

ほどがや



特集1

お金の電話はすべて詐欺です! 6

特集2

そのお困りごと、まずは民生委員・児童委員へ 7

ホームページからPDF版を見ることができます



西谷商栄会 掘り出し物に出会えるかも!?

洪福寺松原商店街振興組合

保土ヶ谷駅西口さつき会

年末は商店街へ!

ほどがやの粋がここにある

人情あふれる場所

その道のスペシャリストぞろい

和田町商店街協同組合 天王町商店街協同組合 保土ヶ谷駅西口商店街

横浜FC J1昇格記念 行こう!商店街

ほどがやクイズラリー

開催期間▶12月10日(土)~2023年1月15日(日)

区内商店街にあるクイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

商店街で買い物をするときにクイズを探してみてね!

賞品例

- 横浜FC選手ユニフォーム(2022シーズン)
- 2023シーズン開幕戦チケット

対象商店街

天王町商店街協同組合、洪福寺松原商店街振興組合、和田町商店街協同組合、保土ヶ谷駅西口商店街、保土ヶ谷駅西口さつき会、西谷商栄会、和田町駅前商店街、上星川商店会、峰沢商店会、千丸台商店会、笹山商店会、アクティ天王町商店会、星川商店会

齋藤 功佑 選手

~ほどがやクイズラリー~ 期間 1/15まで

問題(例題) 横浜FCのエンブレムの鳥の名前は何でしょう? ~横浜FC J1昇格記念 行こう!商店街~

賞品

- 横浜FCユニフォーム
- 横浜FC2023シーズン開幕戦チケット
- 横浜FCグッズ など

各店舗の店内にあるクイズに答えて賞品を当てよう! 応募球全2球! たくさん答えて豪華賞品を当てよう!

▲詳細・申込方法

区商店街連合会に新しい仲間が加わりました!

アクティ天王町商店会

場所 天王町一丁目の西側
店舗数 29店舗

安心と安全を心掛け、明るく楽しい商店街を目指しています!

会長 木村さん

星川商店会

今年4月に発足! /

場所 星川駅周辺
店舗数 54店舗

地域に笑顔と活力を生み出すべく、今後も活動していきます!

会長 林さん

YOKOHAMA FC

祝 横浜FC J1昇格!

2023シーズンもニッパツ三ツ沢球技場をHAMABLUEに染めて、横浜FCの勝利を後押ししよう!

©1999 Y.F.SPORTS C. ©2009 Y.F.SPORTS C.

特集1

お金の電話はすべて詐欺です!

! こんな電話、あなたにもかかってきます!

還付金詐欺

保土ヶ谷区役所の〇〇です。お客様の保険料に過払い金があり、今すぐ手続きをすれば戻ってきます!



今から説明しますので、その通りに操作してください。

うまい言葉で誘導し、犯人の口座にお金を振り込ませます。

ATMでお金が戻ることは**絶対にありません!**

振り込め詐欺(オレオレ詐欺)

会社のお金が入ったカバンを落としちゃって、お金が至急必要なんだ…



■■銀行

何に使われますか?

息子がどうしても必要だと…

本人や家族に**事実確認**を! 事前に、合言葉などを決めておきましょう。

キャッシュカードすり替え詐欺

▲▲銀行の者ですが、お客様のキャッシュカードが不正に利用されています!これからご自宅へカードの確認に伺いますので…

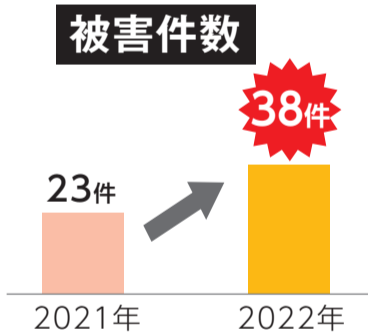


印鑑を取ってきます。

封筒にカードを入れてください。封印しますので、印鑑を用意してください。

キャッシュカードは**絶対に他人に渡してはいけません!**

! 区内でも特殊詐欺の被害が増えています!



被害金額

約5,500万円

(10月末時点)

年末年始は特殊詐欺やひったくり、空き巣など、あなたのお金を狙った犯罪が増えます。ぜひ注意してください!



STOP!

被害に遭わないために大切なのは… **犯人と話さないことです!**

電話に出る前に、**必ず相手を確認**しましょう。

- ①常に留守番電話に設定し、相手・内容が確認できるまで応答しない
- ②迷惑電話防止機能付き電話機を活用する
- ③家族や警察、近所の人に相談・情報共有を!

いつも留守電に設定しましょう

この通話は迷惑電話防止のために録音されます。


何度も詐欺の電話を受けたので、地域で共有しています。協力し合って被害を防ぐことが大切です!

