

広報よこはま あさひ区版／2025(令和7)年8月号／No.334

# 8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！

木漏れ日とジャズが奏でる、  
夏の休日。♪

## '25 横浜旭ジャズまつり YOKOHAMA SWING EMOTION VOL.34

8月31日 日 ※雨天決行  
11時40分開演(20分前開場)  
会場 こども自然公園野球場

### プログラム♪

オープニングアクト 11時40分～11時50分

ハッ橋幼稚園マーチングバンド

アマチュアステージ 12時～14時50分

※公開オーディションにて5組を選出

- Brass Honkers
- Yass!!
- じやすず
- アンコ型弾丸ブラザーズ
- Baysound Jazz Orchestra

特別企画 希望が丘中学校吹奏楽部

プロステージ 15時10分～20時40分

藤井 空

海野 雅威

bohemianvoodoo with 辻本 美博

木住野 佳子 with 小沼ようすけ

早見 優 with J J M



Photo by John Abbott  
藤井 空



海野 雅威



◀ プロミュージシャンの  
詳細はこちら

ご案内

前売り券4,000円、当日券5,000円、  
中学生以下無料(要保護者同伴)

入場料 学割あり! 当日のみ学生証提示で2,000円

※前売り券は、相鉄線駅売店(横浜、鶴ヶ峰、三ツ境、瀬谷、さがみ野、  
海老名)、旭区民文化センター サンハート、セブンイレブン、  
ローソン、ファミリーマートなどで販売中

アクセス 二俣川駅南口より徒歩約15分

主催:横浜旭ジャズまつり実行委員会 共催:旭区文化振興会・旭区役所

詳細は、横浜旭ジャズまつり公式ホームページへ

□ 横浜旭ジャズまつり実行委員会連絡事務所

□ 304-9000 □ info@asahijazz.net

□ 生涯学習支援係 □ 954-6094 □ 955-3341



△HPはこちら



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

ペアチケットを  
5組10名様に

プレゼント!

申込みは  
8月17日までに  
電子申請 から▶



※当選者にのみ8月25日までに連絡

※写真は前回の様子です

食べて! 飲んで!



キッチンカー。  
お店が大集合!  
(持ち込みも可)



14時～18時

●子ども向け楽器体験会  
(サックス、ドラム、ウクレレ)を  
開催します。  
●誰でも演奏できる  
キーボードとギターも設置♪  
音楽好き、集合!!!



楽器を思いっきり  
楽しもう!

レストハウス前の  
広場は入場無料!

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



区の人口 240,137人



区の世帯数 109,783世帯

(2025年7月1日現在)



開  
庁  
日

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

9日・23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。

# ジョブスポット旭で はじめの一歩 踏み出しませんか?

~生活困窮者自立支援制度のご案内~

## 利用までの流れ

ジョブスポット旭を利用するには、  
生活支援課での手続が必要です。

### STEP 1 生活支援課に申込み

電話か窓口で  
ご相談ください。

### STEP 2 支援プラン作成

区役所新館生活支援課で  
自立相談支援員が  
「支援プラン」を作成します。

生活支援課の自立相談支援員があなたにとってベストな方法を一緒に考えます。漠然とした不安のある人でも、長期的な目標を立てていくことができます(相談内容により、適切な相談先などを紹介する場合もあります)。



▲生活困窮者自立支援制度の動画はこちら



※ジョブスポット旭の利用をサポートする生活支援課の職員です。

### STEP 3 ジョブスポット旭で利用スタート!

## ジョブスポット旭って? //

区役所と連携して就労を支援する、ハローワークの出先機関です。  
一人一人に担当がついて、丁寧に就職までのお手伝いをします。  
(令和6年(2024年)度は145人が就職)



ジョブスポット旭での  
相談の様子



パソコンを使って  
仕事探しができます

相談に来た人に寄り添い、  
じっくり話を聞きます。

すぐに働きたい人には、  
応募書類記入や面接練習の  
支援もできます。



ジョブスポット旭のナビゲーター

## 利用者の声 //

将来に漠然とした不安が  
あったけれど、  
話を聞いてもらいながら  
自分のペースで  
仕事探しができました。



時間に制限があるので、  
自立相談支援員と相談して  
フルタイムではなく、  
パートタイムから  
始めることにしました。



自分にも、まだ働く  
チャンスがあることに  
気づくことができました。  
相談してよかったです。



### 要チェック! ジョブスポット旭

### 見学&説明会を開催します!

- いつもは制度利用者だけが入れるジョブスポット旭の中を、この日だけは誰でも見学できます(事前予約制)。このチャンスをお見逃しなく!

