



地球にやさしい行動って なんだろう?



6月は環境月間!
 GREEN×EXPO 2027の
 開催テーマの1つは
「地球の環境問題の解決」です。
 地球の未来についてみんなで考え、
 地球にやさしい行動を
 始めてみませんか。

詳しくは8・9ページの特集へ

瀬谷のアジサイが見頃を迎えました

瀬谷区の花「アジサイ」の
 区内の見どころスポットを紹介します。
 色とりどりのアジサイを探しに、
 区内を散策してみませんか。

見頃情報は瀬谷区公式SNSで発信します

アジサイの見どころスポット アジサイがたくさん見られるスポットに のマークがついています。

- ① 大門川せせらぎ緑道 本郷二丁目
- ② 瀬谷本郷公園
- ③ 楽老南公園 二ツ橋町215-37
- ④ 二ツ橋公園 二ツ橋町83-1
- ⑤ 二ツ橋南公園 二ツ橋町37-4
- ⑥ 和泉川 二ツ橋の水辺 宮沢一丁目
- ⑦ 南台こどものもり公園 南台二丁目3-20
- ⑧ 宮沢ふれあい樹林 宮沢一丁目54-6
- ⑨ 東山ふれあい樹林 アジサイロード 宮沢二丁目72
- ⑩ 長屋門公園 阿久和東一丁目17
- ⑪ 宮沢遊水地 宮沢四丁目
- ⑫ 阿久和大久保原公園 阿久和南二丁目21

ほかにも区内の
 さまざまな場所で
 アジサイを楽しめるよ!
 ぜひ探してみようね!



アジサイの見どころスポットへの行き方等の
 詳細は、瀬谷区ウェブページへ

● 問合せ 区役所企画調整係 ☎ 367-5632 ☎ 365-1170

せや区 からのお知らせ



- 原則として今月11日以降の記事を掲載。
- 特に記載のない場合は、無料。
- 区役所への送付は「〒246-0021 ニツ橋町190 瀬谷区役所〇〇〇係・担当」
- 掲載されているイベント等は中止・延期・実施内容の変更をする場合があります。事前に各問合せ先やウェブページなどご確認ください。

令和6年度 瀬谷区運営方針を策定しました

I 基本目標

幸せが実感できる瀬谷づくり
～思い出も未来も共にこの瀬谷で～

基本目標の達成に向けた基本姿勢

- ①基本的業務の「正確・丁寧・公平・迅速」な遂行
- ②区民に寄り添った課題の解決



II 目標達成に向けた施策

施策1 安全・安心の住みやすいまち



施策3 地域のつながり・支えあい



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

瀬谷区は持続可能な社会づくりのために、「SDGs」の基本理念を意識し、あらゆる施策に取り組みます。施策名のロゴマークは、関連するSDGsの目標を示しています。

施策2 健やかな成長・誰もが健康で自分らしい生活



施策4 賑わいと魅力の創出・



「GREEN×EXPO 2027」に向けた機運醸成



「基本目標」実現のための取組だよ。

III 目標達成に向けた組織運営

区民満足度向上への取組

「親しみやすく信頼される区役所」の実現のため、職員一丸となって、質の高いサービス提供や、誰もが利用しやすい窓口づくりなどに取り組みます。

職員満足度向上への取組

職員一人ひとりが相手を思いやりながら、課の枠を超えた情報共有や連携強化に取り組み、チーム力を高めます。

職員一人ひとりが意識する取組だよ。



※詳細は、区役所3階37番窓口で配布する「瀬谷区運営方針」または瀬谷区WEBをご覧ください。 ●問合せ 区役所企画調整係 Tel 367-5632 Fax 365-1170



せや区民DAY

横浜FC vs ロアッソ熊本

日時▶ 6月22日(土) 18時キックオフ
※16時開場予定

会場▶ ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川県三ツ沢西町3-1)

対象・定員▶ 区内在住・在勤・在学(在園)の人とその家族1,000人

費用▶ 高校生以下は無料、大人1,500円

チケットの申込み期間・方法
6月22日キックオフ(18時)まで 横浜FC WEB(下の二次元コード)から
※予定数に達し次第、販売終了
※抽選で、ウォーミングアップ見学など区民限定のイベントも体験できます。詳細はWEBをご覧ください。

●問合せ 横浜FC Tel 443-6592
区役所区民協働推進係 Tel 367-5694 Fax 367-4423



**横浜FCホームゲームに
1,000人をご招待・ご優待!**

**6月22日はGREEN×EXPO 2027開催1000日前
青いアサガオの種をお配りします!**

開催1000日前を記念して、アサガオの種とフィルムプランターを配布します。

配布日時▶ 6月22日(土) 14時～18時 ※なくなり次第終了

配布場所▶ ニッパツ三ツ沢球技場外の瀬谷区役所ブース
※6月24日(月)から、区役所2階総合案内、瀬谷区内の各地区センター、瀬谷区民活動センター、地域子育て支援拠点「にこてらす」、あじさいプラザでもお配りします(各施設なくなり次第終了)。

●問合せ 区役所企画調整係 Tel 367-5632 Fax 365-1170

アサガオの花言葉は「結束! みんなで団結して横浜FCを応援しよう!



食品ロス削減・土壌混合法 講習会

食品ロスを減らすために家庭でできる工夫を紹介します。

日 7月11日(木) 10時～11時 所 区役所4階会議室

対 10人宛 申 6月11日から 問 で問合せ先へ

●問合せ 資源循環局瀬谷事務所 Tel 364-0561 Fax 391-4784

区民活動センターイベント情報

所 瀬谷区民活動センター(ニツ橋町469 せやまる・ふれあい館 2階)
Tel 369-7081 Fax 366-4670 E se-kukatsu@city.yokohama.jp

みんなの立ち寄りイベント 昼ドキイベント・せや 毎月1回開催! 気軽に楽しめる昼休みイベントです。今年度から出演グループが2グループになりました!