川島町 長野さん

ほどがや防犯川柳
コンクール作品募集

対象 区内在住・在勤・在学
テーマ 特殊詐欺の犯罪と被害防止 (小中学生の部・一般の部)
申込み 2023年1月6日消印有効ではがき・FAX・Eメール・電子申請システム

入賞者には表彰状と記念品が贈られます。また、入賞作品はポスターや啓発グッズに活用されます!

詳細▶ 

特集2

そのお困りごと、まずは

民生委員・児童委員へ

こんなことで困っていませんか？

高齢になってからの一人暮らしは不安でいっぱい。もしものときのために誰かに見守ってほしいな…



両親が利用できる介護サービスってあるのかしら？ こういう話ってどこに聞けばいいのか分からないわ…

まずは民生委員・児童委員に相談してみましょう

見守り・訪問活動



心配ごとを相談して安心できました

※相談内容が漏れることはありません。

内容に応じて専門の関係機関へ



福祉制度・サービスの紹介や支援できる機関を案内します。

つながる

民生委員・児童委員ってどんな人？



横浜市版民生委員・児童委員キャラクター よこはまミンジー

区内では約270人が活躍中！

- 日常の福祉・保健にかかる相談に乗ります。
- 内容によって関係機関を紹介し、必要な支援が受けられるよう、「福祉のつなぎ役」となります。
- 地域の推薦を受け、厚生労働大臣から委嘱を受けて活動しています。

その他、地域でこんな活動をしています

つながりづくり

地域の人同士の交流を深めるため、食事会や高齢者向けサロンなどのイベントを開催します。



いろいろな人との交流を通じて、新たなつながりができました

中央地区 お楽しみ会

子育てサロン

子育て中の親子が気軽に集まり、仲間づくりや情報交換ができる「子育てサロン」を開催します。



育児の悩みを相談できる仲間ができました

子育てサロン おひさま

共同募金への協力

地域の福祉活動に活用されている共同募金の呼びかけに協力します。



募金にご協力いただきありがとうございます

赤い羽根共同募金



民生委員・児童委員 (常盤台地区) 田中さん

地域の人からは、「そろそろ介護サービスを受けたいけど、どうしたらいいのか…」といった、介護サービスについての相談が多いです。

ご心配なことがありましたら、お気軽に相談してください。

福祉に関する困りごとを 民生委員・児童委員に相談してみませんか？

お住まいの地域の民生委員・児童委員を紹介しますので、お気軽にお問合せください。



詳細▶

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。



保土ヶ谷区消防出初式

無料 申込不要

☎ 保土ヶ谷消防署庶務係 ☎ fax 342-0119

3年ぶりの開催です!ぜひお越しください。

日時 2023年1月6日(金)10時~11時
※荒天中止

会場 保土ヶ谷公会堂
※駐車場はありません。

内容 式典、西谷囃子、署・団・事業所の活動紹介
※例年実施していた「一斉放水訓練」は行いません。



横浜市無形民俗文化財「西谷囃子」



映像による活動紹介



申告は早めの準備をお願いします

☎ 区役所市民税担当 ☎ 334-6241 fax 332-7489

個人の市民税・県民税の申告は、できる限り郵送で提出してください。2023年2月16日~3月15日の間は、区役所本館4階で受け付けます。申告に必要な書類を紛失しないように注意してください。書類を紛失した・届かない場合は、勤務先などに確認・相談してください。

申告に必要な書類と発行元の例

書類

- 給与所得の源泉徴収票
- 公的年金等の源泉徴収票
- 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料年間納付済額のお知らせ
- 国民年金保険料控除証明書
- 生命保険料、地震保険料控除証明書

発行元

- 勤務先
- 日本年金機構など
- 区役所保険年金課
- 日本年金機構
- 保険会社など

医療費控除を申告する人へ

「医療費控除の明細書」の添付が必要になります。

- 医療費の領収書の添付・提示では受付できません。
- 医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります。(求められたときは、提示または提出しなければなりません)
- 医療保険者から交付を受けた医療費通知*を添付すると、明細の記入を省略できます。

*健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」など

⚠️ ふるさと納税をした人は注意してください。

医療費控除などの確定申告をする場合は、ワンストップ特例の適用は受けられません。ふるさと納税をした地方公共団体が発行する寄付金の証明書や領収書を添付して、必ず医療費控除などの申告と併せて税務署に確定申告をしてください。



お口の健康フェスティバル~ライフステージと歯の話~

無料 申込不要

☎ ふるた歯科 ☎ 341-7776
☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6344
☎ fax 333-6309

お口の健康を保つことは健康寿命を延ばすことにつながります。この機会にぜひ学びませんか?

日時 2023年1月22日(日)10時~12時(受付:9時30分)
会場 保土ヶ谷公会堂
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

内容 ●子どもの虫歯予防
●大人の詰め物・被せ物やオーラルフレイル予防



区歯科医師会
野島先生 川島先生 松崎先生

お口の健康の最新情報を
教えます。健口体操・わがまち
ほどがや体操もします!

