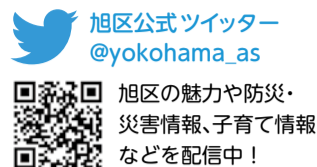


広報よこはま あさひ区版 / 2022(令和4)年2月号 / No.292

2022 **あさひ**



第31回 旭ふれあい区民まつり

縮小
開催

日時 2月20日(日) 10時～15時 **会場** 旭公会堂(区役所4階) ※感染症対策のため、内容を変更する場合があります。

●ステージイベント

ダンスイベントやあさひの逸品認定式など。
あさひくんも登場!

●あさひくんとふっかちゃんの コラボイベント

重忠公のつながりでまつりを盛り上げる!

●ケーブルテレビ(YCV) 生放送【地デジ11チャンネル】・ インターネットライブ配信(YouTube)



YouTube
はこちら

☎ 地域活動係 ☎ 954-6095 ☎ 955-3341

※当日の開催・人数制限の有無については

☎ か ☎ (当日8時～)



詳しくは
こちら



埼玉県深谷市は大河ドラマ
「鎌倉殿の13人」に登場する
旭区ゆかりの武将
“ふたけやまひげたか富山重忠公”の出生地!

旭区に遊びに行くよ!

入場・視聴者
プレゼントあり!



主催:旭ふれあい区民まつり実行委員会・旭区役所

市営バスと一緒に交通安全を学ぼう!

市営バスでは、交通事故をなくすため、地域の皆さんと一緒に交通安全に取り組んでいます。道路の通行には危険がたくさん潜んでいます。

歩行中の交通事故死傷者数は、7歳が一番多いです。家庭でも交通ルールを再確認しましょう。

バスの
車内でも気を
付けよう



走行中はつり革や手すりにつかまる
か、席を立たないようにしましょう。

横断歩道を 渡る時は

急に飛び出さず、車
が止まったのを確認し
てから渡りましょう。



車が止まるのを確認!

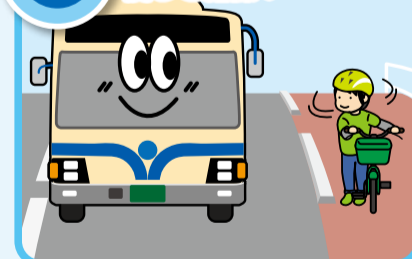


自転車に 乗るときは

車道に出るときは、
後ろを確認しましょう。
車が近くにいたら、車道
に出ずに待ちましょう。



車道に出るときは 後ろを確認!



活動の一環
として



交通安全教室、バス
乗り方教室を小学校な
どで開催しています。
交通安全動画のネット
配信もしています。



交通安全教室の様子

☎ 交通局若葉台営業所 ☎ 921-0581 ☎ 921-0582

開業100周年を迎え

市営交通は2021年に開業100周年
を迎えました。路面電車からバス・地下
鉄へ姿を変えましたが、これからも安全
で快適な交通機関として、皆さんに寄り
添い、暮らしを支えていきます。



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 検索



ユニバーサルデザイン(UD)
の考えに基づき、より多く
の人に见やすく読みまちが
えにくいデザインの文字を
採用しています。

開
行
日

月曜～金曜 ▶ 8時45分～17時
第2・4土曜 ▶ 9時～12時※

今月の
土曜開行日

12日 26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。

簡単に申請が
できるように
なりました!

旭区民の2人に1人は申請しています!

マイナンバーカード 作ってみませんか?



マイナンバーカードの
申請の流れを
紹介するよ!

旭区役所では、区民の皆さんが手軽にマイナンバーカードを作れるよう、タブレットを使った申請サポートを行っています。申請書や写真などを用意しなくても、窓口で簡単に申請ができます。この機会にマイナンバーカードを作ってみませんか?

申請前に①②どちらかを準備!

- ① 運転免許証、パスポートなど官公庁が発行した顔写真付きの本人確認書類 1点
- ② 健康保険証、後期高齢者医療証、年金手帳などの本人確認書類 2点

※二次元コード付き個人番号カード交付申請書が届いている人は、持参すると申請がスムーズです。
※申請後、旭区外に引っ越した人は、引越先の市町村で再度申請をする必要があります。区外への引っ越しが決まっている人は、ご注意ください。



▲マイナンバー PRキャラクター
マイナちゃん

申請の流れ

1 受付



申請は
区役所1階
2番窓口だよ!



