

こうほくインフォメーション

当月11日からの予定

マークの説明

☎…電話 ☎…ファクス ✉…Eメール ㊟…申込み ㊞…問合せ

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代等含む)
 - 申込みの記載がない場合は当日直接会場へ
 - 区役所への郵便は「〒222-0032 大豆戸町26-1 港北区役所〇〇係」へ
- [必要事項]** は行事名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・(往復はがきは返信先)を記入してください
 - 住所等の個人情報は催しの開催・申込者への連絡以外の目的には使用しません
 - 電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です

ミズキーの一言メモ



この欄(10～12ページの端)では、催しの補足情報等を掲載しています。

①すくすくムジカ0歳からの音楽会
0歳児から参加できる音楽会です。親子でオーボエ四重奏を楽しめます。演奏中の出入りは自由です。

②港北区民俗芸能のつどい
参加団体は、鳥山町囃子保存会、横浜興禅寺雅楽会、菊名囃子連、小机城址太鼓、大曽根夢太鼓どどん鼓、和太鼓ユニット三色だんご、新羽はやし連、岸根囃子連です。

③生ごみを土にかえそう説明会
自宅のベランダや庭等で、調理くずや食べ残しを捨てずに生かしてみませんか。誰でも簡単に始めることができます。

④こども「紙芝居づくり」教室
自由な発想で自分だけの紙芝居を作ります。完成した紙芝居はみんなの前で発表します。

⑤プリザーブドフラワー教室
中級はブルーのグラデーションが美しいサマーリースアレンジメントを、初級では真っ白なバスケットにシトラスカラーのお花を詰め込んだバスケットアレンジメントを制作します。

⑥無料ランチタイムコンサート
イタリアのミラノ・スカラ座(せんざん)で研鑽(けんさん)を積んだ(あまう)大雨航平氏の伴奏と、バリトン歌手の松浦宗梧氏による、イタリアオペラを中心とした演奏会です。



大雨航平氏と松浦宗梧氏

⑦0歳から中学生の親子マッサージ
親子で癒され元気になる子育てツールです。講師は、EduQ国際ナチュラルタッチ協会代表の伊吹砂織氏です。オイルを使ったマッサージもできます。

⑧世界の音楽講座
コレパティール(ピアノ)を弾きながらオペラ歌手に稽古をつける仕事)について、大雨航平氏が実演を交えながら語ります。

⑨手形・足形アートワークショップ
海やヒマワリのアート等、季節にぴったりなデザインで子どもの手足をデザインします。フォトスペースで記念撮影もできます。



作品例



区役所から

■すくすくムジカ0歳からの音楽会 ①

6月17日(火)10時～10時45分、港北公会堂、未就学児と保護者(18歳以上の1人参加も可)、1組500円

㊞ 港北童謡の会事務局(はかりや)

☎070-5556-1491

✉fururusato@gmail.com

■港北区民俗芸能のつどい ②

6月22日(日)12時30分～16時30分、港北公会堂

㊞ 港北区民俗芸能保存協会事務局(浜田)

☎090-6184-5812

■生ごみを土にかえそう説明会 ③

6月26日(木)10時30分～11時、区役所中庭 ※雨天中止

㊞ 資源化推進担当

☎540-2244 ☎540-2245

■こども「紙芝居づくり」教室 ④

①港北図書館:7月29日(火)、10時～12時、13時30分～15時30分、②菊名地区センター:8月7日(木)10時～12時30分、全2回(①はいずれかの回に参加)、①②区内在住か在学の小学生、抽選30人

