

広報よこはま あさひ区版 / 2023(令和5)年10月号 / No.312

# 2023 10 あさひ



旭区公式X(旧Twitter)  
@yokohama\_as

旭区の魅力や防災・災害情報、子育て情報などを配信中!



第33回

## 旭ふれあい区民まつり

10月15日(日) 10時~15時

荒天中止



横浜FCキックターゲット

©横浜FC



カプセルトイ

今年の見どころ!  
子ども向け  
体験コーナーが  
盛りだくさん!



三輪車レース



竹細工・工芸教室



缶バッジ作り



バルーンアート

### 旭区ならではの食を楽しもう

### 地域に根差した活動に触れよう

#### ステージ発表

鼓笛隊やダンスなど、見応え抜群!



鶴ヶ峰地区町内会連合会鼓笛隊  
画像提供:横浜ケーブルビジョン

#### 健康フェア

健康フェアについては、8面も見てね!



#### ミニ商店街コーナー

旭区地元商店の名物を味わおう!



#### 区内農産物販売

旭区内で生産された旬の農産物を販売!

雨天時の開催の有無は、当日の朝7時以降にHPでご確認ください。



HPはこちら



待ってるかな

主催 旭ふれあい区民まつり実行委員会・旭区役所  
〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12  
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856  
アクセスしよう! ▶横浜市 旭区役所 検索



#### 2027国際園芸博覧会紹介ブース

缶バッジが作れるよ!

#### 体験コーナー @みなくる

大人も子どもも楽しめる体験が盛りだくさん!



ユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、より多くの人に見やすく読みまちがえにくいデザインの文字を採用しています。

開行日

月曜~金曜 ▶ 8時45分~17時  
第2・4土曜 ▶ 9時~12時\*

今月の土曜開行日

14日 28日

\*戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部業務を行っています。



旭区役所  
〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12  
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856  
アクセスしよう! ▶横浜市 旭区役所 検索



# 今月のおしらせ 10月

区役所への郵便物は  
〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12

●毎月11日以降の記事を掲載しています。金額の記載のないものは原則無料です。

🕒日時・期間 📍会場 🎯対象/定員 💰費用 🎒持ち物 🗣️講師や出演者 📄申込み 🗨️問合せ  
☎️電話 📠ファクス 🌐ホームページ 📧Eメール 📧電子申請 横浜市電子申請・届出サービス 🏠往復はがき  
📧はがき (消)消印有効 (着)必着 🗓️年齢

📄必要事項 行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際は事前にお問い合わせください。新型コロナウイルス感染症の拡大防止に関する区内の情報をHPにまとめています。 [横浜市旭区 コロナ拡大防止](#) 検索



▲HPはこちら

## 区・市役所から

### 区役所の特別相談

#### ★行政書士相談

行政に提出する書類の書き方や、権利義務・事実証明に関する書類(遺言書、遺産分割協議書、離婚協議書など含む)の作成について相談ができます。

🕒10月10日(火)9時~12時・11日(水)13時~16時 📍区役所1階1番窓口

📄当日直接

#### ★交通事故相談

示談の方法、保険金請求など。

🕒10月11日(水)9時~12時、13時~16時 📍区役所1階1番窓口 🗣️交通事故相談員 📄当日直接、☎️

#### ★民事調停手続相談

近隣トラブル、金銭貸借、不動産トラブルなど。民事調停は訴訟より手続が簡単で費用が安い制度です。

🕒10月16日(月)13時~16時(1人25分) 📍区役所1階1番窓口 📄先着6人 📄☎️、直接(随時)

.....上記共通.....

#### 🗨️広報相談係

☎️954-6022 📠955-2856

### あさひの朝市 (毎月第4木曜開催)

新鮮な旭区産の地場野菜を販売します。野菜がなくなり次第終了。

🕒10月26日(木)9時30分~12時30分 📍区役所1階 🎒エコバッグなど 📄当日直接

#### 🗨️生涯学習支援係

☎️954-6099 📠955-3341



### 旭区親子野外自然体験活動

ウォークラリー、モルック、野外炊事。

🕒①11月4日(土)②25日(土)9時30分~14時45分※荒天中止 📍子ども自然公園・青少年野外活動センター

📍区内在住の小学生と保護者/①②抽選15組(1組5人以内) 💰1人300円 📄10月20日までに電子申請(①②重複申込不可)

#### 🗨️生涯学習支援係

☎️954-6099

📠955-3341



▲詳細はこちら

### 楽しくお家でエコ！ 実践講座

家庭で楽しく実践できる節電・省エネなどの取組を紹介します。

🕒11月7日(火)10時~11時30分 📍区役所1階 📄当日直接

#### 🗨️企画調整係

☎️954-6026 📠951-3401

### 都岡地区恵みの里 「小麦づくり体験教室」(全5回)

🕒11月11日(土)13時30分~、2024年2月3日(土)13時30分~、6月1日(土)9時30分~、2日(日)13時30分~、7月21日(日)9時30分~ 📍下川井町の畑(「矢指町入口」バス停下車徒歩9分)※車での来場も可 📍市内在住のグループ(家族・1人でも可)/抽選5組※当選者にのみ通知 💰1組7,000円(5回分、うどん(乾麺)200g×5袋と家打ち用小麦粉400gプレゼント) 📄10月27日までにHP

※作物の生育状況などによって、内容変更や中止になる場合があります。

#### 🗨️北部農政事務所

☎️948-2480

📠948-2488



▲申込みはこちら

### 「あさひ散歩」 ウォーキング参加者募集

コース名:鶴ヶ峰から和田町へ 帷子川を下る(約6.5km 約12,000歩)

🕒11月18日(土)8時30分~9時受付(12時30分頃解散)※荒天中止 📍鶴ヶ峰駅改札付近集合、和田町駅解散

📄50人※落選者にのみ電話連絡 💰500円 📄11月10日(着)でハ、ファクス、☎️ ※参加者全員の必要事項・年齢・性別・代表者名・コース名を記入

#### 【申込先】

📍〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階 旭区市民活動支援センター「みなくる」あさひ散歩係

📠382-1005

📧asahi\_guide@outlook.jp

☎️090-3698-1211(SMSも可)