保土ヶ谷区のあゆみ

No.2

近代水道と保土ヶ谷

(横浜開港資料館・横浜都市発展記念館 副館長 青木 祐介)

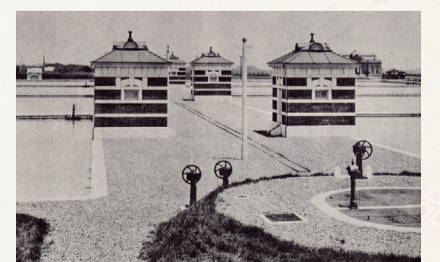
☎ 横浜開港資料館 ☎ 201-2100 fax 201-2102

開港以来、埋立てによって市街地がつくられた横浜では、良質な水を確保することが大きな課題でした。明治初期、多摩川を水源とした木樋水道が完成しましたが、漏水や水質汚染が目立つようになり、神奈川県は全面的な改良に着手します。県から調査の依頼を受けたイギリス人技師のパーマーは、従来の木樋を廃止して鉄管を採用し、十分な水圧を持たせる近代的な水道計画を提出します。この計画に基づいて、新たに相模川を水源とする水道建設工事が進められ、1887(明治20)年10月、日本最初の近代水道が完成しました。遠く相模川の上流で取水された水は、野毛山の浄水場へと送られ、そこでろ過されたのち、横浜の市街地へと給水されました。

そして1889(明治22)年4月、人口約12万人の横浜市が誕生し、翌年には水道条例が制定されますが、この時点ですでにパーマーが想定した供給量を上回っており、安定した給水のために水道拡張工事が計画されました。川井浄水場(旭区上川井町)を新設した第1回拡張工事に続いて、第2回拡張工事で完成したのが、現在の西谷浄水場(保土ヶ谷区川島町)です。浄水場には8つのろ過池と2つの配水池が設けられ、場内の美観を考慮して煉瓦造りの洋風の上屋が建設されました。現在これら上屋のうち6棟が国登録文化財となっています。

ただし、西谷浄水場が完成した1915(大正4)年当時、保土ヶ谷町は市外の橘樹郡にあり、近代水道の給水対象ではありませんでした。富士瓦斯紡績などの工場が続々と進出し、人口が増加していた保土ヶ谷町では、1921(大正10)年、横浜市から分水を受けるかたちで、保土ヶ谷町営水道の供給を開始しました。しかし、市内に比べて水道料金は1.6倍~3倍の割高で、こうした格差はやがて横浜市への合併の議論につながっていきます。

1927(昭和2)年4月、第3次市域拡張によって横浜市はそれまでの3.6倍の市域となり、人口は50万人を超えました。保土ヶ谷町はこのとき横浜市に編入され、懸案の水道料金も引き下げられました。市域拡張によって増大した行政をスリム化するために、保土ヶ谷区をはじめ5区が誕生するのは、半年後の10月のことです。



新設された西谷浄水場
「横浜市水道拡張記念」(1915年)より
横浜開港資料館所蔵

次回(2月号)は、「保土ヶ谷区の弥生時代」について紹介します。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。



イオン天王町ショッピングセンターで区からの情報をお届け!

☎ 区役所広報相談係
☎ 334-6221
☎ fax 333-7945

10月にグランドオープンしたイオン天王町ショッピングセンターに、地域や区からの情報を放映するデジタルサイネージ「わが街NAVI」を設置しました。ぜひご覧ください。

場所 2階 イオンスタイル側エスカレーター横(ペテモ前)
内容 各種イベント・行政情報など



2023年1月まで

フォトコンテスト「あなたのお気に入りの保土ヶ谷」に選ばれた10作品を放映中!



粗大ごみの申込みはお早めに!

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 334-6304 ☎ fax 332-7409
資源循環局保土ヶ谷事務所 ☎ 742-3715 ☎ fax 742-4931

12月は申込みが混み合い、年内に収集できない場合があるため、早めに申込みをしてください。

粗大ごみとは

- 金属製品:
一番長い辺が30cm以上
- それ以外(プラスチック製品・木製品など):
一番長い辺が50cm以上



粗大ごみ受付センター(申込み・問合せ)

- インターネット・LINE(市公式アカウント)・チャット: 年中無休
- 電話: 月～土曜・祝日(12/31～2023/1/3を除く)8時30分～17時
一般加入電話から ☎ 0570-200-530(ナビダイヤル)
携帯電話・IP電話から ☎ 330-3953
※混雑時でも話し中になりません。
長く呼び出している順におつなぎします。
- FAX(聴覚・言語に障害のある人専用) ☎ 550-3599

インターネット受付の品目一覧にないものは電話で申し込んでね!



