

規則正しい生活を送りましょう 大型連休で生活リズムが乱れやすくなります。休養をしっかりとって、また仕事や勉強に打ち込みましょう

みどり情報

●今月11日以降のお知らせです ●特に記載のない場合、費用は無料

区：緑区役所への郵便物は
〒226-0013 緑区寺山町118
緑区役所〇〇係へ

●アイコンの説明 ●日時・日程 ●会場 ●内容 ●講師・出演者 ●対象・定員
●コース ●費用・チケット ●持ち物 ●申込み ●問合せ ●保育あり
●電話番号 ●電話番号(携帯電話) ●申込み不要、当日直接会場へ

催し

公立保育園の催し

☑以外の催しは要予約、詳細は各保育園へ問い合わせください。

長津田保育園(☎985-9978)
【先輩ママとみんなでおしゃべりタイム】
☎5月12日(木)10時～11時 未就学児と保護者、20組
【パパ講座第一弾「パパとあそぼう」】
☎6月4日(土)10時～11時30分
1歳～未就学児と保護者、20組
【「ゆずります、ゆずってください」
無料フリーマーケット】
提供品は5月26日まで受け付けます。
☎5月31日(火)10時～11時 ※品物がなくなり次第終了 ☑
十日市場保育園(☎981-6470)
【5月誕生日会】
☎5月26日(木)9時30分～10時
5月生まれの未就学児と保護者

結核ハイリスク検診

☎6月10日(金)13時～14時
曲 緑区役所本庁舎1階健診フロア
165歳以上の緑区内在住者(肺の疾患で通院中の人、3か月以内に胸部X線を撮影した人を除く)、先着30人
甲 5月16日から電話で☎健康づくり係(☎930-2357 ☎930-2355)



思いやり、健康づくりの日

健康チェックや末しょう肺機能測定、栄養・歯科相談を行います。
☎6月1日(水)9時～11時30分
曲 緑区役所本庁舎1階イベントスペース
問 健康づくり(☎930-2357 ☎930-2355) ☑ ※ウオーキング同時開催。9時30分に緑区役所本庁舎前集合(雨天中止)

バスで行く! タマネギの収穫体験&クッキング

☎6月8日(水)9時50分受付～14時
※小雨決行 緑区役所(集合)～タマネギ畑で収穫体験(保土ヶ谷区)～地場野菜の料理教室(中山地区センター)、解散 ※天候や収穫状況等によって内容の変更あり 持ち帰りのタマネギ実費(1個20円、1人5個まで) 1 緑区内在住、在勤、在学者、先着20人 甲 5月11日から電話またはEメールで☎企画調整係(☎930-2228 ☎930-2209) ☑
md-kikaku@city.yokohama.jp



▲市内産の新鮮なタマネギを調理

衣類(婦人服)のリユース

☎5月29日(日)回収9時～12時、譲渡11時～14時 ※荒天中止、衣類がなくなり次第終了 曲 緑区役所本庁舎1階 婦人服のみ(下着、靴、かばん、小物、帽子、和服不可)
問 地域活動係(☎930-2233 ☎930-2242) ☑ ※車での来場不可

講演会 「自分で決める人生の終い方 ～私の生き方連絡ノートを活用して～」

いろいろな事例を通して、人生の「終い方」や「私の生き方連絡ノート」の活用を提案します。

日時:5月21日(土)14時開演(13時30分開場)
講師:渡辺 敏恵さん
(東京女子医科大学医師、自分らしい「生き」「死に」を考える会代表)
会場:みどりアートパーク
定員:先着200人 ☑

▲渡辺 敏恵さん

【問合せ】緑区医師会在宅医療相談室(☎937-2303)

グリーンフェスタin八潮2016

☎5月15日(日)10時～15時 曲 北八潮公園広場 曲 緑が丘中学校合唱部・吹奏楽部をはじめとした地域の皆さんによる演奏、模擬店、健康チェックなど 問 北八潮愛護会 岡部(☎931-4441) ☑

笑顔でお昼ごはん・作って食べよう!

みんなで楽しく料理を作り、おしゃべりをしながら心も体も元気になりましょう。
☎6月5日(日)10時30分～14時
曲 鴨居地域ケアプラザ 1人暮らしの人、抽選10人 500円 甲 5月20日までに電話で、キッチンみどり 大久保(☎934-3410)へ

緑区ガイドボランティアの会と歩く

東工大すすかけ台キャンパスと長津田みなみ台・霧が丘の2つのまちづくりと公園(約7km)
☎6月14日(火)10時～15時 ※雨天時6月15日(水) 東急田園都市線すすかけ台駅集合～東京工業大学すすかけ台キャンパス～飯縄神社(高尾山)～玄海田公園～霧が丘公園(解散) 300円(保険料・資料代) 抽選40人 甲 5月31日消印有効で、往復はがきに参加者全員の名前、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用宛先を明記し、緑区ガイドボランティアの会(〒226-0011 中山町93-1みどり一む内No.9)へ 飯田(☎090-2412-4397)

