

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、本文中のマークの催しの補足情報等を掲載しています。

港北わくわく消防フェスタ
オンラインで開催します。クイズに答えると抽選で素敵なプレゼントがもらえます。

横浜労災病院 市民公開講座
オンラインで開催します。胃がんや大腸がんの予防・検診・治療や、アドバンス・ケア・プランニング(病気になった際に受けたい医療やケアについて、前もって家族等と話し合っておくこと)について、医師や看護師が話します。
※詳細はウェブサイトへ

シニアボランティアポイント研修
区生活支援コーディネーター連絡会による研修です。ボランティアポイントに登録し、介護施設等でボランティア活動をするポイントがたまり、たまったポイントを寄付・換金できます。

65歳以上の方の胸部X線検査
結核が流行していた時代に生まれた人は、結核に感染している可能性が高いと言われていいます。加齢等により免疫力が下がると、結核を発病する恐れがあります。早期発見のために検査を受けましょう。

扇の舞
扇を器にし、中に色とりどりの花を詰めます。華やかで和モダンな雰囲気のある作品を作ります。

菊名文化祭 実演バージョン
20日: 社交ダンス、太極拳、二胡演奏、フラダンス、手話ダンス、ウクレレ演奏
21日: フラダンス、チアダンス、ベリーダンス、日本舞踊、南京玉すだれ等
※11月20日(土)から動画配信

スワッグ&しめ縄の2wayリース
ドライフラワーの花束であるスワッグにもなるしめ縄飾りのリースを作ります。

クリスマスリース作り
直径約30センチメートルの白い土台で大きめの仕上がります。個性に合ったリボンやタッパリと使い、オリジナルの作品を作れません。

区役所からのお知らせ

■港北わくわく消防フェスタ
11月9日(火)~12月24日(金)、港北消防署ウェブサイト

📞 港北消防署予防係
☎・☎ 546-0119

■ひきこもり等専門相談
ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談。11月16日、12月7日(火)、13時30分~、14時30分~、15時30分~(各50分)、区役所、15~39歳の若者と家族、先着各1組

📞 電話かファクス(受付中)**[必要事項]**を記入し、子ども家庭支援課へ
☎ 540-2388 ☎ 540-3026

■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: 11月17日、12月1日(水)、14時10分~15時30分、●南日吉団地管理事務所前: 11月19日、12月3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

■横浜労災病院 市民公開講座
11月20日(土)14時~15時30分、横浜労災病院ウェブサイト

📞 横浜労災病院地域医療連携室
☎ 474-8111(代) ☎ 474-8344

■シニアボランティアポイント研修
11月26日(金)13時30分~15時30分、区福祉保健活動拠点ほか、65歳以上の区民、抽選30人 ※介護保険被保険者証の写しと筆記用具持参

📞 電話かEメールかファクス(11月20日まで)**[必要事項]**を記入し、区社会福祉協議会へ
☎ 547-2324 ☎ 531-9561

✉ hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp
■筆文字で遊ぼう(書道体験教室)
好きな文字を書き、書道の楽しさに触れる。12月4日(土)10時~12時、区役所、小学生、抽選10人、500円

📞 Eメールかウェブサイト(11月24日まで)**[必要事項]**を記入し、生涯学習支援係へ
☎ 540-2239 ☎ 540-2245

✉ ko-bunka@city.yokohama.jp
■65歳以上の方の胸部X線検査
12月8日(水)13時~15時、区役所、65歳以上の区民(肺疾患で通院中や4月以降胸部X線検査を受診した人は不可)、先着24人

📞 電話(11月16日~)健康づくり係へ
☎ 540-2362 ☎ 540-2368

■精神障害者家族教室
家族も楽になるコミュニケーションを学ぶ。12月27日(月)13時30分~16時、区役所、精神障害者の家族、先着20人
📞 電話(11月27日~)区生活支援センターへ
☎ 475-0127 ☎ 475-0121

スポーツ

■ワンデーミックスダブルス大会
初心者・中級者向け。12月26日(日)9時~17時、三ツ沢公園(神奈川区)、区内在住か在勤か在学か協会登録済みの女性ペア(高校生以下不可)、抽選24組、1組3,500円
📞 ウェブサイト(12月17日まで)区テニス協会へ

住か
各施設の
催しなど

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

大倉山こども映画上映会

「トロールズ ミュージック★パワー」を上映。12月4日(土)14時~15時30分、子と保護者(1組2人まで)、先着20人

📞 電話か来館(11月15日10時~)

