ここから南区版 ▶ 5~12ページ







——— 日次 ———
■みなみPick up!・連載 6・7
■特集8・9
■みなみ掲示板10・11・12
■福祉保健センターから12



ウェブページから 紙面をご覧に なれます。

感染症予防には、手洗いの徹底、マスクの着用、3密の回避など、基本的な対策が重要です。

みなみ Pick up!

地域活動にICTを活用しています ~六ツ川地区連合自治会~

間 地域力推進担当 图 341-1239 图 341-1240

コロナ禍により、新しい生活様式 が求められる中、ICT(情報通信技 術)を活用した地域活動に取り組む 六ツ川地区連合自治会の事例をご 紹介します。

六ツ川地区連合自治会では、昨



▲オンラインを活用した地区懇談会の様子

年、これまでのように実際に顔を合わせて集まることが難しい状況と なったことから、ICTを連合の活動へ取り入れるための準備を始め、区 役所が開催している体験講習会を受講するなど、検討を積極的に進め てきました。今では、連合自治会内の打ち合わせや会議を、購入したタブ レット端末などを使って、オンラインで行えるようになりました。

今年6月の地区懇談会では、会場へ出向かなくても懇談会に参加でき るよう、ICTを併用した開催方法を取り入れ、30代~70代の幅広い 年代の地域住民が参加しました。



▲ 最上六ツ川地区連合自治会長

オンラインでの打ち合わせは回を重 ねることでだいぶ違和感がなくなってき ました。こうしたツールを併用することに より、今まで築き上げてきたつながりを 維持することができるし、今後、担い手 になっていただく若い世代の方々が活 動に参加しやすくなると思います。

南区役所では、ICTを活用したコミュニケーションを 体験できる「体験・講習会」を開催しており、自治会町内 会などからの申込みを受付中です。詳しくはお問い合 わせいただくか、区ウェブページをご覧ください。



みなみ Pick up!

みんなでつながり、街をきれいに!! 「秋の南区つながり清掃ウォーク|開催!!

間 資源化推進担当 图 341-1236 図 341-1240

「南区つながり清掃ウォーク」は、東京 オリンピック・パラリンピックをきっかけ として、自治会町内会、学校や企業など、 さまざまな団体が一緒に地域をきれい



にすると同時に、多世代交流や健康づくりも目指す活動です。令和 元年までに3回実施しましたが、昨年は新型コロナウイルス感染症 の影響で、残念ながら実施することができませんでした。

今年は、感染症予防の取組を徹底し、5月に無事実施すること ができました。



また、11月に「秋の南区つながり 清掃ウォーク」を実施します。10月、 12月に清掃を予定している地域の 皆さんも、11月の清掃月間や一斉清 掃日に合わせて活動していただくな ど、この機会にぜひご参加ください。

「春の南区つながり清掃ウォーク」の様子 記念品のタオルも用意しています。

たくさんの人に参加していただき、地域のつながりがより強く広 がっていくことを期待しています!!

※「秋の南区つながり清掃ウォーク」では、清掃月間(普段の地域清掃を行い ます)と<u>一斉清掃日</u>を設けています。

事前登録が必要です。詳細は資源化推進担当へお問い合わせください。

「秋の南区つながり清掃ウォーク」 ★ 一斉清掃日のご案内 ★ 雨天中止

旅をする

●11月13日(十)

●お住まいの地域から、 区内4カ所のゴールに 向けて清掃活動を行います。



南図書館 今月のおすすめ本 だより

間 南図書館 🗗 715-7200 🕅 715-7271

一般書『母をお願い』

单京淑/著 安卓 箱/訳

行:集英社文庫

書誌番号:3-0211064271

子どもたちに会うため上京してきた母がソウル駅で行 方不明になってしまい、初めて気付く「母」という存在。家 族のため、自分を犠牲にしてきた女性。その苦しみに今さ ら気付く、(娘の)私、兄、父。私がバチカンに向かうラスト シーンは心に迫ります。



