広報よこはま　あさひ区版

あさひ

2019年 11月号 No.265

もくじ

特集 旭区を歩こう！ みつけて、つながって、つづける、あさひの健康習慣……6
各種お知らせ……5・7～12

開庁日　月曜～金曜 8時45分～17時　第2・4土曜 9時～12時※
※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。

旭区誕生50周年記念事業

「SOTETSUロックオンミュージック2019」大自然の中で音楽を楽しもう！

こども自然公園の大自然を感じながら、ライブパフォーマンスが楽しめる本格的な音楽フェスを開催。

アーティストの出演するメインステージのほか、ダンスステージ、20台以上が集結するキッチンカーフェス、地元ママさんたちのマルシェ、ワークショップなど、家族みんなで1日中過ごせるイベントもめじろ押しです。

▲子どもも楽しめるワークショップ

【日時】11月16日(土)・17日(日)10時～18時
【会場】こども自然公園(大池町65-1)
※当日は、二俣川駅南口から無料シャトルバスを約30分間隔で運行。
【出演者】サンプラザ中野くん、EMPiRE(エンパイア) ほか
※7月に行われた横浜旭ジャズまつりから「Swing AJM」も出演。

詳しくは公式ホームページをご覧ください。
(https://www.sotetsu-music.jp/)

▲詳しくはこちら

問 まちづくり調整担当　☎954-6026　fax 951-3401

リアル宝探し「ロッキンアドベンチャー～ココロオドル宝を探せ!～」の「ロックオンコース」も16日・17日の2日間限定で開催されます。
※“宝の地図”は区役所や相鉄線各駅(旭区・瀬谷区内)などで配布中。

2019旭区誕生50周年！

・『旭区デジタルアーカイブ～写真で振り返る旭区の50年～』をホームページで公開しました。
・区役所地下1階売店で『旭区誕生50周年記念誌』を販売中。(1冊700円)
※限定500冊。売り切れ次第終了。

旭区誕生50周年 検索

相鉄とJR線が直通運転開始！

旭区がより便利になります！

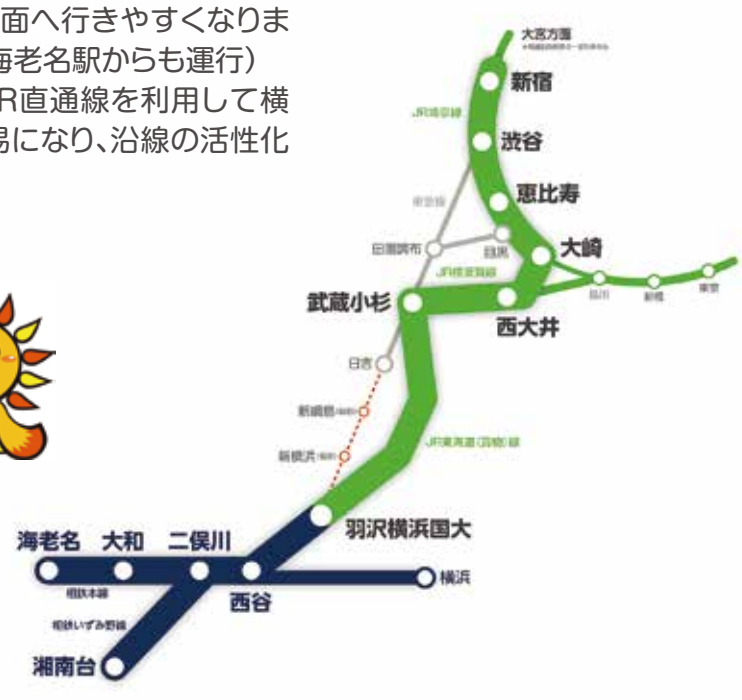
相鉄からのメッセージ
相鉄12000系はＪＲ直通線のために、横浜の街をイメージして開発しました。上質さにこだわった車両にぜひご乗車ください。

▲相鉄12000系

11月30日から、相鉄線海老名駅とJR線新宿駅間で相互直通運転が開始されます。相鉄線から乗り換えなしで渋谷・新宿方面へ行くことができ、利便性が大幅に向上します。

また、直通化に合わせて新たに「通勤特急」・「通勤急行」が導入され、いずみ野線内からも、より都心方面へ行きやすくなります。(通勤特急は一部海老名駅からも運行)

都心からも相鉄・JR直通線を利用して横浜市に来ることが容易になり、沿線の活性化が期待されています。



具体的にどう変わるの？

Q.1 どれくらい時間が短縮できるの？

A 二俣川駅～新宿駅は最短約44分。横浜駅で乗り換えるより約10分短縮できるよ！

Q.2 いずみ野線の南万騎が原駅から新宿駅まで行きたいんだけど…。

A 二俣川駅または西谷駅の同一ホームで、ＪＲ直通列車にスムーズに乗り換えができるよ。

問 まちづくり調整担当　☎954-6026　fax 951-3401

旭区役所 〒241-0022 旭区鶴ケ峰1-4-12
☎954-6161(代表電話)　fax955-2856
アクセスしよう！ 横浜市　旭区役所 検索

Facebookもチェック

【区のデータ】(令和元年10月現在)
区の人口　245,169人
区の世帯数　106,092世帯

旭区の花 アサガオ
旭区の昆虫 ホタル
旭区の木 ドウダンツツジ
旭区マスコットキャラクター あさひくん

11月 今月のおしらせ

区役所への郵便物は
〒241-0022 鶴ケ峰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。

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

fax ファクス(番号)　☎ 電話(番号)
HP ホームページ　✉ Eメール(アドレス)
(消)消印有効　(着)必着　申 申し込み
問 問い合わせ　講師または出演者

旭区マスコットキャラクター「あさひくん」

区・市役所から

行政書士相談

行政に提出する書類の書き方や、成年後見・会社設立・許認可・契約・在留許可などの相談ができます。
11月14日(木)9時～12時・22日(金)13時～16時、〔大相談会〕11月18日(月)10時～15時◆当日直接区役所1階1番窓口へ
問 広報相談係
☎ 954-6022　fax 955-2856

ベランダでもできる! 生ごみを土に変える方法を実演します

プランターで土と生ごみを混ぜ、土を培養土化する「土壌混合法」を実演で紹介します。
11月21日(木)10時～11時◆区役所1階◆当日直接※既に取り組んでいる人、具体的な実践例をお知らせください。※出前講座もあります。
問 資源化推進担当
☎ 954-6096　fax 955-3341

楽しくお家でエコ! 実践講座

家庭で楽しくできる節電・省エネなどの取り組み紹介やパネル展示、相談会を行います。
11月21日(木)10時～11時30分◆区役所1階◆当日直接
問 企画調整係
☎ 954-6026　fax 951-3401

