



青葉区マスコット なしかちゃん



特集1



フラワーダイアログあおば
～花と緑の風土づくり～



©ITOON/GN

フラワーダイアログあおばとは?

花と緑を通じた対話(=ダイアログ)によって多世代がつながり、花と緑あふれる豊かなまちをつくる取組をしています。「ガーデンネックレス横浜」の一環として実施しています。

はな ばた
花端会議を楽しもう!

花端会議ってなに?

「井戸端会議」に変わり、花や緑の手入れをしながら交流することです。花を見ながら、まち歩きすることも花端会議です。

フラワーダイアログ キックオフイベント 2018年8月



みかみ まさし
NHK「趣味の園芸」でおなじみの三上真史さんによるトークショーと、区内で花と緑に関する活動をしている皆さんとパネルディスカッションを行いました。この中で「花端会議」という言葉が出ました。

フラワーダイアログの参加者から
こんな声が届いています!



花と緑についての活動に参加してみたい!

「マイツリー」を子どもと一緒に見つけたい!

地元で頑張っている人を知ることができた。

自宅でガーデニングをはじめようかな。

青葉区に花のネットワークができそう。

花と緑を通じて交流が広がっています!

「まち保育」体験
2018年11月



子ども目線でまちの自然を見て歩くと、普段は気づかない発見が。

「花端会議」についての対話
2019年2月



「公園(パーク)の日」のアイデアが生まれました。

ひきち よしはる
「花と緑の地図づくりワークショップ」
2020年2月



環境にやさしいオーガニックガーデンってすてき!

バラの愛好家による
取組紹介 2019年4月



バラで有名な荏子田太陽公園は、地域の人に守られています。

造園家との公園さんぽ&
愛護会体験 2019年9月



藤が丘公園にて、植栽の剪定。公園がすっきりして気持ちいい!

花端会議をはじめよう!

～塚本こなみさん講演会&花と緑の交流セッション～ 2019年10月

日本人女性第一号の樹木医 塚本こなみさんによる講演会と、区内9つの園芸・造園事業者の皆さんによる交流セッションを行いました。公会堂が花でいっぱい!



花と緑の地図づくりワークショップ 2020年2月

参加者の皆さんからいただいた区内の花と緑の見所などの情報で、青葉区の白地図が彩られました。



このプログラムで「公園の日」「花端会議ウィーク」の開催を発表しました!

今後の予定

公園の日を創設!

青葉区では、毎月8(パー)日、9(ク)日を公園の日と決定しました。8日、9日に公園に行く習慣をつくって、普段の生活に花と緑とのふれあいを取り入れましょう!

9月、10月に公園の日のプログラムを開催します。ホームページ等で詳細をお知らせしますので、ぜひご参加ください!

あおば花と緑の地図

「花と緑の地図づくりワークショップ」で出した情報をもとに、マップを作成しています。



10月に配布予定

「花端会議ウィーク」に参加しよう!

11月7日(土)～15日(日)の9日間に、区内のあちこちの公園や通りで花や緑を見て回るなど、あなたの「花端会議」をはじめよう!

フラワーダイアログあおばの最新情報は、ホームページなどで紹介します。

問 企画調整係 ☎978-2216 ☎978-2410



特集2 あおばに住んで、健康、長生き！～あなたの「あおば健康スタイル」は「特定健診」から～

横浜市国民健康保険に
加入している
40歳から74歳の人へ

必ず受けよう！ **特定健診**

通院している人も
受けられます。

10,000円相当の
健診が無料に！

糖尿病や高血圧症等の生活習慣病の予防・早期発見のための健診です。
自分の健康状態を知ることができ、生活習慣の確認、振り返り、見直しに役立ちます。

対象者	健診内容
横浜市国民健康保険に 加入している 40歳～74歳の人	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>血液検査 (脂質・血糖・ 肝機能・腎機能)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>血圧測定</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>尿検査</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>身体計測 (BMI・腹囲)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>問診 (食事・喫煙歴・ 服薬内容・運動 習慣など)</p> </div> </div>