児童書 『旅の絵本 3』

安野 光雅/著

書誌番号:3-0190052477 行:福音館書店

世界の町や自然を精密に描いた 「旅の絵本」は9巻あ ります。第3巻は、イギリス編。ロンドン、湖水地方…風景 の中から『不思議の国のアリス』やシェイクスピア作品な どの登場人物を探してみましょう。子どもから大人まで楽 しめる字のない絵本です。



【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。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・こども家庭支援課で一部業務を行っています。





※令和2年国勢調査人口速報 集計結果による推計です。









連載



コロナ禍で悩みや不安なことが みなみの相談情報コーナー (

このコラムでは、さまざまな悩みや不安を抱えている人に、少しでも安心していただくための情報を、毎月連載でお届けします。 ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか。

問 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ☎ 341-1144

「死にたい」という思いにとらわれるのは特別なことではありません ~苦しい思いをひとりで抱えずに相談してください~

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、健康上の問題だけでなく、生活上の不安や経済面の不安が高まることで、自殺リスクの 増加につながります。

自殺は、家庭・健康・経済・生活・仕事・学校・恋愛など、さまざまな悩みが重なり、解決策が見つからず、「死ぬしかない」という考えなどに追い 込まれた末の死です。

ひとりで悩まず、友人や家族など身近な人、または相談・支援機関に悩みを話してみませんか? 誰かに話すことで状況が改善したり、解決策が見つかることもあります。

※横浜市では、9月10日の「世界自殺予防デー」にちなみ、国で定める「自殺予防週間」の期間を含め、9月を「自殺対策強化月間」としています。

こころのSOSサイン

~当てはまるものは ありませんか?~

ものがあれば、 ぜひご相談ください。

- □ 気持ちが落ち込む
- □ 不眠が続く
- □ お酒がやめられない
- □ 死にたいと思ってしまう

つでも当てはまる



【南区福祉保健センター 相談窓口】

受付時間:平日8時45分~17時

- ※予約が必要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。
- ■こころの健康についての相談 障害者支援担当 (**2** 341-1142 **2** 341-1144)
 - 生活支援係 (**2** 341-1203 **(2** 341-1219)
- ■生活にお困りの人の相談
- (**2** 341-1139 **3** 341-1144)
- **介護・高齢者についての相談** 高齢者支援担当 子育てについての相談
- 子ども・家庭支援相談(2341-1153 2341-1145)
- ■生活習慣病や食生活についての相談 健康づくり係
- (**2** 341-1185 **2** 341-1189)

こころの電話相談(横浜市こころの健康相談センター)

2 662-3522

受付時間: (平日) 17時~21時30分、(土・日・祝日) 8時45分~21時30分 ※相談時間などを限る場合があります。

活動の

みなみ Pick up!

地域ぐるみで子育てを応援!

□ 横浜子育てサポートシステム南区支部(地域子育て支援拠点はぐはぐの樹) ☑ 731-2291(火~±:9時~17時) 図 715-3815

身近な地域で「子どもを預けたい人」と「子どもを預かる人」をつなげ応援する、有償の支えあい活動です。

横浜子育てサポートシステム ★

子どもを預けたい もうすぐ出産。 トの子の幼稚園の 利用会員 病院に行く間、 送り迎えを 預かって 頼みたい。 仕事の都合で もらえたら 保育園のお迎えに 間に合わない日が ある。

生後57日~小学校6年生の子どもがいる人が対象です。子どもが病気 のときや、宿泊の預かりはできません。

利用するには入会説明を受けてから会員登録が必要です。日数がかか りますので、早めに手続きしてください。

また、依頼内容によっては提供会員が見つからない場合があります。

援助の報酬

援助活動が終了した後、利用会員が提供会員に直接支払います。

平日7時~19時:1時間800円、7時以前および19時以降:1時間900円、土・日・祝日・年末年始:1時間900円 ※サポートの際の交通費・実費は利用会員の負担になります。



もを預かる人

提供会員 子音で経験を 牛かして 何かお手伝い

できるかしら?

