

ここから12ページまではほどがや区版です

# ほどがや

7月号  
No.297

**特集1**

目指せJ1!  
横浜FCを応援しよう ..... 6

**特集2**

土木事務所がおすすめ!  
今井川の魅力三選 ..... 7

ホームページから  
PDF版を見る  
ことができます



## 和田稲荷・真福寺

しんぶくじ

ゆかりの人物 和田 義盛



和田稲荷

和田義盛は観世音菩薩のお告げを受け、この地に稲荷社を建立しました。

和田町の由来はこの和田稲荷からだとか。

門前にある満願地藏尊にお参りすると、願いごとがかなうかも?!

**所在地** 和田2丁目8-3  
相鉄線「和田町」駅より徒歩5分



真福寺

## 水道みち向台公園・陣ヶ下溪谷公園

ゆかりの人物 和田 義盛



水道みち向台公園

**所在地** 川島町694-1  
相鉄バス「横浜FCクラブハウス前」バス停より徒歩5分

和田合戦で北条義時に敗れ、義盛の家臣たちが陣ヶ下溪谷で復讐を誓ったという伝説があります。

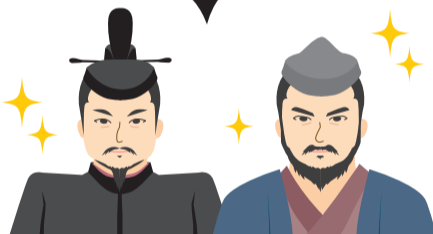
**所在地** 川島町1513-1  
相鉄バス「西原住宅入口」バス停より徒歩4分  
または相鉄線「上星川」駅より徒歩15分



陣ヶ下溪谷公園

## 鎌倉殿の13人

# 聖地巡りでタイムスリップ



源 頼朝

和田 義盛

鎌倉殿(源頼朝)や仕えていた武士の一人、和田義盛にゆかりのある場所を訪れて、新たな魅力を発見してみませんか?

問 区役所広報相談係 ☎ 334-6221 fax 333-7945

保土ヶ谷には、昔話や民話が  
たくさんあり、紙芝居にして  
伝えています!



ほどがやえかたり〜ベ  
代表 篠崎 顕一さん

## 釜壇山

かまだんやま

ゆかりの人物 源 頼朝

釜壇山の由来はこの釜壇山からだとか。



釜壇山に残る石碑

源頼朝が石で茶を沸かしたといわれている釜壇山。地元の人々から「お釜だ様」の愛称で親しまれています。

**所在地**  
釜壇山(釜壇山隧道の上辺り)  
(上星川1・2丁目の境目)  
相鉄線「上星川」駅より徒歩5分

## 東光寺

とうこうじ

ゆかりの人物 源 頼朝



源頼朝が釜壇山でお茶を飲んだとき、家来が東光寺周辺の谷戸の井戸から水を汲んだそうです。



湧水が出た場所に、今は池があります。当時の情景を想像してみは?

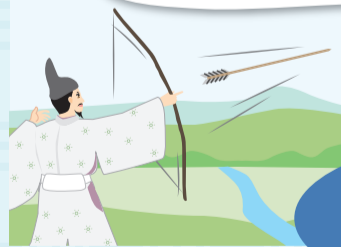
**所在地**  
上星川2丁目34-1  
相鉄線「上星川」駅より徒歩10分

## 仏向矢シ塚公園

やしづか

ゆかりの人物 源 頼朝・和田 義盛

釜壇山で沸かしたお茶がおいしくて水神に感謝の意を込め、帷子川に向かい矢を放ちました!



その矢が地面に刺さり、矢竹が生えてきたという伝説が「矢シ塚」の由来に。

**所在地**  
仏向町614-2  
市営バス「矢シ塚公園入口」  
バス停より徒歩5分



詳細や区内の史跡・寺社などは  
こちらをご覧ください♪  
区役所生涯学習支援係  
(本館2階23番)で配布中!



▲ダウンロードはこちら

特集1

# 目指せJ1! 横浜FCを応援しよう

横浜FC  
オフィシャルクラブ  
マスコット フリ丸

保土ヶ谷をホームタウンとし、現在J2リーグで奮闘中のプロサッカーチーム。  
スタジアムに行って、みんなの声援を選手に届けよう!

横浜FCは、区連合町内  
会長連絡会・区商店街連  
合会・区と協定を締結し、  
区の魅力向上のためにさ  
まざまな地域活動をして  
いるよ!



©2009 Y.F.SPORTS C.



## 選手に聞いてみました!



©YOKOHAMA FC  
#14 田部井 涼 選手

Q 保土ヶ谷の魅力は?

住みやすく、交通の便が良いところ。

Q 区内のおすすめスポットは?

上星川にある満天の湯です!

Q 自分の強みは?

左足のキックの精度です。

Q 区民の皆さんに向けてメッセージ

J1復帰に向けて共に戦いましょう!



