

ここから南区版 ▶ 5~12ページ

# みなみ 6月号

NO.284



目次

- 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



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!

## 確認しよう! 風水害時の避難場所

☎ 防災担当 ☎ 341-1225 ☎ 241-1151

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。「令和2年7月豪雨」では記録的な大雨となり、九州で河川の氾濫や土砂災害などが発生しました。大雨の発生は、事前にある程度予測することができます。被害を少しでも抑えるためにも、気象情報の確認や風水害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」や「みなみ防災ガイド」などを活用し、お住まいの地域の危険な場所や避難場所、風水害への備えを確認しましょう!



南区では、「土砂災害警戒情報(※)」の発表に伴い、即時避難指示対象区域にお住まいの人に「避難指示」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。なお、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、大雨警報(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、都道府県と気象庁が共同で発表します。

### 南区内の即時避難指示対象区域

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

※その他の区域についても、気象状況などに応じて避難指示を発令する場合があります。

■より詳細な場所については、南区防災マップ、市ウェブページで確認できます。



### 即時避難指示発令時 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1-267-1)
- 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ウェブページなどで確認しましょう。

### 「南区防災マップ」、「南区防災マップやさしい日本語版」など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

大雨時の危険な場所(土砂災害警戒区域、洪水浸水想定区域等)など、さまざまな防災情報をついにまとめたものです。



▲防災に関する各種マップはこちらから



南区防災マップ



南区防災マップ やさしい日本語版

### 風水害時などの備えを確認しましょう

地震・風水害などのさまざまな災害に対して、日頃の備えや発災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)。

もう一度、風水害への備えを確認しましょう。

新型コロナウイルス感染のリスクを減らすために、**避難先でのマスクの着用、手洗い、咳エチケットの徹底**にご協力をお願いします。



ウェブページでもご覧いただけます▶



## 連載



## 来ぶらり 今月のおすすめ本

テーマ 17字と31字の言葉あそび

☎ 南図書館 ☎ 715-7200 ☎ 715-7271

### 一般書 『ぼくの短歌ノート』

穂村 弘/著  
発行:講談社 書誌番号:3-0500279386

「ゼムクリップの歌」「賞味期限の歌」など、とりとめもない日常をテーマにしたさまざまな人の短歌が載っています。率直で飾り気がないけれど、おかしくて愛おしい歌ばかり。31字という制限の中で、短歌としての魅力がどのように生まれているのかを解説します。



### 児童書 『どうぶつ句会』

あべ弘士/さく・え  
発行:学習研究社 書誌番号:3-0203025896

この句会の参加者はふくろうの雪野袋さん、象の大耳はなさん、カワソンの河うそ雄さんなど、6匹のどうぶつたち。個性豊かな面々が詠む俳句は、動物としての本能に忠実なものから、風情のあるものまで。オノマトペ(音や様子を表す言葉)編もあります。



【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 (2021年5月1日現在) 区の人口 >>> 198,109人 世帯数 >>> 104,635世帯 ※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計です。  
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



みなみ  
Pick up!

## これからの時季、食中毒にご注意を! ～肉は必ず加熱しましょう～

☎ 食品衛生係 ☎ 341-1191 ㊟ 341-1189

コロナ禍で家にいる時間が増え、自炊をする人も多くなりました。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ます。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。

新鮮な肉であっても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。

### 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する。
- 焼肉では、生肉専用のトンガ・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、トイレ後などはせっけんを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。

## 第46回南まつりは開催中止になりました



☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ㊟ 341-1240

南区の夏の風物詩である「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するリスクを払拭できないため、7月開催予定の「第46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、長年にわた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・ご協力をいただきますよう、お願いいたします。

南区民まつり運営委員会 南まつり実行委員会 南区役所

連載



コロナ禍で悩みや不安なことが増えていませんか？

## 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。

☎ 生活支援課 ☎ 341-1207 ㊟ 341-1219

### コロナ禍での生活困窮者自立支援

～新型コロナウイルス感染症拡大の影響による休業や離職で生活にお困りではありませんか？～

「どうしたらいいかわからない…」を一人で抱え込まずに

まずは相談してください!



