



# SAKAE 8

広報よこはま栄区版 2025

## ことばをこえて、 心をつなぐ

~日本語教室を通じた  
国際交流と平和の芽~



ユッカの会「ひろば」

区内で暮らす外国人の数は、この5年間で約1.5倍に増えています。日本国籍で、外国の文化や言語にルーツを持つ人を含めると、その数はさらに多くなります。多様性が広がる中で注目されているのが、日本語を母語としない人が生活に必要な日本語を学び、地域社会に安心して参加できるよう支援する取組です。お互いを知ることは、安心して暮らせるまちづくり、そして平和への第一歩にもつながります。

文化を知り、心を通わせるきっかけとなる「ことば」。あーすぶらざで活動している日本語教室を訪ねました。

栄区の外国人の人口は増加中

2020年  
1,174人

2025年  
1,730人

出典: 横浜市統計情報ポータルより  
(各年6月末時点)

## 日本語教室がつなぐ、地域と世界

### ことばの壁を越えて

日本語教室では、学習者のレベルや目的に応じて、個別またはグループで、生活に役立つ日本語をボランティアと楽しく学んでいます。

引っ越しの時、近所への挨拶について相談しました。生活に役立つ習慣も教えてもらえるので、心強く、いつも頼りにしています。



う がけつ  
于 雅潔さん 青柳 昌裕さん  
(学習者) (地球市民文化交流会)

日本語を教えることを通じて、外国の文化に触れ、日本の良さを伝える時間を楽しんでいます。

### 安心できる居場所づくり

言葉が通じにくい外国での生活は、孤独や不安を感じることもあります。日本語教室は学びながら人とのつながりを築ける場です。

日本語教室に通うお母さんたちの不安な声から始まった子ども向けクラスも、気づけば20年。安心した表情で過ごす姿に、この場所が大人にも子どもにも支えになっていると感じます。



高橋 和美さん(さかえ日本語の会)

### 「ちがう」からおもしろい

言葉や習慣、考え方の違いに触れることで、新しい発見や楽しさが生まれます。学習者だけでなく、ボランティアにとっても、貴重な学びの場です。



鈴木 康介さん  
(ユッカの会「ひろば」)

日本語を学ぶ人が、気軽に集まっておしゃべりできる居場所をつくる活動にボランティアとして参加しています。高校では出会えないような人とも気軽に交流でき、毎回発見や学びがあり、とても楽しいです。

やってみよう

#### 日本語ボランティア

日本語ボランティア募集  
3つの日本語学習支援団体が、  
あーすぶらざで活動しています。  
随時募集中です。

#### 入門講座(全3回)

「日本語ボランティアってどんなことをするの?」「支援活動に参加してみたいけれど、少し不安…」という人も大歓迎! 11月から開催します。

行ってみよう

#### 世界のふるさと自慢大会in栄区

今年度も区内で日本語を学ぶ世界各地の出身者が、スピーチ、歌、踊りでふるさとを紹介するイベントを、2月に開催予定です。ぜひお越しください。



詳しくは  
こちら▼



生涯学習支援係 ☎894-8395 ☎894-3099



熱中症厳重注意!特に高齢者は要注意です。暑い日は無理をせず、室内ではエアコンを上手に使いましょう。

栄区版  
共通マーク

□日時・期間 □会場 □対象・定員 □講師・出演等(敬称略) □内容 □持ち物 □参加費・料金 □問合せ先 □電話番号 □Fax番号  
申込方法(□当日直接(事前申込み不要) □電話受付 □Fax受付 □来館受付 □ウェブサイト受付 □メール受付)

※5~12ページは栄区版です。電話・FAX番号は市外局番(045)を省略して掲載しています。

GREEN  
×  
EXPO  
2027  
YOKOHAMA JAPAN

栄区役所

〒247-0005 栄区桂町303-19  
☎894-8181(代表番号)



栄区公式 X  
@sakae\_yokohama



栄区公式 Instagram  
@sakae\_yokohama



栄区のデータ  
(2025年7月1日現在)

人口 120,057人  
世帯数 55,107世帯

2027年国際園芸博覧会  
横浜・上瀬谷 2027.3.19—9.26



## 栄区制39周年記念! 39年目だからこそ感謝(39)を伝えよう♪

令和8年に栄区は区制40周年を迎えます。令和7年は、その一年前の39年目。区制40周年に向けて、このサンキュー(39)の年に、身近な方、お世話になった方へ、栄区を築き上げた先人たちや思い出深い場所などへ、感謝の気持ちを伝える取組を実施します。

まずは、栄区を代表するお二人の「感謝の手紙」をご紹介します。



細田 利明  
栄区連合町内会会長

穏やかで温かい栄区を作ってくれた先人の皆さんに感謝したい。



松永 朋美 栄区長

地域の安心とつながりを守っていたい皆さまに心より感謝申し上げます。

※区民の皆さまからのメッセージは  
9月から募集予定です。

お二人の詳細な  
メッセージはこちら▶



問 栄区制40周年記念事業実行委員会(感謝の手紙担当:高齢・障害支援課)

☎ 894-8539 ☎ 893-3083



## 第26回 栄区民まつりステージ出演団体募集

年に一度の区内最大イベント、区民まつりのステージ出演者を募集します!  
一緒に区民まつりを盛り上げませんか?