日時 9月4日(木)①9時30分から②11時から

場所 区役所本館2階ジョブスポット旭前  
(あさひくんぬいぐるみ前)

定員 各回先着10人

申込み 8月12日9時から 電子申請



▲電子申請はこちら

# 今月のおしらせ 8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 □FAX □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。



## 区・市役所から

### 二俣川駅行政サービスコーナー及び二俣川図書取次所を臨時休所します

問二俣川駅行政サービスコーナー □366-6615  
問中央図書館サービス課 □262-0050

休所日  
8月21日(木)

### 8月・9月・10月は旭区SDGs月間!

旭区SDGs月間には、区内のさまざまな団体がSDGsの目標達成につながる取り組みやイベントを実施しています。

SDGsは持続可能な世界を実現するために、国際連合で採択された世界共通の「みんなの目標」です。

自分には関係ないと思わず、まずは「SDGsを知る」「身近な取り組みを知る」「身近なイベントに参加する」など、できることから始めてみませんか。



▲各団体の取り組みやイベントは[こちら](#)



### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



問企画調整係 □954-6027 □955-2856

### あさひみらい塾2025の受講者を募集します!

あなたの「やってみたい地域活動」に一步近づく連続講座を開催します。9月の講座は区内で活躍している「地域人」から活動を始めたきっかけや活動の楽しさを聞くオープン講座です。

旭区 あさひみらい塾 [検索](#)

**[テーマ] 地域人デビュー講座～みんなの知りたい「場づくり」・「イベント企画」～[プログラム]**

日 時	主な内容
① 9月13日(土)13時～15時	講演、地域の活動者とのトークセッション
② 10月4日(土)13時～16時	自己紹介、個人ワーク
③ 10月6日(月)～17日(金)のうち1～2日 (日程・見学先の詳細は当選者に通知)	地域活動の出張見学
④ 10月25日(土)13時～16時	グループプラン作成
⑤ 11月8日(土)13時～16時	プラン発表

□旭区市民活動支援センター「みなくる」全5回参加できる人／抽選15人(①のみ参加者／抽選40人)

申8月22日までに[電子申請](#)

問みなくる □382-1000 □382-1005



▲電子申請は[こちら](#)

### 旭区市民活動支援センター



「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.lg.jp

#### 休館日

8月2日(土)・3日(日)・  
6日(水)・20日(水)  
※HPなどでご確認ください。

#### 展示コーナー

8月1日(金)～14日(木) 写真作品展 フクジュ・フォトクラブ

#### 講座・イベント

##### 「まちの楽校」vol.5 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

##### SDGs「つくる責任・つかう責任」を学ぶ ～世界にひとつだけのエシカルリップグロスづくり～

8月26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)／先着12人 ¥500円  
申 詳細は施設へ

#### 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。

8月	午前開室	5日・19日(各回火曜)	8時45分～12時15分 (12時受付終了)
	午後開室	7日(木)・8日(金)・21日(木)・ 22日(金)	12時15分～15時45分 (15時30分受付終了)
9月	午前開室	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	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)

問庶務係 □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。

8月14日(木)9時～12時、13時～15時 □区役所1階 申 当日直接

問資源化推進担当

□954-6096 □955-3341

#### 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。

8月18日(月)13時～16時(1人25分) □区役所1階1番窓口 □先着6人

申 □、直接(随時)

問広報相談係

□954-6022 □955-2856

#### 「あさひ散歩」ウォーキング参加者募集

コース名:関内地区(元・横浜開港場)の古い建物を廻る(約4.4km、約8,000歩)

9月20日(土)9時～9時30分受付(12時30分頃解散)※荒天中止 □JR桜木町駅新南口(関内駅寄り)改札集合、JR関内駅南口解散 □50人※落選者にのみ電話連絡 ¥500円 申 9月12日(日)で△、□、△、□、△ ※参加者全員の必要事項・△・性別・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)

問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)

**都岡地区恵みの里「稲刈り・脱穀体験教室」  
～横浜みどりアップ計画～(全2回)**

● 稲刈り:9月27日(土)9時30分から、脱穀:10月11日(土)13時30分から※雨天延期  
■ 矢指町の田んぼ(下川井ICそば)※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20組※当選者にのみ通知  
￥1組10,000円(玄米5kgプレゼント)  
申9月10日までにHP※作物の生育状況などにより、内容変更や中止になる場合があります。