旭区消費者大学「公的年金と私的年金」

老後資金の準備手段の1つである民間の個人年金保険などについて、公的年金の概要とともに解説。
11月21日(木)13時30分～15時30分◆旭公会堂(区役所4階)◆先着300人◆✎ 山口 昇さん(生命保険文化センター)◆当日直接
問 地域活動係
☎ 954-6095　fax 955-3341

旭工場ふれあい見学会2019

ごみ焼却施設の見学、収集車の乗車体験、リユース家具・苗木の配布など。
11月24日(日)10時～15時◆資源循環局旭工場(白根2-8-1)◆当日直接※公共交通機関をご利用ください。
問 資源循環局旭工場
☎ 953-4851　fax 953-4852

あさひの朝市(毎月第4木曜開催)

旭区の新鮮な野菜や、旭区のおいしいもの「あさひの逸品」を販売します。同日に区役所食堂では旭区でとれた新鮮な野菜を使った「あさひくん」ランチ(11時～14時)を実施します。
11月28日(木)9時30分～12時30分◆区役所1階◆当日直接
問 生涯学習支援係
☎ 954-6095　fax 955-3341

旭区生涯学習講座「定年後のいきいき未来講座」

①今から備える! 年金についてのお話②元大使の海外おもしろ話③セカンドライフを輝いて生きる
①11月30日②12月7日③12月14日(各回土曜)13時30分～16時◆みなくる◆50歳～◆抽選30人(3回参加者優先)◆申 11月28日(着)で電話またはFAX(必要事項を記入)
問 旭区市民活動支援センターみなくる
☎ 382-1000　fax 382-1005

旭区人権啓発講演会「LGBTってなあに? 僕がゲイでよかったこと」

12月2日(月)14時～16時◆旭公会堂(区役所4階)◆先着250人◆✎ 平良 愛香さん(日本基督教団川和教会牧師)◆当日直接※一時託児希望者は11月28日までに下記へ
問 庶務係
☎ 954-6005　fax 951-3401

旭区誕生50周年「防災のつどい」(防災講演会)

第1部:災害に強い旭区にするために「家族・地域の防災対策」、第2部:地域の防災関係団体による取組事例の紹介。
12月6日(金)13時30分～16時◆旭公会堂(区役所4階)◆✎ 国崎信江さん(危機管理教育研究所代表)◆当日直接
問 庶務係
☎ 954-6007　fax 951-3401

土壌混合法・寄せ植え講習会

作った寄せ植えはお持ち帰りできます。
12月6日(金)14時～16時◆今宿地区センター◆抽選15人◆1,500円◆申 11月22日(着)でFAX(必要事項を記入)
問 資源化推進担当
☎ 954-6096　fax 955-3341

旭ふれあい収穫祭～収穫体験～参加者募集!

12月7日(土)10時～11時30分※雨天中止◆下川井町1563(恵みの里野菜直売所付近、三ツ境駅から「程ヶ谷カントリークラブ前」バス停下車徒歩2分)◆収穫した分を量り売り◆抽選120人◆主催:旭区役所、協力:都岡地区恵みの里運営協議会・JA横浜◆申 11月20日(着)で横浜市電子申請システムかFAX(参加者全員の必要事項と年齢を記入)
※同日直売所にて旬の農産物販売があります
▲申し込みはこちら
問 生涯学習支援係
☎ 954-6095　fax 955-3341
✉ as-nou@city.yokohama.jp

都岡地区恵みの里「大根・白菜収穫体験」

①12月14日(土)10時～②15日(日)10時～※荒天時は①21日(土)②22日(日)に延期◆下川井町の畑(三ツ境駅北口から「程ヶ谷カントリークラブ前」バス停下車徒歩5分)※車での来場可◆市内在住のグループ(1人でも可)◆①②抽選20組◆大根1本150円、白菜1株300円(収穫した分を買い取り)◆申 11月29日(着)ではがきかFAX(必要事項、参加者全員の名前と年齢を記入)
申 都岡地区恵みの里運営協議会事務局「大根・白菜収穫体験in都岡」係
〒241-0031 今宿西町289
fax 955-5057
問 北部農政事務所
☎ 948-2482　fax 948-2488

「あさひ散歩」ウオーキング参加者募集

名木と石仏・石塔を訪ねて相州道を歩く(約6.4キロメートル　約9,800歩)
12月21日(土)8時30分～9時受付※小雨決行、荒天時は翌日に順延◆鶴ケ峰駅→帷子川親水緑道→禅導庵跡→タブの木→椚谷(くぬぎやと)公園→三反田稲荷神社→西岸寺跡→相州道→神奈川坂神明社→宮沢学舎跡→三佛寺→二俣川駅(12時30分頃解散予定)◆抽選80人※落選の人のみ12月14日までに電話連絡◆500円(保険料含む)◆申 12月13日(着)ではがきかFAX(参加者全員の必要事項と年齢、代表者名、コース名「名木と石仏・石塔を訪ねて相州道を歩く」を記入)

〒241-0022 鶴ケ峰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 ☎(申し込み方法について)382-1000(電話申し込み不可) ✉ asahi_guide@outlook.jp
主催:旭ガイドボランティアの会、共催:旭区役所※内容・実施確認については、旭ガイドボランティアの会事務局 ☎090-3698-1211(当日7時～7時45分)

旭区民スポーツ祭総合表彰式

6月から各地区で熱戦が繰り広げられてきた「旭区民スポーツ祭」も、今月で全種目が終了します。スポーツ祭の最後を飾る表彰式に、ぜひお越しください。
【日時】11月23日(土・祝)14時～(30分前開場)　【会場】旭公会堂(区役所4階)
【申し込み】当日直接お越しください。※公共交通機関をご利用ください。
問 生涯学習支援係
☎ 954-6095　fax 955-3341

子どもに防犯意識を持たせましょう!

暗くなるまで遊ばない! 知らない人には絶対ついていかない!

