



めぐって楽しむ、

秋のよこはま

行楽の秋、横浜の観光スポットでは、多くのお客様をお迎えしています。9月にリニューアルオープンした横浜マリンタワーでは、展望台からの360度の眺望や、夜には映像作品と夜景を重ね合わせた「メディアアートギャラリー」も鑑賞いただけます。三溪園では、イチョウやカエデが彩りを添え、11月下旬には紅葉のライトアップも始まります。また、横浜みなとみらいホールも改修を終え、豪華な出演者によるコンサートが続々と開催

されます。「全国旅行支援」や「Find Your YOKOHAMAキャンペーン」もご活用いただき、ぜひ身近な横浜の魅力を再発見してください。

8月末から開始した「レシ活VALUE」は、スマートフォンアプリの参加者約30万人、レシート投稿件数約659万件、市内店舗で消費された額は約237億円*と、大変多くの皆様にご利用いただきました。今後も市民の皆様にとっかかり寄り添い、日々の生活をお支えしていきます。

そして、実りの秋。多くの野菜や果物が収穫の時期を迎えました。大都市でありながら身近な場所に農地がある横浜では、生産者や飲食店などの皆様と一緒に、地産地消の取組も進めています。この機会にぜひ、新鮮でおいしい地元の食材を味わい、横浜の農業の魅力を感じていただきたいと思います。

引き続き、基本的な感染症対策を行っていただきながら、健康で充実した秋をお過ごしください。

※10月11日現在



横浜市長 山中竹春

各種手続・窓口案内
市営交通の案内など

横浜市コールセンター(毎日8時~21時)

☎664-2525 ☎664-2828

横浜市コールセンター 検索

区役所の
開庁時間

- 平日8時45分~17時(祝日・休日・12月29日から1月3日を除く)
※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。
- 毎月第2・4土曜日 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)

横浜市データ
2022年
10月1日現在

人口	3,771,961人
世帯数	1,781,879世帯
横浜市 推計人口・世帯 検索	

秋の横浜に でかけよう!

市内には、紅葉を満喫できるスポットや、リニューアルした施設など、色づく季節を感じながら楽しめるスポットが盛りだくさん!

※入場料など、詳しくは各ウェブページを確認してください。

みなとぶらりチケットが 便利でお得

ベイエリアの観光スポット周遊バス「あかいくつ」、連節バス「ベイサイドブルー」や「ぶらり三溪園BUS」など市営交通が乗り放題。また、提携店でチケットを提示すると、さまざまなサービスを受けられます。



Find Your YOKOHAMA キャンペーンでクーポン配布中!

市内ホテルの宿泊や体験・入場チケット、日帰りツアーなどさまざまなコンテンツに利用できます。



横浜マリンタワー 中区山下町14-1

9月にリニューアルオープンした、横浜のシンボル。「Nature & Future」をコンセプトに、景色を見ながら映像作品が楽しめる、夜の展望フロアのメディアアートギャラリーや、2階のラウンジ、一新された飲食店など、新しい見どころがたくさんあります。

【展望営業時間(夏季は変更あり)】
 デイチケット▶10時～18時
 ナイトチケット▶18時～22時
 ※最終入場はいずれも終了30分前まで

リニューアルの
取材記事は
こちらから



GUNDAM FACTORY YOKOHAMA

中区山下町279-25 山下ふ頭内

2023年3月31日(金)まで開催中

【営業時間】月～金曜▶11時～19時(火曜を除く)
 土・日曜、祝・休日▶10時～20時



三溪園 中区本牧三之谷58-1

色とりどりの紅葉と古建築が織りなす風情ある景色を満喫できる三溪園では、秋ならではのイベントがめじろ押しです。

【主な催し】●菊花展▶11月23日(水・祝)まで
 ●紅葉の遊歩道開放▶11月23日(水・祝)～12月11日(日)
 ●紅葉のライトアップ▶上記期間中の金・土・日曜、祝・休日

【開園時間】9時～17時(入園16時30分まで)

※ライトアップ期間中は、19時30分まで開園(入園19時まで)



新型コロナウイルス感染症関連情報

新型コロナワクチン接種情報

集団接種会場を新たに3か所開設

既存の7会場に加え、交通アクセス等の利便性を考慮し、市内中心部に新たに3会場を開設します。



開設日	会場名	住所	主なアクセス
11/1(火)	TKPみなとみらい駅前会場(MMパークビル5階)	西区みなとみらい3-6-3	みなとみらい線 みなとみらい駅徒歩1分
11/9(水)	桜木町・馬車道会場(横浜ワールドポーターズ6階)	中区新港2-2-1	みなとみらい線 馬車道駅徒歩5分
11/16(水)	ローズホール横浜駅会場(タカシマヤローズホール1階)	西区北幸2-11-1	JR線等 横浜駅西口徒歩6分

