



にし

2月
No.280



西区役所 ☎045-320-8484 (代表電話)
〒220-0051 西区中央一丁目5番10号

<編集・発行> 西区役所広報相談係
☎320-8321 ☎314-8894



「西区の人口」、「西区の世帯数」は国勢調査の結果が発表され次第、更新します
▲西区役所詳細は1ページ 横浜市データをご覧ください ホームページ

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

<2月の区役所土曜開庁日> 開庁時間:9時～12時
◆13日 ◆27日
戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部の業務を行っています。詳細はお問い合わせください。

今月の紙面

- 温故知新! 西区てくてくスケッチができるまで 5～6ページ
- 「地域活動を続けたい!」を応援しています 7～8ページ
- 区役所より 9ページ
- 各種お知らせ 10～12ページ

About photo

鈴木太郎さん 日本漫画家協会会員

中区伊勢佐木町に生まれ、5歳から西区久保町に移り住む。西前小、西中、横浜商業高校、デザイン専門学校を経てイラストレーターになり、1982年から朝日新聞神奈川版に「神奈川てくてくスケッチ」絵と文を232回掲載。1998年には日本漫画家協会優秀賞を受賞し、現在、西区文化協会会員も務める。

特集1 初めて知る制作秘話

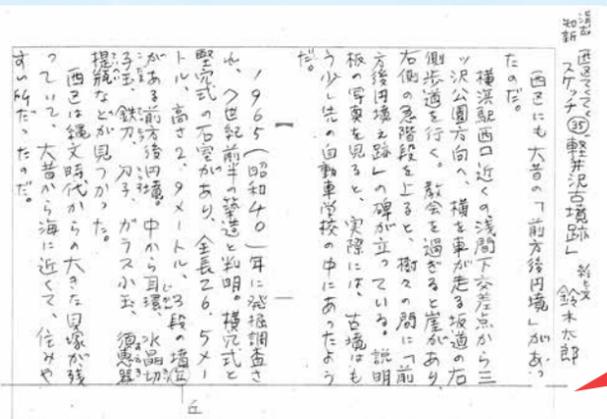
温故知新! 西区てくてくスケッチができるまで

広報よこはま西区版で大好評連載中の「温故知新! 西区てくてくスケッチ」。執筆者である鈴木太郎さんに密着し、制作の裏側を取材しました。てくてくスケッチができるまでを写真と動画でお楽しみください。

温故知新! 西区てくてくスケッチとは?

区内の名所や旧跡、何気ない日常風景を、やわらかな筆致のスケッチと気取らない文章でお届けする大人気コラムです。2013年6月号から始まり、もうすぐ第50回の節目を迎えます。

イラスト原画



手書き原稿

鈴木太郎さん インタビュー



スケッチに必ず人物が登場していますね?

絵に人物を描き入れると、町がイキイキと思うので、必ずスケッチをしている所にいた家族連れを描き入れるようにしています。私の子どもたちの小さい頃に似ているかな?帽子をかぶっている年配の男性は私かな?

スケッチする場所はどのように決めていますか?

区発行の散策案内冊子や地図を見て選びます。区民の皆さんが興味を持ちそうな場所や私の思い出深い場所を選びます。港を描いたら次は町を描くなど、絵の変化を考えています。

場所の紹介情報はどのように調査していますか?

てくてく歩いている途中に説明板があると、必ずメモを取ります。区発行の『西区史』などを讀んだり、中央図書館に行ったりして、詳しく調べます。情報に間違いがないように注意しています。

区内一押しの風景はどこですか?

「横浜駅西口」の繁華街や近代的な「みなとみらい21」のにぎやかな風景、港の明るい風景が好きです。でも、2013年12月号の「第4回 浅間神社(旧東海道)」、2019年4月号の「第35回 軽井沢古墳跡(7世紀前半)※左の原画・原稿」など、西区には歴史のある場所が多い事も知って欲しいと思います。



今月号の「西区てくてくスケッチ」制作風景は、6ページでチェック



今月の西区てくてくスケッチが できるまで

 このマークがあるものは、作成の様子を動画でも楽しめます。
動画を楽しむには 検索



12月7日

取材・スケッチ

正午から5時間くらい

- ・猛暑や厳冬の日でもスケッチします
- ・楽しく風景を眺めながら歩き、目印の場所や印象的な風景、感じたことや説明板は忘れないようにメモします
- ・近くに寄ったり離れたったり、左右に動いてスケッチする最適な場所を決めます

