みどり
3月号
2023年3月1日発行
No.305

「横浜市水道局の災害対策」（パンフレット）

横浜市水道局が進めている災害対策などが、より詳しく掲載されています。

配布先 ●青葉水道事務所（青葉区大場町41-1）●緑区役所（1階総合案内）

ダウンロードはこちらから

特集1

知っていますか？災害時の水のこと

給水車から給水を受ける人々（2011年東日本大震災 いわき市）

地震が発生して、家の蛇口から水が出ない、どこにも水が売っていない！そんなとき、皆さんはどうしますか？横浜市では、住んでいる地域で断水が発生したら、誰でも災害時給水所で水をもらうことができます。しかし多くの人が殺到して、給水待ちの列に長時間並ぶことも想定されます。給水車も病院などを優先して給水するため、すぐにはやって来ません。いざ！というときに慌てないよう、日頃の備えを見直してみませんか?

水のことを水道局（青葉水道事務所）浅岡所長に聞いてみました！

青葉水道事務所は緑区・青葉区の水道に関する業務を行っています。
災害時には、水道管の復旧や災害時給水所で応急給水を行いますが、災害用地下給水タンクは地域の皆さんで助け合って、給水作業を行うようお願いしています。

◀青葉水道事務所　浅岡所長

Q1 飲料水の備蓄はどのくらい必要ですか？

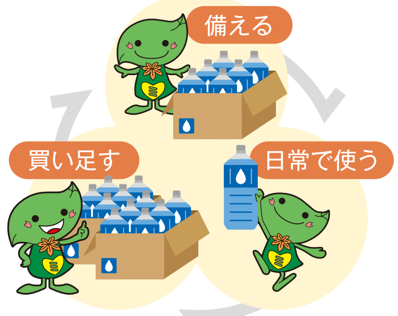
A. 1人当たり9リットル（ℓ）（1日3ℓ×最低3日分）以上の備蓄が必要です。

災害に備え、9ℓ以上×家族の人数分の飲料水の備蓄をお願いします。

Q2 お勧めの備蓄方法はありますか？

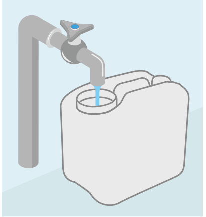
A. 「ローリングストック法」がお勧めです！

飲料水を多めに買っておき、使った分だけ新しく補充することでいつも一定の量を備蓄しておく方法です。



▲緑区キャラクター「ミドリン」

水道水を使用した備蓄の方法もあります。



詳しくは↓

Q3 災害時給水所で水をもらう場合の注意点は？

A. 水を入れる容器を持参しましょう。

水は重いので、リュックサックやカートなども用意していきましょう。

災害時給水所

10ℓポリタンク

カート

リュックサック

災害時給水所には災害用地下給水タンク、配水池、緊急給水栓などがあります（緑区内25か所）。
自宅や職場の近くの災害時給水所を確認しておきましょう。→

Q4 災害時の断水に備えて、水道局ではどんなことをやっていますか？

A. 水道局では、計画的な水道施設の更新や、他都市や民間事業者との応援協定締結などハードとソフトの両面から災害対策の強化に取り組んでいます。でも何が起きるかは分かりませんので、断水した場合に備え、市内全域で災害時給水所の整備も進めていて、地域の皆さんと応急給水訓練を行っています。

【問合せ】水道局お客さまサービスセンター ☎847-6262（はちよんなな） FAX 848-4281

特集2

私の生活、どうなるんだろう?

在宅避難? 避難所生活?

震災時の生活を想像してみよう

首都直下地震など、いつ何時大きな地震が起きるか分かりません。
「いざ」というときに備え、改めて避難所のことや備えについて知っておきましょう!

発災前にチェック!

- □ 発災時、家族が離れた場所にいた場合、集まる場所を事前に決めている。
- □ 避難所までの避難経路を知っている。
- □ 状況に応じた避難行動を知っている。

大地震発生!!

あなたの家は無事!?

被害が大きく家に住めない状況

被害が小さく家に住める状況

必要な物資を持って避難所へ行きましょう!

非常持ち出し品例
(水、食料、ラジオ、懐中電灯など)

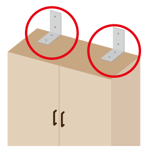
在宅避難

自宅で避難、できるかな?

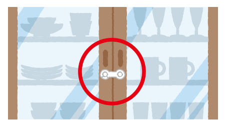
室内の対策は?

余震が来ても大丈夫な状況ですか?

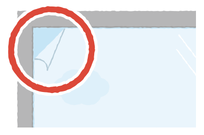
家具
転倒防止のために固定



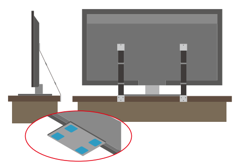
扉・戸棚
扉が開いて食器等が飛び出さないよう留める



窓ガラス
割れたガラスでけがをしないよう飛散防止フィルムを貼る



テレビ
転倒防止のため耐震マット等で固定



必要な備えは?

トイレが流せない　手が洗えない

- 在宅避難では特に「水」が問題になります。**水のない生活を想像し必要なものを準備してください。**
- **水・食料は最低でも3日分(できれば1週間)**用意しましょう。

目安は1人1日3ℓ
水の準備は優先的に!

5面で災害時の水についてお知らせしています

- **トイレパックなどは数に余裕をもって用意**し、我慢することのないようにしましょう。
- **ラジオやライト**など、情報や明かりを確保できるものを用意しましょう。

薬など自分に必要なものは多めに備蓄しているよ。

パパ・ママはチェック!

