

広報よこはま あさひ区版 / 2026(令和8)年5月号 / No.343

5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5期 きらっとあさひプラン

「旭区をこんなまちにしたい!」がまとまりました!

旭区にお住まいの一人一人、自治会町内会などの地域組織、医療機関・福祉施設といった関係機関など、皆さんからのご意見やご提案を基に、旭区を暮らしやすいまちにするための目標・取り組みをまとめました。

旭区 地域福祉保健計画の愛称です。



▲QRはこちら



きらっとあさひプラン マスコットキャラクター あさちゃん

旭区をこんなまちに!

- お互いをよく知り、認め合うまち
- さりげなく見守り、日常の交流でゆるやかにつながるまち
- 困りごとをさまざまな人や団体で話し合えるまち
- どこに相談しても必要な支援につながるまち
- 企業や法人も活躍できるまち
- 今の活動も続けやすいまち
- 誰もが気軽に地域と関われるまち

旭区では4割以上の世帯がひとり暮らしなんだって



ひとり暮らしの人、子育て中の人、高齢の人、障害や病気のある人、みんなが安心して暮らせるまちがいいな



私たち一人一人ができることはなんだろう?



まちの取り組みを紹介!



多世代・多様な人々が交流
不動丸ファーム

小学校の畑を活用!
収穫した野菜は学校給食や地域食堂に提供しています。



地域のうちの親子の居場所
わたりどり子ども食堂

まちの飲食店が
子ども食堂をオープン!
まちのボランティアも協力しています。

☎ 954-6143 ☎ 953-7713



旭区長 堀口 和美

旭区長就任のごあいさつ

旭区民の皆さま、4月1日に区長に就任しました堀口 和美です。

旭区は、「豊かな自然」と「都市の暮らし」が調和し、地域に根差した活力ある取り組みが随所に息づく、温かな支え合いとつながりのあるまちだと感じています。こうした旭区において、皆さまと一緒にまちづくりに取り組めることに、大きな喜びと責任を感じております。

横浜グリーンエクスポの開催まで、いよいよ1年を切りました。開催地元区として、旭区の魅力を広く発信し、地域の皆さまと力を合わせて機運を高めてまいります。

そして、地域の支え合いとながりを一層深め、誰もが安心して自分らしく暮らし続けられる旭区の実現を目指して取り組んでいきたいと思っております。

引き続き、ご支援とご協力をよろしく願います。

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。



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	239,595人	区世帯数	110,383世帯 (2026年4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・子ども家庭支援課の一部業務を行っています。

地域で見つかる あなたの ちょっと楽しい♪

自治会町内会は、防災や防犯、見守り、まちをきれいにする活動やイベント実施などで、日々の暮らしを支えています。

自治会町内会の活動・詳細はこちら▶



世代を超えた、様々な活動でまちをより良く!



鶴ヶ峰ふれあい桜まつり
(鶴ヶ峰地区町内会連合会)

自治会ではさまざまな考え方が集まります。大変なこともありますが、皆が地域を良くしたい同じ思いで、無理なく楽しく活動しています。



さが丘原自治会会長 石塚さん

お花を植えたり、掃除をしたりして、まちをきれいに!



花壇の整備
(本宿西部自治会)

子どもを通じて地域の方と関わる機会が増え、地域とのつながりが広がったと感じています。



本宿西部自治会 中西さん

自治会町内会以外にも、自分のやりたいことを実現しながら、地域のつながりを作る活動があります!



「働く」がキーワードの実験拠点
「トリオ左近山」

スタートしました!

よこむすび

横浜地域活動・ボランティア情報サイト

横浜市内の地域で活動する団体のイベント情報やボランティア募集情報を集めたポータルサイトです。気になる活動にまずは参加してみませんか?

▲詳細はこちら



今月のおしらせ

5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

大雨・台風に備えよう!

✓「ハザードマップ」をチェック

自宅周辺の危険箇所や避難場所を確認しましょう。



ハザードマップ紹介動画をYouTubeで公開中!



各種ハザードマップや動画はこちら▲



✓マイ・タイムラインの作成

自分や家族専用の避難行動計画を作成しましょう。



▲詳細はこちら

防災情報の収集方法はこちら!

