2019年(令和元年) 5 都筑 つづき

広報よこはま都筑区版 No.259

都筑区役所(代表) ☎948-2323
受付時間:平日8時45分～17時

都筑区 25th

土曜開庁日 5月11日・25日、6月8日 時間:9時～12時
(毎月第2・4土曜 戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の業務)

ふるさとにぎわい面

「民生委員・児童委員」「主任児童委員」って、どんな人??

都筑区では179人の民生委員・児童委員が活動しています。
区内は10地区に分けられ、民生委員・児童委員はそれぞれ担当地域を持っています。
各地区には主任児童委員が2人配置されています。

※人数は4月1日現在
※( )内は主任児童委員の人数で内数

民生委員・児童委員とは??

民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された無報酬の非常勤特別職の地方公務員です。地域福祉の担い手としてさまざまな活動をしています。

「民生委員」と呼ばれることが多いですが、児童福祉法に基づき「児童委員」も兼ねているため、「民生委員・児童委員」という名称が正式名になります。

主任児童委員とは??

民生委員・児童委員のうち、子どもや子育て家庭に関する支援を専門に担当する委員を「主任児童委員」といいます。

どのように選ばれる??

民生委員・児童委員は、自治会町内会などの推薦を受けて選ばれます。主任児童委員は、地区連合町内会の推薦を受けて選ばれます。

任期は3年で、再任が可能です。今年の12月には3年に1度の一斉改選が行われます。

民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があるので、困りごとがあれば安心して相談できます。

例えばどんな活動をしているの?

身近な相談相手
必要な支援先へのつなぎ役

地域の見守りや
ひとり暮らし高齢者の
お宅の訪問

昼食会やサロンなどの
居場所づくり・
交流の場づくり

学校や関係施設と連携した
子育て家庭の支援

各地区で活躍中の民生委員・児童委員、主任児童委員の声を聞きました!

民生委員・児童委員を6年務めた後、もっと子どもに関わりたいとの思いから、主任児童委員となり活動しています。ちょっと元気をなくしたお母さんが私たちとおしゃべりすることで、笑顔を取り戻してくれることがやりがいです。すっかりお兄さん、お姉さんに成長した「元」赤ちゃんに、近所のスーパーでばったり再会すると本当にうれしいですよ。

東山田地区　對馬(つしま) 千香子(ちかこ)さん
民生委員・児童委員歴 14年
(主任児童委員歴 8年)

都筑のまちができた頃から地域の活動に携わっていましたが、退職後、自治会長に声をかけられ、民生委員・児童委員になりました。活動が広がり、本当にたくさんの出会いがあります。活動を理解してくれる人、協力してくれる人がいることがうれしく、支えとなっています。「自分たちのまちは、自分たちでつくる!」という気持ちで、楽しみながら日々取り組んでいます。

都筑荏田地区　有賀(ありが) 昇(のぼる)さん
民生委員・児童委員歴 8年

孫も手を離れ、地域のお手伝いをしたいと考えていた時、町内会長に声をかけていただきました。フルタイムでの仕事をしながら活動をしています。忙しいですが、今までよりも時間を大事にするようになり、毎日充実しています。自分の訪問を待っていてくださる人がいたり、地域の人に「ありがとう」と言われたりすると、お役に立てているのかなとうれしくなります。

勝田茅ケ崎地区　水嶋(みずしま) トモ子(こ)さん
民生委員・児童委員歴 5年

問合せ 運営企画係　☎948-2341　fax948-2354

編集・発行／横浜市都筑区役所広報相談係
〒224-0032 都筑区茅ケ崎中央32-1
☎948-2223　fax948-2228

ホームページ
都筑区役所 検索

◆区の人口……211,750人(前月比47人減)
◆区の世帯数…83,052世帯(前月比333世帯増)
※2019年4月1日現在

皆さんもぜひ加入してください
都筑区　自治会町内会 検索

特集

＼もっと知りたい！使いたい！／

都筑区民活動センター

私には関係ない、と思っていませんか？ そんなあなたもぜひ都筑区民活動センターへ！

あなたはどのタイプ？ 今のあなたにピッタリの地域デビュー診断！

A 講座を受けてみよう！新しい発見があるかも

ゆっくり自分にあった「これから」を模索していきましょう。いろんな人の話を聞いてみると世界がひろがるかも!?

▶▶ 1 「大人の学級」に参加してみよう！

B 区民活動センターにいらっしゃい！

区民活動センターでは、サロンや体験講座を開催しています。気軽に参加してみよう。

▶▶ 2 毎月気軽に集まるサロンに参加してみよう！

C お休みの日に、イベントに参加してみては？

忙しいあなたは、イベントに参加して、地域の活動を知り、つながりましょう！

▶▶ 3 「つづき人交流フェスタ」に参加してみよう！

D プログラムバンクに登録してみよう

せっかくの特技！眠らせておかず、まずは、地域のボランティアとして披露したり、指導したりしてみませんか？

特技や経験を地域のために生かすボランティアの制度「プログラムバンク」に登録すると、公的な施設や自治会町内会、高齢者施設などからの依頼にあわせて派遣されます。

現在、アロマセラピー・体操・音楽演奏・音楽指導・手芸・料理・木工・茶道・書道・マジック・美術・英会話などの講師が登録されています。興味のある人はぜひ区民活動センターへ。

E 区民活動センターで、生涯学習・市民活動・ボランティアなどの情報を集めよう

区民活動センターには**あなたのやりたいことを見つけるためのきっかけになる情報が集まっています**。

団体登録をすると、ミーティングコーナー、ホワイトボード、おもちゃが使えます。またパソコン、貸出機材、貸しボックスが使えます。

区民活動センターには、生涯学習・市民活動・趣味のサークル・ボランティアの情報がいっぱい。あなたにぴったりの活動がきっと見つかります。漠然と何がやりたいのかよくわからない、という人はご相談ください。一緒に探しましょう。

◀チラシもたくさん！

区民活動センターの講座やイベントに参加してみよう!

1 「これから」を考えるきっかけとなるテーマ型講座「大人の学級」を開催しています。

講師の話や参加者の話を聞くことで、今の自分の立ち位置を知り、この先の生き方・暮らし方を考えるきっかけにもなります。

2019年度 大人の学級(予定)

- 地域デビュープランナー講座
- 50代女性のための講座
- 20～30代の地域入門講座

◆2018年度参加者の声

講座に参加して新しい発見がいくつかありました。具体的に今、始められることが見つかってよかったと思っています。一歩踏み出した先に新しい可能性が開けることを学びました。

区民活動センターでこのような講座があることを知りませんでした。同じ目的を持った、普段の生活では出会わない仲間と出会えたことで、これからのつながりが楽しみです。

- **大人の学級　50代以上の女性のための講座**
  ～心が弾む居場所を見つけたらつづき暮らしがもっと楽しい!～
  身近な地域でみつける5つの居場所
  実施日時　6月7日～7月5日の金曜10時～13時
  会場　区内各所
  定員　15人先着
  申込み　5月11日から電話か窓口か、必要事項を明記しメール

- **ボランティアベースつづき**
  ボランティアに興味がある人、始めたい人のためのボランティア入門サロンを始めます!
  実施日時　毎月第4金曜15時～17時
  対象　区内在住・在勤・在学の人
  申込み　5月11日から電話か窓口か、必要事項を明記しメール

- **転勤妻のおしゃべりサロン** 予約不要
  実施日時　毎月第3金曜10時～12時
  対象　夫の転勤で引っ越してきた妻

2 毎月気軽に集まるサロンを開いています。

毎月1回、予約不要で集まれるサロンを開いています。友達を作りたい、おしゃべりしたい、悩みを聞いてほしいなど、気軽にお越しください。人見知りのあなたもフォローしますのでぜひ!

