

みどり



2021年7月1日発行
No.285



新型コロナウイルス ワクチン接種に関するお問合せ



☎0120-045-070 (9時~19時)

☎050-3588-7191 ※耳の不自由な人のお問合せFAX番号です

//////////////////// ⚠️ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、最新の情報に基づいた行動をお願いします ⚠️ //////////////////////

特集1

~オリンピック・パラリンピック~

緑区キャラクター
「ミドリ」



緑区で 盛り上げよう!!



東京2020オリンピック・パラリンピックが
いよいよ開催!

アスリートはもちろん、
地域で盛り上がる皆さんも主役の一人です。

今回はさまざまな形で緑区のスポーツ文化を支える

3つのスポーツ団体の皆さんに、
東京2020大会の開催に向けた思いを
インタビューしました。

※2021(令和3)年6月11日現在の情報です



緑区さわやかスポーツ普及委員会

【問合せ】

☎080-4654-5031 ☎934-7048

子どもから高齢者まで、いつでもどこでも
誰でも気軽に楽しめる生涯スポーツ
(さわやかスポーツ)の普及に取り組んでいます。



むかいやち さとる
向谷地 悟会長

区内の公園などで気軽に参加できるさわやかスポ
ーツ体験を実施しています。
派遣指導等もありますので気軽にお声掛けください。

会長に聞きました!

Q 最も注目している競技は?

A 日頃から普及を図っている
パラリンピック競技「ボッチャ」。
パラ選手の練習や競技に
取り組む姿勢はオリンピック競技
と変わらず、その迫りに驚きと
魅力を感じます。

Q 今後どんな活動を
していきたいですか?

A さわやかスポーツを通じて
地域住民の体力向上や交流を図り、
心豊かな暮らしの推進を目指します。



玄海田公園のイベント



ボッチャ

緑区スポーツ推進委員連絡協議会

【問合せ】

☎930-2236 ☎930-2242

☎生涯学習支援係内

市長から委嘱を受け

「みどりスポーツフェスティバル」など、
地域でのスポーツ事業の企画や運営をしています。



ひらい たかゆき
平井 孝幸会長

地域のスポーツ文化を支え、今後も皆さんに
楽しんでいただける事業を進めます。また、障害者
スポーツの普及にも力を入れます。

会長に聞きました!

Q 東京2020大会への期待は?
また、団体の国際スポーツ大会への取組は?

A コロナ禍に負けないトップアスリートの
最高のパフォーマンスを期待。
スポ進は、世界トライアスロンや
横浜マラソンなどの大規模イベントに
おける警備も担当しています。

Q コロナ禍でのスポーツの意義は?

A 体を動かすことは、健康にとって
非常に大事な要因の一つ。
まずは自身の体調・体力と相談し、
できることから始めましょう!



フラインドサッカー



緑区民まつり

【問合せ】☎生涯学習支援係 ☎930-2236 ☎930-2242

特集2

感染症禍でも**危険**な場所から**全員避難!** —— 台風・大雨に備えた避難行動 ——

事前のチェックポイント

事前のチェックポイントです。
台風の季節が近づいたら
改めてチェックしておきましょう

おおし 庶務係 大盧職員



- ✓ハザードマップやわいわい防災マップで自宅の危険性を確認
 - 「洪水ハザードマップ」を確認 [横浜市洪水ハザードマップ](#) 検索
 - 「わいわい防災マップ」を確認 [横浜市 わいわい防災マップ](#) 検索
- ✓避難が必要になったときの避難場所(知人宅・指定緊急避難場所)
- ✓避難用持ち出し品の確認

大型台風発生

台風情報



警戒レベル1・2

早期注意報 大雨・洪水・高潮注意報

災害への心構え・避難に備えた確認

- テレビ、インターネット、ラジオなどで警戒レベルの状況などを情報収集
- 「事前のチェックポイント」を改めて確認



警戒レベル3

高齢者等避難発令

次に該当しますか?/

- ✓避難に時間がかかる人(高齢者、障害のある人、乳幼児など)またはその支援者

該当する

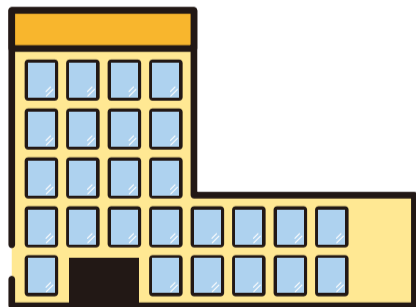
該当しない

⚠ 感染症禍における避難の注意点 ⚠

分散避難(ホテルなどもあり)



