



## 年末年始を安全に安心して過ごすために

### 年末年始 消防特別警備を 実施します!

区民の皆さんが安心して年末年始を迎えられるよう、青葉消防署、青葉消防団では12月20日から2020年1月4日まで年末年始消防特別警備を実施します。

期間中は、出火防止広報や地域の見回りを強化するほか、消防団が区内25か所の器具置場を拠点に夜間巡回警戒を行います。区民の皆さんも火の取り扱いには十分ご注意ください。



青葉消防署 ☎/☎ 974-0119

2019年度全国統一防火標語

「ひとつずつ いいね! で確認 火の用心」

### 住宅火災を起こさないために!

#### 主な出火原因

#### 1 たばこ

ポイ捨てや喫煙後の火の始末が不十分なために火災が発生しています。



#### 出火防止のポイント

- 吸い殻に火種が残っていないか確認しましょう!
- 歩行喫煙やたばこのポイ捨てはやめましょう!

#### 2 電気機器

不具合のある電気製品の使用や作業中に誤ってスイッチが入ってしまったことにより火災が発生しています。



#### 出火防止のポイント

- 機器に不具合が起きたら使用をやめましょう!
- 使っていない電気製品はコンセントからプラグを抜いておきましょう!

#### 3 こんろ

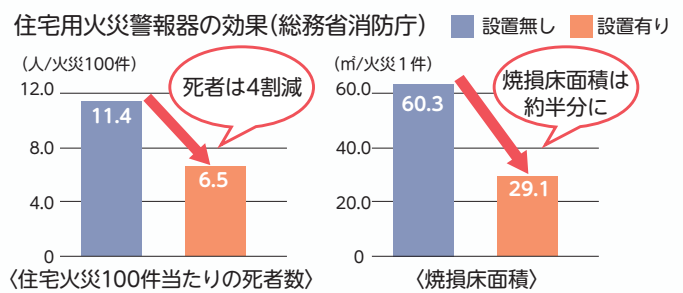
調理中にその場を離れてしまい火災が発生しています。



#### 出火防止のポイント

- こんろの使用中は、その場から離れないようにしましょう!
- 調理油過熱防止装置などの安心センサーが搭載されたこんろを使用すると安全性が高まります。

### 住宅用火災警報器を『設置』しましょう! 定期的に『点検』しましょう!



#### 住宅用火災警報器を設置しましょう!

総務省消防庁が行った全国の住宅火災(平成27年~29年)の分析では、住宅用火災警報器が設置されている場合は、設置されていない場合に比べ、**死者の発生は約4割減、焼損面積はおおむね半減**という結果が出ています。なお、住宅用火災警報器は、消防法により、設置が義務付けられています。

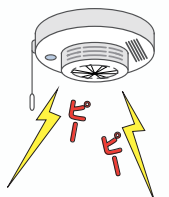
#### 住宅用火災警報器は定期的に点検しましょう!

住宅用火災警報器は火災を感知するために常時作動していますが、電池切れや電子部品の寿命により、火災を感知できなくなる場合があります。**定期的に作動確認を行い、設置後10年を目安に機器を交換**しましょう。

※住宅用火災警報器は家電量販店、ホームセンター、ガス機器店、電器店、防災用品店、メーカーの代理店などで販売されています。

※設置場所などご不明な点は青葉消防署・消防出張所にお問い合わせください。

横浜市 住宅用火災警報器 検索Q



## 新春恒例の「青葉区消防出初式」を 開催します。2020年1月5日(日)10時~11時30分(9時45分開場)

#### 第一部 10時~11時

青葉公会堂にて、消防功労者の表彰等の式典に加え、音楽隊による軽快な演奏や日本体育大学学生による華やかなチアリーディングを披露します。

#### 第二部 11時~11時30分

青葉区総合庁舎第2駐車場にて、神港鷹職組合による華麗なはしご乗り、消防団車両の勇壮な分列行進、災害を想定した迫力ある総合演技及び水のアーチがかかる一斉放水を行います。地域を守る消防職団員による力強い演技をご覧ください。

※天候や災害状況により内容が変更となる場合があります。



神港鷹職組合による  
はしご乗り



区の情報をラジオで毎日放送中! FMサルース (84.1) MHz

月~金曜 11時~11時20分(生放送)  
18時30分~18時50分(再放送) 土・日曜 9時~9時30分  
(平日のダイジェスト版)



区のさまざまな魅力をテレビ・ホームページで放映中!

イツコム11ch 火曜21時30分~21時40分 土曜16時10分~16時20分  
ジェイコム11ch 土・日曜12時05分~12時15分 あおバリユー-TV 検索Q

# 年末年始特別警戒が始まります!

12月1日～2020年1月3日

☎ 青葉警察署 ☎ 972-0110

年末年始には犯罪・事故が多発します。家庭の対策で、安全・安心な年末年始を過ごしましょう。

## 振り込め詐欺

## 留守番電話で撃退!

## キャッシュカード 手交型詐欺

※青葉警察署管内の被害(1月～10月末)  
被害件数:75件 被害額:約1億2,927万円



犯人は警察官をかたり「青葉警察署生活安全課の〇〇です。振り込め詐欺の犯人を逮捕したら、犯人のメモにあなたの住所と電話番号がありました。どこの銀行口座を持っていますか。」などと言います。  
その後、銀行協会職員をかたる者から「あなたが持っているキャッシュカードは古いから交換した方がいい。」などと電話があり、キャッシュカードを自宅まで取りに来る手口です。

### 対策

- 詐欺のはじまりは電話から! 犯人と話をしないことが一番の対策
- 犯人は録音を嫌がります。留守番電話設定や迷惑電話防止機能付き機器の使用が効果的です。

## 交通安全

## 正しい交通ルールと反射材が身を守る!

※青葉警察署管内の人身交通事故件数(1月～10月末)488件

**傾向** 交通事故の多くは「16時～18時の夕暮れどき」に多発

**対策** 反射材をつけて、車両の運転者に自分の存在を知らせましょう。運転者は、早めのライトの点灯をお願いします。

**傾向** 「高齢者の道路横断」「二輪車」による交通事故が多発

**対策** 横断歩道の手前で止まり、左右をよく見てから渡りましょう。家庭でも、交通ルールやマナーの再確認をお願いします。



## 空き巣 忍び込み

## 施錠の徹底と防犯グッズの活用を!

※「無施錠の窓・玄関からの侵入」「1階掃き出し窓を割って侵入」する手口が多発

**傾向** 年末年始の連休は空き巣が増加傾向

**対策** ごみ出し等の短時間であっても施錠を徹底しましょう。長期不在時は雨戸やシャッターを活用しましょう。日頃のあいさつや声掛けにより、地域で防犯意識を共有しましょう。

**傾向** 犯人は時間(手間)・光・音を嫌います。

**対策** 補助錠、センサーライト、防犯フィルム、防犯砂利等を活用して防犯力を高めましょう。



## 年末年始の急病時は

### 「青葉区休日急患診療所」へ

**【場所】**市ケ尾町31-21  
**【診療日】**日曜、祝日、年末年始(12月29日～2020年1月3日)  
**【受付時間】**9時～12時、13時～16時  
**【診療科目】**内科、小児科  
**☎ 青葉区休日急患診療所 ☎ 973-2707**  
※健康保険証と現金、服用中の薬を忘れずにお持ちください。  
※年末年始に受診できる区内医療機関は、青葉区医師会  
**HP参照** [青葉区医師会](#) **検索**



