

# SEYA 9月号

No. 347



横浜グリーンエキスポ

開催まで

あと **199日**

(9月1日現在)

幸せが実感できる  
瀬谷づくり

～思い出も 未来も共に この瀬谷で～

横浜グリーンエキスポ開催まであと半年！



あの「万博おばあちゃん」がやってくる！

万博を愛し、ギネス世界記録®にも認定された  
山田 外美代さんが特別ゲストとして瀬谷に登場！  
子どもから大人まで一緒に「見て、聞いて、体験して」  
みんなで横浜グリーンエキスポを盛り上げよう！

日時 **9月12日(土)**  
10時～15時  
会場 **相鉄ライフ三ツ境**  
3階・4階

入場  
無料

世界中の万博を巡って  
ギネス世界記録！

「万博おばあちゃん」  
山田 外美代さん



特別な企画が盛りだくさん！ 詳しくは8ページの特集へ ▶

見つけよう！ 瀬谷の“おいしい”



コラム 第17回

地元のおいしいグルメを  
ご紹介します

瀬谷区では、地元で愛され、親しまれている名品や名店を  
「瀬谷の逸品」に認定し、瀬谷の魅力として広く発信しています。

ことり洋菓子店

(令和7年度新規認定)



住所 瀬谷三丁目7-19

営業時間 11時～19時

休業日 月・火・日曜日(不定休あり)

瀬谷駅近くの住宅街にある洋菓子店。やさしく可愛らしい雰囲気  
の店内に並ぶ焼菓子は、素材選びから製法まで丁寧に作られており、  
そのおいしさから多くのファンに愛されています。

「プリン」は、バニラビーンズや神奈川県産の濃厚な卵を使用しており、  
固すぎず柔らかすぎない、なめらかな口当たりが自慢です。焼菓子の  
種類も豊富で、日常のおやつや土産としても親しまれています。

※営業日時等は変更する場合があります。詳細は店舗へお問い合わせください。

●問合せ 区役所地域活動係 ☎045-367-5691 ☎045-367-4423

パンフレット配布中！

●瀬谷の逸品

瀬谷の逸品に認定された店舗  
を全て掲載している、瀬谷の  
“おいしい”が詰まった1冊です。

配布場所 ▶ 区役所3階  
34番窓口



●瀬谷地産地消マップ

瀬谷区内で生産された農畜産  
物を、買ったり味わったりでき  
るスポットをまとめた冊子です。

配布場所 ▶ 区役所3階  
37番窓口



瀬谷区WEBからも  
ご覧いただけます！



●問合せ 瀬谷の逸品：区役所地域活動係

☎045-367-5691 ☎045-367-4423

地産地消マップ：区役所企画調整係

☎045-367-5632 ☎045-365-1170

## 瀬谷フェスティバル

日時 **10月18日(日) 10時～15時**

会場 第1会場：**ニツ橋公園**(ニツ橋町83-1)・瀬谷公会堂・区役所

第2会場：**瀬谷土木事務所**(三ツ境153-7)

2つの会場での開催となります。ご来場の際には、  
お間違いのないようご注意ください。

●問合せ 区役所地域活動係 ☎045-367-5691 ☎045-367-4423

★会場には駐車場・駐輪場はありません。

★会場間はシャトルバスを運行します。

※ イベント内容の詳細は、広報よこはま瀬谷区版10月号でお伝えします。



瀬谷区役所 〒246-0021 ニツ橋町190

☎045-367-5656 (代表電話)

☎045-365-1170

瀬谷区WEBはこちら

9月の土曜日開庁 12日・26日 時間：9時～12時 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。







- 原則として今月11日以降の記事を掲載。
- 特に記載のない場合は、無料。
- 区役所への送付は「〒246-0021 ニツ橋町190 瀬谷区役所〇〇〇係・担当」
- 掲載されているイベント等は中止・延期・実施内容の変更をすることがあります。事前に各問合せ先やウェブページなどご確認ください。



## 横浜FC せや区民DAY

2026/27 明治安田J2リーグ第16節 横浜FC vs 藤枝MYFC

横浜FCホームゲームに先着1,000人をご招待！抽選で、ウォーミングアップ見学や選手との写真撮影など、区民限定のイベントも体験できます。

日 11月7日(土)14時キックオフ ※12時開場予定 所 ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川区三ツ沢西町3-1) 区内在住・在勤・在学・在園の人とその家族 1,000人 入 2枚まで無料 ※3枚目以降は大人3,100円、高校生以下1,100円で購入可 ※チケット1枚につき発券手数料110円 日 10月10日10時～11月7日14時(キックオフ)まで 横浜FC WEB (二次元コード)から ※詳細は横浜FC WEB へ



区 横浜FC 区 045-443-6592  
区役所区民協働推進係 区 045-367-5694 区 045-367-4423



## レーヴェ横浜コラボイベント ビーチサッカー体験 & THE PRIDE BEACH GAMES※ 観戦！

※ THE PRIDE BEACH GAMES：全国の強豪8チームによるトーナメント戦

日本トップクラスのビーチサッカーチーム「レーヴェ横浜」と、“瀬谷のビーチ”で楽しく体を動かそう！

日 10月12日(月・祝)13時30分～15時45分 ※13時から受付 ※雨天中止

所 LÖPE BEACH PARK Supported by F.O.P.inc (中屋敷三丁目21-2) ※当日は瀬谷駅からシャトルバスを運行

対 区内在住・在園・在学の5歳～小学生と保護者 25組 入

日 ●はだしでビーチサッカー体験 ●トップ選手とハイタッチ  
●THE PRIDE BEACH GAMES観戦 ●健康測定 など  
キッチンカーやキッズコーナーなどのお楽しみもあります！

持 運動できる服装、飲み物、サンダル

申 9月24日まで 電子申請 (二次元コード)から



区 区役所区民協働推進係 区 045-367-5696 区 045-367-4423



写真提供：レーヴェ横浜

## 横浜グリーンエキスポを地元瀬谷から盛り上げよう！

# 瀬谷オープンガーデン2027 参加会場募集中

あなたの自慢のお庭や花壇を公開してみませんか

オープンガーデンとは  
個人宅のお庭や地域の皆さんが手入れしている花壇などを会場として、皆さんに自由に巡って楽しんでいただくイベントです。

9月1日～10月16日(日)まで 電子申請 (二次元コード)から、または所定の応募票を郵か回か面かで問合せ先へ

申込み ※チラシ兼応募票は、区役所3階37番窓口、区民利用施設、三ツ境駅、瀬谷駅、いずみ野駅で配布中。瀬谷区 WEB からダウンロード可。  
※詳細は瀬谷区 WEB へ



