



**地元野菜を使った食育講座
保育園で港北野菜をいただきます!**

30年12月18日、港北保育園で食育講座を開催しました。10組の親子が集まり、保育士やJA横浜の職員などから、食育について学びました。楽しい雰囲気の中、小机で採れた新鮮なジャガイモを使ったニョッキやポタージュスープをみんなでおいしく食べました。参加者は「ニョッキ作りが楽しかった」「家でも教えてもらったレシピを実践したい」と笑顔で話していました。



**新春を飾るイベント
区消防出初式**

1月5日、新横浜公園の駐車場で区消防出初式を開催しました。消防総合演技では、地震・火災の発生を想定し、閉じ込められた人の救出など、臨場感あふれる演技で日頃の訓練の成果を披露しました。最後は上空に向けて一斉放水を行ったことで、上空に虹が架かり、会場は盛り上がりました。観客は「救出作業や一斉放水は迫力があつた。来年もぜひ見に行きたい」と話していました。

こまごま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



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。

港北スポーツみらいサミット

慶應義塾大学と区のスポーツデータの取り組みなどを通して地域を考えます。慶應義塾大学の教授やスポーツチームの関係者などと一緒に、テクノロジーや協働などを生かしてスポーツでまちが元気になる未来を描きます。

港北美術展

区民の作品展示(絵画・書・写真・工芸)や体験講座(2日:竹細工・組みひもストラップ作り、3日:竹細工・バルーンアート、50円~200円)があります。

早春に大倉山の歴史とひな飾り

港北ボランティアガイドの案内の下、まちのシンボルである大倉山記念館や1,200年以上の歴史がある師岡熊野神社、「いのち」の池を巡り、江戸時代の農村生活の原風景が残る横溝屋敷(鶴見区)でひな飾りを楽しみます。坂道や階段がある約4.5キロメートルのコースです。

区医師会災害医療講演会

30年以内に高い確率で首都直下地震が起こることが想定されています。生き抜くために必要な医療や栄養、排せつに関する知識を紹介します。

新横浜公園で早春の生きもの観察

生きものピンゴゲームを楽しみながら、早春の草花や野鳥を観察します。野鳥が繁殖する場所の保護も体験します。参加者には、生きもの缶バッジを差し上げます。

春の訪れを探しニヶ領用水を歩く

港北ボランティアガイドの案内の下、春の息吹を感じながら川崎市平和館やニヶ領用水沿いを歩きます。約5.5キロメートルのコースです。

区役所からの
おしらせ

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:2月15日、3月1日(金)、14時~15時30分、●綱島東三丁目公園:2月20日、3月6日(水)、14時10分~15時30分 ※荒天中止
☎ 中央図書館サービス課
☎ 262-0050 ☎ 231-8299

港北スポーツみらいサミット

2月21日(木)13時~18時、慶應義塾大学日吉キャンパス、先着60人
🌐 ホームページ(受付中)区役所企画調整係へ ☎ 540-2230 ☎ 540-2209

精神障害者の家族教室

精神疾患について学ぶ。2月21日(木)14時~16時、市総合保健医療センター4階講堂(鳥山町1735)、精神障害者の家族、当日先着50人
🌐 区役所高齢・障害支援課
☎ 540-2377 ☎ 540-2396

ことぶき趣味の作品展

絵画や手芸、書道などの展示。2月26日(火)~28日(木)、9時~16時、港北公会堂
🌐 区老人クラブ連合会 ☎・☎ 547-6506

港北美術展

2月27日(水)~3月3日(日)、10時~17時(3日は15時まで)、大倉山記念館
🌐 区役所生涯学習支援係
☎ 540-2239 ☎ 540-2245

早春に大倉山の歴史とひな飾り

2月28日(木)9時30分~12時、大倉山記念館集合、抽選60人、300円 ※荒天中止
🌐 Eメールかホームページか往復はがき(2月19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

区医師会災害医療講演会

3月7日(木)13時~15時、港北公会堂、当日先着300人
🌐 区医師会事務局
☎ 433-2367 ☎ 433-8911

新横浜公園で早春の生きもの観察

3月9日(土)(雨天時10日)、9時30分~12時30分、新横浜公園、小学生以上(小学生は保護者同伴)、抽選30人
🌐 ファクスかEメール(2月28日まで)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、代表者のファクス番号、Eメールアドレスを記入し、NPO法人TRネット事務所へ
☎ 546-4337 ☎ 546-4344