なかなか仕事が見つからない...

月々の家賃が払えず住まいを失いそう...

借金・税金・保険料など家計のやりくりが悩ましい...

自立支援員と一緒に考え、支援します

一人ひとりの困りごとに寄り添い、具体的な支援プランを立て、自立のサポートをします!

#### 就労支援

区役所内にあるジョブスポット(ハローワーク窓口)を利用し、専門のナビゲーターと連携して就職活動をサポートします。



#### 住居確保給付金

家賃相当分の住居確保給付金を一定期間支給して住居と就労機会の確保に向けた支援を行います。



横浜市 住居確保給付金 で 検索

#### 家計相談

専門の家計相談員が収支バランスや債務状況を整理し、立て直しの助言、解決に向けた支援をします。



一緒に解決の道を探してみませんか?困りごとが重なって、相談先が分からず悩んでいるうちに、徐々に問題が深刻になってしまうかもしれません。周りの人の気づきも大切です。

早めに相談してください。相談無料 予約不要 秘密厳守

区役所5階51番の相談窓口へ ☎ 341-1207

みなみ  
Pick up!

## 熱中症を上手に予防しましょう!

☎ 南消防署総務・予防課 ☎ 253-0119

熱中症は、気温や湿度が高い場所、日差しが強い場所などで、体温調節の機能がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。特に新型コロナウイルス感染予防のため、マスクを着けている場面が多いため、さらに熱中症のリスクが高くなると考えられています。状況に応じて、適宜マスクを外しましょう。

### 熱中症は予防が大切!

熱中症は命に係わる危険な病気ですが、しっかりと対策することで予防できます。

#### ▶ 暑さを避けましょう

外出は、涼しい服装を心掛け、暑い日や暑い時間帯を避けて活動しましょう。

#### ▶ こまめに水分を取りましょう

のどが渇く前に、こまめに水分補給しましょう。

熱中症予防のため、  
マスクを適宜  
外しましょう。

#### ▶ 適宜マスクを外しましょう

屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合にはマスクを適宜外しましょう。

#### ▶ 暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう

暑くなり始めたところから、少しずつ無理のない範囲で適度に運動をしましょう。

また、毎日定時の体温測定や健康状態をチェックしましょう。

#### ▶ 換気を行いつつエアコンなどを適度に活用しましょう

窓やドアを開け、換気扇などを活用し、こまめに換気を行いつつ、室温を適切に保ちましょう。

### 特に注意が必要な人

#### 子ども

汗腺が未発達なため、体温をうまくコントロールできず、短時間で体温が上昇しやすいため、注意が必要です。

#### 高齢者

体内の水分の割合が少なく、暑さやのどの渇きを感じにくいいため、室内でも熱中症になりやすいです。

#### 持病がある人

高血圧、心臓病、腎臓病、糖尿病などの内分泌疾患の人は、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。

#### 肥満傾向の人

皮下脂肪により体内の熱を逃がしにくくなり、体内に熱がこもりやすいため、軽い運動をしただけでも熱中症になりやすいです。

#### 体調が優れない人

しっかりと食事をとれていなかったり、睡眠不足が続いたりすると体温調整機能が低下し、熱中症になりやすくなります。

### こんなときはためらわずに 救急車を呼びましょう

- ⚠ 体温が40℃を超えている場合
- ⚠ 自分で水が飲めない、脱力感や倦怠感が強くて動けない場合
- ⚠ 異常行動や、意識障害がある場合
- ⚠ けいれんがある場合



