

こうほくインフォメーション

当月11日からの予定 マークの説明

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代等含む)
- 申込みの記載がない場合は当日直接会場へ
- 区役所への郵便は「〒222-0032 大豆戸町26-1 港北区役所○○係」へ

- [必要事項]は行事名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・(往復はがきは返信先)を記入してください
- 住所等の個人情報は催しの開催・申込者への連絡以外の目的には使用しません
- 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

ミズキーの一言メモ



この欄(10~12ページの端)では、催しの補足情報等を掲載しています。

- ①生ごみを土にかえそう説明会
生ごみの資源・減量化の取組です。自宅のベランダや庭等で、調理くずや食べ残しを捨てずに生かしてみませんか。誰でも簡単に始めることができます。

- ②お口の健口講座
オーラルフレイルの予防を学び、パタカ測定(口の機能を評価するための検査)や、口の体操を行います。

- ③認知症講演会
映画「毎日がアルツハイマー」を通して、認知症を身边に感じてみませんか。認知症対応型通所介護についても紹介します。

- ④新治恵みの里 里芋収穫体験
農家の人の案内で新治市民の森を散策し、株ごと里芋を掘ります。里芋2kgの土産付きです。

- ⑤彩のカラーリーフワークショップ
フローラルつなしまによるワークショップです。地域緑化ボランティア活動の紹介もします。カラーリーフの土産付きです。

- ⑥いちょう舞い散る朗読会
フリーアナウンサーの寺澤京子氏が、田辺聖子作の「唐櫃の僧」等を朗読します。

- ⑦外国人住民の声から学ぶ港北の今
国際交流ラウンジの活動紹介や外国人住民に日本の生活について話を聞きます。

- ⑧ベビー&キッズマッサージ
テーマは、手と腕のツボマッサージです。講師は、EduQ国際ナチュラルタッチ協会代表の伊吹砂織氏です。1部と2部の間に合同交流会を開催します。

- ⑨おひるねアート撮影会
背景や小物を付けてアート写真を撮影します。1回で2作品撮影できます。衣装の用意もあります。

- ⑩フラワーアレンジメント教室
クリスマスグリーンを使用したアレンジメントを制作します。

- ⑪ハロウィーンスタンプラリー
菊名地区センター、菊名コミュニティハウス、大綱中学校コミュニティハウス、大豆戸地域ケアプラザでスタンプを押すとお菓子がもらえます。※詳細はウェブサイトへ

- ⑫菊名文化祭
おはなし会、折り紙作品の配布、ランチ販売等を行います。作品展示は10時~16時、演技発表は18日10時30分~16時(19日は15時50分まで)に行います。

区役所から

■港北区中学校生徒音楽会

区内の中学生による合唱や吹奏楽の発表。
10月19日(日)12時~16時、港北公会堂
■生涯学習支援係
☎ 540-2239 fax 540-2245

■生ごみを土にかえそう説明会 ①
10月23日(木)10時30分~11時、区役所中庭
※雨天中止
■資源化推進担当
☎ 540-2244 fax 540-2245

■食品衛生責任者 実務講習会
10月23日(木)14時~15時30分、港北公会堂、
食品衛生責任者、先着30人 ※食品衛生
責任者票(証)と筆記用具を持参
■電話か区ウェブサイト(10月15日~)食品
衛生係へ [港北区 食品衛生責任者 講習会] 検索
☎ 540-2370 fax 540-2342

■にこにこ広場 in樽町
近隣保育園の保育士と親子で一緒に楽しむ。
10月30日(木)9時45分~11時45分、樽町地域
ケアプラザ、2022年4月2日以降に生まれた子
と保護者
■大曾根保育園 [港北区 にこにこ広場] 検索
☎ 531-0034 fax 531-0125

■お口の健口講座 ②
10月30日(木)13時30分~14時30分、15時~16時、
日吉図書取次所(日吉の本だな)、18歳以上、
抽選各5人
■区ウェブサイト(10月23日まで)区民活動
支援センターへ [お口の健口講座] 検索
☎ 540-2246

■認知症講演会 ③
10月31日(金)、①認知機能チェック:12時~
13時45分、当日先着20人、②映画上映:14時~
16時、当日先着250人、①②港北公会堂
■高齢者支援担当
☎ 540-2327 fax 540-2396

