

# AOBA11

November



青葉区マスコット なしかちゃん

## 広報よこはま青葉区版 2023(令和5)年 11月号 No.313

編集・発行 青葉区役所広報相談係 〒225-0024 青葉区市ケ尾町 31-4  
☎978-2323 (代)・2221 (直) ☎978-2411

区の人口 309,399人 (110減) 区の世帯数 135,860世帯 (42増)  
2023年10月1日現在 (前月比)

WEB 横浜市青葉区 検索



青葉区公式X(旧Twitter)  
@yokohama\_aobaku



### 特集1



# 青葉区の皆さんで、 子育て中の人を応援しませんか？

横浜市の子育て支援事業です

## 横浜子育てサポートシステム

お子さんを預けたり・預かったりすることで地域の人がつながり、地域ぐるみで子育てを支援する活動です。

地域に親戚や友人もいない中で子育て・仕事を頑張っている人がたくさんいます。小学校登校前の預かりや保育園・幼稚園への送迎の相談を受けてくださる人が不足しています。

親子の「困った!」「どうしよう?」をお手伝いしてくれる人を募集しています。

※預かる人も預ける人も、入会説明会に参加して、会員になります。



### 預かる人(提供会員)

条件  
20歳以上の健康な人  
(資格は問いません)

### コーディネーター

事務局:青葉区地域子育て支援拠点ラファール  
地域で「預けたい人」と「預かる人」をつなげ、安心して子育てができるようサポートします。



### 預ける人(利用会員)

子どもの条件  
生後57日から  
小学校6年生

※ 病気の子どもの預かりや、  
宿泊での預かりはできません。

## 預かる人(提供会員)

## 預ける人(利用会員)

### 子どもを預かる人になるには...

入会説明会 **要予約** ▶ 提供会員予定者研修 ▶ 登録

研修で、未経験者へもしっかりとサポートします!

※ 研修は入会説明会にてご案内します。  
市内18区で開催(青葉区では2024年2月に区役所で開催)

### 入会説明会の日程

※★のない日程は、預ける人(利用会員)も参加できます。

★ ラファール(青葉台)  
11月 2日(木) 10日(金) 25日(土) ▶ 各10時~11時  
12月 5日(火) 23日(土) 28日(木)

★ ラファールサテライト(市ケ尾)  
11月 9日(木) 30日(木) 各14時~15時

★ たまプラーザ団地集会室  
11月 17日(金)★、12月 15日(金) 各10時~11時

★ オンライン説明会  
12月 9日(土)★ 14時~15時 20日(水)★ 10時~11時

申込み  
フォーム



### こんな時に使えます



リフレッシュしたい

保育園・幼稚園への送迎



通院、冠婚葬祭などで  
子どもを預かってほしい



### ◆ 預けたい人にとっても使いやすくなりました!

① 「子サポdeおあずかりおためし券」発行  
2023年4月1日以降出生のお子さん  
がいる人は、最大8時間無料でお試しが  
できます!

1時間券×8枚の無料クーポン



無料クーポンに  
後押しされました!

② 利用料が安くなりました!  
基本料金が1時間800円から  
500円に減額

ぜひ使って子サポの良さを  
体験してください。



### ◆ 預かる人には預ける人からの利用料500円に加え、 横浜市から500円支払います

例:平日1時間の場合

2023年7月から 利用料(利用会員) 500円 ▶ 報酬(提供会員) 1,000円  
給付金(横浜市) 500円

<2023年6月まで利用料(利用会員) 800円 ..... 報酬(提供会員) 800円>

### 預かる人の声 /

- 子どもが大好き。お子さんのママとの交流も楽しい。
- 近くに親戚の子がいるような感覚で楽しみをもらっています。
- 夫婦で活動しています。
- 提供会員になって15年。赤ちゃんだった子がもう高校生。今も近所で出会います。

- 近所の小学生を預かっています。道で会った時も「おじさん」と声を掛けてきて、しばし会話。うれしくなります。
- 我が子の時は余裕がなかったけれど、預かる子は泣いても、機嫌が悪くてもかわいい。サポートの様子を伝えてママが喜ぶ姿を見て、役に立っているんだと思います。



1

① 小学生を登校前に預かり  
② 正門を入るところまで見届けます。

ラファールでの預かり  
「子サポdeラファール」



2



### 問合せ・入会説明会の予約



青葉区地域子育て支援拠点ラファール内  
横浜子育てサポートシステム 青葉区支部専用電話  
☎482-5518 ☎9時~17時

休館日:日・月曜、祝日(月曜が祝日の場合は翌火曜も)



特集2

# 環境にやさしく、まちに出かけてみよう！ まちの魅力発見！ 「なぞときイベントラリー」開催！



車で遠くに出かけなくても、近くに楽しいイベントや公園、きれいな景色がいっぱい！  
謎解きをしながら、徒歩・自転車・バスで、イベントや公園を巡ってみよう。



## リーフレットを手に入れば、誰でもどこからでも参加可能！

イベントでキーワードを集めて謎を解いて、応募すると素敵な景品が当たるかも♪  
季節の花や紅葉、富士山が見えるスポットも紹介！



イメージです

CO2排出量が少ない方法で参加してくれるとうれしいな。



※一人が1キロメートル移動するときのCO2排出量は、マイカー145グラム、バス66グラム、鉄道20グラム、自転車・徒歩0グラムです。

### 景品例



ソーラーミニカー 自転車用ソーラーライト 東急・東急バス提供品

### 開催期間

11月10日(金)～12月10日(日)

### リーフレット入手場所

WEB からダウンロードか、区内の駅 PR ボックス、青葉区役所、たまプラーザテラス、右記イベント会場

リーフレットや景品応募などイベントラリーの詳細はこちら



※参加の際は、交通ルールを守って安全に参加してください。

期間中は、地域限定のお得な東急バス1日乗車券もあります。詳しくは東急バス WEB お知らせをご覧ください。



当イベントには、川崎市、東急株式会社、東急バス株式会社からご協力いただいています。

### 期間中の代表的なイベント

- 11月10日(金)～12日(日)… Art&Craft 寺家回廊★(寺家ふるさと村全域)
- 11月17日(金)・18日(土)… Colors,Future!Summit2023(昭和音楽大学 北校舎)
- 11月18日(土) … CO-NiWAマルシェ★(ドレッセ WISEたまプラーザ 屋外)
- 虹ヶ丘ナゾ解き WALK(虹ヶ丘公園等)
- ファミリーリソースプロジェクト(WISE Living Lab)
- しんゆりフェスティバル・マルシェ(新百合ヶ丘駅南口)
- ひのきやま PARK★(方福寺檜山公園)
- 11月18日(土)・19日(日) … 第2回Hello neighbors!★(ネクサスチャレンジパーク早野)
- 11月23日(木・祝) … 第4回フリーマーケット・ハンドメイドマルシェ★(ネクサスチャレンジパーク早野)
- 12月5日(火) … JIKEマルシェ★(寺家ふるさと村四季の家)

★キーワード設置イベント



問 まちづくり調整担当 ☎ 978-2217 ☎ 978-2410

## 自分の自転車がなくても、シェアサイクルが使えます！

シェアサイクルとは、地域内に設置された複数のサイクルステーションを相互に利用でき、借りた場所でなくても自転車が返却できる利便性の高い交通システムです。  
利用方法や場所、利用料等の詳細は、市 WEB またはハローサイクリング WEB をご覧ください。