■扇の舞

12月18日(土)、10時~11時30分、13時30分~15時、成人先着各10人、3,500円

📞 電話か来館(11月15日10時~)



作品例

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10 📞 11月15日・16日(臨時)
☎ 421-1211 ☎ 431-5212

■おはなし会

- ①ひよこのおはなし会: 11月11日・25日、12月9日(木)、1~3歳児と保護者、②ひろばおはなし会: 11月17日(水)、3~6歳児、③紙芝居の日: 11月20日(土)、④一土のおはなし会: 12月4日(土)、小学生以上、①11時~11時30分、当日先着各10組、②~④15時~15時30分、当日先着各20人

■朗読の部屋

藤沢周平「報復(『霜の朝』より)」ほかを朗読。11月13日(土)15時~16時、成人、当日先着20人

■大人のための朗読会

吉本ばなな「田所さん(『体は全部知っている』より)」ほかを朗読。11月27日(土)15時~16時、成人、当日先着20人

港北公会堂

〒222-0032 大豆戸町26-1

☎ 540-2400 ☎ 540-2399 📞 第2月曜

■ランチタイムコンサート

ピアニスト三谷温による音楽コンサート。11月26日(金)12時15分~12時45分、先着100人
📞 電話(11月15日~)

菊名地区センター

〒222-0011 菊名6-18-10

☎ 421-1214 ☎ 431-4101 📞 第3月曜

■菊名文化祭 実演バージョン

11月20日(土)10時~15時10分、11月21日(日)10時30分~15時

■スワッグ&しめ縄の2wayリース

12月2日(木)13時~14時30分、成人先着

10人、1,800円

📞 電話か来館(11月16日10時~)



作品例

■おはなしたんぽぽのクリスマス会

読み聞かせや手遊び、サンタクロースも登場。12月10日(金)10時30分~11時、未就学児と保護者、抽選15組

📞 電話かウェブサイト(11月30日まで)

■クリスマス親子エコ工作教室

LEDクリスマスツリー作りとエコを学ぶ。12月12日(日)13時~15時、小学生と保護者、先着10組、1組300円

📞 電話か来館(11月17日10時~)

■冬のテニス教室

ルールを学び、ゲームを楽しむ。12月20日、2022年1月17日、2月21日(月)、各全3回、女性初級: 10時~11時30分、女性中級: 12時~13時30分、60歳以上の男女: 14時~15時30分、成人抽選各14人、3,000円
📞 電話かウェブサイト(11月23日まで)

篠原地区センター

〒222-0022 篠原東2-15-27

☎ 423-9030 ☎ 423-9032 📞 第3月曜

■地区センターに花を植えよう

チューリップの球根土産付き(1グループ1個)。11月20日(土)11時~11時30分、個人かグループ(小学2年生以下は保護者同伴)、先着5組

📞 電話か来館(11月17日10時~)

■親子で作るX'masオーナメント

羊毛フェルトでツリーの形の飾りを作る。11月23日(火・祝)10時~11時30分、小学生と保護者、先着8組、1組700円

📞 電話か来館(11月16日10時~、要保護者申込)



作品例

■クリスマスリース作り

12月3日(金)13時~15時、成人先着5人、2,500円 ※ニッパー、ペンチ、布用ハサミ、持ち帰り用の袋持参

📞 電話か来館(11月19日10時~)

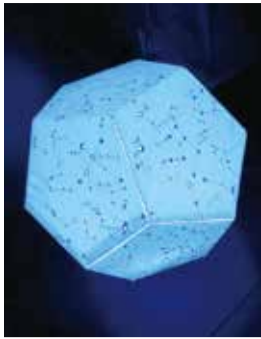


作品例

■星空7色イルミネーション作り

明るさの違いで星の等級が分かる。12月25日(土)10時~11時30分、小学生と保護者、先着8組、1組700円

☎ 電話か来館
(12月4日10時～、
要保護者申込)



作品例

■子ども書道教室

指導と添削を受け、冬休みの宿題を仕上げ
る。12月26日(日)、①13時～14時20分、
小学1～3年生、②14時30分～15時50分、
小学4～6年生、①②先着各10人、500円
☎ 電話か来館(12月11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 (休)第4月曜

■クリスマスパン教室

12月8日(水)9時30分～13時、18歳以上、
先着9人、2,300円
☎ 電話か来館(11月17日10時～)

■クリスマス・スノードーム教室

12月11日(土)10時～12時、小学3年生以
上、先着16人、800円
☎ 電話か来館(11月19日10時～、高校生
以下要保護者申込)



