

# 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、  
🌐…ホームページ、📧…申込、📞…問合せ

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代など含む)
- 申込の記載がない場合は当日直接会場へ ●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
- 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

この欄(8~10ページの端)では、本文中のマークの催しの補足情報などを掲載しています。

### 港北わくわく消防フェスタ

子どもが楽しめる消防体験や消防車の展示などをします。



開催の様子

### 検索できるまちKOHOKU

「Google マイビジネス」の登録会への参加店舗を募集します。Google マイビジネスを活用することで、営業時間や所在地などの情報を、自動的に多言語で、世界中に発信することができます。この機会に登録すると、その場ですぐにGoogle マイビジネスを利用できるようになります。

### 新治恵みの里 新米体験教室

農家と一緒に稲刈りや脱穀、精米を体験してみませんか。最終日はかまどで炊いた新米を味わいます。収穫した玄米15キログラムの土産付きです。

### 港北まちの魅力フォトコンテスト

詳細はちらし(ホームページや地区センターなどでも入手可)で確認できます。募集期間は10月31日(消印有効)までです。

## 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。●綱島東三丁目公園:8月15日・29日(水)、14時10分~15時30分、●南日吉団地管理事務所前:8月17日・31日(金)、14時~15時30分 ※荒天中止  
☎ 中央図書館サービス課  
☎ 262-0050 ☎ 231-8299

### 食品衛生責任者講習会

8月22日(水)・27日(月)、9月20日(木)、14時~15時30分、区役所、食品衛生責任者、先着各30人  
☎ 電話(8月15日~)区役所食品衛生係へ  
☎ 540-2370 ☎ 540-2342

### 生ごみを土にかえそう説明会

土壌混合法で生ごみ減量。8月23日(木)10時30分~11時10分、区役所中庭 ※雨天中止  
☎ 区役所資源化推進担当  
☎ 540-2244 ☎ 540-2245

### 港北わくわく消防フェスタ

8月23日(木)12時~15時、新横浜公園第1駐車場 ※荒天中止  
☎ 港北消防署予防課 ☎☎ 546-0119

### 区老連カラオケ大会 観客募集

日頃の練習の成果を発表。8月30日(木)9時30分~16時、港北公会堂  
☎ 区老人クラブ連合会 ☎☎ 547-6506

### ペットボトルロケット大会

ロケットの飛距離やデザインを競う。9月2日(日)9時~12時、鶴見川樽町公園、小学生、抽選50人(飛距離部門)、ペットボトルロケット持参(ホームページ掲載の設計図参照) ※デザイン部門は全員参加可、要申込 ※荒天中止  
☎ ファクスかEメールかホームページが往復はがき(8月18日必着) **[必要事項]** と飛

距離・デザイン部門の別、学年、保護者の参加承諾署名を記入し、区役所生涯学習支援係へ ☎ 540-2239 ☎ 540-2245  
✉ ko-seisyonen@city.yokohama.jp

### 検索できるまちKOHOKU

①登録会:9月3日(月)~10月31日(水)、9時~16時、区役所ほか、先着順、②説明会:9月11日(火)14時~15時、区役所、当日先着30人、①②区内で店舗・施設を運営しているオーナーが従業員  
①の☎ ホームページ(受付中)区役所広報相談係へ ☎ 540-2223 ☎ 540-2227

### 開港地横浜の街並みを巡る

9月5日(水)9時30分~12時30分、JR関内駅(中区)集合、抽選60人、300円 ※荒天中止  
☎ Eメールか往復はがき(8月24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  
✉ ko-kouza@city.yokohama.jp

### 膠原病交流会

口腔ケアの講話と相談。9月12日(水)13時30分~15時30分、区役所、膠原病患者と家族、先着30人 ※荒天中止  
☎ 電話かファクス(8月15日~) **[必要事項]** と疾患名を記入し、区役所障害者支援担当へ ☎ 540-2218 ☎ 540-2396

### 神経系難病交流会

発声と嚥下に関する講話。9月19日(水)13時30分~15時30分、区役所、パーキンソン関連疾患・脊髄小脳変性症・多系統萎縮症などの患者と家族、先着30人 ※荒天中止  
☎ 電話かファクス(8月15日~) **[必要事項]** と疾患名を記入し、区役所障害者支援担当へ ☎ 540-2218 ☎ 540-2396

