

11月号 ASAHI あさひ

旭区公式X
@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12回 あっぱれフェスタ 開催！

誰もが生き生きとその人らしく暮らせるまちに

旭区では、区内約30か所の障害福祉関係機関が中心となり、プロのアーティストとともに、
障害のある人の表現活動を紹介するイベント「あっぱれフェスタ」を開催しています。

毎年参加している「サポートセンター連」※の、ひでみさんに普段の暮らしや「あっぱれフェスタ」への思いについてお話を聞きました。

※地域活動ホーム「サポートセンター連」…相談、通い、泊まりなど、障害のある人とその家族の地域生活を支える障害福祉事業所です。

普段はどんな仕事を？

「サポートセンター連」
で、パンの販売やカフェで
の接客・清掃、ビーズアク
セサリー作りなどをして
います。



パンの製造販売
(サポートセンター連)



ひでみさん

仕事をしていてうれしいと思うことは？

いつも買いに来てくれる
お客さんがいることや、
自分で作ったものが商品
になることです。
コツコツと取り組む仕事
が好きです。



アクセサリーなどの製造販売
(サポートセンター連)

「あっぱれフェスタ」へはどんな思いで参加していますか？

「あっぱれフェスタ」には創作劇の
グループ「劇団れん」のメンバーとし
て参加しています。
何か面白そうだな、と思ってやっ
てみたら、思ったことができてうれし
かったので続けています。



昨年度の
「あっぱれオンステージ」の
様子

「あっぱれフェスタ」は
みんなで楽しみたい。
そして、たくさんの人に
来てほしいです！

「参加者ひとりひとりの
“その人らしさ”を
皆さんに伝えたいと
思っています！



ひでみさんと「あっぱれフェスタ」実行委員長 羽田さん

あっぱれフェスタは12月6日(土)！ 入場無料

「あっぱれフェスタ」は、参加者とプロのアーティ
ストが、お互いのアイデアを出し合う中で生み出さ
れる“その人らしさ”を大切にしたいイベントです。
ステージでの発表やアート展示など盛りだく
さん！ ぜひ会場で体感してください。

会場 旭公会堂(区役所4階)

時間 10時～15時
(ステージは12時から)

内容

あっぱれオンステージ(バンド演奏・演劇
など)、マルシェ(カフェ・焼き菓子・布製品・
アクセサリーなど)、アート展示ほか



▲昨年度の「あっぱれフェスタ」(マルシェ)の様子
撮影者:黒田 菜月



▲Facebookはこちら

問あっぱれフェスタ実行委員会(サポートセンター連) ☎360-9778 fax 360-7004

問 障害者支援担当 ☎954-6128 fax 955-2675

紙面中、電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です。



旭区役所

〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856
横浜市 旭区役所 検索



ユニバーサルデザイン
(UD)の考えに基づき、
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。

区人口 239,850人

区世帯数 109,840世帯 (2025年10月1日現在)



月～金曜 8時45分～17時
第2・4土曜 9時～12時※

今月の土曜開庁日
8日・22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。

今月のおしらせ

11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 🏠HP 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)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。



区・市役所から



全長20mのアート作品

カラースガーデン

「あさひ区COLORS GARDEN」が鶴ヶ峰駅に登場!

昨年度開催した親子参加型アートワークショップ「あさひ区 COLORS GARDEN」では、500人を超える親子の皆さんにご参加いただきました。

11月にはGREEN×EXPO 2027開催500日前を記念して、皆さんが思いを込めて描いた花々が一つの巨大なアート作品となり、鶴ヶ峰駅のホームを彩ります。開催地元区の旭区からGREEN×EXPO 2027と一緒に盛り上げましょう!

📍鶴ヶ峰駅ホーム(横浜方面)



▲ワークショップの様子



あさひ区
COLORS
GARDENの
詳細はこちら

📞企画調整係 ☎954-6027 📠955-2856

旭区市民活動 支援センター

みなく

〒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.lg.jp

「みなく」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。

休館日

11月5日(水)・19日(水)
※HPなどでご確認ください。

展示コーナー

🕒11月1日(土)～
30日(日)

旭区こども110番ポスター 旭区PTA連絡協議会

講座・イベント

「まちの楽校」vol.8 〰 お仕事帰りの出会い・つながり・学びの場 〰

テーマに沿ってゲストスピーカーの話を聞きながら、新たな出会いとつながりを作る交流の場です。

今月のテーマ

「ゆるっと末病ケア～冬の食養生～」

🕒11月25日(火)18時30分～20時 📍区内在住・在勤・在学者(中学生以下は保護者同伴) 📄事前に☎、✉(📋**【必要事項】**・年代を記入)



今月の

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。

※閉室となる可能性がありますので、事前にHPなどでご確認ください。

午前開室	11月4日・11日・18日、12月2日・16日(各回火曜)	8時45分～12時15分 (12時受付終了)
午後開室	11月6日(木)・7日(金)・20日(木)・21日(金)、12月4日(木)・5日(金)・18日(木)・19日(金)	12時15分～15時45分 (15時30分受付終了)

📞庶務係 ☎954-6006 📠951-3401

お悩み解決! 分別相談コーナー

ごみ分別のお悩みにお答えします。

🕒11月13日(木)9時～12時、13時～15時 📍区役所1階 📄当日直接
📞資源化推進担当
☎954-6096 📠955-3341

あさひもぐもぐマルシェ (毎月第2金曜)

新鮮な地元の野菜や農作物の加工品を販売します。なくなり次第終了。

🕒11月14日(金)11時～13時 📍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



▲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、省エネなどの取り組みを紹介します。

🕒11月20日(木)10時～11時30分
📍区役所1階 📄当日直接
📞企画調整係
☎954-6026 📠955-2856

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。
【大相談会】11月17日(月)10時～15時
11月18日(火)9時～12時・19日(水)13時～16時

📍区役所1階1番窓口 📄当日直接
📞広報相談係
☎954-6022 📠955-2856

都岡地区恵みの里 体験教室 ～横浜みどりアップ計画～

①キャベツ・ブロッコリー収穫体験in 都岡

🕒12月6日・13日(各回土曜)10時から
💰1組2,000円(キャベツ2玉、ブロッコリー3株付き) 📄11月20日まで
にHP

②大根・白菜収穫体験in都岡

🕒12月13日・20日(各回土曜)10時から
💰大根250円/本、白菜400円/株(収穫した分を買取) 📄11月25日までにHP

.....上記共通.....

