

2022 6 あさひ



旭区公式ツイッター
@yokohama_as

旭区の魅力や防災・災害情報、子育て情報などを配信中!

今年の夏は参議院議員選挙!

7時
~
20時

投票日は、「投票のご案内」やポスター掲示板などでご確認ください。

期日前投票 (投票できる期間・時間が異なるのでご注意ください。)

- 旭区役所地下1階(公示日の翌日~投票日の前日) 8時30分~20時
 - サンハート(二俣川駅直結) (投票日の8日前~投票日の前日) 9時30分~20時
- 「投票のご案内」の裏面「請求書兼宣誓書」にご記入の上、お持ちいただきますとスムーズに受付ができます。(「投票のご案内」がなくても投票できます。)

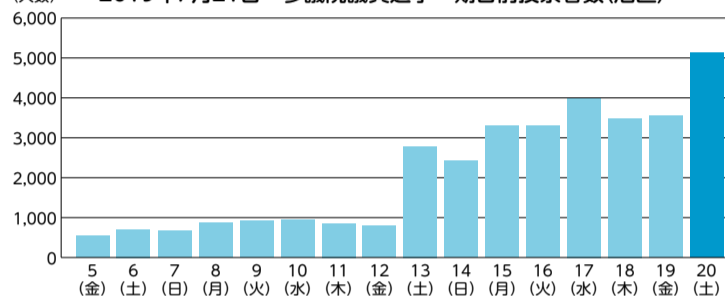
不在者投票

出張先・旅行先、入院先(指定された施設)で不在者投票ができます。また、身体に重度の障害のある人や要介護5の人で「郵便等投票証明書」をお持ちの人は、郵便による不在者投票ができます。詳しくは、下記☎へお問い合わせください。

期日前投票所の混雑状況

- 投票日が近くなるにつれて投票者数が増える傾向にあり、特に投票日前日の土曜日は大変混雑します。
- 期間を通して10時~12時の時間帯が最も混み合います。

2019年7月21日 参議院議員選挙 期日前投票者数(旭区)



☎ 旭区選挙管理委員会 ☎ 954-6012 ☎ 951-3401

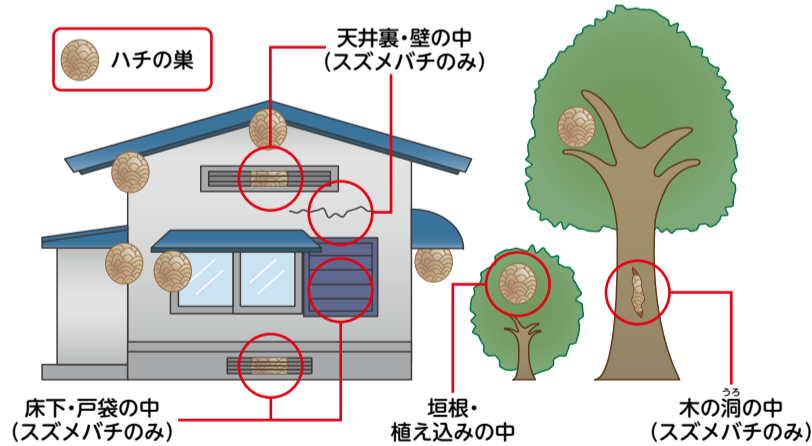
ハチの巣は 早期発見・早期駆除が重要です!

ハチは、早ければ5月頃に女王バチが冬眠から目覚め、巣を作り始めます。早期に発見・駆除するほど、手間や費用が少なくなりますので、早めに対応しましょう。



▲スズメバチの巣

巣を作られやすいのはこんな場所!



区役所では

- ・ハチの巣の駆除は行っていません。
- ・スズメバチの巣は、安全のため専門業者(有料)による駆除がおすすめです。
- ・ハチの種類が分からない、駆除業者を知りたいなどの場合は下記☎へお問い合わせください。

これはアシナガバチの巣です。アシナガバチの巣は多くの場合自分で駆除できます。

詳しくは ▶
こちら



☎ 環境衛生係 ☎ 954-6168 ☎ 952-1504

「ご近助マニュアル研修会」を開催します

大規模地震発生直後の「となり近所の助け合い」をまとめた「旭区ご近助マニュアル」について学べる研修です。

内容

- ・町の防災組織の取組について知ろう
- ・旭区ご近助マニュアルについて学ぼう
- ・グループワークで地震発生直後の対応を体験しよう



日時

7月23日(土)、8月26日(金)、9月15日(木)、12月10日(土)、2023年2月15日(水)、3月11日(土) 9時~12時

対象/定員

自治会町内会等「町の防災組織」の防災担当者など/各回抽選40人

申込方法

6月29日までに申し込みください (詳細は☎などでご確認ください)。

ご近助マニュアル研修会 検索



▲旭区ご近助マニュアル 申込みはこちら

☎ 危機管理・地域防災担当 ☎ 954-6007 ☎ 951-3401



旭区役所
〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856
アクセスしよう! ▶ 横浜市 旭区役所 検索



ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づき、より多くの人に見やすく読みまちがえにくいデザインの文字を採用しています。

開庁日

月曜~金曜 ▶ 8時45分~17時
第2・4土曜 ▶ 9時~12時*

今月の土曜開庁日

11日 25日

*戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部業務を行っています。

今月のおしらせ 6月

区役所への郵便物は
〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12

●毎月11日以降の記事を掲載しています。金額の記載のないものは原則無料です。

🕒日時・期間 📍会場 🎯対象/定員 💰費用 🎒持ち物 🗣️講師や出演者 📄申込み 📞問合せ
☎️電話 📠ファクス 🌐ホームページ 📧Eメール 📧電子申請 横浜市電子申請・届出サービス 🏠往復はがき
📧はがき (消)消印有効 (着)必着 📅年齢

📄**必要事項** 行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際は事前にお問い合わせください。新型コロナウイルス感染症の拡大防止に関する区内の情報をHPにまとめています。[横浜市旭区 コロナ拡大防止](#)



▲HPはこちら



区・市役所から

あさひの朝市(毎月第4木曜開催)

新鮮な旭区産の地場野菜を販売します。

🕒6月23日(木)9時30分～12時30分

📍区役所1階

📄当日直接

📞生涯学習支援係

☎️954-6095

📠955-3341



旭ふれあい収穫祭 ～収穫体験～参加者募集!

