

4月から!

中学校 **ぜん** **いん** **きゅう** **しょく** 全員給食 スタート!



よこはましちょう やまなかたけはる
横浜市長 山中竹春

市長だより 2026年4月から、横浜市立中学校で**ぜんいんきゅうしょく**が、始まります。

1日におよそ8万食を提供できる体制をととのえ、給食が学校生活の楽しみとなるように、献立づくりを進めてきました。栄養バランスも考え、温かい食卓で、カレーやシチュー、麻婆豆腐など、温かい汁物を届けることができるようになりました。

「生徒のみなさんと共につくる」という考えのもと、1万人以上の中学生が献立を考える給食メニューコンクールや、生徒の投票で献立を決める「給食選挙」を行っています。さらに、横浜の有名なお店のシェフたちに協力してもらい、魅力ある給食づくりを進めています。

献立には、横浜でつくられた食材や季節の行事にあわせた料理、世界

の料理もとりにいれています。都市と農が近い横浜の豊かさを感じられ、いろいろな食文化を学ぶことができます。

そして、大阪・関西万博の次の万博「GREEN×EXPO 2027」まで、あと1年あまりとなりました。GREEN×EXPOは、たくさんの花と緑を楽しみながら、環境にやさしい社会について、来場したみなさまと一緒に考える博覧会です。

環境にやさしい社会の実現に向けて、これまで捨てたり、燃やしていた資源を「捨てずに活かす」、くり返し使うことを、もっと進めていく必要があります。そのひとつとして、市民のみなさまからいらなくなった服を集めて、GREEN×EXPOのスタッフユニフォームに作り変えるチャレンジを行います。18区にある区庁舎や市立図書館で服を集めています。ご協力をおねがいします!

4月から!



中学校

ぜん
全

いん
員

きゅう
給

よこはま
横浜らしさ、いっぱい

よこはま 横浜の中学校給食

きゅうしょく



おかずは3品

バランスよく栄養がとれるように、栄養士が、毎日の献立を考えています

具がたくさん汁物

保温性食缶であたたかい汁物を届けます。カレー、シチュー、豚汁などの人気メニューも具たくさんに!自分に合った量にできるのもうれしいポイント。



あたたかいごはん

おなじものを食べながら「これおいしいね」とみんなで話せるのが楽しい!!



食缶の汁物は、野菜がたっぷりです

バラエティー豊かなメニューで食育

食を通じていろいろな文化に触れて学んでもらえることを大切にしています。

地産地消メニュー

季節の行事食

世界の味

※地産地消 (その地域でつくられたものをその地域で食べる)



地元横浜・神奈川県産の食材を使用

▲市内産の小松菜や県内産のかぼちゃを使用



▲十五夜(中秋の名月・芋名月)にちなんで月見団子と里芋が登場

食物を通して季節を感じ、年中行事を学ぶ



▲ケニアの伝統料理「カラंगा」

世界のいろいろな食文化に触れる

自分に合った食事を

ごはんは
選べる3サイズ

ごはんは、食べる量にあわせて大・中・小から選べます。

特定原材料9品目に対応した「アレルギー代替食」

食物アレルギーがある子どもも給食を楽しめるように、栄養士が献立を考えています。



食スタート!



4月から、市立中学校で全員給食がスタート。
おいしく、楽しく、栄養バランスの整った給食を
とおして、生徒の健康と成長を支えます。

みんなの思いで、もっとおいしく



生徒とともにつくる献立



横浜市では「生徒とともにつくる」をテーマに、生徒が献立づくりに参加する取組を進めています。
給食を通して、食の楽しさや健康の大切さを学び、これからの健康につながる健やかな体を育てます。

生徒の投票で献立が決まる! 給食選挙

生徒が投票で給食のメニューを決める「給食選挙」。
自分で選んだメニューが出る楽しみを感じながら、食べ物についての知識を身につけることができます。



生徒の苦手な食材を
食べやすいカレーにして、
食材に触れ合うきっかけに!



「横浜らしさ」あふれる、横浜の名店シェフとつくる給食

横浜の有名なお店のシェフが、生徒と話し合い新しいメニューを作りました。2026年度から新しく和洋中の汁物が登場します。



▲横浜から全国に広まった西洋野菜「横浜開港菜」を使った「横浜らしいメニュー」について、名店シェフが解説。



▲生徒とシェフと一緒に給食を試食し、生徒の意見を取り入れながら献立を開発。



三絲湯 (サンスータン) X

重慶飯店



和魂洋菜 カレー南蛮はるさめ X

日本料理 梅林



横浜開港菜の クラムチャウダー X

シエ・フルール 横濱



よこはまりオン 姉妹都市スープ X

ビストロ酒場 Marine Club

1万人のアイデアが集結! 中学校給食メニューコンクール

今年は今まででいちばん多い1万人以上の生徒が参加しました。10点の優秀賞、2点の特別賞、580点の入賞作品が決定しました。

生徒が自分で課題を決めて、食文化や栄養について学びました。勉強や部活をがんばるためのアイデアが入った「中学生らしい献立」がたくさんできました。



▲表彰式の様子



▲生徒の応募作品

実際の給食

受賞作の『ファイティン給食』は、「午後の部活まで頑張りたい」という生徒の思いが込められています。見た目や味を再現し、栄養バランスにも気をつけました。

新しい給食の情報は、ウェブページを見てください!