▶旭区役所ホームページ

区内の避難情報や、避難場所の開設状況などをお知らせします。



▲HPはこちら

▶横浜市防災・危機管理X

避難に関する情報や気象警報の発表・解除に関する情報などの防災情報を発信します。



▲X

▶横浜市防災情報Eメール

メールで防災情報を配信します。



こちらに空メールをして登録▶

▶横浜市避難ナビ

避難所検索などができる防災アプリです。



▲iPhone版



▲Android版

☎️庶務係 ☎️954-6007 📠951-3401

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。

🕒5月18日(月)9時~12時・19日(火)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

物価高騰対策

ヨコハマ生活応援クーポン ~区役所相談ブース・郵便局出張相談会~



申し込み手続きをお手伝いします! 📄当日直接

▲詳細はこちら

区役所相談ブース	🕒4月27日(月)~6月30日(火)の平日9時~17時	📍区役所2階総務課窓口前
郵便局出張相談会	🕒5月11日(月)~15日(金)の9時~17時	📍横浜若葉台郵便局(若葉台3-5-1)
	🕒6月29日(月)~7月3日(金)の9時~17時	📍横浜南希望が丘郵便局(南希望が丘56-6)

📍ヨコハマ生活応援クーポンコールセンター ☎️0570-045-456(平日9時~17時、6月5日までは21時まで) 📠050-3588-8362

上瀬谷新たな交通の整備に関する都市計画

●市素案縦覧 横浜市HPでも掲載

🕒5月15日(金)~29日(金)(土日を除く)8時45分~17時15分

📍都市整備局都市計画課 📄当日直接



▲市素案縦覧・公聴会はこちら

●市素案説明会

🕒①5月15日(金)19時から②5月16日(土)13時30分から

(①②同内容) 📍瀬谷公会堂(瀬谷区二ツ橋町190) 📄当日直接



▲市素案説明会はこちら

●動画配信も行います

🕒5月15日(金)~29日(金) [横浜市 市素案説明会](#) 🔍検索

●公聴会

公述の申し出があった場合に開催します。開催の有無は、6月3日以降に横浜市HP、☎️で確認してください。

🕒7月2日(木)19時から 📍瀬谷公会堂 🧑公述人/抽選10人 📄5月15日~29日17時15分(着)で公述申出書を都市整備局都市計画課に郵送か持参(土日を除く8時45分~17時15分)、📧電子申請

※公述申出書は5月15日から横浜市HP・都市整備局都市計画課で配布

📍都市計画手続・公述申出先について:都市整備局都市計画課

☎️671-2657 📠550-4913

📍事業内容について:脱炭素・GREEN×EXPO推進局上瀬谷交通整備課

☎️671-4607 📠550-4106

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。

🕒5月14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

ハチの巣は早期発見・早期駆除!

4月初旬頃からハチが巣を作り始めます。夏から秋にかけて巣が大きくなるので、今の時期に点検し、安全に早く対処(駆除)しましょう。

相談の多いハチの巣

去年と同じ巣は使いません!

スズメバチの巣

春(4月~5月)

夏(6月~8月)



▲7月~8月頃(1.5cm以上)

頑張って巣を作るわよ!

越冬から目覚めた女王バチが1匹で巣を作り始める。

▲4月~6月頃(初期:10~15cm)

働きバチが羽化し、巣が大きくなる。

旧女王バチと働きバチが死滅。新女王バチは越冬。



zzz...

巣が最大になり、雄バチと新女王バチが羽化。

秋の終わり(11月~12月)

秋(9月~10月)

アシナガバチの巣



アシナガバチは多くの場合、自分で駆除ができます。



▲駆除についての詳細はこちら

巣を作られやすい場所

- ①家の天井裏、壁の中
- ②戸袋の中
- ③垣根、植え込みの中
- ④木の洞の中 など

区役所では

- ・ハチの巣の探索・駆除は行いません。
- ・スズメバチの巣は、安全のため専門業者(有料)による駆除がおすすめです。
- ・駆除業者を知りたいなどの場合は下記☎️へ相談してください。

オンラインでハチの相談ができます

📧電子申請でも、区内にできたハチの巣に限り相談を受け付けています。詳細は、環境衛生係HPをご覧ください。



▲電子申請はこちら

📍環境衛生係 ☎️954-6168 📠952-1504

お散歩マナーも地域の見守りも、愛犬と一緒に! 旭区わんわんパトロール 隊員募集!

