

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.348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

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

プログラム ※演奏順

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 ●じゃずず ●アンコ型弾丸ブラザーズ
●Yass!! ●横浜国立大学 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 guest Tia
●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

◀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

食べて! 飲んで!



14時～18時

- 子ども向け楽器体験会
(サクソ、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!キッチンカー・
お店が大集合!
(持ち込みも可)

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)の考え方にに基づき、
より多くの人に見やすく読
みまがえにくいデザイン
の文字を採用しています。区人口 240,137人
区世帯数 109,783世帯
開庁日 月～金曜 8時45分～17時
第2・4土曜 9時～12時※

区世帯数 109,783世帯 (2025年7月1日現在)

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。

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。

ジョブスポット旭で

仕事探し

自分探し

初めの一步 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きが必要です。

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があります)。



▲生活困窮者自立支援制度の動画はこちら

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。自立相談
支援員※

STEP 3

ジョブスポット旭で
利用スタート!

※ジョブスポット旭の利用をサポートする生活支援課の職員です。

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。

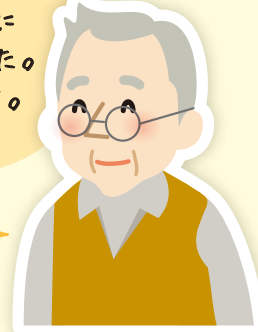
(令和6年(2024年)度は145人が就職)

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
仕事探しことができました。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。
相談して良かったです。

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ら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 〳〵 ぼくが目印だよ 〳〵

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 📠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。



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館取次所を
臨時休所します

🗨二俣川駅行政サービスコーナー ☎366-6615
🗨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に、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



🗨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 (日時・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)

📄8月22日までに電子申請



▲電子申請はこちら

🗨みなくる ☎382-1000 📠382-1005

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.lg.jp

休 館 日

8月2日(土)・3日(日)・
6日(水)・20日(水)

※📄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📄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📄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)

🗨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📄当日直接

🗨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

📄、直接(随時)

🗨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)の古い建物を巡る(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📄9月12日(着)で📠、📠、📠、📠※参加者全員の必要事項・年齢・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)

🗨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) ※車でのお来場も可 🏠 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) 📅 9月10日までに 📄 ※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。

📍 北部農政事務所 📞 948-2480 📠 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) 📅 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(📄 からダウンロード可)

📍 地域活動係(区民まつりステージ担当)

📞 954-6094 📠 955-3341



▲📄 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」「工作中、眠そうな人やいつも疲れている人がある」「腰や肩が痛い」こんな悩みを、仕事の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📄 をご覧ください。

📍 健康づくり係 📞 954-6146 📠 953-7713



▲📄 はこちら



～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)	10時～12時	旭区民文化センター サンハート
10月28日(火)		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
📅 8月12日から横浜市子育て応援アプリ「パマトコ」
📍 左近山保育園 📞 351-1929 📠 351-1912



▲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 📅 8月12日～9月10日に直接(📞 9時から)
📍 障害者支援担当 📞 954-6128 📠 955-2675

集団講座「血糖値を下げよう！」(全2回)
「HbA1cが高め」と言われた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月は栄養士による食生活講座、12月は運動講師による実技講座を実施します。

📅 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 📄 最新の生活習慣病健診等検査結果 📅 8月12日～9月12日に📞

📍 健康づくり係 📞 954-6146 📠 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。 📄 📞 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

旭区社会福祉協議会

〒241-0022 鶴ヶ峰1-6-35 「ばれっと旭」内 📞 392-1123 📠 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)

※📄 などでご確認ください。

〒241-0011 川島町1983 📞 371-6105 📠 382-8044

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
📅 9月9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。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。

- 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 パイオレット	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
水	キッズKpopダンス 中級	18時～18時45分
	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
木	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
	ドッジボール廻戦	16時～17時15分
金	こどもバレエ アリエル 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
	こどもバレエ アリエル 中級	18時～18時50分
土	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 進め駒! 将棋塾	9時～10時 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
火	健康マージャン	9時～10時45分
	バドミントン	
	転倒骨折予防	10時～10時50分
水	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
	卓球(火)	13時～14時45分
木	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
金	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
土	骨盤コンディショニング	10時～10時50分
	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	
日	卓球(金)	9時～10時45分
	モリモリ健康力UP教室	9時15分～10時15分
	いつまでも健康教室(金) 第2部	10時～10時50分
月	フラダンス中級	10時30分～11時20分
	フラメンコ	11時～11時50分
	太極拳	11時30分～12時45分
火	みんなのテニス教室	13時15分～14時30分
	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
水	歌声サロン	10時30分～11時30分
	歌おう～ ハモろう～	

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。

旭プール

〒241-0005 白根2-33-1
☎953-5010 ☎953-5012

休館日 8月無休

※☎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☎、☎で確認ください。



▲☎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)

※☎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霊現象をつづった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

☎8月12日・26日、9月9日(各回火曜)10時～11時30分 初心者 申込開催時間内随時受付

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。

☎8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 申込当日直接

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。

☎8月19日(火)～9月1日(月) 申込当日直接

どどこおはなし会 アフリカの巻

アフリカの絵本の読み聞かせなど。

☎8月20日(水)11時から 3歳以上(親子で参加可) 申込当日直接

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。

☎生涯学習支援係
☎954-6094
☎955-3341

展示日	展示内容
8月19日(火)～25日(月)	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!