㊞ 区ウェブサイト(7月3日まで)生涯学習支援係へ

㊞ 港北区 読書活動の推進

☎540-2239 ☎540-2245



スポーツ

■小学生スポーツフェスティバル

7月27日(日)、10時～12時、13時30分～15時30分、港北スポーツセンター、区内在住か在学の小学生、先着各250人

㊞ 区ウェブサイト(6月16日～)生涯学習支援係へ

㊞ 小学生スポーツフェスティバル

☎540-2238 ☎540-2245

港北スポーツセンター

〒222-0032 大豆戸町518-1

☎544-2636 ☎544-1859 ㊞第3月曜

■夏休み小学校テニス教室

7月28日(月)～8月1日(金)、7時45分～8時45分、全5回、小学生、先着32人(低学年:16人、高学年:16人)、7,500円 ※雨天中止

㊞ 電話か来館(6月21日～)

■夏休み体操集中講座

鉄棒や跳び箱の苦手克服教室。8月5日(火)～7日(木)、全3回、①鉄棒:8時15分～9時15分、②跳び箱:9時30分～10時30分、①②小学1～3年生、先着各30人、3,000円

㊞ 電話か来館(6月21日～)

■夏休みかけっこ教室

かけっこの苦手克服教室。8月8日(金)、①8時15分～9時15分、小学1～3年生、②9時30分～10時30分、小学4～6年生、①②先着各20人、1,000円

㊞ 電話か来館(6月21日～)



施設から

港北国際交流ラウンジ

〒222-0032 大豆戸町316-1

☎430-5670 ☎430-5671 ㊞第3月曜

■スマイル イングリッシュ

小学生がネイティブ講師に英語と文化を学ぶ。7月23日(木)・25日(金)・28日(月)・30日(水)、8月1日(金)、全5回、10時～11時、小学2～4年生、抽選15人、5,500円

㊞ ウェブサイトか来館(6月28日16時まで)

大倉山記念館

〒222-0037 大倉山2-10-1

☎544-1881 ☎544-1084 ㊞第2月曜

■プリザーブドフラワー教室 ⑤

①中級:7月5日(土)、10時～12時、14時～16時、4,500円、②初級:7月6日(日)10時～12時、4,000円、①②18歳以上、先着各12人

㊞ 電話(6月16日10時～)

港北公会堂

〒222-0032 大豆戸町26-1

☎540-2400 ☎540-2399 ㊞第2月曜

■無料ランチタイムコンサート ⑥

6月18日(水)12時15分～12時45分

■0歳から中学生の親子マッサージ ⑦

6月28日(土)、①10時～11時、②11時30分～12時30分、③13時～14時、①②未就学児と保護者、先着各7組、1組1,500円、③小・中学生と保護者(保護者のみの参加可)、先着5組、1組2,000円

㊞ 電話か来館(6月16日10時～)

■世界の音楽講座 ⑧

7月4日(金)14時～15時30分、小学生以上、先着100人、1,000円

㊞ 電話か来館(6月15日10時～)

■手形・足形アートワークショップ ⑨

7月6日(日)10時30分～13時30分、2か月～3歳の子と保護者、先着10組、1組2,000～3,500円

㊞ 電話か来館(6月19日10時～)

綱島地区センター

〒223-0053 綱島西1-14-26

☎545-4578 ☎531-5771 ㊞第3月曜

■つなしま絵本読み聞かせの会

子どもと一緒に絵本の世界へ。7月9日(水)10時45分～11時15分、未就学児と保護者、当日先着12組

■夏休み小学生パン作り教室

7月21日(月祝)、10時～12時30分、13時～15時30分、小学3～6年生(小学3・4年生は保護者同伴)、先着各9組、2,200円

㊞ 来館(6月21日9時～、10時から電話可)



調理例

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10

☎421-1211 ☎431-5212

㊞6月16日、7月8日～10日

■大人のための朗読会

井上ひさし「親銭子銭」ほかを朗読。6月28日(土)15時～16時、18歳以上、当日先着40人

■子ども司書講座 ⑩

7月24日(木)・25日(金)、8月21日(木)、全3回、10時～14時、区内在住の小学4～6年生、抽選10人

㊞ ウェブサイト(7月11日まで)