### 新治恵みの里 新米体験教室

9月29日、10月13日(土)・28日(日)、全3回、10時30分~12時30分、にいほり山交流センター(緑区)、市内在住の個人かグループ(1組4人まで)、先着15組、1組7,000円 ※雨天延期  
☎ ホームページ(8月15日~)新治恵みの里へ ☎ http://www.niiharu.link/  
☎ 環境創造局北部農政事務所  
☎ 948-2480 ☎ 948-2488

### 港北芸能大会 出演者募集

民俗・日本舞踊と唄。11月3日(土・祝)10時~17時、港北公会堂、港北芸能協会に所属していない区内在住の個人か団体、抽選10組、1組1曲3,000円  
☎ ホームページか所定の用紙(9月3日必着、ホームページや地区センターなどからも入手可)をファクスか直接、区役所生涯学習支援係へ  
☎ 540-2239 ☎ 540-2245

### 港北まちの魅力フォトコンテスト

東・西・南・北のエリアごとに写真を募

集。区内在住者など(プロカメラマン除く)、1部門1人5点まで

☎ Eメールか郵送か直接(受付中) **[必要事項]** と写真、ファクス番号、Eメールアドレス、部門(東・西・南・北)、タイトル、撮影日時・場所、コメントを記入し、港北観光協会事務局(区役所地域活動係)へ  
☎ 540-2234 ☎ 540-2245

## スポーツ

「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。

### 区民バレーボール大会

9月9日(日)9時~18時、港北スポーツセンター、区内在住か在勤か在学者、抽選20チーム、1チーム4,000円  
☎ 所定の用紙(8月18日必着)を郵送で、区バレーボール協会(細谷)へ  
☎ 090-8173-4018 ☎ 545-4530

### 区民バドミントン大会

9月23日(日・祝)9時30分~、港北スポーツセンター、ペアのうち1人が区内在住か、在勤か、在学者(中学生以上)、1組2,500円  
☎ 所定の用紙(9月5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へ  
☎ 区バドミントン協会(津田)  
☎ 541-6860

## 各施設の催しなど

問合せや申込は各施設へ。  
☎ は通常の休館日

### 大倉山記念館

〒222-0037 大倉山2-10-1  
☎ 544-1881 ☎ 544-1084 ☎ 第2月曜

### 大倉山記念館オープンデー

全館の公開やコンサートなど。9月9日(日)9時30分~17時



エントランスホール

### 港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10  
☎ 421-1211 ☎ 431-5212 ☎ 8月20日

### おはなし会

①えいごdeおはなし会:8月11日(土・祝)、②ひろばおはなし会:8月15日(水)、3~6歳児、③紙芝居の日:8月18日(土)、④ひよこのおはなし会:8月23日(木)、1~3歳児と保護者、当日先着15組、⑤一土のおはなし会:9月1日(土)、小学生以上、①②③⑤15時~15時30分、④11時~11時30分

### 大人のための朗読会

連城三紀彦「葉陰」ほかを朗読。8月25日(土)15時~16時、成人

## 医療機関と薬局で災害時のぼり旗掲出訓練を実施します



震度6弱以上の大規模地震が市内で発生した場合、被災を免れ、診療が可能な病院と診療所は「診療中」、開局可能な薬局は「開局中」のぼり旗を掲出します。



次の期間のうち1日、訓練に参加する医療機関と薬局でのぼり旗を掲出します。近くを通った際にご覧ください。期間 9月1日(土)~7日(金)

区内の医療機関は **港北 医療機関 検索**

☎ 区役所事業企画担当 ☎ 540-2360 ☎ 540-2368

区役所窓口の受付時間

月~金曜(祝日・年末年始を除く)…8時45分~17時、第2・4土曜…9時~12時▶戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課(一部業務)の窓口のみ 8月は11日・25日です

■**港北ふるさと映像上映会**  
「横浜ICE」を上映。8月26日(日)11時～12時

■**朗読の部屋**  
宇江佐真理「うめ婆行状記」ほかを朗読。  
9月8日(土)15時～16時、成人

■**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

■**秋の定期教室(10月～12月)**  
健康教室や子ども教室など。抽選、3,500円～28,500円、一部保育あり ※詳細は要問合せ  
☎ ホームページか往復はがきか所定の用紙(8月19日必着)参加者全員の【**必要事項**】と希望教室・性別・年齢(学年)、市外在住者で市内在勤か在学者は勤務先か学校名、保育希望者は子の氏名(ふりがな)・性別・生年月日を記入

