

感染症予防のため、こまめな手洗い、
咳エチケット、バランス良い食事と
睡眠をこころがけましょう。

みなみ6

スマホなどでも
紙面をご覧に
なれます

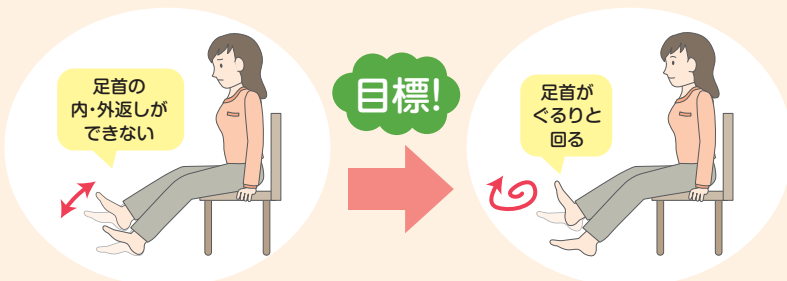


お家でできる運動で体を動かしましょう

★足・足関節の動きを 改善しましょう!

ねらい

足首が固くなっていませんか?
足首をしなやかにします。

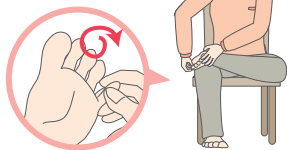


ストレッチ

1巡目 ①～③を各2セット
2巡目 ①～③を各2セット

①指回し

小指から1本ずつ
右回し、左回しを各4回。
これを左右の足で
行います。



②足首回し

右回し、左回しを各4回。
これを左右の足で
行います。

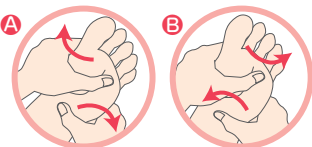
足の指と指の間に
手の指を軽く入れ、
つま先を円を
描くように回します。



③足ツイスト

A B A B の4回を左右の足で行います。

足のつま先側と
かかと側を反対方向へ
やさしくねじります。



筋トレ

1巡目 ④⑤を各1セット
2巡目 ④⑤を慣れてきたら
「効いてきた」と感じるまで各2セット

④タオルつかみ

左右各4回。



指をしっかりと開きタオルを
つかみ、軽く持ち上げます。

⑤タオル踏み

左右各4回。



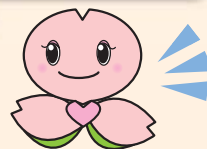
タオルを丸めてくるぶしのやや前で
踏みます(青竹踏みでも可)

息を止めずにやってみよう!
声に出してカウントすると
自然に呼吸できるよ。

★「ハマトレ」の
そのほかの
運動はこちら



南区マスコット
キャラクター
「みなっち」▶



※本市が開発した「ハマトレ」より抜粋

☎ 高齢者支援担当 ☎ 341-1139 ☎ 341-1144

みなみ de 地域貢献

このコーナーでは、南区内で
キラリと光る地域貢献を
行っている活動を紹介し
ます

約300人——これは、中村地区で毎年7月に開催される「健康と福祉
七夕フェスタ」の参加者数です。「地域の皆さんの健康と安心を支えてい
る、地区社会福祉協議会や地域ケアプラザについて知ってほしい」との
思いから、中村地区社会福祉協議会が主催。今年で13年目を迎えます。

当初は地区社協と地域ケアプラザが中心でしたが、人と人とのつなが
りが深まり、今では地域が一体となって開催。自治会町内会や民生委員、
保健活動推進員や食生活等改善推進員、青少年指導員やスポーツ推進委員
に加え、平楽中学校の生徒や地域ケアプラザを利用している団体など、
100人近くの人が運営ボランティアとして参加。フェスタを一緒に盛り
上げています。

「子どもたちに楽しんでもらえるように、出店やゲームコーナーなど、
毎年新しいことができないかと工夫しています」と笑顔で語るのは、事
務局の浦瀬千恵さん。会場には紙コップ工作コーナーやエコバッグ作り

地域が一体となって毎年開催! ～中村地区の七夕フェスタ～

コーナー、輪投げやバスケットビンゴのほか、カレーや焼きそば、かき氷
などの地域の模擬店も盛りだくさん。以前と比べて男性の参加者も増え、
「子どもとお父さん」など、親子そろって夢
中で遊ぶ姿がほほえましいそうです。

「参加者が喜んでくれることが何よりう
れしいです。準備は大変ですが、私たち自身
が楽しんでいるので、私たちの姿を見て、
一緒にやりたいと思ってもらえたらうれ
しいです」と浦瀬さん。今年は7月5日(日)
に開催予定とのこと。開催状況などの詳細
は、お問い合わせを。

☎ 中村地区社会福祉協議会
☎ 251-9166



▲身近なものを使って工作、たのしい!



▲友達や親子連れなど、多くの人でにぎわいます。

☎ 広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241

【南区役所】 ☎ 232-0024 浦舟町2-33
☎ 341-1212(代表)

受付時間: 8時45分～17時 月～金曜日(休日、祝日、年末年始を除く)

※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合がありますので、詳しくは職員にお尋ねください

第2・4土曜日(9時～12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課で一部業務を行っています

● 南区のいま (2020年5月1日現在) ● 区の人口 >>> 196,340人 ● 世帯数 >>> 101,114世帯

● 編集・発行 南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241 ✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

人口の詳細は
右記へ



トピックス これからの時季、食中毒にご注意を! ~肉・レバーは必ず加熱しましょう~



暑くなるこれからの時季は、細菌による食中毒が多く発生します。特に生の肉には、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌などの食中毒の原因となる細菌がついていることがあり、わずかな菌でも下痢や腹痛、発熱などを引き起こし、重症化することもあります。

新鮮だからといって必ずしも安全ではありません。肉は必ず十分に加熱して食べましょう。

食肉(牛、豚、鶏など)による食中毒を防ぐには...