### 開催概要

□ 11月2日(日)10時~15時(荒天中止)  
■ 神奈川県警察学校(予定)  
主催:栄区民まつり実行委員会  
共催:栄区役所



### ステージ出演について

■ 特設ステージ(予定)

応募資格 区内在住、在学、在勤または区内を中心に活動を行っている団体  
※個人出演不可、応募者多数時抽選

■ ダンス、音楽演奏、大道芸、伝統芸能など

■ 区ウェブサイトまたは区役所本館4階46番窓口で配布の応募用紙に必要事項を記入の上、窓口持参・郵送・メール・FAXで提出。8月28日(木)必着



区民まつりの詳細はこちら▶

問 地域活動係 ☎ 894-8391 ☎ 894-3099



## 栄図書館の本棚から

8月15日は終戦記念日です。戦後80年という節目の年に、本を通して戦争と平和について考えてみませんか。



### へいわってすてきだね

安里有生/詩 長谷川義史/画  
ブロンズ新社 2014年6月発行



「へいわって なにかな ぼくは かんがえたよ」と始まるこの本は、与那国島に住む小学一年生の児童が書いた詩に、絵本作家が絵をつけた絵本です。シンプルでまっすぐな言葉と、それを表現した温かみのある絵から、のんびりと平和な島の様子、戦争の怖さ、この平和がずっと続いてほしいという願いが伝わってきます。

問 栄図書館 ☎ 891-2801 ☎ 891-2803



### アンネの日記 グラフィック版

アンネ・フランク/著 アリ・フォルマン/編 デイビッド・ポロンスキイ/絵  
深町真理子/訳 あすなろ書房 2020年5月発行



皆さん、「アンネの日記」を読んだことはありますか?この本は、戦争で不自由な暮らしを強いられる中、家族との関係や恋に悩むアンネの日常がたくさんのイラストや漫画で表されています。描かれているのはオリジナルのごく一部ですが、絵になることでグッとイメージしやすくなっているので、オリジナルは難しそうと思っている人は、まずこのグラフィック版に挑戦してみるのはいかがでしょうか。

第4回

## わたしにもできるかな? 民生委員・児童委員

### 先輩民生委員に 聞きました!

※民生委員は児童委員を兼ねています。



上郷西地区の民生委員の仲間たち▶



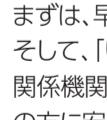
私は最近、民生委員になった「栄民二」です。今回は、先輩民生委員の方にお話を伺います。普段はどういった相談を受けることが多いのでしょうか。



上郷西地区 民生委員  
橋本 百合子さん



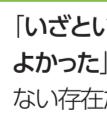
そうした相談にどのように対応されているのですか?



まずは、早めに地域ケアプラザをご紹介しています。そして、「いつでも民生委員に相談してもらえば、関係機関につなぎますよ」とお伝えしています。相手の方に安心してもらえると嬉しいですね。



実際に相談された方からの反応はいかがでしたか?



「いざという時に民生委員に相談できてよかったです」と言われ、地域にとって欠かせない存在だと感じていただけたようです。民生委員同士は協力して問題解決できる心強い仲間です。地域活動も共に行うので、絆が深まり、とても楽しいですよ!

### 健康づくり 通信

Vol.4

## 食育と健康づくりのボランティア

### ヘルスマイト通信

ヘルスマイトとは、食生活等改善推進員の愛称です。子どもから高齢者を対象に食育や健康づくりを広めるボランティア活動をしています。



▲2年目会員の皆さん

先輩方が親切に教えてくださり、勉強になります。活動の場で区民の方に食生活の大切さについてわかりやすく伝えることは難しいですが、食生活のお話やお出しした試食を喜んでいただけて嬉しかったです。今回は電子レンジで簡単にできるおかずを紹介します!



### おすすめレシピ 電子レンジでミートローフ

#### 材料(2人分)

#### 作り方

①人参は5ミリ角、ブロッコリーは小さめの小房に切り、耐熱皿にのせ、ふんわりとラップをかけ600Wで3分加熱する。

②ボウルにパン粉と牛乳を入れ、パン粉をふやかしておく。

③②に豚ひき肉・人参・ブロッコリー・塩・こしょうを入れて粘りが出るまでよくこねる。

④③を厚さ2cm位の長方形に成形し、耐熱皿にのせ、ラップをかけ600Wで7分加熱する。

⑤レンジから取り出して、切り分けてお皿に盛る。  
ミニトマト、辛子しょうゆを添えてどうぞ。

### ヘルスマイトになりませんか?

#### ～養成講座「食生活等改善推進員セミナー」(全8回)のご案内～

□ 10月21日(火)、11月14日(金)・25日(火)、12月16日(火)、令和8年1月20日(火)、2月5日(木)・27日(金)、3月10日(火)各回とも13時30分~15時30分

■ 区役所新館会議室他

■ 区内在住の人20人 先着 ※原則全8回参加できる人

(ご都合の悪い日程がある場合にはお問い合わせください)

■ 講話や実習

(食生活、運動(ウォーキング)、食品衛生、お口の健康など)

■ 8月12日(火)から ☎ fax WEB



▲詳細はどちら

問 運営企画係 ☎ 894-6963 ☎ 895-1759

問 健康づくり係 ☎ 894-6964 ☎ 895-1759



## ～障害のある方とそのご家族へ～ 小さな不安、大きな悩みもなんでも話そう！

障害等(身体障害・知的障害・精神障害・難病)のある方が地域で安心した生活を送るために必要なことを相談できる機関をご紹介します。障害者手帳のあり・なしにかかわらず、生活する上での生きづらさを感じる人も相談できます。ぜひお気軽にご相談ください。