🗨️旭ガイドボランティアの会事務局

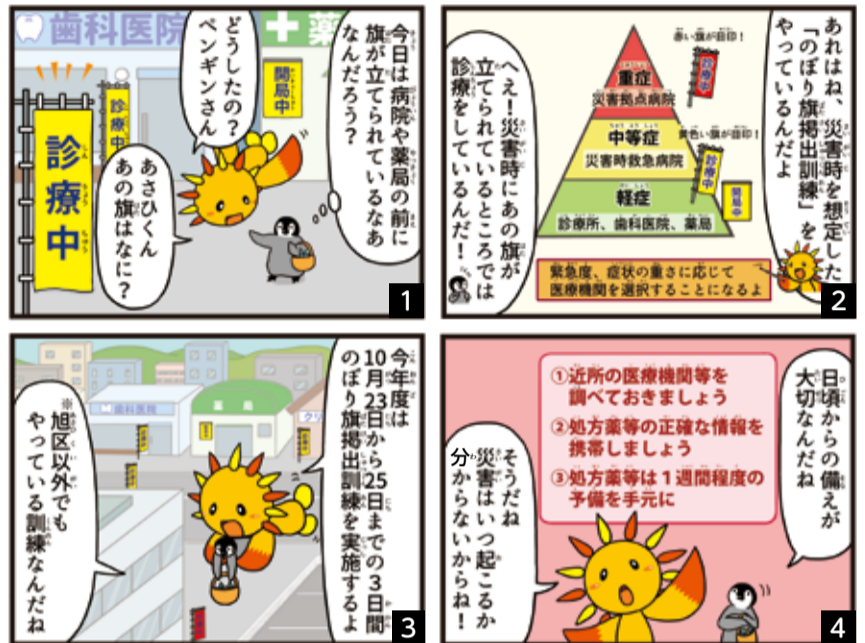
☎️090-3698-1211

(SMSも可、当日は7時~7時45分)

## 第12回



災害時医療のぼり旗掲出訓練の巻



※区によって訓練日程が違います。

## 災害時医療のぼり旗掲出訓練の実施

訓練実施期間 10月23日(月)~25日(水)

地域の病院・一般診療所・歯科診療所・薬局で「診療中」「開局中」ののぼり旗を目につきやすい場所に掲出します。

今年度は旭区・保土ヶ谷区・緑区・戸塚区・泉区・瀬谷区の6区合同で取り組みます。

※横浜市では、震度6弱以上の大規模震災発生時、診療可能な医療機関は「診療中」、薬局は「開局中」の旗を掲出し、診療することとしています。



🗨️福祉保健係 ☎️954-6101 📠953-7713

## 応募者プレゼント♪

今月のクイズ正解者の中から抽選で20人に、「あさひくん限定マスクotteぬいぐるみ」をプレゼント！奮ってご応募ください。

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

## 今月のクイズ

「幸せを創る明日の風景」をテーマに掲げ、2027年国際園芸博覧会が開催されますが、開催場所はどこでしょうか？

- ① ども自然公園(大池公園)
- ② 旧上瀬谷通信施設(横浜市旭区・瀬谷区)
- ③ よこはま動物園ズーラシア

📄10月1日~31日に電子申請



ご応募はこちら▶

ふわふわかわいいマスクだよ



🗨️地域振興課あさひくん担当 ☎️954-6094 📠955-3341



今日の  
**ぱおぱお  
るーむ**

区役所での手続・健診が終わるまで、お子さん(未就学児)をお預かりします。

区役所3階 無料 予約不要 6歳までの未就学児。定員を超える場合は順番待ちになります。

※乳幼児健診での利用は、健診受付開始時間の5分前から受け付けます。  
※閉室となる可能性がありますので、事前に☎などでご確認ください。

10月	午前開室	3日・17日(各回火曜)	8時45分～12時15分 (12時受付終了)
	午後開室	5日(木)・6日(金)・12日(木)・ 20日(金)・26日(木)	12時15分～15時45分 (15時30分受付終了)
11月	午前開室	7日・14日・21日(各回火曜)	8時45分～12時15分 (12時受付終了)
	午後開室	9日(木)・10日(金)・16日(木)・ 17日(金)・30日(木)	12時15分～15時45分 (15時30分受付終了)

☎庶務係 ☎954-6006 ☎951-3401

旭区市民活動  
支援センター

**みなくる**

「みなくる」は、旭区の地域活動やボランティア活動を応援する交流拠点です。

〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階  
(鶴ヶ峰駅南口直結。2階からエレベーターで4階へ)  
☎382-1000 ☎382-1005  
✉as-manabi@city.yokohama.jp

休館

10月18日(水)  
※☎などでご確認ください。

展示コーナー(旭区生涯学習アドバイザー・利用登録団体のご案内)

10月31日(火)まで 「旭ふれあい区民まつり」でワークショップを行う旭区生涯学習アドバイザーの作品

※展示についてのお問合せは「みなくる」受付まで。 ※展示内容は変更になる場合があります。

\*\*\* 団体利用登録更新のお知らせ \*\*\*

登録番号「旭22-〇〇」の団体は、「みなくる」受付に登録証を提示の上、更新手続きをお願いします。

☎10月2日(月)～2024年3月31日(日)

福祉保健

乳がん検診を受けましょう！

新型コロナウイルス感染症の流行が始まった2020年以降、がん検診の受診者数は流行前を下回っています。がんは早期発見と適切な治療で治る可能性が高い病気であり、早期がんの多くは、がん検診で見つかっています。

10月は乳がんの早期発見・早期治療の重要性を伝える「ピンクリボン月間」です。横浜市の乳がん検診には、マンモグラフィー検査と視触診検査があります。また、日頃から自分の乳房のセルフチェックを行うことで、変化に気付いたときにすぐに医師に相談することができます。

セルフチェックの方法は→[ピンクリボンかながわ](#) 検索

☎健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713

国民健康保険・介護保険の「ポイント」のお知らせ

●特別徴収(年金からの天引き)の金額が10月から変わる場合があります  
保険料の納付方法が特別徴収の人は、4月、6月、8月は、前年度2月の納付額と同じ額を特別徴収(仮徴収)により納付いただいています。10月、12月、翌年2月は、年間保険料額から仮徴収合計額を除いた額を3回に分割して、特別徴収(本徴収)により納付いただきます。

そのため、10月からの保険料額が8月までの保険料額と異なる場合がありますが、年間で納めていただく額は変わりません。

特別徴収の詳細内容は、市HPにも掲載しています。

前年度から特別徴収が継続する場合の納付方法

4月	6月	8月	10月	12月	2月
特別徴収(仮徴収)			特別徴収(本徴収)		
前年度の2月の納付額と同じ額を年金から天引き			[年間保険料額－仮徴収合計額]÷3の額を年金から天引き		