©YOKOHAMA FC  
#24 高木 友也 選手

Q 保土ヶ谷の魅力は?

緑が豊かで、人が優しいところ。

Q 区内のおすすめスポットは?

県立保土ヶ谷公園にあるカフェです!

Q 自分の強みは?

ドリブルからのクロスです。

Q 区民の皆さんに向けてメッセージ

ぜひスタジアムまで応援に来てください!

## 地域ではこんな活動をしています

### ほ도가やクイズラリー

商店街に貼られたクイズに挑戦して、抽選で横浜FCグッズなどが当たるイベント。昨年大好評だったため、今年も実施予定です!



昨年の様子

### 交通安全に関する取り組み

警察署と連携し、交通誘導の手伝いや事故防止の啓発動画に選手が出演しています。



©YOKOHAMA FC  
登校中の児童を見守る 齋藤 功佑 選手

### スポーツ・食育動画



自宅でできる運動や地産地消の手軽なレシピを選手が紹介。

今すぐ実践できる内容なので、ぜひチェックしてください!



横浜FCマスコット「フリ丸」をデザインしたランドセルカバーを、区内の小学1年生に配布しています。

## 区内で練習しています!



2010年に西谷浄水場へ練習拠点が移転。クラブハウスも併設され、人工芝もリニューアル!

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在、練習見学は中止しています。

## ガチファンが語る! 試合の楽しみ方

全試合観戦  
しています!



区職員 橋本さん

ホームスタジアムのニッパツ三ツ沢球技場はサッカー専用スタジアムで、選手との距離がどこよりも近く、間近で観戦できます!  
「スタグル」(スタジアムグルメ)も、種類が豊富で楽しみの一つ♪

勢いこのまま  
突っ走るのみ!

### 7月のホームゲーム @ニッパツ三ツ沢球技場

7月 6日(水)19時  
vs ブラウブリッツ秋田

7月17日(日)18時  
vs ジェフユナイテッド市原・千葉

7月30日(土)18時  
vs いわてグルージャ盛岡



©YOKOHAMA FC  
#18 小川 航基 選手



チケットの購入など詳細はホームページをご覧ください▶

特集2



土木事務所が  
おすすめ!

# 今井川の 魅力三選

## 水辺愛護会って?

市民が水辺とふれあい親しめるように、河川や水辺施設の清掃などを行う団体。



保土ヶ谷土木事務所  
☎ 331-4445 fax 335-0531

### ① 松並木プロムナード

#### 歴史

旧東海道保土ヶ谷宿の雰囲気が再現されたプロムナード。復元された一里塚と松並木・上方見附モニュメントがあり、当時の面影を感じることができます。

**所在地** 瀬戸ヶ谷町197～288付近  
JR「保土ヶ谷」駅より徒歩15分



歩くと楽しい、  
歴史を感じる遊歩道。  
8月は納涼盆踊りで  
盛り上がります!



保土ヶ谷宿松並木プロムナード  
水辺愛護会 会長 内藤さん



### ② 今井川いこいの水辺

#### 自然



県立商工高校裏手から環状2号線高架下までの区間に整備されたせせらぎ緑道。今井川の源流付近で緑に囲まれながら、散歩を楽しめます。

散歩や通学で、自然に親しめる散策路。水辺の生き物に出会えることもあり、小学生にも人気です!



今井川いこいの水辺愛護会  
会長 高野さん

**所在地** 今井町740～925付近  
相鉄バス「美立橋」バス停すぐ

### ③ 今井川地下調節池

#### 防災

市内最大!



川の水量が増加したときに一時的に水を貯める施設。25メートルプールだと、約430個分の水を貯めることができます!

(直径10.8メートル、延長2キロメートル)  
※2004年3月完成



もともち広場は地元の憩いの場として親しまれています!



もともち広場水辺愛護会  
会長 石井さん

**所在地** 狩場町87  
相鉄バス「元町橋」バス停すぐ

#### ★土のうステーション

大雨による冠水・浸水などの被害を未然に防ぐため、誰でも自由に利用できます!

**所在地** 保土ヶ谷町1丁目65、  
西谷3丁目26-22付近



## 夏 到来!水の事故に備えよう

### 水の事故を防ぎましょう!

まもなく本格的な夏がやってきます。川やプールなどでの水遊びは、溺れると重大事故につながりやすく、大変危険です。水遊びを楽しみながらも、自分の命は自分で守る意識を身に付けましょう。

### もしも、溺れた人が呼吸をしていなかったら・・・

すぐに119番で救急車を呼び、心肺蘇生を行いましょ。

### あなたに今、できること

保土ヶ谷消防署では、成人に対する心肺蘇生法やAEDの使用方法・止血法などの応急処置を学ぶ、普通救命講習I(3時間)を行っています。ぜひ受講しましょう。



☎ 保土ヶ谷消防署予防係  
☎ 342-0119

◀横浜市消防局マスコットキャラクター ハマくん

### 着衣泳法指導会を開催します

日時	8月1日(月)10時~12時
会場	帷子小学校プール
対象・定員	区内在住の小学3~6年生 30人(抽選)
申込み	7月22日までに電話(平日8時45分~17時)