📧 office@tr-net.gr.jp



コガモ

膠原病・神経系難病交流会

リラクゼーションとアロマケア体験。3月13日(水)13時30分~15時30分、区役所、膠原病か神経系難病の患者と家族、先着30人 ※荒天中止
🌐 電話かファクス(2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

春の訪れを探しニヶ領用水を歩く

3月15日(金)9時30分~12時30分、東急線日吉駅集合、抽選60人、300円 ※荒天中止
🌐 Eメールかホームページか往復はがき(3月4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

親子エコ・クッキング講座

3月16日(土)10時30分~13時、東京ガス横浜ショールーム(西区)、区内在住か在学の小学生と保護者のペア、抽選15組
🌐 ファクスかEメール(2月28日まで)**[必要]**

地域のチカラ
応援事業補助金

募集開始

皆さんのアイデアや思いを活動につなげます。地域のまちづくりや、地域住民を元気にする活動を応援する補助金です。

● 募集期間 ● 2月12日(火)~3月15日(金)

■ チャレンジコース(補助金限度額30万円)

対象:活動実績のある団体が、新たなテーマにチャレンジする事業
※公開提案会で事業内容を要プレゼンテーション 開催日:4月20日(土)

■ スタートアップコース(補助金限度額5万円)**[募集期間外も申請可]**

対象:これからスタートするか、スタートして間もない団体の事業

■ 地域元気づくりコース(補助金限度額25万円)

対象:一定のエリアで、自治会町内会を含む2つ以上の団体が連携して取り組む事業

■ パートナーシップコース(補助金なし、区が後援)

対象:一定のエリアで、区の後援を得て取り組む事業

🌐 事前連絡の上、所定の用紙(2月5日配布開始、区ホームページでも入手可)を直接、区役所地域力推進担当(4階46番窓口)へ ☎ 540-2247 ☎ 540-2245

事前相談

申請方法や活動の進め方などについて、個別に相談を受け付けます。(要事前連絡)

日時: 平日 9時 ~ 17時

※2月15日・22日(金)の17時~20時30分も相談に応じます

30年度補助金交付団体の

最終報告会・交流会

地域の活動団体の交流会です。興味のある人なら誰でも、申込不要で参加できます。

日時: 3月9日(土) 10時~16時30分

会場: 区役所4階1号会議室

※本事業は、市会での31年度予算の議決後に確定します

ミズキーの暮らし・しごと相談室

— 生活困窮者自立支援制度のご案内 — 第5回



家計に関する支援について案内するよ

1

収入はあるけど、家計をうまくやりくりできず家賃や公共料金の支払いが滞ってきた…

税金

家賃

公共料金

区役所へ行ってみよう

2

区役所生活支援課

家計相談支援事業を利用してはいかがですか

一緒にプランを作りましょう!

3

区役所生活支援課

まずは一緒に家計簿を作り収入と支出を「見える化」しましょう

家計相談支援員

一緒に考えてくれるので心強いです

☎ 区役所生活支援課(1階15番) ☎ 540-2329 ☎ 540-2358

事項)と参加者全員の氏名(ふりがな)、子の学校名・学年を記入し、区役所資源化推進担当へ ☎ 540-2244 ☎ 540-2245
✉ ko-shigenka@city.yokohama.jp



講座の様子

合同企業面接会

3月19日(火)13時30分～16時30分、区生きがい就労支援スポット(綱島東4-3-17 アピタテラス横浜綱島1階)、60歳以上、先着20人
☎ 電話か来館(3月1日～)区生きがい就労支援スポットへ
☎ 947-2475 ☎ 947-2476

消費生活推進員募集

任期:4月～33年3月、20歳以上、抽選30人
☎ 所定の用紙(2月28日消印有効、地区センターやホームページでも入手可)を郵送か直接、区役所地域活動係へ
☎ 540-2244 ☎ 540-2245

各施設の催しなど

問合せや申込は各施設へ。
☎ 休日は通常の休館日

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10
☎ 421-1211 ☎ 431-5212 ☎ 2月12日