オミクロン株対応ワクチン「団体接種」の予約受付中

市内企業の従業員、大学の職員や学生の方など、5人以上が集まれば、代表者がまとめて予約をし、集団接種会場で接種できます。職域接種を実施していない企業や、大学のサークル、ゼミ等の単位でも申込みが可能です。ぜひご利用を検討ください。



「新型コロナに感染したかも」と思ったら

- 65歳以上の方や妊婦など重症化リスクがある方は、発熱外来を受診しましょう。
- 重症化リスクがない方は、セルフチェック(薬事承認された抗原検査キットでの検査)の結果を陽性者登録窓口に登録すると、体調悪化時の連絡先等をお知らせします。

日ごろから準備しておくよいもの

体温計、薬(常用している薬や、市販の解熱鎮痛薬など)、薬事承認された抗原検査キット、日持ちする食料など

インフルエンザも
同時に流行する
可能性があります

予防のポイント

- こまめな手洗い
- 必要な場面でのマスク着用
- 早めのインフルエンザ予防接種

※インフルエンザに関する問合せ ☎671-2463 ☎664-7296

横浜市の新型コロナウイルス感染症に関する問合せ ☎0120-547-059 ☎846-0500 24時間受付

新型コロナワクチン接種に関する問合せ ☎0120-045-070 ☎050-3588-7191 毎日9時～19時

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金のお知らせ

対象世帯には、1世帯当たり5万円を支給します。



対象世帯	申請方法	申請手続	該当する主な世帯
令和4年度 住民税非課税 世帯	支給のお知らせ(11月14日から発送)	不要	臨時特別給付金を世帯主の口座で受給している
	確認書(11月15日から発送)		
家計急変世帯	申請書(11月15日から区役所等で配布)	令和5年1月31日 必着	臨時特別給付金を世帯主の口座以外で受給している等 令和4年1月2日以降に市外から転入した人がいる等 令和4年1月から12月に予期せず家計が急変した
	申請書 家計急変用 (11月15日から区役所等で配布)		

【問合せ】専用ダイヤル ☎0120-045-320(月～金曜(祝・休日除く)9時～19時) ☎0120-303-464

人権特集

お互いに尊重しあい、ともに生きる社会をめざして

12月4日～10日は人権週間です。2か月にわたり人権特集を掲載します。人権について考えてみませんか。

犯罪被害にあうということ

毎日さまざまな事件や事故が報道されていますが、被害にあった方やその家族がその後の生活でさまざまな負担を抱えていることについては、あまり知られていません。

からだや財産の被害だけでなく、精神的にも大きなショックを受けます。また、捜査協力や裁判などによる時間的負担、周囲からの興味本位の質問、心ない誹謗中傷を受けることもあります。

一方で、周囲の方々の温かい見守りや、支援の手は大きな力となります。

自分に何ができるのか、一緒に考えてみませんか。

犯罪被害者等支援 市民講演会

【日時】11月16日(水) 13時30分～16時30分
(後日オンライン配信あり)

【場所】磯子公会堂

【申込】ウェブページ、電話、ファクス

【問合せ】犯罪被害者相談室 ☎671-3117 ☎681-5453



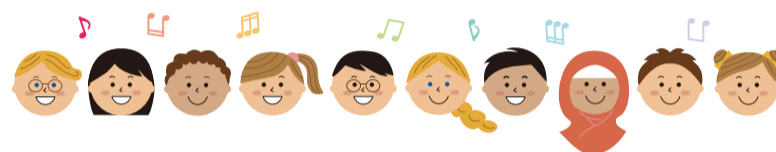
【問合せ】市民局人権課 ☎671-2718 ☎681-5453

国際都市として、外国人と共に暮らす社会を目指して

横浜市の外国人人口は10万人を超え、出身の国や地域の数は160余りに及んでいます。もし、自分が外国で暮らすことになった場合、どんな気持ちで生活しているか、どのように接してもらえると嬉しいかを想像してみましょう。

国同士の関係や国際情勢がどのような状況にあっても、あなたの近くにいる外国人は、あなたと同じように生活している「横浜市民」です。

顔立ちなどの外見が違ってくるからというだけで、「言葉が通じないかもしれない」「なんとなく声をかけづらい」と見えない壁を作らずに、まずは「やさしい日本語」で声をかけてみましょう。