問 旭警察署 生活安全課　☎361-0110
(注)地域の防犯に関することは、地域振興課　地域活動係　☎ 954-6091

旭区市民活動支援センター みなくる

今月の休館日 11月20日(水)

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

みなくる展示コーナーへどうぞ!
※展示についてのお問い合わせは「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。

☆生涯学習アドバイザー展示
健康肌づくり・やさしい整体体操、フルート、環境、音楽
☆みなくる利用登録団体の活動紹介
旭区PTA連絡協議会、西川島町中田町内会

今月のぱおぱおルーム

区役所3階　無料　予約不要
対象 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

区役所での手続き・健診が済むまで、お子さん(未就学児)をお預かりします。
11月～12月の開室日　問 庶務係　☎ 954-6006　fax 951-3401

11月	毎日開室(土日祝を除く)		8時45分～15時45分(15時30分受付終了)
12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)・13日(金)・19日(木)	12時15分～15時45分(15時30分受付終了)

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

子ども向け科学体験イベント参加者募集

キラキラわくわく! 満天の星空をきみのものに(天文教室)

横浜サイエンスフロンティア高校での天文教室を今年も開催します。移動式プラネタリウムでの解説、本格的な天体望遠鏡で横浜の星空を観測します。電子顕微鏡を使って、ミクロの世界をのぞくプログラムも実施予定です。(天候により内容変更あり)

【日時】2020年1月18日(土)17時15分～19時15分
〔集合〕16時15分〔解散〕20時予定〔集合・解散場所〕区役所第一駐車場
※往復バスで移動します。
【会場】横浜サイエンスフロンティア高校(鶴見区小野町6)
【対象】区内在住・在学の小学生と保護者
※1件の申し込みで児童3人、大人1人まで。高学年向き。
※必ず保護者と一緒に申し込み、当日も同伴してください。
▲申し込みはこちら
【募集人数】抽選100人程度
【申し込み】11月21日(着)で横浜市電子申請システムまたはFAX(必要事項、参加者全員の名前、児童の学校名・学年を記入)
【抽選結果】12月上旬ごろまでに申込者全員にお知らせします。
問 生涯学習支援係
☎954-6099　fax955-3341

文化

こんにちは 旭図書館です!

今月の休館日 11月5日(火)

〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166　fax953-1179

今年は横浜音祭り。音楽イベントに参加するのも、秋の夜長に家で音楽に耳を傾けるのもいいものですね。今月は音楽についての本からご紹介します。

いのちのヴァイオリン 森からの贈り物
著者:中澤 宗幸　発行:ポプラ社 (2012年刊)

世界的なヴァイオリン修復家の中澤さんは、陸前高田の津波の流木でヴァイオリンを作りました。彼が大切にしているのは、ヴァイオリンの素材となる木の声、森の声を聞き、命を感じること。読み終わった時、ヴァイオリンの音色がより豊かに感じられます。

羊と鋼の森
著者:宮下 奈都　発行:文藝春秋 (2015年刊)

高校の体育館でグランドピアノの調律に立ち会った少年は、その音色に魅せられ、調律師を目指します。個性豊かな先輩たち、さまざまな事情を抱える依頼者たち…。出会いをすべて生かして、その人にあった音を作っていきます。調律の奥深さと喜びを、主人公とともに味わえる小説です。

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。
11月14日・21日、12月5日(各回木曜)10時30分～◆3歳以下の乳幼児と保護者◆先着12組◆当日直接

図書検索機使い方相談
図書検索機の使い方を、市民ボランティア講師が個別にお教えします。
11月27日(水)10時～11時30分◆初心者◆開催時間内随時受付

読み聞かせボランティア講座(全3回)
「まずはここから! 絵本の読み聞かせのコツのコツ」
12月4日、11日、18日(各回水曜)10時～12時◆区内・近隣区の小学校で絵本の読み聞かせを始めて間もない人、これから活動を希望している人で全3回出席可能な人◆先着20人◆申11月13日9時30分～直接か電話

大人のための朗読会
市民ボランティアによる朗読会。
12月6日(金)13時30分～15時30分◆先着30人◆当日直接

旭区読み聞かせボランティア交流会～旭区の子どもたちに、楽しい本の世界を届けよう!～
日頃の活動や悩みなどを情報交換し、交流を深めます。
12月18日(水)10時～12時◆区内で活動する読み聞かせボランティア◆先着10人◆申11月13日9時30分～直接か電話

「第9回旭区学校音楽祭」の一般観覧募集

区内の小・中学校などによる音楽の合同発表会の観覧者を募集します。

【日時】12月15日(日)〔第一部〕10時30分～12時20分(30分前開場)
〔第二部〕12時50分～14時35分(15分前開場)
【会場】横浜富士見丘学園中学校・高等学校(二俣川駅北口より徒歩約12分)
【定員】各部抽選約100人(各部総入替制)
【出演団体】〔第一部・合唱〕上白根小学校、鶴ケ峯小学校、二俣川小学校、笹野台小学校、東希望が丘小学校、中沢小学校、万騎が原中学校、希望が丘中学校〔第二部・演奏〕今宿小学校放課後キッズクラブ、都岡中学校、南希望が丘中学校、希望が丘中学校、横浜富士見丘学園中学校・高等学校
【申し込み】11月15日(着)で往復はがきに、観覧希望者全員の必要事項と希望する部(一部か二部のいずれか)を記入し下記へ※1枚につき5人まで。
※応募は区内在住・在勤・在学の人に限ります。※申し込みの記載に不備がある場合や、両方の部への応募も含み重複応募は無効です。
問 旭区学校音楽祭事務局(生涯学習支援係内)
☎954-6095　fax955-3341

移動図書館のご案内

巡回予定(荒天の場合は中止)
問 中央図書館サービス課 ☎262-0050

場所(所在)	日　程	時　間
左近山ショッピングセンター南側広場(左近山16-1)	11月20日、12月4日(各回水曜)	10時～11時
中希望が丘第五公園(中希望が丘202-18)	11月14日・28日(各回木曜)	15時15分～16時
中沢町公園(中沢3-37)	11月13日・27日(各回水曜)	10時～10時50分

横浜にぎわい寄席(12月興行) 旭区民優待デー

12月1日(日)～7日(土)14時～16時30分(13時30分開場)◆横浜にぎわい座(中区野毛町3-110-1)◆旭区在住・在勤・在学の人◆一般2,000円、学生(高校生以上)1,000円、中学生以下700円、障害者手帳をお持ちの人と同伴者(1人まで)1,000円◆当日直接※旭区在住・在勤・在学であることを証明できる免許証、名刺、学生証などを提示
問 横浜にぎわい座
☎231-2515　fax231-4545

第4回旭区童謡・愛唱歌を歌う会

12月4日(水)10時開演(30分前開場)◆旭公会堂(区役所4階)◆300円(初参加の人は歌集代別途1,100円)◆主催:旭区童謡・愛唱歌を歌う会、共催:旭区文化振興会・旭区役所
問 旭区童謡・愛唱歌を歌う会事務局 大矢
☎953-8369
HP http://www.asahiku-douyou.com/

第26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19日(火)～25日(月)10時～17時(初日は13時から、最終日は15時まで)◆サンハートアートギャラリー◆主催:旭区俳句会、共催:旭区文化振興会・旭区役所
問 旭区俳句会事務局　相(あい)
☎371-2381