■新治恵みの里 里芋収穫体験 ④
11月1日(土)10時30分~12時30分、いはる
里山交流センター(緑区)、市内在住の個人か
グループ(1組4名まで、子どもは森を一人で
歩ける子)、先着15組、1組2,100円 ※天候・
作物の生育状況により11月8日(土)に変更
■新治恵みの里ウェブサイト(10月15日20時~)
■北部農政事務所
☎ 948-2480 fax 948-2488

■若者のための専門相談
ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談。
11月4日・18日(火)、13時30分~、14時30分~、
15時30分~(各50分)、港北区役所、15歳~
39歳の市民と家族や関係者、先着各1組
■電話かEメール(10月15日~)よこはま
北部ユースプラザへ
☎ 948-5505 mail@kitapla.jp

■にこにこ広場 in日吉宮前
近隣保育園の保育士と親子で一緒に楽しむ。
11月5日(水)10時~12時、日吉宮前公会堂、
2022年4月2日以降に生まれた子と保護者
■南日吉保育園 [港北区 にこにこ広場] 検索
☎ 561-6560 fax 561-6604

■彩のカラーリーフワークショップ ⑤
11月16日(日)10時~11時30分、区役所、
抽選20人、500円
■区ウェブサイト(11月9日まで)区民
活動支援センターへ
☎ 540-2246 彩のカラーリーフワークショップ 検索

■いちょう舞い散る朗読会 ⑥
11月17日(月)15時~16時30分、慶應義塾
大学日吉キャンパス、先着80人、2,000円
■電話かEメール(10月15日~)
☎ 080-1210-9908(亀岡)
✉ t-hakariya@i.softbank.jp

■にこにこ広場 in篠原

近隣保育園の保育士と親子で一緒に楽しむ。
11月19日(火)9時45分~10時30分、10時
45分~11時30分、篠原地域ケアプラザ、
2022年4月2日以降に生まれた子と保護者、
先着各20組
■港北区 にこにこ広場 検索
■区ウェブサイト(10月20日~)港北保育園へ
☎ 421-8575 fax 421-8582

■外国人住民の声から学ぶ港北の今 ⑦
11月22日(土)10時~12時30分、港北国際
交流ラウンジ、抽選30人
■区ウェブサイト(11月7日まで)区民活動
支援センターへ [港北地域学講座] 検索
☎ 540-2246

スポーツ

■港北区太極拳大会

11月8日(土)11時~17時、港北スポーツ
センター、協会登録者、1チーム5,000円
※見学希望者は当日直接会場へ
■電話かEメール(10月31日まで)港北区
太極拳協会へ
☎ 540-6233
✉ akobaa99@ruby.ocn.ne.jp

■グラウンドゴルフ交流大会

12月6日(土)9時~13時、新横浜公園、区内
在住か在勤か在学のチーム(6人1チーム)、
抽選32チーム、1チーム3,000円 ※雨天
中止
■Eメールかファックス(10月28日必着) [必
要事項]を記入し、港北区さわやかスポーツ
普及委員会事務局へ
☎ 640-0014 fax 640-0024
✉ sawayaka@yspc.or.jp

港北スポーツセンター

〒222-0032 大豆戸町518-1
☎ 544-2636 fax 544-1859 第3月曜

■冬の定期教室(1月~3月)

ヨガや健康教室、子ども・親子教室等。各全4~
12回、抽選、4,400円~21,600円 ※保育
あり、詳細はウェブサイトへ
■ウェブサイトか往復はがきか所定の用
紙で(館内で配布)を郵送(11月16日必着)
[必要事項]と希望教室、性別、年齢(学年)、
市外在住者で市内在勤か在学者は勤務先
学校名、保育希望者は子の氏名(ふりがな)、
性別、生年月日を記入

施設から

申込みや問合せは各施設へ。休館日

港北図書館

■大人のための朗読会

瀬戸内寂聴作「紙」ほかを朗読。10月25日(土)
15時~16時、18歳以上、当日先着40人

■朗読の部屋

2~3作品を朗読。11月8日(土)15時~16時、
18歳以上、当日先着40人

■おはなし会

イベント名	日 時	対 象	定 員
ひろばのどんぐりおはなし会	10月11日、11月8日(土)	15時30分~16時	3~6歳の子と保護者
どんぐりおはなし会	10月12日、11月9日(日)	11時~11時30分	4歳以下の子と保護者
ひろばおはなし会	10月15日(水)	15時~15時30分	3~6歳の子と保護者
紙芝居の日	10月18日(土)	15時~15時30分	—
ひよこのおはなし会	10月23日(木)	11時20分~11時50分	3歳以下の子と保護者
いちごのおはなし会	11月1日(土)	15時~15時30分	小学生以上

