



# MINAMI

みなみ

1

No.339

南区の情報を発信中！

横浜市LINE  
公式アカウント南区役所  
公式X

## 新年お年玉プレゼント企画

特集のクイズとアンケートに答えて  
プレゼントに応募しよう！

クイズとアンケートは8・9ページへ→



### A フォレストアドベンチャー・ よこはま無料招待券

フォレストアドベンチャーは、自然の中につくられた旭区にあるアウトドアパークです。自分で安全器具を操作し、安全を確保して前へ進むことが最大の魅力で、大人も子どもも「真剣に楽しむ」ことができます。ここでしかできない体験です。

ウェブページ▶



ペア2組



### B トレイルアドベンチャー・ よこはま無料招待券

トレイルアドベンチャーは、森の中の自然の道をマウンテンバイクなどで駆け抜けるスポーツ型のアクティビティです。キックバイクでもご利用できます。

ウェブページ▶



ペア2組



### C 横浜エクセレンス Tシャツ(全選手サイン入り、1枚) + 試合招待ペアチケット

横浜エクセレンスは、横浜市をホームタウンとして活動しているプロバスケットボールクラブです。昨シーズン昇格を果たし、今季B2リーグを戦っています。ホームアリーナでは、大人も子どもも試合以外に楽しめるイベントが盛りだくさん！

チケット詳細 福井ブローウィンズ戦

日時:3月20日(金・祝)17時5分開始

会場:横浜BUNTAI



ペア3組



### D 横浜FC 応援グッズセット

横浜FCは、横浜市をホームタウンとするプロサッカークラブです。ホームスタジアム「ニッパツ三ツ沢球技場」はピッチと観客席の距離が近く、臨場感あふれる選手のプレーを見るることができます。応援グッズを身に着けてぜひスタジアムへ！



3人



### E 金沢動物園 無料招待券

ペア5組



世界の希少草食動物を中心に飼育している金沢動物園。今年はコアラの飼育が始まって、40周年を迎えます。森の中にある自然豊かな動物園をお楽しみください。



### F 横浜市交通局 みなとぶらりチケット

ペア5組

エリア内の市営バス・地下鉄・神奈中バスが乗り放題！約200の対象店舗で、割引やプレゼントなどの特典が利用できる横浜観光1日乗車券です。「あかいくつ」や「ベイサイドブルー」も乗車できます。



### G 横浜橋通商店街・横浜弘明寺商店街 ロゴ入りエコバッグ

5人

レジかご対応のエコバッグです。内側はアルミ蒸着仕様で、保冷・保温効果もばっちりです。このバッグを持って、商店街へお買い物へ行きましょう！



### H みなっち オリジナル マフラータオル

30人

みなっちがプリントされた、細長いタオルです。首に巻けるので、スポーツやおでかけのときに大活躍！

デザインは届いてからの  
お楽しみ！

## 新年あけましておめでとうございます。

昨年は、さまざまな場面で地域へお伺いし、区民の皆さまとお話しする機会をいただき、常に皆さまが笑顔で迎えてくださいました。また、11月には南区文化祭の開催が50回目を迎え、文化活動と地域交流の場として多くの皆さんにご参加いただくななど、改めて地域の“つながり”や“あったかさ”を実感した一年でした。

本年は、GREEN×EXPO 2027開催までいよいよ一年前の年になります。南区からも機運を高め、環境とみどりを守る取組をさらに推進してまいります。

子育て、防災、健康、福祉を柱に、誰もが安心して暮らせる「あったかい南区」を皆さんとともに築き、ずっと住み続けたいと思える南区を目指し、職員一同、全力で取り組んでまいります。

皆さんにとって良い一年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。



南区長 高澤 和義



南区役所

〒232-0024 浦舟町2-33

341-1212 (代表)

受付時間: 8時45分～17時 月～金曜日(休日・祝日・12月29日～1月3日を除く)

第2・4土曜日(9時～12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2025年12月1日現在)

区の人口 199,748人 世帯数 110,662世帯

(編集・発行) 南区役所広報相談係 341-1112 fax 341-1241 mn-kouhou@city.yokohama.lg.jp

●紙面中、電話番号に市外局番のない場合、市外局番は「045」です。

広報区版を  
スマホで読みます



## 防ごう！高齢者の救急事故

◀ 詳細は  
こちら

2024年中に救急車で搬送された人を年代別にみると、65歳以上の高齢者が58.5%を占めました。よくある事例を参考にして、自身や家族を守りましょう。

### 事例① 転倒

高齢者に多いのが転倒によるものです。原因として、「加齢や運動不足による身体機能の低下」「病気や薬の影響」「住環境の不備」などがあります。

#### 対策

- 部屋を整理整頓しましょう。
- 行動するときは、部屋などを明るくしましょう。
- 滑らないように手すりを設置したり、滑り止めのついたスリッパや靴下を履きましょう。
- 家中でも簡単にできる「ハマトレ」で、体を動かしましょう。



「ハマトレ」の詳細はこちら▶

### 事例② 窒息・誤飲

加齢によって飲み込む力・せきをする力が低下し、食事中には喉を詰まらせることができます。認知機能の低下により、薬の包装シートなど、食べ物以外のものを誤飲する事故も起きています。

