

# 12月 今月のおしらせ

●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

区役所への郵便物は  
〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12

- ☎ ファクス(番号)
- 📄 ホームページ
- ☑ 消印有効
- 🗨 問い合わせ
- ☎ 電話(番号)
- ✉ Eメール(アドレス)
- 👤 必着 ㊟ 申し込み
- 👤 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

### 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。  
12月11日(水)10時~11時30分◆  
区役所1階◆当日直接  
☎ 企画調整係  
☎ 954-6026 ☎ 951-3401

### あさひの朝市

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。  
12月19日(木)9時30分~12時30分◆区役所1階◆当日直接  
※例月と異なり第3木曜日となります。  
☎ 生涯学習支援係  
☎ 954-6095 ☎ 955-3341

### 土壌混合法展示会

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」の土で育った作物の展示、実演を行います。  
12月18日(水)~20日(金)10時~14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。  
☎ 資源化推進担当  
☎ 954-6096 ☎ 955-3341

### 税理士による無料相談

12月25日(水)13時~16時(1人30分)◆区役所1階1番窓口◆先着6人◆㊟12月18日8時45分~直接か電話  
☎ 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

港町・横浜の魅力ベイエリア散策(約6.0キロメートル 約9,300歩)  
2020年1月18日(土)9時~9時30分受付※小雨決行、荒天時は翌日に順延◆桜木町駅→日本丸→赤レンガ倉庫→海上保安庁資料館→大棧橋→象の鼻パーク→横浜開港資料館→横浜公園→関内駅(12時30分頃解散予定)◆抽選80人※落選の人のみ2020年1月11日までに電話連絡◆500円(保険料含む)◆㊟1月10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「港町・横浜の魅力ベイエリア散策」を記入)  
〒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 ☎ (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)

## 必見! 旭区広報動画 「1分で感じる旭の魅力」放映中



▲動画はこちら

旭区誕生50周年を機会に、区民の皆さんや旭区に関わる人たちに旭区の魅力を再認識していただける動画を制作しました。2018年10月から区内各所で放映しています。「迫力ある空撮映像」や「まつりのにぎわい」、「元気な子どもたちの姿」など、旭区の魅力をご堪能ください。

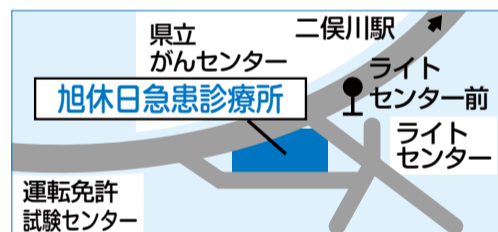
【放映場所】  
YouTube横浜市公式チャンネル「CityOfYokohama」、  
区役所1階待合スペースなど

🔍 1分で感じる旭の魅力 検索

## 日曜・祝日・年末年始(12月30日~2020年1月3日)の急病は 旭休日急患診療所

二俣川1-88-16 ☎ 363-2020

【診療科目】内科・小児科  
【診療時間】10時~16時(受付は9時30分~)  
【交通】相鉄バス旭22・23系統(二俣川駅北口発)「ライトセンター前」下車徒歩1分



※年末年始も対応可能なその他の医療機関は、この広報の市版16ページをご覧ください。

## 今月のぱおぱおルーム

区役所3階 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  
無料 予約不要

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。  
12月~2020年1月の開室日 ☎ 庶務係 ☎ 954-6006 ☎ 951-3401

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)
2020年1月	午前開室	7日・14日・21日(各回火曜)	8時45分~12時15分 (12時受付終了)
	午後開室	9日(木)・10日(金)・17日(金)・23日(木)・24日(金)	12時15分~15時45分 (15時30分受付終了)

## 旭区市民活動支援センター

## みなくる

今月の休館日  
12月18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.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  
絵手紙・和紙ちぎり絵・造形工作、ビーズ、マンドリン演奏、化学実験
- ☆みなくる利用登録団体の活動紹介  
横浜食文化研究会、横浜西部民主商工会