港北公会堂

〒222-0032 大豆戸町26-1
☎ 540-2400 fax 540-2399 第10月14日

■ベビー&キッズマッサージ ⑧

10月24日(金)、9時45分~10時45分、
11時30分~12時30分、未就学児と
保護者、先着各7組、1,500円
■電話か来館(10月16日10時~)

■おひるねアート撮影会 ⑨

11月1日(土)10時30分~13時50分、1歳
以下の子と保護者、先着10組、1組3,500円
■電話か来館(10月17日10時~)

大倉山記念館

〒222-0037 大倉山2-10-1
☎ 544-1881 fax 544-1084 第10月20日

■大倉山秋の芸術祭

美術展:10月29日(火)~11月3日(月)、イベント:
10月31日(金)~11月3日(月)

■フラワーアレンジメント教室 ⑩

11月15日(土)10時~12時、14時~16時、
11月16日(日)10時~12時、全3回、18歳
以上、先着12人、5,000円
■電話(10月15日10時~)

綱島地区センター

〒223-0053 綱島西1-14-26
☎ 545-4578 fax 531-5771 第3月曜

■つなしま絵本読み聞かせの会

10月22日、11月12日(火)、10時45分~11時
15分、未就学児と保護者、当日先着12組

■親子で染め物体験

クリスマスガーランドを作る。12月7日(日)
9時30分~11時30分、5歳~小学3年生と
保護者(2名1組)、先着8組、1組1,300円
■来館(11月5日9時~、10時から電話可)

綱島公園こどもログハウス モッキー

〒223-0054 綱島台1
☎ 547-4556 第3月曜

■モッキーの秋まつり

射的やスーパー保育園等。11月3日(月)、
10時30分~12時30分(景品が無くなり
次第終了)、小学生以下(未就学児は保護者
同伴) ※雨天決行

城郷小机地区センター

〒222-0036 小机町2484-4
☎ 472-1331 fax 472-1332 第4月曜

■おはなしの部屋

パネルシアター等や絵本の読み聞かせ。
10月28日(火)10時30分~11時、未就学児と
保護者、当日先着12組

■匠のそば打ち教室

11月29日(土)、9時30分~12時30分、
13時30分~16時30分、18歳以上、先着
各6人、2,500円
■電話か来館(10月22日10時~)

■朗読マラソンへのお誘い

好きな作品を持ち寄り朗読を楽しむ。11月
16日(日)13時~16時、18歳以上、朗読者先着
約20人(朗読の条件あり) ※詳細はウェブ
サイトへ
■電話か来館(10月21日~)

菊名地区センター

〒222-0011 菊名6-18-10
☎421-1214 fax431-4101 ④第3月曜

■おはなしとんぼ

絵本の読み聞かせや簡単な工作等。10月10日(金)11時~11時30分、未就学児と保護者、当日先着15組

■ハロウィーンスタンプラリー ⑪

①スタンプカード配布:10月12日(日)~、10時~16時、計600枚(無くなり次第終了)、②押印:10月19日~26日(日)、10時~16時(26日は15時まで)、①②小学生以下

■菊名文化祭 ⑫

10月18日(土)・19日(日)

■歌って健康教室

歌に合わせて、身体を動かし健康増進。11月4日(火)10時~11時30分、60歳以上、先着20人、500円

④電話か来館(10月15日10時~)

■菊名おもちゃの病院

おもちゃの修理。11月8日(土)10時~11時、中学生以下と保護者、先着16点、人を傷つける恐れのある物やゲーム等除く、部品代実費

④来館(10月16日10時~)

■包丁とハサミ研ぎのコツ

包丁とはさみの研ぎ方と砥石の手入れを学ぶ。11月8日(土)13時~15時、18歳以上、先着12人、400円 ※8月23日開催の同講座参加者は申込不可

④電話か来館(10月17日10時~)

■カントリーラインダンスを踊ろう

優しいステップで楽しめるダンスを踊る。11月19日(火)10時~11時30分、18歳以上、先着10人、700円

④電話か来館(10月18日10時~)