旭区わんわんパトロール隊とは

犬のお散歩の時に、正しいマナーのお手本を示してお散歩マナーの啓発活動♪
愛犬と気軽に取り組める、地域の見守り活動を始めませんか?

パトロールの内容

- 腕章、リード標を着けて、いつものコースを散歩してください。
- 特別な散歩コースを通る必要はありません。
- 危険な箇所には近づかないでください!
- 犯罪を目撃したり、不審な人物や車両を見つけたりした場合は、迷わず110番してください。



わんわんパトロール隊参加要件

- 区内在住で、横浜市に飼い犬の登録をしている人
- 狂犬病予防注射を適切に接種している人
- リードを必ず着ける、フンを持ち帰る、などのマナーを守って散歩している人
- 区役所が依頼するWEBアンケートに協力できる人

隊員には
腕章・リード標を
プレゼント!



申 電子申請 または、HPに掲載している登録申請書を直接、
fax、☎



▲電子申請はこちら

旭区わんわんパトロール 検索

問 環境衛生係 ☎ 954-6168 fax 952-1504 ✉ as-eisei@city.yokohama.lg.jp

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 fax 382-1005
✉ as-manabi@city.yokohama.lg.jp

休館日

5月6日(水・休)・
20日(水)

※HPなどでご確認ください。

講座・イベント

「まちの楽校」vol.14

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

「発酵とカフェ〜麴のある暮らしとカフェのお話〜」

☎ 5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) 申 事前に☎、☎(必要事項・年代を記入)

お仕事帰りの出会い・
つながり・学びの場♪



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。

5月	午前開室	12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	14日(木)・15日(金)・21日(木)	12時15分～15時45分 (15時30分受付終了)
6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 fax 951-3401

旭区防災講座を開催します!

災害時の「自助」や、となり近所の助け合いを中心とした「共助」の内容を中心に、防災意識向上や、町の防災組織の対応力向上に向けた講座です。

☎ 6月6日(土) 14時～17時 区役所新館2階大会議室 新任の自治会町内会長、防災関係者、防災に関心がある人、区内在住・在学の子供・先着40人 申 6月5日12時までに電子申請またはHPに掲載の申込書を郵送、fax、☎

問 庶務係 ☎ 954-6007 fax 951-3401
✉ as-anzen@city.yokohama.lg.jp



▲電子申請はこちら ▲HPはこちら

「あさひ散歩」ウォーキング参加者募集

コース名:二俣川の歴史の地、明治の学び舎と古社・名刹を巡る(約5.8km、約10,500歩)

☎ 6月20日(土) 8時30分～9時受付(12時30分頃解散)※荒天中止 二俣川駅改札集合、解散 50人※落選者へのみ電話連絡 ¥500円 申 6月12日(着)で☎、fax、☎、☎※参加者全員の必要事項・性別・コース名を記入

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)

【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
fax 382-1005
✉ asahi_guide@outlook.jp
☎ 090-3698-1211 (S M S 可)

福祉保健

クイズで知ろう! たばこのこと 5月31日は世界禁煙デーです



世界禁煙デーは、たばこを吸わないことが当たり前になることを目指して設定された日です。区役所では、禁煙や受動喫煙防止の啓発イベントを開催します。パネル展示のほか、たばこの知識を楽しく学べるクイズ、禁煙を始める方法や相談先も紹介します。クイズ参加者にはあさひくんシールをプレゼントします。

ご自身やご家族の健康づくりのきっかけとして、お気軽にご参加ください。

☎ 5月26日(火)～6月1日(月) 区役所1階 申 当日直接

問 健康づくり係 ☎ 954-6146 fax 953-7713

からだの健康は、お口から



40歳以上の横浜市民の約65%が歯周病にかかっています。お口の健康の維持は、全身の健康維持につながります。

歯周病は、歯垢の中の歯周病菌が歯茎に炎症を起こし、進行すると歯を支える骨が溶ける病気で、歯を失う最大の原因です。予防には、自分で毎日お口のケアをすること、かかりつけ歯科医院での定期健診が大切です。

6月は歯と口の健康週間です。

区役所で歯科相談会などを実施します。ぜひお越しください!