おはなし会

①ひよこのおはなし会:2月14日・28日(木)、1～3歳児と保護者、当日先着各15組、②紙芝居の日:2月16日(土)、③ひろばおはなし会:2月20日(水)、3～6歳、④いち土のおはなし会:3月2日(土)、小学生以上、①11時～11時30分、②③④15時～15時30分

大人のための朗読会

井上ひさし「定袋」を朗読。2月23日(土)15時～16時、成人

港北ふるさと映像上映会

「真福寺の花祭り」ほかを上映。2月24日

(日)11時～12時

朗読の部屋

咲乃月音「がたんごとん」ほかを朗読。3月9日(土)15時～16時、成人

講演会「第33代横綱 武蔵山」

「日吉の孝行息子」で有名な横綱を紹介。3月10日(日)14時30分～16時、先着50人
☎ 電話か来館(2月15日～)

港北スポーツセンター

〒222-0032 大豆戸町518-1
☎ 544-2636 ☎ 544-1859 ☎ 3月3日曜

春の定期教室

テニスや体操、ダンスなど。4月～7月(テニスを除く)、抽選、4,000円～24,000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を郵送(2月18日必着)[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 ☎ 3月3日曜

菊名地区安心安全講座

食生活を考える。2月15日(金)10時～11時30分、当日先着40人

高井先生の楽うま和食の会

3月1日(金)10時30分～13時30分、成人先着16人、3,200円 ※保育あり、2か月以上の未就学児、先着5人、500円、要予約
☎ 電話か来館(2月16日～)

菊名おもちゃの病院

おもちゃの修理。3月9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(2月15日～)

手軽にできる真向法体操

3月16日(土)10時～11時30分、成人先着30人
☎ 電話か来館(2月21日～)

和菓子作り教室

いちご大福を作る。3月23日(土)13時～15時30分、小学3年生～中学3年生(小学生は保護者同伴)、先着10人、500円
☎ 電話か来館(2月27日～)

綱島地区センター

〒223-0053 綱島西1-14-26
☎ 545-4578 ☎ 531-5771 ☎ 3月3日曜

子どもパン教室

楽しく作っておいしく食べる。3月24日(日)9時30分～13時、小学3～6年生、抽選10人、800円
☎ 往復はがき(2月28日必着)[必要事項]を記入

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
☎ 591-0777 ☎ 591-0045 ☎ 2月12日曜

集まれおはなしキラキラぽっけ

季節に合った読み聞かせ。2月21日(木)10時30分～11時

冬に負けないヘルシー料理

冬の野菜を使って体に優しい料理を作る。2月28日(木)10時～13時、18歳以上、先着12人、1,300円
☎ 来館(2月15日～、翌開館日から電話可)

おもちゃの修理病院

3月16日(土)10時～14時(12時～13時除く)、先着16人(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(2月28日～)

日吉地区センター

〒223-0062 日吉本町1-11-13
☎ 561-6767 ☎ 561-5841 ☎ 4月3日曜

日吉おはなし会

読み聞かせや紙芝居など。2月14日・28日(木)、11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着各20組

港北国際交流ラウンジ

〒222-0032 大豆戸町316-1 ☎ 430-5670 ☎ 430-5671 ☎ 3月3日曜

外国語教室受講生募集(4月～9月)

ネイティブ講師に学ぶ。各全15回、抽選、18歳以上(高校生不可)、⑤は31年度に小学1・2年生になる子、教科書代別、詳細は要問合せ ※開講人数に満たない場合中止 ※通年講座、今回の参加者は10月からの後期講座に継続
☎ 所定の用紙(2月20日必着、ホームページでも入手可)を郵送か持参し来館、返信用封筒(82円切手貼付、返信先明記)同封

講座名	曜日	時間	受講料	定員
① 英会話入門	火	15:30～17:00	15,000円	17人
② 英語でおもてなし	水	19:00～20:30	18,000円	12人
③ イタリア語入門	金	13:30～15:00	15,000円	17人
④ ビジネス英会話初級	金	19:00～20:30	18,000円	12人
⑤ 英語で遊ぼう	火	16:00～17:00	18,000円	12人