## 飼い主のいない猫のトラブルを減らそう

飼い主のいない猫は、対策を取らなければ増え続けてしまい、ふん尿被害や鳴き声などのさまざまなトラブルが生じます。地域で不妊去勢手術を行い、管理のルールを作るなど対策を取り、猫に関するトラブルを減らしていきましょう。

区役所環境衛生係(本館3階30番)では、不妊去勢手術のための捕獲器の貸出や地域での説明会などの支援を行っていますので、ご相談ください。

### 不妊去勢手術の費用を一部補助します

飼い主のいない猫が登録動物病院で不妊去勢手術を受けた場合、申請すると費用の一部(1頭につき最大5,000円)が補助されます。

#### 申請に必要なもの

手術実施証明書・領収書・耳カットをした猫のカラー写真など

☎ 区役所環境衛生係  
☎ 334-6363 ☎ 333-6309

耳先にカットがある猫は  
不妊去勢手術を受けています!



## 糖尿病の進行を防ぎましょう

生活習慣病の一つである糖尿病は、血液中のブドウ糖が異常に増え、血管を傷つけて全身にさまざまな合併症を起こす可能性があります。

糖尿病は、血糖値とヘモグロビンA1c(HbA1c)の検査値で分かります。まずは、健康診断を受け、検査値を確認しましょう。早めに食事や運動などの生活改善に取り組み、治療を受けることで重症化を防ぐことができます。

血糖値が高めの人を対象に  
生活改善にチャレンジするセミナーを開催します!

10~12月  
予定

※詳細は広報ほ도가や区版8月号でお知らせします。

☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6347 ☎ 333-6309

### 糖尿病の合併症



一人ひとりの輝きが、元気な地域をつくります!

## ほ도가や 地域ガレポート 第52回

### スポーツとともに、 地域に愛される施設を目指して

☎ 区役所生涯学習支援係  
☎ 334-6307  
☎ 332-7409

保土ヶ谷スポーツセンター 所長 からさわ ともあき 柄澤 友明 さん



柄澤 友明さん

星川駅から徒歩7分、気軽にスポーツができる場として1989年から地域の人々に利用されている保土ヶ谷スポーツセンター。「コロナなどで休館していた期間が長かったので、スポーツができる場所として改めて発信していきたい」と語るのは、港北スポーツセンターで6年勤務し、4月から保土ヶ谷スポーツセンター所長に就任した柄澤 友明さん。小さい頃から続けていた水泳がきっかけでプールの監視員のアルバイトを始め、それが縁となり、今の仕事に就くことになったそうです。これまでもさまざまなスポーツ施設の管理・運営に携わってきた柄澤さんは、市の施設と地域との関わりの深さに驚いたとのこと。「他の市と比べ、一緒に施設を作り上げている印象。保土ヶ谷スポーツセンターはインラインホッケーコートや器械体操のできる体育館があり、特色ある設備が整っています。直接利用者と対話するだけでなく、講師やスタッフからも情報を集め、常に利用者の目線に立つことを意識しています」と笑顔で話します。

保土ヶ谷スポーツセンターは令和4年度から指定管理者が変わり、施設としても新体制でのスタートとなりました。5月に行われた区のイベント「ほ도가や花フェスタ」でブースを出店するなど、施設のPRにも努めています。プライベートでも体を動かすことを意識しているという柄澤さん。「スポーツを通じて、新たな出会いや交流の場につながるお手伝いができればうれしいです。公共施設は利用者側が情報を取りに行かないといけなイメージがありますが、今後はツイッターやインスタグラムなども活用して、さまざまな世代に向けて積極的に発信していきたいです」と今の思いを力強く語ってくれました。



市内のスポーツセンターで唯一  
インラインホッケーコートがあります!



## フードドライブ&廃食油回収にご協力を!

☎ 区役所資源化推進担当 334-6304 fax 332-7409  
 資源循環局保土ヶ谷事務所 742-3715 fax 742-4931  
 区役所広報相談係(区民会議事務局) 334-6221 fax 333-7945

### 区民会議と協働!

「フードドライブ」と「廃食油回収」を実施します。

**日時** 7月22日(金)9時~10時 **会場** 区役所前広場

### フードドライブ

家庭などで余った食品を集め、区内の福祉施設や食べ物を必要としている人に届けます。

#### ○ 受付できるもの

賞味期限が2か月以上あり、常温保存可能な食品  
 お米、乾麺、缶詰、レトルト・インスタント食品、調味料、防災備蓄品など



#### × 受付できないもの

賞味期限が2か月を切っているもの、生鮮食品、開封されているもの、賞味期限の記載がない食品など

フードドライブは上記日程以外でも実施中!

