

# information 1

こうほくインフォメーション

当月11日からの予定

こうほくインフォメーションを読むときは

☎…電話、📠…ファクス、✉…Eメール、🌐…ホームページ

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代など含む)
- 所定の用紙は申込先の窓口にあります
- 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
- 「各施設の催しなど」の申込は各施設へ
- 住所など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
- [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

## ミズキーの一言メモ



ハナミズキのマークを探してね

©横浜市港北区ミズキー

この欄(8~11ページ見開きの両端)では、本文中 マークの催しの補足情報などを掲載しています。

## 実践「健康経営」セミナー

今年度、健康経営銘柄に選定された企業がどのように健康経営を推進してきたか、中心となった産業医が解説します。がんリスクの検査方法も紹介します。

## 歩数計を共に港北区ウォーキング

北新横浜公園~西方寺の約6.5キロメートルを巡ります。

## 港北シンフォニーコンサート

曲目は、ブラームス「交響曲第三番」、チャイコフスキー「幻想序曲 ロメオとジュリエット」、ドボルザーク「序曲 謝肉祭」、指揮は富平恭平氏です。

## 早春の大倉山尾根筋を巡る

港北ボランティアガイドの案内の下、大倉山の尾根筋を歩きます。記念館から梅林を抜け、寺や神社など、日常の喧騒を離れて、当地の歴史と風土を探索します。

## 横浜クルーズ船

## ロイヤルウイング

**乗船場所:** 横浜港大さん橋国際客船ターミナル2階(中区)

**運休日:** 月曜(祝日除く)、1月9日~19日(安全点検のため)

☎ 662-6125 (10時~19時)

下記の【期間限定プラン】クーポン持参で、乗船料と食事のセットが割引になります。切り取ってチケット購入時に提示してください。

## ロイヤルウイング【期間限定プラン】クーポン

- ランチバイキング 5,500円→4,500円
- 飲茶&スイーツ食べ放題プラン 4,500円→3,750円
- ディナーバイキング 7,900円→6,650円 (港北区版読者プレゼント)

有効期限  
平成30年1月4日(木)~3月16日(金)

- ※要予約(期間限定プランと伝える)
- ※1枚につき5人まで
- ※飲茶&スイーツ食べ放題プランは土・日曜、祝日限定
- ※他の割引との併用不可

# 新春お年玉プレゼント

アンケートに答えて、お年玉を当てよう



- Aコース** ロイヤルウイング 乗船券付きランチバイキング券 1組(2人)
- Bコース** ひのきの積み木セット(5,000円相当) 2人
- Cコース** 図書カード(2,000円分) 10人



ロイヤルウイング



ひのきの積み木セット

特別にオーダーした、ひのきのすべすべの感触が楽しめる無塗装の積み木です。組み立てるとギリシャ風の建物が作れる豪華なセットです。(制作:地域活動支援センター HIKARI)

## 広報よこはま港北区版アンケート

- 紙面(5~12ページ)のデザインは ①見やすい ②ふつう ③見づらい
- 読みたいテーマを選んでください(複数回答可)
  - ①区内の散歩コース ②区の伝統文化 ③区内の好きな場所 ④障害者スポーツ
  - ⑤雨が降っても遊べる場所 ⑥区内の博物館・美術館 ⑦区内の大学 ⑧区内の学校
  - ⑨区内のお店 ⑩区役所案内 ⑪保育所・学童保育 ⑫子育て支援制度・施設紹介
  - ⑬高齢者支援制度・介護 ⑭高齢者の交流・趣味の活動 ⑮国際交流 ⑯その他(自由記述)
- 本紙へのご意見・感想(自由記述)



- 応募 ファクスかEメールか区ホームページかはがき(1月18日必着) **[必要事項]**と年齢(年代でも可)、アンケートの回答(1~3)、希望のコースを記入し、区役所広報相談係へ
- ☎ 540-2222 📠 540-2227
- ✉ ko-kouhou@city.yokohama.jp
- ※当選者の発表は商品の発送をもって代えます
- ※住所などの個人情報やご意見は「横浜市個人情報の保護に関する条例」に従い、目的の範囲内で適正に管理・利用します

## 区役所からのお知らせ

### 移動図書館巡回日程

貸出・返却・予約した本の受取。●南日吉団地管理事務所前:1月19日、2月2日(金)、14時~15時30分、●綱島東三丁目公園:1月24日、2月7日(水)、14時10分~15時30分、当日直接会場へ ※荒天中止