▲詳細はこちら (4月末公開予定)

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。
☎ 5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

旭区難病講演会 進行性核上性麻痺

病気の理解と治療、日常生活について。
☎ 7月1日(水) 14時～16時 区役所新館2階大会議室 患者と家族/先着30人 聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院 脳神経内科部長 萩原 悠太医師
申 6月1日～19日に ☎(必要事項・年齢を記入) (☎9時から)
問 障害者支援担当 ☎ 954-6128 fax 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 fax 392-0222

●善意銀行(2月1日～28日)

次の皆さんから寄付をいただきました。
神奈川県理容生活衛生同業組合旭支部、たかはし書道教室(敬称略)

文化

こんにちは
あさひ図書館です

休館日

5月18日(月)

※用などでご確認ください。

〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166 ㊟953-1179

図書館に並ぶどの本にも、その一冊一冊には出版社の存在があります。今月は、そんな「出版社」を舞台に、思い描いていた夢とは違う場所で奮闘する主人公を描いた小説を紹介します。

プリティが多すぎる

大崎 梢 / 著 文春文庫(2014年刊)

大手出版社で文芸編集者を目指す佳孝。しかし春の異動先は、ローティーン向けファッション雑誌「ピピン編集部」でした。キラキラした服や、ゴテゴテしたファンシーグッズ、モデルの女の子に向けて「可愛い!」という言葉が飛び交う、まさに「プリティが多すぎる」現場だったのです。何の興味も持てず、絶望する佳孝でしたが、仕事に誇りを持つ編集者たちの姿や、熾烈な競争の中で輝こうとするモデルたちに心を打たれ、彼の中で少しずつ何かが変わり始めます。



校閲ガール

宮木 あや子 / 著 KADOKAWA/角川文庫(2016年刊)

ファッション雑誌の編集者になることを夢見て、入社した悦子。しかし配属されたのは、原稿の誤りや不備をチェックする「校閲部」でした。苦手な校閲にしぶしぶ取り組む毎日ですが、大御所作家が行方不明になったり、本の内容に口を出し、担当を外されてしまったりと、トラブルだらけ。しかし、そんなトラブルと向き合う中で、悦子は「校閲には校閲にしか守れない正義がある」と気づきます。



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。

🕒5月14日・21日、6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

こどもおはなし会

旭図書館40周年記念イベント「のりもの」おはなし会です!

🕒5月17日(日)11時から 📍3歳以上(親子で参加可) ㊟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
5月19日(火)~25日(月)	旭美術友の会ロビー展

※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。

春の文化イベントのご案内

春は出会いの季節。新しい旭の楽しみを見つけに来ませんか。

第46回旭区三曲演奏会

🕒5月17日(日)11時から(30分前開場) 📍サンハート ㊟当日直接

☎旭区三曲会事務局 ☎365-4468

第39回 旭区民合唱祭

🕒5月17日(日)12時から(30分前開場) 📍旭公会堂(区役所4階)

㊟当日直接

☎旭区民合唱祭実行委員会事務局 ☎080-5452-1932

第39回あさひ茶花道協会 いけ花展・お茶会

🕒5月23日(土)・24日(日)10時~16時(茶席は15時受付終了)

📍旭公会堂(区役所4階)

💰【茶席】500円(1回分)、【ワークショップ】300円(1回分) ㊟当日直接

☎あさひ茶花道協会事務局 ☎090-7807-1536

スポーツ

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983

☎371-6105 ㊟382-8044

旭スポーツセンター公式SNS



Instagram



X

休館日

5月18日(月)

※用などでご確認ください。

夏期定期教室(7~9月開催)

👤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 ㊟5月27日(着)で㊟、㊟(右の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。5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) ※「親子体操」希望者は親子両方の②~④を記入 ※こども対象教室への参加は保護者の同意が必要

