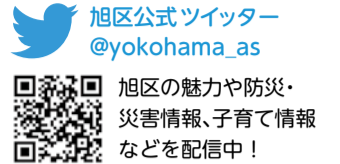


広報よこはま あさひ区版 / 2021(令和3)年12月号 / No.290

2021 12 あさひ



第4回



地球環境のためにできること

防ごう！地球温暖化の巻



3Rを推進することで地球温暖化防止に役立ちます。
ごみの分別に迷ったら、アプリをダウンロード！

横浜市 ごみ分別アプリ

8・9ページの特集もご覧ください→

旭区×SDGs Twitter キャンペーン ～今年の冬は、みんなでSDGs！～

ハッシュタグ「#旭区SDGs」をつけて、「自分が身近にできるSDGsの取組」を「みんな」でツイートしましょう。
また、「#旭区SDGs」を検索して、みんなが取り組んでいることを参考に、「身近なこと」から始めてみませんか。

【ツイート期間】 2022年1月14日(金)まで

- 例えば...
- 冬はエアコンの温度を低めに設定します。 #旭区SDGs
 - できるだけ簡易包装の品物を買います。 #旭区SDGs
 - 買い物は地元で！ #旭区SDGs

「みんなでツイート」参加団体募集！

応募いただいた団体には
旭区×SDGs特製ピンバッジ
をプレゼント！（1団体10個）



【対象】

旭区を拠点にしている団体
(サークル、自治会町内会、職場、学校など)

【申込方法】

12月22日までに☑(団体名、担当者氏名・住所・☑を記入、件名を【旭区×SDGs「みんなでツイート」キャンペーン応募】)



▲詳しくはこちら

●応募後は...

団体メンバー個人のTwitterアカウントでツイートしよう！

☎企画調整係 ☎954-6027 ☎951-3401
✉as-kikaku@city.yokohama.jp

あさひの逸品 「畠山重忠ブランド」を募集します！



2022年NHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」に区内ゆかりの武将、畠山重忠公が登場予定です。これを機に、重忠公にちなんだ商品をつくりませんか？

【応募資格】

区内在住・在勤・在学者(飲食物の生産者・販売者による推薦可)

【対象商品】

区内で販売・提供中(予定含む)の畠山重忠公にちなんだ飲食物
(例)重忠あさひくんのイラストを使用した商品
(例)「畠山重忠」という商品名が入っている商品

【申込方法】

12月20日までに☑(電子申請)か☎(fax)
※詳細は☎でご確認ください。



▲詳しくはこちら



▲新「重忠あさひくん」イラスト

あさひの逸品とは？

区内で販売・提供されている食べ物・飲み物の中で、特においしいと推薦のあったものや、旭区ならではの特徴のあるものを「あさひの逸品」に認定しています。



☎地域活動係 ☎954-6095 ☎955-3341



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



ユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、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 12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 🗣️講師又は出演者 📄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。
施設の運営情報など、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ホームページにまとめています。



▲ここから確認

横浜市旭区 コロナ拡大防止 🔍検索

区・市役所から

税理士による無料相談

🕒12月22日(水)13時~16時(1人25分)
📍区役所1階1番窓口 🎯先着6人

📄12月15日8時45分~📞か直接
※窓口での予約優先。予約開始日は、1番窓口の「税務相談受付」表示前に順番に並んでください。

📞広報相談係
☎️954-6022 📠955-2856

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。

🕒12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

「あさひ散歩」ウォーキング参加者募集

瀬谷の四福神と六道の辻~和泉川の流れ(約5.5キロメートル 約9,000歩)

🕒2022年1月15日(土)8時30分~9時受付(12時30分頃解散) ※小雨決行、荒天時は中止 🎯抽選50人 ※落選者へのみ1月10日までに電話連絡 💰500円
📄2022年1月7日(着)で 📞(090-3698-1211)、📧、📠または 📠(382-1005) ※参加者全員の**必要事項**と 📄、代表者名、コース名「瀬谷の四福神と六道の辻~和泉川の流れ」を記入)

【送付先】〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階 旭区市民活動支援センター「みなくる」旭ガイドボランティアの会 ※申込方法については ☎️382-1000
📧asahi_guide@outlook.jp
※内容・実施確認については、旭ガイドボランティアの会事務局 ☎️090-3698-1211(当日7時~8時30分)

空家無料相談会

①セミナー(4テーマ)②専門家による個別相談(1組30分)