### 相談例

いつかは一人暮らしをしたいのですが、何から始めたらいいのでしょうか？



一人暮らしをするために必要なことを一緒に考えてみましょう！例えば、家事は今どんなことができますか？どんな手伝いがあるといいでしょうか？ほかにも、お金の管理やどこに住むかなど、一つずつ整理していきましょう。

### こんな相談も受けています

- 通所先に行きたくないのだけど、どうしたらいい？
- 息子や娘を一人にするのは心配、どこか居場所はありますか？等



相談は無料です。個人情報等の秘密を守ります。

### 栄区基幹相談支援センター 対象者：障害のある方やご家族など

■桂町711(さかえ次世代交流ステーション1階)  
☎890-6601 fax892-3933 相談時間：平日9時～17時

### 栄区精神障害者生活支援センター 対象者：心の病のある方やご家族など

■小菅ヶ谷3-32-12(小菅ヶ谷地域ケアプラザ2階)  
☎896-0479 fax896-0478  
問合せ時間：平日9時～20時、土曜日9時～17時

### 栄福祉保健センター(栄区役所)

●高齢・障害支援課(18才以上) ☎894-8068 fax893-3083  
●こども家庭支援課(18才未満) ☎894-8959 fax894-8406

問 障害者支援担当 ☎894-8068 fax893-3083



## ハマプロでフレイル予防! 65歳からの健康づくり ハマプロ

「ハマプロ」はフレイル※対策として横浜市が実施する介護予防プログラムです。案内が届いた人はぜひご参加ください。

※加齢による心身機能の低下などの影響で、介護が必要になる可能性が高まった状態

### こんな方が対象です

以下の両方に該当する人に

「ハマプロご招待券」や「参加確認票」が届きます。

- 区内在住の65歳から84歳の人
- 健診やフレイルチェックで体力の低下や栄養状態が心配される人

利用  
無料



詳細は[こちら](#)▲

### 受けられるサポート

参加が確定したら、約2か月間、スポーツクラブで教室形式の講座とプロの指導者によるサポートが受けられます。通うことが難しい人には医療の専門職が家庭訪問などを行います。

問 高齢者支援担当 ☎894-8415 fax893-3083



## 見つけて安心、備えて安心 黄色いのぼり旗訓練を実施します！

栄区では、災害発生時、診療・開局が可能な医療機関・薬局に、目印として黄色いのぼり旗が掲出されます。「もしも」に備えて、お近くの病院や薬局へ行き、のぼり旗を確認しておきましょう！

### 訓練日

9月1日(月) 防災の日

1月16日(金)  
3月11日(水)  
※休診日等の場合、掲出されないことがあります。

黄色いのぼり旗が、  
皆さんの安心の目印になればと思います。



▲医療機関



▲薬局



▲栄区医師会 会長  
内山 智明先生

問 事業企画担当 ☎894-6962 fax895-1759



## 区役所で行う検診などについてのお知らせ 健康づくりカレンダー

子どもや妊産婦が対象の健診等は10ページをご覧ください。

種類	日時・会場	内容	申込み・問合せ先
がん検診 乳がん 予約制 (昭和61年4月1日以前に生まれた女性／2年度に1回)	①9月18日(木)②9月30日(火)9時～12時 区役所新館1階(当日の受付時間は予約時に調整)	以下どちらかを選択 ■ A: 視触診+マンモグラフィ検査(¥1,370円) ■ B: マンモグラフィ検査のみ(¥680円)	申①8月22日(金)、②8月29日(金)から電話で(公財)神奈川県結核予防会(☎251-2363／平日13時～16時)へ
<p>◎【医療機関で実施しているがん検診】「横浜市がん検診(肺、胃、大腸、子宮、乳房、前立腺)」は、実施医療機関で受けられます。 がん検診実施医療機関は、「令和7年度栄福祉保健センターからのお知らせ」をご覧いただか、健康づくり係またはウェブサイトでご確認ください。</p> <p>◎【負担免除】がん検診は、令和7年度内に70歳以上の人(昭和31(1956)年4月1日以前に生まれた人)、令和7年4月1日時点で65歳の人は無料で受診できます。(無料クーポン券必要)そのほか無料になる条件等は、健康づくり係へお問い合わせください。</p>			
<p>ウェブサイトは<a href="#">こちら</a>▲</p>			

健康相談など 生活習慣改善相談	HIV・梅毒検査 HIVやエイズに関する相談 予約制	8月27日(水)9時15分～9時45分 区役所新館2階 ※検査結果は、原則1週間後の同時刻に直接本人に取りに来ていただきます。	¥ 無料(匿名で受付) ※心配なことがあってからHIVは3か月以上、梅毒は6週間以上たっていないと正しい検査結果が出ません。 ※梅毒検査のみの受診はできません。 ※HIV検査等に関する情報は <a href="#">こちら</a> から▼ HIV検査相談マップ 検索 横浜エイズ市民活動センター 検索	申 健康づくり係(☎894-6964)
	管理栄養士による個別相談 予約制	8月21日(木)13時～16時 8月28日(木)9時～12時 9月2日(火)13時～16時 区役所新館2階	¥ 無料 糖尿病、コレステロールが高い、体重コントロールをしたいなどの食事療法の進め方、食習慣の見直し、推定野菜摂取量測定(ベジチェック®)	
	保健師・歯科衛生士による個別相談 予約制	8月28日(木)9時～12時 9月2日(火)13時～16時 区役所新館2階	¥ 無料 保健師 高血圧、脂質異常、糖尿病、高尿酸血症、卒煙などの相談や健診結果の見方、ライフスタイルの見直しについて 歯科衛生士 歯周病、歯みがき、お口の機能を保つ方法などについて	
	精神保健福祉相談 予約制	平日8時45分～12時、13時～17時 区役所本館2階	こころの病やそれに伴う生活上の困りごとなどについて、医療ソーシャルワーカーが対応します。	申 障害者支援担当(☎894-8405)へ