災害時のお子さんとの生活を想像してみてください。どんなことが思い浮かびますか?

「備蓄食を食べたらアレルギーが出た!」 「用意していた液体ミルクやおむつが合わないみたい…」

急にいつもと違うミルクを与えても飲んでくれるか分からないね。

ローリングストックで日頃から備蓄品を使うと良いみたい。パパとママにも教えてあげよう!

備える → 消費する → 買い足す

緑区総務課　大前(おおまえ)職員

在宅避難の場合でも、**最寄りの避難所に行って避難者カードを記入してください。**
安否情報や救援物資の要請にカードの情報を活用します。

避難所へ行く際は、逃げ遅れがないよう、隣近所の人と声を掛け合って避難してください。

トイレ清掃は避難者が当番制で実施する場合が多いみたいね。

避難所

普段の生活と比べてみよう

居住スペースは?

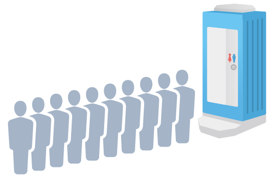
1人分は約1m×2m
(畳1畳より少し広いくらい)

寝返りをするのも一苦労です…

トイレ・風呂・洗濯は?

- 仮設トイレは避難所に2基
- 避難所によっては下水直結式仮設トイレ(通称:災害用ハマッコトイレ)が使えます。(5基)
- 発災直後の風呂や洗濯は困難です。

災害用ハマッコトイレ



トイレ前は大行列になる可能性も…

食事は?

- 市が各避難所に備蓄している水は350mℓ×2,000本、クラッカー・パンは各1,000食あり、その他の物資を含め、これらを避難者で分け合います。

- 輸送路の状況によっては、追加物資の供給が遅れる可能性もあるため、家庭での準備が重要となります。

女性の方へ

緑区では、女性目線での避難所運営のため、LEDライトや防犯ブザー、クイックシェルターを避難所へ配布し、夜間の安全対策やプライバシーの確保に努めています。

LEDライト　防犯ブザー　クイックシェルター1.8m

在宅避難へのご協力をお願いします!

避難所は受入れスペースに限りがあります。
自宅での生活が可能な人は、在宅避難をし、ストレスの少ない被災生活に努めてください。

避難所をもっと知る ～避難者みんなで支え合おう!～

誰が運営しているの?

避難所は地域のボランティアによって運営されています。

避難者は「お客様」ではありません。

運営している地域のボランティアも被災者ですので、自分ができることを探し、積極的に運営に参加してください!

運営委員の人もボランティアなんだね!

避難所の運営委員長に聞きました!

避難所の運営委員長を務めている川村(かわむら)委員長(十日市場中学校 地域防災拠点運営委員会)に、委員になったきっかけや避難所運営で意識していること、避難者に望むことを伺いました!

川村委員長

女性視点で何か取組ができるのではという思いで避難所運営に関わり始めました。具体的には、授乳室や子ども用のプレイルームを避難所に設けようと運営委員会で話を進めています。少しでも皆さんの負担が減るよう清潔感のある避難所を目指していますので、皆さんも避難された際は、何でも良いので役割を一つ見つけ、運営に協力してもらえると嬉しいです!

避難所にはこんな役割もあります

在宅避難者のサポート
在宅避難していることを伝えておくと、自宅の物資がなくなったときに避難所でもらうことができます。

物資や情報が集まってくる!
救援物資、ライフラインの復旧や被災生活の支援に関する情報なども集まってきます。

被災後の子どもたち

被災後は、大人でさえ自分たちのことで手一杯な状況の中、子どもたちはより大きな不安を抱えます。子どもたちが少しでも早く日常を取り戻すためには、周囲の大人の理解や協力が必要です。

遊び場があると、みんな元気になると思うな!

講師:おくむら 政佳(まさよし)(元RAG FAIR(ラグフェアー)おっくん)

3月11日に緑区防災講演会を実施します。 YouTubeでライブ配信を行うので、チェックしてみてください!
13時30分からライブ配信スタート!配信はこちらから

ⓘ ペットも災害に備えよう 》 大規模な災害発生時には、ペットと一緒に避難することが想定されます。しつけや非常持出袋の準備など、日頃から対策を考えましょう。

アイコンについて　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　保育あり　申込み　問合せ先　電話　ファクス　はがき　郵送　Eメール　往復はがき　ウェブページ　窓口　先着　抽選　申込み不要、当日直接会場へ

⚠ イベントは変更・中止することがあります。参加する前にウェブページ・問合せ先で確認してください ⚠

令和4(2022)年度 緑区こもれび躍るふれあいのまちづくり顕彰 表彰式開催

1月7日に行われた「令和5年緑区新年賀詞交換会」にて、緑区こもれび躍るふれあいのまちづくり顕彰表彰式が執り行われました。この顕彰は、よりよいまちづくりを目指し、さまざまなかたちで地域活動を行っている方々や、緑区民を元気にする活動を行った方々などを、各地区連合自治会からの推薦を受けて表彰するものです。今年度は10名・1団体が表彰され、緑区長より表彰状が授与されました。
おめでとうございます。

【問合せ】区庶務係 ☎930-2211 fax 930-2209

4月9日(日)は統一地方選挙(市会・県会・県知事)が行われます

投票日当日の投票時間　7時～20時

選挙公報は、インターネットからも閲覧できます。

「投票のご案内」をお持ちください

世帯ごとに、一つの封筒に同封して郵送します。
自身の「投票のご案内」を持参してください。窓口での受付が早くなります。

期日前投票

投票日当日、用事で投票に行けない場合や新型コロナウイルス感染症対策を理由として期日前投票ができます。「投票のご案内」裏面の「請求書兼宣誓書」を事前に記入しておくと期日前投票の受付が早くなります。
※「請求書兼宣誓書」は期日前投票所にも用意しています。