瀬谷オープンガーデン2027開催期間(予定)

開放期間 ▶ 2027年4月16日(金)～18日(日)、5月7日(金)～9日(日)  
外からの見学自由期間 ▶ 2027年3月19日(金)～5月9日(日)

区 区役所企画調整係(3階37番窓口) 区 045-367-5632  
区 045-365-1170 区 se-kikaku@city.yokohama.lg.jp

## 瀬谷区 安全・安心まちづくりの集い

10月11日～20日は、安全・安心まちづくり旬間です。身近な歌や落語を楽しみながら、防犯意識を高めましょう。

日 10月9日(金)13時30分～15時30分 ※13時開場

所 瀬谷公会堂 入 470人 入

日 ①防犯落語とミニトーク ②ミニライブ

タレント 田代 沙織 氏 シンガーソングライター 佐久間 彩加 氏

区 区役所地域活動係 区 045-367-5699 区 045-367-4423



## 難病講演会 炎症性腸疾患

日 ①10月10日(土) ②11月14日(土) いずれも10時～12時

所 区役所5階大会議室

対 市内在住の患者本人、家族 ①・②各日30人 入

講 ①杏林大学消化器内科学教授 久松 理一 医師、機能強化型多摩小金井認定栄養ケア・ステーション管理栄養士 斎藤 恵子 氏  
②北里研究所病院ソーシャルワーカー 村崎 美和 氏

内 ①病気の理解と食事 ②治療と仕事の両立支援、交流会

申 9月11日から 電子申請 (二次元コード)から、または区で問合せ先へ



区 区役所高齢者支援担当 区 045-367-5716 区 045-364-2346

## 民生委員が訪問・電話でご様子を伺います

民生委員は、生活上の困り事などがある時、必要な支援を受けられるよう地域ケアプラザや区役所へつなぐ「つなぎ役」です。日頃の心配事などがありましたらご相談ください。

対 ①75歳以上のひとり暮らしの人 等  
②災害時要援護者支援事業で民生委員への情報提供に同意した人



区 ①区役所運営企画係 区 045-367-5710 区 045-365-5718  
②区役所福祉保健相談係 区 045-367-5713 区 045-364-2346

## 生活相談・食料品配分会を開催します

過去に新型コロナウイルス特例貸付(緊急小口資金・総合支援資金)を受け、返済にお困りの区民を対象に、生活の相談をお受けします。当日相談された人には、食料品をお渡しします。

日 ①9月29日(火) ②10月6日(火) いずれも13時～16時

所 ①おあしす102(瀬谷町5812 細谷戸ハイツ4-6-102)  
②中屋敷地域ケアプラザ(中屋敷二丁目18-6) 入 各日3人 入

日 9月11日9時30分～16日16時30分まで 申込みフォーム(二次元コード)から、または区か区で氏名、生年月日、電話番号、参加希望日を問合せ先へ



区 瀬谷区社会福祉協議会 区 045-361-2117 区 045-361-2328



●「※詳細は瀬谷区WEBへ」「※詳細は横浜市WEBへ」とあるものは、それぞれ「瀬谷区 ○○○」または「横浜市 ○○○」で検索(○○○はイベント名・事業名)

マーク  
の  
説明

☎電話 ☎ファクス ✉Eメール WEBウェブページ 🏠休館日 📅日時・期間 📍場所 🎯対象・定員 🕒先着 📦抽選 📄内容 💰費用 🎒持ち物  
🗣講師または出演者 🏠保育 📄申込み 📞問合せ 📅当日直接 📅事前に直接 📄往復はがき 📄はがき 📄返信用はがき持参 📄郵送 (着)必着  
(消)消印有効 📄重要事項 行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきは返信面を明記 📄電子申請 横浜市電子申請・届出システム



## あなたの思いを、瀬谷区の未来へ

「これからの瀬谷区を何らかの形で応援したい」。そんな思いを地域の力につなげる方法として「区への寄附」をご用意しています。

区役所では、将来を見据えた区への遺贈や相続財産の、現金による寄附などに関するご相談を受け付けています。

また、4月からは「**横浜市ふるさと納税サイト**」を通じて、**区を指定した寄附**ができるようになりました。

いただいた寄附は、寄附者のご意向を踏まえながら、瀬谷区で実施する事業などに活用させていただきます。

☎区役所予算調整係 ☎045-367-5613 ☎045-366-9657

詳細はこちら





## 区役所2階区民ホールの展示・催し

動物愛護週間パネル展 ▶ 9月14日(月)～30日(水)

福祉事業所バザー ▶ 9月15日(火)11時～13時

結核・呼吸器感染症予防週間パネル展 ▶ 9月24日(木)～10月6日(火)

プラスチックごみ・食品ロス削減キャンペーン  
▶ 10月7日(水)9時30分～11時30分、13時30分～15時30分

特設行政相談 ▶ 10月8日(木)13時～16時

※時間の記載のないものは、開庁日の開庁時間内に開催しています。  
※公共交通機関をご利用ください。区役所駐車場は有料です。

## 介護者への支援・もの忘れ相談

つどい …介護者のつどい(高齢者などを介護しているご家族のための場です)

| 日 時                                  | 内 容                                                       |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 9月14日(月)<br>13時30分～15時30分            | <b>つどい</b> わらべの会「座談会」<br>☎区役所5階健康相談室 ☎045-367-5716        |
| 10月16日(金)<br>①14時 ②14時40分<br>③15時20分 | もの忘れ相談(専門医が相談に応じます)<br>☎区役所4階40番窓口 📄各回1組 ☎9月11日から ☎で問合せ先へ |

※介護こころ相談室は事前予約制です。次回(11月)の詳細は、10月号でお知らせします。

☎区役所高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

## 福祉保健センターからの相談・教室・健診等のお知らせ

☎電話 ▶ 予約・問合せ参照    FAX ▶ 子育て支援担当・こどもの権利擁護担当・こども家庭係 ▶ ☎045-367-2943 / 健康づくり係 ▶ ☎045-365-5718