■**菊名地区センター**  
〒222-0011 菊名6-18-10  
☎ 421-1214 ☎ 431-4101 (休)第3月曜

■**秋季テニス教室**  
プロから学ぶ。9月3日～11月12日の月曜(9月17日・24日、10月8日除く)、各全8回、女性初級:10時～11時30分、女性中級:12時～13時30分、60歳以上の男性と50歳以上の女性:14時～15時30分、抽選各16人、8,500円 ※荒天時11月19日・26日  
☎ 往復はがき(8月21日必着)【**必要事項**】と希望コース、テニス歴、年齢、過去のテニス教室参加の有無を記入

■**菊名・おもちゃの病院**  
おもちゃの修理。9月8日(土)10時～14時、未就学児と保護者、先着20点(1人2点まで)、人を傷つける恐れのある物やテレビゲームなど除く、部品代実費  
☎ 電話か来館(8月15日9時～)

■**ハロウィーンインテリア雑貨作り**  
9月21日(金)13時～15時、成人先着10人、700円  
☎ 電話か来館(8月24日9時～)

■**美しい歩き方教室**  
きれいな姿勢で歩くコツを学ぶ。9月27日(木)13時～14時30分、成人女性、先着25人、400円  
☎ 電話か来館(8月28日9時～)

■**ハロウィーンのアレンジメント**  
ミニサイズを作る。9月29日(土)10時～11時30分、中学生以上、先着20人、1,100円  
☎ 電話か来館(8月22日9時～)



作品の見本

■**篠原地区センター**  
〒222-0022 篠原東2-15-27  
☎ 423-9030 ☎ 423-9032 (休)第3月曜

■**しのはらおはなしの会**  
絵本の読み聞かせや手遊びなど。木曜(祝日除く)、①11時～11時30分:未就学児と保護者、②15時30分～16時:小学生以下(未就学児は保護者同伴)  
■**親子学級げんきすくすく**  
親子の交流や友達づくり、情報交換。9月13日～10月25日の木曜、31年1月17日

(木)、全8回、10時～11時30分、開催時1歳4か月～1歳11か月児と保護者、抽選20組、2,000円  
☎ 往復はがき(8月19日消印有効)参加者全員の【**必要事項**】と子の性別・開催時の月齢・生年月日を記入

■**ママのためのリラックス・フラ**  
10月2日～11月27日の火曜、全9回、13時15分～14時30分、中学生以下の子を持つ母親(子の同伴可)、先着20人、4,500円  
☎ 電話か来館(9月11日～)

■**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

■**おはなしの部屋**  
パネルシアターや絵本の読み聞かせ。8月28日(火)10時30分～11時、未就学児と保護者  
■**肉まんとおまんを作ろう**  
小麦をこねて生地から作る。9月4日(火)10時30分～13時30分、18歳以上、先着16人、400円  
☎ 電話か来館(8月15日10時～)

■**野菜ソムリエのアメリカン料理**  
ポップオーバーを作る。9月5日(水)10時～13時、18歳以上、先着16人、1,000円  
☎ 電話か来館(8月15日10時～)

■**土曜の朝の体操教室 秋**  
音楽に合わせて体を動かす。9月8日～12月8日の土曜(11月3日・17日除く)、各全12回、①9時15分～10時25分、②10時35分～11時45分、18歳以上、先着各60人、2,400円  
☎ 電話か来館(8月16日10時～)

■**大人のスイーツ作り**  
洋梨のタルトとコンポートを作る。9月11日(火)9時45分～13時、18歳以上、先着12人、1,500円  
☎ 電話か来館(8月17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

■**中高年体操教室**  
9月3日～12月10日の月曜(9月17日、10月15日、11月19日除く)、各全12回、A:9時15分～10時15分、B:10時35分～11時35分、50歳以上、抽選各90人、3,000円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】と希望時間、年齢、性別を記入