取材・スケッチの持ち物

水彩紙、画板、HBのシャープペンシル、ボールペン、消しゴム、メモ帳、カメラ、おにぎり1個

おにぎりは妻の手作りです。お腹いっぱいにならないように1個にしています



鈴木太郎さんとまち歩き



立ったままでスケッチ

12月15日

スケッチの仕上げ

- ・スケッチの仕上げからは事務所で作業します
- ・建物や植物の様子を描き込み、人物や吹き出しなどの「アイデア」を描き入れて仕上げます

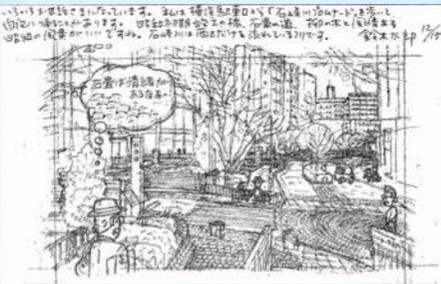


写真を見ながら、スケッチ画をより細かく仕上げる

12月15日

FAX送信

下書きをFAXで区役所に送ります



12月18日

ペン入れ

人物から書き始め、休憩を挟んで丸/日くらいかかります

鉛筆画のスケッチをペンで清書します



ペン入れ初め

12月21日

彩色

- ・事務所で色を付けます
- ・建物の色は決まっているので、人物の服の色を最後に決めて、絵に動きを出します



写真と見比べながら、最後の確認

今もよろしく



ありがとうございます

12月22日

原稿の納品

完成した原稿を区役所に届けます

12月22日

原稿執筆

じっくりと文章を考えて、B5版の原稿用紙に一気に書き上げます

原稿は妻にも確認してもらい、2人の目線で書き上げます



使い込まれたスケッチノートと下書きノート



原稿への清書は地図などを確認しながら30分程度かける

1月5日~13日

紙面の校正

- ・校正紙を見て内容を確認します
- ・文章に修正があればFAXで指示します

分岐している本流の中継りに再び出会う
※文字追加をお願いいたします
※必ずしも修正をお願いしません。
鈴木太郎

1月25日頃

紙面完成

下旬には広報よこはま西区版が印刷され、順次皆さんの手元に届けられます

西区デジタル観光マップで楽しもう!

西区てくてくスケッチは、「西区デジタル観光マップ」にも掲載しています。スケッチの風景と現地での風景を比べてみませんか。



完成原稿は12ページのコラムをチェック!

特集2 コロナ禍の中での地域活動と、その活動支援

「地域活動を続けたい!」を応援しています

長引くコロナ禍で私たちの暮らしも大きく変わりました。これまでの地域活動スタイルも見直しや変更を余儀なくされる中、さまざまな工夫やアイデアを凝らして、活動を続けている団体とその支援策について紹介します。

とべのお茶の間



お揃いのエプロンでお出迎え

地域の居場所として、毎月第3土曜日に開催しています。活動にあたっては、**にこまち助成金**※1を活用しています。コロナ禍で一時中断しましたが、10月から感染症対策に配慮しながら、戸部コミュニティハウスで活動を再開しました。



「地域の人々が気軽に立ち寄れる場所を開いておきたい」という思いが、原動力になりました

榊原さん

フライングキッズサークル

親子の居場所となつて約20年。コロナ禍でもオンラインでヨガや育児相談会を開催できたのは、サークルのOGママや宮崎地域ケアプラザの助けがあったから。現在は野毛山荘の協力で感染症対策をして活動中です。活動再開にあたり、**ふれあい助成金**※2を利用しておもちゃを新調しました。

これからも、子どもとママに寄り添う身近な場所でありたいです



全身を使って楽しくお絵かき



左:堀口さん 右:加藤さん



果樹園を貸し切って、仲良くミカン狩り

地域活動をお手伝いしています①

西区社会福祉協議会

「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」を目指して活動している地域の団体を支援しています。ボランティア活動に関する相談、福祉活動の情報や活動場所の提供なども行っています。

☎ 450-5005
☎ 451-3131

高齢者や障がいのある人の外出に関する相談も受け付けています。お気軽にお問い合わせください!