● 急な病やけがで迷ったら、  
☎ #7119 または ☎ 232-7119へ。  
詳細は、16ページをご覧ください。

## 年末年始 区民利用施設等の休み

区役所・福祉保健センター 12月28日～2020年1月5日(※1) 行政サービスコーナー 12月29日～2020年1月3日(※2)

※1 12月28日(9時～12時)は土曜開庁のため、戸籍課、保険年金課及び子ども家庭支援課の一部業務(児童手当の申請・受付、母子健康手帳の交付)の窓口を開庁します。休み期間中も戸籍の届書(出生、婚姻、死亡などの届出)は、区役所1階「夜間受付」でお預かりします。お預かりした届書は2020年1月6日以降に審査し、内容に重大な不備がなければ、お預かりした日にさかのぼって受理します。区役所戸籍担当では届出の事前審査も行っていきます。事前審査を利用する人は、12月27日までに区役所2階21番窓口にお越しください。(戸籍担当 ☎ 978-2225)

※2 行政サービスコーナーは12月28日、1月4日・5日は9時から17時まで業務を行います。

青葉区区民活動支援センター	12月29日～2020年1月5日	青葉台コミュニティハウス	12月28日～2020年1月3日
青葉公会堂	12月29日～2020年1月3日	区内コミュニティハウス(青葉台を除く)	12月29日～2020年1月3日
青葉区福祉保健活動拠点「ふれあい青葉」(青葉区社会福祉協議会)	12月29日～2020年1月3日	山内図書館	12月29日～2020年1月3日
美しが丘公園子どもログハウス	12月29日～2020年1月3日	青葉区区民交流センター(田奈ステーション)	12月29日～2020年1月3日(※4)
青葉スポーツセンター	12月29日～2020年1月4日	アートフォーラムあざみ野	12月29日～2020年1月3日
ユートピア青葉	12月28日～2020年1月4日	谷本公園	12月29日～2020年1月3日
ほっとサロン青葉	12月29日～2020年1月3日	青葉区民文化センター(フィリアホール)	12月29日～2020年1月3日
新石川スポーツ会館	12月28日～2020年1月4日	青葉区地域子育て支援拠点	12月29日～2020年1月3日
くろがね青少年野外活動センター	12月29日～2020年1月4日	青葉区地域子育て支援拠点	12月29日～2020年1月3日
区内地区センター	12月28日～2020年1月4日	ラフルール・ラフルールサテライト	12月28日～2020年1月3日
区内地域ケアプラザ	12月29日～2020年1月3日(※3)		

※3 年末年始における緊急時の相談については、特別養護老人ホームピオラ市ケ尾に転送されます。

※4 12月28日、2020年1月4日は17時まで(図書サービスは16時45分まで)です。

●【青葉区図書サービス】駅図書返却ポストの年末年始の休みについて  
年末年始は青葉台駅・市ケ尾駅・たまプラーザ駅の図書返却ポストは利用できません。

利用停止期間  
12月28日～2020年1月4日正午

# 年末年始はイルミネーション&商店街イベントに出かけよう!

☎ 地域活動係 ☎ 978-2291 ☎ 978-2413



## ペアツリー イルミネーション

美しが丘公園自由広場内にある高さ25メートルのヒマラヤ杉に約2万3千球のイルミネーションが点灯します。

**期間** 2020年2月19日(水)まで  
(点灯時間:17時~22時)

☎ アロウ靴店 ☎ 901-6824

## 街路樹 イルミネーション

東急田園都市線「たまプラーザ駅」と東急百貨店に挟まれた道路の街路樹17本に、約2万6千球のイルミネーションが輝きます。

**期間** 2020年2月20日(木)まで  
(点灯時間:16時~25時)

☎ たまプラーザ テラス ☎ 903-2109



## 商店街年末年始イベント

商店街名	イベント名	期間	PRポイント	問合せ
藤が丘商店会	歳末感謝祭	12月1日(日)~15日(日)	期間中12月8日~15日に、ハズレの無い福引抽選会を行います!ぜひ藤が丘でお買い物を!夏の汗まつりに参加した人はシール台帳もお忘れなく!	理容ファミリー ☎ 973-4669
青葉台南商店会	歳末大売出し 2019	12月1日(日)~23日(月)	テーマパークペアチケットや、金券3万円分など、豪華賞品が当たる福引抽選会を12月22日~24日に行います。抽選にハズレは無いですよ!	有限会社シモヤマ ランドスケープ軽井沢園 ☎ 981-3975
奈良北商店会	年末大売出し	12月14日(土)~22日(日)	12月22日にお楽しみ大抽選会を行います。	とんかつ「かつ元」 ☎ 961-2161

**アイコンの見方(各ページ共通)** **必要事項** 必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面) **〒** 〒住所 **名** 氏名(ふりがな) **☎** 電話(番号) **☎** ファクス(番号) **✉** Eメール(アドレス) **👤** 年齢 **👁** 窓口 **🌐** ホームページ **📧** 往復はがき **📄** はがき **📧** 返信用はがき持参 **(着)** 必着 **(消)** 消印有効 **先** 先着 **抽** 抽選 **直** 当日直接 **🕒** 日時・期間 **📍** 会場 **📍** コース **👤** 対象・定員 **💰** 費用 **👜** 持ち物 **👤** 講師・出演者 **📄** 内容 **📄** 保育 **📄** 申込み **📄** 問合せ

■ 毎月11日以降のお知らせを掲載しています。■ 先着順のものは、毎月11日から受け付けます。  
■ このページ以降特に記載のないものは、参加料無料です。■ 郵便料金が改定されています。☎ 63円 往 126円

よこはま健康スタンプラリー対象

## 今月のお知らせ

AOBA INFORMATION

- 青葉区役所の開庁時間は8時45分~17時です。
- 青葉区役所の宛先は、〒225-0024 市ケ尾町31-4 です。

## 募集・案内

### あおばマルシェの開催

区内でとれた新鮮な農産物などの直売を行います。

🕒 12月19日(木) 12時~15時(売切れ次第終了) **📍** 区役所1階区民ホール  
※荒天時または野菜の生育状況などにより、品目が限られてしまう場合があります。※区役所駐車場は有料です。  
**📄** 企画調整係 ☎ 978-2216 ☎ 978-2410

### 令和2年青葉区賀詞交換会

区民及び区に関係する団体・事業者が一区に会し交流するとともに、新年を祝います。  
🕒 2020年1月5日(日)12時~13時15分 **📍** 青葉スポーツセンター ¥4,000円  
**📄** 申込に**必要事項**を明記し、庶務係(☎978-2211 ☎ 978-2410)へ。12月12日(着)

### 高速道路「横浜北西線」パネル展

2020年3月に開通します!模型もあります。  
🕒 2020年1月7日(火)~10日(金) 9時~16時(最終日は15時まで)  
**📍** 区役所1階区民ホール **📄** 道路局横浜環状北西線建設課  
☎ 671-4441 ☎ 651-3269

### 道路愛称名は、「桜楽坂」に決定しました!

区制25周年を記念して、道路の愛称名を募集し、地域の団体からの提案を受け、道路愛称名を決定しました。

<愛称名が決定した道路>

- 道路愛称名: 桜楽坂(さくらざか)
- 場所: 桜台上交差点~桜台公園前交差点
- 延長: 約1.1キロメートル

**青葉区 道路愛称 検索Q**  
**📄** 企画調整係 ☎ 978-2217 ☎ 978-2410

## 文化・芸術

### 区民ホールコンサート

**📍** 区役所1階区民ホール **📄** 文化・コミュニティ係  
☎ 978-2295 ☎ 978-2413

#### ● 第262回 お屋のミニコンサート あおば音楽ひろば

区内在住のプロの音楽家による演奏会  
🕒 12月18日(水)12時15分~45分  
**👤** 山口真広、藤盛祐輔 **📄** バイオリンとピアノ **📄** 【曲目】愛の悲しみほか