■**親子体操教室**  
9月～12月の第1・3木曜、各全8回、A:9時20分～10時20分、B:10時35分～11時35分、2～4歳児と保護者、抽選各45組、2,500円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】と希望時間、子の氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入

■**手話体験教室**  
9月7日～11月16日の金曜(10月26日除く)、全10回、18時30分～20時、成人抽選10人、1,500円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】を記入

■**男のパン教室**  
9月13日(木)、10月14日、11月11日(日)、全3回、9時30分～13時、男性抽選10人、4,000円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】


■**親子のびのび体操教室**  
リズム遊びや親子体操。9月27日～11月22日の第2・4木曜、全5回、9時30分～11時、開催時2～3歳児と保護者、抽選20組、700円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)参加者全員の【**必要事項**】と子の性別・月齢を記入

スリム  
**こうほく3R夢通信**

**港北区 30年度目標**

**ごみと資源の総量** (区民1人1日当たり)  
**569グラム** ▶ 前年度比**5グラム減**  
(燃やすごみ1グラム、資源物4グラム)

資源物は、1人1年間で500ミリリットルペットボトル56本分の削減が必要です。マイボトルを持参して削減しましょう!



ヨコハマ3R夢マスコット イーオ へら星人 ミーオ

**29年度は 目標達成 しました**

29年度実績 **574グラム** (目標579グラム)

ご協力ありがとうございました。  
30年度も削減にご協力をお願いします。

**いらなくなった本はリユース文庫へ**

本のリユース(再使用)を推進しています。

設置場所(受入れと持ち出し)	受付時間
資源循環局港北事務所 (大豆戸町 1238) ☎ 541-1220 ☎ 541-1224	受入れ 月～土曜 8時～12時、13時～16時45分 持ち出し 水・木曜 9時～11時30分、13時30分～16時
港北図書館	開館時間中

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 540-2244 ☎ 540-2245

を記入

■**新田地区センター**  
〒223-0056 新吉田町3236  
☎ 591-0777 ☎ 591-0045 (休)第2月曜

■**集まれおはなしキラキラぼっけ**  
夏に合った読み聞かせ。8月23日(木)10時30分～11時

■**チョークアートでハロウィーン**  
チョークで描く。9月18日(火)9時30分～11時30分、18歳以上、先着10人、1,500円  
☎ 来館(8月15日9時～、翌開館日から電話可)



作品の見本

■**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

■**やさしいつまみ細工**  
9月6日・20日(木)、各全2回、①9時20分～10時30分、②10時40分～11時50分、抽選各6人、1,200円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】と希望時間(第1・2)を記入

■**四季の和菓子作り**  
9月19日、11月21日(水)、全2回、9時30分～12時30分、抽選16人、1,600円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)【**必要事項**】を記入

■**親子のびのび体操教室**  
リズム遊びや親子体操。9月27日～11月22日の第2・4木曜、全5回、9時30分～11時、開催時2～3歳児と保護者、抽選20組、700円  
☎ 往復はがき(8月18日必着)参加者全員の【**必要事項**】と子の性別・月齢を記入

■**ハロウィーンインテリア雑貨作り**  
デコパージュでプレートとキャンドルを作ります。



作品の見本

■**ママのためのリラックス・フラ**  
初心者向けのフラダンス教室です。体を動かしたりおしゃべりしたりすることで、身も心もリフレッシュしませんか。レッスン後にオーガニックハーブティーも楽しめます。9月16日の地区センター文化祭では講師らが出演します。

■**肉まんとおまんを作ろう**  
(株)日清製粉グループ本社の講師から学びます。

■**やさしいつまみ細工**  
つまみ細工の技法「丸つまみ」と「剣つまみ」の基礎を学び、写真立てを華やかに飾ります。



作品の見本

■**四季の和菓子作り**  
9月は手毬菊といちよう、11月は雪と桃山を作ります。

区役所の駐車場は有料です。なるべく電車・バスをご利用ください。

**菊名コミハこども夏まつり**

けん玉教室やつりぼりごっこ、軽食販売、東急線キャラクター「のるん」と写真撮影など、楽しいイベントが盛りだくさんです。

**はぐピョン**

13日は「水遊び」、23日は「水遊び」と「スタンプ手形」をします。

**丘の上の音楽会**

サクソファンサンプル「Saxophone Laboratory〜さきそーら〜」の演奏会です。「ラプソディー・イン・ブルー」、「酒とバラの日々」、「燃えよドラゴンテマ」ほかを演奏します。