■冬のテニス教室

港北区テニス協会のコーチから学ぶ。11月13日~1月15日の第2・第3木曜、全6回、①女性初級:10時~11時30分、②女性中級:12時~13時30分、①②18歳以上、③60歳以上:14時~15時30分、①~③抽選各14人、6,500円 ※荒天時2026年1月22日(木)

④ウェブサイトか電話(10月28日まで)

篠原地区センター

〒222-0022 篠原東2-15-27
☎423-9030 fax423-9032 ④第3月曜

■しのはらおはなしの会

楽しい読み聞かせ。10月16日・23日・30日、11月6日(木)、11時~11時30分、小学生以下(未就学児は保護者同伴)

■パパの赤ちゃん会

育児相談やパパ同士の情報交換。11月1日(土)10時30分~11時30分、1歳6か月以下の子と父親

■しのはら合同文化祭 ⑬

11月15日(土)・16日(日)、10時~17時(16日は15時まで)

■ユニカール体験会 ⑭

11月15日(土)14時~15時、当日先着30人

■おもちゃの病院

おもちゃの修理。11月22日(土)10時~11時、先着10点(1家族2点まで)、人を傷つける恐れのある物やゲーム等除く、部品代実費

④来館(10月26日9時~、10時から電話可)

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
☎591-0777 fax591-0045 ④10月14日

■集まれおはなしキラキラぱっつけ

ハロウィーンをテーマにした読み聞かせ。10月23日(木)10時30分~11時、未就学児と保護者

■新田地区センター文化祭

日頃の活動の成果を実技と展示で発表。11月1日(土)・2日(日)、9時30分~17時(2日は15時まで)

■おもちゃの修理病院

おもちゃの修理。11月15日(土)10時~14時、先着10点(1家族1点まで)、人を傷つける恐れのある物やゲーム等除く、部品代実費

④来館(10月18日9時~、10時から電話可)

■インターネット被害未然防止講座

11月16日(日)13時~15時、先着20人
④来館(10月15日9時~、10時から電話可)

■クリスマスに飾るスワッグ作り

世界に一つだけのスワッグを作る。11月29日(土)10時~12時、小学生以上(小学1・2年生は保護者同伴)、先着10人、2,300円

④来館(10月25日9時~、10時から電話可)

■干支のカレンダー作り

11月30日(日)10時~12時、小学生以上(小学1・2年生は保護者同伴)、先着10人、1,000円

④来館(10月15日9時~、10時から電話可)

日吉地区センター

〒223-0062 日吉本町1-11-13
☎561-6767 fax561-5841 ④第4月曜

■日吉おはなし会

絵本と紙芝居の読み聞かせ、歌や手遊び等。10月23日(木)11時~11時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

■ヒヨシdeハロウィン ⑯

10月31日(金)16時~17時、小学生以下の子と保護者、先着30組、1組100円
④来館(10月15日9時~、10時から電話可)

■キッズ&ベビーフリーマーケット ⑯

11月9日(日)11時~15時

■大学生による手作り影絵劇 ⑰

11月9日(日)、11時30分~12時、13時30分~14時、小学生以下の子と保護者、当日先着30組

■アルゼンチンタンゴ体験講座 ⑱

11月23日・30日(日)、全2回、13時30分~14時50分、18歳以上、先着10人、3,000円
④来館(10月15日9時~、10時から電話可)

■日吉台地下壕見学 ⑲

11月15日・22日(土)、全2回、13時~15時30分(22日は13時30分~16時)、18歳以上、先着20人、1,200円
④電話(10月23日10時~)

■スウェーデンのパンをつくろう ⑳

11月24日(月・休)10時~12時30分、18歳以上、先着12人、2,200円
④来館(10月24日9時~、10時から電話可)

日吉台中学校コミュニティ・スクール

〒223-0062 日吉本町4-9-1
☎・fax565-2840 ④火・金曜

■日吉台中コミスク文化祭

書道や水彩画、茶道等の活動成果の発表。10月25日(土)13時~17時、10月26日(日)10時~15時

下田小学校コミュニティ・スクール

〒223-0064 下田町4-10-1
☎・fax565-2850 ④火・金曜

■下田おはなしの会

絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌等。10月16日(木)10時~10時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