親戚・知人宅など



ホテル

避難するときの持ち出し品

マスク



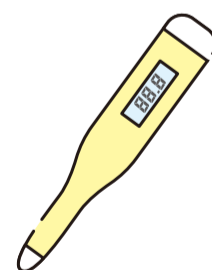
口を覆える大きさの
タオル・手拭い

アルコール消毒液



ウエットティッシュ

体温計



行政が開設する避難場所に全てがそろっているわけではありません。
各自での用意が必要です。

避難行動(在宅避難・分散避難)の検討

- 災害時、自宅で安全を確保できる場合は感染症への感染を防止するため、在宅避難に努めてください。
- 行政が開設する避難場所・避難所だけでなく、安全な親戚や友人宅、ホテルなどへの分散避難も検討してください。
- 避難場所・避難所に避難するときに持参する非常持ち出し品に、マスク・体温計などの感染症対策物品も含めてください。
- 食料やトイレパックなどの備蓄品を準備してください。自宅で利用しているものを少し多めに買って置き、使ったら買い足すことで備蓄品の鮮度を保ちながら常に一定量を備蓄できる「ローリングストック」をお勧めします。

避難先での感染症対策を確認

- ①手洗いやせきエチケットの徹底
感染を防ぐために基本的な感染症対策である手洗いやマスクの着用などを徹底します。断水、せっけんやアルコールがないときは、あるものでできるだけのことをします(飲料水で手を洗う、ウエットティッシュで拭くなど)。
- ②定期的な清掃や換気
避難先の衛生環境の確保のため、定期的な清掃・換気を徹底します。
- ③避難者同士の間隔
食事をするときは互い違いに座ったり同じ方向を向いて座ったりして食べるようにすることも考えられます。また会話でもウイルスを含んだつばが飛ぶことがあるため、食事時の会話は自粛します。

避難情報を正しく理解して、発災時速やかに避難行動が取れるよう、事前の計画と避難に必要な準備をお願いします

危機管理・地域防災担当 伊藤係長



自宅は浸水想定区域や土砂災害警戒区域などに該当しますか？

該当する

該当しない

引き続き避難指示の発令がないかなど、情報収集を続けてください。



避難場所の開設情報は緑区ウェブページで確認してください。



警戒レベル4

避難指示発令

避難指示が発令されたら、自宅が対象になっているか確認しましょう。



私たちの立退き避難

安全な親戚・知人の家やホテル・旅館、行政が指定した指定緊急避難場所へ避難しましょう。

指定緊急避難場所は「高齢者等避難」や「避難指示」の発令時に開設します。開設した避難所は緑区ウェブページでお知らせします。

※災害規模や状況によって判断するため、全ての避難場所を開設するわけではありません。



屋内安全確保・在宅避難

自宅が安全が確保できる場合は、自宅に留まり必要に応じて上階へ移動するなど屋内安全確保に努めましょう。また避難後もテレビやラジオなどでの情報収集に努めましょう。



警戒レベル4「避難指示」までに必ず避難行動を取りましょう

2021年5月に避難勧告は廃止されました

警戒レベル	新たな避難情報	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保 ^{※1}	災害発生情報 (災害を確認したときに発令)
⚠️ 警戒レベル4までに必ず避難! ⚠️		
4	避難指示 ^{※2}	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	高齢者等避難 ^{※3}	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意報(気象庁)	早期注意報(気象庁)



警戒レベル5「緊急安全確保」はすでに安全な避難ができず命が危険な状況です。発令を待つはいけません!

避難勧告は廃止されます。これからは警戒レベル4「避難指示」で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は警戒レベル3「高齢者等避難」で危険な場所から避難しましょう。

※1 警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示はこれまでの避難勧告のタイミングで発令されます。

※3 警戒レベル3は高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めるなど、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

① **みどりのわ・ささえ愛プラン** ※ 緑区地域福祉保健計画「みどりのわ・ささえ愛プラン」第4期計画を策定中です。素案が完成したら意見を募集する予定です。

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 ㊟Webサイト ㊟窓口 ㊟先着 ㊟抽選 ㊟申込み不要、当日直接会場へ

区からのお知らせ

よりどりみどりの情報

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 みどりのルール

イベントは変更・中止することがあります。参加する前に問合せ先に確認してください。

せき	鼻水			
発熱	のどの痛み			

体調が良くない人は参加しない

マスク着用 検温・消毒 主催者・管理者の指示を守る

ペットの飼い主さん 災害に備えましょう!

災害が起きたとき、飼い主は人の命を守る行動を取り、その上でペットの命も守らなければなりません。大切なペットのために日頃の心構えと備えが大切です。

飼い主が分かるように

混乱でペットが迷子になってしまうことがあります。飼い主を明示しましょう。

しつけ・健康管理

- 基本的なしつけをして、ケージに慣らしておきましょう。
- ワクチン、狂犬病予防注射、ノミ・ダニの駆除などをおきましょう。

ペット用の防災用品を用意

ペット用の救援物資はすぐに届かないことがあります。事前に準備しておきましょう。

- ☑約5日分のフード・水、薬
- ☑ペットシート、新聞紙、首輪・リードなど
- ☑飼育手帳 → 配布: 区環境衛生係

助け合える関係を築く

- 親戚・友人など、一時預け先を考えておきましょう。
- 「飼い主の会」を作り、飼い主同士協力しましょう。

【問合せ】区環境衛生係 ☎930-2368 ☎930-2367





震災時の診療・調剤の目印を知っていますか

大規模地震災害が発生したとき、被災を免れ診療・開局している医療機関や薬局は黄色いのぼり旗を掲げます。

→いざというときに備え、地域の医療機関や歯科医院、薬局を確認しておきましょう。緑区役所・緑区ウェブページで配布している「みどり区区民生活・防災マップ」や横浜市ウェブサイトでも確認できます。

