SEYA 11月号

No. 349



横浜グリーンエクスポ
開催まで
あと 138日
（11月1日現在）



瀬谷区の取組

受動喫煙のない暮らしやすいまちへ

誰もが健康で快適に過ごせるまちを目指し、瀬谷区では受動喫煙防止に向けたさまざまな取組を進めています。

●問合せ　区役所健康づくり係　TEL 045-367-5744　FAX 045-365-5718

禁煙相談はこちら

地域での啓発

瀬谷区薬剤師会や関係機関と協力し、ロゴマークの掲示など受動喫煙防止の啓発に取り組んでいます。





瀬谷区保健活動推進員と瀬谷区街の美化パートナーが中心となり、毎年三ツ境駅・瀬谷駅でポイ捨て防止・受動喫煙防止を呼びかけています。

たばこに関する出前授業



区内の小・中学校で、区役所の医師や保健師がたばこに関する授業を実施しています。学齢期から正しい知識を身に付け、健康について考えるきっかけづくりにつなげています。



横浜グリーンエクスポ開催100日前記念
せやマルシェ With GREEN Fes. 開催！

日時▶11月28日（土）10時30分～15時　場所▶瀬谷駅北口駅前広場 ※荒天中止

せやマルシェ

瀬谷産の食材を満喫できる新鮮野菜の販売「直売コーナー」や、キッチンカーの出店など、瀬谷の農の魅力を楽しめるイベントです。
区ヘルスメイトによる野菜計量体験、「ベジチェック®」測定会や健康チェックも開催します。



JA横浜瀬谷支店農業まつりとのコラボキャンペーン

せやマルシェ＆農業まつりに参加してスタンプを集めると抽選で10人に瀬谷産の野菜詰め合わせをプレゼント！
日時▶11月21日（土）、22日（日）いずれも9時～14時 ※荒天中止
場所▶JA横浜 瀬谷支店（本郷二丁目32-10）

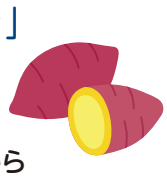
GREEN Fes.

横浜市が瀬谷駅前で行うイベントを、一足先にお届けします。

駅前に畑が登場！

駅前収穫体験「横浜産サツマイモ」

募集人数▶40人程度 先着
費用▶1,100円（税込） ※サツマイモ3本持ち帰り
申込み▶11月11日9時から瀬谷区WEB（二次元コード）から



JA横浜×神奈川県漁連「もったいないマルシェ」

規格外の野菜や、海藻等の乾物類などを販売します。

●問合せ　せやマルシェについて▶区役所企画調整係　TEL 045-367-5632　FAX 045-365-1170
GREEN Fes.について▶脱炭素・GREEN×EXPO推進局 GREEN×EXPO推進課　TEL 045-671-4627　FAX 045-212-1223

瀬谷駅前冬のライトアップ

冬を彩る光で横浜グリーンエクスポを盛り上げます。

点灯期間▶11月23日（月・祝）～2027年1月11日（月・祝）
北口：17時～22時　南口：18時～20時
※南口は太陽光発電を利用しているため、点灯しない場合があります。

●問合せ　区役所企画調整係　TEL 045-367-5632　FAX 045-365-1170

ライトアップ点灯ミニイベント

同日開催の「第5回輝きフェスティバル」後に開催します。
日時▶11月23日（月・祝）16時50分から ※雨天中止
内容▶点灯のカウントダウン、区民団体によるゴスペルの演奏 ほか
会場▶瀬谷駅北口駅前広場
※詳細は瀬谷区WEBへ

瀬谷区役所　〒246-0021 二ツ橋町190　TEL 045-367-5656（代表電話）　FAX 045-365-1170
瀬谷区WEBはこちら

11月の土曜日開庁　14日・28日　時間：9時～12時　戸籍課・保険年金課・こ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。

せや区からのお知らせ

- 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 二ツ橋町190　瀬谷区役所○○○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場合があります。事前に各問合せ先やウェブページなどでご確認ください。

地域福祉保健計画推進イベント「ちふくDAY 2026」

入場無料　申込不要

“ちふく”って知ってる？若い人にも知ってほしいと、高校生がアートや写真で“ちふく”を発信します。楽しく学べる映画「バリアフルライフ」の上映も！あなたにとっての「暮らしやすさ」を一緒に考えてみませんか。

日 11月14日(土)13時30分～15時30分 ※13時から受付
所 瀬谷公会堂 直　対 400人 先
保 11月11日までに問合せ先へ(1歳以下は親子室の利用可)
※詳細は瀬谷区 WEB (二次元コード)へ





問 区役所運営企画係　Tel 045-367-5743　fax 045-365-5718

蓮池薫氏が語る「夢と絆」

1978年に北朝鮮に拉致され、24年に及ぶ異国での生活を余儀なくされた経験から、家族との絆や希望を持ち続けることの大切さについて考える人権啓発講演会を開催します。



日 12月1日(火)14時～16時
所 瀬谷公会堂
対 490人 ※応募多数の場合 抽
講 新潟産業大学経済学部特任教授 蓮池 薫 氏
申 11月26日まで　電子申請 (二次元コード)から、または fax で 必要事項 を問合せ先へ
※手話通訳、一時託児を希望する場合は、11月19日までに問合せ先へ

問 区役所庶務係　Tel 045-367-5611　fax 045-366-9657

第21回 瀬谷かるた大会 参加者募集！



今年もこの季節がやってきた！瀬谷の歴史や文化がつまった「瀬谷歴史かるた」を使い、新春恒例のかるた大会を開催します。優勝目指してがんばろう！

日 2027年1月24日(日)10時～13時
所 瀬谷センター体育室
対 区内在住・在学者を含む小学生のチーム
※チームは3人1組(学年連合可)
※学年連合チームは最年長の学年の部に参加
申 12月13日まで　瀬谷区 WEB (二次元コード)から
【主催】瀬谷区青少年指導員連絡協議会　【共催】瀬谷区役所