🕒2022年1月17日(月)13時~17時
📍アーバン128ビル3階(鶴ヶ峰1-2-8) 🎯市内に空家を所有している人、市内の空家を相続する可能性のある人、市内の空家の活用を検討している人 / ①各テーマ先着12人 ②先着32組
📄12月13日~2022年1月10日に

📧電子申請、📞または 📠

📞建築局住宅政策課

☎️671-4121

📠641-2756



▲電子申請はこちら

子ども向け科学体験イベント参加者募集「サイエンス教室」を開催します!(現地集合、現地解散)

移動式プラネタリウムでの星空体験や、顕微鏡を使ってミクロの世界を学ぶプログラムを実施します。

🕒2022年1月29日(土)12時30分~15時(15分前集合) 📍横浜サイエンスフロンティア高校(鶴見区小野町6) 鶴見小野駅徒歩3分 🎯区内在住・在学の小学生と保護者(2人1組) / 抽選24組 ※1件の申込みで児童1人、大人1人まで、高学年向き。 ※必ず保護者と一緒に申し込み、当日も同伴してください。 📄12月31日(着)で 📧電子申請か 📠(必要事項、参加者全員の名前・ふりがな、児童の学校名・学年を記入) ※抽選結果は2022年1月上旬にお知らせします。

📞生涯学習支援係

☎️954-6094

📠955-3341



▲電子申請はこちら

南本宿公園分区園(畑)の利用者募集

土と自然に親しむ機会と新しいコミュニティ形成の場として、公園の一部を区画割りした分区園(野菜や花を栽培できるスペース)を有料で貸し出します。



●南本宿公園分区園の概要

【場所】南本宿公園分区園(南本宿58-2)
【区画】39区画(50平方メートル×6区画、30平方メートル×33区画)
【利用期間】2022年4月1日~2023年3月31日(1年間の期間延長も可能)
【使用料】[1区画の年額]50平方メートル:45,000円、
30平方メートル:27,000円

【対象】区内在住で徒歩で分区園を利用できる個人・家族か2世帯程度のグループ

※駐車場がないため、自動車・オートバイなどでの来園はできません。

●申込方法

12月11日~2022年1月13日(着)で 📧に、①分区園名(南本宿公園分区園)②利用代表者の**必要事項**を記入し下記へ。

※グループ利用は、余白に「*グループ利用」と他の利用者の名前を記入。

※個人利用、家族利用及びグループ利用の重複申込みは受付できません。

※更新年度に指定管理期間が終了し、指定管理者が変わる可能性があります。その際、金額やサービスも変わる可能性があります。

📄〒232-8587 南区唐沢15 横浜植木(株)造園部 南本宿公園分区園担当

●利用者及び区画の決定方法

利用申込者が募集区画数を超えた場合は、関係者立ち会いのもと公開抽選を行い、利用者及び区画選定順位を決定します(抽選結果順に区画を選ぶことができます)。また、同時に補欠者の順位を決定します。申込みが募集区画数に満たない場合は全員当選とし、区画選定順位を公開抽選により決定します。

📞横浜市指定管理者 横浜植木(株)造園部 南本宿公園分区園担当

☎️262-7410

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

12月15日(水)

※📞などでご確認ください。

展示コーナー、パネル展示(生涯学習アドバイザー、利用登録団体の作品展示)

12月2日(木)~28日(火)	鶴ヶ峰ふれあいの樹林愛護会	ジャングル山の会
12月3日(金)~25日(土)	手まり作り指導	駒井 晴子さん
12月4日(土)~26日(日)	水引手工芸の作品作り	松本 方遊子さん
12月5日(日)~25日(土)	パリーナヨガ・やさしいピラティス・ヨガ	渡邊 ゆうきさん

ギャラリーコーナー(区内で活動している人の作品展示)

12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。

日曜・祝日・年末年始(12月30日~2022年1月3日)の急病は旭休日急患診療所

二俣川1-88-16 ☎️363-2020

●診療科目

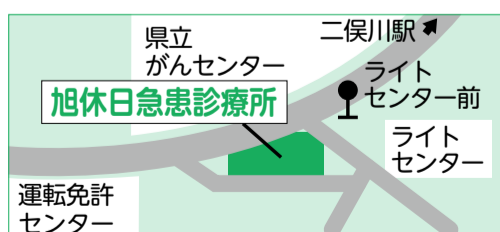
内科・小児科

●診療時間

10時~16時
(受付は9時30分~)