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
	フラダンス初級	11時~11時50分
	こり改善ヨガ	12時~12時50分
	卓球(火)	13時~14時45分
水	キラッとほつらつ健康	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
	ニコニコ機能体操	13時30分~14時30分
木	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
	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
	ベリーダンス	9時30分~10時20分
	いつまでも健康教室(金)第2部	10時~10時50分
	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
	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
土	いつまでも健康教室(土)	10時~10時50分

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
	キッズバドミントン組	17時15分~18時45分
木	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
	こどもバレエ 中級	18時~18時50分
金	横浜エクセレンスバスケット特訓	19時~20時30分
	ヒップホップ 初級	17時10分~17時55分
土	ヒップホップ 中級	18時~18時45分
	ベストキッズ	9時~10時
	親子体操	10時10分~10時50分
	進め駒! 将棋塾	13時~14時30分

※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。

▶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



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☎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)

旭公会堂フェスティバル2026 出演団体大募集

📅9月12日(土)10時～13時 📍区内・近隣区で活動している団体/抽選6組
📅5月11日～20日の10時～20時に ☎、直接

今川公園

〒241-0033 今川町96-2
☎☎366-9290

●ひょうたんのランプシェード作り

📅5月23日(土)10時～12時 📍小学3年生以上/先着5人 ¥800円
📅5月11日～20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/

●おやこではじめる★

プレピアノ どれみキッズ

ピアノ教室に通う前の一歩を、親子で体験しませんか?

📅5月15日(金)①10時～10時40分 ②11時～11時40分 📍1～3歳児と保護者/①②先着10組 ¥1組1,000円(1回分)📅詳細は施設へ

●おはなしかい

📅5月22日(金)10時30分～11時 📍未就学児と保護者📅当日直接

●あさひ名画座「麦秋」

大家族が離散していく姿と時代の流れを描いた、小津 安二郎の傑作。

📅6月7日(日)13時30分から(30分前開場)📍小学生以上/先着200人
¥1,000円(当日200円増)📅詳細は施設へ



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

●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～
DVなどによる心の傷つきを理解し、自身を大切にケアする講座です。

📅5月12日(火)10時～12時 📍女性/先着35人 ¥600円📅当日直接
☎☎:862-5058※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)

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

●歌声サロン

📅5月25日(月)10時～11時 📍60歳以上/先着26人 ¥500円📅当日直接

●イスを使ってストレッチ

📅6月2日(火)11時15分～12時15分 📍60歳以上/先着30人📍動きやすい服装・タオル・飲み物📅当日直接

●演芸大会

歌謡・民謡・踊り・朗読・演奏など。参加賞(コーヒー1杯)あり!

📅6月20日(土)10時30分～14時30分 📍60歳以上/先着39組📅5月11日から直接

●スマホ教室

1対1でじっくり学んでみませんか。

📅7月3日(金)①9時30分から②10時20分から③11時10分から④12時30分から⑤13時20分から(各回45分) 📍60歳以上/各回先着1人
¥1,000円(1回分)📅6月3日から直接

●イスでリズムカル体操(全8回)

📅7月～10月の第1・3火曜13時15分～14時30分 📍60歳以上/抽選24人 ¥2,000円(8回分)📅5月11日～18日(着)で📍(☎)を記入、直接

●らくに動ける紐体操(全5回)

📅8月13日～10月8日の第2・4木曜13時15分～14時15分 📍60歳以上/抽選24人 ¥1,250円(5回分)📅6月3日～9日(着)で📍(☎)を記入、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)

●せせらぎ歌の会

📅5月13日、6月10日(各回水曜)10時～11時30分 📍各回先着50人
¥200円(1回分)📍上履き・靴袋📅当日直接

●くらサポサロン

お茶を飲みながらお喋りとイベントをお楽しみください。

📅5月20日(水)13時30分～14時30分 📍先着20人 ¥200円📍上履き📅当日直接

●やさしいヨガ教室

📅6月2日、7月7日(各回火曜)10時～11時 📍各回先着25人 ¥500円(1回分)📅5月20日から直接(☎10時から)

●ピラティス

📅6月17日(水)10時～11時30分 📍先着25人 ¥500円📅5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

📅7月2日(木)13時～14時30分 📍先着30人 ¥500円📅6月5日から直接(☎10時から)

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)

●おはなしランド

📅5月11日(月)・23日(土)、6月8日(月)10時30分～11時 📍幼児と保護者📅当日直接

●健康マージャンサロン

📅5月17日～6月7日の毎週日曜9時～15時 📍各回先着3組📅詳細は施設へ

●ちびっこランド

📅5月17日～6月7日の毎週日曜9時～16時 📍未就学児と保護者📅当日直接

●軽くておしゃれ!