問 区役所区民協働推進係　Tel 045-367-5695　fax 045-367-4423

令和9年度「放課後児童クラブ(学童)」入会説明会

「放課後児童クラブ」は、就労等により昼間保護者が不在の小学生が、安全で豊かな放課後を過ごすための居場所です。

放課後児童クラブ名(申込先・説明会会場) 所在地・電話	主な対象小学校	入会説明会日時
児童クラブTOKUZEN(トクゼン) (本郷三丁目35-2) Tel 045-444-8821	大門、瀬谷、上瀬谷	11月14日(土) 16時から
瀬谷第二学童保育クラブ (下瀬谷二丁目25-4) Tel 045-302-8988	瀬谷第二、瀬谷さくら	11月21日(土) 17時から
瀬谷子供ホーム (瀬谷三丁目10-24) Tel 045-489-9406	瀬谷、瀬谷第二	12月5日(土) 10時から
瀬谷学童クラブRYO(リョー) (瀬谷五丁目30-6) Tel 090-3344-7481	瀬谷、瀬谷第二、大門	12月9日(水) 19時から
ネストキッズ学童クラブ (三ツ境17-1-302) Tel 045-364-1414	三ツ境、二つ橋、原	12月12日(土) 10時から
南瀬谷なかよしホーム (宮沢一丁目26-2) Tel 045-303-9336	南瀬谷、三ツ境	随時 ※11月11日(水)から入会申込み受付開始

※申込み等は、各放課後児童クラブへ直接お問い合わせください。
※詳細は瀬谷区 WEB へ

問 区役所学校連携・こども担当　Tel 045-367-5697　fax 045-367-2943

親子でぎゅーっ!とスキンシップ 瀬谷区合同育児講座

保育園やこども園の先生と、手遊び、大型絵本、パラバルーンで遊び、楽しい時間を過ごしませんか。

対 未就園児と保護者 10組 先
申 瀬谷区 WEB (二次元コード)から

会場	日程	申込み
中屋敷地域ケアプラザ	12月7日(月)	11月11日から
二ツ橋地域ケアプラザ	12月9日(水)	11月11日から
下瀬谷地域ケアプラザ	2027年1月19日(火)	12月21日から
二ツ橋第二地域ケアプラザ	2027年1月25日(月)	12月25日から
阿久和地域ケアプラザ	2027年1月29日(金)	12月25日から

※いずれも10時30分～11時30分

問 中屋敷保育園　Tel 045-301-4852　fax 045-301-5962

お知らせ

横浜市西部地域若者支援セミナー・相談会

日 11月24日(火)10時～11時50分　所 区役所4階会議室 直　対 セミナー:20人 先　相談会:要申込み　講 よこはま西部ユースプラザ 施設長 池田 正則 氏　内 困難な状況にある若者の実態と社会参加支援に関する講義と相談会　申 相談会の申込みは Tel か ✉ で、氏名・人数・電話番号を問合せ先へ　問 よこはま西部ユースプラザ　Tel 045-744-8344　fax 045-744-8322　✉ nishi-pla@reroad.jp

放課後児童・キッズクラブ 活動写真・作品展

横浜グリーンエクスポにちなんで、児童クラブとキッズクラブの子どもたちが環境をテーマに作品を作りました。ぜひお立ち寄りください。
日 11月28日(土)～12月7日(月)10時～19時　所 区民文化センターあじさいプラザ 直　※詳細は瀬谷区 WEB へ　問 区役所学校連携・こども担当　Tel 045-367-5697　fax 045-367-2943

環境影響評価準備書説明会

日 ①11月29日(日)14時30分～16時 ②11月30日(月)18時30分～20時　所 ①旭公会堂 直 ②瀬谷公会堂 直　対 各日400人 先　内 上瀬谷に計画しているインターチェンジの環境影響評価に伴う説明会　問 脱炭素・GREEN×EXPO推進局上瀬谷交通整備課 Tel 045-671-4607　fax 045-550-4106

不動産鑑定士による住まいの終活講座「土地・建物の評価」

日 12月1日(火)13時30分～15時　所 JA横浜瀬谷駅前支店　対 30人 先　申 11月11日から　Tel で問合せ先へ　問 二ツ橋第二地域ケアプラザ　Tel 045-360-7855　fax 045-360-6800　【共催】中屋敷地域ケアプラザ

●「※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
Tel電話　fax ファクス　Eメール　WEB ウェブページ　休 休館日　日 日時・期間　所 場所　対 対象・定員　先 先着　抽 抽選　内 内容　費 費用　持 持ち物
講 講師または出演者　保 保育　申 申込み　問 問合せ　直 当日直接　前 事前に直接　往 往復はがき　ハ はがき　返 返信用はがき持参　郵 郵送　(着)必着
(消)消印有効　必要事項 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

ペット(犬猫)の長寿表彰写真展に展示する犬猫の写真を募集します



対 長寿表彰対象の犬猫の飼い主
申 11月30日(着)まで　電子申請 から、または郵 で必要事項とペットの写真を問合せ先へ
※応募基準と必要事項の詳細は瀬谷区WEB(二次元コード)または応募チラシ(区役所4階43番、区内動物病院等で配布)をご覧ください。
※写真展は12月17日(木)～28日(月)に、区役所2階区民ホールで行います。

高齢犬猫との暮らし方セミナー

日 12月18日(金)14時～15時20分　所 区役所5階大会議室
対 80人先　講 ペットホームケア えるそる 獣医師 松本 晃子 氏
申 11月11日から　電子申請 (二次元コード)から、またはTelかfaxで、居住区、氏名、電話、参加人数、飼育しているペットの有無、ペットを飼っている人は種類・性別・年齢、講師への質問を問合せ先へ

問 区役所生活衛生係　Tel 045-367-5751　fax 045-367-2843

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
11月11日(水) 13時30分～15時	つどい ひまわりの会「施設見学」　所 中屋敷地域ケアプラザ 直　Tel 045-303-8100
11月19日(木) 13時30分～15時	つどい いっぷくの会「座談会」 所 小規模多機能型居宅介護事業所オリーブ(三ツ境159-10)　申 Tel で二ツ橋地域ケアプラザ(Tel 045-361-9807)へ
12月14日(月) 13時30分～ 15時30分	つどい わらべの会「認知症高齢者の介護について」　所 区役所5階健康相談室 対 20人先　講 杉山 孝博 医師 申 11月11日から　Tel で問合せ先へ
11月20日(金) ①14時 ②14時40分 ③15時20分	もの忘れ相談(専門医が相談に応じます) 所 区役所4階40番窓口　対 各回1組先 申 11月11日から　Tel で問合せ先へ

