

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  マークの催しの補足情報などを掲載しています。

働き方改革変わる従業員健康管理
働き方を見直し、健康経営を目指すために必要な要素を、事例とともに紹介します。

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。若年性認知症の本人とその家族を対象にした「つどいの場」を開催します。家族同士の交流や相談、杉山孝博医師からの助言も得られます。本人も散歩やゲームをして楽しく過ごします。

神経系難病交流会

同じ病気の仲間との交流会や、ミニ口腔ケア講座を開催します。

新羽から大熊・折本を歴史散歩

港北ボランティアガイドが案内します。新羽から旧港北区の折本地区(都筑区)にかけての丘陵地の歴史と自然を感じることができます。途中、坂道や階段がある約6.5キロメートルのコースです。

新治恵みの里 新米体験教室

新治町の農家と一緒に、稲刈り・脱穀・精米の作業を体験します。最終回にかまどで炊いた新米を味わいます。玄米15キログラムの土産付きです。

横浜労災病院 ボランティア募集

活動日時:月曜～金曜 (1回2～3時間)
※活動時間帯は要問合せ
活動内容:外来案内や車いすの走行補助、本の貸出、ワークショップなど
対象:心身ともに健康で、週1回の活動を1年以上継続可能な人

☎ 電話かEメール(受付中) **[必要事項]**を記入し、横浜労災病院ボランティアコーディネーターへ
 ☎ 474-8111
 ✉ v-sitsu@yokohamah.johas.go.jp

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14日・28日(水)、14時10分～15時30分、●南日吉団地管理事務所前:8月16日・30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

■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22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

■働き方改革変わる従業員健康管理

8月23日(金)15時～17時、新横浜ウエルネスセンター(新横浜2-15-10 YSビル5階)、先着40人

☎ 電話かEメールかホームページかファクス(受付中) **[必要事項]**を記入し、バイオコミュニケーションズ(株)へ
 ☎ 470-8001 ☎ 470-8200
 ✉ ask@ii-bio.com

■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(金)9時30分～16時、港北公会堂

🏠 区老人クラブ連合会
 ☎・☎ 547-6506

■食品衛生責任者講習会

9月4日(水)、10月7日(月)、11月5日(火)、14時～15時30分、区役所、食品衛生責任者、先着各30人

☎ 電話かホームページ(8月15日～)区役所食品衛生係へ
 ☎ 540-2370 ☎ 540-2342

■よこはま北部のつどい

9月15日(日)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
 ☎ 電話かファクス(9月15日まで) **[必要事項]**を記入し、認知症の人と家族の会へ
 ☎・☎ 044-522-6801(月・水・金曜、10時～16時)

■神経系難病交流会

9月18日(水)13時30分～15時30分、区役所、パーキンソン病関連疾患・脊髄小脳変性症・多系統萎縮症などの患者と家族、先着20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

■新羽から大熊・折本を歴史散歩

9月19日(木)9時30分～12時30分、市営地下鉄新羽駅集合、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(9月9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

■新治恵みの里 新米体験教室

9月28日、10月12日・26日(土)、全3回、10時30分～12時30分、にいほる里山交流センター(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 ※荒天延期

☎ ホームページ(8月15日～)新治恵みの里へ

🏠 環境創造局北部農政事務所

☎ 948-2480 ☎ 948-2488

■ほめ方、しかり方のコツ講座

10月7日・21日(月)、全2回、10時～11時30分、区役所、2歳6か月～3歳11か月児の保護者、抽選60人 ※保育あり、1～3歳、抽選40人、要予約

☎ ホームページ(9月17日まで)区役所子ども家庭支援担当へ

☎ 540-2365 ☎ 540-2426

■港北芸能大会 出演者募集

11月3日(日・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20組、1組1曲3,000円

☎ ホームページか所定の用紙(9月2日必着、ホームページや地区センターで入手可)をファクスか直接、区役所生涯学習支援係へ ☎ 540-2239 ☎ 540-2245

