



SEYA

せや

No.322

8

月号



瀬谷区
では

10月からプラスチックごみの 出し方が変わります



プラスチック資源？
燃やすごみ？
正しい分別を学ぼう！

ラベルの跡が
残った容器



プラスチックの
おもちゃ



プラスチックの
ハンガー



詳しくは8・9ページの特集へ▶

10月20日 旧瀬谷西高校で開催！

瀬谷フェスティバル

に出演しよう！

瀬谷フェスティバルのステージに出演するグループを募集します。

出演日時 10月20日(日) 10時～15時(予定) ※荒天中止

会場 旧瀬谷西高校(中屋敷二丁目2-5)

対象・定員 メンバーの過半数が区内在住・在勤・在学で、
区内を拠点に活動するグループ 15組程度 **多数抽選**
※個人の参加は不可

出演内容 8分程度の舞台発表(音楽、ダンス、パフォーマンス等)

申込み 8月30日(必着)まで 申込書に必要事項を記入し、
郵送かEメールか事前に直接問合せ先へ
※募集要項・申込書は8月1日(木)から、問合せ先または
区内公共施設等で配布。瀬谷区 [WEB](#) からダウンロード可。詳細は瀬谷区 [WEB](#) へ

※瀬谷フェスティバルの詳細は、10月号でお知らせします。

区役所区民協働推進係「瀬谷フェスティバルステージ」担当
(3階35番窓口) ☎ 045-367-5694 ☎ 045-367-4423
✉ se-chishin@city.yokohama.jp

第5回

たねダンゴ®で 公園に花畑を つくろう！



「GREEN×EXPO 2027」開催まで1000日を切りました。「たねダンゴ」をつくって公園の花壇に植え、開催を盛り上げていきましょう。

日時 10月5日(土) 9時30分～12時までの間の1時間程度
※完全入替制(3回実施予定) ※荒天中止(順延なし)

会場 瀬谷本郷公園

定員 120人 **多数抽選** ※小学生以下は、保護者同伴

応募期間 8月5日～9月2日(必着)まで

応募方法 横浜市電子申請・届出システム(二次元コード)
から、または、はがきかFAXかEメールで
①行事名 ②〒住所 ③氏名(ふりがな)
④電話番号 ⑤参加人数 を問合せ先へ



※集合時間等の詳細は、9月13日(金)までに当選者にお知らせします。

※詳細は瀬谷区 [WEB](#) へ

【協力】横浜国際園芸博覧会瀬谷区推進協議会

区役所企画調整係 ☎ 045-367-5632

☎ 045-365-1170 ✉ se-kikaku@city.yokohama.jp



瀬谷区役所

〒246-0021 ニツ橋町190

☎ 045-367-5656 (代表電話)

☎ 045-365-1170

[WEB](#)

瀬谷区役所

検索

8月の土曜日開庁 10日・24日 時間：9時～12時

戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部の業務を行っています。詳細はお問い合わせください。

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。

瀬谷の魅力について意見をお聞かせください
瀬谷まち歩きリーフレット検討会 メンバー募集

「GREEN×EXPO 2027」に向けて、瀬谷の魅力をまとめた「瀬谷まち歩きリーフレット」を作成します。この発行にあたり、リーフレットの内容を考える検討会のメンバーを募集します。

花や食、見どころなど、「瀬谷の魅力」についてのご意見をぜひお聞かせください。

📅 第1回検討会 9月26日(木) 18時～20時 ※検討会は、数回開催予定(2回目以降の日程はメンバーで相談の上、決定)。

📍 区役所4階会議室

👤 区内在住・在勤・在学の18歳以上 10人程度 〇

📄 8月15日(消)まで 〇電子申請(二次元コード)、または 〇か〇で、
〇必要事項と年齢、〇アドレス、申込理由を問合せ先へ

※詳細は瀬谷区 WEB へ

📞 区役所区民協働推進係 ☎045-367-5694
☎045-367-4423 ✉se-kyoudou@city.yokohama.jp

瀬谷産の旬の野菜が集結！
せやまる市場開催

9月の旬の果物は
浜なしだよ！

瀬谷区役所で第3回「せやまる市場」を開催！瀬谷産の野菜などの直売や、地元の食材を使ったお弁当販売を行います。皆様のご来場をお待ちしています。

📅 9月6日(金) 10時～14時 ※荒天中止
※次回は2025年3月に開催予定

📍 区役所1階入口付近 〇 ※詳細は瀬谷区 WEB へ

📞 区役所企画調整係 ☎045-367-5632 ☎045-365-1170

薬剤師が解説！
薬草探索健康ウォーキング横浜

約5kmのコースを歩きながら、身近にある薬草について、薬剤師ならではの視点で解説します。

📅 9月29日(日) 9時30分～12時30分 ※雨天中止・小雨決行

📍 三ツ境駅ペDESTリアンデッキ(集合)～追分市民の森周辺の散策～楽老南公園(解散)

