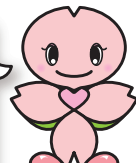


ここから南区版 ▶ 5~12ページ

みなみ 12月号

No.302

不審なメールに注意!
国税庁・税務署や区役所から
ショートメッセージやメールで、
税金の納付を求める
お知らせは行っていません。



▲南区マスコット
キャラクター「みなっち」



ウェブページから
紙面をご覧ください
なれます。

特集

住み慣れた南区で いつまでも 安心して暮らす

ご存じですか?

障害のある人やその家族を
支援する制度があります。
詳しくは8・9ページへ



さぽーと・なみ(後見的支援室)スタッフの皆さん
上段左から、岸さん、松下さん、大西さん、唐澤さん
下段左から、高瀬さん、宇野さん、武藤さん

みなみ
Pick up!

高い技術と職人技 株式会社築地活字をご存じですか

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

横浜市では、市民の生活・文化に寄与する卓越した技能者を「横浜マイスター」に選定しており、今年8月に大正8年創業の株式会社築地活字(吉野町)にお勤めの活字鋳造職人 大松初行さんが選ばれました。

鋳造された金属活字を使った活版印刷や活字鋳造の魅力について、大松さんと代表取締役の平工希一さんに教えてもらいました。

現在の印刷はデジタル製版が主流で、活版印刷はデザイナーや作家など、文字のデザインにこだわりを持つ人からの発注が多いそうです。一方、新しい動きとして、鋳造した活字、特に花や模様の形をした「花形活字」を、手帳やノートなどに押しつけて楽しむ人が増え、スタンプでは表現できない「味わい」があると人気だそうです。今年の夏は、

東京の百貨店の「文具の博覧会」にも出展したとのこと。

「活版印刷は今から約580年前にドイツで発明されて以来、印刷物の普及に大きく貢献してきました。印刷物の自然な凹凸やインクのかすれに温かみを感じられ、思いが伝わりやすいのが魅力です」と平工さん。

「マイスターに選定され嬉しく思います。歴史ある技術を継承するために、日々勉強です」と大松さん。

活版印刷・活字鋳造に関する体験会を不定期で行っていると伺いました。詳しくは築地活字のウェブページをご覧ください。

お散歩の途中で訪ねて
みるのもいいね。



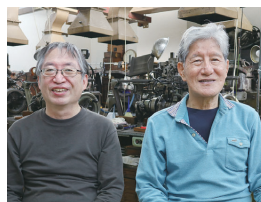
▲百貨店での「文具の博覧会」



▲花形活字
(押印したもの)



▲活字を固定する
活字ホルダー



▲平工さん(左)と大松さん(右)

株式会社築地活字
吉野町5丁目28-2三進興業ビル1階
☎ 261-1597
web <http://tsukiji-katsuji.com/>
築地活字ウェブページ▶



【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・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 (2022年11月1日現在) 区の人口 ▶▶▶ 197,567人 世帯数 ▶▶▶ 105,744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
こちらから



みなみ
Pick up!

歴史を刻む「町内会館」を大切に、 防災まちづくりを進めています

☎ 企画調整係 ☎ 341-1233 ㊟ 341-1240

戦前から発展してきた南区は、狭い道路に木造住宅が連なる地域が多くあります。井土ヶ谷上町第一町内会が進めている災害時の火災や避難への備えについてお話を伺いました。

井土ヶ谷は、商店街を中心に栄えた人情味あふれるまちです。戦災を受けておらず狭い道が多いため、平成26年から地域でまちを点検し、感震ブレーカー^{*1}の設置をはじめ、行き止まりの場所からの通り抜け通路の整備、狭い道路の拡幅などの防災まちづくりを進めています。令和元年には町内会館を災害時の拠点としても使えるよう、寄付を募り耐震改修し、防火性に配慮した素材で、ふるさとの懐かしさを感じられる外観に復元しました。

最近、新たな住民も増えてきました。地域の人が集う町内会館をシンボルとして、これからも人と人の繋がりを育てていきたいです。



井土ヶ谷上町第一町内会館 (旧井土ヶ谷見番 住所:井土ヶ谷上町35-23)

昭和12年に芸妓組合の見番(事務所兼芸妓の稽古場)として建てられ、昭和51年に町内会や商店街が中心となり、町内会館として整備しました。玄関にある車寄せは、創建時と変わらぬ姿を残しています。



横浜市認定
歴史的建造物^{*2}
だよ!