問 北部農政事務所 ☎ 948-2480 fax 948-2488



▲申込みはこちら

**第35回旭ふれあい区民まつり ～ステージ出演団体募集～**

● 10月19日(日)10時～15時※荒天中止 ■ 旭公会堂(区役所4階) ■ 区内在住・在勤・在学者を含むグループ(申込多数の場合抽選)  
申8月22日(着)で申込用紙を下記□へ※申込用紙は区役所2階21番窓口、区内地区センターで配布中(HP)からダウンロード可)

問 地域活動係(区民まつりステージ担当)  
☎ 954-6094 fax 955-3341



▲HPはこちら

## 福祉保健

**職場でも健康づくりを実践しませんか?**

「仕事中に体を動かす機会が少ない」「仕事中、眠そうな人やいつも疲れている人がいる」「腰や肩が痛い」こんな悩みを、仕事中のちょっとした工夫で解決しましょう。

CHECK!

1日の中で体を動かす時間が少ない人は、腰痛や肩こり、頭痛につながりやすいといわれています。  
仕事中にできることを一つでも取り入れてみましょう。

- ✓ 少しの時間でも体を動かすためのストレッチや体操を実践。
- ✓ 通勤時に1駅歩く。
- ✓ デスクワークの時間に、1時間ごとに座りっぱなしを中断してストレッチ、屈伸。



健康づくりを1人で続けることは難しいと思われるかもしれません。  
職場で仲間と一緒に心と体の健康づくりを始めましょう。

旭区では職場を通した健康づくりを「健康経営事業」として応援しています。

詳細はHPをご覧ください。

問 健康づくり係 ☎ 954-6146 fax 953-7713



▲HPはこちら



**～あふれる緑 輝く笑顔 さああそぼう 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を開催! 区内の保育所などが連携して、子育てのヒントとなる情報や子どもたちが喜ぶ楽しい遊びを提供します(参加無料)。

日程	時間	会場
9月9日(火)	10時～11時30分	希望が丘地区センター
9月19日(金)		旭区民文化センター サンハート
10月28日(火)	10時～12時	白根地区センター
10月30日(木)		鶴ヶ峰地域ケアプラザ(鶴ヶ峰1-38-3)

■ 未就学児と家族／各回先着35～50組  
申8月12日から横浜市子育て応援アプリ「パマトコ」



▲詳細・申込みはこちら

**旭区神経系難病患者交流会「あした会」**

● 9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  
申8月12日～9月10日に直接(☎9時から)  
問 障害者支援担当 ☎ 954-6128 fax 955-2675

**集団講座「血糖値を下げよう!」(全2回)**

ヘモグロビンエーワンシー  
**「HbA1cが高め」と言わざることがある皆さんへ**

健康診断の結果を基に生活習慣を見直し、糖尿病の重症化予防を目指します。

● 9月29日、12月8日(各回月曜)13時30分～15時30分※どちらかのみの参加も可 ■ 区役所新館2階大会議室 ■ 40～74歳で、血液検査でHbA1cの値が5.6～6.9%の人／各回先着45人  
持 最新の生活習慣病健診等検査結果  
申8月12日～9月12日に

問 健康づくり係 ☎ 954-6146 fax 953-7713

**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。

● 8月14日・28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。申で下記へ※予約に空きがあれば当日も可

問 よこはま西部ユースプラザ ☎ 744-8344 fax 744-8322

**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 fax 392-0222

**●善意銀行(5月1日～31日)**

次の皆さんから寄付をいただきました。

旭区舞踊協会、介護老人保健施設 希望の森、荻窪 邦昭、志澤 希久子、匿名2件(敬称略)

## スポーツ

**旭スポーツセンター**

休館日

8月18日(月)

※HPなどでご確認ください。

**秋期定期教室(10月～12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

申9月9日(着)でHP、往(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。9月12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。