👤 市内在住・在勤・在学者 60人 〇

💰 500円(保険料・資料代) 〇参加者へ個別に連絡

📞 横浜市薬剤師会薬剤師

📅 9月8日まで 横浜市薬剤師会 WEB(二次元コード)から

【主催】横浜市薬剤師会 【共催】横浜市健康福祉局

📞 横浜市薬剤師会事務局 ☎045-761-7840 ☎045-754-3000

横浜みどりアップ計画
都岡地区恵みの里

農家指導のもと、稲刈りと脱穀を体験します。1組につき玄米5kg程度をプレゼントします。

●稲刈り・脱穀体験教室(全2回)

📅 稲刈り: 9月28日(土) 9時30分から
脱穀: 10月12日(土) 13時30分から
※雨天時、日程変更(参加者へ個別にご連絡します)

📍 旭区矢指町の田んぼ(下川井ICそば) ※車での来場可

👤 20組 〇

💰 1組7,000円

📅 8月1日～9月10日まで 二次元コードから

※抽選結果及び持ち物は当選者のみに郵送で通知。

📞 横浜市北部農政事務所 ☎045-948-2480 ☎045-948-2488

コラム 第13回

まちの自慢が
またひとつ
瀬谷の逸品
ここに
あります

瀬谷区では、地元で愛され、親しまれている名品や名店を「瀬谷の逸品」に認定し、瀬谷の魅力として広く発信しています。このコラムでは、22商品・16店舗の「瀬谷の逸品」をすこしずつ紹介していきます♪

レストラン
風の音

三ツ境159-10 ☎045-369-0522
営業時間: 11時～15時、
17時～20時
(ラストオーダー19時45分)
休業日: 水曜日

表面に軽く焼き目を入れたこだわりの平麺に、たくさんの野菜と海鮮も入った「五目焼きそば」が人気の一品。ボリュームがあり、リーズナブルな本格中華が味わえるお店です。

落ち着いた店内は広々としていてバリアフリーに対応。高齢者や障害のある人も安心して夕食をお楽しみいただけます。

※営業日時等に変更する場合があります。詳細は店舗へお問い合わせください。

「瀬谷の逸品」は、瀬谷区 WEB からご覧いただけます。

📞 区役所地域活動係 ☎045-367-5692 ☎045-367-4423

気軽にご相談ください 区役所特別相談 無料

対象 ▶ 原則区内在住・在勤・在学者

相談の種類	実施日(祝日を除く)	予約受付	相談できる主な内容
弁護士による 法律相談	毎週水曜日、 第1金曜日	相談日の 2週間前 から	法律問題全般(相続、 金銭、家庭、相隣関係 など)
司法書士 相談	第1火曜日		債務整理(140万円 以下)、相続・不動産 登記、成年後見など
税務相談	奇数月(3月を除く) の第2火曜日	当日の 8時45分 から	所得税、相続税、 贈与税など
行政書士 相談	第3金曜日		遺産分割協議書、 役所へ提出する書類 の作成など
民事調停 手続相談	6・12月の 第3月曜日		近隣トラブル、金銭 貸借、生活環境など
交通事故 相談	第2金曜日	相談日の 前開庁日 まで	交通事故に係る示談 の方法や保険金請求 など
行政相談	第2木曜日		国や特殊法人の仕事 に係る苦情など

時間 ▶ 13時～16時(交通事故相談は9時～12時、13時～16時)
※1人30分以内

場所 ▶ 区役所広報相談係(3階36番窓口)

※一部の日程で例外があります。詳細は、問合せ先へご確認ください。

※法律相談は、利用回数に上限があります(4月～9月・10月～3月の半期ごとに1回まで)。

※詳細は瀬谷区 WEB へ

※市役所の市民相談室(☎045-671-2306)でも、法律相談をはじめ各種相談が受けられます。

☎・📍 区役所広報相談係(3階36番窓口)
☎045-367-5636 ☎045-365-1170

●「※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 休休館日 日日時・期間 所場所 対対象・定員 先着 抽抽選 内内容 費費用 持持ち物 講講師または出演者 保保育 申申込み 問問合せ 直当日直接 前事前に直接 往往復はがき 回回はがき 返返信用はがき持参 郵郵送 (着)必着 消消印有効 必必要事項 行行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきは返信面を明記 電電子申請 横横浜市電子申請・届出システム

食品衛生責任者実務講習会



日 ①9月4日(水) ②9月26日(木) 14時30分～15時30分 ※14時受付開始 区役所4階会議室 食品営業施設の食品衛生責任者等 各日15人程度 食品衛生責任者証(票)、筆記用具 食中毒の予防方法などの食品衛生に関する講習 8月13日～受講希望日の前日まで 区役所または区民センターで、必要事項と参加希望日(①・②)、営業所の名称・所在地を問合せ先へ

区役所生活衛生係 ☎045-367-5752 ☎045-367-2843

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、生ごみを活かして栽培に適した土をつくる方法をご紹介します!