#### ● みんなで楽しむ音楽会

区内で活動している音楽団体の演奏会  
🕒 ①12月16日(月) ②2020年1月8日(水)各12時15分~45分 **👤** ①桐蔭生涯学習講座 ②フレンドシップ室内アンサンブル **📄** ①コーラス ②室内楽  
**📄** 【曲目】①スカボローフェア、明日に架ける橋、クリスマスソングほか  
②モーツァルト バイオリン協奏曲 第5番イ長調「トルコ風」ほか

### 区制25周年 フォトジェニック青葉 フォトコンテスト 写真展の開催

応募299作品中、最優秀賞をはじめ入賞全48作品を展示します。青葉区の魅力を感じ、ぜひお越しください。  
🕒 12月11日(水)~16日(月)10時~18時(最終日は16時30分まで)  
**📍** 横浜市民ギャラリーあざみ野(あざみ野南1-17-3アートフォーラムあざみ野内)  
**📄** 企画調整係 ☎ 978-2216 ☎ 978-2410

### 区民企画運営委員養成講座

■「みんなの力で講座をデザインしよう!」  
~企画の立て方と仲間づくりのコツを学びます~

区民主体で講座を企画・運営するノウハウを身につけます。

活動している人や何かを始めたい人、講座の企画作りを通して地域や人とつながりの輪を広げてみませんか。

🕒 ①2020年1月21日 ②1月28日 ③2月4日 ④2月18日 ⑤2月25日 ⑥3月3日(火)10時~12時 全6回 **📍** 区役所会議室  
**👤** 全回参加可能な人20人(初めての人の優先) **📄** ①みんなと学ぶ場をつくろう ②お互いを知り合おう ③~⑥企画を立ててみよう **👤** 1歳以上の未就学児5人(保育雑費600円(全回分))

**📄** 青葉区 HPに**必要事項**、年代、応募動機、保育の有無(有りの場合、子の☎、生年月日、性別)を明記し、☎で文化・コミュニティ係(☎978-2295 ☎ 978-2413)へ。1月10日(着)抽

**青葉区生涯学習講座 検索Q**

## スポーツ・健康づくり

### ショートテニス講習会

🕒 2020年1月9日・23日、2月6日・20日(木)9時~11時 全4回 **📍** 青葉スポーツセンター **👤** 区内在住・在勤・在学の人 24人(ラケット貸出有り) ¥2,500円(全回分)  
**📄** **必要事項**を明記し、**往**で硬式テニス協会内ショートテニス協会事務局 塚原千秋(〒227-0035 すみよし台17-40 ☎963-0268)へ。12月25日(着)抽  
**📄** 関 榎 ☎ 973-0553

## スペースシェアで利用できる12月限定のクーポンを発行!

青葉区では地域での活動場所不足を解決するため、スペースシェアに取り組んでいます。株式会社スペースマーケットと連携し、同社が運営するレンタルスペースのマッチングサイトに区内のスペースを紹介する特集ページを開設しています。  
忘年会シーズンに利用料金が1割引になる12月限定のクーポンを発行します。用途に合ったスペースを利用して、地域の活動を盛り上げましょう!

**青葉区 シェアリングエコノミー 検索Q**  
**📄** 企画調整係 ☎ 978-2216 ☎ 978-2410



# 子育て



## 子育て応援保育園

公立保育園では、地域で子育てをしている皆さんを対象に、園庭開放や育児相談などさまざまな育児イベントを実施しています。各園のスケジュールはこちらから！

青葉区 子育て応援保育園 検索

☎ 保育担当 978-2428 fax 978-2422



## どにち★ひろば

民間事業者と区が協働し、子ども向けイベントプログラムを土・日曜に実施しています！(原則参加無料！)

たまプラーザ地域ケアプラザ ぷらざーむ(東急田園都市線「たまプラーザ駅」直結) 【参加事業者】アサヒグループ食品株式会社、一般財団法人言語交流研究所・ヒップファミリークラブ、株式会社フロンティア・パートナーズ、有限会社マハインターナショナルリミテッド、メガロス市ヶ尾(五十音順) 親子運動教室、離乳食・幼児食講座など 申 12月20日までに青葉区 HP 抽 (定員に満たない場合は、☎にて2次募集受付) ※実施日・定員などプログラムの詳細は青葉区 HP をご覧ください。



☎ 子育て支援担当 978-2456 fax 978-2422

## 食育講座(予約不要)

福祉保健センター1階⑩番 持 母子健康手帳 固 健康づくり係 ☎ 978-2441 fax 978-2419

●プレ離乳食(4か月児健診と同日開催) 12月24日、2020年1月7日(火) 各14時20分～15時 5～6か月児と保護者 離乳食の始め方、進め方

●パクパク幼児食(1歳6か月児健診と同日開催) 12月12日・19日(木)各14時～15時(入場随時) 1～2歳児と保護者 完了期から幼児食への進め方等展示や食生活相談

●幼児期の食育体験(3歳児健診と同日開催) 12月13日・20日(金)各14時～15時(入場随時) 3歳～未就学児と保護者 幼児食についての展示、食育体験、食生活相談

## こどもの食生活相談

12月11日・25日、2020年1月8日(水) 各9時～11時(相談時間30分程度)

福祉保健センター1階⑩番 離乳食～学齢期の子の保護者 離乳食、小食、好き嫌い等食生活に関する個別相談 申 ☎ で健康づくり係 (☎ 978-2441 fax 978-2419)へ。

## 離乳食教室

12月11日・25日、2020年1月8日・22日(水)各13時30分～15時 福祉保健センター1階 7～9か月児と保護者各35組 持 子のスプーン、エプロン、口拭き(タオル等) 離乳食の話(2回食中心)、調理実演、試食 申 実施日3週間前から青葉区 HP か ☎ で健康づくり係 (☎ 978-2441 fax 978-2419)へ。先

## パパの子育て教室(日曜開催)

2020年1月19日(日)受付9時20分から、12時終了予定 ピアラ市ヶ尾地域ケアプラザ 区内在住で初めて父親・母親(当日妊娠27～35週)になる人 25組 赤ちゃんからのメッセージ、妊婦疑似体験等体験実習、体験談 申 12月15日までに青葉区 HP 抽 固 子育て支援担当 ☎ 978-2456 fax 978-2422

## こどもつながりフォーラム

妊娠期から青少年期における子育てしやすい地域づくりの推進に向け、区内で子育て支援に関わる支援者、関係機関が一堂に会し、切れ目ない支援に向けたつながりづくりをすすめます。

2020年1月22日(水)14時～17時 たまプラーザ テラス ゲートプラザ2階 プラザホール by イッツコム 子育て支援団体による活動報告、グループトーク等 見守り保育

申 必要事項、☎、同伴する子の有無(有りの場合、子の年齢・人数も)を明記し、☎で事務局(☎ event@morinooto.jp)へ。 固 子育て支援担当 ☎ 978-2456 fax 978-2422

## 乳幼児歯科相談

2020年1月27日(月)13時30分～14時45分 福祉保健センター1階⑩番 0歳～未就学児 25人 持 歯ブラシ、母子健康手帳 歯むしりチェック、個別相談、歯みがきアドバイスなど 申 ☎ で子育て支援担当 (☎ 978-2456 fax 978-2422)へ。先