🕒7月16日(土)10時～11時30分

📍下川井町1563(恵みの里野菜直売所付近、[ケ谷カントリークラブ前]バス

停下車徒歩2分) 🎯抽選15組 💰収穫

した分を量り売り 📄6月17日(着)で

📧電子申請、📠(参加者全員の**必要事項**)と📅

を記入)

📞生涯学習支援係

☎️954-6095

📠955-3341



▲申込みはこちら

都岡地区恵みの里

「じゃがいも収穫体験in都岡」

🕒7月23日(土)①9時～②10時～※

荒天時は翌日同時刻に延期 📄今宿南

町の畑(「ニュータウン第4」バス停下

車徒歩9分) ※駐車場なし 🎯市内在

住のグループ(家族・1人でも可) / ①

②抽選30組(当選者にのみ通知) 💰1

組1,000円(約3株収穫) 📄7月8日(着)

で📧、📠(**必要事項**)、参加者全員の

名前・ふりがな、📅、希望時間を記入) ※

作物の生育状況などによって、内容

変更や中止になる場合があります。

📄都岡地区恵みの里運営協議会事務

局「じゃがいも収穫体験in都岡」係

〒241-0031 今宿西町289

📠955-5057

📞北部農政事務所

☎️948-2480 📠948-2488



旭区市民活動 支援センター

み な く る

「みなくる」は、旭区の地域活動やボランティア活動を応援する交流拠点です。

〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階

(鶴ヶ峰駅南口直結。2階からエレベーターで4階へ)

☎️382-1000 📠382-1005

📧as-manabi@city.yokohama.jp

休館

6月15日(水)

※HPなどでご確認ください。

展示コーナー(生涯学習アドバイザーの作品)

6月3日(金)～29日(水) 手作り簡単工作 伊原 誠さん

6月4日(土)～28日(火) 子ども🎮遊ぶ小道具 相馬 典子さん

ギャラリーコーナー(区内で活動している人の作品展示)

6月13日(月)～24日(金) 写真

※展示についてのお問合せは「みなくる」受付まで。 ※展示内容は変更になる場合があります。

シニアのためのいきいき未来講座(全5回)

●第1回 人生100年時代の健康生きがいづくり

🕒6月25日(土)13時30分～15時30分

●第2回 シニアに必要な防災対策と災害時の対処法

シニア防犯対策生活術～高齢者の一人暮らしは狙われやすい!～

🕒7月3日(日)13時30分～15時30分

●第3回 資産の運用、管理、遺産相続贈与～老後の資金について～

🕒7月17日(日)13時30分～15時30分

●第4回 健康寿命を延ばそう! ポールウォーキングでいつまでも若々しく

🕒7月23日(土)13時30分～15時30分

●第5回 ボランティア活動への参加の勧めと地域と共に生きること

🕒7月24日(日)13時30分～15時30分

[共通]

📍みなくる 🎯市内在住の50歳以上(連続して参加できる人)

／抽選24人 📄6月17日までに 📧電子申請、📠(**必要事項**)と年代を

記入)、直接



▲電子申請はこちら

今月の

ぱおぱお るーむ

区役所での手続・健診が終わるまで、お子さん(未就学児)をお預かりします。

区役所
3階

無料

予約
不要

🎯6歳までの未就学児。定員を超える場合は順番待ちになります。

※閉室となる可能性がありますので、事前にHPなどでご確認ください。

| 月 | 開室時間 | 休室日 | 受付終了時間 |
|----|------|-------------------------------|-------------------------------|
| 6月 | 午前開室 | 7日・14日・21日(各回火曜) | 8時45分～12時15分 (12時受付終了) |
| | 午後開室 | 3日(金)・9日(木)・17日(金)・ 23日(木) | 12時15分～15時45分 (15時30分受付終了) |
| 7月 | 午前開室 | 5日・19日(各回火曜) | 8時45分～12時15分 (12時受付終了) |
| | 午後開室 | 1日(金)・7日(木)・15日(金)・ 21日(木) | 12時15分～15時45分 (15時30分受付終了) |

📞庶務係 ☎️954-6006 📠951-3401

福祉保健

旭区版認知症ケアパスガイド ができました!

●パンフレットの特徴

- 認知症の症状や経過が分かる
- 認知症の人への接し方や対応方法が分かる
- 認知症の人や家族・支援者からのメッセージを掲載
- 相談先を掲載



●配布場所

区役所1階3番窓口、区内地域ケアプラザなどで配布中
(HPからもご覧になれます)。



▲HPはこちら

📞高齢者支援担当 ☎️954-6125 📠955-2675

健康コラム ～からだの健康はお口から!～

●はつらつとした毎日を送るためには"健口第一"!