診療所・歯科医院 **薬局**

診療中 **開局中**

横浜市 横浜市

薬や応急品を用意しておきましょう

例 水、包帯・ガーゼ、湿布、常備薬・持病の薬、お薬手帳、歯ブラシ、マスクなど

【問合せ】区運営企画係 ☎930-2328 ☎930-2355

★ 緑・芸術祭

お昼のロビーコンサート「Webコンサート 津軽三味線 高崎 将充」

区役所で開催していた「お昼のロビーコンサート」。今回はオンライン配信に形を変えて開催します。

- 配信期間** 7月12日(月)~2022年3月31日(木)
- 配信サイト** YouTube横浜市公式チャンネル
- 出演** 高崎 将充(津軽三味線奏者)
- 問合せ** みどりアートパーク ☎986-2441 ☎986-2445



2022年度「緑・芸術祭」参加イベント募集

広報活動、経費の一部助成、緑区内施設の予約などを支援します。

- 対象** 2022年4月1日~2023年3月31日に緑区内で開催する芸術文化イベント(審査あり)
- 応募方法** 申込書類を記入し郵送で区生涯学習支援係
- 応募期間**

開始日 2021年7月1日
締切日 2022年9月30日までに開催するイベント
 →2021年7月30日必着
 2023年3月31日までに開催するイベント
 →2022年1月31日必着

募集要項・申込書類の配布場所

区生涯学習支援係、緑区内の地区センターの窓口または緑区ウェブページ

【問合せ】区生涯学習支援係 ☎930-2236 ☎930-2242

第52回 緑区三曲協会「定期演奏会」

㊟7月11日(日)11時~16時 ㊞みどりアートパーク ㊟箏・三絃・尺八による古典曲・現代曲 ㊟小学生以上 ㊟150人 ㊟緑区三曲協会事務局 菅沼(☎090-5991-5321) ㊟highspeed.urimuu@docomo.ne.jp ㊟

第138回 緑区民音楽祭ふれあいコンサート
本條 秀慈郎・邦楽ゾリスデンの世界

㊟9月19日(日)14時~16時 ㊞横浜市神奈川区民文化センター かなつくホール ㊟若き邦楽奏者による三味線ソロと箏・尺八とのアンサンブルによる古典曲・現代曲 ㊟本條 秀慈郎(三味線)・ゲスト:LEO(箏)ほか ㊟小学生以上 ㊟300人 ㊟自由席2,000円 ㊟区民優先販売:7月15日からみどりアートパーク、三笠勉強堂、山響楽器店中山店 ㊟、一般発売:7月29日から ㊟でカンフェティチケットセンター(☎0120-240-540)またはかなつくホール ㊟ ㊟横浜市コールセンター(☎664-2525 ☎664-2828)

問 図 事業企画担当 ☎930-2304 ☎930-2355

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

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 ☎981-2710

育児講座「染め紙あそび」
☎7月12日(月)~15日(木)9時30分~11時30分
■未就学児と保護者各園3組

鴨居保育園
☎933-2106 ☎933-2104

園庭開放「どろんこあそび」
☎7月15日(木)11時から
■1歳3か月以上の未就学児と保護者各園10組

竹山保育園
☎932-3032 ☎932-3266

ホール開放
☎7月20日、8月3日(火)10時~10時45分
■未就学児と保護者各園5組

中高生ボランティア体験 ~図書館員になってみよう~

☎8月5日(木)9時30分~12時、13時30分~16時
■緑図書館 ■本棚の整理、予約本探し、豆本・お薦め本のPOP作りなど
■各園4人 ■筆記用具、エプロン、水筒、POPで紹介する本
☎7月13日から必要事項・学校名・学年を明記し☎☎☎で緑図書館(☎985-6331 ☎985-6333)

講演・講座

食品衛生責任者講習会

☎①8月17日(火)②26日(木)~14時30分~16時(14時受付開始) ※両日同内容
■緑区役所 ■食品営業施設の食品衛生責任者各園30人 ■食品衛生責任者証(票)、筆記用具
☎7月11日から必要事項・営業施設名・食品衛生責任者番号・希望日を明記し☎☎☎で区食品衛生係(☎930-2365 ☎930-2367)

緑区IT講習会 8月 ④Zoomを使って オンライン会議体験研修(全3回)