●問合せ 中央図書館サービス課  
☎ 262-0050 📠 231-8299

### 実践「健康経営」セミナー

1月24日(水)13時30分~15時30分、新横浜ウエルネスセンター(新横浜2-15-10 YSビル5階)、健康経営に興味のある人など、先着40人

●申込 電話かファクスかEメールかホームページ(1月15日~) **[必要事項]**を記入し、バイオコミュニケーションズ株式会社へ ☎ 470-8001 📠 470-8200  
✉ ask@e-bio.co.jp

### 歩数計を共に港北区ウォーキング

2月1日(木)13時~16時、エスポット新横浜店前集合、よこはまウォーキングポイント参加者優先、抽選30人 ※荒天中止

●申込 Eメールか往復はがき(1月18日必着、1通につき2人まで可)参加者全員の **[必要事項]**とよこはまウォーキングポイント参加の有無を記入し、区役所健康づくり係へ  
☎ 540-2362 📠 540-2368  
✉ ko-undo@city.yokohama.jp

### 港北シンフォニーコンサート

区民交響楽団によるコンサート。2月12日(月・休)14時~16時、小学生以上、先着900人、当日直接県立音楽堂(西区)へ

●問合せ 区民交響楽団  
☎ 090-1252-1607  
✉ kumin\_kyo@yahoo.co.jp

### 早春の大倉山尾根筋を巡る

2月15日(木)9時30分~12時30分、大倉山記念館前集合、抽選60人、300円 ※荒天中止

●申込 ホームページか往復はがき(2月1日必着)参加者全員の **[必要事項]**を記入し、区役所生涯学習支援係へ  
☎ 540-2240 📠 540-2245  
🌐 http://kouhokuvg.yokohama/

### 区の木の木苗プレゼント

「ハナミズキ」の木苗。2月19日(月)~23日(金)、8時45分~17時、区役所、区内在住者、抽選40人

●申込 往復はがき(1月19日消印有効) **[必要事項]**を記入し、区役所地域活動係へ  
☎ 540-2235 📠 540-2245

### 消しゴムスタンプ作り体験

3月4日(日)、①10時30分~11時30分、②12時20分~13時20分、③13時40分~14時40分、大倉山記念館、中学生以上、抽選各9人、100円

●申込 ファクスかEメールかはがき(2月5日必着) **[必要事項]**と希望の時間を記入し、区役所生涯学習支援係へ  
☎ 540-2239 📠 540-2245  
✉ ko-bunka@city.yokohama.jp



健診などの日程は11ページで。

### 神経系難病交流会

口腔ケア。1月17日(水)14時~16時、先着30人、当日直接区役所1階予防接種室へ ※飲み物と筆記用具持参

●問合せ 区役所高齢・障害支援課  
☎ 540-2218 📠 540-2396

### 膠原病交流会

専門医と話す。1月18日(木)13時30分~

15時30分、先着30人、当日直接港北公会堂会議室へ ※飲み物と筆記用具持参

●問合せ 区役所高齢・障害支援課  
☎ 540-2218 📠 540-2396

### よこはま北部のつどい

若年性認知症の人と家族の交流会。1月19日(金)11時~15時、中山地域ケアプラザ(緑区)、若年性認知症の人と家族、希望者は弁当あり(有料)

●申込 電話(1月19日まで)認知症の人と家族の会神奈川県支部へ  
☎ 044-522-6801 (月・水・金曜10時~16時)

### 重症筋無力症講演会

病気の理解と日常生活の過ごし方。2月14日(水)14時~16時、港北公会堂、重症筋無力症の患者と家族、先着50人

●申込 電話かファクス(1月16日~) **[必要事項]**を記入し、区役所障害者支援担当へ  
☎ 540-2218 📠 540-2396

### 市立保育所アルバイトの登録

欠員が出た際に面接の上採用。年齢や資格不問、詳細は区ホームページで

●申込 所定の用紙(受付中、区ホームページから入手可)をファクスかEメールか郵送か直接、区役所保育担当へ  
☎ 540-2280 📠 540-2426  
✉ ko-ninkaho@city.yokohama.jp



「所定の用紙」は区ホームページや区役所生涯学習支援係(☎540-2238 📠540-2245)、地区センターにあります。申込先は所定の用紙で確認してください。

### 区民バドミントン大会

2月25日(日)、9時受付、港北スポーツセンター、中学生以上でうち1人が区内在住か在勤か在学のペア(中学生は要保護者承諾)、1人1,000円(区民以外1,500円)