緑区の期日前投票所(2か所)
各期日前投票所で投票できる期間や時間が異なるのでご注意ください。

	緑区役所1階 イベントスペース	長津田消防出張所
地図		
所在地	所在地:寺山町118(JR・市営地下鉄「中山駅」南口徒歩5分)	所在地:長津田2-10-4(JR・東急「長津田駅」北口徒歩5分)※車での来場不可
投票できる日(土・日曜日を含む)	市会・県会・県知事 4月1日(土)～8日(土) ※県知事選挙は3月24日(金)から投票できます	市会・県会・県知事 4月1日(土)～8日(土)
投票できる時間	8時30分～20時	9時30分～20時

- 期日前投票所は投票日が近くなるにつれて、投票者数が増え、混雑する傾向があります。特に投票日前日の土曜日は大変混雑します。分散投票にご協力ください。
- 投票日当日は「投票のご案内」に記載の投票所にお越しください。

不在者投票

一定の要件に当てはまる人は、出張先・旅行先、入院先(指定された施設)等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。投票用紙の交付・送付等に時間がかかるため、できるだけ早い手続をお願いします。
詳しくは、緑区選挙管理委員会に問い合わせください。

【問合せ】緑区選挙管理委員会 ☎930-2212 fax 930-2209

犬の登録と狂犬病予防注射

犬の飼い主には、飼い犬の登録と、毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

犬の登録の手続

横浜市で新たに犬を飼い始めた人は区環境衛生係に登録申請し、犬鑑札の交付(手数料3,000円)を受けてください。横浜市の委託を受けた動物病院でも登録できます。
犬を連れて横浜市外から転入してきた人は、区環境衛生係へお問い合わせください。

狂犬病予防注射の手続

予防注射は、❶動物病院 ❷出張会場(集合注射)で受けられます。

❶動物病院で注射
事前に各動物病院へ料金を問い合わせてください。横浜市の委託を受けた動物病院では、注射と同時に注射済票交付手続が可能です。

❷出張会場で注射
「狂犬病予防注射済票交付申請書」が必須です。

2023年度 犬の狂犬病予防注射出張会場(緑区内)

日程	受付時間	会場名	所在地
4月16日(日)	10時～12時	緑区役所(庁舎前広場)	寺山町118
	13時30分～15時		
20日(木)	10時～12時	霧が丘公園(石の広場)	霧が丘5-24
	13時30分～15時	大林寺駐車場	長津田6-6-24
27日(木)	10時～12時	山下地域交流センター	北八朔町1777-1
	13時30分～15時	東本郷第三公園(グラウンド)	東本郷3-48

¥3,650円(注射料金3,100円、注射済票交付手数料550円)
※会場での時間短縮のため、釣り銭のないよう現金にてご用意ください。

持 狂犬病予防注射済票交付申請書
※登録している犬の飼い主には3月下旬までに送付

横浜市内に犬の登録がない場合は、区役所で新規や転入の手続を済ませてから、ご来場ください。また、購入店等ですでに犬の登録手続が済んでいる場合があります。登録の有無を確認しますので、事前に区役所へお問い合わせください。

荒天時の中止確認、横浜市内の狂犬病予防注射出張会場日程は
横浜市動物愛護センター 検索

【問合せ】区環境衛生係 ☎930-2368 fax 930-2367

問区環境衛生係 ☎930-2368 fax930-2367

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　必要事項:行事名・〒・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・往復はがきは返信面
■各施設の催しの申込み・問合せは各施設へ。施設の催しは特に記載のない場合、会場は各施設　■今月11日以降のお知らせです。特に記載のないものは0円　■敬称は省略

⚠ イベントは変更・中止することがあります。参加する前にウェブページ・問合せ先で確認してください ⚠

区からのお知らせ
よりどり みどり情報

アイコン説明・注意事項は上部に記載しています。

イベント参加・施設利用のルール

- 体調が良くない人は参加しない
- マスク着用・検温・消毒にご協力を
- 主催者・管理者の指示を守る

催し

公立保育園に遊びに来ませんか

要予約。詳しくは各保育園へ問い合わせてください。

長津田保育園
☎985-9978 fax981-2710

0歳・ふれあい遊びの日
時 3月27日(月)10時30分～11時
対 0歳の子と保護者 定3組

鴨居保育園
☎933-2106 fax933-2104

園庭あそび
時 3月13日(月)11時から ※雨天中止
対 1歳以上の未就学児と保護者 定10組

講演・講座

緑区在宅医療相談室が実施する講座

共通
持 動きやすい服装、筆記用具、飲み物
申 必要事項を明記し 電 fax は ✉ Web で緑区在宅医療相談室(〒226-0019 中山3-16-2 ☎937-2303 fax935-6762 ✉con-mishikai@tiara.ocn.ne.jp)

自分も仲間も住む町もみんな元気!～仲間と一緒に運動を～

時 3月15日(水)①10時～11時 ②11時30分～12時30分　場 緑区休日急患診療所　内 リハビリ専門家による健康講義と体操指導。健康維持のための運動の秘訣　講 倉地(くらち) 洋輔(ようすけ)(㈱まちリハ代表理学療法士)　対 各定25人　申 参加希望の回(①または②)を明記し3月14日必着