提供会員になれるのは、健康で子育 て支援に理解と熱意のある20歳以上の 人です。入会説明会に参加後、3日間の 研修が必要です。

提供会員の声

お預かりしていたお子さんが小学生 になり、会うとあいさつをしてくれま す。成長を感じられてうれしいです。



提供会員として活動するための研修会 を、11月に南区で行います。ぜひ、同じ地 域で子育てをしている皆さんのために力 を貸してください。まずは、入会説明会へ ご参加ください。お待ちしています。

提供会員向け入会説明会

【日時】9月25日(土)10時30分~11時30分(9月11日から受付開始) 【場所】地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 サポートルーム

間横浜子育てサポートシステム南区支部(上記)

(詳細はウェブページをご確認ください。説明会の日程が合わない場 合、個別で対応します)



みなみ Pick up!

生活交通バス路線に乗って、おすすめスポットへ出かけてみませんか?

ダイヤなどの運行に関すること

園 生活交通バス路線の制度に関すること 道路局企画課 ☎ 671-3800 ☎ 651-6527 神奈川中央交通株式会社 舞岡営業所 🗗 822-6121

「生活交通バス路線」をご存知ですか?

「生活交通バス路線」とは、市民の皆さんの日常の移動手段確保を目 的として、バス事業者が横浜市の補助金を受けて運行を維持しているも ので、南区内には神奈川中央交通の11系統と60系統が走っています。

これらのバス路線は区内の歴史的建造物や、緑豊かな公園、にぎやか な商店街など楽しいスポットを結んでいます。まだ乗ったことがない人は ぜひ乗ってみてはいかがでしょうか。

※バス車内ではマスクの着用と、 大きな声での会話は控えて くださいますよう、 お願いします。





おすすめスポット

●弘明寺&横浜弘明寺商店街

最寄 ♀「弘明寺」

横浜で最古の寺院である弘明寺の本尊十一面観世音菩薩立像 は、国の重要文化財です。かつて、東洋一とたたえられた横浜弘明 寺商店街。アーケードの下はたくさんのお店でにぎわっています。

2大原隧道 最寄♀「井土ケ谷駅前」

昭和3年に建築されたレンガ積みの トンネルです。清水ケ丘と南太田の間に あり、知る人ぞ知る名口ケ地です。

❸唐沢公園 最寄♀「唐沢」

坂の上にある広々とした 公園です。みなとみらいが 一望できます!

バス車内では新型コロナウイルス感染症対策に取り組んでいます。安心してご乗車ください。

みなみ Pick up!

救急車の適正利用をお願いします!



問南消防署総務・予防課 ☎・㎞ 253-0119

救急車は、**命の危険が高いけがや病気の人**を医療機関へ**緊急搬送するもの**です。

救急車の数には限りがあります。緊急性がなく要請すると、緊急性が高い傷病者が発生した際に、遠く の救急車が出場することになり、到着に時間がかかってしまいます。緊急性がない場合は、交通機関など を利用して病院を受診してください。

救急車を呼ぶべきか迷ったときは・・・



電話から



受診できる 診療所を知りたい

番を選択

または 🖸 045-232-7119(年中無休 24時間対応)



スマートフォン・またはパソコンから|横浜市救急受診ガイド

で 検索。

緊急時はすぐに119番通報してください

こんなときは 迷わず119番!!

- ●突然の激しい頭痛
- ●突然の激しい胸痛・腹痛
- ●突然、顔の半分が動かしにくい
- ●出血が止まらない
- ●意識・呼吸がない
- ●突然の高熱
- 手足にしびれ・麻痺
- ●突然の息切れ・呼吸困難
- ●けいれんしている
- ●交通事故や高所からの転落

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

私は大丈夫、こんな手口には引っかからないと思っている「あなた」、誰に も相談できない、一人で不安だと思っている「あなた」、離れて暮らす家族の ことが心配だと思っている「あなた」。