- 申込** 所定の用紙(2月7日必着)に参加費の振込領収書の写しを添えて郵送で、区バドミントン協会(川野辺)へ
- 問合せ** 区バドミントン協会事務局(津田) ☎ 541-6860

**区グラウンドゴルフ大会**

3月4日(日)(荒天時11日)、8時～、鶴見川樽町公園、区内在住か在勤か在学者で6人のチーム(その他条件あり)、抽選46チーム、1チーム2,000円

- 申込** 所定の用紙(1月26日必着)を郵送で、区役所生涯学習支援係へ ☎ 540-2238 ☎ 540-2245



詳細は各施設に問合せください。  
 (休)は通常の休館日

**港北スポーツセンター**

〒222-0032 大豆戸町518-1  
 ☎ 544-2636 ☎ 544-1859 (休)第3月曜

**■冬の当日教室(1月～3月)**

ヨガなど。16歳以上、400円～1,000円、当日直接スポセンへ ※フットサル、バレーボール、バスケットボールは2月から開催 ※詳細は要問合せ

**港北図書館**

〒222-0011 菊名6-18-10  
 ☎ 421-1211 ☎ 431-5212 (休)1月9日

**■おはなし会**

①ひよこのおはなし会:1月11日・25日、2月8日(木)、1～3歳児と保護者 ②ひろばおはなし会:1月17日(水)、3～6歳児 ③紙芝居の日:1月20日(土) ④一土のおはなし会:2月3日(土)、小学生以上、①11時～11時30分、②～④15時～15時30分、当日直接図書館へ

**■朗読の部屋**

藤沢周平「三日の暮色」ほかを朗読。1月13日(土)15時～16時、当日直接図書館へ

**■大人のための朗読会**

レオ・バスカーリア「葉っぱのフレディ」ほかを朗読。1月27日(土)15時～16時、当日直接図書館へ

**■ふるさと映像上映会**

「地名を語りかけるもの～綱島」を上映。1月28日(日)11時～12時、当日直接図書館へ

**港北国際交流ラウンジ**

〒222-0032 大豆戸町316-1  
 ☎ 430-5670 ☎ 430-5671 (休)第3月曜

**■アルパで巡るラテンアメリカ**

音楽でラテンアメリカを旅する。1月21日(日)11時～12時30分、先着40人、当日直接ラウンジへ

**■世界の料理2018**

世界の料理を試食して国際交流。2月18日(日)11時30分～13時、中学生以上(未就学児の同伴不可)、先着40人、200円

- 申込** 電話か来館(1月20日～)

**大倉山記念館**

〒222-0037 大倉山2-10-1  
 ☎ 544-1881 ☎ 544-1084 (休)1月15日

**■高校生による作品や音楽の発表**

高校生ギャラリー&ミュージックフェスタ。1月25日(木)～28日(日)、10時～16時30分

(28日は16時まで)、当日直接記念館へ

**■大倉山記念館オープンデー**

港北区まちの先生の体験講座を多数開催。2月11日(日・祝)9時30分～17時、時間など詳細はホームページで

**●講習・館内ツアー体験**

(事前申込、電話か来館、無料～1,000円)

内容	1枚の自分史を書いてみよう
	レザークラフト・写真入りミニタグづくり
	帯結び体験
	「サクラサク」消しゴムハンコで春のポストカード
	詩を吟じて生きがいのある人生を過ごしましょう
国際コミュニケーションを高めよう	
館内&塔屋ツアー	

**●ワークショップ体験・ラウンジ**

(当日自由参加、100円～)

内容	バスボムづくり
	やわらか粘土でパンダをつくろう
	バルーンアート
	茶道体験～お茶会へ出かけてみよう～
	ウクレレカフェ(飲み物などは有料)

**●ステージ披露と体験**

(当日自由参加、無料)

内容	日本舞踊の和の作法体験
	家族一緒に陳式太極拳
	こどもも大人もピアノで楽しもう
	フラダンス&ウクレレステージ

**■大倉山スプリングジャズフェスタ**

魅惑のジャズクインテット。3月11日(日)、①15時～、②17時～、先着各80人、前売り2,000円、当日2,500円、高校生以下1,000円

- 申込** 電話か来館(受付中)

