ここから12ページまではほどがや区版です

HODOGAYA 11 月号 No.349

保土ケ谷区制100周年ロゴマーク

保土ケ谷区のデータ

(2026年10月1日現在)

区の人口	203,618 人
区の世帯数	100,723 世帯

キレイなまちの舞台裏
～あたりまえを支える人たち～

きれいなまちは、決してあたりまえのものではありません。ごみを持ち帰る、家の周りを掃除する、花を育てる。一人一人の小さな行動の積み重ねがきれいなまちをつくります。できることから始めてみませんか。





あなたにとって、まちをきれいにすることとは？



社会福祉法人
ほどがやゆめわーく
石倉さん
(写真一番左)

ハマロードサポーター※1として帷子橋周辺のごみ拾いをしています。まちがきれいになるのはいい気持ちです。通りすがりの人が「ありがとう」と声かけてくれるのもうれしい気持ちがします。これからもチームワークでがんばろうと思います。皆さん、まちにごみを捨てないようにしてください。



YBP まわり de
ブルーサンタ※2
佐藤 史有(ふみなり)さん
(写真一番右)

「ひとつ拾えば、ひとつきれいになる」をモットーに、毎月活動しています。吸い殻が多いですが、参加者との交流が楽しく、ごみ拾いで心が洗われています。私たちがきれいなオフィスで働きたいと思うのと同じく、地域の皆さんにもきれいなまちで過ごしてもらえたらうれしいですね。

※1 **ハマロードサポーター**：地域団体、企業、学校などが身近に担当する道路を決めて、継続的に清掃や花植えなどを行い、まちの美化に取り組んでいます。保土ケ谷区では自治会・町内会や企業など37団体が登録しています。

※2 **YBP まわり de ブルーサンタ**：YBP(横浜ビジネスパーク)にオフィスのある企業の有志が、月1回(原則第3土曜日)行うオフィス周辺の清掃活動です。途中参加・離脱可、誰でも参加できます。

一人一人、できることから始めてみませんか

たばこの吸い殻をポイ捨てしない



自分の出したごみを持ち帰る



自宅や学校の周りに落ちているごみを拾う



地域の美化活動を支援しています

区役所では、地域清掃を行う団体に、ごみ袋を配付しています。また、地域清掃で出たごみの回収の支援も行っています。

問 区役所資源化推進担当
☎334-6304 fax 332-7409

問 ハマロードサポーターについて：保土ケ谷土木事務所 ☎331-4445 fax 335-0531
この記事について：区役所広報相談係 ☎334-6221 fax 333-7945

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

Instagram　X　カタログポケット

GREEN×EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN
2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月横浜・上瀬谷
公式マスコットキャラクター　トゥンクトゥンク
©Expo 2027
保土ケ谷区は2027年に区制100周年を迎えます

特集1

つながることが安心への第一歩
妊娠・出産・子育てを応援します!

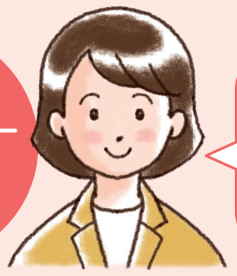
妊娠や出産、子育てには、不安や悩みがつきものです。区役所では、妊娠初期から子育てまで切れ目なくサポートしています。まずは気軽に相談してください。

赤ちゃんの誕生は、家族にとって大きな喜びです。
新しい生活への期待がふくらむ一方で、気になることや不安を感じることもあります。

こんな悩みはありませんか?



妊娠に関する不安や状況は一人一人異なります。**まずは相談してください。**
母子保健コーディネーターや助産師、保健師などの専門職が、
あなたや家族の気持ちに寄り添い、一緒に考えます。

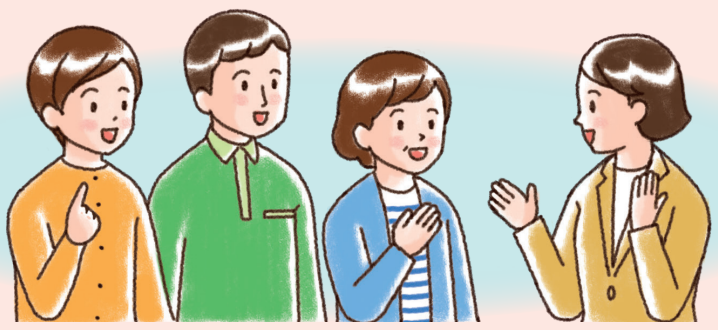


母子保健コーディネーターからのメッセージ

妊娠のことや体のこと、家族のことや育児のこと、きょうだい児の赤ちゃん返りのことなど、なんでも気軽に相談してください。

本人でなくても相談できます

身近な人の妊娠について心配なことはありませんか。区役所では、家族やパートナー、友人からの相談も受け付けています。
声のかけ方や今後のことなど、気になることがあれば相談してください。



区役所が妊娠初期からサポートします!