#### 対策

- 食べ物は、食べやすいサイズにしましょう。餅など喉に詰まりやすいものは、小さめに切りましょう。
- ゆっくり、よく噛んで食べましょう。
- 薬の包装シートは、1錠ずつに切り離さないようにしましょう。



### 事例③ ヒートショック・溺れる

寒い時期の入浴は、温かい湯船と寒い脱衣所の温度差による血圧の大きな変動で、脳梗塞や心筋梗塞が起きやすくなります。浴槽内で溺れる事故も起きています。入浴中は一人でいるため、発見が遅れやすくなります。

#### 対策

- 入浴前に浴室と脱衣所を暖めて、温度差を減らしましょう。
- 入浴前に、同居人へ声をかけましょう。
- 長時間の入浴は避けましょう。



問 南消防署予防係 ☎ fax 253-0119



## 令和7年分確定申告について（横浜南税務署からのお知らせ）

### ◆確定申告は自宅からスマホで！

次のものがあれば、自宅からスマホで簡単にe-Taxによる確定申告ができます。ぜひ、この機会にご利用ください。



▲確定申告書等作成コーナー



▲パスワードを忘れた人

- マイナンバーカード
- 利用者証明用電子証明書のパスワード（数字4桁）および署名用電子証明書のパスワード（英数字6～16文字）
- スマートフォン
- ※専用アプリ「マイナポータル」のインストールが必要です。
- 源泉徴収票などの確定申告書作成時に必要な書類

### ◆税理士による無料申告相談

税理士に相談のうえ、確定申告書を作成・提出できます。事前申込みサイトでの申込みが必要です（当日の申込受付はありません）。

**【日時】**2月3日（火）～6日（金）、9時30分～16時

**【場所】**フォーラム南太田（南太田1-7-20）

※昨年と会場が異なりますのでご注意ください。

※公共交通機関をご利用ください。

**【対象者】**年金受給者または給与所得者

※事業所得または不動産所得がある人、土地・建物または株式などの売却による所得がある人、住宅ローン控除の適用が1年目の人、その他相談内容が複雑な人は除く

#### 【事前申込みサイト】



◀ LINE



◀ ウェブページ

事前申込みサイトについては、問コールセンター（平日10時～12時、13時～16時）☎ 050-1792-4600へ

問 横浜南税務署 ☎ 789-3731



### 連載

## 今月の「みなみやげ」

第6回

横浜市南区 みなみやげ

Q 検索

掲載内容は発行当時の情報です。

問 企画調整係 ☎ 341-1232 fax 341-1240



区民の皆さんを中心に教えていただいた、南区ゆかりのおいしいお土産「みなみやげ」を、各商品に寄せられたエピソードとともにご紹介していきます。地元で愛され親しまれている南区じまんの逸品をぜひチェックしてみてください！

※（）内は店舗名

### 焼きチキンカレーパン（あいわパン）

国産鶏むね肉とトマト、野菜をじっくり煮込んだカレールーを、トマトを練り込んだ生地で包み、自家製パン粉をまぶし、油で揚げずにココナッツオイルで焼き上げました。



1個 350円

### 寄せられたエピソード

- ほぐれたチキンが独特のスパイシーさで、ルーに汁気がほとんどなく、それがまたおいしいカレーパンです。友達が遊びに来るとお土産に持たせていますが、みんな「おいしい」と、とても喜んでくれます。
- スパイシスが効いていますが、子どもも食べられるおいしいカレーパン！「お土産に買ってきて」と、家族によく頼まれます。

住所 大岡2-2-17（弘明寺商店街） 営業時間 9時30分～18時30分

定休日 日曜日、年末年始 電話番号 334-8061

アクセス 市営地下鉄ブルーライン弘明寺駅 徒歩2分

公式Instagram  
アカウント▶

### 焼き鳥（鳥忠）

創業以来受け継ぐ秘伝のタレでおいしく仕上げています。鶏肉専門店ならではの新鮮なお肉を使った当店自慢の一本です。



1本 123円から

### 寄せられたエピソード

- お風呂上がりにここの焼き鳥とお酒をいただくのが最高です。子どもにお土産として持って帰ると、大喜びしてくれます。
- タレが絶品！もも・つくね・かわなど、王道の焼き鳥が食べたくなったらここが間違いないです。

住所 通町4-111（小売、弘明寺商店街） 営業時間 10時～19時30分

定休日 水曜日（不定休あり） 電話番号 741-3660

アクセス 市営地下鉄ブルーライン

弘明寺駅 徒歩1分

公式  
ウェブページ▶



連載



## 元気いっぱい レシピ

## vol.49 マシュマロフレーク

問 井土ヶ谷保育園(育児支援センター園) ☎ 715-0198(育児支援専用ダイヤル) fax 715-0184



区内の市立保育園(井土ヶ谷保育園)のおすすめのレシピをご紹介します。

## おすすめポイント

- 少ない材料で、簡単においしいおやつが作れます。
- コーンフレークを使っているので栄養バランスがよく、牛乳と組み合わせることで、たんぱく質やカルシウムなどがさらに補給できます。