☎8月18日(水)~20日(金)12時30分~14時30分
■十日市場地区センター
■抽20人 ■¥3,000円 ■筆記用具
☎8月3日必着で必要事項を明記し☎☎☎でNPO法人MICS(〒226-0019 中山4-36-20 みどりーむ内 ☎932-3272)

新治恵みの里「冬野菜作り教室」(全4回)

☎①種まき・白菜植え付け:9月11日(土) ②間引き・追肥:10月2日(土) ③大根収穫:11月6日(土) ④白菜収穫:11月27日(土)~①③④10時30分~12時30分 ②13時30分~15時30分
■にはる里山交流センター
■①に必ず参加できる横浜市在住者・グループ(4人まで) 抽15組 ■1組4,000円(収穫した野菜のお土産付き) ☎7月15日0時から☎で新治恵みの里 ☎北部農政事務所(☎948-2480 ☎948-2488)



スポーツ

さわやかスポーツタイム in 玄海田公園

☎7月11日(日)10時~14時
■玄海田公園 ■輪投げ、ナインゴール、グラウンドゴルフなどニュースポーツの体験
■緑区さわやかスポーツ普及委員会事務局(☎080-4654-5031 ☎934-7048) ☎

緑区ソフトテニス教室

☎7月11日(日)・16日(金)・25日(日)、8・9月の第1・3金曜日、第2・4日曜日9時~13時 ※9月26日を除く。雨天中止
■長坂谷公園 ■中学生以上の緑区在住・在勤・在学・在クラブ者
■1回500円(高校生以下200円) ■テニスシューズ、ラケット、動きやすい服装
■緑区ソフトテニス協会 窪田康彦(☎983-1888) ☎kubota.702@nifty.com) ☎

第42回 緑区民テニスダブルストーナメント

☎9月12日・26日、10月10日・24日(日)
■長坂谷公園 ■男子一般、男子50歳以上、男子60歳以上、女子一般、女子50歳以上
■緑区在住・在勤・在学者または緑区硬式テニス協会加盟団員を含む2人1組 ■1組4,000円
☎7月17日~8月7日に申込書を記入し参加料を添えて☎(現金書留で8月6日必着)☎で緑区硬式テニス協会事務局(〒226-0025 十日市場町854-4 ラケットショップ オープン・スクエア ☎988-0633 ☎988-0683) ※申込書の配布:申込み先

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 ☎930-2355
- ②高齢者支援担当
☎930-2311 ☎930-2310
- ③こども家庭係
☎930-2361 ☎930-2435
- ④子ども・家庭支援相談担当
☎930-2356 ☎930-2435
月~金8時45分~12時、13時~17時

健康づくり

抗HIV抗体・梅毒検査(匿名制)

☎7月15日(木)9時~9時30分受付
☎前日16時まで☎で①

食と生活の健康相談

☎7月30日(金)9時~11時、8月10日(火)13時~15時
■生活習慣病の相談 ☎☎で①

福祉

介護者のつどい

☎8月3日(火)13時30分~15時30分
■ハーモニーみどり ■介護についての勉強会や交流会 ☎☎で②

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談(予約制)

☎7月15日、8月5日(木)13時30分~16時20分(1回50分)
■横浜市在住の15~39歳の本人、家族、支援者、地域の人 ☎☎で④

ミドリビト

緑区の障害福祉事業所と自主製品を写真・イラストで紹介する小冊子。問合せ先窓口で配付中。

詳しくは ミドリビト 検索

【問合せ】☎障害者支援担当
☎930-2433 ☎930-2310

赤ちゃん・子ども・女性

母親(両親)教室(全4回)

☎9月7日(火)・17日(金)・22日(水)・29日(水)13時15分~15時(13時受付開始)
■妊娠中のこと、出産・育児について学ぶ ■2022年1月出産予定(目安)の初産の人 ■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
☎8月1日~20日に二次元コード ☎☎で③



プレパパ・プレママ講座

☎8月28日(土)9時30分~11時30分(9時15分受付開始)
■沐浴実習、胎児の成長や産後の生活について ■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 ☎7月12日~31日に二次元コード ☎☎で③



妊産婦歯科相談

☎7月29日(木)9時20分~10時
■妊娠中または産後1年未満の人 ■母子健康手帳 ☎☎で③

母乳育児相談

☎7月26日(月)9時30分~11時30分(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、フェイスタオル ☎☎☎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。
☎①4か月児:7月16日(金)、8月5日(木) ②1歳6か月児:7月29日(木)、8月4日(水) ③3歳児:7月15日(木)、8月6日(金) ☎☎で③ ☎

離乳食教室「もぐもぐ教室」

☎7月28日(水)13時15分~14時、14時45分~15時30分(各15分前受付開始)
■7~8か月ごろの子と保護者各園10組 ■手拭きタオル、飲み物 ☎7月12日から☎☎☎で①(☎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