母子健康手帳交付

母子保健コーディネーターとの面談を通して、妊娠・出産に向けた準備や各種サポートについて案内します。

妊娠中の相談

体調や生活、不安な気持ちについて相談できます。

母子訪問

初めての赤ちゃん・お母さんを対象に助産師などの専門職が訪問します。赤ちゃんの成長や育児について相談できます。

こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんのいるすべての家庭を対象に、地域の訪問員が訪問します。子育てに役立つ情報を紹介します。

乳幼児健診

子どもの成長や発達を定期的に確認します。子育てについての相談もできます。

こども家庭相談

妊娠期・乳幼児期から思春期までの子育てに関する相談や、子ども本人からの相談もできます。

心配なことや不安なことは、一人で抱え込まずにまずは相談してください

●区役所こども家庭支援課(区役所本館3階)
電　話 334-6396　時　間 平日8時45分～17時

●にんしんSOSヨコハマ
妊娠や出産、子育てに関する不安や悩みを匿名でも相談できる窓口です。
電話相談 662-5524　時　間 毎日10時～22時　LINE相談 毎日10時～21時30分

にんしんSOS ヨコハマ 詳細はこちら
メール相談はこちら
LINE友だち追加はこちら

11月は
オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン期間

子どもの権利を守るためにみんなで育児を支えよう

子育てに悩む保護者を「孤立させない」よう、社会全体で子育てをする意識を持つことが、子どもの権利を守ることにつながります。



問 区役所こどもの権利擁護担当　☎ 334-6352　fax 334-6393

特集2

地域ぐるみで応援！
子育て支える地域のチカラ

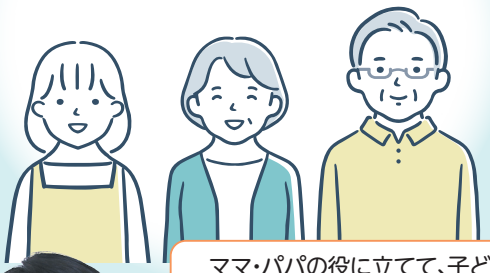
ちょっとしたお手伝いが、子育て中の家庭の大きな支えにつながります。あなたの『チカラ』を地域の『チカラ』に変えてみませんか？

横浜子育てサポートシステム

横浜子育てサポートシステムは、「子どもを預かる人」と「子どもを預けたい人」をつなげ地域ぐるみで子育てを応援する活動です。

子どもを預かる人（提供会員）

健康で、子育て支援に理解と関心のある20歳以上の人





ママ・パパの役に立てて、子どもたちの個性やかわいさを近くで感じられてとてもやりがいがあります。
子どもが好きでボランティア活動に興味がある人にはぴったりの活動だと思います。

こっころひろばで活動する提供会員 杉原さん

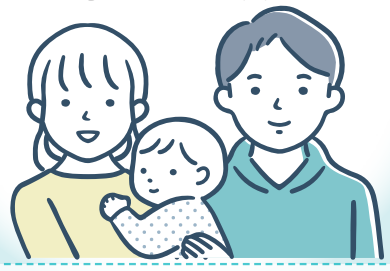
コーディネーター（地域子育て支援拠点こっころ）



写真左から
施設長 樋口さん
コーディネーター
小野さん

子どもを預けたい人（利用会員）

生後57日～小学6年生の子どもがいる人



アフターフォローで安心

- あなたのペースで、無理なく活動できます
- 活動中の困りごとや不安はコーディネーターがしっかりサポートします
- 万が一の時に備えた保険があるので安心です
- 利用・提供会員宅での預かりが不安でも、こっころひろばで預かることができます
- 1時間からの活動もできます



こっころひろばでの預かり

提供会員の報酬など

- 平日7時～19時：1,000円／1時間
- 上記以外の時間帯及び土・日曜・祝日・年末年始：1,100円／1時間　そのほか活動に関する交通費、実費

子どもを預かる人（提供会員）大募集

提供会員になるためには…

① 入会説明会に参加

日　時　11月19日(木)10時30分～11時30分 ※別日開催あり・通年で実施
会　場　地域子育て支援拠点こっころ
申　込　随時電話(☎333-3885)か市WEBで受付(日・月曜を除く)

▼

② 研修受講

預かるときのポイントなどを学びます。(以下の両方の研修受講必須)
- eラーニング研修…WEBで講義を受講(WEBが難しい人は相談してください)
- 実地研修…11月26日(木)9時30分～16時30分(保土ケ谷公会堂)
  ※他会場で別日開催あり

▼

③ 登録

活動可能内容を登録して、事務局からの依頼を待ちます。
※会員登録の有効期限は入会説明会に参加してから1年以内です

まずは気軽に相談してください

提供会員の活動の例

習い事や保育園などの送迎



子どもの成長とかわいさに癒されます。名前で呼ばれるとうれしくなります。

利用・提供会員宅での預かり



「安心して仕事に復帰できた」と言われ、活動してよかったと感じました。

地域子育て支援拠点 こっころ

妊娠中の人や就学前の子どもとその保護者が、無料で利用できる子育て支援施設です。予約不要で利用できます。

所在地・アクセス
川辺町2-5パークタワー横濱星川1階
相鉄本線星川駅から徒歩約2分

区役所からすぐ!



問い合わせ　横浜子育てサポートシステム保土ケ谷区支部(地域子育て支援拠点こっころ内)　☎333-3885
詳細▶

読書活動推進講演会
「脚本家という仕事 ―朝ドラ作家の日常―」 無料

問 区役所生涯学習支援係
☎334-6305 fax332-7409

NHK連続テレビ小説『ばけばけ』の脚本家・ふじきみつ彦氏を講師に迎え、脚本家という仕事の魅力やドラマ制作の裏側、創作活動における「本との向き合い方」について講演します。

日　時 12月12日(土)14時～15時30分(開場:13時30分)
会　場 保土ケ谷公会堂 ※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
定　員 300人(抽選) ※抽選結果は11月27日ごろまでにお知らせします。
申込み 11月25日消印有効で往復はがきか電子申請システム
〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年代・講師への質問(任意)を明記
〒240-0001 川辺町2-9 保土ケ谷区役所地域振興課「読書活動推進講演会」担当
主　催 保土ケ谷区読書活動推進会