PPバンドで編むバッグ(全4回)

📅6月・7月の第1・3金曜13時30分～15時30分 📍18歳以上/先着10人
¥3,800円(4回分)📅5月11日10時～24日16時に ☎、直接



●脳活ふれあいカフェタイム 頭と体をリフレッシュ

椅子に座って行う簡単な運動やゲームなど。

📅6月10日(水)13時～15時 📍先着15人 ¥200円📅5月11日10時～6月5日17時に ☎、直接

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

●リンパマッサージ

体調を整えるセルフマッサージ。

📅6月14日(日)10時～11時30分 📍12歳以上/先着20人 ¥300円📅5月24日～6月7日に直接(☎翌日から)



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。

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

●消防車試乗、地震体験できる
防災体験フェア

防災衣着用体験、地震・煙体験、クイズラリーほか。

🕒5月31日(日)10時～12時※雨天・緊急時は中止 申当日直接



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

●ピラティスレッスン(全2回)

🕒6月14日・28日(各回日曜)10時～11時 18歳以上/先着15人 ¥1,000円(2回分) 申5月24日から直接(☎10時から)

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

🕒5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

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

🕒5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・タオル 申当日直接

●フリーアドバイス 卓球

🕒5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・タオル 申当日直接

●キッズ!スライムを作ろう

🕒6月7日(日)10時～12時 小学生/先着16人 ¥500円 申5月17日から直接(☎翌日から)

●夏バテ予防台湾薬膳ごはん

冬瓜と鶏手羽元の薬膳スープなど、台湾薬膳ごはんを作ります。

🕒6月10日(水)10時～12時 18歳以上/先着12人 ¥2,000円 申5月20日から直接(☎翌日から)



▲写真はイメージ

●初心者歓迎! やさしい護身術

ブラジリアン柔術の先生による護身術教室です。

🕒6月14日(日)10時～11時30分 小学生以上(小学生は保護者同伴)/先着24人 ¥500円 申5月24日から直接(☎翌日から)

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)

●これで安心!

老後のお金の管理セミナー

🕒6月3日(水)10時～11時30分 18歳以上/先着20人 申5月11日～27日に直接(☎翌日から)

●親子でじゃがいも収穫祭

🕒6月21日(日)10時～11時30分 ※雨天時は6月28日(日)同時刻に延期 小学生以下と保護者/先着8組 ¥1組500円 申5月11日～6月14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)

●おはなし会

演目:「はらぺこあおむし」

🕒5月23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 持上履き・ラケット・タオル 申当日直接

●白根おもちゃ病院

🕒6月6日(土)10時～15時 持直したいおもちゃ 申当日直接

●父の日のプレゼント

写真が飾れる貯金箱を作ろう!

🕒6月21日(日)10時～12時 小学生/先着12人 ¥500円 申6月7日10時～14日17時に直接(☎翌日から)



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)

●第13回ハーモニーコンサート♪

🕒5月14日(木)10時15分～11時30分 申当日直接

●都岡おもちゃ病院(奇数月第3土曜)

🕒5月16日(土)10時～15時(おもちゃの預かりは14時まで) 持直したいおもちゃ 申当日直接

●健康マージャンをやってみよう!

初心者・未経験者(全4回)

🕒6月・7月の第2・4水曜13時～14時30分 18歳以上/先着12人 ¥1,200円(4回分) 申5月11日～25日に直接

●簡単パン作り

ベーコンエピ作りに挑戦!

🕒6月17日(水)10時～14時 18歳以上/先着12人 ¥1,300円 申5月11日～25日に直接

●父の日のプレゼント

カップケーキを作って贈ろう!