## 材料(幼児4人分)

|         |     |
|---------|-----|
| マーガリン   | 6g  |
| マシュマロ   | 18g |
| コーンフレーク | 36g |

## 作り方

- ①コーンフレークを細かく碎く。
- ②マーガリンをフライパンに入れて中火にかけて溶かす。
- ③②にマシュマロを入れて絡め、軽く押しつぶすように広げる。
- ④弱火で完全に煮溶かし、コーンフレークを入れ、手早く混ぜ合わせる。
- ⑤ワッキングシートを敷いたバットに④を広げ、ワッキングシートをかけて上から軽く押し、1.5cmくらいの厚みになります。
- ⑥少し温かいうちに切り分ける。

※温かいうちに、丸めたり棒状にして固めてからカットしてもよい。

## [幼児1人分]

エネルギー：63kcal  
炭水化物：11.2g  
たんぱく質：0.9g

## 子どもの食に関するちょこっとQ&amp;A

Q. 子どもが食べ物を丸飲みしてしまいがちです。どうしたらよく噛むようになりますか?

A. よく噛む習慣を育てるには、「噛む」楽しさを感じられる食材を取り入れるのが効果的です。例えばマシュマロフレークは、サクサクとした食感があり、自然と咀嚼を促します。噛むことで味わいが広がり、満足感も得られます。おやつの時間を通して、楽しく噛む経験を重ねていきましょう。

連載

## Kirari 地域で輝く活動レポート

第3回

地域を元気にするために活動している団体をご紹介します。  
あなたも身近な地域で行われている活動に参加してみませんか?睦町公園映画会実行委員会  
「睦町公園映画会」

かつて地域で行われていた野外映画会を復活させ、子どもも大人も楽しめる映画会を年1回開催し、地域のつながりを取り戻すきっかけをつくっています。地域団体・ボランティア団体・関係機関など、多様な団体が協力して運営することで、団体同士のつながりも深まり、地域活動の広がりにもつながっています(今年は11月8日に開催)。

四方田 委員長



公園のバックネットにスクリーンを取り付け、野外で映画を上映、子どもたちに貴重な体験を提供しています。

地域で活動を始めてみたい人、活動のヒントを得たい人、南区地域活動発表会・交流会に参加してみませんか? 詳しくは10ページへ

問 地域力推進担当 ☎ 341-1239 fax 341-1240

上映前には縁日を開催し、輪投げやくじ引きなどの遊びを通じて、世代を超えた交流が生まれました。



睦町公園に隣接する更生施設民衆館では「昭和世代の映画会」を開催し、大人も楽しみました。



連載

南図書館  
だより

## 来ぶらり

## 今月のおすすめ本

テーマ 日本の食文化

問 南図書館 ☎ 715-7200 fax 715-7271

## 一般書 『教養としての和食 食文化の歴史から現代の郷土料理まで』

著者 江原 純子 / 監修

発行 山川出版社

書誌番号 1124005445

「和食」について、その特徴や各地の郷土料理、行事食などを絵図とともに見ることができます。特に江戸時代の食文化の発展については、そばや握り寿司などの外食文化、料理書のベストセラーと幅広く紹介。日本の食について、あらためて知ることができる一冊です。



## 児童書 『知ると楽しい! すしのすべて 日本の伝統食のおいしさのひみつを大研究』

著者 「すしのすべて」編集部 / 著

発行 メイツ出版

書誌番号 1125012294

にぎりずし、いなりずし、恵方巻など、すしは日本を代表する食べ物です。いったいいつから日本で食べられるようになったのでしょうか。この本には、すしの歴史や、日本各地の郷土ずしなど、すしのひみつがたくさん。食べるものが楽しみになりそうですね。



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。

## 特集

全問正解で  
あなたも  
南区博士！

# 新年お年玉プレゼント企画 みなみく 検定 クイズ

## 問題1

南区の中心を流れる「大岡川」の流れが片仮名の「ミナミ」で表現されている、南区のシンボルマークはどれ？



## 問題2

浦舟町へ移転し新庁舎になってから今年で10年を迎える南区総合庁舎。かつて、この地には何が建っていた？

- ① フォーラム南太田
- ② 三吉小学校
- ③ 浦舟コミュニティハウス
- ④ スーパーマーケット



## 問題3

昭和40年代の区内のとある商店街の写真。ここはどこ？

- ① 横浜橋通
- ② 伊勢佐木町
- ③ ドンドン
- ④ 横浜弘明寺



新年あけましておめでとうございます。

今年のお年玉クイズは、南区にちなんだ4択問題です。南区のことをよく知っている人もそうでない人も、さらに南区をよく知ることができる機会になるかもしれません！ クイズ(問題6)とアンケートをすべて答えていただいた人に、抽選で賞品をプレゼントします。ぜひチャレンジして、ご応募ください。

## 問題4

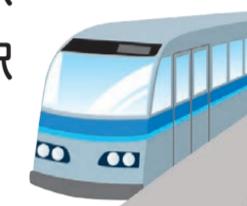
中区と南区にまたがる地域を埋め立てて、1667年に完成した、横浜発展の基礎を築いた開発地の名前はどれ？