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
月	深める陰ヨガ	10時～10時50分
月	【中級】韓国語を話そう	10時45分～11時45分
火	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
火	転倒骨折予防	10時～10時50分
火	フラダンス初級	11時～11時50分
火	こり改善ヨガ	12時～12時50分
火	卓球(火)	13時～14時45分
水	キラットはつらつ健康	9時30分～10時45分
水	達筆への道(硬筆)	9時30分～11時
水	Kpop完コピマスター	12時～12時50分
水	ニコニコ機能体操	13時30分～14時30分
水	ベーシックピラティス	19時30分～20時20分
木	いつまでも健康教室(木)	9時15分～10時30分
木	骨盤コンディショニング	10時～10時50分
木	いつまでも健康教室(木) 第1部	9時～9時50分
木	ペリーダンス	9時～10時45分
木	卓球(金)	9時～10時45分
木	モリモリ健康力UP教室	9時15分～10時15分
金	いつまでも健康教室(金) 第2部	10時～10時50分
金	フラダンス中級	10時30分～11時20分
金	フランメンコ	11時～11時50分
金	太極拳	11時30分～12時45分
金	みんなのテニス教室	13時15分～14時30分
金	有段者への道 はじめての硬筆	17時～18時30分
土	いつまでも健康教室(土)	10時～10時50分
土	歌声サロン 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!



インスタグラム



エックス

※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。

**旭プール**

〒241-0005 白根2-33-1  
☎953-5010 ☎953-5012  
**休館日 8月無休**  
※HPなどでご確認ください。

**●2025年度 第2期水泳教室(9月~12月)**

幼児から18歳以上を対象とした水泳教室を開催します。  
※開催期間、申込方法などの詳細はHPでご確認ください。  
▲HPはこちら

**文化**

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**8月18日(月)  
※HPなどでご確認ください。

暑い日が続いています。読書で少しでも涼をとってみませんか。今回は背筋が冷えるようなホラー小説を、和と洋から1冊ずつ紹介します。寝苦しい夜などに読んでみてください。

**きのうの影踏み**

辻村 深月/著 KADOKAWA(2015年刊)

「本作は全くのフィクションではなく、現実と地続きの物語です。」(出版社HPより)と作者が語るとおり、日常と隣り合わせの心靈現象をつづった13の短編集です。友人が語る子どもの頃にはやった都市伝説や、作家仲間の元に届く不可解な手紙。少しずつにじり寄る恐怖が、著者特有の柔らかな筆致で描かれます。

**いまにヘレンがくる**メアリー・ダウニング・ハーン/作  
もりうちすみこ/訳 偕成社(2023年刊)

母親の再婚によって家族になった、妹のヘザー。実の父親にしか懐かず、悪態ばかりつく義妹に、モリーは嫌気がさしていました。そんな折、両親の提案で田舎に引っ越しした一家。自然豊かな環境を喜ぶ両親とは裏腹に、退屈な田舎に子どもたちは閉口し、ヘザーの態度はさらに悪化します。ある日モリーは一人で墓地にいるヘザーに気づき、後を追います。遠巻きにモリーが見たのは、周りに誰もいない中、「ヘレン」という女の子と会話をするヘザーの姿でした。

**図書検索機使い方相談**

①8月12日・26日、9月9日(各回火曜)10時~11時30分 **初心者** 申開催時間内随时受付

**親子で楽しむおはなし会**

わらべうたと絵本の読み聞かせ。

②8月14日・21日、9月4日(各回木曜)10時30分から **0~2歳児と保護者** 申当日直接

**パネル展示「横浜の生き物たち」**

スズメバチの標本や横浜にすむ生き物のパネルを展示します。

③8月19日(火)~9月1日(月) **申当日直接**

**どこどこおはなし会 アフリカの巻**

アフリカの絵本の読み聞かせなど。

④8月20日(水)11時から **3歳以上(親子で参加可)** 申当日直接

区役所1階

**今月のるびーぎやらりーのご案内**

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。

問 生涯学習支援係  
☎ 954-6094  
fax 955-3341

**展示日**

8月19日(火)~25日(月)

**展示内容**

横浜旭ジャズまつり歴代ポスター展

9月2日(火)~8日(月)

エコキャンドルホルダー展

※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。

**みなさんのおかげサマーコンサート2025**

旭区のチームも参加する夏のゴスペルコンサートです!