【問合せ】国際局政策総務課 ☎671-3826 ☎664-7145

みんなでつくろう！体罰のない社会

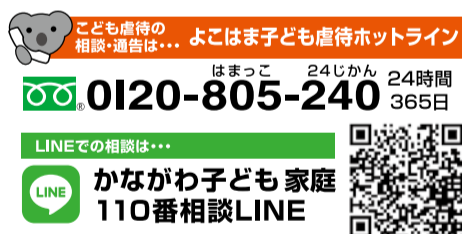
なぜ体罰はいけないの

体罰が子どもの心身の成長・発達にさまざまな悪影響を与えることは、科学的にも明らかになっています。丁寧な言葉かけや手本を示すなど、子ども本人が理解できる方法で伝えることが大切です。

一人で抱えないで、地域全体で子育てする風土を

子育ての課題は、個人の問題ではなく、地域社会全体のこととして捉え、孤立感や負担感を抱えている保護者を支えながら、地域で子どもを育てていくという意識が重要です。

すべての子どもたちの最善の利益を考え、社会全体で体罰等によらない子育てを広げていきましょう。



【問合せ】子ども青少年局子どもの権利擁護課 ☎671-4288 ☎550-3948

インターネット

その気軽な発信が人を、自分を傷つける



気軽に自分の意見や気持ちを発信でき、さまざまな情報を入手できるインターネットはとても便利です。しかし、その便利さの裏には、人が、自分が、傷ついてしまう可能性があることを忘れないでください。

あなたが今、誰かに向けて発信しようとしているその言葉は、相手に直接会って、自分の名前を名乗ったうえでも伝えることができる言葉でしょうか。

また、あなたが投稿した情報を、悪意を持って利用する人はいないと言い切れますか。

インターネット上で発信した言葉や情報は、インターネットを通して、現実の世界で生きる人に届き、永久に残り、不特定多数の人の目にさらされます。その言葉が人を傷つけないか、情報が悪用されて自分が傷つく可能性はないか、考えてみるのが大切です。

【問合せ】市民局人権課 ☎671-2718 ☎681-5453

人権のことで困ったときは一人で悩まず、まずは相談を 相談は無料ですが、通話料がかかる場合があります。

相談先	連絡先	受付時間
人権相談(市民局市民相談室)	☎671-2306	水曜13時～16時(祝・休日、年末年始除く) 面談での相談のみ(要電話予約)
みんなの人権110番(横浜地方法務局)	☎0570-003-110 ☎641-7926	月～金曜8時30分～17時15分 (祝・休日、年末年始除く)
子どもの人権110番(横浜地方法務局)	☎0120-007-110 ☎226-5582	
女性の人権ホットライン(横浜地方法務局)	☎0570-070-810 ☎226-5581	
外国語人権相談ダイヤル "Foreign-language Human Rights Hotline" (法務省-Ministry of Justice-)	☎0570-090-911	月～金曜(Weekdays) 9時～17時 (祝・休日、年末年始除く)
いじめ110番(市教育委員会)	☎0120-671-388	24時間受付

【問合せ】市民局人権課 ☎671-2718 ☎681-5453

部落差別(同和問題)

自分のこととして考えてみませんか

部落差別(同和問題)は、日本の歴史的過程で形作られた身分差別により、一部の人が長い間、経済的・社会的・文化的に低い状態に置かれることを強いられ、出身地や居住地が特定の地域(「同和地区」又は「被差別部落」)であることなどを理由に、日常生活・結婚等の場において付き合いを避けられたりする、現在も続く人権問題です。

家庭や職場などで聞いた不確かな情報やうわさを信じて、付き合いを避けていませんか。もし、自分自身が出身地や居住地を理由に付き合いを避けられるとしたら、どう感じますか。