**城郷小机地区センター**

〒222-0036 小机町2484-4  
 ☎ 472-1331 ☎ 472-1332 (休)第4月曜

**■おもちゃの病院**

おもちゃの修理。1月13日(土)10時～14時、先着20点、人を傷つける恐れのある物、テレビゲームなど除く、部品代実費、当日直接センターへ

**■おひな様プレート作り**

2月4日(日)10時～12時、小学2年生以下は保護者同伴、先着30人、700円

- 申込** 電話か来館(1月15日10時～)

**■基礎も学べる男メシ**

初回は親子丼、2回目は手打ちうどんを作る。2月17日、3月17日(土)、全2回、13時～15時30分、成人男性、先着12人、2,000円

- 申込** 電話か来館(1月16日10時～)

**■野菜ソムリエ季節の料理教室 春**

春キャベツを使った料理を学ぶ。2月23日(金)10時～13時、18歳以上、先着16人、1,000円

- 申込** 電話か来館(1月16日10時～)

**綱島地区センター**

〒223-0053 綱島西1-14-26  
 ☎ 545-4578 ☎ 531-5771 (休)第3月曜

**■お菓子とパンの教室**

2月7日・21日(水)、全2回、9時30分～13時、成人抽選10人、2,500円

- 申込** 往復はがき(1月18日消印有効) [必要事項]を記入

**■カップ寿司を作ろう**

花見などの行楽にもぴったり。2月17日(土)9時30分～13時、小学4～6年生、抽選10人、1,000円

- 申込** 往復はがき(1月18日消印有効)

[必要事項]と学年を記入

**菊名地区センター**

〒222-0011 菊名6-18-10  
 ☎ 421-1214 ☎ 431-4101 (休)第3月曜

**■おはなしたんぽぽ**

季節の絵本の読み聞かせや手遊びなど。1月12日、2月9日(金)、11時～11時30分、未就学児と保護者、先着各20組、当日直接センターへ

**■子どもバレンタインクッキー作り**

ハートのクッキー作りとラッピング。2月10日(土)10時～12時、小学3～6年生、先着12人、500円

- 申込** 電話か来館

(1月21日9時～)



クッキーの見本

**■絶品・簡単ビーフストロガノフ**

2月23日(金)10時～13時、成人先着16人、1,300円 ※保育あり、2か月以上の未就学児、先着5人、500円、要予約

- 申込** 電話か来館(1月18日9時～)

**■冬のパソコン教室**

ワードとエクセルの初級を学ぶ。2月26日(月)～3月1日(木)、全4回、エクセル:9時30分～12時、ワード:13時30分～16時、パソコンで文字入力ができる成人、先着各9人、3,500円

- 申込** 電話か来館(1月26日9時～)

**新田地区センター**

〒223-0056 新吉田町3236  
 ☎ 591-0777 ☎ 591-0045 (休)1月9日

**■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。1月25日(木)10時30分～11時、当日直接センターへ

**■冬を彩るソフト粘土のお花作り**

2月6日(火)・7日(水)、全2回、12時30分～14時30分、18歳以上、先着10人、700円

- 申込** 来館(1月15日～、翌開館日から電話可)



参考作品

**■早春の和菓子教室**

小松菜ケーキと桜練り切りを作る。2月21日(水)9時30分～12時30分、成人先着16人、800円

- 申込** 来館(1月15日～、翌開館日から電話可)

**日吉地区センター**

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

**■日吉おはなし会**

読み聞かせや紙芝居など。1月11日・25日、2月8日(木)、11時～11時30分、未就学児と保護者、先着各20組、当日直接センターへ

**■節分につくる恵方巻**

2月3日(土)11時～13時、抽選16人、1,700円

- 申込** 往復はがき(1月18日必着) [必要事項]を記入

**ともとも**

新しい広場が  
開所しました

所在地:新吉田東6-25-10  
 開館日時:月・水・金・土曜、9時30分～15時  
 年会費:1家族500円  
 利用料金:会員1人50円  
 回数券:1,000円(22枚)

- 問合せ** ともとも ☎☎ 718-5772

**ぼっけ**

リニューアルします

所在地:岸根町539-1  
 プリズ岸根公園207  
 開館日時:月・水・木・土曜、10時～16時  
 利用料金:1家族1回100円(年会費不要)

- 問合せ** ぼっけ ☎☎ 642-4809

**消しゴムスタンプ作り体験**

消しゴムでオリジナルのスタンプを作る体験講座です。自分の名前から好きな動物やキャラクターまで、楽しくデザインしてみましよう。講師はYOC宮崎安夫氏です。講師作成のスタンプ