- 生で食べない
- 中心部まで十分に加熱する
→ 75℃で1分以上加熱(中心部が白くなるまで)
「湯引き」「あぶり」「たたき」では菌は死滅しません
- 生肉に触れた手や器具を、十分に洗浄・消毒する
- 生肉は密閉して清潔に保存する
→ 生肉の汁で他の食品を汚さないように...
- 焼肉では、生肉専用のトンガリ・箸を用意する
→ 口に入れる箸で肉を焼かない



食中毒予防の3原則

POINT 1 菌をつけない



手と調理器具はいつも清潔に! 調理前、トイレの後などは石けんでよく手を洗いましょう。

POINT 2 菌を増やさない



食品は、すぐに冷蔵庫・冷凍庫へ! 冷蔵庫・冷凍庫内でも細菌はゆっくり増えるため、過信せず、早めに食べましょう。

POINT 3 菌をやっつける



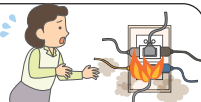
しっかり加熱、中まで加熱! 冷凍品やレトルトなどの調理されたものでも、中心までしっかり加熱しましょう。

☎食品衛生係 ☎341-1191 ㊟341-1189

南消防署から



電気火災を防ぎましょう!



身近な電気製品がコワ~い存在に

便利で身近な存在である電気製品ですが、使用方法やお手入れを怠ると火災の原因になってしまふことがあります。

トラッキング現象やタコ足配線に気を付けよう!

トラッキング現象とは

コンセントとプラグの間のほこりに湿気が加わることで、その部分から電気が流れ出し、発火するという恐ろしい現象です。

予防のPOINT

- コンセントやプラグは、ほこりなどがたまるないように掃除しましょう
- 傷みがある古いプラグは使わないようにしましょう
- プラグはしっかり差し込みましょう
- 使用していない器具はコンセントから抜きましょう

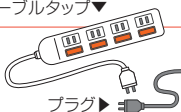


▲実際に起こったトラッキング現象

タコ足配線(テーブルタップなど)による火災

テーブルタップ▼

テーブルタップなどの接続器は、使用できる電気の量が決まっています。許容量を超えてしまうと発火してしまふことがあります。



予防のPOINT

- テーブルタップなどを使用する場合は、電気容量を守りましょう(テーブルタップなどには許容電流が表示されています。)



☎南消防署総務・予防課 ☎253-0119

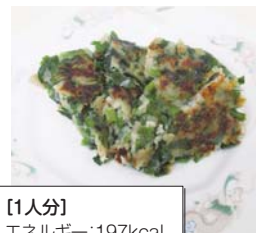
元気いっぱい レシピ vol.31

もちもち じゃがにらチヂミ

南区食生活等改善推進委員会(ヘルスメイト)のおすすめのレシピをご紹介します。

材料(2人分)

- にら.....1束
- 豚ひき肉.....100g
- しょうゆ.....大さじ1
- じゃがいも.....2個
- にんにく.....1カケ
- 小麦粉.....大さじ2
- 塩.....少々
- ごま油.....大さじ1/2
- たれ(しょうゆ・酢・ラー油).....適量



[1人分]
エネルギー:197kcal
たんぱく質:14.1g
塩分:1.6g

作り方

- ①にらは1cmの長さに切る(根元も使う)。
- ②じゃがいも・にんにくは、すりおろす。
- ③ボウルに豚ひき肉としょうゆを入れて混ぜ合わせ、②と小麦粉・塩を入れてかき混ぜる。
- ④③に①を入れて混ぜ合わせる。
- ⑤フライパンにごま油を熱し、食べやすい大きさに形を整えて中火で焼く。両面をこんがり焼き、火が通ったら、お好みでしょうゆ、酢、ラー油を混ぜたたれをつける。

おすすめポイント

たんぱく源の豚ひき肉と緑黄色野菜のにらの組合せで、栄養のバランスがとれます。

食生活等改善推進委員会(愛称:ヘルスメイト)は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、栄養・運動・休養のバランスのとれた健康づくりを自ら実践し、地域へ広めるボランティア活動を行っている全国的な団体です。

ヘルスメイト養成講座に参加するとヘルスメイトとして活動することができます。8月号で募集を予定していますので、ふるってご参加ください。

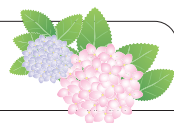
☎健康づくり係 ☎341-1187 ㊟341-1189

南図書館 だより

来ぶらり

今月のおすすめ本

テーマ **雨あがり。あじさいの花。**



一般書 サラダ記念日 俵万智歌集

著 俵万智

発行:河出書房新社
書誌番号:3-0500395555



1987年の初版当時、と謝野晶子の再来と、短歌界に新風を巻き起こしました。発行以来、自由な表現が好評で、今なお再販を重ねている一冊から、一首...「紫の もっとも淡き 一群れに 想いをのせん あじさいの花」。ぜひご一読ください。

児童書 おさんぽおさんぽ

著 ひろのたかこ

発行:福音館書店
書誌番号:3-0208042036



あじさいが咲くころのお話。青い長ぐつをはいた子どもの足元の風景が、ずっと続きます。だんごむし、あり、かたつむり、かえるもいっしょにおさんぽ。水たまりに入って、パシャ! パシャ! 長ぐつ大好きなお子さんと一緒に!