📍下川井町の畑(「程ヶ谷カントリークラブ前」バス停下車徒歩6分)※車での来場も可
📍市内在住のグループ(家族・1人でも可)ノ①各回抽選30組②各回抽選20組
※抽選後、当選者にのみ通知

※荒天時は各翌日同時刻に延期

※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



▲詳細はこちら



第15回 旭工場ふれあい見学会

ごみ焼却施設の見学、ごみ収集車乗車体験、リユース家具の配布(抽選)など。

🕒12月7日(日)10時～15時 📍資源循環局旭工場(白根2-8-1)※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。📄当日直接

📞資源循環局旭工場 ☎953-4851 📠953-4852

「あさひ散歩」ウォーキング参加者募集

コース名:東戸塚から旧東海道品濃坂を下り、王子神社・大山前不動・鎌倉ハム発祥の地を経て戸塚宿へ(約7.0Km、約12,700歩)

🕒12月20日(土)9時～9時30分受付(12時30分頃解散)※荒天中止 📍東戸塚駅集合、JR戸塚駅解散 📍50人※落選者にのみ電話連絡
💰500円 📄12月12日(着)でハ、📠、✉、☎
※参加者全員の📋**【必要事項】**・年齢・性別を記入
📞旭ガイドボランティアの会
☎090-3698-1211(SMSも可、当日は7時～7時45分)

【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」あさひ散歩係
📠382-1005
✉asahi_guide@outlook.jp
☎090-3698-1211
(SMSも可)

福祉保健

若者のための専門相談


ひきこもりや不登校などについて相談できます。

🕒11月13日・27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 📍市内在住のおおむね15～39歳の人と家族※支援者、民生委員・児童委員などの皆さんも相談ができます。📄☎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


咳が出なくても「結核」かもしれません

「咳が出ないから大丈夫」と思っていませんか？ 高齢者の結核は、咳が出ないこともあります。そのため、見逃されやすく気づかないうちに症状が進んでしまうこともあります。



こんな体の変化、ありませんか？

- ☐ なんとなく体がだるい、疲れやすい
- ☐ 食欲がない、体重が減ってきた
- ☐ 微熱が続いている、寝汗がある



このような症状が、実は「咳の出ない結核」のサインかもしれません

咳が出ないからと油断せず、体調の変化に気づいたら早めの受診を心がけましょう。
また、元気な高齢者も、年1回は胸部X線検査を受けましょう。
☎ 健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713

HIV・エイズ、知ることからはじめましょう

12月1日は「世界エイズデー」です

「怖い病気」から「コントロール可能な病気」へと変わったエイズ。今では感染しても治療でウイルス量を抑え、他の人への感染を防ぐこともできます。このことを「U=U」といいます。しかし、こうした情報が十分に知られていないため、HIV感染が心配な人が検査や治療をためらってしまうことがあると言われています。
世界エイズデーをきっかけに「U=U」など最新の情報を学び、HIVやエイズについてもう一度考えてみませんか？



HIVやエイズなどに関するパネルを展示します

📅 12月1日(月)～8日(月)8時45分～17時(初日は12時から、最終日は12時まで)📍 区役所1階 ㊟ 当日直接

☎ 健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713

旭区神経系難病患者交流会「あした会」

📅 12月11日(木)13時30分～15時📍 区役所3階カンファレンスルーム 🧑 患者と家族／先着12組 ㊟ 11月11日～12月10日に直接(☎9時から)
☎ 障害者支援担当 ☎954-6128 ☎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

●善意銀行(8月1日～31日)

次の皆さんから寄付をいただきました。
旭区社協ご利用者、ハッ橋 政彦(敬称略)

放課後児童クラブ(学童保育)入会説明会のご案内

放課後児童クラブとは?……主に就労などで昼間保護者が不在の子どもたちが、安全で豊かな放課後を過ごすための居場所です。
令和8年度入会説明会(会場:各クラブ)



クラブ名	所在地	電話番号	説明会日程	時間	予約	開催方法	主な受入対象校
学童保育 レインボークラブ	善部町9-4	365-3245	12月6日(土)	10時から	不要	対面・ オンライン	善部小・さちが丘小・ 希望ヶ丘小
			2026年1月31日(土)	13時から 10時から			
左近山学童クラブスマイル	左近山16-1 左近山団地1-33-203	351-0293	実施未定。詳細はクラブにお問い合わせください。				左近山小
あすなろ学童クラブ	東希望が丘142-7 2階	361-3506	12月13日(土)	14時30分から	要	対面	東希望が丘小・中尾小・ 希望ヶ丘小
学童の家わんぱく	本宿町12-5	362-3952	2026年2月14日(土)	10時から			本宿小
若葉台中央学童保育所	若葉台3-2-101	922-5533	12月13日(土)	16時から	不要		若葉台小・上川井小
わんぱくハウス	鶴ヶ峰2-21-20 川本ビル2階	371-0341	2026年2月7日(土)	15時から	要		鶴ヶ峯小
市沢学童クラブ	市沢町85-7	374-0907	11月29日(土)	14時から	不要		市沢小・川島小・坂本小
			2026年1月24日(土)				
			2026年2月7日(土)				
笹野台げんきキッズ 放課後児童クラブ	笹野台3-48-11	365-4011	2026年2月21日(土)	16時から	要	笹野台小	
放課後児童クラブ 第2ちびっこハウス	中希望が丘94-6 ワージー希望が丘2階	465-4362	11月8日(土)	10時から		希望ヶ丘小	
やつはし学童クラブ	中希望が丘194	364-7771	実施未定。詳細はクラブにお問い合わせください。				希望ヶ丘小
やつはし第2学童クラブ	中希望が丘202						善部小・さちが丘小・中沢小・ 笹野台小・中尾小・三ツ境小・ 東希望が丘小
放課後児童クラブ あい・しらね	鶴ヶ峰本町2-46-1 BFハイツ203・204	953-5360	12月6日(土)	13時から	要	対面	不動丸小・白根小・ 今宿小(徒歩圏内)
横浜旭学童クラブ	中白根2-48-25	080-6723-5772	2026年2月7日(土)	10時から			上白根小・白根小
			11月11日(火)	19時から		オンライン	