## ニコニコピカピカ1歳児～1歳児の歯の教室～

2020年1月30日(木)10時～11時 福祉保健センター1階⑩番 2018年12月～2019年2月生まれの子と保護者 40組 持 歯ブラシ、母子健康手帳 歯むしり予防の話と歯みがきアドバイスなど 申 12月18日8時45分から青葉区 HP か ☎ で健康づくり係 (☎ 978-2441 fax 978-2419)へ。先

# 福祉・保健

日本体育大学×北海道医療大学 包括連携協定事業記念講演 「胃がんで命を落とさないために」

わが国のピロリ菌除菌による胃がん予防は世界のトップを走り始めています。胃がんで亡くなる人を一人でも減らすために、何をなすべきかを徹底検証します。 12月20日(金)18時～19時30分 日本体育大学世田谷キャンパス(世田谷区深沢7-1-1) 400人 申 日本体育大学 HP 先 日本体育大学公開講座 検索 固 日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーションオフィス ☎ 03-5706-0911

## 親あるうちのライフデザイン 【セミナー】グループホームでの生活

12月20日(金)10時～12時 区役所4階会議室 障害のある人の家族、支援者等 100人 先 固 あおば地域活動ホームすてっぴ ☎ 988-0222 fax 985-1588

## ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

12月23日、2020年1月6日(月) 各13時30分～16時20分 福祉保健センター2階 市内在住の15～39歳のひとと家族 申 ☎ で子ども・家庭支援相談 (☎ 978-2460 fax 978-2422)へ。

## 青葉区版エンディングノート 「わたしノート」書き方講座

ノートの活用方法、役に立つ制度の講演 12月25日(土)13時30分～15時 2月12日(水)13時30分～15時30分 ①ピアラ市ヶ尾地域ケアプラザ ②青葉台地域ケアプラザ 区内在住の人 各40人 申 ☎ で①ピアラ市ヶ尾地域ケアプラザ (☎ 308-7081) ②青葉台地域ケアプラザ (☎ 988-0222)へ。先 固 高齢者支援担当 ☎ 978-2449 fax 978-2427

## 若年性認知症よこはま北部のつどい

2020年1月17日(金)11時～15時 中山地域ケアプラザ(緑区中山2-1-1 ハーモニーみどり内) 64歳以下で発症した認知症の本人、家族 弁当希望の場合は実費 介護の相談や情報交換ほか 申 ☎ か 必要事項を明記し、faxで公益社団法人認知症のひとと家族の会 (☎/fax 044-522-6801)へ。 固 高齢者支援担当 ☎ 978-2449 fax 978-2427

## ①再就職・転職のためのパソコン講座 ②ワード中級

12月20日(金)18時～19時30分 日本体育大学世田谷キャンパス(世田谷区深沢7-1-1) 400人 申 日本体育大学 HP 先 日本体育大学公開講座 検索 固 日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーションオフィス ☎ 03-5706-0911

## 映画上映

「ほげますから、よろしく願います。」 2020年2月11日(祝・火) ①10時～11時50分 ②14時～15時50分 各100人 各900円 申 12月11日から HP かアートフォーラムあざみ野1階総合受付の ☎ (☎ 910-5723)か 窓 先

## 女性としごと応援デスク ミニセミナー

社労士が解説!「夫の扶養の範囲」とは? 2020年2月27日(木)10時～12時 女性20人 乳児保育(2か月から)有り 申 12月11日から ☎ か HP 先

## 青葉公会堂

〒225-0024 市ヶ尾町31-4 ☎ 978-2400 fax 978-2420 休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日) ファミリーコンサート「岸辺のヤービ」 2020年2月16日(日)14時～15時30分

# 施設からのお知らせ

■特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。



## 山内図書館

〒225-0011 あざみ野2-3-2 ☎ 901-1225 fax 902-4492 休館日:12月16日(月)

## おはなし会

「空とぶじゅうたん絵本と語り」 12月13日・27日、2020年1月10日(金)(1)10時30分から(2)11時から 12月11日・25日、2020年1月8日(水) 15時30分から ①1歳以上の子と保護者 ②一人で聞ける3歳以上の子 申 固

## あざみ野ブックカフェ

テーマ「世界のシンデレラ」 12月19日(木)18時30分～20時 世界一のシンデレラコレクター川田雅直さんが語る、知られざるシンデレラの世界 申 固

## 移動図書館「はまかぜ号」

本の予約・問合せは中央図書館サービス課 ☎ 262-0050 fax 231-8299 ※荒天中止(13時30分以降サービス課へ電話確認を) ①奈良町第三公園 ②奈良山公園 12月10日・24日(火) ①各14時20分～14時45分 ②各15時15分～15時55分

## 男女共同参画センター横浜北

〒225-0012 あざみ野南1-17-3 (アートフォーラムあざみ野内) ☎ 910-5700 fax 910-5755 休館日:毎月第4月曜 ※保育あり(予約制・有料)1歳6か月～未就学児、4日前までに子どもの部屋 (☎ 910-5724(9時～17時))へ申込み

## パパといっしょに作って遊ぼう オリジナルアドベントカレンダーを作ろう

12月14日(土)10時30分～12時 未就学児の親子30組 各300円 申 固 先

## 当日受付教室 骨盤底筋教室

腹圧性尿失禁の予防と改善を目指す体操 12月19日・26日、2020年1月9日(木)14時～15時15分 各25人 各600円 持 動きやすい服装、飲み物、タオル 申 固 先 ※各回30分前から受付

## 手編みでつながるニットカフェ

思い思いの材料を持ち寄って編み物を楽しむ場 12月20日(金)10時～15時 30人 各700円 持 毛糸、編みかけのニット、編み棒など 申 固 先

## 美しが丘西地区センター

〒225-0001 美しが丘西3-60-15 ☎ 903-9204 fax 903-9206 uw1@r07.itscom.net(わんぱくホリデー専用) uw2@g07.itscom.net(自主事業用) 休館日:毎月第3火曜

## わんぱくホリデー 「みんなで書き初め IN 美しが丘西」

今年も開催!中学生の参加も歓迎です。 2020年1月6日(月)①13時30分～14時45分 ②15時～16時15分 ①小学校3・4年生 ②小学校5年生～中学生各10人 各500円 持 書道用具、清書用紙 申 必要事項、年齢、性別を明記し、往か 返かわんぱくホリデー専用 ☎ 12月25日(着) 固

## ①シェイプアップエアロビクス ②やさしいヨガ

初心者向けの運動を始めてみましょう! 2020年1月17日～2月21日の金曜 ①9時20分～10時20分 ②10時30分～11時30分 各全6回 各50人 各2,000円(全回分、保険料含む)

●アイコンの見方は7ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。△63円 往126円

申 必要事項、年齢、性別を明記し、往か返か自主事業用 12月20日(着)抽

Chat in English

イギリス人の先生と英語でおしゃべりしましょう!

