

今月のトピックス 詳しくは6ページへ▶

『いそご夏休みエコ講座』を開催します!

ISOGO 6月号

区役所の最新の情報は、ホームページ等をご確認ください。

区ホームページ



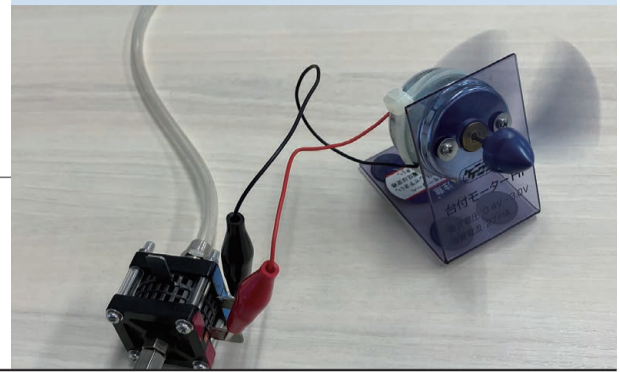
ISOGOフォトニュース



X(旧Twitter)



ピアッザ



特集1

この特集に関する問合せ：企画調整係 ☎750-2331 fax 750-2533

皆さまとともにつくる 笑顔あふれるまち・いそご

令和8年度磯子区運営方針

区の目標、施策、取組をまとめた「磯子区運営方針」を区ホームページでご覧いただけます。
また、6階 65 番企画調整係でも配布しています。

詳細は▼



今年度は「磯子区地域福祉保健計画（スイッチ ON 磯子）」の第5期が始まります。さらに、2027 年は、区制 100 周年を迎えるとともに、GREEN×EXPO 2027（横浜グリーンエクスポ）が開催される節目の年となります。安心・安全で誰もが暮らしやすい魅力あふれるまちの実現に向け、今年度に展開する主な取組をご紹介します。

柱1 ともに創り、祝う区制100周年 ～地域の力と魅力にあふれるまち～

- 区制 100 周年を皆さまと祝う取組がスタートします！
区民や事業者等の皆さまとともに、記念事業等に取り組みます。
- 脱炭素・循環型社会への理解促進を図り、横浜グリーンエクスポに向けた機運醸成により期待感を高めます。



- デザインマンホール設置等
100周年PR



- 100周年及び横浜グリーンエクスポの機運醸成



柱2 安心・安全なまち

- 地域の状況に応じた防犯環境の整備を支援し、地域・学校・警察等との連携により、防犯対策の取組を進めます。
- 震災や風水害に備え、多様な避難者への対応を含む自助・共助の取組を支援・啓発し、地域防災力の向上を図ります。



- 自治会・町内会等による防犯パトロール



- 地域防災アドバイザー派遣

柱3 子どもから高齢者まで 誰もが暮らしやすいまち

- 育児支援をはじめ、スイッチ ON 磯子に基づく地域の皆さまの活動を支える取組を進めます。
- 地域包括ケアシステムの推進や健康づくりへの支援、障害のある方への支援に取り組むとともに、多文化共生を推進します。



- 地域子育て支援拠点「Sunday いそピヨ」の拡充
(年12回開催予定)



- フレイル*予防啓発等の実施
*高齢期に体と心の機能が低下し、将来介護が必要になる危険性が高い状態

あなたのアイデアやご意見で磯子区をもっと良くしませんか？ 詳しくは6ページへ



横浜市磯子区役所 〒235-0016 磯子区磯子三丁目5番1号 ☎750-2323(代表電話)

編集・発行/区政推進課広報相談係 ☎750-2335 ☎750-2532 ※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。

未来に はばたく磯子 100周年ありがとう ～2027年は磯子区制100周年～

令和8年5月1日現在

人口 163,547

世帯数 78,700

今月のピックアップ

『いそご夏休みエコ講座』を開催します！ 第1弾募集



磯子区では、区内企業の協力のもと、子どもたちが実験や観察を通じて脱炭素や自然環境を楽しく学べる体験型プログラムを開催します。楽しみながら地球の未来について考えられる内容となっており、夏休みの自由研究にもおすすめです。

【7月開催】燃料電池ってなんだろう？～地球温暖化を防ぐためにわたしたちができること

燃料電池は、水素と空気中の酸素から電気と熱をつくる、環境にやさしい発電技術です。発電の実験を通じて、燃料電池の仕組みを学びます！
協力：東京ガス株式会社



左の燃料電池で右のプロペラが回ります！



横浜市脱炭素
応援キャラクター
パフパフ

会場 ●磯子センター（磯子区磯子3-1-41）●

日時 7月22日（水）13時～14時

対象 小学生（3年生以下は保護者同伴）

定員 25組（抽選）

申込 6月20日までに、磯子センターに来館（官製はがき1枚持参）、往復はがき郵送、またはHP。（☎ 753-2861）
抽選結果は磯子センターから追ってご連絡します。