特殊詐欺の最新手口や、区役所や警察の取組、相談窓口を知って、自分 の身や大切な家族を特殊詐欺から守りましょう。

~電話の対策で特殊詐欺を防ごう!~

圆 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240

ウェブページアドレス https://www.city.yokohama.lg.jp/minami/kurashi/bosai_bohan/bohan/

「特殊詐欺」とは、オレオレ詐欺、架空料金請求詐欺、融資保証金詐欺、還付金詐欺などの総称です。 皆さん! お気付きですか? これら全てのきっかけとなっているのは「電話」です。

夫婦2人の家に、息子を装った犯人から電話で「駅に書類を取 りに行ってほしい」と連絡があり、犯人が配車したタクシーに被 害者の夫が乗るように誘導し外出させられました。

その間に犯人は一人になった妻を直接訪問し、お金をだまし 取るという新しい手口の特殊詐欺事件が発生中です!!

犯人は、電話で状況を確認し、夫(相談ができる相手)を引き 離すことで、だましやすい状況を作り出しています。



孫の名前をかたる男から 「知り合い が今からそちらに行く。持っている キャッシュカードを渡してほしい」と 電話があり、自宅前に来た犯人に キャッシュカードを渡し、暗証番号を 教えてしまったため、現金を引き出さ れてしまいました。

申込み 受付中!

南区役所と南警察署が連携して次の取組を行っています。

迷惑電話防止機能付き電話機の貸出し

■ 犯人は声を録音されることを嫌がります!

自動的に電話に応答し、迷惑防止のメッセージを流したり、通話内容を 録音できる電話機が非常に効果的です!!

南区では、単身または夫婦で暮らす70歳以上の家庭を対象に、

電話機の貸出しを行っています。

本人だけではなく、離れて暮らす家族からの申込みも受け付けます。 貸出しは「電話機」または「今の電話に付けられる録音機」があります。 詳しくはお問い合わせください。

申 南警察署 ☎ 742-0110または地域活動係 ☎ 341-1235 まで

実際に電話機を 使用した方の声

- 設置したことで、特殊詐欺や煩わしい電話が減ったように思う。
- 電話機の設置が困難だったが、今回の取組は的を得たもので感謝しています。 今後も詐欺に充分注意していきたいと思います。

令和2年、1件あたりの被害額は**約270万円と元年より増加**しており、依然として被害は後を絶ちま せん。また、1件の被害が1千万円を超えるものなど、深刻な状況が続いています。

> 令和3年 7月末現在(暫定値)

特殊詐欺(窃盗詐欺)・・・・・17件

令和2年

特殊詐欺(窃盗詐欺)・・・・・42件

被害額総額



地域の犯罪発生状況・犯罪情報や防犯に役立つ身近な情報を、登録した携帯電話 パソコンへメールで配信しています! ぜひご登録を!

※登録された個人情報は、厳正に管理し、第三者・他業者などに情報の 開示・情報の提供をすることはありません。

登録は南区役所ウェブページから

南区 防犯メール で 検索

犯罪・防犯情報の メール配信登録ページ▶



もし電話に出てしまったら・・・ あれっ、怪しいなと思ったら・・・ すぐに電話を切り、一呼吸おいて、まずは周りの人、警察などに話してみましょう。

特殊詐欺

▶南警察署 2742-0110

"心温まる"啓発動画を 作成しました。ぜひ、 南警察署ウェブページ をご覧ください。

M< 656 MF

266 ERMC 16

録音機

41 51 61 71 81 91

電話機



▲南警察署 ウェブページ

南警察署 生活安全課職員

悪質商法、訪問販売トラブル、 架空請求など

▶横浜市消費生活総合センター **28** 845-6666 **38** 845-7720

みんなで悪質商法を 防ごう!! 私たち南区消費生活

推進員も啓発活動を 行っています。



▲横浜市消費生活 総合センター ウェブページ

回線器回







●申込みの 歴頭 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

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



9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拡大防止のた め、中止・延期になる場合がありま す。事前に各問合せ先や施設へご確 認ください。