【合同説明会】

📅 日時 11月22日(土)10時～12時(9時30分～11時受付) 📍 場所 区役所新館2階大会議室
📌 参加クラブ 学童保育レインボークラブ、あすなろ学童クラブ、学童の家わんぱく、わんぱくハウス、市沢学童クラブ、放課後児童クラブ あい・しらね
📌 資料配付のみ 左近山学童クラブスマイル、若葉台中央学童保育所 ㊟ 申込方法 当日直接会場へ
☎ 放課後児童クラブ あい・しらね ☎953-5360(平日13時～19時、土曜7時30分～19時)

11月は児童虐待防止推進キャンペーン月間です

「児童虐待」は、子どもの心と体に大きな傷を残します。一方で、虐待をしてしまう保護者も、実は周りに相談することができず、困っていることがほとんどです。子どもや保護者を守るために、周りの人の“気配り・気遣い・気付き”がとても大切です。



児童虐待とは

身体的虐待	心理的虐待	ネグレクト	性的虐待
子どもをたたく、外に締め出す行為など	子どもを傷つける言動、暴力的な場面を見せるなど	子どもに必要なお世話をしない、無関心など	子どもにわいせつなことをする、させるなど

～子育て中の皆さんへ～

誰でも、気持ちに余裕がなくなれば、イライラしたり、落ち込んだりすることもあります。そんな時は、ひとりで悩まずにご相談ください。

～子どもたちへ～

皆さんには、大人から守られて、安全に安心して育つ権利があります。もし、かなしい思いをしていたら、ひとりで悩まずに相談してください。

「オレンジリボン運動」

オレンジ色のリボンには、児童虐待防止のメッセージが込められています。

児童虐待のない社会の実現のため、オレンジリボンをつけてみませんか。

リボン配布場所:区役所3階33番窓口



地域の皆さんができること

育児は、周囲の協力が欠かせません。ちょっとしたあなたの行動が、子育て中の人の心の支えになります。地域の子どもの気遣い、子育てを後押しする、そんな地域を広げましょう。ぜひ11月27日の講演会(下記参照)にご参加ください。

虐待かなと思ったら “大人の怒鳴り声”や“長時間子どもの泣き声”が聞こえるなど、「心配だな…」と感じたら、ぜひご連絡ください。

相談窓口

- こども家庭支援課(区役所3階)
☎ 954-6160(平日8時45分～17時) ☎ 951-4683
- よこはま子ども虐待ホットライン
☎ 0120-805-240(24時間365日)
- かながわ子ども家庭110番相談LINE
(月～土曜9時～21時※年末年始を除く)



▲LINEはこちら

関連講演会『気づきがつなぐ 子どもの未来』

- 🕒 11月27日(木) 14時30分～16時30分(30分前開場)
- 📍 旭公会堂(区役所4階) 🎫 抽選300人 📌 杉山 春氏
- 📅 11月17日までに [電子申請](#) ※締め切り後は ☎
- 📞 庶務係 ☎ 954-6006 ☎ 951-3401



▲[電子申請](#)はこちら

☎ こどもの権利擁護担当 ☎ 954-6160 ☎ 951-4683



市版とLink!

リフレッシュのために一時的に保育所などで子どもをお預かりします!

「一時保育」「乳幼児一時預かり」などでは、保護者の急な仕事や病気だけでなく、「用事を済ませたい」「自分の時間を作ってリフレッシュしたい」など、理由を問わずに子どもを預けられます。詳しくは2・3面をご覧ください。

📞 保育担当 ☎ 954-6173 ☎ 951-4683 「ひなたぼっこサテライトでの一時預かり」は12面をご覧ください。



▲旭区の一時的保育実施園はこちら

文化

こんにちは あさひ図書館です



11月23日は「勤労感謝の日」です。お互いに感謝することを忘れず、忙しく働く人に読んでほしい本を紹介します。

この世にたやすい仕事はない

津村 記久子/著 新潮社(2018年刊)

仕事で燃え尽き症候群のような状態になり、逃げるように退職した主人公は、働く意欲を失いながらも新しい仕事を探し始めます。しかし、紹介される仕事は「隠しカメラで小説家を監視」や「怪しい組織とのポスター張り対決」など、一癖も二癖もあるものばかり。身に起こる不思議な体験に振り回される主人公。まさに、「この世にたやすい仕事はない」お仕事小説です。



面倒くさい日も、おいしく食べたい! 仕事のあとのパパッとごはん

一田 憲子/著 SBクリエイティブ(2018年刊)

忙しい中でもおいしく、手早く作れる80品のレシピが掲載されています。「キャベツオムレツ」、「ピーマンのきんぴら」など、時短とは思えない発想力豊かな食事が並びますが、実は「キャベツオムレツ」は昨日の残り物を包んだ物、「ピーマンのきんぴら」は材料を変えたアレンジ、というように雑誌の編集ディレクターも務める著者による工夫が込められています。家に帰れば温かいごはんがあることの幸せが伝わってくる一冊です。