イベント 歯と口の健康週間行事

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。緑区歯科医師会による口腔ケアグッズの配布、無料歯科相談を行います。
日時:6月2日(木)10時～12時受付
会場:ダイエー十日市場店(十日市場町818-2)
定員:先着100人 ☑

【問合せ】☎健康づくり係(☎930-2359 ☎930-2355)



▲昨年はマルエツ長津田駅前店で実施

講演会&食育イベント 6月は食育月間!おいしく食べて豊かな心

子どもから大人まで、楽しみながら食について考えましょう。
日時:6月11日(土)14時開演(13時開場)
内容:講演会「子どもの心と脳(からだ)を育む食生活」※11時30分から開演まで、食育イベント(展示、給食メニューの試食、野菜直売、食事診断など)を行います。
講師:赤堀 博美さん(管理栄養士、赤堀料理学園校長)
会場:緑公会堂 ☑
定員:先着350人
保育:講演会中は3歳児以上保育あり(先着10人)、希望者は6月1日から電話で☎健康づくり係へ
【問合せ】☎健康づくり係(☎930-2359 ☎930-2355)



▲赤堀 博美さん テレビでも活躍中

緑・芸術祭

【問合せ】☎生涯学習支援係(☎930-2235 ☎930-2242)

■第128回緑区民音楽祭ふれあいコンサート
～未来に輝け～第5回新人演奏会
オーディションで選ばれたバイオリン、声楽、ピアノ部門の新人演奏家によるコンサートです。
日時:6月26日(日)14時開演(13時30分開場)
会場:みどりアートパーク
対象:先着300人 ※未就学児入場不可
チケット:500円(全席自由席)5月11日からみどりアートパーク、山響楽器店中山店、三笠勉強堂で発売
※前売り券が完売した場合、当日券の販売なし

■第47回 緑区三曲協会定期演奏会
争、三絃、尺八による演奏会です。
日時:5月15日(日)11時開演(10時30分開場)
会場:みどりアートパーク
対象:先着300人 ☑
問合せ:緑区三曲協会事務局 保坂(☎080-3405-6725)

■第35回みんれん全国大会
民謡・歌謡のコンクールです。津軽三味線や舞踊も披露されます。
日時:6月5日(日)10時開演
会場:緑公会堂
対象:先着500人 ☑
問合せ:全日本民謡民舞歌謡連盟 吉浜(☎935-1300)



▲第4回は6人の新人が演奏しました

講演・講座

28年度 6月消費生活教室 「インターネット・携帯電話の落とし穴」

悪質なワンクリック請求や、見知らぬサイト料金の架空請求など、実際にあったトラブル例から具体的な対策方法を学びます。

6月2日(木) 13時30分～15時30分
 会場: 緑公会堂 講師: 植田 威さん
 (特定非営利活動法人NPO情報セキュリティフォーラム理事、事務局長)
 定員: 先着300人 会場: 地域活動係
 電話: 930-2233 ファクス: 930-2242

緑区IT講習会・6月 ③「Windows10入門」(全3回)

Windows 10の基本操作、アプリのインストールと使い方、パソコンを使いやすく設定する方法を学びます。

6月15日(水)～17日(金) 12時30分～14時30分
 会場: 白山地区センター
 対象: 緑区内在住・在勤の成人、抽選20人
 費用: ¥3,000円 申込: 5月31日必着で、はがきに講座番号③、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記し、MICS(〒226-0011中山町93-1みどり一む内) 電話: 932-3272 ※火・木・土曜日13時～17時へ ※MICS Webからも申込み可

案内

みどり 地場野菜の直売会を再開します

区役所の耐震補強工事の都合で休止をしていた、JA横浜野菜部新治支部による「みどり地場野菜の直売会」が今年度から復活します!

地元の農家が新鮮野菜を販売しますので、野菜の生産者と直接話したり、野菜のおいしい食べ方を聞いたりできます。ぜひお越しください。

5月15日(日) 12時～17時、6月8日(水) 8時45分～13時 ※売切れ次第終了、荒天時は実施しない場合があります
 会場: 緑区役所本庁舎ビロティ 会場: 企画調整係(電話: 930-2228 ファクス: 930-2209)



▲野菜の販売でにぎわうビロティ。6・7・10・11・12月第2水曜開催



「みどり子育て応援ガイドブック」を発行しました!