部落差別(同和問題)の解決には、一人ひとりが正しく理解して偏見や思い込みを見直し、お互いを尊重することが大切です。一度自分のこととして考えてみませんか。

【問合せ】市民局人権課 ☎671-2718 ☎681-5453

ホームレスを取り巻く状況

見えにくくなる実態とホームレス支援の取組み

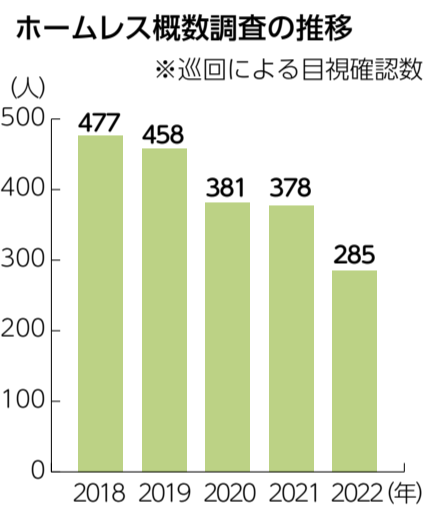
毎年1月のホームレス概数調査では、過去5年間、減少しています。

しかし、ネットカフェと路上を行き来する人など、住居を持たない状況が見えにくくなっている実態もあります。

失業や病気が原因のほか、住居を持たないことを選択している場合もあり、住居のない事情はさまざまです。

住居のない人への偏見や差別がないように、理解していくことが大事です。横浜市では事情を伺い、路上生活の脱却に向けた支援をしています。ボランティア団体やNPOも、巡回や相談、炊き出し、ワクチン接種勧奨などの支援を行っています。

【問合せ】健康福祉局生活支援課 ☎671-2425 ☎664-0403



高齢者も介護者や家族も

みんなが自分らしく生きられる社会へ

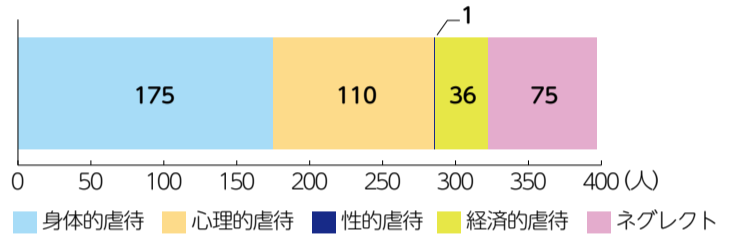
高齢者虐待は、高齢者への暴力的な行為以外にも、必要な医療や介護のサービスを理由なく制限したり、意図的に外に出られないように鍵をつけたり、本人の意思や利益に反して本人の金銭を使用したりすることも含まれます。

しかし、虐待行為をしてしまった人は、たとえば認知症の人への適切な関わり方がわからなかったり、全ての介護を自分が担わなければならないと思っていたり、悩みを抱えていても周りに相談できなかつたりするなど、介護に負担を感じている場合が少なくありません。

介護者や家族が自分らしく元気でいられることは、高齢者だけでなく、介護者の心身の健康にもつながります。対応方法や介護で困った場合、身近に心配な高齢者がいる場合は、居住区の区役所高齢・障害支援課または地域ケアプラザへ気軽に相談してください。



令和3年度に高齢者虐待と判断した件数の内訳(重複あり)



【問合せ】健康福祉局 高齢在宅支援課 ☎671-2405 ☎550-3612

13人に1人はしたことがある職業差別

令和2年度に横浜市が実施した「人権に関する市民意識調査」の結果によると、「職業」で他人を差別した経験があると回答した人の割合は7.8%(約13人に1人)となっています。

コロナ禍では、エッセンシャルワーカーやその家族などに対して、さまざまな心ない言動や、根拠のない情報に基づく偏見や差別が起きました。その多くは日常の中で気づかないうちに発生しています。

それぞれの職業に従事する人が等しく尊重され、自分らしく幸せに生活できることが当たり前の社会にするために、もう一度、自分の価値観を点検してみませんか。

【問合せ】市民局人権課 ☎671-2718 ☎681-5453

いじめのない社会の実現に向けて

いじめは、どの学校、どの学級、どの子どもにも起こり得る、最も身近で深刻な人権侵害です。子ども一人ひとりがいじめの問題を自分のこととして捉え、意識し続けられるようにする必要があります。

また、日常的に、いじめそのものが発生しにくい環境や風土の醸成に努めていくことも大切です。横浜市では、毎年子ども主体のいじめ未然防止の取組として「横浜子ども会議」*を実施しています。今年度で開始から10年が経ちました。これまでの取組を振り返るとともに、引き続き、保護者や地域、関係機関などと協力しながら、いじめのない社会の実現に向けて、取組を進めます。

*「横浜子ども会議」とは、子ども主体のいじめ未然防止の取組として、全市立小学校・中学校・義務教育学校・高等学校・特別支援学校の児童・生徒が主体となって、年間を通じて行うものです。



【問合せ】教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課 ☎671-3724 ☎671-1215

なくそう! DV

DVは、配偶者や交際相手など親密な関係にある相手を、対等なパートナーと認めず、支配しようとする暴力行為です。身体への暴力だけではなく、精神的・経済的な暴力、性的な強要なども含まれます。