かわいいことは
こちら



2人に1人はがんになる時代

生涯のうち2人に1人がかかると言われている「がん」は、年齢に関係なく誰にでも起こる病気です。早く見つけて治療や相談をすることで、自分や家族、大切な人を守りましょう。

まずは早期発見

定期的ながん検診を 受けましょう

初期のがんは自分で気づかないことが多く、そのまま病気が進んでしまうことがあります。「自分は大丈夫」と思わずに検診を受けましょう。横浜市では、職場で検診を受けられない人など、がん検診の機会がない人が受診できるようにしています。

これから、無料で検診や検査が受けられる機会を増やし、早く見つけて・早く治療ができるようにしていきます。



検診が受けられる医療機関はこちら

横浜市のがん検診の種類

肺
40歳以上
エックス線検査

胃
50歳以上
内視鏡または
エックス線検査

前立腺
50歳以上
血液検査



乳
40歳以上
マンモグラフィまたは
マンモグラフィ+視触診

大腸
40歳以上
便潜血検査

子宮頸部
30~60歳
HPV検査
20~29歳・61歳以上
細胞診検査

横浜市けんしん
専用ダイヤル

TEL 045-664-2606

(月よう~土よう8:30~17:15(日よう祝日・休日はお休み))
FAX 045-664-3851

がんのことをなんでも相談!

生成AIが答える

がん相談サービス「よこはまランタン」

全国自治体初

※「ランタン」は一般財団法人在宅がん療養財団が開発・運営しているサービスです。

ここがポイント!

名前を出さず、無料で使えます

医師などが確認した信頼できる情報を届けます

24時間365日いつでも使えます

横浜市の制度や支援の情報がすぐに見つかります

利用
する
ほうほう
方法

1 二次元コードから
アクセス



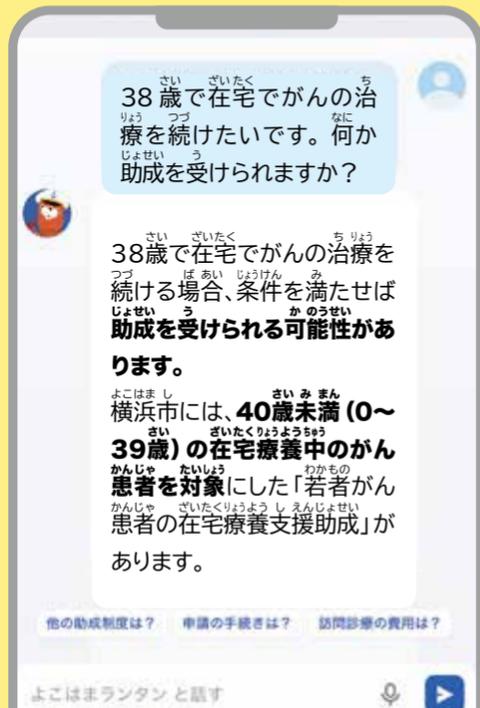
2 相談したい
内容を入力



3 AIが答える



4 必要なときは再度
質問もできます



専門相談員が答える

がん相談支援センター

市内14か所

がんの治療やそのあとの生活についての心配事など、看護師やソーシャルワーカーなどの専門相談員が話を聞きます。他の病院に通院している人や家族も利用できます。



小児がんと 向き合う子どもたちの “新しい居場所”づくり

小児がんは、15歳までにかかるいろいろな「がん」のことです。横浜市では、長いあいだ入院して友達と会うことが少ない子どもたちが、おたがいに交流できる場所として、仮想空間(メタバース)を使っています。



氷の上の熱い戦いが、再び横浜にやってくる!