みなみ防災瓦版



確認しよう! 区内の危険な場所と風水害時の避難場所

西日本の「平成30年7月豪雨」や九州における「令和元年8月の前線に伴う大雨」など、近年、大雨による河川の氾濫や土砂災害の被害が各地で発生しています。河川の氾濫や土砂災害の発生は、事前にある程度予測することができる災害で、被害を少しでも抑えるためにも、日ごろから、気象情報の確認や避難行動への備えを十分に行っておくことが大切です。南区防災マップなどを活用し、お住まいの地域の危険な場所や避難場所を確認しましょう!

「南区防災マップ」で自宅周辺の危険な場所をあらかじめ確認しておきましょう。

南区防災マップ



地震発生時の地域防災拠点や大雨時の危険な場所(土砂災害・浸水)など、さまざまな防災情報を一括にまとめたものです。



南区では、「土砂災害警戒情報(※)」の発表とともに、即時避難勧告対象区域にお住まいの人を対象に「避難勧告」を発令しています。対象区域にお住まいの人は、事前に安全な場所(土砂災害警戒区域外の親戚の家や区役所が開設する避難所など)を確認するとともに、早めの避難行動を心掛けましょう。(対象世帯の人には、個別訪問・ポスティングにより事前にお知らせしています。)

※土砂災害警戒情報は、大雨警戒(土砂災害)の発表後、命に危険を及ぼす土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況となったときに、発表される情報です

みなみ防災ガイドも活用しよう!

地震・風水害などのさまざまな災害に対して、日ごろの備えや発生時の対応などを一つにまとめた冊子です(区役所6階66番窓口で配布)。

ホームページでもご覧いただけます▶



南区内の即時避難勧告対象区域

- 井土ヶ谷上町の一部
- 庚台の一部
- 清水ヶ丘の一部
- 中里三丁目の一部
- 永田北一丁目の一部
- 永田北三丁目の一部
- 永田台の一部
- 永田東二丁目の一部
- 永田南二丁目の一部
- 堀ノ内町2丁目の一部

土砂災害警戒情報の発表とともに避難勧告を発令!!

より詳細な場所については、南区防災マップ、横浜市ホームページで確認できます
※その他の区域についても、気象状況などに応じて避難勧告を発令する場合があります



避難勧告発令時、区役所が開設する避難所

- 清水ヶ丘地域ケアプラザ(清水ヶ丘49)
- 六ツ川一丁目コミュニティハウス(六ツ川11-267-1)
- 永田地区センター(永田台45-1)
- 睦コミュニティハウス(睦町1-25)



※避難する際は、避難所の開設状況を区役所ホームページなどで確認しましょう
※上記4か所以外にも、区域外の親戚の家など、安全な場所を確認しておきましょう

非常持ち出し品を確認しましょう!

避難所へは、各自必要なものをご持参ください。

- 最低限の食料・飲み物
- 羽織るもの(ブランケットなど)
- 貴重品(現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証)

※なお、避難所での感染症対策のため、マスクや体温計などの健康管理用品をご持参ください。



固防災担当 ☎341-1225 図241-1151

地域福祉保健計画 vol.2 マスターへの道

計画の柱について

現在、策定作業を進めている「第4期地域福祉保健計画」の計画の柱をご紹介します。



さくでい 策定ってなにをするの?

みんなが住む地域の計画を作ることだよ。



私の地域の計画は、誰が作るの?

地区社会福祉協議会や自治会町内会などで、主なアイデアを出しあうよ。その後、懇談会を開くなどし、地域のみんなの意見を反映して、完成させるよ。



どんな計画を立てるの?

南区では、「誰もが安心して、自分らしく健やかに笑顔で暮らせるまち」を目指して、14年間取り組んできたよ。その間にお年寄りや一人暮らしの人、外国人、ひとり親世帯が増えるなど、地域の状況も変わってきたんだ。人や地域とつながる活動をもっと広げたいと思って、これからの計画をたてるにあたっての3つの柱を決めたんだよ。



3つの柱

1つ目!

日ごろからの見守り支えあい活動

日ごろから、声をかけてくれたり、困ったときに相談しやすい人や、災害で避難するときに助けあえる人がいたらいいよね。



一人暮らしでも安心だね。

2つ目!

誰でも参加できる居場所や活躍できる機会づくり

子どもからお年寄りまで、自由に参加できるお茶飲みサロンで近所の知り合いができた、ウォーキンググループや介護予防活動などで、仲間と健康づくりができたなら楽しいよね。



色々なグループやサロンがあるんだね!

3つ目!

地域の人に、活動について知ってもらいたいから、地域や活動の情報が届く仕組みづくりを挙げてるんだ。



地域に住むみんなが、いろんな活動に参加して、大きな輪ができるといいよね。



固事業企画担当 ☎341-1183 図341-1189

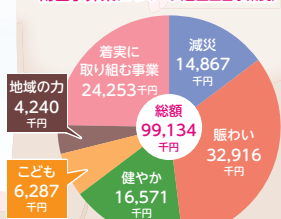
令和2年度 南区運営方針

南の風はあつたかい。

区民の皆さんとの協働のもとで 「あったかい」南区をつくります

企画調整係 ☎341-1232 📠341-1240

令和2年度 個性ある区づくり推進費 南区予算案について(自主企画事業費)