食べる・味わう…かむことで消化を助けます。

話す…会話を楽しむことでストレスが発散されます。

表情を作る…喜怒哀楽の気持ちを伝えます。

また、お口の病気である歯周病は歯だけでなく、肺炎・糖尿病・心筋梗塞・低体重児・動脈硬化などのさまざまな病気に影響を及ぼします。

●今日も実践! Let's口腔セルフケア

●歯磨き(歯ブラシ・デンタルフロス・歯間ブラシ)

歯ブラシヘッドは小さめ、鏡を見ながら丁寧に、軽い力で歯ブラシの毛先を歯と歯肉、歯と歯の間にあてます。

●舌

舌クリーナーなどを使って優しい力で磨きましょう。

※定期的に歯科医院でお口のチェックをしてもらいましょう。



📞健康づくり係 ☎️954-6146 📠953-7713

健口教室

～食べる楽しみ、いつまでも～

お口の健康について歯科医師・歯科衛生士と一緒に学びませんか。

🕒6月30日、7月14日(各回木曜)

13時30分～14時30分(15分前受付) 🎯各回先着10人

📞健康づくり係

☎️954-6146 📠953-7713

歯と口の健康週間

～いただきます人生100年 歯と共に～

旭区歯科医師会による相談会と旭区薬剤師会による薬に関する相談会。

🕒6月16日(木)10時～15時 📍区役所1階

📄当日直接

📞よしえ歯科医院

☎️953-3338

(休診:木曜、土曜午後、日曜、祝日)

健康づくり係

☎️954-6146 📠953-7713

若者のための専門相談

ひきこもりや不登校などについて相談できます。
 ☎6月9日・23日(各回木曜)13時30分～16時30分(1回約50分) 区役所3階33番窓口 市内在住の15歳～39歳のひとと家族 申 区で下記へ※予約に空きがあれば当日も可
 問 よこはま西部ユースプラザ
 ☎744-8344 fax 744-8322

難病講演会

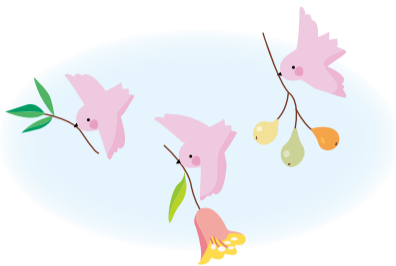
顕微鏡的多発血管炎等類似疾患
 病気の理解と治療について。
 ☎7月7日(木)14時～15時30分 区役所新館2階大会議室 患者と家族/先着30人 永瀧 裕子医師(聖マリアンナ医科大学リウマチ・膠原病・アレルギー内科) 申 6月13日9時～7月1日に 区、fax(必要事項)を記入
 問 高齢者支援担当
 ☎954-6191 fax 955-2675

ソレイユフィルハーモニーオーケストラ サマーコンサート

☎7月16日(土)14時～(30分前開場)
 曲 サンハート※全席自由・入退場自由
 申 6月11日～ 区(必要事項)を記入、直接
 問 ソレイユフィルハーモニーオーケストラ 霜島
 ☎080-9775-3723
 soleilphilharmonie@gmail.com

第25回旭区おやこまつり～マッスルエンターテイメント「筋肉感」～

体操・新体操競技のトップアスリートによる体操パフォーマンス、笑いと技術を追求したエンターテイメント！
 ☎7月24日(日)13時30分～(30分前開場) 旭公会堂(区役所4階) 先着450人(全席自由) 前売り:1,500円、ファミリーチケット(小学生以下を含む2人)2,500円(ネット販売は別途料金200～250円)当日:1,800円、ファミリーチケット(小学生以下を含む2人)3,000円 申 6月11日～区役所地下1階売店、サンハート 区、直接
 問 旭区おやこまつり実行委員会事務局
 ☎090-9850-2238
 (月・火・木・金曜10時～16時)
 yokohamanisi oyako@gmail.com ▲ 区はこちら



旭区社会福祉協議会
 〒241-0022 鶴ヶ峰1-6-35 「ぱれっと旭」内
 ☎392-1123 fax 392-0222

●善意銀行(3月1日～31日)
 次の皆さまから寄付をいただきました。
 小川 竹子、地区リハビリ教室連絡会(敬称略)



文化

スポーツ

こんにちは
あさひ図書館です
 〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166 fax 953-1179
 休館日 6月14日(火)～16日(木)、20日(月) ※HPなどでご確認ください。

旭スポーツセンター
 〒241-0011 川島町1983 ☎371-6105 fax 382-8044 休館日 6月20日(月) ※HPなどでご確認ください。

信頼し合える人がいるのは幸せなことです。今回は、ふたりの関係性を楽しめる本を、2冊ご紹介します。

ふたりはともだち
 アーノルド・ローベル/作 三木 卓/訳 文化出版局(1972年刊)
 春になって目覚めたかえるくんは、真っ先にがまくんの家に行きました。春が来たんだよと言っても、がまくんは5月まで寝ていたい、とまた寝てしまいます。どうしても起きてほしいかえるくんは、カレンダーを見ていい方法を思いつきました。2匹のやりとりが楽しい5つのお話が入っています。『ふたりはいつも』などの続きもどうぞ。



おだまり、ローズ 子爵夫人付きメイドの回想
 ロジーナ・ハリソン/著 新井 雅代/訳 新井 潤美/監修 白水社(2014年刊)
 メイドのローズが仕えたのは、子爵夫人でイギリス初の女性下院議員ナンシー・アスター。只者ではない奥様ですが、ヨークシャー育ちで頭の切れるローズだって負けていません。似た者同士の2人は、丁々発止の皮肉の応酬で喧嘩は日常茶飯事。高価な装身具をたくさん着けて「どうかしら、ローズ？」と奥様が聞けば、「おや、それっぽっちでよろしいんですか？」とローズが答える。そしてタイトルのセリフが聞けるというわけです。



こどもおはなし会
 絵本の読み聞かせ・紙芝居など。
 ☎6月19日(日)11時～ 3歳～(親子で参加可)/先着6組 申 当日直接

親子で楽しむおはなし会
 わらべうた・絵本の読み聞かせなど。
 ☎6月23日、7月7日・14日(各回木曜) ①10時30分～②11時10分～ 3歳以下の乳幼児と保護者/各回先着6組 申 実施日の1週間前～(6月23日実施分は6月17日～) 区、直接