スポーツ

旭区さわやかスポーツ グラウンドゴルフ交流会

12月7日(土)10時～13時◆旧若葉台西中学校グラウンド◆区内、近隣区在住・在勤・在学の小学生以上◆先着100人◆小学生200円、中学生以上500円(傷害保険料含む)◆申11月20日(着)で往復はがきに必要事項と性別・年齢を記入(はがき1人1枚)◆詳細は旭スポーツセンター、各地区センターで配布する開催要項を参照
問 旭区さわやかスポーツ普及委員会事務局(〒241－0011 川島町1983)
☎080-4654-5185

第4回高校生ダブルス大会

12月8日(日)・21日(土)9時～17時◆瀬谷本郷公園テニスコート◆区内在住・在学の高校生◆抽選男女各16組◆2,000円◆申11月11日9時～27日17時(着)◆詳細は、ホームページまたは区役所2階22番窓口・旭スポーツセンターで配布、区内テニスクラブで掲示する大会要項を参照
問 旭区硬式テニス協会事務局(亀の甲山テニスクラブ内)
☎080-2372-4786
HP http://asahi-tennis-association.blog.jp

問 旭区体育協会事務局
☎370-6415　fax370-6416
(火曜13時～16時 木曜9時～12時)

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983 ☎371-6105 fax382-8044

休館日 11月18日(月)

長期休館予定のお知らせ

7月1日～2020年2月初旬まで(予定)

※トレーニング室は部分営業しています(9時～21時)

旭スポーツセンター外部出張事業(当日受付教室)

●タオル、上履き(種目により不要)、動きやすい服装●受付は15分前から●料金500円●対象:16歳以上

※開催場所が異なりますので、会場欄をご確認ください。

※工事期間終了後の「冬期定期教室」については、12月号をご覧ください。

	教室	開催日	時間	定員	会場
火	STREET ZUMBA	11月12日・19日・26日、12月3日・10日	19時00分～19時50分	25人	旭スポーツセンター裏側通路
	STREET カーディオキック		20時00分～20時50分		
水	パワーヨガ	11月20日、12月4日	9時20分～10時10分	20人	左近山コミュニティハウス
	ピラティス		10時20分～11時10分		
	肩甲骨ヨガ		11時20分～12時10分		
	リズムボクシング	11月13日・20日・27日、12月4日	19時～19時50分		
	筋膜リリースピラティス		20時～20時50分		
木	Natureエアロビクス	11月14日・21日・28日、12月5日	9時30分～10時20分	30人	こども自然公園野外活動センター雨天集会所
	リンパでトクスる		10時30分～11時20分		
	タカタカタンでボディケア		11時30分～12時20分		
	骨盤をリセットヨガ		12時30分～13時20分		
	森のZUMBA		13時30分～14時20分		
金	いつでもどこでも健康金	11月15日・22日・29日、12月6日	9時20分～10時20分	30人	こども自然公園野外活動センター雨天集会所
	ヒーリングヨガ		10時30分～11時20分		
	ハワイアンフラダンス		11時30分～12時20分		
	Simpleエアロビクス		12時30分～13時20分		
	さわやか太極拳		13時30分～14時20分		
	STAR NIGHT YOGA	11月15日・22日・29日、12月6日	19時00分～19時50分	25人	旭スポーツセンター多目的広場
	STAR NIGHTピラティス		20時00分～20時50分		
土	MORNING太極拳	11月16日・23日・30日、12月7日	7時40分～ 8時30分	15人	旭スポーツセンタートレーニング室
	ボディアタックシェイプ		9時20分～ 10時10分	20人	左近山コミュニティハウス
	いつでも健康		10時30分～11時30分		

※駐車場は限りがありますので、バイク、自転車または公共交通機関をご利用ください。

詳細は 旭スポーツセンター 検索

区民利用施設

休館日の表示は原則です。表示の無い施設や年末年始などの休館は、各施設に直接お問い合わせください。

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 fax465-6246
休館　第3月曜(祝日は翌日)

■クリスマスリースを作ろう

12月7日(土)10時～12時◆幼児(保護者同伴)～小学生◆先着20組◆申11月16日～12月6日に直接か電話

旭区民文化センター サンハート

〒241-0821 二俣川1-3二俣川ライフ5階
☎364-3810 fax391-6930
✉sunheart@sunheart.info

■ママのための産後リカバリーYOGA

11月14日(木)①10時～10時40分②11時～11時40分◆①0～1歳②1～2歳児と保護者◆①②先着10組◆1,000円◆申詳細はサンハートへ

■第19弾あさひ名画座「歩いても歩いても」

未就学児不可。

11月17日(日)13時30分上映開始◆先着180人◆前売り一般700円(当日100円増し)◆申詳細はサンハートへ

■アートマーケット・ハンドメイドワークショップ

アートギャラリー、カルチャー工房、ミーティングルームAB

12月7日(土)・8日(日)11時～17時◆申詳細はサンハートへ

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 fax862-3101
HP https://www.women.city.yokohama.jp/y

■産後のアーユルヴェーダ&ベビーヨガ(全2回)

12月3日・10日(各回火曜)10時～11時30分◆2か月～1歳までの赤ちゃんと母親◆先着15組◆3,500円(2回分・保育料含む)◆申11月11日9時～HPか電話

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 fax812-5778
HP http://www.yspc.or.jp/kodomo_yc_ysa/

※往復はがきに必要事項・Eメールアドレス・性別・年齢(学年)を記入しセンターへ(HPからも申し込み可)

■のし餅つくりA・B

お正月用のし餅(1組3キログラム)を作ります。

12月28日(土)Ⓐ10時～12時Ⓑ13時～15時◆保護者を含むグループ◆ⒶⒷ抽選12組◆1組3,600円(1回)◆申11月15日～29日(消)※

■ピラティス&有酸素運動Ⅲ(全9回)

2020年1月8日～3月18日の毎週水曜(1月22日、2月19日を除く)10時～11時30分◆16歳～◆抽選30人◆4,950円(9回分)◆申11月25日～12月9日(消)※

■アウトドアクラブⅢ(全6回)

2020年1月11日・25日、2月8日・22日、3月7日・21日(各回土曜)10時～12時◆小学生と保護者◆抽選12組◆小学生以上4,500円、4歳～未就学児2,000円、3歳以下500円(6回分)◆申11月25日～12月9日(消)※

■ヨガ&ボディチューンⅢ(全8回)

2020年1月14日～3月17日の毎週火曜(1月21日、2月18日を除く)10時～11時30分◆16歳～◆抽選30人◆4,400円(8回分)定員に満たない場合は当日参加あり(600円)◆申11月25日～12月9日(消)※

■ファミリークッキング お餅つきE・F

Ⓔ2020年1月18日(土)・Ⓕ19日(日)10時～14時◆保護者を含むグループ◆ⒺⒻ抽選15組◆中学生以上2,200円、小学生1,800円、4歳～未就学児1,000円、3歳以下100円(1回分)◆申11月29日～12月13日(消)※

