

# NAKA 11



広報よこはま なか区版 No.337 2025



2027年中区は100周年を迎えます

## Topics(1)



### 中区民利用施設 ジタルスタンプラリー

~新しい発見!まわってスマホで集めよう!~

開催期間 10月15日(水)から11月29日(土)まで

対応時間 開館日の10時~16時(一部施設は15時30分まで)

区内の25施設を4つのゾーンに分けて実施します

施設を知って  
利用しよう!詳しくは  
こちらから▶

#### 参加方法

よこはまウォーキング  
ポイントアプリをダウンロード

## Step.1



iPhone

## Step.2

対象施設で二次元  
コードを読み取り  
スタンプゲット!

## Step.3

1ゾーンすべてのスタン  
プを集めたら、景品交換  
施設でオリジナルボール  
ペンに交換!

## 抽選 会場:なか区民活動センター

25施設すべてのスタンプゲットで  
豪華景品が当たる抽選に参加でき  
ます!

#### 景品

1ゾーンで  
プレゼント!オリジナル  
ボールペン横浜市本牧市民プール  
Dayプールチケット(大人)

ペア5組

泉平  
手作り  
いなりあげ

10人

横浜マリンタワー  
展望フロア  
チケット招待券

ペア5組

横浜エクセレンス  
ペアチケット  
2026年1月24日・25日

各日ペア5組

美濃屋あられ製造本舗  
あられアソート

10人

※よこはまウォーキングポイントの抽選対象は18歳以上の横浜市在住・在勤・在学の人ですが、中区民利用施設デジタルスタンプラリーは  
年齢による制限はありません。

▶

## Topics(2)

### 子どもの一時保育・預かりに利用できる! /

### はじめてのおあずかり券

### もう利用しましたか?

#### 配付対象

令和5年4月1日以降に生まれた子  
(以下、対象児童)がいる世帯  
有効期限内であればきょうだい児も  
利用可

#### 有効期限

対象児童が満2歳になった月の末日  
※令和5年10月までに生まれた子は有効期限  
が過ぎているためご利用いただけません(令  
和7年11月1日現在)

#### 配付時間数

対象児童1人につき24時間分の  
電子クーポンを配付  
※30分単位で利用可能

詳しくはこちら▶



#### ~利用の流れ~

一時預かり・病児保育  
WEB予約システムで  
アカウントを作成

利用希望施設で事前面談

電子クーポン発行

予約システムで利用予約

当日施設へ登園・クーポン提示

#### 対象事業

- ①乳幼児一時預かり
- ②認可保育所等の一時保育
- ③いざという時の一時預かり
- ④横浜保育室(※中区は該当施設なし)

※認可保育所等に在籍している場合、①のみ利用可  
※市庁舎内における土日祝日預かりモデル事業は対象外

#### 区内の乳幼児一時預かり実施施設(全2施設)

認可保育所等に在籍し  
ていても利用できます!

##### ■キッズパートナー横浜市役所一時保育室

所在地 本町6-50-10 | 問合せ ☎ 663-1296 fax 663-1297  
実施時間 平日7時30分~18時30分 | 受入年齢 生後57日から5歳児クラス

##### ■徳育キッズビレッジ山下町

所在地 山下町134 | 問合せ ☎ 225-8699  
実施時間 平日9時~17時 | 受入年齢 生後57日から5歳児クラス

## 中区役所

〒231-0021  
横浜市中区日本大通35  
☎ 224-8181(代表)開庁時間  
●平日8時45分~17時  
●第2・4土曜9時~12時(戸籍課、  
保険年金課、こども家庭支援課の一部の窓口)

## 人口・世帯数

154,403人

91,026世帯

(2025年10月1日現在)

中区役所  
ホームページ中区役所  
検索X  
(旧Twitter)

## 中区の情報

アカウント名  
@na\_yokohama

LINE

配信対象地域を  
設定できます

## 編集・発行

中区役所広報相談係

☎ 224-8123

fax 224-8214

区版に記載の電話番号は、横浜市の市外局番「045」を省略しています

## 特集



▲横浜市こども虐待防止  
キャラクター「キャッピー」

# 気づいてください 身近な児童虐待・子どもの小さなSOS

11月は児童虐待防止推進月間

子どもたちの笑顔を守るために、今日からできることができます。

悩んだり、困ったり、気づいたことがあつたら、気軽に相談先まで連絡してください。

[問合せ]区役所こどもの権利擁護担当 ☎ 224-8345 fax 224-8159

## 保護者の皆さんへ

子育てをしていると、うまくいかないことや不安になることもあります。「イライラして子どもを怒鳴ってしまった」「ついたたいてしまった」など、もしあなた自身が「虐待しているかも…」と思ったら、ひとりで悩まずご相談ください。