一借り方・返し方

STEP 1 アプリをダウンロード  
お手持ちのスマートフォンに、アプリをダウンロードします。



STEP 2 解錠・ご利用  
ステーションの自転車をスマートフォンで解錠するとすぐに使えます。  
※アプリでの予約も可能



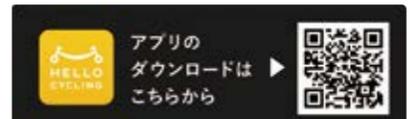
STEP 3 施錠・ご返却  
好きなステーションにご返却。施錠して返却ボタンを押すだけです。



青葉区役所のサイクルステーション

※ステーションごとに返却可能台数に限りがあるため、事前に返却予約すると便利です。

横浜市広域シェアサイクル事業社会実験 検索



問 道路局交通安全・自転車政策課 ☎ 671-3644 ☎ 663-6868

特集3

# 青葉区で秋を楽しむ♪

本と親しむ

## 11月は市民の読書活動推進月間

読書の秋に本と出合える区内の施設を紹介します。

### 山内図書館

約20万冊の図書を所蔵するほか、他の市立図書館からの取り寄せも可能です。団体への貸出しやおはなし会等も定期的で開催しています。

市立図書館の図書は、図書取次施設の地区センターやコミュニティハウスなどの区内7か所でも受取と返却ができます。

### 図書貸出施設

地区センターやコミュニティハウス、小・中学校の市民図書室など区内23か所では、各施設で所蔵している図書の貸出しをしています。



図書貸出施設等の詳細

### 移動図書館

奈良町第三公園と奈良山公園には、2週間に1回約3,000冊の図書を載せた「はまかせ号」が巡回。図書の貸出し・返却ができます。

### 他都市の図書館の利用

市民の皆さんは、鎌倉市・川崎市・逗子市・藤沢市・大和市・横須賀市・東京都町田市の図書館でも図書を借りることができます。(それぞれの図書館で利用登録をする必要があります。詳細は、各図書館にお問い合わせください。)

第22回

申込み不要、直接会場へ

### 青葉おはなしフェスティバル

日時 11月11日(土) 10時30分~15時20分

場所 山内地区センター(あざみ野2-3-2)

内容 子どもも大人も楽しめる読み聞かせ等

山内地区センター

☎ 901-8010

☎ 901-5544



図書館システムが2024年1月より新しく、利用しやすくなります。詳細は、市立図書館のWEBでお知らせしています。



☎ 学校連携・こども担当 ☎ 978-2345 ☎ 978-2422

芸術に触れる

## 2023 青葉区民芸術祭開催!

入場無料

今年も区民の皆さんの芸術文化活動を披露するイベントが青葉区の秋を彩ります。ぜひお越しください!

詳細はこちら



音楽祭、芸能祭は4年ぶりに青葉公会堂での開催です!

### 青葉区民音楽祭(青葉音楽百景)

日時 11月12日(日)10時30分開演

会場 青葉公会堂

内容 区内で活動する多彩なジャンルの器楽団体が、心地よいハーモニーを奏でます。



### 青葉区民作品展

前期 日時 11月29日(水)~12月4日(月)

分野 華道、美術工芸、写真、茶道

後期 日時 12月6日(水)~11日(月)

分野 絵画、文芸、書道

※前期・後期共に10時開場

会場 アートフォーラム あざみ野(あざみ野南1-17-3)

内容 区内で芸術活動を行う皆さんの作品を展示します。



### 青葉区民芸能祭

日時 12月16日(土)12時30分開演

12月17日(日)11時開演

会場 青葉公会堂

内容 詩吟、舞踊、民謡、謡曲、郷土芸能等の団体の皆さんが日頃鍛えた技を披露します。今年は初の2日間連続での開催です。



☎ 青葉区民芸術祭運営委員会事務局 ☎ 978-2297 ☎ 978-2413

大学から学ぶ

## 青葉6大学の特別講座

区内にキャンパスを有する6つの大学が、子どもの健やかな成長のヒントになるお話等、魅力的な講座を開催します。皆さんの申込みをお待ちしています!

オンライン講座

受講料無料

一時託児

子育て中の皆さん必見!

初実施★



	12月3日(日)	12月10日(日)
13時 ▼ 14時	①自然体験のススメ -AI時代を生き抜くために- 國學院大学 人間開発学部子ども支援学科 青木 康太郎 准教授	④乳幼児の発達と保育 -保育園や幼稚園で子どもの何を育てようとしているのか- 日本体育大学 児童スポーツ教育学部 齊藤 多江子 教授
14時15分 ▼ 15時15分	②武道教育の最前線!! -アクティブラーニングと教育DX- 桐蔭横浜大学 現代教養学環/法学部 高瀬 武志 准教授	⑤大人の笑顔は子どもの心の栄養 -子どもがほっとする環境とわくわくする遊び- 玉川大学 教育学部乳幼児発達学科 上田 よう子 講師
15時30分 ▼ 16時30分	③子どもとデザイン -デザインの歴史にみる子どもへのまなざし- 横浜美術大学 美術学部教養科目研究室 森山 貴之 准教授	⑥データから見るこどもの健康 -公衆衛生学のアプローチでこどもを守る- 星槎大学 教育学研究科 澁木 琢磨 講師

☎ A: オンライン受講 各80人抽 申込み受付後、本講座の運営を委託している星槎大学より受講用URLが送付されます。

B: 区役所会議室のモニターで受講 各20人抽

☑ Bのみ一時託児を無料で実施 各10人抽

☎ 11月20日までにWEB(申込フォーム)



※Bのみfaxでも受付可。件名「青葉6大学の特別講座」、希望する講座番号(複数可)、参加者氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、メールアドレス、一時託児利用の有無を明記し、fax(978-2410)で企画調整係へ。