講師作成のスタンプ

**よこはま北部のつどい**

64歳以下で発症した認知症を若年性認知症といいます。介護の状況や日頃の思いを杉山孝博医師を交えて話し合います。本人も同じ病気の仲間同士、散歩したり話をしたりして楽しく過ごします。

**おひな様プレート作り**

丸皿かハート皿を選び、転写紙を貼り付けるポーセリンアートでおひな様プレートを作ります。作品は約1週間後にお渡します。(城郷小机地区センター)



作品の見本

**お菓子とパンの教室**

7日はフライパンで作るチョコカステラとレーズンサンドクッキー、21日は紅茶とオレンジピールのパン、くるみパンを作ります。(綱島地区センター)



お菓子の見本

**絶品・簡単ビーフストロガノフ**

献立はビーフストロガノフ、ホタテのカルパッチョ風、いちごとワインのジュレです。(菊名地区センター)

**節分につくる恵方巻**

寿司職人に恵方巻を作るコツを学びます。当日食べるハーフサイズを4本作ります。(日吉地区センター)



恵方巻の見本

**親と子のつどいの広場**

新規&リニューアルオープン



## マイナンバーカードの 受け取りを忘れていませんか

マイナンバーカードを申請した後、受け取りはお済みですか。  
お渡しする準備ができた人には、交付通知書(はがき)を送付しています。届きましたら、早めに受け取りをお願いします。

受け取りは予約制(当日予約不可)ですので、事前にご連絡ください。

※交付通知書を紛失した場合は問合せください



マイナンバーカードの見本

マイナンバーカードがあると

- ◆ 本人確認資料として使えます
- ◆ 全国のコンビニで住民票が取得できます(早朝から深夜まで利用でき、区役所などの窓口と手数料が異なります(例:住民票1通 窓口300円、コンビニ250円))  
※マルチコピー機設置店舗に限ります
- ◆ 確定申告をインターネットでできるようになります(詳細は税務署へ)

● 予約・問合せ 区役所登録担当  
☎ 540-2255 ☎ 540-2260

### ミズキーの 一言メモ

ハナミズキの  
マークを  
探してね



この欄(8~11ページ見開きの  
両端)では、本文中 マーク  
の催しの補足情報などを掲載  
しています。

**チョコレートパウンドケーキ作り**  
ガスオーブンで1人1台焼きます。  
焼き上がったら、粉砂糖やメッ  
セイカード  
などで飾り付  
けとラッピング  
をします。  
(篠原地区セ  
ンター)



ケーキの見本

### パソコン教室

ワードとエクセルを使います。  
初心者にも丁寧に教えます。(大  
綱中学校コミュニティハウス)

### わかりやすい介護のイロハ

介護保険や高齢者施設などに  
関する疑問や不安を解消する  
ための講座です。介護の現場で  
働く人たちから学びます。(師岡  
コミュニティハウス)

### 体力測定会

体力に自信がない人も大歓迎で  
す。自分の体力を知ること、健  
康的に毎日を過ごしましょう。(下  
田小学校コミュニティ・スクール)

### 子ども食育教室

区のヘルスマイトから、デン  
パートーストと野菜スープ作り  
を教わり、調理器具の使い方や  
食の大切さについても学びま  
す。エプロンと三角巾、ハンカ  
チ、マスクを持参してください。  
(大豆戸地域ケアプラザ)

## 各施設の 催しなど

詳細は各施設に問合せください。

● は通常の休館日

### 篠原地区センター

〒222-0022 篠原東2-15-27  
☎ 423-9030 ☎ 423-9032 ● 第3月曜

#### ■しのはら子ども祭り

甘酒と豚汁の振る舞いや模擬店、昔遊び。1  
月14日(日)10時~14時、当日直接センターへ

#### ■おもちゃの病院

おもちゃの修理。1月27日(土)10時~14  
時、人を傷つける恐れのある物、テレビ  
ゲームなど除く、部品代実費、当日直接  
センターへ(予約可)

#### ■チョコレートパウンドケーキ作り

バレンタインに合わせてチョコケーキ作  
り。2月10日(土)、①10時~11時30分、②  
13時~14時30分、小学3年生以上、先着  
各6人、700円

● 申込 電話か来館(1月16日10時~、  
小学生は保護者申込)

### 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

#### ■パソコン教室

2月16日(金)・27日(火)、全2回、13時30分  
~15時、先着15人 ※ノートパソコン持  
参、貸し出しは要相談

● 申込 電話か来館(1月15日~)