※1 「にこまち助成金」とは

西区地域福祉保健計画「にこまちプラン(にこやかしあわせ 暮らしのまちプラン)」の、具体的な推進につながる地域活動を応援するための助成金です。

西区社会福祉協議会
マスコットキャラクター
ニシ・ニコ・マッチ氏



※2 「ふれあい助成金」とは

子育てや学習支援、サロンや配食サービスなどの支えあい活動、障がい児・者の団体などが行う活動を応援する助成金です。

※1、※2は西区社会福祉協議会で受け付けています

にしとくシティガイドグループ

2019年1月のグループ発足から、1年間で9回のガイドツアーを実施しました。軌道に乗り「さあこれから」というときに、活動自粛に…。そんな中、横浜市市民公益活動緊急支援助成金(現在は募集終了)を使って、ガイドツアー用イヤホンを購入し、11月から再開しました。

これからも、皆さんに楽しんでもらえる新しいツアーを企画します



渡辺さん



マイクとイヤホンを付けてツアー開始

70階建て、高さ296.33m 日本で2番目に高いビル

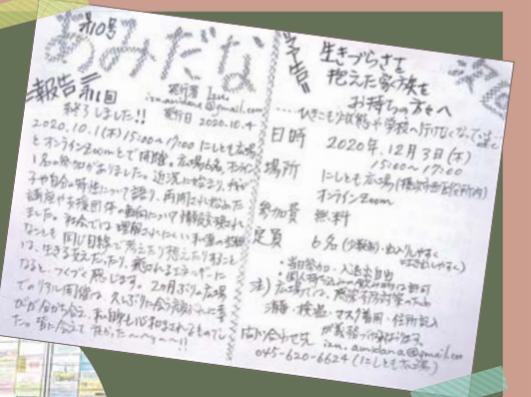


イヤホンがあるから離れていても大丈夫



あみだな

聞くだけでもいるだけでも大丈夫です。ちょっと楽に過ごせるようになりませよ



活動報告と次回開催案内チラシ



にしとも広場からオンライン

生きづらさを抱えている人やその家族が、「本音で気持ちを語って“ホッ”とできる居場所を」と思い、少人数のおしゃべりの会を始めました。会場提供、チラシ印刷、オンライン開催のためのサポートなど、にしとも広場の力を借りて、活動を続けています。



Izuさん

地域活動をお手伝いしています②

地域ケアプラザ

誰もが住み慣れたまちで安心して暮らすことを目指す、身近な福祉・保健の拠点です。

体操教室、子育て講座の他、地域活動の場の提供やボランティア活動の相談も受け付けています。

- 藤棚地域ケアプラザ
☎ 253-0661 fax 253-0698
コーディネーター 喜多さん
- 宮崎地域ケアプラザ
☎ 261-6095 fax 261-6052
コーディネーター 大野さん
- 浅間台地域ケアプラザ
☎ 311-7200 fax 311-8357
コーディネーター 松井さん
- 戸部本町地域ケアプラザ
☎ 321-3200 fax 317-3008
コーディネーター 木村さん

ケアプラザの頼れるコーディネーター

地域活動のことは私たちに相談してください



左から喜多さん、大野さん、松井さん、木村さん

にしとく市民活動支援センター“にしとも広場”

市民活動や生涯学習など、「市民力の向上による豊かな地域づくり」を応援しています。「地域活動を始めたい」「地域とつながりたい」「地域の情報が欲しい」と思ったら、いつでもお立ち寄りください。

☎ fax 620-6624

オンライン会議用の機材も貸し出しています



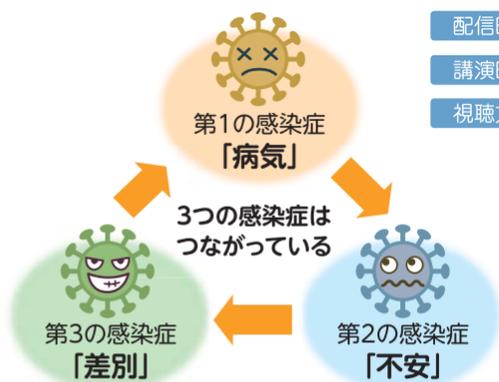
スタッフの皆さん

にしとも広場で楽しく活動中

西区・保土ヶ谷区合同WEB人権啓発講演会

新型コロナウイルス感染症の3つの顔と差別について

新型コロナウイルス感染症が国内発生した当初から医療救護活動にあたっている医師と、日本赤十字社の職員を講師に迎えた講演会動画を配信します。感染症についての正しい知識や「病気」に続く「不安」や「差別」など、第2、第3の感染症を防ぐためのヒントを学びます。