※予約方法にWEBアイコンのあるものは、各相談・教室のウェブページから申込み可

| 種類・対象      |                          |     | 日時(★は受付時間)                               | 会場・受診(予約)方法・費用・内容・持ち物ほか                                                     | 予約・問合せ                            |
|------------|--------------------------|-----|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| こども・子育て中の人 | こども家庭相談                  |     | 月～金曜日(祝日を除く)<br>8時45分～12時、<br>13時～17時    | 区役所4階40番窓口 電話による妊娠期・乳幼児期から思春期までの<br>さまざまな相談 ※面談相談は要予約                       | 子育て支援担当<br>☎045-367-5747          |
|            | こどもからの相談                 |     |                                          | 区役所4階40番窓口 18歳までのお子さん自身からの、親子関係や家族の<br>悩みなどのさまざまな相談                         | こどもの権利擁護担当<br>☎045-367-5609       |
|            | 妊産婦健康相談・<br>母乳(授乳)相談     |     | 9月25日(金)<br>13時30分～15時★                  | 区役所5階 予約制 妊娠・出産、産後のお母さんの健康や母乳の与え方等<br>の相談 母子健康手帳、タオル(母乳・授乳相談時)              | 子育て支援担当<br>☎045-367-5778          |
|            | 乳幼児歯科相談・<br>妊産婦歯科相談      |     | 9月16日(水)<br>13時30分～15時                   | 区役所5階 予約制 予約は前日までにWEBから 0歳～就学前の乳幼児または<br>妊産婦(産後1年未満まで)の歯科相談 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ | こども家庭係<br>☎045-367-5760           |
|            | こどもの食事相談                 |     | 9月18日(金)9時～11時★                          | 区役所5階 予約制 こどもの食生活についての相談                                                    | 健康づくり係<br>☎045-367-5746           |
|            | 離乳食教室<br>(生後7～11か月児の養育者) |     | 9月18日(金)<br>13時30分～15時                   | 区役所5階 予約制 先着15組 予約はWEBから 離乳食のすすめ方についての話、<br>調理実演等 お子さん用エプロン、スプーン            |                                   |
|            | 母親(両親)教室                 |     | 日程は瀬谷区WEB等で<br>ご確認ください。                  | 区役所5階 予約制 初めての出産の心配を解消するための教室<br>母子健康手帳、筆記用具、テキスト「子育てガイドブック」、お茶などの水分        | 子育て支援担当<br>☎045-367-5778          |
|            | 乳幼児<br>健康診査              | 3歳児 | 9月24日(木)、10月8日(木)<br>12時35分～13時20分★      | 区役所5階 指定日に直接来所<br>※対象者には、健診日の2週間前までに通知書を郵送します。<br>各月齢に達した月または翌月が健診日となります。   | こども家庭係<br>☎045-367-5760           |
| 若者         | 若者のための専門相談               |     | 9月15日(火)、10月6日(火)<br>13時30分～16時20分       | 区役所4階40番窓口 予約制<br>15歳～39歳の若者とその家族、また、支援者や地域の人などを対象とした、<br>若者のさまざまな問題についての相談 | よこはま<br>西部ユースプラザ<br>☎045-744-8344 |
| 一般         | HIV(エイズ)・梅毒検査            |     | 月曜日(祝日を除く)<br>9時30分～10時                  | 区役所5階 予約制 匿名<br>HIV・梅毒の検査・相談 ※1種類のための申込みはできません                              | 健康づくり係<br>☎045-367-5744           |
|            | 女性の健康相談                  |     | 月～金曜日(祝日を除く)<br>9時～12時、13時～17時           | 区役所4階40番窓口 原則予約制<br>受胎調節・不妊治療・思春期から更年期までの健康相談                               | 子育て支援担当<br>☎045-367-5778          |
|            | 女性福祉相談                   |     | 月～金曜日(祝日を除く)<br>9時30分～12時、<br>13時～16時30分 | 区役所4階40番窓口 原則予約制<br>女性の抱えるさまざまな悩みや問題の相談                                     | 子育て支援担当<br>☎045-367-5703          |
|            | 生活習慣改善相談<br>(禁煙相談も含む)    |     | 9月16日(水)午後、<br>10月7日(水)午前<br>※予約時に時間指定   | 区役所5階 予約制 食事や運動習慣、禁煙、口腔衛生のことなど、保健師・<br>栄養士・歯科衛生士がアドバイスします。                  | 健康づくり係<br>☎045-367-5744           |