横浜市 粗大ごみ 検索



「ヨコハマ3R夢!」
マスコット イーオ



エイズについて知ろう

☎ 区役所健康づくり係
☎ 334-6347 ☎ fax 333-6309

このまちで暮らしている。私もあなたも。12月1日は世界エイズデー

HIV感染者は、治療を早く開始し、継続することで、エイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と変わらない生活を送ることができるようになりました。

皆さんはエイズについて、どれくらい知っていますか?区役所でエイズに関する展示を行いますので、この機会にぜひ考えてみましょう。

期間 12月23日(金)まで **会場** 区役所本館3階
内容 エイズに関する知識、検査方法など

レッドリボンは、HIV/エイズと共に生きる人々を差別しないというメッセージです



▲検査の詳細

健康・医療に関するひとことアドバイス

12人に1人がかかる大腸がんから身を守るには?

小泉クリニック 小泉 和彦

大腸がんは、日本人のがん罹患者数 第1位(男性3位、女性2位)*、がん死亡者数 第2位(男性3位、女性1位)*です。事前にできる対策として、運動不足や肥満の解消、アルコールを控えることなどが知られています。

また、「便潜血検査2日法」による大腸がん検診は、「精密検査を受けると大腸がんの死亡率が4分の1になる」というデータが2001年に厚生労働省から出るほど、精度が高いといえます。理由として、便潜血陽性者に見つかった良性ポリープを切除し、将来の大腸がんの芽を早期に摘み取るためと考えられています。

医療費でいうと良性ポリープ切除は約2万円、腹腔鏡を使った手術は約18万円、術後再発予防化学療法は3割負担でも300万円を超える場合があります。医療費軽減の点からも早期発見の重要性が分かります。

大腸内視鏡検査の痛みが心配な人も多いかもしれませんが、昔に比べてかなり軽くなりましたので、特に自身が健康であると感じている高齢者の人はぜひ受けてください。一人でも多くの皆さまが検診を受けるとともに、陽性になったら精密検査を受けることをお勧めします。

※2018年調査

☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6344 ☎ fax 333-6309

アイコンの見方

- 日時・期間 会場 対象・定員 費用 内容 持ち物 申込み 問合せ 電話番号 ファクス番号
Eメールアドレス 休館日 無料 保育 要予約

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

区役所から

第35回保土ヶ谷区民芸能祭

12月11日(日)10時30分～(開場:10時)保土ヶ谷公会堂※直接会場へ
区民サークル・個人による、舞踏・ダンス・楽器演奏などの発表
生涯学習支援係 334-6307 332-7409

困難を抱える若者や家族へのセミナー・相談会

12月21日(水)10時～11時30分
区役所地下会議室
区内在住でおおむね15～39歳の人とその家族・支援に関心のある人
先着20人
西部ユースプラザの取組紹介、個別相談会(希望者のみ)
12月15日から西部ユースプラザへ電話かEメール
氏名・電話番号を明記
744-8344 nishi-pla@reroad.jp、区役所学校連携・こども担当 334-6322 333-6309

かがやき囲碁・将棋大会

2023年1月24日(火)10時～16時(受付:9時30分)
保土ヶ谷公会堂
区内在住の60歳以上
12月23日17時必着で窓口・はがき・FAX
〒住所・氏名・電話番号・大会名・出場種目・段位を明記
〒240-0004 岩間町1-7-15 三師会館内
区老人クラブ連合会
331-3322、区役所高齢・障害係
334-6382 331-6550

パパ集まれ!父親育児講座

2023年1月15日・29日の日曜(全2回)10時30分～11時45分
榑太坂コミュニティハウス
未就学児の父親
先着8人(母・子の同伴可)
読み聞かせ、寝かしつけのコツ、子どものための言葉遣い、夫婦のパートナーシップ
12月15日から親と子のつどいの広場マムマ窓口(狩場町301-56-102)・電話・Eメール
氏名・電話番号を明記
070-3520-0606
yokohama@paopaonoki.org、こども青少年局地域子育て支援課
671-4157 550-3946

都岡地区恵みの里「キャベツ・ブロッコリー収穫体験in都岡」

12月21日(土)・22日(土)13時30分～※荒天時は翌日同時刻に延期
旭区上川井町の畑(神奈中バス「細谷戸第3」バス停より徒歩約14分※車での来場可)
市内在住のグループ(単身可)各30組(抽選)※当選者のみ郵送で通知
¥2,000円/組(キャベツ2玉、ブロッコリー3株付き)※追加収穫分は別途買い取り、希望者にはネギの収穫体験あり
2023年1月6日必着ではがきかFAX
〒住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・希望日(①・②)を明記
〒241-0031 旭区今宿西町289 都岡地区恵みの里運営協議会事務局「キャベツ・ブロッコリー収穫体験in都岡」
955-5057 北部農政事務所
948-2480 948-2488