スポーツ

「所定の用紙」は区役所生涯学習支援係(☎540-2238 ☎540-2245)や地区センターにあります。

■女子テニスダブルス大会

9月1日(日)・14日・21日(土)、9時～17時、新横浜公園ほか、区内在住か在勤か協会登録済みの女性ペア、先着各48組、1組

3,500円

🏠 ホームページ(8月15日～)区テニス協会(石崎)へ ☎ 080-5650-1023

■区民バドミントン大会

9月22日(日)9時～17時、港北スポーツセンター、区内在住か在勤か在学か協会登録のペア(中学生以上)、1組2,500円

☎ 所定の用紙(9月4日必着、港北スポーツセンターのホームページでも入手可)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 🗨 8月19日、9月9日

■大倉山記念館オープンデー

全館公開やコンサートなど。9月8日(日)9時30分～17時

■プリザーブドフラワー教室

トピアリーのフラワーアレンジメントを作る。9月28日(土)、

①10時～11時30分、

②13時30分～15時、

先着各12人、2,500円

☎ 電話か来館(8月15日～)



秋色トピアリー

■タゴールの歌と舞

ベンガル語の響きとインドの旋律を届ける。10月13日(日)、①11時～、②15時～、先着各80人

☎ 電話か来館(8月15日～)

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

■親子で楽しむアフリカ体験

8月18日(日)11時～13時



アフリカ太鼓体験

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10

☎ 421-1211 ☎ 431-5212 🗨 8月13日

■おはなし会

①紙芝居の日:8月17日(土)、②ひろばおはなし会:8月21日(水)、3～6歳、③ひよこのおはなし会:8月22日(木)、1～3歳児と保護者、当日先着15組、④土のおはなし会:9月7日(土)、小学生以上、①②④15時～15時30分、③11時～11時30分



港北区制80周年記念

ハナミズキの苗木プレゼント

区の木「ハナミズキ」の苗木を、区制80周年を記念して、抽選で80人にプレゼントします!

対象 区内在住者

受取 日時:11月11日(月)～15日(金)、8時45分～17時

場所:区役所地域活動係(4階46番窓口)

☎ 往復はがき(8月18日消印有効) **[必要事項]**を記入し、区役所地域活動係へ

🏠 区役所地域活動係 ☎ 540-2234 ☎ 540-2245



ハンギング バスケット

教室

協力:横浜市



作品イメージ

9月に開幕するラグビーワールドカップ2019™は横浜国際総合競技場が会場となります。

手作りのハンギングバスケットをスタジアム通りなどのポールに飾り、新横浜を花と緑と一緒に盛り上げましょう。

日時:9月18日(水)、午前:10時~11時30分、午後:13時30分~15時
会場:奈良建設ビル(新横浜1-13-3) **講師:**井上まゆ美氏
対象:成人(小学3年生以上の同伴可) **定員:**先着各30人

☎ Eメールかファクス(8月15日~) **[必要事項]**と年齢、希望時間(午前か午後)を記入し、新横浜町内会へ ☎ 473-7922 ✉ shinyoko@alto.ocn.ne.jp
 ※参加可能な人にもみ連絡します
 ☎ 新横浜町内会 ☎ 473-7934(平日9時30分~16時)

■大人のための朗読会

三浦哲郎「お菊」ほかを朗読。8月24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)

子ども向け教室や健康体操など。抽選、4,000円~16,000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(8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

小机スポーツ会館

〒222-0036 小机町1800-1
 ☎・☎ 471-0050 (休)8月13日

■キッズテニス 秋

スポンジボールで室内テニスを学ぶ。①火曜クラス:9月3日~12月3日の火曜(10月15日・22日除く)、②水曜クラス:9月4日~12月4日の水曜(10月16日・23日除く)、①②各全12回、小学1~3年生:16時30分~17時30分、小学4~6年生:17時40分~18時40分、先着各10人、5,000円
 ☎ 来館(8月19日9時~、翌開館日から電話可)

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

区テニス協会のコーチから学ぶ。9月2日~11月18日の月曜(9月16日・23日、10月14日、11月4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14人、8,500円 ※雨天時11月25日、12月2日
 ☎ 往復はがき(8月20日必着) **[必要事項]**と年齢、希望コース、テニス歴、過去のテニス教室参加の有無を記入