図書検索機使い方相談
 図書検索機の使い方を個別にご説明します。
 ☎6月22日(水)10時～11時30分 初心者 申 開催時間内随時受付

ビブリオバトル@旭図書館～推し本、語りませんか?～
 ☎7月30日(土)17時30分～19時 市内在住の中高生/抽選10人 申 6月23日～7月18日に 電子申請



電子申請はこちら▲

当日受付教室 16歳以上 ¥650円(1回分)(★は700円)
 持 動きやすい服装、上履き(種目により不要。要確認)、タオル、飲み物

| 曜日 | 教室名 | 開催日 | 開催時間 | 定員 |
|----|-------------------|--------------------|---------------|-----|
| 火 | リズムボクシング | 6月14日・21日・28日、7月5日 | 9時～9時50分 | 40人 |
| | 19ZUMBA® | | 19時～19時50分 | |
| | ナイトボクサタイム | | 20時～20時50分 | |
| 水 | スタイリッシュヨガ | 6月15日・22日・29日、7月6日 | 11時～11時50分 | 40人 |
| | フットサルタイム★ | | 19時15分～20時45分 | 30人 |
| | シャイニングカーディオキック | | 20時～20時50分 | 40人 |
| 木 | Simpleエアロボックス | 6月16日・23日・30日、7月7日 | 9時～9時50分 | 40人 |
| | デトックスリンパ | | 11時～11時50分 | |
| | 12ZUMBA® | | 12時～12時50分 | |
| 金 | 9ZUMBA® | 6月17日・24日、7月1日・8日 | 9時～9時50分 | 40人 |
| | ステップ! ステップ! ステップ! | | 10時～10時50分 | |
| | ヒーリングヨガ | | 11時～11時50分 | |
| | ピラティススタイル | | 12時～12時50分 | |
| | カーディオキックPOWER | | 19時～19時50分 | |
| 土 | 20ZUMBA® | 6月11日・18日・25日、7月2日 | 20時～20時50分 | 40人 |
| | Do カードキック | | 9時～9時50分 | |
| | 10ZUMBA® | | 10時～10時50分 | |
| | エンジョイ! バスケタイム★ | 6月11日・18日・25日、7月2日 | 19時15分～20時45分 | 30人 |

※駐車場に限りがあります。バイク・自転車・公共交通機関をご利用ください。

あさひ区民DAY 横浜FCホームゲームに先着1,000人ご招待・ご優待
横浜FC VS ジェフユナイテッド市原・千葉
 ☎7月17日(日)18時キックオフ(16時開場)
 ※15時チケット発券開始
 区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・在学の人と家族
 高校生以上1,500円、中学生以下無料
 申 6月25日13時～7月17日に 区
 ※車いす席をご希望の方は下記横浜FC までご連絡ください。
 ●区民限定体験イベント
 ①ウォーミングアップ見学 ②ピッチユニフォームバナー
 ※体験イベントは、チケット申込時に自動的に申し込まれ、抽選で当選した人のみ参加できます。
 問 横浜FC ☎443-6592
 問 生涯学習支援係 ☎954-6097 fax 955-3341



▲申込みはこちら

旭区 運営方針



子育て世代をはじめ多くの方々に選ばれ続ける「ふるさと旭」の実現へ

～令和4年度の旭区の取組を紹介します～

新型コロナウイルス感染症対策に区役所一丸で取り組み、安全・安心を第一とした対応を図るとともに、区民の皆さん一人ひとりに寄り添うサービスを提供し信頼される区役所を目指します。

また、施策の3つの柱である「安全・安心」「地域の力」「魅力づくり」を通じて、SDGsの視点を踏まえながら「選ばれ続ける『ふるさと旭』」の実現を目指します。

企画調整係 ☎954-6027 ☎951-3401 旭区 運営方針 検索

1 安全・安心



- 町の防災組織(自治会町内会等)の防災力を強化して「共助」の取組を推進します。
- 防災・防犯・交通安全対策を推進し、安全・安心なまちをつくります。
- 身近な地域での見守り・支え合い、つながりづくりを推進します。



共助の取組をまとめた「旭区ご近助マニュアル」



まちの美化運動



地域の防災訓練



スタントマンによる事故再現をした交通安全教室

2 地域の力



- 地域で広がるさまざまなチャレンジやスタートアップの支援を通じて、地域の活力を生み出します。
- 多様性を認め合い、困ったときには声を上げ、支え合える環境づくりを推進します。



きらっとあさひプラン(第4期旭区地域福祉保健計画)



旭区地域子育て支援拠点「ひなたほっこサテライト」



地域活動のスタートアップを支援(あさひみらい塾)



応援! あさひっ子もり ~子ども・子育て応援特設サイト~

▲HPはこちら



認知症に関する啓発活動(認知症カフェ)



Partnershipで創る未来 ~SDGs未来都市横浜旭区の挑戦~

▲HPはこちら

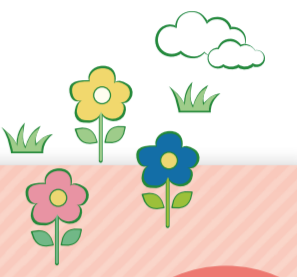


区民のスポーツ・文化活動を支援(横浜旭ジャズまつり)



大学生・地域・商店街の連携による地域活性化(左近山団地)

3 魅力づくり



- 水・緑・花・農を身近に親しめる環境を生かして、旭区の魅力を発信します。
- 相鉄線の都心への直通化を契機とした、転入・定住促進に向けた魅力づくりを推進します。