元気で長生き～効果的な運動～

時 3月23日(木)10時30分～11時30分　場 緑スポーツセンター　内 リハビリ専門家による健康講義と体操指導。定期的な運動継続の効果・意義をお伝え　講 倉地(くらち) 洋輔(ようすけ)(㈱まちリハ代表理学療法士)　対 定25人　申 3月22日必着

ヨガで心と体を整える～心身の不調と向き合う～

時 3月30日(木)14時～15時　場 緑区休日急患診療所　内 自宅で自分のペースで続けられるヨガをリハビリ専門家が指導　講 加藤(かとう) 光子(みつこ)(緑区医師会理学療法士、ヨガインストラクター)　対 定15人　申 3月29日必着

緑区の境界線を歩く～緑区をぐるーっと一周～「里山ガーデンと緑区の奥地を歩く」

時 4月4日(火)9時～12時45分 ※雨天時4月5日(水)同時刻
内 約6km。JR中山駅改札口(集合)～(バス)～県立四季の森公園～里山ガーデン～大山道道標～三保市民の森(解散)　対 抽30人　費 300円　持 動きやすい服装、飲み物　申 3月20日必着で参加者全員の 必要事項・年齢、代表者のEメールアドレスを明記し は ✉ Web で緑区ガイドボランティアの会(〒226-0019 中山4-36-20みどりーむNo.9 ✉midorikuguide@yahoo.co.jp)
問 田中(たなか) 晃(あきら)(☎080-5184-7488)

緑区IT講習会 ワード基礎(全2回)

時 4月16日・23日(日)13時～16時
場 みどりーむ　内 文字入力、表と罫線、画像とイラストの挿入、簡単な文章の作成など　対 抽20人　費 2,500円
持 パソコン(持参できない場合は貸出し)、筆記用具　申 4月4日必着で 必要事項を明記し は Web 窓 でNPO法人MICS(ミックス)(〒226-0019 中山4-36-20 みどりーむ内 ☎932-3272)

インクルーシブダンスワークショップ&ファシリテーター育成講座「のはらハみどり」第3期

時 4月16日、5月14日、6月11日、7月9日(日)①10時30分～11時10分 ②12時～13時 ③13時15分～14時
場 みどりアートパーク　内 ①②ワークショップ(WS)③WSのファシリテーター育成講座　講 西(にし) 洋子(ひろこ)(東洋英和女学院大学教授)ほか
対 ①未就学児と保護者 定10組20人 ②定20人 ③ファシリテーター希望者 定10人　費 1回500円　持 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル、必要なら着替え　申 必要事項・参加希望コース(①～③)・年齢・障害の有無・車椅子使用の有無・介助者がいる場合は介助者参加の有無を明記し ☎ fax 郵 ✉ 窓 でみどりアートパーク(〒226-0027長津田2-1-3 ☎986-2441 fax986-2445 ✉info-m@midori-artpark.jp)

スポーツ

第97回緑区民バレーボール大会

時 4月23日(日)9時～9時15分受付
場 緑スポーツセンター　内 ミックス、9人制一般女子　対 緑区または近隣区在住・在勤・在学者(高校生以上):ミックス抽6チーム、9人制一般女子抽12チーム　費 1チーム8,000円(登録チーム5,000円)　申 3月29日までに Web で緑区バレーボール協会
問 緑区バレーボール協会 久保田(くぼた) 敏子(としこ)(☎fax 981-3702)

郵送手続を利用してください

例
- 戸籍・住民票の写しの請求
- 国民健康保険の手続
- 市・県民税(所得)の証明

詳しくは 横浜市緑区 郵送手続 検索

♥保健・福祉

会場の記載のないものは緑区役所です。

申込み・問合せ先
1 健康づくり係 ☎930-2357 fax930-2355
2 高齢者支援担当 ☎930-2311 fax930-2310
3 こども家庭係 ☎930-2361 fax930-2435

健康づくり

抗HIV抗体・梅毒検査(匿名制)

時 3月16日・23日、4月6日・13日(木)9時～9時30分受付　申 実施日1週間前から前日16時までに☎で 1

保健・福祉 10面に続く

特殊詐欺被害が急増中!

STOP

- すぐにお金が必要!
- キャッシュカードを預かります!
- 医療費の還付金があります!

ちょっと待って!!それは詐欺!!
不審な電話は家族や警察に確認・相談を!

【問合せ】区 地域活動係 ☎930-2233 fax930-2242

引っ越しの手続はお早めに

引っ越しシーズン3月17日(金)～4月10日(月)は、住所異動(引っ越し)の手続などで窓口が大変混雑します。

平日は9時～14時が最も混雑します!

	引っ越し先	期間	手続 緑区役所2階22番窓口
転出	市外へ	引っ越し予定日の14日前から	緑区役所へ転出届を提出 ※オンライン・郵送での手続も可能です。(オンライン手続にはマイナンバーカードが必要) 詳しくは 横浜市 転出届 検索
転出	市内の他の区へ	引っ越し日から14日以内	新しい住所地の区役所へ転入届を提出(緑区役所での手続はありません。)
転入	市外から	引っ越し日から14日以内	緑区役所へ転入届と今までお住まいの市町村が発行する「転出証明書」を提出
転入	市内の他の区から	引っ越し日から14日以内	緑区役所へ転入届を提出
区内	区内での引っ越し	引っ越し日から14日以内	緑区役所へ転居届を提出

【手続に必要なもの】
- 有効期限内の本人確認資料(マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、在留カードなど)
- 家族全員分のマイナンバーカード・住民基本台帳カード(各カードお持ちの人のみ)、全員分の暗証番号(各カード4桁の数字)
- 本人または同一世帯員以外の人が届け出る場合は「委任状」
- 転入により転校する小・中学生のいる世帯は、「在学証明書」等