■おひさまクラブⅣ(全7回)

幼児と保護者の自然遊び教室(自然観察・野外ゲーム・クラフト・おやつ作りなど)。

2020年1月22日～3月4日の毎週水曜14時～16時◆4歳以上の未就学児と保護者◆抽選24組◆1組7,350円(7回分)追加:大人4,000円、4歳～未就学児3,000円、3歳以下300円◆申12月2日～16日(消)※

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 fax951-6149
休館　火・金曜

■はじめてのハワイアンキルト(全2回)

11月30日、12月7日(各回土曜)10時～12時◆先着10人◆1,000円(2回分)◆申11月11日～25日に直接

上白根コミュニティハウス

〒241-0001 上白根町233-6
☎954-1691 fax954-1692
休館　第3月曜(祝日は翌日)

※申11月11日9時～直接(電話は10時～)

■大人のリラックス・ストレッチ

11月20日(水)10時～11時30分◆先着15人◆タオル、上履き、飲み物、動きやすい服装◆400円◆当日直接

■くらサポサロン

地域の憩いと交流の場となるお茶飲みサロン(お茶とお茶菓子)。

11月20日(水)13時30分～15時◆先着20人◆200円◆当日直接

■ワンコインクッキング 旬の野菜「蓮根」

12月4日(水)10時～12時◆先着10人◆500円※

■パソコン個人相談室

12月9日(月)①13時30分～14時30分②14時40分～15時40分◆①②先着4人◆500円(1回分)※

東希小コミュニティハウス

〒241-0826 東希望が丘155
☎363-2889 fax489-3102
休館　火・金曜

■絵本の読み聞かせ会

12月8日(日)11時～11時40分◆未就学児と保護者◆先着20組◆申11月18日～12月2日に直接(電話は20日～)

■クリスマスコンサート

12月22日(日)11時～12時◆先着50人◆申11月27日～12月15日に直接(電話は翌日～)

鶴ケ峰コミュニティハウス

〒241-0021 鶴ケ峰本町1-16-1
☎953-2313 fax489-5966
休館　第3月曜(祝日は翌日)

※申11月11日9時～直接(電話は10時～)

■囲碁・将棋・麻雀(マージャン)サロン

11月17日～12月8日の毎週日曜9時～15時30分◆当日直接

■ちびっこランド～みんなのゆったりスペース～

和室で手作りのおもちゃやゲームでゆったり遊べます。

11月17日～12月8日の毎週日曜9時～16時◆未就学児と保護者◆当日直接

■2WAYで楽しめるビーズアクセサリー作り

11月26日(火)10時～12時◆先着16人◆1,800円※

■生活お役立ち講座③ 折り紙で「鶴」の小物を折ろう

12月3日(火)10時～12時◆先着12人◆100円※

本村スポーツ会館

〒241-0024 本村町15
☎ 365-1820 fax442-7920
休館　第2月曜(祝日は翌日)

■旭区誕生50周年記念事業 おもしろスポーツフェスタ

ボッチャ・輪投げ・ポイントラリー(景品あり)。

11月17日(日)9時30分～14時30分◆先着50人◆当日直接

■みんなのバドミントン～初心者向け

12月1日(日)8時30分～11時50分◆小学5年生～◆先着8人◆上履き、タオル、飲み物◆100円◆当日直接

市沢地区センター

〒241-0014 市沢町9
☎371-6662 fax371-6663
休館　第4月曜(祝日は翌日)

※電話は翌日～

■クリスマスの食器作り

12月1日(日)10時～12時◆小学生～(小学3年生以下は保護者同伴)◆先着12人◆1,200円◆申11月11日10時～26日に直接※

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

■晩秋の大人の散歩
本牧山、三溪園の紅葉散策。
12月6日(金)9時～15時30分(東戸塚駅集合・解散)◆先着20人◆500円(交通費・入園料別途)◆申11月15日10時～29日に直接※

■クリスマスのプリザーブドフラワー
12月7日(土)10時～12時◆小学生～(小学3年生以下は保護者同伴)◆先着12人◆2,000円◆申11月16日10時～30日に直接※

■季節の野菜でおもてなし料理「クリスマス」
12月10日(火)10時～13時◆先着12人◆1,500円◆申11月19日10時～12月3日に直接※

■クリスマスコンサート
12月22日(日)10時45分～11時45分◆先着100人◆申12月1日10時～15日に直接※

今宿地区センター
〒241-0813 今宿町2647-2
☎392-1500 fax392-1501
休館　第2月曜(祝日は翌日)

※9時15分～直接(電話は翌日～)

■フリーアドバイス バドミントン
11月17日(日)①9時15分～10時15分②10時15分～11時45分◆①初心者・初級②中・上級◆①②先着20人◆上履き、ラケット◆100円◆当日直接

■パソコンで年賀状を作ろう!(全2回)
11月28日(木)・29日(金)9時30分～11時30分◆先着16人(パソコン持込10人、貸出6人)◆1,000円(2回分)◆申11月14日※

■フリーアドバイス 卓球
11月30日(土)①12時20分～13時50分②13時50分～14時45分(①②10分前受付)◆①中学生以上②小学生(保護者含む)◆先着①14人②10人◆上履き、ラケット◆100円◆当日直接

■クリスマスのフラワーアレンジメント
12月4日(水)13時～14時◆先着16人◆1,500円◆申11月20日※

■ボディシェイプ骨盤調整(全8回)
12月7日・21日、2020年1月11日・25日、2月8日・22日、3月7日・21日(各回土曜)18時30分～20時◆先着50人◆3,200円(8回分)◆申11月30日※

■親子でパン作り
あさひくんクリームパンとクリスマスリース風パン。
12月8日(日)10時～13時◆小学生と保護者◆先着12組◆800円◆申11月17日※

希望が丘地区センター
〒241-0825 中希望が丘145-4
☎361-0424 fax361-0437
休館　第3月曜(祝日は翌日)

※電話は翌日～

■地区センターまつり
11月16日(土)13時～17時・17日(日)9時～15時◆当日直接

■初心者のためのパソコン相談塾
11月28日(木)①13時30分～14時30分②14時40分～15時40分◆成人◆①②先着4人◆500円(1回分)◆申11月11日9時～直接※

■冬のリラックスヨガ(全7回)
12月～3月3日の第1・3火曜①10時15分～11時15分②11時30分～12時30分◆①②先着12人◆3,500円(7回分)◆申11月11日9時～直接※

■中国語入門③(全8回)
12月6日・13日・20日、2020年1月10日・24日、2月14日・28日、3月13日(各回金曜)18時15分～19時45分◆中国語入門②受講者か中国語経験者◆先着12人◆4,000円(8回分)◆申11月11日9時～30日に直接