師岡コミュニティハウス

〒222-0002 師岡町700トレッサ横浜南棟3階
☎534-2439 fax546-4568 ④第3月曜

■師岡おはなしの部屋

絵本の読み聞かせや紙芝居等。10月16日(木)11時~11時20分、未就学児と保護者、当日先着15組

■腰痛対策講座

腰痛の予防・軽減、毎日の健康習慣等。11月18日(火)13時~14時、50歳以上、先着12人
④電話(10月15日10時~)

■師岡コミュニティハウス文化祭

活動団体による作品等の発表。10月27日(月)~11月3日(月・祝)、9時~20時 ※詳細は要問合せ

大綱中学校コミュニティハウス

〒222-0037 大倉山3-40-2
☎・fax547-2761 ④火・金曜

■大綱中コミハ文化祭 ふれんど祭 ㉑

10月26日(日)~11月1日(土)(10月28日・31日除く)、10時~16時(11月1日は12時まで)

■マイコンで光る星座を作ろう ㉒

11月9日(日)13時30分~15時30分、小学3年生~中学2年生(小学3年生は保護者同伴)、抽選18人、900円

④おもしろ科学たんけん工房ウェブサイト(10月29日まで)

☎080-5078-7678 fax491-4248

菊名コミュニティハウス

〒222-0011 菊名4-4-1
☎401-4964 fax401-4968 ④第3月曜

■親子でゆったりおはなしのへや

絵本の読み聞かせや手あそび等。10月11日(土)11時~11時40分、当日先着15人

■レジンアート体験 ㉓

10月26日(日)10時~12時、15歳以上、抽選10人、600円

④電話かウェブサイトか来館(10月18日まで)

■菊名コミハ文化祭

活動団体による作品の展示や実技発表。11月8日(土)・9日(日)、10時~16時 ※詳細は要問合せ

ー 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。ー

■しのはら合同文化祭

活動の実技と展示の発表を篠原ケアプラザと合同で開催します。焼き菓子やコーヒー等の販売、ワークショップ等があります。スタンプラリーも開催します。

■ユニカール体験会

ユニバーサルカーリングは、「陸のカーリング」と言われ、子どもから大人まで一年中楽しめるスポーツです。

■ヒヨシdeハロウィン

ハロウィーンにまつわる昔話やジャック・オー・ランタンの工作、bingo大会等をします。仮装で来館した人には、シールのプレゼントがあります。

■キッズ&ベビーフリーマーケット

子ども向け限定です。使っていない子育てグッズ等を持ち寄り、出店します。

■大学生による手作り影絵劇

慶應義塾大学児童文化研究会による、オリジナルストーリーの手作りの影絵劇です。

■アルゼンチンタンゴ体験講座

アルゼンチン人講師が、スペイン語・英語・日本語を交えて指導します。基本動作の「歩く」ことで姿勢を良くします。

■日吉台地下壕見学

初回は座学で歴史を学び、2日目は慶應義塾大学日吉キャンパスにある地下壕を見学します。戦時の話を聴き、戦争について考え、平和の大切さを学ぶ講座です。

■スウェーデンのパンをつくろう

クリスマスに作るルッセカット(サフランを練りこんだ伝統的なパン)を作ります。スウェーデン発祥のシナモンパンも作り、ミルクティーと一緒に試食します。持ち帰りもあります。

■大綱中コミハ文化祭 ふれんど祭

サークル活動の成果、フラダンスやギター等の発表、絵手紙やキルト、刺しゅうや習字の作品を展示します。合唱部や吹奏楽部の発表会、茶華道部の茶会体験もあります。

■マイコンで光る星座を作ろう

LEDとマイコンを使った電子工作です。夜空のアートボードを作ります。

■レジンアート体験

取り扱いが簡単で透明感のある仕上がりのハンドメイド材料(レジン)で、ドライフラワーを使った作品を2点作ります。

24はぐピョン

親子で遊べるフリースペースです。滑り台や大きな車等のおもちゃを用意しています。10月は親子ヨガ、11月はボランティアによるおはなし会を行います。

25丘の上の音楽会

なかのわたり あきこ ボーカル さくま なごめ
中野渡章子氏(Vo)、佐久間和氏
(Gt)によるジャズライブです。「薔薇色の人生」「素敵あなた」等を演奏します。

26PPK講座

高田中央病院医師の在原千鳥氏が認知症について講演します。

27開館20周年アニバーサリー

展覧会やマルシェ等、2日間限定で企画展の入場が無料です。※詳細はウェブサイトへ

28港北ほくほくフェスタ

港北公会堂では港北区社会福祉大会の表彰式典や「社会を明るくする運動」標語コンクールの展示、区役所中庭ではバザーや模擬店等を行います。※詳細はウェブサイトへ

**生誕130年
芹沢鉢介と緞帳**

今年は、港北公会堂の緞帳をデザインした人間国宝芹沢鉢介氏の生誕130年です。展示や映像、講演を通して、作家の人生や民藝運動との繋がり、緞帳の歴史や製作工程を伝えます。