パートナーとの関係でつらいことがあるときは、ひとりで悩まずに市DV相談支援センターに相談してください。

配偶者等からの暴力の電話相談窓口

横浜市DV相談支援センター

045-671-4275 **045-865-2040**

月～金 9:30～16:30 (祝日・年末年始を除く) 月～金 9:30～20:00
 土日・祝日 9:30～16:00 (第4木曜・年末年始を除く)

まずは相談を

横浜市

【問合せ】政策局男女共同参画推進課 ☎671-2017 ☎663-3431

お知らせ

粗大ごみは早めに申込みを
インターネット受付 年中無休
受付センター月～土曜(祝日を含む)
☎0570-200-530または☎330-3953

市国民健康保険医療費のお知らせ
(医療費通知)①送付②事前発行
医療費控除の申告に利用可。領収書が必要な場合あり。①2022年1月～12月診療分を2月中旬に送付②希望者は途中診療月分まで事前発行可
☎②1月4日から居住区の区役所保険年金課
☎申込先か健康福祉局保険年金課(☎671-4067 ☎664-0403)

女性の人権ホットライン強化週間
人権擁護委員による特設電話相談
☎11月18日(金)～24日(木)の8時30分～19時(土・日曜・祝日は10時～17時)。
専用ダイヤル(☎0570-070-810)
☎横浜地方法務局(☎641-7926 ☎641-7482)

みなとみらい21まちづくりトラスト
助成事業
令和5年度に行うみなとみらい21地区の振興や活性化の活動に。詳細はWEBで
☎12月27日まで
☎横浜みなとみらい21(☎682-4401 ☎682-4400)

ポートサイドまちづくりトラスト
助成事業
令和5年度に行うポートサイド地区のアート・デザイン、コミュニティ活動、環境維持に。詳細はWEBで
☎1月6日まで
☎事務局(三井住友信託銀行内、☎03-5232-8910 ☎03-5232-8919)か都市整備局横浜駅・みなとみらい推進課(☎671-3857)

市営交通カレンダー 2023 販売中
売り切れ次第終了
☎地下鉄12駅ほか
¥1,100円
☎交通局協力会(☎253-9797 ☎253-9786)

技能職に関する若者意識調査に
協力を
15～39歳が持つ技能職へのイメージ
☎12月18日までにWEBで
☎経済局雇用労働課(☎671-4098 ☎664-9188)

都市計画審議会
オンライン配信もあり。詳細はWEBで
☎11月11日(金)13時～16時
☎市役所市会議事堂
☎建築局都市計画課(☎671-2657 ☎550-4913)

環境アセスメント図書の縦覧
(仮称)北仲通北地区B-1地区新築工事
環境影響評価準備書
意見書の提出は問合せ先へ
☎11月4日(金)～12月19日(月)(予定)
☎区役所企画調整係(中・南区)、区役所広報相談係(磯子・西区)、問合せ先で
☎環境創造局環境影響評価課(☎671-2495 ☎663-7831)

公共事業事前評価 市民意見募集
①学校施設の建替事業(桜岡小学校)
②学校施設の建替事業(本郷中学校)
資料の閲覧は期間中WEBで
☎11月1日～30日
☎教育委員会教育施設課(☎671-3531 ☎664-4743)



施設

みなとみらいホール
☎682-2000 ☎682-2023
Just Composed 福岡 泷太郎
☎3月11日(土)15時～17時
¥3,000円、11月22日10時から☎かWEBで

関内ホール
☎662-1221 ☎662-2050
関内寄席「一之輔・わさび・小痴楽 三人会」
☎2月17日(金)19時～21時
¥3,800円、11月26日からWEBで

にぎわい座
☎231-2515 ☎231-4545
立川生志落語会
☎2月13日(月)19時～21時
¥3,200円、12月1日10時から☎かWEBで

消費生活総合センター
☎845-5640 ☎845-7720
教室「トラブルを回避するための終活」
当日先着80人
☎11月30日(水)13時30分～15時30分
☎都筑区役所

男女共同参画センター横浜北
☎910-5700 ☎910-5755
女性のためのライフプラン講座
離婚にまつわる法律。先着30人
☎1月17日(火)10時～12時
¥1,200円
☎12月1日から☎かWEBで

横浜みなと博物館
☎221-0280 ☎221-0277
柳原良平アートミュージアム
展示「柳原良平と船の旅」
☎3月26日(日)まで
¥500円

市職員の給与状況

横浜市では、市民ニーズの多様化に合わせて、必要な体制を強化するとともに、現行体制の見直しを徹底することにより、効率的・効果的な行政運営を進めています。

職員給与

職員給与は、横浜市人事委員会が民間企業の給与の実態などを調査の上、必要に応じて勧告を行い、この結果を尊重し市会の審議を経て、条例により決定されます。

市長や議長などの特別職の給料・報酬は、市民や学識経験者、市内の公共的団体などの代表者を委員とする特別職職員議員報酬等審議会からの答申に基づき、市会の審議を経て、条例により決定されます。