■骨盤矯正体操(全8回)
12月～2020年3月の第2・4月曜10時～11時30分◆先着70人◆3,200円(8回分)◆申11月11日9時～直接※

■大好き!台湾料理「中華おせち作り」Ⅲ
12月9日(月)10時～12時45分◆先着16人◆1,200円◆申11月11日9時～直接※

■初心者のためのみそ作り
12月12日(木)10時～12時◆先着16人◆3,800円◆申11月11日9時～直接※

■フルーツ・カービング(クリスマス用飾り切り)
12月18日(水)10時～12時◆先着10人◆1,000円◆申11月11日～直接※

白根地区センター
〒241-0005 白根4-6-1
☎953-4428 fax953-4461
休館　第2月曜(祝日は翌日)

※電話は10時～

■さわやかスポーツ
ボッチャ・インディアカなど。
11月19日(火)9時30分～11時30分◆動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物◆50円◆当日直接

■幸せなお菓子づくり
ティラミス・三日月クッキー。
11月28日(木)10時～13時◆先着12人◆1,000円◆申11月12日9時～23日に直接※

■認知症サポーター養成講座
11月30日(土)13時～14時30分◆先着30人◆申11月12日9時～28日に直接※

■ママ大好き! アフタービクス(全3回)
12月4日～18日の水曜10時30分～11時30分◆生後1ヶ月～1歳くらいまでの乳児と母親◆先着15組◆1,000円(3回分)◆申11月13日9時～30日に直接※

■クリスマス・スワッグ(壁飾り)
12月5日(木)10時～11時30分◆先着16人◆2,300円◆申11月14日9時～30日に直接※

■親子でつくろう! クリスマスケーキ
12月7日(土)10時～12時◆小学生と保護者◆先着8組◆900円◆申11月16日9時～12月1日に直接※

■シルバーアクセサリー
12月12日(木)10時～13時◆先着8人◆2,000円◆申11月14日9時～12月7日に直接※

都岡地区センター
〒241-0031 今宿西町292-2
☎953-7211 fax953-7209
休館　第3月曜(祝日は翌日)

※申11月11日～25日に直接

■小中学校絵画展示
[今宿小学校]11月12日(火)～25日(月)9時～21時(日曜・祝日17時まで)◆当日直接

■クリスマスクッキング～シュトーレン～
レーズンやナッツたっぷりのドイツのクリスマス用パン「シュトーレン」を作ります。
12月3日(火)10時～14時◆先着12人◆1,800円※

■お正月飾り・カービング
12月8日(日)10時～12時◆先着10人◆1,000円※

■大人のクリスマスケーキ
ホワイトブッシュドノエル。
12月10日(火)10時～12時◆先着12人◆1,200円※

■和飾り
12月13日(金)10時～12時◆先着15人◆1,800円◆申11月13日～27日に直接

■子ども料理教室③～クリスマスケーキ～
12月22日(日)10時～12時◆小学生◆先着10人◆500円※

若葉台地区センター
〒241-0801 若葉台3-4-2
☎921-2213 fax921-2225
休館　第4月曜(祝日は翌日)

※10時～直接

■人の話をよく聞く子を育てる! わかば読み聞かせ隊
11月22日(金)10時30分～11時◆未就学児と保護者◆先着20人◆当日直接

■ケアプラ講座 認知症サポーター養成講座
認知症について正しく理解し、本人や家族を見守り支援するサポーターです。
11月30日(土)13時30分～15時◆高校生～◆先着30人◆申11月12日※

■第5回健康マージャン大会
12月1日(日)9時30分～16時◆点数を数えられる人◆先着68人◆1,000円◆申11月12日※

■南インドの家庭料理教室④
12月14日(土)10時～13時◆先着12人◆500円◆申11月23日※

■マタニティ&ベビーピラティス
12月19日(木)10時30分～11時30分◆安定期の妊婦、生後1カ月～1歳未満の赤ちゃんと保護者◆先着8組◆500円◆申11月21日※

■クリスマスの切り株ケーキ
12月22日(日)10時～13時◆先着12人◆1,700円◆申12月3日※

■ロビーでクリスマスコンサート
ソプラノとピアノのデュオ。
12月22日(日)13時～14時◆先着70人◆申12月3日※

福祉保健

保育園の育児講座

保育園	日時(15分前集合)	内容	対象・定員	申し込み
ひかりが丘保育園	12月12日(木)10時～11時	食育講座	乳幼児と保護者 先着7組	11月11日～電話

なお、このほかにも各保育園で育児相談・園庭開放を実施しています。
詳しくは各保育園にお問い合わせください。(受付時間…9時30分～16時)

左近山保育園	☎351-1929	今宿保育園	☎953-2306
川井宿保育園	☎951-2877	白根保育園	☎953-1007
ひかりが丘保育園	☎953-2081	柏保育園	☎361-8887

旭区　保育園・認定こども園　検索

ひかりが丘地域ケアプラザ
〒241-0001 上白根町807-2
☎953-6890 fax958-1140
休館　年末年始

■第17回ひかり福祉フェスタ2019
〔イベント〕10時30分～〔大バザー〕11時～
11月17日(日)11時～15時◆当日直接

上白根地域ケアプラザ
〒241-0001 上白根町112
☎951-3967 fax951-3971
休館　第3日曜・年末年始

■父親育児支援講座 パパの子育てあそび
親子でできる体操、絵本の読み聞かせ、座談会など。
11月30日(土)10時30分～12時◆未就学児と父親◆抽選20組◆申詳細は施設へ

予防が大事! 冬の感染症にご用心

冬は空気が乾燥することから感染症が流行しやすくなります。日頃から予防の習慣を身に付け、感染症から自分を守りましょう。

激しい下痢や嘔吐を起こす ノロウイルス

非常に強い感染力

「食品から人」だけでなく、感染者の便や嘔吐物で汚染されたものを介して、「人から人に」感染します。

予防のポイント

- 小まめに石けんで手洗い
  帰宅時、調理前、食事前、トイレ後、オムツを片付けた後など。
- 生食を控えて加熱調理
  カキ、アサリなどの二枚貝の取り扱いに注意。

高熱や関節痛などの全身症状を起こす インフルエンザ

重症化・合併症を起こしやすい

抵抗力が弱いと肺炎や脳症などの重い病気につながることも。高齢者や乳幼児、持病のある人は特に注意が必要です。

予防のポイント

- 小まめに石けんで手洗い
- 十分に栄養と休養をとり、免疫力を高める
- 外出時はマスクを着用し、人混みを避ける
- 予防接種をうける

問 健康づくり係　☎954-6146　fax 953-7713

UPDATE! ～エイズのイメージを変えよう～

12月1日は世界エイズデー。

HIV/エイズに関する医療は進歩しています。エイズ発症前に感染に気付き、適切な治療を続けることで、エイズの発症を防ぐことができ、感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