#### 受付場所

区役所資源化推進担当(本館2階24番) 平日:8時45分~17時  
 資源循環局保土ヶ谷事務所2階(狩場町355) 日曜以外:9時~16時

令和3年度に集まった食品は約1,800食! 特にレトルトご飯が喜ばれています。



「ヨコハマ3R夢!」マスコット イーオ

### 廃食油回収

植物性食用油を集め、燃料として再利用します。

使用済み・期限切れの植物性食用油(ペットボトルに入れて持参、未使用品はそのまま可)



過去の回収ではこんなにたくさん集まりました!

環境にやさしい  
 バイオディーゼル  
 燃料に!



生まれ変わった燃料は、ビニールハウスのボイラーや発電機に使用されます。



## 区役所からの情報は、区公式ツイッターで!

☎ 区役所広報相談係 334-6221 fax 333-7945

区公式ツイッター(@ho\_yokohama)では、イベント・防災・子育て・地域の魅力的なスポットなど、区に関するさまざまな情報を発信しています。いち早く情報を手に入れることができるので、ぜひご活用ください!

フォローしてね!



#### 防災情報

避難所開設、防災マップ など

#### 魅力スポット

「鎌倉殿の13人」ゆかりの地紹介、保土ヶ谷の坂道 など



#### 子育て情報

保育所の見学会 など

#### イベント

区民まつり、朝市、写真展 など



## きらり☆シニア通信 第40回



活動はホームページからも見ることができます。

きらりシニア塾

☎ 区役所高齢者支援担当 334-6328 fax 331-6550

保土ヶ谷区では、いつまでも健康でイキイキと暮らし続けるために、地域でシニアの健康づくりの活動を行っているグループを「きらり☆シニア塾」と認定しています。健康づくりの活動をしている地域のグループの皆さん、きらり☆シニア塾の認定を受けませんか?(5月末現在の認定は101団体)

### 「きらり☆シニア塾」認定団体

#### No.88 星の丘ひまわりクラブ

太極拳、健康体操、グラウンドゴルフなど楽しく交流できる活動が、シニアの皆さんの生きがい、健康維持、相互見守りなどにつながっています。



**日時** 内容によって異なります  
**場所** 主に星の丘ビューシティ管理棟・隣接公園  
**対象者** 星の丘ビューシティ在住者(活動内容により、近隣も参加可)  
**会費** 1,000円/年(別途、活動に応じて追加あり)

#### No.90 ソラシドの会

歌唱だけでなく、腹筋を鍛えて口腔機能の向上を目指し、介護予防を行っています。  
 ※現在、活動を見合わせていますが、今後の新型コロナウイルス感染症の状況を見て再開時期を検討します。



**日時** 毎週木曜 13時~16時(変更の可能性あり)  
**場所** 常盤台中部自治会館  
**対象者** 歌うことが好きな人であれば誰でも  
**会費** 100円/回

※活動の様子は過去のもので、各団体の活動状況は、高齢者支援担当までお問い合わせください。

アイコンの見方

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄内容
- 🎒持ち物
- 📄申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話番号
- 📠ファクス番号
- ✉️Eメールアドレス
- 🏠休館日
- 🆓無料
- 👶保育
- 📅要予約

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

区役所から

中途障害者活動支援事業研修会

障害受容(本人や家族が障害をどのように受け入れていくのか)について、精神面・心理面から学ぶ研修です。

🕒8月31日(水)14時~16時30分  
 📍保土ヶ谷公会堂 区内在住・在勤 先着50人  
 👤講師:横浜市総合リハビリテーションセンター 小田 芳幸氏  
 📞8月1日から電話・FAX・電子申請システム 〒住所・氏名・電話番号・講演会名を明記  
 🏠高齢者支援担当  
 ☎️334-6328 📠331-6550 (8月1日公開)

横浜中部地区市民朝市

野菜・果物・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)

🕒7月17日・24日・31日、8月7日の日曜 7時30分~8時30分(売り切れ次第終了)  
 📍保土ヶ谷公園ミニ運動広場※直接会場へ。公園駐車場(有料)は5時からオープン。🏠北部農政事務所 ☎️948-2480 📠948-2488

ギャラリーガイド

🏠生涯学習支援係 ☎️334-6305  
 ●区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)  
 ・3R夢啓発展  
 🕒8月2日(火)~13日(土)  
 ●アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)  
 ・第20回 自画自賛の会 ~おうち時間・自分の時間~  
 🕒7月22日(金)~8月3日(水)  
 ・花と風景  
 🕒8月5日(金)~17日(水)

まちなか農家さんの“ほどがや朝市”  
 ~旬な“ほどがや野菜”を直売します~

🕒7月22日(金)9時30分~(売り切れ次第終了)  
 📍区役所前広場※直接会場へ(小雨決行・荒天中止。マイバッグを持参)  
 🏠地域力推進担当 ☎️334-6380 📠333-7945