色々なお店がいっぱい

## ①けやきロード本郷台駅前商店会

生鮮食品店、理容店、カフェなど18店舗が並ぶ区内最多の店舗数の商店街です。

会長 田鹿 曜二さん(生花店店主)

冬はイルミネーションを企画しています!

本郷台駅前祭り

昭和49年に地元商店会が発起人となり、「町のにぎわいづくり」を目的として開催されている歴史あるイベントです。

9月6日(土)・7日(日)

本郷台駅前広場

ステージ・模擬店・盆踊り・オープニングパレード・カラオケ大会

心温かい商店街

## ③飯島上町商店会

飯島上町商店会は昭和41年に始まった飯島町にある商店街です。美容室や印刷屋さんなど6つの商店が集まっています。

会長 小平 彰さん(鮮魚店店主)

いいものかそろってます!

店主からのお役立ち情報! さかえの商店街探訪Vol.1

包丁を使わずにアジのから揚げが作れる?

鮮魚店の小平さんにアジの下処理(ワタや背びれの処理)を教えていただきました。小さいアジなら包丁を使わずにから揚げにできますよ。

商店街連載企画の第1弾としてウェブサイト掲載中!

▲詳細は[こちら](#)

昔ながらの素敵なお店の集まり

## ⑤栄通り商店会

昭和62年に設立。全盛期は環状4号線に沿って49店舗が並んでいた歴史ある商店街です。現在は、畠屋さんや園芸屋さんなど合計7店舗の様々なお店が点在しています。

会員 大崎 拓真さん(防水工事店店主)

# さかえの商店街

商店街を取材してきたよ!

地域活動係 ヒライ

行ってみよう! /

商店街は、日々の買い物の場としてだけでなく、お祭りや防犯活動などを通じて、地域コミュニティの中心的な役割を担っています。栄区には、地域の皆さんに長く愛されてきた6つの商店街があり、それぞれに個性豊かなお店が並んでいます。今回の特集では、そんな商店街の魅力やイベント情報を届けします。

商店街MAP

栄区商店街PRウェブサイトがオープン!

QRコード

各商店街の店主にインタビューを行い、商店街の歴史や特色、どのようなお店があるかを商店街毎に紹介しています。身近な商店街の意外な一面を覗けるかも…

区役所や公共施設でも放映中!

おすすめ 1分で紹介! 商店街動画

気の合う仲間が集う商店会

④犬桂商店会

区民まつりなど地域のイベントに出店します!

会員 露木 繁樹さん(いなり専門店店主)

人情味のある商店街

## ⑥新大船商店街

昭和50年に生まれた商店街です。現在は、防水工事店、薬局、美容室の3店舗が営業しています。多くの地元の方が相談に訪れる人情味ある商店街です。

会員 大崎 拓真さん(防水工事店店主)

アットホームな駅近の商店街

## ②本郷台駅前アーケード商店街協同組合

本郷台駅最寄りの商店街です。飲食店を中心に、雑貨屋さんや美容室、歯医者さんなど10店舗が並んでいます。

本郷台駅から徒歩1分! 駅近のアットホームな商店街です!

会員 大堀 通彦さん(タイ料理店主)

egaoフェスティバル

商店街が福祉事業所や芸術団体などと協力して開催する住民の皆さんで作るアートのお祭りです。

10月25日(土)

本郷台駅前公園・駅前広場

ステージ・模擬店・ライブアート・保護犬猫譲渡会

店主からのお役立ち情報! さかえの商店街探訪Vol.2

勘違い?クリーニングのプロに聞く家庭での染み抜き方法!

クリーニング店の岡田さんに、酸素系漂白剤を使った効果的な染み抜きの方法を教えていただきました。商店街連載企画の第2弾としてウェブサイトに掲載中!

▲詳細は[こちら](#)

会員 岡田 寿春さん(クリーニング店店主)

### 編集後記

商店街の会員さんから直接お話を聞き、地域に根ざしたお店の歴史や、新たな挑戦を続けるお店の姿に触れることができました。ぜひ、栄区の商店街を訪れて、時にはお店の人との会話を楽しみながら、地域の温かさと活気を感じてみてください。

□ 地域活動係 ☎894-8391 fax 894-3099



栄区版共通マーク

□日時・期間 □会場 □対象・定員 □講師・出演等(敬称略) □内容 □持ち物 □参加費・料金 □問合せ先 □電話番号 □Fax番号  
 申込方法  当日直接(事前申込み不要)  電話受付  Fax受付  来館受付  WEB受付  メール受付



## こそだて×さかえ

子育てに関する情報をお届けします

子育て情報も発信中!