## 新型コロナウイルスワクチン集団接種に伴う、南公会堂、南スポーツセンター(大岡地区センター含む)の利用休止について

南公会堂、南スポーツセンター(大岡地区センター含む)は、新型コロナウイルスワクチンの集団接種会場として使用するため、施設の利用ができません。区民の皆様にはご不便をおかけしますが、少しでも早く、より多くの方にワクチン接種を受けていただけるよう、ご理解ご協力をお願いします。



| 施設名                       | 施設の利用ができない期間            |
|---------------------------|-------------------------|
| 南公会堂                      | 当面                      |
| 南スポーツセンター<br>(大岡地区センター含む) | 当面<br>大岡地区センターは7月1日から当面 |

※ワクチン接種の目的で、当該施設に併設されている**駐車場をご利用の際は、駐車料金が発生します(減免制度の対象になりません)のでご了承ください。**

※障害者手帳をお持ちの方、低公害車をご利用の方には駐車料金の減免があります。

### ●新型コロナウイルスワクチン接種に関するお問合せ

(横浜市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター)

☎ 0120-045-070(9時~19時、土・日・祝日も実施)

☎ 050-3588-7191 ※耳の不自由な方のお問合せ用FAX番号です。  
ワクチン接種に関する最新の情報は、市ウェブページも併せてご覧ください。



新型コロナウイルスの▲  
ワクチン接種について

### ●施設利用に関するお問合せ

・南公会堂 ☎ ☎ 341-1261

・南スポーツセンター ☎ 743-6341 ☎ 743-6519

・大岡地区センター ☎ 743-2411 ☎ 743-6290

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。

# 減災



防災パネル展

**大** 地震、台風などでの被害軽減に向けて、区民一人ひとりの自助力と地域の共助力を高めるとともに、危機管理体制の強化に向けた取組を進め、地域防災力の向上を推進します。

防災出前講座や家具転倒防止器具設備補助などを通じて、地域の防災力を向上できるように尽力しています!

## 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



総務課 横山 瑛真

# 健やか



地域福祉保健計画プロジェクト会議

**新** 型コロナウイルス感染症対応を進めます。また、食育の推進、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るとともに、第4期南区地域福祉保健計画の策定を進めます。

区民の皆さま一人ひとりの感染症対策の積み重ねが大切です!

## 主な事業・取組

- ★ 新型コロナウイルス感染症への対応
- ★ 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



福祉保健課 佐々木 亮介

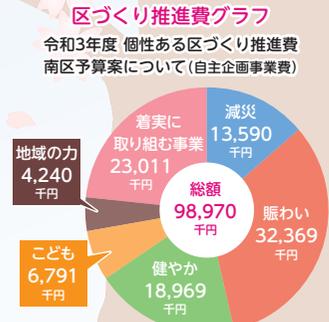
# 令和3年度 南区運営方針

南の風はあつたかい

## 区民の皆さまとの協働のもとで「あったかい」南区をつくります

南区の特徴や課題を踏まえ、「減災」「賑わい」「健やか」「子ども」を重点として、変化する社会情勢の中にあっても、地域の元気を暮らしの安全・安心などにつながる取組を通じて、区民の皆さまに寄り添った施策を進めます。引き続き、新型コロナウイルス感染症対策に区役所一丸となって取り組めます。

企画調整係 ☎341-1232 📠341-1240



詳しくは、ホームページを見てね



# 賑わい



桜まつり

**下** 町情緒あふれる商店街、南区4大まつり、区の花「さくら」などの資源を生かして、市内外への魅力の発信に力を入れるとともに、区民のスポーツへの関心を高めます。また、多文化共生の取組を進めます。

大岡川プロムナードの桜並木など「さくら」のある美しい南区の景色をこれからも発信していきます!