表1 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢

区分	一般行政職員	技能職員
平均給料月額	313,781円	306,794円
平均給与月額	381,881円	365,952円
平均年齢	40歳8か月	47歳10か月

※給与は給料と扶養手当・地域手当・住居手当・管理職手当の合計です。

表2 特別職の給料・報酬(月額)

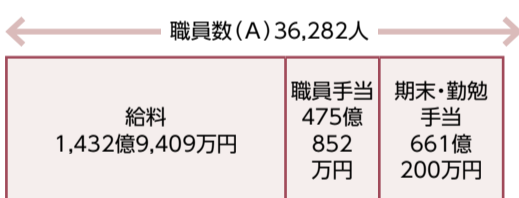
給料		報酬	
市長	1,599,000円	議長	1,179,000円
副市長	1,285,000円	副議長	1,061,000円
教育長	940,000円	議員	953,000円

表3 普通会計決算に占める職員人件費の比較

普通会計	年度			差
	令和2年度	令和3年度		
職員人件費決算額	3,361億円	3,367億円	6億円	
歳出総額に占める職員人件費比率	14.2%	15.3%	1.1ポイント	

※職員人件費決算額の差は、退職者数の増などの影響によるものです。また、職員人件費に非常勤職員は含まれません。

図1 職員給与費の状況(令和4年度普通会計予算)



注1) 再任用職員、非常勤職員及び特別職を除いた普通会計の数値です。

注2) 職員手当は、扶養手当、地域手当、管理職手当、通勤手当、超過勤務手当等から構成されています。

注3) 全会計の職員数(再任用職員、非常勤職員及び特別職を除く)に占める、普通会計の職員数(A)の人数割合は83.9%です。

※図1、表1・2・3は税込み額です。
※表1・2は「令和4年地方公務員給与実態調査」(令和4年4月1日現在)に基づく数値です。

効率的な組織づくり

職員定数

令和4年度は、市立小・中学校の教職員の増員、新型コロナウイルス対応に係る保健所等の体制強化、児童相談所の執行体制強化などにより、585人増員しました。一方、市立保育所の民間移管、東京2020オリンピック・パラリンピックの終了、特定複合観光施設に係る業務の収束、学校給食調理業務の民間委託拡大などにより、370人減員しました。そのため、市全体の職員定数は、令和3年度の45,527人から215人増えて45,742人になりました。

効率的な執行体制

人口1,000人当たりの職員数は10.17人*で、政令指定都市20市の中で3番目に少ない人数となっています。

*普通会計の職員数(令和3年度)と住民基本台帳の人口(令和3年1月1日現在)から算出された数値です。普通会計とは、国が統一した基準で比較できるようにした会計区分です。

【問合せ】職員給与について 総務局労務課 ☎671-2156 ☎664-7386 効率的な組織づくりについて 総務局人事課 ☎671-2071 ☎662-7712

チャレンジドweekフェス in Yokohama 2022 開催

横浜市役所 中区本町6-50-10

「障害のある人もない人もお互いを大切に、自分らしく暮らす」をメインテーマに、障害のある人の「くらす」「はたらく」「たのしむ」を体感できるイベントや展示を開催します。
詳しくはウェブページで確認してください。



12月3日(土)
11時～16時
【会場】アトリウム

「障害者週間のポスター」入賞者などへの表彰式や障害のある人によるコンサート、補助犬によるデモンストラクション、デフリンピック選手の講演会、ボッチャ体験などを予定しています。

12月1日(木)～9日(金) 9時～17時

障害児者とアーティストの合作による巨大壁画などを展示します。
【会場】1階展示スペースA・B、2階展示スペースC

【問合せ】健康福祉局障害施策推進課 ☎671-4133 ☎671-3566

「レシ活VALUE」の郵送申請の 受付期間を2023年1月7日(土) まで延長します **必着**



郵送申請のリーフレットは、各区役所、地区センター、
地域ケアプラザ等で配布しています。

※「レシ活VALUE」にアプリで参加した人は、郵送申請できません。
※対象となるレシートは2022年8月26日～12月31日発行のものです。

【問合せ】レシ活VALUE郵送コールセンター
☎050-5530-0867(月～金曜(祝・休日、年末年始除く)9時～17時) ☎664-9533
レシ活コールセンター
☎050-1807-1510(自動音声ダイヤル、24時間受付) ☎664-9533