栄区公式X

△がんばるさかえっこをみんなで応援しよう! /

### 栄区こども青少年スポーツ・文化表彰対象者募集

## 募集期限

9月25日(木)まで

## 対象

区内在住、在学または区内のスポーツ・文化団体等に属する小・中・高校生で、次のいずれかの功績をおさめた児童・生徒等

- ・全国大会、全国コンクール等への出場以上
- ・関東大会、関東コンクール等への3位以内入賞

## 応募方法

WEBまたは郵送、持参(区役所本館2階26番窓口)

□学校連携担当  894-8434  894-8406

自薦・他薦OK!  
栄区民まつりで表彰

▲詳細・応募は  
こちら▲

### 子どもの健診・相談

## ◆乳幼児・妊娠婦歯科相談

歯科医師による健診(乳幼児対象)、相談、歯科衛生士によるブラッシング相談など

□9月10日(水)9時30分~11時

□区役所新館2階歯科相談室

□未就学児・妊娠婦

申WEB

□こども家庭係

□894-8410

□894-8406



乳幼児健診については、個別に郵送される通知をご確認ください

## ◆子どもの食生活相談

離乳食、少食、好き嫌いの相談など

□8月21日(木)・26日(火) 9時~12時

□区役所新館2階栄養相談室 

□健康づくり係

□894-6964  895-1759

## ◆離乳食教室～もぐもぐ2回食～

調理実演、講話、試食など

□8月26日(火) 13時30分~14時45分

□区役所新館2階栄養相談室

□月齢7・8ヶ月頃の乳児と保護者

15組 

※保育はありません

申WEB

□健康づくり係

□894-6964

□895-1759



申込みはこちら▲

### 保育園・幼稚園等からの子育て&イベント情報

保育園・幼稚園・認定こども園では、地域の未就学児に向けたイベントを開催しています。詳しくは、子育て通信「つばみ」をご確認ください。

子育て通信  
「つばみ」は  
こちら▶



季節の制作と一緒に楽しみましょう♪  
「かばくんアート!」(飯島保育園)▶

### 栄区地域子育て支援拠点 にこりんく

〒247-0005 桂町711  898-1615(火~土曜10時~16時)

## ◆パパと一緒にプラレール

パパとレールをつなげて遊びましょう

□8月23日(土)10時30分~11時20分

□1歳~未就学児とパパ15組 

□8月8日(金)12時からWEB

## ◆8月のお誕生会

お誕生日のお友達をみんなでお祝いします。

お誕生日の子どもは足形制作ができます

□8月22日(金)11時30分~11時50分

□未就学児と保護者 

## さかえ info

当月11日~翌月10日を目安にお知らせしています。

区役所への郵送は〒247-0005  
桂町303-19へ。そのほかは各施設へ

### 区役所から

## ◆昼夜ミニコンサート

8月は会場の都合によりコンサートの開催はありません。次回は9月11日(木)に開催します。

□生涯学習支援係

□894-8395  894-3099

## ◆食品衛生責任者実務講習会

□9月19日(金)、10月1日(水)14時30分~16時

□区役所新館3階309号室

□市内食品関係施設の食品衛生責任者各24人 

□食品衛生責任者票(証)、  
筆記用具  来館WEB

(sa-eisei@city.yokohama.lg.jp)

▲詳細・申込み  
はこちら▲

□生活衛生係

□894-6967  895-1759

※市内の食品関係施設で食品衛生責任者になっている人は食品衛生に関する実務講習会を年1回以上受講するよう努めてください。

### 施設から

掲載されていないイベントや

休館日については各施設に

お問い合わせください。



区民利用施設はこちら▲

### SAKAESTA(さかえすた)

- 本郷地区センター
  - さかえ区民活動センター
  - 本郷台駅前地域ケアプラザ
- 〒247-0007 小菅ヶ谷1-5-4  
□392-5157  392-5183

## ◆パネル展開催のお知らせ

区内で活動している施設・団体の紹介パネル展です

□①8月10日(日)12時~31日(日)

②9月2日(火)~30日(火)12時

□①本郷台駅前駅輪場展示スポット

②SAKAESTA

□申当日

## ◆【学習支援】楽習教室 ボランティアの先生と一緒に勉強しよう!

□8月13日・20日・27日、9月3日・10日

(水)15時~17時30分

□小中学生各10人 

□申当日

◆大人の部活動はじめませんか?  
初めてのかぎ編み講座(全3回)

サコッシュ(タッセル付き)を作る初心者向けの講座です  
□9月17日・24日、10月1日(水)14時~16時  
□6人  ￥800円(全3回分)  
□8月13日(水)10時からWEB

## ◆秋の装い講座～お手持ちのスカーフを素敵に活用～

区内出身のスカーフ親善大使も来場します!

□9月23日(火・祝)13時30分~15時

□12人 

□8月14日(木)10時からWEB

## ◆健康長寿の秘訣

## ～体も心もはれ晴れに～

□①9月30日(火)②10月14日(火)

③10月28日(火)10時~11時30分

□各30人 

□①腰痛予防体操②顔ヨガ③栄養改善

□8月19日(火)10時からWEB

## 上郷地区センター

〒247-0013 上郷町1173-5  
☎892-8000 fax 892-8022

◆宿題も個別対応! 楽しい「無料」  
学習支援 てらこやかみごう  
わからないところを先生と一緒に勉強するよ!  
毎週(火)15時~17時  
小中学生各15人 **先着** **申当日**

## ◆夏休みの宿題や復習に!

「無料」てらこやかみごう特別教室  
夏休みの宿題や1学期の復習を持って  
きてね! 1日だけでも可能です  
8月20日(水)~22日(金)  
9時30分~12時  
小中学生各15人 **先着** **申当日**