**GOGO健康元気づくり教室**

スローエアロビックを中心に、全身をほぐす体操や筋トレをします。口腔ケアや栄養の講義もします。

**介護者のつどい**

福祉用具の業者から、身近にある物を使って手軽にできる、転倒予防対策について学びます。茶話会もあります。

**フェローアートギャラリー**

障害のあるアーティストたちの作品を常設展示するミニギャラリーです。

**Welcomeロビーコンサート**

8月12日は鈴木美祐氏(Pf)、佐々木ふみ氏・磯部友美氏・松田梨沙氏・村上雅基氏(FI)、8月26日はWEEDS(アコースティックバンド)、9月9日は若本久美氏(Mez)、北川恭子氏(Pf)、森崎美穂氏(Tp)、飯田彰子氏(Pf)が出演します。

**あざみ野サロン**

マタハリ・トウルビット(バリガムランと舞踊のグループ)ほか出演します。

**受容と共感の姿勢を学ぶ傾聴講座**

特に「心の病を抱える人への傾聴」で心掛けることを学びます。

**菊名コミュニティハウス**

〒222-0011 菊名4-4-1  
☎ 401-4964 ☎ 401-4968 (休) 第3月曜

**■港北こども学習会**

8月12日・26日(日)、13時～16時、小・中学生

**■おはなしのへや**

季節や行事の読み聞かせ。8月18日(土)11時～11時40分

**■菊名コミハこども夏まつり**

8月19日(日)10時～15時

**■きくなこみっこ**

子どもを遊ばせながらおしゃべり。8月24日(金)10時～12時、未就学児と保護者

**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 (休) 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、歌、折り紙など。8月14日(火)・16日(木)、11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着各20組

**■ひねって笑って川柳講座**

五七五にユーモアや感動をのせる。9月15日・22日・29日(土)、全3回、13時～14時30分、成人先着12人、300円

☎ 電話か来館(8月15日10時～)

**新吉田地域ケアプラザ**

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

**■はぐピョン**

8月13日(月)・23日(木)、10時～13時、未就学児と保護者

**■丘の上の音楽会**

8月26日(日)13時30分～14時30分



さきそーらの皆さん

**■GOGO健康元気づくり教室**

8月31日～9月21日の金曜、全4回、13時30分～15時30分、介護予防に関心があ

**タグラグビー にみんなトライ!**

ラグビー協会の指導者が、楽しくタグラグビーのルールを解説し、みんなでゲームをします。タグラグビーとは、通常のラグビーから接触プレーを無くした、鬼ごっこのような誰でも楽しめるスポーツです。



**場所・日時** ①日吉地区センター：9月9日(日) 9時30分～11時

②綱島地区センター：9月15日(土) 9時30分～11時

**対象** 小学3年生以上の子(保護者の見学可)、抽選各20人

**参加費** 100円(参加賞あり)

☎ 往復はがき(8月18日必着)参加者全員の**【必要事項】**と学年、性別を記入し、9日分は日吉地区センター、15日分は綱島地区センターへ

▶日吉地区センター

〒223-0062 日吉本町1-11-13 ☎ 561-6767 ☎ 561-5841

▶綱島地区センター

〒223-0053 綱島西1-14-26 ☎ 545-4578 ☎ 531-5771



る人、先着20人

☎ 電話か来館(8月15日～)

**■介護者のつどい**

9月13日(木)13時30分～15時30分、介護をしている人が関心のある人

☎ 電話か来館(9月12日まで)

**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

**■趣味の教室(10月～31年3月)**

スポーツや教養、歴史などの16講座を開催。各全12回、60歳以上の市民、抽選各10～24人、300円～1,200円 ※詳細は要問合せ

☎ はがきを持参し来館か往復はがき(8月31日必着) **【必要事項】**と希望講座、年齢を記入

**日産ウォーターパーク**

〒222-0036 小机町3302-5  
☎ 477-5040 ☎ 473-3117

**■マタニティ水泳**

妊娠中の腰痛やストレス解消。9月の水曜、全4回、12時30分～13時30分、妊娠

12週以上の健康な人、6,000円(入場料と事務手数料別) ※保育あり、1歳以上の未就学児、先着6人、有料、要予約

☎ 電話か来館(8月26日まで)