小学生の環境学習



フォトコンテストの受賞作品を活用した国際園芸博覧会PRカレンダー



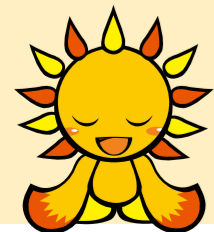
旭区で採れた新鮮な野菜を区役所や区民利用施設で販売する「あさひの朝市」



花いっぱい事業

pick up デジタル化の推進

マイナンバーカードの普及に取り組み、転出局や戸籍関係証明書申請などのオンライン化を進めます。



▲タブレットによるマイナンバーカードの申請

pick up 旭区ゆかりの武将 畠山重忠公と旭区の魅力を発信

重忠公に関する史跡や「あさひの逸品 重忠ブランド」などの文化・歴史・観光資源を活用した事業を通じて、旭区の魅力を発信し、地域の活性化を目指します。



▲二俣川駅畠山重忠公情報発信コーナー



重忠公や区内の魅力を紹介する「畠山重忠ゆかりの地マップ」

▶マークの凡例は6ページをご覧ください

【重要事項】行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

スポーツ



さわやかスポーツタイム

ソフトバレーボールやボッチャなどのさわやかスポーツ。

📅 ①6月18日(土)14時～16時②6月19日(日)10時～12時 📍 ①本村スポーツ会館②旭スポーツセンター 📍 ①② 先着30人 ¥50円(1回分) 📎 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申 当日直接
📍 旭区さわやかスポーツ普及委員会事務局
☎ 080-4654-5185

旭区民秋季軟式野球大会

A・Bブロックトーナメント戦。
📅 7月～12月の日曜・祝日(7月6日に代理抽選) 📍 今川公園野球場ほか 📍 区内在住・在勤者のチーム ¥1チーム18,000円 申 6月9日～30日に直接※詳細はアサヒスポーツ店、グリーンスポーツ店、陣スポーツ店で配布する要項・申込用紙参照
📍 旭区野球連盟
☎ 080-3240-5064
🌐 <https://asahiyokohama.web.fc2.com/>

令和4年度 旭区陸上競技大会

短距離走・中距離走・ハードル・リレー・走り幅跳び・砲丸投げなど。
📅 8月7日(日)9時～ 📍 三ツ沢公園陸上競技場(神奈川区三ツ沢西町3-1) 📍 区内・近隣区在住・在勤・在学者(小学生以上) ¥(個人種目)1種目600円(リレー種目)1チーム800円 申 6月11日～27日(着)で郵送※詳細は旭スポーツセンター、みなくる、陣スポーツ店、区役所2階22番窓口で配布する要項・申込用紙参照
📍 旭区スポーツ協会陸上競技部 坂本
☎ 090-5160-1729
☎ 512-9992

📍 旭区スポーツ協会事務局
☎ 370-6415 ☎ 370-6416
(火曜:13時～16時 木曜:9時～12時)



区民利用施設

休館日の表示は原則です。開館状況については、事前に🌐などご確認ください。

今川公園

〒241-0033 今川町96-2
☎☎ 366-9290

●楽しい盆景づくり教室

自然素材を使って素敵なミニミニ庭園を作ります。
📅 6月25日(土)10時～12時 📍 小学3年生以上 / 先着5人 ¥500円 申 6月12日～18日に☎(9時～17時)



旭区民文化センター サンハート

〒241-0821 二俣川1-3二俣川ライフ5階
☎ 364-3810 ☎ 391-6930
✉ sunheart@sunheart.info

※ 申 詳細はサンハートへ

●0さいから親子で楽しむ

ワンコインコンサート
📅 7月2日(土)11時～(30分前開場) 📍 親子 / 先着300人 ¥一般500円、ベビーカー席500円※2歳以下膝上無料※

●ワンコインコンサートVol.19

サンハート・アンサンブル・オーデションで優秀賞を受賞したアーティストによるコンサート。
📅 7月2日(土)14時～(30分前開場) 📍 先着300人※未就学児入場不可 ¥500円※

●あさひ名画座

第26弾「ひまわり」
チケット完売のため、当日券販売なし。
📅 6月11日(土)13時30分～(30分前開場)

こどもログハウス おおいけらんど

〒241-0001 上白根町910-3
☎ 951-8127 ☎ 465-6246
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●父の日にメッセージをおくろう

📅 6月17日(金)10時～17時、18日(土)・19日(日)9時～17時 📍 未就学児(保護者同伴)～中学生 申 当日直接

●七夕(星に願いを)

お願い事を短冊に書いて笹に飾ろう。
📅 7月1日(金)～7日(木) 📍 未就学児(保護者同伴)～中学生 申 当日直接

男女共同参画センター横浜「フォーラム」

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎ 862-5052 ☎ 865-4671
🌐 <https://www.women.city.yokohama.jp/y>
休館 第4木曜

●女性のためのこころのケア講座

6月のテーマ:身体的暴力・性的暴力、そこからの回復
📅 6月11日(土)10時～12時 📍 女性 / 先着25人 ¥600円 申 当日直接(☎ 862-5058)

●心とからだを整える産後のセルフケア(7月)(全2回)

📅 7月5日・12日(各回火曜)10時～11時30分 📍 産後の女性 / 先着16人 ¥1,700円(2回分) 申 6月15日～🌐

●パソコン&ワード・エクセル入門 2日間(全2回)

📅 7月6日(水)・7日(木)10時～15時30分 📍 女性 / 先着15人 ¥11,000円(2回分) 申 6月17日～🌐(9時～)か☎(862-4496※火・金・土9時30分～12時、13時～15時30分受付)

本村スポーツ会館

〒241-0024 本村町15
☎ 365-1820 ☎ 442-7920
休館 第2月曜(祝日は翌日)

●介護予防講座 I 三味線体操

📅 6月30日(木)10時～11時 📍 先着30人(高齢者向け) 申 6月11日9時30分～25日に直接(☎ 12時30分～)