〈見学ができます〉

事前に電話で予約をお願いします。

☎ ☎ 741-3921
(佐々木会長 宅)

*1 地震の揺れを感じて電気のブレーカーを落とす機器。

*2 市が歴史的資産の保全・活用推進のため、近代建築、古民家、土木産業遺産などを認定するもの。

みなみ
Pick up!

放課後児童クラブ(学童保育)入所説明会のお知らせ

☎ 学校連携・こども担当 ☎ 341-1155 ㊟ 341-1145

放課後児童クラブは、昼間に保護者が不在の家庭などの小学生が、安全で豊かな放課後を過ごすための場所です。入所を検討されている保護者向け説明会を次のとおりお知らせします。開催予定日以外の説明会の実施やその他詳細については、各クラブに直接お問い合わせください。

名称	日時	予約方法	住所	問合せ先
第1みなみひまわりクラブ	●5年1月21日(土)15時から ●5年2月18日(土)15時から	不要	吉野町2-4-9 3階	☎ ㊟ 262-1104
南永田学童クラブ	●12月10日(土)14時から ●5年1月15日(日)14時から ●5年2月4日(土)14時から	不要	永田みなみ台 2-1-203	☎ 715-4169 ㊟ 341-0013
放課後児童クラブ中里学童	●12月3日(土)17時から	ウェブページ	大岡5-1-4 1階	☎ ㊟ 713-2137 Web http://nakazatogakudo.blog13.fc2.com/
井土ヶ谷学童クラブ	●12月3日(土)14時から ●5年1月7日(土)10時から	不要	井土ヶ谷中町 44-3 101B	☎ 743-2489 ㊟ 325-7350
別所学童クラブ	●12月3日(土)10時から ●5年1月15日(日)10時から	電話	別所5-7-25	☎ ㊟ 714-7499
夢学童保育	●12月17日(土)11時~12時 ●5年1月28日(土)14時から ●5年2月4日(土)11時から	電話	南太田4-36-23	☎ ㊟ 731-9080
六ツ川・大池放課後児童クラブ	●12月10日(土)15時から	電話・メール	六ツ川3-62-4 2階	☎ ㊟ 711-1391 ✉ iruka1391_gakudou@hotmail.co.jp
さくら学童クラブ	●12月3日(土)10時から ●5年1月14日(土)14時から	電話・メール	井土ヶ谷下町 10-2	☎ ㊟ 714-6208 ✉ sakuragakudoclub@yahoo.co.jp
横浜ガーデンアカデミー	●12月11日(日)13時から ●5年1月15日(日)13時から	電話	真金町1-1 1・2階	☎ ㊟ 231-5019 (受付:平日14時~19時)
六ツ川みどりアフタースクール	●12月3日(土)10時30分から	電話	六ツ川1-788-4	☎ 741-0100 ㊟ 328-7600 (受付:平日11時~19時)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、説明会でのマスク着用や体調不良の場合は参加を見合わせるなど、ご協力をお願いいたします。

各放課後児童クラブのウェブページ・
入所説明会の詳細についてはこちら▶



みなみ
Pick up!

絶対やめよう!飲酒運転!

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240

年末年始は忘年会・新年会など飲酒の機会が多くなる時期です。アルコールは少量でも脳の機能に影響を及ぼします。お酒に強い、弱いに関係なく、飲酒をしたら絶対に運転してはいけません。

お酒を飲んだら運転しない

「少ししか飲んでないから…」 「アルコールに強いから」 「すぐ近くへの移動だから」 こんな気の緩み・過信が死亡事故などの重大事故につながっています。自転車も軽車両です。飲酒運転はやめましょう。

運転する人にはお酒を飲ませない、 お酒を飲んだ人には運転させない

運転者が酒酔い運転、酒気帯び運転をした場合、同乗者、車やお酒の提供者にも罰則があります。

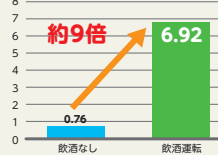
車で仲間と飲酒を伴う飲食に行くときには「お酒を飲まない人(ハンドルキーパー)」を決めましょう。ハンドルキーパーがいない場合には、公共交通機関や運転代行などを利用しましょう。

【飲酒運転をなくすための心がけ】



- ① 飲んだら運転しない
- ② 運転する人には飲ませない
- ③ 飲んだ人には運転させない
- ④ 飲酒運転を許さない

死亡事故率比較(令和3年)



飲酒の有無で死亡事故率を比べてみると、飲酒運転の死亡事故率は、飲酒なしの約9倍と極めて高くなります。警察庁ウェブページより

みなみ
Pick up!