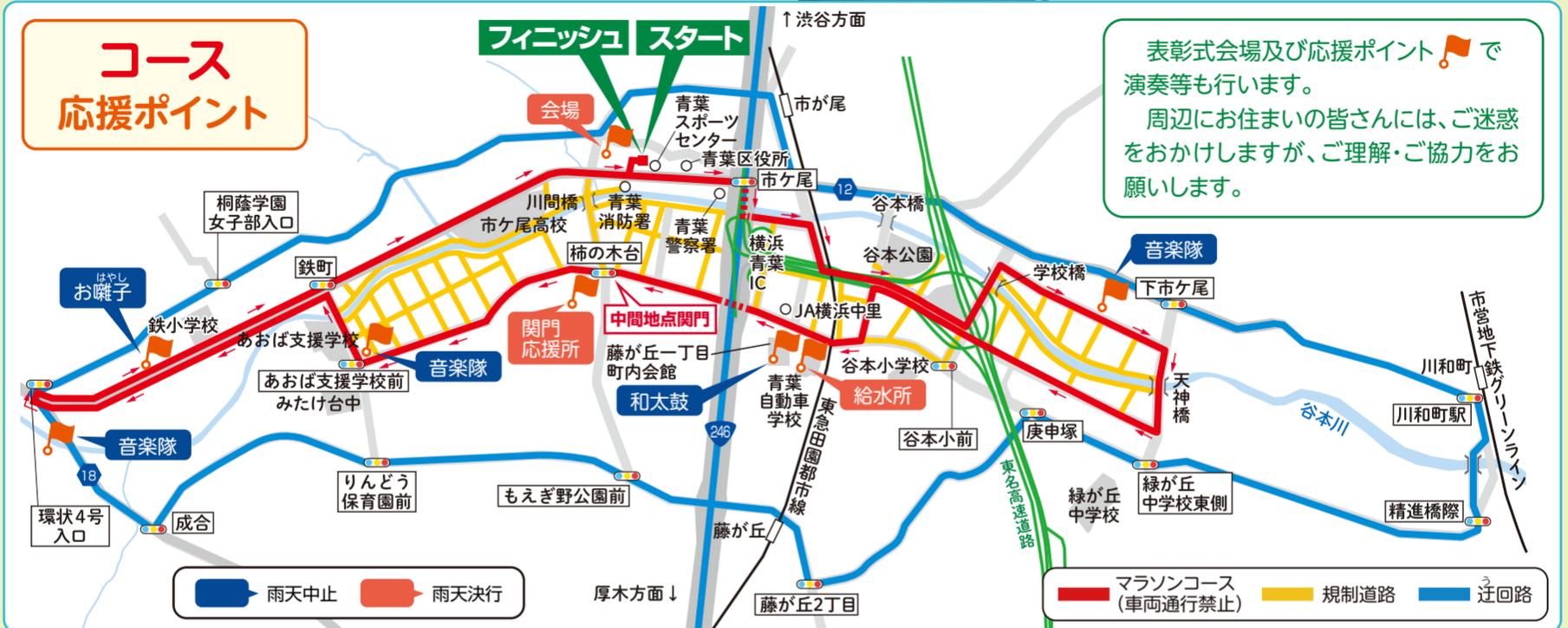
☎ 企画調整係 ☎ 978-2216 ☎ 978-2410

# 第10回 青葉区民マラソン大会開催!

今年度は、募集開始からわずか半日で1,000人の定員に達しました。当日はぜひコース沿道や表彰式会場にてランナーを応援してください。あなたの応援が、ランナーの力になります!「応援ポイント」で応援手振り旗を用意していますので、一緒に振って大会を盛り上げましょう!



●開催日時  
**11月26日(日)** 雨天決行(荒天中止)  
 競技時間 9時5分~10時15分  
 規制時間 8時30分~11時頃  
 表彰式 10時30分頃~(会場:区役所第1駐車場)  
 公共交通機関でお越しください。  
 当日開催の有無 大会WEBで公表



表彰式会場及び応援ポイントで演奏等も行います。周辺にお住まいの皆さんには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

## 交通規制にご協力を!

大会当日、8時30分~11時頃まで、コースと周辺道路の全面及び一部車両(バイク含む)通行止めを実施します。ご迷惑をおかけしますが、この間の車両通行はご遠慮ください。やむを得ず通行する場合は迂回路のご利用をお願いします。

- 主な交通規制区域**
- 横浜上麻生道路(市ケ尾交差点~環状4号入口交差点)
  - 谷本小前交差点~あおば支援学校前交差点
  - ①・②に交差する道路全て
- ※柿の木台・みたけ台方面と市ケ尾町方面の横断は、国道246号をご利用ください。

**青葉区総合庁舎駐車場の利用制限**  
 車で越しの場合、大会実施に伴い駐車場所が少なくなっていますので、ご注意ください。  
**第1駐車場** 11月24日(金)17時~26日(日)14時 全面閉鎖  
**第2駐車場** 通常営業

☎ 青葉区民マラソン運営委員会事務局(地域振興課内) ☎ 978-2294 ☎ 978-2413

## 育もう、子どもの

# 自己肯定感

~子育ては「たね」をまき、「き」を育てるように~

子どもは生活の中で少しずつできるようになることがあります。「上手だね」「できるようになったね」などの声かけをしていくと、それを受け取った子どもは「これでいいんだ」「がんばってよかった」「もっと、〇〇するようになりたい」という「前向きな気持ち」「やる気」が芽生えます。たくさんの承認の言葉(たね)の声かけが、前向きな気持ち・やる気(き)を育てます。



11月は「児童虐待防止推進月間」です!

### 言うことを聞かず、泣き続ける

- 子育て対応のヒント ①**
- 時間や気持ちの余裕があれば、落ち着くまで待ちましょう。
  - 切り替えができるような声をかけましょう。



### 何度も同じことで怒ってしまう

- 子育て対応のヒント ②**
- 怒らない環境づくり(触れてほしくない物は、見えない場所にしまうなど)
  - 「だめ」は少なく、肯定的な表現で伝えましょう。



### 見守りとサポートが子どもを伸ばす

- 子育て対応のヒント ③**
- 親が教える場面もありますが、子どもの「ねえねえ、見て」や「できたよ」に反応してみましょう。子どもの前向きな気持ちや、やる気につながります。



### 相談窓口

子育て中の皆さんからの相談、地域の皆さんから気になる家庭の相談もお受けします。  
 ※秘密は守ります。匿名でもかまいません。

### こども家庭相談

☎ 978-2460  
 区役所2階37番窓口  
 平日8時45分~17時(祝日・年末年始を除く)

### かながわ子ども家庭110番相談LINE

ID:@kana\_kodomo110  
 月~土曜 9時~21時(年末年始を除く)



### よこはま子ども虐待ホットライン

☎ 0120-805-240(24時間フリーダイヤル)

☎ こども家庭相談 ☎ 978-2460 ☎ 978-2422

**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**年齢 **窓**窓口 **WEB**ウェブページ **往**往復はがき **ハ**はがき **返**返信用はがき持参 **(着)**必着 **(消)**消印有効  
**先**先着 **抽**抽選 **直**当日直接 **日**日時・期間 **会**会場 **コ**コース **対**対象・定員 **費**費用 **持**持ち物 **講**講師・出演者 **内**内容 **保**保育 **申**申込み **問**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。**■**特に記載のないものは、参加料無料です。  
**■**掲載中のイベント等は中止・延期、内容が変更になる場合があります。事前にご確認ください。

# 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。
- 青葉区役所の宛先は、〒225-0024 市ケ尾町31-4です。



## 募集・案内

### ■あおばマルシェの開催

区内でとれた新鮮な農産物などの直売。今月は地産地消月間でポイント2倍!  
 11月16日(木)11時30分～15時(売り切れ次第終了) **区役所1階区民ホール** **企画調整係**  
 ☎978-2216 ☎978-2410

### ■あおばを食べる収穫祭2023

エコ&サステナブルをテーマにしたマルシェです。青葉区も次世代自動車のFCVを展示します。  
 11月23日(木・祝)10時～15時 ※雨天決行、荒天中止 **藤が丘駅前公園(藤が丘1-29-1)** **特定非営利活動法人森ノオト** ☎532-6941

**青葉区人権啓発講演会**  
**「認知症が私たち家族にくれたギフト」**  
 映画「ぼけますから、よろしくお願ひします。」の信友 直子監督による講演  
 11月27日(月)14時30分～16時(開場14時) **青葉公会堂** **300人**  
 4か月～6歳未満の未就学児  
 11月22日までに **WEB** か **必要事項** を明記し、**fax** か **先** ※車いす利用、手話通訳、要約筆記、一時託児希望の場合は11月13日まで **庶務係**  
 ☎978-2211 ☎978-2410