2 本人確認、申請書作成



本人確認
するんだね!



3 写真撮影



申請の受付から
完了までわずか
10分ほど!
職員が手伝って
くれるよ!



4 申請完了&その後の流れ

申請から1~2か月程度で、
ご自宅にマイナンバーカード
ができたことをお知らせする
はがきが届きます。
はがきが届いたら、電話また
はウェブサイトですべての上、
窓口にお越しください。

マイナンバーカードは、旭区役所又は横浜駅西口特設センターでお受けいただけます。お受け取りは事前予約制です。予約をご希望の方は、事前に予約ください。
予約には「予約ID」が必要です。このシールをはがすと、ハガキ宛先に予約IDが記載されています。

予約方法と受取窓口

【インターネット予約】
横浜市 マイナンバーカード 予約

【横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル】
0120-321-590 (フリーダイヤル) 045-550-5434 (受付時間)
9:30~20:00 (平日) 9:30~19:00 (土、日、祝) 9:30~17:00 (土日祝日)
9:00~17:30 (土日祝日、12/29~1/3) ※年末、年始期間のみ

【受取窓口】 予約IDが必要です

- 旭区役所窓口
9:00~19:00 (平日)
9:00~11:30 (第2・4土曜日)
- 横浜駅西口特設センター
11:30~19:00 (平日、土、日、祝)
9:00~17:00 (土日祝日)
※土曜日の受付は12月31日限り
横浜駅西口徒歩3分
横浜ファーストビル 15F

カードをお受け取りいただけるのは、原則に本人のみとなります。

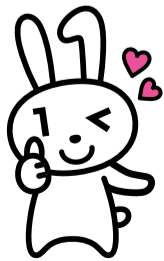
※目的の予約枠
①交付通知書(本姓) ②本人確認書類(2点)
③通知カード(所有者のみ)
④住民基本台帳カード(所有者のみ)

※全額お支払、上記の「予約料」をご準備ください(3ヶ月保証書は別途ご用意いただきますのでご確認ください。
※予約(入文字)と数字の組合せ4桁と数字4桁の2種類



スマート
フォン
申請も
できます

二次元コード付き申請書
が届いている人は、スマート
フォンで二次元コード
を読み込んで申請するこ
とができます。



出張申請やっています

「サポートブース」を設置して、顔写真の撮影などをお手伝い
しています。商業施設、自治会町内会館など身近な場所でも実施
しています。二次元コード付き申請書が届いている人は会場へ
持参してください。



▲詳しくはこちら

仲間づくり・生きがいつくりをはじめませんか？

こんにちは、かがやきクラブ旭です



旭区老人クラブ連合会「かがやきクラブ旭」は、おおむね60歳以上、約9,000人の会員が活動しています。
会員は芸術活動やスポーツなどを行い日々楽しく活動しています。



みんなでグラウンド・ゴルフを楽しんでいます！

若葉台球場で週に3回練習をしています。天気がいい日には100人近く人が集まることもあります。

やまもと
山本さん
(94歳)



週に3回
元気に参加しています。

自分が年を取っているなんて思っていないですよ。健康で元気に過ごし、孫やひ孫に会うのが楽しみの一つです。



みんなが楽しんでいる
姿を見て参加しました。

グラウンド・ゴルフはちょうどいい運動になりますね。

くりやま
栗山さん
(90歳)

一緒に楽しく年を重ねませんか？



みんなで物作りに挑戦したり、普段作らないような料理を作ったり、にぎやかで楽しいです。温泉旅行を企画することも！



ノルディックウォーキングなど、会員でない人も気軽に参加できるイベントがたくさんあります。試しに参加してみたいかたがでしょうか！

60歳になり勧誘を受けました。自分にはまだ先のことかなと思いましたが、参加してみると、みんなの楽しんでいる雰囲気を魅力に感じ、それから様々なイベントに参加するようになりました。



そのほかにも イベントがたくさん！

- 輪投げ大会
- 囲碁・将棋大会
- 映画観賞会
- ゲートボール大会
- …など



※2019年6月撮影

ことぶき大学・趣味の作品展・活動PR展を開催！

高齢者に身近なテーマの講演や、趣味を生かした作品の展示を行っています。
講演テーマ「ACP(人生会議)について」ほか
📅 2月24日(木)9時~17時、25日(金)9時~12時
📍 旭公会堂(区役所4階)
※イベントの様子は動画でも配信します(4月中)。