電子申請システム

ふじきみつ彦氏プロフィール
1974年生まれ、保土ケ谷区出身。保土ケ谷小学校、岩崎中学校、桜丘高等学校と保土ケ谷区で学び、早稲田大学卒業後、広告代理店勤務を経て劇作家、脚本家に。
主な執筆作品に、ＮＨＫ連続テレビ小説「ばけばけ」「阿佐ヶ谷姉妹ののほほんふたり暮らし」、映画「子供はわかってあげない」、Ｅテレ「みいつけた!」など。



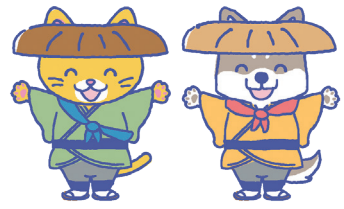
大人気！こども向け歴史まちあるき
「てくてく発見!ほどがや宿場まちあるき」参加者募集 無料

問 区役所企画調整係
☎334-6227
fax333-7945

小学生を対象とした、旧東海道保土ケ谷宿の歴史を知るまちあるきを開催します。

日　時 11月28日(土)①9時30分～②13時30分～ ※所要約2時間30分
集合場所 イコットハウス(月見台37-1)
対象・定員 小学3～6年生 各15人(抽選) ※保護者の付き添いは任意
内　容 「てくてく保土ケ谷宿場手帖(てちょう)」を持って、まちの歴史を歩いて探検します。
片道約1.8kmの平坦(たん)な道です。歩きやすい服装で参加してください。
※雨天時はイコットハウスでワークショップを実施
申込み 11月18日までに電子申請システム ※抽選結果は11月20日までにメールでお知らせします。

詳細・申込み　てくてく保土ケ谷宿場手帖



ほっとなまちづくりフォーラム
第43回保土ケ谷区社会福祉大会 開催 無料・申込不要

問 区社会福祉協議会　☎341-9876 fax334-5805
区役所事業企画担当　☎334-6341 fax333-6309

日　時 12月5日(土)13時30分～16時(開場:13時)
会　場 保土ケ谷公会堂 ※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
内　容 社会福祉功績者表彰式典
地区活動発表/講演「担い手づくり・情報」
岩井町原地区、川島東部地区、和田・釜台地区での取り組み発表
コメンテーター:渡辺(わたなべ) 裕一(ゆういち) 氏(武蔵野大学 人間科学部 教授)
※手話通訳・要約筆記あり
申込み 直接会場へ
※「ほっとなまちづくり」は、保土ケ谷区地域福祉保健計画の愛称です。

ほっとなまちづくりの詳細



各地区の取り組みを紹介します


福祉バザー(12時30分～14時30分)・福祉作品展もあります



地域福祉保健計画キャラクターちふくちゃん

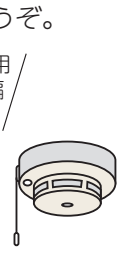
消防職員が住宅用火災警報器の取り付けを手伝います! 無料

問 保土ケ谷消防署予防係　☎fax 342-0119
sy-hodogayayobo@city.yokohama.lg.jp

自宅を訪問し、一人では不安な警報器の取り付けや交換を行います。住宅の防火対策の相談もお気軽にどうぞ。

対　象 住宅用火災警報器の取り付けをすることが困難な高齢者や障害者世帯のうち、希望する世帯
申込み 電話・FAX・Eメール 〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・「住宅用火災警報器の取り付け依頼」を明記
注意点 事前に住宅用火災警報器を準備してください。消防署では販売していません。

3分でわかる住宅用火災警報器設置編 動画はこちら





YOKOHAMA GO GREEN

脱炭素ライフスタイル 未来のほどがやのために

問 区役所企画調整係
☎334-6228
fax333-7945

食欲の秋！ 地産地消でおいしくエコな秋

秋は旬の野菜や果物がおいしい季節です。地元で採れた農産物をその地域で味わう「地産地消」は、新鮮な食材を楽しめるだけでなく、輸送時に排出されるCO_2の削減にもつながります。そしてなにより、地域の生産者を応援することにもなります。
この秋は、ほどがやの農産物を選んで、環境にも地域にもやさしい食卓を始めてみませんか。

今月のほどがや朝市は 11月27日(金)
区役所前広場で **午前9時30分から** 開催
※売り切れ次第終了

12月以降の開催日などはこちらをチェック



横浜グリーンエクスポ 開催まであと138日! (11月1日時点)

花と緑にあふれた会場で、循環型社会や自然と人が共存する暮らしについて楽しみながら体感できます。
開催期間 2027年3月19日～9月26日
開催場所 旧上瀬谷通信施設

©Expo 2027
公式マスコットキャラクター
トゥンクトゥンク

GREEN × EXPO 2027 YOKOHAMA JAPAN

笑って学ぶコミュニケーション講座 無料
～よしもと芸人と一緒に、人とのつながりを深める話し方を学ぼう～

問 区役所生涯学習支援係
☎334-6308 fax 332-7409
ho-manabi@city.yokohama.lg.jp

「自分の気持ちを表現する力」「相手に伝わるコミュニケーション」を、笑いのプロから学びましょう。

日　時 12月16日(水)14時～16時
会　場 保土ケ谷公会堂 ※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
定　員 80人(応募者多数の場合は抽選)
申込み 12月2日までにEメールか電子申請システム
〒住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・応募動機を明記 ※結果は12月4日までにお知らせします。

電子申請システム



◀講師：コミュニケーション講座で話題のキャプテン★ザコ氏(お笑いコンビ「キャベツ確認中」)

©YOSHIMOTO KOGYO CO.,LTD.