3 「つづき人交流フェスタ」(毎年3月に開催)に参加して、地域の活動を知り、つながりましょう!

まずは、区で開催するイベントに出てみましょう! いろいろな施設や人が地域を支えていることを知り、都筑の魅力を発見していきましょう。

毎年3月に区民ホールでの活動紹介やパネル展、区内各所でのワークショップや1日活動体験などを開催しています。

「区民活動センターへ行くのは勇気がいるなぁ」と思う人は広報紙をチェック!

いきなり区民活動センターに行く勇気が出ない…
でもどんなことをやっているか知りたい!
広報紙「きっかけマガジン つづき"縁"ジン」を読んでみよう! ヒントが見つかるかも

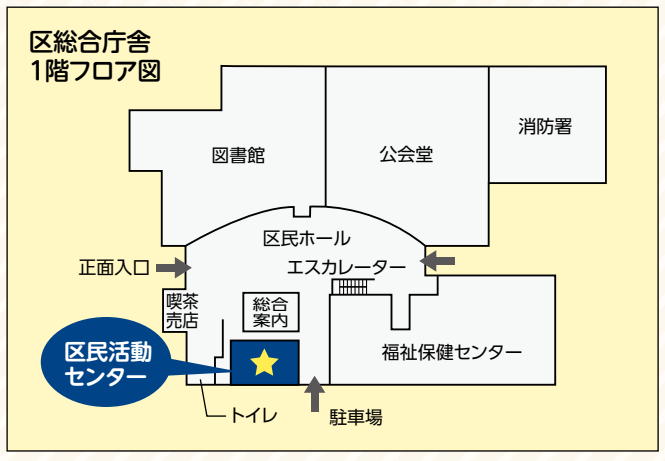
3か月に1回、年4回発行しています。区内地下鉄駅などのPRボックスで入手できるほか、自治会町内会回覧板、区民活動センターホームページでご覧になれます。

平日の夜は参加できないの?

今年も開館時間延長を試行実施する予定です。仕事などで平日の日中はなかなか時間の取れない現役世代の人にもご利用いただけるよう、週1回開館時間を延長します。期間中に講座の開催も予定しています。詳しくは、広報よこはま都筑区版か都筑区民活動センターホームページでお知らせします。

問合せ 都筑区民活動センター(区役所1階)
☎948-2237　fax943-1349
tz-katsudo@city.yokohama.jp
休館日　第3月曜、祝日
5月の休館日は 5月1日(祝)～6日(月・休)・20日(月)

区総合庁舎
1階フロア図



マークの説明　日時・期間　会場　対象・定員　費用　持ち物　保育　申込み　問合せ　〒郵便番号・住所　名氏名(ふりがな)　電話(番号)　fax ファクス(番号)　齢年齢　往往復はがき(返信名明記)　返返信用はがき持参　ハはがき　Eメール(アドレス)　HPホームページ　窓窓口　直当日直接　先先着　抽抽選　予要予約
●必要事項とある場合は、行事名(イベント名)・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記載。●料金の記載のないものは無料。●詳しい内容は各問合せ先へお問い合わせください。

information

区役所からのお知らせ

区役所への郵便物は ▶ 〒224-0032　都筑区茅ケ崎中央32-1 都筑区役所○○係(担当)へ

都筑図書館から

休館日 5月20日(月)・28日(火)～30日(木)
☎ 948-2424　fax 948-2432

■学校図書館ボランティア講座

《第1回》絵本の読み聞かせをやってみよう(初心者向け)
小学生向けの絵本の選び方や読み方。
6月6日(木)10時～12時
区役所5階第1会議室
市内の学校図書館でボランティア活動をしている人、これから始める人 30人
先 ※活動場所が決まっている人優先
申5月14日から☎か窓

《第2回》聴くを楽しむ
絵本の読み聞かせの実演。
7月2日(火)10時30分～12時
都筑図書館
市内の学校図書館でボランティア活動をしている人、これから始める人 20人先
申6月6日から☎か窓

都筑区区民意識調査を実施します!

問企画調整係
☎948-2226　fax948-2399

生活環境に対する意識や区政へのニーズなどをうかがう調査を5月中旬から6月中旬に実施します。本調査は、区内在住で18歳以上の人3000人を無作為で抽出し、郵送にて回答をお願いしております。調査票がお手元に届きましたら、回答へのご協力をよろしくお願いいたします。

「都筑 みどりと花のまち巡り」

問企画調整係
☎948-2226　fax948-2399
tz-plan@city.yokohama.jp

センター南駅周辺で緑や花などを観賞しながら散策します(ガイド付き)。
6月16日(日)9時～9時30分受付
※小雨決行、荒天中止
センター南駅前すきっぷ広場集合。
約6km、3時間程度を予定
80人抽
申5月31日までに区HPの申込み専用フォーム(都筑 みどりと花のまち巡り 検索)か、必要事項・参加人数・参加者全員の名・齢を明記し往 ※手話通訳などが必要な人は申込時に併記

都筑公会堂　指定管理者募集

問区民活動係区民利用施設担当
☎948-2235　fax948-2239

詳しくは、区HPをご覧いただくか、お問い合わせください。

〈管理期間〉
2020年4月1日～2025年3月31日
申配布する公募要項をご覧ください。

明日につなげる3R(スリム)夢なつづき 5月24日(金)～28日(火)はつづき3R夢週間

問資源化推進担当
☎ 948-2241　fax 948-2239

■3R夢を体験しよう
5月25日(土)10時～15時:分別ゲーム、リユース図書募集　13時～:リユース家具大抽選会(10時～12時受付)
区総合庁舎1階区民ホール／直

■パネル展
「旬野菜使い切りレシピほか」を紹介します。
5月24日(金)13時～28日(火)12時
区総合庁舎1階区民ホール

G30のその先へ ヨコハマ3R夢!