■おはなし会

イベント名	日 時		対 象	定 員
ひよこのおはなし会	6月12日・26日(木)	11時20分～11時50分	3歳以下の子と保護者	当日先着15組
ひろばのどんぐりおはなし会	6月14日(土)	15時30分～16時	3～6歳の子と保護者	—
ひろばおはなし会	6月18日(水)	15時～15時30分	3～6歳の子と保護者	—
紙芝居の日	6月21日(土)	15時～15時30分	—	—
いちど一土のおはなし会	7月5日(土)	15時～15時30分	小学生以上	当日先着40人

篠原地区センター

〒222-0022 篠原東2-15-27

☎423-9030 ☎423-9032 ㊞第3月曜

■しのはらおはなしの会

楽しい読み聞かせ。7月3日・10日(木)、11時～11時30分、小学生以下(未就学児は保護者同伴)

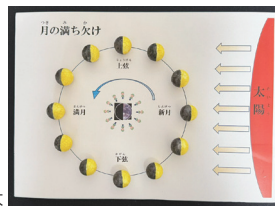
■パパの赤ちゃん会

育児相談やパパ同士の情報交換。7月5日(土)10時30分～11時30分、1歳6か月以下の子と父親

■夏の星空めぐり

夏の星座と天の川の話、月の満ち欠け盤工作。7月6日(日)10時～11時30分、小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)、先着10人、500円

㊞ 来館(6月17日9時～、10時から電話可)



作品見本

■プロが教える真夏のスキンケア

潤う肌を保つ、洗顔やマッサージを学ぶ。7月17日(木)10時～11時30分、18歳以上、先着20人、500円

㊞ 来館(6月18日9時～、10時から電話可)

■天体望遠鏡をつくろう

7月21日(月祝)9時30分～12時、小学生以上の子と保護者、先着6組、4,300円

㊞ 来館(6月24日9時～、10時から電話可)

菊名地区センター

〒222-0011 菊名6-18-10

☎421-1214 ☎431-4101 ㊞第3月曜

■おはなしたんぽぽ

絵本の読み聞かせや手遊び等。6月13日(金)11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着15組

■菊名おもちゃの病院

おもちゃの修理。7月12日(土)10時～11時、中学生以下と保護者、先着16人(1家族2点まで)、人を傷つける恐れのある物やテレビゲーム等除く、部品代実費

㊞ 電話か来館(6月17日10時～)

■日本舞踊体験

着付けの稽古と「さくら さくら」を踊る。7月20日(日)、21日(月祝)、全2回、①大人の部:12時15分～14時15分、18歳以上、②子どもの部:14時15分～16時15分、3歳～13歳、①②先着各10人、1,000円 ※足袋か白い靴下着用、浴衣(レンタル有)持参、14歳～17歳はいずれかの部を選んで参加可。

㊞ 電話か来館(6月18日10時～)

■夏の手ぬぐい作り

夏の絵を描きオリジナルの手ぬぐいを作る。7月27日(日)10時～12時、小学生(保護者の同伴可)、先着13人、700円

㊞ 電話か来館(6月19日10時～)

城郷小机地区センター

〒222-0036 小机町2484-4
☎472-1331 ㊟472-1332 ㊟第4月曜

■おはなしの部屋

パネルシアターや絵本の読み聞かせ。6月24日(火)10時30分～11時、未就学児と保護者、当日先着12組

■背骨コンディショニングG体操 夏

ストレッチで肩こりや腰痛を予防。7月7日・14日・21日、8月4日・18日、9月1日・8日・15日・29日(月)、全9回、13時30分～14時30分、18歳以上、先着18人、4,500円
㊟電話か来館(6月17日10時～)

■木曜朝の健康ヨガ 夏

ヨガで心と体を整えてリフレッシュ。7月10日・24日、8月14日・28日、9月11日・25日(火)、全6回、10時～11時、18歳以上、先着16人、3,000円
㊟電話か来館(6月16日10時～)

