

お知らせ & スポーツ

介護の日キャンペーン

11月11日は介護の日です。介護に関する情報のパネルを展示します。
 11月7日(火)～10日(金)9時～16時
 区役所別館1階 区民ホール
 問合せ 高齢・障害支援課
 ☎ 411-7110 fax 324-3702

親子でお口の健康教室

歯科医師による歯周病・むし歯予防についての講話、むし歯菌の検査、ブラッシングアドバイス、歯垢を顕微鏡で見るとなど。
 11月9日(木)10時～11時30分
 区役所別館2階 予防接種室
 区内在住で3歳までの子どもがいる母親または妊娠中の人、先着20人
 ※子どもを連れて受講できます(保育はありません)。
 申込み・問合せ 10月11日(水)から電話かFAXで氏名・年齢・電話を書いて福祉保健課 ☎ 411-7138 fax 316-7877

外遊び体験イベント(秋冬編)「外遊びしよう！」

◆講師:五感教育研究所 高橋良寿さん
 ①10月13日(金)(振替日:11月10日(金)) ②10月16日(月)(振替日:11月6日(月)) ③11月14日(火)(振替日:12月12日(火))いずれも10時～11時30分 ※雨天の場合は振替日に延期します。開催の有無は区ホームページでご確認ください。
 ①西寺尾の丘公園(西寺尾2-1503-2) ②片倉北公園(片倉5-49) ③豊顕寺市民の森(三ツ沢西町16) 区内在住の子育て中の人、外遊びに関心のある人
 申込み 当日直接
 問合せ こども家庭支援課
 ☎ 411-7111 fax 321-8820
 HP www.city.yokohama.lg.jp/kanagawa/kurashi/kosodate/sotoasobitaikenn.html

リユース家具無償提供

◆展示期間:10月11日(水)～24日(火)(日曜を除く)10時～12時、13時～16時
 ◆抽選日時:10月25日(水)11時
 ◆引渡し:抽選後～11月4日(土)(日曜を除く)10時～12時、13時～16時
 資源循環局鶴見工場(鶴見区末広町1-15-1) 市内在住・在勤・在学の人
 申込み 展示期間内に直接(来場者1人1品限り)
 問合せ 資源循環局鶴見工場
 ☎ 521-2191 fax 521-2193

講座「横浜の考古学」横浜いにしへの道

横浜市内で発掘された道路状遺構など、様々な古道について解説します。
 11月3日(祝・金)・11日(土)いずれも13時30分～16時 横浜開港資料館(中区日本大通3) 100人(多数抽選)
 ¥1,000円(全回分)
 申込み・問合せ 10月18日(水)必着で往復はがきに講座名・氏名(ふりがな)・住所・電話を書いて埋蔵文化財センター

(〒247-0024 栄区野七里2-3-1)
 ☎ 890-1155 fax 891-1551

神奈川区地域支援補助金 区民力発揮コース

★健康料理と体操教室
 簡単若返り体操と栄養バランスのいい料理を作ります。試しに参加したい人、男性も大歓迎です。
 10月12日、11月9日、12月14日(木曜全3回)いずれも9時30分～13時
 神之木地区センター 50歳以上の人、先着8人 ¥各回800円 ※別途年会費2,000円 特 エプロン・汗拭きタオル・動きやすい服装
 申込み・問合せ 10月11日(水)からFAXかはがきかEメールで氏名・年齢・住所・電話を書いてNPO法人ヘルスケアデザイン研究所(〒221-0014 入江2-14-9-103)
 ☎ 432-6722 fax 439-6427
 info@hc-design.org

三ツ沢公園青少年野外活動センターからのお知らせ

★ふれあい親子クラブ冬みつけ隊
 季節のおやつ作りや工作、自然遊びを楽しみます！
 11月22日～12月20日(毎週水曜全5回)いずれも14時30分～16時30分
 年中・年長と保護者、16組(多数抽選)
 ¥2人一組5,000円、追加1人2,000円(2歳以下500円)
 申込み 10月6日(金)～20日(金)にホームページか往復はがき(消印有効)で事業名・参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話を書いて施設へ

★そばうち体験
 打ち立てのおそばを食べよう。
 12月2日(土)・3日(日)いずれも10時30分～14時 各回16グループ(多数抽選) ¥1グループ4,000円(そば4人分付き)
 申込み 10月17日(火)～31日(火)にホームページか往復はがき(消印有効)に参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話を書いて施設へ

★ブリザーブドフラワー教室
 手作りブリザーブドフラワーでクリスマスを華やかに。
 12月5日(火)10時～12時 16歳以上、15人(多数抽選) ¥4,600円
 申込み 10月23日(月)～11月6日(月)にホームページか往復はがき(消印有効)に参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話を書いて施設へ
 ……上記共通……………
 三ツ沢公園青少年野外活動センター
 申込み・問合せ 三ツ沢公園青少年野外活動センター(〒221-0855 三ツ沢西町3-1) ☎ 314-7726 fax 311-6444
 HP www.yspc.or.jp/mitsuzawa_yc_ysa/