☎8月20日(金)10時から、10時50分から(1回40分程度)
■虫歯予防の話、歯磨きアドバイス ■2020年7月~10月生まれの子と保護者各園8組 ■母子健康手帳 ☎7月12日~31日に二次元コード ☎☎で③



乳幼児歯科相談

☎7月29日(木)9時30分~10時30分
■歯科健診、相談、歯磨きアドバイス ■未就学児 ☎☎☎で③

子どもの食生活相談

☎7月28日(水)9時~11時(1回30分程度)
■離乳食、幼児~思春期の子の食生活相談 ☎☎で①

緑区から芸術で応援！ ハイスクール・アート・トレイン ~東京オリンピック・パラリンピックに向けて~

神奈川県立白山高等学校美術科の皆さんがオリンピック・パラリンピックを応援する絵を制作しました。緑区内2か所で展示します。

展示 市営地下鉄グリーンライン車内:7月7日(水)~9月6日(月)
緑区役所:7月12日(月)~21日(水)

制作 神奈川県立白山高等学校美術科

【問合せ】☎生涯学習支援係 ☎930-2236 ☎930-2242

① 猫の飼い主さんへ 》屋外は猫にとって危険がいっぱいです。屋内に快適な環境を整え、屋内だけで飼育するようにしましょう。

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 📧Eメール 📧往復はがき 🌐Webサイト 🏠窓口 🏠先着 🎒抽選 📄申込み不要、当日直接会場へ

施設から

十日市場地区センター
〒226-0025 十日市場町808-3
☎981-9573 📠982-3161

英会話を楽しく学ぼう(全6回)
🕒7月29日、8月5日・19日・26日、9月2日・9日(木)18時～19時30分
📄アメリカ人講師による発音も学べる日常英会話
👤高校2年生以上 8人
💰3,000円 🎒筆記用具
📄7月12日から📞

こども化学講座
🕒8月1日(日)10時～11時30分
📄高分子発砲スチロールを使った、ミニメロンパンのストラップ作りなど
👤小学生 12人 ※1・2年生は要保護者同伴
💰500円 🎒汚れてもよい服装、持ち帰り用袋、マスク
📄7月13日から📞

はじめての気功(全5回)
🕒8月17日・31日、9月7日・21日、10月5日(火)15時15分～16時45分
👤成人 10人
💰2,500円
🎒動きやすい服装、汗拭き用タオル、飲み物
📄7月12日から📞

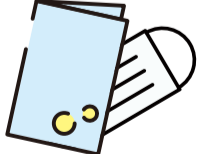
中山地区センター
〒226-0019 中山2-1-1
☎935-1982 📠935-1983

絵本の時間
🕒7月15日、8月5日(木)10時15分～10時45分
📄子ども向け新刊絵本の読み聞かせ
👤未就学児と保護者各 10人 📞

イキイキ健康体操(全10回) 2期
🕒7月29日～10月14日の毎週木曜日13時～14時30分
※9月16日・23日を除く
📄健康維持と体力増進
👤おおむね60歳以上 30人
💰4,000円
📄7月11日から📞

親子工作クラブバンドで小物入れ作り
🕒8月3日(火)9時45分～11時15分
📄「あまびえ様」付き小物入れ
👤小学生と保護者 5組
💰1,300円
📄7月13日から📞

可愛くデコレーション!
クリアファイルでマスクケース作り
🕒8月6日(金)①9時45分～10時30分
②10時45分～11時30分
👤小学生各 8人
💰600円
📄7月14日から📞



白山地区センター
〒226-0006 白山1-2-1
☎935-0326 📠935-6039

体幹トレーニング 初級の部
🕒7月13日・27日(火)10時35分～11時50分
👤成人女性各 10人
💰1回500円
🎒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 📞

午後の初級エアロビ&リフレッシュ
🕒7月16日・30日(金)15時15分～16時30分
👤成人各 14人
💰1回500円
🎒動きやすい服装、室内用運動靴、バスタオル、飲み物 📞

夏の疲れをリセット!
ヨガ体験講座(全2回)
🕒7月29日、8月5日(木)10時～11時15分
📄初心者を対象に取り組みやすいポーズを実践
👤成人 5人
💰2,000円
📄7月11日から📞

おもちゃ病院
🕒8月14日(土)10時～14時
📄小学生以下のおもちゃの修理
👤9品
💰特殊な部品は実費あり
📄7月11日から📞



みどりアートパーク
〒226-0027 長津田2-1-3
☎986-2441 📠986-2445

エスティーゼー
SDGs持続可能な開発目標
ワークショップ～2030 SDGs
カードゲーム体験講座
🕒7月17日(土)13時30分～16時
📄カードゲームを通して国連による持続可能な17の開発目標の理解を深める
👤塚本 充
👤20人
💰一般1,000円、高校・大学生500円
※小・中学生無料
🎒筆記用具
📄📧で塚本 充(📧mitsurutkmt@gmail.com)