### 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、紙芝居、歌、折り紙な  
ど。1月18日(木)11時~11時30分、未就学  
児と保護者、先着20組、当日直接コミハへ

#### ■0歳児ママのスマイル広場

ママたちのおしゃべりの場。1月23日

(火)10時30分~11時30分、7か月までの  
子と母親、先着15組、当日直接コミハへ  
※きょうだい児の同伴不可

#### ■わかりやすい介護のイロハ

2月17日・24日、3月3日(土)、全3回、13時  
30分~15時、成人先着30人

● 申込 電話か来館(1月17日10時~)

#### ■アロマストーン作り

石膏を型で固め、乾かして  
作る。3月9日(金)13時~  
14時30分、成人先着10人、  
400円



作品の見本

● 申込 電話か来館(1月21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

#### ■ひげじいの紙芝居

迫力満点。1月13日(土)14時~14時30  
分、当日直接コミハへ

#### ■おはなしのへや

季節や行事を中心に読み聞かせ。1月20日  
(土)11時~11時40分、当日直接コミハへ

#### ■菊名子ども囃子と邦楽を楽しむ会

日本の伝統芸能を間近で見る。1月20日  
(土)13時~14時30分、当日直接コミハへ

#### ■菊名記念病院市民公開講座

ヒートショック、温度差と血管の関係。1月  
31日(水)14時~15時、当日直接コミハへ

#### ■盆栽作り

春の花で盆栽に挑戦。2月27日(火)10時  
~12時、成人抽選10人、3,500円

● 申込 往復はがき(1月31日必着)[必要  
事項]を記入

### 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

#### ■体力測定会

1月24日(水)10時~12時、先着20人、当日  
直接コミスクへ ※運動しやすい服装で

### 大豆戸地域ケアプラザ

〒222-0032 大豆戸町316-1  
☎ 432-4911 ☎ 432-4912 ● 第3月曜

#### ■子ども食育教室

2月18日(日)10時~13時、小学生(保護者  
同伴不可)、先着20人、100円

● 申込 電話か来館(1月18日~)

### 新吉田地域ケアプラザ

〒223-0056 新吉田町6001-6  
☎ 592-2151 ☎ 592-0105 ● 第4月曜

#### ■はぐピョン

①えいごでマザーグースとおはなし:1月  
25日(木)、②バレンタインイベント:2月  
12日(月・休)、①②10時~13時、未就学児  
と保護者、①当日直接ケアプラへ

● ②の申込 電話か来館(1月25日~)

### 樽町地域ケアプラザ

〒222-0001 樽町1-22-46  
☎ 532-2501 ☎ 533-0025 ● 第4月曜

#### ■おなか元気教室

腸を整えて体の中から健康に。1月25日  
(木)13時30分~14時30分、先着30人

● 申込 電話かファクスか来館(受付中)  
[必要事項]と年齢を記入

#### ■介護者のつどい&高齢者施設紹介

2月16日(金)13時30分~14時45分、先着  
30人 ※終了後に交流会あり

● 申込 電話か来館(1月15日~)

### 地域子育て支援拠点 だろっぷ

〒222-0037 大倉山3-57-3  
☎ 540-7420 ☎ 540-7421 ● 日・月曜・祝日

#### ■ふらっとサロン

テーマを決めておしゃべり。1月19日  
(金)13時30分~14時40分、未就学児と保  
護者、当日直接だろっぷへ ※荒天中止

#### ■ふたごちゃん・みつごちゃんの会

多胎児家庭の交流会。1月25日(木)10時  
~12時、多胎児家庭(出産予定の人も  
可)、当日直接だろっぷへ ※荒天中止

#### ■土曜日両親教室

育児・沐浴の講座と先輩家庭との交流。2  
月24日(土)10時~12時、区内在住の出産  
予定月が30年7月で初出産の夫婦(妊婦  
のみも可)、抽選18組 ※荒天中止

● 申込 ホームページ(2月10日まで)

#### ■子育てサポートシステム説明会

2月26日(月)12時45分~13時45分、プリ  
ンス幼稚園(下田町3-16-10)、先着20人

● 申込 電話かファクス(1月15日~)[必  
要事項]を記入し、子育てサポートシス  
テム事務局へ ☎ 547-6422 ☎ 540-7421

## 港北 オースンファクトリー

第6回

普段は見ることのできない工場の見学を通じて、区内の  
ものづくり企業の魅力を知るイベントです。

日時 3月10日(土)