※8月の徴収額から金額が変更になる場合があります。

☎は  
こちら▶



☎保険係 ☎954-6134 ☎954-5784

令和6年4月からの保育所等利用の申請受付が始まります

【申請期間】10月10日(火)～11月6日(月)(消)

【申請方法】認定・利用調整事務センターへ郵送

※詳細は10月10日から区役所3階33番窓口、二俣川駅行政サービスコーナーで配布する利用案内・申請書参照(HPには10月2日から掲載)。就労証明書様式はHP掲載中。

保育所選びには4面に掲載の便利な「えんさがしサポート★よこはま保育」をご利用ください。

☎保育担当 ☎954-6173 ☎951-4683



▲詳細は  
こちら



公立保育所の育児講座

保育所であそびませんか 検索

保育所	日時	内容	対象・定員
左近山 保育園	11月14日(火) 9時30分～11時30分	手作り工房 焼き芋・木の実で作ろう ※雨天順延	乳幼児と保護者 先着10組
	11月22日(水) 10時～10時45分	赤ちゃんの日「冬の感染症についてナースのおはなし」	0歳児と保護者 先着5組
	11月28日(火) 10時30分～12時	食育講座 ～保育所の給食を 食べてみよう～ 「食べるって楽しいよ」	2020年4月2日～ 2022年4月1日 生まれの子ども と保護者 先着5組
ひかりが丘 保育園	11月29日(水) 11時～12時	お庭で作ろう 木の実で作ろう	乳幼児と保護者 先着5組
今宿保育園	11月16日(木) 11時30分～12時30分		
柏保育園	11月2日(木) 11時30分～12時30分	ミニ食育講座 「食に関するQ&A」	乳幼児と保護者 先着5組
	11月21日(火) 11時30分～12時30分	お庭で作ろう 木の実で作ろう	

☎10月11日～各開催日の前日に電子申請

この他にも育児相談・園庭開放を実施しています。

詳しくは各保育所にお問い合わせください。

(受付時間:平日9時30分～16時)

☎電子申請は  
こちら▶



☎左近山保育園 ☎351-1929 ☎今宿保育園 ☎953-2306  
☎ひかりが丘保育園 ☎953-2081 ☎柏保育園 ☎361-8887

あさひ子育てマルシェ

～あふれる緑 輝く笑顔 さあそぼう ひろがれ子育ての輪～



就学前の親子が楽しいひとときを過ごせる地域子育て応援イベントです。  
区内5か所に分かれて初実施!

日程	時間	場所
10月30日(月)	10時～12時	上白根コミュニティハウス
11月6日(月)	9時30分～11時15分	二俣川地域ケアプラザ
11月7日(火)	10時～12時	鶴ヶ峰地域ケアプラザ
11月8日(水)	10時～11時	白根地区センター
11月10日(金)		希望が丘地区センター

☎各開催日の前日までに電子申請

※各会場定員になり次第、申込み受付を終了します。

☎電子申請は  
こちら▶



あさひ子育てマルシェ 検索

☎子ども家庭係 ☎954-6019 ☎951-4683

令和5年度食品衛生責任者実務講習会のお知らせ

市内食品取扱施設で食品衛生責任者として働いている人向けの講習会です。

☎①11月7日(火)②24日(金)14時30分～16時(30分前受付開始)

☎①区役所地下1階3号会議室A②区役所3階カンファレンスルーム

☎食品衛生責任者/①②先着20人

持 食品衛生責任者証(票)、筆記用具

☎10月16日～11月2日に☎、電子申請、直接

詳細は  
こちら▶



☎食品衛生係 ☎954-6166 ☎952-1504

### 令和5年度 旭区健康フェア

区民の健康づくりを支援するため、「旭ふれあい区民まつり」の会場で区内の保健・衛生に関わる団体による「旭区健康フェア」を開催します。ぜひご参加ください。

📅 10月15日(日)10時～15時 ※荒天中止  
📍 鶴ヶ峰商店街協同組合駐車場



▲昨年開催時の様子

#### 各団体の実施内容

- 旭区医師会・旭区在宅医療相談室  
医療相談、アドバンス・ケア・プランニングの普及
  - 旭区保健活動推進委員会  
足指力測定、握力測定
  - 旭区歯科医師会  
歯科相談、虫歯リスクテスト、オリジナル歯ブラシを作ろう
  - 旭区薬剤師会  
お薬相談、薬草散策
  - 旭区食品衛生協会  
食中毒予防キャンペーン
  - 旭区獣医師会  
動物健康相談、散歩マナーの啓発、マイクロチップの推進、ペット同行避難の啓発
  - 旭区食生活等改善推進委員会(ヘルスマイト)  
朝ごはん摂食アンケート、野菜パネルの展示、簡単野菜クイズ
  - 旭スポーツセンター  
輪投げ体験
- ※内容は変更になる場合があります。



主催:旭区健康フェア実行委員会  
☎ 健康づくり係 ☎ 954-6146 ☎ 953-7713

#### 若者のための専門相談

📅 10月12日・26日、11月9日(各回木曜)13時30分～16時30分(1回約50分) 📍 区役所3階33番窓口 📍 市内在住の15歳～39歳の人と家族 ☎ ☎ で下記へ※予約に空きがあれば当日も可  
📍 よこはま西部ユースプラザ  
☎ 744-8344 ☎ 744-8322

#### 旭区神経系難病患者交流会「あした会」

リハビリになるスポーツの実践。  
📅 11月2日(木)13時30分～15時 📍 区役所新館2階大会議室 📍 患者と家族 ☎ 10月11日9時～11月1日に ☎ ☎ 高齢者支援担当  
☎ 954-6191 ☎ 955-2675

#### 旭区難病講演会 原発性胆汁性胆管炎

📅 11月24日(金)14時～16時 📍 区役所新館2階大会議室 📍 患者と家族 / 先着30人 📍 中馬 誠 医師(横浜市立大学附属市民総合医療センター 肝疾患医療センター長) ☎ 10月11日9時～27日に ☎ ☎ (参加者全員の必要事項)を記入)  
📍 高齢者支援担当  
☎ 954-6191 ☎ 955-2675