混雑予測カレンダー 市版14面をご覧ください。

【問合せ】区登録担当 ☎930-2250 fax930-2255

ⓘ **3月は自殺対策強化月間** 》様子がおかしいな?と思ったら、声を掛け、気持ちを聞いてみましょう。あなたのその一言で、救える命があるかもしれません。

アイコンについて　【日】日時・日程　【会】会場　【内】内容　【講】講師・出演者　【対】対象・定員　【コ】コース　【¥】費用・チケット　【持】持ち物　【保】保育あり　【申】申込み　【問】問合せ先　【電】電話　【fax】ファクス　【は】はがき　【郵】郵送　【E】Eメール　【往】往復はがき　【Web】ウェブページ　【窓】窓口　【先】先着　【抽】抽選　【直】申込み不要、当日直接会場へ

⚠ **イベントは変更・中止することがあります。参加する前にウェブページ・問合せ先で確認してください** ⚠

保健・福祉 続き

食と生活の健康相談

【日】3月17日(金)9時～11時、4月4日(火)13時～15時　【内】生活習慣病予防の相談　【申】【電】で1

福祉

介護者のつどい

【日】3月22日(水)13時30分～15時　【会】霧が丘地域ケアプラザ　【内】介護についての勉強会や交流会　【申】【電】で霧が丘地域ケアプラザ(【電】922-6633　【fax】922-6611)

若者のための専門相談

【日】3月16日、4月6日(木)13時30分～16時20分(1回50分)　【内】ひきこもりや不登校の悩みなど　【対】横浜市在住の15～39歳の本人、家族、支援者、地域の人　【申】【電】でよこはま北部ユースプラザ(【電】948-5505　【E】mail@kitapla.jp)

赤ちゃん・子ども・女性

母親(両親)教室(全4回)

【日】①5月11日(木)②17日(水)③24日(水)④31日(水)—①③13時15分～15時②④13時15分～15時15分(13時から受付)　【内】妊娠中のこと、出産・育児について学ぶ　【対】2023年9月出産予定(目安)の初産の人　【持】母子健康手帳、子育てガイドブック「どれどれ」、筆記用具、飲み物　【申】4月1日～20日に二次元コード　【問】【電】で3

プレパパ・プレママ講座

【日】4月22日(土)9時30分～11時30分(9時15分から受付)　【内】沐浴(もくよく)実習、胎児の成長や産後の生活について　【対】緑区在住の初産の妊婦(実施日に妊娠7～9か月)とこれから父親になる人　【申】3月13日～30日に二次元コード　【問】【電】で3

妊産婦歯科相談

【日】3月16日(木)9時20分～10時　【対】妊娠中または産後1年未満の人　【持】母子健康手帳　【申】【電】で3

母乳育児相談

【日】3月29日(水)9時30分～11時30分、4月13日(木)13時～15時(1組30分程度)　【対】授乳中の母親と赤ちゃん　【先】4組　【持】母子健康手帳、フェイスタオル　【申】【電】【窓】で3

乳幼児健康診査

対象の子には個別通知を送付しています。

【日】①4か月児:3月24日(金)、4月6日(木)②1歳6か月児:3月23日(木)、4月12日(水)③3歳児:3月16日(木)、4月7日(金)　【問】【電】で3

離乳食教室「もぐもぐ教室」

【日】3月29日(水)13時15分～14時、14時45分～15時30分(各15分前から受付)　【対】7～8か月ごろの子と保護者各【先】10組　【持】手拭き用タオル、飲み物　【申】3月13日から【電】【fax】【窓】で1(【fax】は参加者全員の **必要事項**・子の生年月日を明記)

歯つらつ1歳児

【日】4月21日(金)10時～11時30分　【内】虫歯予防の話、歯磨きアドバイスなど　【対】2022年3月～6月生まれの子と保護者【先】12組　【持】母子健康手帳　【申】3月11日～31日に二次元コード　【問】3

乳幼児歯科相談

【日】3月16日(木)9時30分～10時30分　【内】歯科健診、相談、歯磨きアドバイス　【対】未就学児　【申】【電】【窓】で3

子どもの食生活相談

【日】3月29日(水)9時～11時(1回30分程度)　【内】離乳食、幼児～思春期の子の食生活相談　【申】【電】で1

施設から

長津田地区センター

〒226-0026 長津田町2327
【電】983-4445 【fax】983-6945

鎌倉彫体験教室(全3回)

【日】4月4日・18日、5月16日(火)10時～12時　【内】小さなお皿作り　【対】成人【先】10人　【¥】2,500円　【持】鉛筆、定規 ※彫刻刀の貸出しあり　【申】3月11日から【電】【窓】

ヨガ体験講座(全3回)

【日】4月18日・25日、5月2日(火)13時30分～14時30分　【内】基本ヨガ、顔ヨガ　【対】成人【先】12人　【¥】1,400円　【申】3月12日から【電】【窓】

ウクレレ教室(全5回)

【日】①4月20日、5月11日・25日、6月8日・22日(木)②4月22日、5月13日・27日、6月10日・24日(土) ※いずれも10時～11時30分　【内】基礎コード・曲　【対】成人各【先】10人　【¥】2,900円　【申】3月16日から【電】【窓】

リラックス気功(全3回)

【日】4月21日・28日、5月12日(金)10時～11時30分　【対】成人【先】12人 ※膝の悪い人も椅子に座って参加可　【¥】1,400円　【申】3月15日から【電】【窓】

十日市場地区センター

〒226-0025 十日市場町808-3
【電】981-9573 【fax】982-3161

スポーツダーツを楽しもう!