🕒6月20日(土)10時～12時 小学生/先着10人 ¥500円 申5月11日～25日に直接



●親子で収穫体験「じゃがいも掘り」

🕒6月21日(日)9時30分～11時30分 ※雨天時は6月28日(日)同時刻に延期 子どもと保護者/先着20組 ¥600円 申5月11日～25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)

●バドミントン教室

🕒5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

●なごんでいきいき!おはなし会

🕒5月18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 申当日直接

●健康セミナー

「骨と筋肉の健康維持」

～筋肉を鍛えれば、骨も強くなる?～

🕒5月26日(火)9時30分～11時30分 18歳以上/先着20人 ¥300円 申5月11日9時30分から(☎数日以内に要支払)、直接(来館優先)

●シニア向けダンス

おどらにゃそんそん(全2回)

懐かしの音楽に合わせて自由に体を動かしましょう!

🕒6月5日、7月3日(各回金曜)13時～14時 18歳以上/先着15人 ¥1,200円(2回分) 申5月15日9時30分から直接

●バイオリンとピアノのコンサート

～姉妹で奏でる情熱の名曲コンサート～

🕒6月27日(土)14時～15時 先着100人 ¥600円 申6月6日9時30分から直接

●元気に笑顔になるヨガ2期(全10回)

🕒7月7日～9月15日の毎週火曜(8月11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6月9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 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。
- ◆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 ☎5月11日8時45分から☎
離乳食教室	6月3日(水) 13時30分～14時30分 (15分前受付開始)	「離乳食の進め方」など栄養士の話と実演 ☎区役所3階 ☎7～8か月児と初めて育児をする保護者／先着20組 ☎5月11日9時からパマトコ [パマトコ 離乳食教室 旭区] 検索
生活習慣病予防相談	5月18日(月) 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 ☎随時☎
	6月5日(金) 午前※	
乳幼児歯みがき教室	6月26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 ☎6か月～1歳6か月児と保護者／先着16組 ☎5月11日8時45分から☎

※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.221

〒241-0001
上白根町1175-1
☎959-1000(総合案内所)

ズーラシア 検索

5月11日～
6月10日の休園日
毎週火曜

今月のズーラシアグッズ



ペンギンコレクション
ファンボルトペンギン

ズーラシアどうぶつ ZOO ズー・アップ

ファンボルトペンギン

ペンギンは寒い地域の動物と思われるがちですが、ファンボルトペンギンは南米のチリやペルーなど、比較的温暖な地域に生息しています。名前の由来は、生息地の沖合に流れるファンボルト海流です。

ズーラシアでは約50羽のファンボルトペンギンを飼育しており、生息地を再現した展示場で、のびのびと過ごしている姿を見ることができます。

日本では飼育している動物園や水族館が多いことから、身近に感じられるファンボルトペンギンですが、野生ではエサとなる魚の乱獲などにより、個体数が大幅に減少しています。ズーラシアでの姿を見ながら、ぜひ野生での暮らしにも思いをはせてください。



▲野生での暮らしが想像できる、自然の岩場を模した展示場



▲約50羽の群れが一斉に餌を食べる様子は迫力満点です

5月のおすすめ

ズーラシアどうぶつ教室

今月はペンギンについて楽しく学びましょう!

- ☎毎週日曜13時15分から
- ☎先着20人
- ☎当日開園時間から直接(正門入口付近で記名)



公立保育所の育児支援

6月のふれあいあそび (ひかりが丘保育園)



絵本で育む親子時間 ASAHI

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。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 ☎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☎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	6月4日(木)10時～12時	5月21日から
管理栄養士	6月2日(火)10時～11時30分	5月19日から
助産師	6月16日(火)13時30分～15時	6月2日から
保育・教育 コンシェルジュ	6月24日(水)10時～11時30分	6月10日から
サテライト		
公認心理師	6月18日(木)10時～12時	6月4日から
管理栄養士	6月19日(金)13時30分～15時	6月5日から
助産師	5月27日(水)10時～11時30分	5月13日から
	6月24日(水)10時～11時30分	6月10日から
保育・教育 コンシェルジュ	5月29日(金)10時～11時30分	5月15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。☎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