#### 旭区社会福祉協議会

〒241-0022 鶴ヶ峰1-6-35 「ぱれっと旭」内  
☎ 392-1123 ☎ 392-0222

#### 知的障害・発達障害児者の支援について

📅 10月31日(火)10時～12時 📍 笹野台地域ケアプラザ(笹野台2-32-1) 📍 障害児者に関わるガイドボランティアやボランティアをしてみたい人 / 抽選30人 ☎ 10月23日までに ☎ ☎ (必要事項)を記入)

#### 善意銀行(7月1日～31日)

次の皆さまから寄付をいただきました。伊志嶺 朝之、株式会社 清光社、万騎が原地区社会福祉協議会、旭ジャズまつり実行委員会、匿名3件(敬称略)



## 文化

区役所1階

### 今月のるびーぎやらりーのご案内

旭区在住・在勤・在学の個人や団体の作品を展示しています。ぜひお立ち寄りください。

☎ 生涯学習支援係  
☎ 954-6094  
☎ 955-3341

展示日	展示内容
10月17日(火)～20日(金)	ちぎり絵、手作り品、書道、俳句、川柳、折り紙作品展
10月24日(火)～30日(月)	書道作品展
10月31日(火)～11月6日(月)	造花と人形

※最終日は15時までとなります。 ※都合により、展示時間や内容は変更になる場合があります。

こんにちは

### あさひ図書館です

〒241-0005 白根4-6-2 ☎ 953-1166 ☎ 953-1179

休館日

10月10日(火)  
※☎などでご確認ください。

五感を優しく刺激する、ちょっと昔の物語を二つお届けします。

#### 海と山のオムレツ

カルミネ・アバーテ / 著 関口 英子 / 訳 新潮社(2020年刊)

うちの雌鶏の卵、オリーブオイル、腸詰め(サルシッチャ)、赤玉葱、パセリをオムレツにして、焼きたてのパンに挟むと、祖母は僕を浜辺へ連れて行った。青空の下、オムレツにかぶりつくと、僕は幸福感に満たされ祖母に微笑んだ。そのすきに、カモメがオムレツをさらっていった——食の記憶は、人と場所に常に結びつく。過去も現在も、多分未来にも。メニュー形式の章立てで作家の半生を振り返る短編集。



#### やまのこどもたち

石井 桃子 / 文 深沢 紅子 / 絵 岩波書店(1956年刊)

戦後間もないころ、山の村に暮らすたけちゃんには、季節ごとの楽しみがありました。春には梅の木の下でままごとをして、夏には梨の木に登って下りられなくなりました。秋にはお兄ちゃんたちの運動会で迷子になりました。家族のところへ連れ戻してくれたのは、犬のじょんでした。冬には炉でカレイを焼きながら歌います。「かれこ やいて ひっくりかえして やいて だれに くわしよ」確かな手触りのある暮らしが描かれています。



#### 親子で楽しむおはなし会

わらべうた・絵本の読み聞かせなど。

📅 10月12日・19日、11月2日・9日(各回木曜) ①10時30分～②11時10分～ 📍 3歳以下の乳幼児と保護者 / ①②先着6組 ☎ 当日直接

#### こどもおはなし会

📅 10月15日(日)11時～ 📍 3歳以上(親子で参加可) ☎ 当日直接

#### 図書検索機使い方相談

図書検索機の使い方を個別にご説明します。

📅 10月25日(水)10時～11時30分 📍 初心者 ☎ 開催時間内随時受付

#### 大人のための朗読会

📅 11月15日(水)13時30分～15時 📍 白根地区センター 📍 先着30人 📍 朗読 すみれ ☎ 10月13日9時30分～ ☎ 直接



あさひMusic&Talk vol.1  
朗読とサクソ五重奏で彩る  
「銀河鉄道の夜」

音楽と文学を掛け合わせた、新しいスタイルのコンサートをぜひお楽しみください。

10月21日(土)①11時30分～12時30分②15時～16時①②(30分前開場) 曲 サンハート 料 大人2,500円、高校生以下1,000円 詳細はHPへ  
An Music Lab 赤松  
090-6941-1877



第30回旭美展～公募～

区民の皆さんによる美術展です。  
10月25日(水)～29日(日)10時～18時(最終日は16時まで) 曲 サンハート 料 当日直接※出品希望者は10月21日(土)10時～17時にサンハートカルチャー工房へ作品を搬入  
旭美術協会事務局 内山  
365-4234



ソレイユフィルハーモニー  
オーケストラ  
第8回チャリティコンサート

未就学児歓迎、演奏中の出入り自由。

11月12日(日)14時～(30分前開場) 曲 サンハート※全席自由 料 (※必要事項)・必要チケット数を記入)、サンハートへ直接  
ソレイユフィルハーモニーオーケストラ 霜島  
soleil.yoyaku@gmail.com

Bell Flower  
ハンドベルコンサート

曲目:「小さい秋みつけた」「サンタが街にやってくる」ほか。

11月26日(日)14時～16時(30分前開場) 曲 サンハート 料 小学生以上/抽選300人※当選者にのみ11月12日までに連絡 料 10月20日～26日(着)を下記へ(参加者全員の必要事項)を記入※ 料 1枚につき2人まで、「入場指定席券希望」と明記  
Bell Flowerコンサート事務局  
(〒241-8799 本村町44-2 横浜旭郵便局留め)  
366-1883/366-9284



スポーツ



第52回旭区駅伝競走大会  
(旭ブーラシア駅伝2024)参加者募集

～横浜マラソンチャレンジ枠(希望者のみ10人限定)対象予定事業!～

完走した希望者の中から抽選で10人に横浜マラソン出走権を付与!  
※出走権は有償、別途申込手続が必要です。

2024年1月27日(土)9時30分～(8時～受付)※荒天中止  
よこはま動物園ズーラシア  
小学生3年生以上※申込み多数の場合は、旭区在住者を優先して抽選【チーム編成】選手5人(別途補欠2人まで)、代表者1人(20歳以上)  
10月10日～11月10日

※詳細は10月2日から区役所2階22番窓口、旭スポーツセンター、地区センター、HPなどで配布する案内参照

旭区駅伝競走大会実行委員会事務局  
954-6095 955-3341



HPはこちら

第46回旭区民弓道大会

近的競技個人戦。昼食提供します。

10月29日(日)9時～15時 曲 常盤公園弓道場(保土ヶ谷区常盤台42-1)  
旭区在住・在勤の神奈川県弓道連盟一般支部登録者 料 1,000円 10月11日～20日に 旭区弓道協会  
951-7192(10時～12時)  
kyudo.asahi.sports@gmail.com