日時 11月23日(日)
13時～15時30分

場所 港北公会堂



☎ 090-9304-7504
(芹沢鉢介緞帳プロジェクト)

もの忘れ相談

認知症等の不安がある本人やその家族が、専門医に無料で相談できます。

必要に応じて専門医による訪問相談もできます。
※診断・薬の処方はできません。

毎月第3木曜
(祝休日の場合は変更あり)
14時～15時～(各50分)

場所 区役所1階

定員 先着各1人※要事前申込み

申・問 高齢者支援担当
☎ 540-2327 fax 540-2396

新吉田地域ケアプラザ

〒223-0056 新吉田町6001-6
☎ 592-2151 fax 592-0105 ④第4月曜

■はぐピョン 24

10月23日(木)、11月10日(月)、10時～13時、未就学児と保護者

■丘の上の音楽会 25

11月9日(日)13時30分～14時30分

■PPK講座 26

11月15日(土)13時～14時、先着20人
④電話(10月15日～)

老人福祉センター 菊名寿楽荘

〒222-0011 菊名3-10-20
☎ 433-1255 fax 433-2895 ④第4火曜

■スクエアステップ講習

升目のマットの上を順序良くステップする。10月13日(月・祝)、11月10日(月)、13時～14時30分、60歳以上の市民 ※運動できる服を着用、飲み物とかかとのある上履きを持参

■うたごえ広場

流行歌をカラオケやピアノ伴奏で歌う。10月25日(土)・31日(金)、13時～15時、60歳以上の市民、先着各20人
④来館(10月15日10時～)

■若返りの音楽レク

音楽プログラムによる脳のトレーニング。11月8日(土)・10日(月)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人
④来館(10月20日10時～)

■脳寿命を延ばす「すこやか体操」

運動と脳のトレーニング。11月13日・27日(木)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人
④来館(11月1日10時～)

■続・雑学江戸時代

教科書に載っていない雑学話。11月14日(金)13時30分～15時、60歳以上の市民、先着25人
④来館(10月18日10時～)

港北区民文化センターミズキーホール

〒223-0052 綱島東1-9-10新綱島スクエア4・5階
☎ 533-2360 fax 533-2350 ④第3火曜

■ウィークデーコンサート10

MASH弦楽団が奏でるネオテーマパーク。10月22日(水)14時～15時、当日先着100人、1,000円

■SDGs映画

「おクジラさま ふたつの正義の物語」を上映。10月29日(水)14時～15時40分、当日先着100人、1,000円

■ウィークデーコンサート11

双子フルートデュオのクラシック名曲選。12月17日(水)14時～15時、先着350人、1,000円

④チケットぴあ来館(10月22日10時～)

■RINA TRIO

リナ・トリオコンサート「Release Concert JOKER」を公演。2026年3月7日(土)14時～16時、先着350人、3,000円(25歳以下2,000円)

※未就学児不可

④チケットぴあ来館(10月15日10時～)

スポーツ医科学センター

〒222-0036 小机町3302-5
☎ 477-5050 fax 477-5052 ④第3火曜

■ランニング測定・バイク測定

ランナーやサイクリスト向け持久力測定。12月13日(土)・17日(水)・21日(日)、先着各6人、9時～17時(1人100分)、15歳以上(中学生除く)、8,300円 ※詳細はウェブサイトへ
④電話か来館(10月15日～)