「みどり子育て応援ガイドブック」は、緑区の子育てに役立つ情報が満載の、とても便利なガイドブックです! 緑区を4つのエリアに分け、子どもとお出掛けできる場所、保育施設・幼稚園、医療機関などの情報のほか、今回新たに小学生の放課後についての情報も掲載しています。



この「みどり子育て応援ガイドブック」を活用して、ゆったりの子育てをしましょう。

ガイドブックは、区子ども家庭支援課、地区センター、地域ケアプラザ、行政サービスコーナー、地域子育て支援拠点「いっほ」、親子のつどいの広場等で配布しています。

【問合せ】区子ども家庭係(電話: 930-2332 ファクス: 930-2435)

ハチの巣は早期発見・早期駆除を

毎年7月から10月頃にかけて「ハチが巣を作ったけれど、どうしよう」という相談が寄せられます。

女王ハチが巣を作り始めて、ハチの数も少ない4月から6月頃に、巣の作られやすい場所を点検しましょう。ハチの巣の駆除方法などについての相談は、区環境衛生係まで。(区役所では、ハチの巣の駆除は行っていません)

ハチの見分け方

ハチの種類は、巣の形で見分けることができます。

スズメバチの巣

- 形がボールのような球体型
 - ハチの出入口の穴は1か所
 - 波型の模様をした外被に覆われている
- スズメバチは攻撃性が高いので、専門業者に駆除を依頼することをお勧めします。



緑区に多く見られるコガタスズメバチの初期巣は、とっくりを逆さにしたような形をしています。



◀コガタスズメバチの初期巣。4月～5月頃

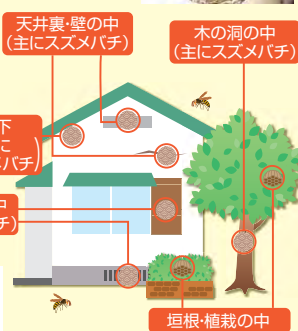
アシナガバチの巣

- 形がシャワーヘッドやハスの実に似た半円型
- 外被はなく、ハチの出入口の穴がたくさん見える



巣を作りやすい場所

軒下や換気扇などのほかに、植込みの樹木など外から見にくい場所や、屋根裏や戸袋の中など狭い空間にも巣を作ります。



巣を点検するときの注意

- 巣に急に近づかない
- 揺らさない
- 近くで騒がない

※緑区Webで、ハチの動画配信中です

緑区ハチ 検索

スマートフォンはこちらから→



【問合せ】区環境衛生係(電話: 930-2368 ファクス: 930-2367)

講座 「ダンディクラブ 第二章」(全10回)

着こなし、歩き方、スキンケア、ヘアケア等、おしゃれを学んでみませんか。昨年の参加者からは今までと違う自分を発見でき、若返ったと好評! 今年もプチファッションショーを行う予定です。



▲学んだことをファッションショーで発表します

日時: 5月25日～29日 1月11日 月1～2回水曜日、第1回10時～11時30分、第2回以降13時30分～15時30分

会場: 鴨居地域ケアプラザ 月1～2回水曜日、対象: おおむね60歳以上の男性、先着20人

申込み: 5月11日から、電話で ※第9回は発表会予定 鴨居地域ケアプラザへ

【問合せ】鴨居地域ケアプラザ(電話: 930-1122 ファクス: 931-2203)

5月は「九都県市一斉自転車マナーアップ強化月間」です!!

一人一人が交通安全について考え、交通ルールの順守と交通マナーの向上に取り組んで、自転車の交通事故防止の徹底を図りましょう。

期間: 5月1日(日)～5月31日(火)

スローガン: 自転車も のれば車の なかまいる

重点: 自転車交通ルールの順守とマナーの向上、自転車保険加入と点検整備の促進

※信号無視、酒酔い運転、歩道での歩行者妨害など14項目の「危険行為」を3年以内に2回以上摘発されると、「自転車運転者講習」を受けることとなります。



自転車安全利用五則を守ろう!

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
- 5 子ども(13歳未満)はヘルメットを着用

【問合せ】区地域活動係(電話: 930-2233 ファクス: 930-2242)

自治会へ加入しましょう お住まいの地域の自治会が分からない場合は、区 地域活動係(☎930-2232)へ

スポーツ

第70回 緑区民ソフトテニス大会

一般男女、成年男女(35歳以上)、
壮年男女(45歳以上) ※年齢は大会
当日基準 ☎5月22日(日)9時から
長坂谷公園 緑区内在住・在勤・
在学・在クラブ者 ¥1組2,000円、
1人1,000円 申5月13日必着で、
申込書を郵送またはファクスで問
合せ先へ ※ペア・1人どちらの申込
みも可 ☎〒226-0003鴨居4-55-
1-607 岡崎 彰彦(☎☎931-
5208) ※申込書は緑スポーツセ
ンター内緑区体育協会事務局で配
布、または問合せ先へ

ショートテニス教室(全4回)

小さいラケットとスポンジボールで
行う簡単テニスです。
☎6月1日から毎週水曜日、11時~13
時 緑スポーツセンター 緑区
内住・在勤・在学者または緑区テ
ニス協会加盟団体会員、先着24人 ¥
2,000円 室内履き、運動着 申5
月12日から、費用を添えて直接、緑区
硬式テニス協会事務局(十日市場町
854-4 オープン・スクエア ☎
988-0633)へ 問 緑区硬式テ
ニス協会 清家(☎932-0730)

区民のまど

区民の皆さんが主催するイベントや
サークルの案内です。詳細は直接、申込
み・問合せ先へ。

市民交流ダンスパーティ 参加者募集

☎5月29日(日)12時~16時20分
緑スポーツセンター 成人200
人 ¥1,200円 申 神奈川県アマ
チュア地域協会横浜西支部 金子(☎
482-3178)へ