①8月31日(日)14時~17時(30分前開場) **旭公会堂(区役所4階)**

申当日直接

問 Pi'sful World Music ☎ 0465-46-8486



▲詳細はこちら

**第32回 旭美展作品募集**

油彩・水彩など、4~50号の作品を募集します。

①10月21日(火)~26日(日) **サンハート** 高校生以上 ￥一般4,000円、高校生1,000円(1人2点まで。未発表の作品に限る) 申10月18日10時~17時にサンハートへ直接 ②詳細は区役所2階22番窓口、サンハートで配布中の出品申込書を参照

問 旭美術協会事務局 内山 ☎ 080-5039-4959



▲詳細はこちら

**「フラフェスティバル『Puka'ana O Ka Lā』」の出演者を募集します!**

ステージでフラダンスを踊ってみませんか? 幅広い世代からのご応募をお待ちしています。

①10月22日(水)13時~16時(30分前開場) **旭公会堂(区役所4階)** 区内で活動する4人以上のグループ ￥990円(支払方法は申込後、別途連絡) 申8月31日までに ②(グループ名・代表者名・人数・曲目・所要演奏時間を記入)

問 フラフェスティバルPuka'ana O Ka Lā実行委員会 加藤 ☎ 090-6003-0576 hulafes.pokl@gmail.com

**「旭区 おどろう会芸能祭」の出演者を募集します!**

日本舞踊のイベント出演者を募集します。幅広い世代からのご応募をお待ちしています。

①10月24日(金)12時~16時30分(30分前開場) **旭公会堂(区役所4階)** ②1曲6分以内の出演ができる個人・団体 ￥1組3,000円 申8月29日までに ③(出演者名・曲目を記入)

問 旭区おどろう会 原田 ☎ 080-1348-0763 fax 366-2777

**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HPなどでご確認ください。**●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。

①9月24日(水)10時~11時(30分前受付開始) **先着30人** ￥600円 申9月10日から ②直接**●サンハートシニア合唱部!**

昔懐かしのメロディーと一緒に歌いましょう♪

①9月24日(水)13時30分~14時30分(30分前受付開始) **先着30人** ￥1,200円 申9月10日から ②直接**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 fax 465-6246  
休館 第3月曜(祝日は翌日)**●夏の工作**

自分だけのオリジナル万華鏡を作ろう。

①8月24日(日)10時~12時 **中学生以下(未就学児は保護者同伴)** /先着20人 申8月11日10時~23日16時に ②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 fax 391-6930  
✉ sunheart@sunheart.info  
HP https://sunheart.info/

**●おはなしかい**

絵本の読み聞かせや手遊びなど。

①8月21日(木)10時30分~11時 **未就学児と保護者** 申当日直接**●おやこトリミック♪**

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♪

①9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) 申詳細は施設へ

▶マークの凡例は7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

**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  
HP <https://www.women.city.yokohama.jp/>  
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)

## ●心とからだを整える

## 産後のセルフケア

バランスボールを使って、楽しみながら産後の不調を改善。  
⌚ 9月9日(火)10時~11時30分  
産後の女性(生後2か月~210日の乳児1人同伴可)／先着16人 ¥1,000円  
申8月15日からHP※

## ●女性のじごとと生活設計相談

現在の収入・資産や年金、家族の状況などを含めた、今後の生活設計についての相談。

⌚ 9月20日(土)13時から、14時から、15時から(各回50分)  
女性／各回先着1人 申8月11日から☎、直接※

## ●女性向けPC講座

## 「情報セキュリティ」

インターネットの仕組みやトラブル、安全対策について学ぼう!  
⌚ 9月24日(水)10時~15時30分  
女性／先着15人 ¥6,100円  
申8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)※

**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)

※(消)で往(必要事項・☎・☎を記入)、HP

## ●ほのぼのファミリーキャンプ 秋

自然遊び、野外ゲーム、クラフト、野外炊事、夜の集いなど。  
⌚ 9月27日(土)13時~28日(日)15時  
6人以内の家族／抽選18組  
中学生以上6,600円、小学生6,100円、4歳以上の未就学児4,400円、3歳以下500円  
申8月8日~22日※

## ●ファミリークッキング ピザC

季節の食材で石窯焼きのピザ作り。  
⌚ 10月11日(土)10時~14時  
8人以内の家族／抽選10組  
中学生以上2,300円、小学生1,700円、4歳以上の未就学児1,200円、3歳以下100円  
申8月25日~9月8日※

**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)

●ボッチャ体験・練習会  
(毎月第4水曜)

⌚ 8月27日(水)9時~11時40分  
先着15人 申8月11日9時30分~27日に直接(☎12時30分から)

●2025あさひボッチャ  
ふれあい大会(予選会)

⌚ 9月6日(土)9時~12時[本選大会]  
9月28日(日)⌚ 先着8組 申8月11日~23日に☎(必要事項・☎を記入)、直接(9時30分~19時)