作品例

■歳時で楽しむ季節のそば打ち教室

12月22日(水)10時～13時、18歳以上、先
着6人、2,300円
☎ 電話か来館(11月20日10時～)

網島地区センター

〒223-0053 網島西1-14-26
☎ 545-4578 ☎ 531-5771 (休)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。11月24日、12月8日(水)、10時45分～
11時15分、未就学児と保護者(2人1組)、
当日先着各8組

■親子でスノードーム作り

12月12日(日)10時～11時30分、6歳～小
学4年生の子と保
護者(2名1組)、先着
7組、1組500円
☎ 来館(11月16日
9時～、10時から電
話可)



作品例

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
☎ 591-0777 ☎ 591-0045 (休)第2月曜

■おもちゃの修理病院

おもちゃの修理。11月20日(土)10時～14
時(12時～13時除く)、先着10点(1人2点
まで)、人を傷つける恐れのある物やテレ
ビゲーム等除く、部品代実費
☎ 電話(11月15日～)

■集まれおはなしキラキラぼっけ

季節に合った読み聞かせ。11月25日
(木)10時30分～11時、未就学児と保護
者、当日先着10組

■自分流カレンダーづくり

11月30日(火)13時～15時、成人先着10
人、700円
☎ 電話(11月15日～)



作品例

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

■日吉おはなし会

読み聞かせや紙芝居等。11月11日・25
日、12月9日(木)、11時～11時30分、未就
学児と保護者、当日先着各10組

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

■刺しゅう体験教室

立体刺しゅうでピンクッションを作る。11
月21日(日)10時～12時30分、先着15人、
1,000円
☎ 電話か来館
(11月15日～)



作品例

■切り絵教室

来年の干支等の切り絵を作る。12月6日
(月)13時～16時、先着18人、1,400円
☎ 電話か来館(11月15日～)

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

■親子でゆったりおはなしのへや

絵本の読み聞かせや手遊び等。①11月
20日(土)、②12月18日(土)、①②11時～
11時40分、先着各12人
①の☎ 電話(11月16日10時～)

②の☎ 電話(11月30日10時～)



前回の様子

■ママにエールきくなこみっこ

子どもを遊ばせながらの楽しいおしゃべ
り。11月26日(金)10時～12時、4歳未満の
子と保護者、先着5組
☎ 電話(11月19日10時～)

■開館20年クリスマスコンサート

12月14日(火)10時30分～11時30分、先
着18人
☎ 電話(11月24日
10時～)



前回の様子

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)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等。11月18
日(木)11時～11時20分、未就学児と保護
者、当日先着10組

■大人かわいいクリスマスリース

ピンクとシルバーの2色のリースを作る。
12月6日(月)13時～15時、成人先着10人、
1,500円
☎ 電話(11月16
日10時～)



作品例

クリスマスパン教室

「シュトーレン」を作ります。生
地にはドライフルーツやナッツ
が練り込まれ、表面には粉砂糖
がまぶされている、ドイツのク
リスマス定番のパン菓子です。
今年は手作りに挑戦してみま
せんか。

クリスマス・スノードーム教室

子どもから大人まで誰でも気
軽に参加できる教室です。今年
のクリスマスは世界に1つだけ
のアイテムを手作りしてみま
せんか。

歳時で楽しむ季節のそば打ち教室

新そば粉を使用し、江戸ソバリ
エからそばの打ち方を学びま
す。冬至にちなみ、家で刻みユ
ズやカボチャの天ぷら等と食
べる手打ちそばは格別です。

親子でスノードーム作り

高さ10センチメートルの空き
瓶でスノードームを作ります。
SDGs啓発講座です。

自分流カレンダーづくり

干支にちなんだ文章で、カレン
ダーと年賀状を作ります。

開館20年クリスマスコンサート

横浜と東京を中心に活動するバ
ンド「イチゴパフェ」が出演しま
す。子どもから高齢者まで皆が楽
しめる歌と演奏と踊りで、クリス
マスの雰囲気を楽しみませんか。

マイナンバーカードを申請し、
交付通知書が届いた皆さんへ

予約の上、早めのカード受取をお願いします。

1. 受取予約

- 市マイナンバーカード専用ダイヤル
☎ 0120-321-590 ☎ 350-8484
- インターネット予約 [横浜市 マイナンバーカード 予約](#) [検索](#)



