



区役所掲示板

マークの見方

氏名(ふりがな)
 電話(番号)
 ファクス(番号)
 〒・住所
 年齢
 行事名
 費用
 Eメール (アドレス)
 ホームページ
 申込み
 問合せ
 電子申請
 横浜市電子申請・届出システム



●掲載されているイベントなどは、中止・延期になる場合があります ●費用の記載がない場合は無料 ●特に断りのないものは当日自由参加 ●区役所の駐車場は有料です
 ●今月11日以降の市や外郭団体などの事業を掲載しています



フレイルとは年齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態をいいます。フレイル予防として、まずは講演会や講座などに参加し、その後は身近な場所で活動してみませんか？

学ぼう!

区役所や区内地域ケアプラザで、フレイル予防に大切な運動、お口のケア、栄養などについて学べます。

日程	会場	内容
6月25日(日) 10時~11時	新橋地域ケアプラザ ☎813-3877	健康歌声サロン
6月27日(火) 10時~12時	踊場地域ケアプラザ ☎801-2922	フレイル予防のための栄養講座 「楽しく食べて健康に」
6月29日・7月27日(木) 13時30分~15時	岡津地域ケアプラザ ☎812-0685	はつらつ健康倶楽部
6月30日(金) 10時30分~11時30分	下和泉地域ケアプラザ ☎802-9920	心も体もリフレッシュ! 楽しい体操講座
7月3日(月) 10時~11時	いずみ野地域ケアプラザ ☎800-0322	ストレッチ教室
7月8日(土) 14時~15時30分	上飯田地域ケアプラザ ☎802-8200	お口のケア講座
7月13日(木) 10時~11時30分	いずみ中央地域ケアプラザ ☎805-1700	ノルディックウォーキング

※一例です。詳細は各地域ケアプラザにお問い合わせください。
 ※10ページに区役所で開催する講座を掲載しています。

泉区 地域ケアプラザ 検索

続けよう!

区内の身近な場所で行われている体操教室や趣味の会などの活動を紹介しています。区役所(2階209窓口)や各地域ケアプラザで配布中!



ダウンロードも
できます▶



ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ

身近な場所で行われている活動を検索
できます。



☎ 高齢者支援担当 ☎ 800-2434 fax 800-2513

飼い主のいない猫の世話をすることは、 周辺環境に配慮して行いましょう

適切な世話をしましょう

横浜市 猫の適正飼育ガイドライン 検索

エサはお皿にのせ、
食べ残しはすぐに
片付けましょう。



不妊去勢手術を行いましょう。



エサ場の近くに
“猫用トイレ”を
設置しましょう。



「飼い主のいない猫」を増やさないために、手術費用の一部を補助します

対象動物 市内に生息する飼い主のいない猫(手術後の耳カットが条件となります)

予定頭数 全市で3,500頭程度 **補助金額** 1頭につき上限5,000円

手術実施動物病院 横浜市および隣接地域の登録動物病院

※自治会・町内会など、地域で不妊去勢手術や地域猫活動に取り組まれる場合、捕獲器の貸出や支援制度があります。

● 必要書類などについては、横浜市動物愛護センターのホームページでご確認いただくか、生活衛生係にお問い合わせください。

横浜市動物愛護センター 検索

⚠ エサ場やトイレを設置する場合は、土地の所有者や管理者の了承を得ましょう

☎ 生活衛生係 ☎ 800-2452 fax 800-2516