## 旭区消防出初式

【日程】2020年1月11日(土)  
【会場】旭公会堂(区役所4階)および区役所第一駐車場  
【内容】第1部 10時30分~11時25分  
(旭公会堂)式典  
第2部 11時30分~13時  
(旭公会堂)ミニコンサート・震災活動演技  
〔区役所駐車場〕ふれあい広場  
※当日直接  
※荒天時中止・災害発生時は一部縮小  
☎ 旭消防署庶務課 ☎ 951-0119



マークの凡例は7ページをご覧ください。

【重要事項】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



## 国・県からのお知らせ

### 神奈川県労働局からのお知らせ

「パートだから」「契約社員だから」仕方ないと思いませんか？

正社員と比べて、こんな差はありませんか？

**基本給少 賞与少 手当無**

パートタイム労働者・有期雇用労働者は正社員との待遇差について事業主に説明を求めることができますようになります。

パートタイム・有期雇用労働法 2020年4月1日施行  
(中小企業は2021年4月適用)

正社員とパートタイム・有期雇用労働者との不合理な待遇差などの相談は、特別相談窓口までお気軽にご相談ください。

(パートタイム・有期雇用労働法特別相談窓口)

☎ 神奈川県労働局 雇用環境・均等部指導課

☎ 211-7380 fax 211-7381

### 横浜地方法務局からのお知らせ

忘れていませんか？ 相続登記

相続した不動産について、相続登記がされないままとなっているケースが数多く存在し、まちづくりのための公共事業が進まないなど、所有者不明土地や空家などの問題が発生しています。

法務局では、これらの問題の解消に向け、相続登記の促進に取り組んでいます。

自分の権利を大切にするとともに、次世代の子どもたちのためにも早めの相続登記をおすすめします。

☎ 横浜地方法務局総務課

☎ 641-7461 fax 651-3395



## 文化

### '20 横浜旭ジャズまつり 「アマチュアステージ」出演者募集

毎年トップアーティストでにぎわう横浜唯一の野外ジャズフェス「横浜旭ジャズまつり」。来年は、7月26日(日)に、こども自然公園で開催されます。

あなたのグループも応募して、プロと同じ舞台上で演奏してみませんか？

【応募資格】

- ①アマチュアでトリオ以上のグループ
  - ②ジャズを基本にした演奏を行う
  - ③ライブ審査および本番に同一メンバーで出演可能なこと
  - ④直近の2年間、本番に連続出場していないグループであること
- ※高校生以下の部活動などのグループは③および④の適用はありません



♪テープ審査

【応募方法】次のものを下記に提出

- 2曲以上の演奏を収録した記録媒体(カセットテープ・MD・CD・DVDに限る)
- グループのプロフィール(メンバー全員の名前、性別、年齢、職業を記入)
- 写真(メンバー全員が写っているもの)
- 代表者の名前、住所、電話番号、あればFAX番号とEメールアドレス

【締切】2020年2月29日(着)で下記へ

♪ライブ審査 テープ審査合格者はライブ審査に出場

【日時・会場】2020年4月12日(日)旭公会堂(区役所4階)

【参加費】5,000円

主催: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

☎ 旭ジャズまつり実行委員会 連絡事務所

〒246-0038 瀬谷区宮沢1-24-14 ☎fax 304-9000

☎ contact@asahijazz.net HP http://www.asahijazz.net/

## こんにちは 旭図書館です!

今月の休館日  
12月16日(月)、  
29日(日)~31日(火)

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

旭公会堂開催の認知症啓発講演会で配布されたブックリストから、「ユマニチュード」※という認知症ケアの方法を書いた本をご紹介します。家族で集う年末年始。集う一人一人に優しさが届きますように。(※フランス語で「人間らしさ」という意味)

家族のためのユマニチュード“その人らしさ”を取り戻す、優しい認知症ケア  
イヴ・ジネスト/著 ロゼット・マレスコッティ/著 本田 美和子/著  
発行:誠文堂新光社(2018年刊)