老人福祉センター横浜市福寿荘

〒241-0005 白根2-33-2
☎ 953-5315 ☎ 953-5317
休館 毎月最終火曜

●歌声ひろば

📅 6月23日(木)①9時45分～11時②11時15分～12時30分 📍 60歳以上 / ①②先着21人 申 当日直接

●イスを使ってストレッチ

📅 7月5日(火)11時15分～12時15分 📍 60歳以上 / 先着25人 📎 タオル・飲み物 申 当日直接

●ふれあいサロン「福寿の会」

📅 7月5日(火)13時～14時30分 📍 60歳以上 / 先着20人 ¥100円 申 当日直接

●からだが喜ぶストレッチ教室

受講生募集(全12回)
📅 7月～12月の第1・3水曜13時30分～15時 📍 60歳以上 / 抽選24人 ¥600円(12回分) 申 6月11日～20日(着)で往(【重要事項】・☎・📎)を記入、直接

●すっきりヨガ教室

受講生募集(全8回)
📅 7月～10月の第2・4月曜13時30分～14時45分 📍 60歳以上 / 抽選24人 ¥400円(8回分) 申 6月11日～17日(着)で往(【重要事項】・☎・📎)を記入、直接

上白根コミュニティハウス

〒241-0001 上白根町233-6
☎ 954-1691 ☎ 954-1692
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●大人のリラックスマッサージ

📅 6月15日(水)10時～11時30分 📍 先着20人 ¥400円 📎 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物・ヨガマットかバスタオル 申 当日直接

●自転車の正しい乗り方講座

📅 6月25日(土)13時～14時30分 📍 18歳以下 / 先着20人 📍 旭警察署 申 6月11日～☎、直接

●脳を鍛える!

インナーマッスル体操
📅 7月7日(木)13時～14時30分 📍 先着20人 ¥400円 📎 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申 当日直接

●パソコン個人相談室

📅 7月11日(月)①13時30分～14時30分②14時40分～15時40分 📍 ①②先着3人 ¥500円(1回分) 申 6月11日～☎、直接

鶴ヶ峰コミュニティハウス

〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1
☎ 953-2313 ☎ 489-5966
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●健康マージャンサロン

📅 6月12日～7月10日の毎週日曜9時～15時 📍 抽選3組 申 詳細は施設へ

●ちびっこランド

和室でゆったり遊べます。
📅 6月12日～7月10日の毎週日曜9時～16時 📍 未就学児と保護者 📎 おもちゃ 申 当日直接

●おはなしランド

わらべうたや絵本のおはなし会。
📅 6月13日(月)10時30分～11時 📍 未就学児と保護者 申 当日直接

以下広告スペースです。「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。

- コーヒーの美味しい淹れ方教室**
 ☎6月28日(火)10時～12時 18歳以上 先着8人 ¥500円 申6月11日10時～ ☎
- 生ごみリサイクル土壌混合法**
 ☎7月13日(水)10時～11時30分 18歳以上 先着15人 申6月15日10時～ ☎

東希小コミュニティハウス
 〒241-0826 東希望が丘155
 ☎363-2889 ☎489-3102
 休館 火曜・金曜

- スマホ初級講座**
 ☎7月13日(水)10時～11時30分 18歳以上 先着15人 ¥300円 申6月20日～7月7日に直接(☎は6月22日～)

くぬぎ台小学校コミュニティハウス
 〒240-0045 保土ヶ谷区川島町1374-1
 ☎☎371-7611
 休館 火曜・金曜

- 季節の草花の寄せ植え**
 夏の観葉植物などを組み合わせて寄せ植えを作ります。
 ☎7月3日(日)10時30分～12時 先着25人 ¥1,700円 申6月15日～ ☎、☎(☎必要事項)を記入)

市沢地区センター
 〒241-0014 市沢町9
 ☎371-6662 ☎371-6663
 休館 第4月曜(祝日は翌日)

- いちざわおはなしの森(おはなし会)**
 ☎6月18日(土)10時30分～11時 18歳以上 未就学児と保護者 先着8組 申当日直接
- 大人の散歩**
 ～富士重忠の所縁の地～
 ☎6月22日(水)9時～12時 18歳以上 先着16人 ¥500円 申6月11日10時～直接(☎翌日～)
- 料理教室～夏野菜と豆のヘルシーカレーランチ～**
 ☎7月11日(月)10時～13時 18歳以上 先着8人 ¥1,200円 申6月13日10時～直接(☎翌日～)

今宿地区センター
 〒241-0813 今宿町2647-2
 ☎392-1500 ☎392-1501
 休館 第2月曜(祝日は翌日)

- フリーアドバイス バドミントン**
 ☎6月19日(日)①9時15分～10時15分 ②10時15分～11時45分(①②15分前受付) 18歳以上 ①初心者・初級②中・上級(①②小学生以上) 先着20人 ¥100円(1回分) 持上履き・ラケット 申当日直接

- 家庭韓国料理**
 ～ビビン麺とタコキムチ～
 ☎6月23日(木)10時～13時 18歳以上 先着12人 ¥1,200円 申6月11日9時15分～直接(☎翌日～)



- フリーアドバイス 卓球**
 ☎6月25日(土)12時20分～14時40分(10分前受付) 18歳以上 小学生以上 先着16人 ¥100円 持上履き・ラケット 申当日直接

- はじめてのプログラミング①(全2回)**
 ☎7月3日・10日(各回日曜)10時～11時30分 18歳以上 小学4～6年生 先着10人 ¥1,000円(2回分) 申6月18日9時15分～直接(☎翌日～)

- スマホの写真を整理する講座(全4回)**
 ☎7月の毎週木曜13時～14時30分 18歳以上 先着16人 ¥2,000円(4回分) 申6月23日9時15分～直接(☎翌日～)

希望が丘地区センター
 〒241-0825 中希望が丘145-4
 ☎361-0424 ☎361-0437
 休館 第3月曜(祝日は翌日)