減災

地域防災力を充実

大 地震、台風などの被害軽減に向けて、区民一人ひとりの自助・共助力を高め、地域防災力の向上を支援します。



総務課 横山 瑛典



防災センター パスナー

- 主な事業・取組**
- 防災・減災意識の向上
 - 自助・共助対策の支援
 - 災害時要援護者支援の推進

賑わい

南区の魅力向上と発信

下 町情緒あふれる商店街、南区4大まつり、歴史ある寺社や文化財など魅力ある資源を生かして、市内内外からの誘客に力を入れます。また、多文化共生のまちづくりを推進します。



地域振興課 前田 将輝



南区文化祭

- 主な事業・取組**
- 南区4大まつり開催
 - 東京2020オリンピック・パラリンピックの開催に向けた機運醸成
 - 賑わいづくり・魅力発信

教えてみなっち 運営方針ってな〜に？

Q 運営方針は何のためにつくっているの？

A 運営方針は一年間の基本目標、目標達成に向けた施策や組織運営をわかりやすくして、目標達成に向けて区役所が丸となって取り組むために、毎年策定しているんだよ。

Q どのように策定しているの？

A 元年度中から話し合いを進めて、4月につくったものを区役所内でしっかり共有するよ。5月にお披露目し、6月の広報よこほま南区版に載せて、区民の皆さんに今年の区役所の目標をお知らせしているよ。

Q 予想もできないことが起きたときはどうするの？

A 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、区民の皆さんには不要不急の外出自粛や施設等の休業などに協力していただき、ありがとうございます。運営方針に記載されている事業やイベントで中止になったものもあるけど、状況を慎重に見極めつつ、区民の皆さんの安全・安心な暮らしを守るため、組織運営(※)で決められたことを職員一人ひとりが意識して、取り組むよ。

※組織運営

すべての仕事の土台となる区民・地域と区役所とのさらなる信頼関係を築きながら、正確・迅速に業務を進めるなど「仕事の基本」を組織全体で大切にします。そして、職員自らが学ぶ姿勢を持ち、組織として支援するとともに、それぞれの職位に応じた役割を果たし、「共感と信頼」「横のつながり」を育みながら、暮らしやすいまちをつくります。



南区マスコットキャラクター「みなっち」

健やか

地域で自分らしく暮らす

幼 幼少期からの食育の推進、働き・子育て世代からの生活習慣病予防や運動習慣の定着、介護予防などの取組を進め、いくつになっても地域で自分らしく暮らすことを目指します。



高齢・障害支援課 朝倉 崇



みなっち茶屋

- 主な事業・取組**
- 地域福祉保健計画の着実な推進
 - 地域包括ケアシステムの構築に向けた南区行動指針の推進
 - 自殺対策

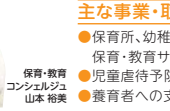
子ども

子育て支援を充実

子 どもを地域と共に見守ることや、多様な情報を発信することなどにより、子育て支援や青少年の健全育成を進めます。また、外国籍等の児童・養育者を支援します。



保育・教育コンシェルジュ 高畑 桃子



保育・教育コンシェルジュ 山本 裕美



保育・教育サービスの相談

- 主な事業・取組**
- 保育所、幼稚園など
 - 保育・教育サービスの確保
 - 児童虐待予防
 - 養育者への支援

地域の力

地域活動を応援

地 域の実情に応じて地域活動を応援することで、区民の皆さんと一緒に地域の活性化に取り組みます。



地域振興課 藤井 康友



寺子屋みなみ(大岡地区子どもまちづくりクラブ)

主な事業・取組

- 「地域の力」応援
- 地区懇談会の開催支援
- 地域支援チーム

詳しくは、ホームページを見てね



着実に取り組む事業・業務

- 主な事業・取組** ● 安全・安心の取組 ● ヨコハマ3R夢プランと街の美化の推進 ● 健康危機管理の推進

職 員一人ひとりが自身の担当業務の意義を理解したうえで、区民の立場に寄り添う心を大切にし、親切できめ細かなサービスの提供を心がけます。交通安全・防犯対策、ごみの減量や温暖化対策などに継続して取り組みます。新型コロナウイルス感染症の拡大防止を継続しながら、着実に業務を進めます。



戸籍課 中村 勇貴

以下は広告スペースです。「広報よこほま」に掲載されている内容とは関係ありません。

以下は広告スペースです。「広報よこほま」に掲載されている内容とは関係ありません。

みなみ 掲示板

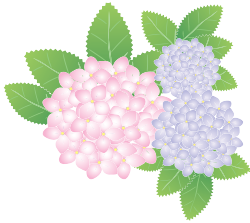
- 申込の **必要事項** は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用無記載は無料 ● 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- このほか南区ホームページ内イベントカレンダーにも行事を掲載
- **※**(みなっちマーク)は子ども(おおむね12歳以下)が対象です

フォトダイアリー
～南の風だより～
区内のイベントなどの
様子をご覧になれます



6月号に掲載のイベント実施について

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症の拡大防止の取組に伴い、中止・延期になる場合があります。イベント参加の際には、事前に各問合せ先や施設へ開催状況をご確認いただきますよう、お願いいたします。



お知らせ

▶ 令和2年度個人市民税・県民税の納税通知書等記載のお知らせ

確定申告書などの申告期限延長に伴い、3月17日以降に申告した人は、納税通知書(6月送付)、税額決定通知書(5月送付)に反映が間に合わない場合があります。その場合、後日、税額変更もしくは決定の通知を送付します。