お知らせ

▶「もっと輝く!!ママクリエイター講座」

地域イベントを開いて、南区を盛り上 げたい人集まれ!!あなたのスキルが大 きくアップする講座です。

- ●①ママクリエイター交流会②魅力 的なSNS発信その1③魅力的なSNS 発信その2④スマホで撮れる魅力的 な写真⑤イベント開催のノウハウ
- ●①10月12日②10月26日③11月 9日④11月16日⑤11月30日(すべ て火曜日)、10時~12時(全5回)
- ●別所コミュニティハウス
- クリエイター、イベントに出展した い区内在住者で全回参加できる人、 15人(先着順)
- 申問9月11日からメール(必事項、申 込み動機、クリエイター活動の内容を 記入)で区民活動推進係へ
- **☎** 341-1238 **☎** 341-1240
- □ mn-kouza@city.yokohama.jp

▶食品衛生責任者講習会

- ●10月7日(木)·12日(火)·25日(月)· 29日(金)、14時~15時30分(受付 13時30分から)
- ●区役所7階
- 食品衛生責任者各30人(予約制、先 着順)※食品衛生責任者証(票)持参
- 9月13日から電話またはFAXで食
- **☎**341-1191 **☎**341-1189
- ▶シルバー体操レクリエーション教室 健康増進のための簡単な体操です。
- ●10月~4年3月(全18回)
- ●①永田地区センター教室(水曜日、 13時~15時)②大岡地区センター教 室(木曜日、10時~12時)③南センタ -教室(木曜日、13時~14時45分) ④六ツ川教室(六ツ川スポーツ会館) (金曜日、11時~12時30分)⑤中村 地区センター教室(水曜日、10時~ 12時)
- ●60歳以上の区民、①②③⑤各100 人、④50人(先着順)●3,000円
- 申 ①9月15日13時~15時②9月16 日10時~15時③9月16日13時~14 時45分④9月17日11時~12時30分 ⑤9月22日10時~12時に①③④⑤ は直接会場②は直接、南区老人クラブ 連合会事務局へ
- 間 南区老人クラブ連合会事務局(南 太田2-32-1南寿荘内)
- 2 ax 713-8566

▶読書活動推進講演会 「雑貨コレクターのうちの中」

立体造形家の森井ユカさんに、ご自身 のデザイン・著作の話はもとより、雑貨 コレクターとしての身近でマニアック な話を伺います。

- ●9月25日(土)14時~16時
- ■区役所1階●50人(先着順)
- 申問9月14日9時30分から電話また は直接、南図書館へ
- **2** 715-7200 **2** 715-7271

▶初めての太極拳教室

まったく初めての人、体験してみませんか?

- ●10月~4年3月の毎月第2·4木曜 日、①10時~11時30分②14時~ 15時30分(各全12回) 7,200円
- ●横浜市シルバー人材センター本部 (京急本線·市営地下鉄上大岡駅下車、 徒歩3分) 各15人(抽選)
- ■問 9月22日までに、電話または FAX(必要項·年齢を記入)で横浜市 シルバー人材センターへ
- **3** 847-1800 **3** 847-1716

▶「大人のためのお絵描き講座・ パステルシャインアート®」

どなたにでも簡単に描けるアート技 法で心身をリフレッシュ!

- ●10月2日、11月6日、12月4日(す べて土曜日)、12時30分~14時30 分(全3回) 浦舟コミュニティハウス
- 区内在住·在勤者、18人(抽選)
- ■問9月21日(必着)までに往復はが き、メール(歴期を記入)で区民活動 推進係へ
- mn-kouza@city.yokohama.jp

▶シルバー社交ダンス教室

- ●10月~4年3月の毎週木曜日、9時20 分~11時30分(全18回)●南センター
- ●60歳以上の区民、男女各25人(抽 選)※初心者優先●9,000円
- 個 9月17日(必着)までに往復はが き(必要事項・年齢・性別・老人クラブ名・ 過去の受講回数を記入)または直接、 南区老人クラブ連合会事務局へ(〒 232-0006南太田2-32-1南寿荘内)
- 2 ax 713-8566 ▶市民活動支援講座「チラシ・ポスター