健診の受け方

1 医療機関を選ぶ 受診先の案内は下記専用ダイヤルへ

2 電話で予約する

3 受診する

【当日の持ち物】

- ・保険証
- ・受診券
- ・問診票

※受診券・問診票は5月15日に発送しています。

4 結果を確認する

大切なのは…

- 1 健診で定期的に「自分のからだをよく知る」
- 2 結果をもとに日々の「生活習慣の確認や振り返りをする」
- 3 翌年、再び健診を受ける

このくり返しで健康寿命を
さらに伸ばしましょう！

ご利用ください！

生活習慣病相談 無料 予約制

保健師・管理栄養士・歯科衛生士が生活習慣改善のお手伝いをします！
☎で健康づくり係 ☎978-2440へ。



退職してからは国民健康保険に加入して
毎年かさず受けています。病気を早期に
発見することが大事だと思っています！



自営業の私にとって、特定健診は健康状態
を知ることができる貴重な機会！定期的
に受けることでいつも元気でいられます。

75歳以上の方は

こちらも無料！

「横浜市健康診査」が受けられます。(年度に1回)

※特別養護老人ホーム等の介護保険が適用となる施設に
入所中の人は対象外となります。

職場等の健康保険の方は

加入している健康保険組合にお問い合わせください。

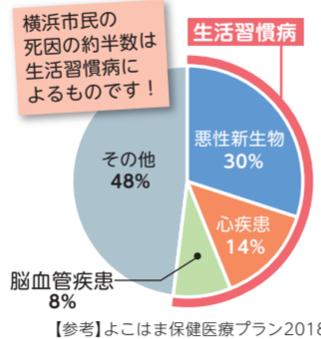
「健診」と「検診」の違い、ご存じですか？

今のからだの健康状態を確認できるのが **健診**
(例えば特定健診、横浜市健康診査など)

特定の病気の早期発見をするのが **検診**
(例えば横浜市がん検診、横浜市歯周病検診など)

2つの「けんしん」を受診することで、自分のからだ
をより詳しく知ることができます。
がんの早期発見・早期治療のため、併せて「横浜市が
ん検診」も受けましょう。

平成28年 横浜市死因別死亡数



特定健診・がん検診のお問合せは

横浜市けんしん専用ダイヤル

☎ 664-2606 (8時30分～17時15分 日曜・祝日・年末年始除く)

☎ 663-4469

横浜市 けんしん専用ダイヤル 検索 🔍

新型コロナウイルスに
負けないからだをつくらう！



☎健康づくり係 ☎978-2440 ☎978-2419

アイコンの見方(各ページ共通) **必要事項** 必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面) **〒**〒住所 **名**氏名(ふりがな)
☎電話(番号) **☎**ファクス(番号) **✉**Eメール(アドレス) **👤**年齢 **👤**窓口 **🏠**ホームページ **📧**往復はがき **📧**はがき **📧**返信用はがき持参 **(着)**必着 **(消)**消印有効
👤先着 **📧**抽選 **📧**当日直接 **🕒**日時・期間 **📍**会場 **📍**コース **👤**対象・定員 **💰**費用 **👤**持ち物 **👤**講師・出演者 **📍**内容 **📍**保育 **📍**申込み **📍**問合せ
■毎月11日以降のお知らせを掲載しています。 **■**先着順のものは、毎月11日から受け付けます。 **■**このページ以降特に記載のないものは、参加料無料です。

注意 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載中のイベント等は中止・延期となる場合がありますので、事前に問合せ先へご確認ください。

今月のお知らせ

AOBA INFORMATION

■青葉区役所の開庁時間は8時45分～17時です。

募集・案内

青葉区民まつり2020 開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、開催を中止します。
 ☎青葉区民まつり運営委員会事務局
 ☎978-2291 fax978-2413

■あおばマルシェの開催

🕒8月20日(木)12時～15時(売切れ次第終了) **📍**区役所1階区民ホール ※エコバッグの持参にご協力ください。※区役所駐車場は有料です。 **📍**企画調整係
 ☎978-2216 fax978-2410

■専門家による「空家無料相談会」

①セミナー(30分、全4回程度)
 ②個別相談(1組30分)

🕒9月26日(土)9時～13時 **📍**区役所3階会議室
👤空家で悩み事がある人
 ①各回15人 ②15組
📍☎か🏠か🏠か区役所で配布する申込書に必要事項を明記し、faxで建築局住宅政策課(☎671-2922 fax641-2756)へ。先

■新治恵みの里 新米体験教室

🕒9月26日、10月10日・24日(土)10時30分～12時30分 全3回
📍いいはる里山交流センター(緑区新治町887) **👤**市内在住の人 15組(個人での申込み可、1グループ4人まで)
 ¥1組 6,000円
📍8月15日から新治恵みの里 **🏠**先
📍北部農政事務所農業振興担当
 ☎948-2480 fax948-2488