▲詳しくはこちら



※2020年2月撮影



※2019年2月撮影

皆さんの入会をお待ちしています

まずはお気軽にお問い合わせください。

☎ 旭区老人クラブ連合会
事務局(鶴ヶ峰1-6-35)
☎ 360-5056
☎ 459-5313



今月のおしらせ 2 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 🗣️講師や出演者 📄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。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📄にまとめています。[横浜市旭区 コロナ拡大防止](#)
▲📄はこちら



区・市役所から

二俣川駅行政サービスコーナー 及び図書取次カウンターを 臨時休所します

● 休所日 2月15日(火) ●

相鉄ライフ二俣川の全館休館に伴い休所します。

📍二俣川駅行政サービスコーナー
☎️366-6615

(図書取次カウンターについて)

📍中央図書館サービス課
☎️262-0050 📠231-8299

民事調停手続相談

近隣トラブル、金銭貸借、不動産トラブルなど。民事調停は訴訟より手続が簡単で費用が安い制度です。

🕒2月21日(月)13時～16時(1人25分) 📍区役所1階1番窓口 📄先着6人
📄か直接(随時)

📞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。

🕒2月24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

コース名:古道八王子往還沿いの歴史・名所を廻り、尾根道緑道で桜を愛でる

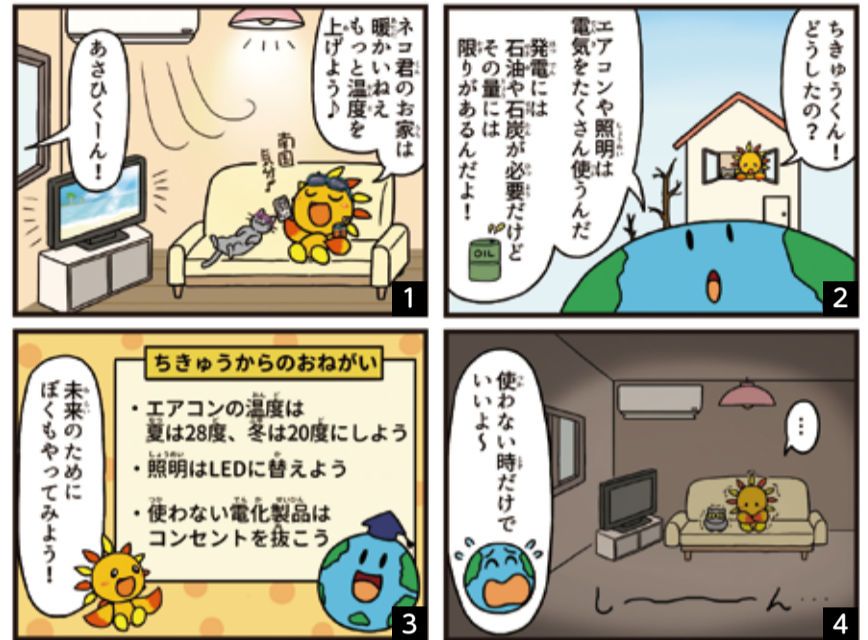
🕒3月26日(土)8時30分～9時受付(12時30分頃解散)※小雨決行、荒天時は中止 📍西谷駅集合、鶴ヶ峰駅解散 📄抽選50人※落選者にのみ3月22日までに電話連絡 💰500円 📄3月18日(着)で ☎️(090-3698-1211)、📧、📠、📠(382-1005)※参加者全員の**必要事項**と📄、代表者名、コース名を記入

【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
📧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)

第5回

あさひくん

こまめな節電をしようの巻



家庭の電気の約半分を、照明・冷蔵庫・エアコン・テレビの4つで占めています。一人では効果が少ないように思えますが、みんなで省エネすれば、大きな成果が得られます。

📞生涯学習支援係 ☎️954-6094 📠955-3341

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

休館日

2月16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)