日 9月12日(木) 10時～11時 区役所4階会議室 10人 8月12日から 区役所または区民センターで問合せ先へ

資源循環局瀬谷事務所 ☎045-364-0561 ☎045-391-4784

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
8月19日(月)、9月9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 ☎045-367-5716
9月19日(木) 13時30分～15時	ミニ講話：高齢者の食事 カワセ薬局管理栄養士 座談会	二ツ橋地域ケアプラザ ☎045-361-9807 10人 8月11日から

区役所高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

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
9月17日(火) ①9時30分 ②10時30分	区役所4階40番窓口 各回1組	8月13日から 区役所高齢者支援担当(☎045-367-5716 ☎045-364-2346)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 ☎045-367-2943 / 健康づくり係 ☎045-365-5718

※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	月～金曜日(祝日を除く) 8時45分～12時、13時～17時	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 ☎045-367-5747
	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 ☎045-367-5609
	妊産婦健康相談・母乳(授乳)相談	8月16日(金) 13時30分～15時30分★	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 ☎045-367-5778
	乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談	8月28日(水) 13時30分～15時	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 ☎045-367-5760
	こどもの食事相談	8月16日(金) 9時～11時	区役所5階 予約制 こどもの食生活についての相談	健康づくり係 ☎045-367-5744・5745・5746
	離乳食教室 生後7～11か月児の養育者	8月16日(金) 13時30分～15時	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	
	1歳児食と歯の元気教室 (1歳～1歳4か月児の養育者)	9月13日(金) 10時～11時30分	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	10時～12時 全4回で1コース(月単位) ※日程は瀬谷区WEB等でご確認ください。	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 ☎045-367-5778
	乳幼児健康診査	4か月児 8月14日(水) 12時45分～13時30分★ 1歳 8月29日(木) 8時45分～9時20分★ 6か月児 3歳児 8月22日(木)、9月5日(木) 12時45分～13時30分★	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 ☎045-367-5760
若者	若者のための専門相談	8月20日(火)、9月3日(火) 13時30分～16時20分	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 ☎045-744-8344
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。	月曜日(祝日を除く) 13時30分～14時10分	区役所5階 予約制 匿名 HIV・梅毒の検査・相談 ※1種類のための申込みはできません。	健康づくり係 ☎045-367-5744・5745・5746
	女性の健康相談	9月10日(火) 9時～10時30分★	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 ☎045-367-5778
	女性福祉相談	月～金曜日(祝日を除く) 9時30分～12時、13時～16時30分	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 ☎045-367-5703
	生活習慣病予防のための相談	8月23日(金)午前、9月6日(金)午後 ※予約時に時間指定	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 ☎045-367-5744・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

10月からプラスチックごみの出し方が変わります

みんなで学ぼう！ プラスチック資源

これまで「燃やすごみ」として捨てていた「プラスチック製品」を「プラスチック資源」として収集してリサイクルする取組が10月から始まります。燃やすごみに含まれるプラスチックごみを削減することで、ごみ処理の際に発生する温室効果ガスが減り、脱炭素につながります。「プラスチック資源」分別のポイントをご紹介します。

●問合せ 区役所資源化推進担当 ☎045-367-5699 ☎045-367-4423
資源循環局瀬谷事務所 ☎045-364-0561 ☎045-391-4784



プラスチックごみの分別方法が変わるって聞いたよ。
この壊れたじょうろは、「プラスチック資源」なのかな…？

下のフローで、「プラスチック資源」かどうか確認してみよう！



資源循環局マスコット
イーオ ミーオ



プラスチックごみの分別方法変更に関する情報は、横浜市ウェブページ(右の二次元コード)からもご確認ください。

ごみ分別から始める“脱炭素”！
瀬谷区みんなで正しい分別に
取り組みましょう！



資源循環局瀬谷事務所
東副所長(左)、白職員(右)



分別のポイント

汚れたプラスチック
「プラスチック資源」

よくあるご質問

Q お菓子の袋は洗ってから出すの？

A 食べ終わった後に、
中身をはらうだけで



Q 容器についた汚れは、洗剤
きれいに洗わないといけないの？

A 軽くすすぐか、汚れを



分別したプラ

プラスチック
新たなプラ
さまざまな製

はたらく車に会いに行こう
ごみの出し方も学べま

日時 9月5日(木) 11:00～15:00
※荒天中止

場所 区役所1階入口付

出展内容 ★ごみの相談ブース
★フードドライブ
★水道管の模型
★消防団員の募

ごみの相談ブース

プラスチックごみの分別や、
日頃から疑問に感じている
ごみ分別に関することにお
答えします。



リサイクル

燃やすごみの中に
混ぜないでね!

Q シールやラベルはきれいに
剥がさないと出せないのかな?

A きれいに
剥がしきれなくても

Q 洗にくい容器も
すすがないとだめ?

A 中身を使い切れば

プラスチック資源はどうなるの?

プラスチック資源は、リサイクルすることで
プラスチックを作る原材料になり、
新たな商品に生まれ変わるんだよ!