若年性認知症 よこはま北部のつどい

問高齢支援担当
☎948-2306　fax948-2490

本人や介護をしている家族が日々の思いや介護について話をして交流する場です。
5月24日(金)11時～15時
中山地域ケアプラザ(緑区中山二丁目1-1)
申認知症の人と家族の会神奈川県支部へ☎・fax(044-522-6801) ※月・水・金曜10時～16時

介護相談員を募集します

問高齢障害介護事務係
☎948-2314　fax948-2490

介護相談員は、高齢者福祉施設(特別養護老人ホームなど)を訪問し、利用者や家族の相談を受け、利用者・施設・行政の橋渡し役として活動します。
【活動費用】1施設1回あたり3000円(交通費など含む) ※1回の訪問時間は3～4時間程度
4～6人程度 ※所定の養成研修(5月29日(水)・30日(木)、7月18日(木))を受講後、8月以降に活動開始
申5月17日までに履歴書(写真添付・応募動機を記載)を提出

新治恵みの里から

問北部農政事務所農業振興担当
☎ 948-2480　fax 948-2488

緑区新治町 にいはる里山交流センター(JR横浜線十日市場駅徒歩約15分)
申5月15日から新治恵みの里HP(http://www.niiharu.link)

■新治恵みの里 市民の森散策とジャガイモの収穫
農家の案内で里山の散策と新ジャガの収穫を楽しみませんか?
6月22日(土)10時～12時〈予備日:6月23日(日)〉 ※作物の生育状況・天候による日時変更あり
市内在住の個人・家族・グループ(4人程度まで)15組先
¥1組1100円(収穫体験・お土産(ジャガイモ3kg)・保険代含む)

■サツマイモ作り教室(全3回)
※すべて10時～12時(作物・天候状況による日時変更あり)
【第1回】6月8日(土):苗植え付け(8株)
【第2回】7月6日(土):土寄せと草取り
【第3回】10月19日(土):収穫
市内在住の個人・家族・グループ(4人程度まで)15組先 ※1回目参加できる人
¥1組2600円(収穫体験・サツマイモ(8株)のお土産付き・保険代含む)

「緊急速報メール」運用開始日変更のおしらせ

広報よこはま都筑区版2019(平成31)年3月号9ページに掲載した「鶴見川、多摩川における洪水情報の「緊急速報メール」の配信について」の内容につきまして、緊急速報メールの運用開始を2019年5月1日としていましたが、国土交通省から**2019年6月中(予定)**に変更する旨の通知がありました。

問総務局緊急対策課　☎671-2064　fax641-1677

横浜音祭り2019 横浜18区コンサート

【出演】石田組(弦楽アンサンブル) ※出演者が変更となる場合があります。
11月5日(火)14時～15時(13時30分開場)
都筑公会堂
¥2500円(指定席)　販売開始日 5月11日～31日(市民先行)、6月1日～(一般販売)

問横浜音祭りチケットセンター(神奈川芸術協会内)
☎453-5080 ※平日10時～18時、土曜10時～15時

熱中症に気を付けよう!

昨年の「災害級の猛暑」の影響で、市内一日の救急出場件数が813件と過去最多を記録した日もあり、**市内では1711人(前年比+977人)**が救急搬送されました。
熱中症対策を行い、暑い夏も健康に過ごしましょう!

熱中症予防のポイント
- **暑さに負けない体づくり**(適度な運動、適切な食事、十分な睡眠)
- **こまめな水分、適度な塩分補給**(経口補水液が最適)
- **涼しい服装や、外出時の日よけ対策**(日傘をさす、帽子をかぶる)
- **部屋を涼しく**(室温28℃以下、湿度70%以下)

特に注意してください

高齢者
- のどが渇いていなくても、意識してこまめな水分補給を心掛けましょう。
- 室内でも熱中症になります! 暑さに対する感覚機能が低下しているため、部屋の温度をこまめに確認し、エアコンや扇風機などを上手に使いましょう。

乳幼児
- 体温の調節機能が十分に発達していないので、熱のこもらない衣服を着せたり、日射しや地面の熱に長時間さらされないよう注意しましょう。
- こまめな水分補給を心掛けましょう。

◆あれ? 熱中症かな?
①涼しい場所へ避難しましょう
②衣服をゆるめ、保冷剤などで体を冷やしましょう
③水分・塩分を同時に補給できる経口補水液などを飲みましょう

◆救急車を呼ぶか迷ったら
問横浜市救急相談センター(24時間 年中無休)
☎#7119(携帯電話／PHS・プッシュ回線)または☎232-7119
※「意識がない」「呼びかけに反応しない」場合は、すぐに119番で救急車を要請してください

横浜消防マスコットキャラクター ハマくん

問都筑消防署予防課予防係　☎・fax945-0119
問健康づくり係　☎948-2350　fax948-2354

●区総合庁舎1階区民ホールの催し情報

※時間の記載がない場合…初日:12時～17時、最終日:8時45分～13時、その他:8時45分～17時

日時※	催し	問合せ	電話	FAX
5月14日(火)～20日(月)	おやこのひろば活動紹介パネル展示	予算調整係	948-2213	948-2208
5月17日(金)13時～19日(日)17時	書道作品の展示			
5月22日(水)～24日(金)	春季「浜友さつき会」展示会および農業振興関係展示	北部農政事務所農業振興担当	948-2483	948-2488
5月24日(金)13時～28日(火)12時	春の3R夢週間イベント	資源化推進担当	948-2241	948-2239
5月25日(土)～29日(水)	都筑区運営方針・主要事業パネル展	広報相談係	948-2222	948-2228
5月29日(水)10時～16時	石巻進化躍進応援バザールうんめぇもん市	NPO法人ヒューマンフェローシップ	762-1435	751-9460
5月30日(木)～6月5日(水)	世界禁煙デーイベント	健康づくり係	948-2350	948-2354
6月6日(木)～11日(火)	美術作品(絵画)の展示	予算調整係	948-2213	948-2208

都筑野菜朝市への出店農家を募集しています！

区では、地産地消を進めるため、毎月第2・4土曜に区総合庁舎で都筑野菜朝市を開催しています。ご自身で栽培した野菜の直売に興味がある農家の人は、お気軽にお問い合わせください。区内商業施設での出張開催もあります。
朝市の開催情報は 都筑野菜朝市 検索 でチェック!

問 企画調整係　☎948-2226　fax948-2399

検診教室

●特に記載のないものは、区役所1階福祉保健センター健診室で行います。

予約・問合せ／健康づくり係　☎948-2350　fax948-2354

肺がん検診 有料 予約制	6月19日(水)午前→5月22日～6月7日に予約受付 ※検診当日の受付時間は予約時にお伝えします。 【対象】市内在住の40歳以上の人(1年度に1回)【定員】50人 【料金】胸部エックス線撮影680円
横浜市がん検診実施医療機関では、胃・肺・大腸・乳・子宮がん検診、PSA検査(前立腺がん)を実施しています。医療機関に直接お申し込みください。	
エイズ・梅毒検査 予約制	5月16日・23日・30日、6月6日の木曜9時～9時30分 【受付】区役所1階健診室内13番／結果は1週間後 ※希望により梅毒検査を追加で受けられます。
食と生活の健康相談 予約制	5月14日(火)午前・24日(金)午後、6月4日(火)午前 高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防に関する、保健師や栄養士による個別相談です。
禁煙相談 予約制	5月14日(火)午前・24日(金)午後、6月4日(火)午前 禁煙相談。呼気中一酸化炭素濃度の測定。肺年齢測定。

予約・問合せ／高齢支援担当　☎948-2306　fax948-2490

認知症高齢者保健福祉相談 予約制	原則毎月第2金曜午前 嘱託医師による高齢者のもの忘れ、認知症、こころの病などの相談。
都筑むつみ会「リハビリ教室」 予約制	原則毎週火曜13時～15時 脳血管疾患などにより後遺症のある人を対象に、リハビリ教室や言語教室を開催しています。