日 6月21日(金) 12時～13時 ※開場11時40分

所 瀬谷公会堂 入場無料

講 ● THE NATURAL (管楽アンサンブル演奏)
赤いスイートピー、月は優しく愛を照らす ほか

● Glastonbury Band (ギター演奏と歌)
海の声、見上げてごらん夜の星を ほか



区役所2階区民ホールの展示・催し

食育の日イベント▶ 日 6月18日(火) 10時～12時、19日(水) 10時～15時
プラ分別拡大事前キャンペーン
▶ 日 6月20・27日(木) 9時30分～11時30分、13時30分～15時30分

福祉事業所バザー▶ 日 7月9日(火) 11時～13時

※公共交通機関をご利用ください。区役所駐車場は有料です。

●「※詳細は瀬谷区WEBへ」「※詳細は横浜市WEBへ」とあるものは、それぞれ「瀬谷区 ○○○」または「横浜市 ○○○」で検索(○○○はイベント名・事業名)

マークの説明
 ☎電話 ☎ファクス ✉Eメール WEBウェブページ 休館日 日日時・期間 所場所 対対象・定員 先着 抽選 内容 費用 持ち物
 講師または出演者 保育 申込み 問合せ 当日直接 事前に直接 往復はがき 返はがき 返信用はがき持参 郵送(着)必着
 (消)消印有効 重要事項 行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきは返信面を明記 電子申請 横浜市電子申請・届出システム

食生活等改善推進員(ヘルスマイト) 養成セミナー 受講者募集

健康の基礎である「食」の大切さや、生活習慣病予防について楽しく学びます。修了後は、ヘルスマイトとして、食を通じた健康づくりボランティアを始めることができます。自分や家族の食事を見直したい人も、ぜひお申込みください。

日 7月11日(木)、8月27日(火)、9月25日(水)、10月29日(火)、11月26日(火)、12月18日(水)、2025年1月21日(火)、2月26日(水)の全8回(連続講座) 9時30分～12時

所 区役所5階栄養相談室

対 区内在住で本セミナーの受講歴がなく、修了後ヘルスマイトの活動ができる人 20人 費 1,300円程度(テキスト代)

申 6月11日～28日まで 電か 電か 電で、重要事項を問合せ先へ

※詳細は瀬谷区WEBへ

● 問合せ 区役所健康づくり係 電 367-5746 電 365-5718
 電 se-shokuiku@city.yokohama.jp

介護者のつどい

高齢者などを介護しているご家族のための場です。「介護のこと」を気軽に話してみませんか。

| 日時 | 内容 | 会場・定員・申込み・問合せ |
|--------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| 7月8日(月) 13時30分～15時30分 | 認知症高齢者を介護する家族のつどい「わらべの会」座談会 | 区役所5階健康相談室 電 367-5716 |
| 7月18日(木) 13時30分～15時 | 介護者のつどい いっぱくの会「座談会」 | 二ツ橋地域ケアプラザ 電 361-9807 電 10人 電 6月11日から |

● その他問合せ 区役所高齢者支援担当 電 367-5716 電 364-2346

介護こころ相談室

介護者のストレスや悩みを軽くするため、カウンセラーが相談に応じます。予約制

| 日時 | 会場・定員 | 申込み |
|-------------------------------|-----------------|---|
| 7月16日(火) ①9時30分 ②10時30分 | 区役所4階40番窓口 各回1組 | 6月11日から 電で区役所高齢者支援担当 (電 367-5716 電 364-2346)へ |

福祉保健センターからの相談・教室・健診等のお知らせ

電話 予約・問合せ参照 FAX 子育て支援担当・こどもの権利擁護担当・こども家庭係 ▶ 電 367-2943 / 健康づくり係 ▶ 電 365-5718

※予約方法にWEBアイコンのあるものは、各相談・教室のウェブページから申込可。

| 種類・対象 | 日時(★は受付時間) | 会場・受診(予約)方法・費用・内容・持ち物ほか | 予約・問合せ |
|--------------------|---|---|-----------------------------|
| こども・子育て中の人 | こども家庭相談 | 区役所4階40番窓口 電話による妊娠期・乳幼児期から思春期までのさまざまな相談 ※面談相談は要予約 | 子育て支援担当 電 367-5747 |
| | こどもからの相談 | 区役所4階40番窓口 18歳までのお子さん自身からの、親子関係や家族の悩みなどのさまざまな相談 | こどもの権利擁護担当 電 367-5609 |
| | 妊産婦健康相談・母乳(授乳)相談 | 区役所5階 予約制 妊娠・出産、産後のお母さんの健康や母乳の与え方等の相談 母子健康手帳、タオル(母乳・授乳相談時) | 子育て支援担当 電 367-5778 |
| | 乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談 | 区役所5階 予約制 予約は前日までにWEBから 0歳～就学前の乳幼児または妊産婦(産後1年未満まで)の歯科相談 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ | こども家庭係 電 367-5760 |
| | こどもの食事相談 | 区役所5階 予約制 こどもの食生活についての相談 | |
| | 離乳食教室(生後7～11か月児の養育者) | 区役所5階 予約制 先着15組 予約はWEBから 離乳食のすすめ方についての話、調理実演等 お子さん用エプロン、スプーン | 健康づくり係 電 367-5744・5745・5746 |
| | 1歳児食と歯の元気教室(1歳～1歳4か月児の養育者) | 区役所5階 予約制 先着15組 予約はWEBから 楽しい食・歯みがきについての話、実演等 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ、お子さん用エプロン、スプーン | |
| 母親(両親)教室 ※3回目は両親教室 | 区役所5階 予約制 初めての出産の心配を解消するための教室 母子健康手帳、筆記用具、テキスト「子育てガイドブック」、運動しやすい服装(2回目) | 子育て支援担当 電 367-5778 | |
| 乳幼児健康診査 | 4か月児 | 区役所5階 指定日に直接来所 ※対象者には、健診日の2週間前までに通知書を郵送します。各月齢に達した月または翌月が健診日となります。 | こども家庭係 電 367-5760 |
| | 1歳 | | |
| | 6か月児 | | |
| 3歳児 | 6月20日(木)、7月4日(木) 12時45分～13時30分★ | | |
| 若者 | 若者のための専門相談 | 区役所4階40番窓口 予約制 15歳～39歳の若者とその家族、また、支援者や地域の人などを対象とした、若者のさまざまな問題についての相談 | よこはま西部ユースプラザ 電 744-8344 |
| 一般 | HIV(エイズ)・梅毒検査 ※未成年の人は、保護者と一緒にお越しください。 | 区役所5階 予約制 匿名 HIV・梅毒の検査・相談 ※1種類のみ申込みはできません。 | 健康づくり係 電 367-5744・5745・5746 |
| | 女性の健康相談 | 区役所4階40番窓口 原則予約制 受胎調節・不妊治療・思春期から更年期までの健康相談 | 子育て支援担当 電 367-5778 |
| | 女性福祉相談 | 区役所4階40番窓口 原則予約制 女性の抱えるさまざまな悩みや問題の相談 | 子育て支援担当 電 367-5703 |
| | 生活習慣病予防のための相談 | 区役所5階 予約制 食事や運動習慣、禁煙、口腔衛生のことなど、保健師・栄養士・歯科衛生士がアドバイスします。 | 健康づくり係 電 367-5744・5745・5746 |