- ① 吉田新田
- ② 太田新田
- ③ 中村新田
- ④ 大岡新田



所在地が、南区では“ない”市営地下鉄ブルーラインの駅はどれ？

- ① 阪東橋駅
- ② 吉野町駅
- ③ 弘明寺駅
- ④ 蒲田駅



## 問題6

区制60周年を記念して誕生した、桜がモチーフの南区のマスコットキャラクターはどれ？



プレゼントは  
5ページを見てね！

## 問題7

中村川に架かる震災復興橋梁で、横浜市認定歴史的建造物に認定されている橋は？

- ① 吉野橋
- ② 道場橋
- ③ 畦橋
- ④ 中村橋

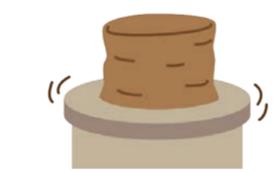
かながわの橋  
100選にも  
選ばれて  
いるよ！



## 問題8

昔、南区に窯があり、明治時代に横浜から海を渡り、世界を魅了した“幻のやきもの”と言われる、横浜で始まった焼き物は？

- ① 横浜焼
- ② 九谷焼
- ③ 今戸焼
- ④ 真葛焼



## 広報よこはま南区版・読者アンケート

広報よこはま南区版の紙面をよりよくするため、皆さまのご意見をお寄せください。

## 1. 南区版の内容や全体の満足度

- ①満足している ②ふつう ③満足していない

## 2. 南区版の読みやすさ

(字の大きさや色使い、デザインなど)

- ①読みやすい ②ふつう ③読みにくい

## 3. よく読む記事は何处ですか

- ①トピックス(5~7ページ) ②特集(8~9ページ)  
③区役所からのお知らせ(10ページ)  
④施設からのお知らせ(10~12ページ)  
⑤全ページ読む

## 4. 今、興味のある内容(複数回答可)

- ①防災 ②まちづくり ③環境・ごみ  
④区の魅力・みどころ ⑤グルメ・買い物  
⑥福祉・介護 ⑦健康・医療 ⑧子育て・教育  
⑨自治会町内会・地域活動  
⑩区役所手続・支援情報 ⑪交通安全・防犯  
⑫ペット・動物 ⑬その他

## 5. 感想・ご意見・読んでみたい記事など

|                      |    |       |
|----------------------|----|-------|
| お年玉クイズの答え 問題6        |    |       |
| アンケートの答え             |    |       |
| 1.                   | 2. | 3.    |
| 4.                   |    |       |
| 5. 感想・ご意見・読んでみたい記事など |    |       |
| 住所                   |    | 希望の賞品 |
| 氏名                   |    | 年代    |
| 歳代                   |    |       |

↑この用紙に記入し、はがきに貼って応募することもできます。

申込1月31日(消印有効)までに、希望の賞品(A~H、5ページに掲載)、クイズの答え、アンケートの答え、郵便番号、住所、氏名、年代を記入し(キリトリの貼付も可)、郵送、FAXまたは申込みフォームからご応募ください。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。発送は2月中を予定しています。収集した個人情報は、賞品の発送とアンケート集計以外には使用しません。

〒232-0024 浦舟町2-33 南区役所広報相談係 ☎341-1112 ☎341-1241

▽ 探してみてね！  
クイズのヒントが  
南区役所公式Xにもあるよ！

南区役所公式Xでは、区役所からのお知らせやイベント情報、大雨や地震時には避難所開設情報などをいち早くお届けします。ぜひ、フォローしてください！

●南区役所 公式Xアカウント  
@y\_minami\_saigai



こちらからアクセス▶

申込み  
フォームは  
こちら



# みなみ 掲示板

- 申込みの必要事項は、(行事名・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用が無記載の場合は無料
- 区役所への郵送は「〒232-0024 浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- 原則として、今月11日以降のお知らせを掲載

 フォト通信  
~南の風はあったかい~  
区内のイベントなどの様子をご覧になれます。



## お知らせ

### ▶ チェロと朗読でつづる『銀河鉄道の夜』

平面プラネタリウムによる星空解説とチェロの生演奏、朗読が織りなす幻想的な空間で、宮沢賢治の名作をお楽しみください。

出演:長谷部一郎さん(チェロ)、伊原農さん(朗読)、岩上洋子さん(星空解説)

●2月11日(水・祝)14時～15時20分  
(開場:13時30分) ●区役所1階 ●50人(抽選) ※区内在住・在勤・在学者優先※保育マットで聴くスペースあり

申問 1月26日までに

申込みフォームで  
区民活動推進係へ

☎ 341-1238

fax 341-1240



▲詳細はこちら

### ▶ 親子でそなえる!たのしい防災工作教室

「わくわくさん」でおなじみの久保田雅人さんによる、身近なものを使った防災工作教室です。

●2月15日(日)、11時～12時、13時30分～14時30分 ●区役所1階 ●区内在住・在園・在学の幼児～小学生と保護者、各30組(抽選) ※1組2人

申問 1月30日までに申込みフォームで防災担当へ ※抽選結果は、2月6日までにEメールで通知

☎ 341-1225

fax 241-1151



▲申込みフォーム

### ▶ 南区地域活動発表会・交流会参加者募集!

地域で活動をしている団体が、日頃の取組や活動成果を発表します。発表団体との交流会も行います。地域活動に興味がある人、活動のヒントを得たい人、ぜひお越しください。

●発表予定団体:寿東部地区社会福祉協議会、亀楽会、横浜みんなdeボッチャ、SDGs書道展実行委員会  
●2月15日(日)13時30分～16時  
●区役所7階 ●40人(抽選)