HPはこちら▼



会場 ●杉田地区センター（磯子区杉田1-17-1）●

日時 7月23日（木）13時～14時

対象 小学生（3年生以下は保護者同伴）

定員 25組（先着）

申込 6月25日から杉田地区センターに来館または電話。（☎ 775-0541）

次回予告 【8月開催】森や土のはたらき 協力：株式会社IHI（詳細は7月号で掲載予定）

☎ 企画調整係 ☎ 750-2331 ☎ 750-2533

磯子で暮らして気づいたこと、1つだけでも教えてください

～スマホから数分で参加できる意見募集～

磯子区について「こんなまちになったらいいな」「こんなことができたらいいな」ということをデジタルプラットフォームにご投稿ください。今後の施策や事業の参考にさせていただきます。

「区制100周年にこんなことしたい!!」
というのもいいね!



意見募集期間

6月1日（月）10時～
30日（火）

投稿はこちらのデジタルプラットフォームから▼



☎ 企画調整係 ☎ 750-2331 ☎ 750-2533

6月は環境月間!

磯子区環境パネル展を開催します!

6月の環境月間にあわせて、区内事業者の皆さんや行政の取組などを紹介する「磯子区環境パネル展」を開催します。また、ごみの減量をテーマにした、小中学生ポスターコンクールの入賞作品もあわせて展示します。この機会に、ぜひお越しください。

期間 6月19日（金）～24日（水）

会場 区役所1階 区民ホール・
区民ホールギャラリー



横浜市
資源循環局マスコット
ミーオ・イーオ

☎ 資源化推進担当 ☎ 750-2397 ☎ 750-2534

若者のボランティア参加者と受入団体を募集します!

磯子区では、「子どものころから地域とつながる」きっかけづくりのため、地元イベントなどの地域活動に参加する学生などの若者のボランティア活動を支援しています。

地域活動に参加してみたいけれど、きっかけが見つからない若者の皆さん、また、地域行事を手伝ってくれるボランティアを受け入れたい自治会町内会をはじめとした地域団体の皆さんは、いそご区民活動支援センターにぜひ、ご相談ください。