配信時期 **3月26日(金)まで**

講演時間 約35分

視聴方法 横浜市公式Youtubeチャンネル
「CityOfYokohama」

詳しくは



こちらから視聴できます

講師



横浜市立みなと赤十字病院
感染症科部長
あらい 寧 さん



日本赤十字社
神奈川県支部
わかさ かずま
若佐 一真 さん

問合せ 庶務係 ☎ 320-8308 ☎ 322-9847

「風しん」という病気を知っていますか？

自分自身と周りの人を守るために抗体検査を受けましょう

風しんウイルスは咳やくしゃみなどから飛沫感染し、2～3週間の潜伏期間を経て発疹、発熱、首の後ろのリンパ節が腫れるなどの症状が現れます。感染力が強く、妊娠初期の女性が感染すると、胎児が難聴・白内障・心疾患などの「先天性風しん症候群」になる恐れがあります。

抗体検査を受けましょう

無料

抗体検査と予防接種を受けるには、横浜市から郵送されたクーポン券が必要です。風しんへの抵抗力を確認し、十分な抵抗力がない人には麻疹風しん混合ワクチンを接種します。

対象 **41～58歳の男性**

(1962年4月2日～1979年4月1日生まれ)

期間 2022年3月31日(木)まで

会場 風しん追加対策事業を行っている全国の医療機関で受けられます

詳しくは



こんな時はお問い合わせください

- 対象なのにクーポン券が届いていないとき
- 妊娠を希望している女性やそのパートナーで、予防接種や抗体検査を受けたいとき(19歳以上)

横浜市予防接種コールセンター

☎ 330-8561 ☎ 664-7296

問合せ 健康づくり係 ☎ 320-8439 ☎ 324-3703

おうち時間でバランスの良い朝食を

西区食育推進会議おすすめレシピ

家で食事をする機会が増えています。おうち時間を活用して、ひと手間かけた栄養バランスの良い朝食で1日をスタート。寒い冬を元気に乗り切りましょう。

1品でしっかり栄養バランス

豆乳みそスープ

エネルギー(1人分)：108kcal
食塩相当量：0.9g

材料(2人分)

鶏もも肉……………80g
キャベツ……………80g
むき枝豆(冷凍)……30g
無調整豆乳……………100g
白みそ……………6g
鶏がらスープの素(顆粒)……2g

作り方

1. 鶏肉は一口大に切り、キャベツは小さくちぎる。
2. 鍋に1を入れ、鶏肉が浸るくらいの水を加え、加熱する。
3. 鶏肉に火が通ったら、むき枝豆、豆乳、白みそ、鶏がらスープの素を加え、煮立てない程度の火加減でさらに加熱する。



手軽にたんぱく質を補給

ひじきサラダ

エネルギー(1人分)：84kcal
食塩相当量：0.4g

材料(2人分)

ひじき(ドライパック)……40g
大豆水煮……………10g
ツナ水煮……………20g
ニンジン……………10g
水菜……………1本程度
マヨネーズ…… 大さじ1.5杯
しょうゆ……………少々(1g)

作り方

1. ニンジンは細い千切りにして軽くゆでる。水菜は1.5cm程度の長さに切る。
2. ボールに全ての材料を入れ、よく混ぜ、器に盛り付ける。



問合せ 健康づくり係 ☎ 320-8439 ☎ 324-3703

NISHI INFORMATION 各種お知らせ

掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取組に伴い、中止・延期になる場合があります。開催有無は事前にご確認ください。また、イベント参加の際はマスクの着用をお願いします。

2月号 広報よこはま西区版 読者アンケート

今月の紙面について、ご意見をお寄せください。抽選でにしまろちゃんタオルをプレゼント

- あなたの年代
- 今月の特集の感想
- 今月号で良かった記事とその理由
- 今後、読んでみたい記事
- その他ご意見・ご感想

【回答方法】はがき・FAX・ホームページで、「読者アンケート2月号」と明記し、広報相談係(〒220-0051 中央1-5-10 西区役所)まで。2月28日(日)必着

広報よこはま西区 読者アンケート

問 広報相談係
☎ 320-8321 fax 314-8894

西区の行政運営情報・イベント情報などをお届けします

[公式Twitter]横浜市西区役所 @nishi_yokohama

1月号 新年お年玉特集のクイズの答え

第1問 上の写真は、区内のある公園で撮影したものです。その公園とはどこでしょうか。



About photo

冬に彩りを与える花

青空が広がる冬の正午。学生たちがバスケットボールを楽しんでいます。近代水道である横浜水道の設計者H.S.パーマーの像やオリンピック記念碑があるこの公園では、冬の景色にピンクの花が彩りを添えています。