## 主な事業・取組

- ★ 南区4大まつり開催
- ★ 区民スポーツ活動の支援
- ★ 魅力発信・賑わいづくり



南土木事務所 松本 成 区政推進課 迎 真里奈

# 子ども



オンライン育児講座

井土ヶ谷保育園 三村 恵美

**子** どもを地域とともに見守ることや、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、子ども家庭総合支援拠点機能を整備し、要保護児童等の支援を強化します。



オンライン育児講座の予約はこちら

コロナ禍でも安心して参加できるオンライン育児講座を始めました。市立保育園の保育士と一緒に遊びませんか? 気軽にご参加ください。



(左)しろばら保育園 高木 紗耶 (中)永田保育園 佐藤 希和子 (右)三香台保育園 三枝木 みよ子

## 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
- ★ 子ども家庭総合支援拠点機能の整備

# 地域の力

**地** 域の実情に応じて地域活動を応援することで、区民の皆さまと一緒に地域の活性化に取り組めます。ICTを活用した、新しいスタイルの地域活動を支援します。



地域振興課 金井 里紗

地域の皆さまと一緒に、元気な地域づくりを進めていきます!

## 主な事業・取組

- ★ 「地域の力」応援
- ★ 地区懇談会の開催支援
- ★ 新たなつながり・活動スタイルづくり支援



地域活動発表会(パネル展)



タブレット講習会

# 着実に取り組む事業・業務

**す** べての職員が区民の立場に寄り添う心を大切に、親切で丁寧なサービスの提供を心掛けます。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めます。

## 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



春の全国安全運動パレード



特殊詐欺防止キャンペーン

# 職員一丸となって取り組みます!

南区役所では、区民・地域の皆さまと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。

区役所全体のチーム力を生かして「共感と信頼」「横のつながり」を育みながら、地域の皆さまの力が十分に発揮できる暮らしやすいまちをつくってまいります。



南区長 松山 弘子

# 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。

## 子ども・子育て

### ▶地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 しゃべりんぐ双子・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3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

☎ 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づくりをしませんか。希望者は沐浴の練習(お湯無し)ができます。

- 7月14日(水)10時15分～11時30分

● 第1子妊娠中の人、4人(先着順)  
☎ 6月30日9時30分から電話または直接施設へ

### 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。オンラインの使い方を事前練習できます。

- 7月15日(木)10時15分～11時30分

● 生後～おおむね6か月児を育てている人、8人(先着順)

☎ 6月29日9時30分からホームページで申込み

☎ 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)

☎ ☎ 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

## スポーツ・健康づくり

### ▶日本の踊り

日本の踊りを楽しんでみませんか!

- 6月19日(土)13時～15時
- 大岡地区センター
- 区内在住・在勤・在学者
- 500円 ※会員は無料。上履きをお持ちください。

☎ 当日直接施設へ

☎ 南区体操協会・加藤

☎ ☎ 741-4045

### ▶本牧市民公園 テニススクール

いつからでも始められます。体験受講も随時募集中。

- ①一般クラス②ジュニアクラス
- ①毎週火・金曜日9時30分～14時30分②毎週水曜日15時～17時
- 本牧市民公園テニスコート(中区本牧三之谷59)
- ※費用など詳細はお問い合わせください。

☎ 本牧市民公園テニススクール事務局へ

☎ 03-3448-1040

☎ 03-3448-1041

☎ mf@f-agency.co.jp

### ▶南区成人健康体操教室

● 7月14日～9月22日の毎週水曜日(全10回、8月11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清水ヶ丘体育館 10時～11時
- 区内在住・在勤の女性、①各30人②20人(ともに抽選)

● ①②各6,100円

☎ 7月7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し込み

☎ 南区体操協会・堀川

☎ ☎ 711-1374

## お知らせ

### ▶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、よこほま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

- 6月18日(金)、7月2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。

☎ 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)

☎ ☎ 341-1153 ☎ 341-1145

## 令和3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16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

## イベント

### ▶みなみの終活入門塾～自筆証書遺言をいっしょに書いてみよう～

司法書士による、相続や遺言書作成に関する講話です。

- 7月6日(火)10時～12時、13時30分～15時30分

● 区役所1階

● 区民、各30人(先着順)