知って防ごう! 高齢者の「予防救急」

☎ 南消防署 総務・予防課 ☎ 253-0119

予防救急とは「日頃から病気やけがをしないように、注意したり、心がける行動」のことです。

病気やけがなどを未然に防止し、ご自身や大切なご家族を守りましょう。

高齢者のけがの発生場所が一番多い場所は**住宅**です。

高齢者に多い事故の原因

転倒・転落

高齢者のけがで1番多いのが、転倒や階段などの段差での転落です。転倒した際に、手や足が骨折しやすいので、注意が必要です。

予防方法

- ① 室内を整理し段差をなくしましょう
- ② 階段や廊下・浴室に手すりを設置しましょう
- ③ 階段などに滑り止めを設置しましょう



窒息・異物誤嚥

加齢とともに食物をかむ力や、飲み込み力が低下するため、食事中に喉に物が詰まるといった窒息や誤嚥が発生しやすくなります。特に餅やパン、肉などは注意が必要です。

予防方法

- ① 食べ物は細かく調理しましょう
- ② 少しずつ、ゆっくり、よくかんで食べるようにしましょう



入浴中の事故

入浴時には、転倒のほかに、熱中症やヒートショックなどが起こる可能性があります。気温が下がる冬場には特に注意が必要です。

予防方法

- ① ヒートショックを防ぐために、脱衣所を温め、浴室との温度差を少なくしましょう
- ② 熱中症にならないために、高温での長時間の入浴を避けましょう
- ③ 滑りやすい浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう



連載

南図書館
だより

来ぶらり

今月のおすすめ本

テーマ ともに生きる

☎ 南図書館 ☎ 715-7200 ☎ 715-7271

一般書 『大丈夫、働けます。』

成澤俊輔 / 著
発行:ポプラ社

書誌番号:3-0500570652

就労困難者への支援をしている著者は、どのような働きづらさを抱えた人にも「大丈夫」と声をかけます。「社会に人を当てはめる」のではなく、「社会が人に合わせる」という理念を実現するために行動する姿は、多くの人に気づきと学びを与えてくれます。



児童書 『どんなかんじかなあ』

中山千夏 / ぶん 和田誠 / え
発行:自由国民社

書誌番号:3-0205050799

見えないってどんなかんじかな。聞こえないって、大切な人をなくしてしまうって、どんなかんじかなあ。相手のことを想像してみるから、優しさや思いやりの気持ちが生まれる様子が伝わってきます。大人も子どもも、心があたたかくなる絵本です。



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。

特集

住み慣れた南区でいつまでも安心して暮らす



障害のある人やそのご家族が、住み慣れた地域で安心して暮らしたいという願いを支援するため、横浜市では平成22年から「横浜市障害者後見の支援制度」がスタートしました。各区に1か所、後見の支援室が設置され、南区では「さぼーと・なみ」が支援を行っています。

さぼーと・なみを利用されている人やご家族、地域で関わっている人の声をお届けします。

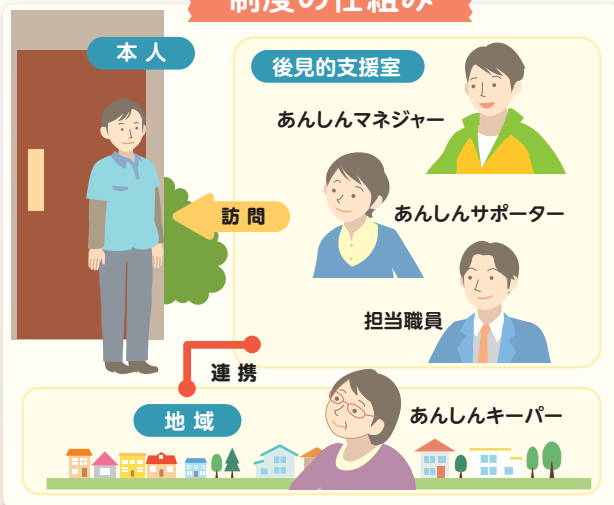
障害者支援担当 ☎ 341-1141 📠 341-1144

後見的支援制度とは・・・

障害のある人が地域で安心して暮らすために、職員による定期訪問や身近な地域での見守り等を通じて、本人の希望に基づく生活の実現をともに考えることを行う、**横浜市独自の制度**です。