ヒント1 区内でバスケットボールを楽しめる公園はこの公園だけです

ヒント2 H.S.パーマーの像やオリンピック記念碑は、こちらです



第2問 ある年の出来事を抜粋しました。ある年は西暦何年でしょうか。

3月21日	市電横浜駅～山元町間廃止
3月26日	野毛山の動物園と動物広場を結ぶ、野毛の吊り橋開通
10月3日	西区医師会、市内初の休日急患診療所を開設

*国内では第48代横綱・大鵬が引退、世界ではアポロ14号が月に着陸しました

第1問の答え
野毛山公園

第2問の答え
1971(昭和46)年の出来事でした。

マイナンバーカード臨時申請窓口のご案内

初めてマイナンバーカードを申請する市民は、横浜駅の近くで申請することができます

☎月・火・金曜 12時～19時30分、土・日曜 9時～17時(祝日、第3土曜の翌日曜、年末年始は休業) ※混雑状況により、受付終了時間が早まる場合があります

📍北幸1-6-1 横浜ファーストビル15階(公共交通機関を利用し、お越しください)

👤市内在住で初めて申請する人(代理人による申請はできません)

📄通知カード(申請時に回収)、本人確認書類2点(運転免許証と健康保険証など)、住民基本台帳カード(持っている場合)

📄横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル

☎0120-769-706(平日8時30分～20時、土・日・祝日・年末年始 9時～17時30分)

本人確認資料や15歳未満の人の申請など、詳細は

新型コロナウイルス感染者と接触した可能性をお知らせします

- **新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCONA)**
感染者の1メートル以内、15分以上の接触可能性をアプリに送信
- **LINEコロナお知らせシステム**
感染者と同じ施設・時間帯にいた可能性をLINEに送信



福祉保健だより

2月11日(木・祝)～3月10日(水)に予約・実施するものを掲載しています。会場の記載がないものは区役所3階で受け付けます。
電話予約…電話による予約が必要です。HP予約…区役所ホームページからの予約が必要です。
問合せ・申込み ●健康づくり係 ☎320-8439～40 fax 324-3703 ●子ども家庭係 ☎320-8467～69 fax 322-9875

	検診名など	日時	内容・対象など	問合せ
健康相談	食生活健康相談 <input type="button" value="電話予約"/>	2月24日(水)、3月4日(木) 9時～12時	糖尿病の食事療法や高血圧症の減塩食など、食生活について相談できます	健康づくり係
	女性の健康相談 <input type="button" value="電話予約"/>	随時	不妊、避妊、思春期・更年期、妊娠期から産後まで相談できます	子ども家庭係
	子ども食生活健康相談 <input type="button" value="電話予約"/>	2月17日(水)9時～12時	離乳食、幼児食、偏食や少食など、赤ちゃんから高校生までの子どもの食生活について相談できます	健康づくり係
赤ちゃん&家族	乳幼児健診	4カ月児:2月25日(木) 1歳6カ月児:2月16日、3月9日(火) 3歳児:2月18日、3月4日(木)	受付:【第1部】8時45分～9時15分 【第2部】11時～11時30分 【第1部】8時45分～9時15分 【第2部】11時～11時30分 【第1部】12時45分～13時30分 【第2部】15時～15時45分	子ども家庭係
	乳幼児・妊産婦歯科相談 <input type="button" value="電話予約"/>	2月22日(月) 13時30分、14時、14時30分	歯科健診、歯みがき指導 📄未就学児、妊産婦 📄母子健康手帳、歯ブラシ(仕上げ用)、タオル	
	母乳育児相談 <input type="button" value="電話予約"/>	3月9日(火)13時30分～15時30分	母乳、授乳、育児に関する相談 📄母子健康手帳	
	ほっとたいむ <input type="button" value="電話予約"/>	2月24日(水)		
	プレパママクラス	3月3日(水) 3月10日(水)		
	プレパママクラス <input type="button" value="HP予約"/>	2月1日(月)8時45分～	2月27日(土)	
	プレパママクラス <input type="button" value="HP予約"/>	3月1日(月)8時45分～	3月17日(水)	
よちよちパママ育児教室 <input type="button" value="HP予約"/>	2月1日(月)8時45分～	2月27日(土)		
			感染症拡大防止のため休止します。 今後の情報はホームページでご確認ください。	



日 時 場所 対象・定員 持ち物 費用 一時託児
 申込み 問合せ 電話 FAX Eメール

申込方法

はがき・FAX・Eメールで申込みときは必要事項(行事名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号)を、往復はがきの場合は返信用部分に自分の住所を必ず記入してください。費用の記載がないものは無料です。申込みの記載がないものは直接会場へ。