●横浜市では、市内医療機関にて横浜市がん検診[肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査)]を行っています。詳しくは 横浜市がん検診 検索

特集

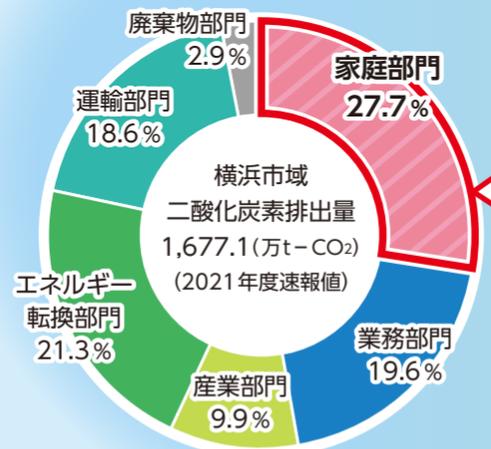
地球にやさしい行動って なんだろう？

せやまと一緒に考えよう！

世界中で発生している異常気象や生態系破壊などの環境問題。その原因の1つが地球温暖化であるといわれています。環境問題は、GREEN×EXPO 2027の開催テーマの1つにもなっています。せやまと一緒に環境問題について学んで、地球にやさしい行動を今日から始めてみませんか。

家庭でのCO₂が
減らすことが大

2021年度の市内の温室効果ガス排出量



横浜市温室効果ガス排出状況
(2023年発行)より

地球はいまピンチです！

二酸化炭素(CO₂)等の「温室効果ガス」が増えて、地球の平均気温が高くなっています。この「地球温暖化」を原因として、過去にない被害が日本や世界で起きています。

どうすれば
地球温暖化を
防げるの？



熱中症の危険



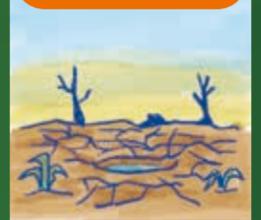
豪雨・台風



生態系への影響



農作物の被害



Q

横浜市の1年間の平均気温は、この100年間で約14℃から約16℃に上昇しました。このまま何も対策をしないでいると、50年後、平均気温は今より何度上昇するのでしょうか。

A

4℃上昇！

このままでは35℃以上の猛暑日が、
現在より40日多くなるといわれています。

「地球にやさしい」イベント 参加者募集

参加費
無料

不用品を生まれ変わらせよう！ 小学生のエコワークショップ

おうちで使わなくなったものを持ち寄って、「夏に涼しく過ごすためのアイテム」を自由なアイデアで作ってみませんか。物を捨てないこと、物を長く使うことがCO₂を減らすことにつながります。

日時 8月3日(土)10時～12時10分

場所 区役所5階会議室

対象 区内在住の小学4～6年生
20人程度(抽選)
※1世帯あたり2人まで申込可

応募方法 7月5日まで(必着)
EメールかFAXかはがきで、
①住所
②参加者全員と保護者の氏名(ふりがな)
③保護者の電話番号とEメールアドレス
④保護者付き添いの有無
を下記問合せ先へ
※横浜市電子申請・届出システム
(右の二次元コード)からも
申込可



みんなで
一緒にやっ
てみよう！

生ごみからつくった堆肥で 瀬谷本郷公園の花壇にきれいな花を咲かせよう！

家庭から出る生ごみは燃やすごみの約30%を占めます。そんな生ごみを、コンポストを使って、瀬谷本郷公園の花壇で使う堆肥に生まれ変わらせてみませんか。

コンポストとは？

微生物の働きを活用して、
生ごみなどを発酵・分解させて
堆肥をつくる容器です。

持ち運びやすく
場所を取らない
バッグ型のを
使用



- スケジュール
- 1 初めての堆肥化講座 8月1日(木)14時から
 - 2 フォロー講座(1回目) 9月13日(金)14時から
 - 3 フォロー講座(2回目) 10月15日(火)14時から
 - 4 瀬谷本郷公園での花壇づくり 11月中(当選者のみに別途通知)
※講座・花壇づくりの参加は任意です。

対象 区内の20世帯(抽選)

※昨年度の「生ごみ堆肥化プロジェクト」に参加いただいた人は対象外です。

応募方法 7月12日まで(必着) EメールかFAXかはがきで、
①住所 ②代表者氏名(ふりがな)
③電話番号 ④Eメールアドレスを下記問合せ先へ
※横浜市電子申請・届出システム(右の二次元コード)からも申込可



切です!



せやまと一緒に、CO₂を減らす行動に取り組んでみよう!

横浜市で排出されたCO₂のうち、
うちから出たCO₂が約3割
がたくさん発生するのはこんなとき
生活の中で電気を使うとき
家庭から出たごみを燃やすとき



私たちの生活から
変えていくことが
大切なんだね!

これ以外のCO₂を
減らす行動はこちらで
紹介するよ!



電気の使用量を
減らすためにできること

部屋を出るときは
電気を消そう

冷蔵庫の扉を開ける
時間・回数を
減らそう

家庭から出るごみを
減らすためにできること

ごはんは
残さず
食べよう

マイボトルや
マイバッグを
使おう

みんなで目指そう脱炭素! 横浜市は、2050年までに温室効果ガスの排出量を
実質ゼロにすることを目指しています。

「せやまるの地球にやさしい1日」展

せやまるファミリーがCO₂を減らす行動に取り組んでいる様子を、6月中旬から
瀬谷駅南北自由通路と瀬谷区役所にて開催するパネル展でご紹介します。
詳細は瀬谷区ウェブページ(右の二次元コード)をチェック!