日常の見守りの希望と、将来の生活についての相談をしたい、市内在住で18歳以上の障害のある人が対象です。利用には登録が必要です。

制度の仕組み



相談の流れ



後見の支援室に利用登録をします。まずはお電話などでご相談ください。



あんしんマネジャーが生活の様子や希望を聞き、本人の見守り体制をつくります。



あんしんサポーターなどが定期訪問します。また、担当職員が調整した、地域住民などによるボランティアのあんしんキーパーが本人の生活を緩やかに見守ります。

利用者のご家族の声

利用のきっかけについて

後見の支援制度については、「親の会」で知りました。「私に何かあったら」と考えた時に、本人が周りの人に助けると言えて、周りの人が気付いてくれる環境を用意しておきたいと思いました。

かほ 鹿島さんのご家族

利用してみて

本人が私に直接話せないことも、あんしんサポーターさんを通じて聞けることがあり、将来のことを話し合ううえでも、本人の気持ちを知ることができてよかったです。あんしんキーパーさんのように、地域で繋がる人ができることも安心の一つになっています。

鹿島さんは現在、週5日野菜加工の会社に勤務しています。

仕事以外では、自転車ですら区内を巡ったり、あんしんサポーターさんと定期的に会うほか、月1回、南センターでFUNSTARというダンスチーム（あんしんキーパー永窪さんが運営）の練習に参加しています。

利用してみて

あんしんサポーターの松下山さんは（定期的に顔を合わせているので）話しやすいです。自立のため、グループホームの入居についても前向きに相談しています。

支援者の声

あんしんサポーターは、日中活動の場や暮らしの場を定期的に訪問しています。いつも笑顔で接してくれる鹿島さんのように、利用者それぞれの希望する暮らしが実現できるようにサポートしていきたいです。

あんしんサポーター まつした 松下山さん

あんしんキーパーは、本人に何かあったことがあった時に、「後見の支援室」に連絡する手伝いをしています。障害のある人もない人もともに暮らせるよう、地域と本人をつなぐために、私にできることをやりたいと思っています。

あんしんキーパー ながくほ 永窪さん

さぼーと・なみのご紹介

堀割川沿い、中村橋バス停から徒歩1分のところにあります。あんしんマネジャー1人、あんしんサポーター6人、担当職員1人の計8人が在籍し、4年8月現在、123人の利用者登録者を支援しています。

さぼーと・なみの連絡先

☎ 348-9035 📠 350-8114 住所 中村町4-283-10



担当職員 倉品さん

障害のある人と地域の人がかともに暮らしやすくなるよう、地域に関わっている支援室を目指しています。「百聞は一見に如かず」本人、ご家族、地域の人など、どなたでもどうぞお気軽にご連絡ください。

～12月3日から9日は障害者週間です～

講演会『障害のある子の「親なきあと」～「親あるあいだ」の準備～』の動画配信

障害福祉に対する理解を深めていただけるよう、「親なきあと」をテーマとした講演会を、5年1月下旬から動画配信でご覧いただけます（期間限定）。詳しくはウェブページでご確認ください。

ウェブページはこちらから▶



みなみ 掲示板

- 申込みの**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
- 費用が無記載の場合は無料
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ

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



12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。

イベント

▶**多文化体験会**
～ウクライナ色のクラフト作り～
ウクライナの国旗色のみを編み込んでキーホルダーを作ります。講師は避難民支援相談窓口のスタッフも務めるウクライナ人。ウクライナの現状や文化についてもお話します。
●5年1月14日(土)10時～12時
●みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ ●20人(先着順)
申 12月11日から電話、FAX、Eメール(必要事項を記入)
または申込みフォームで
みなみ市民活動・多文化共生ラウンジへ
申込みフォーム▶
☎ 232-9544 ☎ 242-0897
✉ minami-kouza@yoke.or.jp

▶**連続講座「地域づくり大学校・寺子屋みなみ～地元に関わるきっかけをつくらう～」**
①仲間と一緒に楽しむためのヒント
②活動者から学ぶ
③はじめてよう!自分らしく
●15年1月14日②1月28日③2月11日(すべて土曜日、2月11日のみ祝日)、10時～12時(全3回) ●区役所7階
●区内在住・在勤・在学で、仲間づくりや地元での活動に関心があり、全回参加できる人、20人(抽選)
申 12月25日までに申込みフォーム、FAXまたは郵送(必要事項を記入)で地域力推進担当へ
申込みフォーム▶
☎ 341-1239
☎ 341-1240

▶**令和5年南区消防出初式**
第一部:式典、第二部:演技(まとい振込、はしご乗り、和太鼓など)、車両展示など(救助演技、車両展示、放水体験など)
●第一部・第二部:5年1月5日(木)13時～15時、車両展示など:5年1月5日(木)14時～15時30分 ●第一部・第二部:みなみ(南公会堂)、車両展示など:南消防署ガレージ前
●第一部・第二部:300人(先着順)
申 当日直接会場へ
☎ 南消防署 総務・予防課
☎ 253-0119

