

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、🗨…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(6~7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。

新治恵みの里 冬野菜作り教室
農家と一緒に冬野菜を作り、収穫します。

大倉山記念館オープンギャラリー
記念館の歴史や建物の魅力を紹介します。期間中、こども記念館探検やこどもギャラリー展を同時開催予定です(小学生以下、受付10時~16時)。

日本伝統文化体験ワークショップ
日本の伝統文化の伝承活動を行う「日本大好きプロジェクト」による体験型ワークショップを9月~12月にかけて全6回開催します。影絵ではうさぎとかめの物語の披露と体験、扇子作りではオリジナルの扇子を作ります。ワークショップは単日でも申し込めます。

はぐピョン
7月13日は水遊びとミニおはなし会「うみ」、23日は水遊びと「フルールさんコンサート」、8月10日は水遊びと「Fun with numbers 数字で遊ぼう」です。

GOGO健康元気づくり教室
いつまでも元気に過ごすためのロコモ予防講座です。スローエアロビックを取り入れ、楽しくゆったりと全身を動かします。口のケアや栄養の講義もあります。

おなはし会ワークショップ
絵本や紙芝居の読み方、手遊びのレクチャーを受けた後、当ケアプラザの子育てサロンで実演します。初心者も大歓迎です。講師は、「虹の部屋」の貞廣氏と筒井氏が担当です。

掲載されているイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大を防止する観点から、中止または延期、定員が変更となる場合があります。参加の際には、事前に紙面に記載のある問合せ先に確認してください。

区役所からのお知らせ

- 生ごみを土にかえそう説明会**
初心者向け。7月22日(水)10時30分~11時10分、区役所中庭 ※荒天中止
📍 資源化推進担当
☎ 540-2244 📠 540-2245
- 食品衛生責任者講習会**
8月26日(水)、9月14日(月)、10月8日(木)、14時~15時30分、区役所、先着各18人
※食品衛生責任者証、筆記用具持参。中止時はホームページに掲載
🗨 電話かホームページ(8月3日~)食品衛生係へ
☎ 540-2370 📠 540-2342
- 新治恵みの里 冬野菜作り教室**
9月5日・26日、11月7日・28日(土)、全4回、10時30分~12時30分(9月26日のみ13時30分~15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4,000円
🗨 ホームページ(7月15日~)新治恵みの里へ
📍 北部農政事務所
☎ 948-2483 📠 948-2488

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。
- 卓球個人戦区民大会**
男子、女子、年齢別。8月23日(日)9時~19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者、1,000円
🗨 所定の用紙(8月7日必着)を郵送で区卓球協会へ
📍 区卓球協会(古賀)
☎ 090-4133-3974
 - 区民バレーボール大会**
9月6日(日)9時~18時、港北スポーツセンター、抽選20チーム、1チーム4,000円
🗨 所定の用紙(8月15日必着)を郵送で区バレーボール協会(有井)へ
☎ 090-3574-2518

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
港北公会堂は休館中
(2021年3月ごろまで)

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ギャラリー🌸
8月1日(土)~8月16日(日)、10時~17時



昨年の様子

- 日本伝統文化体験ワークショップ**🌸
①影絵:9月19日(土)、先着20人、②扇子作り:10月3日(土)、先着12人、500円、①②午前:10時~11時40分、午後:13時30分~15時10分、4歳以上(未就学児は保護者同伴)
🗨 電話か来館(8月1日10時~)



作品例

網島地区センター
〒223-0053 網島西1-14-26
☎ 545-4578 📠 531-5771 🗨 第3月曜

■**手話体験教室**
自己紹介や簡単な日常会話の表現を学ぶ。9月11日~11月20日の金曜(10月23

災害に備え、水を備蓄しよう

万が一の断水に備え、日頃から取り組みやすい水の備蓄方法を紹介します。

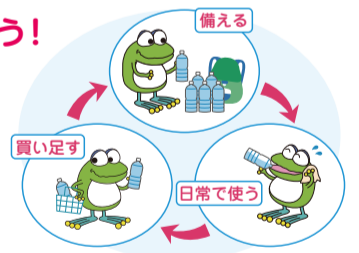
飲料水の備蓄量は1人9リットル

1人当たり9リットル(1日3リットル×最低3日分)の備蓄が必要です。9リットル×家族の人数分の飲料水を備えましょう。

賢く備蓄、賞味期限切れを防ごう!

ローリングストック法

飲み水などを普段から少し多めに買って置き、使った分だけ新しく買い足すことで、いつも一定の量を備蓄しておく方法です。



水道水のくみ置き方法

水道水のくみ置きも断水への備えになります。ポリ容器などに入れて、夏季は3日間程度、冬季で1週間程度保存が可能です。

注意ポイント

- ①清潔でふたができる容器に口元まで水道水を入れ、空気が入らない満水の状態です。
- ②塩素による消毒効果を保つため、沸騰させたり浄水器に通したりせず、蛇口からそのまま容器に入れ、日光のあたらない屋内で保管する。

水を入れる容器も準備しておきましょう

災害時給水所などで水をもらうときに備えて、水を入れる容器と運ぶための手段も準備しておきましょう。水は重いので、自分の体力や自宅までの道(階段の有無など)に合わせ、準備しましょう。