夏祭りで綿菓子作りを手伝う若者ボランティア



▲詳細は

☎ いそご区民活動支援センター ☎ 754-2390 ☎ 759-4116

ご長寿ペット写真を募集します

「ご長寿ペット写真展」に皆さんのペット写真を展示しませんか。ご応募いただいた写真は、9月18日（金）から25日（金）15時まで区民ホールで展示予定です。

対象 磯子区内で飼育されている2026年1月1日現在15歳以上の犬及び猫

応募期間 6月19日（金）～7月31日（金）

応募方法 電子申請、区内の動物病院

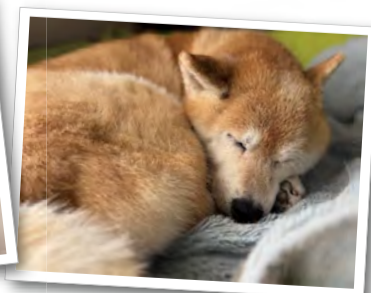
申込は▶



●右の申込フォームにて提出。

●区内の動物病院で応募票とペットの写真（サイズは2L程度）1枚を提出。

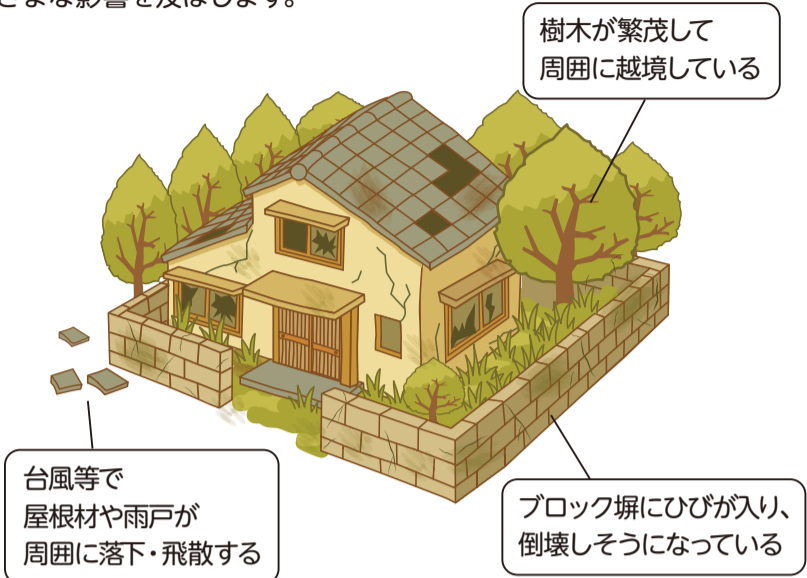
応募票は動物病院で入手できます。



☎ 環境衛生係 ☎ 750-2452 ☎ 750-2548

適切に空家を管理しましょう！

適切に管理されていない空家は、下の図のように周囲の住環境にさまざまな影響を及ぼします。



空家の管理にお困りの方へ

遠方に住んでいる等で空家の管理が困難な方向けに、空家の管理を代行を行う事業者の情報を掲載しています。



● 建築局建築指導課 ☎ 671-4539 ▲ 詳細は

空家になる前にご相談したい方・空家の相続でお困りの方へ

「空家のこれから相談窓口」では、相談から解決につながる事業者のマッチングまでをワンストップで伴走支援します。



● 空家のこれから相談窓口 ☎ 0120-830-458 ▲ 詳細は

☎ まちづくり調整担当 ☎ 750-2332 ☎ 750-2533

崖地、擁壁の不安を専門家に相談／ 磯子区崖地相談会を実施します！

相談無料！
先着12組
※事前申込制

所有している崖地、擁壁について、安全性に不安はありませんか？磯子区では、地盤のプロである「地盤品質判定士」による、崖地相談会を実施します。



日時 7月15日(水)、18日(土)
※9:30~16:30(12:30~13:30を除く)
各日6組

会場 磯子区役所 7階 701・702会議室
(磯子3-5-1)

対象者 磯子区内に崖地・擁壁等を所有する人
(マンション管理組合含む) ※法人は除く

申込方法 右記二次元コードより
区ホームページにて申込み



◀ 詳細は

【申込期間：6月11日(木)～7月5日(日)】

※相談時間は1組1時間以内、時間ごとの予約制です。
※現場写真、図面等を申請時にご提出ください。
(現場写真は建物と敷地の全景、変状がある場合は近景を異なる方向から複数撮影し、ご提出ください)

☎ 防災・危機管理推進担当 ☎ 750-2312 ☎ 750-2530

小学校紹介コラム
Vol.6

～2027年は磯子区制100周年・GREEN×EXPO 2027～

子どもたちの学びの扉 ～磯子の魅力発見・エコチャレンジ～

地域の魅力を探したり、環境に優しい活動をする子どもたちを紹介します。



汐見台小学校



Seed Project ～苗植え&どんぐり銀行～

いそご青い鳥(生活介護事業所)との地域交流として、子どもたちが「苗植え」と「どんぐり銀行」に取り組みました。花壇に植えたい花を選び、学校でポットから育てた苗を花壇に植栽。また、学校にどんぐり貯金箱を設置し、ポスターを制作してどんぐりを回収しました。集まったどんぐりは苗木に交換され、他地域の植林に生かされます。



ポスターをつくってみて、どんぐり銀行の目的や大変さを知ることができました。

先生からのコメント

他にも「青い鳥」さんと一緒に土づくりから小松菜を育て、売上の一部で植える花を購入したり、育てた野菜を給食で美味しくいただいたりと、活動が広がりました。交流活動を通じて、子どもたちの心も大きく成長したようです。

担当 山口教諭



根岸小学校



知っていますか？「栽培委員会」

本校では、5・6年生の児童活動の1つに「栽培委員会」があります。地域のボランティアの方と一緒に、秋に校内花壇に菜の花の種をまき、パンジーやビオラの苗を植えて、春に向けて育てました。



シンボルの大きなクスノキ
「くす太郎」「くす次郎」



クスノキのキャラクター「くすちゃん」
(根岸小学校創立153周年)

先生からのコメント

お花やメダカのお世話などの委員会活動を通して、植物や生き物への関心を深めるだけでなく、責任をもって継続する力を身に付けています。これからも子どもたちの主体的な学びにつながる活動を大切にしていきます。

担当 園田教諭



特集2

最近、こんなことはありませんか?

最近、なんとなく疲れるな〜
早食いになって胃もたれしちゃっ...

6月は、食育月間&歯と口の健康週間

ちょっとした工夫で“口から食べる”をもっと楽しく!

皆さん最近食べる楽しみを味わっていますか?忙しくても、毎日元気に過ごしたいもの。少しの意識が、健康づくりの第一歩になります。年を重ねてもおいしく食べる楽しさを失わないために、この機会に、毎日の“食べる”と“口を守る”習慣を見直してみませんか。

この特集に関する問合せ
健康づくり係
☎750-2446 fax 750-2547

✓ バランスの良い食事をとる!