問 区役所高齢者支援担当　Tel 045-367-5716　fax 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 ▶ fax 045-367-2943 ／ 健康づくり係 ▶ fax 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) 8時45分～12時、 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さまざまな相談　※面談相談は要予約	子育て支援担当 Tel 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、親子関係や家族の悩みなどのさまざまな相談	こどもの権利擁護担当 Tel 045-367-5609
	妊産婦健康相談・母乳(授乳)相談	11月27日(金) 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の相談　持 母子健康手帳、タオル(母乳・授乳相談時)	子育て支援担当 Tel 045-367-5778
	乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談	11月18日(水) 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妊産婦(産後1年未満まで)の歯科相談　持 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ	こども家庭係 Tel 045-367-5760
	こどもの食事相談	11月20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 Tel 045-367-5746
	離乳食教室 (生後7～11か月児の養育者)	11月20日(金) 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、調理実演等　持 お子さん用エプロン、スプーン	
	1歳児食と歯の元気教室 (1歳～1歳4か月児の養育者)	12月1日(火) 10時～11時30分	**区役所5階** 予約制 **先着15組 予約はWEBから**　楽しい食・歯みがきについての話、実演等　持 母子健康手帳、使用中の歯ブラシ、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 持 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 Tel 045-367-5778
	乳幼児健康診査 4か月児	11月25日(水) 12時45分～13時30分★	**区役所5階** **指定日に直接来所** ※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。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 Tel 045-367-5760
	乳幼児健康診査 1歳6か月児	11月26日(木) 8時45分～9時20分★		
	乳幼児健康診査 3歳児	11月19日(木)、12月3日(木) 12時35分～13時20分★		
若者	若者のための専門相談	11月17日(火)、 12月1日(火) 13時30分～16時20分	**区役所4階40番窓口** 予約制 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、若者のさまざまな問題についての相談	よこはま西部ユースプラザ Tel 045-744-8344
一般	HIV(エイズ)・梅毒検査	月曜日(祝日を除く) 9時30分～10時	**区役所5階** 予約制 **匿名** HIV・梅毒の検査・相談　※1種類のみの申込みはできません	健康づくり係 Tel 045-367-5744
	女性の健康相談	月～金曜日(祝日を除く) 9時～12時、13時～17時	**区役所4階40番窓口** 原則予約制 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 Tel 045-367-5778
	女性福祉相談	月～金曜日(祝日を除く) 9時30分～12時、 13時～16時30分	**区役所4階40番窓口** 原則予約制 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 Tel 045-367-5703
	生活習慣改善相談(禁煙相談も含む)	11月18日(水)午前、11月30日(月)午後、12月9日(水)午前　※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(こうくう)衛生のことなど、保健師・栄養士・歯科衛生士がアドバイスします。	健康づくり係 Tel 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

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です



昨年の区役所展示の様子

なくそう！DVキャンペーン

横浜市では「なくそう！DVキャンペーン」の名称のもと、毎年11月12日～25日の「女性に対する暴力をなくす運動」期間を中心に、DVの防止・啓発に取り組んでいます。瀬谷区でも、区役所・図書館・地域子育て支援拠点にこてらす・地区センター・親と子のつどいのひろば など区内各所でブース出展等を行います。詳細は瀬谷区WEB(二次元コード)へ。

瀬谷区版デートDVチェッカー完成

デートDVチェッカーはパリ市（フランス）で生まれました。日本では10代向け性教育メディア「セイシル」の協力のもと作成された日本語版が、多くの学校や自治体で活用されています。今回、瀬谷区では、地域の相談先を掲載した「瀬谷区版デートDVチェッカー」を作成しました。自分も相手も大切にする関係や、暴力の境界線について考えるきっかけとして活用していきます。


区役所窓口に
DVチェッカーを掲げた
せやまるが登場します！


このチェッカーを使って、あなたとあなたの大切な人との関係を考えてみてね。緑色のゾーンだったら、大丈夫。あなたと大切な人とはお互いに大切にし合えるヘルシーな（対等な）関係です。