グラウンドゴルフ交流会

申込みは個人単位。主催者がパーティー分けを行います。

12月2日(土)10時～13時(30分前受付)※雨天中止 曲 旧若葉台西中学校(若葉台4-34-1) 小学生以上/抽選60人 料 500円 曲 グラウンドゴルフクラブ・防寒グッズ・動きやすい服装・飲み物 10月18日～11月8日(着)で 往(必要事項・年齢・性別を記入)を下記へ  
旭区さわやかスポーツ普及委員会事務局  
(〒231-0015 中区尾上町6-81ニッセイ横浜尾上町ビル1階)  
080-4654-5186 640-0024

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983 371-6105 382-8044

休館日 10月16日(月)  
※HPなどでご確認ください。

当日受付教室 16歳以上 料 650円(1回分)(★は700円)

持 動きやすい服装・上履き(種目により不要。要確認)・タオル・飲み物

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催日, 開催時間, 定員. Lists various classes like Rhythm Boxing, Pilates, and Tai Chi.

※駐車場に限りがあります。バイク・自転車・公共交通機関をご利用ください。

軽スポーツ&ストレッチ体操教室(全9回) 参加者募集!

11月2日～2024年3月7日の第1・3・5木曜(11月30日、1月4日を除く)13時～14時15分 希望が丘地区センター 16歳以上/抽選52人 料 4,500円(9回分) 持 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 10月25日までに旭スポーツセンターへ

旭スポーツセンター公式 SNS

施設情報や教室情報などを投稿しています。フォローをお願いします!



Instagram



X (旧Twitter)

区民利用施設

休館日の表示は原則です。掲載されていない催しがあります。事前にHPなどでご確認ください。

今川公園

〒241-0033 今川町96-2  
366-9290

●秋の自然観察会

爽やかな秋の風を感じながら、季節の移ろいを確かめてみませんか。

10月14日(土)10時～12時※雨天中止 先着10人 持 筆記用具・虫眼鏡 当日直接

旭区民文化センター サンハート

〒241-0821 二俣川1-3  
ジョイナステラス3(旧二俣川ライフ)5階  
364-3810 391-6930  
sunheart@sunheart.info

●おはなしかい

10月17日(火)10時30分～11時 未就学児と保護者 当日直接

●あさひ名画座第30弾

「グレン・ミラー物語」

11月11日(土)13時30分～16時10分 小学生以上/先着180人 料 一般1,000円、高校生以下800円 詳細はサンハートへ



こどもログハウス おおいけらんど

〒241-0001 上白根町910-3  
951-8127 465-6246  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●おにぎりあさひく人形劇

10月28日(土)10時～10時20分 中学生以下(未就学児は保護者同伴) 当日直接

●英語で遊ぼうリトミック

11月7日(火)11時～12時 未就学児と保護者/先着10組 料 200円 10月11日～11月6日に直接

男女共同参画センター横浜  
「フォーラム」

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1  
862-5052 865-4671  
https://www.women.city.yokohama.jp/y  
休館 第4木曜

●エクセル中級講座(全2回)

11月11日(土)・12日(日)10時～15時30分 女性/先着15人 料 11,000円(2回分) 10月17日9時30分～ (862-4496)、HP

●女性のストレスケア&  
マインドフルネス

12月16日②23日(各回土曜)10時～11時30分 女性/①②先着22人 料 1,000円(1回分) 11月7日9時～HP

▶マークの凡例は6ページをご覧ください

☎**【重要事項】** 行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

**こども自然公園  
青少年野外活動センター**  
〒241-0834 大池町65-1  
☎811-8444 ☎812-5778  
HP <https://yokohama-sport.jp/kodomo-yc-ysa/>  
**休館 第3月曜(祝日は翌日)**

●**もしもの体験キャンプ**  
📅 11月26日(日)10時～15時30分  
👤小学生と保護者/抽選12組 **¥** 中学生以上2,600円、小学生2,200円、4歳以上の未就学児1,200円、3歳以下100円 **申** 10月13日～27日(消)で **☎** (☎**【重要事項】**・☎・📅記入)、HP

**本村スポーツ会館**  
〒241-0024 本村町15  
☎365-1820 ☎442-7920  
**休館 第2月曜(祝日は翌日)**

●**ポッチャ体験・練習会**  
📅 10月25日(水)9時～11時40分 **👤** 先着15人 **申** 10月11日9時30分～25日に直接(☎12時30分～)  
●**おもしろスポーツフェスタ<sup>フツ</sup>**  
サークルの発表と、どなたでも楽しめるスポーツイベント。  
📅 11月5日(日)9時30分～14時30分 **👤** 先着120人 **申** 当日直接

**老人福祉センター横浜市福寿荘**  
〒241-0005 白根2-33-2  
☎953-5315 ☎953-5317  
**休館 毎月最終火曜**

●**ゲームで楽しく脳を鍛えよう(スリーA)**  
📅 10月12日、11月9日(各回木曜)12時～13時30分 **👤** 60歳以上/先着15人 **¥** 100円(1回分) **申** 当日直接  
●**イスを使ってストレッチ**  
📅 11月7日(火)11時15分～12時15分 **👤** 60歳以上/先着30人 **持** 動きやすい服装・タオル・飲み物 **申** 当日直接  
●**ふれあいサロン「福寿のつどい」**  
📅 11月7日(火)13時～14時30分 **👤** 60歳以上/先着20人 **¥** 200円 **申** 当日直接  
●**スマホ教室**  
📅 12月8日(金)①9時30分～11時②11時30分～13時③13時10分～14時40分 **👤** 60歳以上/①～③先着4人 **¥** 1,000円(1回分) **申** 11月3日～直接

**左近山コミュニティハウス**  
〒241-0831 左近山1011  
☎351-2686 ☎489-6270  
**休館 火曜・金曜**

●**左近山コミュニティハウス 第24回文化の集い**  
舞踏や楽器演奏、カラオケの発表会など。  
📅 11月5日(日)10時～17時 **持** 外履き用の袋・上履き **申** 当日直接