文化・芸術

令和2年度青葉区民芸術祭作品展 開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、開催を中止します。
 ☎青葉区民芸術祭運営委員会事務局
 ☎978-2297 fax978-2413

■区民活動支援センター 第14回 まち活カフェ

🕒8月20日(木)10時～11時 **📍**カフェ
📍区民活動支援センター(区役所1階)
👤15人 **📍**地域と学校(小学校から大学まで) **📍**☎か**必要事項**を明記し、faxか🏠で区民活動支援センター(☎978-3327 fax972-6311 ✉ao-machikatsu@city.yokohama.jp)へ。先

スポーツ・健康づくり

■ショートテニス交流大会

🕒9月21日(祝・月)9時～13時 **📍**青葉スポーツセンター **👤**区内在住・在勤・在学のショートテニス経験者 24人 **💰**500円 **👤**持ラケット **📍**☎か**必要事項**を明記し、faxで青葉区硬式テニス協会内ショートテニス事務局 塚原(☎/fax963-0268 9時～21時)へ。9月5日(着)抽 **📍**先 **☎**973-0553

子育て

📍☎(A)健康づくり係 **☎**978-2441 **fax**978-2419
📍☎(B)子育て支援担当 **☎**978-2456 **fax**978-2422

■児童手当の現況届の提出はお済みですか？

中学校修了前の児童の養育者には児童手当が支給されます。児童手当を引き続き受けるには現況届の提出が必要です。現況届の用紙は6月以降にこども青少年局から送付しています。
📍こども青少年局こども家庭課
 ☎641-8411 **fax**641-8412
 青葉区役所こども家庭係
 ☎978-2459 **fax**978-2422

■どにち★ひろば(B)(原則参加無料!)

📍たまプラーザ地域ケアプラザ **📍**8月15日から青葉区 **🏠**先

■食育講座(予約不要)(A)

📍福祉保健センター1階⑩番 **📍**母子健康手帳

- プレ離乳食(4か月児健診と同日開催)
 🕒8月25日、9月8日(火)各14時20分～15時 **👤**5～6か月児と保護者
- パクパク幼児食(1歳6か月児健診と同日開催)
 🕒8月20日・27日、9月3日・10日(木)各14時～15時受付 **👤**1～2歳児と保護者
- 幼児期の食育相談(3歳児健診と同日開催)
 🕒8月21日・28日、9月4日(金)各14時～15時受付 **👤**3歳～未就学児と保護者

■こどもの食生活相談(A)

🕒8月26日、9月9日(水)各①9時から ②10時から ③15時から(相談時間30分程度) **📍**福祉保健センター1階⑩番
📍離乳食～学齢期の子の保護者
📍☎で健康づくり係(☎978-2441)へ。

■離乳食教室(A)

🕒8月26日、9月9日(水)各①11時15分～12時 ②13時15分～14時 **📍**福祉保健センター1階⑩番 **👤**7～9か月児と保護者 各10組 **📍**離乳食の話(2回食を中心)、調理実演、相談 **📍**実施日3週間前から青葉区🏠か🏠で健康づくり係(☎978-2441)へ。先

■パパの子育て教室(B)

①土曜開催 ②日曜開催
 🕒①9月5日(土)受付9時30分～40分

(終了11時30分) ②9月13日(日)受付9時20分～30分(終了12時) **📍**①ラフォーレ ②ピオラ市ケ尾地域ケアプラザ
👤区内在住ではじめて父親・母親(妊娠27～35週)になる人 ①6組 ②10組
📍8月15日までに青葉区 **🏠**先

■親子で遊ぼう!～なしかちゃんくらぶ～(B)

🕒9月11日(金)10時～10時45分(受付9時40分から) **📍**福祉保健センター1階
👤1歳7か月～2歳の子と保護者 10組
 ※妊婦不可 **📍**体を使った親子遊び、子育てのワンポイントアドバイスなど
📍8月20日までに青葉区 **🏠**先

■ニコニコピカピカ歯みがき教室(A)

🕒9月24日(木)10時～11時 **📍**福祉保健センター1階⑩番 **👤**0歳～1歳5か月児と保護者 14組 **📍**歯ブラシ、母子健康手帳 **📍**8月19日から青葉区 **🏠**先
📍☎で健康づくり係(☎978-2441)へ。先