## 自覚しにくい身近に起こりやすい虐待の例

言うことを聞かないので、しつけとして子どもをたたく

きょうだい間の差別がある

子どもの前で夫婦げんか

未就学児だけで留守番



## 体罰によらない子育ての工夫ポイント



大切にされていると感じるよう、子どもの気持ちや考えに耳を傾ける



触られたくないものは、子どもの手の届かない場所へ置いて、叱らずにすむ環境をつくる



子どもの気持ちの切り替えが難しい時は場所を移して、興味の方向を変えてみる



「いい子にして」や「ちゃんと」とでは伝わらない。肯定文で何をするか具体的に伝える



やる気が増すように、楽しく取り組める工夫をする



自己肯定感が高まるよう、できていることを具体的に褒める

どうしてもイライラが収まらない時や否定的な感情が生じた時は…

子どもを安全な状況に置いたうえで、子どもと少し離れて気分転換を。

深呼吸をする

ゆっくり5秒数える

窓を開けて風にあたる

ひとりで抱え込まないで  
相談してください

## 相談先

## 保護者や地域の皆さん



匿名でも構いません。

## ●区役所こどもの権利擁護担当

☎224-8345

(月～金曜8時45分～17時※土・日曜・祝日、12月29日～1月3日を除く)



## ●横浜市中央児童相談所

☎260-6510

(月～金曜8時45分～17時※土・日曜・祝日、12月29日～1月3日を除く)



## ●よこはま子ども虐待ホットライン

☎0120-805-240 (24時間365日)

こまったときや、はなしをしたいときは、  
れんらくしてね。

＼LINEで相談／

まずは友達  
登録してね

## 地域の皆さんへ

周囲からのちょっとした声掛けや笑顔、気遣いが、保護者の気持ちを軽くしたり、ほっとさせたりすることもあります。お住まいの地域の中で子どもを気遣い、子育てを後押しする、そんな地域を広げましょう。

虐待に気づく  
ポイント

## 子どもや保護者が出す、小さなサインってどんなこと?

ほんの一例ですが、これらは虐待が疑われる状況です。「心配だな…」と思ったらご連絡ください。

## 子どもの様子

- 服装、顔、髪の毛や手足に不衛生な状態が見られる



- 原因がはっきりしないケガをしている。手当が十分でない



- 家に帰りたがらない、あるいは家出を繰り返している



- 大人の怒鳴り声や子どもの泣き声が頻繁に聞こえる

## 保護者の様子

- 気分の変動が激しく、自分の思いどおりにならないと子どもに当たり散らす



- しつけと称して子どもに厳しく当たる（暴言・暴力）



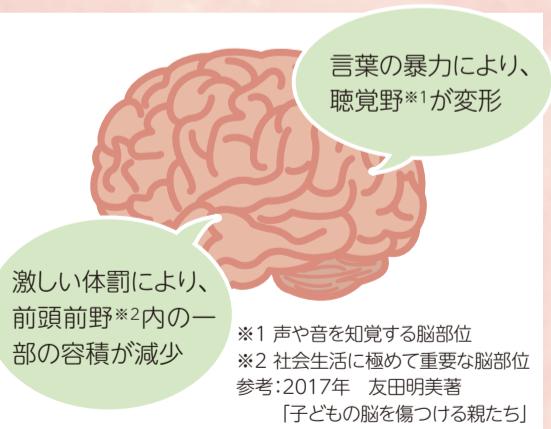
- 子どもの前で配偶者などへ暴言を吐く、暴力をふるう



## 知っていますか

## 体罰・暴言は子どもの脳の発達に深刻な影響を及ぼします

体罰・暴言による子ども時代のつらい体験は、脳の成長や発達に悪影響を及ぼすことが科学的にも明らかになっています。



親の「しつけ」のつもりで、目に見えない大きなダメージを子どもに与えているかもしれません。

## ヤングケアラーについて

ヤングケアラーは法律上の定義はありませんが、一般に、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子どもとされています。