■ひょうたん墨流し体験講座

9月8日(日)10時~12時、小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)、先着12人、400円

☎ 電話か来館(8月20日9時~)

■菊名・おもちゃの病院

おもちゃの修理。9月14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~)

■高井先生の楽うま和食塾

9月24日(火)10時30分~13時30分、成人先着16人、3,000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(8月22日9時~)

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

■親子学級げんきすくすく

親子の触れ合い遊びや友達づくり、情報交換。9月12日~10月24日の木曜、2020年1月16日(木)、全8回、10時~11時30分、開始時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18日必着)参加者全員の **[必要事項]** と子の性別・生年月日・開始時の月齢を記入

■香道入門 香りを学ぶ

香木からかぐわしき「いにしえ」をしのぶ。10月2日・9日(水)、全2回、13時30分~15時30分、成人先着15人、4,000円

☎ 電話か来館(9月11日10時~)

■椅子席で楽しむ茶道

生活の中に抹茶を取り入れて味わう。10月15日~11月19日の火曜、全6回、15時30分~17時、成人先着10人、3,000円

☎ 電話か来館(9月10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

■土曜の朝の体操教室

音楽に合わせて楽しく体を動かす。9月7日~12月7日の土曜(11月16日・23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70人、2,400円

☎ 電話か来館(8月16日10時~)

■ペン字・小筆教室

ペンや小筆、筆ペンで美しい文字を習う。9月17日、10月15日、11月19日(火)、全

3回、15時~16時30分、18歳以上、先着16人、1,500円

☎ 電話か来館(8月16日10時~)

■野菜ソムリエ季節の料理教室

ナスのポタージュなどナス料理を習う。9月18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~)

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

■絵本を読む会

8月21日(水)11時~11時30分、3~8歳
 ※入退室自由、保護者同伴可

■花と緑でいっぱい友だちづくり

9月18日、10月16日、11月13日(水)、全3回、9時30分~11時30分、成人抽選15人、3,000円

☎ 往復はがき(8月18日必着) **[必要事項]** を記入

■親子でクッキング

子どもシェフの誕生。9月29日(日)9時30分~13時、4~6歳児と保護者、抽選12組、1,500円

☎ 往復はがき(8月29日必着) **[必要事項]** と子の氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入



前回の様子

■おもてなし薬膳と発酵食品料理

10月7日(月)・15日(火)、全2回、10時~12時30分、抽選12人、3,000円

☎ 往復はがき(8月29日必着) **[必要事項]** と職業を記入

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
 ☎ 591-0777 ☎ 591-0045 (休)8月13日

■集まれおはなしキラキラぽっけ

8月22日(木)10時30分~11時

■チョークアートでハロウィーン

9月19日(木)9時30分~11時30分、18歳以上、先着10人、1,600円

☎ 来館(8月15日9時~、翌開館日から電話可)



作品例

■だしソムリエが作るヘルシー料理

旬の食材とだしで作る。9月25日(水)10時~13時、18歳以上、先着12人、1,300円

☎ 来館(8月15日9時~、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

■本館休館のお知らせ

エレベーター設置工事のため、2020年2月中旬ごろまで、本館(ロビー、プレイルーム、レクホール、図書室(図書の貸出含む))は利用できません。本館工事中は、別館のみ利用できます。

港北わくわく 消防フェスタ

毎年8月の夏休みに開催していましたが、今年は12月15日(日)に区役所中庭で開催します。詳細は本紙12月号に掲載予定です。

☎ 港北消防署総務・予防課

☎・☎ 546-0119

ほめ方、しかり方のコツ講座

臨床心理士による、子どもとの関わり方講座です。しつけのこつや効果的な褒め方、困った行動への対処法などを学びます。

港北芸能大会 出演者募集

民俗舞踊・日本舞踊・唄の大会です。ファクスで申込の場合は、電話で到着確認の連絡をしてください。

大倉山記念館オープンデー

普段入ることのできない塔屋(屋上)ツアー(要予約、電話か来館で受付中)も行います。

親子で楽しむアフリカ体験

第7回アフリカ開発会議横浜開催連携事業です。音楽やダンス、物語を通してアフリカの文化に親しむイベントです。動物の写真展や、民族衣装の試着(小学生のみ)などもあります。ワークショップも実施予定です(詳細は要問合せ)。