●横浜市では、市内医療機関にて横浜市がん検診[肺・胃・大腸・乳・子宮・PSA検査(前立腺)]を行っています。詳しくは 横浜市がん検診 検索



## 特集 1

## 横浜グリーンエキスポ 開催半年前記念イベント



この日だけの特別な企画が盛りだくさん！

日時 9月12日(土)  
10時～15時

入場  
無料

会場 相鉄ライフ三ツ境 3階・4階

主催：横浜国際園芸博覧会瀬谷区推進協議会・  
相鉄グループ・瀬谷区役所

後援：公益社団法人2027年国際園芸博覧会協会

問合せ 区役所企画調整係(3階37番窓口)  
☎045-367-5632 ☎045-365-1170

## 万博の楽しさ 次は瀬谷で花ひらく

## 3階 コミュニティスペース

## 知ればもっと楽しみになる！

万博おばあちゃんが  
語る万博の魅力

2025年大阪・関西万博の開催地・大阪市此花区との交流をきっかけに、「万博おばあちゃん」の山田 外美代さんを特別ゲストとして瀬谷にお迎えします！

これまで巡った万博の体験をもとに、万博の面白さや魅力、そして、横浜グリーンエキスポに向けた思いなどをたっぷりお話しいただきます。

●予約不要 ①10時30分～11時 ②14時30分～15時

沖永良部島生まれの  
えらぶゆりの球根  
プレゼント

協力：瀬谷区美術協会



明治期に横浜港から  
欧米諸国に輸出され、  
世界中で親しまれました

9月に植えると  
開催期間中の6月に  
白い花を咲かせます

先着  
200人

## クイズとゲームで学ぼう！ みんなで脱炭素宣言！

横浜グリーンエキスポのテーマの1つである「脱炭素」を楽しみながら学べるイベントです。



慶應義塾大学 川久保 俊 准教授

協力：慶應義塾大学理工学部システムデザイン工学科 川久保研究室

2050年の未来を変える！  
脱炭素ボードゲーム大会

参加者には  
プレゼントも！

①11時15分 ②12時  
③12時45分 ④13時30分  
各回 約30分

- 小学2年生以上推奨
- 各回開始15分前から  
整理券配布
- 各回先着18人

## 脱炭素 アクションクイズ

●随時受付



※なくなり次第終了



## モールでお花づくり



小さなお子さんから大人まで  
楽しめるワークショップです。

- 予約不要
- 有料：50円

協力：瀬谷区子育て応援ネット

開催100日前記念イベント  
出展者募集

横浜グリーンエキスポ開催100日前を記念して  
実施するイベントへの出展者を募集します。

開催日時▶12月13日(日)10時～15時

開催場所▶二ツ橋公園(二ツ橋町83-1)、区役所

出展料▶無料

参加資格▶①横浜グリーンエキスポに関連した出展  
内容(花・緑・農・環境等)を予定して  
いること

②「出展募集要項」に同意し、その他参  
加資格を満たしていること ※出展募  
集要項詳細は瀬谷区WEBを確認

申込み▶9月30日まで [電子申請](#)(二次元コード)  
から、または所定の出展申込書を直接  
問合せ先へ

※出展申込書は、区役所3階37番  
窓口または区内公共施設で配布。  
瀬谷区WEBからもダウンロード可。



## 4階

## “瀬谷の花”でつなぐ地域の魅力発信

## 瀬谷の花写真展示

瀬谷区内で撮影された花の写真を展示  
します。花と緑あふれる開催地元区瀬谷の豊  
かな魅力を感じてください。



ほかにも横浜グリーンエキスポの公式グッズ販売など、お楽しみ企画がいっぱい！



特集  
2

# 認知症になっても安心して

## 暮らせるまち 瀬谷

認知症は、誰でもなる可能性のある身近な病気です。

もし自分や家族・大切な人が認知症になっても、安心して暮らし続けることのできるまちをつくっていきましょう。

●問合せ 区役所高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

こんなことは  
ありませんか？

- ☐ 同じことを何度も聞く
- ☐ 約束の日時や場所を忘れる



- ☐ お風呂に入るのが面倒になる
- ☐ 着替えをしなくなる



認知症かもしれない…と思ったら、まず相談しましょう！

●相談窓口（区役所またはお近くの地域ケアプラザでご相談ください。）

| 機関名                                    | 電話           | FAX          |
|----------------------------------------|--------------|--------------|
| 区役所高齢者支援担当(4階40番窓口)                    | 045-367-5716 | 045-364-2346 |
| 二ツ橋地域ケアプラザ<br>(二ツ橋町83-4)               | 045-361-9807 | 045-361-9868 |
| 二ツ橋第二地域ケアプラザ<br>(二ツ橋町469 せやまる・ふれあい館1階) | 045-360-7855 | 045-360-6800 |
| 阿久和地域ケアプラザ<br>(阿久和南二丁目9-2)             | 045-365-9906 | 045-365-9894 |
| 中屋敷地域ケアプラザ<br>(中屋敷二丁目18-6)             | 045-303-8100 | 045-303-8111 |
| 下瀬谷地域ケアプラザ<br>(下瀬谷二丁目44-6)             | 045-304-1291 | 045-304-1259 |

●これをもって「かかりつけ医」に行こう



もの忘れが始まったと思ったら、まずかかりつけ医に相談しましょう。受診の時に医師に伝える内容の整理に活用できるリーフレットを無料で配布しています。

配布場所 ▶ 区役所4階40番窓口  
各地域ケアプラザ



●もの忘れ相談 要予約

もの忘れなど気になる症状について専門の医師に相談できます。

介護を  
している  
人へ

●わらべの会

認知症の人を介護する家族の会

会場 ▶ 区役所5階 日時 ▶ 原則毎月第2月曜日 午後

●介護こころ相談室 要予約

家族介護者の悩みをカウンセラーがお聞きします

会場 ▶ 区役所4階40番窓口 日時 ▶ 奇数月第3火曜日 午前

※もの忘れ相談、わらべの会、介護こころ相談室の日程は、7ページをご覧ください。

## 「チームオレンジ」認知症の人にも「自分らしさ」を大切に

～いつまでも安心して暮らせるまちづくり～

※「チームオレンジ」とは、認知症の人が自分らしく過ごせる地域づくりを進める取組です。

認知症の人やご家族、認知症が気になる人、地域の人など、どなたでも参加できる場所です。お茶を飲みながら、ゆったり過ごしたり、おしゃべりや情報交換や相談をしたりできる場です。



認知症カフェ

にじいろカフェ

日時 ▶ 毎月第3水曜日 10時～11時30分

会場 ▶ みんなの広場 福福(南台二丁目14-4) 費用 ▶ 100円

妻が安心してコミュニティを持てる場所として、デイケアとは違い2人で一緒に毎回楽しく参加しています。

カフェ  
利用者  
家族



2022年6月からにじいろカフェを始めました。お茶を飲み楽しんでいただける場になればと毎回笑顔で取り組んでいます。

運営者



カフェ・アラニ

日時 ▶ 不定期

会場 ▶ 下瀬谷地域ケアプラザ

費用 ▶ 200円

カフェ・カルム

日時 ▶ 偶数月第3土曜日

13時30分～15時

会場 ▶ カフェ・カルム(瀬谷五丁目15-6)

費用 ▶ 200円

カフェ・ド せや

日時 ▶ 奇数月第4日曜日

13時30分～15時

会場 ▶ 中屋敷地域ケアプラザ

費用 ▶ 100円

●問合せ にじいろカフェ/カフェ・アラニ 下瀬谷地域ケアプラザ ☎045-304-1291 ☎045-304-1259  
カフェ・カルム/カフェ・ド せや 中屋敷地域ケアプラザ ☎045-303-8100 ☎045-303-8111