過度な責任により、学業や友人関係、進路に影響が出ることもあります。

多くは自分の状況を特別だと思っていないため、周囲の大人が気づき、支援につなげることが重要です。

私も早く学校に行かなきゃいけないのに…。

子育てを  
もっと楽しもう！ピースフル  
ファミリー講座

第3弾

## 一緒に育とう、家族ではぐくむ子育ての時間

家族で子育てを楽しむヒントが満載の講座を開催します。講師は、子育て経験豊富な“先輩パパ”。親子で楽しめるふれあい遊びを伝授します。

ご家族そろってご参加ください。

パパの参加  
大歓迎！

日 時 12月13日(土)10時～11時15分

会 場 区役所本館7階 701・702会議室

講 師 降旗 研人さん (NPO法人 全日本育児普及協会認定講師)

対 象 主に0～2歳の子と保護者10組(抽選)  
※託児あり

申込み 11月28日(金)までにホームページで



申し込みはこちら▶





## 親子のひろば～親子で気軽に遊びに来ませんか

地域の子育て支援者、主任児童委員が見守ります。

►青少年育成センター(住吉町4-42-1 関内ホール地下1階) ☎11月14日(金)10時～11時30分

►野毛地区センター(野毛町3-160-4) ☎12月9日(火)13時～14時30分

【共通】未就学児と保護者 ☎224-8151 fax224-8157

## 横浜子育てサポートシステム 入会説明会

子どもを預けたい人と預かれる人が地域で子育ての支え合いをしましよう。

►本牧原地域ケアプラザ(本牧原6-1) ☎11月14日(金)13時30分～14時30分 ☎5人(先着)

►のんびりんこ(住吉町1-12-1 belle 横浜3階) ☎11月18日(火)10時～11時 ☎12人(先着)

►シャーロックBABY本牧(本牧和田17-17) ☎12月3日(水)10時30分～11時30分 ☎4人(先着)

【共通】HPで  
中区支部事務局  
(のんびりんこ内)  
☎663-0676



## 子育て応援ボランティア説明会

保育園やのんびりんこなどでボランティアをしてみませんか。 ☎11月27日(木)14時～15時 ☎のんびりんこ(住吉町1-12-1 belle横浜3階)  
中区在住の人5人(先着)  
のんびりんこ ☎663-9715



HP申し込みはこちらから▶  
申込開始日の12時から受け付け開始



### ●出張のんびりんこ

のんびりんこスタッフとあそぼう!  
①11月13日(木)、②11月21日(金)、③12月4日(木)の10時～11時  
①本郷町ガス山公園(本郷町3-208-1)、②小港一丁目公園(新山下3-5-97)、③山下町公園(山下町135-1) ☎未就学児と保護者

### ●育休中のパパ集まれ～!

①11月22日(土)10時～11時 ☎未就園児と育休中・育休を取得したことのある男性保護者8組(先着)  
②11月11日(火)からHPで

### ●孫育て講座

子育て事情や孫世代との関わり方について。①11月22日(土)13時30分～15時 ☎祖父母世代と地域の子育て支援に関心のある人15人(先着)  
②11月11日(火)から電話・来館・HPで

## 子どもと保護者の健診など

【会場】中区役所別館(区役所本館隣)2・3階

問 区役所こども家庭係  
☎224-8171  
fax 224-8159

### 乳幼児健診

※対象者には個別通知を送付しています

④4ヶ月児:11月11日(火)、12月2日(火)  
1歳6ヶ月児:11月18日(火)、12月9日(火)  
3歳児:11月19日(水)

※詳細は個別通知をご覧ください

### 要予約

乳幼児・妊娠婦  
歯科相談

⑤未就学児:11月26日(水)13時30分～15時  
妊娠中の人の・産後1年未満の人の:  
11月26日(水)14時30分～14時45分  
未就学児は歯科健診、ブラッシングなどの相談も