税額変更が予定されている場合でも、税額変更通知が届くまでは、**当初の納税通知書で納付をお願いします。**

☎ 市民税担当
☎ 341-1157 ☎ 341-1242

子ども・子育て

▶ 地域子育て支援拠点はぐはぐの樹健康美人力アップ講座

「骨密度」「血圧」「体組成(体脂肪率・筋肉量など)」を測定し、保健師さんから健康維持のポイントを教えてください。お子さんと一緒に参加できます。

- 6月25日(木)①10時15分～35分②10時45分～11時5分③11時15分～35分 ● 乳幼児の母親、各7人(先着順)
- ☎ 6月11日9時30分から電話または直接施設へ

▶ シャベリング双子・三つ子育て

双子・三つ子の先輩ママパパのお話やお役立ち情報を聞いて交流しましょう。保育はありませんが、参加中はスタッフがお子さんの見守りをお手伝いします。

- 7月4日(土)10時30分～11時30分
- 乳幼児の双子・三つ子を育てている人、多胎児妊娠中の人と家族
- ☎ 当日直接施設へ

▶ プレママ会

出産・子育ての準備に情報交換やお友達のつながりを楽しめます。希望者は沐浴の練習(お湯無し)ができます。

- 7月8日(水)10時15分～11時30分
- 第1子妊娠中の人と家族
- ☎ 当日直接施設へ ※沐浴の練習を希望の場合は6月24日9時30分から電話または直接施設へ(先着順)

▶ おしゃべりサロン発達・療育

「発達がゆっくり」「育てにくさがある」などの悩みや疑問を、アドバイザーと一緒に語り合しましょう。診断の有無は問いません。参加中は保育ボランティアがお子さんを見守ります。

- 7月18日(土)10時15分～11時30分
- 未就学児の養育者、8人(先着順)
- ☎ 6月27日9時30分から電話または直接施設へ

▶ ぐはぐの樹地域子育て支援拠点

☎ 715-3728
(〒232-0067 弘明寺町158カルムI 2階、日・月・祝休日、月曜日が祝休日の場合その翌日休館)

スポーツ・健康づくり

▶ オープンバドミントン大会(男・女・混合ダブルス)

● 7月12日(日)9時から ● 南スポーツセンター ● 高校生以上 ● 1ペア2,000円 ☎ 6月26日までにEメールまたはFAXで南区バドミントン協会・増田

☎ minami-bad@sirius.ocn.ne.jp
☎ 330-4150
☎ 南区バドミントン協会・兼井
☎ 080-5690-1419

▶ 女子オープンCランク以下ダブルス卓球大会

● 7月25日(土)9時～19時 ● 南スポーツセンター ● 女性 ※参加者は2人ともCランク以下 ● 1チーム2,000円
☎ 7月4日までに南区卓球協会・鈴木
☎ ☎ 731-2173

▶ 日本の踊り

障害がある子とキッズダンスの披露もあります。

● 6月20日(土)13時～15時 ● 南スポーツセンター ● 区内在住・在勤・在学者 ● 500円 ※会員は無料。室内履きをお持ちください ☎ 当日直接会場へ ☎ 南区体操協会・加藤
☎ ☎ 741-4045

▶ さわやかスポーツ

さわやかスポーツタイム
ポッチャ、ドッチビー、ソフトバレー、ファジーテニスなどを行います。

● 6月13日(土)13時～14時45分 ● 南スポーツセンター ☎ 当日直接会場へ
▶ レッツファジーテニス
スポンジのボールを使用してテニスを行います。

● 7月5日(日)11時～12時45分 ● 永田地区センター ☎ 当日直接会場へ
☎ 南区さわやかスポーツ普及委員会
☎ 080-4654-5190 ☎ 743-6519

▶ 南区民成人健康体操教室

● 7月8日～9月16日の毎週水曜日、10時～11時30分(全10回、8月12日を除く) ● ①吉野町市民プラザ②清水ヶ丘公園体育館 ● 区内在住・在勤の女性、①60人②30人(ともに抽選)
● ①②各6,100円

☎ 7月1日10時から吉野町市民プラザ4階ホールで抽選後、当選者本人が費用を添えて申込み
☎ 南区体操協会・堀川 ☎ ☎ 711-1374

南区役所からのお知らせ

現在、南区役所では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、窓口に透明の間仕切りを設置しています。

また、窓口での手続きに時間がかかり、お待たせすることがありますが、なにとぞご理解をお願いいたします。



▲ 窓口の一例

令和2年(2020年) 第45回南まつりの開催中止について

南区の夏の風物詩として7月に開催予定の「第45回南まつり」につきまして、今年の開催は中止とすることといたしました。

国内外で新型コロナウイルス感染症の感染拡大が強く懸念されている中、まつりの観客、参加者、関係者の皆様が感染されるリスクを払拭できないため、苦渋の決断ではありますが、7月に開催を予定していました「第45回南まつり」を中止することを決定しました。

これまで、南まつりの開催に向けて準備を進められていた関係者の皆様、長年に渡って支えていただいている協賛各社の皆様、さらには南まつりを心待ちにいただいている南区民をはじめとする大勢の皆様に対しまして、このような残念なご報告をしなければならないことを心よりお詫び申し上げます。

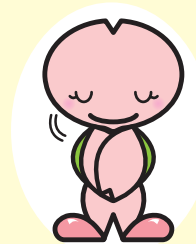
安全・安心を最優先に考えての決定になりますので、なにとぞご理解をいただき、来年以降の南まつりに、ご支援・ご協力をたまわりますよう、お願い申し上げます。

南区民まつり運営委員会
南まつり実行委員会
南区役所

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240

広報よこはま南区版についてのお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、南区でもイベントや事業の中止、延期が相次いでいます。これに伴い、今後、広報よこはま南区版の紙面を通常8ページから、4ページに変更することがあります。