2020年1月18日(土)
①初心者レベル 18時30分~19時15分
②日常会話レベル 19時30分~20時15分
各10人 各500円
12月12日10時から 窓先

新春囲碁大会

小学生から大人まで対局を楽しみましょう!
2020年1月25日(土)9時~16時
42人 1,500円(学生1,000円、弁当・お茶付き)
初級・中級・上級に分かれて対局し上位3位までを決める
必要事項、年齢、学年、性別、段級位を明記し、往か返か自主事業用(件名に講座名を明記) 1月10日(着)抽

はじめての和菓子レッスン~早春の落雁と練り切りを作しましょう~

2020年1月29日(水)10時~13時
12人 1,000円
必要事項、年齢、性別を明記し、往か返か自主事業用(件名に講座名を明記) 1月10日(着)抽

そば打ち入門講座Ⅱ

2020年1月30日、2月27日(木)9時30分~14時 全2回
8人 2,500円(全回分)
講師おすすめのおそば粉を使い、そば打ち、試食
必要事項、年齢、性別を明記し、往か返か自主事業用(件名に講座名を明記) 1月10日(着)抽

山内地区センター

〒225-0011 あざみ野2-3-2
901-8010 901-5544
yamauchi-wanpaku@a05.itscom.net(わんぱくホリデー専用)
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

わんぱくホリデー

「みんなで書き初め IN 山内」
2020年1月6日(月)10時~11時15分
小学校3年生~中学生10人
500円
必要事項、学年、性別を明記し、往か返か 12月25日(着)抽

豊かなセカンドライフを実現するには... 40~50歳代から安心とお金の準備をしましょう!

2020年1月15日(水)9時30分~11時30分
20人 300円
12月11日10時から 窓先

ぴんしゃんウォーキング~100歳まで自分の足で歩ききる喜びを~

2020年1月21日(火)10時~11時30分
20人 500円
12月11日10時から 窓先

ヤマリンの部屋

~お正月遊びを楽しもう~
2020年1月29日(水)14時~16時
申

大場みずが丘地区センター

〒225-0016 みずが丘23-2
974-0861 974-0862
休館日:毎月第2火曜

小学生囲碁教室

2020年1月7日・21日・28日、2月4日・18日・25日、3月3日・17日・24日・31日(火) 16時~17時 全10回
小学生20人 600円(全回分)
12月11日から 窓先

パン作り入門 ウイナー&ツナマヨ、ニンジンスープ

2020年1月10日(金)10時~13時
8人 1,300円
必要事項、性別、年代を明記し、往か返 12月26日(着)抽

みずが丘健康カラテ!

2020年1月10日~3月27日の金曜(2月7日、3月6日を除く)10時45分~11時45分 全10回
25人 3,000円(全回分)
12月11日から 窓先

はじめての茶道~初釜編~

2020年1月11日(土)13時~15時
小学生以上15人(親子参加歓迎)
500円
12月11日から 窓先

定期エアロビクス教室 第3期

①丘の上のエアロビクス
②ママと子のエアロビタイム!
2020年1月21日~3月24日の火曜(休館日を除く)①9時30分~10時30分
②10時40分~11時30分 各全8回
①女性40人
②2歳~未就園児と母親30組
各3,000円(全回分)
12月11日から 窓先

藤が丘地区センター

〒227-0043 藤が丘1-14-95
972-7021 972-7031
休館日:毎月第4火曜

読めたらうれしい!書けたらすごい!漢字力アップ講座

2020年1月14日(火)9時30分~11時30分
20人 500円
12月11日から 窓先

日常動作が楽になる正しい身体の使い方~フランクリンメソッド~「骨・背骨」編

2020年1月20日・27日、2月3日・10日・17日、3月2日(月)10時~11時30分 全6回
10人 6,000円(全回分、保険料・ボールレンタル料含む)
12月11日から 窓先

おはなしのゆりかご

2020年1月20日(月)11時10分~11時40分
未就学児の親子
申

冬の園芸講座

冬の庭木の剪定と殺虫・殺菌剤の散布について
2020年1月21日(火)13時~15時30分
20人 500円
12月11日から 窓先

大人のためのお話し会~冬語り~

2020年1月27日(月)10時30分~11時30分
20人 申

若草台地区センター

〒227-0045 若草台20-5
961-0811 961-1632
wakakusakouza@seagreen.ocn.ne.jp
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

スプンク劇場

読み聞かせ、手遊び、エプロンシアターなど
12月12日(木)、2020年1月9日(木)・11日(土) 各11時~11時30分 申

小学生マスコット作り~押すと鳴るかわいい千支のマスコットを作ろう!~

2020年1月18日(土)10時~11時30分
小学生15人 100円(材料費含む)
12月11日から 窓先

郭さんの故郷「台湾」~烏龍茶のお点前と台湾の話~

2020年1月18日(土)14時~15時30分
15人 500円(飲み物付き)
12月11日から 窓先

韓国伝統菓子ヤクシクを作しましょう~韓国語の先生に習います~

講師の都合で延期となりました。日程が決まり次第、若草台地区センターホームページでお知らせします。

お正月コンサート~新春和楽器演奏会~

2020年1月25日(土)13時~14時
文勢会 申

奈良地区センター

〒227-0036 奈良町1843-11
963-5380 963-5381
nara-kouza@jcom.zaq.ne.jp
休館日:毎月第2火曜

サクソフォンアンサンブル・クリスマスコンサート

12月22日(日)14時~15時 申

地区センターに獅子舞がやってくる!

2020年1月12日(日)10時~12時 申

百人一首 競技かるたの本気で札を取りに行く技を体験しよう。

①模範試合見学②競技かるた体験会
2020年1月13日(祝・月)
①13時~14時 ②14時~16時
小学校4年生以上 ①20人 ②16人
國學院大學かるた会
12月11日から 窓先

野菜ソムリエに教わる冬の簡単ランチ

2020年1月23日(木)9時30分~13時
16人 800円
エプロン、三角巾、布巾、手拭き(タオル等)
冬野菜の使い切りレシピとデザート
必要事項を明記し、往か返か 12月27日(着)抽

わんぱくホリデー

じゃがもちとさくらもちを作ろう!
2020年1月25日(土)10時30分~12時
小学生10人
300円
12月11日から 窓先

紅茶のセミナー

美味しい紅茶とお菓子のお土産付き
2020年1月29日、2月19日(水) 10時~11時30分 全2回
16人 1,800円(全回分)
12月11日から 窓先

荏田地域ケアプラザ

〒225-0013 荏田町494-7
911-8001 911-8121
eda@yokohamashakyo.jp
休館日:毎月第3日曜

荏田宿カフェ主催 研修会「医療のお金の話」

~横浜新都市脳神経外科による医療にまつわるお金の話~
12月16日(月)10時~11時30分
100円(コーヒー付き) 申

EETC主催

「歴史講座と笑いの交流サロン」~年始は落語で笑いはじめ!~
2020年1月11日(土)14時~15時30分
500円(茶菓子付き) 40人
12月11日から 窓先 必要事項を明記し、 先

大場地域ケアプラザ

〒225-0023 大場町383-3
975-0200 979-3200
休館日:毎月第3月曜

人形劇~3びきのこぶた~

12月18日(水)10時40分から(開場10時30分)
持子どもは上履き 申

小学生・中学生の書き初め

2020年1月6日(月)10時~11時30分
小学生以上(大人も可)20人
100円 持書道用具、(あれば)手本
12月11日から 窓先

ほっとサロン青葉 出前サロン

2020年1月15日(水)14時~16時
障害がある人の経済基盤について
申 窓

すすき野地域ケアプラザ

〒225-0021 すすき野1-8-21
909-0071 909-0072
休館日:毎月最終日曜

ほっとサロン青葉 出前サロン

精神保健福祉士が相談にのります。
12月11日(水)14時~16時
心の不調を抱える本人、家族
悩み相談、金銭管理や食生活に関するのアドバイス 申

### さつきが丘地域ケアプラザ

〒227-0053 さつきが丘12-1  
☎972-4769 ㊟972-4759

#### ■シネ☆あおば

「独裁者」主演:チャールズ・チャップリン  
🕒12月15日(日)10時~12時  
👤高校生以上 50人 ㊟㊟先

#### ■浮世絵から学ぶ

13代市川團十郎襲名!「浮世絵から見る歴代市川團十郎と日本の古典芸能」  
🕒2020年1月16日(木)13時~14時30分  
👤高校生以上 50人 ㊟300円(資料代含む) ㊟12月11日から㊟㊟先