「日本カーリング選手権大会 横浜2026」市民向けのチケットを販売します

日本トップレベルのカーリング大会が、今年も横浜で開催されます。
日本一のカーリングチームを決める戦いを、会場で観ませんか。

【大会日程】6月7日(日)～14日(日) (全部で8日間)

【大会会場】横浜BUNTAI (中区不老町2-7-1)

【もうしこめる人】横浜市に住んでいる人、市内に職場や学校がある人

【定員】日ごとに200人

【もうしこみ期間】2月21日(土)～3月1日(日) ※もうしこみが多い場合は抽選となります。

前回大会の様子



▲フォルティウス(女子優勝)



▲SC軽井沢クラブ(男子優勝)



くわしいことはこちら

きくとろ にぎわいスポーツ文化局スポーツ振興課 TEL 045-671-4566 FAX 045-664-0669



海、港、緑、歴史、地域、人々など、さまざまな魅力を持つ横浜。このまちの彩りを「よこはま彩発見」として届けていきます。
今回は、横浜銀行アイスアリーナ(神奈川県)からです。

ウェブ版では抽選で読者プレゼントがあります

1年中楽しめる! 70年の歴史がある横浜のスケートリンク

横浜銀行アイスアリーナ

もっとくわしい話はこちら



「横浜銀行アイスアリーナ」は、1年中楽しむことができるスケートリンクです。
1951年に「神奈川県アイスアリーナ」として誕生し、日本で一番長い歴史のある屋内スケートリンクとして、たくさんの人に親しまれてきました。昔の施設は建物が古くなり、2014年6月におよそ60年の歴史を終えました。2015年12月に新しい建物にして「横浜銀行アイスアリーナ」として生まれ変わりました。2025年で10年になりました。

2025年5月には、近くの小学校の子どもたちが「アイスアリーナ10周年プロジェクト」を立ち上げ、お祝いし、スケートリンクの歴史や魅力について発表しました。



▲横浜銀行アイスアリーナ 外観

また、花壇にパンジーやチューリップを植えて彩ってくれました。さらに、10周年の記念イベントを行い、たくさんの人が参加しました。

アリーナは、国際規格(60m×30m)の大きなリンクと、初心者も安心して使える小さなリンク(22m×6m)の2つのリンクがあります。初心者から経験者まで、どの世代の人も利用できます。また、近くの学校などの団体も利用していて、子どもたちがスケートを体験できる機会をつくっています。

あなたも、氷の上の楽しさを感じてみませんか。

よこはまぎんこう 横浜銀行アイスアリーナ

有料

【交通】JR線「東神奈川」駅・東急東横線「反町」駅、歩いて5分。京浜急行線「京急東神奈川」駅、歩いて7分。駐車場(有料)もあり。※イベントや点検などで、お休みや時間を変更することがあります。くわしいことはウェブページを見てください。



きくとろ よこはまぎんこう 横浜銀行アイスアリーナ TEL 045-411-8008 FAX 045-411-8010

子育て応援アプリ「パマトコ」で出産した後のことをサポート
出生手続きがスマホで完結!

子育て世帯の暮らしを応援するアプリ「パマトコ」がさらに便利になりました。手続きのオンライン化と、リマインド機能を追加した「**出生手続きトータルパッケージ**」で、子どもとの新しい暮らしをサポートします。



「出生手続きトータルパッケージ」で
ラクラク手続き



登録者数**11万人**を突破!



オンライン申請

子どもの年齢にあった手続きを分かりやすくまとめました



母子健康手帳機能

子どもの成長記録や予防接種の予定を管理できます



イベント検索

親子で楽しめるイベントや、地元の講座など、役に立つ情報がたくさんあります



施設検索

子どもを預ける場所や授乳できる場所を確認できます

1

出産する予定日を登録し、必要な手続きをやることリストに一括登録



2

予定日に合わせてリマインド



3

忘れずにオンラインで申請できる!



オンラインで申請できる手続き

- 出生届 ● マイナンバーカード
- 小児医療証 ● 児童手当 ● 出生連絡票
- 出生に伴う国民健康保険加入
- 出産被保険者の国民健康保険料の減額
- 国民健康保険加入者の出産育児一時金



かわいいことはこちら

※出生届は、横浜市内に本籍があることなど、条件があります。
 ※手続きによってはマイナンバーカードが必要です。必要な書類や対象者が手続きごとにちがいます。ほかにも申請が必要な手続きがある場合があります。