エスティーゼー
SDGs映画上映会
「デイヴィッドとギリアン響きあうふたり」
🕒7月18日(日)10時30分から、13時30分から(各開始30分前開場)
※同内容100分
👤各 30人
💰600円 📞

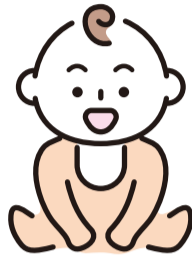
からだ
身体と向き合うシニアのための
ダンスワークショップ
🕒10月7日(木)13時30分～15時
📄世界的ダンサーによるワークショップ
👤安藤 洋子
👤60歳以上の神奈川県在住・在勤者 25人
💰1,000円
🎒動きやすい服装・靴
📄7月11日から📞

地域子育て支援拠点いっぼ
〒226-0025 十日市場町817-8
☎989-5850 📠989-5851

横浜子育てサポートシステム
入会説明会
🕒7月20日(火): 📄みらいポケット(鴨居1-11-2 リバーサイド鴨居101)
👤6人 / 7月27日(火): 📄いっぼ
※いずれも10時30分～11時30分
📄地域で子どもを預けたい人と預かる人をつなぐ制度
📄📞📧で緑区支部(📞982-3521)

コンシェルさんにきてみよう
～預け先講座～

🕒①7月30日(金)13時30分～14時30分
②8月24日(火)10時30分～11時30分
📄緑区の保育・教育コンシェルジュによる子どもの預け先講座
※オンライン参加可
👤各 8人
📄①7月16日から②8月7日から📞



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

おはなし会
🕒①2・3歳児と保護者 12組: 7月14日(水)11時～11時20分
②0・1歳児と保護者各 12組: 7月21日(水)10時30分～10時50分、11時15分～11時35分
③3歳以上の子 12人: 7月24日(土)15時30分～15時50分
📄絵本の読み聞かせ、童歌 📞



夏休み子どもクラブ「小学生特別
おはなし会 宵のおはなし会」
🕒7月28日(水)18時～18時30分
📄涼しい夕方のおはなし会
👤小学生 12人
📄7月14日9時30分から📞

パネル展示「岩波少年文庫70周年記念
心ゆさぶる、さし絵の世界」
🕒7月29日(木)まで
※7月12日は休館
📄挿絵パネル展示と図書の貸出し 📞

夏休み子どもクラブ
「緑図書館deYES ペットボトル工作と
海の生き物のおはなし」

🕒7月30日(金)10時～12時
📄ペットボトルでミニ空気砲と魚型浮沈子(圧力と浮力の関係を利用したおもちゃ)を作り、海の環境を学ぶ
👤日吉 栄一(NPO法人かながわ環境カウンセラー協議会)
👤小学1～4年生 10人
🎒手拭き用タオル、筆記用具、持ち帰り用袋
📄7月13日9時30分から📞

移動図書館「はまかぜ号」
🕒7月15日・29日(木)15時10分～15時50分
※荒天中止
📄竹山中公園
【問合せ】中央図書館サービス課
☎262-0050 📠231-8299

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
①代表 ☎910-5700 📠910-5755
②子どもの部屋 ☎910-5724

女性としごと応援デスク
キャリア・カウンセリング
🕒8月3日(火)・5日(木)・12日(木)・17日(火)・19日(木)・22日(日)・26日(木)・31日(火)10時から・11時から・13時から・14時から(1回50分程度)
📄転職・再就職のためのキャリア相談
👤女性各 1人
👤1歳6か月以上の未就学児。4日前までに②
📄7月11日から📞①

ベビーヨガ 1day ワークショップ
🕒8月20日(金)10時～11時30分
📄赤ちゃんと一緒にのヨガ、オイルマッサージ
👤産後2～7か月の母子 15組
💰1,000円
🎒バスタオル、ハンドタオル、飲み物、ビニール袋
👤1歳6か月以上の未就学児。4日前までに②
📄7月16日から📞

横浜市民ギャラリーあざみ野
☎910-5656 📠910-5674

Welcome!ロビーコンサート
🕒7月25日(日)12時～12時40分
📄地域の人によるコンサート
👤マリンバデュオStucher〜かづこ & けいこ〜(マリンバ)、青柳 志保(ピアノ) 📞

あざみ野子どもぎやらりい2021
🕒7月30日(金)～8月8日(日)10時～16時
📄動物たちの形をした凧の展示など、子どものための展覧会 📞



あざみ野フェローマルシェ
🕒7月31日(土)10時30分～14時30分
※商品がなくなり次第終了
📄障害者福祉施設などで作られた食べ物やオリジナル雑貨の販売 📞

インターネットで
広報よこはま 緑区版を読めます
広報よこはま緑区版 検索
チェックしてね!
📄📱📲
📄📱📲

☎930-2368 ☎930-2367

☎: 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 **【重要事項】**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