プラスチックごみの出し方 出前講座

資源循環局瀬谷事務所では、10月から変わるプラ
スチックごみの出し方について、ご希望をいただいた
地域で出前講座を開催しています。

プラスチックごみの出し方は
もちろん、ごみ分別のさまざまな
疑問にもお答えします!
まずはお気軽にお問い合わせ
ください。

資源循環局瀬谷事務所
阿部職員

申込方法 電話かFAXかEメールか窓口で、
①団体名 ②代表者氏名
③代表者連絡先 ④参加予定人数
⑤希望する日時(第3希望まで) を申込先へ

**申込先
(窓口)** 資源循環局瀬谷事務所(二ツ橋町548-2)
☎045-364-0561 ☎045-391-4784
✉sj-seyaj@city.yokohama.jp
※電話・窓口の受付日時:月～土曜日 8時～16時45分

瀬谷区はたらく車フェア開催!

1時～15時

中止の場合は、当日
午前9時までに瀬谷区
公式X(右の二次元コード)
でお知らせします。

安全・安心な住みやすい
まちづくりのために活躍
している「はたらく車」が
やってきます。

フードドライブブース 食べきれなくて余っている食品をお持ち寄りください!

フードドライブとは?
各家庭で使いきれない未使用食品を持ち寄り、
地域の福祉団体や施設等へ寄付する活動です。

どんな食品が寄付ができるのか確認しよう!

☒ 未開封のもの ☒ 常温保存可能なもの
☒ 賞味期限まで2か月以上あるもの

寄付ができる食品の例

- 米 ●小麦粉 ●レトルト食品 ●インスタント食品
- 缶詰 ●食用油 ●しょうゆ ●飲料(酒類は除く)
- 粉ミルク ●乾物(乾麺、海藻など)
- お菓子(クッキー、せんべいなど)

注意! 外装が破損しているものや、賞味期限の
記載がないものは受け付けられません。

施設

からのお知らせ

各施設の WEB は、施設名 検索

- 原則として毎月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場合があります。

●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 045-303-4400 FAX 045-303-4464
休 第3月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

瀬谷地区センター講座

以下のものは 申 8月20日(着)まで WEB から、または 往 に 必要事項 を記載して 郵 か 函

▶歴史を運んだ東海道
～日本橋から箱根宿～

休 9月11・18・25日の水曜日 全3回
10時～11時30分 ※座学
対 成人15人 函 費 500円
講 せや・ガイドの会

▶ボタニカル刺しゅうの
ふたつ折り財布

休 9月11・25日、10月9・23日、11月6日の水曜日 全5回 10時～11時30分 対 成人 20人 函 費 3,000円

ワンパク講座

以下のものは 申 8月15日まで WEB

▶和菓子作りと茶道体験

スイカのねりきりを作って自分のお茶をたてましょう。

休 9月8日(日)13時～14時
対 小学生 10人 函 費 300円

▶すきっぷすりのリトミック

今年は体育館で元気に体を動かしましょう!

休 9月9日、10月14日、11月11日、12月9日の月曜日 全4回 10時～11時 対 未就学児と保護者 15組 函

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

▶パソコン・スマホお悩み相談

休 9月18日(水)①13時～14時 ②14時15分～15時15分 ③15時30分～16時30分 対 ①～③各3人 函
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 8月20日(着)まで WEB から、または 往 に 必要事項 と年齢、希望時間(①～③)を記載して 郵 か 函

阿久和地区センター

〒246-0026 阿久和南二丁目9-2
TEL 045-365-9072 FAX 045-365-9112
休 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
～地域の仲間と気軽に楽しく～

休 8月17日(土)13時～14時30分 函
※12時45分から受付 対 30人 函
持 室内用運動靴、タオル、飲み物

▶ヴィオラの調べを楽しむ
ミニコンサート

休 9月8日(日)13時～14時 函
対 50人 函

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 郵 か 函

▶スマホ教室 ～初心者でも
わかるLINE活用術～

休 9月7日(土)10時～11時30分
※9時45分から受付 対 20人 函

申 8月23日まで

▶エンディングノート
～未来の自分と大切な人に
思いを届ける～

休 9月11日(水)10時～11時30分
※9時45分から受付 対 20人 函

申 8月23日まで

▶ボイストレーニング ～すてきな
声で歌えるようになろう!～

休 9月14・21日の土曜日 全2回
10時～11時30分 対 小学1～3年生 10人 函 申 8月25日まで

▶地域の散策 ～歴史をはじめ
地域を再発見～

休 9月28日、11月2日、12月7日の土曜日 全3回 9時30分～11時30分
※座学1回、散策(阿久和周辺)2回を予定 対 20人 函 ※小学生は保護者同伴 申 9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 045-304-3100 FAX 045-304-3110
休 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶ぺたぞうでんしゃ王国夏祭り

休 8月25日(日)10時～15時 函
内 電車のおもちゃで遊べるコーナー、大人も楽しい鉄道ジオラマ、ミニ縁日、ゲームコーナーなど 費 ゲーム、飲食用チケット 1枚50円 ※予約制(8月22日まで 往 か 函、無くなり次第終了) ※1人5枚まで