**上白根コミュニティハウス**  
〒241-0001 上白根町233-6  
☎954-1691 ☎954-1692  
**休館 第3月曜(祝日は翌日)**

※ **持** 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物・ヨガマットかバスタオル  
●**大人のリラクソストレッチ**  
📅 10月18日(水)10時～11時30分 **👤** 先着20人 **¥** 400円 **申** 当日直接※  
●**くらサボサロン**  
📅 10月18日(水)13時30分～14時30分 **👤** 先着20人 **¥** 200円 **持** 上履き **申** 当日直接  
●**脳を鍛える！インナーマッスル体操**  
📅 11月2日(木)13時～14時30分 **👤** 先着20人 **¥** 400円 **持** 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 **申** 当日直接  
●**やさしいヨガ教室**  
📅 11月7日(火)10時～11時 **👤** 先着20人 **¥** 400円 **申** 当日直接※  
●**パソコン個人相談室**  
📅 11月13日(月)①13時30分～14時30分②14時40分～15時40分 **👤** ①②先着3人 **¥** 500円(1回分) **申** 10月11日～直接(☎10時～)

**鶴ヶ峰コミュニティハウス**  
〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1  
☎953-2313 ☎489-5966  
**休館 第3月曜(祝日は翌日)**

●**健康マージャンサロン**  
📅 10月15日～11月5日の毎週日曜9時～15時 **👤** 各回先着3組 **申** 詳細は施設へ  
●**ちびっこランド**  
的当てやボウリング、輪投げで遊ぼう。  
📅 10月15日～11月5日の毎週日曜9時～16時 **👤** 未就学児と保護者 **申** 当日直接

●**ふれあいカフェ 「コーヒーの美味しい淹れ方教室」**  
📅 10月23日(月)10時～12時 **👤** 先着8人 **¥** 500円 **申** 10月11日10時～☎

●**秋のおはなし会**  
📅 10月30日(月)10時30分～11時30分 **👤** 幼児と保護者/先着10組 **申** 10月11日10時～☎

●**秋のハンドメイド教室「トピアリーをつくろう」**



📅 11月12日(日)10時～12時 **👤** 先着10人 **¥** 2,000円 **申** 10月12日10時～☎

●**まちづくりウォーク 「歩いて知ろう帷子川①」**  
白根地区センターと合同開催。

📅 11月14日(火)9時～12時※雨天中止 **☎** 白根地区センター集合 **👤** 18歳以上/先着10人 **¥** 300円 **申** 10月11日10時～11月7日に☎

●**オータムコンサート**  
📅 11月19日(日)14時～15時30分 **👤** 先着30人 **☎** Coffee Cups **申** 10月12日10時～☎

**今宿南小学校コミュニティハウス**  
〒241-0034 今宿南町1879-2  
☎951-6141 ☎951-6149  
**休館 火曜・金曜**

●**第20回コミハ祭り**  
サークルや団体の作品展示、演目発表など。  
📅 10月14日(土)10時～16時・15日(日)10時～15時 **申** 当日直接  
●**大人の手芸教室(全2回)**  
📅 11月25日、12月2日(各回土曜)10時～12時 **👤** 18歳以上/先着10人 **¥** 1,000円(2回分) **申** 11月6日～13日に☎、直接



**くぬぎ台小学校コミュニティハウス**  
〒240-0045 保土ヶ谷区川島町1374-1  
☎☎371-7611  
**休館 火曜・金曜**

●**秋のバイオリンコンサート**  
曲目:「ルーマニア民俗舞曲」、「幻想小曲集」ほか。  
📅 11月3日(金・祝)①13時～14時15分②15時～16時15分 **👤** ①②先着40人 **申** 10月15日～☎、☎ (☎**【重要事項】**・📅を記入)

**市沢地区センター**  
〒241-0014 市沢町9  
☎371-6662 ☎371-6663  
**休館 第4月曜(祝日は翌日)**

※10時～直接(☎翌日～)  
●**いちさわおはなしの森**  
📅 10月21日(土)10時30分～11時 **👤** 先着8組 **申** 当日直接  
●**和菓子作り(全4回)**  
📅 11月6日、12月11日、2024年1月15日、2月19日(各回月曜)10時～12時 **👤** 18歳以上/先着12人 **¥** 4,800円(4回分) **申** 10月17日※  
●**季節のパッチワーク③(全3回)**  
📅 11月6日・13日・20日(各回月曜)13時～15時30分 **👤** 18歳以上/先着16人 **¥** 2,700円(3回分) **申** 10月16日※  
●**季節のポーセリン③**  
📅 11月11日(土)10時～12時 **👤** 小学生以上/先着16人 **¥** 400円(別途材料費) **申** 10月21日※  
●**料理教室③**  
📅 11月13日(月)10時～13時 **👤** 18歳以上/先着12人 **¥** 1,800円 **申** 10月24日※

**今宿地区センター**  
〒241-0813 今宿町2647-2  
☎392-1500 ☎392-1501  
**休館 第2月曜(祝日は翌日)**

※9時20分～直接(☎翌日～)  
●**フリーアドバイス バドミントン**  
📅 10月15日(日)①9時15分～10時15分②10時15分～11時45分(①②15分前受付) **👤** ①初心者・初級②中・上級(①②小学生以上)/①②先着20人 **¥** 200円(1回分) **持** 上履き・ラケット **申** 当日直接



以下広告スペースです。「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。

●知っておきたい  
老後の備えセミナー

📅 10月30日(月) セミナー:10時30分~12時、個別相談:12時20分~14時30分 📍 18歳以上/先着30人 申 10月12日※

●デジタルカメラの  
写真の撮り方(全4回)

📅 11月~12月の第1・3日曜10時~12時 📍 18歳以上/先着12人 ¥ 2,000円(4回分) 申 10月22日※

●アフタヌーンピラティス(全8回)

📅 11月6日~2024年3月4日の第1・3日曜(1月1日を除く)13時30分~15時 📍 18歳以上/先着20人 ¥ 4,000円(8回分) 申 10月23日※

●レザークラフト

📅 11月12日(日) 10時~13時 📍 18歳以上/先着8人 ¥ 1,500円 申 10月29日※



●遊書で年賀状を作ろう!(全2回)

📅 11月15日・29日(各回水曜)10時~11時30分 📍 18歳以上/先着12人 ¥ 1,000円(2回分) 申 11月1日※



希望が丘地区センター

〒241-0825 中希望が丘145-4  
☎ 361-0424 ☎ 361-0437  
HP <https://www.asahikushisetsukyokai.jp/kibougaoka/>  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

10月31日まで休館のため、お申込みは☎かHPから。



▲HPはこちら

※ 申 10月11日~18日17時に☎、HP

●バレエ・ピラティス(全2回)