スポーツ・健康づくり

▶**南区民成人健康体操教室**
●5年1月18日～3月22日の毎週水曜日(全10回)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清水ヶ丘公園体育館:10時～11時
●区内在住・在勤者、①各30人②20人(抽選) ●各6,100円
申 5年1月11日10時から吉野町市民プラザで抽選に参加後、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

子ども・子育て

▶**地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 助産師相談日**
授乳と卒乳、離乳食、トイレットトレーニングなど、赤ちゃんのケアについて気軽に相談できます。相談時間は約15分です。妊婦さんもどうぞ。
●12月27日(火)13時30分～15時
●子育て中の人、4人(先着順)
申 12月13日9時30分から電話または直接施設へ

▶**双子・三つ子の会**
双子・三つ子の保護者同士で、あるある話や情報交換をしましょう。スタッフがお子さんの見守りをお手伝いします。多胎児妊娠中の人もどうぞ。
●5年1月7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
申 当日直接施設へ
おしゃべりサロン発達・療育
発達や療育、集団生活の心配ごとをアドバイザーにお話ください。お子さんは保育スタッフが見守ります。両親での参加もどうぞ。
●5年1月21日(土)10時15分～11時30分 ●未就学児の保護者、4人(先着順)
申 12月24日9時30分から電話または直接施設へ
☎ 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
(休館:日・月・祝休日、月曜日が祝休日の翌日火曜)

はぐはぐの樹 ホームページ▶
▶**はぐはぐの樹 ホームページ▶**

お知らせ

▶**若者(おおむね15～39歳)のための専門相談**
不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの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。
●12月16日(金)、5年1月6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 事前に電話、FAXまたはEメールでよこはま東部ユースプラザへ(空きがあれば当日受付可)
☎ 642-7001 ☎ 642-7003
✉ ypt@sodateage.net

▶南区休日急患診療所 年末年始の利用について

年末年始の急病時は、南区休日急患診療所をご利用いただけます。(建て替え工事のため、一時移転しています。ご注意ください。)
●年末年始(12月30日～5年1月3日)、日曜、祝日、10時～16時
(受付:9時30分～15時30分)
※内科・小児科※年末年始も発熱外来を実施しています。発熱等の症状のある人は、必ず事前に電話でご連絡ください。※健康保険証・現金をお持ちください。
☎ 南区休日急患診療所 (永楽町2-22 ケンコー本社ビル2階)
☎ 731-2416 ☎ 341-0910



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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

- ①**こめ展**
米とは何か?米にまつわるパネルや標本を展示
●12月10日(土)～5年1月15日(日)、9時～16時30分
- ②**めでたい植物(ミニ展示)**
正月に飾られる縁起植物の展示
●5年1月5日(木)～15日(日)、9時～16時30分
- ③**ばらを愉しむ～冬の剪定**
●5年1月28日(土)9時30分～11時30分 ●成人、20人(抽選) ●1,000円
申 ③1月14日(必着)までにホームページ、FAX、はがき(必要事項を記入)、または直接施設へ。①②は期間中直接施設へ

▶**清水ヶ丘公園体育館**
〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎ 243-4447 ☎ 243-4497
☎ 第1月曜日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶**カラダシェイプ60教室**
●5年1月5日・12日・19日・26日(すべて木曜日)、10時～11時(全4回)
●18歳以上、40人(先着順) ●2,000円
申 12月16日～28日に郵送(氏名・電話番号・参加希望教室を記入)、または清水ヶ丘公園体育館棟受付にて所定の用紙で申込み

▶**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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶**女性としごと応援デスク**
電話・オンライン相談も可能です。
①しごとと生活設計相談
自分や家族の収入・資産、年金、行政の支援などの情報から、困りごとの解決に向けて一緒に考えます。
●5年1月21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
働く女性や、これから働きたいと考えている女性のさまざまな思いや疑問にお応えする相談です。
●5年1月14日(土)・27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各時間1人(先着順) ※保育あり、免除制度あり(満2か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
申 12月11日から電話または直接施設へ
▶**ママの骨盤セルフストレッチ**
骨盤まわりの筋肉を意識して動かすことにより、体の不調改善を目指します。
●5年1月17日・31日、2月7日・21日・28日、3月7日(すべて火曜日)、10時30分～11時30分(全6回) ●女性、18人(先着順) ●4,200円 ※保育あり、免除制度あり(満2か月～未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
申 12月11日から電話、直接施設またはホームページから申込み

