

HODOGAYA

2月号
No.316

特集1

がんばれ!横浜FC 行こう!商店街
ほどがやクイズラリー……………6

特集2

あなたの「やりたい」を
実現しませんか?……………7

ホームページから
PDF版を見る
ことができます



未来への道しるべ
2027年の
区制100周年に向けて

魅力いっぱい 地元 保土ヶ谷!

~みんなで盛り上げよう~

将来の保土ヶ谷を支えていく中学生が主体となって、
区の未来を考える「こども未来プロジェクト」が始動しました。
区内の各中学校の有志たちがオンラインミーティングを重ね、
出し合ったさまざまなアイデアの実現を目指します。

ファシリテーター
高橋さん

子どもたちの応援団として
未来を担う世代を
サポートしています!

橘中学校
木村さん

保土ヶ谷中学校
高橋さん

上菅田中学校
大石さん

新井中学校
小金井さん

上菅田中学校
千葉さん

新井中学校
角屋さん

境木中学校
岡村さん

新井中学校
一川さん

☎ 区役所学校連携・こども担当 ☎ 334-6322 fax 333-6309



区内を
100人で一周する
駅伝大会

区内の
百名所を巡る
スタンプラリー

できたらいいな!
こんな
アイデア

「保土ヶ谷の日」を
つくて
休日にする

区内で花火を
打ち上げる

中学生の発想力で魅力ある保土ヶ谷に!

この温かい
保土ヶ谷区の100周年を、
より盛り上げて
いきたいと思ひます!

新井中学校 境野さん

他校の人と交流しつつ、
自分で構想を練るのが
新鮮で貴重な体験です

境木中学校 伊藤さん

保土ヶ谷のことをたくさん知る
ことができ、仲間とアイデアを
出し合うことが楽しいです



上菅田中学校 藤田さん

区制100周年に向けて、もっと
保土ヶ谷を盛り上げたいという
思いで参加しました!



橘中学校 福永さん

私たちの力で私たちの
保土ヶ谷を盛り上げられる。
とっても楽しいです!



保土ヶ谷中学校 横さん

みんなの
アイデアが実現!

区制100周年に 向けたポスターを 募集しました

区制100周年を知ってもらうことをテーマに各中学校でポ
スターを募集し、区内施設やごみ収集車などでPRする作品を
選びました。



作者:保土ヶ谷中学校 渡部さん

作者からのコメント
たくさんの思い出・
希望・感動をもらった
保土ヶ谷区をより良く
したい気持ちを込めて
区の木であるハナモモ
などで100を飾りました。

応募された作品は区内の相鉄線各駅や
区役所などで順次展示します。お楽しみに!



※写真はイメージ



リニューアルした
駅もあるにゃん!
展示でさらに
進化した駅も
見に来てにゃ〜

相模鉄道キャラクター
そうにゃん

このページは、こども未来プロジェクトに参加している中学生と作成しました。



GREEN x EXPO 2027

2027年国際園芸博覧会

保土ヶ谷区は2027年に
区制100周年を迎えます

特集1

がんばれ!横浜FC 行こう!商店街

ほどがやクイズラリー

区内には魅力ある商店街がいっぱい!
商店街のお店にあるクイズに答えて、横浜FCやお店のオリジナルグッズをゲットしよう!



リーグは2月下旬開幕!

開催期間 2月10日(土)~3月10日(日)

賞品例(抽選)

A

- 横浜FC 入浴剤「フリ丸の湯」
- 保土ヶ谷 宿場まつりグッズ など

B

- ポット苗 (星川商店会)
- 餃子無料券 (西谷商栄会) など

D



横浜FC ユニフォーム (25周年記念 または2023シーズン)

C

- 横浜FC ホームゲーム 観戦ペアチケット 引換券
- 焼菓子セット (和田町商店街) など



正解数

クイズは全部で9種類!
正解数が増えると、
当たる賞品の種類も増えます

- 1個: Aの中から1つ
- 2個: A Bの中から1つ
- 3~8個: A B Cの中から1つ
- 9個: A B C Dの中から1つ

※賞品は選べません。

抽選に外れても
ダブルチャンスが!
何が当たるかは
お楽しみ♪



ユーリ ララ 選手(左)・
ガブリエウ 選手(右)
©YOKOHAMA FC



©2009 Y.F.SPORTS C.

横浜FCオフィシャルクラブ
マスコット「フリ丸」

この機会に
いろんな商店街に
行ってみよう!