## 中区 健康づくりカレンダー

### 要予約

【会場】記載のないものは中区役所別館(区役所本館隣)2・3階  
【費用】金額の記載のないものは無料  
【対象】原則、中区在住

#### 種類

#### 日時

#### 内容・会場・費用など

#### 予約・問合せ

禁煙相談	予約時にお知らせします	呼気一酸化炭素濃度測定、禁煙についての相談、禁煙外来などの紹介	健康づくり係 ☎ 224-8332 fax 224-8157
生活習慣改善相談	第2火曜9時～11時 第3木曜13時30分～15時30分	保健師、栄養士などによる生活習慣病・その他疾病などについての個別健康相談(1時間程度)	
子どもの食生活健康相談	11月28日(金)9時～11時	栄養士による離乳食のすすめ方、少食、好き嫌い、やせ、肥満など、乳・幼児の個別相談(1人30～40分程度)	
離乳食教室	11月28日(金)13時30分～15時	離乳食のすすめ方についてのお話、調理実演、試食など 生後7～8か月(離乳食2回食)の乳児と保護者※HP(電子申請)でも予約できます	
はじめての歯びか教室 ～歯みがきと離乳食のこと	11月19日(水)10時～11時	歯みがきと離乳食スタートについてのお話、歯みがきレッスン、むし歯菌チェックなど のんびりんこ(住吉町1-12-1 belle(ベル)横浜3階) おおむね生後8か月未満の乳児と保護者 ※HP(電子申請)でも予約できます	
エイズ・梅毒の検査・相談	木曜9時～9時30分(隔週) ※受け付けは9時20分まで	区外の人も可。匿名で受けられます。感染の疑いのある日から3か月経過してから検査を受けてください	①②高齢者支援担当 ☎ 224-8167 ③障害者支援担当 ☎ 224-8166 【共通】☎ 224-8159
Ⓐ介護者のための こころの相談	11月13日(木) ①13時30分～②14時30分～	認知症の人を介護する家族を対象に、介護不安を解消するためのカウンセリング	
Ⓑもの忘れ相談	11月25日(火) ①10時～②11時～	もの忘れや認知症で困っている症状についての専門医による相談	
Ⓒ精神保健嘱託医相談	毎月4回実施	心の病やアルコール問題についての専門医による相談	

# 施設からのお知らせ

施設のMAP  
情報はこちら▶



今月11日から  
翌月10日までの  
イベントなどを掲載

※特に記載のないものは、無料・事前申し込み不要  
※詳細は各施設へお問い合わせください  
※マーク説明はP8に記載しています  
※イベントなどは中止・延期・内容変更になる場合があります。事前に確認してください

## 野毛地区センター

野毛町3-160-4 (桜木町駅)  
☎ 241-4535 fax 241-4889  
休 第2月曜(祝は翌日)

◆野毛ギャラリー～ショーケース展示  
シャドー アートの会(手工芸)の作品展示。 11月1日(土)～11月30日(日)  
※展示初日・最終日の展示時間は電話確認を

◆横浜の歴史を学ぼう1  
～横浜の新田開発

吉田新田などの新田開発の背景を探ります。 11月18日(火)10時～11時30分 16人(先着) 11月11日(火)から電話・HPで

◆健康卓球サークル

11月19日(水)13時～14時30分 7人(先着) 11月11日(火)から電話で

◆楽行体験!!

神社が伝える簡単修行で自分軸を整えます。 11月19日(水)16時～17時 10人(先着) 11月11日(火)から電話・HPで

◆いつもの食材でお家薬膳

薬膳の話を聞き、身近な食材で料理します。 11月21日(金)10時30分～12時30分 12人(先着) 2,500円 11月11日(火)から電話・HPで

◆スマホ相談会

サロン形式でスマホの疑問を解決します。 11月25日(火)9時50分～11時30分 10人(先着) 11月11日(火)から電話で

◆エンディングノートのすすめ  
～私らしく生きるために

自分の意思を大切にしてもらうためノートを書いてみましょう。 11月27日(木)10時～11時30分 16人(先着) 11月11日(火)から電話・HPで

◆真空管アンプで聴くジャズの名曲を楽しむ会4

ジャズボーカルの楽しみ。 11月28日(金)13時30分～16時 20人(先着)

着) ¥600円 申11月11日(火)から電話・HPで

## ◆センターまつり

センター利用団体によるステージ発表、各種ワークショップを開催。 12月7日(日)10時～15時

## ◆「ぽっぽっぽっ」とあそぼう!

いっぱい遊んで、お話しに参加しよう。 12月10日(水)10時～11時 未就園児と保護者

## ◆おもちゃの病院

12月21日(日)①10時～11時、②13時～14時 10点(1家族2点まで・先着) 電池・特殊部品のみ実費 11月11日(火)から電話で

## 本牧地区センター

本牧原16-1 (本牧原)  
☎ 622-4501 fax 622-4828  
休 11月25日(火)

## ◆横浜みどりアップ計画

市民が森に関わるきっかけ作り～焼き芋焼けた&森のクラフト 11月15日(土)10時～12時30分 本牧山頂公園(和田山1-5)※雨天中止 50人(先着) ※小学4年生未満は保護者同伴 500円/人 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆本牧四方山夜咄～吉田新田のお話