親子エコ・クッキング講座

食材とエネルギーを無駄なく使う、環境に優しい料理教室です。エコ・クッキングは東京ガス(株)の登録商標です。当選者へは郵送で通知します。

合同企業面接会

高齢者を積極的に採用する2・3社の企業を招いて、企業の概要や仕事内容について説明を聞きます。希望者はその場で面接できます。

消費生活推進員募集

推進員は、主に消費者被害の防止に関する講演会や地域での啓発講座、キャンペーンなどを他の推進員と協力して企画、実施します。

菊名地区安心安全講座

遺伝子組み換えやゲノム編集技術に潜む、食のリスクについて考えましょう。菊名地区消費生活推進員の会との共催事業です。

高井先生の楽うま和食の会

NHK「きょうの料理」に出演した料理研究家に学びます。参加者には料理本を差し上げます。料理本に掲載の「さわらの炊き込みご飯」、「鱈のピーマンさんが焼き」、「手羽元とかぶの梅昆布茶煮」、「新じゃがおかかか和え」を作ります。

手軽にできる真向法体操

パナソニック松愛会との共催事業です。真向法を中心としたストレッチや筋肉ほぐしを学びます。

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。

春のハーバリウムを親子で作ろう

ハーバリウムは、ドライフラワーを瓶の中でオイル漬けにする、新感覚のインテリア雑貨です。春の花を使って2種類作ります。

社交ダンスパーティー

参加費の一部は被災地へ寄付します。お楽しみミニ抽選会や飲み物、菓子もあります。13時から開場します。

初めてのパッチワーク 春

こいのぼりがテーマのパッチワークを作ります。フレームは別途1,200円で購入できます。



作品の見本

丘の上の音楽会

曲目は「星に願いを」、「いそぎ」、「蘇州夜曲」ほかです。



三浦俊司トロンボーングループ

映画上映「虹色の朝が来るまで」

ろう者のLGBTQを描いた作品です。学生の参加も歓迎します。


対談 言葉の力とその限界


あざみ野フォト・アニマル関連イベントです。長島有里枝氏と少年アヤ氏(エッセイスト)が出演します。

Welcomeロビーコンサート

2月24日はアンサンブル・シントラ、3月10日は森田綾乃氏(Vn)、林しのぶ氏(Pf)、中野亜維里氏(Sop)、磯部友美氏(FI)、山中麻衣子氏(Pf)が出演します。

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

■春のハーバリウムを親子で作ろう 
3月2日(土)10時~11時30分、小学3~6年生と保護者、先着12組、2,000円
☎ 電話(2月16日10時~)

■社交ダンスパーティー 
3月16日(土)13時30分~16時、成人先着100人、500円
☎ 電話(2月15日10時~)

■デジカメで自然とふれあう
風景などを撮影するコツを学ぶ。4月2日・16日、6月4日・18日(火)、全4回、10時~12時、成人先着15人、500円 ※交通費実費
☎ 電話(2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 (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。2月14日(木)・26日(火)、10時30分~11時、未就学児と保護者

■季節の和菓子作り 春
おひなさまの練り切りと桜餅を作る。3月2日(土)10時~14時、小学3年生~中学生と保護者、先着16人、1,000円
☎ 電話(2月15日10時~)

和菓子の見本

■初めてのパッチワーク 春 
3月15日・22日・29日(金)、全3回、13時~15時30分、18歳以上、先着10人、1,200円
☎ 電話(2月15日10時~)

大綱中学校コミュニティハウス
〒222-0037 大倉山3-40-2
☎・☎ 547-2761 (休)火・金曜

■大綱こみゆに亭
玄人はだしの落語と手品のミニ寄席。3月3日(日)14時30分~16時、当日先着50人

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

■おはなしのへや
絵本の読み聞かせや手遊びなど。2月16日(土)11時~11時40分

■きくなこみっこ
子どもを遊ばせながらおしゃべり。2月22日(金)10時~12時、未就学児と保護者

■港北こども学習会
無料の学習会。2月24日、3月10日(日)、13時~16時、小・中学生

■ひげじいの紙芝居
迫力満点の紙芝居。3月9日(土)14時~14時30分



紙芝居の様子

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 (休)2月20日

■師岡おはなしの部屋
読み聞かせや紙芝居、歌、折り紙など。2月12日(火)・21日(木)、11時~11時30分、未就学児と保護者、当日先着各15組

■復活 歌声広場 昭和で行こう
懐かしい昭和の歌謡曲をみんなで歌う。3月10日(日)13時~14時30分、先着50人
☎ 電話(2月15日10時~)