消費税軽減税率制度等説明会

事業者向けの、消費税の軽減税率制度に関する説明会です。

10月24日(火)14時～15時30分
 神之木地区センター 先着150人
 申込み 当日直接
 問合せ 神奈川税務署法人課税第一部 門 ☎ 544-0141(内線410～411)

源泉徴収義務者の皆様へ

神奈川税務署では、年末調整などの説明会を開催します。
 11月8日(水) ①13時45分～16時、9日(木) ②10時～12時15分 ③13時45分～16時 区民文化センターかなつくホール(東神奈川1-10-1) 源泉徴収義務者
 問合せ 神奈川税務署源泉所得税担当 ☎ 544-0141(内線431～434)

第35回神奈川区民レディース テニストーナメント

女子ダブルス一般・ベテラン(ペア共に50歳以上)の部
 11月16日(木)9時～19時 三ツ沢公園テニスコート 区内在住・在勤・協会会員、56組(多数抽選)
 ¥1組5,000円(ペア共に協会会員の場合1組4,000円)
 申込み 11月2日(木)必着で往復はがきかEメールに申込者氏名・年齢・住所・電話、協会会員は団体名、在勤者は勤務先名と所在地、参加部を書いて区テニス協会(区民活動支援センター「かめ太郎ボックス中13」)
 ka.wa.tennis.ass+entry@gmail.com
 問合せ 区テニス協会
 ☎ 080-2056-9914
 ka.wa.te-as.2008.03@docomo.ne.jp
 ※区テニス協会ホームページに申込

用紙のフォーマットがあります。

グラウンドゴルフ交流会

11月23日(祝・木)9時～13時30分
 神奈川公園(栄町12-1) 区内在住・在勤・在学の人、120人(多数抽選)
 ¥500円
 申込み・問合せ 10月31日(火)必着で往復はがきに氏名・年齢・住所・電話を書いて、神奈川区さわやかスポーツ普及委員会事務局(〒221-0856 三ツ沢上町11-18 神奈川スポーツセンター内) 渡邊 ☎ 080-4654-5029

三ツ沢公園冬期テニス教室

水曜コース:12月13日～平成30年3月14日(毎週水曜全12回、12月27日・平成30年1月3日を除く)、Aコース9時30分～11時、Bコース11時15分～12時45分、Cコース13時15分～14時45分
 金曜コース:12月15日～平成30年3月9日(毎週金曜全12回、12月29日を除く)、Dコース9時30分～11時、Eコース11時15分～12時45分 A・B・D・Eコース各36人、Cコース24人(多数抽選) ¥14,000円(全回分)
 申込み・問合せ 10月10日(火)～11月10日(金)にホームページかはがきかFAXかEメールに教室名・コース名・申込者氏名(ふりがな)・年齢・性別・郵便番号・住所を書いて県体育協会スポーツ教室係(〒221-0855 三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内)
 ☎ 311-0653 fax 311-0637
 kyoushitsu.kanagawaken@japan-sports.or.jp
 www.sports-kanagawa.com

神奈川スポーツセンターからのお知らせ 休館 10月23日(月)

三ツ沢上町11-18(三ツ沢上町駅歩5分)
 ☎ 314-2662 fax 314-4115 HP www.yspc.or.jp/kanagawa_sc_ysa/

◆当日受付教室 ※祝祭日、休館日は除く

| 教室名 | 日程 | 時間 | 費用 | 対象・定員 |
|-----------------------|------|-------------|-----------|-----------|
| ●ナイトピラティス | 毎週火曜 | 19:30～20:30 | 500円 | 16歳以上、40人 |
| ●シェイプ・ザ・ボディ | 毎週水曜 | 9:30～10:30 | | 16歳以上、20人 |
| ●水曜ヨーガ* | | 12:55～13:55 | | 16歳以上、20人 |
| ●エクササイズフラ(naniAloha)* | 毎週木曜 | 13:00～13:50 | | 16歳以上、50人 |
| ●ズンバ | | 14:05～14:50 | | 16歳以上、20人 |
| ●からだメンテナンス | | 14:05～14:50 | | |
| ●ベーシックエアロピクス | 毎週木曜 | 9:30～10:30 | | 16歳以上、40人 |
| ●リラックスストレッチ* | | 10:40～11:40 | | |
| ●骨盤エクササイズ* | | 11:50～12:50 | | |
| ●ダンスエアロピクス | | 12:00～13:00 | | |
| ●ボディ・メイク | 毎週金曜 | 13:20～14:20 | 16歳以上、40人 | |
| ☆ナイトヨーガ* | | 19:30～20:30 | | |
| ●デトックスエアロピクス | 毎週金曜 | 9:30～10:30 | 16歳以上、60人 | |
| ☆バスケットボールタイム | | 19:15～20:45 | | |
| ●サタデーボクサ | 毎週土曜 | 9:30～10:30 | 小学生以上、40人 | |
| ☆フットサルタイム | | 19:15～20:45 | 16歳以上、30人 | |

※ほかにも教室があります。詳細は専用のチラシ・ホームページをご覧ください。

申込み ☆印の教室は、各教室開始の30分～5分前
 ●印の教室は、9時～各教室の開始5分前
 持 運動のできる服装・タオル・室内シューズ
 *印は、はだしで運動する教室のため室内シューズは必要ありません。
 ※駐車場は大変混み合いますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。