熱中症に 気を付けましょう

地球温暖化などの影響で、熱中症のリスクが
高まっています。熱中症にならないように予防して、
暑い季節を健康に過ごしましょう。

● 問合せ 瀬谷消防署 ☎・FAX 362-0119

「熱中症警戒アラート」を活用しましょう!

熱中症のリスクが高い日に発令されます。
アラート発令時は、熱中症にならないよう
対策をしましょう。熱中症警戒アラートは、
環境省ウェブページなどで
確認できます。

大人よりも熱中症になりやすい

子どもはさらに注意が必要

- 地面の照り返しの影響を受けやすい
- 大人に比べ体温調節機能が未発達
- 物事に夢中になって、自分の体調変化に気づきにくい

こんな症状があったら要注意!

- 意識がない
- けいれん
- 体温が高い
- 普段と様子が違う
- 反応がおかしい

このような場合は
救急車(☎119)を
呼びましょう!



環境省
熱中症予防
情報サイト



熱中症にならないためには

こまめに水を飲む

コップ1杯程度を
1日6~7回飲む
のどが渇く前に飲む
塩分補給も忘れずに



暑さを避ける

- 屋外では日陰や日傘・帽子を活用
- 屋内では扇風機やエアコンを使用
- 涼しい服装を選ぶ



体調を整える

- バランスのよい食事や
しっかりとした睡眠をとる
- 体調が悪いときは無理せず
自宅で休む



瀬谷区内のクールシェアスポット

一時的に暑さをしのぐ場として利用可能な施設「クールシェアスポット」を
6月1日から、横浜市ウェブページでご紹介しています。 [横浜市 クールシェアスポット](#) 検索

施設からのお知らせ

各施設のWEBは、施設名 検索

- 原則として今月11日以降の記事を掲載。
- 費がない場合は、無料。費用の詳細は各施設へ確認を。
- 所がない場合は、掲載施設で実施。
- 申がない場合は、当日参加可能。
- 掲載されているイベント等は中止・延期・実施内容の変更をすることがあります。事前に各問合せ先やウェブページなどでご確認ください。

瀬谷センター
〒246-0031 瀬谷三丁目18-1
TEL 303-4400 FAX 303-4464
第3月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

- 瀬谷地区センター・ワンパク講座**
- ▶ **すきっぷす♪のおはなし会 大型絵本を楽しもう!**
日 6月19日(水) 10時30分～11時 画
対 乳幼児と保護者 14組 画
 - ▶ **リフティング教室 ～1人でも親子でも参加OK! リフティングの基礎を学びましょう!～**
日 6月23日(日) 10時～11時 画 対 小・中学生 15人 画 ※保護者参加可
持フットサルシューズまたは室内用運動靴、室内用ボールまたはきれいに拭いたボール、タオル、飲み物
 - ▶ **ペーパークラフト～本物そっくりの自動販売機を作ろう!～**
日 7月27日(土) 9時30分～11時30分 画
対 小学生と保護者 10組 画
申 6月15日まで WEB

以下のものは 申 6月20日(着)まで WEB から、または 往に 必要事項 を記載して 画か 画

- ▶ **～癒しの香り～ 精油で作る香水**
日 7月12日(金) 10時～11時30分 画
対 成人 12人 画 費 900円
- ▶ **和布クラフト ちりめん細工の花飾り**
日 7月26日、8月9・23日、9月6日の金曜日 全4回 9時30分～11時30分 画
対 成人 16人 画 費 1,800円

- 和楽荘講座 (60歳以上の市内在住者)**
※老人福祉センター利用証を持参
- ▶ **お楽しみ和楽 ～落語・演芸～**
日 6月13日(木) 13時～14時 画
対 20人 画
 - ▶ **中学校の将棋部と対局しましょう!**
日 6月18日(火) 14時～16時30分 画
対 10人 画
 - ▶ **お楽しみ和楽 ～楽しいポッチャ～**
日 6月20日(木) 10時～11時30分 画
対 20人 画
 - ▶ **お楽しみ和楽 ～映画～**
日 7月4日(木) 13時～15時 画
対 20人 画

以下のものは 申 6月20日(着)まで WEB から、または 往に 必要事項 と年齢を記載して 画か 画

- ▶ **はじめての手話**
日 7月5日、8月2日、9月6日、10月4日の金曜日 全4回 13時～14時30分 画 対 20人 画 費 400円
- ▶ **パソコン・スマホお悩み相談**
日 7月17日(水) ①13時～14時 ②14時15分～15時15分 ③15時30分～16時30分 画 対 ①～③各3人 画
持 ノートパソコン、スマートフォン
講 パソコンふれあい館・せや
※申込時に希望時間(①～③)を記載

阿久和地区センター
〒246-0026 阿久和南二丁目9-2
TEL 365-9072 FAX 365-9112
第4月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

- ▶ **阿久和カローリング交流会 ～カローリングを楽しもう!!～**
日 6月15日(土) 13時～14時30分 画
※12時45分から受付 画 30人 画
対 室内用運動靴、タオル、飲み物

以下のものは 申 各申込締切日(着)まで WEB から、または 往に 必要事項 を記載して 画か 画

- ▶ **包丁研ぎ講座 ～簡単な一品で驚きの切れ味を体感～**
日 7月9・16日の火曜日 全2回 14時～16時 画 成人 8人 画
費 1,000円 申 6月25日まで
- ▶ **科学教室「声が変わる!? ボイスチェンジャーを作ろう!」**
日 7月27日(土) 10時～13時 画 小学3～6年生 16人 画 申 7月10日まで
- ▶ **夏休み子ども陶芸教室 ～自分だけのえんぴつ立て～**
日 8月3日(土) 10時～12時 画
対 小・中学生 12人 画 費 500円
申 7月10日まで

中屋敷地区センター
〒246-0004 中屋敷二丁目18-6
TEL 304-3100 FAX 304-3110
第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