☎8月31日(日)14時～17時(30分前開場) ☎旭公会堂(区役所4階)

申込当日直接

☎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。

☎10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) 申込10月18日10時～17時にサンハートへ直接※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

☎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。

☎10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) 申込8月31日までに ☎、☎(グループ名・代表者名・☎・人数・曲目・所要演奏時間を記入)

☎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。

☎10月24日(金)12時～16時30分(30分前開場) ☎旭公会堂(区役所4階)

☎1曲6分以内の出演ができる個人・団体 ¥1組3,000円 申込8月29日までに ☎、☎(出演者名・☎・曲目を記入)

☎旭区おどろう会 原田 ☎080-1348-0763 ☎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☎などでご確認ください。

今川公園

〒241-0033 今川町96-2
☎☎366-9290

●楽しい工作遊び

木の枝や竹を使って遊び道具や飾りなどいろいろなものを作ってみよう!

☎8月21日(木)10時～12時 ☎小学3年生以上／先着5人 ¥500円 申込8月11日～18日に ☎(10時～16時)

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/

●おはなしかい

絵本の読み聞かせや手遊びなど。

☎8月21日(木)10時30分～11時 ☎未就学児と保護者 申込当日直接

●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♪

☎9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) 申込詳細は施設へ

●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。

☎9月24日(水)10時～11時(30分前受付開始) ☎先着30人 ¥600円 申込9月10日から ☎、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♪

☎9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 申込9月10日から ☎、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 ☎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。

☎8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 申込8月11日10時～23日16時に ☎、直接

▶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
🌐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)

●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📅8月15日から🌐※

●女性のし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📅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📅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
🌐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)、🌐

●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📅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📅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📅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📅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)📅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📅上履き・靴袋📅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📅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📅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📅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📅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📅8月11日～24日15時に直接(☎10時から)

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

●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📅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📅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📅動きやすい服装・タオル・飲み物📅当日直接

●おりがみ&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📅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
歌うチャームング体操(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📅8月18日～9月8日(着)で往(必要事項・👤・希望教室一つを記入)、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

●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)📅8月16日から直接

●知って楽しい歴史講座

「江戸の浮世絵と横浜浮世絵」

🕒9月21日(日)10時～12時👤60歳以上／先着25人 ¥200円📅8月11日から直接

●横浜歴史散策

「横浜を浮世絵で巡る開港場」

🕒9月25日(木)8時30分～12時30分📅横浜そごう時計下集合、横浜公園解散予定👤60歳以上／先着20人 ¥500円📅8月11日から直接

●古典文学「芭蕉の旅 野ざらし紀行」(全12回)

🕒10月～2026年3月の第2・4水曜12時～14時👤60歳以上／先着28人 ¥2,500円(12回分)📅8月20日から直接

●40歳から始めよう「健康エアロビクス」(全8回)

🕒11月～2026年2月の第1・3火曜13時15分～14時30分👤40歳以上／抽選24人 ¥2,000円(8回分)📅9月2日～8日(着)で往(必要事項・👤を記入)、直接

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)

●いちさわおはなしの森

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

旬の野菜を中心に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ウォー筋トレ」

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べる体験教室です。
🕒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:「さかなつり」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あさひポ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 持直したいおもちゃ 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

●いいことずくめ!

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)

●ぶれひっぶほっぷだんす(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)で往(☎必要事項・年齢を記入)

●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)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あさひポ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



▲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 👤先着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 おやおはなしかい

🕒9月9日(火)11時30分～11時45分 曲そらまめ(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

健康づくり係 ☎ 954-6146 ☎ 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

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 8月12日から

離乳食教室

9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 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 随時

9月5日(金)

午前※

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 6か月～1歳6か月児と保護者／先着16組 申 8月12日から

※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.212

〒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

ズーラシア親子
フランソワルトン

ズーラシアどうぶつ
ZOO
む・ア・ップ

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

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)

▲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)

保育所であそびませんか 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 ☎ 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)

ひなたぼっこ

公認心理師

8月27日(水)10時～11時30分
9月24日(水)10時～11時30分

8月13日から
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

サテライト

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
9月24日(水)10時～11時30分

8月13日から
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