# 施設

## からのお知らせ

各施設の WEB は、

- 原則として毎月11日以降の記事を掲載。
- 所がない場合は、掲載施設で実施。
- 費がない場合は、無料。費用の詳細は各施設へ確認を。
- 申がない場合は、当日参加可能。
- 掲載されているイベント等は中止・延期・実施内容の変更をする場合があります。事前に各問合せ先やウェブページなどをご確認ください。

 横浜グリーンエクスポに向けた各施設の取組



### 瀬谷センター

〒246-0031 瀬谷三丁目18-1  
Tel 045-303-4400 Fax 045-303-4464  
休 9月24日(木)

瀬谷地区センター講座  
▶秋のロビーコンサート  
アロマの香りと音を楽しむ  
歌とオカリナのしらべ  
日 9月26日(土) 13時～13時40分 画  
対 70人 画 講 Chiko anam singer

以下のものは 申 9月20日(着)まで  
往に 必要事項 を記載して 画 か 画

▶姿勢シャキッとストレッチ  
日 10月2・23日、11月27日、12月11・25日、2027年1月8・22日、2月12・26日、3月12日の金曜日 全10回 14時～15時 対 成人 50人 画  
費 800円 講 遠藤恵美

▶背筋ピン！  
若見えエクササイズ  
日 10月5・26日、11月9・30日、12月14日、2027年1月25日、2月8・22日、3月8・29日の月曜日 全10回 14時～15時 対 成人 50人 画  
費 800円 講 藤本真紀

▶アロマ講座 モイスチュアライザー(顔用保湿クリーム)  
  
日 10月8日(木) 10時～11時30分  
対 成人 14人 画 費 700円  
※ WEB から申込み可

▶薬膳料理 ～薬膳の基礎を学び食材の効能を知る～  
日 10月23日(講義・薬膳茶)、10月30日(調理・試食)の金曜日 全2回 9時30分～12時30分  
対 成人 12人 画 費 2,000円  
※ WEB から申込み可

ワンパク講座  
▶すきっぷすゝのおはなし会  
日 9月16日(水) 10時30分～11時 画  
対 乳幼児と保護者 14組 画

▶茶花と茶道  
茶道を通して身近な草花を学びます。お菓子をいただき、自分でお茶を点ててみましょう！  
日 10月4日(日) 10時～11時  
対 小・中学生 10人 画 費 300円  
申 9月15日まで WEB

和楽荘講座 (60歳以上の市内在住者)  
※老人福祉センター利用証を持参  
▶お楽しみ和楽 ～ポッチャ～  
日 9月17日(木) 10時～11時30分 画  
対 24人 画

▶お楽しみ和楽 ～空手体操教室～  
日 9月17日(木) 13時～14時 画  
対 20人 画

▶お楽しみ和楽 ～たのしい体操～  
日 10月1日(木) 10時～11時 画  
対 20人 画 持 飲み物

▶お楽しみ和楽 ～映画～  
日 10月8日(木) 13時～15時 画  
対 20人 画

以下のものは 申 9月20日(着)まで  
WEB から、または 往に 必要事項 を記載して 画 か 画

▶健康体操②  
日 10月2・23日、11月27日、12月11・25日、2027年1月22日、2月12・26日、3月12日の金曜日 全9回 12時30分～13時30分  
対 50人 画 持 室内用運動靴  
講 早川仁美、村木淳

▶椅子に座って筋力アップ体操  
日 10月5・26日、11月9・30日、12月14日、2027年1月25日、2月8・22日、3月8・29日の月曜日 全10回 12時30分～13時30分  
対 50人 画 持 フェイスタオル(34cm x 80cm程度)、室内用運動靴  
講 三辻瑞穂

▶ハーダンガー刺繍でツリーのタペストリー   
北欧ノルウェーのハルダンゲル地方の刺繍です。  
日 10月14・28日、11月11日の水曜日 全3回 13時30分～15時30分  
対 8人 画 費 700円  
持 糸切りはさみ 講 郡司由美子

### 阿久和地区センター

〒246-0026 阿久和南二丁目9-2  
Tel 045-365-9072 Fax 045-365-9112  
休 第4月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶津軽三味線ミニコンサート  
日 9月12日(土) 13時～13時45分 画  
対 50人 画 講 染谷美里

▶プロに教わるガーデニング  
美しい街並みづくり  
日 9月13日(日) 10時～12時 画  
※ 荒天中止 講 原園芸

▶阿久和カローリング交流会  
～地域の仲間と気軽に楽しく～  
日 9月19日(土) 13時～14時30分 画  
※ 12時45分から受付 対 30人 画  
持 体育館履き、タオル、飲み物

以下のものは 申 各申込締切日(着)まで  
WEB から、または 往に 必要事項 を記載して 画 か 画

▶リトミック＆ヨガ  
日 10月21日(水) 10時～11時30分  
対 乳児と保護者 10組 画  
費 500円  
申 10月10日まで

▶そば打ち講座  
～地域そば店に教わる～  
日 10月21日(水) 10時～13時  
対 成人 8人 画 費 1,500円  
申 9月24日まで

▶無理をしないピラティス・秋  
～体幹を鍛えてバランスの取れた体をつくりましょう～  
日 10月21日、11月18日、12月16日の水曜日 全3回 15時15分～16時15分 対 成人 20人 画  
費 300円  
申 9月24日まで

▶ハロウィンのアイシングクッキー  
日 10月24日(土) 10時～12時30分  
対 小学3年生～成人 16人 画  
費 1,200円 申 10月10日まで

### 中屋敷地区センター

〒246-0004 中屋敷二丁目18-6  
Tel 045-304-3100 Fax 045-304-3110  
休 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶いっぽ☆こそだてひろば  
～みんなの好きな絵本はなあに～  
日 9月28日(月) 10時30分～11時30分  
対 未就園児と保護者  
費 100円(2人分、ハーブティー付き)  
申 9月27日まで 画 か 画

▶ハロウィングゲーム  
① かぼちゃの重さ何グラム？  
② 合言葉の「トリックオアトリート」を言って参加賞をもらおう！  
日 10月1日(木)～31日(土) 画  
▶「バル4202」  
ボランティアメンバー募集  
タリーズコーヒーの本格的ドリップコーヒーの淹れ方を学びます。  
日 10月17日(土) 10時～11時30分  
対 成人 10人 画 費 1,400円(コーヒー豆・オリジナルミニバッグ・ノート付き)  
申 10月12日まで 画 か 画