〒241-0005 白根4-6-2

☎ 953-1166 ☎ 953-1179

休館日 11月25日(火) ※[開館](#)などでご確認ください。

図書検索機使い方相談

- 🕒 11月11日・18日、12月9日(各回火曜) 10時～11時30分 🎫 初心者
- 📅 開催時間内随時受付

親子で楽しむおはなし会

- 🕒 11月13日・20日、12月4日(各回木曜) 10時30分から 🎫 0～2歳児と保護者
- 📅 当日直接

秋のかみしばいの会

- 🕒 11月15日(土) ①10時30分から ②11時30分から 🎫 小学生以下(親子で参加可)
- 📅 当日直接

こどもおはなし会

- 🕒 11月16日(日) 11時から 🎫 3歳以上(親子で参加可)
- 📅 当日直接

大人向け製本ワークショップ「クリスマスのアルバム」

針と糸でとじるアルバムのような本と一緒に作りませんか。

- 🕒 12月6日(土) ①10時30分～12時 ②14時～15時30分 🎫 ①②先着8人
- 📌 michijun(製本作家・古田 美知氏、絵本作家・加藤 潤子氏) 📅 11月11日9時30分から ☎、直接

子ども向け製本ワークショップ「クリスマスの絵本」

紙やカラー輪ゴムを使ってオリジナルの絵本を作りませんか。※材料がなくなり次第終了

- 🕒 12月6日(土) ①11時～12時 ②14時～16時 🎫 3歳以上(親子で参加可)
- 📅 開催時間内随時受付(混雑時は整理券配布)

第32回旭区俳句会作品展

17音でつづる言葉の世界。秋の深まるこの季節に、伝統文芸に親しんでみませんか。

㊤11月18日(火)～24日(月・休)10時～17時(初日は13時から、最終日は15時まで)㊦サンハート㊧当日直接
㊨旭区俳句会事務局 相 ㊩371-2381



第5回 横浜アンサンブルコンクール・コンサート

ユーフォニアムを含む金管楽器のアンサンブルのコンクールと演奏会。

㊤11月23日(日・祝)11時～16時(30分前開場) ㊦サンハート ㊧一般1,000円(当日1,300円)、高校生以下は事前予約で無料
㊨詳細は ㊨へ
㊩一般社団法人横浜ユーフォニアム合奏団事務局
㊪y.e.gassoudan@gmail.com



▲詳細はこちら

Bell Flower ハンドベルコンサート 2025

イングリッシュハンドベルの音色をお届けします。曲目:「天使にラブソングを」、「くるみ割り人形」ほか。

㊤12月7日(日)14時～16時(30分前開場) ㊦サンハート ㊧小学生以上／抽選300人※当選者にのみ11月25日までに連絡 ㊨11月3日～12日(着)で ㊩、㊪を下記 ㊨へ(参加者全員の ㊫事項)を記入※申込み1件につき2人まで
㊨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
㊪bellflower1997@yahoo.co.jp



▲Instagramはこちら

スポーツ



旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983 ㊩371-6105 ㊩382-8044

休館日

11月17日(月)

※㊪などでご確認ください。

冬期定期教室(2026年1月～3月開催)

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
㊨11月26日(着)で㊪、㊫(以下①～⑨を記入)または所定の応募用紙に記入してスポーツセンターへ。11月30日までに抽選結果を通知。対象・定員、料金などは、スポーツセンターへお問い合わせください。

①希望教室名(㊩)1枚で1教室のみ)②参加者名(フリガナ)③性別④生年月日・年齢(学年)⑤電話番号⑥郵便番号⑦過去1年間の希望教室への参加有無⑧市外在住・在勤者は勤務先・学校名⑨応募のきっかけ(㊪など)※こども対象教室への参加は保護者の同意が必要

曜日	こども対象教室	開催時間
火	チアダンス スカーレット	15時30分～16時20分
	チアダンス バイオレット	16時30分～17時20分
	キッズKpopダンス 初級	17時10分～17時55分
	キッズKpopダンス 中級	18時～18時45分
水	幼児体操	15時30分～16時30分
	幼児・ジュニアフットサル	15時30分～16時45分
	少年フットサル	17時～18時30分
	スラムミニバスダンク	17時15分～18時30分
木	キッズバドミントン組	17時15分～18時45分
	ドッジボール廻戦	16時～17時15分
	こどもバレエ 初級	17時～17時50分
	全集中! ミニバス道場!	17時30分～18時45分
金	こどもバレエ 中級	18時～18時50分
	ヒップホップ 初級	17時10分～17時55分
	ヒップホップ 中級	18時～18時45分
	ベストキッズ	9時～10時
土	親子体操	10時10分～10時50分
	進め駒! 将棋塾	13時～14時30分

曜日	大人対象教室	開催時間
月	【初級】韓国語を話そう	9時30分～10時30分
	深める陰ヨガ	10時～10時50分
	【中級】韓国語を話そう	10時45分～11時45分
	健康マージャン	9時～10時45分
火	バドミントン	9時～10時45分
	転倒骨折予防	10時～10時50分
	フラダンス初級	11時～11時50分
	こり改善ヨーガ	12時～12時50分
水	卓球(火)	13時～14時45分
	キラっとはつらつ健康	9時30分～10時45分
	達筆への道(硬筆)	9時30分～11時
	Kpop完コピマスター	12時～12時50分
木	ニコニコ機能体操	13時30分～14時30分
	ベーシックピラティス	19時30分～20時20分
	いつまでも健康教室(木)	9時15分～10時30分
	骨盤コンディショニング	10時～10時50分
金	いつまでも健康教室(金) 第1部	9時～9時50分
	ベリーダンス	9時～10時45分
	卓球(金)	9時15分～10時15分
	モリモリ健康力UP教室	10時～10時50分
土	いつまでも健康教室(金) 第2部	10時30分～11時20分
	フラダンス中級	11時～11時50分
	太極拳	11時30分～12時45分
	みんなのテニス教室	13時15分～14時30分
日	有段者への道 はじめての硬筆	17時～18時30分
	いつまでも健康教室(土)	10時～10時50分
	歌声サロン	10時30分～11時30分
	歌おう～ ハモろう～	10時30分～11時30分