1月29日(土)～2月27日(日)	よこはま緑の推進団体旭区連絡会
2月3日(木)～27日(日)	クラフトテープ手芸 山下 葉子さん アロマセラピー、ハーブ、ベビーマッサージ 高岡 悦子さん
2月6日(日)～26日(土)	旭エコキャンドルナイト実行委員会
ギャラリーコーナー(区内で活動している人の作品展示)	
2月7日(月)～18日(金)	写真
2月21日(月)～3月4日(金)	つるし飾り

※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。

令和3年分「年末調整済み給与所得者」の 所得税医療費控除還付申告

給与所得のみで年末調整済みの人が、医療費控除のみを受けるための令和3年分還付申告の受付です。

注意 次に該当する人は区役所で受付ができません。

- 2021(令和3)年中に退職した人 ●2か所以上から給与をもらっている人
- 年金所得など給与所得以外の所得がある人 ●ふるさと納税をした人

🕒2月16日(水)～3月15日(火)9時～11時30分、13時～16時※土日・祝日を除く

📍区役所地下1階

📄●給与所得の源泉徴収票(確認後返却)

- 給与所得者の「銀行などの口座番号」または「ゆうちょ銀行の記号番号」
- 支払った医療費の「医療費控除の明細書」または「セルフメディケーション税制の明細書」
- 給与所得者のマイナンバーに係る本人確認書類

※3密回避のため、なるべくご自宅で作業してください。また、来場者数によって、会場への入場を制限することがあります。

※支払った医療費の領収書は、確定申告期限などから5年間、自宅で保管してください。

※代理人の場合は、給与所得者のマイナンバーに係る本人確認書類の写しをご持参ください。

●インターネットで確定申告ができます●

📞保土ヶ谷税務署 ☎️331-1281

📞市民税担当 ☎️954-6041～5 📠954-0948

今月の

ぱおぱお るーむ

区役所での手続・健診が終わるまで、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。

2月	午前開室	1日・8日・15日(各回火曜)	8時45分～12時15分(12時受付終了)
	午後開室	3日(木)・4日(金)・17日(木)・18日(金)	12時15分～15時45分(15時30分受付終了)
3月	午前開室	1日・15日(各回火曜)	8時45分～12時15分(12時受付終了)
	午後開室	3日(木)・4日(金)・17日(木)・18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

文化

こんにちは
あさひ図書館です
〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166 ☎953-1179

休館日
2月21日(月)
※HPなどでご確認ください。

横浜市立図書館にゆかりのある小説家による、図書館を舞台にした小説をご紹介します。モデルは横浜市立図書館のどれか? などと考えながら読むのも楽しいかもしれませんね。

図書館の殺人

青崎 有吾 / 著 東京創元社(2016年刊)

第22回鮎川哲也賞受賞作となった『体育館の殺人』の裏染大馬が活躍するミステリーシリーズ第3作です。本作の現場となった図書館のモデルはなんと旭図書館! 凶器は『人間臨終図巻 上巻』(山田 風太郎著・徳間書店刊)! 実際の図書館と比べて楽しむと面白さ倍増! 裏染くんたちの高校生活を軽快につづりつつ、重厚な謎解きが展開されます。



本バスめぐりん。

大崎 梢 / 著 東京創元社(2016年刊)

神奈川県内のとある町を、本を積んで走る1台の移動図書館「めぐりん」。乗り込むのは、定年後に新人運転手となったテルさんと、ハツラツとした司書のウメちゃん。そんな2人は、本と「お客さん」が持ち込む謎に頭を悩ませます。ハートウォーミングな5つのお話。2021年4月に刊行された『めぐりん和我。』もぜひ!



れんげ野原のまんなかで

森谷 明子 / 著 東京創元社(2005年刊)

秋葉図書館は、なんともものごか。でも、日々何かしら事件は起こる。怪しい落とし物、本に挟まれた暗号、紛れ込んでいた廃校の古い子どもの本...なぜ、図書館に? 新人司書の文子が謎を解いてみると...元図書館司書である作者の面目躍如の図書館ミステリー。続編『花野に眠る』もおすすめです。



こどもおはなし会

絵本の読み聞かせ・紙芝居など。

☎2月13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。

☎2月16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。

☎3月3日・10日・17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~ ☎か直接

旭・朗読を楽しむ会(第7回)