☎ 広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241

施設から

こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122
☎741-1015 ☎742-7604
📅第3月曜日

①花菖蒲展

こども植物園で保存している山形県長井市に伝わる長井古種の展示
●6月12日(金)～21日(日)、9時～16時30分

②七夕

園内に笹飾りを設置します。短冊に願い事を書いてつるしてください。短冊は緑の相談所にあります。
●7月1日(水)～7日(火)、9時～16時30分

③こどもサイエンス講座:1ミリより小さい世界をのぞいてみよう

「葉っぱの作戦」
●7月5日(日)13時30分～15時30分
●小中学生、10人(抽選) ※小学生は保護者同伴 ●1,000円

④糸つむぎと機織り体験

～ワタからミサンガを作ろう～
●7月26日(日)13時～16時
●小中学生、10人(抽選) ※小学生は保護者同伴 ●1,500円
📅③6月21日④7月12日までにホームページ、FAX、はがき(必要事項)と年齢、学年を記入)または直接施設へ、①②は期間中に直接施設へ

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46-10F
☎243-2496 ☎243-2497
📅第3月曜日

▶七夕まつり

子どもたちをはじめ外国人も自由に参加できます。用意された短冊に願い事を書き、設置されている竹に飾り付けませんか?
●6月22日(月)～7月7日(火)
📅当日直接施設へ

▶あつまれハニービー

保育ボランティアが季節の遊びに加え、絵本の読み聞かせを行います。
●6月19日(金)10時～12時
●1歳以上の未就学児と保護者
📅当日直接、浦舟地域ケアプラザ(浦舟町3-46-10F)へ

▶おひさまひろば

季節のさまざまな遊びで、お友達と楽しい時間をすごしましょう。
●6月18日(木)10時～11時30分
●未就学児と保護者
📅当日直接施設へ

清水ヶ丘公園屋内プール

〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎243-2131 ☎243-2206
📅第1月曜日

▶子ども水泳教室参加者募集

①幼児水泳教室②小学生水泳教室(初級)③小学生水泳教室(中・上級)
●①15時45分～16時30分②16時30分～17時30分③17時30分～18時30分 ※開催日や費用など、詳細は直接お問い合わせください ●①15人②③各20人(先着順)
📅6月16日から直接施設へ

南センター

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ☎741-8813
📅第3月曜日

▶みんなで歩こう! シティウォーキング

金沢八景の今を辿り、古刹「称名寺」へ歩きます。
●6月26日(金)10時～15時 ※荒天中止 ※集合:京急金沢八景駅改札口外～解散:京急金沢文庫駅 ●20人(先着順) ※小学生は保護者同伴
●300円 📅6月11日9時30分から費用を添えて直接施設へ

▶こそだて広場

絵本の読み聞かせやパネルシアター、親子での手遊びなど。
●6月19日(金)10時30分～11時30分
●幼児と保護者、10組(先着順)
📅当日直接施設へ

蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 蒔田3-57-1
☎711-3377 ☎711-2662
📅第3月曜日

▶小断教室

佐の樋藤助さんに小断や落語を習いましょう!

●6月20日(土)15時～20時
●小学生以上、10人(先着順)
📅当日直接施設へ
▶さくらんぼひろば
絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、親子・友達で楽しく遊びます。

●6月25日(木)10時～11時30分
●未就学児と保護者
📅当日直接施設へ

六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1
☎721-8801 ☎721-8812
📅第3月曜日

▶てづくりアロマ～バスソルトでリラックスバスタイム～

精油、ハーブ、塩を使ってバスソルトを作ります。
●7月16日(木)10時～11時30分
●20人(先着順) ●500円
📅6月18日10時から費用を添えて直接施設へ

▶「交流サロンカーネーション」

担い手(ボランティア)募集
高齢者と子育て世代、未就学児の3世代間の楽しい交流の場です。そのお手伝いができる人を募集しています。まずは見学に来てみませんか?
●7月7日(火)10時～12時
📅当日直接施設へ

▶親子であそぼう! おはなしの会

わらべうたや絵本の読み聞かせ、手遊びなどで楽しく遊びます。
●7月1日(水)10時30分～11時30分
●未就学児と保護者、5組(先着順)
📅当日直接施設へ



フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20
☎714-5911 ☎714-5912
📅第3月曜日

▶女性と仕事応援デスク

①労働サポート相談②キャリア・カウンセリング

●①7月18日(土)①13時～13時50分 ②14時～14時50分 ③15時～15時50分⑦7月17日(金) ⑧10時～10時50分 ⑨11時～11時50分 ⑩13時～13時50分 ⑪14時～14時50分 ●女性、①3人②4人(先着順) ※保育あり、免除制度あり(2か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
📅6月11日から電話または直接施設へ

▶子育てママの、すっきりヨガ

3ヵ月コース 7月期
保育利用して、ひとときお子さんと離れて、自分の身体と向き合う時間をつくりましょう。

●7月7日・21日、8月4日・18日、9月1日・15日(すべて火曜日)、10時30分～11時30分(全6回) ●産後2か月を経過した女性、13人(先着順) ※保育あり、免除制度あり(2か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順) ●4,200円 📅6月12日からホームページまたは電話で施設へ

▶ストレッチ&骨盤底筋ケア

3ヵ月コース 7月期
骨盤底の筋肉を意識し、鍛えます。軽い有酸素運動や、脳トレ体操なども行う、楽しい90分講座です。
●7月7日・21日、8月4日・18日、9月1日・15日(すべて火曜日)、13時30分～15時(全6回) ●女性、12人(先着順) ※保育あり、免除制度あり(2か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順) ●7,800円
📅6月11日からホームページまたは電話で施設へ