高齢で、認知症になった家族。「あなたのことを大切に思っている」ことを伝えるのが技術であれば、技術を学ぶことで日々のケアが楽になることもあるのではないのでしょうか？

この本では認知症の人の特徴と、実際にどの位置から見て、どんなことを話しかけ、どこに触れることで安心させることができるのかを、たくさんのイラストを使って分かりやすく紹介しています。



「ユマニチュード」という革命 なぜ、このケアで認知症高齢者と心が通うのか  
イヴ・ジネスト/著 ロゼット・マレスコッティ/著 本田 美和子/日本語監修  
発行:誠文堂新光社(2016年刊)

フランスで開発されたユマニチュードというケアの技法。開発者の著者が、その哲学と技術が生まれる道のりを語ります。そもそもは、体育学の教師だった2人が、病院職員の腰痛対策に取り組んだことが始まりでした。日本での公演会の様子も記載があります。



### 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。

12月12日・19日、2020年1月9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

### クリスマスおはなし会(こどもおはなし会)

絵本の読み聞かせ・紙芝居など。

12月15日(日)11時~◆3歳以上(親子参加可)◆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。  
12月25日(水)10時~11時30分◆初心者◆開催時間内随時受付

### 移動図書館のご案内 巡回予定(荒天の場合は中止)

☎ 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)	12月18日、2020年1月8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)	12月12日・26日(各回木曜)	15時15分~16時
中沢町公園(中沢3-37)	12月11日・25日(各回水曜)	10時~10時50分

### ソレイユフィルハーモニー オーケストラ クリスマスコンサート

未就学児歓迎、演奏中の出入り可。

12月21日(土)14時開演(30分前開場)◆サンハートホール◆先着250人(要入場券)◆☎12月19日までに電話かEメール(【重要事項】を記入)※当日券もあり◆主催:ソレイユフィルハーモニーオーケストラ、共催:旭区文化振興会・旭区役所

☎ ソレイユフィルハーモニーオーケストラ 霜島

☎ 080-9775-3723

☎ soleilphilharmonie@gmail.com



**スポーツ**

**第6回 旭区民硬式テニスシングルス大会**

①一般男子、ベテラン男子(②45歳～③55歳～④65歳～)、⑤一般女子、⑥ベテラン女子(50歳～)  
2020年2月9日(日)・15日(土)・16日(日)、3月14日(土)・28日(土)9時～17時◆長坂谷公園第2、瀬谷本郷公園テニスコート◆区内在住・在勤・在学または旭区硬式テニス協会加盟団員◆①～⑥抽選各32人◆4,000円

◆**申**12月14日～1月12日(郵送の場合は11日(着))※詳細は、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またはホームページを参照  
☎ 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

詳細は [Q・旭区硬式テニス協会](#) 検索

☎ 旭区体育協会事務局  
☎ 370-6415 fax 370-6416  
(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 fax 382-8044

休館日  
12月16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)

**冬期定期教室(2020年2～3月開催)**

【回数】全4回～7回

【応募】12月17日～2020年1月10日(着)でスポーツセンター所定の応募用紙が往復はがき(下記①～⑦を記入)ホームページからも可。重複応募無効。対象・定員・料金の詳細は直接かスポーツセンターのホームページへ。

- ①教室名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過去1年間の希望教室への参加の有無⑦市外在住で、市内在勤・在学者は勤務先・学校名
- ※親子体操を参加希望の場合②～④は親子両方を記入
- ※今期は託児サービスはありません