ひょうたん墨流し体験講座

漆の墨流し技法で、マーブル模様のひょうたんストラップを作ります(大人も参加できます)。



講座の様子

高井先生の楽うま和食塾

NHK「きょうの料理」に出演の料理研究家から学びます。献立は「牛肉しぐれ煮」、「きのこの酒いり」、「旬魚の甘酒焼き」、「かぼちゃの煮物」、「フライパンの焼きなす」、「即席お吸い物」です。講師お薦めの土産付きです。

絵本を読む会

ラグビーワールドカップ2019™参加国の絵本の読み聞かせをします。参加者に先着で記念品をプレゼントします。

花と緑でいっぱい友だちづくり

園芸を初歩から学び、花壇への植え付けや寄せ植えの実践などを通じて仲間づくりをします。

- 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、📄…申込、📞…問合せ

セルフプロテクション自分を守る

犯罪から身を守るための心構えやテクニック(護身術)を、**靱山太郎氏**(Protect社公認Krav Magaインストラクター)から学びます。

はぐピョン

12日は水遊びとミニおはなし会、22日は水遊びとスタンプ手形、9日はおはなし会ワークショップ参加者による発表会をします。

無料セミナー&個別相談会

司法書士による、分かりやすい成年後見の無料セミナーと個別相談会です(個別相談会は申込者多数の場合抽選)。

丘の上の音楽会

全盲バイオリニスト穴澤雄介氏とドラマー高木将雄氏のスペシャルライブです。曲目は、「ジブリメドレー」、「情熱大陸」、「虹の待つ明日へ」ほかです。

体操ボランティア育成講座

高齢者の体の特徴や低体力者向けの体操を学び、指導体験もを行います。人前で体操指導することに自信がつく講座です。

アラフィフからのライフ&マネー

女性と仕事応援デスクミニセミナーです。暮らしや収入の変化をイメージしながら、老後の家計への備え方を考えます。

棕本真理子展

新進作家の作品を紹介するショーケースギャラリーです。盆栽や花壇、ダムやリゾート地などの人工の風景をモチーフに、FRP樹脂で制作する、棕本真理子氏の作品を展示します。

Welcomeロビーコンサート

市民広間演奏会のメンバーや地域の人が出演する楽しいコンサートです。

いま「限界芸術」を再考する

今日に至るまでの社会的背景を見渡しつつ、より深く、広い視点で現代美術を掘り下げるシリーズ講座「現代美術探求ラボ」。いま芸術に向けているまなざしについて「限界芸術」(専門家ではない人が生活の中で生み出す芸術)を起点に再考します。

横浜の遺跡展

霧ヶ丘遺跡(緑区)から発掘された土器や石器の展示に加え、写真やイラストによる復元などから縄文時代の落とし穴を紹介します。

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

■港北子ども学習会

無料の学習会。8月11日(日・祝)・25日、9月8日(日)、13時~16時、小・中学生

■きくなこみっこ

子どもを遊ばせながらおしゃべり。8月23日(金)10時~12時、未就学児と保護者

■セルフプロテクション自分を守る

9月29日(日)13時30分~

15時30分、成人抽選15人、600円

☎ 往復はがき(8月20日

必着) **[必要事項]** を記入

講師: 靱山太郎氏



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13日(火)・15日(木)、11時~11時30分、未就学児と保護者、当日先着各20組

■0歳児ママのスマイル広場

話しながらママたちの気分転換。8月27日(火)10時30分~11時30分、7か月未満の子と母親(きょうだい児の同伴不可)、当日先着15組

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12日(月・休)・22

日(木)、9月9日(月)、

10時~13時、未就

学児と保護者



昨年の様子
(スタンプ手形)

■無料セミナー&個別相談会

8月24日(土)13時30分~15時

☎ 電話か来館(8月18日まで)

■丘の上の音楽会

9月1日(日)13時30分~14時30分

**樽町地域ケアプラザ
分室オープン**

場所

つなしま相談室

綱島東2-12-19福島ビル4階

☎ 534-1220 ✉ 545-1020

開館日時

月曜~金曜、9時~17時

(年末年始除く)