永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1
☎721-0730
📅火・金曜日

▶七夕飾り～市民図書室で笹に短冊を飾ろう!～

短冊に願い事を書いて笹に飾りましょう! 願い事を書いてくれた子には、ごほうびがあるよ(なくなり次第終了)。
●6月27日(土)・28日(日)、7月2日(木)・4日(土)・5日(日)、13時30分～16時30分 ※7月2日(木)は、14時30分～16時30分 ●小学生以下、40人(先着順) ※未就学児は保護者同伴
📅当日直接施設へ

▶おはなしの会

地域ボランティアグループ「かんがある」による絵本や紙芝居の読み聞かせ、工作、パネルシアターなど
●6月13日(土)、7月11日(土)、14時～14時30分 ●小学生以下、20人(先着順) ※未就学児は保護者同伴
📅当日直接施設へ

▶パソコン相談

パソコンでお悩みの人、相談に応じます。
●6月15日(月)、7月20日(月)、13時～14時30分 ●成人、4人(先着順) ※高齢者優先 ●500円 ※Windows7以上のOSのパソコンをお持ちください
📅事前に電話で施設へ

永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1
☎714-9751 ☎714-9752
📅第3月曜日

▶美爪を目指す!

ネイルケア・カラーリング基礎講座
爪の長さや形の整え方、甘皮周りのケア、マニキュアの綺麗で長持ちする塗り方などを学びます。

●7月9日(木)10時～11時30分
●成人、15人(先着順) ●500円
📅6月11日9時～7月2日に電話または直接施設へ(電話申込みは13時から)

▶おしゃれな布ぞうりを作りましょう!

厳選した生地を使って、優しい履き心地で長持ちする、神奈川なでしこブランド認定の布ぞうりを1足作ります。
●7月17日(金)10時～15時(昼休憩あり) ●成人、8人(先着順) ※参加人数が2人に満たない場合は開催しません ●3,000円
📅6月12日9時～7月14日に電話または直接施設へ(電話申込みは13時から)



▶こども植物園の大型笹で七夕飾り

昨年好評いただいた大型笹を今年も「こども植物園」からご提供いただき正面入口に設置します。短冊に願い事を書いて飾りましょう。
●6月下旬～7月中旬
📅期間中に直接施設へ

▶体をほぐそう! ストレッチヨガ

ワンコインで参加できるヨガ教室を開催しています。男性やヨガが初めての人も歓迎です。
●6月24日(水)10時～11時
●成人、12人(先着順) ●500円
📅事前に電話または直接施設へ

▶パソコン/スマホ/タブレット相談室

ちょっとわからないところだけ教えてほしい人、新しいワザを覚えたい人、気軽に参加ください。
●6月17日(水)13時～15時
●成人、10人(先着順) ※相談希望のパソコン・スマホ・タブレットをお持ちください ●200円
📅事前に電話または直接施設へ

▶永田地区センターおもちゃ病院

毎月一回おもちゃ修理専門(ハイテクおもちゃを除く)の病院を開いています。
●6月27日(土)10時～11時30分
●壊れたおもちゃを持参できる人、10人(先着順) ●無料 ※300円以上の部品代がかかる場合は事前に相談してご負担いただくことがあります
📅当日直接施設へ

南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46-8F
☎260-2531 ☎251-3264
📅日曜・祝日

▶ボランティア入門講座

自分に合ったボランティア活動の見つけ方や、ボランティアセンターの活用方法について楽しく学びます。
●6月30日(火)10時～11時
📅6月25日までに電話で直接施設へ

睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25
☎741-9436 ☎731-4853
☎第3月曜日

▶七夕飾りを飾ろう👩🏻

短冊に願いを書いて飾りつけましょう。

- 6月22日(月)～7月7日(火)
- 小学生以下、50人(先着順)

☎ 当日直接施設へ

▶わいわい広場👩🏻

絵本の読み聞かせ・パネルシアター・手遊びなど、未就学児と保護者が一緒に遊べます。

- 7月10日(金)10時30分～11時30分
- 未就学児親子、10組(先着順)

☎ 当日直接施設へ



南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ☎715-7271
☎お問い合わせください。

▶大人のためのおはなし会

大人向けに、本を見ないでおはなしを語るストーリーテリングを行います。

- 6月19日(金)10時30分～12時
- 成人

☎ 当日直接施設へ

▶休日に楽しむおひざにだっこのおはなし会👩🏻

わらべうたと絵本読み聞かせで楽しいひとときをすごしましょう。

- 6月21日(日)11時～11時30分
- 0～4歳児と保護者

☎ 当日直接施設へ

▶みんないっしょのおはなし会👩🏻

6月16日(火)①10時30分～10時50分②11時～11時30分

- ①0～2歳児と保護者②0～4歳児と保護者

☎ 当日直接施設へ

中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270
☎251-0130 ☎251-0133
☎第3月曜日

▶清潔な暮らしにアロマテラピーを

さまざまなアロマの中から抗菌・抗ウイルス作用を持つアロマを使って、せっけんとスプレーを作ります。

- 7月4日(土)10時～11時30分
- 成人、8人(先着順)

●800円

☎ 開催可否を含め、6月11日9時30分から電話受付

▶こども科学教室～化学捜査体験～👩🏻

ドラマでも気になる指紋検出やルミノール検査など、リアルな鑑識捜査を体験します。

- 7月11日(土)10時～11時30分
- 小学生以上、8人(先着順)

※小学3年生以下は保護者同伴

●500円

☎ 開催可否を含め、6月11日9時30分から電話受付

▶さくらザウルス 出張! おはなし会👩🏻

南区子育ての場「さくらザウルス」のおはなし会です。絵本・パネルシアターなどで親子一緒に楽しく遊びましょう。

- 7月2日(木)11時～11時30分
- 未就学児と保護者、20組(先着順)

☎ 当日直接施設へ

永田みなみ台公園こどもログハウス

〒232-0075 永田みなみ台4
☎742-1169
☎第3火曜日

▶七夕さま👩🏻

短冊を書いて、お星様にみんなで願い事をしよう!