以下のものは 申 各申込締切日まで 往 か 函

▶25周年記念イベント

休 8月24日(土)①10時～12時
②13時～15時 内 ①落語、大道芸など ②映画上映「劇場版TOKYO MER ～走る緊急救命室～」
費 ②300円 申 8月22日まで
※詳細は中屋敷地区センターへ

▶はじめての^いっぽ☆子育て広場
夏はおも^みつきり水遊び&アート

休 8月26日(月)10時30分～11時30分 対 未就園児と保護者 13組
申 8月25日まで

▶シニア楽校 野菜と果物で元気
～「メキシコ料理カラフル野菜」
で疲労回復(みんなでランチ)～

休 9月4日(水)10時～13時
対 シニア 16人 函 内 辛い^みくないチリコンカン、トルティーヤ、メキシコ風プリンと季節のフルーツ 費 700円
申 8月30日まで

▶日本文化に触れる ～^こ敬いを込めて贈る「もふもふ^こ苔玉作り」～

休 9月11日(水)10時～11時30分
対 成人 15人 函 費 1,900円(花材費込み) 申 9月5日まで

▶ママベビーYoga
& ハーブティー(中期)

休 9月13・27日、10月11・25日、11月8・22日の金曜日 全6回 10時30分～11時15分 対 4か月～2歳未満の子と母親 7組 函 費 2,400円
持 ヨガマットまたはバスタオルと赤ちゃん用バスタオル 申 9月8日まで

▶世界のボードゲーム体験会 &
カレーランチ

約50種類のボードゲームを楽しめ

ます。1人での参加もOK!

休 9月15日(日)10時～14時
対 小学生～成人 費 子ども100円、成人300円 申 9月10日まで

▶台湾家庭料理教室「中秋節を
楽しむ」焼き米粉・雲^い白肉・
玉^い米湯・^い愛玉(デザート)を
クッキング

休 9月21日(土)10時～13時
対 成人 16人 函 ※高校生も可
費 1,900円 申 9月14日まで

瀬谷図書館

〒246-0015 本郷三丁目22-1
TEL 045-301-7911 FAX 045-302-3655
休 8月19日(月)

▶休日おはなし会(9月)

お休みの日は家族で図書館へ! 区内で活動するボランティアグループのおはなし会が楽しめます。

休 9月1日(日)11時～11時30分
対 幼児～小学生 10人 函 ※保護者同伴可 申 8月16日9時30分から 往 か 函

▶ひよこのおはなし会(9月)

休 9月11日(水)・26日(木)11時～11時30分 対 0歳～3歳の子と保護者 各日10組 函 内 わらべうたと絵本の読み聞かせ 申 8月28日9時30分から 往 か 函

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 045-303-8415
休 火・金曜日、8月19日(月)

▶おはなしOne One
まんまるな^{わん}あ^{わん}～んだあ?

休 9月9日(月)10時30分～11時 函
対 幼児と保護者 10組 函
内 親子のためのおはなし会

東野中学校
コミュニティ・スクール

〒246-0012 東野130
TEL・FAX 045-304-4301 休 火・金曜日

▶0歳からの読み聞かせ

休 9月5日、10月3日の木曜日 10時30分～11時 函 対 0歳～3歳の子と保護者 各日5組 函 ※3歳以上も可
内 手遊び、紙芝居、歌など
講 絵本読み聞かせグループ あおぞら
申 8月15日から 往 か 函

▶クラフトバンドでハロウィンの
カゴ作り

クラフトバンドを編んで作ります。

休 9月14日(土)10時～12時
対 小学生～成人 7人 函 費 200円
申 8月21日まで 往 か 函

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 045-391-1166 休 火・金曜日

▶はらっぱのおはなし会

休 8月17日(土)11時～11時30分 函
対 10人 函 ※幼児は保護者同伴
内 「すいかくんがね(とよたかずひこ作)」

などの読み聞かせ、紙芝居、手遊び、パネルシアター等

講 はらっぱの会

▶パソコン・スマホの困った!
原中^こミス^こク^こ無料相談^こ会

休 8月24日(土)①13時～14時 ②14時15分～15時15分 ③15時30分～16時30分 対 成人 ①～③各3人 函
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 8月11日から 往 か 函

▶学習室開放

静かな環境で自習や読書ができます。キーホルダーやミサンガ、ラッキースター作りなどのリフレッシュコーナーもあります。

休 8月31日(土)までの間で不定期開催 9時～12時、13時～20時(小学生:17時まで、中学生:18時まで) 函
※開放日時は WEB や館内掲示でお知らせします。
対 8人 函 ※幼児は保護者同伴

下瀬谷地域ケアプラザ

〒246-0035 下瀬谷二丁目44-6
TEL 045-304-1291 FAX 045-304-1259
✉ shimoseya-seikatsu@shafuku-doujinkai.or.jp 休 第1月曜日

以下のものは 申 各申込締切日まで 往 か 函

▶シニアのためのスマホサロン

スマホの使い方に関する質問に個別にお答えします。

休 8月19日(月)10時～11時30分
※毎月開催 対 10人程度
持 スマートフォン、筆記用具
申 前日17時まで

▶スマホサロンボランティア募集

休 毎月開催 ※要問合せ
対 高校生以上のスマートフォンの一般的な操作が可能な人
内 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
申 随時