まちなか農家さんの「ほどがや朝市」～旬な「ほどがや野菜」を直売します～

12月23日(金)9時30分～(売り切れ次第終了)
区役所前広場
直接会場へ(小雨決行・荒天中止。マイバッグを持参)
地域力推進担当
334-6380 333-7945

横浜中部地区市民朝市

野菜・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)
12月25日(日)7時30分～8時30分(売り切れ次第終了)
保土ヶ谷公園ミニ運動広場
直接会場へ※公園駐車場(有料)は5時からオープン
北部農政事務所
948-2480 948-2488

ギャラリーガイド

生涯学習支援係 334-6305
区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)・着物とリメイク 和彩庵
12月21日(水)～2023年1月10日(火)
アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)
区制95周年記念 フォトコンテスト
12月9日(金)～21日(水)
版画カレンダーの木版画オリジナル展
12月23日(金)～2023年1月11日(水)

施設から

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21
333-0064 520-1650
休12/19(月)・28(水)～2023/1/4(水)

はじめての太極拳

2023年1月17日～2月14日の火曜(全5回)10時～11時30分
成人
先着20人
¥2,500円
上履き・汗拭きタオル
12月15日9時30分から電話

今井地区センター

〒240-0035 今井町412-8
352-1183 352-1196
休12/27(火)～2023/1/4(水)

英語で親子おはなし会

2023年1月13日(金)10時～11時
幼児と保護者
先着20人
¥300円
英語の絵本・紙芝居の読み聞かせ

親子リトミック教室

2023年1月17日(火)10時～11時
幼児と保護者
先着20人
¥300円
共通
12月15日から窓口か電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1
352-3992 442-3559
休12/19(月)・28(水)～2023/1/4(水)

子ども将棋教室

12月12日(月)15時30分～16時50分
小学3～6年生
先着12人
直接会場へ

アコーディオンにのせて 昭和の歌を歌いましょう

2023年1月20日(金)13時～14時30分
成人
先着30人
¥200円
12月15日9時30分から窓口(電話は翌日から)

桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30
331-5368 331-8990
休12/19(月)・29(木)～2023/1/3(火)

サークル支援講座「始めよう!短歌」

2023年1月13日・20日・27日の金曜(全3回)10時～11時30分
先着8人
¥1,000円
12月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

マー جان day

毎月第2水曜 13時30分～16時
マー جانができる人
先着12人
毎月5日9時30分から窓口(電話は翌日から)

榑太坂コミュニティハウス

〒240-0026 榑太坂3-1-1榑太坂スクエアA-1
713-6625 713-6695
休12/19(月)・28(水)～2023/1/4(水)

子ども書き初め部屋

12月26日(月)10時～12時
小・中学生
先着12人
書き初めの道具
直接会場へ※講師はいません。

エンディングノート講座 ～ライフプランを作ろう～

2023年1月21日(土)14時～16時30分
先着15人
NASA導入の教材でライフプランを作成
12月16日から窓口か電話

食べに行こう! ほどがや野菜

浜懐石 つねとら 和食

京都で10年修行を積んだ店主が営む「浜懐石つねとら」は、季節の移ろいを料理に感じられる日本料理の名店。旬のほどがや産野菜を中心に、四季折々の食材を生かした料理は、幼い頃に食べた懐かしい味を思い出させてくれます。

ほどがや産野菜を使ったメニュー

浜おでん
セット 1,600円(税込)
単品 1,200円(税込)
提供時期 12月～2月(予定)
SDGsを意識した「ベジスイーツ」

営業情報

所在地 新桜ヶ丘1-36-6
日時 金～水曜(第3水曜定休)
11時30分～14時30分、17時30分～22時
電話 351-3557
アクセス ・相鉄バス「今井町(横浜新道)」バス停より徒歩3分
・「今井橋」バス停より徒歩5分



Contact information for regional promotion: 区役所地域力推進担当 334-6380 333-7945. Includes QR code for more details.

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1
☎☎371-7611
休火・金曜、12/28(水)～2023/1/4(水)

■新春を祝う琴と尺八の調べ ㊟
㊟2023年1月15日(日)14時～15時30分
👤先着35人👤曲目:「春の海」「六段の調」「尾上の松」ほか
📄12月15日から窓口・電話・FAX 住所・氏名・電話番号を明記

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2
☎☎348-8277 ☎☎348-8288
休12/26(月)・29(木)～2023/1/3(火)

■ときわCafé+オレンジカフェ クリスマスコンサート
㊟12月23日(金)10時～13時 ¥100円
📄直接会場へ

子育てサロンバームクーヘン「親子初釜の会」

㊟2023年1月12日(木)10時～11時30分
👤未就学児と親子 先着15組 ¥100円
👤新年を祝い、抹茶と和菓子を楽しむ
📄12月15日から窓口か電話

保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1
☎☎333-1336 ☎☎335-0421
休12/19(月)・29(木)～2023/1/3(火)・10(火)

