

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(テキスト代等含む)
- 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
- 住所等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(10~12ページの端)では、本文中🌸マークの催しの補足情報等を掲載しています。

丘を越え初夏のせせらぎ緑道へ
港北ボランティアガイドの案内の下、初夏の風を受けながら岸根公園から三ツ沢せせらぎ緑道(神奈川区)まで、神社仏閣を巡りながら歩きます。約5キロメートルのコースです。



三ツ沢せせらぎ緑道

マリンジュエル
2色のサンドからなるオリジナルのガラスの器と、美しい海を思わせる宝石をイメージしたカラーグラデーションのアレンジメントを作ります。



作品例

マクラメ編み体験
初心者向けの体験教室です。生成色の糸を使い、編み方の基礎を学びながら、夏らしい爽やかなペンダントに仕上げます。



作品例

天体望遠鏡を作ろう
2つのレンズを組み合わせて夜空の天体を観る望遠鏡を作り、使い方も習います。手作りの望遠鏡で月や惑星等の星空観察をしてみましょう。

網戸の張り替え方講座
講師による実演後、練習用の網戸で実際に体験し、網戸の張り替え方のポイントを学びます。

親子学級 うさぎちゃん
「みんなで楽しく遊んで友達になろう」をテーマに、親子で楽しめるさまざまなプログラムを用意しています。抽選結果は8月上旬に郵送します。

イベント等は、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。事前に関先確認してください。イベント当日は、検温や氏名・連絡先の記入等をお願いする場合があります。

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:6月18日、7月2日(金)、14時~15時30分、●綱島東三丁目公園:6月30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
■生ごみを土にかえそう説明会
6月24日(木)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

■丘を越え初夏のせせらぎ緑道へ 🌸
7月3日(土)9時30分~12時、市営地下鉄ブルーライン 岸根公園駅集合、抽選50人、500円 ※荒天中止
☎ 港北ボランティアガイドの会ウェブサイトか往復はがき(6月22日必着)参加者全員の**【必要事項】**を記入し、区民活動支援センターへ
☎ 区民活動支援センター
☎ ☎ 540-2246

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。

■太極拳交流大会
6月19日(土)、①合同練習:9時30分~12時、②講習会:13時~16時、4,000円、①②港北スポーツセンター ※室内履き持参
☎ 区太極拳協会
☎ ☎ 421-8033

■卓球シングル区民大会
7月17日(土)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、先着200人、1,000円(高校生以下500円)
☎ ウェブサイトか所定の用紙(6月15日~)をファクスで区卓球協会へ
☎ 区卓球協会
☎ 090-4933-4160(山田)
☎ 401-7917(佐々木)

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

港北図書館
〒222-0011 菊名6-18-10 📍6月21日・☎ 421-1211 ☎ 431-5212 29日~7月1日

■おはなし会
①えいごdeおはなし会:6月12日(土)、②

ひろばおはなし会:6月16日(水)、3~6歳児、③紙芝居の日:6月19日(土)、④ひよこのおはなし会:6月24日、7月8日(木)、1~3歳児と保護者、⑤一土のおはなし会:7月3日(土)、小学生以上、①②③⑤15時~15時30分、当日先着各20人、④11時~11時30分、当日先着各10組

■大人のための朗読会
平岩弓枝「ちっちゃなかみさん」ほかを朗読。6月26日(土)15時~16時、成人、当日先着20人

■朗読の部屋
小泉八雲「果心居士の話」を朗読。7月10日(土)15時~16時、成人、当日先着20人

大倉山記念館
〒222-0037 大倉山2-10-1
☎ 544-1881 ☎ 544-1084 📍第2月曜

■マリンジュエル 🌸
初級:①7月18日(日)10時~11時30分、中級:7月17日(土)、②10時~11時30分、③13時30分~15時、①~③成人先着各10人、①3,000円、②③4,000円
☎ 電話か来館(6月16日10時~)

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

■夏休み小学生英会話
ネイティブの先生と楽しく学ぶ。7月28日(水)・30日(金)、8月2日(月)・4日(水)・6日(金)、全5回、10時~11時、小学2~4年生、抽選15人、5,000円
☎ ウェブサイトか郵送か来館(6月30日必着)**【必要事項】**と学年、氏名のローマ字表記を記入、返信用封筒(84円切手を貼付、返信先明記)同封

菊名地区センター
〒222-0011 菊名6-18-10
☎ 421-1214 ☎ 431-4101 📍第3月曜

■おはなしたんぽぽ
絵本の読み聞かせや折り紙、手遊び等。7月9日(金)10時30分~11時、未就学児と保護者、抽選10組
☎ 電話かウェブサイト(6月20日まで)

■菊名おもちゃの病院
おもちゃの修理。7月10日(土)10時~12時、未就学児と保護者、先着15点(1家族2点まで)、人を傷つける恐れのある物やテレビゲーム等除く、部品代実費
☎ 電話か来館(6月15日10時~)