以下のものは 申 各申込締切日まで 画か 画

- ▶ **子育てママ・パパのお仕事相談会 ～マザーズハローワーク出張講座～**
日 6月17日(月) 10時～12時 ※1人30分 画 子育て中の人 3組 画
※子どもと一緒に参加可。遊ばせながら相談できます。 申 6月16日まで
- ▶ **初夏のアフタヌーンティーを楽しもう～「keiminのおうちカフェ 木いちご」が1日限定open～**
日 6月22日(土) 10時～15時 画
対 4種類のミニスイーツ&ドリンク 費 1,300円 申 6月17日まで
- ▶ **はじめてのいっぽ☆子育て広場～アートのひろば～**
日 6月24日(月) 10時30分～11時30分 画 対 未就園児と保護者
申 6月23日まで
- ▶ **シニア楽校 野菜と果物で元気～「フランス家庭料理」で夏バテ予防～(みんなでランチ)**
日 6月26日(水) 9時30分～12時30分 画
対 シニア 16人 画 画 ラタトゥイユ、ミニキッシュ、ふんわりレアチーズ 費 700円 申 6月21日まで

- ▶ **音楽バル4202**
オープンにむけてメンバー募集
タリーズコーヒーによる本格的ドリップコーヒーの淹れ方を学ぶ
7月13日開催の「音楽バル4202」でコーヒーを提供していただきます。
※詳細は中屋敷地区センターへ。
日 6月29日(土) 15時30分～17時 画
対 成人 10人 画 費 1,000円(コー

- ヒー豆、お菓子、タリーズコーヒーのミニバッグのお土産付き)
申 6月24日まで 画か 画
- ▶ **音楽バル4202 OPEN ～音楽をたのしむ大人のバル・香り高いハンドドリップ珈琲とともに～**
日 7月13日(土) 16時～18時 画
対 成人 費 300円 ※飲み物(コーヒー、紅茶、ノンアルコールドリンク、ジュースなど)とお菓子付き
講 Aco-Soul(ギター:東恵、ヴォーカル:伊藤優子)
申 7月10日まで 画か 画

▶みんな集まれ!夏体験

- ① **【休日編】はじめてのいっぽ☆あそびのくに ～家族みんなで一緒に遊んじゃおう(お土産付き)～**
日 6月23日(日) 10時～11時30分 画
対 未就学児と保護者 ※家族参加可 費 1組100円
申 6月22日まで 画か 画
- ② **光るスライム&のび～る泡スライム作り科学体験**
日 7月14日(日) 10時～11時30分 画
対 小学生 24人 画 費 500円
申 7月9日まで 画か 画

長屋門公園
〒246-0023 阿久和東一丁目17
TEL・FAX 364-7072
第2・第4水曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

- ▶ **七夕飾り**
園内に設置した笹に、願いを込めた短冊を飾りましょう。
日 6月29日(土)～7月7日(日) 9時～17時 画
- ▶ **七夕コンサート**
日 ①7月6日(土) ②7月7日(日) いずれも18時30分ごろ～19時ごろ 画
※小雨決行・荒天中止
講 ①オカピトリオ(スチールパン:Okapi(岡真樹子)、ピアノ:森悠也、パーカッション:岡部量平) ②Tuk-Pak(マリンバ:三宅まどか、山口真由子、パーカッション:熊本比呂志)
- ▶ **おもちゃの病院**
日 7月13日(土) 10時から ※見学可
※おもちゃの持参日は申込時に調整
※引渡日は7月14日以降を予定
対 おもちゃ15点分(1人3点まで) 画
費 100円程度(実費)
申 6月11日から 画か 画

瀬谷図書館
〒246-0015 本郷三丁目22-1
TEL 301-7911 FAX 302-3655
第6月17日(月)、7月2日(火)～4日(木)

- ▶ **休日おはなし会(7月)**
日 7月7日(日) 11時～11時30分 画
対 幼児～小学生 10人 画 ※保護者同伴可 講 TEAMドルフィン
申 6月21日9時30分から 画か 画
- ▶ **ひよこのおはなし会(7月)**
日 7月11日(木)・24日(水) 11時～11時30分 画 対 0歳～3歳の子と保護者各日10組 画 画 わらべうたと絵本の読み聞かせ 申 6月26日9時30分から 画か 画

瀬谷さくら小学校コミュニティ・スクール
〒246-0035 下瀬谷三丁目58-1
TEL・FAX 304-1755 火・金曜日

- ▶ **おはなしさくらんぼ ～おはなし会～**
日 6月19日(水) 15時～15時30分 画
対 20人 画 ※小学3年生以下は保護者同伴 画 テーマ:おともだち
- ▶ **学び場 ～明日を生きるチカラをつけよう!～**
校庭とコミスクを会場に、自分や大切な人たちの体や心を守るための知識を身に付けます。
日 6月29日(土) 10時～16時 画
対 150人 画 ※未就学児以下は保護者同伴 画 上履き
- ▶ **夏休み子ども絵画教室**
①夏休みの絵を描こう ②ペインティングナイフを使ってキャンパスボードに絵を描こう
日 7月31日(水) 10時30分～12時 画
対 小学生以上 ①・②各10人 画 ※小学3年生以下は保護者同伴 費 ②のみ500円 申 6月20日(着)まで WEB から、または 往に 必要事項 と希望教室(①・②)を記載して 画か 画

南瀬谷小学校コミュニティ・スクール
〒246-0034 南瀬谷一丁目1-1
TEL・FAX 303-8415 火・金曜日

- ▶ **ハワイアンキルトのポーチづくりに挑戦!**
夏向きのさわやかな図柄のポーチを作ります。
日 7月1日(月)・4日(木)・11日(木) 全3回 13時30分～16時 画 成人 8人 画
費 1,400円 画 チャコペンシル(シャープペンでも可)、縫い針(1本)、まち針(10本)、仕付け糸、はさみ、定規(線引き) 画 小笠原登代子
申 6月12日～26日まで 色(ピンクかブルー)を選択して 画か 画