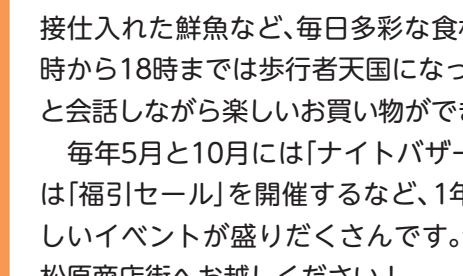
今年も開講！体験型の特別授業
がやっこ冬休み教室　参加者募集 無料

問 区役所生涯学習支援係
☎334-6305 fax 332-7409

好奇心と創造力を育む学びを体験しよう！横浜国立大学の先生が教えます。

会　場 横浜国立大学(常盤台79-2)
対　象 区内在住・在学の小・中学生
申込み 11月24日までに電子申請システム
※抽選結果は11月30日に区WEBでお知らせします。

電子申請システム



◀自由な発想が広がり、世界に一つの作品ができました(昨年開催 版画をつかった手ぬぐいづくり)

	教室名	日時	対象	定員
1	横浜国立大学でいっしょにバードウォッチングをしよう！	12月12日(土)10時15分～11時45分	小学3～6年	10人
2	モンスターをつくろう！～英語で世界にひとつだけのモンスター～	12月14日(月)10時30分～12時	小学3年～中学1年	15人
3	リズムで遊ぼう	12月19日(土)14時～15時30分	小学3～6年	
4	木のリサイクル①	12月20日(日)10時～12時		12人
5	木のリサイクル②	12月20日(日)14時～16時		

放課後児童クラブ(学童保育)
合同入所説明会 無料・申込不要

制度全般について
問 区役所学校連携・こども担当
☎334-6322 fax 334-6393

説明会について
問 学童保育たけのこクラブ
☎381-3753

放課後児童クラブは、小学生が安全で豊かな放課後を過ごせるように、地域の理解・協力のもと、各運営主体により運営されています。

クラブの雰囲気や入所の手続きなど、分からないことを聞いてみましょう。

日　時 12月19日(土)14時～15時30分(受付:13時30分～)
会　場 保土ケ谷公会堂
※保育あり(3歳以上)※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
申込み 直接会場へ
主　催 保土ケ谷ブロック学童保育合同説明会実行委員会

クラブの様子や活動内容については、各クラブへ問い合わせてください。

	クラブ名	住所	主な対象小学校	電話番号
合同入所説明会参加クラブ	学童保育たけのこクラブ	上菅田町889-37	上菅田笹の丘	381-3753
	明神台学童保育所	明神台44-1自治会館	星川、桜台	333-1166
	帷子学童クラブ	天王町1-31-15メグミビル301	帷子、保土ケ谷	335-0939
	峯学童クラブ	宮田町2-158-19荒井ビル	峯、浅間台、宮谷	335-0868
	学童保育スクラム	西谷3-24-23	川島、上星川、上菅田笹の丘	372-5017
	ときわ学童クラブ	和田1-12-14不二屋ビル2F	常盤台、仏向、坂本、星川	332-3801
	市沢学童クラブ(旭区)	旭区市沢町85-7	川島、坂本、市沢	374-0907
	夢学童保育(南区)	南区南太田4-36-23	富士見台、永田、南太田	731-9080

●次の4か所は合同入所説明会に参加しません。個別に問い合わせてください。

保土ヶ谷西部学童保育センター	新桜ケ丘2-24-20	藤塚、初音が丘、今井、仏向、坂本、星川、左近山、市沢	352-0094
学校法人初音丘学園 アフタースクールはつねっ子	初音ケ丘36-26	初音が丘、権太坂、桜台、岩崎、仏向	348-2805
Kid's hug(キッズ ハグ)	岩間町1-7-5須山ビル2F	保土ケ谷、帷子、桜台	337-2332
アフタースクール ワオキッズ星川園	星川1-2-2星天qlay(クレイ)Cゾーン	峯、保土ケ谷、星川、桜台、帷子	453-8093

区内の魅力あふれる商店街を紹介
おいでよ ほどがや商店街

区商店街連合会WEB

問 区役所地域活動係
☎334-6303
fax 332-7409

洪福寺松原商店街

洪福寺松原商店街は、「ハマのアメ横」として親しまれる活気あふれる商店街です。地元横浜の野菜、神奈川や静岡の近隣港から直接仕入れた鮮魚など、毎日多彩な食材が店頭に並びます。毎日12時から18時までは歩行者天国になっており、専門市場で店員さんと会話しながら楽しいお買い物ができます。

毎年5月と10月には「ナイトバザール」、年末には「福引セール」を開催するなど、1年を通じて楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひ、洪福寺松原商店街へお越しください！

洪福寺松原商店街WEB



来街者を迎える商店街のシンボルアーチ



保土ケ谷の逸品 立花鮨の「ランチにぎり」

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

区役所から

今日からできる脳卒中予防と再発予防 ～日常生活と食事で気をつけること～ ¥0

12月14日(月)13時30分～15時30分 区役所本館4階401会議室 区内在住・在勤・在学の人 先着35人 持筆記用具 申11月16日9時から電話・FAX 氏名・年齢・電話番号を明記 問高齢者支援担当 ☎334-6328 fax331-6550

困難を抱える若者や家族へのセミナー・相談会 ¥0

11月20日(金)10時～11時50分 区役所本館2階会議室 区内在住のおおむね15～39歳の人とその家族 自「個別相談会」も同時開催(要予約) 申問西部ユースプラザへ随時電話かEメール 氏名・参加人数・電話番号を明記 ☎744-8344 nishi-pla@reroad.jp、学校連携・こども担当 ☎334-6322 fax334-6393