緑区社会福祉協議会
 〒226-0019 中山2-1-1
 ☎931-2478 ☎934-4355

善意の寄付

緑区社会福祉協議会にご寄付いただき、ありがとうございました。

(4月受付分、敬称略)
 さくらい まちこ みちえ
 桜井 真知子、なかの 美智江



やってみよう!手話(全3回)

☎8月21日・28日(土)10時~12時、
 9月4日(土)10時~12時15分
 目 手話に触れる講座 人数 20人
 料 500円 持 筆記用具 申 7月12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 ☎939-5401
 ✉md-midreamkouza@city.yokohama.jp

**オープン Open!みどりーむVol.12
 オンラインで緑区音頭を踊ろう!**

☎7月18日(日)13時30分~14時30分
 目 YouTubeで緑区音頭などを生配信。YouTubeのアドレスはみどりーむ ☎参照 ☎

**サロンふらっと
 ひきあげ りゅうよう
 知られざる引揚“留用”とは**

☎8月15日(日)13時30分~15時30分
 目 終戦から10年後に引き揚げてきた日本人家族の記録を知る ■藤村 勝典(NPO法人 八王子生涯学習コーディネーター会監事) 人数 25人 申 8月5日必着で **【重要事項】**を明記し ☎ ☎

ちょっと先生の夏休み子ども体験講座

【共通】人数 各5人 ※小学2年生以下は要保護者同伴(同伴は1人のみ)
 申 7月20日までに ☎

●8月22日(日)10時~12時の部

①手品でみんなを笑顔にしよう
 人数 小学3~5年生 料 200円 持 メモ、筆記用具 / ②デカルコマニー(お絵描き技法)で蝶々を描こう 人数 4歳児~小学校3年生 料 500円 持 タオル、B4の袋 / ③紙コップ・紙皿等の発明工作授業 人数 小学生 / ④マジックをやってみよう 人数 小・中学生 持 トランプ、筆記用具 / ⑤スエーデンししゅうを楽しもう 人数 小・中学生 料 500円 持 糸切りばさみ

●8月22日(日)13時~15時の部

⑥スエーデンししゅうを楽しもう 人数 小・中学生 料 500円 持 糸切りばさみ / ⑦ペーパー工作ゆらゆらコトリ 人数 小学生 料 400円 持 はさみ / ⑧森のクラフト 工作教室 人数 4歳児~小学生 料 200円 / ⑨道具で型抜き花アート 人数 4歳児~中学生 料 500円

●8月23日(月)10時~12時の部

⑩非認知能力を伸ばすアートワーク 人数 4歳児~中学生 料 100円 持 筆記用具、汚れてもよい服装 / ⑪パペットを作り育てよう 人数 4歳児~小学3年生 料 500円 / ⑫アクセサリー作り 人数 小学4年生~中学生 料 500円 / ⑬南の島タヒチを学ぼう(アクセサリー作りとタヒチアンダンス) 人数 4歳児~中学生 料 500円 持 動きやすい服装、持ち帰り用袋、飲み物

●8月23日(月)13時~15時の部

⑩非認知能力を伸ばすアートワーク 人数 4歳児~中学生 料 100円 持 筆記用具、汚れてもよい服装 / ⑬パペットを作り育てよう 人数 4歳児~小学3年生 料 500円 / ⑭食品サンプル ミニかき氷を作ろう 人数 4歳児~中学生 料 500円 持 汚れてもよい服装またはエプロン



よこはま動物園ズーラシア

〒241-0001 旭区上白根町1175-1 ☎959-1000

休館日 7月13日~8月10日の毎週火曜日

●土・日・祝日は ☎ から入園整理券の事前予約が必要 / 入園料別途

ズーラシア七夕まつり

☎7月12日(月)まで
 目 正門、ころこロッジ
 目 大きな吹き流しや、動物と飼育員の願い事を書いた短冊等の飾り ☎



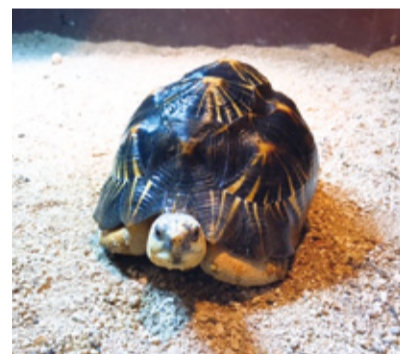
ズーラシアだより

「ベルセオレガメ、キバラクモノスガメ、ホウシャガメ」

ズーラシアの「ジャングルキャンプ」には、アフリカに生息するリクガメが3種類います。サバンナや森林、草原など乾いたやぶに生息しているベルセオレガメは、背中にちょうつがいのような部分があり、しっぽや後ろ足などを覆い、外敵から身を守ることができる特徴があります。3月に野毛山動物園から入園したホウシャガメとキバラクモノスガメは、共にマダガスカル島に生息し、甲羅に特徴があるカメです。ホウシャガメは、ドーム型の甲羅に黄色い放射状の模様が入った「世界で最も美しいカメ」といわれています。キバラクモノスガメはクモの巣のような模様をしています。3種類のリクガメそれぞれに体の特徴があります。ぜひ一つの展示場をゆっくりと見てください。



▲ベルセオレガメ



▲ホウシャガメ

緊急!