篆刻勉強会 会員募集

石を彫って印章を作る篆刻の勉強
会です。
☎第3土曜日14時~17時 森の
台コミュニティハウス ¥3か月
8,000円(材料費込) 緑陰会
山本(☎☎932-7686)へ

ピアノサークル 会員募集

☎毎月第1・3水曜日9時~12時
十日市場地区センターほか 初
心者 ¥月2,500円 申ダイムラー
松丸(☎☎933-8505)へ



- 特に記載がない場合、会場はいずれも各施設です
- 申込みが必要なものは、希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、小中学生の場合は学年、往復はがきには返信用宛先を明記し、各施設へ
- ※同一はがきでの複数申込み、及び連名は不可
- 定員に達しないときは、講座を中止する場合があります

アイコンの説明 ☎日時・日程 会場 内容 講師・出演者 対象・定員
コース 費用・チケット 持ち物 申込み 問合せ 保育あり
申込み不要、当日直接会場へ

長津田地区センター

〒226-0026 長津田町2327
☎983-4445 ☎983-6945

春のそば打ち体験

5人前のそばを打ちます。
☎5月21日(土)9時45分~13時30分
成人、先着16人 ¥1,900円 申5
月11日から、電話または直接

長津田歴史展 VII

NHK大河ドラマ真田丸連動企画「板
部岡 江雪斎と長津田領主岡野家」
☎5月28日(土)~6月26日(日) 問

親子で楽しいリトミック(全3回)

☎6月17日・24日、7月1日(金)①9時
50分~10時40分、②10時50分~
11時40分 ①独り歩き出来る子~
1歳6か月児と保護者、②1歳6か月~
2歳未満の子と保護者、各先着10組
¥900円 申5月13日から、電話ま
たは直接

和菓子の日「水無月と水ようかん」

☎6月16日(木)13時30分~15時30
分 成人、先着16人 ¥700円 申
5月12日から、電話または直接

中国語&中国料理講座(全7回)

☎6月27日~8月22日の毎週月曜日(休
館日除く)10時~12時 ※8月22日
のみ10時~13時 成人、先着16人
¥3,000円(料理の材料費別途) 申5
月14日から、電話または直接

十日市場地区センター

〒226-0025 十日市場町808-3
☎981-9573 ☎982-3161

まるごとお持ち帰りケーキ春夏

☎①5月18日、②6月15日、③7月20日
(水)9時45分~12時45分 ①
シュークリーム、②オリジナルロール
ケーキ、③えごまのトルテ 成人、各先
着12人 ¥各回1,800円 申5月11
日から、電話または直接

夏のバスケット編みバッグ(全3回)

綿の糸を使って夏向きバッグを編み
ます。
☎6月3日・17日・24日(金)9時45分~
11時45分 成人、先着8人 ¥2,300
円 申5月11日から、電話または直接

保健だより

●会場の記載のないものは緑区役所本庁舎です <http://www.city.yokohama.lg.jp/midori/20mokuteki/25iryou/>

健康づくり係 ☎930-2357 ☎930-2355

胃がん検診 胃部X線検査です。
☎6月24日(金) 十日市場地区センター 40歳以上、先着40人 ¥1,570円(70
歳以上は無料) 申5月24日から電話で、神奈川県結核予防会(☎251-2363 ※土日
祝日を除く9時~12時)へ ※検診日前日夕方から飲食などの制限あり

HIV抗体検査・梅毒検査 検査は匿名で受けられます。
☎5月12日・19日・26日、6月2日・9日(木)9時~9時30分受付 ☎電話で
※4月から事前予約が必要となりました

食と生活の健康相談 高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などが気になる人の相談です。
☎5月27日(金)9時~11時、6月6日(月)13時~15時 ☎電話で

子どもの食生活相談 離乳食や幼児期の食事、学童期・思春期の子どもの食生活相談。
☎5月25日(水)9時~11時 ☎電話で

離乳食教室「もぐもぐ教室」 離乳食の話と試食です。
☎5月25日(水)13時30分~15時 7~8か月児と保護者、抽選30組 母子健康
手帳 申5月1日~13日の消印有効で、往復はがき(1世帯1通)に住所、氏名(保護者と子)、
子の生年月日、電話番号、返信用宛先を明記し、健康づくり係「もぐもぐ教室」担当へ

ニコニコ卒煙クリニック 禁煙の相談、ニコチンパッチを用いた指導などを行います。
☎5月16日(月)9時30分~11時 ☎電話で

高齢者支援担当 ☎930-2311 ☎930-2310

もの忘れ相談 高齢者の認知症、うつ症状などの相談に専門医が応じます。
☎5月13日、6月10日(金)13時30分~16時30分(1人1時間程度) 緑区役所本庁
舎1階 ☎電話で

リハビリ教室 病気のコントロールや再発予防、仲間づくり、生活圏の拡大を目指します。
☎5月17日・24日・31日、6月7日(火)13時~15時 中途障害者地域活動センター緑
工房 40~64歳で脳血管疾患などの後遺症がある人 ☎電話で