大人の1食分の基本

バランスの良い食事をとると、体に必要な栄養素が偏りなくとれ、元気に動いたり病気を防いだりする力が整い、健康な身体を保つことにつながります。



栄養士

主菜
血や肉になる
肉・魚・卵・大豆製品

手のひら1つ分

主食
身体を動かせる元になる
ごはん・パン・麺類

茶碗1杯 食パン1~2枚

副菜
からだの調子を整える
野菜・海藻類・きのこ類

こぶし1~2つ分

✓ よく噛んで食べる!

よく噛んで食べることは、歯や歯ぐきの健康を保つだけでなく、全身の健康にも深く関わっています。



歯科衛生士

肥満を防ぐ
噛むことで満腹感が出て、食べすぎを防ぎます。

脳の働きを高める!
噛むことで脳内物質の分泌が増え、集中力や記憶力が向上します。

筋力アップ!
噛む力と握力は関連があるとされており、全身の筋力や運動能力に影響します。

✓ その結果・・・

毎日、調子良く過ごすことができます。将来的には、生活習慣病も予防できます!



一ちょっとした工夫があなたを変えるー 食事バランス編

毎日忙しくてバランスの良い食事を作るのは難しいと思いませんか?バランスが良くなるちょっとした工夫を区内で活動するヘルスメイトさんが紹介します。

ヘルスメイトさんに聞いてみよう!



ヘルスメイト

食生活等改善推進員(ヘルスメイト)とは
「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に食を中心とした健康づくり活動を行っている全国的なボランティア団体です。
▲詳細は



Q 朝食は食べる暇がなく、お昼は外食ですが、こんな食生活でもバランスのとれた食事ができるのでしょうか?

A 働き・子育てで世帯で朝食を食べていない人は5人に1人!(令和5年度 国民健康・栄養調査より)朝食は午前中の活動に必要なエネルギーをとるためには必要不可欠です!少しの工夫でもバランスを良くできるので、難しく考えずにチャレンジしてみましょう!

朝食の工夫 ~こんなに簡単!~

ごはん(主食) +納豆(主菜)

+めかぶ(副菜)を追加

食パン(主食) +ハム(主菜)

+カット野菜(副菜)を追加

ランチの工夫

おにぎり(主食) +鮭(主菜)

+具だくさん味噌汁(副菜)を追加

ごはん(主食) +肉やたまご(主菜)

+サラダ(副菜)を追加

Q 仕事終わりは疲れて料理できる気がしません。何か、時短でいいレシピありませんか?

A 毎日の献立、考えるのも作るのも大変ですね。そんな時におすすめの“簡単・時短”レシピをご紹介します!

お惣菜を使ってバランスごはん/
親子丼

材料(1人分)

- 焼き鳥(たれ) 2本
- 卵 1個
- めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ2
- 水 大さじ2
- ごはん 1人分
- 小ねぎ お好みで

作り方

- 1 フライパンに串から抜いた焼き鳥を広げ、めんつゆ、水をかけて、中火にかける。
- 2 フライパンが温まったら、野菜量アップ卵をまわしかける。火が通ったら、どんぶりによそったごはんの上にかける、小ねぎを乗せる。

レンジで簡単に/
カット野菜のナムル

材料(1人分)

- カット野菜 1/2袋
- めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ2
- 酢 小さじ1
- ごま油 小さじ1

作り方

- 1 カット野菜を皿に広げ、ラップをかけ、電子レンジで2~3分加熱する。
- 2 ①の水気をしぼり、めんつゆ、酢、ごま油をかけて、よく混ぜる。

番外編
親子で美味しく楽しく/
デンバートースト

材料(1人分)

- 食パン(6枚切り) 1枚
- ハム 2枚
- カットキャベツ 1/4袋
- トマト 1/4個
- 卵 1個
- スライスチーズ 1枚
- サラダ油 小さじ1
- バター 6g
- 卵 1個

作り方

- 1 食パンはまわりを1cm程度残して切りぬぎ、内側と外側に分ける。トマトはスライスする。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、外側の食パンを少し焦げ目がつくくらいに焼く。
- 3 パンの内側に溶き卵を流し入れ、溶き卵が少し固まってきたら、キャベツ、ハム、トマト、スライスチーズの順に入れる。
- 4 切りぬいた食パンの内側で蓋をし、少し押しさながら、溶き卵に焼き色がつく程度まで焼く。
- 5 蓋をした食パンの上バターをのせ、ひっくり返し、焼き色がつくまで焼く。

一あなたの1口が、未来の健康をつくるー 歯とお口編

時間がなくてつい早食いになったり、歯のお手入れをサボっていませんか?「よく噛むこと」や「歯のお手入れをすること」は、生活習慣病予防や歯の健康維持にもつながる大切な習慣です。今からお口の健康を守りましょう。

歯科衛生士さんに聞いてみよう!