**■農を身近に感じる寺家ふるさと村ツアー**  
 横浜の農業を学び、地産地消を体験!  
 11月30日(木)9時30分 東急田園都市線「青葉台駅」正面改札口集合(12時30分寺家ふるさと村解散) ※荒天中止  
**寺家ふるさと村周辺** **20人** (2時間程度元気に歩ける人)※1組2人まで申込み可 **必要事項** を明記し、**回** か **fax** でまちづくり調整担当  
 (☎978-2217 ☎978-2410  
 ☎ao-machirule@city.yokohama.jp)へ。11月22日17時(着)抽

**■新治恵みの里 薬細工教室**  
 ①鍋敷き ②半わらじ  
 12月2日(土) ②12月16日(土) 各9時～13時 **にいほる里山交流センター(緑区新治町887)**  
**市内在住で小学校4年生以上の個人、家族・グループ(2人まで)** 各10組

1組1,500円(保険料含む、お土産付き)  
 11月17日20時から 11月18日20時から **WEB** **先** **北部農政事務所農業振興担当** ☎948-2480 ☎948-2488

**■JIKEマルシェの開催**  
 区内でとれた新鮮な農産物や農産加工品などの販売  
 12月5日(火)10時30分～14時(売り切れ次第終了) **寺家ふるさと村四季の家(寺家町414)** ※公共交通機関をご利用ください。 **環境創造局農政推進課** ☎671-2608 ☎664-4425

**■新治恵みの里 コンニャク作り教室**  
 12月9日(土) ②12月23日(土) 各10時30分～12時30分  
**にいほる里山交流センター**  
**市内在住の個人、家族・グループ(2人まで)** 各15組 **1組1,600円(保険料含む、お土産付き)** 11月15日20時から 11月16日20時から **WEB** **先**  
**北部農政事務所農業振興担当** ☎948-2480 ☎948-2488

**文化・芸術**  
**区民ホールコンサート**  
**●第288回 お昼のミニコンサート あおば音楽ひろば**  
 区内在住のプロの音楽家による演奏会  
 11月15日(水)12時15分～45分  
**区役所1階区民ホール**  
**春石 彩夏、木村 美沙子**  
**フルートとピアノ【曲目】「くるみ割り人形」メドレー ほか**  
**文化・コミュニティ係**  
 ☎978-2295 ☎978-2413

**■第17回区民交流センターまつり ～田奈から広がる地域の和・世界の和～**  
 11月23日(木・祝)10時～12時 ※雨天中止 **青葉区区民交流センター・駅前広場(公共交通機関をご利用ください。)** **ステージ発表、リユース本配布会、出張フードドライブ、染織きマイバッグづくり、フランクフルト・綿菓子・お菓子販売、野菜販売、わなげゲーム、**

握力・血管年齢簡単測定、骨密度測定、ケアプラザ相談、白バイ乗車体験、アマチュア無線デモ体験、年賀はがき販売、お手紙作成ワークショップ、自治会・老人クラブ加入案内、国際交流ラウンジパネル展、お茶席ほか **区民交流センターまつり実行委員会事務局**  
 ☎978-3327 ☎972-6311  
 ☎ao-machikatsu@city.yokohama.jp

**■青葉区区民企画運営講座**  
**あおばを愛する人と青葉の魅力を探ろう**  
 まちの魅力を発信する活動を学び、歩いて一緒に「青葉愛」で交流しよう!  
 ①青葉の思い出を学び探ろう  
 ②青葉のくらしを学び探ろう  
 ③青葉の魅力をみんなでカタチにしよう  
 11月25日(土) ②12月2日(土) ③12月9日(土)10時～12時 全3回  
 ①美しが丘中部自治会館及び近隣  
 ②寺家ふるさと村四季の家及び近隣  
 ③青葉区役所 **20人** (原則全回出席可能な人) **300円(全回分)** **WEB** か **必要事項**、**回**、年代を明記し、**fax** か **回** で文化・コミュニティ係(〒225-0024市ケ尾町31-4) ☎978-2295 ☎978-2413 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。11月17日(着)抽

**■青葉区区民企画運営講座 発声から学ぶ健康仲間づくり講座～世代を超えて「明日があるさ」を歌おう!～**  
 合唱の初心者大歓迎!  
 ①発声を学ぼう ②パート練習で合唱してみよう ③ハーモニーを楽しもう  
 12月1日(金) ②12月15日(金) ③12月22日(金)15時30分～17時30分 全3回 **フィリアホール** **30人**(原則全回出席可能な人) **500円(全回分)**  
**WEB** か **必要事項**、**回**、年代、保育の希望の有無を明記し、**回**か **fax**か **回**で文化・コミュニティ係(〒225-0024市ケ尾町31-4) ☎978-2295 ☎978-2413  
 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。11月20日(着)抽

**スポーツ・健康づくり**  
**■区民ハイク(晩秋の渋沢丘陵)**  
 11月19日(日)8時 東急田園都市線「中央林間駅」改札口集合(雨天時:12月3日(日)に延期)  
**小田急線秦野駅～震生湖～頭高山(303メートル)～小田急線渋沢駅(初級コース・歩行距離:約13キロメートル)**  
**小学生以上(小学生は保護者同伴)**  
**500円(交通費等は各自負担)** **持** 雨具、手袋、軽登山靴、ストック、飲み物、弁当、保険証 **申** 不要。直接集合場所へ。  
**青葉区スポーツ協会ハイキング部** 柳 ☎080-1361-8787

**■ウォーキングイベント**  
**せせらぎ緑道コース(5キロメートル)**  
 11月25日(土)9時30分 市営地下鉄「センター南駅」改札口集合(3時間程度) **持** 飲み物 **上** 上谷本地区保健活動推進員 井上 ☎080-1099-4964  
**■日体大スポーツフェスタ2023冬 in 横浜・健志台キャンパス**  
 12月9日(土)9時30分～12時50分  
**日本体育大学横浜・健志台キャンパス**

**小学校1～6年生 160人**  
 11月26日までに **WEB** **抽**  
**日本体育大学社会貢献推進機構** スポーツプロモーション・オフィス  
 ☎03-5706-0911

**■青葉区民初心者卓球タイム**  
 2024年1月9日～3月12日の火曜 19時～20時45分 全10回 **青葉スポーツセンター** **区内在住・在勤・在学の高校生以上 50人** **1人6,000円**  
**必要事項**、**年齢**、性別を明記し、**往**で青葉区卓球連盟 田中 恵子(〒227-0046 たちばな台2-4-20) ☎/☎961-5964)へ。12月15日(着)※1枚で家族分を連記可

**■青葉区民オープン3ダブルス卓球大会**  
 2024年1月14日(日)9時から  
**青葉スポーツセンター**  
**区内在住・在勤・在学の人、連盟登録チーム、近隣愛好者**  
**1チーム4,000円** **種目:1チーム4～6人で3ダブルスによるチーム戦**  
**代表者の必要事項**、大会名、チーム名、選手名、**年齢**、性別を明記し、**回**で青葉区卓球連盟 田中 恵子(〒227-0046 たちばな台2-4-20) ☎/☎961-5964)へ。11月30日(着)