介護者のつらい「若年期認知症 よこはま北部のつらい」
介護に関する勉強会や交流会などを行います。
☎5月27日(金)11時~15時 新栄地域ケアプラザ(都筑区)
☎電話で ※その他、区内の地域ケアプラザでも実施中

こども家庭係 ☎930-2361 ☎930-2435

歯つらつ1歳児 歯科医師の話、栄養士の話、歯磨きの練習を行います。
☎6月17日(金)10時~11時30分 27年5月~7月生まれの子
どもと保護者、先着25組 母子健康手帳 申5月11日午前9
時から、携帯・スマートフォンでQRコードにアクセス
▲携帯用 ▲スマホ用

乳幼児歯科相談 歯科健診、相談、歯磨きアドバイスなどを行います。
☎6月8日(水)9時30分~10時30分 未就学児 ☎電話で

妊産婦歯科相談
☎6月8日(水)9時20分~10時 妊婦、産後1年未満の産婦 ☎電話で

プレババ・プレママ講座 沐浴実習や妊婦疑似体験などを行います。
☎6月5日(日)10時~12時30分 霧が丘地域ケアプラザ 緑区内在住の妊婦(実
施日に妊娠7~9か月)とパートナー、抽選20組 申5月8日~22日必着で、往復はがき
に住所、参加者の氏名(ふりがな)、出産予定日、電話番号、返信用宛先を明記し、霧が丘地域
ケアプラザ(〒226-0016 霧が丘3-23 ☎920-0666)へ

母乳育児相談 卒乳までの母乳に関する相談や育児相談です。
☎5月13日(金)、5月25日(水)、6月10日(金)9時~11時(1組30分程度) 母乳育
児中の母親と赤ちゃん 母子健康手帳、タオル ☎電話で

乳幼児健康診査

4か月児	27年12月16日~31日生まれ	5月12日(木)	
	28年1月1日~15日生まれ	5月27日(金)	
	28年1月16日~31日生まれ	6月2日(木)	
1歳	26年10月16日~31日生まれ	5月11日(水)	☎13時~13時 45分受付 問
6か月児	26年11月1日~15日生まれ	5月26日(木)	
	26年11月16日~30日生まれ	6月8日(水)	
3歳児	25年5月1日~15日生まれ	5月19日(木)	
	25年5月16日~31日生まれ	6月3日(金)	

母親(両親)教室(全4回)

① 母乳で育てるために、妊娠中からからだの変化と過ごし方	6月1日(水)
② 妊婦体操、プレババでの妊婦疑似体験、妊娠期の食生活	6月10日(金)
③ お産の準備と経過、産後の過ごし方、母子の歯の健康と歯磨き	6月15日(水)
④ 赤ちゃんとの生活、子育て情報、産後のメンタルヘルス、先輩ママと赤ちゃんとの交流	6月22日(水)

☎13時15分~15時30分(13時から受付) 28年10月出産予定の人(目安) 母子健
康手帳、子育てガイドブック、飲み物(自由)、②運動のできる服装、③手鏡、歯ブラシ 問

広島お好み焼きを作る

おいしく作るコツを教えてください。
 ◎5月30日(月)11時~13時 成人、
 先着16人 料300円 5月11日から、電話または直接

おいしいお茶のいれ方教室

新茶のいれ方を学びます。冷茶も楽しめます。
 ◎6月10日(金)10時~11時30分
 成人、先着15人 料100円 5月11日から、電話または直接

中山地区センター

〒226-0011 中山町413-4
 ☎935-1982 ☎935-1983

親子でおいしいピザ作り

◎6月19日(日)9時30分~12時30分
 小学生と保護者2人1組、抽選8組 料1組1,100円 5月31日までに、往復はがき

体幹ストレッチ(全4回)

◎6月13日・20日、7月4日・11日(月)
 19時30分~20時30分 成人、先着15人 料1回500円 飲み物、タオル、動きやすい服装 5月11日から、電話または直接

やってみよう!囲碁将棋ゲーム

◎5月18日、6月1日(水)16時~17時15分
 小学~高校生、各先着20人

百人一首を楽しもう

◎6月4日(土)12時~15時 小学
 生以上、先着20人

白山地区センター

〒226-0006 白山1-2-1
 ☎935-0326 ☎935-6039

聞いて、知って得する電力自由化!