☎3月5日(土)13時30分~15時 ☎白根地区センター ☎先着15人 ☎朗読ボランティアの会「旭・久・恵」 ☎2月16日~ ☎か直接

区役所1階

今月のるびーぎやらりーのご案内

旭区在住・在勤・在学の個人や団体の作品を展示しています。ぜひお立ち寄りください。

☎生涯学習支援係
☎954-6094
☎955-3341

展示日	展示内容
2月15日(火)~21日(月)	旭区書道家協会 書道展
3月1日(火)~7日(月)	かな書道展
3月8日(火)~14日(月)	木版画展示会

※最終日は15時までとなります。 ※都合により、展示時間や内容は変更になる場合があります。

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)	2月16日、3月2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)	2月24日、3月10日(各回木曜)	15時15分~16時
中沢町公園(中沢3-37)	2月23日、3月9日(各回水曜)	10時~10時50分

福祉保健

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

☎2月10日・24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歳のひとと家族 ☎☎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

第23回旭区精神保健福祉セミナー 誰もがトライ! 自分のリカバリーシュート

障害者スポーツを通したリカバリーをテーマとする座談会・講演ほか、旭区の当事者の体験発表をYouTube配信。

☎2月14日(月)10時~4月13日(水)15時 ☎【座談会】北澤 君則さん(横浜FC)、矢野 清さん(りんごの木)、篠崎 安志さん(FC PORT代表) ☎【講演】FC PORT【体験発表】吉沢 優智さん
☎障害者支援担当
☎954-6145 ☎955-2675
☎配信はこちら



旭区神経系難病交流会「あした会」

情報交換と交流。

☎3月3日(木)13時30分~15時 ☎アーバン128ビル3階(鶴ヶ峰1-2-8) ☎患者と家族/先着15人 ☎2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(11月1日~30日)

次の皆さまから寄付をいただきました。笹野台地区社会福祉協議会、神奈川県理容生活衛生同業組合旭支部(敬称略)



スポーツ

さわやかスポーツタイム

ソフトバレーボールなどのさわやかスポーツ。

☎2月19日(土)14時~16時 ☎本村スポーツ会館 ☎先着30人 ☎¥50円 ☎動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 ☎当日直接
☎旭区さわやかスポーツ普及委員会事務局
☎080-4654-5185

☎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)

あさひポッチャ大会

☎3月19日(土)9時30分~11時(15分前受付) ☎白根地区センター ☎区内在住者/抽選8組(1チーム3人) ☎持上履き・飲み物 ☎2月15日~3月1日に☎電子申請
☎生涯学習支援係
☎954-6095 ☎955-3341



いけたに なおき 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

【ペアストレッチ】

1. 仰向けに寝て膝を曲げます。
2. 補助する人は足を押す・戻すを繰り返します。

3. 余裕がある人は、押したところで3秒キープ!
※押したときに痛みが出ていないか確認しながら行ってください。



腰痛予防に効果的!

☎生涯学習支援係 ☎954-6095 ☎955-3341

▶マークの凡例は8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

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983 ☎371-6105 ☎382-8044

休館日 2月21日(月)

※HPなどをご確認ください。

★春期定期教室(4月～6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

📄2月1日～22日(木)で📄(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(HP)からも申込み可)。2月28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	チアダンスよつば	15時30分～16時20分
	チアダンスクローバー	16時30分～17時20分
水	幼児体操	15時30分～16時30分
	幼児・ジュニアフットサル	17時～18時30分
木	子どもバレエアナ	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	子どもバレエエルサ	18時～18時50分
	親子体操	10時30分～11時20分
土	ヒップホップルビー	17時10分～17時55分
	ヒップホップサファイア	18時～18時45分
土	ベストキッズ	9時15分～10時30分

曜日	大人対象教室	開催時間
月	骨盤エクササイズ	10時～10時50分
	健康マージャン	9時～10時45分
火	バドミントン	9時～10時45分
	転倒骨折予防	10時～10時50分
水	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
木	卓球(火)	13時～14時45分
	キラっとはつらつ健康	9時30分～10時45分
金	達筆への道(硬筆)	9時30分～11時
	絵手紙	11時30分～13時
土	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30分
日	ベーシックピラティス	19時30分～20時20分
	いつまでも健康(木)	9時15分～10時30分
月	骨盤コンディショニング	10時～10時50分
	いつまでも健康(金)第1部	9時～9時50分
火	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
水	いつまでも健康(金)第2部	10時～10時50分
	ペリーダンス	10時30分～11時20分
木	フラメンコ	11時～11時50分
	フラダンス中級	11時40分～12時30分
金	太極拳	12時40分～13時40分
	ダンススポーツ	13時50分～14時50分
土	フィットネスパワーヨーガ	19時30分～20時20分
	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。