歯科衛生士

歯みがきのポイントは
こちら▶

Q よく噛むための工夫はありますか?

A こんな工夫があります!

一口量を小さくする

ざく切り・乱切りなど食感を残す切り方にする

噛みごたえのある食材を選ぶ

Q 普段なんとなく歯みがきをしているのですが、工夫はありますか?

A **みがく順番を決める!**
みがき残しを防ぐために、「右上から左上」「表側のあとに裏側」などと順番を決めましょう。

歯間ブラシ等も活用
歯ブラシだけでは全体の約6割しか歯垢(プラーク)を落とせません。歯と歯の間や、歯が重なっているところは歯間ブラシやデンタルフロスなども使しましょう。

歯ブラシは毛先が開いたら交換!
毛先が開くと、みがく力が弱くなります。1か月に1回が交換の目安です。

健康づくり応援隊のお知らせ

日時 6月18日(木) 9時30分~14時30分

場所 磯子区役所1階 区民ホール

内容 磯子区歯科医師会による無料歯科相談

お口の機能チェック

推奨野菜摂取量の測定

アルコールパッチテスト

仕事や子育てで自分のことは後回しになりがちですが、お口の健康は生活の質を支える大切な基盤です。定期健診なら、むし歯や歯周病の芽を早く見つけ、トラブルを未然に防ぐことができます。後で大きな治療に時間を取られないためにも、短時間の健診を“未来の自分への投資”として、ぜひ習慣にしていきたいと思います。



磯子区歯科医師会会長 新井 宗高 先生

歯周病検診のご案内

全ての歯を視診して、特定の歯の歯周ポケット(歯と歯肉の間の溝)を測定します。

対象 市内在住の満20、30、40、50、60、70歳の市民

費用 500円(70歳は無料。その他、無料の場合あり)

場所 区内協力医療機関

詳細は▶

久しぶりに
お口の確認
しませんか?



今月のお知らせ

申込みの注意

- 区役所への郵送は 〒235-0016 磯子区磯子3-5-1 磯子区役所〇〇係。その他は各施設へ。
- 申込みには、行事名(希望教室名)・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を必ず記入
- 特に記載のないものは、無料・申込不要

凡例

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話
- 📠FAX
- ✉️Eメール
- 📧郵送
- 🪟窓口
- 🖥️ホームページ
- 👜持ち物
- 👶保育

今月11日以降のお知らせを掲載しています

区役所からのお知らせ

●こすもすショップ

障害者施設の自主製品(お弁当、パン、お菓子、雑貨等)を販売します。

🕒6月17日(水)・18日(木)10時～15時

📍区役所1階 区民ホール

🗨️障害者支援担当

☎️750-2416 📠750-2540

●どこでもお出かけ区役所講座

区役所職員などが地域に伺って、講座を開催します。詳しくは区HP、区役所・地区センターなどで配布している案内チラシをご覧ください。

🕒9年3月31日(水)まで

📄要事前連絡 ☎️📠📧

🗨️地域活動係

☎️750-2392 📠750-2534



詳細は▶

●スキルアップ講座 「えっ!こんなに簡単?」 地域活動×生成AI講座

使ってみたらちょっと楽しい、ちょっと感動。地域や自治会町内会の活動を助ける“身近で便利な道具”生成AIを実際に体験してみませんか?

🕒7月11日(土)13時30分～

📍区役所 701・702会議室

👤区内で地域や自治会町内会の活動をしている人、活動に興味のある人、PCをお持ちいただける人・20人(申込多数の場合抽選)

📄6月30日までに ☎️📠📧HP

メールの場合は件名に「地域活動×生成AI講座」本文に①所属の団体名・自治会・町内会名 ②お名前 ③連絡先の住所・電話番号 ④メールアドレス ⑤現在の地域活動 ⑥ご要望などを記入ください。

🗨️いそご区民活動支援センター

☎️754-2390

✉️is-shienc@city.yoko

hama.lg.jp

申込み▶



●夏のテニススクール

初心者大歓迎。基礎練習、ダブルス練習、ゲーム形式など、豊富なレッスンメニューをプロのコーチが指導します。

🕒7月8日(水)～9月30日(水)

①水曜日11時～12時30分

②木曜日15時～17時

③木曜日19時～21時

④金曜日11時～12時30分

📍①③新杉田公園テニスコート

②④岡村公園テニスコート

👜テニスシューズ(運動靴)

📄6月11日～9月30日までに ☎️✉️

🗨️磯子区テニス協会 石川

☎️080-6257-0524

✉️takeshi19takeshi19@gmail.com



詳細は▶

●土壌混合法講習会

実際に土壌混合法を実施しているプランターを使って、やり方を詳しくご説明します。参加者には花の苗やスコップをプレゼント!