▶**永田地区センター**
〒232-0076 永田台45-1
☎ 714-9751 ☎ 714-9752
☎ 第3月曜日、
12月28日(水)～5年1月4日(水)

▶**新春初笑い!永田ふれあい地域寄席**
子どもから大人まで楽しめる落語と手品を披露します。
●5年1月9日(月・祝)13時～14時
●30人(先着順) ※幼児は保護者同伴
申 12月11日9時30分から直接施設へ(電話申込みは13時から) ※小学生以下は保護者による申込みが必要
▶**シニア向けスマホ講座～キャッシュレス決済&LINEを活用しよう!～**
スマホ決済とLINEの基本的な使い方を学びます。実際にATMでチャージ、レジでお買い物も体験します。
●5年1月17日(火)・24日(火)、10時～12時(全2回) ●成人、10人(先着順) ●600円
申 12月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは13時から)
▶**写経の時間～和室開放日～**
和室を解放し写経セットを用意していますので、気軽に手づらでお越しください。「写経のしおり」を差し上げます。
●5年1月11日(水)14時～18時
●成人、10人(先着順) ●300円
申 当日直接施設へ

大岡地域ケアプラザ

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-6102 ☎743-6104
☎ 第3月曜日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶オンライン講座

安産のコツ教えます

現役助産師による、マタニティヨガ教室です。

●5年1月19日、2月2日・16日、3月2日・16日(すべて木曜日)、10時～11時(全5回) ●対象となる出産日:5年3月23日～7月27日 ●市内在住の経過良好な妊娠13週以降の妊婦、5人(先着順) ●1,000円
☎ 12月12日から電話で受付後、メールにて申込み

▶サンサンクラブ体操教室

音楽に合わせて体を動かしたり、柔らかいボールを使用したり、体の使い方を身に付けていきます。

●12月21日、5年1月18日、2月1日・15日、3月1日・15日(すべて水曜日)、15時30分～16時30分 ●区内在住・在学者で療育手帳を持っている小学生と保護者、各10組(先着順) ※1人で動ける子が対象です。 ●各200円
☎ 12月11日から電話で申込み

吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26
☎243-9261 ☎243-9263
☎ 12月5日(月)・6日(火)、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶ギャラリーU25プラン

25歳以下の方が通常料金の半額でギャラリーを利用できるプランです。あなたの作品を多くの人に見ていただくチャンスです。ぜひギャラリーで作品を展示してみませんか。

●利用日初日の時点で25歳の人(グループの場合は出品者の3分の1以上がこれに該当)

●利用目的:作品の展示など
※別途利用条件あり、詳細は施設までお問い合わせください。

☎ 直接施設へ

移動図書館「はまかぜ号」

☎ 中央図書館サービス課
☎ 262-0050 ☎ 231-8299

図書館の本を約3,000冊乗せて巡回し、本の貸出し、返却、予約を行います。

●12月13日(火)・27日(火)、9時50分～10時40分 ※荒天中止

●永田みなみ台公園(永田みなみ台4)

南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46・8階
☎260-2531 ☎251-3264
☎ 日曜・祝日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶ゴミ拾いボランティア

一緒に公園内の清掃活動をしてみませんか。ボランティア経験をしたくない人などお気軽にご参加ください。

●5年1月27日(金)14時～15時30分(雨天中止) ●蒔田公園トイレ前 ●10人(先着順)

☎ 12月12日～5年1月20日に電話で申込み

▶送迎ボランティアグループ活動者募集

主に区内在住の高齢者や障害者の人を送迎するドライバーを募集します。

●活動日は希望に応じて設定します。
●指定の講習に参加し、自家用車で活動ができる人 ●謝金あり

☎ 電話か直接施設へ

蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 宿町3-57-1
☎711-3377 ☎711-2662
☎ 第3月曜日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶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。

●12月22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

▶小咄教室

佐の榎藤助さんに小ばなしや落語を習いましょう!