●交通

相鉄バス旭22・23系統
(二俣川駅北口発)「ライトセンター前」下車徒歩1分



※年末年始も対応可能なその他の医療機関は、この広報の市版16ページをご覧ください。

今月の

ぱおぱおるーむ

区役所での手続・健診が済むまで、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📞などでご確認ください。

12月	午前開室	7日・14日(各回火曜)	8時45分~12時15分(12時受付終了)
	午後開室	2日(木)・3日(金)・10日(金)・16日(木)・24日(金)	12時15分~15時45分(15時30分受付終了)
2022年1月	午前開室	11日・25日(各回火曜)	8時45分~12時15分(12時受付終了)
	午後開室	6日(木)・7日(金)・13日(木)・20日(木)・21日(金)	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

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

12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歳の人と家族 申込で下記へ※予約に空きがあれば当日も可
子ども・家庭支援相談
☎954-6160 ☎951-4683

旭区神経系難病交流会「あした会」

お薬との付き合い方。
2022年1月6日(木)13時30分～15時 区役所新館2階大会議室 患者と家族/先着15人 薬剤師 12月11日～
高齢者支援担当
☎954-6191 ☎955-2675

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 ☎392-0222

●善意銀行(9月1日～30日)
次の皆さまから寄付をいただきました。神奈川県理容生活衛生同業組合旭支部(敬称略)



文化

あさひ図書館です

〒241-0005 白根4-6-2
☎953-1166 ☎953-1179

休館

12月20日(月)、29日(水)～2022年1月3日(月)、1月4日(火)9時30分～12時
※☎などでご確認ください。

心の奥底にずっとしまっている大切なもの、他人にはガラクタのように見えるものでもその人の生き方を支えてくれるもの。今月はそんな自分だけの大切なものについての本をご紹介します。

あの人の宝物

人生の起点となった大切なもの。16の物語

大平 一枝 / 著 誠文堂新光社(2017年刊)

各界のトップランナー16人へのインタビューを、写真とともにまとめた本です。初めてもらった給料袋、夫に送った手製エプロン…中でもご紹介したいのは、松岡 享子さんが子どものころ手作りした小さな人形の家。それは紙の箱やキャンデーの包み紙など身近な材料を使い、空想を広げ、お友達と夢中で作って遊んだ、当時の楽しさがいっぱい詰まった箱でした。松岡さんの児童文学作家・翻訳家としての原点を見るような宝物です。



おとうさんのちず

ユリ・シュルヴィッツ / 作 さくま ゆみこ / 訳 あすなる書房(2009年刊)

戦いに追われ、たどり着いた街で何もかもをなくした厳しい暮らし。お父さんは、なけなしのお金で大きな世界地図を買ってきた。なんでパンを買ってこなかったの？と僕は怒ったが、壁に貼った地図を眺めているうちに、僕はうっとりしていた。狭い部屋にいても心は遠くへ飛んでいき、ひもじさも貧しさも忘れ、世界中を冒険して素晴らしい時を過ごしていた…世界的な絵本作家が子どものころの大切な思い出を絵本にしました。



子どもおはなし会

絵本の読み聞かせ・紙芝居など。

12月12日(日)11時～ 3歳～(親子で参加可)/先着6組 当日直接

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。

12月22日(水)10時～11時30分 初心者 開催時間内随時受付

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。

2022年1月6日・13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 実施日の1週間前～ 直接(1月6日実施分は12月23日～)

移動図書館のご案内

巡回予定(荒天中止)
☎中央図書館サービス課
☎262-0050 ☎231-8299

場所	日程	時間
左近山ショッピングセンター 南側広場(左近山16-1)	12月15日、2022年1月5日(各回水曜)	10時～11時
中希望が丘第五公園(中希望が丘202-18)	12月23日(木)	15時15分～16時
中沢町公園(中沢3-37)	12月22日(水)	10時～10時50分

スポーツ

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983
☎371-6105 ☎382-8044

休館日

12月20日(月)

※☎などでご確認ください。

冬期定期教室(2022年1～3月開催)

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

12月1日～18日(着)で(往)以下①～⑦を記入)か所定の応募用紙に記入してスポーツセンターへ(☎からも申込み可)。12月23日までに抽選結果を通知。対象・定員・料金などは、スポーツセンターへお問い合わせください。

①希望教室名②参加者名(フリガナ)③性別④生年月日・年齢(学年)⑤電話番号⑥過去1年間の希望教室への参加有無⑦市外在住・在勤者は勤務先・学校名
※「親子体操」希望者は親子両方の②～④を記入