詳細は [横浜市 旭スポーツセンター](#) 検索

●フィットネス6ヶ月コース

深呼吸ヨガ講座(全22回)

🕒4月5日～9月27日の毎週火曜(除外日あり、要問合せ)13時30分～15時
👤女性/先着20人 ¥33,000円(22回分、2分割払い) 📄3月2日～☎

●フィットネス6ヶ月コース

バレエ・ストレッチ講座(全22回)

🕒4月6日～9月28日の毎週水曜(除外日あり、要問合せ)10時～11時30分
👤女性/先着20人 ¥33,000円(22回分、2分割払い) 📄3月8日～☎

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.yzpc.or.jp/kodomo_yc_ysa/
休館 毎週月曜(第3月曜を除く、祝日は翌日)

※📄に【必要事項】・📄・📄・性別を記入しセンターへ(HP)からも申込み可

●ファミリークッキングBBQ E・F

🕒③3月20日(日)・④21日(月・祝)10時～14時 👤8人以内の家族/⑤⑥抽選12組 ¥中学生以上2,500円、小学生2,000円、4歳～未就学児1,200円、3歳以下100円(1回分) 📄2月11日～25日(消)※

●デジカメテクニックA

🕒4月2日(土)9時30分～12時 👤小学5年生以上/抽選10人 ¥1,000円 📄2月18日～3月4日(消)※

●ヨガ&ボディーチューンI

(全12回)

🕒4月5日・12日・19日・26日、5月10日・17日・24日、6月7日・21日・28日、7月12日・19日(各回火曜)10時～11時30分 👤16歳以上/抽選30人 ¥7,200円(12回分) 📄2月18日～3月4日(消)※

●ピラティス&有酸素運動I

(全12回)

🕒4月6日・13日・20日・27日、5月11日・18日・25日、6月8日・22日・29日、7月13日・20日(各回水曜)10時～11時30分 👤16歳以上/抽選30人 ¥7,200円(12回分) 📄2月18日～3月4日(消)※

●おひさまクラブI(全8回)

野遊び・自然遊び・クラフト・おやつ作りなど。

🕒4月13日・20日・27日、5月11日・18日・25日、6月8日・22日(各回水曜)14時～16時 👤4歳以上の未就学児と保護者/抽選24組 ¥1組8,800円(追加:大人4,400円、子ども3,300円、3歳以下300円)(8回分) 📄2月18日～3月4日(消)※

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

●浴室使用は休止しています

大型換気装置設置工事を行います。使用再開は2022年中の見込みです。

●知って得する教養講座

受講生募集

葬式についての勉強会。

🕒2月13日(日)13時～15時 👤60歳以上/先着30人 👤安藤 佳之さん(一般社団法人終活協議会) 📄当日直接

●歌声ひろば

🕒2月24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 📄当日直接

●イスを使ってストレッチ

🕒3月1日(火)11時15分～12時15分 👤60歳以上/先着22人 🕒タオル・飲み物 📄当日直接

●ふれあいサロン「福寿の会」

🕒3月1日(火)13時～14時30分 👤60歳以上/先着14人 ¥100円 📄当日直接

●ゲームで楽しく脳を鍛えよう(スリーA)

🕒3月10日(木)12時～13時30分 👤60歳以上/先着22人 ¥100円 🕒動きやすい服装・タオル・飲み物 📄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)

●大人のリラクセスストレッチ

🕒2月16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 📄当日直接

●脳を鍛える!