**子育て**  
**■あおばの食育(予約不要)**  
**福祉保健センター1階 9番**  
**母子健康手帳** **健康づくり係**  
 ☎978-2441 ☎978-2419

**●プレ離乳食(4か月児健診と同日開催)**  
 11月21日、12月5日(火)各14時～15時 受付 **5～6か月児と保護者**  
**離乳食の始め方、進め方**  
**●パクパク幼児食(1歳6か月児健診と同日開催)**  
 11月16日、12月7日(木)各14時～15時 受付 **1～2歳児と保護者** **完了期から幼児食への進め方等展示や食生活相談**  
**●幼児期の食育(3歳児健診と同日開催)**  
 11月17日(金)・30日(木)、12月1日(金)各14時～15時 受付 **3歳～未就学児と保護者**  
**幼児食についての展示や食生活相談**

**■こどもの食生活相談**  
 11月22日、12月6日(水)9時から、10時から、15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**  
**離乳食、小食、好き嫌い等食生活に関する個別相談** **申**☎で健康づくり係(☎978-2441 ☎978-2419)へ。

**■離乳食教室**  
 11月22日、12月6日(水) ①11時～12時 ②13時30分～14時30分 **福祉保健センター1階** **7～9か月児と保護者** 各10組 **離乳食の話、調理実演**  
**実施日3週間前から WEB** か ☎で健康づくり係(☎978-2441 ☎978-2419)へ。 **先**

**■ニコニコピカピカ歯みがき教室**  
 仕上げ磨き用の歯ブラシ1本プレゼント  
 11月30日(木) ①9時30分～10時 ②10時30分～11時 **福祉保健センター1階 13番** **0～1歳5か月児と保護者** 各7組  
**歯ブラシ、母子健康手帳** **実施日の1か月前から WEB** か ☎で健康づくり係(☎978-2441 ☎978-2419)へ。 **先**

**緑税務署からの重要なお知らせ**  
**便利で簡単なスマホ申告には、マイナンバーカードが必要です**  
**イータ君** 早めの取得をお願いします!  
 所得税の確定申告はスマホで申告(e-Tax)ができます。国税庁 **WEB** の「**確定申告書等作成コーナー**」では、画面の案内に沿って金額等を入力するだけで申告書の作成ができ、自動計算されるので計算誤りもありません。  
 また、「ふるさと納税」「医療費」「公的年金等の源泉徴収票」の内容が自動入力されるマイナポータル連携に、2024年2月以降、事業者(雇用主)がe-Taxで提出する「給与

所得の源泉徴収票」も追加されます。ますます便利になるスマホ申告には、マイナンバーカードが必要です。早めの取得をお願いします。

確定申告書等作成コーナー **マイナポータル連携** **マイナンバー取得申請**

**緑税務署個人課税第1部門** ☎972-7771(内線215、216)

乳幼児歯科相談

12月4日(月)13時30分～14時30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
むし歯チェック、個別相談など(同日、妊産婦歯科相談も実施 ※妊娠中～産後1年未満の人対象)
☎978-2459 ☎978-2422へ。

プレパパ・プレママクラス

12月9日(土)受付9時30分～40分(終了予定11時30分)
12月20日(水)受付8時50分～9時(終了予定11時30分)
1ラフルール 2福祉保健センター1階⑮⑯番
区内在住で初めて父親・母親(当日妊娠30週～35週まで)になる人
12組 216組
育児体験実習

沐浴、衣類交換)ほか
11月15日までにWEB抽 子育て支援担当
☎978-2456 ☎978-2422

グループトーク

「みんなで話そう、つながろう! 横浜での子育て」
横浜での子育てについて一緒に考えてみませんか。皆さんの声は、次期「横浜市子ども・子育て支援事業計画」の策定に生かします。
12月15日(金)10時～12時
区役所4階会議室
子育て中の人・子育てに関心のある人30人
11月11日～12月1日にWEB先
(予約制)1歳～未就学児
子ども青少年局企画調整課 ☎671-4281
☎kd-kikaku@city.yokohama.jp

区内放課後児童クラブ 令和6年度入所説明会のご案内

※説明会の会場は各クラブです。問合せ・申込みは直接各クラブへ。
※★印がついているクラブは、現在スタッフ募集中です。詳細は各クラブにお問い合わせください。

Table with 4 columns: Club Name, Location, Phone Number, and Admission Information. Lists various after-school clubs like '学童保育 市ヶ尾ちびっこの家', '桂台学童保育 ちびっこの家', etc.

☎学校連携・子ども担当 ☎978-2345 ☎978-2422

福祉・保健

ウエルカフェマルシェ秋まつり

11月18日(土)10時～15時 ※雨天決行、荒天中止
ハックドラッグ美しが丘店(美しが丘西3-65-3)
区内等で活動している障害福祉事業所が集まり、心を込めた手作り製品を販売します。
田園工芸 ☎/☎913-7035

なぜ人はひきこもるか

～本人も家族も孤立しないために～
長年取り組んでいる白梅学園大学名誉教授 長谷川俊雄先生にお聞きします。
11月21日(火)14時～16時
区役所4階会議室 100人
11月11日からWEB先
障害者支援担当
☎978-2453 ☎978-2427

若者のための専門相談

不登校やひきこもりなどの問題について、相談を受け付けています。
11月27日、12月11日(月)各13時30分～16時20分(相談時間50分・予約優先制)
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
☎☎でよこはま北部ユースプラザ(☎/☎948-5505)へ。

12月1日は世界エイズデー

HIV治療の進歩でHIVに感染しても早期発見と早期治療によって今までと変わりなく、普通の生活を送ることができるようになりました。
※検査・相談は無料・匿名で実施しています。

毎週月曜13時30分～14時(要予約)
福祉保健センター1階
健康づくり係
☎978-2440 ☎978-2419

心疾患市民公開講座

青葉区のも職種連携による心疾患予防、治療等の取組についての講演会
12月3日(日)14時～15時
青葉公会堂 60人先
青葉区医師会事務局
☎511-7281 ☎511-7261

元気の出る家族教室

講師によるソーシャル・スキルズ・トレーニング
12月7日(木)13時30分～16時
区役所4階会議室
40人先
障害者支援担当
☎978-2453 ☎978-2427

施設からのお知らせ

特に記載のないもの問合せ、申込みは各施設へ

山内図書館

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-1225 ☎902-4492
休館日:11月20日(月)

おはなし会

「空とぶじゅうたん絵本と語り」
11月22日(水)15時30分から
12月24日、12月8日(金)各10時30分から
1人で聞ける3歳以上の子 2歳以上の子と保護者
あざみ野ブックカフェ 初めての「源氏物語」
12月7日(木)18時30分～20時
20人

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 ☎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

11月14日・28日(火) ①各13時40分～14時20分 ②各14時50分～15時35分

男女共同参画センター横浜北

〒225-0012 あざみ野南1-17-3 (アートフォーラムあざみ野内)
☎910-5700 ☎910-5755
休館日:毎月第4月曜
※保育あり(予約制・有料) 1歳6か月～未就学児、4日前までに子どもの部屋(☎910-5724(9時～17時))へ申込み