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

※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。

区役所1階

今月のるびーぎゃらりーのご案内

区内在住・在勤・在学の個人または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
11月18日(火)～22日(土)	旭区放課後児童クラブ活動展示会
12月9日(火)～15日(月)	やまびこ 山比子書道展

※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。



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る場合があります。事前に ㊪などでご確認ください。

旭公会堂

〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12(区役所4階)
☎954-6154 ☎954-6170
㊨休館 第4月曜(祝日は翌日)

●クリスマスクラフト講座

クリスマスの飾り付けを作って、楽しい時間にしましょう。

㊤11月26日(水)10時～12時 ㊨先着10人
㊨11月12日から ㊩



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
㊪https://sunheart.info/

※㊨詳細は施設へ

●おはなしかい

絵本の読み聞かせや手遊びなど。

㊤11月13日(木)、12月8日(月)10時30分～11時 ㊨未就学児と保護者 ㊨当日直接

●座ってできるエクササイズ!

昭和歌謡に合わせて体を動かしましょう。

㊤11月19日(水)10時～11時(30分前受付開始) ㊨先着30人 ㊧600円※

●サンハートシニア合唱部!

昔懐かしのメロディーを一緒に歌いましょう♪

㊤11月19日(水)14時～15時(30分前受付開始) ㊨先着30人 ㊧1,200円※

●おやこリトミック♪

リズムあそびやふれあいあそび、ボールやバルーンなど親子で一緒に遊びましょう♪

㊤12月5日(金)①10時～10時40分②11時～11時40分 ㊨①0歳児と保護者②1～2歳児と保護者／①②先着13組 ㊧1,000円(1回分)※

●しましま★クリスマスパレード

「しましまのおんがくたい」が奏でるカラフルな音楽をお楽しみください♪

㊤12月13日(土)11時から(30分前開場) ㊨先着300人 ㊧小学生以上1,000円、未就学児500円(当日各200円増)※



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)

●ズーラシア職員のお話と

クリスマスリース工作

㊤12月13日(土)10時～12時 ㊨中学生以下(未就学児は保護者同伴)／先着20組 ㊨11月22日～12月12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

※保育あり(㊨生後2か月以上の未就学児 ㊧有料 ㊨開催日の4日前までに子どもの部屋へ ㊩:862-4750木曜・日曜・祝日を除く9時～16時30分)

●女性のためのこころのケア講座

～DV・モラハラ・トラウマを理解する～

テーマ:コミュニケーションでの心の傷つき

㊤11月22日(土)10時～12時 ㊨女性／先着30人 ㊧600円 ㊨当日直接 ㊨(㊩:862-5058)※

●5日でリスニング!

パソコン基礎スキル講座(全5回)

ワード・エクセル・パワーポイントの基礎を習得しよう!

㊤12月11日(木)・12日(金)・15日(月)・16日(火)・17日(水)10時～15時30分 ㊨女性／先着15人 ㊧24,500円(5回分) ㊨11月15日から ㊪(㊩:862-4496 祝日を除く火曜・金曜・土曜9時30分～12時、13時～15時30分)※

●女の子のための理科実験教室

科学の力でピカピカ! 「汚れ」の正体を科学で探ろう!

㊤12月20日(土)13時30分～15時 ㊨小学4～6年生の女子／先着24人 ㊨11月17日9時から ㊪

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
㊪https://yokohama-sport.jp/kodomo-yc-ysa/
㊨休館 第3月曜(祝日は翌日)

※(消)で ㊫(㊫事項)・㊫・㊫を記入)、㊪

●のしもち作り

㊤12月27日(土)㊨10時～12時㊨13時～15時 ㊨家族／㊨㊨抽選16組 ㊧4,700円(1組3kg分) ㊨11月10日～24日※

●からだ“美”チューニングⅢ(全10回)

㊤2026年1月6日～3月17日の毎週火曜(2月10日を除く)10時45分～11時45分 ㊨16歳以上／抽選30人 ㊧6,000円(10回分) ㊨11月21日～12月5日※

▶マークの凡例は6ページをご覧ください

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

●ピラティス&有酸素運動Ⅲ(全10回)
🕒2026年1月7日～3月18日の毎週水曜(2月11日を除く)10時～11時
👤16歳以上／抽選30人 ¥6,000円(10回分)申11月21日～12月5日※
●アウトドアクラブⅢ(全6回)
🕒2026年1月～3月の第1・3土曜(1月は10日・24日)10時～12時👤小学生以上と保護者／抽選20組 ¥小学生以上5,000円、4歳以上の未就学児2,500円、3歳以下500円(6回分)申11月24日～12月8日※

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

※申当日直接
●ゲームで楽しく脳を鍛えよう(スリーA)
🕒11月13日(木)12時～13時30分👤60歳以上／先着15人 ¥100円持動きやすい服装・タオル・飲み物※
●令和7年度 福寿荘「文化祭」
作品展示や舞台発表、物産展など。
🕒11月17日(月)～23日(日・祝)9時～17時※
●歌声サロン
🕒11月24日(月・休)10時～11時👤60歳以上／先着26人 ¥300円※
●イスを使ってストレッチ
🕒12月2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※
●リンパ体幹ストレッチ(全6回)
基礎代謝アップ、血流改善を目指します。

🕒2026年1月～3月の第1・3木曜(1月は15日・29日)13時30分～14時45分👤60歳以上／抽選24人 ¥1,500円(6回分)申11月11日～18日(着)で往(必要事項・☎・㊟を記入)、直接