認定NPO法人エンパワメントかながわ
阿部 真紀 氏
（デートDVチェッカー日本語版監修）

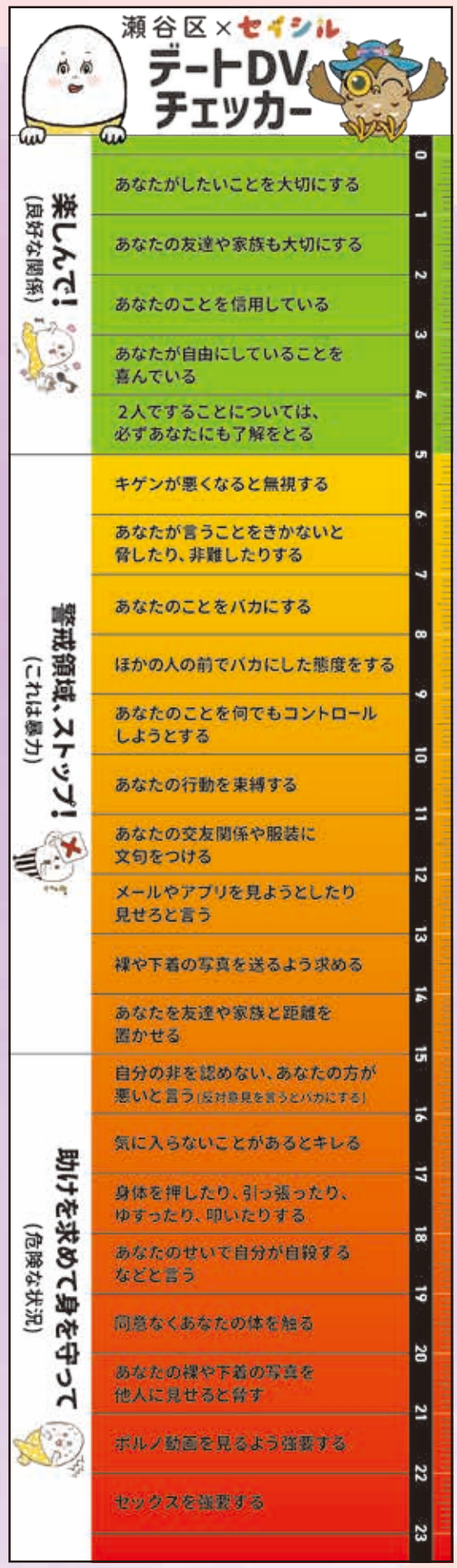
瀬谷区版デートDVチェッカー完成記念イベント開催！

予約不要！当日直接会場へ。デートDVチェッカーも配布しています。

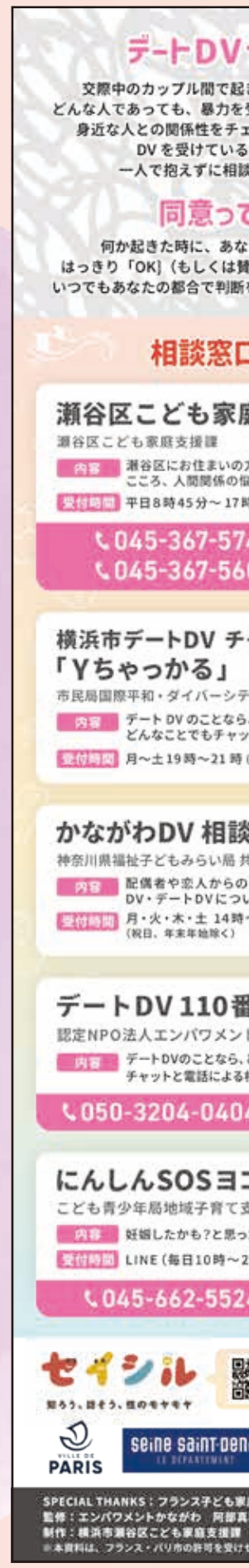
日時▶11月12日（木）11時～12時　**定員**▶100人（先着）
会場▶区役所5階大会議室
内容▶①「デートDVとは」 ②「デートDVチェッカーの使い方」
講師▶①認定NPO法人エンパワメントかながわ 阿部 真紀 氏
②セイシル（株式会社 TENGAヘルスケア） 古川 直子 氏

セイシルからメッセージ
セイシルには、若者から恋人との関係や言動に関する悩みが多く寄せられています。そこで、被害や加害に気づくきっかけになればと、デートDVチェッカーを作成。全国の学校や自治体で約35万枚配布されています。

表



裏



【監修】認定NPO法人エンパワメントかながわ　【協力】セイシル

集

防まないで

DVキャンペーン」と
防止推進キャンペーン」です。
、困ったときにSOSを出せること。
止める地域であること。
童虐待防止の取組とともに、
守るための取組を進めています。

イオレンス）とは、配偶者や
から受ける暴力のことです

援担当
03　fax045-367-2943





みんなで守る こどもの未来

瀬谷区では、児童虐待への理解を深め、こどもたちを地域全体で見守る大切さを知っていただくため、パネル展を開催します。

日時▶11月18日(水)～25日(水)
場所▶区役所2階区民ホール



「なくそう！DVキャンペーン」のパネル展も同時開催します。



子育てに役立つヒントや親子の関わり方を紹介した「子育てのコツ動画」を、YouTubeで配信しています。一人ひとりの関心と見守りが、こどもたちの笑顔と未来を守る力になります。

動画はこちらから

性に関する啓発グッズを高校生と協働で作成中！

横浜隼人高校インターアクトクラブと協働し、思春期のこどもたちへ相談先や正しい情報を届けるクリアファイルを制作しています。高校生自身が「どんな啓発物なら手に取ってもらえるか」を何度も話し合いながらデザインを検討しました。2027年2月に区内中学・高校生へ配布予定です。


横浜隼人高校インターアクトクラブでの意見交換の様子

思春期の今だからこそ、同じ世代の目線で相談できる場所があることを知ってもらいたいと考えています。今回作成するクリアファイルが1人でも多くの人の安心や支えにつながればうれしいです。


プロジェクトリーダー 野田 朱莉（あかり） さん

区役所子育て支援担当から

DVや児童虐待は、私たちの身近なところで起こりうる深刻な人権侵害です。大切なのは1人で抱え込まないこと、そして周囲の人が小さな変化に気づくことです。こどもたちの健やかな成長のためには、家庭や学校・地域・医療・関係機関が連携し、それぞれの立場から見守り、支えていくことが欠かせません。誰もが安心して暮らせる地域を目指し、温かな支えの輪を広げていきましょう。


保健師


助産師

施設からのお知らせ

各施設のWEBは、施設名 検索

- 原則として今月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でご確認ください。

園芸博 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
Tel045-303-4400 fax045-303-4464
休第3月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

瀬谷地区センター講座

以下のものは 申11月20日(着)まで WEBから、または 往に 必要事項 を記載して 郵か 返

▶すてきにお正月リース飾り 園芸博
日12月8日(火)10時～11時30分
対成人 14人 抽 費1,600円
講齋藤信子

▶人物・物語で紐解く世界の歴史 フランス後編
日12月8・22日、2027年1月12・26日、3月2・16日の火曜日 全6回 13時～14時30分
対成人 20人 抽 費2,000円
講石坂徹

▶チャイ&ハーブティーブレンド講座
日12月13日(日)13時～14時30分
対成人 12人 抽 費1,000円
※食物アレルギーや飲食に制限のある人、服薬中・妊娠中・授乳中の人は、必ず事前にご相談ください

ワンパク講座

▶リフティング教室 ～秋～
日11月11日(水)19時～20時 直
対小・中学生 15人 先
※送迎をお願いします
持フットサルシューズまたは室内用運動靴(スパイクシューズ不可)、室内用ボール(きれいに拭いたボールでも可)
講プロリフティングパフォーマー タツキ