■土曜の朝の体操教室 夏

音楽に合わせて体を動かす。7月12日・19日・26日、8月2日・9日・23日・30日、9月6日・13日・20日・27日(土)、全11回、①9時15分～10時15分、②10時35分～11時35分、①②18歳以上、先着各40人、3,300円
㊟来館(6月18日10時～、13時から電話可)

■おもちゃの病院

壊れたおもちゃの修理。7月19日(土)10時～11時、18歳以上、先着15点(1家族2点まで)、人を傷つける恐れのある物やテレビゲーム等除く、部品代実費
㊟電話(6月19日10時～)

■DNA抽出体験講座 ⑪

7月29日(火)10時～11時30分、小学1年生～中学3年生(小学3年生以下は保護者同伴)、先着12人、700円
㊟電話か来館(6月19日10時～)

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
☎591-0777 ㊟591-0045 ㊟第2月曜

■集まれおはなしキラキラぼっけ

季節に合った読み聞かせ。6月26日(火)10時30分～11時、未就学児と保護者

■新田夏のうたごえ広場

ウクレレの演奏に合わせて一緒に歌う。7月9日(火)13時～14時30分、18歳以上、先着30人
㊟来館(6月15日9時～、10時から電話可)
前回の様子

■夏休み子どもチョークアート教室

夏らしい柄をチョークで描く。7月26日(土)9時30分～11時30分、小学生～中学生(小学1・2年生は保護者同伴)、先着10人、500円
㊟来館(7月3日9時～、10時から電話可)
作品例

日吉地区センター

〒223-0062 日吉本町1-11-13
☎561-6767 ㊟561-5841 ㊟第4月曜

■日吉おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせと歌や手遊び等。6月12日・26日、7月10日(火)、11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

■夏休みヒップホップ教室 ⑫

7月18日・25日、8月1日(金)、全3回、15時30分～16時30分、小学生、先着15人、1,500円
㊟来館(6月15日9時～、10時から電話可)
過去の様子

■夏休み親子プログラミング教室 ⑬

7月20日、8月3日・17日(日)、全3回、13時～16時、小学2年生～中学生と保護者、先着10組、3,000円
㊟来館(6月19日9時～、10時から電話可)

大綱中学校コミュニティハウス

〒222-0037 大倉山3-40-2
☎・㊟547-2761 ㊟火・金曜

■大綱こみゅに享

落語と手品のミニ寄席。6月28日(土)14時～15時30分、当日先着50人

■ふしぎなビー玉万華鏡を作ろう ⑭

6月29日(日)13時30分～16時、小学3年生～中学2年生(小学3年生は保護者同伴)、抽選18人、800円
㊟おもしろ科学たんけん工房ウェブサイト(6月18日まで)
☎080-5078-7678 ㊟491-4248

■放課後のフラダンス ⑮

7月2日・9日・16日・23日(火)、全4回、17時～18時、小学5年生～高校3年生の女子、先着10人、2,000円
㊟電話(6月18日10時～)
過去の様子

■子ども科学捜査体験講座 ⑯

7月19日(土)10時～12時、小学生(小学3年生以下は保護者同伴)、先着18人、800円
㊟電話(7月6日10時～)
過去の様子

■光るスライム体験講座 ⑰

7月26日(土)10時～12時、小学生(小学3年生以下は保護者同伴)、先着18人、800円
㊟電話(7月13日10時～)

菊名コミュニティハウス

〒222-0011 菊名4-4-1
☎401-4964 ㊟401-4968 ㊟第3月曜

■親子でゆったりおはなしのへや

絵本の読み聞かせや手あそび等。6月14日(土)11時～11時40分、当日先着15人

■親子で遊ぼう ぽかぽか広場

自由遊びやおはなし会。7月5日(土)10時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着12組
過去の様子