の作り方講座〜自分たちの活動を 視覚的にアピールしよう~」

- ●①「よりよくするためのコツを知る」 ②「パワーアップしたチラシを作ろう」
- ●①10月5日(火)14時~16時②10 月12日(火)14時~16時
- みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ
- ●市民活動をしている人、15人(先着順) ■ 個9月11日から電話、メールまたは
- FAX(氏名、電話番号、活動分野を記 入)でみなみ市民活動・多文化共生ラ ウンジへ
- **232-9544 242-0897**
- minami-kouza@yoke.or.jp

▶ 多文化共生(外国文化等紹介) ボランティアの研修会 延期

南区の小学校で外国の文化などを紹 介するボランティアをしたい人に、活 動内容、参加方法などを多言語で説 明します。

- ●①中国語②英語③日本語
- ●①9月29日(水)10時~12時②9月 29日(水)13時30分~15時30分③ 9月30日(木)13時30分~15時30分
- みなみ市民活動・多文化共生ラウ ンジ
- ●18歳以上の市内在住・在勤・在学 者、各15人(先着順)
- 申問9月11日~27日に電話または 直接、みなみ市民活動・多文化共生ラ ウンジへ
- ☎ 232-9544(日本語)

242-0888(外国語) 🔯 242-0897

▶ひきこもり等の困難を抱える 若者の専門相談

ひきこもり・不登校などの困難を抱え る若者の専門相談を、よこはま東部ユ ースプラザの相談員がお受けします。

- ●9月17日(金)、10月1日(金)、13 時30分~16時30分(1回50分)
- ●区役所2階
- おおむね15~39歳の区民※家族・ 支援者・地域の人の相談も可能です。
- 申問 事前に電話で子ども・家庭支援 相談へ(空きがある場合は当日受付可)
- **3**41-1153 **(a)** 341-1145

子ども・子育て

▶しゃベリング双子・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。

- ●10月2日(土)10時30分~11時 30分 乳幼児の双子・三つ子の保護 者、多胎児妊娠中の人と家族
- 当日直接施設へ ▶オンライン助産師さんに聞いて

みよう(6か月頃まで)

「泣くので抱っこばっかり…」など、この 月齢ならではの悩みや心配ごとを助産 師と一緒に話しましょう。オンライン (Zoom)初心者は事前練習ができます。

- ●10月22日(金)10時15分~11時 30分●生後~おおむね6か月児の保 護者、8人(先着順)
- 申 10月1日9時30分からホームペー ジで申込み
- **間** 地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 交流スペース(〒232-0067弘明寺町 158カルムI 2階)

☎ ax 715-3728 (日·月·祝休日、月曜 日が祝休日の場合 その翌日は休館)



はぐはぐの樹ホームページ▲

イベント

▶みなみの終活入門塾~人生笑顔 で!「笑ンディングノート」~

社会人落語家の行政書士による創作 落語と南区エンディングノートについ ての講話です。

- ●10月12日(火)14時~16時
- ●吉野町市民プラザ
- ●区民、100人(先着順)

■問9月13日8時45分から電話また はFAX(氏名・住所(町名まで)・電話・ FAX番号を記入)で高齢者支援担当へ

341-1139 (a) 341-1144

▶みなみ区民DAY開催

- 横浜FCホームゲーム(横浜FCvs 徳島ヴォルティス)に1,000名様優 待のご案内!
- ●10月16日(土)16時から※13時 からチケット引換、14時開場
- ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川 区三ツ沢西町3-1)
- 1,500円(中学生以下無料)
- 区内在住・在勤・在学(在園)者と 家族、1,000人(先着順)※中学生 以下は保護者同伴
- ▶10月6日から二次元コードまた はURLから登録してください。
- ※試合当日は、区内在住・在勤・在学 を証明できるものをお持ちください。 ※車椅子席をご希望の場合は、10 月6日~10月16日に、下記の二次 元コードからお申し込みください。 [URL] https://bit.ly/2SA95Vz
- 間 横浜FC ☎ 443-6592 区民活動推進係 341-1237