●12月17日(土)18時～20時 ●小学生以上、10人(先着順)

☎ 当日直接施設へ

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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶アロマテラピー

保湿に役立つハンドクリームとハーブ入りのせっけんを作ります。

●5年1月24日(火)、2月7日(火)、13時～14時30分(全2回) ●成人、8人(先着順) ●1,000円

☎ 12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

パネルシアターを使ったお話や歌、手遊びなど

●5年1月11日(水)10時～11時30分 ●未就学児と保護者、7組(先着順)

☎ 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、
12月28日(水)～5年1月4日(水)

▶冬季親子卓球教室

親子で卓球の楽しさを体験しませんか?初心者でも大丈夫です。ラケットがない人も参加できます。

●5年1月7日(土)・8日(日)、9時30分～11時30分(全2回) ●小・中学生と保護者(18歳以上)、5組(先着順)

※原則1組2人まで ●300円/1人
☎ 12月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶心も身体も温まる冬のお料理教室

生薬にもなる冬の野菜を使ったお料理を作って、持ち帰ります。

●5年1月21日(土)10時～12時 ●12人(先着順) ●1,300円

☎ 12月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶楽しく学ぶ3R夢まるわかり講座

意外と知らないごみの削減や分別について、わかりやすく学びます。楽しいマイバッグ作りもできます。

●5年1月30日(月)10時～11時30分 ●15人(先着順)

☎ 12月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶クリスマス会

クイズに挑戦。抽選でプレゼントがあります。

●12月18日(日)10時～12時 ●小学生以下、100人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

☎ 当日直接施設へ

▶お正月遊びで楽しもう

みんなでお正月遊びを楽しみましょう。

●5年1月14日(土)10時～12時 ●小学生以下、100人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

☎ 当日直接施設へ

▶折り紙で遊ぼう

「サンタクロース」を折ります。

●12月21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

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10階
☎243-2496 ☎243-2497
☎ 第3月曜日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶新春フワワーアレンジメント

アレンジした正月飾りで華やぐ初春を迎えましょう。

●12月28日(水)10時30分～12時 ●成人、8人(先着順) ●2,500円

☎ 12月12日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶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。

●12月15日(木)10時～11時30分 ●未就園児と保護者、6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出張して手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居をします。

●12月16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1階の浦舟地域ケアプラザ(浦舟町3-46・1階)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、
12月28日(水)～5年1月4日(水)

▶写経の時間(写経と法話)

弘明寺観音の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、目的や作法などのお話などを聞きながら一緒に写経を行います。

●5年1月20日(金)14時～16時30分 ●成人、30人(先着順) ●500円

☎ 12月16日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶新年の始まりは「勇ましい和太鼓で!」
「横浜和太鼓 音や」による演奏。和太鼓の力強い響きを体全体で感じてください。

●5年1月22日(日)10時30分～11時10分 ●40人(先着順)

☎ 12月18日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶出張!手作りみそ教室

老舗のこうじ屋さんに、昔ながらのみそ作りを教わり、1kgのおいしいみそを作ります。

●5年1月14日(土)、11時～12時30分、13時30分～15時 ●成人、各12人(先着順) ●各1,200円

☎ 12月17日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

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。

南センター
〒232-0006 南太田2-32-1
☎ 741-8812 ☎ 741-8813
☎ 第3月曜日、
12月21日(水)～5年1月4日(水)

▶楽しくウクレレを学ぼう
初心者向けの講座です。優しい音色で南国気分には浸ってみませんか?
●5年1月10日(火)・17日(火)、10時～12時(全2回) ●成人、10人(先着順)
●1,000円※ウクレレをお持ちでない人はお貸しします。

☎ 12月12日9時30分から費用を添えて直接施設へ(電話申込みは12月13日9時から)

▶みなみっ子映画会「スポンジ・ボブ: スポンジ・オン・ザ・ラン」

ユニークなキャラクターたちが海底で騒動を巻き起こす、世界中の子どもたちに人気のアニメーション。

●5年1月21日(土)13時30分～15時15分 ●小学生以下、30人(先着順)
※幼児は保護者同伴。同伴者は1人まで

☎ 12月12日9時から直接施設へ(電話申込みは12月13日9時から)

▶こそでて広場

絵本の読み聞かせやパネルシアターや親子での手遊びなど
●12月16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

南図書館
〒232-0067 弘明寺町265-1
☎ 715-7200 ☎ 715-7271
☎ 12月19日(月)、
12月29日(木)～5年1月3日(火)
※12月28日(水)は9時30分～17時、
5年1月4日(水)は12時～17時

▶みんないっしょのおはなし会

絵本、紙芝居、パネルシアターなど
●12月20日(火)①10時30分～10時50分②11時～11時20分 ●①0～2歳児と保護者②0～4歳児と保護者、各7組(先着順)

☎ 12月13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を中心としたおはなし会
●5年1月14日(土)11時～11時30分 ●4歳～成人、7組(先着順)

☎ 5年1月6日9時30分から電話または直接施設へ

▶働きたいあなたのための個別相談

働くことの悩みや不安を、キャリアコンサルタントとゆっくり相談できます。
●5年1月19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1人(先着順)