曜日	子ども対象教室	開催時間
火	チアダンス ジュビター	15時30分～16時20分
	チアダンス マーキュリー	16時30分～17時20分
水	幼児・ジュニア フットサル	17時～18時30分
	少年フットサル	
木	子どもバレエ	17時～17時50分
	全集中! ミニバス道場! 体育のちから	17時15分～18時30分
金	親子体操	10時30分～11時30分
	ヒップホップルビー	17時10分～17時55分
土	ヒップホップ サファイア	18時～18時45分
	バストキッズ	9時15分～10時30分

曜日	大人対象教室	開催時間
月	骨盤 コンディショニング	10時～10時50分
	健康マージャン	9時～10時45分
	バドミントン	
火	転倒骨折予防	10時～10時50分
	フラダンス初級	11時～11時50分
	こり改善ヨーガ	12時～12時50分
	卓球(火)	13時～14時45分
水	キラっとはつらつ健康	9時30分～10時45分
	達筆への道(硬筆)	9時30分～11時
	絵手紙	11時30分～13時
木	フィットネス ヴィーナス	12時～12時50分
	ニコニコ機能体操	13時30分～14時45分
	ベーシックピラティス	19時30分～20時20分
金	いつまでも健康(木)	9時15分～10時30分
	いつまでも健康(金) 第1部	9時～9時50分
	卓球(金)	9時～10時45分
	モリモリ健康力UP	9時15分～10時15分
	いつまでも健康(金) 第2部	10時～10時50分
土	ベリーダンス	10時30分～11時20分
	フラメンコ	11時～11時50分
	フラダンス中級	11時50分～12時40分
	太極拳	13時15分～14時15分
フィットネス パワーヨガ	19時30分～20時20分	
土	いつまでも健康(土)	9時30分～10時45分

※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。

旭スポーツセンター公式 SNS

LINE と Instagram のアカウントを開設しました。
お友達登録・フォローをお願いします!



▲LINE

▲Instagram

詳細は [横浜市 旭スポーツセンター](#) 検索

池谷 直樹さん監修! サムライマルチスポーツクラブのおうちでトレーニング

【倒立チャレンジ】

1. 床に手を付いて壁に足をかけます。
2. 足で少しずつ壁を伝って、同時に手を壁に近づけます。
※視線は手と手の間の床を見ましょう。

最後は水平になるように頑張ろう!



生涯学習支援係 ☎954-6095 ☎955-3341



地球環境のためにできること

きれいな地球の姿を守るためには、私たち一人一人が日々の生活の中でできることを考えていくことが大切です。「食品ロス」や「プラスチックごみ」の問題について知り、身近なことから取り組んでみませんか。

☎ 資源循環局旭事務所 ☎ 953-4811 ☎ 953-6669

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ESDフォーラム
SDGsはみんなの目標

SDGsは、国連で採択された世界共通の17の目標です。大きな目標に聞こえますが、マイバッグの活用やリサイクルなどの身近な取組も目標の達成につながっています。


食品ロスについて考えてみませんか？

食品ロスってなに？

食べ残しや手付かず食品、野菜の皮を厚くむき過ぎたもの(過剰除去)など、まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。食品がごみになってしまうと、処理の際に温室効果ガス(CO₂)が発生します。



毎日、おにぎりを一人当たり1~2個捨てていることになるんだ...



へら星人 ミーオ



横浜市では、年間約9万3千トンの食品ロスが出ています。市民一人当たり約25キロ、金額に換算すると約1万9千円分になります。

プラスチックごみについて考えてみませんか？

便利なプラスチック、何が問題なの？

地球温暖化の原因に


プラスチックを燃やすと、地球温暖化の原因となる温室効果ガス(CO₂)が多く発生します。温暖化は、気温の上昇や大雨・洪水の増加などを引き起こすとされています。

海洋汚染が進行

大量のプラスチックごみが海に流れ込んでおり、2050年には魚の重量を上回ると予測されています。また、「マイクロプラスチック^{*}」を海洋生物が間違えて食べてしまい、付着していた有害な化学物質が蓄積して死んでしまうこともあります。化学物質に汚染された魚を食べることによる人体への影響も懸念されています。
*大きさが5ミリメートル以下のプラスチックのこと