@1999 Y.E.SPORTS C

スポーツ・健康づくり

▶南区民成人健康体操教室

- ●10月13日~12月22日の毎週水 曜日(全10回、11月3日を除く)
- ●①吉野町市民プラザ9時30分~ 10時30分、10時45分~11時45分 ②清水ケ丘公園体育館10時~11時
- ●区内在住・在勤の女性、①各30人 ②20人(①②ともに抽選)
- ●①②各6,100円
- 申 10月6日10時に吉野町市民プラ 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
- 問南区体操協会·堀川

☎ fax 711-1374

▶リフレッシュ・イン・みなみ(椅子に 座ってのヨガ)

- 9月18日(土)13時~15時
- ●お三の宮連合町内会館(吉野町5-25) 区内在住:在勤:在学者、25人 (先着順)※飲料水、タオル、室内履き をお持ちください。 初めての人500
- 円(会員は無料) 申当日直接会場へ
- 間 南区体操協会·輿石
- **22** (ax) 731-0929

施設から

永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1 **四**714-9751 **回**714-9752 休9月21日(火)

▶はじめてのフリマアプリ出品講座

中止

▶上手な包丁の研ぎ方教室

中止

六ツ川スポーツ会館

〒232-0066 六ツ川2-112-1 図 713-4803

▶AED講習会のお知らせ

中止

別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1 国國721-8050 図9月21日(火)

▶折り紙教室

中止

▶のびのび体操と脳トレ

中止

フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20 図 714-5911 M第3月曜日

▶女性と仕事応援デスク

労働サポート相談

- ●10月16日(土)13時~13時50分、 14時~14時50分、15時~15時50分
- ●男女共同参画センター横浜フォー ラム(JR·市営地下鉄戸塚駅下車、徒 歩5分)●女性、各回1人(先着順)
- ※対面、電話またはオンライン (Zoom)での相談可能
- ※保育あり、免除制度あり(満2か月 以上の未就学児、開催4日前までに要 予約、有料、先着順)
- 9月11日から電話または直接施設 へ ※来館の場合は9月30日まで

こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122 図741-1015 図742-7604 体9月21日(火)

▶ ①秋の木の実のリース作り

- ●10月3日(日)10時~12時
- ●3歳~小学生と保護者、7組(抽選)
- **■800円**

▶2ハロウィンのアレンジメント

- ●10月25日(月)14時~16時
- ●成人、14人(抽選)●2,500円
- ▶ ③横浜の植物展

こども植物園が保存する植物標本の

●9月1日(水)~30日(木)、9時~16 時30分

▶4柿展

柿についての解説パネルや園内の柿 の実物を展示

- ●10月8日(金)~31日(日)、9時~ 16時30分
- 申 ①9月19日②10月11日(必着) までにホームページ、FAX、はがき、 (必要事項を記入、①は学年(年齢)、保 護者の氏名も記入)③、④は期間中に 直接施設へ

睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25 **2** 741-9436 **2** 731-4853 M9月21日(火)

▶むつみ おはなしの風(おはなし会) 🐽

中止

中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270 251-0130 251-0133 休9月21日(火)

▶秋季ヨガ&ピラティス講座

中止

▶日本画講座

中止

〒232-0006 南太田2-32-1 四 741-8812 回 741-8813 № 9月21日(火)

▶介護予防教室

『脳トレ・姿勢スッキリ体操』

中止

▶笑いヨガで楽しく元気に!