◆井原西鶴『日本永代蔵』『世間胸算用』  
を読む(全3回)

お金持ちになる秘策、借金取り撃退法  
満載!  
9月2日(火)・8日(月)・22日(月)  
10時~11時45分  
20人 **先着**  
¥600円(全3回分)  
8月15日(金)10時から**来館**

## ◆モーターを作ろう! 「無料」てらこ

やかみごう実験工作教室  
仕組みがわかると楽しいよ! いつものて  
らこやの勉強もできます  
9月2日(火)15時~17時  
小学生10人 **先着**  
8月16日(土)10時から**来館**

## ◆金曜夜の自分にご褒美

身体が整うお疲れ様セルフマッサージ  
スマホやPC、家事などの疲れに。  
手先~肘までのオイルマッサージです  
9月5日(金)19時~20時  
10人 **先着**  
¥500円  
8月16日(土)10時から**来館**

## 桂台地域ケアプラザ

〒247-0034 桂台中4-5  
☎897-1111 fax 897-1119

◆夏季ぼこ~暑い夏を涼しいぼこで  
楽し乗り切ろう! ~  
親子で遊べる楽しい居場所「おもちゃ文  
庫ぼこ」に遊びに来ませんか?  
8月20日(水)・26日(火)10時~12時  
未就学児と保護者 **申当日**

## ◆親子で音あそび!

~簡単な楽器作り~(にこりんく共催)  
簡単な楽器を作つて親子で遊びましょう  
8月30日(土)10時30分~11時30分  
未就学児と保護者10組 **先着**  
8月16日(土)10時からにこりんくへ  
(898-1615)

## 豊田地区センター

〒244-0842 飯島町1368-1  
☎895-1390 fax 895-1480

◆点心講座~皮から手づくり! もち  
ひすい  
もち翡翠水餃子~  
9月3日(水)10時~13時  
12人 **先着** ¥1,300円  
8月16日(土)から**来館**

## ◆初心者歓迎! メンズヨガ(全5回)

9月4日・11日・18日・25日、10月2日  
(木)10時~11時15分  
10人 **先着**  
¥3,000円(全5回分)  
8月16日(土)から**来館**

◆切り絵入門~デザインナイフで描  
く繊細な世界~

お花や動物などの選べるお手本で楽し  
く体験  
9月5日(金)12時30分~14時30分  
8人 **先着**  
¥500円  
8月16日(土)から**来館**

◆敬老の日の贈り物~キラキラ輝  
く! 立体お花の写真立て~

9月14日(日)9時30分~11時30分  
小学生10人 **先着**  
¥500円  
8月16日(土)から**来館** WEB

## ◆親子であそぼう

9月19日(金)10時~11時  
1歳以上の未就園児と保護者14組 **先着**  
¥1組100円  
8月16日(土)から**来館** WEB

## 笠間地域ケアプラザ

〒247-0006 笠間1-1-1  
☎890-0800 fax 890-0864

◆余暇支援イベント スライム&マジック  
作つて楽しい! 見てびっくり! スライムづ  
くりとマジックショー!

8月31日(日)13時30分~15時  
個別支援学級・特別支援学校に通う  
小中学生10人と保護者 **先着**  
¥200円 **申** 来館

## 中野地域ケアプラザ

〒247-0015 中野町400-2  
☎896-0711 fax 896-0713

◆スマホ相談会  
スマホのちょっとした疑問を学生ボラン  
ティアさんに尋ねてみよう!  
9月11日(木)13時30分~15時  
8人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## ◆クロスロードde防災デビュー

クロスロードゲームを使って防災のこと  
を話しましょう!  
9月23日(火・祝)10時~12時  
小学生以上20人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## 野七里地域ケアプラザ

〒247-0024 野七里1-2-31  
☎890-5331 fax 890-5332

## ◆のしちり歌広場♪

貸室利用団体の皆さんの演奏に合わせ  
てみんなで一緒に歌いましょう!  
8月17日(日)14時~15時  
35人 **先着** ¥100円  
8月16日(土)から**来館**

## ◆在宅での看取りについて

高齢者の在宅での看取りについて訪問  
医から様々なことを聞いてみませんか?  
9月10日(水)13時30分~15時  
35人 **先着**  
8月10日(日)から**来館**

◆介護保険と福祉用具・住宅改修に  
ついての講座

介護保険制度と福祉用具や住宅改修工事  
について学びませんか?  
9月18日(木)13時30分~15時  
35人 **先着**  
8月10日(日)から**来館**

## 上郷矢沢コミュニティハウス

〒247-0033 桂台南2-34-2  
☎895-1037 fax 896-2406

## ◆ヨガ体操教室(全5回)

ヨガ体操で心と身体のリフレッシュ! 健  
康UP!  
8月24日、9月14日・28日、10月12日・  
26日(日)10時30分~11時30分  
25人 **先着**  
ヨガマット(大きめのバスタオル可)  
¥500円(全5回分)  
8月11日(月・祝)9時から**来館**

## ◆ハスワーク教室

お彼岸に飾る韓国製のハス紙を使った  
ハス作り。明かりが灯ります  
9月13日(土)13時~15時  
10人 **先着**  
¥1,000円  
8月12日(火)9時から**来館**

## 飯島コミュニティハウス

〒244-0842 飯島町1863-5  
☎891-1766 fax 891-1786

## ◆モーニング・ヨガ(全3回)

9月7日・21日、10月5日(日)10時~  
11時  
小学生以上15人 **先着**  
¥500円(全3回分)  
8月11日(月・祝)9時から**来館**