2. 主な交付窓口

- 新横浜臨時窓口
(新横浜2-6-1 アーバス新横浜2階)
新横浜駅(JR横浜線・市営地下鉄)
から徒歩5分
- 区役所

持ち物

- 交付通知書(白色)
- 通知カード
- 本人確認書類2点



詳細はこちら

交付通知書を紛失した場合は登録担当へ
☎ 登録担当 ☎ 540-2255 ☎ 540-2260

はぐピョン

親子で遊べるフリースペースです。滑り台や大きな車等のおもちゃを用意しています。ボランティアによる季節のおはなし会を行います。時間内は出入り自由です。

エンディングノートスタート講座

終活の基本やエンディングノートのメリットやデメリット、書き方について話します。

あざみ野フェローマルシェ

障害者福祉施設等で作った雑貨等を販売します。作り手の笑顔を見ながら、買い物を楽しんでみませんか。
※商品が無くなり次第終了

フェローアートギャラリー

小松和子による絵画作品を紹介いたします。青葉区民文化センター フィリアホール(青葉区)でも同時開催します。

港北駅伝大会の中止について

毎年1月に開催している「港北駅伝大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止します。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

☎ 生涯学習支援係
☎ 540-2238 ☎ 540-2245

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

①11月25日(木)、②12月13日(月)、①②10時～13時、未就学児と保護者、先着各20組

①の☎ 電話か来館かウェブサイト(11月15日～)

②の☎ 電話か来館かウェブサイト(11月25日～)

高田地域ケアプラザ

〒223-0066 高田西2-14-6
☎ 594-3601 ☎ 594-3605 (休)第1月曜

エンディングノートスタート講座

12月7日(火)13時～14時30分、先着20人
※筆記用具、上履き、外靴を入れる袋持参
☎ 電話(11月15日～)

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

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(11月14日除く)・月曜、祝日、11月16日

土曜日両親教室

育児・沐浴の講座。①12月4日(土):だろっぷサテライト、②12月18日(土):だろっぷ、①②10時～12時、区内在住の出産予定月が2022年4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(11月21日まで)

両親教室(オンライン)

育児・沐浴のオンライン講座。①12月4日(土)10時30分～12時、②12月17日(金)19時～20時30分、①②区内在住の出産予定月が2022年4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(11月21日まで)

あっぷっぷ

触れ合い遊びやママトーク。①12月8日・22日(水):だろっぷ、②12月8日・22日(水):だろっぷサテライト、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(11月16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。12月14日(火)13時30分～14時30分、だろっぷサテライト、未就学児と保護者、先着8組
☎ ウェブサイト(12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 (休)第4月曜
〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3

※2・3は保育あり、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パパといっしょに作って遊ぼう

空き瓶でスノードームを作る。11月13日(土)10時30分～12時、未就学児と保護者、当日先着12組、300円 ※汚れても

いい服装で参加

2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。12月2日(木)・7日(火)・9日(木)・12日(日)・16日(木)・21日(火)・23日(木)・26日(日)、10時～、11時～、13時～、14時～(各50分程度)、女性、先着各1人

☎ 電話かウェブサイト(11月15日～)

3産後のセルフケア

赤ちゃんと体を動かしてリフレッシュ。12月10日(金)10時～11時30分、産後2か月以降の女性、先着15人、1,000円

☎ ウェブサイト(11月20日～)

横浜市民ギャラリーあざみ野 4・5

☎ 910-5656 ☎ 910-5674

4あざみ野フェローマルシェ

11月21日(日)10時30分～14時30分

5フェローアートギャラリー

2022年1月23日(日)まで

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8月1日～31日)

イトーヨーカドー労働組合綱島支部、大原日恵、匿名個人[敬称略]ありがとうございました

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。

子ども家庭係

☎・☎ 540-2340 ☎ 540-3026

乳幼児健診 当日直接区役所へ

4か月児▶11月19日、12月3日(金)

1歳6か月児▶11月18日、12月2日(木)

3歳児▶11月16日、12月7日(火)

◀受付時間▶

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(11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、区役所

2021年3月、4月、5月生まれ:12月22日(水)10時～

2020年10月、11月、12月生まれ:12月22日(水)13時30分～

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)、区ウェブサイトでも申込可

歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所

11月17日(水) 乳幼児:13時15分～14時30分受付 妊産婦:14時30分受付

11月29日(月) 乳幼児:9時15分～10時30分受付 妊産婦:10時30分受付

12月6日(月) 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
11月24日(水) 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

11月17日・24日(水)・29日(月)、12月8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)

11月22日(月)・30日(火)、12月9日(木) 受付:10時～11時(10組ごとに教室を実施)

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