申問 1月16日(必着)までに申込みフォームまたは郵送(行事名・参加者全員分の氏名・Eメールアドレスまたは電話番号・所属団体(ある場合)を記入)で地域力推進担当へ ※抽選に外れた場合のみ、1月20日までに通知

☎ 341-1239

fax 341-1240

地域活動発表会 検索 ▲申込みフォーム



▲申込みフォーム

### ▶ みなみフレイル予防健診(介護予防健診)

フレイルチェックシートと体力測定に加え、物忘れ測定を行います。結果に応じ、フレイル予防(介護予防)についてお伝えします。

●2月18日(水)、10時～11時、14時～15時 ●区役所1階 ●区民、各35人(先着順)

申問 1月13日から電話で高齢者支援担当へ

☎ 341-1140 fax 341-1144

### ▶ 令和8年度 区役所ギャラリー 利用団体募集

区役所のギャラリーで作品展示をしませんか。4月～2027年3月の展示予約(1週間単位)を開始します。  
●区内を拠点に、公益的な文化活動をしている、かつ新たなメンバーの受け入れが可能な団体※詳細はウェブページをご覧ください。

申問 1月30日(必着)までに申込書(ウェブページまたは区民活動推進係(6階61番)で配付)をEメール、郵送または直接、区民活動推進係へ※結果は2月中旬に通知

☎ 341-1238 fax 341-1240

✉ mn-bunka@city.yokohama.lg.jp

南区ギャラリー 検索



▲ウェブページ

### ▶ 若者(おおむね15～39歳)のための専門相談

不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの相談をよこはま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

●1月16日(金)、2月6日(金)、13時30分～14時20分、14時30分～15時20分、15時30分～16時20分 ●区役所2階 ●おおむね15歳～39歳の区民、各時間1組(先着順) ※家族・支援者・地域の人の相談も可

申問 事前に電話、FAXまたはEメールでよこはま東部ユースプラザへ(空きがある場合は当日受付可)

☎ 642-7001 fax 642-7003

✉ ypt@sodateage.net

### ▶ ひきこもり経験者に聞く～ひきこもり等の若者支援セミナー・相談会

不登校やひきこもりを経験し、よこはま東部ユースプラザを利用した若者が、スタッフとの対談で生の声をお届けします。終了後、個別相談(1組15分程度)もあります。

●1月24日(土)14時～16時30分(開場:13時30分) ●浦舟コミュニティハウス ●市民、【①セミナー】20人(先着順) 【②個別相談】4人(先着順)

申問 ①当日直接会場へ ②1月13日から電話、FAXまたはEメールでよこはま東部ユースプラザへ

☎ 642-7001 fax 642-7003

✉ ypt@sodateage.net

### ▶ スポーツ・健康づくり

#### ▶ みなっちスポーツフェスタ

子どもから高齢者まで参加できる種目や走り方教室など。参加賞あり

●2月11日(水・祝)9時～15時 ●南スポーツセンター・大岡はらっぱ ●【走り方教室】区内在住の小学3～6年生、60人(先着順)

申問 走り方教室のみ1月13日からEメールで南区スポーツ協会・中村へ。そのほかは当日直接会場へ

☎ 716-5752

fax 716-5753

✉ info.festa3739@gmail.com



▲Eメールの送信はこちら

### ▶ リズム&ストレッチ教室

ストレッチとリズムダンスをみんなで楽しめませんか?初心者も歓迎!

●1月17日(土)13時～15時 ●南

スポーツセンター ●区内在住・在勤・在学者

●500円(会員は無料) ●室内履き

申当日直接会場へ

問 南区体操協会・加藤

☎ 741-4045

### ▶ レツツファジーテニス

スポンジのボールを使用したテニスです。

●2月1日(日)11時～12時45分

●永田地区センター ●室内履き

申当日直接会場へ

問 南区さわやかスポーツ普及委員会

☎ 640-0014 fax 640-0024

## 子育て情報コーナー



横浜市  
子育て応援アプリ  
**パマトコ**  
YOKOHAMA



### 子どもの健康相談・教室

予約制。会場はいずれも区役所4階

#### ■子どもの食生活相談

●1月22日(木)午後、2月2日(月)午前

※電話・FAXでお申し込みください。

#### ■離乳食教室(おおむね4～9か月児の養育者)

●1月28日(水)14時～15時

●24人(先着順)