子育てひろば

都筑図書館から

休館日 5月20日(月)・28日(火)～30日(木)
☎948-2424　fax948-2432

■よんであげますよ～
つどおうJiJiBaBa(じじばば)隊による読み聞かせ。
5月18日(土)10時30分～12時／直
■くまさんのおはなし会(6月)
6月13日(木)①10時～10時25分 ②10時45分～11時10分
①0・1歳児と保護者 ②2・3歳児と保護者 各10組先
申 5月23日から☎か窓
■5月の定例おはなし会
子どもだけで聞くおはなし会です。
5月15日(水)15時30分～16時／直
1人でお話が聞ける子 ※保護者の付き添いは事前にご相談ください。

健康づくり係から

☎948-2350　fax948-2354

■ママ・パパと赤ちゃんのための健康講座(2日間で1コース)
ママ・パパの毎日に元気をプラスするためのお役立ち講座。気軽に参加してみませんか。①食生活についての話と2回食を目安にした離乳食の試食 ②赤ちゃんと一緒に楽しく体操
①6月28日(金) ②7月5日(金) いずれも10時30分～11時30分
①葛が谷地域ケアプラザ ②区役所1階福祉保健センター
区内在住で離乳食を始めて2か月を過ぎたころの子と親25組先
持 ①普段使っている離乳食用のスプーン、飲み物 ②バスタオル、飲み物
申 5月28日10時から葛が谷地域ケアプラザへ☎943-5951

■おやこで楽しむおいしいおはなしの会
食べることが楽しくなるような、絵本の読み聞かせです。お話に出てきたものを使ったお料理を食べよう。
6月26日(水)15時～15時50分(14時45分受付開始)
区役所1階福祉保健センター
区内在住・在園の3歳～未就学児と親20組先 ※アレルギーのある人は申込時に要相談。初めての人優先。
持 手ふきタオル
申 5月13日から☎か窓

こども家庭支援担当から

1・2 ☎948-2318　fax948-2309
3～5 ☎948-2472　fax948-2309

1出産体験を話そう！聞いてみよう！
5月21日(火)14時～15時30分／直
区役所1階福祉保健センター多目的室
区内在住で産後4か月までの産婦さん、妊婦さんとその家族
2子育てプチ体験会のお知らせ
母子保健コーディネーターが赤ちゃんのお世話についてお話ししたり、妊娠中の相談にお答えします。
6月11日(火)14時～15時／直
都筑区子育て支援センターポポラ
区内在住の妊婦さんとその家族
3おひさま♥まつり
保育園の園庭で遊びましょう!／直
①5月15日(水) ②5月22日(水) ③6月7日(金)いずれも10時30分～11時30分 ※雨天中止
①みどり保育園 ②茅ケ崎南保育園 ③茅ケ崎保育園
親子30組先
申 5月20日からみどり保育園へ☎(941-2800) ※10時～16時
5育児講座「わらべうた」
6月13日(木)10時～
中川西保育園
親子10組先
申 6月3日から中川西保育園へ☎(913-2060) ※10時～16時
4育児講座「ぱぴプレ音楽工房の人形劇」
5月29日(水)10時～11時
みどり保育園

子育て中の転入者さんいらっしゃい 平成31年度 春の部 あつまれ～都筑のニューフェイス！

会場	日時
親と子のつどいの広場 すくすくサロン 佐江戸町1829　☎516-9117	5月28日(火) 10時～12時
おやこの広場『ぷらっとカフェ』 仲町台一丁目20-11 ヒルサイド303　☎944-3554	5月31日(金) 10時30分～12時
親と子のつどいの広場 つづき 南山田三丁目14-19　☎593-4011	5月28日(火) 10時30分～12時
葛が谷地域ケアプラザ「子育てサロン きらきら」 葛が谷16-3　☎943-5951	5月17日(金) 10時～11時30分
中川地域ケアプラザ「親子でたのしむおはなしタンポポ」 中川一丁目1-1　☎500-9321	5月21日(火) 10時30分～11時30分
東山田地域ケアプラザ「遊びのおもちゃランド」予 東山田町270　☎592-5975　¥100円	6月7日(金) 10時～12時
川和あそびの広場「かわわ☆わ～い」 川和町1463(川和小学校コミュニティハウス内) ☎090-4007-3327(木村)	6月13日(木) 10時30分～12時
茅ケ崎南保育園予 茅ケ崎南五丁目11-3　☎943-1285	6月5日(水) 10時～11時
都田地区子育てサロン予　東方町1401(JA横浜東方支店)　☎943-5951(葛が谷地域ケアプラザ)	5月16日(木) 10時～11時30分
都筑区子育て支援センターポポラ予　中川中央一丁目1-3 ショッピングタウンあいたい5F　☎912-5135	5月15日(水)～17日(金) 10時30分～11時30分

※予がついている会場については、事前予約が必要です。詳しくは、各会場にお問い合わせください。

問 都筑区子育て支援センターポポラ　☎912-5135　fax912-5160

2020年4月保育所入所ポイント説明会
～春から働きはじめるあなたへ～

主に育児休業から復帰し、2020年4月から保育園などに1・2歳児を預けたいとお考えの人を対象とした説明会を開催します。

①6月5日(水)・②11日(火)・③24日(月)、④7月3日(水)・⑤10日(水)・⑥24日(水)、⑦9月4日(水)・⑧11日(水)・⑨13日(金)
⑤⑦⑨10時～ ③④⑥11時30分～ ①②⑤⑦⑧14時30分～ いずれも30分
③仲町台地区センター ④北山田地区センター ⑥加賀原地域ケアプラザ その他は区役所1階福祉保健センター多目的室
区内在住の親子30組先
申 事前に☎か窓か、タイトルを「保育所入所ポイント説明会申込み」とし、☎・子の名・生年月日を明記し✉(tz-hoiku@city.yokohama.jp)

問 保育運営担当　☎948-2463　fax948-2309

両親教室、女性と子どもの相談・健診

●記載のないものは、区役所1階福祉保健センター内で行います。 ●ベビーカー置場のスペースには限りがあります。ベビーカーの管理は自己責任でお願いします。

予約・問合せ／健康づくり係　☎948-2350　fax948-2354

子どもの食生活相談 予約制	5月24日(金)午後・28日(火)午前(所要時間：30分程度) 【対象】区内在住の人(乳幼児～思春期ごろのお子さんの相談) 【内容】栄養士による食生活についての個別相談

予約・問合せ／こども家庭支援担当　☎948-2318　fax948-2309

乳幼児健康診査	4か月児	5月14日・28日、6月4日の火曜12時～13時30分受付
	1歳6か月児	5月16日・30日の木曜12時～13時30分受付
	3歳児	5月23日、6月6日の木曜12時～13時30分受付
女性の身体の相談 予約制		思春期・授乳期・更年期および避妊・不妊など相談。日程など詳細は、お問い合わせください。
両親教室 予約不要		2019年10月ごろ出産予定の人 →6月7日・14日・21日の金曜 各回13時15分から受付／13時30分から教室開始
幼児歯科相談・妊産婦歯科相談 予約制		5月13日(月) 乳幼児▶13時30分～14時30分 妊産婦▶15時 5月21日(火) 乳幼児▶9時30分～10時30分 妊産婦▶9時10分 【対象】0歳～未就学児、妊婦、産後1年未満の女性 【内容】歯科健診、相談、歯みがきアドバイス

information

施設からのお知らせ

都筑区イベント情報配信中 ▶ http://cgi.city.yokohama.lg.jp/common/event2/tsuzuki/

●このページでは、原則5月11日～6月10日のお知らせを掲載しています。
●マークの説明については、8ページを参照してください。料金の記載のないお知らせは無料です。●詳細は各施設へお問い合わせください。