パパといっしょに作って遊ぼう

紙で工作! 花紙でふくろう
11月11日(土)10時30分～12時
未就学児の親子 20組 300円
汚れてもいい服装
心とからだを整える産後のセルフケア
12月8日(金)10時～11時30分
産後2か月以降の女性 16人(生後210日までの子は同伴可) 1,000円
11月11日からWEB先
<オンラインセミナー>
『小1の壁』は乗り越えられる。
12月10日(日)10時～12時
子育て中の働く・働きたい女性 20人
11月11日からWEB先

公益社団法人横浜市施設協会

〒225-0011 あざみ野2-9-22-302
☎482-9572 ☎482-9573
休館日:土・日曜、祝日

青葉区内5地区センター共同事業 「ふれあい卓球DAY」

1卓球教室
2模範試合、アトラクションマッチ、卓球グッズ抽選会など ※詳細はWEB参照
12月10日(日) ①10時～11時45分 ②12時30分～16時
藤が丘地区センター
小学生以上
1WEB参照 2

青葉公会堂

〒225-0024 市ヶ尾町31-4
☎978-2400 ☎978-2420
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

三年ぶりの開催! 春風亭小朝独演会

2024年2月3日(土)14時開演(13時30分開場)
3,800円(全席指定)
11月13日10時からWEB先

美しが丘西地区センター

〒225-0001 美しが丘西3-60-15
☎903-9204 ☎903-9206
休館日:毎月第3火曜(祝日の場合は翌平日)

1(共通)11月12日10時から ☎か ☎先

片付け講座「片付けと年末の大掃除」

12月1日(金)10時～11時
15人 300円
スマートフォン体験教室
12月5日(火)10時～12時 20人
第2回 欧州へ旅立ちませんか? 「旅の達人がご案内!ボンジョルノ!イタリア縦断・横断の旅」
12月6日(水)10時～12時
20人 300円

山内地区センター

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-8010 ☎901-5544
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

山内地区センターまつり

サークル舞台発表会と作品展示会(一部即売会)
11月18日(土)・19日(日)各10時～16時

クリスマスカラーのこども生け花

12月9日(土)10時30分～12時
小・中学生 12人 1,000円
11月11日10時から ☎か ☎先

クリスマスジャズコンサート

12月15日(金) ①デュオ:15時～16時30分 ②トリオ:18時30分～20時
各50人
得田 サトシ、吉本 ヒロ、入船 ユウジ
11月11日10時から ☎か ☎先

大場みすずが丘地区センター

〒225-0016 みすずが丘23-2
☎974-0861 ☎974-0862
休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

コフレティー

フィンランドのお菓子「ヨウルトルックトウパイ」&季節の紅茶
11月15日(水)10時～13時
5人(追加募集) 1,300円
11月11日から ☎先

丘の上音楽祭

～芸術の秋に、音楽と共に過ごす一日～
出演はアマからプロまで多様な音楽愛好家の皆さんです。
11月23日(木・祝)10時～15時30分
70人 1,300円
11月11日から ☎先

パン作り入門講座

クリスマス・シュトーレン
12月21日(木) ①9時30分～12時30分 ②13時30分～16時30分
各8人
各1,800円
必要事項、年齢、性別を明記し、往か 返 11月30日(着)抽

藤が丘地区センター

〒227-0043 藤が丘1-14-95
☎972-7021 ☎972-7031
休館日:毎月第4火曜(祝日の場合は翌平日)

藤が丘地区センターまつり

舞台発表、もえぎ野中学校美術部作品展示、各種イベント
11月19日(日)10時～15時
※図書返却業務のみ(市立図書館の本は貸出しも可) ※詳細はWEB参照
初めてのトール&デコパージュ ～クリスマスのボード～
12月3日(日)9時30分～12時
6人
800円
11月11日から ☎か ☎先 WEB先

▶アイコンの見方は9ページを参照してください。

■第2回英語でヨガストレッチ

🕒 12月6日～2024年2月28日の水曜(12月27日、2024年1月3日・10日を除く) 19時～20時 全10回 人数 15人 費用 6,000円(全回分、保険料含む) 申込み 11月11日から ☎ か ☑ か WEB 先

若草台地区センター

〒227-0045 若草台20-5 ☎ 961-0811 ☎ 961-1632 休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

■若草台地区センターまつり

🕒 11月12日(日)9時30分～16時 申込み ☎ ※11月11日・12日は図書返却業務のみ(市立図書館の本は貸出しも可)

■Happyフラダンス(初心者向け)

🕒 12月8日・22日、2024年1月12日・26日、2月2日・16日(金)15時15分～16時45分 全6回 人数 20人 費用 3,000円(全回分、保険料含む) 申込み 11月14日9時から ☎、10時から ☑ 先

■お正月フラワーアレンジメント

🕒 12月26日(火) ①13時30分～14時45分 ②15時～16時15分 人数 各10人 費用 各2,800円 申込み 11月14日9時から ☎、10時から ☑ 先

奈良地区センター

〒227-0036 奈良町1843-11 ☎ 963-5380 ☎ 963-5381 nara-kouza@jcom.zaq.ne.jp 休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

■歌とピアノのクラシック

★クリスマスコンサート

🕒 12月2日(土)14時～15時 人数 50人 申込み 11月11日10時から ☎ か ☑ か 必要事項を明記し、☑ 先

■ダンスパーティー

🕒 12月3日(日)13時～16時 費用 400円 持 ヒールカバー 申込み ☎ ※駐車場利用不可

■～今年の年末は自分で手打ち!～

そば打ちをマスターしよう♪

🕒 12月4日(月) ①10時～12時 ②13時～15時 人数 各4人 費用 各3,000円 申込み 11月11日10時から ☎ か ☑ 先

ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ

〒225-0024 市ケ尾町25-6 ☎ 308-7081 ☎ 308-7082 休館日:毎月第3月曜

■ミニイベント-秋-

🕒 11月18日(土)11時30分～13時45分 ☎ 物品販売・ミニカフェ・作品展示ほか 申込み ☎

大場地域ケアプラザ

〒225-0023 大場町383-3 ☎ 975-0200 ☎ 979-3200 休館日:毎月第3月曜

■リトミックであそぼう!

🕒 11月～2024年3月の原則第2・4木曜 ①10時～10時40分 ②10時50分～11時30分

人数 未就園児と保護者 各12組 費用 各600円(保険料含む) 申込み 11月11日9時から ☎ か ☑ 先

■第18回かやのき祭り

模擬店、発表、展示、キッズコーナー、ワークショップ

🕒 11月19日(日)10時～13時 申込み ☎

■終活講座「看取りについて～自分らしい生活を過ごすための“心の準備”～」

🕒 12月13日(水)10時～11時 人数 35人 申込み 11月11日から ☎ か ☑ 先

鴨志田地域ケアプラザ

〒227-0033 鴨志田町547-3 ☎ 961-6911 ☎ 960-6011 休館日:毎月第3月曜

申込み(共通)11月11日から ☎ か ☑ 先

■薬剤師さん「くすりの話」

🕒 11月17日(金)10時～11時30分 人数 20人

■スマホ講座(企業連携)