施設から

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21  
 ☎️333-0064 📠520-1650 🕒7/19(火)

子どもおもしろ実験室  
 ~回転式アニメを作ろう~

🕒8月5日(金)10時~11時30分  
 👤小学生 先着15人(小学2年生以下は要保護者同伴) ¥700円(材料費・保険代含む)  
 🕒はさみ、カッター、両面テープ、ドライパー、筆記用具、上履き  
 🕒7月15日9時30分から電話

ヴォイストレーニング  
 ~基礎から学べるレッスン~

🕒9月2日・16日・30日の金曜(全3回) 10時~11時30分  
 👤18歳以上 先着15人 ¥2,100円  
 🕒筆記用具、動きやすい服装  
 🕒7月29日9時30分から電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1  
 ☎️352-3992 📠442-3559 🕒7/19(火)

子ども将棋教室

🕒7月26日(火)15時30分~16時50分  
 👤小学3~6年生 先着12人  
 📍直接会場へ

西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1  
 ☎️371-3794 📠370-3161 🕒7/19(火)

親子ヨガ

🕒8月6日(土)10時~11時  
 👤乳児と保護者 先着6組 ¥300円  
 🕒7月16日

英語で遊ぼう!

🕒8月20日、9月3日の土曜 10時30分~11時30分  
 👤年中~小学校低学年 各先着10人 ¥300円/回  
 🕒7月30日

草花を楽しもう!~草木染め~

🕒8月26日(金)9時30分~13時  
 👤成人 先着10人 ¥2,300円  
 🕒8月5日

共通 🕒各開始日10時から電話かHP

権太坂コミュニティハウス

〒240-0026 権太坂3-1-1 権太坂スクエアA-1  
 ☎️713-6625 📠713-6695 🕒7/19(火)

パソコン相談会

🕒7月12日・26日、8月2日の火曜 13時30分~16時30分  
 🕒パソコン 📍直接会場へ

脳トレ&タオル体操

🕒8月19日(金)13時30分~15時  
 👤先着25人  
 🕒シニアのための運動講座  
 🕒タオル、飲み物  
 🕒7月15日から窓口か電話

おはなし村

🕒8月20日(土)11時~11時30分  
 👤2歳以上 先着15人  
 🕒紙芝居の実演見学  
 🕒7月16日から窓口か電話

峯小学校コミュニティハウス

〒240-0064 峰岡町1-10  
 ☎️337-3319 🕒休火・金曜

夏休み親子工作教室

🕒8月11日(祝・木)13時30分~16時  
 👤小学生と保護者 先着10組  
 🕒マジックペン  
 🕒7月16日から窓口か電話

桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30  
 ☎️331-5368 📠331-8990 🕒7/19(火)

図書室で働いてみよう~「お話し」をたどる~

🕒8月9日(火)10時30分~12時  
 👤小学生 先着8人

ミニサマーキャンプin桜ヶ丘

🕒8月17日(水)10時~15時  
 👤小学生 先着8人 ¥500円

夏の夜のコミュニティハウス探検

夜の館であそぼう!  
 🕒8月25日(木)19時~20時  
 👤5歳以上 先着12人(送迎は要保護者)

共通 🕒7月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1  
 ☎️371-7611 🕒休火・金曜

夏の夕べの琵琶の弾き語り

🕒8月7日(日)16時~17時30分  
 👤先着30人  
 🕒那須与一、雪女ほか  
 🕒7月16日から窓口・電話・FAX  
 〒住所・氏名・電話番号を明記

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2  
 ☎️348-8277 📠348-8288 🕒7/25(月)

体幹トレーニング&ユニカール(陸のカーリング)

🕒7月21日(木) 体幹トレーニング:13時~、ユニカール:14時~  
 👤先着20人 ¥各500円(両方参加:800円)  
 🕒ゴムチューブ、上履き、飲み物  
 🕒7月15日から窓口か電話

ほどがや農産物直売所ガイド

🏠区役所地域力推進担当 ☎️334-6380 📠333-7945



やさしい直売所

ここで紹介した直売所の詳細や区内の直売所については▶

たくさんの夏野菜が並ぶこの時期、「やさしい直売所」の一押しは真っ赤に熟したトマト。完熟状態のトマトは、甘味・旨味、共にたっぷり近隣では、採れたて野菜を軽トラックに積んで販売する「引き売り」を行い、多くの人に新鮮な野菜を届けています。

7月の販売品目 きゅうり・とうもろこし・トマト・なす・ピーマンなど



▲周辺にスーパーが少なく引き売りは大好評!