▶すきっぷす♪のおはなし会
日11月18日(水)10時30分～11時 直
対乳幼児と保護者 14組 先

▶みんなでワクワクパン作り
日12月5日、2027年1月9日の土曜日 全2回 9時30分～12時30分
対小・中学生と保護者 8組 抽 ※1組2人 費3,000円
申11月15日まで WEB

▶すきっぷす♪のクリスマスのおはなし会(プレゼント付き)
日12月16日(水)10時30分～11時30分 対乳幼児と保護者 14組 抽
申11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

▶健康相談
日11月11日(水)12時30分～14時30分 直 対14人 先

▶お楽しみ和楽 ～映画～
日11月12日(木)13時～15時 直
対20人 先

▶お楽しみ和楽 ～ニチレクボール～
日11月19日(木)10時～12時 直
対20人 先

▶お楽しみ和楽 ～ボッチャ～
日11月19日(木)14時～15時30分 直
対20人 先

▶お楽しみ和楽 ～たのしい体操～
日12月3日(木)10時～11時 直
対20人 先
持運動しやすい服装、飲み物、タオル

▶セルフリンパケア講座 ～アロマの香りに包まれて～ 園芸博
日12月4・11・18日の金曜日 全3回 13時30分～14時30分
対16人 抽
持飲み物、バスタオル、オイル(ベビーオイル、ボディオイル 等)、腕や足が付け根まで出せる服装(Tシャツ、短パン 等) 講今村明子
申11月20日(着)まで WEBから、または 往に 必要事項 を記載して 郵か 返

阿久和地区センター

〒246-0026 阿久和南二丁目9-2
Tel045-365-9072 fax045-365-9112
休第4月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶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11月21日(土)13時～14時30分 直
※12時45分から受付
対30人 先
持体育館履き、タオル、飲み物

▶おうちの人といっしょに作ろう! ～おやこのおにぎり教室～ 【瀬谷区ヘルスメイト共催】
日12月6日(日)①9時45分～11時15分 ②12時30分～14時
対年長～小学生と保護者 ①・②各10組 抽 ※1組2人
申11月25日(着)まで WEBから、または 往に 必要事項 と、希望時間(①・②)を記載して 郵か 返

▶地区センターまつり フリーマーケット出店者募集
2027年2月7日(日)に行うセンターまつりに出店しませんか?
日2027年2月7日(日)10時～15時
対20区画 抽 費1,000円
申11月25日まで WEB

中屋敷地区センター

〒246-0004 中屋敷二丁目18-6
Tel045-304-3100 fax045-304-3110
休第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

以下のものは 申各申込締切日まで Telか 前

▶保存食シリーズ 米麹の力 味噌作り
日11月20日(金)10時～11時30分
対成人 50人 抽 費2,500円(材料費込み・味噌2kg分)
申11月16日まで

▶森にでかけよう! 花と虫とバードウォッチング
日11月22・29日の日曜日 全2回 9時30分～11時30分
所瀬谷市民の森 対20人 抽 ※小学2年生以下は保護者同伴
費300円 申11月17日まで

▶一っぽ☆こそだてひろば ～もりあそび～
日11月23日(月・祝)10時30分～11時30分 対未就園児と保護者
内工作や歌、読み聞かせ
費100円 ※1組2人
申11月22日まで

▶フレイルてなあに! ～たべる・うごく・つながる～
日12月1日(火)10時～12時
対シニア 20人 抽 内フレイル予防料理のレシピ紹介(試食付き)、おすすめ体操 など 申11月26日まで

▶野菜ソムリエプロ宮地香子の料理教室「本格的&簡単に! 野菜たっぷり正月料理」
日12月6日(日)10時～13時
対成人 16人 抽 費1,900円
内飾り切りで華やか定番お煮しめ、餅入り餡かけ茶碗蒸し、かぶら寿司風マリネ、おせちリメイク黒豆マフィン
申12月1日まで

長屋門公園

〒246-0023 阿久和東一丁目17
Tel・fax045-364-7072
休第2・第4水曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶小菊展示会
瀬谷菊友会の皆さんが丹精込めて育てた小菊の展示会です。
日11月16日(月)～28日(土) 直

▶蕎麦打ちに挑戦!!
老舗の蕎麦屋「桑名屋」店主の指導で打った蕎麦をかまどで茹でて食べます。
日11月23日(月・祝)9時30分～12時30分 対小学5年生以上 25人 先
費1,650円 持エプロン、三角巾(バンダナ)、手拭きタオル、箸
申11月12日から Telか 前

▶長屋門ライトアップ
手作り灯篭が約50基ほど並びます。横浜隼人高校ボランティア部による灯りのレイアウトもお楽しみください。甘酒等の販売もあります。
日12月1日(火)～6日(日)17時30分～19時30分 直 ※荒天中止

▶恒例!! お餅つき大会
お餅つき・石臼体験でおいしいお餅を食べながら、翠嵐高校ブラスバンド部OBの演奏もお楽しみください。
日12月20日(日)10時～11時30分
※雨天中止 対80人 先
費300円 持飲み物、箸
申11月12日から Telか 前

瀬谷図書館

〒246-0015 本郷三丁目22-1
Tel045-301-7911 fax045-302-3655
休11月24日(火)

▶ひよこのおはなし会
日11月11日(水)・26日(木)、12月10日(木)11時～11時30分 直
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

▶休日おはなし会
日12月6日(日)11時～11時30分 直
対幼児～小学生 ※保護者同伴可

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・fax045-304-1755 休火・金曜日

▶おはなしさくらんぼ ～おはなし会～
日11月18日(水)15時～15時30分 直
対幼児～小学生 20人 先 ※幼児は保護者同伴 内テーマ:世界
講チェリーボンボン