### 長屋門公園

〒246-0023 阿久和東一丁目17  
Tel・Fax 045-364-7072  
休 第2・第4水曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶蔵ギャラリー 写真と楽しむ会  
「七夕灯籠祭り写真展」  
日 9月19日(土)～27日(日) 9時～16時50分 画

▶声のプロによる朗読会 フキトス  
FM横浜でおなじみの藤田優一さんたちによる朗読会です。  
日 9月26日(土) 14時～15時30分  
対 小学4年生以上 40人 画  
費 1,320円 申 9月11日から 画 か 画

▶お月見コンサート  
二胡と二十五弦箏の音色が古民家に響きます。  
日 10月3日(土) 18時～18時50分頃 画  
※ 17時30分開場 対 70人 画  
費 協力金をお願いします。  
講 二胡：沈琳、箏：吉葉景子

▶秋の寄席  
真打の落語と講談でお楽しみください。  
日 10月31日(土) 14時～15時30分  
対 小学4年生以上 40人 画  
費 1,320円 講 春風亭柳之助、春風亭昇乃進、日向ひまわり  
申 9月11日から 画 か 画

### 瀬谷図書館

〒246-0015 本郷三丁目22-1  
Tel 045-301-7911 Fax 045-302-3655  
休 9月14日(月)

▶ひよこのおはなし会  
日 9月24日(木)、10月8日(木) 11時～11時30分 画

対 0歳～3歳の子と保護者  
内 わらべうたと絵本の読み聞かせ  
▶大人のための朗読会  
日 10月2日(金) 13時～15時  
対 高校生以上 20人 画  
内 「伊藤則資の話(著：小泉八雲)」他  
講 朗読グループ「和楽部」  
申 9月16日 9時30分から 画 か 画

▶休日おはなし会  
日 10月4日(日) 11時～11時30分 画  
対 幼児～小学生 ※保護者同伴可

▶エンディングノートから始めよう終活  
エンディングノートを活用し、自身の終活についてイメージし、やるべきことや課題を明らかにします。  
日 10月31日(土) 14時～16時  
所 瀬谷公会堂 対 36人 画  
講 NPO法人エンディングノート普及協会  
申 10月1日 9時30分から 電子申請 か 画 か 画

### 瀬谷さくら小学校 コミュニティ・スクール

〒246-0035 下瀬谷三丁目58-1  
Tel・Fax 045-304-1755 休 火・金曜日

▶おはなしさくらんぼ  
～おはなし会～  
日 9月16日(水) 15時～15時30分 画  
対 幼児～小学生 20人 画 ※ 幼児は保護者同伴  
内 テーマ：秋  
講 チェリーボンボン

▶さくらポッチャ  
日 9月26日(土) 10時～11時30分 画  
対 12人 画 ※ 幼児は保護者同伴  
内 詰めポッチャとゲーム  
持 上履き、飲み物

▶土曜コンサート  
日 10月3日(土) 14時～14時30分 画  
対 100人 画  
講 下瀬谷中学校吹奏楽部

▶季節のおりがみ  
日 10月14日(水) 10時～11時50分  
対 成人 8人 画 費 100円  
申 9月12日から WEB か 画 か 画

### 南瀬谷小学校 コミュニティ・スクール

〒246-0034 南瀬谷一丁目1-1  
Tel・Fax 045-303-8415 休 火・金曜日

▶おはなしOne One  
いち、にの、さん、それっ！  
日 9月14日(月) 10時30分～11時 画  
対 幼児と保護者 10組 画  
内 親子のための癒やしのおはなし会

▶オータムコンサート  
【ニツ橋地域ケアプラザ共催】  
日 10月10日(土) 14時～15時 ※ 13時30分開場  
対 50人 画 ※ 小学3年生以下は保護者同伴  
講 マンドリーノ★ギターノ  
申 9月12日 9時から WEB か 画 か 画



東野中学校  
コミュニティ・スクール

〒246-0012 東野130  
TEL・FAX 045-304-4301 休火・金曜日

▶大人のステンシル  
日 10月3日(土) 10時～11時30分  
対 成人 10人 抽 費 100円  
持 ステンシルで模様を描きたいTシャツ、帽子、エプロン 等  
申 9月20日まで 抽 か 抽

原中学校  
コミュニティ・スクール

〒246-0025 阿久和西二丁目1-6  
TEL・FAX 045-391-1166 休火・金曜日

▶はらっぱのおはなし会  
日 9月19日(土) 11時～11時30分 抽  
対 乳幼児と保護者 10組 抽  
内 読み聞かせ、手遊び、紙芝居 等  
講 はらっぱの会

▶パソコン・スマホの困った！  
原中コムスク無料相談会  
日 9月26日(土) ①13時10分～14時10分 ②14時20分～15時20分  
対 成人 ①・②各3人 抽  
持 ノートパソコン、スマートフォン  
講 パソコンふれあい館・せや  
申 9月12日から 抽 か 抽

▶毎月開催！英検作文面接対策講座(3級～2級)  
日 10月3日(土) 3級クラス：15時30分～16時20分、準2級～2級クラス：16時20分～17時10分  
対 中学・高校生 各クラス8人 抽  
内 英検合格に向けた作文や面接の個別指導 費 100円(資料代) 持 筆記用具  
申 9月12日から 抽 か 抽

瀬谷中央公園こどもログハウス

〒246-0015 本郷二丁目28-4  
瀬谷中央公園内 TEL・FAX 045-304-4169  
休 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)  
※未就学児は保護者同伴でご参加ください

▶おさるんリトミック  
ちえ先生とおさるんと一緒にリズムに乗って楽しく体を動かそう。  
日 9月16日(水) 10時30分～11時30分 抽 対 幼児と保護者 費 300円

▶窓にお絵かきしよう  
日 9月27日(日) 10時～16時 抽  
内 テーマ：ハロウィン

▶南台こどものもり出張プレイパーク  
段ボールあそび、ターザンロープ、シャボン玉、ビー玉コロコロなど公園でいっぱい遊んでみよう。

日 9月27日(日) 10時30分～14時30分 抽

下瀬谷地域ケアプラザ

〒246-0035 下瀬谷二丁目44-6  
TEL 045-304-1291 FAX 045-304-1259  
E shimoseya-seikatsu@shafuku-doujinkai.or.jp 休 第1月曜日