地域支え合いドライバー支援講習 ¥0

12月3日(木)10時～17時・10日(木)13時～17時(全2回) 保土ケ谷公会堂 普通自動車免許を所有する市内在住の人 30人(定員を超えた場合は抽選) 自ボランティア送迎や福祉有償運送に必要な知識や技術を学ぶ 申11月20日までに申し込み用紙(WEBからダウンロードまたは、区役所本館2階22番窓口で配布)に必要事項を記入し、EメールかFAXで道路・交通政策局地域交通推進課へ 問道路・交通政策局地域交通推進課 ☎671-3800 fax663-3415 do-chikikotsu@city.yokohama.lg.jp

保土ケ谷区制 プレ100周年記念事業

第18回保土ケ谷合唱祭 ¥0

11月15日(日) 開場:12時30分、開演:13時 保土ケ谷公会堂 自区内で活動する合唱団による合唱祭 申直接会場へ 問保土ケ谷合唱祭実行委員会(長野) ☎080-7846-9555

かがやき作品展(高齢者作品展) ¥0

高齢者による趣味や特技を生かした「絵画・ちぎり絵」「手芸」「書」「工芸・写真」の作品を展示
11月21日(土)～25日(水)9時30分～16時 岩間市民プラザ 申直接会場へ 問保土ケ谷区老人クラブ連合会 ☎ fax331-3322、高齢・障害係 ☎334-6382 fax331-6550

ブルガリア料理教室

12月15日(火)10時30分～13時30分(受付:10時～) 西谷地区センター 区内在住・在勤の成人 先着16人 ¥1,000円(材料費込み) 持エプロン、三角巾、布巾(2枚) 申11月24日10時から電話(西谷地区センター) ☎371-3794かWEB 問生涯学習支援係 ☎334-6308 fax332-7409

ほどがやバンドバトル観覧者募集 ¥0

11月14日(土)10時30分～16時(受付:10時10分) 保土ケ谷公会堂 先着300人 自区内高校生によるバンド演奏や観客による投票 申直接会場へ 問生涯学習支援係 ☎334-6308 fax332-7409

親亡き後に備えて、ひきこもる子の生活を考える ～今知っておきたいお金と相談先の話と茶話会～ ¥0

家族の将来の不安軽減と具体的な備えを学ぶ講演会・茶話会
12月18日(金)13時30分～16時30分 講演会:誰でも、茶話会:家族のみ 先着80人 申11月16日から電話か電子申請システム 問生活困窮者支援担当 ☎334-6317 fax334-6030

花の寄せ植え教室参加者募集

12月22日(火)14時30分～ 区役所本館2階202会議室 20人(抽選) ¥1,000円 申11月27日必着で郵送・FAX・Eメール 〒240-0001川辺町2-9 区役所資源化推進担当 〒住所、氏名、電話番号を明記 問資源化推進担当 ☎334-6304 fax332-7409 ho-shigen@city.yokohama.lg.jp

都岡地区恵みの里

問北部農政事務所 ☎948-2480 fax948-2488
キャベツ・ブロッコリー収穫体験in都岡
①12月5日②12月12日の土曜10時～ ※荒天時、翌日同時刻に延期 市内在住のグループ(一人でも可) 各日30組 ¥2,000円/組(キャベツ2玉、ブロッコリー3株付き) 申11月20日までに市WEB

ほどがや朝市 ～旬な"ほどがや産野菜"を直売します～

11月27日(金)9時30分～(売り切れ次第終了) 区役所前広場 申直接会場へ(雨天中止。マイバッグを持参) 問企画調整係 ☎334-6228 fax333-7945

横浜中部地区市民朝市

野菜・花などを直売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)
11月15日、12月6日の日曜9時30分～10時30分(売り切れ次第終了) 保土ケ谷公園噴水広場野外ステージ前 申直接会場へ※公園駐車場あり(有料) 問北部農政事務所 ☎948-2480 fax948-2488

ギャラリーガイド

問地域力推進担当 ☎334-6380 fax332-7409
■区民ギャラリー(区役所1階ロビー)
・和泉多香子の油絵展
11月12日(木)～24日(火)
・保土ケ谷区民文化祭 かがやき(高齢者)作品展
11月26日(木)～12月8日(火)
・版画カレンダーの木版画作品展
12月10日(木)～22日(火)

施設から

西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1
☎371-3794 fax370-3161 休11/16(月)

■親子ヨガ
12月4日(金)10時～11時 乳児(生後2か月～1歳ぐらい)と保護者 先着7組 ¥300円 持赤ちゃんを寝かしつけておくブランケット、タオル、飲み物 申11月17日10時から電話かWEB
■親子リトミック教室
12月19日(土)10時～11時 幼児と保護者 先着15組 ¥300円/組 申11月28日10時から電話かWEB

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2
☎348-8277 fax348-8288 休11/24(火)

■クリスマスリース作り
11月28日(土)13時～15時 先着10人 ¥2,000円 持工作ばさみ、持ち帰り用袋
■季節のランチ会
11月30日(月)11時45分～13時30分 先着20人 ¥800円

共通 申11月15日10時から窓口か電話

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21
☎333-0064 fax520-1650 休11/16(月)

■4つの香りを楽しむお灸(きゅう)教室
12月20日(日)13時30分～14時30分 成人 先着8人(初めての人優先) ¥1,200円 自足のつり・冷え性を改善。お灸のお土産付き 持肘・膝までまくれる服装、筆記用具 申11月20日9時30分から電話