対象商店街

千丸台商店会、笹山商店会、西谷商栄会、上星川商店会、和田駅前商店街、アクティ天王町商店会、峰沢商店会、和田町商店街、星川商店会、洪福寺松原商店街、天王町商店街、保土ヶ谷駅西口さつき会、保土ヶ谷駅西口商店街

応募方法

回答用紙は一部店舗や区内鉄道駅PRボックス、ホームページなどから入手できます。

3月10日必着で、回答用紙を郵送・商店街の応募箱(一部店舗に設置)に投函・HP
〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明記
〒240-0006 星川1-4-10 横浜市シルバー人材センター 保土ヶ谷事務所「ほどがやクイズラリー運営事務局」行

- ※記入いただいた個人情報は、賞品発送の目的以外には使用しません。
- ※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

対象商店街の詳細や解答用紙のダウンロード▶



横浜FCの情報は
ホームページで
チェック!



井上 潮音 選手
©YOKOHAMA FC



▲横浜FCホームページ

特集2

高齢者がいきいきと暮らせる地域のために

あなたの「やりたい」を実現しませんか？

地域の皆さん・地域ケアプラザ・ボランティアが連携し、さまざまな支え合いの仕組みをつくっています。

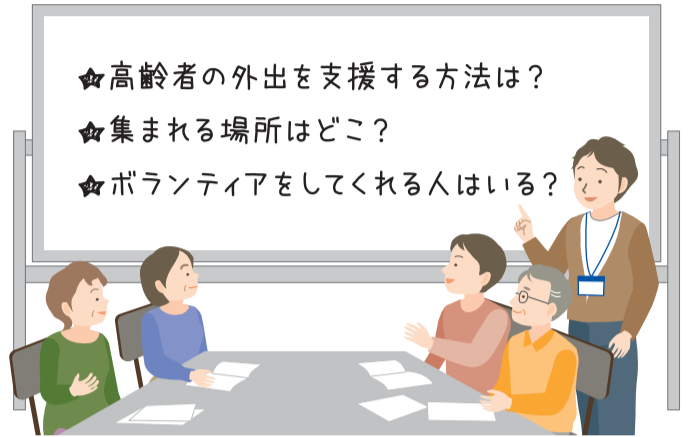
認知症の人とその家族、地域の人が集まれる場所をつくりたい

重い荷物を持って歩けない高齢者の買い物を支援したい

同じ思いを持った人で集まって一緒に話し合ってみましょう！



地域ケアプラザなどにある生活支援コーディネーターがサポートします
高齢者が暮らしやすくなるよう、地域で支え合う方法を一緒に考える専門職です。



区内で生まれた取り組み

買い物支援(仏向ふれあいワゴン)



個人で手伝っていた高齢者の買い物を地域の課題として話し合い、送迎用ワゴン車の運行を始めました。添乗員として同行し、利用者の見守りもしています

仏向地区社会福祉協議会 高崎さん

週2回、スーパーまで送迎してくれるので、ワゴン車の中でのしゃべりや買い物を楽しんでいます

利用者 掘川さん

交流の場づくり(まんまるオレンジカフェ)



「地域を問わず通える居場所づくり」が必要だと思い、始めました。参加者の笑顔に自分自身も元気ももらっています！

まんまるオレンジカフェ 代表 三浦さん



毎月、食事メニューやレクリエーションが変わり、楽しく参加しているようです。本人にとって自分らしく居られる場所になっていると感じます

利用者の家族 林さん

あなたの「やりたい」をお手伝いします

近くの地域ケアプラザへ

各地域ケアプラザ▶



生活支援コーディネーターの皆さん

地域活動の情報はこちら

「ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ」

地域活動 検索ナビ 検索





水田・畑で農体験 ほどがや☆元気村



◀ホームページ

問 区役所資源化推進担当

☎ 334-6304 fax 332-7409

■どろんこ教室 参加者募集

お米を苗から育て、田植えや稲刈りをしたり、収穫した野菜を食べたり、楽しく貴重な体験がたくさん! 仲間と一緒にやってみよう。

- 日時** 年13回(4月から月1・2回、土曜)9時30分~12時 ※変更有
- 場所** ほどがや☆元気村農場(川島町1098)
- 対象・定員** 区内在住・在学の新小学4~6年生 40人(抽選)
※未経験者優先
- 費用** 2,500円
- 申込み** 2月26日までに電子申請システム

電子申請システム▶



■ほどがや☆元気村 実行委員(ボランティア)募集

子どもたちが楽しく安全にお米や野菜作りができるようボランティアを募集しています。次の日程で説明会(全2回)を開催します。

回	日程	時間	内容	場所
1	3月9日(土)	9時30分~	活動紹介	保土ヶ谷区役所
2	3月16日(土)	12時	活動見学・ジャガイモの植え付け	ほどがや☆元気村農場

- 対象・定員** 高校生以上 15人(抽選)
- 申込み** 2月26日までに電話か電子申請システム

電子申請システム▶



ホシテン

フェア

プレイ

HOSHITEN FAIR 2024 PLAY!! HOSHITEN!!ご近所エキスポ!