教室の様子

**地域子育て支援拠点 どうろっぷ**

〒222-0037 大倉山3-57-3 (休) 日・月曜・祝日  
☎ 540-7420 ☎ 540-7421 8月10日

**■子育てサポートシステム入会説明**

出張説明会。9月7日(金)12時45分～13時45分、桂幼稚園(高田東1-24-18)、先着20人

☎ 電話か来館(8月15日～) ☎ 547-6422

**■土曜日両親教室**

育児・沐浴の講座と先輩家庭との交流。9月8日(土)：どうろっぷサテライト、15日(土)：高田地域ケアプラザ、22日(土)：どうろっぷ、29日(土)：日吉本町地域ケアプラザ、10時～12時、区内在住の出産予定月が31年2月で初出産の夫婦(妊婦のみも可)、抽選各20組

☎ ホームページ(8月25日まで)

**■あつぷっふ**

触れ合い遊びやママトーク。10月3日・17日(水)、全2回、10時30分～11時50分、2～4か月の第1子と保護者、先着12組 ※おくるみかバスタオル持参

☎ 電話か来館(9月11日～)

**■マタニティ&ベビーDAY**

赤ちゃんとの触れ合いや子育て情報など。10月6日(土)10時30分～11時50分、妊婦か0歳児と保護者、先着10組

☎ 電話か来館(9月1日～)

**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 (休) 日・月曜・祝日  
☎ 633-1078 ☎ 633-1072 8月10日

**■あつぷっふ**

触れ合い遊びやママトーク。9月11日・25日(火)、全2回、13時30分～14時50分、2～4か月の第1子と保護者、先着12組 ※おくるみかバスタオル持参

☎ 電話か来館(8月21日～)



仕事探しの支援について案内するよ

**ミズキーのくらし・しごと相談室**

— 生活困窮者自立支援制度のご案内 — 第2回

1 仕事が見つからず貯金が減っているどうしよう… 区役所へ行ってみよう

保険料 生活費 家賃

2 区役所

1人で悩まずご相談ください

一緒にプランを作りジョブスポット\*で相談しましょう

\*区役所内にあるハローワークの出先機関

3 ジョブスポット

仕事探いをサポートします

面接を受けてみます

4 仕事が決まりました

仕事探して困ったら区役所生活支援課(1階15番窓口)で相談してね

☎ 区役所生活支援課 ☎ 540-2329 ☎ 540-2358

● 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、🌐…ホームページ、☎…申込、☎…問合せ

■マタニティ&ベビーDAY

赤ちゃんとの触れ合いや子育て情報など。10月20日(土)10時30分～11時50分、妊婦か0歳児と保護者、先着10組  
☎ 電話か来館(9月11日～)

三ツ沢公園青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1  
☎ 314-7726 ☎ 311-6444 (休)第2月曜

■ヨガ&太極拳教室

9月18日～12月11日の火曜(10月16日、11月13日除く)、全11回、13時15分～14時45分、16歳以上の初心者、先着15人、5,000円(1回ごとの参加は500円)  
☎ 電話か来館(8月15日～)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、生年月日を記入

■ふれあい親子クラブ 秋みつけ隊

自然遊びやクラフト、季節の菓子作りほか。10月10日～31日の水曜、全4回、14時30分～16時30分、4～6歳児と保護者、抽選16組、1組5,000円 ※追加1人2,000円(2歳以下500円)  
☎ ホームページか往復はがき(8月29日消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、生年月日を記入

☎ ホームページか往復はがき(8月29日消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、生年月日を記入

■スポレクフェスティバル

菓子作りや焼き鳥、飯ごう炊飯、ピザなど。10月14日(日)10時～15時、市民、飯ごう：抽選100人、350円、ピザ：抽選40人、150円

☎ ホームページか往復はがき(8月29日消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と飯ごう・ピザの別・希望個数を記入

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月曜  
〒225-0012 青葉区あざみ野南 1-17-3

※2・3・6は保育あり、1歳6か月以上の未就学児(3は2か月以上の未就学児)、有料、4日前までに要予約

(2・3の☎ 専用☎ 910-5724)