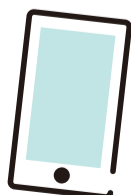
特殊詐欺が急増中!

現在、緑区内では次の手口の特殊詐欺が多発しています。

- **キャッシュカード手渡し型**
 =警察官やデパートの店員をかたりキャッシュカードをだまし取る
- **現金手渡し型**
 =電話で息子や孫をかたり、代理人が現金をだまし取る
- **還付金**
 =区役所の部署をかたり、ATMでお金を振り込ませる

被害に遭わないためには

- ・留守番電話を設定しましょう。
- ・暗証番号を他人に教えない(警察、金融機関は絶対に暗証番号は聞きません)。
- ・ATMで医療費は絶対に還付されません。



不審な電話が来たら、緑警察署まで相談してください。

【問合せ】緑警察署 ☎932-0110

郵送手続をご利用してください 「スキマ時間」で実践! 新しい生活様式

郵送手続の4ステップ

ステップ1 調べる

横浜市 ☎ で
 手続・必要書類をチェック

ステップ2 印刷

申請書を ☎ からダウンロード。
 コンビニなどでも印刷可

ステップ3 記入

記入見本を見ながら。
 分からないことは
 ☎ で担当へ

ステップ4 郵送

必要書類をお忘れなく!

パソコン・スマートフォンを持っていない人は ☎ で郵送申請について各担当に問い合わせてください。

手続の例

- **戸籍・住民票の写しの請求**
 ☎横浜市郵送請求事務センター ☎222-4900
- **国民健康保険**
 ☎区保険係 ☎930-2341
- **市県民税(所得)の証明**
 ☎区市民税担当 ☎930-2261

ウェブ **WEBで詳しく**



自治会へ加入しよう 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



心も体も動かして

年齢を重ねることで生じる体の衰え

みんなでフレイル予防

新型コロナウイルスの影響で、自宅で過ごす時間が長くなり体力が落ちていませんか？ 自宅で手軽にできる体操を紹介します！



無理のない範囲でチャレンジしましょう。
体調への不安や痛みがある場合は主治医に相談してくださいね。

医療法人社団恵生会 竹山病院 リハビリテーション科 主任 かつまた れな 勝又 麗奈

第1回 全身のストレッチ・運動

全身のストレッチ



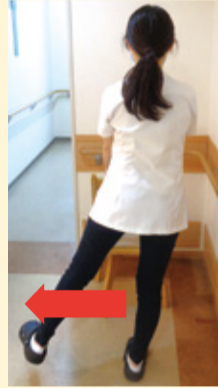
- 1 壁に向かい合って支えにします。
- 2 かかとを上げ、上に向かって全身を伸ばします。
- 3 20秒で1セットです。

スクワット+腕の運動



- 1 壁と椅子の間に立ちます。
- 2 スクワットを行いながら腕を上げます。
- 3 10回で1セットです。

股関節周囲の運動



- 1 安定性のある椅子につかまります。
- 2 体は正面を向いたまま、足を真横に上げます。
- 3 左右各10回で1セットです。

【問合せ】区高齢者支援担当 ☎930-2311 ☎930-2310



とれたてみどり 地産地消グルメを楽しもう！

緑区内の「よこはま地産地消サポート店」で提供している旬の地元農産物を使ったお薦めメニューを紹介



No. 8 「ブルーベリーデニッシュ」 ソラ パン工房SORA

台村町にある「パン工房SORA」は100%国産小麦の無添加生地で、体に優しいパンを作っています。また常に焼きたてが並ぶように心掛けています。

7月のお薦めメニューは「ブルーベリーデニッシュ」。ブルーベリーは「ヤマリガーデン落合」(小山町)で生産された、新鮮なものを使用しています。みずみずしさと食べ応えがある大粒の実が魅力です。

お店自慢のクロワッサン生地で焼いたデニッシュは、外はサクッと中はフワとした食感を楽しめます。自家製のカスタードクリームのみと、ブルーベリーの爽やかな酸味との相性が抜群です。

提供時期 7~8月
提供価格 300円



営業情報
☎台村町317-1 緑センタービル
🕒10時~19時
※日・月曜日定休
☎507-4807
<アクセス> JR・市営地下鉄「中山駅」南口 徒歩4分

【問合せ】区企画調整係 ☎930-2227 ☎930-2209



所在地
〒226-0013
緑区寺山町118

電話
☎930-2323 総合案内

読者アンケート
毎月抽選で5人に
緑区グッズをプレゼント!



編集
緑区区政推進課
☎930-2220
☎930-2225

※一部、新型コロナウイルス感染症の流行以前に撮影した写真も掲載しています。

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