📅 11月2日、12月7日(各回木曜)13時30分~14時30分 📍 18歳以上/抽選12人 ¥ 1,200円(2回分)※

●米粉マロンロール作り

📅 11月8日(水)10時~12時45分 📍 18歳以上/抽選12人 ¥ 1,800円※

●マロンシフォンケーキ作り

📅 11月13日(月)①10時~12時45分 ②13時45分~16時30分 📍 18歳以上/①②抽選8人 ¥ 1,800円(1回分)※

●やさしいバレエ・ウォーキング(全2回)

📅 11月16日、12月21日(各回木曜)13時30分~14時30分 📍 18歳以上/抽選8人 ¥ 1,600円(2回分)※

白根地区センター

〒241-0005 白根4-6-1  
☎ 953-4428 ☎ 953-4461  
休館 第2月曜(祝日は翌日)

※直接(☎ 10時~)

●ロビーコンサート

~映画音楽等の合唱~

📅 10月15日(日)13時30分~14時30分 📍 エーデルワイス&ル・クール・ドゥ・シェル 申 当日直接

●さわやかスポーツ

ポッチャ、ソフトバレーなど。

📅 10月17日(火)9時30分~11時30分 📍 18歳以上 ¥ 50円 持 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申 当日直接

●人形劇

演目:「はらぺこあおむし」

📅 10月21日(土)①10時~10時30分 ②10時45分~11時15分 📍 小学生以下(未就学児は保護者同伴)/①②先着20人 📍 人形劇団げんき村 申 当日直接

●おはなし会

演目:「ちびゴリラのちびちび」ほか。

📅 10月28日(土)①10時~10時30分 ②10時45分~11時15分 📍 小学生以下(未就学児は保護者同伴)/①②先着20人 📍 まる 3はくしかく 申 当日直接

●第29回文化祭

サークルの展示、発表。

📅 11月4日(土)・5日(日)9時30分~18時(5日は15時まで) 申 当日直接

●まちづくりウォーク

「歩いて知ろう帷子川①」

鶴ヶ峰コミュニティハウスと合同開催。

📅 11月14日(火)9時~12時※雨天中止 📍 18歳以上/先着10人 ¥ 300円 申 10月11日~11月7日に※

●はじめての木目込み人形

📅 11月17日(金)9時30分~15時 📍 18歳以上/先着10人 ¥ 3,000円 申 10月20日~11月11日に※



●クリスマスリースづくり

📅 11月25日(土)10時~11時30分 📍 18歳以上/先着16人 ¥ 2,000円 申 10月20日~11月11日に※



都岡地区センター

〒241-0031 今宿西町292-2  
☎ 953-7211 ☎ 953-7209  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

※ 申 10月11日~25日に直接

●ロビーコンサート

アコースティックギターとマンドリンの音色を楽しもう。

📅 10月14日(土)13時~14時20分 申 当日直接

●親子でハロウィンを楽しもう!

📅 10月30日(月)10時~11時30分 📍 未就学児と保護者/先着10組 ¥ 300円※

●第27回秋のセンターまつり

サークルの発表や作品展示。

📅 11月10日(金)~12日(日)10時~15時(10日は16時まで) 持 上履き 申 当日直接

●和布で作る干支(辰)(全2回)

📅 11月14日・28日(各回火曜)9時15分~11時45分 📍 18歳以上/先着10人 ¥ 2,300円(2回分)※

●まちづくりウォーク

「歩いて知ろう帷子川②」

📅 11月21日(火)9時~12時※荒天中止 📍 18歳以上/先着20人 ¥ 300円 申 10月11日~11月15日に直接



若葉台地区センター

〒241-0801 若葉台3-4-2  
☎ 921-2213 ☎ 921-2225  
休館 第4月曜(祝日は翌日)

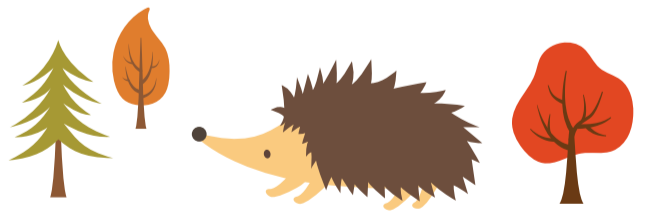
※10時~直接

●卓球教室

📅 10月14日(土)15時~17時(15分前受付) 📍 小学生以上/先着15人 ¥ 中学生以上500円、小学生200円 申 当日直接

●わかばこどもおはなしかい

📅 10月21日(土)10時30分~11時 📍 未就学児と保護者/先着5組 申 当日直接



●バドミントン教室

📅 10月21日(土)15時~17時(15分前受付) 📍 小学生以上/先着15人 ¥ 中学生以上500円、小学生200円 申 当日直接

●秋のお楽しみ! お芋ほり

📅 11月3日(金・祝)13時~15時 📍 先着40組 ¥ 600円(3株分) 申 10月14日※

●ダイニング春で!

バイオリンコンサート

ケーキセットを食べながらバイオリンの音色を楽しもう。

📅 11月12日(日)14時~15時 申 ダイニング春(若葉台3-4-1) 📍 先着40人 ¥ 1,000円 申 10月15日※

●マタニティ&

ベビーピラティス(M&B)

📅 11月16日(木)10時30分~11時30分 📍 安定期以降の妊婦、生後1か月~2歳未満の赤ちゃんと母親/先着4組 ¥ 500円 申 10月19日※

●リクエスト曲で! 身体も心も  
動く楽しいリトミック! 体験

📅 11月17日(金)13時~13時45分 📍 18歳以上/先着20人 ¥ 500円 申 10月27日※

●クラリネットコンサート

📅 11月19日(日)14時~15時 📍 先着100人 ¥ 500円 申 10月29日※

●なごんでいきいき! おはなし会

📅 11月20日(月)10時30分~11時 📍 18歳以上/先着20人 📍 旭・歌と読み語りの会 なごみ 申 10月30日10時~☎、直接(来館優先)

●みんなの食堂 ちくせんDEごはん

手打ちそばを一緒に食べよう!  
📅 11月23日(木・祝)11時30分~13時30分 📍 先着30人 ¥ 1食350円 申 10月28日※

●精進料理とその心

📅 11月25日(土)10時~12時 📍 18歳以上/先着10人 ¥ 1,000円 申 11月4日※

●健康セミナー

「本格的な冬を迎える前に」

📅 11月28日(火)9時30分~11時30分 📍 18歳以上/先着20人 ¥ 200円 申 11月7日10時~☎、直接(来館優先)