曜日	大人対象教室	時間
火	健康マージン【経験者対象】	9時～10時45分
	バドミントン	9時～10時45分
	転倒骨折予防	9時15分～10時15分
	ベーシックピラティス	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
	卓球(火)	13時～14時45分
	ダンススポーツ初心者～初級	13時15分～14時45分
	ベリーダンス	15時～15時50分
	キラっとはつらつ健康	9時30分～10時45分
水	達筆への道(硬筆)	9時30分～11時
	絵手紙	11時30分～13時
	フィットネスヴィーナス	11時15分～12時30分
	ニコニコ機能体操	13時30分～14時45分
木	筋膜リリースピラティス	20時～20時50分
	バレトン	9時～9時50分
	いつまでも健康教室(木)	9時15分～10時30分
	ダンススポーツ初級～中級コース	11時～12時30分
	タヒチアンダンス	12時～12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
	いつまでも健康教室(金)	9時30分～10時45分
	フラメンコ	11時～11時50分
	金	フラダンス中級
土	チアダンエクササイズ	12時～12時50分
	太極拳	13時～14時
	ステップアップピラティス	19時～19時50分
	フィットネスパワーヨガ	20時～20時50分
	いつまでも健康教室(土)	9時30分～10時45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
	いつまでも健康教室(金)	9時30分～10時45分
	フラメンコ	11時～11時50分
	金	フラダンス中級
チアダンエクササイズ	12時～12時50分	
太極拳	13時～14時	
ステップアップピラティス	19時～19時50分	
フィットネスパワーヨガ	20時～20時50分	
土	いつまでも健康教室(土)	9時30分～10時45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 [Q・旭スポーツセンター](#) 検索

曜日	子ども対象教室	時間
月	キッズフラダンス	17時～17時50分
火	チアダンス ジュビター	16時～16時50分
	チアダンス マーキュリー	17時～17時50分
水	幼児フットサル	15時30分～16時45分
	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45分
木	将棋道場!	16時45分～18時
木	こどもバレエ アナ	17時～17時50分
	こどもバレエ エルサ	18時～18時50分
金	親子体操(金)	10時30分～11時30分
	幼児体操	15時20分～16時5分
	熱中! マツとび箱	16時15分～17時5分
土	バストキッズ	9時15分～10時30分

**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。

**今川公園**  
〒241-0033 今川町96-2  
☎ 366-9290

■**ミニ門松を作ろう**  
12月22日(日)10時～12時◆小学3年生～◆先着10人◆500円◆**申**12月11日～18日に電話

**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 fax 391-6930  
☎ sunheart@sunheart.info

■**おはなしかい**  
絵本の読み聞かせや手遊び歌など。  
12月12日(木)10時30分～11時◆0～2歳児と保護者◆**申**詳細はサンハートへ

■**気軽に寄り道クラシック**  
姉妹が奏でる極上の音色  
未就学児不可。  
12月13日(金)19時30分～◆先着103人◆一般1,000円、高校生以下800円(当日各200円増)◆**申**Duo deux fleurs(デュオドゥフルール)◆**申**詳細はサンハートへ

■**みんなで楽しもう!**  
おんがくのじかん!  
12月19日(木)11時～11時45分◆0～2歳児と保護者◆先着50組◆800円(追加1人300円)◆**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 戸塚区上倉町435-1  
☎ 862-5052 fax 862-3101  
HP <https://www.women.city.yokohama.jp/y>

■**再就職・転職のためのパソコン講座(全5回)**  
2020年1月21日(火)・22日(水)・24日(金)・27日(月)・28日(火)10時～15時30分◆女性◆先着12人◆20,000円(5回分)◆**申**12月16日9時～HPか電話(☎ 862-4496)

**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 fax 812-5778  
HP [http://www.yzpc.or.jp/kodomo\\_yc\\_ysa/](http://www.yzpc.or.jp/kodomo_yc_ysa/)

■**アロマ教室E**  
流行の病気を寄せ付けないアロマについて。  
2020年1月17日(金)10時30分～12時◆16歳以上の初心者◆抽選10人◆2,000円◆**申**12月9日～23日(消)で往復はがきに**【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)

■**わくわくキャンプ**  
仲間作りゲームや野外料理、星空観察など。  
2020年2月15日(土)13時～16日(日)14時30分(1泊2日)※荒天中止◆小学3～6年生◆抽選48人◆6,500円◆**申**12月20日～1月10日(消)で往復はがきに**【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)

**上白根コミュニティハウス**  
〒241-0001 上白根町233-6  
☎ 954-1691 fax 954-1692  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

■**くらサボサロン**  
地域の憩いと交流の場となるお茶飲みサロン(お茶とお菓子)。  
12月18日(水)13時30分～15時◆先着20人◆200円◆当日直接