インナーマッスル体操

🕒3月3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 📄当日直接

●パソコン個人相談室

🕒3月14日(月)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) 📄2月11日～☎

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。

こどもログハウス 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)

●ひなまつり

紙皿を使っておひなさまを作ろう(レターケースにもなります)。

🕒3月1日(火)・2日(水)・3日(木)10時～17時 👤幼児(保護者同伴)～小学生/先着30人 📄当日直接

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>
休館 第4木曜

●女性のための起業準備セミナー(オンライン)

🕒3月19日(土)13時30分～15時30分 👤女性起業家/先着25人 ¥1,200円 📄2月11日～HP

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。

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
☎2月13日～3月6日の毎週日曜9時～15時 抽選3組 詳細は施設へ
- ちびっこランド
和室でゆったり遊べます。
☎2月13日～3月6日の毎週日曜9時～16時 未就学児と保護者 持ち物 おもちゃ 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。
☎2月14日(月)10時30分～11時 幼児と保護者 当日直接

くめ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

- 簡単・かわいいパッチワーク(全3回)
春の草花をモチーフに作ります。
☎3月12日・19日・26日(各回土曜)9時30分～12時 先着20人 ¥1,500円(3回分) 申2月16日～3月10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)
☎2月19日(土)10時30分～11時 未就学児と保護者/先着8組 当日直接
- 和菓子作り(全4回)
☎3月14日、4月18日、5月16日、6月20日(各回月曜)10時～12時 20歳以上/先着12人 ¥3,000円(4回分、材料費込み) 申2月18日10時～3月3日に直接(☎翌日～)

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 バドミントン
☎2月20日(日)①9時15分～10時15分②10時15分～11時45分(①②15分前受付) ①初心者・初級②中・上級(①②小学生以上)/①②先着20人 ¥100円(1回分) 持ち物 上履き・ラケット 当日直接

季節の和菓子
～いちご大福とフルーツみつ豆～
☎2月24日(木)10時～13時 20歳以上/先着9人 ¥1,200円 申2月11日9時15分～直接(☎翌日～)

- フリーアドバイス 卓球
☎2月26日(土)12時20分～14時40分 小学生以上/先着16人 ¥100円 持ち物 上履き・ラケット 当日直接
- 韓国家庭料理～白菜キムチ～
☎3月7日(月)10時～13時 20歳以上/先着12人 ¥1,200円 申2月21日9時15分～直接(☎翌日～)
- 手打ちうどん作り
☎3月11日(金)10時～13時 20歳以上/先着12人 ¥800円 申2月25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2月11日～直接(☎翌日～)
- バレエ・ピラティス(全3回)
☎2月17日、3月3日・17日(各回木曜)13時30分～14時30分 20歳以上/先着12人 ¥1,500円(3回分) ※
- 初心者のためのパソコン相談塾
☎2月24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) ※
- ひな祭り3色シフォンケーキ
☎2月26日(土)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(1回分) ※
- ハッピースイーツ「フルーツロールケーキ作り」
☎3月3日(木)10時～12時45分 20歳以上/先着16人 ¥1,500円 ※
- 親子でじゃが芋植え付け会
☎3月12日(土)①13時～13時30分②14時～14時30分 ※雨天時は3月19日同時刻に延期 親子/①②先着8組 ※
- 革でカード入れ作り
☎3月16日(水)12時15分～14時30分 20歳以上/先着8人 ¥1,600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)

- さわやかスポーツ
ボッチャ、インディアカなど。
☎2月15日(火)9時30分～11時30分 先着30人 ¥50円 持ち物 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 当日直接
- 夫婦親子で知っておきたい 相続・遺言・後見
セミナーと個別相談。
☎2月26日(土)10時30分～15時 20歳以上/先着16人 申2月11日～20日に直接(☎10時～)
- 快眠アロマ講座
☎2月28日(月)10時30分～12時 20歳以上/先着10人 ¥1,000円 申2月11日～24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2月11日～25日に直接
- 革製の小物作り(パスケース)
☎3月2日(水)12時～14時30分 20歳以上/先着8人 ¥1,500円 ※ 
- さくらのシフォンケーキ
☎3月10日(木)10時～12時30分 20歳以上/先着10人 ¥1,500円 ※ 
- 春の生花でアレンジメントケーキ作り
☎3月14日(月)10時～11時30分 20歳以上/先着15人 ¥1,800円 ※ 

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
☎2月12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
- わかばこどもおはなしかい
☎2月19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
☎2月19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