11月15日(土)18時～19時30分 25人(先着) 300円

## ◆こぐまの部屋～絵本の読み聞かせ

11月19日(水)11時～11時30分 未就学児と保護者10組(先着)

## ◆ヴォイストレーニング

11月20日(木)・28日(金)10時～11時 各25人(先着) 500円

## ◆かぎ針編みでバラのモチーフ(全3回)

11月21日・28日、12月5日の金曜9時30分～11時30分 かぎ針編みができる人8人(先着) 2,000円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆年末年始を彩る冬の華やか寄せ植え

11月22日(土)①10時～10時45分、②11時～11時45分 各10人(先着) ￥各2,000円 申11月11日(火)から電話・来館で

## ◆地区センターまつり

ステージ発表やフリーマーケット、子ども縁日、三浦野菜・花苗・お弁当の出張販売など。 11月23日(祝・日)10時～15時 一部有料

## ◆おもちゃの病院

11月30日(日)①10時～11時、②13時～14時 8点(1家族2点まで・先着) 電池・特殊部品のみ実費 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆今日から使える！目からウロコの子育てのヒント～発達・言葉・アレルギー

11月30日(日)14時～15時30分 10歳までの子と保護者5組(先着) 500円 11月11日(火)から電話・来館で

## 竹之丸地区センター

竹之丸133-3 (山手駅)  
☎ 651-5575 fax 651-5576  
休 第3木曜(祝は翌日)

## ◆すくすく子育て応援クラブ

読み聞かせ・手遊びなど。 11月14日(金)10時～12時 未就学児と保護者

## ◆たけのこミュージック～みんなで一緒に季節のお歌を楽しみましょう

11月15日、12月6日の土曜10時～10時45分 未就学児と保護者各15組(先着) 300円/組 ※子ども2人参加は400円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆切り絵のカレンダー作り

2026年のカレンダーを作りましょう。 11月28日(金)9時30分～12時 12人(先着) 1,500円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆包丁の研ぎ方教室

11月30日(日)13時～14時30分 8人(先着) 500円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆カギ編みのマフラーを作りましょう

12月3日・10日・17日の水曜9時30分～11時30分 10人(先着)

¥1,500円 申11月11日(火)から電話・来館で

## 中本牧コミュニティハウス

本牧町2-351 (小港・本牧2丁目)  
☎ 623-8483 fax 622-5517  
休 第4月曜(祝は翌日)

## ◆わいわいパネルシアター・

「たまてばこ」とあそぼう

11月17日(月)11時30分～12時 30人(先着)

## ◆中本牧なかよし文化祭

ステージイベント、作品展示、体験・飲食コーナーなど盛りだくさん! 抽選会も。 11月24日(振休・月)10時～16時

## ◆みんなあつまれ!おはなし会

～ブックフェスティバル  
20周年を迎えたおはなし会をちょっと豪華に開催。 11月26日(水)14時～14時30分 30人(先着)

## ◆お花屋さんの植物講座

～クリスマスの寄せ植え

11月27日(木)10時～12時 10人(先着) 2,000円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆不調回復・スッキリヨガ～あなたの不調を和らげるヨガ教室開催(全4回)

12月2日、2026年1月6日、2月3日、3月3日の火曜13時30分～14時30分 15人(先着) 2,000円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆Dance Dance Dance!!～本気でダンスを学びたい人のダンス教室開講(全4回)

カッコいいジャズダンス&HIPHOPのダンス教室。 12月3日・10日・17日・24日の水曜①17時～18時/小学1～4年生、②18時～19時/小学5年生～中学生※保護者同伴可 ①②各15人(先着) ①②各3,000円 11月11日(火)から電話・来館で

## ◆ママとこどもたちの為のお座敷ラ

イブ～クリスマス

みんなで盛り上がりよう! 12月7日(日)10時30分～12時 100人(先着)

## ◆美味しい!ヘルシー!手作りの柚子

ジャムづくり

12月8日(月)9時30分～12時30分 16人(先着) 800円 11月11日(火)から電話・来館で

**本牧中学校コミュニティハウス**

本牧和田32-1(山の谷)  
TEL 623-6699 休 每週火曜・木曜

◆「本牧の歴史」入門講座～ポンセと孫文 フィリピンと中国の独立運動と日本  
人気の歴史講座。事前申込制です。  
④11月17日(月)10時～12時・21日  
(金)14時～16時※2回とも同じ内容  
各40人(先着) ¥各200円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**◆身近な自然を楽しむ会  
～秋の久良岐公園を散策します**