篠原地区センター
〒222-0022 篠原東2-15-27
☎ 423-9030 ☎ 423-9032 📍第3月曜

■子ども化学捜査班
指紋検出とルミノール反応の実験。7月28日(水)10時~11時30分、小学生(2年生以下は保護者同伴)、先着10人、700円
☎ 電話か来館(7月7日10時~、要保護者申込)

■マクラメ編み体験 🌸
7月29日(木)・30日(金)、全2回、10時~12時、成人先着6人、1,500円
☎ 電話か来館(6月17日10時~)

■夏の星空めぐり
季節の星の話と星座早見盤作り。7月31日(土)10時~11時30分、小学生(3年生以

下は保護者同伴)、先着10人、350円
☎ 電話か来館(7月31日10時~、要保護者申込)

■天体望遠鏡を作ろう 🌸
8月5日(木)9時30分~11時30分、小学生(3年生以下は保護者同伴)、先着6人、3,800円
☎ 電話か来館(7月8日10時~、要保護者申込)

城郷小机地区センター
〒222-0036 小机町2484-4
☎ 472-1331 ☎ 472-1332 📍第4月曜

■おはなしの部屋 春
パネルシアターや絵本の読み聞かせ。6月22日(火)、7月8日(木)、10時30分~11時、1~3歳児と保護者(2人1組)、当日先着各5組

■網戸の張り替え方講座 🌸
7月3日(土)10時~12時、18歳以上、先着12人、600円
☎ 電話か来館(6月16日10時~)

■土曜の朝の体操教室
音楽に合わせて楽しく体を動かす。7月3日~9月25日の土曜(7月31日、8月7日除く)、各全11回、①9時15分~10時15分、②10時35分~11時35分、①②18歳以上、先着各32人、3,300円
☎ 電話か来館(6月18日10時~)

■背骨コンディショニングG体操
肩こりや腰痛予防の体操を学ぶ。7月5日~9月20日の月曜(7月26日、8月23日除く)、全10回、13時30分~14時30分、18歳以上、先着12人、5,000円
☎ 電話か来館(6月23日10時~)

■歳時で楽しむ季節のそば打ち教室
七夕に江戸ソバリエからそばの打ち方を学ぶ。7月7日(水)10時~13時、18歳以上、先着8人、2,200円
☎ 電話か来館(6月25日10時~)

■木曜午後の健康ヨガ
午後のひととき、ヨガで心身リフレッシュ。7月8日(木)・22日(木・祝)・29日、8月12日・26日、9月2日(木)・23日(木・祝)・30日(木)、全8回、13時30分~14時30分、18歳以上、先着12人、4,000円
☎ 電話か来館(6月16日10時~)

■おもちゃの病院
おもちゃの修理。7月17日(土)10時~12時、先着10点(1家族2点まで)、人を傷つける恐れのある物やテレビゲーム等除く、部品代実費
☎ 電話(6月23日10時~)

■親子学級 うさぎちゃん 🌸
9月6日・13日、10月4日・18日、11月15日・29日、12月13日(月)、全7回、10時~11時30分、2019年4月2日~2020年4月1日生まれの子と保護者(2人1組)、抽選15組、3,000円
☎ 往復はがき(7月15日必着)参加者全員の**【必要事項】**と子の性別、生年月日、講座開始時の月齢を記入

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

■つなしま絵本読み聞かせの会
絵本や紙芝居の読み聞かせと親子交流。6月23日(水)10時45分~11時15分、未就学児と保護者(2人1組)、当日先着12組

フェローアートギャラリー
工房YUAI(青梅市)で活動する
小林太氏の木の作品を紹介し
ます。

Welcome!ロビーコンサート
前半に神藤結氏(Sop)、前坂
飛鳥氏(Pf)、後半に堀口加奈子
氏(Sop)、桑田葉子氏(Pf)が出演
します。

**令和3年度
市民税・県民税の
課税証明書の
発行について**

6月1日から
発行できます。

※申告書の提出が3
月16日以降の場合、
収入や控除等が反
映されない場合が
あります。7月以降、
順次反映されます

市民税担当
☎ 540-2264 ☎ 540-2288

老人福祉センター 菊名寿楽荘

〒222-0011 菊名3-10-20
☎ 433-1255 ☎ 433-2895 ㊟第4火曜

■スクエアステップ

ステップパターンを覚える脳のトレーニ
ング。6月14日(月)13時~14時30分、60歳
以上の市民 ※室内履き持参

■イスに座ってタップダンス

タップを踏んで脳のトレーニングと体幹
の強化。6月30日、7月7日・21日(水)、全3
回、13時~14時30分、60歳以上の市民、
先着10人、200円
㊟来館(6月16日~)

地域子育て支援拠点 だろっぶ

〒222-0037 大倉山3-57-3
☎ 540-7420 ☎ 540-7421

㊟日(6月20日除く)・月曜、祝日、6月22日
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
㊟日・月曜、祝日

■ふたごちゃん・みつごちゃんの会

多胎児家庭の交流会。6月21日(月)10時
~12時、だろっぶ、多胎児家庭ときょうだ
い児(出産予定の人も可)