**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)

## ●パソコン個人相談室

⌚ 9月8日(月)13時30分~14時30分、14時40分~15時40分  
各回先着3人 ¥500円(1回分)  
申8月11日から直接(☎10時から)

## ●せせらぎ歌の会

⌚ 9月10日(水)10時~11時30分  
⌚ 先着50人 ¥200円 持上履き・靴袋  
申当日直接

## ●ピラティス~初級~

⌚ 9月17日(水)10時~11時30分  
⌚ 先着25人 ¥500円  
申8月21日から直接(☎10時から)

## ●脳を鍛える! インナーマッスル体操

⌚ 10月2日(木)13時~14時30分  
⌚ 先着30人 ¥500円  
申9月5日から直接(☎10時から)

## ●やさしいヨガ教室

⌚ 10月7日(火)10時~11時  
⌚ 先着25人 ¥500円  
申9月3日から直接(☎10時から)

**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

## ●骨盤調整体操

⌚ 9月11日(木)10時~11時30分  
18歳以上／先着20人 ¥300円  
申8月21日~9月4日に直接(☎8月23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

## ●終活セミナー

## 大切な人生に“想いをつなぐ”

大切な人生の想いをエンディングノートに残しましょう。

⌚ 8月25日(月)10時~11時30分  
18歳以上／先着20人 申8月11日~24日15時に直接(☎10時から)

**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

## ●背骨コンディショニング(全2回)

⌚ 9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8月16日から直接

**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 每月最終火曜

●チャリティーコンサート  
(ロックコンサート)

参加費の一部を能登半島地震義援金として寄付します。コーヒー1杯付き!

⌚ 8月11日(月・祝)11時~12時  
⌚ 先着70人 ¥300円から  
申当日直接

## ●民謡サロン

三味線・太鼓の音に乗って、楽しく歌おう!!

⌚ 8月13日(水)13時~15時  
60歳以上／先着10人 ¥500円  
申当日直接

●ゲームで楽しく脳を鍛えよう  
(スリーA)

⌚ 8月14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  
申当日直接

## ●おりがみ&amp;おしゃべりタイム

⌚ 9月2日(火)13時~14時30分  
60歳以上／先着20人 ¥200円  
申当日直接

## ●令和7年度後期「趣味の部屋」受講生募集

教室名	日 時	定員(抽選)	費 用
伊勢道中記(全12回)	第1・3水曜 12時~14時	16人	1,500円
歌うチャーミング体操(全12回)	第1・3木曜 12時30分~14時	15人	3,000円
手話を学ぶ(全12回)	第1・3金曜 10時~11時30分	16人	2,500円
歌って楽しいボイトレ(全12回)	第2・4月曜 12時~14時	28人	2,500円
鉛筆で描く愛犬・愛猫(全6回)	第3月曜 12時~14時	10人	2,500円

⌚ 10月~2026年3月  
60歳以上  
申8月18日~9月8日(着)で往(必要事項・☎・☎を記入)、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。

**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)

**●いちざわおはなしの森**

読み聞かせ、手遊び歌など。  
⌚8月16日(土)10時30分～11時  
未就園児と保護者／先着8組 申当日直接

**●料理教室②**

旬の野菜を中心を使った料理を作ります。  
⌚9月1日(月)10時～13時 18歳以上／先着12人 ¥2,000円 申8月11日から直接  
**●エッセイ教室(全4回)**  
⌚9月～10月の第1・3火曜13時～14時30分 18歳以上／先着8人 ¥4,000円(4回分) 申8月12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)

**●フリーアドバイス バドミントン**

⌚8月17日(日)①9時15分～10時15分②10時15分～11時45分(①②15分前受付開始) 小学生以上の①初心・初級者②中・上級者／①②先着20人 ¥300円(1回分) 持上履き・ラケット 申当日直接

**●燃焼系「Let'sウォーキング!**

ウォーキングで下半身の筋力を鍛えます。  
⌚8月19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 持動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申当日直接

**●フリーアドバイス 卓球**

⌚8月23日(土)12時20分～14時40分(10分前受付開始) 小学生以上／先着16人 ¥200円 持上履き・ラケット 申当日直接

**●今宿サマーフェスタ**

地元の皆さんの活動発表イベント。  
⌚9月6日(土)・7日(日)10時～17時(7日は15時まで) 申当日直接

**●季節のタルト作り**

秋にふさわしいブドウのタルトを作ります。  
⌚9月10日(水)10時～13時 18歳以上／先着12人 ¥2,000円 申8月11日から直接(翌日から)