都筑センター

休館日 5月28日(火)
☎ 941-8380　fax 942-3979
〒224-0062　葛が谷2-1

申 予行事は5月11日から☎か窓
はすべて市内在住・在学・在勤者

■はじめてのこども将棋教室 春コース(全5回)
5月25日、6月8・22日、7月13・27日の土曜13時30分～15時／小学1～6年生18人先／200円(全回分) ● 予

■料理教室～おうちで作る世界の厳選カレー～(全4回)
6月・7月・9月・10月の第1土曜10時～13時／12人先／各1300円 ● 予

■親子であそぼ!
6月2日、7月7日、9月1日、10月27日の日曜10時～11時15分／2歳～未就学児と親14組(28人)先／1組500円 ● 予

■ビーズのアクセサリづくり
ネックレス作り／6月7日(金)10時～12時／10人先／2100円 ● 予

■紫陽花のリース
6月18日(火)10時～12時／24人先／2600円 ● 予

■楽しく脳を活性化! 認知症予防体操
5月30日(木)10時30分～11時15分／60歳以上の人25人先 ● 予

■ゆったりヨーガ
6月17日(月)10時～11時30分／60歳以上の人30人先 ● 予

中川西地区センター

休館日 5月13日(月)、6月10日(月)
☎ 912-6973　fax 912-6983
〒224-0001　中川二丁目8-1

申 予行事は講座開催日の1か月前の9時から窓か10時から☎

■わくわくワークショップ ～楽しい!でつながろう～
体験型の楽しい子ども祭り／5月19日(日)9時～12時30分／50円～／直

■さらば平成! 今こそ語ろう懐かしの「昭和」
①6月13日(木)9時30分～11時45分：地区セン名画座、②7月4日(木)9時30分～11時30分：地区セン歌声喫茶／各80人先／②200円
申 事前に窓か☎

■「親子で楽しいパン作り」(1) パパのかおパン
持ち帰りあり／6月16日(日)9時30分～12時30分／幼稚園年長～小学生の子と親12組先／1200円(大人・子ども各1人) 追加1人につき300円 ● 予

■活き活きシニアの健康体操(A・B)(全12回)
7月2日・16日・30日、8月27日、9月10日・24日、10月8日・22日、11月19日・26日、12月3日・17日の火曜　Aクラス：9時10分～10時20分　Bクラス：10時30分～11時40分／65歳以上各40人抽／各1500円(全回分)
申 5月31日までにハを持参して窓か必要事項と希望クラスを明記し往

■ワールドキッチン(2)英国(スコーンと季節のジャム)
7月10日(水)9時40分～12時30分／12人先／1500円 ● 予

■ベビーマッサージ 1日体験
6月19日(水)9時30分～11時／首すわりころ～ハイハイ前の子と親12組先／500円 ● 予

■手作りフランクフルト
6月20日(木)9時30分～13時／20人先／1200円 ● 予

■おはなし広場
読み聞かせやパネルシアター／5月23日(木)10時30分～11時／直

仲町台地区センター

休館日 5月13日(月)、6月10日(月)
☎ 943-9191　fax 943-9131
〒224-0041　仲町台二丁目7-2

申 予行事は5月11日の9時から窓か10時から☎

■職人に習う手作りパン前期
6月24日、7月1日・22日の月曜10時～12時30分／各20人先／各1400円 ● 予

■テーブル茶道(全3回)
6月17日～7月1日の月曜13時～14時30分／16人先／2000円(全回分) ● 予

■パソコンカフェ
パソコン相談・情報交換／5月28日、7月23日、9月24日の火曜13時～14時30分／各20人先／直

■夏のスワッグ花あしらい
6月27日(木)10時～11時30分／16人先／2000円 ● 予

■メイクアップ講座
7月5日(金)10時～11時30分／16人先／200円 ● 予

■親子で楽しむ太鼓リズム遊び(全3回)
7月17日～31日の水曜16時～17時／未就学児と保護者15組先／2500円(全回分) ● 予

■おはなしかい
5月23日(はじめのいっぽ)・30日(とんことり)いずれも木曜11時～11時30分／未就園児と保護者20組先／直

北山田地区センター

休館日 5月13日(月)、6月10日(月)
☎ 593-8200　fax 593-8201
〒224-0021　北山田二丁目25-1

申 予行事は開催日の1か月前から☎か窓

■ぬいぐるみのおとまり会 ～七夕の図書室で～
ぬいぐるみと一緒に「おはなし会」。その後ぬいぐるみだけお泊まり／7月6日(土)13時30分～14時：七夕お話会、14時～7日(日)14時：ぬいぐるみお預かり／ぬいぐるみと家族20組先／500円 ● 予

■<ぷち 大人のお稽古> モザイクタイルで鍋敷き作り
6月25日(火)9時30分～12時／16人先／2000円 ● 予

■世界のDining(5)(全2回) ～キラトラ先生の本場タイ料理Ⅱ～
7月4日・11日の木曜10時～13時／16人先／3000円(全回分) ● 予

■プロに学ぶ初めての離乳食講座 パパも一緒にファースト食育!
管理栄養士の実演／6月22日(土)10時～12時／22人先／700円 ● 予

■ロビーコンサート／小型ハープの弾き語り
奏者：松丸(まつまる) あをいさん／5月18日(土)13時30分～14時30分／直

都筑民家園

休館日 5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)
☎ 594-1723　fax 594-2019
〒224-0028　大棚西2

申 予行事は5月11日から☎か窓
持 要問合せ

■江戸市(江戸にちなんだ物販など)
ちょっと昔にタイムスリップ／6月1日(土)11時～16時30分・2日(日)11時～15時／直

■江戸市寄席(江戸前の古典落語ほか)
ほっこり亭JUGEM(じゅげむ)ほか／6月1日(土)17時30分～19時／30人先 ※未就学児不可／500円 ● 予

■手打ちそば講習会
6月15日(土)9時30分～13時／高校生以上28人先／1000円 ● 予

■はぎれ草履講習会
6月16日(日)9時～12時／12人先／800円 ● 予

■楽しく着物を着ましょう
6月12日(水)13時～15時／女性15人先／1500円 ● 予

■いろりばたおはなし会
おはなしネットワーク「かたらんらん」／5月20日(月)11時～11時30分／直

■体験!南京玉すだれ
5月18日(土)14時～16時／直

■土曜しの笛コンサート
毎週土曜11時30分～12時／直

都筑中央公園自然体験施設(NPO法人 都筑里山倶楽部)

休館日 月曜(祝日の場合は翌日)
☎・fax 941-0987
〒224-0032　茅ケ崎中央57-8
HP http://www1.tmtv.ne.jp/~satoyama/
✉ tsuzuki-park@tmtv.ne.jp

申 予行事は開催日10日前までにHPか、必要事項と申込者全員の名・齢を明記し✉か往 ※いずれも小雨決行・荒天中止

■「ローザ・つづきく」バラまつり2019
コンサート、模擬店、餅つき体験など／5月19日(日)10時～14時(コンサートは11時～13時30分)
※雨天中止／円形広場／直