東野中学校コミュニティ・スクール
〒246-0012 東野130
TEL・FAX 304-4301 火・金曜日

- ▶ **七夕のおはなし&ミュージックベルの演奏会**
日 7月7日(日) 10時～12時 画 画 七夕のおはなし:10時から、ミュージックベルの演奏:10時30分から、ステンシル体験(1個50円から):11時から
- ▶ **クラフトで恐竜&コマを作ろう!**
日 7月28日(日) 10時～12時 画
対 小学生以上 10人 画 費 200円
申 6月20日(着)まで 往に 必要事項 と 画 アドレスを記載して 画か 画か 画 ※ 画 の場合、返信用はがき代63円を持参

原中学校コミュニティ・スクール
〒246-0025 阿久和西二丁目1-6
TEL・FAX 391-1166 火・金曜日

- ▶ **はらっぽのおはなし会**
日 6月15日(土) 11時～11時30分 画

マークの説明 電話 ファクス Eメール WEB ページ 休館日 日時・期間 場所 対象・定員 先着 抽選 内容 費用 持ち物 講師または出演者 保育 申込み 問合せ 当日直接 事前に直接 往復はがき はがき 返信用はがき持参 郵送 (着)必着 (消)消印有効 要事項 行名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきは返信面を明記 電子申請 横浜市電子申請・届出システム 園芸博 国際園芸博覧会関連イベント



10人 幼児は保護者同伴 「かわにくまがおっこちた(作:リチャード・T・モリス、絵:レウィン・ファム、訳:木坂涼)」などの読み聞かせ、紙芝居、手遊び、パネルシアター等

パソコン・スマホの困った! 原中コミスク無料相談会

6月22日(土) 13時~14時 14時15分~15時15分 15時30分~16時30分 成人 1~3各3人 ノートパソコン、スマートフォン パソコンふれあい館・せや 6月12日から 前

英検対策 夏期講習・英検模試 7月22日(月)・25日(木)・29日(月)、8月1日(木)9時30分~11時 小学生~大学生 各日12人 初回優先 1英検初めて~3級 2それ以上のクラス分け指導、英検作文・面接対策、模擬テスト 6月26日(着)まで WEB から、または 希望日(複数可)とクラス(1・2)、学年を記載して

瀬谷中央公園こどもログハウス

〒246-0015 本郷二丁目28-4 瀬谷中央公園内 304-4169 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日) ※未就学児は保護者同伴でご参加ください。

まるたのしろっこらぶ 6月11日(火)9時30分~12時30分 まるたのしろのおはなし会 6月12日、7月10日の水曜日 10時30分~10時50分 間伐材で一輪挿しを作ろう 6月19日(水)14時~16時 小学生以上 25人

下瀬谷地域ケアプラザ

〒246-0035 下瀬谷二丁目44-6 304-1291 304-1259 shimoseya-seikatsu@shafuku-doujinkai.or.jp 第1月曜日

以下のものは 各申込締切日まで 前

ながらボランティア ~レコードをききながらちょこっとボランティア~ 6月27日(木)10時~11時30分 ※毎月第4木曜日 20人程度 前日12時まで

グリーンボランティア募集

定例会:6月28日(金)10時~11時30分 ※毎月第4金曜日 ガーデニング活動:週1回程度 ※要問合せ 各日12人 前日12時まで

地域支え愛・ 男の防災まちづくり会議

7月3日(水)18時30分~20時 12人 前日17時まで

スマホサロンボランティア募集

毎月開催 ※要問合せ 高校生以上のスマートフォンの一般的な操作が可能な シニア向けスマホサロンでの参加者からの質問対応 ※体験あり 随時

瀬谷スポーツセンター

〒246-0032 南台二丁目4-65 302-3301 301-9442 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

以下のものは 祝日以外の日程で開催 スポーツウェア、飲み物、タオル(共通) 610円

マタニティヨガ(第2火曜)

6月11日(火)10時~10時50分 妊娠16週~36週の人 15人 ※ヨガマット(大きめのバスタオル)持参 前

らくらくヨーガタイム(火曜)

毎週火曜日 9時~9時50分 ※8時45分から受付 16歳以上 各日35人 ※ヨガマット持参

nightヨーガ(水曜)

毎週水曜日 19時~19時50分 ※18時45分から受付 16歳以上 各日30人 ※ヨガマット持参

地域子育て支援拠点にこてらす

〒246-0021 ニツ橋町469 せやまる・ふれあい館内 391-8316 391-8447 日・月曜日(祝日に重なる場合は翌日も)、祝日

子育てサポートシステム 入会説明会

6月25日、7月9日の火曜日 13時~14時 子どもを預けたい人(生後57日~小学生の保護者)、子どもを預かりたい人(20歳以上で子育てに理解

と熱意がある人) 744-7207

プレママ&プレパパきてみて体験!

7月13日(土) 7月27日(土) いずれも10時~12時 これから赤ちゃんを迎える家族 1・2各日4組 助産師 1小沼夕佳 2森内幸美 6月15日から WEB

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1 こども自然公園内 811-8444 812-5778

ファミリーキャンプパック 夏

8月13日(火)13時~14日(水)11時 ※1泊2日、小雨決行・荒天中止 6人以内の家族 6組 1泊2食付きの宿泊体験セット 中学生以上 3,700円、小学生3,200円、4歳~未就学児2,700円、3歳以下500円 当選者に別途連絡 7月1日(消)まで WEB から、または 希望日(複数可)と参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・アドレスを記載して

瀬谷区社会福祉協議会

〒246-0021 ニツ橋町469 せやまる・ふれあい館内 361-2117 361-2328 日曜日・祝日

登校支援ボランティア (ガイドボランティア)募集

お気軽にお問い合わせください。 登校時に付き添いが必要な子どもたちの支援(朝20分程度)、横浜市のガイドボランティア事業として活動1回につき奨励金支給あり。 ※事前に登録が必要

善意銀行への寄付

3月1日~31日受付分・敬称略

- 瀬谷区民踊協会
相沢ふれあい食事会
(株)佐野銘材
山名 昭

以上の皆さん、ありがとうございました。

いきいき 区民活動支援事業

区民の皆さんが提案する創意工夫あふれる企画について、区役所が活動の支援をしています。

七夕灯籠祭り 三ツ境駅から長屋門公園までの「長屋門プロムナード」に、900基の手作り灯籠を並べる幻想的な灯りの祭典です。阿久和向原第二公園でも大

7月6日(土)、7月7日(日)18時30分~21時 ※小雨決行・荒天中止 ※7月6日(土)18時ごろからオープニングセレモニーを開催。

所長屋門公園 7月6日(土)10時~13時に、誰もが楽しめるイベント「さとまつり」を福祉 団体・施設とともに開催します。灯籠祭りと合わせて、お楽しみください。 七