師岡コミュニティハウス

〒222-0002 師岡町700トレッサ横浜南棟3階
☎534-2439 ㊟546-4568 ㊟第3月曜

■師岡おはなしの部屋

絵本の読み聞かせや紙芝居、わらべ歌等。6月19日(火)11時～11時20分、未就学児と保護者、当日先着15組

■ふれあいコンサート

活動団体によるコーラス、演奏の発表会。7月5日(土)10時20分～11時20分、当日先着30人 ※詳細は要問合せ

■夏の子ども科学教室 ⑱

7月21日(月・祝)13時30分～15時、小学3～6年生、先着20人、300円
㊟電話(6月17日10時～)
作品例

下田小学校コミュニティ・スクール

〒223-0064 下田町4-10-1
☎・㊟565-2850 ㊟火・金曜

■下田おはなしの会

絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌等。6月19日(火)10時～10時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

■はぐはぐ親子リトミック教室

親子で体を動かす。6月28日(土)10時30分～11時30分、歩き始め～4歳までの子と保護者、先着10組、1組100円
㊟電話か来館(6月15日10時～)

■手作りせっけん教室

地球にやさしいせっけん作り。7月5日(土)10時～12時、小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴)、先着10人、1,200円
㊟電話か来館(6月15日10時～)

日吉台中学校コミュニティ・スクール

〒223-0062 日吉本町4-9-1
☎・㊟565-2840 ㊟火・金曜

■はじめての茶道 Chanoyu ⑲

6月28日・7月5日・12日(土)、全3回、10時～11時30分、18歳以上、先着10人、3,000円
㊟電話か来館(6月15日～)

■夏休み 電子オルゴールをつくろう ⑳

8月9日(土)13時～15時、小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)、先着20人、400円
㊟電話か来館(6月16日～)

⑩子ども司書講座

司書の仕事体験を通して、読書の楽しさを伝える方法を考えます。

⑪DNA抽出体験講座

玉ねぎや自分の口腔内から採取した細胞のDNAを抽出します。抽出したDNAは試験管に入れて持ち帰れます。

⑫夏休みヒップホップ教室

軽快な曲に合わせてヒップホップダンスのステップを学びます。リズムに乗って体を動かす楽しさや、仲間と一緒にダンスを踊る楽しさを体験できる講座です。

⑬夏休み親子プログラミング教室

親子でパソコンを使って、ジェットコースターを作るプログラミングに挑戦します。

⑭ふしぎなビー玉万華鏡を作ろう

ビー玉万華鏡を作りながら、鏡と光の性質を学びます。

⑮放課後のフラダンス

初心者や部活動に参加していない学生も歓迎です。

⑯子ども科学捜査体験講座

指紋採取や血液反応等の警察の科学捜査を体験します。防犯の話も聞きます。夏休みの自由研究にもお勧めです。

⑰光るスライム体験講座

蛍光スライムや泡で伸びるスライム等を作ります。
過去の様子

⑱夏の子ども科学教室

紫外線の不思議な力を体験します。ストラップも作ります。

⑲はじめての茶道 Chanoyu ⑲

歩き方や襦の開け方、抹茶の点て方等、茶道の基本を学びます。7月5日・12日(土)11時からは浴衣の着付けも体験できます。

⑳夏休み 電子オルゴールをつくろう

電子回路で小箱型オルゴールを作ります。箱を飾って、オリジナルのオルゴールを持ち帰ります。
作品例

ー 以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。ー

広告

❶1 **ウィークデーコンサート Vol.8**
モスクワ国際音楽コンクールで日本人初の部門優勝、カバレフスキー賞、グランプリの三冠を達成した石黒龍一いしぐろ りゅういち氏が出演します。

❶2 **RINA TRIO**
ミズキーホール認定ホールアーティストRINA氏による、ピアノ・ベース・ドラムのトリオジャズライブです。

❶3 **大人ののためのピアノ講座**
昭和音楽大学客員教授の三谷温氏みたに おんがショパンの魅力を解説します。ピアノ愛好家からピアノ講師まで、誰でも参加可能な講座です。