☎ 事前に電話または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 ☎ 341-1144

## 施設から

### 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～市民図書館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26日(土)・27日(日)、7月1日(木)・3日(土)・4日(日)、13時30分～16時30分 ※7月1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

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12日(土)、7月10日(土)、14時～14時30分

● 小学生以下、各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21日(月)、7月19日(月)、13時～14時30分

● 成人、各4人(先着順)※高齢者優先 ※Windows10のパソコンをお持ちください。 ● 500円

☎ 随時。相談内容は事前に連絡ください。

## 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

### ▶むつみ おはなしの風(おはなし会)

絵本の読み聞かせ、パネルシアター、手遊びなど

- 6月11日(金)10時30分～11時30分
- 未就学児と保護者、10組(先着順)

☎ 当日直接施設へ

## 永田地区センター

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

### ▶背骨コンディショニング

背骨の歪みを整えて、自己治癒力を高める体操教室です。「ゆるめ体操」や筋カトレニングで歪まない体づくりを目指し、腰痛や肩こりなど不調の改善につなげます。

- 7月17日、8月7日・21日、9月4日(すべて土曜日)、9時30分～11時(全4回)

● 成人、7人(先着順)

● 2,700円

● 6月11日9時から直接施設へ(電話申込みは13時から)

### ▶サマーJAZZコンサート

ピアノ、ベース、ドラムのジャズトリオ“NARUTRIO”による生演奏をお楽しみください。



曲目:フライ・ミー・トゥー・ザ・ムーン、私のお気に入り、となりのトトロなど

- 7月17日(土)13時30分～14時30分

● 30人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

☎ 6月12日9時から直接施設へ(電話申込みは13時から)※小学生は保護者による申込みが必要

### ▶大型笹で七夕飾り

子ども植物園から提供の大型笹を今年も正面入り口に設置します。短冊に願いを書いて飾りましょう。

- 6月25日(金)～7月15日(木)

☎ 期間内に直接施設へ

### ▶体をほぐそう!ストレッチヨガ

ヨガが初めての人も歓迎です。

- 6月23日(水)10時～11時

● 成人、7人(先着順)

● 500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

- 6月26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 ※ただし、300円以上の部品代がかかる場合はその場で相談の上、ご負担いただくことがあります。

☎ 当日直接施設へ(常時修理受付可・休館日は除く)

### ▶“さくらザウルス”の出張『おはなし会』

紙芝居・手遊び・パネルシアターなど

- 6月14日(月)11時～11時30分
- 未就学児と保護者、3組(先着順)

※上履きをお持ち下さい。

☎ 当日直接施設へ

## 南センター

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

▶**エコテープで作る「マルシェバッグ」**  
エコテープでおしゃれなお買い物用  
バッグを作ります。

●6月16日・23日・30日、7月7日(す  
べて水曜日)、10時～13時(全4回)  
※最終日は予備日

●成人、12人(先着順)

📌 6月11日9時30分から直接施設へ

▶**みんなで歩こう!シティウォーキング**  
失われた旧海岸線を巡り、八景島の  
満開のアジサイを楽しみます。

●6月25日(金) 集合10時:京急本線  
富岡駅、解散12時30分:八景島(最  
寄り駅:シーサイドライン八景島駅)

●成人、20人(先着順) ●300円

📌 6月11日9時30分から費用を添えて  
直接施設へ

▶**1964東京オリンピックの頃の横浜**  
映画を通して1960年代の横浜の様  
子を振り返ります。大衆文化評論家と  
して活躍している指田文夫さんにお  
話をさせていただきます。

●6月26日(土)13時30分～15時30分

●成人、30人(先着順)

📌 6月11日9時から直接施設へ

▶**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18日(金)、7月2日(金)、10時  
30分～11時30分

●幼児と保護者、各7組(先着順)