■定例おはなし会 ㊟
㊟2023年1月18日(水)15時45分～16時15分
👤一人で話を聞ける子ども 先着9人
👤絵本、紙芝居の読み聞かせなど
📄2023年1月11日9時30分から窓口か電話

■親子おはなし会 ㊟

㊟2023年1月19日(木)10時30分～11時
※各回同一内容
👤0～2歳の乳幼児と保護者 各先着7組
👤わらべ歌、絵本の読み聞かせなど
📄2023年1月12日9時30分から窓口か電話

ほ도가や国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階
☎☎337-0012 ☎☎337-0013
✉toiawase@hodogaya-kokusai.com
休12/12(月)・19(月)・29(木)～2023/1/3(火)・10(火)

■ハローギャザリング ㊟

楽しくお話ししましょう。
㊟12月17日(土)15時～16時
👤外国人、日本人
👤テーマ:年末年始
📄事前にEメール 氏名を明記

■外国人母親交流会～ぴっころ～ ㊟

㊟2023年1月17日・31日の火曜 10時30分～11時30分
👤外国人と日本人 各先着10組(うち日本人は5組まで)
📄12月15日10時から電話かEメール 氏名(親子とも)・電話番号・子どもの年齢を明記

瀬戸ヶ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ヶ谷町71
☎☎712-2412
休12/19(月)・28(水)～2023/1/4(水)

■小学生卓球DAY ㊟
㊟12月17日(土)10時～15時
👤小学生(親子可)
👤上履き
📄直接会場へ

■小学生お楽しみ工作

㊟12月17日(土)10時～15時
👤小学生 ¥300円(きょうだい・家族での参加は2個500円)
👤上履き
📄直接会場へ

川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1
☎☎373-8566
休12/19(月)・29(木)～2023/1/3(火)

■チャレンジタイム ㊟

㊟12月21日(水)15時30分～15時45分
👤中学生以下
📄直接会場へ

狩場緑風荘

〒240-0025 狩場町295-2
☎☎742-2311 ☎☎741-2216
休12/27(火)～2023/1/4(水)

■狩場緑風荘 発表会weeeeek ㊟

㊟12月9日(金)～11日(日)・16日(金)～18日(日)10時～15時
👤活動団体の発表会と合同展示会
📄直接会場へ

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F
☎☎311-6085 ☎☎311-6050
休12/19(月)・29(木)～2023/1/3(火)

■カラーセラピーとメディカルハーブの活用術

㊟2023年1月18日(水)13時～14時30分
👤成人 先着8人 ¥500円
📄12月17日から窓口(費用持参)か電話(1週間以内に手続き)

三ツ沢公園 青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎☎314-7726 ☎☎311-6444
休12/12(月)・29(木)～2023/1/3(火)

■ふれあい親子クラブ 春見つけ隊

㊟2023年2月15日～3月22日の水曜(全6回)14時30分～16時
令和5・6年度に入学する未就学児と保護者 16組(抽選)
¥7,800円/組(追加 3歳以上:3,600円、0～2歳:600円)
👤自然遊び・クラフト・季節のおやつ作りなど
📄2023年1月14日必着で往復はがきかHP 住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年中か年長・電話番号・事業名を明記

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1
☎☎811-8444 ☎☎812-5778
休12/29(木)～2023/1/3(火)

■わくわくデイキャンプ

㊟2023年2月12日(日)9時30分～15時30分
👤小学3～6年生 30人(抽選)
¥3,300円
👤野外炊事・自然観察・野外ゲームなど
📄2023年1月10日消印有効で往復はがきかHP 住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメールアドレス・事業名を明記

中央図書館

〒220-0032 西区老松町1
☎☎262-0050 ☎☎231-8299
休12/29(木)～2023/1/3(火)

■移動図書館 はまかぜ号 ㊟

㊟12月14日・28日の水曜 15時10分～16時
※荒天中止
👤狩場町第三公園(狩場町325-5)
👤図書館にある約3,000冊の本を載せて巡回し、本の貸出・返却・予約を行う
📄直接会場へ

横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎☎741-1015 ☎☎742-7604
休12/19(月)・29(木)～2023/1/3(火)

■ばらを楽しむ～冬の剪定

㊟2023年1月28日(土)9時30分～11時30分
👤成人 20人(抽選) ¥1,000円
📄2023年1月14日必着で窓口・はがき・FAX・HP 住所・氏名(ふりがな)・電話番号・事業名を明記

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎☎862-5052 ☎☎865-4671
休12/22(木)・29(木)～2023/1/3(火)