🕒6月24日(水)10時～11時

📍区役所701・702会議室

👤区内在住の人・20人(先着)

※1団体・1家族2人以内

📄受付中 HP

🗨️資源化推進担当

☎️750-2397 📠750-2534



申込み▶



🏥 検診・検査・各種相談

すべて【予約制】

会場の記載がないものは、📍区役所4階で実施

エイズ・梅毒検査 (血液検査)	🕒6月16日、7月7日(火)10時～10時40分 匿名制。結果は原則1週間後に直接本人に説明します。	📄🗨️健康づくり係 ☎️750-2445 📠750-2547
禁煙相談	🕒6月19日(金)9時～11時、13時30分～14時30分 禁煙に関心のある人、禁煙したい人の保健師による個別相談です(1人30～45分間)。	
食生活健康相談・ 生活習慣病予防相談	🕒6月19日(金)9時～11時、13時30分～14時30分、7月3日(金)9時～11時 糖尿病、高血圧など食事に注意が必要な人の栄養士などによる個別相談です(1人30～45分間)。	📄🗨️健康づくり係 ☎️750-2446 📠750-2547
こども食事相談	🕒6月26日(金)9時～11時 乳幼児から高校生までの子どもの食事についての相談です(1人30～60分間)。	
もの忘れ相談	🕒7月21日(火)9時～11時10分 📍区役所5階 👤3組(先着) もの忘れや認知症で困っている症状についての専門医による相談です(1組40分程度)。	📄🗨️高齢者支援担当 ☎️750-2417 📠750-2540
女性の健康相談	🕒6月15日、7月6日(月)9時30分～11時 助産師による避妊・月経・更年期などについての相談です。	
乳幼児・ 妊産婦歯科相談	🕒6月19日(金)9時30分～10時45分 乳幼児や妊産婦の歯についての相談です。乳幼児の歯科健康診査と歯みがきのアドバイスも行います。	📄🗨️こども家庭支援課 ☎️750-2448 📠750-2540
妊産婦健康相談	🕒6月16日・23日・30日、7月7日(火)9時30分～11時 妊娠・出産・母乳などについての相談です。	
授乳相談	🕒7月3日(金)13時30分～15時 母乳やミルクなど授乳についての相談です。	
若者のための 専門相談	🕒6月16日(火)、7月6日(月)14時～17時(1回50分) 📍区役所5階 👤15～39歳の人とその家族 ひきこもりなどの困難を抱える若者の専門相談を行います。	📄🗨️よこはま南部ユースプラザ ☎️761-4313

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。

広告

広告

施設からのお知らせ

掲載されていない
イベントはこちら!



横浜市 市民利用施設等イベント情報 検索

根岸地区センター

☎751-4777 fax751-4798

●ワンパク料理教室

ジャンボエビシユウマイを作ってみよう!!

📅7月20日(祝) 10時~13時

👤小学1年生~中学3年生・10人(先着)

※小学1~3年生は保護者同伴

¥800円

👜エプロン・マスク・三角巾・布巾・

持ち帰り容器

📅6月11日から ☎窓

※参加費のお支払い、キャンセル受付は7月13日(月)まで。

磯子センター

☎753-2861

fax753-2863

申込は▶



磯子地区センター

●夏休み・お楽しみ英会話

モノの名前や、初歩的なあいさつが出来るようにレッスンします。

📅7月29日(水)・30日(木)・31日(金)

14時~14時45分

👤小学1年~3年生・15人(抽選)

¥2,000円

📅6月20日までに ☎HP または

往復はがきで 郵

老人福祉センター 喜楽荘

●初めてのウクレレ教室

📅7月7日・21日、8月4日・18日、9月8日・15日(火)

12時30分~13時30分

👤60歳以上・10人(抽選)

¥4,000円

📅6月20日までに ☎HP または

往復はがきで 郵

上中里地区センター

☎773-3929 fax773-3939

●百人一首の世界

<前半>和歌を楽しむ

<後半>かるた遊び

📅7月22日(水) 10時~12時

👤12人(先着)

¥500円

📅6月24日から ☎窓

※一週間前よりキャンセル料有

杉田地区センター

☎775-0541 fax775-0542

●トリックアートを描いてみよう!(全2回)

📅7月29日、8月5日(水)

10時~11時30分

👤小学2年生~中学生・8人(先着)

※小学2・3年生は保護者同伴

¥1,000円

📅6月24日から ☎窓

滝頭コミュニティハウス

☎761-7928 fax754-4666

●肩腰膝痛予防体操(全6回)

📅7月1日・15日、8月5日・19日、9月2日・16日(水)

13時30分~14時30分

👤18人(先着)