問 区役所企画調整係

☎ 334-6227

fax 333-7945

星川・天王町駅周辺がリニューアルしたことをきっかけに、地域の魅力をPRするイベントを開催します。

- 日時** 3月2日(土)11時~15時
※荒天時は3月9日(土)に延期
- 会場** 川辺公園 親水広場周辺(川辺町4-4)
※駐車場なし
- 内容**
 - コーヒーかすを使用した作品作りなどのワークショップ
 - 近隣のお店やキッチンカーなどが集まったマルシェ
 - 子どもが楽しめるプレイエリア など
- 申込み** 直接会場へ

詳細▶



近隣商店街からの
出店もあります!



保土ヶ谷区のあゆみ

~区制100周年に向けて~

No.9

ヒトツメコゾウがやってきた

横浜市歴史博物館 学芸員 小林 光一郎

問 横浜市歴史博物館 ☎ 912-7777 fax 912-7781

保土ヶ谷にかつてヒトツメコゾウが訪れていたという伝承があります。

「横浜市保土ヶ谷区上菅田町では「十二月八日に一つ目小僧が荒に驚いて去る。十四日にセトヤキで一面が焼けたと知ると訪れるのを止める」という。」*

横浜市内ではかつてコトヨウカ、ヨウカゾウと言われる年中行事がありました。一年の暦とは別に、農事暦を基本とした年中行事で、2月8日や12月8日、あるいは両日に行われ、2月8日をコトハジメ(コトゾメ、事初め、農事初め)、12月8日をコトオサメ(事納め、農事納め)として、当日に籠や笊を軒先に出したり、特別な食事(団子や汁など)を食べたりしました。このコトヨウカは横浜だけでなく日本各地で行われ、この日は外出や仕事をしない日とされました。何もしないで過ごすこと理由としては、何か悪いモノが来る、悪いことが起こるとされることが多く、訪れる悪いモノとしては、関東ではヒトツメコゾウ(一つ目小僧)が来るとされることが多いのが特徴です。これは、そもそもは仕事道具である籠や笊を軒先に出すことで仕事をしていない、休んでいるという、いわゆる農休みを示していたという意味合いから、目(網目)の多い籠や笊を掲げることで目の少ないヒトツメコゾウが恐れをなして逃げるからと解釈されるように意味付けが変化していったためと考えられます。上菅田の事例では、コトヨウカだけでなく、「十四日に(の)セトヤキ」行事(セトヤキとはいわゆるトンド焼きで、横浜ではセトヤキのほか、ダンゴヤキと呼ぶこともあります)も話に加えられており、伝えられていく過程においてコトヨウカだけでなくセトヤキも合わせたお話になったことがわかります。

妖怪としてメジャーなヒトツメコゾウですが、民間における伝承ではカッパやキツネに比べると全国的にそれほど多くはいえません。そんなヒトツメコゾウが保土ヶ谷でも伝承されていたのです。



芋ほりざる
(上菅田の丘小学校ささやま丘の上ミュージアム蔵)

*入江英弥2002「行事由来伝説「一つ目小僧と道祖神」の形成-目籠・事八日・斎日-」『民具マンスリー 34巻10号』p10

次回(4月号)は、「生麦事件と保土ヶ谷宿」について紹介します。



令和5年度「20万区民の自助・共助による減災運動」推進大会 防災講演会を開催します！

内容について : 保土ヶ谷消防署予防係 ☎ 342-0119
申込みについて: 区役所庶務係 ☎ 334-6203 fax 334-6390

いつ起こるか分からない災害に備え、地域の取り組み事例や被災体験をもとに、改めて自助・共助について考えましょう。

日時 3月9日(土) 13時30分～15時30分(開場: 12時30分)

会場 保土ヶ谷公会堂(星川1-2-1)

内容 第1部: 家庭防災員による活動発表

第2部: 講演「～忘れない、あの瞬間を～東日本大震災の教訓と災害への備えについて」

申込み 2月29日までに電子申請システム



▲電子申請システム



講師: いわき語り部の会 大河内 喜男 氏



保土ヶ谷消防団 団員募集 ～私たちと一緒に楽しみながら活動しませんか～

保土ヶ谷消防署消防団係 ☎ 342-0119

消防団とは

市町村に設置される消防組織です。保土ヶ谷区では、4つの分団に分かれて活動しています。自分の家庭を自分で守る「自助」、町のみんなで助け合う「共助」、公的機関による支援「公助」、これら全てをつなぐのが消防団です。

消防団員になるには?

- 特別な資格は不要
- 満18～69歳で健康な人
- 区内在住・在勤・在学

待遇や補償は?