地域子育て支援拠点 どろっぷ

〒222-0037 大倉山3-57-3
☎ 540-7420 fax 540-7421
④日(10月5日除く)・月曜、祝日、10月25日午前

地域子育て支援拠点 どろっぷサテライト

〒223-0052 綱島東3-1-7
☎ 633-1078 fax 633-1072
④日・月曜、祝日、10月18日午前

■新横浜出張ひろばりぼん

地域情報の案内や交流ができる場。
①オルタナティブ生活館5階(新横浜2-8-4): 10月15日・29日、11月5日(水)、9時30分～14時30分、②ダッドウェイラーニングセンター新横浜校(新横浜3-9-18 TECHビルA館地下1階): 10月23日(木)、9時～14時、①②未就学児と保護者が妊婦(家族の同伴可)、当日先着各15組

■あっぷつ

触れ合い遊びと赤ちゃんとの生活の話。
①どろっぷ: 11月5日・19日(水)、②大曾根保育園: 11月11日(火)、③どろっぷサテライト: 11月19日(水)、①～③10時30分～11時40分、2～4か月の第1子と保護者、①③先着各10組、②先着6組
④ウェブサイト(10月15日～)

■土曜両親教室

育児と沐浴の講座。①どろっぷサテライト: 11月15日、12月6日(土)、②どろっぷ: 12月13日(土)、①②10時～12時、区内在住の出産予定月が2026年3月・4月頃で初出産の人とそのパートナー(単身も可)、先着各18組
④ウェブサイト(10月15日～)

■両親教室(オンライン)

出産・育児のオンライン講座。11月15日、12月6日(土)、10時30分～12時、区内在住の出産予定月が2026年3月・4月頃の人とそのパートナー(単身も可)、先着各15組
④ウェブサイト(10月15日～)

■こどもの発達と生活 講演会

小学校長に小学生や学校の取り組みを聞く。11月20日(木)10時～11時、港北公会堂
④ウェブサイト(10月15日～)

■日曜両親教室

育児と沐浴の講座。12月7日(日)10時～12時、どろっぷ、区内在住の出産予定月が2026年4月頃で初出産の人とそのパートナー(単身も可)、先着8組
④ウェブサイト(11月7日～)

新横浜公園

〒222-0036 小机町3300
☎ 477-5000 fax 477-5002 ④火曜

■新横浜公園生きもの博士になろう

大人版 野鳥観察会。11月15日(土)9時～12時30分、市内在住の18歳以上、抽選40人、1,000円 ※雨天時11月16日(日)

④ウェブサイト(11月1日まで)

岸根公園

〒222-0034 岸根町725
☎ 481-1697 ④なし

■岸根公園感謝DAY

ゲームや防災コーナー、ステージ演舞等。11月8日(土)11時～15時 ※荒天中止

アートフォーラムあざみ野

男女共同参画センター横浜北
横浜市民ギャラリーあざみ野
〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3
④第4月曜

※①・②は保育あり、1歳6か月以上の未就学児(②は2か月以上)、有料、要予約(☎ 910-5724)

男女共同参画センター横浜北

☎ 910-5700 fax 910-5755

■女性のがん手術後のセルフケア

リンパ浮腫の予防や症状緩和とストレッチ。11月5日(水)10時～11時30分、がん手術後約8週間以上の女性、先着25人、700円

④電話かウェブサイト(10月11日～)

■心と体を整える産後のセルフケア

バランスボールを使ったエクササイズ。11月14日(金)10時～11時30分、産後2か月以上の女性、先着16人、1,000円

④ウェブサイト(10月11日～)

横浜市民ギャラリーあざみ野

☎ 910-5656 fax 910-5674

■あざみ野コンテンツポラリー

画家・庄司朝美の個展。10月11日(土)～11月3日(月・祝)(10月27日除く)、11時～18時、20歳以上500円(20歳未満・学生・65歳以上: 10月25日・26日は無料)

■開館20周年アニバーサリー 27

10月25日(土)・26日(日)

■この材料で、なにできる?

絵の具がついた紙を使って作って遊ぶ。10月26日(日)10時30分～14時30分、4歳以上500円 ※材料がなくなり次第終了

港北区社会福祉協議会

〒222-0032 大豆戸町13-1 吉田ビル206
☎ 547-2324 fax 531-9561 ④第3日曜

■港北ほくほくフェスタ 28

10月30日(木)10時～16時30分、港北公会堂・区役所中庭

■善意銀行(寄託7月1日～31日)

かおる葬祭北新横浜ノースホール、神奈川土建一般労働組合横浜支部、ユニー株式会社「小さな善意で大きな愛の輪」運動アピタ横浜綱島店、匿名団体・個人(敬称略)ありがとうございました