☎ 5年1月6日9時30分から電話、ホームページまたは直接施設へ

南寿荘
〒232-0006 南太田2-32-1
☎ 741-8812 ☎ 741-8813
☎ 第3月曜日、
12月21日(水)～5年1月4日(水)

▶みんなで笑おう!新春演芸会

横浜市落語愛好会による落語を中心とした演芸会です。どなたでもご参加ください。
●5年1月14日(土)10時30分～11時45分 ●50人(先着順)

☎ 12月12日9時から直接施設へ(電話申込みは12月13日9時から)

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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶ギターアンサンブル四季による 小さな音楽会

プロギタリストの永島志基さん率いるギターアンサンブル四季による、クラシックギターの演奏会を開催。

●12月17日(土)13時30分から
●40人(先着順)

☎ 当日直接施設へ

▶わらでつくるお正月飾り

稲わらですてきなお正月リースを作ります。
●12月15日(木)10時～12時 ●小学生以上、15人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴 ●100円

☎ 当日直接施設へ

▶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
●5年1月13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

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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶シニアスマホ教室

スマホ(アンドロイド)の基本的な操作方法を基本から学びます。

●5年1月13日(金)・20日(金)、13時30分～15時30分 ●60歳以上でスマホ(アンドロイド)を持参できる人、12人(先着順) ●500円

☎ 12月12日10時から費用を添えて直接施設へ

▶ボランティア体験 「交流サロンカーネーション」

高齢者と子育て世代、未就学児の3世代交流サロンのお手伝いです。見学から始めましょう。

●5年1月10日、2月7日、3月7日(すべて火曜日)、9時30分～12時(全3回) ●5人(先着順)

☎ 12月13日10時から電話または直接施設へ

▶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べます。
●5年1月11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

六ツ川台コミュニティハウス
〒232-0066 六ツ川3-65-9
☎ ☎ 716-5688
☎ 火・金曜日、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶心身ともにリフレッシュ

呼吸法や骨盤改善、健康で美しいウオーキングなど、経験してみませんか。
●5年1月12日・26日、2月9日(すべて木曜日)、13時～14時30分(全3回)

●成人、20人(先着順) ●300円 ※ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物をお持ちください。

☎ 12月22日から電話または直接施設へ

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、
12月29日(木)～5年1月3日(火)

▶健康体操・ストレッチ ～誰でもできる体づくり～

基本的な動きを学んで、運動を習慣化してみませんか?

●5年1月19日、2月2日・16日(すべて木曜日)、13時30分～15時(全3回)
●成人、10人(先着順) ●500円

☎ 12月15日10時から費用を添えて直接施設へ(電話申込みは14時から)

▶パソコン相談

パソコンでお悩みの人、相談に応じます。
●12月19日(月)、5年1月16日(月)、13時～14時30分 ●成人、各4人(先着順) ●各500円

※高齢者優先 ※Windows10のパソコンをお持ちください。
☎ 随時。相談内容は事前に連絡ください。

南スポーツセンター
〒232-0061 大岡1-14-1
☎ 743-6341 ☎ 743-6519
☎ 第3月曜日、
12月28日(水)～5年1月4日(水)

▶ちよこつとエクササイズ 参加者募集中

体操で体を鍛えて、ストレッチで柔軟性を高めます。

●12月13日、5年1月10日・17日・24日・31日、2月7日・14日・21日・28日(すべて火曜日)、14時10分～14時50分 ●16歳以上、各40人(先着順) ●各500円

☎ 当日13時40分から直接施設へ

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)
5年1月16日(月)午前
●予約受付:12月2日～22日 13時～16時
●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)

☎ 区(公財)神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363

健康相談・教室(予約制)

●生活習慣改善相談/禁煙相談 12月15日(木)午後
●食生活栄養・健康相談 12月15日(木)午後
※1日の野菜推定摂取量が測定できます。(ベジチェック)
※電話・FAXからお申し込みください。

●離乳食教室(おおむね4～8か月児の養育者)
12月14日(水)、5年1月11日(水)14時～15時
●各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、教室とも区役所4階 健診会場
☎ 区 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。
5年1月10日(火)14時～16時
●区役所4階 401号室
※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)
12月13日(火)9時15分～11時 ●区役所4階 健診会場
☎ 区 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

☎ 341-1142 ☎ 341-1144

☎ 341-1148 ☎ 341-1145

乳幼児健康診査

●4か月児 12月20日(火)、5年1月10日(火)
●1歳6か月児 12月15日(木)、5年1月5日(木)

●3歳児 12月22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。

☎ こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145



離乳食教室 申込みフォーム