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)、抽選

申込 ファクスかはがきか区ホームページ(2月17日必  
着)に参加者全員の [必要事項] と年齢、見学希望の  
企業名・開始時間を記入し、区役所企画調整係へ  
※複数申込可(開始時間の重複と同一企業の複数  
回の申込は不可) ☎ 540-2229 ☎ 540-2209

企業名/内容	開始時間	定員	会場(アクセス)
鈴木機械彫刻所/3Dスキャン・機械彫刻	10時、11時	各15人	樽町(東急東横線綱島駅から徒歩10分)
宮川製作所/情報通信機器	10時、11時	各15人	
★第一鋳製作所/金属加工・へら絞り	13時30分	10人	綱島東(東急東横線綱島駅から徒歩14分)
シュリーマン/検査装置・省力化装置	10時	20人	高田西(市営地下鉄高田駅から徒歩5分)
JMC/3Dプリンター出力	10時	15人	新横浜(市営地下鉄新横浜駅から徒歩2分)
東京ダイス/金属部品加工	11時、13時、14時	各8人	
東洋測器/計量計測器	10時、11時、13時	各10人	
日本軸受加工/ベアリング加工	11時、13時、14時	各10人	新羽町(市営地下鉄北新横浜駅から徒歩12分)
横浜高周波工業/金属熱処理	10時	18人	
シルファー/換気口	11時、14時	各10人	
トッケン/遊具製造	10時、13時	各10人	新羽町(市営地下鉄北新横浜駅から徒歩4分)
★パン・プロジェクト/ スロットカー・コース製作	13時	12人	新羽町(市営地下鉄北新横浜駅から徒歩1分)
★パネックス/板金・塗装・電気組立配線	14時	20人	新羽町(市営地下鉄北新横浜駅から徒歩8分)
★ニッパ/総合パッケージ箱作り	9時30分	30人	新羽町(市営地下鉄新羽駅から徒歩10分)

★は初登場の企業

### こうほくインフォメーション

● 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代など含む)  
● [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

☎…電話 ☎…ファクス  
✉…Eメール HP…ホームページ



**地域子育て支援拠点 だろっぶサテライト**

〒223-0052 綱島東3-1-7  
☎ 633-1078 ☎ 633-1072 (休)日・月曜・祝日

**土曜日両親教室**

育児・沐浴の講座と先輩家庭との交流。2月10日(土)10時～12時、区内在住の出産予定月が30年7月で初産の夫婦(妊婦のみ可)、抽選20組

●申込 ホームページ(1月27日まで)

**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 (休)第4日曜  
〒225-0012 青葉区あざみ野南 1-17-3

※1～3・6 は保育あり、1歳6か月以上の未就学児、有料、4日前までに要予約

**男女共同参画センター横浜北1～3**

☎ 910-5700 ☎ 910-5755

**1 ミシンでソーイング 乳児保育付**

育休中に入園準備。2月8日(木)10時30分～12時30分、2か月～1歳5か月の子がいる保育希望の女性、先着10人、3,500円(乳児保育1人分含む)

●申込 電話(1月19日～) ☎ 910-5724

**2 産後のセルフケア**

産前産後の運動不足を解消。2月9日・23日(金)、10時～11時30分、産後の女性、先着各18人、820円

●申込 ホームページ(1月19日～)

**3 女性のためのパソコン講座**

初めてのパソコン。2月19日(月)10時～15時30分、女性先着12人、5,500円

●申込 電話かホームページ(1月16日～)専用 ☎ 862-4496 (9時～16時、第4木曜、日曜、祝日・年末年始除く)

**横浜市民ギャラリーあざみ野 4～6**

☎ 910-5656 ☎ 910-5674

**4 あざみ野フォト・アニユアル**

1月27日(土)～2月25日(日)、10時～18時、当日直接ギャラリーへ

**5 Welcomeロビーコンサート**

1月28日(日)12時～12時40分、当日直接ギャラリーへ

**6 あざみ野サロン**

クラシックのコンサート。3月3日(土)14時～、未就学児の入場不可、先着180人、2,500円(全席自由)

●申込 電話か来館(発売中)

**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

**精神保健福祉ボランティア講座**

心の病を持つ人との自然な交流を考える。2月10日・17日(土)、全2回、10時～12時、先着40人、500円

●申込 電話(1月15日～)