▶さくらボッチャ
日11月28日(土)10時～11時30分 直
対12人 先 ※幼児は保護者同伴
内詰めボッチャとゲーム
持上履き、飲み物

▶クリスマス会 ～楽しい腹話術～
日11月29日(日)13時30分～14時10分 直 対50人 先

以下のものは 申11月11日から WEBか Telか 前 ※申込み時に参加者全員の氏名を記載

▶下瀬谷鍋を食べよう会
地元の野菜を使った具がいっぱいの鍋をみんなで作って食べよう!
日12月12日(土)9時～12時
対100人 先 ※小学3年生以下は保護者同伴

▶瀬谷かるた大会の練習会
日12月13日(日)9時30分～12時
対小学生 6組 先 ※3人1組

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・fax045-303-8415 休火・金曜日

▶香司に学ぶ お香のはなしと天然香原料の匂い袋づくり
お香づくりの専門家から香りの世界を学び、天然香原料を調合してオリジナル匂い袋を2つ作ります。
日12月16日(水)10時～12時

対成人 10人 先 費2,000円(布柄・紐色を各2種類選べます)
申11月14日から WEB か Tel か 前

▶Xmas ♪アイシングクッキー教室
日12月19日(土)10時～12時
対小学生 15人 先 ※小学3年生以下は送迎をお願いします 費1,200円
講ベーカリーこのか
申11月14日から WEB か Tel か 前

東野中学校 コミュニティ・スクール

〒246-0012 東野130
Tel・fax045-304-4301 休火・金曜日

▶クリスマス飾り ポインセチアのモールブーケ 園芸博
日12月5日(土)10時～11時30分
対成人 6人 抽 費500円 持はさみ
申11月21日まで Tel か 前

▶はじめてのあみもの ～長さが選べるストラップ～
かぎ針編みに挑戦します。使い道に合わせて好きな長さに編んでみよう!
日12月5日(土)13時30分～15時30分
対小・中学生 7人 抽 費300円
持8号のかぎ針(実費で注文可)
申11月21日まで Tel か 前

▶お正月飾り ～生花を使って～ 園芸博
日12月19日(土)10時～12時
対成人 10人 抽 費2,500円
持はさみ(ワイヤー切断用および切り花用)、45L袋、LLサイズ袋、新聞紙
講原園芸 申11月21日まで Tel か 前

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・fax045-391-1166 休火・金曜日

▶はらっぱのおはなし会
日11月21日(土)11時～11時30分 直
対乳幼児と保護者 10組 先
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! 原中コミスク無料相談会
日11月28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 先
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11月11日から Tel か 前

▶毎月開催! 英検作文面接対策講座(3級～2級)
日12月5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 先
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11月11日から Tel か 前

▶お正月の寄せ植え 園芸博
日12月24日(木)10時～11時30分
対20人 先 費3,000円 講原園芸
申11月21日から WEB か Tel か 前

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・fax045-304-4169
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

▶まるたのしろのおはなしかい
日11月11日(水)10時30分～10時50分 直 対未就学児と保護者
講クローバー

▶まるたのしろのガーデニング 園芸博
横浜グリーンエクスポを盛り上げるため、きれいな花を植えましょう。
日11月14日(土)・15日(日)10時～16時 直

▶窓にお絵かきしよう
クリスマスに関するものを描いてみよう。
日11月25日(水)10時～16時 直

下瀬谷地域ケアプラザ

〒246-0035 下瀬谷二丁目44-6
Tel045-304-1291 fax045-304-1259
shimoseya-seikatsu@shafuku-doujinkai.or.jp 休第1月曜日

▶ガンダム好きの集い
日11月15日(日)10時30分～12時 直
※毎月第3日曜日 対20人程度 先

▶下瀬谷おやじバンドメンバー募集
全パートのメンバーを募集しています(打楽器はドラム以外)。詳細はお問い合わせください。

以下のものは 申11月11日から Tel か

▶美容カフェ
日11月16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 先 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11月18日(水)13時30分～14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 先

▶シニアのためのスマホサロン
日11月25日(水)10時～11時30分
対概ね65歳以上 10人程度 先
持スマートフォン、筆記用具、飲み物

▶レコードを聴きながら ちょこっとボランティア
日11月26日(木)10時～11時30分
対20人程度 先

▶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11月26日(木)10時～11時30分
対20人程度 先
持かぎ針(6～8号)、飲み物

▶輪踊りで健康維持
日11月26日(木)13時30分～14時30分、12月8・15日の火曜日 10時～11時 対各日15人程度 先
費300円 ※申込み時に希望日を申請

▶防災カフェ
日12月9日(水)18時30分～20時
※毎月第1水曜日
対10人程度 先

瀬谷スポーツセンター

〒246-0032 南台二丁目4-65
Tel045-302-3301 fax045-301-9442
休第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

▶令和8年度冬の教室 (2027年1月～3月開催)
さあ始めよう! 運動習慣! あなたの体づくりを瀬谷スポーツセンターがお手伝いします。各教室の概要はWEBまたは瀬谷スポーツセンターで配布するチラシをご覧ください。※詳細はお問い合わせください
申11月25日(着)まで WEB から、または 往 に 必要事項 を記載して 郵
※応募者が定員を上回った場合は 抽

地域子育て支援拠点にこてらす

〒246-0021 二ツ橋町469
せやまる・ふれあい館内
Tel045-391-8316 fax045-391-8447
休日・月曜日(祝日に重なる場合は翌日も)、祝日

▶自然ふれあい遊び
一緒に小さな自然を見つけてお外遊びをしましょう。0歳から参加できます。
日11月18日(水)10時30分～11時30分 直 ※荒天中止 対未就学児と保護者 講TEAMドルフィン 森千佳

▶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12月12日(土)10時～12時
対これから赤ちゃんを迎える家族 6組 先 講助産師 小沼(おぬま)夕佳
申11月14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
Tel045-811-8444 fax045-812-5778

▶アウトドアクラブ Ⅲ期
日2027年1月9・23日、2月6・20日、3月6・20日の土曜日 全6回 10時～12時 ※雨天決行 対小学生と家族 20組 抽 内野外遊び、野外料理を中心とした野外活動体験 費小学生以上5,000円、4歳～未就学児2,500円、3歳以下500円 持当選者に別途連絡
申12月11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)、✉アドレスを記載して 郵