営業情報

**所在地** 川島町927  
**日時** 年中無休(年末年始・お盆・雨天休業) 14時~(売り切れ次第終了)  
**電話** 371-5400  
**アクセス** 相鉄バス「遊園地前」バス停より徒歩3分



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

### 保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1  
☎333-1336 ㊟335-0421 休 7/19(火)

■図書館deYES〜海藻の「おしば」作り〜  
㊟8月2日(火)10時～11時30分 小学生3～6年生 先着10人 海岸に打ち上げられた海藻を素材にした「おしば」作り ㊟7月15日9時30分から窓口か電話

■夏休みおはなし会  
㊟①8月3日・②17日の水曜 15時45分～16時15分 一人て話を聞ける子ども 各先着9人 絵本、紙芝居の読み聞かせなど ㊟①7月27日、②8月10日9時30分から窓口か電話

■図書館の仕事体験  
㊟8月9日(火)・10日(水)9時～12時 中学生1年生～高校3年生 各先着4人 本棚の整理や予約された本の準備作業などの仕事を体験 ㊟7月20日9時30分から窓口か電話

■親子おはなし会  
㊟8月18日(木)10時30分～、11時～※各回同一内容 0～2歳の乳幼児と保護者 各先着7組 絵本、歌、絵本の読み聞かせなど ㊟8月11日9時30分から窓口か電話

### 岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15  
☎337-0011 ㊟337-2500 休 7/11(月)、8/8(月)・9(火)

■午前の音楽会vol.135「本格JAZZを聴く」  
㊟9月17日(土)11時10分～ 全席指定1,200円 出演:七澤清貴(バイオリン)、藤田勝美(サクソ)、藤田治(トランペット)ほか、曲目:オータムリーブスほか ㊟7月17日からチケット発売

■高橋長英 朗読と音の調べ「三年目」「山桜」「遠ざかる声」  
㊟10月29日(土)13時30分～ 全席指定2,900円 出演:高橋長英、オマタツロウ、増田美穂、野口英 ㊟7月19日からチケット発売

### ほ도가や国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階  
☎337-0012 ㊟337-0013 ㊟toiawase@hodogaya-kokusai.com 休 7/11(月)、8/8(月)・9(火)

■日本語教室  
㊟7月14日～23日の木曜夜・金曜午前・土曜午後(7月22日・28日～8月27日は休み) 外国人 ㊟直接会場へ※金曜午前・土曜午後は要申込

■ハローギャザリング  
リモートで楽しくおしゃべりしましょう。  
㊟7月16日(土)15時～16時 外国人、日本人 ㊟テーマ:夏祭り ㊟事前にEメール氏名を明記

### 瀬戸ヶ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ヶ谷町71  
☎㊟712-2412 休 7/19(火)

■小学生卓球DAY  
㊟7月23日(土)10時～15時 小学生(親子可) ㊟上履き ㊟直接会場へ

■小学生お楽しみ工作「ビー玉万華鏡を作ろう!」  
㊟7月23日(土)10時～15時 小学生 ㊟300円(家族:2個500円) ㊟直接会場へ

■跳び箱・鉄棒特訓体育教室  
㊟8月9日(火)10時～11時30分 小学生 先着17人 ㊟200円 ㊟上履き ㊟7月16日から窓口(電話は翌日から)

### ほ도가や市民活動センター アワーズ

〒240-0006 星川1-2-1  
☎334-6306 ㊟339-5120 ㊟toiawase@hodogaya-ours.jp 休 7/19(火)

■ほ도가やサタ「定例おそうじ」  
サタになってみんなのまちをきれいにしよう。  
㊟7月23日(土)10時～12時 ㊟直接会場へ

■OURS GREEN DAY みどりのワークショップ  
㊟9月10日(土)13時30分～15時30分 ㊟ガーデニングに関心のある人 先着5人 ㊟500円 ㊟季節に合わせた、気軽に植物と触れ合えるワーク体験 ㊟8月10日から窓口・FAX・Eメール・HP 氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレスを明記

### 横浜市子ども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122  
☎741-1015 ㊟742-7604 休 7/19(火)

■昆虫と植物展  
㊟7月23日(土)～8月21日(日)9時～16時30分 ㊟昆虫標本、昆虫と植物の関係についてのパネル展示 ㊟直接会場へ

■エジソンのマダケで点灯実験  
㊟8月20日(土)①10時～12時、②13時30分～15時30分 小学生 各5人(抽選)※小学生は要保護者同伴 ㊟1,000円 ㊟竹のフィラメントを作り電流を流して光らせる ㊟8月6日必着

■初心者向けボタニカルアート体験教室  
㊟9月14日、10月12日、11月9日、12月14日、2023年1月11日、2月8日の水曜(全6回)10時～12時 成人 12人(抽選) ㊟8,000円 ㊟8月4日必着

共通 ㊟各締め切り日までに窓口・はがき・FAX・HP 住所・氏名(ふりがな)、「エジソンのマダケで点灯実験」は保護者氏名・学年も)・電話番号・事業名を明記

### 浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F  
☎311-6085 ㊟311-6050 休 7/19(火)

■手回しオルゴールであそぼう～オリジナルの曲を作って演奏してみよう。ミニコンサートもあります～  
㊟8月11日(祝・木)10時～11時30分 小学生(2年生以下は要保護者同伴) 先着10人(保護者含む) ㊟200円(当日持参) ㊟7月15日から窓口か電話

### こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1  
☎811-8444 ㊟812-5778

■ファミリークッキングピザ C  
㊟9月3日(土)10時～14時 8人以内の家族 9組(抽選) ㊟中学生以上:2,000円、小学生:1,500円、4歳～未就学児:1,000円、3歳以下:100円 ㊟石窯焼きのピザ作り ㊟8月5日まで

■おひさまクラブII  
㊟9月7日・14日・28日、10月5日・12日・19日の水曜(全6回)14時～16時 4歳以上の未就学児と保護者 24組(抽選) ㊟6,600円/組(追加 中学生以上:3,300円、4歳～小学生:2,400円、3歳以下:300円) ㊟自然遊び・クラフト・おやつ作りなど ㊟7月29日まで

■ファミリークッキングバーベキュー C・D  
㊟㊟9月18日(日)・㊟19日(祝・月)10時～14時 8人以内の家族 各12組(抽選) ㊟中学生以上:2,700円、小学生:2,200円、4歳～未就学児:1,200円、3歳以下:100円 ㊟8月12日まで

共通 ㊟各締め切り日消印有効ではがきかHP 住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメールアドレス・事業名を明記

### 中央図書館

〒220-0032 西区老松町1  
☎262-0050 ㊟231-8299

■移動図書館 はまかぜ号  
㊟7月13日・27日、8月10日の水曜 15時10分～16時※荒天中止 ㊟狩場町第三公園(狩場町325-5) ㊟図書館にある約3,000冊の本を載せて巡回し、本の貸出・返却・予約を行う ㊟直接会場へ

### 男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1  
☎862-5052 ㊟865-4671 休 7/28(木)

■女性のためのこころのケア講座  
㊟7月12日(火)10時～12時 女性 先着25人 ㊟600円 ㊟DVによる傷つきを理解し、自分をケアする講座(テーマ:精神的暴力、モラルハラスメント) ㊟直接会場へ(㊟862-5058)

■エクセル初級  
㊟8月13日(土)・14日(日)(全2回)10時～15時30分 女性 先着15人 ㊟11,000円 ㊟表計算の基礎から関数・データベースの基礎を学ぶ

■再就職・転職のためのパソコン講座  
㊟8月17日(水)～19日(金)・22日(月)・23日(火)(全5回)10時～15時30分 女性 先着15人 ㊟22,000円

共通 ㊟7月15日から電話(㊟862-4496、火・金・土の9時30分～12時・13時～15時30分)かHP

※保育は2か月～未就学児、予約制(4日前まで)、有料 ㊟子どもの部屋 ㊟862-4750

## 今月の#フォトガヤ



区Instagram「hodogaya\_official」では、自然・グルメ・景色など魅力的なスポットを発信中!

投稿された中からおすすめの1枚を紹介します。  
今回は、@wataru\_33さんの写真です。

今年も夏がやってきたー!

区Instagram



「#フォトガヤ」を付けて投稿すると、皆さんの写真が紹介されるかも!!

区役所広報相談係 ☎334-6221 ㊟333-7945



#桜ヶ丘  
#夏空 #入道雲

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

## 保健・子育てインフォメーション

申岡 健康づくり係 ☎334-6344～7 ☎333-6309

■肺がん・胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 ☎  
内容などの詳細は、広報ほどがや区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■高齢者結核健康診断 予約 ☎334-6347  
☎8月23日(火)9時30分～10時(受付)7月19日から 区役所本館3階 165歳以上  
で過去1年、胸部エックス線検査を受けていない人 先着15人 胸部エックス線撮影

■エイズ・梅毒検査 予約 匿名での検査 ☎334-6347  
※事前に実施状況を電話で問合せください。  
☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)(受付)9時～9時15分 区役所本館3階 結果を  
翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明(受付)8時45分～9時

■食と生活の健康相談 予約 ☎334-6344  
食生活・運動・禁煙などの相談(糖尿病・脂質異常症・高血圧・肥満など)  
☎①7月21日(木)9時～、10時～、11時～ ②8月9日(火)13時30分～、14時30分  
～、15時30分～ 区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 予約 ☎334-6344  
☎7月22日(金)9時～、10時～、11時～ 区役所本館3階栄養相談室 0～18歳  
の食事の相談 母子健康手帳

■離乳食教室 予約 ☎334-6344  
☎7月22日(金)13時30分～、14時30分～※時間は後日連絡  
区役所本館3階会議室 生後7～8か月児(離乳食1日2回程度)と  
保護者 各先着12組 離乳食の話、調理実演、個別相談 タオル、  
母子健康手帳、マスク