11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」

お酒との付き合い方と健康について考えてみませんか？

アルコール依存症とは、お酒の飲み方をコントロールできない状態のことです。飲酒は心や身体に悪影響を及ぼすことがあります。一人で悩まず、下記問合せのほか、各区役所高齢・障害支援課(精神保健福祉相談)に気軽に相談してください。依存症セルフチェックや家族向けセミナーもあります。



依存症
セルフチェックは
こちらから

適度な飲酒は、1日あたり純アルコール量で20g程度です。
酒の量(ml)×度数(%) / 100×0.8(比重) = 純アルコール量(g)

家族向け
依存症セミナー

アルコール依存症の治療と回復
～家族が楽になるために～

【日時】11月25日(金)14時～15時30分

【会場】横浜市技能文化会館(中区万代町2-4-7)

【定員】先着50人

【申込方法】11月10日から電話またはウェブページ



【問合せ】健康福祉局こころの健康相談センター ☎671-4408(月～金曜(祝・休日除く)8時45分～17時) ☎662-3525

介護に関する入門的研修 **オンライン講座** 受講者募集 **無料**

これまで介護に関わりがなかった人が、介護に関する基本的な知識を身につけることができる研修です。
スマートフォンやタブレットで好きな時間に研修を受講できます。

【対象】横浜市民で介護に関心のある人

【定員】先着100人 【申込方法】ウェブページ

【受講期間】2023年3月22日(水)まで

※受講方法などは、申し込み後に送信される受講マニュアルで確認してください。



【問合せ】公益社団法人 かながわ福祉サービス振興会 ☎210-0788 ☎671-0295

よこはまシニア通信

生きがい就労支援スポット 60歳以上の市民のセカンドライフを応援します

生きがい就労支援スポットでは、専任のスタッフが、一人ひとりの希望や状況に応じた仕事・地域活動などを紹介します。60歳以上の市民であれば誰でも利用できますので、気軽に連絡してください。セミナーも開催していますので、詳しくは電話またはウェブページで確認してください。



【問合せ】港北区生きがい就労支援スポット

☎947-2475(月～金曜(祝・休日除く)9時30分～17時) ☎947-2476

金沢区生きがい就労支援スポット

☎370-8356(火～金曜(祝・休日除く)9時30分～17時) ☎370-8379

11月11日は介護の日 介護の日フォーラムをオンラインで開催

介護する人、介護される人、介護予防をしたい人。すべての人に役立つ情報が盛りだくさんです。



【公開期間】11月11日(金)～30日(水)

詳しくは電話またはウェブページで確認してください。



【問合せ】健康福祉局介護保険課

☎671-4252 ☎550-3614

高齢者保養研修施設「ふれーゆ」の休館について

鶴見工場の休炉に伴い、11月1日(火)から11月30日(水)まで休館します。

【住所】鶴見区末広町1-15-2 ☎521-1010 ☎642-8150

11月も
突発的な大雨に
注意しましょう

「横浜市水防災情報」のウェブページで 川の水位を確認できます

【問合せ】道路局河川企画課 ☎671-2858 ☎651-0715

迅速な避難活動に活用できるよう、
市内外約80か所の河川水位情報をリ
アルタイムで提供しています。



11月30日(いい看取り・看取られ)は「人生会議」の日

「人生会議」(アドバンス・ケア・プランニング 略称:ACP)とは、もしも治りにくい病気になったり、自分の考えや気持ちを伝えられなくなったりした時に備え、どのような医療やケアを望んでいるか、本人が中心となって、家族や信頼のおける人などとあらかじめ話し合うことです。