プラスチックは自然界で分解されにくく、有害な化学物質が付着しやすいんだ



「ヨコハマ3R夢！」マスコット イーオ

今から取り組んでみよう！

家庭で実践してみよう

- 冷蔵庫内を整理整頓する
- 買い物メモを作り、必要なものだけを購入する
- 食べきれない量だけ作る
- 野菜の皮や茎なども無駄にしない



▲使い切りレシピ集



▲食品寄付の様子

食べきれない食品を寄付しよう ~フードドライブはじめました~

各家庭で食べきれない未開封食品を持ち寄り、寄付する活動を「フードドライブ」といいます。集められた食品は子ども食堂やひとり親家庭、困窮世帯などへの食料支援として活用されます。

- 受付場所**
- 区役所2階21番窓口：8時45分~17時(土日、祝日、年末年始を除く)
 - 資源循環局旭事務所(白根2-8-1)：9時~16時(日曜、年末年始を除く)


受付できる食品

賞味期限が2か月以上残っている、未開封で常温保存可能なもの。

- 米や小麦粉
- 缶詰・レトルト・インスタント食品
- お菓子
- 調味料(しょうゆ・食用油など)
- 乾麺(そうめん・パスタなど)
- 飲料(ジュース・お茶・水など)

受付できない食品

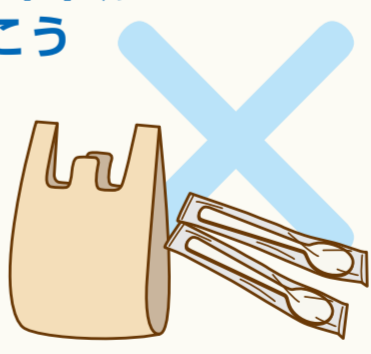
- 賞味期限が2か月を切ったもの
- 開封されているもの
- 生鮮食品(生肉・魚介類・生野菜)
- 冷凍、冷蔵保存のもの
- アルコール

食品は一例です。詳しくは、☎までお問い合わせください。
詳しくはこちら▶ 

今から取り組んでみよう！

マイバッグ・マイボトル・マイ箸を持ち歩こう

レジ袋やプラスチック製のスプーンやフォーク、箸をもらわないようにしましょう。



正しくごみを分別しよう

分別方法は、☎やスマートフォンアプリ、横浜市LINE公式アカウントで簡単に調べることができます。



アプリのダウンロードはこちら



▲App Store



▲Google Play

資源循環局旭事務所の取組



河川沿いのごみ集積場にネットを張って、ごみの流出を防いでいます。また、事務所周辺の集積場を定期的に清掃しています。地球環境を守るため、ルールを守り決められた場所へごみを出すことにご協力ををお願いします。

▶マークの凡例は6ページをご覧ください

【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

スポーツ



ソフトテニスを 楽しんでみませんか！

12月12日・19日、2022年1月9日・23日、2月13日・27日、3月6日・27日(各回日曜)9時～11時 今川公園テニスコート
小学生以上 大学生以上400円、高校生以下100円(1回分) コートを痛めないシューズ、ラケット(10本ほど用意あり) 当日直接
旭区スポーツ協会ソフトテニス部 大跡
☎☎ 352-2921

☎ 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HPなどをご確認ください。

今川公園

〒241-0033 今川町96-2
☎☎ 366-9290

●ミニ門松を作ろう

12月25日(土) 10時～12時 小学3年生以上/先着5人 ¥800円 申 12月12日～19日に ☎ (9時～17時)

子どもログハウス 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)

●お正月遊び

スカイスクリューを作って外で飛ばそう(1家族1つまで)。
2022年1月8日(土) 10時～12時 幼児(保護者同伴)～小学生/先着15人 申 当日直接

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

●マリンバ&おもしろ打楽器 コンサート

マリンバアンサンブル「イチマリ」が贈る0歳から親子で楽しめるコンサート。
12月11日(土) 13時30分～(30分前開場) 親/先着150人 ¥一般700円、小学生以下300円、ベビーカー席300円(限定14席) 申 詳細はサンハートへ

●BIG BAND LIVE!