施設から

にしとも広場

〒220-0051 中央1-5-10(区役所1階)
 ☎620-6624
 ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

わくわく マジック教室

マジックの不思議な世界を体験
 3月28日(日) 10時~12時
 小学生以上 先着15人
 ¥500円
 2月11日(木・祝)~ 直接来館、電話、FAX、Eメールまたはホームページ申込フォームから

中央図書館

〒220-0032 老松町1
 ☎262-0050 fax 231-8299

おひざにだっこのおはなし会

わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなど
 2月17日、3月3日(水) 11時~11時20分
 0~3歳児と保護者 先着5組

戸部本町地域ケアプラザ

〒220-0041 戸部本町50-33
 ☎321-3200 fax 317-3008

みなとみらいガイドツアー

にしくシティガイドグループによる「みなとみらい開発物語」の舞台見学
 3月6日(土) 10時~12時
 先着15人
 ¥300円(保険料含む)当日持参
 2月15日(月)~ 直接来館または電話

横浜市民ギャラリー

〒220-0031 宮崎町26-1
 ☎315-2828 fax 315-3033

●横浜市民ギャラリーコレクション展2021 うつし、描かれた港と水辺
 港や海、水辺が描かれた作品を紹介し、映像コンテンツもお届けします。
 3月5日(金)~21日(日) 10時~18時(入場は17時30分まで)
 ※3月15日(月)は休館
 ※新型コロナウイルス感染拡大状況により、日程や開館時間に変更が生じる可能性があります



林敬二《横浜港》1988年 油彩、キャンバス 91.0×116.0cm

ワークショップ「木版画摺り体験 摺りであらかず水辺の情景」

コレクション展2021を鑑賞した後、木版の摺りを体験します
 講師:関淳一さん(横浜美術館首席エデュケーター)
 3月6日(土) 14時~16時
 小学生以上(小学生は保護者同伴) 抽選15人
 ¥500円
 2月20日(土) ホームページ申込フォームまたは直接来館

横浜市民ギャラリーまるごと探検ツアー

展示室や収蔵庫などを探検しよう
 3月14日(日) 10時30分~11時30分
 小学3~6年生 抽選10人
 ¥500円
 2月23日(火・祝) ホームページ申込フォームまたは直接来館

西地区センター

〒220-0073 岡野1-6-41
 ☎314-7734 fax 320-4260

おもちゃの病院

壊れたおもちゃをドクターが診察・治療します
 3月14日(日) 10時~14時
 小学3年生以下(保護者同伴)
 部品代(500円程度まで)
 2月14日(日)~ 直接来館(10時~)または電話(13時~)

紅茶のシフォンケーキ作り

至福のふわふわ食感、紅茶のシフォンケーキを作ります
 3月19日(金) 9時45分~12時30分
 成人 先着12人(未就学児同伴不可)
 ¥1,500円
 2月19日(金)~ 直接来館(10時~)または電話(13時~)



卓球大会2021

地区センター利用者の懇親卓球大会です。いい汗を流しましょう
 3月28日(日) 10時~15時
 中学生以上 先着20人
 ¥200円
 2月28日(日)~ 直接来館(10時~)または電話(13時~)

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 浅間町5-375-1
 ☎311-6085 fax 311-6050

春のお楽しみおはなし会

手袋人形、パネルシアター「おおきなぶたさん ちいさなぶたさん」他
 3月27日(土) 10時30分~11時20分
 5歳~小学生(保護者も可) 先着10人
 2月27日(土)~ 直接来館または電話

藤棚地区センター

〒220-0053 藤棚町2-198
 ☎253-0388 fax 253-0389

お話しはじまるよ

指人形、パネルシアター、お話をみんなで楽しみましょう
 2月12日(金) 11時30分~12時
 未就学児と保護者 当日先着12組

フォーラム南太田

〒232-0006 南区南太田1-7-20
 ☎714-5911 fax 714-5912

アサーティブネス~対人関係がラクになる~

職場やプライベートで使える、自分も相手も尊重する対等なコミュニケーションの仕方
 3月6日(土) 14時~16時
 非正規雇用で働いているまたは求職中の独身女性 先着10人
 2月12日(金)~ 直接来館または電話

在宅医療における感染症対策

市民啓発講演会・動画配信のお知らせ

開業医による感染症の情報と対策について動画を配信中です
 横浜市西区医師会ホームページ
[アクセスはこちら](#)