【日】3月25日(土)9時30分～11時30分　【内】プロの現役選手と一緒にみんなで気軽に楽しむ　【対】【先】16人(幼児は要保護者同伴)　【¥】500円　【申】3月13日から【電】【窓】

歴史講座「古都鎌倉の魅力」

【日】4月1日(土)9時30分～11時40分　【内】寺院や仏を中心とした文化を学ぶ　【講】岡部(おかべ) 光雄(みつお)(中世鎌倉歴史研究家)　【対】成人【先】20人　【¥】300円　【持】筆記用具　【申】3月13日から【電】【窓】

金曜エクササイズ(全14回)

【日】4月14日～7月21日の毎週金曜日9時20分～10時20分、10時40分～11時40分(5月5日を除く)　【内】エアロビ(有酸素運動)や筋力アップ・脳を鍛える体操などで楽しく体を動かす　【対】成人各【先】50人　【¥】4,200円　【持】動きやすい服装、室内用運動靴、汗拭き用タオル、バスタオル、飲み物　【申】3月20日から【電】【窓】

中山地区センター

〒226-0019 中山2-1-1
【電】935-1982 【fax】935-1983
【申】(共通)受付は9時30分から

エレベーター改修工事のため、3月14日(予定)までエレベーターを利用できません。

イキイキ健康体操(全10回)1期

【日】4月13日～6月22日の毎週木曜日13時～14時30分(5月4日を除く)　【対】おおむね60歳以上【抽】35人　【¥】6,000円　【申】3月16日～19日に【電】 ※結果は3月23日から電話連絡

ZUMBA(ズンバ)(全10回)1期

【日】4月13日～6月22日の毎週木曜日10時30分～11時30分(5月4日を除く)　【内】世界中の音楽を楽しみながらダンスエクササイズ　【対】【先】25人　【¥】6,000円　【申】3月12日から【電】

はじめての能(全3回)

【日】4月14日、6月16日、7月7日(金)13時～14時30分　【内】能の歴史、装束・面の話、鑑賞前の座学など　【講】加藤(かとう) 眞悟(しんご)(観世流シテ方 重要無形文化財保持者)　【対】【先】25人　【¥】8,000円(5月5日、7月17日の鑑賞代含む)　【申】3月13日から【電】

劇団四季とミュージカル(お話と歌)

【日】4月22日(土)13時30分～14時30分　【講】賀山(かやま) 祐介(ゆうすけ)(元劇団四季団員)ほか　【対】【先】50人　【¥】900円　【申】3月14日から【電】

白山地区センター

〒226-0006 白山1-2-1
【電】935-0326 【fax】935-6039

土曜の朝太極拳

【日】3月11日・18日・25日(土)9時15分～10時15分 ※1回ずつの参加可　【対】成人【先】30人　【¥】1回300円　【持】動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物　【直】

午後の初級エアロビ&リフレッシュ

【日】3月17日・24日(金)15時15分～16時30分 ※1回ずつの参加可　【内】初級エアロビとストレッチ　【対】成人【先】17人　【¥】1回500円　【持】動きやすい服装、室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物　【直】

男性のための筋トレ体操(全10回)

【日】4月7日～6月16日の毎週金曜日13時～14時30分(5月5日を除く)　【内】正しいトレーニング方法を学び、体を鍛える　【対】成人男性【先】40人　【¥】5,000円　【申】3月13日から【電】【窓】

40代～60代女性のための週末ボディメンテナンス講座(全12回)

【日】4月8日～6月24日の毎週土曜日10時40分～11時40分　【内】骨盤・デコルテ・お腹周りの筋肉の使い方やセルフメンテナンスを学ぶ　【対】40～60代女性【先】40人　【¥】6,000円　【申】3月13日から【電】【窓】

みどりアートパーク

〒226-0027 長津田2-1-3
【電】986-2441 【fax】986-2445

SDGs映画上映会「ザ・トゥルー・コスト ～ファストファッション 真の代償～」

【日】4月3日(月)13時30分から(13時開場)　【内】誰かの犠牲の上に成り立つファッションに変化が起き始めた。ファッション産業の今と、向かうべき未来　【対】【先】100人　【¥】600円　【申】【電】

BIG(ビッグ) BAND(バンド) NIGHT(ナイト) みどりアートパーク Vol.4

【日】5月20日(土)15時開演(14時15分開場)　【内】BIG BANDによる生ステージ　【講】ザ・ビッグバンド・オブ・ローグス(東京キューバンボーイズJr.(ジュニア))　【対】【先】250人　【¥】3,000円(当日3,500円)　【申】【窓】でみどりアートパーク、【電】【fax】でいば ひでのぶ(【電】593-8239　【fax】593-8213)

地域子育て支援拠点いっぽ

〒226-0025 十日市場町817-8
【電】989-5850 【fax】989-5851

横浜子育てサポートシステム 入会説明会

【日】3月22日(水)、4月7日(金)10時30分～11時30分　【内】地域で子どもを預けたい人と預かる人をつなぐ制度　【申】【電】【Web】で緑区支部(【電】982-3521)

思い出作ろう、次のいっぽへ

【日】3月30日(木)10時～16時　【内】春から入園や入学などで新生活を迎える皆さんに向けた思い出作り　【直】

相談は区高齢・障害支援課へ ☎930-2434

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　[必要事項]:行事名・〒・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・往復はがきは返信面
■各施設の催しの申込み・問合せは各施設へ。施設の催しは特に記載のない場合、会場は各施設　■今月11日以降のお知らせです。特に記載のないものは0円　■敬称は省略