📌 当日直接施設へ

## 南寿荘

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

▶**シニア映画鑑賞会「続・深夜食堂」**

路地裏にたたずむ深夜営業の小さな  
食堂「めしや」を舞台に、個性豊かな  
客たちが織り成す悲喜こもごもを描  
きます。

●6月24日(木)13時

30分～15時45分

●60歳以上の市民

●30人(先着順)

📌 6月11日 9時から

直接施設へ



©2016 阿部夜郎・小学館/  
「続・深夜食堂」製作委員会

## 大岡地区センター

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

▶**写経と講話**

弘明寺観音美松副住職を招いて写経  
が初めての人にも分かりやすく目的や  
作法などをお話していただき、一緒に  
写経を行います。

●6月25日(金)15時～17時30分

●成人、30人(抽選)

●500円

📌 6月15日までに

電話または直接施設へ



▶**写経の時間**

●和室を開放し、写経セットを用意して  
いますので、手ぶらで気軽にお越し  
ください。

●6月17日(木)14時～19時

●成人、10人(先着順)

●300円

📌 当日直接施設へ

▶**ファミリータイム**

『親子で遊ぼう』 📌

●みんなで一緒に遊ぶよ。リズム遊びや  
ミニ運動会、絵本など、楽しいこと盛り  
だくさん。親子で楽しい時間を過ごしま  
す。

●6月19日(土)10時～11時

●未就学児と保護者、10組(先着順)

📌 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

▶**スポーツボランティア募集**

①運動が苦手な子の教室

小学生以上の障害児を対象に、体力の向  
上などを目指した教室のお手伝いです。

●A毎週火曜日、17時～18時B毎週  
金曜日、18時10分～19時C大岡小  
学校D六浦地区センター

●高校生以上

②チャレンジスポーツ教室

発達障害のある人(原則高校生以上)  
が「生涯スポーツ」として卓球、バスケ  
ットボールなど、さまざまなスポーツを  
楽しんでもらうことを目的とした教室  
のお手伝いです。

●A毎週火曜日、18時～19時B毎週  
火曜日、14時45分～15時45分C大  
岡小学校D港南台ひの特別支援学校

●高校生以上

📌 ①②ともに電話で施設へ

## 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

▶**おもてなしの初級英会話教室**

街で出会った外国人にあいさつ、道  
案内、自己紹介など、おもてなしがで  
きるよう、初級の英会話を学びます。

●7月8日・15日・22日(祝日)・29日  
(すべて木曜日)、10時～11時30分  
(全4回)

●10人(先着順) ●1,000円

📌 6月11日10時から費用を添えて  
直接施設へ

▶**市民健康講話**

『いつまでも元気に食べたいっ!』

高齢化する消化器がん患者と治療。

●講師:聖隷横浜病院 野澤聡志 院  
長補佐

●7月16日(金)14時～15時30分

●30人(先着順)

📌 6月15日10時から直接施設へ  
(電話申込みは14時から)

▶**認知症予防 スリーAゲーム教室**

手・指・身体を使って楽しく脳を活性  
化する教室へ参加しませんか?

●6月25日(金)13時30分～15時

●10人(先着順) ●100円

📌 6月13日10時から直接施設へ  
(電話申込みは14時から)

▶**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7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

## 吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26  
☎ 243-9261 ☎ 243-9263  
📅 6月7日(月)

▶**「わたしのギャラリー、コレクション」  
展示品募集中**

たくさんの人に見てもらえる展示ス  
ペースとしてご利用ください。

●絵画・版画・写真・彫刻などの作品  
や切手・書籍・玩具など趣味として集  
めた品物を毎月1日～末日の1か月間  
展示します。

●1作品につき1,000円から※複数  
展示、グループ展も可能です。※販売  
目的および宣伝、公序良俗に反する  
ものは展示できません。

📌 ホームページまたは直接施設へ

## 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**

色を塗る面白さ、奥深さを味わい趣  
味の世界を広げよう。

●7月6日・13日・20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14日9時30分から費用を添えて  
直接施設へ