🕒 11月29日(水)・30日(木)13時30分～15時30分 全2回 人数 60歳以上 20人

恩田地域ケアプラザ

〒227-0066 あかね台2-8-4 ☎ 988-2010 ☎ 988-0901 休館日:毎月第4月曜

■VR認知症体験会

🕒 11月16日(木)14時～15時30分 人数 13歳以上 26人 申込み 11月11日から ☎ か ☑ 先

■ノルディックウォーキング

🕒 11月21日～2024年3月の原則第1・3火曜 各14時～16時 ※詳細は要問合せ 人数 各20人 費用 ポール貸出し100円 申込み 11月11日から ☎ か ☑ 先

■なごみサロンクリスマスコンサート

ハワイアンバンド「ピリオハナ」による演奏と「ロケラニ」によるフラダンス ①12月6日(水)13時30分～14時30分 人数 25人 申込み ☎ 先

荏田コミュニティハウス

〒225-0012 あざみ野南1-4-1 赤田東公園内 ☎/☎ 479-1149 休館日:毎月第2水曜(祝日の場合は翌平日)

申込み(共通)11月11日から ☎ か ☑ 先

■クリスマスフラワーアレンジ

🕒 12月9日(土)10時～11時30分 人数 10人 費用 2,500円

■大人クラフト「クリスマスフェルトブローチ」

🕒 12月14日(木)10時～11時 人数 10人 費用 200円

■おはなし☆

パラダイス・クリスマススペシャル!

🕒 12月19日(火)10時30分～11時 人数 幼児と保護者 8組

荏田西コミュニティハウス

〒225-0014 荏田西1-4-2 荏田富士塚公園内 ☎/☎ 507-1213 休館日:毎月第4月曜(祝日の場合は翌平日)

申込み(共通)11月11日から ☎ か ☑ 先

■クリスマスのフラワーアレンジメント

🕒 12月10日(日)10時～11時30分 人数 10人 費用 2,500円

■絆カフェ2023 第3回

ポチ袋に押し消しゴムはんこを作ろう! ①12月12日(火)9時30分～12時 人数 6人 費用 200円

■フィリアホール×横浜市民施設協会

四季をめぐるコンサート・冬～クリスマスに贈る癒やしのサクソフォン&ハーブデュオコンサート～ ①12月24日(日)11時～12時 人数 50人 ☎ 木村 有沙(サクソフォン)、宮本 あゆみ(ハーブ)

青葉台コミュニティハウス「本の家」

〒227-0062 青葉台2-25-4 ☎ 981-1400 ☎ 981-9883 aobadai@h02.itscom.net (自主事業申込専用) 休館日:毎月末日

■冬のお笑い教室

落語の基礎を学び1月の「初笑いあおば寄席」で発表します。

🕒 12月3日・10日・17日(日) 10時～11時30分、2024年1月7日(日)11時～12時30分 全4回 人数 小学生以上 8人 費用 1,500円(全回分) 申込み 11月11日から ☎ か ☑ 先

■冬休み子供企画

①こどもクリスマスリース教室 ②チョウの冬越しをかんざつしよう ①12月10日(日)13時～14時 ②12月23日(土)9時30分～11時30分 人数 小学生 ①15人 ②16人 費用 ①1,000円(材料費含む) 申込み 11月11日から ☎ か ☑ 先

■マンデーナイトヨガⅢ

初心者・体の硬い人歓迎 ①2024年1月15日～3月11日の月曜(2月12日を除く) 18時30分～19時30分 全8回 人数 22人 費用 4,500円(全回分、保険料含む) 申込み 必要事項、年齢を明記し、☎ か ☑ か ☎ 12月16日(着) 抽

青葉国際交流ラウンジ

〒227-0064 田奈町76(青葉区区民交流センター内) ☎ 989-5266 ☎ 982-0701 休館日:毎月第4日曜

■アフタヌーンティー

青空と草原の国 モンゴル ①12月3日(日)13時30分～15時 人数 25人 費用 500円 申込み 11月11日9時30分から ☎ か 必要事項を明記し、☎ (event-aoba@c04.itscom.net) 先

くろがね青少年野外活動センター

〒225-0025 鉄町1380 ☎ 973-2701 ☎ 972-1093

■たき火で焼きいも

🕒 12月1日(金)・5日(火)・6日(水)・7日(木)・12日(火)・13日(水)・15日(金)・

21日(木)・22日(金)、2024年1月24日(水) 各14時～15時30分、12月2日、2024年1月6日・20日(土) 各13時～14時30分、2024年1月5日(金) ①10時30分～12時 ②12時30分～14時

人数 親子 各10組(小学校3年生以上は子どものペアでも参加可) 費用 各2人1組600円(保険料含む、イモ追加1本200円、見学のみ100円) 申込み 11月11日～実施日3日前に ☎ 先

■のしもちづくり

🕒 12月24日(日)A:10時～11時 B:11時～12時 C:12時～13時 D:13時～14時

人数 小学生と家族 各3家族 費用 1家族3,500円(保険料含む) 申込み 必要事項、年齢、学年、性別を明記し、☎ か WEB 11月1日～15日(消) 抽

■チャレンジキャンプ冬

🕒 2024年1月13日(土)9時30分～15時30分 人数 小学校1～4年生 30人 費用 1人3,800円(保険料含む) 申込み 必要事項、年齢、学年、性別を明記し、☎ か WEB 11月16日～30日(消) 抽

谷本公園

〒227-0042 下谷本町31-10 ☎/☎ 511-7366

■冬の寄せ植え教室

🕒 12月18日(月)10時～12時 人数 18歳以上 12人 費用 1,500円 申込み 11月27日～12月10日に ☎ か ☑ 先

田奈恵みの里

〒227-0064 田奈町52-8 JA横浜田奈支店組織係 ☎ 981-1811 ☎ 981-1839 tanamegumi\_1999@yahoo.ne.jp

■こんにやく作り教室

🕒 12月9日(土)9時～11時30分 人数 青葉区・緑区在住の人 16人(子連れ参加不可) 費用 1,500円 申込み 必要事項、年齢を明記し、☎ か ☎ か ☎ 11月17日(着) 抽

青葉区社会福祉協議会

〒225-0024 市ケ尾町1169-22 ☎ 972-8836 ☎ 972-7519

■デフリンピックから学ぶ誰もが個性を活かした力を発揮できる共生社会 第1部:講演会 第2部ミニ手話講座

🕒 11月23日(木・祝)13時30分～15時30分 人数 30人 申込み 11月20日までに ☎ か WEB (申込フォーム) 抽

■移動支援に携わる支援者向け実践研修

🕒 12月8日(金)・13日(水)10時～12時 全2回 人数 青葉区において障害児・者の移動・生活支援に携わっている人 20人 申込み 12月4日までに ☎ か WEB (申込フォーム) 抽



**青葉区民文化センター フィリアホール**  
 〒227-8555 青葉台2-1-1  
 東急スクエア本館5階  
 ☎ 985-8555 ☎ 985-8560  
 申 チケットセンター ☎ 982-9999  
 休館日:毎月第3水曜 定員500人  
 ※未就学児入場不可(12月7日・8日・26日は除く)

**フィリアホールのコンサートへ  
抽選でご招待します!**

土曜マチネシリーズ 第4回  
 三浦 友理枝 ドビュッシー・ピアノ  
 作品全曲演奏会 第3回  
 ☎ 12月16日(土)14時開演  
 区内在住 5組10人  
 申 必要事項を明記し、往でフィリアホールへ。11月21日(着)抽  
 ※1人1回の応募のみ有効。抽選結果は12月上旬に発送します。  
 ※抽選に外れた人にも、公演チケット割引の案内を送ります。