機能

- ① 相談や支援が受けられる福祉・保健の身近な窓口
- ② 介護保険や介護保険以外のサービスの申請・相談
- ③ 地域の高齢者向け福祉・保健活動の支援

※樽町地域ケアプラザのエリアの対象者は、樽町地域ケアプラザと分室どちらも利用可

「スペースつなしま」の名前が変わり移転しました。

☎ 区役所事業企画担当

☎ 540-2360 ✉ 540-2368

つなしま相談室のスタッフ



連載

港北昔ばなし紙芝居

たまたまばこ

港北区下田のまわりじぞう

下田町の真福寺には江戸時代の中ごろから「子育て延命地蔵」がまつられています。この地蔵を背中に担ぎ、家から家へと回して願い事をするという風習から創作紙芝居が生まれました。

前田晴美さん「港北区下田のまわりじぞう」



【作者コメント】

20キログラムもあるお地蔵さまを背中に担いで回っていたなど、今では考えられない風習を、皆さんに知っていただきたくて紙芝居にしました。

創作紙芝居55作品は、港北図書館や大倉精神文化研究所附属図書館、区役所区民活動支援センターなどで閲覧・貸出しています。上演の依頼も受け付けています。

☎ 区役所区民活動支援センター ☎・✉ 540-2246

■体操ボランティア育成講座

10月7日(月)・10日(木)・21日(月)、11月4日

(月・休)・18日(月)、全5回、13時~15時、先着25人

☎ 電話か来館(9月2日~)

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

①「泥だらけの純情」:8月11日(日・祝)、

②「夜霧よ今夜も有難う」:9月8日(日)、

①②13時15分~

■趣味の教室(10月~2020年3月)

スポーツや教養、歴史など13講座を開催。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講座300円~1,200円

☎ 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]** と年齢、性別、希望講座を記入

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(8月25日除く)・月曜・祝日、8月27日

■あつぷぷ

触れ合い遊びやママトーク。9月4日・18日

(水)、全2回、10時30分~11時50分、初回開催日に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15日~)

■手形の日

専用冊子に手形を押す。9月5日(木)14時~15時30分、0歳児と保護者

■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7日(土):どろっぷサテライト、21日(土):高田地域ケアプラザ、28日(土):どろっぷ、10時~12時、区内在住の出産予定月が2020年1月で初出産の夫婦(妊婦のみも可)、抽選各15組

☎ ホームページ(8月25日まで)

■助産師さんとみんなの知恵袋

母乳やミルクの話。9月24日(火)10時30分~12時、未就学児と保護者、先着10組 ※途中参加・途中退出可

☎ 電話か来館(9月3日~)

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 (休) 日・月曜・

☎ 633-1078 ✉ 633-1072 祝日、8月17日

■あつぷぷ

触れ合い遊びやママトーク。9月4日・18日(水)、全2回、10時30分~11時50分、初回開催日に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15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) 9月10日

■ヨガ&太極拳教室

9月10日~11月19日の火曜(10月22日除く)、全10回、13時~14時30分、16歳以上、先着16人、5,000円

☎ 電話(8月15日~)

■ふれあい親子クラブ 秋みつけ隊

自然遊びやクラフト、季節の菓子作りなど。10月2日~23日の水曜、全4回、14時30分~16時30分、2020年か2021年に小学校に入学する子と保護者、抽選16組(2人1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) **[必要事項]** を記入

■親子でいっしょに3B体操

音楽に合わせて親子で全身運動。10月の木曜、全5回、10時~11時、1歳6か月以上の未就学児と保護者、抽選20組(2人1組)、1組2,500円、追加1人1,000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】**と年齢を記入

■三ツ沢公園でスポレク2019

飯ごう炊飯や野外料理の体験。10月20日(日)10時～15時、市民、飯ごう：抽選50人、350円、ピザ：抽選50人、150円、手作りお菓子：120円

☎ ホームページが往復はがき(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

■網焼き料理教室

鉄板焼きやダッチオーブン料理。10月26日(土)・27日(日)、10時30分～14時、抽選各64人、1,000円、小学生800円、4歳以上の未就学児400円、3歳以下100円