▶みんなの広場福福<sup>ふくふく</sup>で開催！  
にじいろカフェ(認知症カフェ)  
日 9月16日(水) 10時～11時30分 抽  
※毎月第3水曜日  
所 みんなの広場福福(南台二丁目14-4)  
対 物忘れが気になる人、認知症の家族を介護されている人など 10人程度 抽  
内 お茶を飲みながら脳トレ、歌、談話など 費 100円(茶菓代)

▶ガンダム好きの集い  
日 9月20日(日) 10時30分～12時 抽  
※毎月第3日曜日 対 20人程度 抽

以下のものは 申 9月11日から 抽 か 抽

▶レコードを聴きながら  
ちょこっとボランティア  
日 9月24日(木) 10時～11時30分  
対 20人程度 抽

▶下瀬谷ニットカフェ  
ケアマフ(認知症マフ)を編んで寄付する活動です。編み物初心者も歓迎。  
日 9月24日(木) 10時～11時30分  
対 20人程度 抽  
持 かぎ針(6～8号)、飲み物

▶ビューティー・カフェ  
日 9月28日(月) 10時～11時30分  
対 美容ボランティアに興味のある人 10人程度 抽 費 500円  
講 メイクアップアーティスト 武井幸

▶グリーンボランティア  
定例会 園芸博  
日 9月29日(火) 10時～11時30分  
※ガーデニング活動は週1回程度(要問合せ) 対 10人程度 抽

▶防災カフェ  
日 10月7日(水) 18時30分～20時  
※毎月第1水曜日 対 10人程度 抽

瀬谷スポーツセンター

〒246-0032 南台二丁目4-65  
TEL 045-302-3301 FAX 045-301-9442  
休 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

以下のものは 日 祝日以外の日程で開催 費 620円 持 スポーツウェア、飲み物、タオル(共通)

▶トータルフィットネス&

コンディショニングタイム  
ステップエアロで脂肪を燃焼、ステップ台やダンベル、バランスボールを使ってインナーマッスルを鍛えます。  
日 毎週火曜日 10時～10時50分 抽  
※9時45分から受付  
対 16歳以上 各日35人 抽  
※室内用運動靴持参

▶ボディケアストレッチ  
体の深い部分の筋肉を鍛え強化し、固まった筋肉を緩めほぐすことで、しなやかで美しい体を目指します。  
日 毎週土曜日 10時～10時50分 抽  
※9時45分から受付  
対 16歳以上 各日30人 抽  
※ヨガマットまたは大きめのバスタオル持参

ほかにもさまざまな教室を開催します。詳細はお問い合わせください。

地域子育て支援拠点にこてらす

〒246-0021 ニツ橋町469  
せやまる・ふれあい館内  
TEL 045-391-8316 FAX 045-391-8447  
休 日・月曜日(祝日に重なる場合は翌日も)、祝日

▶ニツ橋保育園のお楽しみタイム  
保育園の先生がやって来る！どんな遊びが出てくるのかお楽しみに。  
日 9月17日(木) 11時45分～12時 抽  
対 未就学児と保護者

▶母親・両親教室 ～プレママ&プレパパきてみて体験！～  
赤ちゃんをおうちに迎える前に、お世話を少し体験してみませんか。  
日 ①10月10日(土) ②10月24日(土) いずれも10時～12時  
対 これから赤ちゃんを迎える家族 ①・②各日6組 抽  
講 助産師 ①小沼夕佳 ②森内幸美  
申 9月12日から WEB

こども自然公園  
青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1  
こども自然公園内  
TEL 045-811-8444 FAX 045-812-5778

以下のものは 日 各申込み締切日(消)まで WEB から、または 往 に 必要事項 と参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)、E アドレスを記載して 郵 対 当選者に別途連絡  
※いずれも雨天決行

▶ファミリークッキング ピザ  
日 10月31日(土) 10時～14時  
対 8人以内の家族 10組 抽

内 季節の食材で石窯焼きのピザ作り  
費 中学生以上2,300円、小学生1,700円、4歳～未就学児1,200円、3歳以下100円  
申 9月25日まで

▶どきどきデイキャンプ  
日 11月8日、12月13日、2027年1月17日の日曜日 全3回 9時30分～15時30分  
対 小学1～3年生 42人 抽  
内 野外炊事、クラフト、公園内での自然遊び、野外ゲーム など  
費 9,600円  
申 10月2日まで

瀬谷区民文化センター  
あじさいプラザ

〒246-0031 瀬谷四丁目4-10  
ライブゲート瀬谷3・4階  
TEL 045-301-3500 FAX 045-301-3502  
休 第2火曜日

▶ピアノとサックスで贈る  
クリスマス・ジャズ  
ジャズピアニスト松本茜とテナーサックス奏者の浜崎航によるクリスマスソングを中心としたコンサートです。  
日 12月20日(日) 14時～15時30分  
対 小学生以上 120人 抽  
費 区民：2,000円、一般：2,500円  
申 10月3日から 抽 か 抽

瀬谷区社会福祉協議会

〒246-0021 ニツ橋町469  
せやまる・ふれあい館内  
TEL 045-361-2117 FAX 045-361-2328  
休 日曜日・祝日

▶登校支援ボランティア  
(ガイドボランティア)募集  
お気軽にお問い合わせください。  
内 登校時に付き添いが必要な子どもたちの支援(朝20分程度)。横浜市のガイドボランティア事業として活動1回につき奨励金支給あり。  
申 抽 か 抽 ※事前に登録が必要

善意銀行への寄付

6月1日～30日受付分・敬称略

- 本郷第五親和会
- 山名昭

以上の皆さん、ありがとうございました。

## 日本語ボランティア入門講座 参加者募集

日本語学習支援活動をしてみたい人へ向けた講座を開催します。

📅 10月8・15・29日、11月5・12・26日の木曜日 全6回 9時30分～11時30分 📍 西公会堂 (西区岡野一丁目6-41)