◎5月28日(土)10時~11時30分
 成人、先着40人 料200円 5月11日から、電話または直接

やってみよう大正琴(全3回)

◎6月11日から毎週土曜日13時~
 14時30分 成人初心者、先着10人
 料1,500円 ※楽器の貸し出しあり
 5月11日から、電話または直接

夏への「食」の衣替え ~「葛」を使ったパスタランチ作り~

「葛」を使ったパスタと前菜のサラダ、
 スープを作ります。
 ◎6月26日(日)10時~13時 成人、
 先着16人 料1,300円 5月11日
 から、電話または直接

ナイトタイム・ストレッチ

◎5月13日・27日(金)19時30分~
 20時45分 成人、当日先着16人
 料1回500円 室内履き、動きやすい
 服装、タオル、飲み物

60才から始める卓球講座(全5回)

◎6月1日から毎週水曜日13時~15時
 60歳以上の初心者、先着24人
 料2,000円 室内履き、動きやすい
 服装 ※ラケット、ボールの貸し出しあり
 5月11日から、電話または直接

みどりアートパーク

〒226-0027 長津田2-1-3
 ☎986-2441 ☎986-2445
 ☎uketsuke@m-artpark.com
 http://www.m-artpark.com/

赤ちゃんのはじめての音楽会「チリンとドロン」

◎5月21日(土)13時開演、◎5月22日(日)13時開演 1歳~小学3年生の子
 どもと保護者、◎0歳児と保護者、妊婦、各80人 料一般500円、小学3
 年生以下100円 電話または直接

落語の舞台

【共通】
 桂 文我、桂 米平、桂 宗助、桂 まん我
 先着334人 電話、Webまたは直接
 おやご寄席「月宮殿(げつきゆうでん)」ほか
 小学生と保護者が小学生席と大人席に
 分かれて落語を楽しむイベントです。
 ◎5月29日(日)11時開演(10時30分
 開場) 料親子ペア2,500円、中学生以上
 2,000円、小学生800円

第8回みどりアートパーク寄席「上方落語で賑やかに」

◎5月29日(日)14時30分開演(14時
 開場) 料一般2,800円、70歳以上障
 がい者1,800円、高校生以下1,000円

第3回よこはまギターフェスティバル

◎6月10日(金)10時30分開演、11日(土)・12日(日)10時開演 各先着
 334人 料プログラムの一部は有料、
 要問合せ



地域子育て支援拠点いっぽ

〒226-0025 十日市場町817-8
 ☎989-5850 ☎989-5851
 ☎kosodate@midori-ippo.com

おはなしフェスタ「いっぽでのおはなし会」

区内で活動する読み聞かせグループ
 によるおはなし会です。
 ◎6月2日(木)15時から、3日(金)11
 時から、13時30分から、4日(土)11時
 から、13時30分から ※各回20~30分
 未就学児と保護者、各先着40組

保育つき連続講座「子育てを見つめ直す自分時間」(全6回)

乳幼児期の子育ての悩みを聞き合
 います。
 ◎6月10日~7月15日の毎週金曜日
 10時~12時 6か月以上の未就学
 児の保護者、先着8人 料参加費600
 円、保育料子ども1人につき3,000円
 5月11日10時から、ファクス、Eメ
 ールまたは直接いっぽへ ※希望講座、住
 所、氏名、電話番号、メールアドレス、申
 込み動機、保育希望の場合は子どもの氏
 名、年齢を明記

横浜子育てサポートシステム 入会説明会

子育てを援助する提供会員及び利用
 会員を募集します。
 ◎5月21日(土)10時30分~11時
 30分 電話で、緑区支部(☎982-
 3521)

緑ほのぼの荘

〒226-0025 十日市場町825-1
 ☎985-6323 ☎985-6324

ひざ痛解消・予防講座

日常生活で起こる原因をチェックして、
 予防に取り組みませんか。
 ◎6月23日(木)13時30分~16時
 60歳以上の横浜市内在住者、先着
 30人 5月27日から、電話または直接

アートフォーラムあざみ野

〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3
 ※保育あり。1歳6か月~未就学児、有料、
 4日前までに要予約(☎910-5724)

男女共同参画センター横浜北

☎910-5700 ☎910-5755
 http://www.women.city.yokohama.jp/

当日受付教室 ママのためのジャズダンス

どの世代のママでも気軽に参加出来
 ます。ミニ交流会もあり。子育て情報を
 共有しませんか。
 ◎5月16日・30日、6月6日(月)10時~
 11時 女性、先着20人 料820円
 (保険料込) 動きやすい服装

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り、編み物を
 しませんか。(有料のかぎ編み入門キット
 あり)
 ◎5月20日(金)10時~15時 当
 日先着30人 料600円(コーヒー・紅茶
 つき)

横浜市民ギャラリーあざみ野

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

子どものためのプログラム「さわって、かいて、撮って、焼く 一体感写真」

フィルムカメラで撮った写真を、暗室で
 焼いて完成させます。写真は「あざみ野
 こどもギャラリー 2016」で展示します。
 ◎6月11日・25日(土)14時から、7月
 9日(土)10時または14時から 小学
 4~6年生、抽選12人 料4,500円(材
 料費込) 6月1日必着で、往復はが
 き、Webまたは直接

Welcome! ロビーコンサート

◎5月22日、◎6月12日(日)12時~
 12時40分 ①FTO(ギター)、◎大井
 郷堂(ピアノ)、中野 亜維里(ソプラノ)
 ほか

あざみ野オープンスタジオ ノード・クロッキー Bコース(全4回)