植物や生き物にふれ、自然を楽しみましょ  
う。④11月19日(水)10時(JR磯子駅改  
札口集合)～13時※雨天中止  
各10人  
(先着) ¥交通費・昼食代は各自負担  
④11月12日(水)から電話・来館で

**◆ハンドクラフトワークショップ**

►トイレットペーパーの芯で作る、クリスマスツリー・サンタとトナカイ  
④11月29日(土)14時～16時  
►紙で作ろう！門松と鏡餅  
④12月13日(土)14時～16時  
【共通】各15人(先着) ¥各300円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**大鳥中学校コミュニティハウス**

本牧原22-1(本牧原)  
TEL 624-1651 休 每週火曜・木曜

◆ことりの会のおはなしの時間  
12月は特別なブックフェスティバル。  
④11月12日・26日、12月10日の水曜  
15時30分～16時 各15人(先着)

**◆季節のしつらえシリーズ  
～クリスマスリース作り**

④11月30日(日)13時～15時  
各12人(先着) ¥1,200円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**◆干支の絵馬を彫ろう～新しい絵馬  
で新年を迎えましょう**

④12月7日(日)9時30分～12時  
各8人(先着) ¥2,000円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**山元小学校コミュニティハウス**

山元町3-152(山元町2丁目)  
TEL 212-9099 休 每週火曜・金曜

◆石鹼づくり教室～はちみつ石鹼づくり  
④11月26日(水)10時～12時  
各10人(先着) ¥1,000円

④11月12日(水)から電話・来館で

**◆口笛教室～音楽が身近にある生活  
で毎日を楽しく！**

④12月6日(土)10時～11時30分  
各10人(先着) ¥100円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**◆紅茶講座～クリスマスティをいただきます**

紅茶の歴史、種類、おいしい入れ方を学  
びます。④12月6日(土)14時～15  
時30分 各6人(先着) ¥1,000円  
④11月12日(水)から電話・来館で

**中図書館**

本牧原16-1(本牧原)  
TEL 621-6621 FAX 621-6444  
休 11月25日(火)

**◆本の福袋**

本を3冊セットで用意、中身は借りてか  
らのお楽しみ！④11月7日(金)～11  
月21日(金)まで※無くなり次第終了

**◆おひざにだっこのおはなし会**

わらべうたや絵本を楽しみましょう。  
④11月11日、12月9日の火曜11時～  
11時30分 各0～2歳の子と保護者

**◆ことりの会のおはなし・おはなし**

昔話などのおはなしを聞いて楽しむ  
ストーリーテリングの会。④11月15  
日(土)15時～ 各5歳～小学生※保  
護者同伴可

**◆すいようびのおはなし会**

絵本の読み聞かせやおはなしを語り  
ます。④11月19日、12月3日の水曜  
15時30分～ 各3歳～小学生※保  
護者同伴可

**◆めぐみ座のおはなし会**

絵本の読み聞かせやおはなしを語り  
ます。④12月6日(土)15時～  
各3歳～小学生※保護者同伴可

 **なか区民活動センター**  
(区役所別館1階)  
TEL 224-8138 FAX 224-8343  
E-mail: na-katsudou@city.yokohama.lg.jp

**●中区に残るヨコハマの都市**

デザインと田村 明  
中区に残る昭和後期の都市計画と都  
市デザインの話を聞いて、象の鼻パー  
クまで街歩き。④12月19日(金)13  
時30分～16時 各20人(先着)  
④11月11日(火)から電話・来館で

**柏葉公園こどもログハウス**

柏葉89-1(山元町1丁目会館前)  
TEL 641-1169 休 第2月曜(祝は翌日)

**◆クリスマスコンサート&サンタさ  
んとじゃんけん大会**

仲尾台中学校吹奏楽部生の演奏とじや  
んけん大会。④12月7日(日)13時  
30分～14時30分 中学生以下※  
未就学児は保護者同伴

**◆クリスマスオーナメントをつくろう**

④12月9日(火)～25日(木)10時30分  
～15時30分※期間中1人1回 中  
学生以下計80人(先着)※未就学児は  
保護者同伴

**みなとみらいホール**

西区みなとみらい2-3-6(みなとみらい駅)  
TEL 682-2000 FAX 682-2023

**◆オルガン・1ドルコンサート  
～オルガンの愉しみ**

野田 美香さんによる気軽にパイプオ  
ルガンの音色を楽しめる演奏会。  
④11月26日(水)12時20分～12時  
50分 各1,894人(先着) ¥100  
円または1USドル(紙幣のみ)