▶ながらボランティア
～レコードを聴きながら
ちょこっとボランティア～

お好きなレコードを聴きながら、どんなでも簡単にできるボランティアです。

休 8月22日(木)10時～11時30分
※毎月第4木曜日 対 20人程度
申 前日12時まで

▶グリーンボランティア募集

 園芸博

国際園芸博覧会開催に向けて下瀬谷地域ケアプラザを花と緑でいっぱいにするプロジェクトです。

休 定例会:8月23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 対 各日12人程度
申 前日12時まで

▶地域支え愛・男の防災
まちづくり会議

男性の視点で災害に強いまちづくりについて毎月楽しく話し合っています。

休 9月4日(水)18時30分～20時
対 12人 申 前日17時まで

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 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 園芸博 国際園芸博覧会関連イベント



瀬谷スポーツセンター

〒246-0032 南台二丁目4-65
☎045-302-3301 ☎045-301-9442
休第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

以下のものは 申8月25日(着)まで
WEBから、または 往に 必要事項 を記載
して 郵 送 スポーツウェア、飲み物、
タオル(共通)

- ▶気軽にチェアヨガ(火曜)
日10月1・8・15・22・29日、11月
5・12・19・26日、12月3・10・17・
24日の火曜日 全13回 12時～12
時50分 対16歳以上 15人 抽
費7,930円 ※室内用運動靴持参
- ▶簡単ポールエクササイズ(火曜)
日10月1・8・15・22・29日、11月
5・12・19・26日、12月3・10・17・
24日の火曜日 全13回 13時～13
時50分 対16歳以上 15人 抽
費8,450円 ※室内用運動靴持参
- ▶フラダンス(水曜)
日10月2・9・16・23・30日、11月
6・13・20・27日、12月4・11・18
日の水曜日 全12回 11時～12時
対16歳以上 40人 抽 費9,120円
- ▶はじめてのフラダンス(水曜)
日10月2・9・16・23・30日、11月
6・13・20・27日、12月4・11・18
日の水曜日 全12回 12時10分～
13時10分 対16歳以上 40人 抽
費9,120円
- ▶はじめてのタップダンス(木曜)
日10月3・10・17・24・31日、11月
7・14・21・28日、12月5・12・19
日の木曜日 全12回 15時5分～15
時55分 対16歳以上 15人 抽
費7,800円 ※室内用運動靴または
タップシューズ(あれば)持参
- ▶コア★コンディショニング
(土曜)
日10月5・12・19・26日、11月2・
9・16・30日、12月7・14・21日の
土曜日 全11回 12時～12時50分
対16歳以上 15人 抽 費7,150円
※室内用運動靴持参

ほかにもさまざまな教室を開催し
ます。詳細はお問い合わせください。

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
☎045-391-8316 ☎045-391-8447
休日・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
日9月3日(火)10時～11時
対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)
申 ☎045-744-7207
- ▶プレママ&プレパパきてみて体験!
赤ちゃんをおうちに迎える前にお世話
を少し体験してみませんか。
日①9月14日(土) ②9月28日(土)
いずれも10時～12時
対これから赤ちゃんを迎える家族 ①・
②各日 4組 抽
助産師 ①小沼夕佳 ②森内幸美
申 WEB
- ▶デッキde水遊び
日開所日の①10時～10時50分 ②
10時55分～11時45分 ③13時～13
時50分 ④13時55分～14時45分 抽
※外気温28度以上で水遊びに適した
天候時のみ実施
対末就学児と保護者
抽バスタオル、着替え

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
☎045-811-8444 ☎045-812-5778

- ▶ほのぼのファミリーキャンプ 秋
日9月28日(土)13時～29日(日)15時
※1泊2日、小雨決行・荒天中止
対6人以内の家族 18組 抽
内自然遊び、野外ゲーム、クラフト、野
外炊事、夜の集い等
費中学生以上6,300円、小学生5,800
円、4歳～未就学児4,200円、3歳以
下500円
抽当選者に別途連絡
申8月26日(消)まで WEBから、または
往に 必要事項 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 郵

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
☎045-361-2117 ☎045-361-2328
休日曜日・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。
内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。
申 ☎ ※事前に登録が必要

善意銀行への寄付
5月1日～31日受付分・敬称略
●(株)佐野銘材 ●山名 昭
●希望の森
●(一社)バンクフォースマイルズ
以上の皆さん、ありがとうございました。

スポーツ

- 区ソフトテニス協会主催 第25回瀬谷区ソフトテニス交流大会
日9月22日(日)9時から ※雨天中止 所瀬谷本郷公園テニスコート
対18歳以上の区内在住・在勤・在クラブ員または近隣友好クラブ員
費1ペア2,000円 日9月1日～9月8日まで 往で問合せ先へ
同協会 白江 江 ☎045-302-1584
- 区硬式テニス協会主催 硬式テニスベテランMIXダブルス大会
日10月13日(日)、11月16日(土)9時～17時まで ※雨天中止
所瀬谷本郷公園テニスコート 対【参加資格】在住・在勤・在学者または
登録団体会員(男子55歳以上、女子50歳以上) 32ペア 抽 費4,000円
抽ダンロップフォート新缶1缶 申9月2日～9月7日(消)まで 往に種目
と氏名、住所、参加資格を記入して申込先へ 申込先:〒246-0022 ミツ
境10-7-2階 ラケットショップミスターニック
同協会 新堀 抽babironia99@au.com