5分、10分、20分と時間を変えて、い
 ろいろなポーズを描きます。カルトン(画
 板)、イーゼルの貸し出しあり。指導はあ
 りませんが、分からないことがあれば担
 当職員が対応します。
 ◎6月8日・22日、7月6日・20日(水)
 18時~20時30分 15歳以上、抽
 選20人(中学生を除く) 料5,000円
 ◎5月25日必着で、往復はがき、Webま
 たは直接



緑図書館

〒226-0025 十日市場町825-1
 ☎985-6331 ☎985-6333

図書展示「ひろかわさえこ絵本展」

◎5月11日(水)~6月6日(月) ※5月
 16日(月)休館

図書館のおはなし会

◎5月11日、6月1日(水)11時から
 ◎5月18日(水)10時30分から~11時
 15分から、◎5月28日(土)15時30分
 から ①2・3歳児と保護者、◎0・1歳
 児と保護者、各先着12組、◎3歳以上の
 子ども、先着20人

開港記念日 小学生特別おはなし会

開港記念日にぴったりのお話を楽し
 みましょう。
 ◎6月2日(木)10時30分から 小
 学生、先着30人

緑区社会福祉協議会

〒226-0011 中山町413-4
 ☎931-2478 ☎934-4355
 info@midori-shakyo.jp

善意の寄付

緑区社会福祉協議会にご寄付をいた
 だき、ありがとうございました。(2月29
 日受付分まで、敬称略)
 公益社団法人スクール家庭教育振興協会

学習支援ボランティア養成講座(全4回)

子どもに寄り添う心構えを学びます。
 ◎第1回:6月22日(水)、第2回:6月29日(水)、
 第3回:見学日程を各自調整、第
 4回:7月20日(水) 一般、抽選25人
 ◎6月10日必着で、ファクスまたはE
 メールで

送迎サービス運転ボランティア募集

活動に興味のある人は、区社会福祉協
 議会(送迎担当)へ問い合わせください。
 ◎月~金曜日9時~17時で都合の良い
 時間 75歳未満、普通運転免許所
 持、運転経験3年以上、過去2年以内に
 運転免許停止処分を受けていない人で、
 国土交通省の認定講習(2日間)を受講
 できる人

移動図書館「はまかせ号」

◎5月12日・26日、6月9日(木)
 15時10分~15時50分
 ※荒天中止 竹山中公園
 中央図書館サービス課
 ☎262-0050 ☎231-8299

緑区市民活動センター みどりーむ

〒226-0011 中山町93-1
 ☎938-0631 ☎939-5401
 md-midreamkouza@city.yokohama.jp

5月のサロンふらっと「あなたの知らない? 缶詰の世界」

◎5月15日(日)13時30分~15時30分
 福原 治さん(はごろもフーズ株式会社)
 料100円

ちょっと先生の日曜リレー講座

◎5月22日(日)13時~15時 卵形
 のパッチワーク「セルフ骨盤矯正エクサ
 サイズ」「模型飛行機を作ろう!」「かんた
 ん!プログラミング体験講座」 料 材
 料費実費

緑消防署から 28年度 全国統一防火標語は「消しましょう その火 その時 その場所で」

とれたてみどりをいただきます!

【問合せ】企画調整係
☎930-2228
☎930-2209

区内のよこはま地産地消サポート店による、
地場野菜を使ったレシピを掲載するよ!
直売所等で地場野菜を買って、ぜひ作って
みてね!



**#8 シンがアクセント!
大人のためのトマトジャム**

トースト 4枚分

- トマト(中玉).....2個
- シン.....2枚
- きび糖.....
- トマトの重さに対して40%
- レモン.....1/2個



作り方

1. トマトはヘタを取り、粗めのみじん切りにする
2. ①の重さを量り、重さに対して40%のきび糖を混ぜ合わせ、レモン汁を加える
3. ②を鍋に入れ、中火で温める
4. ふつふつとしてきたら、焦がさないように混ぜる(15~20分程度)
5. 泡がねっとりとしてきたら、せん切りにしたシンを入れ、さらに混ぜる
6. さらにねっとり、泡の大きさが1円玉くらいになったら火を止める
7. 耐熱容器に移して、冷まし、冷えたら出来上がり

料理のアレンジ

トーストやヨーグルト、紅茶に入れるほか、豚肉のソテーに塗っても
おいしいですよ。

レシピを提供してくれたお店

カフェベーカリーがくがく

◆住所:霧が丘3-25-2-203 ☎921-0506

◆営業時間:月~金曜日 11:00~18:00
月1回(第2または第4土曜日) 11:00~14:00
※第1、3、5土曜、日曜、祝日定休



レシピ作成者: 比企野 将平さん▶

地域を支える皆さん

このコラムでは、横浜市から委嘱されて、
地域を支える活動に携わっている皆さんを紹介します。
【問合せ】広報相談係 ☎930-2220 ☎930-2235



**第2回 生後4か月までの赤ちゃんがいる家庭を訪問します
こんにちは赤ちゃん訪問員**

こんにちは赤ちゃん訪問員は、地域で活動している民生委員・児童委員や、子育て経験者などで研修を受けた人が市からの委嘱を受けて活動しています。生後4か月までの赤ちゃんがいる全ての家庭を訪問し、玄関先などで子育てについての情報提供を行います。横浜市には約700人、緑区には28年4月現在で38人の訪問員がいます。