■第16回タケトンボマイスター
滞空時間を競う／5月19日(日)10時～12時 ※雨天中止／円形広場集合／500円／直

■里山の田植え体験
5月26日(日)13時～16時／ばじょうじ谷戸休憩所集合／50人抽 ● 予

■大池の生き物観察会
ザリガニ釣りと生き物観察／5月26日(日)9時～12時／レストハウス集合 ● 予

■里山の炭火でクッキング
6月16日(日)10時～15時／ばじょうじ谷戸休憩所集合／40人抽／500円 ● 予

■初夏の昆虫観察会
ゼフィルスの羽化／6月9日(日)9時～12時／レストハウス集合 ● 予

鴨池公園こどもログハウス かもいけランド

休館日 5月20日(月)
☎・fax 942-1569
〒224-0006　荏田東三丁目2

■親子の広場「かもっこくらぶ」
①5月13日(月)：親子リズム ②6月6日(木)：おはなし会 ③6月25日(火)：おさるんリトミック ④6月27日(木)：ベビーマッサージ ⑤7月1日(月)：水遊び、流しそうめん ①③④⑤は10時30分～11時30分 ②は10時30分～11時／①③⑤未就園児と親各15組先、④赤ちゃんと親7組先／①③④⑤各1組300円
申 ①③④⑤は開催日の1か月前の10時から☎か窓

つづきMYプラザ(都筑多文化・青少年交流プラザ)

休館日 5月20日(月)
☎ 914-7171　fax 914-7172
〒224-0003　中川中央一丁目25-1 ノースポート・モール5階
✉ my-plaza@tsuzuki-koryu.org

■2019年度思春期セミナー
6月24日(月)10時30分～12時30分／思春期の子どもを持つ保護者40人先
申 5月11日から☎か窓か、必要事項・子の齢・応募動機・個別相談希望の有無を明記し✉

川和小学校コミュニティハウス

休館日 火・金曜
☎・fax 934-8666
〒224-0057　川和町1463

■川和小コミュニティフェスタ
地域の人や利用団体の作品展示や和太鼓演奏、子ども体験コーナーなど／6月8日(土)・9日(日)10時～15時／直

■声のアンチエイジング(全3回)
ボイストレーニングしながら声の若返りを目指す／5月25日、6月1日・15日の土曜10時～11時30分／30人先／各500円
申 5月25日までに☎か窓か、必要事項・齢を明記しfax

■囲碁の時間(1期)(全8回)
5月9日～8月22日の毎月第2・第4木曜13時～17時 ※15時～16時30分に講師の指導あり／10人先／直

北山田小学校コミュニティハウス

休館日 火・木曜
☎・fax 591-8444
〒224-0021　北山田五丁目14-1

申 予行事は講座開催日の1か月前から☎か窓／持 要問合せ

■ギターの伴奏でみんなで歌おう!
6月30日(日)13時30分～15時／20人先／200円(お茶代) ● 予

■初めての切り絵
朝顔の切り絵を使ったうちわ作り／6月26日(水)10時～12時／15人先 ※子の同伴不可／1000円 ● 予

■初めての苔玉(こけだま)
6月19日(水)10時～12時／15人先／1000円 ● 予

■古代の勾玉(まがたま)を作ろう!
6月15日(土)10時～12時／15人先
※未就学児は保護者同伴／200円 ● 予

■おはなし会
5月25日(土)10時30分～11時／20人先 ※未就学児は保護者同伴
申 事前に☎か窓

東山田中学校コミュニティハウス

休館日 火・金曜
☎・fax 591-7240
〒224-0023　東山田二丁目9-1

■コミュニティフェスタ2019
利用者によるフラダンスなど。模擬店もあり／5月25日(土)10時～14時 ※雨天時は室内で実施予定／直

加賀原地域ケアプラザ

☎ 944-4640　fax 944-4642
〒224-0055　加賀原一丁目22-32

申 予行事は事前に☎か窓／持 要問合せ

■すくすくプラザ
子どものフットケアを学ぼう／5月23日(木)10時～11時30分／未就園児と保護者／1組200円／直

■和楽路(わらじ)(高齢者サロン)
お茶を飲みながら趣味やおしゃべり／5月13日(月)10時～12時／おおむね60歳以上／100円／直

中川地域ケアプラザ

☎ 500-9321　fax 910-1513
〒224-0001　中川一丁目1-1

■榎本武揚が思い描いたこととは? ～波乱万丈な人生、その生きざまのお話を聞く～
講師：中山(なかやま) 昇一(しょういち)氏(歴史研究家)／6月1日(土)13時30分～15時30分／20人先
申 5月11日から☎か窓

■災害食を知って備えよう!
ストック食品をちょっとした工夫でおいしい一皿に／6月26日(水)10時～11時30分／持 要問合せ／シニア世代20人先
申 6月5日から☎か窓

東山田地域ケアプラザ

☎ 592-5975　fax 592-5913
〒224-0024　東山田町270

■ほっと茶屋
5月28日(火)13時～14時30分(毎月第4火曜開催)／介護者または介護を終えた人15人先／100円
申事前に☎か窓

都筑スポーツセンター

休館日 5月27日(月)
☎ 941-2997　fax 949-0477
〒224-0053　池辺町2973-1
HP http://www.yspc.or.jp/tsuzuki_sc_ysa/

■姿勢測定会
体のゆがみをチェック! 詳細はHP／6月18日(火)13時～15時／20人先／1000円
申5月18日から☎か窓

■内科医による『内科講座』
詳細はHP／6月22日(土)15時～16時
申6月1日から☎か窓

■夏の定期スポーツ教室(7月～9月)
申5月18日必着で各教室とも窓か、必要事項・生年月日を明記し、往かHP。いずれも抽。*印は託児有(事前申込制、有料)。時間表記のない教室はすべて60分、対象表記のないものはすべて15歳以上(中学生不可)対象。各教室の参加料などの詳細は☎かHP。

大人向け教室

【火曜 7月2日～9月17日】
①火曜卓球モーニング／9時～10時45分
②バドミントン(中級)／9時～10時45分
③コアトレ／11時～11時50分
④シェイプアップ／11時10分～
⑤ベリーダンス／12時15分～
⑥らくらくトレーニング&ストレッチ／13時30分～／50歳以上
⑦姿勢デザイン／13時30分～
⑧ピラティス&リラックス／14時40分～
【水曜 7月3日～9月25日】
⑨*ビューティーアップ／10時35分～
⑩チャレンジトレーニング／11時50分～12時40分
⑪すっきりボディメンテナンス／11時50分～12時40分
⑫はじめてのフラメンコ／12時～12時50分
⑬いきいき健康体操／13時5分～／50歳以上
【木曜 7月4日～9月26日】
⑭木曜卓球モーニング／9時～10時45分
⑮木曜ピラティス／9時30分～
⑯ヨガ／10時50分～
⑰おとなからはじめるバレエ／11時30分～／女性
⑱パワーヨガ50／12時～12時50分
⑲太極拳／13時25分～14時45分
⑳バランスボールフィットネス／13時40分～14時30分
【金曜 7月5日～9月27日】
㉑モーニングヨガ／9時～
㉒*カラダリメイクピラティス／11時30分～
㉓養生気功／12時40分～
㉔腰痛予防トレーニング&ストレッチ／13時50分～
㉕フラダンス／13時～
㉖骨盤底筋エクササイズ／13時30分～14時20分／女性
㉗筋膜リリース&骨盤調整／14時15分～／女性
㉘美尻・美脚エクササイズ／14時30分～15時20分／女性
㉙バドミントンナイト／19時～20時45分