■土曜日両親教室

育児・沐浴の講座。①7月3日(土):だろっぶ
サテライト、②7月10日(土):高田地域ケア
プラザ、③7月17日(土):だろっぶ、④7月31日
(土):日吉本町地域ケアプラザ、①~④10時
~12時、区内在住の出産予定月が11月で
初出産の夫婦(妊婦のみも可)、抽選各12組

㊟ウェブサイト(6月20日まで)

■土曜日両親教室(オンライン)

育児・沐浴のオンライン講座。①7月3
日(土)10時30分~12時、②7月23日(金・
祝)19時~20時30分、①②区内在住の出
産予定月が11月で初出産の夫婦(妊婦の
みも可)、抽選各12組

㊟ウェブサイト(6月20日まで)

■あっぷっぷ

触れ合い遊びやママトーク。①7月14日・
28日(水):だろっぶ、②7月14日・28日(水):
だろっぶサテライト、①②10時30分~11
時40分、2~4か月の第1子と保護者、先
着各8組 ※おくるみかバスタオル持参
㊟ウェブサイト(6月15日~)

■助産師とみんなの知恵袋

授乳や離乳食、ママの体調の話。7月15
日(木)10時30分~11時30分、だろっぶ、
未就学児と保護者、先着8組
㊟ウェブサイト(7月1日~)

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 ㊟第4火曜
〒225-0012 青葉区あざみ野南 1-17-3

①~⑤は保育あり、1歳6か月以上 ⑤は2
か月以上)の未就学児、有料、要予約
(☎ 910-5724)

男女共同参画センター横浜北 ①~③
☎ 910-5700 ☎ 910-5755

①キャリア・カウンセリング

転職・再就職を考える女性のための個別

相談。7月1日(木)・4日(日)・8日(木)・13日
(火)・15日(木)・18日(日)・27日(火)・29日
(木)、10時~、11時~、13時~、14時~
(各50分)、女性先着各1人
㊟電話(6月15日~)

②女性のがん手術後のリハビリ体操

リンパむくみの予防と改善のための体
操。7月2日(金)10時~11時30分、がん手
術後おおむね8週以上の女性、先着20
人、700円
㊟電話かウェブサイト(6月15日~)

③シングルマザーのための就労相談

豊富な知識と親身なアドバイスが人気の
相談。7月9日(金)、13時30分~、14時30分
~、15時30分~(各50分)、市内在住のシン
グルマザーか離婚予定の母、先着各1人
㊟電話かウェブサイト(6月15日~)

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

④フェローアートギャラリー

小林太展。7月25日(日)まで

⑤Welcome!ロビーコンサート ㊟
6月27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 ㊟第1日曜

■善意銀行(寄託3月1日~31日)

第一生命(株) 新横浜支社、横浜アリー
ナ、久保寺豊子、宮田陽、中沢文明、匿名
個人[敬称略]ありがとうございます

健診等の日程

㊟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「保存版 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

参加する際には、体温測定等の健康管理やマスク着用等の感染症対策をお願いします。

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 ▶ 6月18日、7月9日(金)
①9時~9時45分、②12時45分~13時30分受付
6月17日、7月8日(木)
1歳6か月児 ▶ ①9時~9時45分、②12時45分~13時30分受付
3歳児 ▶ 6月22日(火)
①9時~9時45分、②12時45分~13時30分受付

歯つらつ1歳歯みがき教室 申込制(6月15日~)、区ウェブサイトでも申込可

親子でむし歯予防の話や歯磨き実習、むし歯菌チェック
2020年6月、7月、8月生まれ:7月6日(火) 10時~、13時30分~、区役所

乳幼児(未就学児)・妊産婦(産後1年未満)歯科相談 申込制(受付中)

歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所
6月15日(火) 乳幼児:13時15分~14時30分受付 妊産婦:14時30分受付
7月7日(水) 乳幼児:9時15分~10時30分受付 妊産婦:10時30分受付

健康づくり係

㊟☎ 540-2362 ☎ 540-2368

生活習慣改善相談 申込制(受付中)

生活習慣病(高血圧・脂質異常・糖尿病等)に関する個別相談、1時間
6月14日(月)・24日(木) 13時30分~、14時30分~、15時30分~、区役所

子どもの食事相談 申込制(受付中)

子どもの食事(離乳食を食べない、小食、偏食等)に関する個別相談、1時間
6月24日(木)・28日(月) 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 当日直接区役所へ

離乳食の進め方や作り方(30分)。離乳食が2回食になった7~8か月児、離乳食手帳
(お持ちの方は持参、そうでない方は当日配布)
6月15日(火)・25日(金)、7月5日(月) 受付:10時~11時(10組ごとに教室を実施)

肺がん検診 申込制(6月28日~)

40歳以上、先着各6人、検診料680円 7月29日(木)
9時~9時30分、9時30分~10時、10時~10時30分、10時30分~11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