▶**子ども木工体験** 📌

木材を使って楽しく工作をしよう。

●7月25日(日)10時～12時

●小・中学生、10人(先着順)※低学  
年は保護者同伴可

●300円

📌 6月14日9時30分から費用を添えて  
直接施設へ

▶**子ども工作教室** 📌

みんなで楽しく工作をしよう。

●7月18日(日)10時～12時

●小・中学生、10人(先着順)※低学  
年は保護者同伴可

●500円

📌 6月14日9時30分から費用を添えて  
直接施設へ

▶**いきいきキッズ&キッズ用品リサイ  
クル** 📌

小道具を使ったお話など、楽しくテン  
ポよく展開します。

●7月14日(水)10時～12時

●未就学児と保護者、7組(先着順)

📌 当日直接施設へ

## 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

▶**おひさまひろば** 📌

季節の遊びや読み聞かせなどお友達  
と楽しい時間を過ごしましょう。

●6月17日(木)10時～11時30分

●未就園児と保護者、12組(先着順)

📌 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と絵  
本の読み聞かせを行います。

●6月18日(金)10時～11時30分

●1歳以上の未就園児と保護者

📌 当日直接、浦舟地域ケアプラザ  
(浦舟町3-46-1F)へ

**蒔田コミュニティハウス**

〒232-0017 宿町3-5-1  
☎ 711-3377 ☎ 711-2662  
☎ 第3月曜日

- ▶**蒔田演芸会～小断教室発表会～**  
小断教室でけいこした落語の発表会。小学生からシニアの人が練習の成果を披露します。特別ゲストも出演。  
●6月19日(土)14時から  
●40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、みんなで楽しく遊びます。  
●6月24日(木)10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
- ▶**あかいくつ** 🍷  
親子が集まり交流するサロン。お友達づくりやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。  
●7月6日(火)10時～11時30分  
●0歳～未就学児と保護者 ●100円  
☎ 当日直接施設へ
- ▶**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12日(土)18時～20時  
●小学生以上、10人(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  
●7月17日(土)13時～13時50分、14時～14時50分、15時～15時50分  
②キャリア・カウンセリング  
●7月10日(土)・30日(金)、10時～10時50分、11時～11時50分、13時～13時50分、14時～14時50分  
●女性、①②とも各回1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
- ▶**からだを整えるヨガ 3ヵ月コース 7月期**  
からだがすっきり整った心地よさと深いリラクセスで、からだの不調の軽減を目指しましょう。  
●7月12日・26日、8月23日・30日、9月13日・27日(すべて月曜日)、10時30分～11時45分(全6回)  
●女性、20人(先着順) ※保育あり、免除制度あり(1歳6か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)  
●5,400円  
☎ 6月11日から電話、ホームページまたは直接施設へ

▶**臨時休館のお知らせ**

フォーラム南太田は、10月1日(金)より外壁改修その他工事のため、窓口業務および図書貸出を含む一切の業務を停止いたします。期間中は、すべての施設の使用及び館内への立ち入りはできません。  
●期間:10月1日(金)～令和4年1月31日(月)

**中村地区センター**

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

- ▶**初めてのピアノレッスン**  
ピアノを弾いてみたい人、ご参加ください。1人1台電子ピアノを使用して、やさしく楽しくレッスンします。  
●7月8日・15日・22日・29日、8月5日(すべて木曜日)、13時～14時30分(7月29日のみ10時～11時30分)(全5回) ●成人、8人(抽選) ●5,000円  
☎ 6月12日9時30分～6月25日20時に電話または直接施設へ
- ▶**テールバスケット作り**  
クラフトテープを使って、おしゃれなバスケットを作ります。  
●7月2日(金)・9日(金)、13時30分～15時30分(全2回)  
●成人、12人(先着順) ●1,200円  
☎ 6月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)
- ▶**さくらザウルス 出張!おはなし会** 🍷  
パネルシアターなどで親子一緒に遊びましょう。  
●7月1日(木)11時～11時30分  
●未就学児と保護者、4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  
☎ 6月15日(火)・16日(水)・17日(木)・21日(月)