- 6月22日(月)～7月7日(火) ※未就学児は保護者同伴

☎ 当日直接施設へ

▶おり紙で遊ぼう👩🏻

6月は、くるくるプロペラを作ります。

- 6月17日(水)15時～16時
- 小学生以下、10人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

☎ 当日直接施設へ



▶おはなしおばあちゃんとおひさま👩🏻

おはなし会、読み聞かせ、手遊び、わらべうたなどで遊べます。

- 7月2日(木)11時～11時30分
- 未就学児と保護者、10組(先着順)

☎ 当日直接施設へ

▶こどもの部屋

出張「おはなし会」👩🏻

未就学児を対象としたおはなし会です。

- 7月20日(月)11時～11時30分
- 未就学児と保護者、10組(先着順)

☎ 当日直接施設へ

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-2411 ☎743-6290
☎第3月曜日

▶網戸の張替え方

ぴんと張るコツを伝授します。

- 7月12日(日)10時～12時
- 成人、14人(先着順)
- 300円

※網戸(幅90cm)1枚持参可

☎ 6月13日9時から費用を添えて施設へ

▶スマホ・パソコン講座

使ってみよう! LINE(ライン)とLINE Pay。

- 7月8日(水)・15日(水)、13時30分～15時30分(全2回)
- 成人、12人(先着順)
- 1,000円

☎ 6月13日9時から費用を添えて施設へ



▶アロマテラピー

ハーバリウムのボールペンと虫よけハンドジェルを作ります。

- 6月28日(日)、7月5日(日)、10時～12時30分(全2回)
- 成人、9人(先着順)
- 1,200円

☎ 6月12日9時から費用を添えて施設へ

大岡水曜シネマとファミリータイムは当分の間お休みします。

別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1
☎721-8050
☎第3月曜日

▶大人の塗り絵

趣味の世界を広げませんか。

- 7月7日・14日・21日(すべて火曜日)、9時30分～11時30分(全3回)
- 成人、10人(先着順)
- 800円

☎ 6月15日9時30分から費用を添えて直接施設へ

▶こども木工教室👩🏻

夏休み、親子で木材を加工して作品を作ります。

- 7月26日(日)10時～12時
- 小中学生、10人(先着順)

※保護者の同伴可

●300円

☎ 6月15日9時30分から費用を添えて直接施設へ

▶こども工作教室👩🏻

貝殻とコルクボードで楽しく作品を作りましょう。

- 7月30日(木)10時～12時
- 小中学生、15人(先着順)

※保護者同伴可

●500円

☎ 6月15日9時30分から費用を添えて直接施設へ

福祉保健センターから

区役所会場のがん検診(電話予約制)

●乳がん:40歳以上女性・2年度に1回(①か②の選択)
7月22日(水)午前 ●予約受付:6/22～7/13(13時～16時) ●定員40人(先着順) ●①1,370円(視触診690円+マンモグラフィ680円)②680円(マンモグラフィのみ)
☎☎(公財)神奈川県結核予防会 ☎251-2363

●肺がん:40歳以上・年度内(4月～3月)1回
7月13日(月)午前 ●予約受付:6/23～6/30 ●定員50人(先着順)
●680円
☎健康づくり係 ☎341-1185 ☎341-1189

健康相談・講座(予約制)

●生活習慣改善相談/禁煙相談
6月18日(木)午後、7月6日(月)午前

●食生活健康相談
6月18日(木)午後、6月24日(水)午後、7月6日(月)午前、7月8日(水)午後

●子どもの食生活相談👩🏻
6月12日(金)、7月10日(金)午前

●離乳食講座(おおむね7～8か月児)👩🏻
7月10日(金)14時～15時30分 ●20組(先着順)
●各相談とも区役所4階健診会場
☎☎健康づくり係 ☎341-1186 ☎341-1189

●アクション家族教室
依存(アルコールなど)の問題で困っている家族のための教室です。
7月7日(火)14時～16時 ●神奈川区役所本館4階
※詳細はお問い合わせください
☎☎障害者支援担当 ☎341-1142 ☎341-1144

●乳幼児歯科相談(0歳児～未就学児)👩🏻
7月14日(火)13時15分～15時 ●区役所4階健診会場
☎☎こども家庭係 ☎341-1148 ☎341-1145

乳幼児健康診査

●4か月児👩🏻 ……6月16日(火)・7月7日(火)
●1歳6か月児👩🏻 ……6月18日(木)・7月2日(木)
●3歳児👩🏻 ……6月11日(木)・6月25日(木)・7月9日(木)
●8時45分～9時45分 ●区役所4階健診会場
※対象者には事前に通知をしています。ご都合が悪い場合は、下記問い合わせ先までご相談ください。母子健康手帳を忘れずにお持ちください。受付時間をすぎると、受診できないことがあります。余裕をもってお越しください
☎ こども家庭係 ☎341-1148 ☎341-1145