●美と健康をいつまでも「ピラティス教室」(全4回)
体幹部・インナーマッスルを鍛え、背骨・骨格・筋肉を整えるエクササイズです。
🕒2026年1月16日・30日、2月6日・20日(各回金曜)13時30分～14時45分👤55歳以上／先着24人 ¥1,000円(4回分)申12月1日から直接
●体操体験プログラム(全4回)

①歌謡曲でリズムダンス②シャドーボクシング③ひもを使って動きらくらく体操④膝・関節痛やわらげ体操
🕒①2026年1月18日(日)②2月15日(日)③3月3日(火)④3月30日(月)13時30分～14時45分👤60歳以上／先着24人 ¥2,000円(4回分)申12月1日から直接

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

●お茶のみサロン・なごんでいきいき! おはなし会
お茶のみサロン「さえずり」と旭・歌と読み語りの会「なごみ」によるお楽しみ企画です。
🕒11月26日(水)14時20分～15時👤60歳以上／先着30人 ¥100円(コーヒー希望者のみ)持上履き 申当日直接

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)

※17時に㊟、直接
●健康マージャンサロン
🕒11月16日～12月7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
🕒11月16日～12月7日の毎週日曜9時～16時👤未就学児と保護者 申当日直接

●おはなしランド
🕒11月22日(土)、12月8日(月)10時30分～11時👤幼児と保護者 申当日直接

●親子で楽しむ人形劇
🕒12月6日(土)10時30分～11時👤小学生以下(未就学児は保護者同伴)／先着30人 申11月11日10時～12月4日※

●住まいのメンテナンス 包丁の研ぎ方
🕒12月13日(土)10時～12時👤18歳以上／先着12人 ¥700円持包丁(2本まで) 申11月15日10時～12月6日※

●お正月を彩る フラワーアレンジメント
🕒12月28日(日)10時30分～12時👤18歳以上／先着12人 ¥2,500円 申11月27日10時～12月18日※

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)

※直接(㊟10時から)
●せせらぎ歌の会
🕒11月12日、12月10日(各回水曜)10時～11時30分👤各回先着50人 ¥200円(1回分)持上履き・靴袋 申当日直接

●くらサポサロン
🕒11月19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

●パソコン個人相談室
🕒12月8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11月11日から※

●ピラティス～初級～
🕒12月17日(水)10時～11時30分👤先着25人 ¥500円 申11月20日から※

●やさしいヨガ教室
🕒2026年1月6日(火)10時～11時👤先着25人 ¥500円 申12月3日から※

●脳を鍛える! インナーマッスル体操
🕒2026年1月8日(木)13時～14時30分👤先着30人 ¥500円 申12月5日から※

東希小コミュニティハウス
〒241-0826 東希望が丘155
☎363-2889 ㊟489-3102
休館 火曜・金曜

●ウィンターコンサート
クリスマスソングなどを吹奏楽の演奏で楽しむコンサート。
🕒12月14日(日)11時～12時👤先着30人 申11月23日～12月7日に直接(㊟翌日から)

ひかりが丘小学校コミュニティハウス
〒241-0001 上白根町1306-14
☎952-3822 ㊟489-7875
休館 火曜・金曜、水曜夜間

●クリスマスリース手作り教室
🕒12月4日(木)10時～12時👤先着16人 ¥2,000円 申11月12日10時～12月3日15時に㊟、直接



横浜わかば学園コミュニティハウス
〒241-0801 若葉台2-1-1
☎㊟922-3221
休館 火曜・金曜、月曜・日曜夜間

●ミニ発表会
🕒11月30日(日)10時～11時👤先着20人 ㊟くぬぎカモネギコーラス、マジック若葉 申当日直接

●背骨コンディショニング(全2回)
🕒12月13日・27日(各回土曜)10時～11時👤18歳以上／先着15人 ¥1,000円(2回分) 申11月15日から直接

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

●懐かしのポピュラーソングコンサート
ポップスバンド「ニューコーヒーカップス」による1960～70年代のヒット曲のコンサート。
🕒12月14日(日)14時～15時30分👤先着50人 申11月15日から㊟、㊟(必要事項)を記入)
●手作りのお正月飾りづくり
🕒12月21日(日)10時30分～12時👤先着20人 ¥2,200円 申11月15日～12月14日に㊟、㊟(必要事項)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)

●センターまつり
🕒11月23日(日・祝)・24日(月・休)10時～15時 申当日直接
●干支のパッチワーク(全3回)
🕒12月1日～15日の毎週月曜13時～15時30分👤18歳以上／先着16人 ¥2,400円(3回分) 申11月11日から直接
●大人の散歩
紅葉スポットを散策します。

🕒12月3日(水)9時～15時30分👤18歳以上／先着16人 ¥700円(別途交通費) 申11月12日から直接

●クリスマスとお正月のポーセリン
オリジナルの食器作り。作る物の種類・数量で材料費が変わります。
🕒12月6日(土)10時～12時👤小学生以上／先着16人 ¥500円(別途材料費) 申11月15日から直接

●AYA先生と英語でクリスマスクッキング
🕒12月13日(土)10時～12時👤小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴)／先着12人 ¥1,000円 申11月26日から直接

●特殊詐欺防止講座
「特殊詐欺」の現状、基本的な予防方法などを学びます。
🕒12月18日(木)10時～12時👤18歳以上／先着16人 申11月27日から直接

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分から直接(㊟翌日から)

●燃焼系「Let'sウォー筋グ!」

ウォーキングで下半身の筋力を鍛えます。

㊟11月18日(火)13時30分～14時30分(20分前受付開始) 18歳以上／先着30人 ¥500円 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申当日直接

●キッズ! 親子でチャレンジとうふづくり

親子二人一組で、ざる豆腐作りに挑戦しませんか。

㊟11月30日(日)10時～12時 小・中学生と保護者／先着6組 申11月11日※

●ピラティス③クラスI・クラスII(全8回)