👤 主に瀬谷区・西区・旭区・戸塚区・栄区・泉区で日本語ボランティアとして活動したい人、多文化共生に興味・関心のある人 25人 〇

🗣️ フェリス女学院大学准教授 工藤 理恵 氏

📝 筆記用具

📧 9月25日まで 公益財団法人横浜市国際交流協会 WEB (二次元コード) から



🏢 公益財団法人 横浜市国際交流協会 (YOKE)

☎ 045-222-1173 📠 045-222-1187

市民局国際平和・ダイバーシティ推進課

☎ 045-671-3826 📠 045-663-3431

## 秋の里山ガーデンフェスタ2026開催!

📅 9月5日(土)～27日(日) 9時30分～16時

※台風等の荒天時には休園となる場合があります

📍 里山ガーデン (旭区上白根町1425-4 よこはま動物園ズーラシア隣接) 〇

※詳細は里山ガーデンフェスタ公式 WEB (二次元コード) へ



©Photo by MAKI KAWAI



📞 ハローダイヤル ☎ 050-5548-8686 (9時～20時) ※10月4日まで

## スポーツ

● **区ソフトテニス協会主催 第27回瀬谷区ソフトテニス交流大会**

📅 10月25日(日)9時から ※雨天中止 📍 瀬谷本郷公園テニスコート

👤 40歳以上の区内在住・在勤・在クラブ員または近隣友好クラブ員

💰 1ペア2,000円 📅 10月1日～10日まで 📞 で問合せ先へ

📍 同協会 白江 📞 045-302-1584

● **区バレーボール協会主催 第95回瀬谷区バレーボール大会**

📅 11月3日(火・祝)9時から 📍 中屋敷地区センター

👤 18歳以上の男子チーム ※高校生不可

💰 登録チーム 4,000円、未登録チーム 6,000円 📍 6人制バレーボール

📅 9月28日～10月9日まで 📞 で参加申込書を問合せ先へ

※参加申込書は区役所3階35番、ニツ橋第二地域ケアプラザ、瀬谷スポーツセンター、区内地区センター、タカミネスポーツ(木曜定休)で配布

📍 同協会 柴崎 📞・📠 045-302-0466

## 区民活動センターイベント情報

📍 瀬谷区民活動センター (ニツ橋町469 せやまる・ふれあい館2階)

☎ 045-369-7081 📠 045-366-4670 📧 se-kukatsu@city.yokohama.lg.jp

### みんなの立ち寄りイベント 昼ドキイベント・せや 入場無料

毎月1回開催! 気軽に楽しめる昼休みイベントです。 📍 瀬谷公会堂 〇

🕒 日時 9月18日(金)12時～13時30分 ※開場11時40分

🎭 出演

- ローゼン・カヴァリエ (斉唱) 📍 空も飛べるはず ほか
- コール・ヴィヴァーチェ (合唱) 📍 秋の空の上で ほか
- さえずり・月の会 (オカリナ演奏) 📍 虹と雪のバラード ほか

📺 **〈同時開催〉瀬谷の花写真展示** 区内で撮影された花の写真を展示します。

## いきいき 区民活動支援事業

区民の皆さんが提案するアイデアあふれる企画について、区役所が活動のサポートをしています。

### ●花回廊「春秋おもてなし」 いけばな・茶道体験教室参加者募集

📅 ①いけばなの展示とお茶のおもてなし: 10月11日(日)～13日(火) 〇

②いけばな体験教室: 10月11日(日)・12日(月・祝) 14時から

③茶道体験教室: 10月11日(日)・12日(月・祝) 14時30分から

※②・③両方の参加申し込み可 📍 長屋門公園

👤 ①どなたでも ②区内在住・在学の小・中学生 10人 〇 ③区内在住・在学の小・中学生 各日10人 〇

💰 ①入場無料(お茶券500円) ②400円 ③200円 ※②・③両方申し込みの場合500円

📅 ②・③9月11日から 📧 かSMS(ショートメッセージサービス)で📌と参加希望日、学校名・学年を問合せ先へ 📍 瀬谷茶華道協会 齋藤

☎ 070-3828-2762 📧 blanca.senrei@gmail.com

### ●TEAMドルフィン 森のおさんぽ会 参加者募集

📅 10月21日(水)・23日(金)、11月6日(金)・11日(水)・29日(日)10時30分～11時40分 📍 東野第五公園(東野88-2)

👤 乳幼児と保護者 各回10組 〇 📍 瀬谷市民の森の中の散策、クラフト製作

💰 各回1人100円 📅 9月11日から 📧 で参加希望日、子どもの氏名・年齢、保護者の氏名・携帯番号を問合せ先へ 📍 TEAMドルフィン事務局

☎ 080-6553-0298 📧 27chika29@gmail.com

### ●せや・ガイドの会 歴史散策 ～ガイドしながらウォーキング～

📅 ①9月19日(土) 観音寺と阿久和川周辺散策(約6km) 〇

②10月17日(土) 旧東海道を歩くシリーズ4 神奈川宿(約6km) 〇

③11月21日(土) 開港から今日まで 歴史をつなぐ潮風ウォーク(約5km) 〇

④12月19日(土) クリスマスカラーに彩られる山手西洋館巡り(約4km) 〇

⑤2027年1月9日(土) 瀬谷八福神巡り(半日コース:約3km、1日コース:約9km) 〇

⑥2月20日(土) 本牧の尾根歩きと梅花薫る三溪園へ(約5km) 〇

⑦3月27日(土) 横浜グリーンエキスポへ 桜を見て行こう(約5km) 〇

※雨天中止 ※集合場所など各コースの詳細は、区民利用施設、区役所3階35番窓口等で配布するチラシをご覧ください

💰 1コース1人300円 📍 タオル、飲み物、健康保険の内容がわかるもの、雨具、昼食(⑤の1日コースのみ)

📍 せや・ガイドの会 竹見 ☎ 090-3900-6469



“瀬谷の魅力” SNSで発信しています!



Instagram



🏠 区の人口 120,124人 🧑 世帯数 54,104世帯 (2026年8月1日現在推計)

瀬谷区 WEB でも紙面をご覧ください。

〔編集・発行〕瀬谷区役所広報相談係 ☎045-367-5635 📠045-365-1170

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。