横浜グリーンエクスポにむけて、区内で花に関する活動をしている団体を紹介します。

私たちがつくる 花の街ほどがや

問区役所資源化推進担当 ☎334-6304 fax332-7409
ほどがや花憲章▶

「学校でもグリーンエクスポ!!」

帷子小学校では、来年の横浜グリーンエクスポの開催に向けて、環境委員会を中心に給食で出た野菜の皮などを土に混ぜる土づくりに取り組みました。この土は、実際に横浜グリーンエクスポの会場内で使われるそうです。また、校内でも緑に親しめる空間を作ろうと、6年生が総合的な学習の時間の中で、中庭や自然広場の改修を進めています。

活動の様子


土づくり


自然広場の改修


緑に親しめる空間

今井地区センター

〒240-0035 今井町412-8
☎352-1183 fax352-1196 休11/24(火)

■天使の響き「トーンチャイム」
2027年1月14日・28日、2月11日・25日、3月11日・25日の木曜 10時～11時30分(全6回) 成人 先着12人 ¥3,000円(6回分、初回に支払い)

■とびだす立体カード作り
2027年1月21日(木)10時 ～11時30分 成人 先着10人 ¥300円(材料費込み) 持持ち帰り袋

共通 申11月15日10時から窓口か電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1
☎352-3992 fax442-3559 休11/16(月)

■さわやかスポーツ大会 ¥0
11月12日(木)14時～16時30分 小学生以上 自ニュースポーツ体験 持動きやすい服装、室内シューズ 申直接会場へ

■センターまつり
11月21日(土)・22日(日)9時30分～15時 自サークルの舞台発表、製作物の展示および販売、ビンゴ大会、模擬店など 申直接会場へ

桜ケ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30
☎331-5368 fax331-8990 休11/16(月)

■オセロ教室 ¥0
12月5日(土)10時30分～11時30分 先着10人(未就学児は幼保護者同伴)

■「こどもフェスタ」クリスマス・もの作りワークショップとお話の会
12月13日(日)10時～12時 小学生 クリスマス会 先着50人、もの作り・お話の会 各先着20人 ¥100円

共通 申11月15日9時30分から窓口(電話は翌々日9時30分から)

ほどがや国際交流ラウンジ

〒240-0001 川辺町2-9 区役所別館2階
☎337-0012 fax337-0013
休11/16、12/7の月曜

■日本語教室 ¥0
11月12日～12月5日の木曜夜・金曜午前・土曜午後 外国人 自日常生活に必要な日本語を勉強 申直接会場へ

■ほどがや多文化共生フェスタ ¥0
11月15日(日)10時～15時 自外国人による日本語スピーチ、世界の料理や野菜、小物販売、世界の音楽やダンスなど 申直接会場へ

川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1
☎fax373-8566 休11/16(月)

■おはなし会 ¥0
12月1日(火)11時～11時20分 幼児と保護者

■子育てサロン「たんぽぽ」(クリスマス会) ¥0
12月2日(水)11時～11時30分 幼児と保護者

共通 申直接会場へ

保土ケ谷公会堂

〒240-0006 星川1-2-1
☎331-0497 fax331-0527 休11/16(月)

■映画上映会「レンタル家族」
11月11日(水)①10時30分 ～ ②13時30分～(2回上映) ¥1,300円(割引あり) 自孤独や絆のかたちを見つめ直すヒューマンドラマ 申直接会場へ

保土ケ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1
☎333-1336 fax335-0421 休11/24(火)

■土曜日のおはなし会 ¥0
11月28日(土)10時30分～11時 5歳くらいから(保護者同伴可)先着15人 自ストーリーテリング、絵本の読み聞かせなど 申直接会場へ

■親子おはなし会 ¥0
12月17日(木)10時30分～11時 0～2歳の乳幼児と保護者 先着15組 申12月10日9時30分から窓口か電話

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1
☎fax371-7611 休火・金曜

■くぬぎの森のクリスマス ¥0
12月12日(土)14時～15時 小学3年生以下の子どもと保護者 先着20組 自ピアノ演奏付きの読み聞かせ。プレゼントあり

■ハワイアンクリスマスコンサート ¥0
12月23日(水)13時～15時 先着50人

共通 申11月15日から窓口・電話・FAX 住所、氏名、電話番号を明記(くぬぎの森のクリスマスはWEBも)

岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15
☎337-0011 fax337-2500
休11/16、12/7の月曜

■いわまオープンデー
11月14日(土)10時～15時 自紙芝居、ホール見学会、楽器体験など 詳細はWEB 申直接会場へ

■午前の音楽会vol.161 SOLOコントラバスの名手 高杉健人(たかすぎけんと)の世界
2027年1月16日(土)11時10分開演 3歳以上 先着170人 ¥1,500円 自出演:七澤清貴(ななさわきよたか)(ヴァイオリン)、高杉健人(コントラバス) 申11月29日10時から窓口か電話

偕恵いわまワークス

〒240-0004 岩間町1-7-15(岩間市民プラザ内)
☎336-0928 fax336-0929
休11/16(月)、土・日曜、祝日

■わくわくマーケット2026
11月14日(土)10時～14時 自模擬店や自主製品販売、キッズコーナーなど。ボランティアも募集(要事前相談) 申直接会場へ

瀬戸ケ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ケ谷町71
☎fax712-2412 休11/16(月)

■ビー玉万華鏡作り
12月20日(日)10時 ～11時15分 小学生 先着12人 ¥500円 持上履き 申12月7日から窓口か電話

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F
☎311-6085 fax311-6050 休11/16(月)

■牛乳パックでお正月小物
12月15日(火)10時～12時 成人 先着8人 ¥200円 申11月25日から窓口か電話

よこはま動物園ズーラシア

〒241-0001 旭区上白根町1175-1
☎959-1000 fax951-0777 休火曜(祝日の場合翌日)