**ポレポレグッズ販売会**

ポレポレグッズは中区障害者地  
域作業所のパンや自主製品です

**11月28日(金)11時～13時30分  
区役所本館ぱぴぽ広場**

IKIJKIカンパニー、ろばの家、ワンヘル  
スラボ、ディセンターツボミの4事業  
所が参加します。

区役所障害者支援担当  
TEL 224-8165 FAX 224-8159

毎年12月3日～9日は  
障害者週間です

**障害者週間イベント開催  
ポレポレマルシェ2025**

期間中はポレポレグッズを日替わりで販売。あなたのお気  
に入りを見つけてください。

日 時 12月3日(水)～9日(火)11時～13時  
※準備ができ次第販売開始、売り切れ次第終了

会 場 区役所本館ぱぴぽ広場



▲詳しくは  
こちら

**中区福祉事業所合同説明会～なかのわ～**

「福祉事業所とは?」「どんな進路先があるの?」という人は  
気軽にお越しください。

日 時 12月3日(水)10時～14時

会 場 区役所本館7階会議室



▲詳しくは  
こちら

**あなたの街の  
老人クラブ 第22回****「中区老人クラブ連合会  
ガス山スマイルクラブ」**

活動場所：本郷町ガス山 会員数：88名

老人クラブの魅力や、さまざまな活動を紹介します。興味がある人はお問い合わせください。

本郷町ガス山で活動しています。毎月、ホストファミリーが趣向を凝らした遊びを企画し、お茶を飲みながらクイズに挑戦したり、トランプを楽しんだりと、参加者に楽しい時間を提供しています。

敬老の日やハロウィンなど、季節のイベントに子どもたちが参加することもあります。

また、地域の見守り活動にも積極的に取り組んでいます。



▲歓談・クイズに挑戦している様子

区役所老人クラブ連合会事務局 TEL 681-8480

## VIVA! 健康 からない! 広げない! 感染症・食中毒を防ごう!

冬はインフルエンザや感染性胃腸炎(ノロウイルスなど)が流行しやすい季節です。重症化すると命にかかることもあります。

しっかり対策をして、元気に冬場を過ごしましょう。

### 感染しない・広げない対策

#### インフルエンザ

##### ●手洗い

##### ●予防接種

重症化を防ぐ効果も。



●マスク着用  
症状(熱、咳、くしゃみなど)のある人は、必ずマスクをつける。

##### ●受診

自己判断せず、症状がある場合は医療機関を受診する。

高齢者インフルエンザ  
予防接種について▶



#### 対策のポイント

#### ①手洗い

全ての感染症予防に有効です! 流水と石けんで手を洗いましょう。

##### 手洗いのタイミング

- 帰宅時 料理前 食事前 トイレやおむつ交換の後 おう吐物や排せつ物を片付けた後



#### ②消毒

それぞれのウイルスに効果的な方法で消毒しましょう。

##### インフルエンザウイルス

消毒用エタノール(アルコール)・次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)

##### ノロウイルス

次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)または加熱・熱湯による消毒

※消毒用エタノール(アルコール)は効きにくいと言われています

##### 次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)を原液とした場合

##### ●調理器具、衣類、ドアノブなどの消毒には濃度0.02%

2Lのペットボトルにキャップ2杯分(10mL)を入れ、いっぱいになるまで水を加える。

##### ●おう吐物、便の消毒には濃度0.1%

500mLのペットボトルにキャップ2杯分(10mL)を入れ、いっぱいになるまで水を加える。

**注意!!** ●作り置きはできません。  
●時間がたつと効果がなくなるので、24時間を目安に使い切りましょう。  
●消毒する際は十分に換気してください。

問 区役所健康づくり係 ☎224-8333 fax 224-8157

問 区役所食品衛生係 ☎224-8337 fax 681-9323

### 第3期「中区多文化共生推進アクションプラン」(素案)意見募集!

開港のまちである横浜市中区は、かねてから外国人住民が多く、区の人口の1割強を占めています。このため中区は、国籍やルーツによらず誰もが安心していきいきと暮らせるまちを目指し、平成29年に「中区多文化共生推進アクションプラン」を策定し、多文化共生施策を推進しています。