▲写真はイメージ

**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)

**●骨盤矯正体操(全7回)**

⌚8月25日～11月24日の第2・4月曜(9月は8日・22日・29日、10月は13日)10時～11時30分 18歳以上／先着65人 ¥3,500円(7回分) 申8月11日～18日に直接(翌日から)

**●台湾屋台ごはん**

肉圓を作ります。

⌚9月17日(水)10時～12時45分 18歳以上／先着12人 ¥2,000円 申8月11日～9月10日に直接(翌日から)

**●簡単な韓国語会話入門****(中高生向け)**

簡単なあいさつなどを学ぶ体験教室です。

⌚10月4日(土)10時～11時 中学・高校生／先着20人 ¥500円 申8月11日～9月27日に直接(翌日から)

**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)

**●にんぎょうげき**

演目：「さかななり」ほか。

⌚8月16日(土)10時30分～11時15分 小学生以下(未就学児は保護者同伴)／先着30人 人形劇団げんき村 申当日直接

**●ロビーコンサート****弦楽器で奏でるクラシック**

⌚8月24日(日)13時30分～14時30分 申当日直接

**●スマホカメラ上達講座(全4回)**

⌚8月30日～10月11日の隔週土曜10時～11時30分 18歳以上／先着10人 ¥2,500円(4回分) 申8月13日～23日に直接(10時から)

**●2025あさひボッチャ****ふれあい大会(予選会)**

⌚9月6日(土)9時15分～12時 [本選大会] 9月28日(日) 先着8組 申8月11日～25日に直接(10時から)

**●白根おもちゃ病院**

⌚9月6日(土)10時～15時 直したいおもちゃ 申当日直接

**●ロビーコンサート 懐かしのヒット曲**

⌚9月7日(日)10時30分～11時30分 申当日直接

**●いいことづくり!****ボイストレーニング(全3回)**

⌚9月11日～10月9日の第2・4木曜12時30分～13時30分 18歳以上／先着15人 ¥2,000円(3回分) 申8月14日～9月4日に直接(10時から)

**●ぶれひっぷほっぷだんす(全6回)**

⌚9月11日～12月11日の第2・4木曜(10月23日を除く)15時30分～16時15分 4歳以上の未就学児／抽選12人 ¥3,000円(6回分) 申8月19日(消) 申で往(必要事項)を記入

**●ヒップホップダンス1部・2部(全6回)**

⌚9月11日～12月11日の第2・4木曜(10月23日を除く)①16時20分～17時20分②17時25分～18時25分 小学生／①②抽選15人 ¥3,000円(6回分) 申8月19日(消) 申で往(必要事項)・学年を記入

**●スマホ入門編**

⌚9月19日(金)10時～12時 18歳以上／先着10人 申8月15日～9月7日に直接(10時から)

**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)

**●筋膜リリース・美姿勢II・A(全8回)**

⌚9月～12月の第1・3火曜(9月は2日・30日)10時～11時10分 18歳以上／先着23人 ¥4,000円(8回分) 申8月11日～25日に直接

**●2025あさひボッチャ****ふれあい大会(予選会)**

⌚9月6日(土)9時20分～12時(20分前受付開始) [本選大会] 9月28日(日) 先着8組 申8月11日～25日に直接

**●リンパ体幹ストレッチII(全4回)**

⌚9月～12月の第2月曜13時20分～14時35分 18歳以上／先着12人 ¥2,000円(4回分) 申8月11日～25日に直接

**●筋膜リリース・美姿勢II・B(全8回)**

⌚9月～12月の第2・4火曜10時～11時10分 18歳以上／先着23人 ¥4,000円(8回分) 申8月11日～25日に直接

**●季節のスイーツケーキ作り**

⌚9月24日(水)10時～12時30分 18歳以上／先着14人 ¥2,000円 申8月11日～25日に直接

**Keimin-sweets**

▲写真はイメージ

**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)

**●わかばこどもおはなしかい**

⌚8月16日(土)10時30分～11時 未就学児と保護者 申当日直接

**●こども食堂 ポピー**

メニューは当日のお楽しみ!