※申込みフォームからお申し込みください。

申問 健康づくり係 ☎ 341-1185 fax 341-1189

離乳食教室  
申込みフォーム



#### ■乳幼児・妊産婦歯科相談(0歳～未就学児)

●1月14日(水)13時30分～15時10分、

2月9日(月)9時～10時40分

※申込みフォームからお申し込みください。

問こども家庭係 ☎ 341-1148 fax 341-1145

乳幼児・妊産婦歯科相談  
申込みフォーム



### 地域子育て支援拠点 はぐはぐの樹

〒232-0067  
弘明寺町158 カルムI 2階  
☎ 715-3728  
休日・月・祝休日、  
1月1日(木)～3日(土)・13日(火)



#### ▶ 双子・三つ子の会

双子・三つ子の保護者同士で、あるある話や情報交換をしましょう。

●1月31日(土)10時30分～11時30分 ●乳幼児の双子・三つ子の保護者・多胎児妊娠中の人と家族

申当日直接施設へ

#### ▶ 0歳児はじめましての会

はぐはぐの樹の利用初心者同士で気軽にお話ししましょう。

●2月20日(金)・25日(水)、13時30分～14時30分 ※いずれか1回のみ参加可 ●0歳児の保護者で施設利用初心者、8組(先着順)

申2月4日から電話で施設へ

#### ▶ ダウン症児そだての会

日常生活や療育・進路についてアドバイザーと話します。見守り保育あり。両親での参加も歓迎です。

●2月28日(土)10時15分～11時30分 ●ダウン症児を育てている人、妊娠中の人家族の参加も可)、4人(先着順)

申2月7日から電話または直接施設へ



### 検診、健康相談・教室(予約制)

#### ■乳がん検診(有料／2年度に1回)

…2月24日(火)午前 40歳以上の女性、40人(先着順)

●区役所4階

●予約受付:1月23日～2月6日、平日13時～16時

申問(公財)神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363

#### ■生活習慣改善相談／禁煙相談

…1月21日(水)午前、2月4日(水)午前

●40歳以上の女性、40人(先着順)

●区役所4階

●予約受付:1月23日～2月6日、平日13時～16時

●2月2日(月)午前

●40歳以上の女性、40人(先着順)

●区役所4階

●予約受付:1月23日～2月6日、平日13時～16時

●2

## 施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください。

### 南地区センター

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎741-8812 Ⓛ741-8813  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

#### ▶その食品、食べられるのに捨てていませんか

食品ロスの削減と食品ごみの有効利用を一緒に考えます。

●2月6日(金)10時～12時 ●成人、20人(先着順) ●筆記用具

申1月11日9時30分から直接または14時から電話で施設へ

#### ▶キャッシュレス決済のことが知りたい

今さら聞けないキャッシュレス決済について学びます。

●2月10日(火)10時30分～12時

●成人、20人(先着順) ●筆記用具

申1月11日9時から直接または14時から電話で施設へ

### 中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270  
☎251-0130 Ⓛ251-0133  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

#### ▶バレンタインお菓子教室

クーベルチュールチョコレートと国産材料で焼き菓子とようかんを作ります。

●2月8日(日)10時～12時 ●小学生以上、12人(先着順) ※小学生は保護者同伴 ●2,000円

申1月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

#### ▶老舗麹屋さんの手づくり味噌教室(京白味噌)

こうじ屋さんがおすすめする高級京白みそを作りましょう。

●2月10日(火)、11時～12時30分、13時30分～15時 ●各16人(先着順)

●各2,500円(1kg) ※希望者は要別途容器代

申1月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

#### ▶老舗麹屋さんの手づくり味噌教室(米味噌)

高級国産大豆とこうじのうまみたっぷりの米みそを作りましょう。

●2月21日(土)、11時～12時30分、13時30分～15時 ●各16人(先着順)

●各3,000円(2kg) ※希望者は要別途容器代

申1月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

### 大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1  
☎743-2411 Ⓛ743-6290  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

#### ▶フレッシュミモザとユーカリのリース作り

ユーカリに黄色のミモザがチャーミングに映えるリースです。

●2月28日(土)10時～11時30分

●成人、20人(先着順) ●3,800円

申1月31日9時から直接または10時から電話で施設へ

#### ▶米粉で作るバレンタインスイーツ

バナナチョコパウンドケーキとピンクマカロンを作ります。

●2月8日(日)10時～13時 ●中学生以上、12人(先着順) ●1,300円

申1月18日9時から直接または10時から電話で施設へ

#### ▶おやこ de ヨガ

親子のコミュニケーションを深め、心も体もリラックスします。

●2月9日・23日、3月9日・23日(すべて月曜日) ※2月23日は祝日、13時30分～14時30分(全4回) ●生後2か月～ハイハイ期(1歳くらいまで)の乳幼児と保護者、10組(先着順)

●2,000円

申1月12日9時から直接または10時から電話で施設へ

### 永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1  
☎714-9751 Ⓛ714-9752  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