まずは検査を受けましょう。

※区役所でも匿名検査をしています。詳しくは12ページをご覧ください。

世界エイズデーパネル展

11月28日(木)～12月4日(水)◆区役所1階

問 健康づくり係
☎ 954-6146　fax 953-7713

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

毎月第2・4木曜日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◆申 電話で下記へ（※予約に空きがあれば当日も可）

問 子ども・家庭支援相談
☎ 954-6160　fax 951-4683

市民公開講座「どうする!? 脳卒中」

脳卒中の予防・治療・リハビリについて。

11月17日(日)13時30分～15時30分◆二俣川地域ケアプラザ◆先着100人◆当日直接◆主催：横浜西部脳卒中地域連携の会◆共催：旭区役所、中途障害者地域活動センターフェニックス旭

問 高齢者支援担当
☎ 954-6191　fax 955-2675

食品衛生責任者講習会

①11月20日(水)10時～12時②11月28日(木)14時～16時◆区役所3階◆食品衛生責任者◆①②先着25人◆申 11月11日9時～電話かEメール（必要事項を記入）

問 食品衛生係
☎ 954-6166　fax 952-1504
✉ as-eisei@city.yokohama.jp

膠原病系難病患者交流会「みずきの会」

お薬の話～お薬との付き合い方～。

11月21日(木)13時30分～15時30分（荒天中止）◆外部特別会議室2（アーバン128ビル3階）◆患者と家族◆お薬手帳◆✎ 薬剤師◆当日直接※初めて参加する人のみ要事前連絡

問 障害者支援担当
☎954-6127　fax955-2675

神経系難病患者交流会「あした会」

楽しいリハスポーツ～リハビリになるスポーツの実践～。

12月5日(木)13時30分～15時30分◆区役所新館2階大会議室◆患者と家族◆動きやすい靴、服装、飲み物◆✎ スポーツ指導員◆当日直接※初めて参加する人のみ要事前連絡

問 障害者支援担当
☎ 954-6127　fax 955-2675

第12回旭区地域生活支援フォーラム ～つながり支え合う障害のある人の暮らし～

〔第1部〕基調講演〔第2部〕障害のある人の暮らしの報告・意見交換。障害作業所の自主製品販売あり。

12月7日（土）12時30分～15時30分（30分前開場）◆旭公会堂（区役所4階）◆先着400人◆✎ 野沢 和弘さん（元毎日新聞論説委員）◆当日直接

問 障害者支援担当
☎ 954-6128　fax 955-2675

横浜市西部病院 特別市民公開講座

①知って得する肝臓の話②腰痛と下肢神経痛の治療法 薬と手術について。

①12月11日(水)②2020年2月21日(金)14時～15時◆聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院3階講堂◆各回先着50人◆申 11月11日9時～電話またはFAX（必要事項を記入）◆後援：横浜市医療局

問 聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院　病院運営企画室
☎ 366-1111　fax 366-8507

放課後児童クラブ（学童保育）のご案内

放課後、家に保護者がいない子どもたちが安全で豊かに過ごすための居場所です。

放課後児童クラブ名	所在地	電話番号	入会説明会日程	説明会予約
希望が丘地区学童保育レインボークラブ	善部町9-4	365-3245	2020年2月1日(土)15時～	不要
左近山学童クラブスマイル	左近山1367-1	353-0293	クラブに直接お問い合わせください	－
あすなろ学童クラブ	東希望が丘142-7	361-3506	12月7日(土)15時～	要
学童の家わんぱく	本宿町12-5	362-3952	① 2020年1月18日(土)15時～ ② 2020年2月2日(日)10時～	不要
白根学童保育所	白根7-31-16内田建設第5ビル102	953-7023	クラブに直接お問い合わせください	－
若葉台中央学童保育所	若葉台3-2-101	922-5533	11月16日(土)15時～	不要
わんぱくハウス	鶴ケ峰2-21-20川本ビル2階	371-0341	① 12月14日(土)10時～ ② 2020年2月22日(土)15時～	不要
市沢学童クラブ	市沢町85-7	374-0907	① 11月16日(土)14時～ ② 12月14日(土)14時～ ③ 2020年1月18日(土)14時～ ④ 2020年2月8日(土)14時～	要
フレンドクラブ	万騎が原3 まきが原愛児園内	361-0633	2020年1月25日(土)9時～	不要
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	① 12月7日(土)11時～ ② 2020年1月19日(日)11時～	要
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9日(土)10時～	要
やつはし学童クラブ	中希望が丘194	744-8835	募集なし	－
やつはし第2学童クラブ	中希望が丘202	744-7468		
放課後児童クラブあい・しらね	鶴ケ峰本町2-46-1 BFハイツ203～205	070-5561-2821	12月8日(日)10時～	要

合同説明会

〔日時〕11月30日（土）10時～12時　〔会場〕区役所新館2階大会議室
〔申し込み〕当日直接

◆参加クラブ

希望が丘地区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、放課後児童クラブあい・しらね

〔資料配布のみ〕左近山学童クラブスマイル、若葉台中央学童保育所、市沢学童クラブ

問 学童の家 わんぱく　☎362-3952（平日13時～19時）

問 学校連携・こども担当　☎954-6019　fax 951-4683

老人福祉センター横浜市福寿荘

〒241-0005 白根2-33-2
☎953-5315　fax 953-5317
休館　毎月最終火曜

■保健師による健康相談

11月21日(木)13時～14時◆60歳～◆当日直接

■ゲームで楽しく脳を鍛えよう（スリーA）

12月1日（日）13時30分～15時30分◆60歳～◆先着15人◆タオル、動きやすい服装、飲み物◆100円（保険料）◆当日直接

■イスを使ってストレッチ

12月3日（火）11時15分～12時15分◆60歳～◆先着20人◆当日直接

■ふれあいサロン「福寿の会」

12月3日（火）13時～14時30分◆おおむね70歳～◆先着20人◆100円◆当日直接

旭区社会福祉協議会

〒241-0022 鶴ケ峰1-6-35「ぱれっと旭」内
☎392-1123　fax 392-0222

■善意銀行（8月1日～31日）

次の皆さまから寄付をいただきました。

ヘアーメイクファンジョン（敬称略）

■やっちゃえサロン!! 旭区生活支援体制整備フォーラム

講演「企業にしかできない地域貢献～地域社会の一員として地域へ貢献する～」、事例紹介、パネルディスカッション。

12月3日（火）14時～16時◆サンハート◆サロン（地域交流拠点）の立ち上げに興味のある人◆先着200人◆当日直接◆主催：神奈川県社会福祉協議会（神奈川県委託事業）