- ※申6月11日～直接(☎翌日～)
- やさしいバレエ・ウォーキング(全3回)**
 ☎6月23日、7月21日、8月25日(各回木曜)13時30分～14時30分 18歳以上 先着8人 ¥2,400円(3回分) ※
- 住まいのクリニック(網戸の張り替え)**
 ☎6月25日(土)14時～16時 20歳以上 先着8人 ¥600円 ※
- 生ごみリサイクル(土壌混合法)**
 ☎6月29日(水)9時30分～11時 18歳以上 先着20人 ※
- バックギャモン入門①②③④**
 ①～④は同内容。
 ☎①7月6日(水)・②16日(土)・③20日(水)・④30日(土)9時30分～11時 18歳以上 ①～④先着8人 ¥600円(1回分) ※
- バレエ・ピラティスを始めてみませんか(全3回)**
 ☎7月7日、8月18日、9月8日(各回木曜)13時30分～14時30分 18歳以上 先着12人 ¥1,800円(3回分) ※

白根地区センター
 〒241-0005 白根4-6-1
 ☎953-4428 ☎953-4461
 休館 第2月曜(祝日は翌日)

- 人形劇**
 演目「三びきのやぎのらがらどん」。
 ☎6月18日(土)①10時～10時30分 ②10時45分～11時15分 18歳以上 未就学児と保護者 先着4組 申人形劇団げんき村 申当日直接

- おはなし会**
 大型絵本「かばくん」。
 ☎6月25日(土)①10時～10時30分 ②10時45分～11時15分 18歳以上 未就学児と保護者 先着4組 申 〇△□ 申当日直接

- からだにやさしいお菓子づくり**
 にんじんケーキ&グラノーラクッキー。

- ☎7月1日(金)10時～13時 18歳以上 先着9人 ¥1,200円 申6月11日～24日に直接(☎10時～)



- Let's! DIY～ベンチづくり～**
 ☎7月2日(土)10時～13時 18歳以上 先着8人 ¥2,000円 申6月11日～25日に直接(☎10時～)



- 生ごみリサイクル土壌混合法**
 ☎7月7日(木)10時～11時30分 18歳以上 先着20人 申6月14日～7月3日に直接(☎10時～)

都岡地区センター
 〒241-0031 今宿西町292-2
 ☎953-7211 ☎953-7209
 休館 第3月曜(祝日は翌日)

- ※申6月11日～25日に直接
- 読み聞かせを楽しむ会**
 ☎6月21日(火)11時～11時20分 18歳以上 0歳～2歳児と保護者 先着7組 持バスタオル・ミルクなど 申当日直接
- ギター教室②(全6回)**
 ☎7月～9月の第2・4土曜10時～11時30分 18歳以上 中学生以上 先着10人 ¥3,000円(6回分) ※

- 台湾料理～台湾焼き米粉～**
 ☎7月8日(金)10時～12時30分 18歳以上 先着14人 ¥1,500円 ※



- ロコモトレニング(全6回)**
 健康寿命を延ばしましょう。
 ☎7月～9月の第2・4月曜10時～11時10分 18歳以上 先着20人 ¥3,000円(6回分) ※

- ポッチャを楽しもう(全3回)**
 ☎7月24日、8月7日・21日(ポッチャ大会)(各回日曜)9時30分～11時30分 18歳以上 先着40人 ※

若葉台地区センター
 〒241-0801 若葉台3-4-2
 ☎921-2213 ☎921-2225
 休館 第4月曜(祝日は翌日)

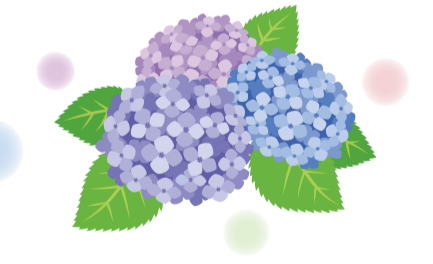
- 0歳からの絵本でふれあい講座**
 ☎7月7日(木)10時30分～11時 18歳以上 0歳児と保護者 先着10組 申6月16日10時～ ☎、直接(来館での申込優先)

- 大人のおはなし会**
 ～心に響く絵本をあなたに～
 ☎7月12日(火)10時10分～11時 18歳以上 先着20人 申6月25日10時～ ☎、直接(来館での申込優先)

- おやこであそぼ**
 ☎7月23日(土)10時30分～11時30分 18歳以上 歩き始め～未就学児と保護者 先着4組 ¥500円 申7月2日10時～直接

- 囲碁大会**
 ☎7月24日(日)11時30分～16時 18歳以上 小学生以上 先着48人 ¥800円 申7月3日10時～17日17時に直接

- 将棋大会**
 ☎7月31日(日)11時30分～16時 18歳以上 小学生以上 先着32人 ¥800円 申7月3日10時～17日17時に直接



以下広告スペースです。「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。

健診などのご案内

◆原則として6月11日～7月10日の健診などを掲載しています ◆有料表示のないものは原則無料です ◆市外居住者は受診できません ◆予約制の予約開始時間は8時45分です ◆詳しくは電話でお問い合わせください ◆掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際にはお問い合わせください

| 種類 | 日時 | 会場 | 内容・費用など |
|-------------------------------|----------|-------------------|--|
| ●健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713 ● | | | |
| 乳幼児食生活健康相談 予約制 | 7月6日(水) | 9時～11時 | 子どもの食生活に関する相談(30分程度) ☎6月13日～ |
| 離乳食教室 予約制 | | 午後 (時間は予約時に説明) | 栄養士の話と実演 17～8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組 ☎6月13日～ |
| ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 予約制 | 7月22日(金) | 午前 (時間は予約時に説明) | むし歯予防の話・歯磨きの方法など 12021年5月～9月生まれのお子さん と保護者/先着16組 ☎6月13日～ |
| 生活習慣病予防相談 予約制 | 6月20日(月) | 13時～15時 | 食生活健康相談…栄養士による高血圧、糖尿病などの予防のための食生活相談 生活習慣病・メタボリックシンドローム相談…保健師による個別相談(30分) 禁煙相談…保健師による個別相談(30分) ☎随時 |
| | 7月8日(金) | 9時～11時 | |
| 肺がん検診 予約制 ※1※2※3 | 8月25日(木) | 午前 (時間は予約時に説明) | 140歳以上 ¥680円(X線) ☎7月1日～15日 |