以下広告スペースです。「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。

健診などのご案内

◆原則として10月11日～11月10日の健診などを掲載しています ◆有料表示のないものは原則無料です ◆市外居住者は受診できません ◆予約制の予約開始時間は8時45分です ◆詳しくは電話でお問い合わせください ◆掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際にはお問い合わせください

種類	日時	会場	内容・費用など
●健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713 ●			
乳幼児食生活健康相談 <b>予約制</b>	11月1日(水)	9時～11時	子どもの食生活に関する相談(30分程度) <b>申</b> 10月11日～
離乳食教室 <b>予約制</b>		午後 (時間は予約時に説明)	栄養士の話と実演 <b>申</b> 7～8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組 <b>申</b> 10月11日～
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 <b>予約制</b>	11月24日(金)	区役所 3階	むし歯予防の話・歯磨きの方法など <b>申</b> 2022年9月～2023年1月生まれの子どもと保護者/先着16組 <b>申</b> 10月11日～
生活習慣病予防相談 <b>予約制</b>	10月13日(金)、 11月6日(月)		午前 (時間は予約時に説明)
	10月23日(月)	午後 (時間は予約時に説明)	
●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683 ●			
乳幼児健診	4か月児	10月20日、11月10日(各回金曜)	区役所 3階
	1歳 6か月児	10月17日、11月7日(各回火曜)	
	3歳児	10月12日・26日、 11月9日(各回木曜)	
乳幼児健診	時間は個別通知をご覧ください。		詳細は個別通知をご覧ください。
乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 <b>予約制</b>	10月31日、11月28日(各回火曜)	13時30分～ 14時45分	<乳幼児>0歳児～未就学児の歯科健診、歯科相談、歯磨きのアドバイスなど <妊産婦(妊娠中・産後1年未満の人)>歯科相談 <b>申</b> 随時
●子育て支援担当 ☎954-6150 ☎951-4683 ●			
母親教室(両親教室) (全3回) <b>予約制</b>	11月7日・14日・ 21日(各回火曜)	14時～16時	区役所 3階か 4階
	妊娠・出産・育児の学習を行います。※原則として初産婦を対象。(第3回は父親も参加できます。)		<b>申</b> 随時 <b>電子申請</b> <a href="#">横浜市旭区 母親教室</a> <a href="#">検索</a>

子どもについての相談は「こども家庭相談」へ ☎954-6160 ☎951-4683 **申** 保健師、助産師、社会福祉職など

## よこはま動物園

# ズーラシア

### だより

Vol.190

〒241-0001  
上白根町1175-1  
☎959-1000(総合案内所)  
[ズーラシア](#) [検索](#)

10月11日～11月10日の休園  
**毎週火曜**

今月の  
**ズーラシアグッズ**



センス オブ ワンダー  
Sense of wonderシリーズ  
食物連鎖 ツシマヤマメコ

### ズーラシアどうぶつ

## ドール

**ZOO**  
む・ア・ップ

ドールはインドやインドネシアなどに生息するイヌ科の動物で、絶滅危惧種に指定されています。野生では約2,500頭しか生息が確認されていません。ドールは5～10頭の「パック」と言われる群れを作り、アルファ雄とアルファ雌という、群れのトップに立つ2頭のみが繁殖します。その他のメンバーはヘルパーとして子育てを手伝います。

3月2日に雄のケーシーと雌のモーアの間には赤ちゃんが生まれました。当園で繁殖に成功したのは18年ぶりです。9月現在、親子6頭の群れを当園で展示しています。お互いがじゃれ合う姿も頻繁に見られ、ドールのパックの強い絆を感じることができます。



▲きれいな赤茶色の毛並み



▲父親に甘える子どもたち

### 10月のおすすめ

#### ズーラシアフェス! イヌまつり

ズーラシアで暮らすイヌ科の動物をテーマにしたイベントを開催します。期間中の土日祝日には、雑貨販売やワークショップを行います。

**申** 10月1日(日)～30日(月)



▲昨年の様子

## ひなたぼっこ

旭区地域子育て支援拠点 開館時間:10時～16時  
休館日:原則毎週日曜・月曜・祝日  
※ **申** などをご確認ください。

◆ひなたぼっこ 二俣川1-67-4 ☎442-3886 ☎442-3896

◆サテライト 鶴ヶ峰1-7-10ライオンズプラザ鶴ヶ峰3階 ☎752-8881 ☎752-8990

「ひなたぼっこ」は親子で自由に遊べる広場です。子育ての相談をしたり、子育てに関するさまざまな情報を入手する場所としても利用できます。また、子育て支援に関わる団体のチラシなどを収集し提供しています。

専門相談員による相談は、事前予約制です。詳しくは **申** またはチラシをご確認ください。 **申** はこちら

●専門相談 普段気になっている心配事をお話ししてみませんか。

種類	日時	申込み	
ひなたぼっこ	公認心理師	①10月25日(水) ②11月10日(金) ③11月22日(水) 10時～11時30分	①10月11日～ ②10月27日～ ③11月8日～ <b>申</b> 、直接
	管理栄養士	11月7日(火)10時～11時30分	10月24日～ <b>申</b> 、直接
	助産師	11月21日(火)13時30分～15時	11月7日～ <b>申</b> 、直接
サテライト	助産師	①10月25日(水) ②11月22日(水)10時～11時30分	①10月11日～ ②11月8日～ <b>申</b> 、直接
	公認心理師	①11月2日(木) ②11月16日(木)10時～11時30分	①10月19日～ ②11月2日～ <b>申</b> 、直接
	療育ソーシャルワーカー	11月9日(木)10時～11時30分	10月26日～ <b>申</b> 、直接
	管理栄養士	11月17日(金)13時30分～15時	11月4日～ <b>申</b> 、直接

#### 横浜子育てサポートシステム

子育てを援助したい人と援助を受けたい人に向けた入会説明を実施しています。事前に電話でお申込みください。  
**申** 442-3038 火～土曜(9時～16時)

#### 横浜子育てパートナー

子育て期の悩み事の相談や、子育てに関する情報を提供します。電話でも受け付けています。  
**申** 【ひなたぼっこ】489-6170 【サテライト】752-8354 火～土曜(10時～16時)

## あさひっ子もり

子ども・子育て応援特設サイト

**申** はこちら