#### ■野鳥の木彫り体験会 ~スズメを作ろう~

丸木から彫り進めて、染色。本物そっくりでかわいいスズメが仕上がります。  
🕒2020年1月25日(土)10時~12時 全4回 ※詳細要問合せ  
👤高校生以上 10人 ㊟材料費実費 ※丸木が時価のため要問合せ ㊟彫刻刀ほか  
㊟12月11日から㊟㊟先

### 恩田地域ケアプラザ

〒227-0066 あかね台2-8  
☎988-2010 ㊟988-0901  
休館日:毎月第4月曜

#### ■気になる国の魅力発見講座・第1弾 韓国人講師による韓国の文化体験

🕒①12月14日(土) ②2020年1月18日(土)10時~12時 全2回  
👤中学生・高校生 18人 ㊟①エプロン、三角巾 ㊟①調理実習(トポッキ、ホットク) ②民族衣装試着  
㊟12月11日から㊟㊟先  
※共催:神奈川韓国総合教育院

### 奈良地域ケアプラザ

〒227-0036 奈良町1757-3  
☎962-8821 ㊟962-9847  
休館日:毎月第1月曜

#### ■ケアラースCafe

介護の困りごと、抱え込まずに話してみませんか?  
🕒12月25日(水)14時~15時30分  
👤介護をしている人、これから介護をする人 ㊟ミニ講話「快適な在宅生活のヒント」、茶話会 ㊟㊟

### 荏田コミュニティハウス

〒225-0012 あざみ野南1-4-1  
赤田東公園内 ㊟/㊟479-1149  
休館日:毎月第2水曜

#### ■親子に贈る

“とびっきりの絵本イベント”vol.2  
絵本が大好きになる楽しいイベント  
🕒12月22日(日)12時~16時(時間内出入り自由) ㊟未就学児と保護者50組  
㊟プチおはなし会、缶バッジづくり、ボールプール、カフェコーナーほか  
㊟12月11日から㊟㊟先  
※12月22日は終日学習室利用不可

#### ■おはなし☆パラダイス

ぴっころさんによるお話や、紙芝居、歌、手遊び  
🕒12月24日(火)10時30分~11時  
👤幼児と保護者 20組 ㊟㊟先

#### ■足つぽセルフケア

~免疫力がアップするツボ~  
🕒2020年1月23日(木)10時~11時30分  
👤10人 ㊟500円  
㊟はだしになれる服装、タオル、飲料水  
㊟12月11日から㊟㊟先

### 荏田西コミュニティハウス

〒225-0014 荏田西1-4-2 荏田富士塚公園内 ㊟/㊟507-1213  
休館日:毎月第4月曜

#### ■子育て相談

子育て支援者による子育て相談  
🕒12月12日・19日・26日、2020年1月9日(木)各9時30分~11時30分  
👤親子 各20組 ㊟㊟先

#### ■おはなしの森

ぴっころさんによるお話や、紙芝居、歌、手遊び  
🕒12月18日(水)10時30分~11時  
👤親子 20組 ㊟㊟先

### 青葉台コミュニティハウス「本の家」

〒227-0062 青葉台2-25-4  
☎981-1400 ㊟981-9883  
休館日:毎月末日

#### ■おはなしの部屋

🕒①12月11日(水) ②2020年1月8日(水) 各15時30分~16時  
㊟「おはなしひなたポック」の皆さん  
㊟①絵本「ゆきうさぎのねがいごと」  
②紙芝居「にらめっこしましょあつぷ」  
㊟㊟

#### ■初笑い「あおば寄席」

🕒2020年1月11日(土)11時~12時30分  
👤60人 ㊟筆記用具  
㊟冬のお笑い教室の受講者の皆さん  
㊟12月11日から㊟㊟先

#### ■プログラミング学習体験講座

パソコンの使い方から応用編  
🕒2020年1月12日(日)・13日(祝・月)  
①10時~11時②11時30分~12時30分 各全2回 ㊟小学生 各10人 ㊟各500円(全回分) ㊟12月11日から㊟㊟先

#### ■【共催:フィリアホール】 「オシャレ」クラシック音楽のスズメ

落ち着いたカフェや華やかな街角のクラシック音楽を紹介します。  
🕒2020年1月22日(水)13時~14時30分  
👤20歳以上25人 ㊟筆記用具  
㊟12月11日から㊟㊟先

### 青葉国際交流ラウンジ

〒227-0064 田奈町76(青葉区区民交流センター「田奈ステーション」内)  
☎989-5266 ㊟982-0701  
休館日:毎月第4日曜

#### ■日本語学習者募集

①日本語教室 ②子ども学習補習教室  
🕒①水曜10時15分~11時45分 木曜18時30分~20時 土曜10時~11時30分(初めての参加者は15分前までに来てください。) ②水曜16時~17時30分、17時30分~19時  
👤①中学校卒業以上 ②2020年4月小学校入学予定の子~中学生

㊟①のみ各クラス月300円  
㊟①のみ水・土曜はあり(1歳6か月~6歳、1週間前までに要予約) ㊟㊟

#### ■祝ラウンジ30周年

「新年のつどい」  
新年を外国の皆さんと楽しくお祝いしましょう。  
🕒2020年1月12日(日) 13時30分~15時30分  
㊟山影匡瑠(津軽三味線) ほか  
㊟㊟

#### ■青葉国際交流ラウンジ 「窓口スタッフ・ラウンジボランティア 募集説明会」

🕒2020年1月22日(水)・25日(土) 各13時30分から  
※応募者はどちらかに参加してください。  
「窓口スタッフ」外国人からの相談対応、情報提供及び窓口事務(有償)  
㊟国際交流に関心があり、パソコン・英語・事務書類の作成ができる人  
【勤務時間】9時~21時のシフト制(詳細は募集要項参照)  
【任用期間】2020年4月1日~2021年3月31日(更新可)  
㊟本人が窓口で募集要項を受け取り、説明会参加後に応募用紙提出(募集要項配布期間:12月18日~2020年1月15日)  
【ラウンジボランティア】

【事業企画部会】イベント、講演会、外国語教室等の企画運営  
【情報・広報部会】在住外国人向けの生活情報収集、広報紙「ラウンジニュース」の企画・編集・発行等  
【日本語部会】  
(a)外国人に日本語を教える。  
㊟日本語を母語とする18歳以上の日本語ボランティア入門講座受講者が日本語教師の経験者で年間を通して活動できる人  
(b)外国につながる子どもに教科補習や日本語指導を行う。  
㊟日本語を母語とする18歳以上の子どもが好きな人歓迎  
㊟1月14日までに㊟㊟

### 新石川スポーツ会館

〒225-0003 新石川3-1346  
☎/㊟911-9870  
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

#### ■いきいき健康体操 ~頭も体もスッキリ!~

🕒毎月第2・4木曜 各13時30分~14時45分 ㊟各100円(保険料含む)  
㊟運動しやすい服装(着替え)、上履き、タオル、飲み物 ㊟㊟

#### ■なごみサロン~話す・聴く・動く 出入り自由のお気軽サロン~

🕒毎月第4火曜 13時30分~15時  
㊟100円(飲み物・菓子付き) ㊟㊟  
※協力:荏田地域ケアプラザ、たまプラーザ地域ケアプラザ

#### ■なごみサロン手芸部 ~手芸・工作を楽しみましょう!~

🕒毎月第2火曜(1月は休み) 13時30分~15時  
㊟材料費負担 ㊟手芸道具 ㊟㊟  
※協力:荏田地域ケアプラザ、たまプラーザ地域ケアプラザ

### くろがね青少年野外活動センター

〒225-0025 鉄町1380  
☎973-2701 ㊟972-1093  
休館日:毎月第4火曜(祝日の場合は翌平日)