第53回瀬谷区文化祭 出演者募集 10月26日(土)12時~16時、10月27日(日)10時~16時

所瀬谷公会堂 区内在住・在勤・在学者及び区内に活動拠点のある人

【種目】 舞踏、フラダンス、合唱、カラオケ、洋楽演奏、弾き語り、洋楽 独唱、詩吟、その他舞台で発表できるもの ※1プログラム5分以内

参加費1人999円 7月10日(着)まで で、代表者氏名と種目、題目、出演者名または 団体名、人数、出演希望日を瀬谷区文化協会 廣瀬(〒246-0038 宮 沢二丁目4-8)へ ※出演日時の指定不可 瀬谷区文化協会 廣瀬 090-2462-7651

マークの説明 電話 ファクス WEB ウェブページ 日時・期間 場所 対象 費用 持ち物 問合せ 当日直接

令和6年能登半島地震

被災地支援に携わった職員からのメッセージ

最終回 若松 職員(瀬谷区福祉保健課) ※部署名は派遣当時のものです。



保健師としての訪問活動

2月27日から3月2日までの5日間、保健師として、石川県珠洲市に派遣されました。現地では、避難所などを訪問し、被災者の皆さんに「眠れていますか?」「食事はとれていますか?」などと声をかけて健康状態を確認したり、病歴や薬の服用歴などをお伺いして、必要に応じて医療機関につなげたりしました。

避難所で見えてきた健康面・衛生面の課題

被災者の中には、避難するときに入れ歯を持ってこることができず、固いものが噛めないことで食べられるものが制限されてしまった人がいました。また、断水が続いていたため、歯磨きや入れ歯のケアが十分にできず、「お口の健康」面が悪化した人もいました。災害時は、お口のケアは後回しにしがちですが、「お口の健康」は「体の健康」にも影

響を及ぼします。災害に備え、非常持出品の中には、水がなくても使える歯みがきセットや入れ歯用品を備えておくとういと感じました。

また、避難の際には、ご自身の病歴をまとめたメモや、お薬手帳を持参いただくと、医療機関におつなぎしたり、お薬を手配したりしやすくなります。

備蓄品を実際を使ってみることも大切です。例えば、トイレパックを備えている人でも、実際に使ったことがある人は少ないのではないのでしょうか。今回、被災地支援に赴いた私たちも初めてトイレパックを使用したのですが、手順にとまどってしまい、最初は苦労しました。災害が発生したときに慌てないよう、備蓄品は用意しておくだけでなく、一度、使用してみることをおすすめします*。
*使用したトイレパックは燃やすごみとして捨てられます。



避難所の巡回の様子

●問合せ【防災について】区役所危機管理・地域防災担当 367-5611 366-9657
【記事について】区役所広報相談係 367-5635 365-1170

区民のひろば

※区民の皆さんの自主的な活動、イベントなどを掲載。詳しくは各主催者へお問い合わせください。
※掲載希望の人は、区役所広報相談係(3階36番窓口 367-5635 365-1170)へ。

●彩雅会 水彩画展会

水彩画好きな仲間による作品展です。
6月25日(火)~7月1日(月)10時~17時 ※初日は12時~17時、最終日は10時~15時 所 あじさいプラザ ギャラリーI 三橋 090-5408-0399 ※8時~17時

●せやしニア カラオケ大会

7月1日(月)10時~15時 所 瀬谷公会堂 瀬谷区シニアクラブ連合会 松清 303-2845 ※10時~16時

●万葉集講座 参加者募集

万葉集全体をさまざまな切り口で学びます。
毎月第4水曜日 9時30分~11時30分 所 瀬谷地区センター 60歳以上 会費(半年分) 5,000円程度 小滝 391-7150

●バンデリージャ横浜キッズパーク

障害児を対象に、ボール遊びを中心としたスクールを開催しています。
毎月1回(日曜日) 11時30分~12時30分 所 バンデリージャ横浜スポーツパーク(阿久和南三丁目26-6) 対 集団生活が苦手な小学生以下のお子さん(ご家族での参加可) 費 入場料1,000円(1家族) 工藤 090-5829-8552



民踊

●区民踊協会主催 区民盆おどり講習会

6月11日(火)19時~20時 所 瀬谷さくら小学校 体育館 上履き 同協会 竹川 303-3201

ズーラシア だより vol.44

6月11日~7月10日までの休園日 毎週火曜日 ※開園情報・イベント等の詳細は、ズーラシア WEB でご確認ください。

チーター

アフリカの北部・東部・南部及び中近東の一部に生息するネコ科の動物です。陸上最速の動物で、時速100kmを超えるスピードで猛ダッシュして獲物を捕らえます。体の各部は速く走ることに特化し、小さな頭や細長い脚と体、ふわふわの尾、常に出ている爪等が特徴です。人間の活動による生息地の減少や密猟、違法取引などにより、野生では約6,500頭まで減少しています。自分より大きな草食動物を襲わないというチーターの習性から、ズーラシアでは、キリンやエランド、グラントシマウマとチーターが同じ空間で過ごす4種混合展示を行っています。また、個別展示場ではチーターを近くで観察することができます。陸上最速の動物チーターをぜひ見に来てください。



陸上最速で走る動物です

●問合せ よこはま動物園ズーラシア 959-1000



“瀬谷の魅力” SNSで発信しています!