⌚8月16日(土)11時～14時 50人 ¥300円(高校生以下無料) 申当日直接

**●バドミントン教室**

⌚8月16日(土)15時～17時(15分前受付開始) 小学生以上／先着15人 ¥500円(小学生200円) 申当日直接

**●ロビーコンサート**

～姉妹で奏でるバイオリンとピアノの秋のコンサート～

⌚9月7日(日)14時～15時 先着60人 ¥600円 申8月17日9時30分から直接

**●そらまめ共催事業****おやこおはなしかい**

⌚9月9日(火)11時30分～11時45分 そらまめ(若葉台3-5-1) 未就学児と保護者 ¥100円 申当日直接

**●気軽に楽楽バレエ♪(全6回)**

椅子を使用してバレエの要素を取り入れながら行う体操です。

⌚9月～11月の第2・4木曜10時～11時 先着10人 ¥3,600円(6回分) 申8月21日9時30分から直接

**●茶道ワークショップ**

薄茶の平点前と客の作法の習得。

⌚9月20日(土)10時～11時30分 小学生以上／先着8人 ¥200円 申8月16日9時30分から直接

**●リフレッシュ体操 3期(全9回)**

3期から先着順となります。

⌚10月3日～12月19日の毎週金曜(10月31日、11月21日・28日を除く)10時30分～12時 先着60人 ¥5,400円(9回分) 申9月5日9時30分から直接

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。

## 各種教室・相談のご案内 予約制

問 健康づくり係 ☎ 954-6146 fax 953-7713



- ◆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月3日(水)	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 申込 8月12日から
離乳食教室		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 申込 7～8か月児と初めて育児をする保護者／先着20組 申込 8月12日から
生活習慣病 予防相談	8月27日(水)	午後※ 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 申込 随時
	9月5日(金)	午前※ むし歯予防の話、歯磨きの方法など 区役所3階 申込 6か月～1歳6か月児と保護者／先着16組 申込 8月12日から
乳幼児 歯みがき教室	9月12日(金)	10時～11時 (15分前受付開始) むし歯予防の話、歯磨きの方法など 区役所3階 申込 6か月～1歳6か月児と保護者／先着16組 申込 8月12日から

※時間は予約時に説明



〒241-0001  
上白根町1175-1  
☎ 959-1000(総合案内所)

ズーラシア 検索

8月11日～

9月10日の休園日

毎週火曜

今月の  
ズーラシアグッズ



ズーラシア親子  
フランソワルトン

8月のおすすめ

ナイトズーラシア

「よこはま夜の動物園」開催日は、開園時間を20時(入園は19時)まで延長します! 普段は見られない夜の動物たちの姿をご覧ください。

8月の毎週土曜・日曜、8月11日(月・祝)



### フランソワルトン

フランソワルトンは、ベトナム北部から中国南部の河川に面した石灰山地や険しい岩山のある熱帯モンスーン林に生息しています。中国では伝統的な薬になると言われており、密猟されていることなどが原因で絶滅危惧種に指定されています。

生まれたばかりの赤ちゃんの毛はオレンジ色をしています。生後3か月を過ぎたあたりから、成長とともに成獣と同じ黒色になっていきます。

ズーラシアでは、4月12日に次いで4月29日に赤ちゃんが誕生しました。1頭目の母親のチョコは、過去に3頭を育てたことがあるベテランママで、甘えん坊な赤ちゃんをとてもたくましく育てています。2頭目の母親のアマナツは、初産ですが赤ちゃんをしっかりと抱き、落ち着いてお世話をしています。別々の群れで違う子育ての様子が見られそうです。



▲1頭目の赤ちゃんと  
母親のチョコ



▲2頭目の赤ちゃんと  
母親のアマナツ



▲昨年の様子(アムールヒョウ)

## 公立保育所の育児支援

9月の交流保育  
(柏保育園)



保育所で遊びませんか?

検索

※保育所により内容が異なります。

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。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

※ HP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。



▲HP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)
<b>ひなたぼっこ</b>		
公認心理師	8月27日(水)10時～11時30分	8月13日から
	9月24日(水)10時～11時30分	9月10日から
管理栄養士	9月2日(火)10時～11時30分	8月19日から
助産師	9月9日(火)13時30分～15時	8月26日から
<b>サテライト</b>		
公認心理師	9月18日(木)10時～11時30分	9月4日から
管理栄養士	9月19日(金)13時30分～15時	9月5日から
助産師	8月27日(水)10時～11時30分	8月13日から
	9月24日(水)10時～11時30分	9月10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)

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**