リュック型の給水袋



水を運ぶためのカート

横浜市 災害時給水所 検索

📍 水道局お客さまサービスセンター ☎ 847-6262 📠 848-4281

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(7月25日必着)**[必要事項]**を
記入

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

■親子で作るハーバリウム
親子で楽しみながらハーバリウムを作る。9月6日(日)13時～14時30分、小学生
と保護者(2人1組)、先着10組、1,000円
☎ 電話(8月13日10時～)



作品例

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
7月13日(月)・23日(木・祝)、8月10日(月・
祝)、10時～13時、未就学児と保護者
■GOGO健康元気づくり教室
8月28日、9月4日・11日・18日(金)、全4回、
13時30分～15時30分、介護予防に関心
のある人、先着20人 ※飲み物、スポー
ツタオル持参、動きやすい服装で参加
☎ 電話か来館(7月27日～)

■おなはし会ワークショップ
子どもを喜ばせるコツが詰まった
講座。9月3日(木)・7日(月)・10日(木)・
14日(月)・24日(木)、全5回、10時～12
時、先着16人
☎ 電話か来館(7月15日～)



前回の様子

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)7月13日

■鉄板料理教室C/D
鉄板焼き料理やダッチオーブンデザート。
C:8月15日(土)、D:8月16日(日)、10時～14
時、抽選各8組(1組8人まで)、2,400円、小
学生2,000円、未就学児1,000円、3歳以下
200円

☎ ホームページか往復はがき(7月29日
消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と学年
を記入

■ふれあい親子クラブ自然みつげ隊
自然遊びやクラフト作り。9月2日～30日
の水曜、全5回、14時45分～16時45分、
2021年か2022年に小学校に入学する子
と保護者、抽選8組(2人1組)、1組6,500円
(追加1人3,000円、2歳以下700円)

☎ ホームページか往復はがき(8月10日
消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と学年
を記入

■BBQグリル料理教室C/D
C:9月12日(土)、D:9月13日(日)、10時～
14時、抽選各8組(1組8人まで)、2,400
円、小学生2,000円、4歳以上の未就学児
1,000円、3歳以下200円

☎ ホームページか往復はがき(7月29日
消印有効)参加者全員の**[必要事項]**と学年
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 (休)第4月曜
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

横浜市民ギャラリーあざみ野 1～3
☎ 910-5656 ☎ 910-5674

1 ショーケースギャラリー
7月11日(土)～9月20日(日)
2 あざみ野フェローマルシェ
7月19日(日)、8月5日(水)、10時～15時
※商品がなくなり次第終了
3 Welcome!ロビーコンサート
7月26日・8月9日(日)、12時～12時40分

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4月1日～30日)
(一社)全国自然災害家屋調査協会、ユ
ニー(株) アピタ横浜綱島店、横浜北ロー
タリークラブ、匿名個人[敬称略]ありが
とうございました。

ひろば利用について

現在、どろっぶ・どろっぶ
サテライトのひろば利用
は、予約が必要です。

晴れた日には駐輪場
で「あおぞらまちライブラ
リー」(本の貸出)を行って
います。

時間 9:30～11:30、
13:00～15:00
定員 先着各10組(1家庭
1週間に1回まで)
申込 ホームページ



問合せ
どろっぶ
☎ 540-7420 ☎ 540-7421
どろっぶサテライト
☎ 633-1078 ☎ 633-1072

BBQグリル料理教室C/D
バーベキューアドバイザーによ
る実演のもと、バーベキューグ
リルを体験します。

ショーケースギャラリー
制作する時の自らの動作や、素
材の特性によって誘発される
現象を取り入れることで、「遊
び」や「偶然性」を内包させる立
体作品を制作している谷本真
理氏の作品を展示します。

あざみ野フェローマルシェ
障害者福祉団体による、こだわ
り食品やオリジナル雑貨など
を販売する1日限定のマルシェ
を開催します。

Welcome!ロビーコンサート
7月26日は高津佳氏(歌)、田中
悠一郎氏(Pf)、8月9日は北村
真紀子氏(Pf)、戸嶋 優氏(Cb)、
堀田和磨氏(Sax)が出演します。

**今日からできる
食品ロスを減らす工夫**

本来食べられるにもかかわらず、食べ残しや期限切れなどの理由により廃
棄されている食べ物を「食品ロス」といいます。横浜市では1年間に1人当
たり約28キログラム、22,000円相当の食品ロスが出ています(2018年度
推計)。食べ物を大切にす気持ちと食材の使い切りで食品ロスを減らし
ましょう。

**日頃から冷蔵庫を
整理整頓!**

買い物前や毎週〇曜日な
ど、冷蔵庫を整理整頓
する習慣をつけましょう。



**買い物メモを
作る!**

必要なものをリストアップ
して、計画的に買い物
をしましょう。



**食べ切れる
量を作る!**

家族の人数に合わせて、食
べ切れる量を作りましょう。



正しく理解! 食品の期限表示

消費期限は「安全に食べることができる期限」です。
賞味期限は「おいしく食べることができる期限」です。
期限を正しく理解して行動しましょう。

消費期限
2019.4.1

賞味期限
2020.12.31

☎ 資源化推進担当 ☎ 540-2244 ☎ 540-2245