親子・子ども向け教室

【火曜 7月2日～9月17日】
㉚ベビーマッサージ　ママヨガ&ママフィットネス／9時30分～10時40分／2か月～6か月児と保護者
㉛はじめての親子体操／11時15分～／1歳6か月～2歳未満児と保護者
㉜リトルチアダンス／16時～16時50分／3歳～未就学児
㉝苦手種目にチャレンジ／17時～／小学1～4年生
㉞かけっこ教室／18時15分～19時／小学1～4年生
㉟ジュニアユースバドミントン／19時10分～20時40分／中学生
【水曜 7月3日～9月25日】
㊱*わくわく親子体操／9時15分～／2～3歳児と保護者
㊲幼児体操1／14時30分～／年少
㊳幼児体操2／15時45分～／年中・年長
㊴ジュニアバドミントン／17時～18時15分／小学生
【木曜 7月4日～9月26日】
㊵ベビー体操はいはい／11時10分～／5か月～1歳未満児と保護者
㊶ベビー体操よちよち／12時20分～／1歳～1歳6か月未満児と保護者
【金曜 7月5日～9月27日】
㊷うきうき親子体操／9時15分～／2～3歳児と保護者
㊸横浜FC運動能力開発スクール／15時30分～／年少～年長
㊹横浜FCサッカースクールM／16時40分～／年長・小学1年生
㊺横浜FCサッカースクールL／17時50分～／小学2～4年生
㊻こどもバレエ♪アリス／15時25分～／年少・年中 ※保護者の付き添いが必要
㊼こどもバレエ♪マーメイド／16時30分～／年長・小学1年生
㊽こどもバレエ♪シンデレラ／17時35分～／小学2～5年生
【土曜 7月6日～9月28日】
㊾Jr.ヒップホップ／9時～9時50分／小学生
㊿ハッピー親子リズム／9時30分～／1歳6か月(ひとり歩きできる子)～未就学児と保護者

横浜国際プール

☎ 592-0453　fax 592-1402
〒224-0021　北山田七丁目3-1
HP http://www.waterarena.jp/

■当日参加プログラム開催中
当日参加できる各種教室を開催中。開催日など詳しくはHPか☎

【当日参加プログラム(一部)】(金額は520円。時間は50分間)
月曜▶ズンバ／11時15分～、ヨガ／12時20分～
火曜▶はじめてエアロ／11時10分～、楽楽体操／12時20分～
水曜▶骨盤矯正ヨガ／11時10分～、姿勢調整&ピラティス／19時30分～
木曜▶ファイティングキック／10時～、ステップデトックス／11時10分～
金曜▶ピラティス／10時～、ボディケアストレッチ／12時20分～
土曜▶みんなでエアロ／11時10分～、ヨガ／12時20分～

横浜市歴史博物館

休館日 月曜(祝日の場合は翌日)
☎ 912-7777　fax 912-7781
〒224-0003　中川中央一丁目18-1

■ラストサタデープログラム
5月25日(土)／直
①おもしろいぞ!紙芝居 ②火起こし体験 ③スポーツ土器パズル ④学芸員トーク／①は12時～、13時30分～、15時～／③④は常設展示観覧料:一般400円、大学生200円、高校生以下無料

■ボサノヴァと珈琲のタベ 臼田(うすだ) 道成(みちなり)ライブ
5月18日(土)17時～(16時30分開場)／100人先／1500円(珈琲、菓子付き)
申事前に必要事項とイベント名・申込人数(4人まで可)を明記し往か✉(passage.art.yokohama@gmail.com)

アートフォーラムあざみ野

休館日 5月27日(月)
〒225-0012　青葉区あざみ野南一丁目17-3
(登録制、1歳6か月～未就学児)は有料、申込みは☎910-5724

男女共同参画センター横浜北

☎ 910-5700　fax 910-5755

■産後のヨーガ(全3回)
乳幼児の保育付講座／6月3日～17日の月曜12時～14時／2か月～1歳5か月児の母親20人先 ※あり／7500円(全回分、乳幼児保育1人分含む)
申5月13日から☎(910-5724)

横浜市民ギャラリーあざみ野

☎ 910-5656　fax 910-5674
HP http://artazamino.jp/

■Welcome! ロビーコンサート
5月12日・26日、6月9日の日曜12時～12時40分／直

■あざみ野アートワゴン&マルシェ
アーティストや福祉団体のオリジナルグッズが買える「あざみ野アートワゴン」と新鮮でおいしい食べ物に出会える「あざみ野マルシェ」を同時開催／5月22日(水)10時～ ※商品がなくなり次第終了／直

■ショーケースギャラリー 水町文美・みずまちふみ展
7月7日(日)までの9時～21時／直

よこはま動物園ズーラシア

休園日 火曜
☎ 959-1000　fax 959-1450
〒241-0001　旭区上白根町1175-1
ズーラシア 検索

※入園料は別途

■ゴールデンウィーク開園時間延長
4月28日(日)～5月6日(月・休)は、開園時間を延長!

■動物たちにプレゼント
動物へ餌やおもちゃをプレゼントする特別ガイドを、20周年にちなみ20回実施／5月12日～26日の日曜／直

都筑区子育て支援センターポポラ

休館日 日・月曜、祝日
☎ 912-5135　fax 912-5160
〒224-0003　中川中央一丁目1-3 あいたい5階
HP http://www.popola.org/

申予行事は前開館日までに☎か窓

■「出前」就職支援セミナー
6月11日(火)10時30分～12時／未就学児と保護者12組先 予

■なるほどトーク「子どもの心とからだの発達」
6月1日(土)10時30分～11時45分／1歳6か月～3歳児と保護者6組先 予

■じっくり相談
専門相談員による子育て相談／6月1日(土)13時～16時・15日(土)10時～16時・22日(土)10時～16時／未就学児とその家族先 予

■マタニティさんのおしゃべり会
6月22日(土)10時30分～11時30分／区内在住の妊婦10人先 予

■障がいのある子を育てている先輩ママとのおしゃべり会
5月18日(土)10時30分～11時30分／未就学児とその家族5組先 予

■横浜子育てサポートシステム 入会説明会
①5月29日(水) ②6月8日(土) ③6月26日(水)いずれも10時30分～11時30分／①は親と子のつどいの広場つづき／入会希望の人各10組先 予

■あつまれ～! 2歳児&3歳児元気っ子♪
6月7日(金)10時～12時／2歳～未就学児の子と保護者／直

■ちょっと気になる子の日 ポポラへようこそ♪
発達に心配のある子や障害のある子と家族のポポラ体験／5月18日(土)10時～16時／未就学児とその家族／直

■パパといっしょに公園であそぼう!
6月1日(土)10時30分～12時 ※雨天中止／ききょう公園(中川五丁目10)／直

■公園であそぼう!
赤ちゃんも大歓迎／5月30日(木)10時30分～12時(10時10分ポポラ出発)
※雨天時は6月6日(木)／ききょう公園(中川五丁目10)／直

※以下は広告スペースです。「広報よこはま都筑区版」に掲載されている内容とは関係ありません※

トピックス

いただきます！都筑野菜

都筑区は、農家戸数が市内18区のなかで、第1位(479戸)、農地面積は第2位(222ha)で、市内でも有数の農業の盛んな区です。区役所では、地産地消の推進に取り組んでいます。※出典:2015農林業センサス　都筑野菜…地元で採れた農畜産物

IKEA港北・出張朝市

区では、地産地消推進の取組および農業の活性化などの支援として、IKEA港北での都筑野菜朝市を2013年から開催しています。

今年度も、IKEAの環境月間に合わせて、6月の日曜日にIKEA港北で都筑野菜をはじめとした地域野菜の朝市を開催します!