■師岡コミハ寄席
古典と創作を織り交ぜて、笑いをお届け。3月30日(土)13時~14時30分、先着70人
☎ 電話(2月22日10時~)



寄席の出演者

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
ひな祭り会。2月28日(木)10時~13時、未

就学児と保護者
■丘の上の音楽会 
三浦俊司トロンボーンジャズライブ。3月3日(日)13時30分~14時30分

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

■映画上映会
「花の特攻隊 あゝ戦友よ」を上映。3月10日(日)13時15分~

■趣味の教室(4月~9月)
各全12回、午前:10時~12時、午後:13時~15時、60歳以上の市民、抽選各10~24人、1人1講座、300円~1,200円
☎ はがきを持参し来館か往復はがき(2月28日必着) [必要事項]と希望講座、年齢を記入

講座名	日時
はじめての健康詩吟	第1・3月曜 午前
生き生きヨガ	第1・3月曜 午後
再びの書道	第1・3火曜 午後
はじめての3B体操	第1・3火曜 午後
大人のピアノ	第1・3火曜 午後
ロコモ・脳トレ体操	第1・3水曜 午前
水彩画	第1・3水曜 午前
聴いた事がない歴史講座	第1・3木曜 午前
元気ハツラツ体操	第2・4木曜 午前
元気になる歌声教室	第2・4木曜 午前
楽しい英会話	第1・3金曜 午前
初心者健康マージャン	第2・4金曜 午後
はじめての編み物	第2・4金曜 午後
暮らしの書道(実用)	第1・3土曜 午後

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 (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。3月9日(土):だろっぷサテライト、16日(土):新横浜自治会館(新横浜1-9)、23日(土):だろっぷ、30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8月で初出産の夫婦(妊婦のみも可)、抽選各20組(16日は15組)
☎ ホームページ(2月23日まで)

地域子育て支援拠点 だろっぷサテライト
〒223-0052 綱島東3-1-7
☎ 633-1078 ☎ 633-1072 (休)日・月曜・祝日

■助産師さんとみんなの知恵袋
母乳やミルクの話。3月12日(火)10時30分~12時、未就学児と保護者、先着10組
☎ 電話(3月1日~)

■あっぷつぶ
ふれあい遊びやママトーク。3月12日・26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(2月20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)2月12日

■冬のアウトドアクッキング
石窯やダッチオーブンを使った料理を楽しむ。3月17日(日)10時~14時、家族かグループ、抽選14組、2,200円、小学生1,800円、4歳以上の未就学児1,000円、3歳以下100円

港北学校通信
— 学校の取り組みを紹介 —

★ **運動会(5月)**
子どもたちはそろいの「ポプラくんTシャツ」を着て、全力で競技に取り組みました。心をついに750個のバルーンを飛ばし、記念品に「ポプラくん下敷き」が配られました。

★ **デイキャンプ(9月)**
恒例の炊き出し訓練に加えて、かき氷や綿あめが振る舞われました。

★ **記念式典・祝賀会(11月)**
4年生の美しい合唱や5・6年生の勇壮なソーラン節は、出席者を魅了しました。

★ **50周年西小大ハッピーランド(12月)**
地域やPTAが企画した焼きそば作りや大声コンテストなどの催しに、子どもたちは大喜びでした。

☎ 区役所学校連携・こども担当 ☎ 540-2212 ☎ 540-2426

子どもたちの記憶に残る50周年 ●篠原西小学校●

昨年、篠原西小学校が創立50周年を迎え、実行委員会を中心にさまざまな記念行事が行われました。



ポプラくん



ソーラン節の様子

実行委員長から子どもたちに「篠原西小学校の児童であることを誇りに、学んだことを自信に結び付け、大きく羽ばたいてほしい」とエールが送られました。

☎ ホームページが往復はがき(2月27日消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、学年を記入

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

※1~4・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 女性のためのパソコン講座
再就職・転職のためのワードとエクセル。3月13日(水)~19日(火)(16日・17日除く)、全5回、10時~15時30分、女性先着12人、19,500円

☎ 電話かホームページ(2月18日~)
☎ 862-4496 (9時~16時、第4木曜・日曜・祝日除く)