❶4 **ウィークデーコンサート Vol.9**
横浜姉妹(ビオラ・バイオリン)とピアニストの藤原奈緒氏による、0歳からのファミリーコンサートです。



横浜姉妹

❶5 **0歳からのクラシック**
親子で楽しめる秋のクラシック音楽会です。ピアノやバイオリン等による演奏です。

❶6 **器楽で楽しむ昭和歌謡**
松尾茉莉氏まつお まり(Vn)、櫻田はるか氏さくらだ はるか(Cl)、木下真央氏きのした まお(Pf)によるコンサートです。横浜にちなんだ曲を演奏します。

❶7 **はじめてのエアロビクス教室**
エアロビクスダンスに興味があり、始めてみたい人向けの教室です。

❶8 **にじいろのトンネル**
みんなで協力してカラフルに彩ったトンネルを膨らませます。

老人福祉センター 菊名寿楽荘

〒222-0011 菊名3-10-20
☎433-1255 ☎433-2895 休第4火曜

■うたごえ広場
流行歌をカラオケとピアノで歌う。6月28日(土)・30日(月)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人
☎来館(6月15日10時～)

■ミニ演奏会
港北区民交響楽団有志によるメドレー曲の演奏。7月5日(土)13時30分～14時30分

■若返りの音楽レク
音楽プログラムによる脳のトレーニング。7月8日(火)・10日(木)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人
☎来館(6月20日10時～)

■脳寿命を延ばす「すこやか体操」
運動と脳のトレーニングを同時に行う。7月10日・24日(木)10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人
☎来館(7月1日10時～)

■雑学江戸時代
現在につながる技術をテーマに話す。7月11日(金)13時30分～15時、60歳以上の市民、先着25人
☎来館(6月18日10時～)

港北区民文化センターミズキーホール

〒223-0052 綱島東1-9-10新綱島スクエア4・5階
☎533-2360 ☎533-2350 休第3火曜

■ウィークデーコンサート Vol.8 ❶1
6月18日(火)14時～15時、先着100人、1,000円
☎来館(6月18日10時～)

■SDGs映画上映会
「戦火のランナー」の上映。6月25日(火)14時～15時30分、先着100人、1,000円
☎来館(6月25日10時～)

■RINA TRIO ❶2
6月28日(土)14時～16時、先着100人、3,000円(25歳以下2,000円) ※未就学児不可
☎来館(6月28日10時～)

■大人ののためのピアノ講座 ❶3
7月4日(金)10時30分～12時、先着30人、2,000円 ※未就学児不可
☎来館(7月4日9時～)

■ウィークデーコンサート Vol.9 ❶4
8月20日(火)14時～15時、先着350人、1,000円
☎チケットぴあか来館(6月18日10時～)

■0歳からのクラシック ❶5
11月24日(月・休)11時～12時、先着380人、1,000円(小学生以下500円)
☎チケットぴあかteketか来館(6月15日10時～)

■器楽で楽しむ昭和歌謡 ❶6
11月24日(月・休)14時～15時30分、3歳以上、先着380人、2,500円(30歳以下500円)
☎チケットぴあかteketか来館(6月15日10時～)

地域子育て支援拠点 どうろっぷ

〒222-0037 大倉山3-57-3
☎540-7420 ☎540-7421
休日(6月1日除く)・月曜、祝日、6月14日午前

地域子育て支援拠点 どうろっぷサテライト

〒223-0052 綱島東3-1-7
☎633-1078 ☎633-1072
休日・月曜、祝日、6月21日午前

■新横浜出張ひろば りぼん
地域情報の案内や交流。①ダッドウェイラーニングセンター新横浜校(新横浜3-9-18 TECHビルA館地下1階):6月12日・26日、7月3日・10日(木)、②オルタナティブ生活館5階(新横浜2-8-4):6月18日(火)、①9時～14時、②9時30分～14時30分、①②未就学児と保護者か妊婦(家族の同伴可)、当日先着各15組