#### ■フットサルクラブ3期

🕒2020年1月9日~3月12日の木曜 15時15分~16時 全10回  
👤4~6歳児(幼稚園年中~年長相当) 8人 ㊟6,500円(全回分、保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月11日(消)抽

#### ■はじめての野球3期

🕒2020年1月10日・24日、2月7日・21日、3月6日(金) 15時30分~16時30分 全5回  
👤小学校1・2年生20人  
㊟3,500円(全回分、保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月11日(消)抽

#### ■すくすくアウトドアクラブ3期

🕒2020年1月15日・29日、2月12日・26日、3月11日(水)14時30分~16時 全5回  
👤4~6歳児(幼稚園年中・年長相当)と保護者(きょうだいの追加可)  
㊟2人1組5,000円(子ども1人追加2,500円、3歳2,000円、0~2歳300円)(全回分、保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月15日(消)抽

#### ■くろがねキッチン~PIZZA天国~B

🕒2020年1月19日(日)10時30分~14時  
👤小学生と家族40人  
㊟中学生以上2,000円、小学生1,500円、3歳以上の未就学児800円、2歳以下100円(保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月15日(消)抽

#### ■親子の英語リトミック4期

🕒2020年1月20日~3月9日の月曜(2月24日を除く)10時30分~11時15分 全7回  
👤1~3歳児と保護者(きょうだいの追加可) 10組20人  
㊟2人1組7,000円(子ども1人追加2,100円、0歳210円)(全回分、保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月15日(消)抽

#### ■食いしん坊キャンプ

🕒2020年2月1日(土)13時30分~2日(日)13時  
👤小学校3~6年生で友達かきょうだいのペア 15組30人  
㊟1人6,000円(保険料含む)  
㊟HP ㊟必要事項を明記し、㊟ 12月15日(消)抽

### 田奈恵みの里

〒227-0064 田奈町52-8  
J A 横浜田奈支店組織係  
☎981-1811 ㊟981-1839  
㊟tanamegumi\_1999@yahoo.ne.jp

#### ■みそ造り教室

🕒2020年1月31日(金)、2月1日(土) 各13時~15時  
👤青葉区・緑区在住の人 各日15組  
㊟1組5,000円(みそ5キログラムを造ります。)  
㊟三角巾、マスク、エプロン、みそ持ち帰り用ふた付き容器  
㊟希望日、参加者全員の ㊟必要事項、㊟を明記し、㊟㊟㊟ 12月27日(着)抽

●アイコンの見方は7ページを参照してください。●年末年始の休みについては6ページを参照してください。

## 青葉区民文化センター フィリアホール

〒227-8555 青葉台2-1-1 東急スクエア本館5階 ☎985-8555 fax 985-8560 休館日:毎月第3水曜 定員500人 ※未就学児不可  
 申 フィリアホールチケットセンター ☎982-9999 HP http://www.philiahall.com/(24時間オンライン予約)



### ■ニューイヤー・コンサート「モーツァルト饗宴」

モーツァルトのピアノ協奏曲、1日で一挙3曲!  
 2020年1月11日(土)15時開演  
 ¥S席7,500円、A席6,500円  
 ピアノ:横山幸雄  
 管弦楽:N響メンバーによる室内オーケストラ  
 (コンサートマスター:山口裕之)  
 申 ☎か窓かHP



### ■フィリアホール ミュージックアカデミー・プログラム 「須川展也のサクソフォン・ワールド!」

レジェンドが紹介する、サクソフォンの魅力の"すべて"  
 2020年1月25日(土)15時開演  
 ¥全席指定4,000円、学生2,000円  
 ピアノ:小柳美奈子  
 フィリア・サクソフン・バンド  
 公募によるサクソフン愛好者の皆さん  
 申 ☎か窓かHP



### ご招待 区民の皆さんをフィリアホールのコンサートへ 抽選で招待します!

#### 渡辺玲子×小林美恵×近藤嘉宏 V (violin) & V (virtuoso)!

～ふたつのバイオリンが描く華麗なる音絵巻  
 バイオリンの「謎」と「魅力」にトークと演奏で迫ります!

2020年1月19日(日)14時開演  
 区内在住の人5組10人 (4,500円のチケット)  
 ※1組につきチケット2枚  
 申 必要事項を明記し、往でフィリアホールへ。12月19日(着)抽  
 ※1人1回の応募のみ有効  
 抽選結果は12月26日に発送します。  
 ※抽選に外れた人にも、公演チケット割引の案内を送ります。



## 横浜市民ギャラリーあざみ野

〒225-0012 あざみ野南1-17-3(アートフォーラムあざみ野内)  
 ☎910-5656 fax 910-5674 休館日:毎月第4月曜  
 ※保育あり(予約制、有料) 1歳6か月～未就学児、4日前までに申込み



### ■ショーケースギャラリー 大野綾子展

2020年1月6日(月)～3月22日(日) 申 直

### ■フェローアートギャラリー 山野将志展

2020年1月26日(日)まで 申 直

### ■アートフォーラムあざみ野 Welcome! ロビーコンサート

日曜の昼はアートフォーラムあざみ野へ!  
 ①12月22日(日) ②2020年1月5日(日) 各12時～12時40分  
 ①あざみ野クリスマスジュニアコーラス  
 加藤裕子さん(指揮・指導)、山中麻衣子さん(ピアノ・指導)、行本康子さん(チェロ)  
 ②横浜都筑太鼓の皆さん  
 申 直

### ■市民のためのプログラム「手描友禅」

2020年2月7日・21日、3月27日(金) 14時～16時30分 全3回  
 中学生以上15人 ¥10,000円(全回分、材料費含む)

手描友禅は、絹地に絵を描くように染める染色技法で、糸のように細かい糊の線を引き、隣り合った色が混ざらないように防染することによって生まれる繊細で鮮やかな色彩の表現が魅力です。本講座では、用意する数種の絵柄から1つ選んで、生地に柄の輪郭線を引いて防染する「糸目置き」、柄の中に染料で色を付ける「色挿し(友禅)」、染め上がった模様仕上げに金を施す「金線」を体験します。

申 窓かHPか 必要事項、年齢を明記し、往12月26日(着)抽



〒227-0036 奈良町700 ☎961-2111 fax 962-1366  
 休園日:毎週水曜、12月31日、2020年1月1日  
 入園料:大人600円、小・中学生200円、幼児(3歳から)100円  
 65歳以上平日のみ300円(要証明提示) ※行事の詳細はHP参照



### ■ジャンボクリスマスリース

12月24日(火)まで



### ■アイススケート場オープン

12月14日(土)～2020年2月24日(休・月)  
 10時～16時(入場15時まで)  
 ¥別途スケート場入場料が必要。要問合せ

### ■雪のかざぐるま(工作)

12月29日(日)・30日(月) 各10時～15時  
 曲ビクターセンター(雨天中止)  
 申 直



### ■ジャンボ鏡もち

12月26日(木)～2020年1月7日(火)