もしもの時に備えて、自分の考えを大切な人に伝えてみませんか。

お持ちですか? 「もしも手帳」

もしもの時のための簡単な3つの質問に答えることで、どのような医療やケアを望んでいるかを伝えられる手帳です。

お薬手帳が入るカバー付きで、区役所高齢・障害支援課や地域ケアプラザ、一部の市内薬局などで配布しています。



「人生会議」を身近に感じる短編ドラマ(約12分)公開中

「^{みの}稔りの世代(高齢期)」編
～みなとの見える街で～
主演 竹中直人さん



「働き盛り世代(壮年期)」編
～みどりの見える街で～
主演 高島礼子さん



こちらから
YouTubeで
視聴できます

【問合せ】医療局がん・疾病対策課 ☎671-2444 ☎664-3851

ひきこもりなどの 困難を抱える若者の自立支援

おおむね15歳から39歳の若者の悩みに合わせて、本人や家族からの相談を受け、継続的な支援を実施しています。

施設やセミナーの
詳細はこちらから
確認してください



若者に関する総合相談	横浜市青少年相談センター	☎752-8366	月～金曜 8時45分～17時(祝・休日除く)
地域における若者の総合相談・自立に向けた若者の居場所 ^{※1}	よこはま東部ユースプラザ	☎642-7001	担当区:神奈川・鶴見・中・西・南
	よこはま西部ユースプラザ	☎744-8344	担当区:旭・泉・瀬谷・保土ケ谷
	よこはま南部ユースプラザ	☎761-4313	担当区:磯子・金沢・港南・栄・戸塚
	よこはま北部ユースプラザ	☎948-5503	担当区:青葉・港北・都筑・緑
就労に向けた総合相談・講座・就労体験 ^{※2}	よこはま若者サポートステーション	☎290-7234	月～土曜 10時～18時 (第3月曜(祝・休日の場合は第2月曜)、祝・休日除く)
	湘南・横浜若者サポートステーション	☎0467-42-0203	月～金曜 10時～18時(祝・休日除く)

※各施設を利用する際は、事前に電話で相談してください。

※1 区役所で出張相談(月2回、予約制)、全区でひきこもり等の若者支援セミナー・相談会(年1回)も実施しています。

※2 「サポステ・プラス」として40歳から49歳までの人とその家族も支援します。

【問合せ】こども青少年局青少年育成課 ☎671-2324 ☎663-1926

横浜の農の魅力に触れてみませんか



横浜は、実は農業が盛んなところ。11月は多くの野菜が旬を迎え、地元の農畜産物をたくさん楽しめます。あなたの暮らしの中にも「地産地消」を取り入れてみませんか。



横浜農場 食と農のマルシェ

【日時】11月25日(金)11時～15時
【会場】市役所1階 アトリウム、北プラザ
【概要】横浜野菜、加工品等の販売、地産地消キッチンカーの出店。



横浜農場公式 Instagram フォロー&いいねキャンペーン

【期間】11月30日(水)まで
【概要】公式Instagramより応募し、抽選で横浜野菜や加工品の詰め合わせをプレゼント。



【問合せ】環境創造局農業振興課 ☎671-2639 ☎664-4425

用途地域等の見直しを進めています

【問合せ】建築局都市計画課 ☎671-2658 ☎550-4913

「都市計画市素案(案)」について、11月30日までYouTubeで説明動画を配信しています。案についての意見募集も行っていますので、ご意見をお寄せください。



<p>市政へのご意見・ご提案</p> <p>手紙 「市民からの提案」と明記し、居住区の区役所へ。市役所や区役所、公共施設に専用封筒もあります。</p> <p>インターネット 市民からの提案 検索</p>	<p>横浜市LINE公式アカウント</p> <p>市政に関するお知らせを受け取れるほか、粗大ごみの申込みや道路の損傷通報などのサービスを利用できます。</p> <p>LINE</p>	<p>広報よこはまをアプリやウェブで</p> <p>広報よこはま市版は無料アプリ「カタログポケット」で閲覧できます。音声読み上げや多言語に対応しています。</p>	<p>広報テレビ・ラジオ番組</p> <table border="1"> <tr> <td>テレビ</td> <td>ハマナビ</td> <td>tvk 18:00～18:30</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">ラジオ</td> <td>YOKOHAMA My Choice!</td> <td>FMヨコハマ 9:30～10:00</td> </tr> <tr> <td>ホット横浜</td> <td>ラジオ日本 16:30～16:35</td> </tr> <tr> <td>Public Service Announcement</td> <td>Inter FM897 6:12～6:15 / 12:55～12:58</td> </tr> </table>	テレビ	ハマナビ	tvk 18:00～18:30	ラジオ	YOKOHAMA My Choice!	FMヨコハマ 9:30～10:00	ホット横浜	ラジオ日本 16:30～16:35	Public Service Announcement	Inter FM897 6:12～6:15 / 12:55～12:58
テレビ	ハマナビ	tvk 18:00～18:30											
ラジオ	YOKOHAMA My Choice!	FMヨコハマ 9:30～10:00											
	ホット横浜	ラジオ日本 16:30～16:35											
	Public Service Announcement	Inter FM897 6:12～6:15 / 12:55～12:58											

【発行】政策局広報課 ☎671-2332 ☎661-2351

横浜市役所 行231-0005 中区本町 6-50-10 ☎671-2121 (代表)