■ふたごちゃん・みつごちゃんの会
多胎児家庭の交流会。6月16日(月)10時～12時、どうろっぷ、多胎児家庭ときょうだい児(出産予定の人も可)

■あっぷっぷ
触れ合い遊びと赤ちゃんとの生活の話。7月9日・23日(火)、10時30分～11時40分、どうろっぷ・どうろっぷサテライト、2～4か月の第1子と保護者、先着各10組
☎ウェブサイト(6月17日～)

■土曜日両親教室
育児と沐浴の講座。①城郷小机地域ケアプラザ:7月19日(土)、②どうろっぷ:7月26日(土)、③どうろっぷサテライト:8月2日(土)、①～③10時～12時、区内在住の出産予定月が11月・12月頃で初出産の人とそのパートナー(単身も可)、先着、①12組、②③18組
☎ウェブサイト(6月19日～)

■助産師とみんなの知恵袋
授乳や離乳食、産後の体調の話。①どうろっぷサテライト:7月22日(火)14時～15時、②どうろっぷ:7月24日(木)10時30分～11時30分、未就学児と保護者、先着各10組
☎ウェブサイト(6月17日～)

■両親教室(オンライン)
出産・育児のオンライン講座。8月2日(土)10時30分～12時、出産予定月が11月・12月頃の人とそのパートナー(単身も可)、先着15組
☎ウェブサイト(7月2日～)

スポーツ医科学センター

〒222-0036 小机町3302-5
☎477-5050 ☎477-5052 休第3火曜

■はじめてのエアロビクス教室 ❶7
6月11日・18日・25日、7月2日・9日(火)、9時45分～11時、15歳以上(中学生不可)、当日先着各25人、1,300円

アートフォーラムあざみ野

男女共同参画センター横浜北
横浜市民ギャラリーあざみ野
〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3
休第4月曜

※❶～❶4は保育あり、1歳6か月以上の未就学児(❶2は2か月以上)、有料、要予約(☎910-5724)

男女共同参画センター横浜北
☎910-5700 ☎910-5755

❶1女性のがん手術後のセルフケア
手術後のリンパ浮腫予防やセルフケアを学ぶ。7月2日(火)10時～11時30分、がん手術後約8週間以上の女性、先着22人、700円
☎電話かウェブサイト(6月11日～)

❶2心と体を整える産後のセルフケア
産後の不調を改善するエクササイズ。7月11日(金)10時～11時30分、産後2か月以降の女性(生後6か月までの子の同伴可)、先着16人、1,000円
☎ウェブサイト(6月11日～)

横浜市民ギャラリーあざみ野
☎910-5656 ☎910-5674

❶3にじいろのトンネル ❶8
7月12日(土)、①いろどる:10時30分～11時30分、小学生以下の子と保護者、先着12組(1組5人まで)、1組2,000円、②ふくらます:13時30分～15時(出入り自由)
☎①ウェブサイト(6月21日10時～)

❶4油絵をかく
8月23日・30日、9月6日・13日(土)、全4回、14時～16時、小学4～6年生、先着15人、7,000円
☎ウェブサイト(6月28日10時～)

よこはま北部ユースプラザ

〒224-0032 都筑区茅ヶ崎中央11-3
☎・☎948-5505 休日曜、祝日、第3月曜

■若者のための専門相談
ひきこもり等自立に困難を抱える若者の相談。7月1日・15日(火)、13時30分～、14時30分～、15時30分～(各50分)、港北区役所、15歳～39歳の市民と家族や関係者、先着各1組
☎電話かEメール(6月17日～)
✉mail@kitapla.jp

港北区社会福祉協議会

〒222-0032 大豆戸町13-1 吉田ビル206
☎547-2324 ☎531-9561 休第1日曜

■善意銀行(寄託3月1日～31日)
中沢文明、港北区ダンススポーツ連盟、(株)横浜アリーナ、金子清隆、匿名個人(敬称略)ありがとうございました

広告