● 藤井 千佳さん(こんにちは赤ちゃん訪問員・緑区主任児童委員代表) ●

緑区主任児童委員の代表でもあり、霧が丘地区の子育てサロンにも携わっている藤井さんは、こんにちは赤ちゃん訪問事業が始まった平成21年1月から訪問員をしています。



▲藤井 千佳さん

藤井さんは「最近小さい子どもと接することがないまま親になる人がほとんどです。また、出産するまで地域とのつながりがないことも多く、不安になることがあると思います。そこで訪問員が子育てで情報や赤ちゃん教室・子育てサロンといった地域資源を紹介したり、必要に応じて保健師や助産師といった専門家につないだりして、子育てを応援しています」と語ります。

こんにちは赤ちゃん訪問事業では、一家族への訪問は基本的に1回限りですが、訪問した親子と近所や子育てサロンなどで再会することも多々あるそうで「地域でのつながりが生まれていて、本当にうれしいです」とのこと。最後に「お父さんもお母さんも、毎日忙しくて大変でしょうけど子育てにはかけがえのない出来事がたくさんあります。つらいときは抱え込まずに周囲に相談しながら、ぜひ楽しんでください。周りの人たちも、次の世代を担う大切な子どもたちを温かく見守ってくださいね」と話してくれました。

▲訪問時に配布する冊子やおもちゃ

【こんにちは赤ちゃん訪問員に関する問合せ】☎こども家庭係 ☎930-2361 ☎930-2435

よこはま動物園

ズーラシアだより

旭区上白根町1175-1 ☎959-1000 <http://www2.zoorasia.org/>



どうぶつリカオン ZOOむアツプ

◀生後約2か月のリカオン

- よくハイエナと間違われるリカオンですが、アフリカに生息するれつきとしたイヌ科の動物で、日本では2か所で飼育されています。
- ズーラシアでは1月5日に初めての赤ちゃんが誕生しました。母親からの授乳が見られなかったため、1月6日から人工哺育で育てています。生まれた時は400gほどでしたが、1か月でミルクを卒業し徐々に肉を食べ始め、1か月半後には、10倍の4kgまで成長しました。
- 野生では獲物となる草食動物が減少していたり、家畜を襲うとの理由で駆除されたり、飼いの伝染病がまん延したり、イヌ科の動物の中で最も絶滅に近いといわれています。そんなリカオンにぜひ会いに来てください。



▲生後2日のリカオンの赤ちゃん

今月の休園日:5月は無休

横浜みどりアップ計画 横浜みどりアップの Mascotキャラクター

みどりアップ計画

～区内の緑の取組を紹介いたします⑩～

横浜みどりアップ計画は、「横浜みどり税」の一部財源に「森を育む」「農を感じる場をつくる」「緑をつくる」を柱に取組を進めています

「地域緑のまちづくり」の28年度提案を募集しています!

「緑や花でいっぱいの街をつくりたい」という地域の思いを実現するため、町内会や近所の人など、緑が好きな自主的に活動できるグループで、緑化の整備や緑の維持管理活動などの助成が受けられる「地域緑のまちづくり」にチャレンジしませんか。 ※一次選考(書類審査)・二次選考(面談等)あり

〈応募締切〉

6月20日(月)必着 ※5月14日(土)に、事業説明と提案計画づくり支援講座を開催

詳細は横浜市Web | 地域緑のまちづくり | 検索



▲東本郷地域ケアプラザの緑化(東本郷地区)

■緑区内での取組

竹山三丁目地区、東本郷地区、霧の里地区の3地区で活動中。
東本郷地区では、絶滅危惧種である和種紫草(ムラサキ)をシンボルとして、白・黄・青・紫の草花が咲き乱れる「美しいまち(パープルタウン)」運動を展開しています。

【問合せ】環境創造局 みどりアップ推進課

(〒231-0017 中区港町1-1 ☎671-2712 ☎224-6627)

☎226-0013 緑区役所 緑区寺山町118

☎930-2323 ☎930-2225
広報相談係 ☎930-2220

緑区役所 Web | 緑区 | 検索 | <http://www.city.yokohama.lg.jp/midori/>
携帯からのアクセスはこちら▶

今月の緑区 28年 4月1日現在 区の人口 180,559人 区の世帯数 74,905世帯
平成27年 国勢調査 人口速報集計結果による推計です。

粗大ごみ受付センター
0570-200-530
IP電話・PHS電話用 045-330-3953
月~土曜日(祝日を含む) 8時30分~17時
<https://www.sodai.city.yokohama.lg.jp>

みどりのつばやき 緑区役所
twitter @midori_yokohama

ゴールデンウィークは、カメラを持って、緑区内を散策してみない? あちこちに自然の息吹が感じられるよ!
撮影した写真は「緑区を撮る!」に応募してね。詳しくは6ページを見てね。