令和8年度から12年度までを計画期間とする第3期アクションプランの素案をまとめましたので、ぜひご意見・ご提案をお寄せください。

募集期間 11月14日(金)~12月15日(月)

募集方法 FAX・Eメール・郵送・持参

案の閲覧 ホームページ、区役所区政推進課(6階63番窓口)などでご覧いただけます。

問 区役所企画調整係 ☎224-8127 fax 224-8214

✉ na-kikaku@city.yokohama.lg.jp

第3期  
中区多文化共生推進  
アクションプラン(素案)  
Multicultural  
Coexistence  
Promotion  
Action plan  
3rd Term  
Naka Ward  
Yokohama



詳しくは  
こちら▶

## 今年もやります! よこはま運河チャレンジ 2025

横浜港、大岡川や中村川などの運河をめぐる限定クルーズや、プレジャーボート、SUP、シーカヤックなどが連なる運河パレード(※)が開催されます! 蒔田公園、日ノ出町などの各会場では、食の市・音楽イベントなどが盛りだくさん! 中区の水辺空間とまちを楽しみませんか?

日 時 11月23日(祝・日) 各会場の時間はHPで

会 場 元町・中華街駅前、新港地区、日ノ出町、元町、蒔田公園ほか(横浜港、大岡川、中村川、堀割川)



#### ※運河パレードの航路

横浜市役所前(10時20分)→横浜日ノ出桟橋(10時30分)→蒔田公園前(11時10分)→元町・中華街駅前仮設桟橋(谷戸橋)(12時)

▲詳しくはこちら

問 都市整備局都心再生課 ☎671-4247 fax 664-3551

## 戦後80年 平和祈念碑が語る横浜大空襲の記憶

2025年、戦後80年の節目に、平和の大切さと歴史の継承を考えませんか? 横浜大空襲について学んだ後、約1kmを歩いて移動し、大通り公園の平和祈念碑と、横浜大空襲での一部の犠牲者の氏名が刻まれた銘板を見学します。

日 時 12月11日(木) 14時~16時

会 場 技能文化会館 801研修室(万代町2-4-7)

講 師 横浜都市発展記念館主任調査研究員 西村 健さん

定 員 20人(先着)

申込み 11月11日(火) 10時から電話・FAX・Eメール(行・名・回)を記入)で



▲詳しくはこちら

問 区役所企画調整係 ☎224-8127 fax 224-8214

✉ na-kikaku@city.yokohama.lg.jp

11月9日~15日は  
秋の火災予防運動週間です

## 住宅火災が増えています!!

～住宅火災から高齢者を守ろう～

### 住宅火災による死者の約80%が65歳以上の高齢者!!

火災予防は、家族ぐるみで取り組むことが大切です。

日常生活の中で、火災が発生しやすい場所や火の取り扱いを点検し、身近なところから安全対策を進めましょう。

#### 住宅火災の出火原因 ワースト3 (令和7年上半期火災・救急概況(速報)より)

1位:コンロ 2位:たばこ 3位:電気機器



▲2025年度全国統一  
防火標語  
急ぐ日も  
足止め火を止め  
準備よし

#### 火災の早期発見に役立つ住宅用火災警報器を設置しよう!

「いざ」という時に、適切に作動するよう、定期的に点検を行いましょう。

交換の目安は約10年

詳しくは動画をチェック!



スマートで簡単!  
住宅防災診断で自宅の状況を  
チェック!

住宅防災診断(よこはま  
防災e-パーク)はこちら▶



問 中消防署総務・予防課予防係 ☎ fax 251-0119



## 中区地域福祉保健計画 中なかいいいネ!

第5期計画 策定の準備中です!!

第4地区南部の取り組みを紹介!

＼声がかけあえるまち第4地区南部／

#### 3つの目標

・もっと地域活動を知って、参加してもらって、地域のつながりを作ります。

・だれもが声をかけあえるまちにしていきます。

・一人一人が自分に合った健康づくりつながりづくりを進めます。



▲第4地区南部秋祭り  
500人以上が来場します

第4地区南部は住民同士のきずなが深く、地域でのお祭りやふれあいウォーク、運動会、月3回の健康づくり教室などで多世代が楽しみながらつながれる機会が多くあります。



あなたはどこの地区?  
中区の  
地域福祉保健計画  
詳しくはこちら▶

問 区役所事業企画担当 ☎224-8330 fax 224-8157