■乳幼児歯科相談(B)

🕒9月30日(水)13時30分～14時45分
📍福祉保健センター1階⑩番 **👤**0歳～未就学児 25人 **📍**歯ブラシ、母子健康手帳
📍☎で子育て支援担当(☎978-2456)へ。先

福祉・保健

■ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

🕒8月24日、9月14日(月)各13時30分～16時20分 **📍**福祉保健センター2階相談室 **👤**市内在住の15～39歳の人と家族
📍☎で子ども・家庭支援相談(☎978-2460 fax978-2422)へ。

■がん検診の日程[肺がん検診]

🕒9月18日(金)午前(予約時に時間指定)
📍福祉保健センター **💰**680円(※)
📍9月4日～11日に☎で健康づくり係(☎978-2438～41 受付時間:平日8時45分～17時)へ。定員になり次第締切り。(※)無料になる場合があります。
📍健康づくり係 **☎**978-2438～41 **fax**978-2419

施設からのお知らせ

■特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。

山内図書館

☎901-1225 **fax**902-4492
 休館日:8月11日(火)

■おはなし会 「空とぶじゅうたん絵本と語り」

🕒①9月9日・30日(水)各15時30分から ②9月11日・25日(金)各(1)10時30分から(2)11時から
👤①一人で聞ける3歳以上の子 各6人
 ②1歳以上の子と保護者 各6組
📍8月26日9時30分から **🏠**か**🏠**先

移動図書館「はまかせ号」

本の予約・問合せは中央図書館サービス課 **☎**262-0050 **fax**231-8299
 ※荒天中止(13時30分以降サービス課へ電話確認を)

■①奈良町第三公園 ②奈良山公園

🕒8月4日・18日、9月1日(火)
 ①各14時20分～14時50分
 ②各15時20分～15時55分

男女共同参画センター横浜北

☎910-5700 **fax**910-5755
 休館日:毎月第4月曜

■はじめての保育園in横浜

横浜市の保育制度や入園手続きなどについて、わかりやすく説明
 🕒10月4日(日)13時30分～15時50分
👤保育園に初めて子どもを預けて働く人 28世帯 **💰**一世帯500円
 ☑2か月～未就学児 4日前までに子どもの部屋(☎910-5724)へ申込み
📍8月11日から保育園を考える親の会 **🏠**先 **(保育園を考える親の会 検索🔍)**

美しが丘西地区センター

☎903-9204 **fax**903-9206
 休館日:毎月第3火曜

■防災講座～コロナウイルス時代の災害に備える～

🕒9月16日(水)10時～11時30分
👤20人

📍8月12日10時から **🏠**か**🏠**先
 ※共催:(一財)防災教育推進協会

山内地区センター

☎901-8010 **fax**901-5544
 休館日:毎月第3月曜

■プロの技で生命保険をスリム化! ～保険料節約のすすめ～

🕒9月16日(水)9時30分～11時30分
👤15人 **💰**300円
📍8月11日10時から **🏠**か**🏠**先

大場みすずが丘地区センター

☎974-0861 **fax**974-0862
 休館日:毎月第2火曜

■文化庁伝統文化親子教室事業 「日本を語れる子」

ゆかたの着付けや立居振舞、伝統行事や礼法などを楽しく体験学習しましょう!
 🕒9月6日、10月4日、11月29日、12月13日、2021年1月24日、2月28日(日)10時～12時 全6回 **👤**原則全回参加できる小学生 20人(保護者参加可)
💰2,000円(親子2,600円)、別途浴衣レンタル1人500円
📍8月11日から **🏠**先

藤が丘地区センター

☎972-7021 **fax**972-7031
 休館日:毎月第4火曜

■秋の園芸講座

🕒9月29日(火)13時～15時30分
👤15人 **💰**500円
📍8月11日から **🏠**か**🏠**先

若草台地区センター

☎961-0811 **fax**961-1632
 休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

■敬老の日のカード作り

🕒9月13日(日)10時～11時30分
👤小学生 8人 **💰**400円
📍8月12日から **🏠**か**🏠**先

奈良地区センター

☎963-5380 **fax**963-5381
 休館日:毎月第2火曜

■くらしとお金 パート収入の壁を考える

🕒9月29日(火)10時～11時30分
👤10人 **💰**300円
📍8月12日から **🏠**か**🏠**先