#### ▶横浜橋通商店街「福美」協力キムチ作り体験

キムチの解説とキムチを使った料理の紹介・試食もあります。

●2月11日(水・祝)10時30分～12時

●成人、16人(先着順) ●1,200円

申1月11日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

#### ▶コグニサイズ～脳トレと健康体操～

運動で体の健康を促し、脳の活動を活性化して認知症を予防しましょう。

●2月17日、3月3日・17日(すべて火曜日)、10時～11時(全3回) ●成人、20人(先着順) ●1,200円

申1月12日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

#### ▶節分豆まき

邪気をはらい、無病息災を願って、豆まきをしましょう。

●2月3日(火)15時から ※豆がなくなり次第終了

申当日直接施設へ

### 六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1  
☎721-8801 Ⓛ721-8812  
休1月1日(木)～3日(土)、第3月曜日

#### ▶デジタル相談室

スマホ・パソコン・タブレットに関する悩みを相談できます。

●2月13日(金)13時30分～15時30分

●スマホやパソコンを持参できる人、5人(先着順) ●500円

申1月23日から費用を添えて直接施設へ

#### ▶親子であそぼう！「おはなしの会」

わらべうたや絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●1月21日(水)10時30分～11時30分

●未就学児と保護者、5組(先着順)

申当日直接施設へ

#### ▶パソコン相談

操作方法などを個別に教えます。

●1月19日(月)13時～14時30分

●成人、4人(先着順) ※高齢者優先

●700円 ●Windows11以上のノートパソコン持参

申随時。相談内容は事前に連絡ください。

#### ▶おはなしの会

絵本や紙芝居の読み聞かせ、工作、パネルシアターなど

●1月10日(土)14時～14時30分

●永田台小学校市民図書室 ●小学生以下、20人(先着順) ※未就学児は保護者同伴

申当日直接会場へ

### 蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 宿町3-57-1  
☎711-3377 Ⓛ711-2662  
休1月1日(木)～3日(土)、第3月曜日

#### ▶認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守るサポーターになりませんか。

●2月24日(火)10時～12時 ●25人(先着順)

申1月16日10時から直接施設へ

#### ▶さくらんぼひろば

絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊びます。

●1月22日(木)10時～11時30分

●未就学児と保護者、10組(先着順)

申当日直接施設へ

#### ▶あかいくつ

お友達づくりやイベントなど、親子が交流する場です。

●2月3日(火)10時～11時30分

●0歳～未就園児と保護者 ●100円

申当日直接施設へ

### 別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1  
☎721-8050  
休1月1日(木)～3日(土)、第3月曜日

#### ▶包丁の研ぎ方

砥石を使い、研ぎ方のポイントを教えます。

●2月22日(日)10時～12時 ●成人、12人(先着順) ●600円

申1月13日9時30分から直接または11時から電話で施設へ

#### ▶いきいきキッズ

パネルシアターを使ったお話や歌、手遊びなど

●1月14日(水)10時～11時30分

●未就学児と保護者、7組(先着順)

申当日直接施設へ

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。

**睦コミュニティハウス**

〒232-0041 睦町1-25  
☎741-9436 ☎731-4853  
休1月1日(木)～3日(土)、第3月曜日

**▶むつみ おはなしの風スペシャル**

音楽と歌とお話を楽しみましょう。

●1月28日(水)10時30分～11時30分

●未就学児と保護者、10組(先着順)

申当日直接施設へ

**▶認知症サポーター養成講座**

認知症を正しく理解し、温かい目で見守るサポーターになりましょう。

●1月27日(火)10時～12時 ●20人(先着順)

申1月13日から電話または直接施設へ

**▶フレイル予防講座「口腔ケア」**

口腔ケアの大切さと具体的な方法を学びます。

●2月28日(土)10時～11時30分

●成人、20人(先着順)

申1月26日から電話または直接施設へ

**南寿荘**

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎741-8812 ☎741-8813  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

**▶ゲームスポーツ体験講座**

ゲーム機を使って、リズムに合わせて太鼓を叩きます。

●2月20日(金)9時30分～11時30分

●60歳以上の市民、20人(先着順)

申1月11日9時から直接または14時から電話で施設へ

**清水ヶ丘公園体育館**

〒232-0007 清水ヶ丘87-2  
☎243-4447 ☎243-4497  
休1月1日(木)～3日(土)、第1月曜日

**▶子ども体操教室**

●①2月3日・10日・17日・24日(すべて火曜日、全4回) ②2月5日・12日・19日・26日(すべて木曜日、全4回) ●①[3歳～年長]15時～15時50分、【小学生】15時55分～16時45分、16時50分～17時40分 ②[3歳～年長]15時～15時50分、【小学生】15時55分～16時45分 ●各5人(先着順) ●各3,200円

申1月16日から清水ヶ丘公園体育館棟受付にて費用を添えて所定の用紙で申込み

**▶バドミントン教室**

●2月4日・18日・25日(すべて水曜日)、9時30分～11時30分、12時～14時(全3回) ●成人、各10人(先着順)

●各2,400円

申1月16日から清水ヶ丘公園体育館棟受付にて費用を添えて所定の用紙で申込み

**吉野町市民プラザ**

〒232-0014 吉野町5-26  
☎243-9261 ☎243-9263  
休1月1日(木)～3日(土)・5日(月)

**▶ステップアップ・ザ・ギター2026 参加者募集**

もっとギターを上手に弾きたい人、ぜひご参加ください！

●2月1日～3月15日の毎週日曜日

※2月15日を除く、10時～12時(全6回)※基本講座4回、特別講座2回)