- 非常勤特別職の公務員
- 年額報酬のほか、災害・訓練への出勤時の報酬あり
- 退職報償金の支給や活動中に負傷した場合などの補償制度あり

地域を知っているあなたの力が大切です！
一緒に楽しく活動しましょう



活動内容

災害時 消火・救助活動、巡回警戒、避難誘導など

平常時 各種訓練(放水・救助技術・救命)、消防署との連携訓練、防災指導など



▲詳しい活動内容など



飼い主のいない猫のトラブルを減らそう

区役所環境衛生係 ☎ 334-6363 fax 333-6309

飼い主のいない猫は、対策をしないと増え続け、ふん尿・鳴き声など、さまざまなトラブルが生じます。地域で不妊去勢手術を行い、世話の方法についてルールを作るなどの対策を取り、猫に関するトラブルを減らしましょう。

区役所環境衛生係(本館3階30番)では、不妊去勢手術を行うための捕獲器貸出や地域での説明会の開催などを支援していますので、ご相談ください。

不妊去勢手術の費用を一部補助します

飼い主のいない猫が登録動物病院で不妊去勢手術を受けた場合、申請すると費用の一部(1頭につき最大5,000円)が補助されます。※令和6年度も実施予定

対象 市民、市内の自治会・町内会

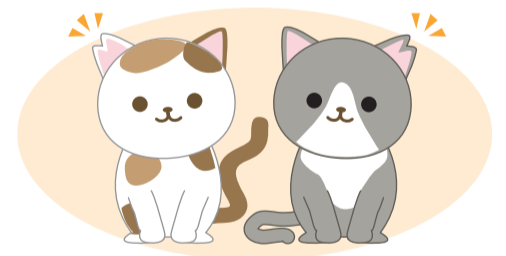
▶申請に必要なもの

申請書・手術実施証明書・領収書・耳カットをした猫のカラー写真など



▲申請について

耳先にカットがある猫は
不妊去勢手術を受けています！



健康・医療に関するひとことアドバイス

大人のむし歯「根面う蝕」

ちさと歯科医院 森田 千里

最近、「歯肉が下がった」「歯が長くなったように見える」「歯の間に食べ物が挟まりやすくなった」と感じていませんか? 加齢や歯周病により歯肉が下がってくると、歯の根の部分(根面)が露出します。この根面がむし歯になることを「根面う蝕」と言います。根面はもともと歯肉や骨(歯槽骨)の中にあり、歯を支えている部分です。むし歯になってしまうと、その上の歯のかむところがむし歯になっていなくても、歯の大部分を失ってしまうことがあります。

根面う蝕にならないためには、歯肉が下がる一番の原因である歯周病の予防が大切です。歯ブラシに加え、フロスや歯間ブラシの使用も効果的です。自覚症状に乏しい根面う蝕の発見には、歯周病予防のほか、定期健診が必要です。清掃方法や食生活の指導、フッ化物塗布など、プロの管理によって長期の安定が見込めます。

かかりつけの歯科医院での定期的なケアと、家庭でのフッ化物を含む歯磨き剤や洗口剤などの利用で、大切な歯を守りましょう。

区役所健康づくり係 ☎ 334-6344 fax 333-6309

アイコンの見方

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄内容
- 🎒持ち物
- 📝申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話番号
- 📠ファクス番号
- ✉️Eメールアドレス
- 🏠休館日
- 🆓無料
- 👶保育
- 📅要予約


区役所から

給与所得者の医療費還付申告受付

🕒2月16日(金)～3月15日(金)の平日9時～16時(12時～13時を除く)📍区役所4階会議室📅年末調整済みの給与所得者📅年末調整済みの源泉徴収票、医療費控除の明細書、通帳、マイナンバーカードなど個人番号がわかるもの📝直接会場へ📍市民税担当☎️334-6241～3☎️332-7489
※ふるさと納税などの寄付金控除の申告は区役所では受付できません。

スマートフォンやパソコンで、自宅から申告できるe-Taxをぜひ利用してください。

📄確定申告 🔍検索



花の寄せ植え教室 参加者募集

🕒3月6日(水)14時～16時(受付:13時45分～)📍区役所2階会議室👤20人(抽選)💰1,000円📝2月20日必着ではがき・FAX・Eメール 〒住所・氏名・電話番号を明記 〒240-0001 川辺町2-9 区役所資源化推進担当☎️334-6304 ☎️332-7409✉️ho-shigen@city.yokohama.jp

フレイル予防フェスティバル

🕒3月13日(水)12時30分～16時📍保土ヶ谷公会堂📄運動に関する講演(14時～16時)・姿勢測定など📝直接会場へ📍高齢者支援担当☎️334-6328 ☎️331-6550