アツい音色で会場を盛り上げます!
12月18日(土) 14時～(30分前開場) 先着150人(未就学児入場不可) ¥一般1,500円、高校生以下1,000円(当日各200円増し) 申 詳細はサンハートへ

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
HP <https://www.women.city.yokohama.jp/y>

●パソコン&ワード・エクセル入門(全2回)

2022年1月12日(水)・13日(木) 10時～15時30分 女性/先着10人 ¥11,000円(2回分) 申 12月17日～HP (9時～)か ☎ (862-4496※火・金・土9時30分～12時、13時～15時30分受付)

●働く女性のためのストレスケア&マインドフルネス(全2回)

2022年1月15日・22日(各回土曜) 10時～11時30分 女性/先着16人 ¥2,000円(2回分) 申 12月15日～HP

●無料アプリで簡単! 商品PR動画作成入門

自分のビジネスを動画で紹介したい初心者向けのオンラインセミナー。
2022年1月15日(土) 13時30分～15時 女性起業家/先着30人 ¥1,500円 申 12月15日～HP

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 大池町65-1
☎ 811-8444 ☎ 812-5778
HP http://www.ynpc.or.jp/kodomo_yc_ysa/
休館 毎週月曜(第3月曜を除く、祝日は翌日)

●デジカメテクニックD

生物や風景を撮影するテクニック。
2022年1月29日(土) 9時30分～12時 小学5年生以上/抽選10人 ¥1,000円 申 12月10日～24日(消)で往に 【必要事項】・☎・断を記入しセンターへ(HPからも申込み可)

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

●看護師による健康相談

12月16日(木) 13時～14時 60歳以上 申 当日直接

●歌声ひろば

12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13人 申 当日直接

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)

●大人のリラクソストレッチ

12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

●脳を鍛える!

インナーマッスル体操
2022年1月6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

2022年1月10日(月・祝) ①13時30分～14時30分 ②14時40分～15時40分 ①②先着4人 ¥500円(1回分) 申 12月11日～☎

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

12月12日～2022年1月9日の毎週日曜(1月2日を除く)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。
12月12日～2022年1月9日の毎週日曜(1月2日を除く)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。
12月13日、2022年1月10日(各回月曜)10時30分～11時 幼児と保護者 申 当日直接

●お正月のフラワーアレンジメント

12月27日(月) 10時～12時 先着10人 ¥3,500円 申 12月11日10時～☎

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

●新春くぬぎ台寄席

落語と手品。
2022年1月9日(日) 14時～15時30分 先着25人 申 12月15日～2022年1月8日17時に ☎ か ☎ (【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)

●いちさわおはなしの森 (おはなし会)

12月18日(土) 10時30分～11時 未就学児と保護者/先着8組 申 当日直接

●季節のパッチワーク④(全3回)

干支の「寅」をテーマに。
2022年1月17日・31日、2月7日(各回月曜) 13時～15時30分 20歳以上/先着16人 ¥2,000円(3回分) 申 12月20日10時～2022年1月7日に直接(☎翌日～)

●お部屋をマクラメ編みで飾ろう(全3回)

ひもを結んだり編んだりして、コースターやタペストリーを作成します。
2022年1月21日、2月4日・18日(各回金曜) 10時～12時 20歳以上/先着12人 ¥1,800円(3回分) 申 12月24日～2022年1月14日に直接(☎翌日～)



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。

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 卓球
🕒12月18日(土)12時20分～14時40分 小学生以上/先着16人 ¥100円 持上履き・ラケット 申当日直接
- フリーアドバイス バドミントン
🕒12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) 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
- 書初めを上手に書こう(全2回)
🕒12月26日(日)、2022年1月5日(水)10時～11時30分 小学3年生～中学生/先着14人 ¥800円(2回分) 申12月12日9時15分～直接(☎翌日～)
- お正月のフラワーアレンジメント
🕒12月27日(月)13時～14時 20歳以上/先着16人 ¥2,000円 申12月11日9時15分～直接(☎翌日～)
- 韓国家庭料理
～サムゲタン風スープと副菜～
🕒2022年1月17日(月)10時～13時 20歳以上/先着12人 ¥1,200円 申12月20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12月11日～直接(☎翌日～)
- 初心者のためのパソコン相談塾
🕒12月16日(木) ①13時30分～14時30分 ②14時40分～15時40分 20歳以上でパソコンを持参できる人/①②先着3人 ¥500円(1回分) ※
- クリスマスのお菓子作り
🕒12月17日(金) ①10時～12時45分 ②13時45分～16時30分 20歳以上/①②先着8人 ¥1,500円 ※
- 季節の野菜を使った家庭料理(大根)
🕒12月18日(土)10時～12時45分 20歳以上/先着12人 ¥1,000円 ※
- 親子で大根収穫祭
🕒12月19日(日) ①10時～10時40分 ②11時～11時40分 ※雨天時は12月25日に延期 親子/①②先着8組 ¥200円 ※
- 初心者向けスペイン語入門④(全8回)
🕒2022年1月13日～3月3日の毎週木曜18時15分～19時45分 20歳以上/先着12人 ¥4,000円(8回分) ※