◆井原西鶴『日本永代蔵』『世間胸算用』  
を読む(全3回)

お金持ちになる秘策・借金取り撃退法  
満載!  
9月18日・25日、10月2日(木)10時~  
11時45分  
30人 **先着** ¥600円(全3回分)  
8月11日(月・祝)9時から**来館**

## 豊田地域ケアプラザ

〒244-0842 飯島町1368-10  
☎864-5144 fax 864-5904

## ◆子育てティーサロン

乳幼児のお子さんとお母さんお父さん  
などなたでも気軽に遊べます!  
8月15日、9月5日(金)10時~11時  
30分  
乳幼児と保護者  
申当日

## ◆保育士と遊ぼう!(飯島保育園共催)

9月4日(木)10時~11時  
未就園児と保護者10組 **先着**  
8月12日(火)から**来館**

## ◆父親サロン 父親の交流の場!

8月30日、9月6日・20日(土)10時  
30分~12時  
未就園児と保護者10組 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## 老人福祉センター 横浜市 翠風荘

〒247-0024 野七里2-21-1  
☎891-4141 fax 891-4143  
60歳以上で本人か子ども・孫が市内  
在住の人

## ◆ひばりエクササイズ

美空ひばりさんの曲に合わせてゆったり  
と身体を動かします  
9月12日(金)10時~11時30分  
20人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## ◆素敵な押し花ミニフレーム額作り

好きな押し花を選んでオリジナルのミニ  
フレームを作りましょう  
9月22日(月)13時~15時  
6人 **先着** ピンセット  
¥800円(材料費)  
8月11日(月・祝)~9月1日(月)**来館**

◆Q-ren&ZUMBA 軽快なリズム  
でエクササイズ

ZUMBA Goldからステップアップ! 少  
しハードです  
9月24日(水)10時~11時30分  
10人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## ◆自彌術で自身を強くしよう

31動作の体操を通じて筋肉を強化し  
柔軟性を高め心身の調和を促します  
9月26日(金)13時30分~15時  
15人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## ◆第103回 翠のサロン

ピアノソロ ミニ・コンサート~  
緑豊かな翠風荘でプロの演奏を聴きま  
せんか  
9月28日(日)13時30分~14時30分  
50人 **先着**  
8月11日(月・祝)から**来館**

## さかえ次世代交流ステーション

〒247-0005 桂町711

◆ステーションまつり～ずっと、いつしょに～  
日頃の感謝を込めて、地域の方々と各事業所の利用者でお祭りを開催します  
⑨9月6日(土)10時～14時 ￥模擬店  
は実費 申~~当~~ 間サポートセンター<sup>窓</sup>  
☎890-6601/にこりんく☎898-1615

## 栄公会堂

〒247-0005 桂町279-29



☎894-9901 fax 894-9902

◆光る短歌うちわをつくろう  
夏休みの思い出を短歌に！光る短歌  
うちわをつくろう  
⑨8月17日(日)13時～15時  
曲上郷地区センター 小学生10人 先着  
￥800円 申~~来~~館

## 栄スポーツセンター

〒247-0005 桂町279-29



☎894-9503 fax 894-9505

◆スポーツ医事相談「認知症と運動の関係性について」講演会  
横浜スポーツ医会の内科医師によるミニ講演会の後、体組成測定を行います  
⑨9月13日(土)15時～17時  
市内在住の人20人 先着  
申8月11日(月・祝)から~~来~~館  
共催:横浜スポーツ医会

◆栄区グラウンドゴルフ交流会  
当日組んだパーティによるラウンドの個人戦！  
⑨9月14日(日)9時～12時※雨天中止  
曲本郷中学校グラウンド 小学生以上64人 抽選 ￥300円(保険料込み)  
申8月11日(月・祝)～31日(日)に申込書に①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号⑥領収書のあて名(団体の場合)を記入の上郵送、持参または~~来~~sawayaka@yspc.or.jp  
間栄区さわやかスポーツ普及委員会 事務局 ☎640-0014

## 栄図書館

〒247-0014 公田町634-9

☎891-2801 fax 891-2803

◆かながわこどもひろば おはなし会  
絵本の読み聞かせやストーリーテリングなどを行います  
⑨8月23日(土)14時～14時30分  
3歳頃～ 申~~当~~

◆親子のおはなし会  
赤ちゃんと一緒に絵本やわらべ歌を楽しめませんか？  
⑨8月26日(火)11時～11時20分  
4か月～3歳頃までのお子さんと保護者5組 先着  
申8月19日(火)9時30分から~~来~~館

◆おはなし会  
司書によるおはなし会を行います  
⑨9月10日(水)16時～16時30分  
4歳頃～ 申~~当~~

## 横浜自然観察の森 自然観察センター

〒247-0013 上郷町1562-1

☎894-7474 fax 894-8892

◆ガイドウォーク 季節の森を歩こう  
森の生き物に親しむ1時間の自然観察  
ガイドウォーク  
⑨9月7日(日)①11時～12時②13時～14時 各25人 先着  
①10時30分から②12時30分から~~当~~  
※詳細は横浜自然観察の森ウェブサイトをご確認ください