「健診などの日程」以外の福祉保健センターからのお知らせは、8ページに掲載しています。

**健診などの日程**

原則として当月11日～翌月10日の予定  
**予約制** は電話で予約が必要です

\*料金の記載がない場合は無料  
\*詳細は、各家庭に配布している「福祉保健センターからのお知らせ」もご覧ください  
\*基本健康診査は、各医療保険者が「特定健康診査」もしくは「健康診査」として実施します

**区役所こども家庭係**

●予約・問合せ ☎ 540-2340 ☎ 540-2426

**乳幼児健診 当日直接区役所へ**

4か月児 ▶ 1月12日・19日・26日、2月2日・9日(金)8時45分～9時30分受付  
1歳6か月児 ▶ 1月11日・18日・25日、2月1日・8日(木)8時45分～9時30分受付  
3歳児 ▶ 1月23日・30日、2月6日(火)12時45分～13時30分受付

**歯つらつ1歳歯みがき教室 予約制、区ホームページでも予約可**

親子でむし歯予防の話や歯磨き実習、むし歯菌チェック 10時～、13時30分～、区役所  
29年1月、2月、3月生まれ:2月13日(火) 予約:1月17日～  
29年2月、3月、4月生まれ:3月13日(火) 予約:2月14日～

**乳幼児(未就学児)・妊産婦(妊娠中か産後1年未満)歯科相談 予約制(受付中)**

歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所  
1月17日(水) 乳幼児:13時15分～14時30分受付 妊産婦:15時受付  
1月29日(月) 乳幼児:9時15分～10時30分受付 妊産婦:11時受付

**区役所健康づくり係**

●問合せ ☎ 540-2362 ☎ 540-2368

**食生活健康相談 予約制(受付中)→区役所健康づくり係 ☎ 540-2362**

子どもの小食や偏食、大人の生活習慣病(高血圧・脂質異常・糖尿病など)の栄養士による個別相談、1時間程度  
1月17日(水)・25日(木)、13時30分～、14時30分～、15時30分～、区役所

**7～8か月児の地域離乳食教室 当日直接会場へ**

離乳食の進め方や作り方、試食。離乳食が1日2回程度食べられる7～8か月児、子ども用スプーン・エプロン・手拭きタオル・飲み物、離乳食手帳(4か月健診で配布)持参。  
1人1回まで、受付:10時～  
1月22日(月)区役所、1月31日(水)新羽地域ケアプラザ  
2月7日(水)高田地域ケアプラザ

**胃がん検診 予約制(2月6日～)→神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363(9時～12時)**

40歳以上、先着40人、検診料1,570円、予約時に時間決定  
3月15日(木)午前、区役所

**禁煙相談 予約制(受付中)→区役所健康づくり係 ☎ 540-2362**

個別相談と呼気中一酸化炭素濃度測定。予約時に日時調整、区役所

**障害者のスポーツサポーター講座**

障害のある人のスポーツの手伝いを体験。2月15日～3月8日の木曜、全4回、10時～12時(22日は13時～15時)、区社協と横浜ラポール(鳥山町1752)、男性先着15人、2,000円

●申込 電話かファクスかEメールか来館(1月15日～)[**必要事項**]と年齢を記入

☎ hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

**家計簿から子どもの貧困を考える**

子どもの貧困について考えるワークショップ。2月17日(土)13時30分～15時30分、先着50人

●申込 電話かファクスかEメールか来館(1月15日～)[**必要事項**]を記入

☎ hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

**善意銀行(寄託10月1日～10月31日)**

匿名個人、港北邦楽協会、株式会社トライアングル〔敬称略〕ありがとうございました

**港北学校通信**

—学校の取り組みを紹介—

**区内中学校で合唱コンクール**

秋のイベント

昨年10月に区内の各中学校で、実行委員会を中心に工夫された文化の祭典が開催されました。中でも盛り上がったのは、全ての中学校で開催された合唱コンクールです。

中学生が自主的に運営し、困難を乗り越えて練習の成果を発表する姿に、保護者や地域の皆さんも感動していました。



樽町中学校3年生・教職員・保護者による合唱

**各校の実行委員長のコメント**

- ・合唱はクラスの絆を深めることができます。最初は意見の対立もありましたが、目標に向かい切磋琢磨するうちにクラスがまとまっていき、成長したと実感できました。
- ・人を動かすことに苦労しましたが、みんなが生き生きと発表し、達成感に満ちた姿を見たとき、頑張ってたよかったです。
- ・全校が一つになった感じがして、とてもうれしかったです。

●問合せ 区役所学校支援・連携担当 ☎ 540-2212 ☎ 540-2426