3月31日(水)まで掲載
 西区在宅医療相談室
 ☎620-5830 fax 320-3062

東日本大震災 10年前を振り返る パネル展示

写真で震災を振り返り、防災・減災の再確認と災害に備える心構えをしましょう
 2月22日(月)~3月13日(土)
 ※開館時間・休館日などは各施設へお問い合わせください

会場	問合せ☎
藤棚地区センター	253-0388
戸部コミュニティハウス	231-9865
浅間コミュニティハウス	311-6085
西前小学校コミュニティハウス	311-8043
稲荷台小学校コミュニティハウス	263-0614
東小学校コミュニティハウス	263-1111
軽井沢コミュニティハウス	324-6771
境之谷公園こどもログハウス	253-6972



広報よこはま西区版が スマホやタブレットで簡単に読める!聞ける!

まずはアプリをインストール!
 カタログポケット 横浜市西区 検索



子育て情報

こんにちは赤ちゃん訪問 ~あなたの子育てを応援します~

生後4カ月までの赤ちゃんがいる全ての家庭に、地域の訪問員が伺います。赤ちゃんの誕生をお祝いし、子育てに役立つ身近な情報とおもちゃ(赤いガラガラ)のプレゼントをお届けします
 ※赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳についてのはがき(出生連絡票)をなるべく早く区役所福祉保健センターへご提出ください



子育てに役立つ情報と赤いガラガラ

訪問員ってどんな人?

地域で子育て支援に関わっている人が、横浜市から委任を受けて活動しています。毎年子育てに関するさまざまな研修を受け、スキルアップに努めています

※訪問日時は、訪問員個人の電話から連絡します。区役所の電話番号ではありませんのでご了承ください
 ※訪問員は「訪問員証」を携帯しています



☎ こども家庭係 ☎320-8312 fax 322-9875

NISHI INFORMATION 各種お知らせ

掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取組に伴い、中止・延期になる場合があります。開催有無は事前にご確認ください。また、イベント参加の際はマスクの着用をお願いします。

【マークの見方】🕒日時 📍場所 👤対象・定員 🎒持ち物 💰費用 📄一時託児 📄申込み 🗨️問合せ ☎️電話 📠FAX ✉️Eメール

【申込方法】はがき・FAX・Eメールで申込むときは必要事項(行事名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号)を、往復はがきの場合は返信用部分に自分の住所を必ず記入してください。費用の記載がないものは無料です。申込みの記載がないものは直接会場へ。

野毛山荘 〒220-0032 老松町26-1
☎️261-1290 📠261-1293

●趣味の教室～初心者向け教室～

👤60歳以上 各抽選
📄～2月22日(月) 往復はがき(必着)に氏名・住所・希望講座名・電話番号・年齢・性別を記入
※申込は1人1講座のみ。過去に一度受講した講座の申込不可
※結果の返信は3月5日(金)以降発送予定

講座名	日程	時間	内容	定員	費用
歌声(ボイス)トレーニング	4月1日(木)～(毎月第1・3水曜日 全12回)	10時～11時30分	発声から歌うまでを指導	15	1,400
3B体操	4月3日(土)～(毎月第1・3土曜日 全12回)	14時30分～16時	無理ない運動で生涯健康に	16	400
リンパを流すストレッチ	4月7日(水)～(毎月第1・3水曜日 全12回)	12時30分～14時	リンパの流れを良くして悩みを解決	16	400
はじめての卓球教室	4月11日(日)～(毎月第2・4日曜日 全12回)	9時30分～11時30分	ラケットの持ち方、素振りから始めます	12	400
みんなのウクレレ教室	4月13日(火)～(毎月第2・4火曜日 全12回)	10時30分～12時	簡単な曲をゆっくり基本から習います	12	500
ひばりエクササイズ	4月13日(火)～(毎月第2・4火曜日 全12回)	14時30分～16時	美空ひばりの歌に振り付けたエクササイズ	16	400
はじめての韓国語教室	4月14日(水)～(毎月第2・4水曜日 全12回)	10時～11時30分	文字の成り立ちや発音などから学びます	16	500

●公開講座

👤市内在住の成人 各抽選
📄～2月22日(月) 往復はがき(必着)に氏名・住所・希望講座名・電話番号・年齢・性別を記入
※申込は1人1講座のみ。抽選後空きがある場合は追加募集を予定
※結果の返信は3月5日(金)以降発送予定