X(旧Twitter)



Instagram



区の人口 121,270人 世帯数 54,274世帯 (2024年5月1日現在推計)

瀬谷区 WEB でも紙面をご覧ください。 広報よこはま 瀬谷 検索

(編集・発行) 瀬谷区役所広報相談係 367-5635 365-1170

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

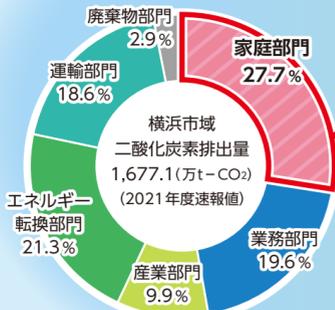
地球にやさしい行動ってなんだろう？

せやまと一緒に考えよう！

世界中で発生している異常気象や生態系破壊などの環境問題。その原因の1つが地球温暖化であるといわれています。環境問題は、GREEN×EXPO 2027の開催テーマの1つにもなっています。せやまと一緒に環境問題について学んで、地球にやさしい行動を今日から始めてみませんか。

家庭でのCO₂を減らすことが大切です！

2021年度の市内の温室効果ガス排出量



横浜市温室効果ガス排出状況 (2023年発行)より

横浜市内で排出されたCO₂のうち、**おうちから出たCO₂が約3割**
CO₂がたくさん発生するのはこんなとき
●生活の中で電気を使うとき
●家庭から出たごみを燃やすとき



私たちの生活から変えていくことが大切なんだね！

これ以外のCO₂を減らす行動はこちらで紹介するよ！

せやまと一緒に、CO₂を減らす行動に取り組んでみよう！

電気の使用量を減らすためにできること

部屋を出るときは電気を消そう

OFF

冷蔵庫の扉を開ける時間・回数を減らそう

ごはんを残さず食べよう

マイボトルやマイバッグを使おう

みんなで目指そう脱炭素！

横浜市は、2050年までに温室効果ガスの排出量を実質ゼロにすることを目標としています。

「せやまと一緒に地球にやさしい1日」展

せやまと一緒にCO₂を減らす行動に取り組んでいる様子を、6月中旬から瀬谷駅南北自由通路と瀬谷区役所にて開催するパネル展でご紹介します。詳細は瀬谷区ウェブサイト(右の二次元コード)をチェック！



地球はいまピンチです！

二酸化炭素(CO₂)等の「温室効果ガス」が増えて、地球の平均気温が高くなっています。この「地球温暖化」を原因として、過去にない被害が日本や世界で起きています。

熱中症の危険 豪雨・台風 生態系への影響 農作物の被害

Q 横浜市の1年間の平均気温は、この100年間で約14℃から約16℃に上昇しました。このまま何も対策をしないだと、50年後、平均気温は今より何度上昇するでしょうか。

A **4℃上昇!** このままでは35℃以上の猛暑日が、現在より40日多くなるといわれています。

どうすれば地球温暖化を防げるの？



「地球にやさしい」イベント参加者募集

参加費 無料

不用品を生まれ変わらせよう！ 小学生のエコワークショップ

おうちで使わなくなったものを持ち寄り、「夏に涼しく過ごすためのアイテム」を自由なアイデアで作ってみませんか。物を捨てないこと、物を長く使うことがCO₂を減らすことにつながります。

- 日時 8月3日(土)10時～12時10分
- 場所 区役所5階会議室
- 対象 区内在住の小学4～6年生 20人程度(抽選) ※1世帯あたり2人まで申込可

みんなで一緒にやってみよう！



応募方法

- 7月5日まで(必着) EメールかFAXかはがきで、①住所 ②参加者全員と保護者の氏名(ふりがな) ③保護者の電話番号とEメールアドレス ④保護者付き添いの有無を下記問合せ先へ
- ※横浜市電子申請・届出システム(右の二次元コード)からも申込可



生ごみからつくった堆肥で瀬谷本郷公園の花壇にきれいな花を咲かせよう！

家庭から出る生ごみは燃やすごみの約30%を占めます。そんな生ごみを、コンポストを使って、瀬谷本郷公園の花壇で使う堆肥に生まれ変わらせてみませんか。

コンポストとは？
微生物の働きを活用して、生ごみなどを発酵・分解させて堆肥をつくる容器です。

持ち運びしやすい場所を取らないバッグ型のものを使用



- 1 初めての堆肥化講座 8月1日(木)14時から
- 2 フォロー講座(1回目) 9月13日(金)14時から
- 3 フォロー講座(2回目) 10月15日(火)14時から
- 4 瀬谷本郷公園での花壇づくり 11月中(当選者のみに別途通知)

※講座・花壇づくりの参加は任意です。
対象 区内の20世帯(抽選) ※昨年度の「生ごみ堆肥化プロジェクト」に参加いただいた人は対象外です。

- 応募方法 7月12日まで(必着) EメールかFAXかはがきで、①住所 ②代表者氏名(ふりがな) ③電話番号 ④Eメールアドレスを下記問合せ先へ
- ※横浜市電子申請・届出システム(右の二次元コード)からも申込可



熱中症に気を付けましょう

「熱中症警戒アラート」を活用しましょう！

熱中症のリスクが高い日に発令されます。アラート発令時は、熱中症にならないよう対策をしましょう。熱中症警戒アラートは、環境省ウェブサイトなどで確認できます。

環境省熱中症予防情報サイト



大人よりも熱中症になりやすい

子どもはさらに注意が必要

- 地面の照り返しの影響を受けやすい
- 大人に比べ体温調節機能が未発達
- 物事に夢中になって、自分の体調変化に気が付きにくい

熱中症にならないためには

こまめに水を飲む

- コップ1杯程度を1日6～7回飲む
- のどが渇く前に飲む
- 塩分補給も忘れずに



暑さを避ける

- 屋外では日陰や日傘・帽子を活用
- 屋内では扇風機やエアコンを使用
- 涼しい服装を選ぶ



体調を整える

- バランスのよい食事やしっかりとした睡眠をとる
- 体調が悪いときは無理せず自宅で休む



地球温暖化などの影響で、熱中症のリスクが高まっています。熱中症にならないように予防して、暑い季節を健康に過ごしましょう。

●問合せ 瀬谷消防署 ☎・☎362-0119

こんな症状があったら要注意！

- 意識がない
- 体温が高い
- 反応がおかしい
- けいれん
- 普段と様子が違う

このような場合は救急車(☎119)を呼びましょう！



お気軽にご利用ください



瀬谷区内のクールシェアスポット

一時的に暑さをしのぐ場として利用可能な施設「クールシェアスポット」を6月1日から、横浜市ウェブサイトでご紹介しています。横浜市 クールシェアスポット 検索