●クラフトバッグ作り(全4回)

🕒2022年1月14日～2月4日の毎週金曜12時30分～14時30分 20歳以上/先着8人 ¥3,000円(4回分) ※

●初心者向け中国語入門④(全8回)

🕒2022年1月14日～3月11日の毎週金曜(2月11日を除く)18時15分～19時45分 20歳以上/先着12人 ¥4,000円(8回分) ※

●住まいのクリニック(風呂敷の包み方)

🕒2022年1月15日(土)10時～12時 20歳以上/先着12人 ¥500円 ※

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)

- ナイトリラックス体操(全5回)
🕒2022年1月6日・20日、2月3日・17日、3月10日(各回木曜)18時30分～19時30分 20歳以上/先着10人 ¥2,000円(5回分) 申12月11日～25日に直接(☎10時～)
- リラックス健康体操(全5回)
🕒2022年1月～3月の第2・4木曜(3月24日を除く) ①9時20分～10時10分 ②10時40分～11時30分 20歳以上/①②先着10人 ¥2,000円(5回分) 申12月16日～2022年1月8日に直接(☎10時～)
- 暮らしを楽しむデコパージュ
プッシュボトルとプチケースをすてきにデコレーション。
🕒2022年1月14日(金)10時～13時 20歳以上/先着10人 ¥1,500円 申12月11日～2022年1月10日に直接(☎10時～)



- シェイプアップヨガ(全2回)
🕒2022年1月14日・28日(各回金曜)12時30分～13時45分 20歳以上/抽選30人 ¥800円(2回分) 申12月14日～20日(消)で往(☎重要事項・年齢)を記入)

●白根工房 ～シルバークセサリー～

🕒2022年1月25日(火)10時～13時 20歳以上/先着10人 ¥1,800円 申12月15日～2022年1月10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12月11日～22日(着)で往(☎重要事項・年齢・性別を記入しセンターへ)か直接
- ベーシックヨガ③(全4回)
🕒2022年1月5日(水)・19日(水)、3月7日(月)・16日(水) ①12時40分～13時40分 ②13時50分～14時50分 20歳以上/①②抽選8人 ¥2,000円(4回分) ※
- アクティブシニア体操教室③(全6回)
🕒2022年1月～3月の第1・3木曜10時～11時 20歳以上/抽選40人 ¥3,000円(6回分) ※
- ピラティス③(全7回)
🕒2022年1月11日・18日、2月8日・15日・22日、3月1日・15日(各回火曜)13時～14時 20歳以上/先着20人 ¥3,500円(7回分) 申12月11日～22日に直接
- リラックスヨガ③(全5回)
🕒2022年1月～3月の第2・4水曜(2月23日を除く) ①9時30分～10時30分 ②10時40分～11時40分 20歳以上/抽選40人 ¥2,500円(5回分) ※
- ステップアップヨガ③(全4回)
🕒2022年1月と3月の第2・4水曜12時15分～13時15分 20歳以上/抽選8人 ¥2,000円(4回分) ※
- アロマセラピー(全3回)
🕒2022年1月13日、2月17日、3月17日(各回木曜)9時30分～11時30分 20歳以上/先着12人 ¥1,500円(3回分) 申12月11日～22日に直接
- 和布で作る干支(寅)(全2回)
🕒2022年1月13日・27日(各回木曜)12時～14時30分 20歳以上/先着10人 ¥2,000円(2回分) 申12月11日～22日に直接
- ナイトヨガ③(全5回)
🕒2022年1月～3月の第2・4金曜(2月11日を除く)18時30分～19時30分 20歳以上/抽選30人 ¥2,500円(5回分) ※
- 発酵食品:キムチ作り体験
🕒2022年1月28日(金)9時30分～12時 20歳以上/先着14人 ¥1,000円 申12月11日～22日に直接

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)