「保土ヶ谷まち歩きマップ」配布中


まち歩きマップを区役所窓口(本館3階32番)で配布しています。

📍健康づくり係

☎️334-6345

☎️333-6309

📄詳細▶



ギャラリーガイド

📍地域活動係☎️334-6303

- 区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)
 - ・食品ロス取組展
 - 🕒2月20日(火)～3月1日(金)
 - ・第2回 ほどがや地産地消料理コンテスト展
 - 🕒3月5日(火)～15日(金)
- アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)
 - ・ほどがや生涯学習まなぶんフォーラム展
 - 🕒2月23日(祝・金)～3月7日(木)

ほどがや朝市

～旬な“ほどがや産野菜”を直売します～

🕒2月16日(金)9時30分～(売り切れ次第終了)📍区役所前広場📝直接会場へ(雨天中止。マイバッグを持参)📍地域力推進担当☎️334-6380☎️333-7945

横浜中部地区市民朝市

野菜・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)

🕒2月18日、3月3日の日曜 7時30分～8時30分(売り切れ次第終了)📍保土ヶ谷公園ミニ運動広場📝直接会場※公園駐車場(有料)は5時からオープン📍北部農政事務所☎️948-2480 ☎️948-2488

施設から

今井地区センター

〒240-0035 今井町412-8
☎️352-1183 ☎️352-1196 📅2/27(火)

親子リトミック教室

🕒3月5日(火)10時～11時👤幼児と保護者 先着20人💰300円

英語で親子おはなし会

🕒3月8日(金)10時～11時👤幼児と保護者 先着20人💰300円📄英語の絵本の読み聞かせ、紙芝居

共通📝2月15日から窓口か電話

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21
☎️333-0064 ☎️520-1650 📅2/19(月)

季節のパッチワーク～こいのぼり～

🕒3月6日・13日・27日の水曜(全3回)13時～15時30分👤成人 先着15人💰2,000円📄裁縫道具・鉛筆・定規📝2月15日9時30分から電話

春休み体験講座

「単極モーターを作ってみよう!」

🕒3月23日(土)10時～11時30分👤小学3年生以上 先着12人💰400円📄筆記用具📝3月2日9時30分から電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1
☎️352-3992 ☎️442-3559 📅2/19(月)

レコードCafe初音

🕒2月16日(金)14時～16時👤成人 先着32人💰200円(飲み物・お菓子付き)

将棋教室

🕒2月26日(月)15時30分～16時50分👤小学3年生以上 先着12人

共通📝直接会場へ

西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1
☎️371-3794 ☎️370-3161 📅2/19(月)

親子で遊ぼう!～思い出づくり～

🕒3月4日(月)10時～11時30分👤幼児と保護者 先着20組💰300円📝2月15日から電話かHP

横浜の発展を知ろう!

🕒3月11日(月)10時～11時👤成人 先着15人📝2月20日から電話かHP

料理技法「煮る」を学ぼう

🕒3月14日(木)10時～13時👤成人 先着16人💰1,500円📝2月22日から電話かHP

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2
☎️348-8277 ☎️348-8288 📅2/26(月)

桜まつり

🕒3月10日(日)10時30分～14時📄ブース出店、バザーなど📝直接会場へ

バームクーヘン「手形アート作り」

🕒3月14日(木)10時～11時30分👤未就園児と保護者 先着10組📄子どもの手形作り、手・歌あそび、体操など📝2月15日から窓口か電話

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1
☎️☎️371-7611 📅火・金曜

今からできる老後の備え

🕒3月24日(日)10時30分～👤先着20人📄相続・遺言などのセミナー、個別相談📝2月15日から窓口・電話・FAX 〒住所・氏名・電話番号を明記

権太坂コミュニティハウス

〒240-0026 権太坂3-1-1権太坂スクエアA-1
☎️713-6625 ☎️713-6695 📅2/19(月)

女性のためのシェイプアップ体操

🕒3月13日(水)10時～11時30分👤20～50代の女性 先着20人💰500円📄動きやすい服装・バスタオル・上履き📝2月15日から窓口か電話

間こえ勉強会

🕒3月13日(水)15時～16時👤先着25人📄補聴器の種類などの話📝2月16日から窓口か電話

紙芝居の日

🕒3月16日(土)11時～11時30分👤2歳以上 先着15人📝2月17日から窓口か電話

桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30
☎️331-5368 ☎️331-8990 📅2/19(月)

音の森林浴コンサート

お箏とキーボード・パーカッション

🕒3月10日(日)14時～15時30分👤先着40人💰200円

坂の街オリエンテーリング/

カーリットの森を守る市民活動

🕒3月17日(日)9時30分～12時👤先着10人📄里山を守る活動見学・クラフト体験

共通📝2月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

仏向地域ケアプラザ

〒240-0044 仏向町1262-3
☎️336-1565 ☎️342-1571 📅2/27(火)