●小学3年生以上のギター経験者、25人(先着順)※小学生は保護者同伴

●15,000円(学生13,500円)、【単発参加】基本講座:10,000円(学生9,000円)、特別講座:3,000円/回 ●アコースティックギター、筆記用具※レンタルギター500円/回

申1月11日からウェブページまたは直接施設へ

**▶吉野町音楽空間 Vol.9 開催！**

アマチュアバンドによるライブイベントです。オリジナル・コピー不問、ジャンル不問のステージです。

●2月23日(月・祝)14時～19時

●1,000円(自由席・再入場可)

申ウェブページまたは直接施設へ

**南区ボランティアセンター**

〒232-0024 浦舟町3-46 8階  
☎260-2531 ☎251-3264  
✉volu-cen@minami-shakyo.jp  
休1月1日(木)～3日(土)、日曜・祝日

**▶室内でできるお手伝いボランティア募集**

軽作業や清掃・整理など、コーディネーターと一緒に活動するので、初めてでも安心です。

●2月16日(月)・24日(火)・26日(木)、10時～11時 ●南区福祉保健活動拠点 ●各5人(先着順)※詳細はお問い合わせください。

申1月13日から電話またはEメールで施設へ

**南スポーツセンター**

〒232-0061 大岡1-14-1  
☎743-6341 ☎743-6519  
休1月1日(木)～4日(日)、第3月曜日

**▶わくわく健康体操 参加者募集**

リズム体操やストレッチなどの運動で、心と体を若々しく保ちましょう！

●1月26日、2月2日・9日(すべて月曜日)、11時15分～12時30分 ●16歳以上、各40人(先着順) ●各600円 ●動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物

申1月10時45分から直接施設へ

**みなみん(南公会堂)**

〒232-0024 浦舟町2-33 3・4階  
☎341-1261  
休1月1日(木)～3日(土)・13日(火)

**▶初笑い新春みなみん寄席**

出演:柳家三三、林家三平、桂枝太郎、鏡味味千代、桂れん児

●1月30日(金)14時から(開場:13時30分) ●2,000円※前売り券発売中

申当日券は12時30分から直接施設へ(100人、先着順)

**こども植物園**

〒232-0066 六ツ川3-122  
☎741-1015 ☎742-7604  
休1月1日(木)～3日(土)、第3月曜日

**▶冬の植物観察展**

冬の植物観察についての展示

●1月24日(土)～2月15日(日)、9時～16時30分

申当日直接施設へ

**▶楽・楽家庭菜園～春夏野菜**

●3月1日(日)13時30分～15時30分

●成人、20人(抽選) ●1,000円

申2月12日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必要事項を記入)または直接施設へ

**永田みなみ台公園****こどもログハウス**

〒232-0075 永田みなみ台4  
☎742-1169  
休1月1日(木)～3日(土)、第3火曜日

**▶おにおの面を作ろう！**

おにおの面に色を塗って完成させよう。おにの的当てで遊ぼう！

●1月31日(土)10時～12時 ●小学生以下、30人(先着順) ●未就学児は保護者同伴

申当日直接施設へ

**▶折り紙で遊ぼう**

「クローバー」を折ります。

●1月21日(水)15時～16時 ●小学生以下、10人(先着順) ●未就学児は保護者同伴

申当日直接施設へ

**▶おはなししおばあちゃんと遊びましょ**

おはなし会、読み聞かせ、手遊び、わらべ歌ほか

●2月5日(木)11時～11時30分

●未就学児と保護者、10組(先着順)

申当日直接施設へ

**南図書館**

〒232-0067 弘明寺町265-1  
☎715-7200 ☎715-7271  
休1月1日(木)～3日(土)・13日(火)  
※1月4日(日)は12時～17時開館

**▶読書感想画展**

区内の、コンクール参加小学校から出品された読書感想画と本の展示

●1月14日(水)～29日(木)

申当日直接施設へ

**▶南区おはなしボランティアおすすめ本展示会**

ボランティアが活動の中で手ごたえを感じた本の展示をします。

●1月29日(木)13時～2月10日(火)

申当日直接施設へ

**▶みんないっしょのおはなし会**

●1月20日(火)10時30分～11時

●0～3歳児と保護者、15組(先着順)

申当日直接施設へ

**GREEN×EXPO 2027 開幕400日前記念****花とみどりに親しむ！****親と子の****おはなし会とワークショップ**

●2月11日(水・祝)10時～12時

●南図書館 ●3歳～小学2年生と保護者、20組(先着順)

申1月11日から申込みフォームで

問企画調整係

☎341-1232 fax 341-1240



詳細は  
こちら



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。

**市税の納付は簡単・便利なキャッシュレス納付で！**

**対象市税 固定資産税、個人市民税・県民税(普通徴収)、  
軽自動車税(種別割)**

**スマホ決済****クレジット納付****ペイジーによる納付****口座振替による納付**

納付方法の  
詳細は  
こちら

※口座振替はウェブページから申込みができます。

※納付書によってはキャッシュレス納付が利用できません。

詳しくは、納付書裏面やウェブページで確認してください。

問収納担当 ☎341-1166 fax 341-1178