■写真展 OUR(アワー) PLANET(プラネット) 一私たちの惑星
11月5日(木)～30日(月) 自地球環境の大切さや多様な命が共に生きる世界を表現した写真の展示 申直接会場へ

横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎741-1015 fax742-7604 休11/16(月)

■クリスマスのフレッシュグリーンリース
12月16日(水)14時～16時 成人 14人(抽選) ¥3,500円 申11月29日必着で窓口・はがき・FAX・WEB 〒住所、氏名(フリガナ)、電話番号、講座名を明記

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 fax812-5778
休11/16・30、12/7の月曜

■アウトドアクラブ Ⅲ期
2027年1月9日・23日、2月6日・20日、3月6日・20日の土曜 10時～12時(全6回) 小学生とその家族 20組(抽選) ¥小学生以上5,000円、4歳～未就学児2,500円、3歳以下500円(6回分) 自野外遊びや野外料理を中心とした野外活動体験 申12月11日消印有効で往復はがきかWEB 事業名、〒住所、参加者全員の氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、Eメールアドレスを明記

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 fax865-4671 休11/26(木)

■初めてでもわかるパソコン入門
12月5日(土)・6日(日)10時 ～15時30分(全2回) 女性 先着15人 ¥12,100円 自初歩的なパソコンの操作からワード・エクセルの体験 申11月17日9時30分から電話(☎862-4496)かWEB 2か月以上の未就学児 予約制(4日前まで)、有料 申子どもの部屋☎862-4750 9時～16時30分(木・日曜・祝日を除く)

三ツ沢公園

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎548-5147 fax548-5148

■三ツ沢公園 オータムフェス
11月29日(日)10時～15時 自焼き芋大会、落ち葉プール、ハワイアンダンス、マルシェ 申事前申込みが必要となるイベントもあり 詳細はWEBへ

子どもと読もう 今月の1冊

問保土ケ谷図書館 ☎333-1336 fax335-0421

『おちば』 幼児から小学校低学年



もりのみちは はっぱだらけ。あるくと しゃくしゃく おとがする。はっぱをあつめて「それっ!」となげると、あおぞらいっぱい はっぱがとんで おどっているみたい。つぎははっぱをあつめて やまにして、ざっふぁーん!とジャンプ。おちばと たのしくあそぶ えほんです。

おーなり由子/ぶん　はたこうしろう/え　ほるぷ出版
男の子が落ち葉と楽しく遊びます。集めて空へ躍らせたり、大きな山を作って飛び込んだり。自然の美しさを身近に感じられる絵本です。

保健・子育てインフォメーション

申問 健康づくり係 ☎334-6344～7 fax333-6309

■肺がん・胃がん・子宮頸(けい)がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 予

実施医療機関などは、WEBで確認してください。

<実施医療機関>

■エイズ・梅毒検査 予 ¥0 **匿名での検査 ☎334-6347**

事前に実施状況を電話で問い合わせてください。

11月17日、12月1日の火曜[受付]9時～9時15分

区役所本館3階健康相談室A

結果を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明[受付]8時45分～9時

■食と生活の健康相談 予 ¥0 **☎334-6344**

①11月17日(火)13時30分～、14時30分～、15時30分～

②26日(木)9時～、10時～、11時～ 区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 予 ¥0 **☎334-6344**

11月27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 持 母子健康手帳

<離乳食教室>
予約はこちら

■離乳食教室 予 ¥0 **☎334-6344**

11月27日(金)13時30分～15時 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 先着20組

持 母子健康手帳、試食用スプーン(親子とも)、タオル

<歯っぴいパクパク1歳児>
予約はこちら

■歯っぴいパクパク1歳児 予 ¥0 **☎334-6344**

12月2日(水)10時～[予約]随時

区役所本館3階会議室 2025年6月～2026年3月生まれの子どもと保護者 先着20組 持 歯ブラシ(子ども用)、母子健康手帳

横浜市予防接種コールセンター

予防接種全般に関する問い合わせ先です。

☎330-8561 fax664-7296 **受付時間**:9時～17時(土・日曜・祝日・年末年始を除く)

申問 こども家庭係 ☎334-6297 fax334-6393

■乳幼児歯科相談 予 ¥0 **☎334-6297**

11月19日(木)13時30分～、14時～、14時30分～ 区役所本館3階母子相談室

未就学児と保護者 持 歯ブラシ(子ども用)、母子健康手帳

■乳幼児健康診査 ¥0 **※予約不要**

対象	日程	受付時間
4か月児	11月18日、12月2日の水曜	4か月児・1歳6か月児:12時45分～13時30分の間で個別に案内した時間 3歳児:12時30分～13時30分の間で個別に案内した時間 ※受診人数によっては、13時30分以降の時間を案内する場合があります。
1歳6か月児	11月25日(水)、12月3日(木)	
3歳児	11月12日・26日、12月10日の木曜	

区役所本館3階健診受付 持 問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタオル、歯ブラシ(1歳6か月児・3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)、マイバッグ

※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。

※転入した人には案内が届かない場合がありますので問い合わせてください。

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 fax332-3190

休 日・月曜・祝日(月曜祝日の場合は火曜も)※詳細はWEB

■はじめてDay ¥0

11月25日(水)、12月3日(木)11時～、14時30分～ 未就学児と保護者

初めての人向けの説明会 (この日以外も随時開催) 申 直接会場へ

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 ¥0

12月12日(土)・25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20歳以上で健康な人)各先着10人※子どもの同席可 申 11月17日12時から電話(☎333-3885)か市WEB