ほっとなまちづくり 仏向フェスタ

🕒3月2日(土)10時～14時📄団体発表・ものづくり体験・ゲーム・模擬店※プレゼント付(先着)など📝直接会場へ

ほどがや国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階
☎️337-0012 ☎️337-0013 📅2/19(月)

外国人母親交流会～ぴっころ～

🕒2月13日・27日の火曜 10時30分～11時30分👤外国人と日本人

ハローギャザリング

🕒2月17日(土)15時～16時👤外国人と日本人📄テーマ:ひなまつり

共通📝直接会場へ

食の国際交流

🕒3月3日(日)10時～13時👤先着12人💰1,500円📄テーマ:ベトナム料理📄エプロン・三角巾・布巾など📝2月16日から窓口・電話・Eメール・HP

狩場緑風荘

〒240-0025 狩場町295-2
☎️742-2311 ☎️741-2216
✉️ryokufuso@clock.ocn.ne.jp
📅2/27(火)

前期趣味の教室 受講生募集

🕒4月1日(月)～9月30日(月) 午前:10時～12時、午後:13時～15時📄市内在住の60歳以上の 10～20人(抽選)
💰受講料無料(教材費・保険料など実費)
📄体育系、文科系あわせて23講座
※詳細は要問合せ📝2月29日必着で窓口(はがき持参)・往復はがき・Eメール 〒住所・氏名・年齢・性別・電話番号・希望教室名を明記

岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15
☎337-0011 ㊟337-2500 休2/19(月)

■岩間でシネマ⑦「太陽の季節」
🕒4月18日(木)14時～👤全席指定1,000円👤監督:古川卓巳、出演:南田洋子、長門裕之ほか、内容:石原慎太郎の芥川賞受賞作品の映画化📅2月21日からチケット発売

川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1
☎㊟373-8566 休2/19(月)

■まどにお絵かき👤
🕒3月2日(土)13時～13時30分👤中学生以下👤テーマ:花📍直接会場へ

■おはなし会👤
🕒3月5日(火)11時～11時20分👤幼児と保護者📍直接会場へ

保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1
☎333-1336 ㊟335-0421 休2/13(火)

■土曜日のおはなし会👤
🕒2月24日(土)10時30分～11時👤一人で話を聞ける子ども 先着15人👤ボランティア「ばばーの会」による絵本の読み聞かせなど📍当日9時30分から窓口か電話

■大人のためのおはなし会👤
🕒2月29日(木)10時30分～12時👤中学生以上 先着15人📍2月15日9時30分から窓口か電話

■親子おはなし会👤
🕒3月21日(木)10時30分～11時👤0～2歳児と保護者 先着10組👤わらべ歌、絵本の読み聞かせなど📍3月14日9時30分から窓口か電話

ほどがや市民活動センター アワーズ

〒240-0006 星川1-2-1
☎334-6306 ㊟339-5120
✉toiawase@hodogaya-ours.jp 休2/19(月)

■アワーズの活動団体を紹介!👤
👤作品展示・イベント情報の紹介など
※詳細はHP📍直接会場へ

■保土ヶ谷ガイドの会と一緒に!
ぶらり星川まち歩き👤
🕒3月9日(土)10時～11時30分👤星川駅周辺👤区内在住・在勤・在学 先着30人📍2月15日10時から窓口・電話・FAX・Eメール 氏名(ふりがな)・年代・電話番号を明記

■オンライン活動はじめ隊!👤
🕒3月17日(日)14時～15時30分👤スマホの基本操作を学びたい人 先着10人👤写真撮影や編集などの基本操作📍2月17日から窓口・電話・FAX・Eメール 氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメールアドレス・スマホの機種名を明記

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F
☎311-6085 ㊟311-6050 休2/19(月)

■スマホ講座 入門編👤
🕒3月14日(木)10時～12時👤成人 先着10人

■親子のおはなし会👤
🕒3月21日(木)11時～11時30分👤3歳未満の子どもと保護者 先着6組

共通📍2月15日から窓口か電話

横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604 休2/19(月)

■楽・楽家庭菜園～春夏野菜～
🕒3月3日(日)13時30分～15時30分👤成人 14人(抽選)👤¥1,000円📍2月18日

■クリスマスローズを使った花束
🕒3月20日(祝・水)14時～16時👤成人 14人(抽選)👤¥2,500円📍3月6日

共通📍各締切日必着で窓口・はがき・FAX・HP 〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・事業名を明記

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
☎811-8444 ㊟812-5778

■ヨガI
🕒4月9日～7月16日の火曜(4月30日、6月11日・25日を除く)(全12回)9時30分～10時30分👤16歳以上 30人(抽選)👤¥7,200円👤初心者向けヨガ