## ◆森を守るボランティア体験

観察の森のボランティア活動をレンジャーと友の会がご案内します！  
⑨9月28日(日)9時30分～12時 小学生以上10人 先着(小学生は保護者同伴)  
⑨8月28日(木)～9月21日(日)WEB  
yokohama-nc@wbsj.org  
※詳細は横浜自然観察の森ウェブサイトをご確認ください

## 本郷ふじやま公園

〒247-0009 鍛冶ヶ谷1-20

☎896-0590 fax 896-0593

申~~来~~往復はがきは①イベント名②〒住所③氏名④電話番号を書いて本郷ふじやま公園へ(締切日必着)

## ◆いろいろ端むかし話の会

語るもよし聞くもよしむかし話を楽しみましょう  
⑨8月21日(木)10時～11時  
10人 先着 申~~当~~

## ◆絵手紙(全4回)

絵手紙で小さな楽しみを見つけ、心豊かに過ごしてみませんか  
⑨9月9日・30日、10月7日・21日(火)13時～15時30分  
6人 抽選 ￥700円(全4回分)  
⑨8月31日(日)までに~~来~~館WEB  
または往復はがき

## ◆和布細工(全2回)

可愛い3猿(見ざる、言わざる、聞かざる)を作ります  
⑨9月10日・17日(水)13時～15時30分  
6人 抽選 ￥2,000円(全2回分)  
⑨8月21日(木)までに~~来~~館WEB  
または往復はがき

## ◆里山のそば打ち塾

手打ちそばを体験しましょう  
⑨9月20日(土)10時～12時30分  
6人 抽選 ￥1,100円  
⑨8月31日(日)までに~~来~~館WEB  
または往復はがき

## ◆フラワーアレンジメント

秋らしいシックなアレンジ  
⑨9月25日(木)13時30分～15時30分  
6人 抽選 ￥2,500円  
⑨9月12日(金)までに~~来~~館WEB  
または往復はがき

## 男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1

☎862-5052 fax 865-4671

◆心とからだを整える産後のセルフケア※

赤ちゃんと一緒にバランスボールを使って、楽しみながら産後の不調を改善  
⑨9月9日(火)10時～11時30分  
女性16人 先着(生後2か月～210日の乳児1人同伴可)  
￥1,000円  
⑨8月15日(金)9時からWEB

## ◆女性のしごと生活設計相談※

現在の収入・資産・年金などを含めた、今後の生活設計についての相談  
⑨9月20日(土)13時～13時50分、14時～14時50分、15時～15時50分  
各女性1人 先着  
⑨8月11日(月・祝)9時から~~来~~館

## ◆女性向けPC講座「情報セキュリティ」※

インターネットの仕組みやトラブル、安全対策について学ぼう！  
⑨9月24日(水)10時～15時30分  
女性15人 先着  
￥6,100円  
⑨8月15日(金)9時30分からWEB  
または(862-4496)

※保育あり(生後2か月～未就学児、有料、4日前までに要予約)~~来~~(862-4750)

## 舞岡公園 小谷戸の里

〒244-0813 戸塚区舞岡町1764

☎824-0107

## ◆自然観察会～夏の里山～

⑨8月24日(日)13時～15時  
※雨天中止、小学生以下保護者同伴  
申~~当~~

## ◆竹細工～花器作り

⑨9月21日(日)9時30分～12時  
10組 先着(1組5人まで、小学生以下保護者同伴)  
￥1個600円(1組2個まで)  
⑨8月30日(土)9時から~~来~~館

## ◆お月見会

⑨10月5日(日)18時～19時30分  
※雨天中止  
60人 抽選(1組5人まで、中学生以下保護者同伴)  
小学生以上1人500円  
⑨9月6日(土)9時～9日(火)17時WEB

## あーすぶらざ

〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1

☎896-2121 fax 896-2299

## ◆上映会「はだしのゲン」

⑨8月12日(火)・13日(水)14時～15時30分(13時30分開場)  
各120人 先着 申~~当~~

◆読み聞かせ&ブックトーク  
ペルシャ語にふれよう！

⑨8月17日(日)13時～13時30分  
20人 先着 申~~当~~

## 栄区民文化センター リリス

〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1 ☎ 896-2000 fax 896-2200

## ◆Lilis×YAMATO String Quartet Concert Series No.3

待望の新シリーズ第3弾！30周年を迎えたYSQによる注目のベートーヴェン全曲演奏  
⑨10月26日(日)14時～(13時30分開場)  
300人 先着 石田泰尚(ヴァイオリン)、執行恒宏(ヴァイオリン)、榎戸崇浩(ヴィオラ)、阪田宏彰(チェロ) ￥5,500円(全席指定) 申下記の通り

## ◆午後の音楽会第181回 片山遙 ヴァイオリンリサイタル

トゥールーズで活躍する鎌倉出身の若きヴァイオリンリストが奏でるフランスの息吹  
⑨11月7日(金)14時～(13時30分開場)  
300人 先着 片山遙(ヴァイオリン)、和田華音(ピアノ)  
1,500円(全席指定) 申下記の通り

申込み	販売期間		購入方法
	Lilis×YAMATO String Quartet Concert Series No.3	午後の音楽会 第181回	
先行	リリス LINEチケット	9月6日(土)10時～12日(金)10時	LINEで友だち追加して購入(詳細はWEB)
一般発売	一般券	9月13日(土)10時～	9月5日(金)10時～ 来館
		9月13日(土)14時～	9月5日(金)14時～ WEB
	リリス LINEチケット	9月13日(土)14時～	LINEで友だち追加して購入(詳細はWEB)