講座名	日程	時間	内容	定員	費用
源氏物語講読	4月1日(木)～(毎月第1・3水曜日 全12回)	14時～15時30分	平安時代の背景解説と原文を読み進めます	30	500
中山道と江戸文化	4月2日(金)～(毎月第1・3金曜日 全12回)	13時30分～15時	江戸の名所検証と庶民文化の探求	30	600
かながわのヒロインたち	4月5日(月)～(毎月第1月曜日 全6回)	14時～15時30分	チームを組んで活躍した女性たちを追います	30	500
絵画から読み解く、時代の裏の話	4月12日(月)～(毎月第2月曜日 全6回)	10時～11時30分	絵画に描かれたその時代背景を読み解きます	30	800
横浜の歴史あれこれ	4月13日(火)～(毎月第2火曜日 全6回)	13時30分～14時30分	ペリー来航以来の横浜の歴史を理解	30	600

スポーツ

●ミニバスケットボール新人戦

男子・女子の部それぞれの新人戦を行います
🕒3月7日(日)、20日(土・祝) 9時～17時
📍西スポーツセンター(浅間町4-340-1)
👤原則、区内在学または在住の小学5年生以下
💰1チーム3,000円(当日持参)
📄2月11日(木・祝)～21日(日) 指定申込書をEメールで申込み ※指定申込書、大会要項はEメールへの返信または西区スポーツ協会(西スポーツセンター(浅間町4-340-1))前のスタンドにて配布
🗨️西区スポーツ協会 バスケットボール部 川戸
☎️📠242-2828 ✉️y150mk@woody.ocn.ne.jp



題字絵と文 鈴木太郎

国道1号のすぐ裏の道とは思えないほど穏やかだ。石崎橋、梅香崎橋、平戸橋などを過ぎて、浜松橋で石崎川は右に曲がると、分流している本流の帷子川に再び出会う。次は桜満開の頃に歩いてみようと思う。

清水ヶ丘公園体育館 〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎️243-4447 📠243-4497

●体育館教室

📄2月16日(火)～28日(日) 直接来館 各先着
※下記以外にも開催している教室があります。詳しくは施設へお問い合わせください

教室名	対象	日程	時間	定員	費用
バドミントン教室		3月3日、10日、17日、24日(水) 全4回	9時30分～11時30分 12時～14時	各10	2,800
シェイプアップダンス教室	18歳以上	3月4日、11日、18日、25日(木) 全4回	10時～11時	20	2,000
健康ダンス&ストレッチ教室		3月5日、12日、19日、26日(金) 全4回		40	2,000

THE BAYS ACTIVE STYLE CLUB 〒231-0021 中区日本大通34
☎️663-5280 ✉️info@asc.dena-baystars.jp

●はじめてのフィットネスプログラム ～西区・中区在住、在勤、在学者限定～

はじめてのヨガ 基本の「き」	
日時	3月7日(日) 16時15分～17時30分
対象・定員	18歳以上 先着13人
持ち物	運動しやすい服装、タオル、飲み物、区内在住・在勤が確認できるもの(保険証など)
申込み	2月11日(木・祝)～ 直接来館、電話またはEメール(必要事項、年齢、性別を明記)

西スポーツセンター 〒220-0072 浅間町4-340-1
☎️312-5990 📠312-6040

●短期教室

📄直接来館または電話 各先着
🎒運動しやすい服装、飲み物など

教室名	対象	日程	時間	定員	費用
親子たいそう教室	2歳～未就学児の子と保護者	2月23日(火・祝)、3月21日(日)	9時30分～10時30分	各20組	1,020
キッズ器械体操	年中・年長	2月23日(火・祝)、3月21日(日)	10時45分～11時35分	各24人	
てつ棒教室 とび箱教室	小学生 小学生	2月23日(火・祝) 3月21日(日)	11時45分～12時45分 11時45分～12時45分	24人 24人	

※広報掲載後に変更になる場合があります。詳しくは施設へお問い合わせください
※託児サービスは当面の間中止します

平沼記念体育館 〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎️311-6186 📠316-8521

●定期教室(4～6月)

📄2月16日(火)～ ホームページ申込フォームまたは電話 各先着
※下記以外にも開催している教室があります。費用その他詳細はホームページを参照ください

教室名	対象	日程	時間	定員
バドミントン	16歳以上	4月6日～6月29日(毎週火曜・5月4日を除く) 全12回	9時～10時50分	35
はつらつ健康作り	55歳以上	4月8日～6月24日(毎週木曜・4月29日を除く) 全11回	9時20分～10時20分	70

第46回 石崎川プロムナード

温故知新!
西区のイベント