- ▶**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。  
●6月18日(金)10時30分～12時  
●成人、20人(先着順)  
☎ 6月11日9時30分から電話または直接施設へ
- ▶**おひざにだっこのおはなし会** 🍷  
わらべうたと絵本の読み聞かせで楽しいひとときを。  
●6月24日(木)11時～11時30分  
●0～4歳児と保護者、7組(先着順)  
☎ 6月18日9時30分から電話または直接施設へ
- ▶**土曜日のおはなし会** 🍷  
ストーリーテリングと絵本の読み聞かせのおはなし会。  
●7月10日(土)11時～11時30分  
●4歳～成人、7組(先着順)  
☎ 7月2日9時30分から電話または直接施設へ

**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**  
山形県長井市に伝わる長井古種の展示会です。  
●6月11日(金)～20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(木)～7日(水)、9時～16時30分
- ③**持ち手つきのかご編み**  
ぶどうのつるを使って籠を作ります。  
●7月15日(木)13時～15時30分  
●成人、10人(抽選) ●2,000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25日(日)13時～16時  
●小学3年生～中学生、7人(抽選)  
※小学生は保護者同伴 ●1,500円  
☎ ③7月1日④7月11日までにホームページ、FAX、はがき(※要事項)と④は学年、保護者の氏名を記入)または直接施設へ。①②は期間中に直接施設へ

**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21日(水)午前  
●予約受付:6月21日～7月12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)  
☎ 甲 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12日(月)午前  
●予約受付:6月22日～6月29日(8時45分～17時)  
●30人(先着順) ●680円  
☎ 甲 健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189

**乳幼児健康診査**

- 4か月児** 🍷 ……6月15日(火)、7月6日(火)  
●**1歳6か月児** 🍷 ……6月24日(木)、7月8日(木)  
●**3歳児** 🍷 ……6月17日(木)、7月1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。  
☎ 区 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

**お元気で21健診(介護予防健診)(予約制)**

- ①6月25日(金)  
●受付:10時～11時 ●南センター ●30人  
②7月2日(金)  
●受付:14時～15時 ●六ツ川地域ケアプラザ ●20人  
③7月9日(金)  
●受付:14時～15時 ●区役所1階 ●40人  
※おおむね65歳以上 ※①②は上履きをお持ちください。  
☎ 6月11日から電話で申込受付開始(先着順)  
☎ 甲 高齢者支援担当 ☎ 341-1140 ☎ 341-1144

**健康相談・講座(予約制)**

- 生活習慣改善相談/禁煙相談**  
6月17日(木)午後、7月5日(月)午前
- 食生活栄養・健康相談**  
6月17日(木)午後、7月5日(月)午前  
※1日の野菜推定摂取量が測定できます(バジチエツフTM)。
- 子どもの食生活相談**  
6月17日、6月24日、7月1日、7月8日(すべて木曜日の午後) ※電話・FAXでお申し込みください。
- 離乳食講座**  
もぐもぐ離乳食講座(おおむね7～8か月児)  
●6月16日(水)13時30分～14時30分  
●12組(先着順)  
※申込みフォームからお申し込みください。
- 各相談、講座とも区役所4階健診会場 離乳食講座 申込みフォーム  
☎ 甲 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。  
7月6日(火)14時～16時  
●区役所4階 ※詳細はお問合せください。  
☎ 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ☎ 341-1144
- 乳幼児歯科相談(0歳児から未就学児)** 🍷  
6月28日(月)9時15分～11時  
●区役所4階健診会場  
☎ 甲 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