中止

六ツ川台コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川3-65-9 体 火·金曜日

▶俳句入門

中止

▶古典講座

中止

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

南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1 ☐ 715-7200 ☐ 715-7271 **加**9月21日(火)

▶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のおはなし会 です。

- ●10月15日(金)10時30分~12時
- ●成人、20人(先着順)
- 申 10月8日9時30分から電話または 直接施設へ

▶女性限定☆働きたいあなたのため の個別相談

女性としごと応援デスク「キャリア・カ ウンセリング」

- ●9月30日(木)9時40分~10時20 分、10時30分~11時10分、11時20 分~12時●女性、各回1人(先着順)
- 申 9月17日9時30分から電話、ホー ムページまたは直接施設へ

南区ボランティアセンター

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

▶チャリティーサンタ横浜支部

子どもたちに笑顔を届けるボランティ アスタッフを募集しています。

- ●10月16日(土)·30日(土)、説明会 13時30分~14時30分:講習会14 時30分~16時30分
- ●トモニー(南区福祉保健活動拠点) 浦舟町3-46浦舟複合施設8階
- ●18歳以上で、子どもと接すること が好きな人※高校生不可※説明会・ 講習会への参加必須
- 事前に電話または直接施設へ

▶音訳ボランティア活動者募集

- ●①CD·テープのダビング及び発送 作業②定例会(前月分のモニター・反 省会など)③録音作業
- ●①毎月第2火曜日②毎月第4火曜 日、①②ともに13時~14時30分 ③各自都合の良い時間
- 電話で申込み

〒232-0075 永田みなみ台4 **2** 742-1169 南 第3火曜日

▶ベビーマッサージ 🕠

中止

▶幼児向け 応急手当て

中止

蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 宿町3-57-1 ₹ 711-3377 ₹ 711-2662 M 9月21日(火)

▶ベビーヨガ&ママのための

中止

▶英語を基礎から学びなおそう

中止

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10F 四243-2496 四243-2497 **M** 9月21日(火)

▶世界のことばdeおはなし会 🐽

中止

▶秋のアロマテラピー

中止

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1 図 743-2411 図 743-6290 ₲ 9月21日(火)

▶おうちパン [ドデカフォカッチャ]を つくろう

中止

▶弘明寺観音でのお話し会

中止

| 六ツ川一丁目コミュニティハウス|

〒232-0066 六ツ川1-267-1 図 721-8801 園 721-8812 休 9月21日(火)

▶健康体操の指導者が教える 「自宅でできる健康づくり」

中止

▶リボンクラフト教室

中止

永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1 西國 721-0730 水 火·金曜日

▶パソコンで作る立体カレンダー

中止

▶パソコン相談

中止

南センター

〒232-0006 南太田2-32-1 図 741-8812 図 741-8813 M 9月21日(火)

「女性の視点をいかした自助・共助」

中止

▶ みんなで歩こう!シティウオーキン グ〜堀ノ内から堀割川沿いへの歴 史散策~

中止

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)
- 10月20日(水)午前
- ●予約受付:9月15日~10月5日(13時~16時)
- ●30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)

園 (公財)神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363

健康相談•講座(予約制)

- ●生活習慣改善相談/禁煙相談
 - 9月16日(木)午後、10月4日(月)午前
- ●食生活栄養・健康相談

9月16日(木)午後、10月4日(月)午前

※1日の野菜推定摂取量が測定できます(ベジチェックTM)。

- ●子どもの食生活相談 🕠
- 9月16日・30日・10月7日(すべて木曜日の午後)
- ●もぐもぐ離乳食講座(おおむね7~8か月児) 🕟



中止

- **申**問 健康づくり係 ☎ 341-1186 ☎ 341-1189
- ●アディクション家族教室

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。 10月5日(火)14時~16時

- ●鶴見区役所1階母子健康相談室 ※詳細はお問合せください。
- 問 障害者支援担当 ☎341-1142 ☎341-1144

9月29日(水)13時15分~15時

●区役所4階健診会場

申問こども家庭係 341-1148 🖾 341-1145

乳幼児健康診査

- ●4か月児 ……9月21日(火)、10月5日(火)
- ●1歳6か月児 ●・・・・・・9月30日(木)
- ●3歳児 € ………9月16日(木)、10月7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。
- ※健診対象の乳幼児と保護者1人での受診にご協力をお願いします。

ご都合が悪い場合は、下記問合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。受付時間を過ぎると、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。

問こども家庭係 341-1148 2341-1145