区役所2階区民ホールの展示・催し

行政書士特設相談 ▶日8月16日(金)13時～16時
プラスチック分別拡大パネル展示 ▶日9月2日(月)～9月13日(金)

※時間の記載のないものは、開庁日の開庁時間内に開催しています。
※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。

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
☎045-367-5635 ☎045-365-1170)へ。

- すくすくお遊び会
砂遊びや色水遊び、シャボン玉等、みんなで楽しく遊びましょう。
日9月9日(月)10時～11時15分 ※雨天の場合9月10日(火)
所ニツ橋南公園の砂場 抽 乳幼児と保護者
同瀬谷保育グループ「すくすく」 抽sukusuku246@yahoo.co.jp

マークの
説明

☎電話 ☎ファクス ✉Eメール WEBウェブページ 📅日時・期間 📍場所 対対象・定員 ㊟先着 内内容 費費用 時持ち物 講講師または出演者

📧申込み 📞問合せ 📍当日直接 📅事前に直接 必必要事項 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

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。



- 外国にルーツを持つ皆さんとの交流ボランティア募集

📅 ①毎週日曜日10時～11時、14時～15時
②平日の希望日
(放課後支援は毎週月曜日のみ)

対 多文化共生・交流に興味がある人

内 ①外国につながるのある人向け「オンラインにほんご教室」
②外国にルーツを持つ小学生向け「授業中と放課後の学習支援」

📧📞で氏名と連絡先を問合せ先へ
📍せやにほんごプロジェクト
✉seyanihongopr@gmail.com
- ユニバーサル音楽ワークショップ(夏編)

どなたでも楽しめる体験型音楽イベントです。日本語を母国語としない人、大歓迎!

📅8月22日(木) 午前の部:10時～12時 午後の部:13時～15時

所 瀬谷公会堂 ㊟ 200人 ㊟

費 高校生以上700円、子ども300円、幼児無料
※午前・午後の部両方の入場可

内 ステージ:日本の童謡(ローマ字付き)、ピアノ体験、世界の歌声広場、ベートーベン「第九」(カナ付き)、公開レッスンなど
ホワイエ:昔遊び、日本茶飲み比べ、音符書き体験、バックステージ体験、相談コーナーなど
※詳細は瀬谷区音楽協会 WEBへ

📍瀬谷区音楽協会 月野 📞090-4592-0369、志村 📞090-9969-2510 ✉onmachiseya@gmail.com
- 和泉川源流たんけん隊 参加者募集

📅10月12日(土)10時～12時
※集合9時50分
※小雨決行・荒天中止
(予備日:10月13日)

所 瀬谷市民の森 野球グラウンド東側入口

対 30人 ㊟

時 長靴または防水の運動靴

📅8月20日～10月9日まで

📞か📞か📞で、代表者の氏名・連絡先・📍アドレスと参加人数を問合せ先へ

📍瀬谷環境ネット
宮島 📞・📞045-303-8024
✉seyakankyo@nethome.ne.jp

区民活動センターイベント情報

📍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)
☎045-369-7081 ☎045-366-4670 ✉se-kukatsu@city.yokohama.jp

みんなの立ち寄りイベント
屋ドキイベント・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!

📅8月16日(金)12時～13時 ※開場11時40分

所 瀬谷公会堂 ㊟ **入場無料**

講 ●森の風人(フォークローレ):コンドルは飛んで行く、リヤマの道 ほか
●瀬谷新体操サークル:リボン「MOET」、クラブ「KUu」

「トークサロン@区活」

「お片付け迷子のあなたに」
“片付けられる”わたしに変わる!!

誰でも気軽に参加でき、新たな出会いとつながりを作る交流の場です。お片付けの悩みについて、ゲストを交えて自由にトークして情報交換しませんか。

📅9月30日(月)10時30分～12時

所 瀬谷区民活動センター ミーティングコーナー1 (せやまる・ふれあい館2階)

対 区内在住・在勤の成人 16人 ㊟ ※お子さん連れの参加歓迎(保育なし)
※ちょこばらさん(当日の受付や会場設営などのちょこっとボランティア)も募集中。

講 せや区人材バンク メイト 矢島幸子 氏

📅8月12日から ㊟か📞か📞で、必必要事項を問合せ先へ



ズーラシア
だより vol.46

8月11日～9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。

ウマ

馬は、人を乗せて走ったり、物を積んだ馬車を引いたり、畑を耕したりと、長い歴史の中で人と共に働き、世界中で活躍してきました。そんな働き者のイメージがある馬ですが、実は暑さがあまり得意ではありません。体温調節のためにたくさんの汗をかく動物は少ないのですが、馬は人のように大量の汗をかきます。暑い日に運動した後は、全身汗でびしょり濡れてしまうこともあります。