¥3,000円

👜ヨガマット(バスタオル)・汗拭きタオル・飲み物

📅6月11日から ☎窓

洋光台駅前公園 こどもログハウス

☎fax833-1569

●広げようお友だちの輪

おしゃべりや手遊びなどを通し親子の交流を広げよう。

📅6月18日(木) 10時~11時

👤乳幼児とその保護者・10組(当日先着)

子育て掲示板

出張栄養相談 in いそピヨ	離乳食の進め方や小食・好き嫌いの解決法など。 📅7月7日(火)10時~11時 ☎子育て支援拠点いそピヨ(森1-7-10トワイシア横濱磯子2階) 👤未就学児の保護者・6組(当日会場にて先着受付)	📅当日受付 問い合わせ ☎750-1322 fax750-1323
はじめての離乳食教室	管理栄養士がていねいにお答えします。 📅7月14日(火)11時~11時45分 ☎子育て支援拠点いそピヨ 👤2か月~6か月児と保護者・12組(先着)	📅6月30日から ☎ 問い合わせ ☎750-1322 fax750-1323
もぐもぐ離乳食教室	もぐもぐ期(二回食)を中心とした、離乳食の進め方の話と調理実演。 📅7月31日(金)13時30分~14時30分 ☎区役所4階 栄養相談室 👤7か月~9か月児と保護者・15組(先着)	📅7月1日から HP 📞健康づくり係 ☎750-2446 fax750-2547
おやこ歯っぴー教室	歯みがき練習と手づかみ食への練習、歯科衛生士や栄養士への相談ができます! 📅7月26日(日)10時30分~11時30分 ☎子育て支援拠点いそピヨ 👤9か月~13か月児と保護者・10組(先着)	📅6月23日から HP 📞健康づくり係 ☎750-2446 fax750-2547
市立保育園の子育て支援	年齢別に地域の親子が保育士と一緒にふれあい遊びや季節に合わせた遊びをします。(予約制) 東滝頭保育園 どんぐりルーム 6月18日(木) 👤0歳~3歳未満 洋光台第二保育園 ワイワイルーム 6月17日、7月15日(水)ワイワイベビー 👤妊婦・0歳 6月19日(金)ワイワイ 👤1歳~未就園児	📅各保育園へ 東滝頭保育園 ☎753-2201 fax753-2247 洋光台第二保育園 ☎831-3959 fax831-3982
すくすく・もぐもぐ	給食体験と食事に関する相談を受け付けています(予約制)。 東滝頭保育園 講座 7月2日(木)「保育士と遊ぼう」 👤0歳~未就園児 交流 6月17日(水)「どろんこで遊ぼう」 👤1歳~4歳 7月7日(火)「たなばた」 👤1歳~	
育児講座・交流保育	洋光台第二保育園 講座 7月3日(金)「小児救急法」 👤未就園児 交流 7月7日(火)「七夕」 👤1歳~ 7月9日(木)「一緒に遊ぼう」 👤1・2歳	
育児相談	子育てについての悩みなど、相談を受け付けています。秘密厳守。	
コスモス広場 (園庭開放)	雨天中止。事情により時間変更や休止する場合がありますので、園にお問い合わせください。 東滝頭保育園 :原則 毎週火・木曜10時~12時 洋光台第二保育園 :【園庭】原則 毎週月~金曜 9時30分~12時30分、13時30分~15時30分 【室内】原則 月2回火曜 10時~11時30分(予約制)	

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。

広告

広告

浜中学校コミュニティハウス

☎fax 772-0770

●レジンで作ろうキーホルダー
夏らしいカラフルでかわいいキーホルダーを作ります。
📅7月19日(日) 10時~11時
👤小学生・8人(先着)
💰600円
📝6月11日から ☎窓

滝頭地域ケアプラザ

☎ 750-5151 fax 750-5155

●親子のひろば「ほけっと」
親子で楽しむリトミックを開催します。
📅7月15日(水)10時~11時15分
👤0歳~3歳の親子・12組(先着)
💰200円(お子さん一人につき)
📝6月17日から ☎窓

屏風ヶ浦地域ケアプラザ

☎ 750-5411 fax 751-2322

●おやこでにこにこ!!
音楽に合わせてとんだり跳ねたり、親子で一緒に楽しみましょう!パラバルーンもあります。
📅7月3日(金)10時~11時
👤歩き始め~未就学児の親子・5組(先着) ※はだしで遊びます。
💰300円
持 飲み物
📝6月11日から ☎窓

申込は▶



磯子地域ケアプラザ

☎ 758-0180 fax 758-0181

●こいそCollege 写経体験
📅7月15日(水)10時~11時30分
👤15人(先着)
📝6月11日から ☎窓

洋光台地域ケアプラザ

☎ 832-5191 fax 832-5138

●親子の交流スペースぷらっと
自由に参加して楽しみましょう!
📅6月29日(月)10時30分~12時
※南部地域療育センターによる親子のふれあい遊びもあり(11時30分~)
👤乳幼児~6歳