⚠ イベントは変更・中止することがあります。参加する前にウェブページ・問合せ先で確認してください ⚠

緑図書館
〒226-0025 十日市場町825-1
☎985-6331 fax985-6333

おはなし会
①0・1歳児と保護者各[先]8組:3月15日(水)10時30分〜10時50分、11時15分〜11時35分 ②3歳以上の子[先]8組:3月25日(土)15時30分〜15時50分 ※1組3人まで　絵本の読み聞かせ、童歌

講演会「知っトク!ペットと防災」
3月19日(日)14時〜15時　災害時、大切なペットを守るためにできることを考える　副島(そえじま) 健司(けんじ)(緑区獣医師会会長)　[先]20人(小学生以上の子同伴可)　3月11日9時30分から☎窓

移動図書館「はまかぜ号」
竹山中公園
3月16日・30日(木)
14時50分〜15時50分
北八朔第二公園
3月21日(火・祝)、4月4日(火)
10時10分〜11時10分
※荒天中止

【問合せ】中央図書館サービス課
☎262-0050 fax231-8299

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

■男女共同参画センター横浜北
❶代表 ☎910-5700 fax910-5755
❷子どもの部屋 ☎910-5724

パパといっしょに作って遊ぼう 牛乳パックでお気に入りのイスを作っちゃおう!
3月11日(土)10時30分〜12時
牛乳パックで子ども用の椅子づくり
[先]20組　¥300円

産後ヨガ〜1歳までの赤ちゃんと
4月28日(金)10時〜11時15分
産後6か月〜1年の母子[先]16組
¥900円　2か月以上の未就学児。4日前までに❷　3月11日から Web

■横浜市民ギャラリーあざみ野
☎910-5656 fax910-5674

フェローアートギャラリー 毛利(もうり) 秀勝(ひでかつ)展
3月26日(日)までの9時〜21時
障害のあるアーティストの作品を紹介。ボールペン、色鉛筆など多様な画材で描かれた作品を展示

あざみ野オープンスタジオ 着衣クロッキー Aコース(全4回)
4月13日〜5月25日の隔週木曜日14時〜16時30分　着衣モデルのクロッキーに、自主的に取り組む。時間を変えて、いろいろなポーズを描く
中学生以上[抽]15人　¥6,000円
必要な画材(油絵具類以外)※画板、イーゼル貸出しあり　1歳6か月以上の未就学児。4日前までに子どもの部屋(☎910-5724)　3月23日までに Web窓

緑区社会福祉協議会
〒226-0019 中山2-1-1
☎931-2478 fax934-4355

令和5(2023)年度「緑区ふれあい助成金・緑いきいき助成金」申請受付
緑区内で行われる非営利な地域福祉推進事業や、障害福祉推進事業を支援するための助成金　4月4日〜21日必着で申込書を記入し 郵窓
※詳しくは「てびき」参照。申込書・てびきの配布:緑区社会福祉協議会 Web窓

「善意銀行」への寄付者(12月受付分)
渡邉(わたなべ) 昭子(あきこ)、木村(きむら) 信保(のぶほ)、貝田(かいだ)歌謡教室、京セラ㈱横浜中山事業所社員一同、京セラ㈱横浜中山事業所、京セラ労働組合 中山支部、匿名3件

緑スポーツセンター
〒226-0019 中山1-29-7
☎932-0733 fax934-7048

天井改修工事等を実施するため、6月1日〜2024年3月31日(予定)は休館となります。詳細な工事時期等は区ウェブページにてお知らせします。

令和5(2023)年度上半期 サークルミニギャラリー出展サークル募集!

区役所1階イベントスペースで、サークルの活動作品を展示してみませんか。

期間	①5月22日(月)〜26日(金) ②6月26日(月)〜30日(金) ③8月28日(月)〜9月1日(金)
対象団体	緑区内で創作活動をしている団体
対象作品	絵、写真、貼り絵、切り絵、川柳など　選考方法 抽選
申込方法	3月31日必着で申請書を記入し fax郵✉窓で区生涯学習支援係 募集要項・申請書の配布:区生涯学習支援係 Webまたは窓

詳しくは▶

【問合せ】区生涯学習支援係 ☎930-2236 fax930-2242
✉md-gakushu@city.yokohama.jp

「第1回みどりんぴっく」障害のあるなしに関わらず誰でも楽しめる"スポーツレクリエーション・フェスティバル"
3月27日(月)10時〜15時
〈第1体育室〉エンジョイコンサート、サークル発表会、パラスポーツ体験会など〈第2体育室〉ボッチャ、シャフルボード、カローリングなどの"レクリエーションスポーツ"体験コーナー
その他、アクセサリーのワークショップやカフェもあり　室内用運動靴

緑公会堂
〒226-0013 寺山町118
☎930-2400 fax930-2393

ピアノを弾いてみませんか
3月15日(水)〜17日(金)10時〜12時、13時〜20時 ※1枠1時間、最大連続2枠まで申込み可。時間には準備・後片付けを含む　18歳以上各[先]9枠
※個人利用のみ。18歳未満は要保護者申込み・同伴　3月6日から☎

緑区市民活動支援センター みどりーむ
〒226-0019 中山4-36-20
☎938-0631 fax939-5401
✉md-midreamkouza@city.yokohama.jp