ズーラシアの「ぱかぱか広場」では、昨年の12月新たに仲間に加わったポニーのスノーゴッドを含む5頭の馬を飼育しています。色や大きさ、性格もさまざまな馬たちですが、みんな早く涼くなってほしいと願っていることでしょう。

シャワーを浴びて汗を流します

扇風機で涼むスノーゴッド

イベント情報 ナイトズーラシア

普段は見られない夜の動物たちの姿をご覧ください。

📅8月の土・日曜、12日(月・休)
※開催日は、開園時間を20時まで延長します(入園は19時まで)。

📍よこはま動物園ズーラシア 📞045-959-1000

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

10月からプラスチックごみの出し方が変わります みんなで学ぼう！ プラスチック資源

これまで「燃やすごみ」として捨てていた「プラスチック製品」を「プラスチック資源」として収集してリサイクルする取組が10月から始まります。燃やすごみに含まれるプラスチックごみを削減することで、ごみ処理の際に発生する温室効果ガスが減り、脱炭素につながります。「プラスチック資源」分別のポイントをご紹介します。

●問合せ 区役所資源化推進担当 ☎045-367-5699 ☎045-367-4423
資源循環局瀬谷事務所 ☎045-364-0561 ☎045-391-4784



プラスチックごみの分別方法が変わるって聞いたよ。
この壊れたじょうろは、「プラスチック資源」なのかな…？

下のフローで、「プラスチック資源」かどうか確認してみよう！



資源循環局マスコット
イーオ ミーオ



ごみ分別から始める“脱炭素”！
瀬谷区みんなで正しい分別に
取り組みましょう！

プラスチックごみの分別
方法変更に関する情報は、
横浜市ウェブページ(右の
二次元コード)からもご確
認いただけます。



資源循環局瀬谷事務所
東副所長(左)、白職員(右)



分別のポイント

汚れたプラスチックも、
「プラスチック資源」として出しましょう！



燃やすごみの中に
混ぜないでね！

よくあるご質問

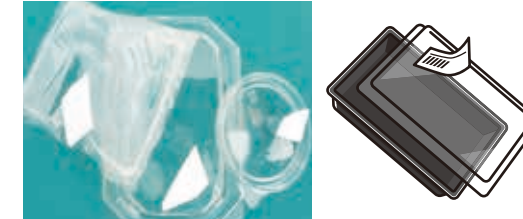
Q お菓子の袋は洗ってから出すの？

A 食べ終わった後に、
中身をはらうだけで OK



Q シールやラベルはきれいに
剥がさないと出せないのかな？

A きれいに
剥がしきれなくても OK



Q 容器についた汚れは、洗剤などで
きれいに洗わないといけないの？

A 軽くすすぐか、汚れをふき取れば OK



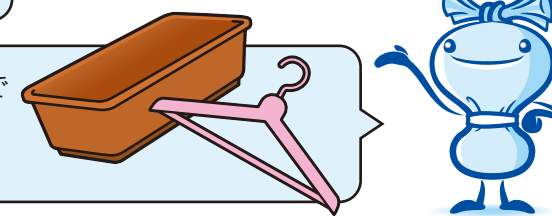
Q 洗にくい容器も
すすがないとだめ？

A 中身を使い切れば OK



分別したプラスチック資源はどうなるの？

プラスチック資源は、リサイクルすることで
新たなプラスチックを作る原材料になり、
さまざまな製品に生まれ変わるんだよ！



はたらく車に会いに行こう！
ごみの出し方も学べます！

瀬谷区はたらく車フェア開催！

日時 9月5日(木) 11時～15時
※荒天中止

場所 区役所1階入口付近

出展内容 ★ごみの相談ブース
★フードドライブブース
★水道管の模型展示
★消防団員の募集窓口 など

中止の場合は、当日
午前9時までに瀬谷区
公式X(右の二次元コード)
でお知らせします。



安全・安心な住みやすい
まちづくりのために活躍
している「はたらく車」が
やってきます。



フードドライブブース 食べきれなくて余っている食品をお持ちください！

フードドライブとは？

各家庭で使いきれない未使用食品を持ち寄り、
地域の福祉団体や施設等へ寄付する活動です。

どんな食品が寄付ができるのか確認しよう！

☑ 未開封のもの ☑ 常温保存可能なもの
☑ 賞味期限まで2か月以上あるもの

寄付ができる食品の例

●米 ●小麦粉 ●レトルト食品 ●インスタント食品
●缶詰 ●食用油 ●しょうゆ ●飲料(酒類は除く)
●粉ミルク ●乾物(乾麺、海藻など)
●お菓子(クッキー、せんべいなど)

⚠ 注意！ 外装が破損しているものや、賞味期限の
記載がないものは受け付けられません。



イベント当日、フードドライブ
ブースに食品を持ち込んでくれた
人にはプレゼントがあるよ！