男女共同参画センター横浜北1～3

☎ 910-5700 ☎ 910-5755

1 新鮮野菜のプチ市場

横浜ベジフルレディによる地元農産物販売。8月22日(水)11時～14時 ※エコバッグ持参

2 女性のためのパソコン講座

ワード・エクセル入門。9月19日(水)・20日(木)、全2回、10時～15時30分、先着12人、10,800円

☎ 電話かホームページ(8月17日～)

☎ 862-4496

3 はじめての保育園in横浜

保育園制度や入園手続き。9月30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こうとする人、先着60人、1世帯500円 ※子の同伴可  
☎ Eメールかホームページ(8月15日～)  
**[必要事項]**と取り上げてほしい内容、子の同伴希望者は子の氏名(ふりがな)・性別・月齢を記入し、保育園を考える親の会へ

☎ hoikudesk@gmail.com

☎ http://hoikuoyanokai.com/

横浜市民ギャラリーあざみ野 4～6

☎ 910-5656 ☎ 910-5674

4 フェローアートギャラリー

十亀史子展。10月11日(木)まで

5 Welcomeロビーコンサート

8月12日・26日、9月9日(日)、12時～12時40分

6 あざみ野サロン

9月23日(日・祝)14時30分～16時、3歳以上、1,000円、3歳～高校生500円

☎ 電話か来館(受付中) ☎ 910-5723

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

■受容と共感の姿勢を学ぶ傾聴講座

9月1日・8日(土)、全2回、10時～12時、先着40人、1,000円

☎ 電話(8月15日～)

■善意銀行(寄託5月1日～31日)

匿名個人、ゆとりのカラオケ、アネスト岩田(株)、竹蓋佳子(敬称略)ありがとうございました

健診などの日程

**申込制**は電話で申込が必要です

\*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

☎ 540-2340 ☎ 540-2426

乳幼児健診 当日直接区役所へ

4か月児 ▶ 8月24日・31日、9月7日(金) 9時～9時45分受付

1歳6か月児 ▶ 8月23日・30日(木) 9時～9時45分受付

3歳児 ▶ 8月21日・28日、9月4日(火) 12時45分～13時30分受付

歯つらつ1歳歯みがき教室 **申込制**、区ホームページでも申込可

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8月、9月、10月生まれ：9月18日(火) ☎ 8月15日～

29年9月、10月、11月生まれ：10月16日(火) ☎ 9月12日～

乳幼児・妊産婦歯科相談 **申込制**(受付中)

乳幼児(未就学児)と妊産婦(妊娠中か産後1年未満)の歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所

8月31日(金)、9月10日(月)

乳幼児：13時15分～14時30分受付 妊産婦：15時受付

区役所健康づくり係

☎ 540-2362 ☎ 540-2368

生活習慣改善相談 **申込制**(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)の個別相談、1時間程度

8月13日(月)・23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～

8月20日、9月3日(月) 区役所

8月29日(水) 樽町地域ケアプラザ、9月10日(月) 日吉本町地域ケアプラザ

胃がん検診 **申込制**(9月14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、申込時に時間決定

10月17日(水) 午前、区役所

禁煙相談 **申込制**(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。申込時に日時調整、区役所

港北区いきいきワーキング <コラム 第1回>

最高ランク



横浜健康経営認証AAAを受けた区内の企業を紹介

▶ アクロクエストテクノロジー(株)

新横浜、社員70人

「人を大切にすることが、結果的に企業に安定的な好業績をもたらす」と考え、社員の健康を大事にしています。社員が気持ちよく元気に働くための、多くの仕組みが生まれています。



- ・午後15分間の休憩は仕事を禁止し、音楽に合わせた体操とコミュニケーション
- ・徒歩通勤とリュックサックの推奨
- ・残業時間の制限
- ・誕生日に全社員から花一輪のプレゼント
- ・全社員禁煙



市では、健康経営を進める市内事業所を対象とした「横浜健康経営認証」を行っています。

募集期間：9月28日まで

横浜健康経営認証 検索

よこはま/ワーキングポイント

スマートフォン用歩数計アプリを活用し、気軽に楽しく健康づくりをしましょう。市内在住の人のほか、市内在勤・在学の人でも参加可能です。

詳細は、こちらから→



☎ 区役所健康づくり係 ☎ 540-2362 ☎ 540-2368