■女性と仕事応援デスク「好感度アップ・面接のポイントセミナー」 ㊟

㊟2023年1月20日(金)10時～11時30分
👤女性 先着20人
📄12月15日9時から窓口か電話

※保育は2か月～未就学児、予約制(4日前まで)、有料
👤子どもの部屋 ☎862-4750

年末年始の急病は 保土ヶ谷区休日急患診療所へ

事前に電話でお問合せください。

診療日 日曜、祝日、年末年始 (12月30日～2023年1月3日)

診療時間 10時～16時 (電話予約:10時～15時30分)

診療科目 内科、小児科

所在地 天王町1-21

問合せ ☎335-5975

子どもと読もう 今月の1冊

問 保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 ☎335-0421

くまのビーディーくん 幼児向け

ビーディーくんはおもちゃのくまです。もちぬしのセイヤーくんにねじをまいてもらうとうごくことができます。セイヤーくんのるすにビーディーくんはひとりでほらあなにでかけました。ところがぜんまいがもどってうごけなくなってしまいます。

ドン・フリーマン/作 松岡享子/訳 偕成社

くまのビーディーくん、持ち主のセイヤーくんのお互いを大切に思う気持ちが伝わってくる絵本です。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

保健・子育てインフォメーション

申岡 健康づくり係 ☎334-6344~7 ☎333-6309

■胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 ☎
内容などの詳細は、広報ほ도가や区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■肺がん健診(受診は年度1回) ☎334-6345
☎2023年1月18日(水)〈受付〉9時~10時30分(予約時に指定)〈予約〉12月21日
から区役所本館3階☎40歳以上(2023年4月1日時点) 先着50人 ☎エックス
線撮影680円※協力医療機関でも実施

■食と生活の健康相談 ☎334-6344
食生活・運動・禁煙などの相談(糖尿病・脂質異常症・高血圧・肥満など)
☎①12月22日(木)9時~、10時~、11時~ ②2023年1月10日(火)13時30分~、
14時30分~、15時30分~ 区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 ☎334-6344
☎12月23日(金)9時~、10時~、11時~ 区役所本館3階栄養相談室☎0~18歳
の食事の相談☎母子健康手帳

■離乳食教室 ☎334-6344
☎12月23日(金)13時30分~、14時30分~※時間は後日連絡
区役所本館3階会議室☎生後7~8か月児(離乳食1日2回程度)と
保護者 各先着12組☎離乳食の話、個別相談
☎タオル、母子健康手帳、マスク

■歯っぴいいきいき1歳児 ☎334-6347
☎2023年1月11日(水)9時45分~、10時45分~〈予約〉随時
区役所本館3階受付☎2021年12月~2022年2月生まれ
各先着10人 ☎歯ブラシ(親子とも)、母子健康手帳



申岡 こども家庭係 ☎334-6323 ☎333-6309

■乳幼児歯科相談 ☎334-6297
☎2023年1月25日(水)9時30分~、10時~、10時30分~ 区役所本館3階母子
相談室☎未就学児 ☎歯ブラシ、母子健康手帳

■乳幼児健康診査 ☎※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	12月21日(水)	12時45分~13時30分の間で 個別にご案内した時間
1歳6か月児	12月28日(水)、2023年1月5日(木)	
3歳児	12月15日・22日の木曜	

区役所本館3階健診受付 ☎問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタオル、尿・尿検査申込書(3歳児)
※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。
※転入された方にはご案内が届かない場合がありますのでお問合せください。

地域子育て支援拠点 **こっころ** からのお知らせ
〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 ☎332-3190
☎日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日、12/28(水)12時30分~2023/1/3(火)
※詳細はHPをご覧ください。

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達~4thシーズン~ ☎
☎12月17日(土)10時30分~11時30分 ☎未就学児と保護者

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 ☎
子どもを預けたい人と子育てを応援したい人(預かる人)を対象とした説明会です。
会員になるためには、この説明会への参加が必要です。子どもも同席できます。
☎2023年1月14日(土)・27日(金)10時30分~11時30分 ☎子ども(生後57日~
小学6年生)を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 各先着8人 ☎
12月15日から窓口か電話(☎333-3885)

■プレパパ・プレママDAY ☎
これから迎える赤ちゃんとの生活、生まれる前に「こっころ」に遊びに来ませんか?
☎2023年1月28日(土)10時~12時 ☎妊婦とパートナー 先着4組 ☎沐浴体験・抱っこ
とオムツ替え体験・妊婦体験 ☎バスタオル ☎2023年1月4日9時30分から電話

平沼記念体育館 〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎311-6186 ☎316-8521 ☎12/30(金)~2023/1/3(火)
※詳細はHPをご覧ください。

■冬休み子どもスポーツ教室

教室名	日程	時間	対象・定員(先着)
スポンジテニス	12月26日(月)~ 2023年 1月7日(土)	9時~9時50分/ 9時55分~10時45分	年中~小学6年生 各12人 (小学1年生以下は要保護者同伴)
バドミントン			小学3年~中学2年生 各10人