**■あおばカノン2023**  
 ①リベルタアート展 ②マルシェ  
 ③あおばカノンコンサート (1)0歳児からのコンサート (2)みんなのコンサート  
 ☎ 12月7日(木) ①13時~16時  
 12月8日(金) ①②10時~15時  
 ③(1)13時~13時30分 (2)14時~15時

**■キッズのためのカウントダウンコンサート2024**  
 ☎ 12月26日(火) ①11時~11時45分  
 ②14時~14時45分 ¥ 1,000円(小学生以下は500円) おとみつく、しましまのおんがくたい 申 ☎ か 窓

**横浜市民ギャラリーあざみ野**  
 〒225-0012 あざみ野南1-17-3  
 (アートフォーラムあざみ野内)  
 ☎ 910-5656 ☎ 910-5674  
 休館日:毎月第4月曜  
 ※保育あり(予約制・有料) 1歳6か月~未就学児、4日前までに子どもの部屋(☎ 910-5724(9時~17時))へ申込み

**■あざみ野フェロマルシェ**  
 障害者福祉団体による手作りの雑貨・菓子・パン等を販売  
 ☎ 11月18日(土)10時30分~14時30分(売り切れ次第終了) 申 窓

**■Welcome!ロビーコンサート**  
 テノールとソプラノ歌手によるコンサート  
 ☎ 12月3日(日)12時~12時40分 申 窓

**■障害のある子どもたちのための親子で造形ピクニック**  
 ☎ 12月9日(土)10時~12時 個別支援学級、特別支援学校等に通う子と保護者、きょうだい、友達 10グループ(1グループ5人まで) ¥ 4歳以上の子 100円  
 申 11月29日までに WEB 抽

**青葉区地域子育て支援拠点**  
**ラフール**  
 〒227-0062 青葉台1-4【6階】  
 ☎ 981-3306 ☎ 981-3307  
**ラフールサテライト**  
 〒225-0024 市ケ尾町1152-25【1階】  
 ☎ 979-1360 ☎ 979-1361  
 (共通)休館日:日・月曜、祝日(月曜が祝日の場合は翌火曜も)  
 ひろば開催時間:10時~16時  
 ☆ 印講座への参加は、登録・「ひろば」受付を済ませてから  
 77 → ラフール開催  
 77 → ラフールサテライト開催

**■プレパパプレママ向け企画 ☆**  
 ①プレパパプレママの子育てプチ体験 & パパ・プレパパ座談会  
 ②妊娠期向け 赤ちゃんを迎える準備会  
 ③プレママちょこっと見学デイ  
 ☎ ① 77 11月11日、12月9日(土)各14時~15時30分  
 77 11月18日(土)10時~11時30分、14時~15時30分  
 ② 77 11月22日(水)14時~15時30分  
 ③ 77 12月6日(水)11時30分~12時30分(出入り自由)  
 35週までの妊婦とパートナー

☎ ①ミルクづくり、おむつがえ、妊婦ジャケット体験、交流と情報交換 ②沐浴体験、子育てすろく ③施設見学  
 申 ①②前日までに ☎ か 窓 ③ 直  
**■専門相談員がいる日 ☆**  
 ①発達相談員 ②臨床心理士 ③助産師  
 ☎ ① 77 11月14日(火)14時~16時  
 77 12月2日(土)14時~16時  
 ② 77 11月17日、12月1日(金)各10時30分~12時30分  
 77 12月8日(金)10時30分~12時30分  
 ③ 77 11月21日(火)14時~15時30分  
 77 12月5日(火)14時~15時30分  
 0歳~未就学児と家族、妊婦と家族  
 ☎ ①子どもの発達に関する相談 ②育児、家庭、生活などパパママの気持ちの相談 ③子どもの生活や健康、母乳や産前産後の体の相談 申 窓  
**■休日ひろば ☆**  
 ☎ 77 11月23日(木・祝)10時~16時  
 ☎ ひろば開催、相談、情報提供 申 窓

**善意銀行への寄付**  
 匿名1件  
 ありがとうございました。  
 青葉区社会福祉協議会  
 ☎ 972-8836 ☎ 972-7519

**こどもの国** 〒227-0036 奈良町700 ☎ 961-2111 ☎ 962-1366 休園日:毎週水曜(祝日の場合は開園)  
 入園料:大人600円、小・中学生200円、幼児(3歳から)100円、65歳以上平日のみ300円(要証明提示) ※行事の詳細は WEB 参照

今年も区民デー(こども入園無料)を企画していただきました!

**12月2日(土)は区民デー** 入園招待券で中学生以下の人は無料

2023年12月2日(土)限定 区民デーこども入園招待券  
 ダウンロードした入場券は無効です  
 切り取って区民デーに遊びに行きましょう! 1枚で中学生以下の人、1人無料で入場できます。 ※コピー不可

2023年12月2日(土)限定 区民デーこども入園招待券  
 切り取って区民デーに遊びに行きましょう! 1枚で中学生以下の人、1人無料で入場できます。 ※コピー不可

**12月2日(土)のイベント**  
 ■竹馬・フラフープであそぼう  
 ☎ 10時~15時 中央広場 申 窓  
 ■あそびの広場  
 折り紙でつくる八重のかざぐるまなどの工作を、遊びのボランティアが教えてくれます。  
 ☎ 11時~15時 ふれあい学び館 申 窓

**■秋の自然つめあわせ**  
 ☎ 11月2日(木)~30日(木)開園中  
 曲 正面入口案内所 ¥ 1箱 200円(解説ガイド付き) 申 窓  
**■自然スタンプビンゴ <紅葉バージョン>**  
 ☎ 11月19日(日)・23日(木・祝)・25日(土)・26日(日)各9時30分~16時(受付14時まで)※雨天中止 曲 正面入口広場 ¥ 各100円 申 窓

本連載では、8月号から2024年1月号(全6回)で各大学の地域貢献活動の取組を紹介していきます。

**連載 青葉6大学 地域貢献活動紹介**

★「鈴木満と青木純子・青木美知枝 三人展」を開催中!

キャンパス内にある教育博物館は、教育史などの資料約4万点を収蔵しており、どなたでも見学できます。  
 洋画家・鈴木 満と夫人の青木 純子、夫人の妹の青木 美知枝を紹介する企画展を12月17日(日)まで開催中です。  
 玉川学園7丁目のアトリエで制作活動を行った画家たちの三者三様の絵画表現をお楽しみください。

企画展の詳細はこちら  鈴木満《母子像》1973年 

たま がわ だい がく  
**Vol.4 玉川大学**  東京都町田市玉川学園 6-1-1~奈良町

★エクササイズで体を動かしませんか?

継続学習センターでは、年間150以上の公開講座を開講しています。  
 そのうち「TAMAGAWAカラダ改革クリニック」は、“最近体を動かしていない”“運動がなかなか続けられない”といった人にお勧めです。  
 ストレッチや有酸素運動、筋力トレーニング等、運動習慣のきっかけをつかみましょう!

 ストレッチの様子  
 公開講座の詳細はこちら 