■歯っぴいいきいき1歳児 予約 ☎334-6347  
☎8月3日(水)9時45分～、10時45分～(予約)随時  
区役所本館3階受付 2021年7～9月生まれ 各先着10人  
歯ブラシ(親子とも)、母子健康手帳



申岡 こども家庭係 ☎334-6323 ☎333-6309

■乳幼児歯科相談 予約 ☎334-6297  
☎8月24日(水)9時30分～、10時～、10時30分～ 区役所本館3階母子相談  
室 未就学児 歯ブラシ、母子健康手帳

■乳幼児健康診査 ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	7月20日、8月3日の水曜	12時45分～13時30分の間で 個別にご案内した時間
1歳6か月児	7月27日(水)、8月4日(木)	
3歳児	7月14日・21日の木曜	

区役所本館3階健診受付 問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バ  
スタオル、歯ブラシ(1歳6か月児、3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)  
※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。  
※転入された方にはご案内が届かない場合がありますのでお問合せください。  
※軽装の上、飲み物持参のご協力をお願いします。

地域子育て支援拠点 **こっころ** からのお知らせ  
〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 ☎332-3190  
休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHPをご覧ください。

■絵本作家 <sup>ほしなたくお</sup>保科球音と12人のお父さん達～4thシーズン～ 予約  
☎7月16日(土)10時30分～11時30分 未就学児と保護者

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 予約  
子どもを預けたい人と子育てを応援したい人(預かる人)を対象とした説明会で  
す。会員になるためには、この説明会への参加が必要です。子どもも同席できます。  
☎8月6日(土)・26日(金)10時30分～11時30分 子ども(生後57日～小学6年  
生)を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 各先着7人 7月15日  
から窓口か電話(☎333-3885)

■プレパパ・プレママDAY 予約  
これから迎える赤ちゃんとの生活、生まれる前に「こっころ」に遊びに来ませんか?  
☎8月27日(土)10時～12時 妊婦とパートナー 先着4組 着替え体験・赤ちゃん  
との触れ合い遊びなど 10時バスター 8月2日9時30分から電話

## スポーツ情報

区民大会 区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内)  
☎☎332-1130(月～金曜の13時～17時)

※申込書は事務局で配布

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合せ先
お楽しみ卓球大会	9月4日(日) (8月2日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	1,000円/人	石田 昌子 ☎332-3646
卓球大会 ペアマッチチーム戦	9月18日(日) (8月9日必着)		2,000円/チーム	

清水ヶ丘公園屋内プール 〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2  
☎243-2131 ☎243-2206 休 8/1(月)

■夏休み子ども短期水泳教室募集

日程	時間	費用	対象・定員
8月2日(火)～5日(金) (全4回)	①幼児:16時45分～17時30分	3,800円	①年少以上 各15人(抽選) ②小学生 各20人(抽選)
8月9日(火)～12日(金) (全4回)	②小学生:17時30分～18時30分		

☎①水慣れ～バタ足、②水慣れ～クロール 水着・水泳帽・ゴーグル・タオル 7月20  
日必着で窓口かはがき 〒住所・氏名・電話番号・教室名を明記


## すみれ通信 ～区民の情報広場～ ※区民が主催する活動を掲載

■かるがもキッズ養成講座受講生募集  
保育や親子遊びなど、子育て支援に興味のある方、一緒に活動しませんか。  
☎9月12日(月)、10月17日(月)、11月21日(月)、12月7日(水)・12日(月)(全  
5回)10時～11時30分 かるがも(川辺町5-11)、ほどがや地区センター 20  
人 ¥500円 8月31日までに電話かEメール 塩川 ☎070-5028-1931  
☎hodogaya.karugamokids2022@gmail.com

### さわやかスポーツ 参加者募集 無料

誰でも気軽に楽しむことができるニュースポーツの体験コーナーです。

☎7月16日、9月10日、11月19日の  
土曜 13時15分～14時45分 保土ヶ谷  
スポーツセンター 1 ボッチャ、グラウン  
ドゴルフ、輪投げ、ラダーゲッター、ナイン  
ゴール、シャフルボード、カローリング、  
バウンスボールなど 室内履き、汗拭き  
タオル 直接会場へ



ラダーゲッター


区さわやかスポーツ普及委員会事務局 ☎080-4654-5187

### 子どもと読もう 今月の1冊

区保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 ☎335-0421

#### あめがふるとき ちょうちょうはどこへ 幼児向け

あめが ふるとき、ちょうちょうは、どこへ いくのか  
しら。みつばちには すがあるし、うちのねこは げん  
かんに かけこみます。あひるみたいに、ぬれてもへ  
いきな いきものもいます。でも、ちょうちょうは はね  
がぬれたら とべません。そんなとき、ちょうちょうは  
どこへ?



メイ・ゲアリック/文 レナード・ワイスガード/絵 岡部うた子/訳 金の星社  
青の濃淡が、しっとりとした雨を思わせる一冊です。語りかけるような文が、自然  
を観察してみようと誘います。