㊟12月～2026年3月の第1・3木曜(1月は第3・5木曜) ①13時15分～14時30分 ②14時45分～16時 18歳以上の男性／①②先着25人 ¥4,000円(8回分) 申11月20日※

●ボディシェイプ骨盤調整③(全8回)

㊟12月～2026年3月の第1・3土曜(1月は第2・4土曜) 18時30分～20時 18歳以上／先着50人 ¥3,200円(8回分) 申11月22日※

●クリスマス・リース作り

㊟12月7日(日)13時30分～14時30分 18歳以上／先着8人 ¥2,100円 申11月11日※



▲写真はイメージ

●スマホの基本とLINE体験

㊟12月25日(木)10時～12時 18歳以上 先着16人 申11月11日※

希望が丘地区センター

〒241-0825 中希望が丘145-4
☎361-0424 ㊟361-0437
休館 第3月曜(祝日は翌日)

※直接(㊟翌日から)

●センターまつり 2025

ステージ発表や作品展示など。

㊟11月16日(日)10時～15時30分 申当日直接

●ハッピースイーツ②贈り物焼き菓子

㊟12月3日(水)10時～12時45分 18歳以上／先着12人 ¥2,000円 申11月11日～26日に※



▲写真はイメージ

●チョークアート～冬～

下絵にオイルパステルを塗り、指で伸ばして完成させます。

㊟12月4日(木)9時30分～11時30分 18歳以上／先着8人 ¥1,600円 申11月11日～27日に※



●骨盤矯正体操(全8回)

㊟12月～2026年3月の第2・4月曜10時～11時30分 18歳以上／先着70人 ¥4,000円(8回分) 申11月24日～12月1日に※

●秋・冬のリラックスヨガ(全8回)

㊟12月～2026年3月の第2・4火曜 ①12時30分～13時30分 ②14時～15時 18歳以上／①②先着14人 ¥5,600円(8回分) 申11月11日～12月2日に※

●ナイトリラックス体操(全8回)

㊟12月～2026年3月の第2・4木曜18時30分～19時30分 18歳以上／先着14人 ¥4,000円(8回分) 申11月11日～12月4日に※

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時から)

●壁掛けクリスマスツリー

㊟11月25日(火)10時～12時 18歳以上／先着16人 ¥2,000円 申11月11日～23日に※



●老後の不安解消セミナー

個別相談あり。

㊟11月29日(土)10時30分～15時 18歳以上／先着30人 申11月15日～23日に※

●ロビーコンサート

㊟11月30日(日)13時30分～14時30分 エプリーレ&白根シャンテ 申当日直接

●ナイトリラックス体操(全8回)

㊟12月～2026年3月の第1・3木曜(1月は15日・29日)18時30分～19時30分 18歳以上／先着15人 ¥4,000円(8回分) 申11月13日～27日に※

●スイーツびより

ヴィクトリアケーキとスノーボールを作ります。

㊟12月5日(金)10時～13時 18歳以上／先着12人 ¥1,500円 申11月12日～28日に※

●白根おもちゃ病院

㊟12月6日(土)10時～15時 直したいおもちゃ 申当日直接

●サンデー体幹ヨガ1部・2部(全7回)

㊟12月7日・21日、2026年1月18日・25日、2月8日・22日、3月8日(各回日曜) ①9時30分～10時30分 ②10時40分～11時40分 18歳以上／①②先着15人 ¥3,500円(7回分) 申11月16日～30日に※

●リラックス健康体操1部・2部(全7回)

㊟12月11日～2026年3月12日の第2・4木曜 ①9時30分～10時30分 ②10時40分～11時40分 18歳以上／①②先着15人 ¥3,500円(7回分) 申11月13日～12月4日に※

●シェイプアップ・ヨガ(全7回)

㊟12月12日～2026年3月13日の第2・4金曜12時30分～13時45分 18歳以上／抽選50人 ¥3,500円(7回分) 申11月19日(消)で 往(必要事項・年齢を記入)

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11月11日～25日に直接

●なごんでいきいき!おはなし会

「ふるやのもり」「だめといわれてひっこむな」ほか。

㊟11月28日(金)11時20分～12時 18歳以上 旭・歌と読み語りの会 なごみ 申当日直接

●クリスマスシュートレーン

㊟12月3日(水)10時～14時 18歳以上／先着12人 ¥2,000円※



●リズムに合わせて有酸素運動Ⅲ(全8回)

㊟12月～2026年3月の第1・3木曜(1月は第3・5木曜)13時15分～14時15分 18歳以上／先着15人 ¥4,000円(8回分)※

●クリスマスリース

㊟12月5日(金)10時30分～11時30分 18歳以上／先着10人 ¥2,300円※



●お正月飾り

㊟12月19日(金)10時30分～11時30分 18歳以上／先着10人 ¥2,300円※



●クリスマス料理教室

チキンの香草焼き・パンプキンポタージュ・クリスマスケーキなど。

㊟12月20日(土)9時30分～11時30分 18歳以上／先着12人 ¥2,300円※

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)

※9時30分から直接

●若葉台文化祭

～エジョえじょフェスタ～

日頃、若葉台で活躍している人たちの展示や発表など。

㊟【展示・体験・販売】11月22日(土)～24日(月・休)9時～17時(24日は12時まで) 【発表】11月29日(土)・30日(日)9時30分～16時30分(30日は15時まで) 申当日直接

●Sing Along～楽しく歌って心も軽く～3期(全8回)

歌は聞くだけじゃもったいない!仲間たちと奏でるハーモニーを体験しませんか。

12月～2026年3月の第2・4金曜13時～14時30分 18歳以上／先着31人 ¥4,800円(8回分) 申11月14日※

●バイオリンコンサート

～バイオリンとピアノによるクリスマスコンサート～

㊟12月14日(日)14時～15時 18歳以上 先着100人 ¥600円 申11月16日※

●茶道ワークショップ

㊟12月20日(土)10時～11時30分 小学生以上／先着8人 ¥200円 申11月15日※

●元気に笑顔になるヨガ4期(全10回)