■おひさまクラブI
🕒4月17日～6月19日の水曜(5月1日、6月5日を除く)(全8回)14時～16時👤4歳以上の未就学児と保護者 20組(抽選)👤¥9,200円/組(追加 中学生以上:4,700円、4歳～小学生:3,500円、3歳以下:300円)👤野遊び・クラフト・おやつ作りなど

共通📍3月8日消印有効で往復はがきかHP 〒住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメールアドレス・事業名を明記

三ツ沢公園

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎548-5147 ㊟548-5148

■第6回 三ツ沢公園感謝デー
🕒3月3日(日)10時～15時👤スタンプラリー・はしご車体験・ポニー乗馬体験など※詳細はHP📍直接会場へ

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 ㊟865-4671 休2/22(木)

■エクセル初級👤
🕒3月9日(土)・10日(日)(全2回)10時～15時30分👤女性 先着15人👤¥11,000円👤表計算・グラフなどの基礎📍2月16日9時30分から電話(☎862-4496)かHP

■女の子のための理科実験教室👤👤
🕒3月23日(土)13時30分～15時30分👤中外ライフサイエンスパーク横浜(戸塚区戸塚町216)
👤女子中学生 先着24人
📍2月27日9時からHP

保育は2か月～未就学児、予約制(4日前まで)、有料📍子どもの部屋☎862-4750

中央図書館

〒220-0032 西区老松町1
☎262-0050 ㊟231-8299 休2/13(火)

■移動図書館 はまかせ号👤
🕒2月21日、3月6日の水曜 15時10分～16時※荒天中止👤狩場町第三公園(狩場町325-5)📍直接会場へ

子どもと読もう📖 今月の1冊


📍保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 ㊟335-0421

よかったねネッドくん 幼児向け

あるひ、ネッドくん「びっくりパーティーにいらっしやい」というてがみがきました。でも、とおいとおい フロリダでやるんだって……。ともだちが ひこうきを かしてくれました。ネッドくんは ぶじに パーティーかいじょうに たどりつけるでしょうか。

レミー・シャーリップ/さく やぎた よしこ/やく 偕成社

「よかった!」と「でも、たいへん!」が交互にリズム良く進む絵本です。ハラハラドキドキ、ネッドくんの冒険を一緒に楽しんでください。



3・4月は戸籍課窓口が大変混雑します

例年、引越越しシーズンの3・4月は戸籍課の手続きに時間がかかります。ホームページの「区役所戸籍課の窓口混雑予測カレンダー」を参照の上、分散来庁にご協力をお願いします。


住民票の写しの請求など、一部の手続きは郵送でも可能です。また、マイナンバーカードを使用したコンビニ交付も利用できます。詳細はホームページをご確認ください。

混雑予測と郵送でできる手続きについて



戸籍課 混雑予測 検索

コンビニ交付サービスについて



横浜市 コンビニ交付 検索

📍区役所登録担当 ☎334-6234 ㊟335-6781

保健・子育てインフォメーション

申問 健康づくり係 ☎334-6344〜7 ☎333-6309

■肺がん・胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 ☎
内容などの詳細は、広報ほどがや区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■エイズ・梅毒検査 ☎ 匿名での検査 ☎334-6347
※事前に実施状況を電話で問合せてください。

☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)〈受付〉9時〜9時15分 ☎区役所本館3階 ☎結果を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明〈受付〉8時45分〜9時

■食と生活の健康相談 ☎ ☎334-6344
☎①2月13日、3月5日の火曜 13時30分〜、14時30分〜、15時30分〜②2月22日(木)9時〜、10時〜、11時〜 ☎区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 ☎ ☎334-6344
☎2月16日(金)9時〜、10時〜、11時〜 ☎区役所本館3階栄養相談室 ☎0〜18歳の食事の相談 ☎母子健康手帳

■離乳食教室 ☎ ☎334-6344
☎2月16日(金)13時30分〜15時 ☎区役所本館3階会議室
☎生後7〜8か月児(離乳食1日2回程度)と保護者 先着20組
☎離乳食の話、調理実演、試食、個別相談
☎母子健康手帳・試食用スプーン(親子とも)・タオル



■歯っぴいいきいき1歳児 ☎ ☎334-6344
☎3月6日(水)9時45分〜、10時45分〜〈予約〉随時
☎区役所本館3階受付
☎2023年2月〜4月生まれ 各回先着10人
☎歯ブラシ(親子とも)、母子健康手帳



スポーツ情報

区民大会 区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内) ☎ ☎332-1130(月〜金曜の13時〜17時)