緑区生涯学級「横浜線ものがたり」緑区近代教育の夜明けから150年「緑区の小学校の歴史とその周辺を訪ねる」
①公開講座「緑区の小学校の歴史変遷」:4月8日(土)9時30分〜11時40分 ②連続講座(公開講座含む全6回):4月8日(土)・21日(金)、5月12日(金)・26日(金)、6月9日(金)9時30分〜13時、6月23日(金)9時30分〜14時
緑区内の小学校とその周辺の寺社・石造物などをたどる　①相澤(あいさわ) 雅雄(まさお)(地域史研究家) ②(2回目以降)「横浜線ものがたり」運営委員　緑区在住・在勤・在学者:①[抽]18人、②6〜8km歩ける人[抽]20人　¥②1,500円
筆記用具、弁当、飲み物、健康保険証　3月22日必着で [必要事項]・希望する講座(①または②)・年齢・Eメールアドレス・緑区生涯学級受講経験の有無を明記し はがき✉

緑区生涯学級「自然を楽しむ講座」(全5回)
①4月11日(火):新治市民の森
②4月25日(火):県立四季の森公園
③5月9日(火):玄海田公園
④5月23日(火):東工大と高尾山
⑤6月6日(火):都筑水再生センター、みどりーむ ※いずれも9時〜14時
①森、里山を知る②公園内の里山に自生する植物の観察③緑道の自然と憩いの公園に残る自然を観察④岩川源流を探り、東工大学食を楽しむ⑤市最初の完全分流式による高度水処理施設の見学　5〜6km歩ける人 [抽]20人　¥2,000円
筆記用具、弁当、飲み物、健康保険証
3月24日必着で[必要事項]・年齢・Eメールアドレス・緑区生涯学級受講経験の有無を明記し はがき✉

サロンふらっと150回記念「関東大震災から100年、学校と子どもから見る横浜の復興」
4月16日(日)13時30分〜15時
金(キム) 耿昊(キョンホ)(横浜市史資料室調査研究員)
[抽]35人　4月7日必着で [必要事項]を明記し はがき✉

よこはま動物園ズーラシア
〒241-0001 旭区上白根町1175-1
☎959-1000
休園日:3月14日(火)・22日(水)

ズーラシア ガーデンパーティー
3月25日(土)〜4月2日(日)
ころころ広場　春のうららかな気候のもと、飲食を楽しめるキッチンカーやワークショップを出店

▲昨年の様子

ズーラシアだより「モウコノウマ」
モウコノウマはアジアの内陸部やヨーロッパなど、広い分布域の中で生息していました。しかし、乱獲などにより個体数が減り、野生では絶滅したといわれています。現在はヨーロッパの動物園で飼育していた個体から繁殖が進み、モンゴルの保護区を中心に野生復帰計画が進められています。

モウコノウマは頭部が大きく、四肢は短くて、たてがみが固くて上に伸びている等、家畜の馬とは違った姿をしています。

1月に多摩動物公園から14歳のフルール(メス)、6歳のジャスミン(メス)が来園しました。ズーラシアでモウコノウマを飼育するのは今回が初めてです。ぜひ、ズーラシアのモウコノウマに会いに来てください。

▲フルール

▲ジャスミン

ⓘ 自治会へ加入しましょう》住んでいる地域の自治会が分からない人は区地域活動係まで ☎930-2232

連載 **就労への道しるべ ホップ・ステップ・ジャンプ!**
それぞれの自立の形を実現するためのサポートがあります

第2回 就労訓練事業（ステップ編）

「仕事をしたことがない・経験が少ない」「働きたいけどブランクがある」など、このまま社会に出ることに不安を感じている人へ就労までの3ステップを紹介します。

区生活支援係では、すぐに仕事をすることに不安を感じている人に対して、実際の職場での就労訓練を通して、働く力を高める支援を行っています。

就労訓練事業とは?

社会福祉法人や一般企業において段階的な支援付きの就労の機会を提供します。状況に応じてステップアップしていきます。訓練の種類には非雇用型と雇用型があります。

※事業利用には一定の要件があります

check
就労訓練事業について詳しく知りたい人は、区生活支援係窓口まで

【問合せ】区生活支援係 ☎930-2318 fax930-2329

連載 **緑土木事務所ってどんなところ?**

第8回 公園に関する取組の紹介

区民の暮らしを陰ながら支えている、土木事務所に関わるあれこれを紹介します。

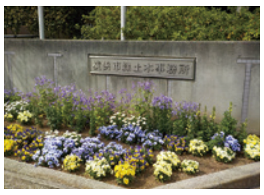
緑区公園マップ

緑土木事務所では、「緑区公園マップ」を作成し、緑区の公園の魅力や公園愛護会の取組を紹介しています。
今年度、英語版の公園マップも作成しましたので、ぜひご覧ください。

配布場所 緑土木事務所2階窓口、緑区役所（1階総合案内、4階企画調整係）など

緑区公園マップ（PDF）はこちらから ▶

種や小さな苗からの花壇づくり


▲講座で作成した土木事務所前庭花壇

▲講座の様子

公園愛護会やハマロードサポーターなどの皆さんに向けて、種や小さな苗から花壇苗を育て、公園の花壇や街路への植え付けを行う、「花と緑のサポーター養成講座」を開催しました。育苗（いくびょう）や土作り、花壇への植え付け、維持管理など、花や緑を上手に生かす園芸の知識と技術を学びました。

次号では講座参加者の花壇を紹介します。

◀緑土木事務所ウェブページ

【問合せ】緑土木事務所 ☎981-2100 fax981-2112

以下は広告スペースです。「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。

広告

広告

広告

広告