2 映画上映「虹色の朝が来るまで」
3月23日(土)14時~15時15分、先着190人
☎ ホームページ(2月15日~)



映画「虹色の朝が来るまで」

3 初めてのバレエエクササイズ
4月9日~9月24日の火曜(4月30日、7月30日、8月13日除く)、全22回、10時~11時30分、先着25人、32,000円

☎ 電話かホームページか来館(2月19日~)

横浜市民ギャラリーあざみ野 4~6
☎ 910-5656 ☎ 910-5674

4 対談 言葉の力とその限界
2月23日(土)15時~16時30分、先着80人
☎ ホームページか来館(受付中)

5 Welcomeロビーコンサート
2月24日、3月10日(日)、12時~12時40分

6 対談 野村浩×大森克己
あざみ野フォト・アニュアル関連イベント。2月24日(日)14時~16時、先着50人
☎ ホームページか来館(受付中)

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

■五感を使おうボラ実技講座
歌や手遊びなど、実践で使える技を学ぶ。2月23日(土)13時30分~15時30分
☎ 電話かファクスかEメールか来館(2月22日まで)**[必要事項]**を記入

☎ hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

■善意銀行(寄託11月1日~30日)
港北邦楽協会、港北芸能協会、視覚障害を理解する会、港北三曲会、(一社)神奈川青色申告会、菊名寿楽荘、市立中学校港北区個別支援学級、匿名個人〔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▶ 2月22日、3月1日・8日(金) 9時~9時45分受付
1歳6か月児▶ 2月14日・21日・28日、3月7日(木) 9時~9時45分受付
3歳児▶ 2月12日・26日、3月5日(火) 12時45分~13時30分受付

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
2月14日(木)・20日(水)、3月7日(木)
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)
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
2月13日(水)・18日(月)・28日(木)、13時30分~、14時30分~、15時30分~、区役所

7~8か月児の離乳食教室 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~
2月15日(金)区役所、2月27日(水)樽町地域ケアプラザ
3月4日(月)日吉本町地域ケアプラザ

肺がん検診 申込制 (2月20日~)
40歳以上、先着50人、検診料680円
3月20日(水)、13時~、14時~、区役所

禁煙相談 申込制 (受付中)
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

◀ 神奈川県税務署からのお知らせ ▶
~所得税の確定申告~

自宅から確定申告書をインターネット(e-Tax)で送信する方法

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、e-Taxで提出できます。

詳細は
国税庁 検索

- ① ID・パスワード方式
税務署で事前に発行を受けた、「ID」と「パスワード」を使用します。
※スマホやタブレット端末も利用可
- ② マイナンバーカード方式
【マイナンバーカードとICカードリーダーライターを使用】

パソコンによる申告書作成のアドバイス (所得税・贈与税・個人消費税)

日時:2月18日(月)~3月15日(金)、9時15分~17時(受付は16時まで)
※提出は8時30分~17時
※土・日曜、祝日除く。2月24日、3月3日(日)は開場
※混雑時は受付を早めに締め切る場合あり

場所:神奈川県税務署(大豆戸町528-5)

- ◆申告には、下記①②のいずれかの提示または写しの添付が必要
- ①マイナンバーカード
- ②個人番号確認書類(通知カードなど)と本人確認書類(運転免許証など)

☎ 神奈川県税務署 ☎ 544-0141

国際プロテニス大会
**横浜慶應
チャレンジャー**
を観戦しよう!



「横浜慶應チャレンジャー」は、ウィンブルドンなどにつながるポイントを獲得できる、国内では希少な大会です。世界各国から、将来を期待されている選手が出場します。



~市民の皆さんを招待します~

開催日:①男子準決勝・決勝
3月2日(土)・3日(日)
②女子準決勝・決勝
3月9日(土)・10日(日)
※①②とも、準決勝・決勝の両日入場可能
会場:慶應義塾大学日吉キャンパス
暖谷テニスコート
定員:①②抽選各50組(1組2人まで)



☎ ホームページ(2月18日まで)市民局スポーツ振興課へ
☎ 大会について:大会事務局 ☎・☎ 562-2989
市民招待について:市民局スポーツ振興課 ☎ 671-4574 ☎ 664-0669