🕒 ※いずれも日曜の10時～13時
6月2日・9日・16日・23日・30日
(野菜がなくなり次第、終了となります)

🏢 IKEA港北　1階エントランス

その他:天候の影響などにより、農作物の品薄や予告なしに中止する場合があります。

商品・メニュー紹介コーナー

都筑野菜を取り扱う商品やメニューを紹介します!
第4回は、農家のお母さんが作る**「大根のさわやか漬け」**です。

一度は食べたい大根のさわやか漬け

ふるさとの生活技術指導士※である、農家のお母さんが作るこちらの漬け物は、約30年前から試行錯誤を繰り返し完成した、愛情のこもった一品です。自ら栽培した大根とゆずにほのかな甘みが加わった絶妙なバランスの漬け物は、市外から購入に来る人もいるそうです。

季節に応じて甘みを変えており、食後やお茶請け、お酒のおつまみとさまざまなシーンに合う一品です。是非お試しください!

※神奈川県の制度で、農家・農村地域に受け継がれてきた生活技術を伝承している人が認定されます。

主な販売箇所

①JA横浜「ハマっ子」直売所 都筑中川店
〒中川中央一丁目26-6

②JA横浜「ハマっ子」直売所 メルカート北店
〒東方町1401

問企画調整係　☎948-2226　fax948-2399

message

ふれあい伝言板

●区民対象、区内実施で、区民が自主的に行うイベントやサークルの告知です。営利・宗教・政治活動につながるものは掲載できません。
●マークの説明については8ページをご覧ください。

◆アフリカへ毛布を送る運動へのご協力のお願い

昨年は毛布27枚、送料6万円のご寄付をいただきました／5月12日(日)10時～12時／かけはし都筑／アクリル毛布(洗濯済みの中古可、事前に連絡があれば引き取り可) ※綿毛布、子ども用、夏がけなどは不可／毛布1枚につき送料1000円／直
問明るい社会づくり運動　高見澤(たかみざわ)
☎・fax591-1714

◆ボーイスカウト横浜第132団チャリティーバザーフェスティバル

外で思い切り遊びながらボーイスカウト体験ができます。ポイントラリーで綿菓子ゲット!／5月19日(日)10時30分～15時30分 ※雨天時は26日(日)に延期／市営地下鉄センター北駅前芝生広場／3歳～小学生向け／直
問ボーイスカウト横浜第132団フェス担当　手塚(てづか)　☎090-2767-2622

◆都筑元気プロジェクト活動報告会

2018年度に実施した地域活動グループによる報告会および交流会／5月26日(日)13時15分～／ショッピングタウンあいたい5階コミュニティルーム／直
問(株)横浜都市みらい内事務局
☎943-2470

◆お灸で心と体のセルフケア

健康づくりワーカーズ“ぱーとなー”の講師がお灸について教えてくれます／5月27日(月)10時30分～12時／大丸デポー2階集会室(大丸22-6)／20人先
申5月24日までに☎か必要事項を明記しfax
問都筑相談窓口　山口(やまぐち)
☎532-6907 fax532-6908

◆「国重要文化財・関家住宅をたずねる」ガイドと共につづきを歩こう　№49

5月30日(木)9時～9時30分受付　市営地下鉄仲町台駅前集合 ※雨天決行／Aコース:約7km(3時間)かBコース:約5km(2時間)歩ける人80人先 ※坂道・階段などあり／500円
申5月23日までに参加者全員の必要事項・齢・この催しを何で知ったかを明記しHP(http://tzkgd.com/) か 往(〒224-0029　南山田二丁目24-6-717「都筑をガイドする会」№49　広報係)か✉(tsuzuki-guide@hotmail.co.jp)
問都筑をガイドする会　大橋(おおはし)
☎090-9088-0286

◆写真展

風景・人物・花の写真／6月4日(火)～10日(月)10時～17時／アートフォーラムあざみ野横浜市民ギャラリー／直
問つづき写遊会 会長 長澤(ながさわ) 勇(いさむ)
☎911-6234

◆見えてきた青海路(せいかいろ)～もう一つのシルクロード～

講師:前園(まえぞの) 実知雄(みちお)(奈良芸術短期大学教授)／6月9日(日)14時～16時／横浜市歴史博物館講堂／170人抽／500円
申5月25日までに必要事項・どこで開催を知ったかを明記し往(〒231-0062　中区桜木町一丁目1-56 クリーンセンタービル5F　横浜市市民活動支援センター「レターケースNo35　横浜歴博もりあげ隊」)
問横浜歴博もりあげ隊
☎080-4896-4677

◆こどもカヤック教室A

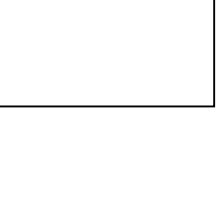
6月30日(日)9時30分～12時30分／くろがね青少年野外活動センター／小学2年生～中学生20人抽／3500円
申5月15日までに必要事項・生年月日を明記し往(〒225-0025　青葉区鉄町1380番地)か HP(http://www.yspc.or.jp/kurogane_yc_ysa/category/top/)
問くろがね青少年野外活動センター
☎973-2701　fax972-1093

5月31日は世界禁煙デーです

現在、習慣的に喫煙している人の割合は男性30.6%、女性7.7%、総数18.8%でここ10年は減少しています。(2017年健康・栄養調査結果)

東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて、国は受動喫煙防止を強化しています。是非この機会に禁煙しましょう!!

受動喫煙とは?



自分の意志とは関係なく、他人のたばこの煙を吸わされることです。

煙には、喫煙者が吸い込む『主流煙』とたばこの先端から立ち上る『副流煙』があり、特に、副流煙に含まれる有害物質の濃度は主流煙に比べて高いことがわかっています。

タバコ煙に含まれている3大有害物質

一酸化炭素
血液中に酸素が十分運ばれず酸欠状態になり、動脈硬化や心臓病になりやすくなります。

タール
4000種類以上の化学物質が含まれ、がんを発生しやすくします。

ニコチン
依存症を引き起こします。血管を収縮させ血液の流れを悪くします。

◆パネル展とミニイベントのお知らせ

🕒5月30日(木)～6月5日(水)
🏢区総合庁舎1階区民ホール
●禁煙相談(予約制):健康づくり係へ☎

横浜市のたばこ情報　横浜市健康福祉局HP　禁煙NOTE 検索

問健康づくり係　☎948-2350　fax948-2354

※以下は広告スペースです。「広報よこはま都筑区版」に掲載されている内容とは関係ありません※