☎ ホームページが往復はがき(8月29日消印有効)参加者全員の**【必要事項】**と年齢(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

※**2・3・6**は保育あり、1歳6か月以上の未就学児(**2**は2か月以上の未就学児)、有料、要予約

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場野菜の販売。8月28日(水)11時～14時(売り切れ次第終了) ※エコバッグ持参

2 アラフィフからのライフ&マネー

9月12日(木)10時～12時、女性先着15人 ☎ 電話かホームページが来館(8月15日～)

3 女性のためのパソコン講座

エクセル中級。9月21日(土)・22日(日)、全2回、10時～15時30分、女性先着12人、10,800円

☎ 電話かホームページ(8月17日～)

☎ 862-4496 (9時～15時30分、第4木曜・日曜・祝日除く)

横浜市民ギャラリーあざみ野 4～6

☎ 910-5656 ☎ 910-5674

4 棕本真理子展

9月24日(火)まで

5 Welcomeロビーコンサート

8月11日(日・祝)・25日、9月8日(日)、12時～12時40分

6 いま「限界芸術」を再考する

8月31日(土)14時～16時、高校生以上、先着40人、500円

☎ 電話かホームページが来館(受付中)

横浜市ふるさと歴史財団埋蔵文化財センター

〒247-0024 栄区野七里2-3-1 ☎ 890-1155 ☎ 891-1551 休 土・日曜・祝日

■横浜の遺跡展

9月29日(日)まで(8月13日、9月9日除く)、長津田地区センター(緑区)

■横浜の遺跡展 関連講演会

9月14日(土)13時30分～14時30分、長津田地区センター、抽選50人、500円

☎ 往復はがき(8月28日必着)**【必要事項】**を記入

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6月1日～30日)

匿名個人ありがとうございます

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

区役所子ども家庭係 ☎・☎ ☎ 540-2340 ☎ 540-2426

乳幼児健診 当日直接区役所へ

4か月児 ▶ 8月23日・30日、9月6日(金) 9時～9時45分受付
1歳6か月児 ▶ 8月22日・29日(木) 9時～9時45分受付
3歳児 ▶ 8月20日・27日、9月3日・10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(8月15日～)、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
2018年8月、9月、10月生まれ：9月17日(火)

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20日、9月3日(火)
乳幼児：9時15分～10時30分受付 妊産婦：10時30分受付

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
8月19日(月)・22日(木)、9月11日(水)、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～
8月21日(水)区役所、8月28日(水)樽町地域ケアプラザ、9月9日(月)日吉本町地域ケアプラザ

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

港北学校通信

— 学校の取り組みを紹介 —

大豆戸小学校

40周年記念運動会

スローガン「ささえあい～ベストをつくせる運動会～」



大豆戸小学校が創立40周年を迎えたことを記念して、40周年記念運動会が開催されました。

運動会実行委員長の関恵蓮さんからは「40周年という伝統に歴史を刻み込んでいけるように力を合わせてがんばりましょう。」と話がありました。特に、5・6年生の「大豆戸魂ソーラン」では、40周年記念事業実行委員会から寄贈された法被を身にまとい、渾身の力で演技を行い、盛大な拍手が送られました。



大豆戸魂ソーラン



寄贈された法被

☎ 区役所学校連携・子ども担当 ☎ 540-2212 ☎ 540-2426

「港北区ウォーキング手帳」が新しくなりました

無料配布中



幅広い年代の人が楽しくウォーキングを継続できるように、横浜F・マリノスの協力を得て、「港北区ウォーキング手帳2019」を作製しました。ウォーキングコースに新横浜公園を追加するなど、内容を充実させました。「よこはまウォーキングポイント」アプリ・歩数計と併せて活用してください。

配布場所

区役所健康づくり係(3階37番窓口)、港北スポーツセンター、区内地域ケアプラザ ※配布数は限りがあります

よこはまウォーキングポイント

スマートフォン用歩数計アプリを使って、気軽に楽しく健康づくりをしましょう。



詳細は、こちらから→

☎ 区役所健康づくり係 ☎ 540-2362 ☎ 540-2368