健診などのご案内

●原則として11月11日～12月10日の健診などを掲載しています ●有料表示の無いものは原則無料です ●詳しくは電話でお問い合わせください
●市外居住者は受診できませんのでご注意ください ●【予約制】の予約開始時間は8時45分です

健康づくり係　☎954-6146　fax953-7713

種類	日時		会場	内容・費用・持ち物など
乳幼児食生活健康相談【予約制】	12月4日(水)	9時～11時	区役所3階	子どもの食生活に関する相談(30分～1時間) 【申し込み】11月11日～
離乳食教室【予約制】		13時30分～15時		栄養士の話と試食【対象】7～8か月児と初めて育児をする保護者 【定員】先着25組【申し込み】11月11日～
ピカピカ1歳児☆歯みがき教室【予約制】	12月20日(金)	10時～11時(受付9時40分～9時55分)		むし歯予防の話・歯みがき実習など【対象】2018年10月～2019年2月生まれのお子さんと保護者【定員】先着20組【申し込み】11月11日～
生活習慣病予防相談【予約制】	11月22日(金)	9時～11時		【食生活健康相談】…高血圧、糖尿病などの予防のための食生活相談 【生活習慣病・メタボリックシンドローム相談】…保健師による個別相談(30分) 【禁煙相談】…希望者には肺年齢や呼気中の一酸化炭素濃度の測定を実施(30分) 【申し込み】随時
HIV(エイズ)検査【予約制】 希望者には梅毒検査も併せて行います。	毎週水曜(祝・休日を除く)	9時～9時30分		匿名検査【申し込み】随時 結果は翌週以降水曜(祝・休日を除く)9時30分～10時にご本人にお渡しします。 ※感染の可能性のあった日から3か月後でなければ、正しい結果が出ない可能性があります。
肺がん検診【予約制】※1※2※3	2020年1月30日(木)	午前(時間は予約時に説明)		【対象】40歳以上【定員】55人【費用】680円(X線) 【申し込み】12月2日～

※1市内の実施医療機関でも、横浜市がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査))を行っています。　※2他で受診機会のない人が対象です。
※3料金が無料になる人(持参するもの)…①2020年4月1日時点で70歳以上の人(保険証)②後期高齢者医療制度被保険者(後期高齢者医療被保険者証)③生活保護受給者(休日・夜間等診療依頼証)④受診日の属する年度の、前年度の市県民税が非課税世帯(同一世帯の全員が非課税)または均等割のみの世帯の人は事前に健康づくり係で手続きが必要です(運転免許証など写真付きの本人確認書類)。その他の無料になる人の条件は、広報よこはまあさひ区版　3月号　保存版　福祉保健センターからのお知らせに掲載。

こども家庭係　☎954-6151　fax951-4683

乳幼児健診	**4か月児**	11月22日、12月6日(各回金曜)	受付13時～14時	区役所3階	詳細は個別通知をご覧ください。
	1歳6か月児	11月19日、12月3日(各回火曜)	受付9時～10時		
	3歳児	11月21日、12月5日(各回木曜)	受付12時30分～13時30分		
乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談【予約制】		11月26日、12月10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【申し込み】随時

子ども・家庭支援相談　☎954-6160　fax951-4683

母親教室(全3回)【予約制】	12月3日(火)・10日(火)・14日(土)	平日:14時～16時 土曜:9時30分～11時30分	区役所3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。 【申し込み】随時

子どもについての相談は**「子ども・家庭支援相談」**へ　保健師、学校カウンセラー、保育士など

Vol.143 2019.11

よこはま動物園 ズーラシアだより

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

11月～12月10日の休園
毎週火曜

ズーラシアグッズ

ホッキョクグマ(ジャンブイ)のリアルフェイスタオル

ズーラシアどうぶつ zoo(ズー)むーアップ その104 ホッキョクグマ

ツヨシ(メス・15歳)

夏が過ぎ、暑さも和らぎ、ホッキョクグマも食欲の秋を迎えています。野生では、冬は海氷でアザラシを捕らえ、夏は海氷が溶けてしまうので、大陸の海藻や木の実を食べながら、ほぼ絶食に近い状態で暮らしています。動物園でも、馬肉や鶏肉などの肉類、アジやサバなどの魚類、リンゴやサツマイモなどの果物・野菜と、季節によって餌の種類や量・バランスを変えながら与えています。

開園当時から人気の看板ホッキョクグマ「ジャンブイ」は冬には体重400キログラムにもなります。大好物のサバを目がけ、大きな水しぶきをあげてプールへダイビングする迫力満点の姿が見られるかもしれませんよ。

11月のおすすめ

ふれあい動物園

11月24日(日)まで　※土日祝開催
イヌやウサギなどの小動物と触れ合おう!
「ひげおじさんのわくわく動物ワーク」を使って動物博士になれちゃうかも?!

旭区地域子育て支援拠点 ひなたぼっこ

〒241-0821　二俣川1-67-4
☎442-3886　fax442-3896
旭区 ひなたぼっこ 検索
〔休館日〕　毎週日曜・月曜・祝日(月曜が祝日の場合は火曜休館)

ひなたぼっこは親子で自由に遊べる広場です。毎月イベントを開催しています。

イベント名		日時・内容・申し込み※予約不要	
専門相談	心理士	11月8日(金)、27日(水) 10時～11時30分	普段気になっているちょっとした心配事をお話ししてみませんか?
	管理栄養士	11月26日(火) 10時～11時30分	
	助産師	11月28日(木) 13時30分～15時30分	
公園遊び	万騎が原公園	11月13日(水)	10時～11時30分 ※雨天中止(9時以降ホームページをご確認ください)
	本村町第1公園	11月15日(金)	
	なかおバタフライガーデン	11月28日(木)	
	マインコーポ公園	12月4日(水)	
出張ひろば	みなまきラボ	11月19日(火) 10時～11時30分	みんなでおもちゃで遊んだり、おしゃべりしたりしませんか?
	左近山地域ケアプラザ	12月6日(金) 10時～11時30分	
朝採れ!おやさいの直売 ※雨天中止		地元農家が新鮮な野菜を届けてくれます。調理法なども教えてくれます。 11月12日(火)・21日(木)、12月10日(火) 10時30分～11時30分◆ひなたぼっこ自転車置き場奥◆当日直接	
お誕生日会		11月22日(金)11時30分～◆当日直接 11月生まれのお友だち集まれ! ※お誕生月のお子さんは11時15分までにお越しください。	

■横浜子育てサポートシステム
入会説明会…子育ての援助をしたい人と受けたい人を対象とした入会説明会。
日時:11月12日(火)、12月7日(土)10:00～11:00　場所:ひなたぼっこ
☎442-3038

■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。☎489-6170 月～土曜(木曜除く)9時30分～16時