☎1,000円/回 ☎12月15日9時から電話

清水ヶ丘公園 〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎243-4447 ☎243-4497 ☎12/29(木)~2023/1/3(火)

■カラダシェイプ60 参加者募集

日時	対象・定員	費用
2023年1月5日~26日の木曜(全4回)10時~11時	18歳以上 先着40人	2,000円

☎ストレッチ後、ズンバの動きを取り入れたダンス ☎動きやすい服装、室内履きなど
☎12月16日から所定の様式を窓口

スポーツ情報

保土ヶ谷
スポーツセンター 〒240-0005 神戸町129-2 ☎336-4633 ☎336-4635
☎12/12(月)・30(金)~2023/1/3(火)・10(火)

2023年1月5日から、開館時間が変更になります!
平日:9時~23時、土曜:7時30分~23時、日曜・祝日:7時30分~21時

■定期教室体験 ※詳細はHPをご覧ください。

教室名	日時	対象・定員(先着)	費用
肩こり・首こり解消 ピラティス	12月14日・21日の水曜 11時40分~12時30分	18歳以上 各20人	860円/回
リフレッシュエアロ	12月17日・24日の土曜 9時~9時50分		
イスヨガゆるやか体操	12月17日(土)11時~11時50分	おおむね60歳以上 20人	730円/回

☎飲み物、タオル、動きやすい服装など ☎直接会場へ

区民大会 区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内)
☎☎332-1130(月~金曜の13時~17時) ☎保土ヶ谷スポーツセンターと同日

※申込書は事務局で配布

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合せ先
ミックスタブルス テニス大会	2023年1月22日(日) (12月30日必着)	清水ヶ丘公園 庭球場	5,000円/組	板垣 進哉 ☎338-7014 (20~22時)
新春 バレーボール大会	2023年1月22日(日) (2023年1月11日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	5,000円/ チーム	山崎 都 ☎382-8722

保土ヶ谷プール 〒240-0025 狩場町238-3
☎742-2003 ☎742-2005 ☎12/29(木)~2023/1/3(火)

■第5期レッスン 2次申込み

日程	対象・定員(先着)	費用
2023年1月4日(水)~3月31日(金) ※2月28日、3月22日を除く 月・水・土・日曜:全12回、 火曜:全11回、木・金曜:全13回	水泳:成人 10人、 小学生 15~25人、 幼児 10~20人 スタジオ:8人	成人 1,000円/回 小学生 900円/回 幼児 850円/回

☎水泳:水着・水泳帽・ゴーグル、スタジオ:室内履き・タオル ☎12月17日から窓口

すみれ通信 ~区民の情報広場~ ※区民が主催する活動を掲載

■ピラティス体験レッスン メンバー募集

アットホームで楽しいサークルです。ストレッチと体幹トレーニングをしてみませんか?

☎火曜(月4回)10時30分~11時45分※詳細は要問合せ ☎初音が丘地区センター ☎先着5人 ☎500円/回 ☎申岡宮崎 ☎090-4025-5828

■体に優しい太極拳 会員募集

古式の太極拳です。頭と体を活性化しましょう。

☎日曜(月4回)10時~11時30分※詳細は要問合せ ☎初音が丘地区センター ☎先着5人 ☎2,000円/月 ☎申岡近野 ☎090-9323-4590

ほっとなまちづくりとは?

区役所事業企画担当 ☎334-6341 ☎333-6309

さまざまな人や団体が、つながり支えあうことで、安心していきいきと暮らせる地域にしていこうとする「保土ヶ谷区地域福祉保健計画」の愛称です。
皆さんの日々の生活が「ほっとなまちづくり」とどれほど関わっているのか、チェックリストで確認しましょう!

第2回

3つ以上当てはまったら / 「アドバンスほっと」さん!

- 「ほっとなまちづくり」と口にしていることがある
- 地域ケアプラザに行ったことがある
- 地域の防災訓練に参加したことがある
- 区内に「こども食堂(みんなの食堂)」があることを知っている
- 右下のキャラクターの名前を知っている (答えは下に!)



みんなの食堂

すごい!地域のつながりづくりに向けた一歩を踏み出しているんだね



横浜市地域福祉保健計画のキャラクター ○○○ちゃん

次回(2月号)は、「ほっとマイスター」さんチェックリストを掲載! ㊦㊧㊨㊩㊪㊫

12月号には原則として12月11日~1月10日の情報を掲載しています。



編集・発行 保土ヶ谷区役所 広報相談係
〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9
☎334-6221 ☎333-7945 (代)☎334-6262

ホームページ

保土ヶ谷区役所 検索

SNSでも保土ヶ谷の魅力・情報発信中

Instagram



Twitter



区の人口 206,122 人

区の家帯数 100,259 世帯

(2022年11月1日現在)

※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計