㊟2026年1月6日～3月24日の毎週火曜(1月13日、2月24日を除く) ①12時15分～13時15分 ②13時30分～14時30分 18歳以上／①②先着14人 ¥6,000円(10回分) 申12月9日※

●日々ヨガ4期(全11回)

㊟2026年1月8日～3月19日の毎週木曜 ①9時30分～10時30分 ②10時45分～11時45分 18歳以上／①②先着5人 ¥6,600円(11回分) 申12月6日※

●リフレッシュ体操4期(全10回)

㊟2026年1月9日～3月13日の毎週金曜10時30分～12時 18歳以上／先着60人 ¥6,000円(10回分) 申12月5日※

●骨盤体操3期～骨盤整えて正しい身体作り～(全7回)

㊟2026年1月19日～3月16日の毎週月曜(1月26日、2月23日を除く)13時30分～15時 18歳以上／先着60人 ¥4,200円(7回分) 申12月8日※

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。

各種教室・相談のご案内

健康づくり係 ☎954-6146 fax 953-7713

予約制

◆原則として毎月11日以降の教室、相談などを掲載しています

◆予約開始時間は8時45分です ◆詳細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	内容など
乳幼児食生活健康相談	9時～11時※	子どもの食生活に関する相談(30分程度) 区役所3階 申 11月11日から
離乳食教室	12月3日(水) 13時30分～14時30分 (15分前受付開始)	栄養士の話と実演 区役所3階 申 7～8か月児と初めて育児をする保護者／先着20組 申11月11日から
生活習慣病予防相談	11月27日(木) 午後※ 12月9日(火) 午前※	生活習慣病予防のための生活習慣や禁煙、食生活、口腔ケアなどについて、個別に相談をお受けします。 区役所3階 申 随時

※時間は予約時に説明

よこはま動物園

ズーラシア

だより

Vol.215

〒241-0001 上白根町1175-1 ☎959-1000(総合案内所)

ズーラシア 検索

11月11日～12月10日の休園日

毎週火曜

今月のズーラシアグッズ

レッサーパンダ立

11月のおすすめ

村田園長のとっておき写真展 with wizoo～The Africa～

「アフリカ」をテーマに、村田園長が園内で撮影した写真と、写真家の高野洋さん(動物園水族館探求メディアwizoo代表)がアフリカで撮影した動物の写真を展示します！

11月5日(水)～12月1日(月) 区役所3階

ズーラシアどうぶつ ズーラシア む・アップ

レッサーパンダ

レッサーパンダはネパールからインドにかけて分布するネパールレッサーパンダと、中国雲南省・四川省からミャンマー北部の山地林に分布するシセンレッサーパンダの2亜種がいます。当園で飼育しているのはシセンレッサーパンダです。野生では木の洞や小さい洞穴などで、メスだけで子育てを行います。

ズーラシアでは6月25日に双子の赤ちゃんが誕生しました。1頭は母親のキクが巣箱で、もう1頭はやむを得ず、人工哺育で子育てを行っています。環境の違いはありますが、それぞれが順調に成長しています。

キクの子育てや2頭の赤ちゃんの様子は公式SNSやブログにて随時発信していますので、ぜひご覧ください。

▲母親のキクと自然哺育の赤ちゃん(6月30日撮影)

▲哺乳中の人工哺育の赤ちゃん(8月10日撮影)

オンラインでできる主な手続きをご案内します

横浜DIGITAL窓口

公立保育所の育児支援

12月のお正月飾り作り (ひかりが丘保育園)

保育所であそびませんか 検索

※保育所により内容が異なります。

旭区内の公立保育所では、園庭開放や育児講座、交流保育、絵本の貸し出しなどを行っています。12月の育児講座は今宿西地域ケアプラザで「親子でエクササイズ」を開催します。詳細は下記の二次元コードからパマトコの「イベント・教室・講座情報」をタップしてください。 未就学児と保護者

左近山保育園 ☎351-1929

ひかりが丘保育園 ☎953-2081

今宿保育園 ☎953-2306

柏保育園 ☎361-8887

私立保育所や幼稚園などで行われている育児講座については、各園のHPをご覧ください。

旭区地域子育て支援拠点 ひなたぼっこ

開館時間：10時～16時 休館日：原則毎週日曜・月曜・祝日 ※ などでご確認ください。

◆ひなたぼっこ 二俣川1-67-4 ☎442-3886 fax 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 fax 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したり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。 詳細はHPまたはチラシでご確認ください。

▲ はこちら

● 専門相談 普段気になっている心配事を話してみませんか。

種類	日時	申込み(☎、直接)
ひなたぼっこ		
公認心理師	11月26日(水)10時～11時30分	11月12日から
	12月24日(水)10時～11時30分	12月10日から
管理栄養士	12月2日(火)10時～11時30分	11月18日から
助産師	12月16日(火)13時30分～15時	12月2日から
サテライト		
公認心理師	12月18日(木)10時～11時30分	12月4日から
管理栄養士	12月19日(金)13時30分～15時	12月5日から
助産師	11月26日(水)10時～11時30分	11月12日から
	12月24日(水)10時～11時30分	12月10日から
保健師	12月11日(木)10時～11時30分	11月27日から

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会を実施しています。HPからお申し込みください。ご都合が合わない場合はお問い合わせください。 ☎442-3038 (火～土曜 9時～17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。 ☎【ひなたぼっこ】489-6170 【サテライト】752-8354 (火～土曜 10時～16時)

一時預かり

「サテライト」で一時的にお子さんをお預かりします。 ☎752-8002(火～土曜 9時～17時)