横浜市社会教育コーナー

☎fax 761-4321
✉toiawase@yokohama-se.net

●大人が楽しむおはなし会
朗読・ストーリーテリングなど。
📅7月3日(金)10時~12時
👤30人(先着) 💰300円
📝6月11日から ☎窓

区民文化センター杉田劇場

☎ 771-1212 fax 770-5656

●杉劇ひばりの日2026 トーク&コンサート
📅6月21日(日)14時45分 開演(14時開場) 👤280人(先着)
💰[全席指定]一般5,000円、スマイルクラブ会員3,500円、美空ひばり後援会・ファミリー倶楽部会員4,500円
📝受付中 ☎

磯子スポーツセンター

☎ 771-8118 fax 771-8120

●令和8年度 夏の定期教室 追加募集!!
子どもから大人まで参加できるさまざまな教室があります。初心者も大歓迎!
📅7月3日(金)~9月30日(水)
👤先着
💰5,360円~
📝6月22日14時から ☎ (窓23日から)

区地域子育て支援拠点いそピコ

☎ 750-1322 fax 750-1323

●歯みがき教室
📅6月26日(金)10時30分~11時
👤おおむね6ヶ月以上で、歯が生え始めたお子さんから3歳までのお子さんと保護者・12組(先着)
持 母子手帳
📝6月12日から HP

横浜市三殿台考古館

☎ 761-4571 fax 761-4603
✉santonodai@yokohama-history.org

●キャンプin三殿台
国指定史跡・三殿台遺跡で古代住居跡の上にテントを張り、一夜を明かします。火起こしや弓矢の体験も!
📅7月18日(土)17時~19日(日)朝8時
👤家族・6組(抽選)
💰テント1張りにつき3,500円
持 テント・寝具・食料・調理器具
📝7月4日までに ✉ または 往復はがきで 郵
※荒天時は中止の場合あり。

久良岐能舞台

☎ 761-3854 fax 754-4050

●能楽体験大会
令和8年度の能楽講座受講につながる能楽ワークショップです。
📅6月14日(日)14時~16時30分
👤40人(先着)
💰2,000円(高校生以下、無料)
📝受付中 ☎窓 HP

根岸なつかし公園旧柳下邸

☎ fax 750-5022

●七夕織姫体験
卓上織機で初心者向けの裂き織り体験をします。(約15cm×20cm)
📅7月7日(火)10時~12時30分
👤8人(先着) ※初めての人優先。
💰3,000円(材料費込み)
📝6月15日から ☎窓
※講座は座布団に座って行います。椅子ではありません。

フォーラム南太田

☎ 714-5911 fax 714-5912

●ストレッチ&骨盤底筋ケア ~健康講座 3ヶ月コース~
📅7月7日・21日、8月4日・18日、9月1日・15日(火)13時30分~15時
👤女性・22人(先着)
💰8,700円(市外9,570円)
📝6月11日から ☎窓 HP
✉あり(有料、2か月~未就学児)、4日前までに専用電話(714-2665)で予約。

磯子図書館 だより

【施設点検日】 6月15日(月)

問 磯子図書館
☎ 753-2864
fax 750-2528

今月の1冊

図書館の本から
おすすめの本を紹介!

『からだの「衰え」は口から
歯と健康の科学
健康寿命を左右する口のケアの最前線』(ブルーバックス)

水口俊介/著 講談社 2025年刊

歯のケアに自信がある!そう言える人は、どれくらいいらっしゃるでしょうか?本書では、高齢者歯科学を専門とする著者が、乳幼児期から始まる歯と口の健康の最前線をやさしくかみ砕いて伝えてくれます。6月は「歯と口の健康週間」があります。これを機に知識をアップデートしませんか?あわせて、8、9ページの特集もご覧ください。



イベント

●親子おはなし会
司書と一緒に、親子でできるわらべうたで遊びます。お子さんの成長に合わせた絵本の読み聞かせもあります。としょかんパスポートをお持ちの人にはスタンプを押します。
📅6月18日、7月9日(木)①10時40分~11時 ②11時20分~11時40分
👤①0~1歳児と保護者 ②1~3歳児と保護者
当日磯子図書館へ

企画展示

●水道について考えよう!横浜の水道の今とこれから
水道の仕組みや経営状況などをパネルで紹介し、関連図書の展示・貸出を行います。
📅7月1日(水)~14日(火)
📍磯子図書館ロビー
主催/水道局事業推進部広報課、磯子図書館



GREEN x EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会
2027年3月~9月 横浜・上瀬谷

©Expo 2027

2027年は磯子区制100周年