- 卓球教室
🕒12月11日、2022年1月8日(各回土曜)15時～17時(15分前受付) 小学生以上/先着15人 ¥200円(小学生100円)(1回分) 申当日直接
- わかばこどもおはなしかい
🕒12月18日(土)10時30分～11時 未就学児と保護者/先着5組 申当日直接
- バドミントン教室
🕒12月18日(土)15時～17時(15分前受付) 小学生以上/先着15人 ¥200円(小学生100円) 申当日直接
- 笑顔でズンバ! 3期(全9回)
🕒2022年1月13日～3月24日の毎週木曜(1月20日、2月17日を除く)13時30分～14時20分 先着50人 ¥4,500円(9回分) 申12月11日10時～直接
- 初心者向けバレリーナヨガティス～美しいからだ作りに～(全6回)
🕒2022年1月17日・31日、2月7日・21日、3月7日・21日(各回月曜)10時30分～11時30分 先着12人 ¥3,000円(6回分) 申12月13日10時～直接
- 男の料理教室 初級～中級編(全3回)
🕒2022年1月～3月の第3木曜10時～13時 男性/先着11人 ¥2,700円(3回分) 申12月14日10時～直接
- マタニティ&ベビーピラティス
🕒2022年1月20日(木)10時30分～11時30分 安定期の妊婦、生後1か月～1歳未満の赤ちゃんと保護者/先着4組 ¥500円 申12月16日10時～直接
- 囲碁大会
レベルに合わせたクラスに分かれて対戦します。
🕒2022年1月29日(土)11時～16時 小学生以上/先着48人 ¥800円 申2022年1月8日10時～直接
- 将棋大会
レベルに合わせたクラスに分かれて対戦します。
🕒2022年1月30日(日)11時30分～16時 先着32人 ¥800円 申2022年1月8日10時～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12月11日～2022年1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	2022年 1月12日(水)	9時～11時	子どもの食生活に関する相談(30分程度) ☎12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 ☎7～8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組 ☎12月13日～
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 予約制	2022年 1月28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 ☎2020年11月～2021年3月生まれのお子さんと保護者/先着16組 ☎12月13日～
生活習慣病予防相談 予約制	12月21日(火)	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
●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683 ●			
乳幼児 健診	4か月児	12月24日、2022年 1月7日(各回金曜)	時間は個別通知を ご覧ください。
	1歳 6か月児	12月14日(火)	
	3歳児	12月16日、2022年 1月6日(各回木曜)	
乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 予約制	2022年 1月18日(火)	13時30分～ 14時45分	区役所 3階 詳細は個別通知をご覧ください。 〈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	2022年 1月11日・18日・ 25日(各回火曜)	14時～16時	区役所 3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「子ども・家庭支援相談」へ ☎954-6160 ☎951-4683 ☎保健師、学校カウンセラー、保育士など

よこはま動物園

ズーラシア

だより

Vol.168

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

12月11日～2022年1月10日の休園

12月 14日(火)・21日(火)、
28日(火)～31日(金)

1月 1日(土・祝)・4日(火)

入園には整理券の
事前予約が必要な
場合があります。
こちらから▶ 

今月の
ズーラシアグッズ



バス缶オカピチョコクランチ

アビシニアコロブス

アビシニアコロブスはアフリカの赤道付近にある熱帯雨林や川、湿地沿いの林に生息し、普段は2～6頭ほどの群れを成して生活しています。木の葉を中心に食べるサルの仲間、ズーラシアではトウネズミモチやシラカシなどの木の葉をたくさん食べています。木の葉のほか、サツマイモ・バナナ・リンゴ・インゲン・大豆など野菜や果物を中心に与えています。6頭を飼育していますが、好きなものは異なっていて、大豆が好きな個体もいればサツマイモが好きな個体もいます。6頭それぞれの性格も違うのでズーラシアに遊びにきたときは、アビシニアコロブスをぜひじっくり観察してみてくださいね。




▲ティサ(左)とジュア(右) ▲トウネズミモチ(左)と野菜や果物(右)

12月のおすすめ


ハッピークリスマスinズーラシア

園内各所にクリスマスの装飾をします。また、動物たちにクリスマスならではの餌をプレゼントする特別ガイド(23日・24日)や、松ぼっくりでクリスマスツリーを作る工作教室(25日・26日、有料)を実施します。

☎12月23日(木)～26日(日) ☎当日直接



※写真は昨年の様子です。



旭区地域子育て支援拠点 ☎241-0821 二俣川1-67-4
☎442-3886 ☎442-3896
[旭区ひなたぼっこ](#) [検索](#)

休館日:毎週日曜・月曜・祝日(月曜が祝日の場合は火曜休館)

「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☎又はチラシでご確認ください。

イベント	日時	申込み
助産師	12月21日(火) 13時～14時30分	12月18日～ ☎か直接
専門相談 心理士	①12月22日(水) ②2022年1月14日(金) 9時45分～11時15分	①12月18日～ ②2022年1月8日～ ☎か直接
栄養士	2022年1月7日(金) 9時45分～11時15分	12月25日～ ☎か直接

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あう活動です。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(9時30分～16時)