### 青葉区地域子育て支援拠点

#### 「ラフル」

〒227-0062 青葉台1-4 [6階]  
 ☎981-3306 fax 981-3307

### 青葉区地域子育て支援拠点

#### 「ラフルサテライト」

〒225-0024 市ヶ尾町1152-25 [1階]  
 ☎979-1360 fax 979-1361



【共通】HP http://lafull.net/ 休館日:日・月曜、祝日  
 妊婦及び0歳～未就学児とその家族、地域で子育て支援に関わる人  
 \*印講座への参加は、登録・「ひろば」受付を済ませてから  
 ※アイコンについて ラフルはラフル、ラフルサテライトを示します。

### ■\* パパ・プレパパ向け企画

12月14日(土)13時30分～14時「パパとあそぼう」、  
 14時30分～15時「パパ・プレパパあつまれ 先輩パパに聞いてみよう」  
 当事者同士の交流と情報交換 申 直

### ■\* プレママ向け企画

①ママになるあなたへ～おなかの赤ちゃんに絵本を～  
 ②プレパパプレママラフル見学説明会  
 ③プレママちょこっと見学デイ  
 ①ラフル 12月14日(土)(パパ・プレパパあつまれと同時開催)  
 ②ラフル 12月17日(火)14時～15時  
 ③ラフルサテライト 2020年1月8日(水)11時30分～13時  
 ①③妊婦 ②妊婦とパートナー 直 当事者同士の交流と情報交換  
 申 前日までに窓かHP

### ■ラフルが地域の施設に出張してひろばを開催する 「ラフルひろばmini」

12月19日(木)10時～12時 直 美しが丘西保木自治会館(美しが丘西2-7-1)  
 直 松ぼっくりのツリーづくり 申 直

### ■横浜子育てサポートシステム入会説明会

地域で子どもを預けたい人と預かる人をつなぐ会員制の制度  
 ①ラフルサテライト 12月21日(土) 10時30分～11時30分  
 ②ラフル 2020年1月8日(水) 10時30分～11時30分  
 子どもを預けたい人、子どもを預かれる人 各回8人(子ども同席可)  
 申 12月11日(水)から前日までに横浜子育てサポートシステム青葉区支部  
 専用電話(☎482-5518)か窓先

### ■\* 障害児子育てサロン

12月9日(木)11時～12時  
 障害児を育てている家族、障害のある保護者  
 当事者同士の交流と情報交換(ゲスト:先輩ママ)  
 申 前日までに窓かHP

### ■\* シングルトークのサロン

12月18日(土)14時～14時40分  
 ひとり親、ひとり親になる予定、検討している人 8人(子ども同席可)  
 当事者同士の交流と情報交換、ひとり親に関する情報提供、相談  
 (ゲスト:ひとり親サポートよこほま青葉区担当者)  
 申 12月11日から前日までに窓か窓先

シリーズ企画

# つながる つなげる 人の輪づくり

## ～めざせ! 共生社会の星～

☎ 障害者支援担当 ☎ 978-2453 ☎ 978-2427

今月ご紹介するのは…

### 「ちょっと寄り道～よってこ広場」

取組紹介

恩田地域ケアプラザと田奈の区民交流センターでは、毎月「よってこ広場」を開催しています。

「よってこ広場」には、「年齢や障害の有無に関係なく、地域に住む人が学んで・遊んで・楽しく過ごせる場になれば」という思いが込められています。誰でも参加しやすく、役に立つ情報が得られ、相談もできる場所です。

どんなところなの?

「あおばおもちゃの広場」の協力による「出張おもちゃ広場」、参加者の呼びかけから始まった「英会話教室」、[障害福祉事業所すてっぷ]や「ラ・ブリランテ」で毎日焼いている美味しいパンの出張販売などを行っています。障害に関する相談や生活の相談、将来の相談をしてみたいという人には、専門の相談員(基幹相談センター・生活支援センター・後見支援室のメンバー)が話を伺います。ほかに、保健師による体力測定や折り紙、塗り絵など、楽しめる工夫をしています。



「よってこ広場」の運営はボランティアが中心です。ボランティアの皆さんも、「ここに来て、顔なじみができたり、情報共有したり。集まるのが楽しみになっています。」と、笑顔で話していました。一人ひとりが参加者であり、ボランティアでもある、「垣根のない場所」がこの広場の一番の魅力です。

開催情報 ※いずれも申込み不要

恩田地域ケアプラザ★

☎ あかね台2-8  
☎ 毎月第3金曜 12時30分～16時30分  
☎ ¥100円(手作りおやつ付き)

区民交流センター 田奈ステーション★

☎ 田奈町76  
☎ 毎月第4火曜 13時～15時30分  
☎ ¥不要



気軽にのぞいてみてね!



シリーズ企画

## あおば 健康スタイル

第8回

～あおばに住んで、健康、長生き!～

美しい街並みや豊かな自然など青葉区の魅力を生かした、気軽に取り組める健康づくりやつながりづくりのヒントをシリーズで紹介していきます。

### 転倒による「けが」での救急出動が増加しています!

救急出動件数は、ここ数年増え続け、特に「けが」での救急要請の割合が多くなっています。青葉消防署では、転倒による「けが」を防止するため、自宅で気軽にできる「転倒予防体操」を紹介しています。

無理をせず、自分のできる範囲で 転倒予防体操 ～7秒間静止で足の筋力アップ～  
監修: とういん 桐蔭横浜大学 スポーツ健康政策学部 さくらい ともむ 桜井 智野風 教授



① ランニングポーズ  
その場でランニングポーズをとります。関節は全て90度に保ちましょう。



② つま先上げ  
かかと立ちになり膝を伸ばし、つま先を上にあげた状態を保ちましょう。壁などに手をついても構いません。



③ 股割り  
背筋を伸ばして足を大きく開き、膝とつま先が同じ方向に向くようにしながら、腰をゆっくり落とします。

動画 でわかりやすく紹介しています! 青葉消防署 転倒予防体操 検索

病気やけがで救急車を呼ぶか迷った場合は…☎#7119  
詳細は16ページをご覧ください。



☎ 健康づくり係 ☎ 978-2438 ☎ 978-2419

## 区民活動支援センター

### まち活フェス in 青葉台

～あなたとつながる 音楽ア・ラ・カルト～

区内で活動している団体の皆さんが日頃の成果を発表します。歌、ダンス、ミュージカルなど、多彩なステージで元気をお届けします。ぜひご来場ください!!

☎ 12月11日(水) 14時～16時(開場13時30分)  
☎ 青葉区民文化センター フィリアホール

### 第10回 まち活カフェ 今月のテーマ「国際」

国際交流や多文化共生等に関心のある人がワイワイ集まり、コーヒー片手に意見交換や交流をします。関心のある人、何かを始めたい人、つながりたい人は気軽に参加してください。

☎ 12月19日(木) 10時～12時 ☎ 区民活動支援センター(区役所1階) ☎  
☎ 15人先 ¥50円  
☎ 区民活動支援センター ☎ 978-3327 ☎ 972-6311

## 青葉区民芸能祭



区内で活動している詩吟、舞踊、民謡、謡曲、郷土芸能等の団体が集まって日頃鍛えた技を披露します。各種団体による芸能の祭典を、ぜひご鑑賞ください!

☎ 12月15日(日) 11時～16時(開場10時30分)  
☎ 青葉公会堂 ☎  
☎ 文化・コミュニティ係 ☎ 978-2295 ☎ 978-2413



## 善意銀行への寄付!

セブンイレブン世田谷玉川店様 ありがとうございます。

☎ 青葉区社会福祉協議会 ☎ 972-8836 ☎ 972-7519