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
Tel045-301-3500 fax045-301-3502
休第2火曜日

▶ミュージック・コレクション・シリーズ#24
新春の空気をまとった金管五重奏が、力強さと温かさを併せ持つサウンドで心地よい時間をお届けします。
日2027年1月17日(日)14時～15時30分 対120人 先 ※未就学児入場不可 費1,500円 講麻生康平、刑部(おさかべ)望、疋田(ひきた)遥香、松林大翔(ひろか)、松本匡偉(ただより)
申11月14日から Tel か 前

瀬谷区社会福祉協議会

〒246-0021 二ツ橋町469
せやまる・ふれあい館内
Tel045-361-2117 fax045-361-2328
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 Tel か 前 ※事前に登録が必要

善意銀行への寄付

8月1日～31日受付分・敬称略
- 瀬谷区民踊協会
- 山名昭
- 匿名 1人

以上の皆さん、ありがとうございました。

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。

スポーツ・民踊

●区ダンススポーツ連盟主催 第54回瀬谷区民ダンススポーツの集い

日 11月15日(日)12時～16時　所 瀬谷スポーツセンター第1体育室
費 前売入場券1,200円、当日入場券1,500円
内 ダンスパーティー、技術発表、ミキシング、デモンストレーション 等
申 Tel で問合せ先へ　問 同連盟 尾身 Tel 090-2475-0670

●区スポーツ協会主催 第1回 インクルーシブスポーツイベント「みんなの笑顔いっぱい ボッチャ大会」

日 12月6日(日)10時～12時30分(受付9時30分)
所 瀬谷スポーツセンター第1体育室
対 小学生以上のチーム(3人～6人)、または個人 30人 抽
持 室内履き、飲み物
申 11月11日～18日㈫まで　申込用紙を 郵 か fax か 前 で問合せ先へ
※申込用紙は区役所3階35番、区内公共施設で配布
問 同協会(〒246-0032 南台二丁目4-65 瀬谷スポーツセンター内)
小原 fax 045-300-3048 seya_taikyo@yahoo.co.jp(問合せのみ)

●区スキー協会主催 第11回瀬谷区初滑りスキーツアー

日 2027年1月22日(金)～24日(日) ※2泊3日
所 新潟県ムイカスノーリゾート・上越国際スキー場 ※現地集合・現地解散
対 区内在住・在勤者 20人 先　費 問合せ先へ
持 スキー用具、ウェアなど(自費レンタル対応あり)　内 基礎スキー中心
申 11月11日～2027年1月11日まで　前 で 必要事項 を問合せ先へ
問 同協会 事務局(三ツ境15-9 タカミネスポーツ店内)
Tel 045-361-0043　takamine_sp@yahoo.co.jp

●区陸上競技協会主催 第57回瀬谷区マラソン大会

日 2027年1月31日(日)9時～12時(8時20分開会式) ※荒天中止
所 神奈川県立瀬谷支援学校グラウンド周辺(周回)コース
対 小学5年生以上の区内在住・在勤・在学・在クラブ者 親子の部は、小学1～4年生の区内在住・在学・在クラブ者と保護者
費 小・中学生1,000円、一般(高校生)2,000円、一般(18歳以上)・壮年(40歳以上)4,000円 親子の部3,000円 ※保険料含む
内 3kmの部(小学5・6年生、中学1年生)、5kmの部(中学2・3年生、一般、壮年)、親子の部(1.3km):小学1～4年生と保護者(手を繋いでゴール!)
※1人1種目まで(親子の部との重複参加は可)
※3位まで賞状とメダル、4位以下は完走証を授与
申 11月12日10時～12月1日19時まで　申込書に参加費を添えてイシケンスポーツ瀬谷店(〒246-0031 瀬谷三丁目1-24、水曜定休)へ
※詳細はイシケンスポーツ WEB へ
問 同協会 佐々木 Tel 070-9196-4892(9時～17時)

●区民踊協会主催 楽しい民踊体験 ～踊って踊って心と体をリフレッシュしましょう～

日 11月17日(火)13時30分～14時30分
所 瀬谷公会堂第1・第2会議室 直　対 30人 先　持 室内履き
問 同協会 竹川 Tel 090-4097-6515

区民活動センターイベント情報

問 瀬谷区民活動センター(二ツ橋町469 せやまる・ふれあい館2階)
Tel 045-369-7081 fax 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。　会場 瀬谷公会堂 直
日時 11月20日(金)12時～13時30分 ※開場11時40分
出演
- ふれ愛♡音楽塾(美声トレーニング)　内 さんぽ ほか
- 声楽アンサンブル「花音」(ヴォーカルアンサンブル)　内 荒城の月 ほか
- THE NATURAL(管楽アンサンブル)　内 月は優しく愛を照らす ほか

地域活動フォローアップ講座

活動のモヤモヤを整理して次の一歩へ

他の活動者との対話や事例共有を通して、活動を続けやすくする工夫や自分にできる一歩を考えます。

日 12月12日(土)10時～12時　所 瀬谷区民活動センター
講 ㈱イータウン執行役員 東樹 康雅 氏
対 区内在住・在学・在勤者 15人 抽　保 申込み時に申請
申 12月5日まで　電子申請 (二次元コード)から、または Tel か か 前 で 必要事項 を問合せ先へ

区役所2階区民ホールの展示・催し

読書月間▶11月16日(月)～30日(月)
世界エイズデーパネル展▶12月1日(火)～4日(金)
せやまる市場▶12月8日(火)11時～13時 ※売り切れ次第終了
環境科学研究所50周年記念パネル展▶12月9日(水)～16日(水)

※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。



区内障害福祉事業所の皆さんが作った食品・雑貨等を販売します。たくさんのご来場をお待ちしています!