- 大人のおはなし会～心に響く絵本をあなたに～
☎3月1日(火)10時10分～11時 先着14人 申2月11日10時～ ☎か直接(来館での申込優先)
- いっしょにおどろう! ヒップホップ体験会
☎3月8日(火)16時～17時 5～12歳/先着14人 ¥500円 申2月15日10時～直接
- おやこ体操～プレイルームで遊ぼう～
☎3月10日(木)10時30分～11時30分 歩き始め～3歳と保護者/先着4組 ¥500円 申2月19日10時～直接
- マタニティ&ベビーピラティス
☎3月17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2月17日10時～直接
- ヨガ1期(全6回)
60歳以上向け。
☎4月6日・20日、5月18日、6月1日・15日・29日(各回水曜)①9時45分～10時35分②10時45分～11時35分 ①②先着14人 ¥3,000円(6回分) 申3月2日10時～直接
- 笑顔でズンバ1期(全13回)
☎4月7日～7月14日の毎週木曜(5月5日、6月2日を除く)13時30分～14時20分 先着50人 ¥6,500円(13回分) 申3月10日10時～直接
- リフレッシュ体操上級コース1期(全12回)
☎4月8日～6月24日の毎週金曜10時30分～11時30分 抽選50人 ¥6,000円(12回分) 申3月4日9時30分～10日17時に直接
- リフレッシュ体操中級コース1期(全11回)
☎4月11日～7月11日の毎週月曜(4月25日、5月23日、6月27日を除く)13時30分～14時30分 抽選50人 ¥5,500円(11回分) 申3月1日9時30分～6日17時に ☎か直接



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2月11日～3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	3月2日(水)	9時～11時	子どもの食生活に関する相談(30分程度) 申 2月14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 申 7～8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組 申 2月14日～
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 予約制	3月24日(木)	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 申 2021年1月～5月生まれのお子さんと保護者/先着16組 申 2月14日～
生活習慣病予防相談 予約制	2月25日(金)	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) 申 随時
	3月10日(木)	9時～11時	
●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683 ●			
乳幼児健診	4か月児	2月18日、3月4日 (各回金曜)	区役所 3階 詳細は個別通知をご覧ください。
	1歳 6か月児	2月15日、3月1日 (各回火曜)	
	3歳児	2月17日、3月3日 (各回木曜)	
乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 予約制	2月24日(木)、 3月22日(火)	13時30分～ 14時45分	<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 申 随時
●子育て支援担当 ☎954-6150 ☎951-4683 ●			
母親教室(全3回) 予約制	3月1日(火)・ 8日(火)・12日(土)	平日:14時～16時 土曜:9時30分～ 11時30分	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 申 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 **申**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.170

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

2月11日～3月10日の休園
毎週火曜

今月の
ズーラシアグッズ



センス オフ ワンダー
Sense of wonder
うまれてくるよ
キリン

ズーラシアどうぶつ

キリン

キリンは、アフリカ大陸サハラ砂漠以南の、低木林を含む開けた森林地帯やサバンナなどに生息し、アカシアなどの木の葉を主食としています。地上で最も背の高い動物で、おとなのオスは高さが約5メートル、メスは約4メートルにもなります。

よこはま動物園ズーラシアでは2021年9月24日、10月3日に赤ちゃん(共にオス)が誕生しました。子どもたちは母親から愛情をたっぷりもらい、順調に成長しています。誕生時の赤ちゃんは高さ1.7～1.8メートルほどでしたが、生後2～3週間で木の葉や干し草を食べるようになり、現在は1か月に約10センチメートルのペースでどんどん体が大きくなっています。最初の1年は特に成長が著しいキリン。子どもたちの成長をお見逃しなく!



▲9月24日生まれのエレン



▲10月3日生まれのカナト

2月のおすすめ


ハッピーバレンタインinズーラシア

バレンタインにちなんだ工作教室や特別ガイド、撮影スポットをお楽しみください。

申特別ガイド:2月14日(月)
工作教室:2月12日(土)・13日(日)
申当日直接



※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
[旭区ひなたぽっこ](#) [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)

「ひなたぽっこ」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 [HP](#) またはチラシでご確認ください。

イベント	日時	申込み	
専門相談	助産師	2月15日(火) 13時～14時30分	2月12日～ 申 か直接
	心理士	2月25日(金) 9時45分～11時15分	2月19日～ 申 か直接
	栄養士	3月4日(金) 9時45分～11時15分	2月26日～ 申 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合う活動です。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)



あさひっ子もり
子ども・子育て応援特設サイト



▲ [HP](#) はこちら