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合先
ポッチャ大会	3月3日(日) (2月19日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	無料	泰良 利治 ☎332-1130
ソフトテニス大会 (シニア団体戦)	3月20日(祝・水) (3月4日必着)	三ツ沢公園 庭球場	10,000円 /チーム	西村 泰 ☎801-1423

保土ヶ谷スポーツセンター 〒240-0005 神戸町129-2 ☎336-4633 ☎336-4635 休2/13(火)

■当日受付教室 ※詳細はHP

教室名	日時	対象・定員(先着)	費用
夜のリセット ピラティス	2月16日、3月1日の金曜 21時10分〜22時	16歳以上 40人	650円 /回
カーディオ キックボクシング	2月17日・24日、3月2日・9日の土曜 19時40分〜20時40分	中学生以上 30人	
フットサル タイム	①2月17日・24日、3月2日・9日の土曜 19時15分〜20時45分 ②2月20日・27日、3月5日の火曜 21時15分〜22時45分	16歳以上 ①40人 ②25人	
ズンパ®	2月20日・27日、3月5日の火曜 11時25分〜12時10分	中学生以上 48人	

☎飲み物・タオル・動きやすい服装など ☎直接会場へ

保土ヶ谷プール 〒240-0025 狩場町238-3 ☎742-2003 ☎742-2005 休2/27(火)

■新規教室 参加者募集 ※詳細はHP

講座名	対象・定員(先着)	費用/回
プール 水泳	成人・小学生・幼児 各10〜15人	成人 1,000円、 小学生 900円、幼児 850円
アクアウォーキング		850円
アクアビクス		1,050円
アクアフィットネス		1,000円
スタジオ		1,000円

☎プール:水着・水泳帽・ゴーグル・タオル、スタジオ:室内履き・タオル
☎随時電話

申問 子育て家庭係 ☎334-6323 ☎333-6309

■乳幼児歯科相談 ☎ ☎334-6297
☎2月22日(木)9時30分〜、10時〜、10時30分〜 ☎区役所本館3階母子相談室
☎未就学児 ☎歯ブラシ・母子健康手帳

■乳幼児健康診査 ☎ ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	2月21日、3月6日の水曜	12時45分〜13時30分の間で 個別に案内した時間
1歳6か月児	2月28日(水)、3月7日(木)	
3歳児	2月22日(木)	

☎区役所本館3階健診受付 ☎問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタオル、歯ブラシ(1歳6か月児・3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)
※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。
※転入された人には案内が届かない場合がありますので問合せください。

地域子育て支援拠点 こっころからのお知らせ
〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 ☎332-3190
休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHP

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達〜シーズン5〜 ☎
☎2月17日(土)10時30分〜11時30分 ☎未就学児と保護者

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 ☎
☎3月2日(土)・22日(金)10時30分〜11時30分 ☎子ども(生後57日〜小学6年生)を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 各先着8人 ☎2月15日から窓口か電話(☎333-3885)

地域子育て支援拠点 こっころサテライトからのお知らせ
〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階 ☎459-9140 ☎459-9150
休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHP

■サテライト プレパパ・プレママDAY ☎
☎3月9日(土)13時30分〜15時 ☎初産で妊娠16週から32週までの妊婦とパートナー 先着6組 ☎沐浴体験・妊婦体験 ☎子育てガイドブック・バスタオルなど ☎2月17日9時30分から電話

ほっとな なぞとき!

☎区役所事業企画担当 ☎334-6341 ☎333-6309

ほっとなまちづくり※に関する謎解きに挑戦! ※保土ヶ谷区地域福祉保健計画の愛称

空白に入る文字は何か?

横浜市地域福祉保健計画のキャラクター ちぶくちゃん

友 通
感 → [] → [] → 道
勢 告

ヒント
地域の「○○」はここで知ることができます!

- 自治会町内会の回覧板・掲示板
- 地区社会福祉協議会・区社会福祉協議会の広報誌
- 地域ケアプラザ ●区役所 など

答えは記事の下

※詳細はHP

保土ヶ谷区さわやかスポーツ 普及委員会事務局 〒231-0015 中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル1F ☎080-4654-5187 ☎640-0024

■さわやかスポーツ体験コーナー ☎
☎2月17日(土)9時30分〜12時30分 ☎保土ヶ谷スポーツセンター ☎グラウンドゴルフ・輪投げ・ラダーゲッター・ナインボール・シャフルボード・カラーリング・ポッチャなどの体験 ☎室内履き・タオル ☎直接会場へ

清水ヶ丘公園 〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2 ☎243-4447 ☎243-4497 休3/4(月)

■子ども卓球体験会
☎3月27日(水)16時30分〜17時30分 ☎小学生以上 先着10人 ☎¥800円 ☎室内履き・ラケットなど ☎2月16日から窓口