■**お正月のフラワーアレンジメント**  
12月27日(金)10時～12時◆先着10人◆2,200円◆**申**12月11日9時～直接(電話は10時～)



■**上白根ふれあい地域寄席**  
2020年1月11日(土)13時30分～15時◆先着50人◆当日直接

■**パソコン個人相談室**  
2020年1月13日(月・祝)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)◆**申**12月11日9時～直接(電話は10時～)

■**脳を鍛える! インナーマッスル体操**  
2020年1月16日(木)13時30分～15時◆先着20人◆タオル、上履き、飲み物、動きやすい服装◆400円◆当日直接

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

■**第21回囲碁大会**  
2020年1月11日(土)9時15分～14時30分◆6級以上◆先着32人◆500円◆**申**12月19日～1月5日に直接(電話は21日～)

**鶴ヶ峰コミュニティハウス**  
〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1  
☎ 953-2313 fax 489-5966  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

■**ツルコミ冬のおはなし会**  
親子で楽しめる手遊びや、冬の時期にぴったりの本を紹介。  
12月15日(日)11時～11時30分◆当日直接

■**フラワーアレンジメントをしましょう**  
クリスマスとお正月どちらでも楽しめるアレンジメントを作ります。  
12月23日(月)10時～12時◆先着12人◆3,500円◆**申**12月11日9時～直接(電話は10時～)

■**囲碁・将棋・麻雀<sup>マージャン</sup>サロン**  
12月15日～2020年1月5日の毎週日曜(12月29日は除く)9時～15時30分◆当日直接

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

■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。

12月15日～2020年1月5日の毎週日曜(12月29日は除く)9時～16時  
◆未就学児と保護者◆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・金曜

■鎌倉七福神巡りウォーキング

北鎌倉から長谷寺までの名刹を巡ります(約8キロメートル)。

2020年1月15日(水)9時～16時※  
荒天時は20日(月)に順延◆先着20人◆300円(交通費・拝観料別途)  
◆甲12月16日10時～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)

■第10回お楽しみ囲碁大会

2020年1月14日(火)9時30分～15時◆先着16人◆700円◆甲12月17日10時～1月7日に直接(電話は翌日～)

■花のパッチワーク「冬」(全3回)

2020年1月20日、2月3日・10日(各回月曜)13時～15時30分◆先着12人◆1,400円(3回分)◆甲12月24日10時～1月13日に直接(電話は翌日～)

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

12月15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

■フリーアドバイス 卓球

12月21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

■書き初めを上手に書こう(全2回)

12月26日(木)、2020年1月6日(月)10時～11時30分◆小学3年生～中学生◆先着20人◆700円(2回分)◆甲12月11日9時15分～直接

■お正月のフラワーアレンジメント

12月26日(木)13時～14時◆先着16人◆2,000円◆甲12月12日9時15分～直接(電話は翌日～)

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)

■クリスマスのお菓子作り

12月17日(火)①10時～12時45分②13時45分～16時30分◆①②先着8人◆1,200円(1回分)◆甲12月11日9時～直接(電話は翌日～)

■初心者のためのパソコン相談塾

12月19日(木)13時30分～14時30分◆成人◆先着4人◆500円◆甲12月11日9時～直接(電話は翌日～)

■住まいのクリニック「塗り壁体験」

12月22日(日)10時～12時◆先着15人◆700円◆甲12月11日9時～直接(電話は翌日～)

■親子で大根収穫祭

12月22日(日)13時30分～15時※雨天中止◆親子◆先着30組◆200円◆甲12月11日9時～直接(電話は翌日～)

■市民講座

「インターネット被害未然防止講座」

2020年1月19日(日)14時～15時30分◆先着50人◆NPO情報セキュリティフォーラム◆甲12月11日9時～直接

■革を使ったペンケース作り

2020年1月21日(火)13時30分～16時◆先着8人◆1,500円◆甲12月11日9時～直接(電話は翌日～)

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)

■元気いっぱい! 親子体操(全5回)

2020年1月20日、2月3日・17日、3月2日・16日(各回月曜)10時～11時◆2歳以上の未就園児と保護者◆先着20組◆上履き、動きやすい服装、飲み物、タオル◆1,700円(5回分)◆甲12月16日9時～1月10日に直接(電話は10時～)

上記以外の講座についてはホームページをご覧ください。

Q・白根地区センター 検索

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)

■絵画展示

[都岡小学校]12月2日(月)～15日(日)9時～21時(日曜・祝日17時まで)◆当日直接

■書き初めを書こう!