■出張ひろば まめころ ¥0

週2回開催 10時～15時(詳細はWEB) 聖ヶ丘保育専門学校(常盤台66-18)

未就学児と保護者 申 直接会場へ

地域子育て支援拠点 こっころサテライトからのお知らせ

〒240-0004 岩間町1-7-15 ☎459-9140 fax459-9150

休 日・月曜・祝日(月曜祝日の場合は火曜も)※詳細はWEB

設備不良のため、現在休館しています。代替の「サテライトひろば」を相鉄本線天王町駅前の稲葉ビル(岩間町1-6-1)4階で運営しています。詳細はWEBを確認してください。

■プレパパプレママDAY ¥0

12月12日(土)13時30分～15時 保土ケ谷地域ケアプラザ

初産の妊婦(妊娠16～32週、多胎は27週まで)とパートナー 先着8組 申 11月20日12時からWEB

スポーツ情報

保土ケ谷区スポーツ協会

(保土ケ谷スポーツセンター内)
☎fax332-1130(月～金曜の13時～17時)

■区民大会

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込・問合せ先
秋季ボウリング区民大会	11月23日(月・祝)(11月20日必着)	ハマボール(西区北幸2-2-1)	会員2,700円、会員ジュニア2,500円 一般3,000円、一般ジュニア2,700円	ボウリング協会 石丸☎712-2351 ハマボール 伊藤☎311-6700
バドミントン区民大会(300歳以上3ダブルス団体戦)	12月20日(日)(12月4日必着)	保土ケ谷スポーツセンター	9,000円／チーム	下田 秀美 ☎335-7263

保土ケ谷スポーツセンター

〒240-0005 神戸町129-2
☎336-4633 fax336-4635 ※詳細はWEB

■当日受付教室

教室名	日時	対象・定員(先着)	費用
たのしいエアロ	11月11日・25日、12月2日・9日の水曜 11時40分～12時30分	中学生以上 各35人	650円/回
テニスタイム	11月12日～12月10日の木曜 13時15分～14時45分	16歳以上 各8人	2,000円/回
ソフトヨガ	11月16日・30日、12月7日の月曜 10時40分～11時50分	中学生以上 各45人	650円/回
バスケットボールタイム	①11月11日・25日、12月9日の水曜 21時15分～22時45分 ②11月18日、12月2日の水曜 19時15分～20時45分	16歳以上 ①25人 ②50人	

持 運動着、飲み物、汗拭きタオル、室内シューズ(ヨガはシューズ不要) 申 直接会場へ

保土ケ谷プール

〒240-0025 狩場町238-3
☎742-2003 fax742-2005 休 11/24(火) ※詳細はWEB

■教室開催 無料体験者募集(初めて参加する人は初回無料)

教室名	日時	対象・定員(先着)
成人水泳教室	11月16日～12月28日の月～土曜 9時5分～14時45分の間の各1時間 詳細プログラムはWEB	成人 各10人
幼児水泳教室※	11月16日～12月28日の月～金曜 15時～15時45分	3・4歳 各10人
	11月16日～12月28日の土・日曜 15時55分～16時40分	5・6歳 各10人
からだととのえヨガ	11月18日～12月23日の水曜 10時45分～11時45分	成人 各10人
シェイプアップ痩せヨガ	11月21日～12月26日の土曜 11時10分～12時10分	

※土・日曜の詳しいプログラムは直接問い合わせてください。

持 水泳:水着、水泳帽、ゴーグル、ヨガ:動きやすい服、飲み物、タオル

申 11月15日から窓口か電話

平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎311-6186 fax316-8521 休 11/16(月) ※詳細はWEB

■トータルフィットネス

11月12日～12月3日の木曜 9時～9時50分 16歳以上 各30人 ¥ 600円 申 直接会場へ

■スポーツ教室(1月～3月)参加者募集

子どもから大人までを対象とした全11教室を開催します。詳細はWEB

1月～3月 各教室全7回～11回程度実施 小学1年生以上 各教室14～70人(抽選)

※対象・定員は各教室ごとに異なります ¥ 各教室ごと 6,300円～16,500円

小学生対象:ジュニアサッカー 16歳以上対象:バドミントン、ヨガ、ピラティスなど 持 屋内シューズ、運動に適した服装、飲み物

申 12月4日までに窓口(85円の返信用切手を持参)、往復はがき、WEB

防ごう!家庭でのノロウイルス食中毒

食中毒は、1年を通して家庭でも発生します。
冬は、感染力が強いノロウイルスに特に注意しましょう。

詳しくはこちら

●どうやって感染するの?

加熱不足の二枚貝や、人の便やおう吐物に含まれるウイルスが汚れたままの手を介して食品を汚染し、それを食べることで感染します。

●感染するとどんな症状があるの?

下痢、おう吐、発熱などの症状が現れます。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は重症化することがあります。

家庭での予防のポイントを教えて

①せっけんでしっかり手洗い

ノロウイルスにはアルコール消毒が効きにくいため、手洗いが特に重要です。

手を洗うべき6つのタイミング

- ☑帰宅した時
- ☑トイレの後
- ☑食事の前
- ☑調理の前
- ☑おむつ替えの後
- ☑おう吐物を処理した後



②食品の十分な加熱

二枚貝は中心部までしっかり加熱してから食べましょう。

③体調が悪いときはできるだけ調理しない

調理する人から感染を広げないために気を付けましょう。

調理前の体調確認

- ☑下痢をしていない
- ☑吐き気がない

問 区役所食品衛生係 ☎334-6361 fax333-6309

11月号には原則として11月11日～12月10日の情報を掲載しています。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。

広報よこはま ほどがや区版はここまでです。