※1 市内の実施医療機関でも、横浜市がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査))を行っています。 ※2 他で受診機会のない人が対象です。
 ※3 料金が無料になる人(持参するもの)…①2023年4月1日時点で70歳以上の人(保険証)②後期高齢者医療制度被保険者(後期高齢者医療被保険者証)③生活保護受給者(休日・夜間等診療
 依頼証)④受診日の属する年度の、前年度の市県民税が非課税世帯(同一世帯の全員が非課税)または均等割のみの世帯の人は事前に健康づくり係で手続きが必要です(運転免許証など写真付き
 の本人確認書類)。その他の無料になる人の条件は、広報よこはまあさひ区版 3月号 保存版(福祉保健センターからのお知らせ)に掲載。

●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683 ●

| | | | | | |
|-------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------|-----------|--|
| 乳幼児 健診 | 4か月児 | 6月17日、7月1日 (各回金曜) | 時間は個別通知を ご覧ください。 | 区役所 3階 | 詳細は個別通知をご覧ください。 |
| | 1歳 6か月児 | 6月14日・21日、 7月5日(各回火曜) | | | |
| | 3歳児 | 6月23日、7月7日 (各回木曜) | | | |
| 乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 予約制 | 6月24日(金)、 7月28日(木) | 13時30分～ 14時45分 | | | <乳幼児>0歳児～未就学児の歯科健診、歯科相談、歯磨きのアドバイスなど <妊産婦(妊娠中・産後1年未満の人)>歯科相談 ☎随時 |

●子育て支援担当 ☎954-6150 ☎951-4683 ●

| | | | | |
|------------------|------------------------|---------|------------------|--|
| 母親教室(全3回) 予約制 | 7月5日・12日・ 19日(各回火曜) | 14時～16時 | 区役所 3階か 4階 | 妊娠・出産・育児の学習を行います。※原則として初産婦を対象 ☎随時 横浜市旭区 母親教室 検索 |
|------------------|------------------------|---------|------------------|--|

子どもについての相談は「こども家庭相談」へ ☎954-6160 ☎951-4683 保健師、助産師、社会福祉職など

よこはま動物園

ズーラシア だより

Vol.174

〒241-0001 上白根町1175-1
☎959-1000(総合案内所)
[ズーラシア](#) [検索](#)

休園日
毎週火曜
(祝日の場合は開園し、翌日休園)

今月の
ズーラシアグッズ
アニマルリウム
テングザル



ズーラシア どうぶつ
ZOO
ZOO
ZOO
む・ア・ップ

チベットモンキー

チベットモンキーはチベット
東部と中国中東部の山岳亜熱帯
林に生息するマカク属のサルで
す。中国に生息するマカク属の中で最も大きな種類
です。大人のオスとメス、子どもを含めた複数頭の群
れを作り暮らしています。チベットモンキー特有の
行動として、オス同士のけんかの仲直りに、大人2頭
で子どもを抱き上げる「ブリッジング行動」が知られ
ています。
現在、ズーラシアではワカメ(メス・28歳)1頭が暮
らしています。決して若くはない年齢ですが、食欲旺
盛でとても元気です。手のづくりが私たちと似てい
るため、手先を器用に使用して餌を食べたりします。ワ
カメの行動を観察するととても面白いので、ぜひ会
いに来てください。



▲チベットモンキーの
ワカメ




▲指を器用に使用して
ハッサクを食べるワカメ

6月のおすすめ

ズーラシア七夕まつり
吹き流しなどの七夕飾りで装飾します。
6月29日(水)～7月7日(木)
☎正門、ころこロッジ ☎当日直接

▲写真は過去の様子です



旭区地域子育て支援拠点

開館時間:10時～16時
休館日:原則毎週日曜・月曜・祝日
※☎などでご確認ください。

◆ひなたぼっこ
二俣川11-67-4
☎442-3886 ☎442-3896

◆サテライト
鶴ヶ峰1-7-10ライオンズプラザ鶴ヶ峰3階
☎752-8881 ☎752-8990

「ひなたぼっこ」は親子で自由に遊べる広場です。子育ての
相談をしたり、子育てに関する様々な情報を入手する場所と
しても利用できます。また、子育て支援に関わ
る団体のチラシなどを収集し提供しています。
専門相談員による相談は、事前予約制です。
詳しくは☎またはチラシでご確認ください。 ▲☎はこちら

| イベント | 日時 | 申込み | |
|----------|------------------------|--------------------------------------|---------------------------|
| 助産師 | 6月21日(火) 13時～14時30分 | 6月18日～ ☎、直接 | |
| 専門 相談 | 心理士 | ①6月22日(水)、 ②7月8日(金) 10時～11時30分 | ①6月18日～ ②7月2日～ ☎、直接 |
| | 管理栄養士 | 7月5日(火) 10時～11時30分 | 7月2日～ ☎、直接 |

横浜子育てサポートシステム

「お子さんを預けたい人(利用会員)」と「お子さんを預かる
人(提供会員)」が会員登録し、地域ぐるみで子育てを支え合
う活動です。条件の合う近隣の会員との出会いをサポートし
ます。事前に電話でお申込みください。
☎442-3038

横浜子育てパートナー

子育て期の悩み事の相談や、子育てに関する情報を提供し
ます。電話でも受け付けています。
☎489-6170 火～土曜(10時～16時)