2020年1月5日(日)9時30分～11時30分◆小学4年生～中学生◆先着10人◆300円◆甲12月11日～25日に直接

■和布で小物作り

(クルミのネックレス)

2020年1月14日(火)9時30分～12時◆先着12人◆800円◆甲12月11日～24日に直接



■アロマテラピー&ハンドマッサージ(全3回)

2020年1月～3月の第3木曜10時～12時◆先着15人◆1,500円(3回分)◆甲12月11日～25日に直接

■本革製の小物入れ作り(全2回)

色も選べます。

2020年1月24日・31日(各回金曜)9時30分～11時30分◆先着8人◆1,800円(2回分)◆甲12月11日～18日に直接

■本格キムチ作り&蒸し鶏のキムチあえ

2020年1月30日(木)9時30分～12時◆先着16人◆1,000円◆甲12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)

■卓球・バドミントン教室

12月14日(土)15時～17時(15分前受付)◆小学生～◆先着各20人◆100円(1回分)◆当日直接

■人の話をよく聞く子を育てる! わかば読み聞かせ隊

12月27日(金)10時30分～11時◆未就学児と保護者◆先着20組◆当日直接

■楽楽ヨーガ第3期(全6回)

2020年1月～3月の第2・4水曜10時～11時30分◆先着15人◆3,000円(6回分)◆甲12月17日10時～直接

■南インドの家庭料理教室⑤

2020年1月11日(土)10時～13時◆先着12人◆500円◆甲12月21日10時～直接

■男の料理教室

～初級から中級編～第3期(全3回)

2020年1月～3月の第3木曜10時～13時◆男性◆先着16人◆2,700円(3回分)◆甲12月12日10時～直接

■マタニティ&ベビーピラティス

2020年1月16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◆甲12月19日10時～直接

■リフレッシュ体操中級コース 第3期(全7回)

2020年1月20日～3月16日の毎週月曜(1月27日、2月24日を除く)13時30分～15時◆先着7人◆2,800円(7回分)◆甲12月12日10時～直接

以下は広告スペースです。「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。

**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
左近山保育園	2020年1月9日(木) 10時~11時	お正月あそびを楽しもう	乳幼児と保護者 先着12組	12月12日~電話
柏保育園	2020年1月16日(木) 10時~11時	小麦粉粘土であそぼう	乳幼児と保護者 先着15組	12月16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 |

Q・旭区 保育園・認定こども園 検索

**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◆☎電話で下記へ(※予約に空きがあれば当日も可)

☎子ども・家庭支援相談  
☎954-6160 ☎951-4683

**膠原病系難病患者交流会「みずきの会」**

情報交換・交流。  
12月19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◆当日直接※初めて参加する人のみ要事前連絡  
☎障害者支援担当  
☎954-6127 ☎955-2675

**神経系難病患者交流会「あした会」**

情報交換・交流。  
2020年1月9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◆当日直接※初めて参加する人のみ要事前連絡  
☎障害者支援担当  
☎954-6127 ☎955-2675

**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(9月1日~30日)**

次の皆さまから寄付をいただきました。神奈川県美容生活衛生同業組合旭支部(敬称略)