きくところ こども青少年局企画調整課 TEL 045-671-4281 FAX 045-663-8061

その行為、違反かも
4月から自転車の交通違反も反則金の対象に

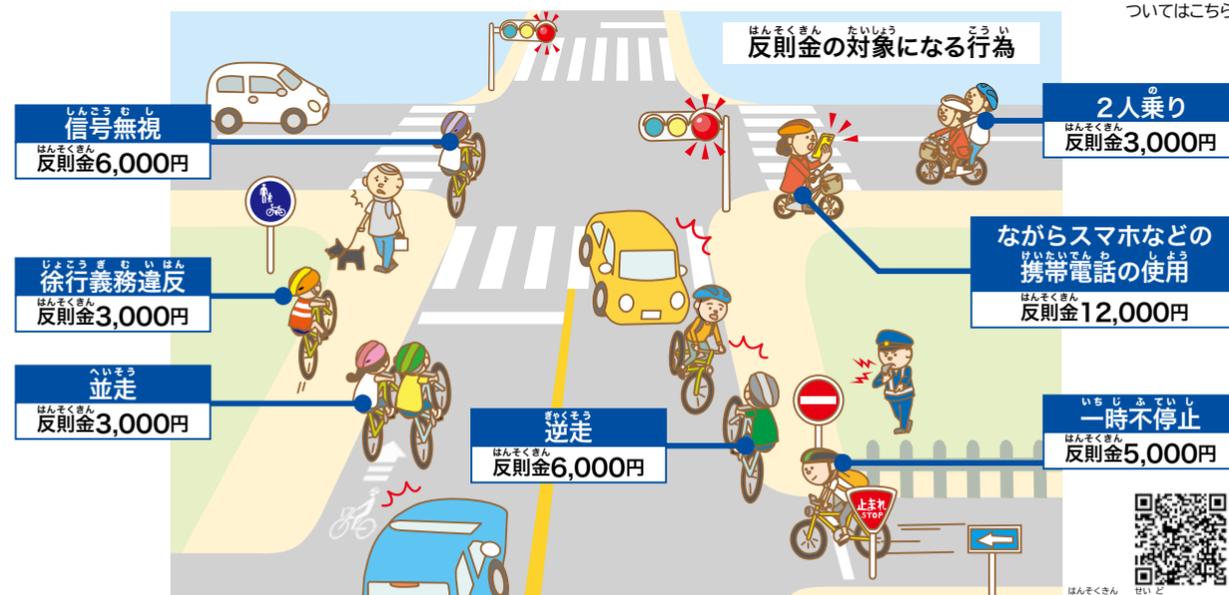
4月から、自転車で交通違反をすると「青切符」の制度が使われ、反則金を払うこととなります(16歳以上)。自転車も車と同じ「車両」です。交通ルールを守って、安全に走りましょう。

※反則金を払わない場合や飲酒運転などの違反は刑事事件となります。

※反則金 (ルールを守らなかったときに払うお金)



自転車のルールについてはこちら



きくところ 道路局道路政策推進課 TEL 045-671-2323 FAX 045-550-4892

反則金の制度についてはこちら (神奈川県警察ウェブページ)

SHARE ROAD
 自転車とクルマ 道路をシェアしよう
 自転車は道路の左側を走ろう!

自転車は道路の左側を走りましょう
 車を運転する人も、自転車との安全な距離をたもち、思いやりをもって運転しましょう。



ヘルメットをかぶりましょう

自転車の事故で亡くなる人の半分以上の原因は「頭のけが」です。命を守るためにヘルメットをかぶりましょう。



GREEN X EXPO 2027 YOKOHAMA JAPAN

スタッフユニフォームを みんなで作ろう!

公式マスコットキャラクター トゥンクトゥンク ©Expo 2027

横浜市では、GREEN×EXPO 2027に向けて、市民のみなさんや会社の人たちと一緒に、捨てずに活かす循環型社会<ものを捨てずにくり返し使う社会>をつくることに挑戦しています。

その第一歩は、“衣類”からです。衣類を大切に使い、めぐらせることが、持続可能<これからにつながる>な都市への大きな一歩です。

あなたの衣類から、未来を変えませんか？

不要な衣類を回収中!

着ない服をリサイクルできてよかった

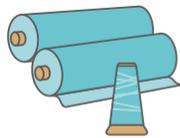
どんなユニフォームになるか楽しみ!



あなたの服が ユニフォームにか 変わります



回収ボックスに服を入れる



糸・生地にする



ユニフォームの完成

捨てる衣類をへらす

おんしつこうか 温室効果ガスをへらす

みちか こうどう みらい か 身近な行動で未来を変える

回収できるもの

ポリエステル100%または綿100%の要らなくなった衣類



回収できないもの



ぬれた服、汚れた服、破れた服



わたが入った服、ファンが付いている作業服

回収する場所

拡大しています

- 市役所、18区の区庁舎、市立図書館
- あいおいニッセイ同和損害保険(株)横浜支店
にほんせいめいほけんそうごかいしゃ よこはまたししゃ
日本生命保険相互会社 横浜北支社
- AOKI(一部のお店)
むじりりょうひん いちぶ みせ
無印良品(一部のお店) など
- 横浜国立大学

オリジナル回収ボックスが 目印



設置場所の 詳しいことはこちら



回収期間: 3月31日(火よう)まで(予定)