日 11月30日(月)～12月4日(金)11時～14時　所 瀬谷駅改札口前 直
日 12月7日(月)～11日(金)11時～14時　所 三ツ境駅改札口前 直

問 区役所障害者支援担当　Tel 045-367-5715　fax 045-364-2346



“瀬谷の魅力” SNSで発信しています!　X　Instagram

区の人口 120,047人　世帯数 54,302世帯(2026年10月1日現在推計)

瀬谷区 WEB でも紙面をご覧になれます。広報よこはま　瀬谷　検索

〔編集・発行〕瀬谷区役所広報相談係　Tel 045-367-5635　fax 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。

特集

ひとりで悩まないで

11月は「なくそう！DVキャンペーン」と
「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」です。
こどもたちが自分や相手を大切にし、困ったときにSOSを出せること。
そして、そのSOSを受け止める地域であること。
瀬谷区では、DV防止や児童虐待防止の取組とともに、
思春期のこどもたちの命と権利を守るための取組を進めています。

※DV（ドメスティック・バイオレンス）とは、配偶者や恋人といった親密な相手から受ける暴力のことです

●問合せ　区役所子育て支援担当
TEL 045-367-5703　FAX 045-367-2943

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

なくそう！DVキャンペーン

横浜市では「なくそう！DVキャンペーン」の名称のもと、毎年11月12日～25日の「女性に対する暴力をなくす運動」期間を中心に、DVの防止・啓発に取り組んでいます。瀬谷区でも、区役所・図書館・地域子育て支援拠点にこてらす・地区センター・親と子のつどいのひろばなど区内各所でブース出展等を行います。詳細は瀬谷区WEB（二次元コード）へ。



昨年の区役所展示の様子

瀬谷区版デートDVチェッカー完成

デートDVチェッカーはパリ市（フランス）で生まれました。日本では10代向け性教育メディア「セイシル」の協力のもと作成された日本語版が、多くの学校や自治体で活用されています。今回、瀬谷区では、地域の相談先を掲載した「瀬谷区版デートDVチェッカー」を作成しました。自分も相手も大切にする関係や、暴力の境界線について考えるきっかけとして活用していきます。


区役所窓口にDVチェッカーを掲げたせやまるが登場します！



このチェッカーを使って、あなたとあなたの大切な人との関係を考えてみてね。緑色のゾーンだったら、大丈夫。あなたと大切な人とはお互いに大切にし合えるヘルシーな（対等な）関係です。

認定NPO法人エンパワメントかながわ
阿部 真紀 氏
（デートDVチェッカー日本語版監修）

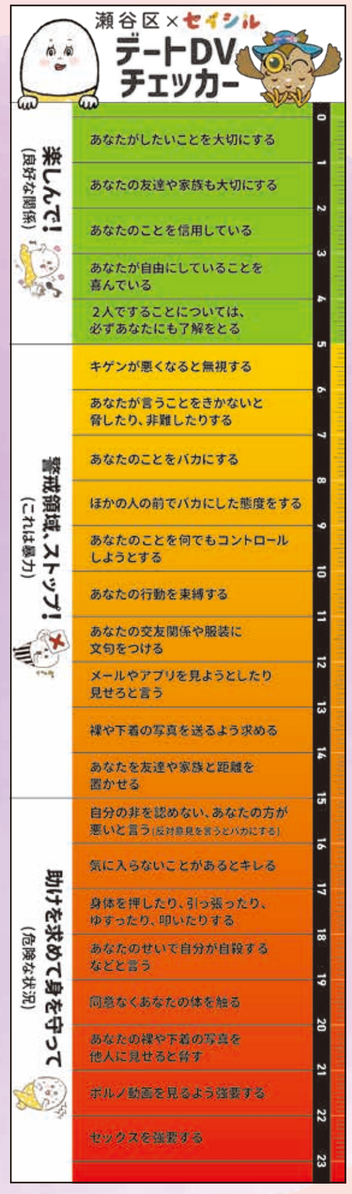
瀬谷区版デートDVチェッカー完成記念イベント開催！

予約不要！当日直接会場へ。デートDVチェッカーも配布しています。

日時▶11月12日(木)11時～12時　**定員**▶100人(先着)
会場▶区役所5階大会議室
内容▶①「デートDVとは」②「デートDVチェッカーの使い方」
講師▶①認定NPO法人エンパワメントかながわ 阿部 真紀 氏
②セイシル（株式会社 TENGAヘルスケア）古川 直子 氏

セイシルからメッセージ
セイシルには、若者から恋人との関係や言動に関する悩みが多く寄せられています。そこで、被害や加害に気づくきっかけになればと、デートDVチェッカーを作成。全国の学校や自治体で約35万枚配布されています。

表



裏



【監修】認定NPO法人エンパワメントかながわ　【協力】セイシル

みんなで守る こどもの未来

瀬谷区では、児童虐待への理解を深め、こどもたちを地域全体で見守る大切さを知っていただくため、パネル展を開催します。



日時▶11月18日(水)～25日(水)
場所▶区役所2階区民ホール

「なくそう！DVキャンペーン」のパネル展も同時開催します。



子育てに役立つヒントや親子の関わり方を紹介した「子育てのコツ動画」を、YouTubeで配信しています。一人ひとりの関心と見守りが、こどもたちの笑顔と未来を守る力になります。

動画はこちらから



性に関する啓発グッズを高校生と協働で作成中！

横浜隼人高校インターアクトクラブと協働し、思春期のこどもたちへ相談先や正しい情報を届けるクリアファイルを制作しています。高校生自身が「どんな啓発物なら手に取ってもらえるか」を何度も話し合いながらデザインを検討しました。2027年2月に区内中学・高校生へ配布予定です。


横浜隼人高校インターアクトクラブでの意見交換の様子

思春期の今だからこそ、同じ世代の目線で相談できる場所があることを知ってもらいたいと考えています。今回作成するクリアファイルが1人でも多くの人の安心や支えにつながればうれしいです。


プロジェクトリーダー 野田 朱莉（あかり） さん

区役所子育て支援担当から

DVや児童虐待は、私たちの身近なところで起こりうる深刻な人権侵害です。大切なのは1人で抱え込まないこと、そして周囲の人が小さな変化に気づくことです。こどもたちの健やかな成長のためには、家庭や学校・地域・医療・関係機関が連携し、それぞれの立場から見守り、支えていくことが欠かせません。誰もが安心して暮らせる地域を目指し、温かな支えの輪を広げていきましょう。


保健師


助産師