**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

**保健師による健康相談**

12月19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)**

2020年1月5日(日)13時30分~15時30分◆60歳~◆先着15人◆100円(保険料)◆動きやすい服装、飲み物、タオル◆当日直接

**イスを使ってストレッチ**

2020年1月7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」**

2020年1月7日(火)13時~14時30分◆おおむね70歳~◆先着20人◆100円◆当日直接

〒241-0821 二俣川1-67-4  
☎442-3886 ☎442-3896 Q・旭区 ひなたぼっこ 検索  
(休館日) 12月28日(土)~2020年1月3日(金)  
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 12月13日(金)・25日(水)、 2020年1月10日(金) 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てみませんか?
	助産師 12月26日(木) 13時30分~15時30分	
	管理栄養士 12月24日(火) 10時~11時30分	
公園遊び	万騎が原公園 12月11日(水)、 2020年1月8日(水)	10時~11時30分 ※雨天中止(午前9時以降 ホームページをご確認ください)
	笹野台北公園 12月13日(金)、 2020年1月10日(金)	
	本村町第一公園 12月20日(金)	
出張ひろば	みなまきラボ 12月17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?
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。 12月19日(木)10時30分~11時30分 ◆ひなたぼっこ自転車置き場◆当日直接	
お誕生日会	12月20日(金)11時30分~◆当日直接 12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…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を随時、個別対応しています。お電話でお問い合わせください。  
☎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。  
☎489-6170 月~土曜(木曜除く)9時30分~16時



以下は広告スペースです。「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。

## 健診などのご案内

●原則として12月11日～2020年1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

種類	日時	会場	内容・費用・持ち物など	
健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713				
乳幼児食生活健康相談【予約制】	2020年 1月15日(水)	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】12月11日～	
離乳食教室【予約制】			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】12月11日～	
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室【予約制】	2020年 1月31日(金)	区役所3階	むし歯予防の話・歯みがき実習など【対象】2018年11月～2019年3月 生まれのお子さんと保護者【定員】先着20組【申し込み】12月11日～	
生活習慣病予防相談 【予約制】	12月13日(金)・ 19日(木)		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
	2020年 1月7日(火)		13時～15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。

種類	日時	会場	内容・費用・持ち物など
こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683			
乳幼児健診	4か月児	12月13日、 2020年1月10日 (各回金曜)	受付 13時～14時
	1歳 6か月児	12月17日、 2020年1月7日 (各回火曜)	受付 9時～10時
	3歳児	12月19日、 2020年1月9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】	12月10日、 2020年1月14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 ☎951-4683

種類	日時	会場	内容・費用・持ち物など
母親教室(全3回)【予約制】	2020年1月7日・ 14日・21日(各回火曜)	14時～16時	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.144 2019.12

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)  
Q・ズーラシア 検索

**12月～2020年  
1月10日の休園**  
12月17日(火)・  
24日(火)・29日(日)～  
2020年  
1月1日(水・祝)・7日(火)

**ズーラシアグッズ**

缶バッジ、ミニキーホルダー

ズーラシアどうぶつ  
**ZOQ ズーラシア** その 105 **スマトラトラ**

スマトラトラはインドネシアのスマトラ島だけに生息し、野生の生息数は300～400頭程度といわれています。そのため、世界中の動物園が協力して保全に取り組んでいます。

ズーラシアでは、8月19日にスマトラトラの赤ちゃんが誕生しました。母親が赤ちゃんの世話をしていたのですが、授乳がうまくできず赤ちゃんが弱ってきたため、人工哺育で育てています。

母親のデル

人工哺育に切り替えてからは順調に成長しており、生後1カ月が経過したところには、体重は生まれた時の約3倍になりました。日本ではスマトラトラの人工哺育は成功例がなく、細心の注意を払って飼育に当たっています。これからの成長を楽しみにしてください!

スマトラトラの赤ちゃん

**12**月の **おすすめ**

**Happy Christmas inズーラシア**  
12月21日(土)・22日(日)

サンタクロースから動物たちに、クリスマスにちなんだ特別な餌をプレゼント。

**ズーラシアでお正月**  
2020年1月2日(木)・3日(金)

・竹馬やこま回しなどのお正月あそび  
・お年玉の餌をプレゼントしながらの特別ガイド

2020年1月4日(土)・5日(日)

バードショーで活躍している鳥たちがあなたの運勢を占います。