



みなみ 5

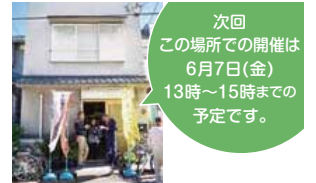
毎月、毎月、みなみの旬などとおき情報をお届けします

Trip2 南太田から三春台への旅

5月の風薫る三春台。ドンドン商店会が結ぶ、ほっとするご縁に触れながら、丘の上の公園を目指して歩きます

① ひよっこり茶屋

ドンドン商店会内の空き店舗を活用した地域の居場所。老若男女が集まり、お茶をいただきながら楽しく交流しています。



次回
この場所での開催は
6月7日(金)
13時~15時までの
予定です。

住所：南太田1-32-41
活動時間：原則、毎月第1金曜日の13時~15時 費用：200円

縁ふちとりっぷ

みなみの縁(ふち)へと歩きながら地域の縁(えん)を感じる、ちいさな旅コラム

② 角清

三春台の新坂を上ったところにあるおそば屋さん。お店おすすめの天巻セットは、えび天が丸ごと1本巻かれたのり巻きとコシのあるそばが楽しめる、ボリュームたっぷりのメニュー。
※毎週水曜日定休

住所：三春台120



③ 三春台第二公園

旧坂の頂上の辺りに位置する三春台第二公園。中村町~睦町地区方面を望める景色はもちろんのこと、公園内には健康器具や子どもの遊具もあるので、幅広い世代が楽しむことができます。



住所：三春台36



新区長、就任のごあいさつ

こんにちは、
南区長です。

区民の皆さま、4月1日に南区長に就任いたしました松山でございます。南区での勤務は初めてですが、区民の皆さまと直接ふれあうことのできる区役所で仕事ができることを、とてもうれしく思っています。就任からこのかた、日を追うほどに、大岡川の水面に映る美しい桜並木、人情味あふれる下町情緒、活発な自治会町内会活動やお祭りのパワーの素

である、わがまちへの熱い思い、人と人のつながりの深さに魅せられています。

南区でも少子高齢化が進む中、子育て支援や地域福祉、災害への備えの充実など、取り組むべき課題が様々がございます。それゆえにこそ、誰もが住みよい南区をつくり、確実に次の世代へ引き継いでいきたいと切に思います。

南区のキャッチフレーズ「南の風はあったかい」の言葉通り、あたたかな人情、豊かなお知恵と工夫で地域の活動に取り組まれている皆さまとともに、区役所も汗をかいてまいります。

また、区役所の各種の業務においても、迅速さ・正確さ、そして区民の皆さまに寄り添う心を大切にして、職員一同、皆さまの信頼に全力でお応えしてまいります。

どうぞ、よろしく願いいたします。

南区長 松山 弘子

【南区役所】〒232-0024 浦舟町2-33 ☎341-1212(代表) 受付時間:8時45分~17時 月~金曜日(休日、祝日、年末年始を除く) 第2・4土曜日(9時~12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課で一部業務を行っています

南区のいま (2019年4月1日現在) 区人口 >>> 195,531人 世帯数 >>> 99,353世帯 人口の詳細は右記へ
編集発行 南区役所広報相談係 ☎341-1112 ☎341-1241 mn-kouhou@city.yokohama.jp

スマホなどでも紙面をご覧いただけます。



トピックス

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

区役所で
相談
できます

ひきこもりなどの困難を抱える若者やその家族を対象に、若者の自立支援を行っている地域ユースプラザの地域連携相談員(社会福祉士など)が、区役所に定期的に出向いて専門相談を実施しています。

こんな人は、ぜひ、ご相談ください。



対象

市内在住の15歳~39歳の人とその家族

相談場所

南区役所2階相談室(25番窓口)

相談日

毎月第1・3金曜日の13時30分~16時30分
(1回の相談時間は50分)

※第1・3金曜日が祝日の場合は、前週または
翌週の木曜日が相談日となります。
詳細はお問い合わせください

- 事前に電話でご予約ください。
- 相談は無料です。
- 秘密は守ります。

申岡子ども・家庭支援相談 ☎341-1153 ☎341-1145

3R夢のタネ



小さな家電製品は
回収ボックスへ!

横浜市では携帯電話やデジタルカメラなどの使用済小型家電の回収・リサイクルを推進しています。区役所などに設置している専用ボックスにお持ちください。



こんなものが
回収できます

回収ボックスの投入口(30センチ×15センチ)に入る、長さ30センチ未満の、電気・電池で動作する製品(電球および蛍光灯は対象外)

回収ボックスの
設置場所

南区役所、資源循環局南事務所、永田地区センター、イトーヨーカドー横浜別所店ほか市内76か所

詳細は 横浜市 小型家電 で 検索

☎資源化推進担当 ☎341-1236 ☎341-1240

みなみ
情報プラス

歯と口の健康週間行事
みんなで歯のチェック



6月4~10日は 〇日時:6月6日(木)
13時30分~15時30分
〇場所:南区役所1階多目的ホール
〇申込:当日直接会場へ

無料
申込み不要

内容

対象:1歳~小学生

- ◆フッ化物(フッ素)の塗布
- ◆歯科相談とお口のチェック
- ◆歯みがきアドバイス

フッ素塗布で
むし歯予防!



対象:成人、100人(先着順)

- ◆かむ力の測定、口臭測定、口腔乾燥測定
- ◆歯科相談とお口のチェック
- ◆歯みがきアドバイス



食育体験コーナー

ヘルスメイト
(食生活等改善推進員)が
健康的な食生活を紹介します!

この野菜は
何グラムかな?



主催:南区歯科医師会・南区福祉保健センター

☎健康づくり係 ☎341-1185 ☎341-1189

南図書館
だより

来ぶらり 今月のおすすめ本



児童書 ダストビン・ベイビー

ジャクソン・ウィルソン/作 小竹由美子/訳
ニック・シャラット/絵

発行:偕成社 書誌番号:3-0204063228

わたしは誕生日がきらい。その日は、わたしがビザ屋のゴミ箱に入れられた日だから。何が自分に起こったのか、わたしはどうしても知りたくなって、学校をさぼって訪ね歩いた。わたしに関わったすべての里親、すべての人々たち。



一般書 春になったら莓を摘みに

梨木香歩/著

発行:新潮社

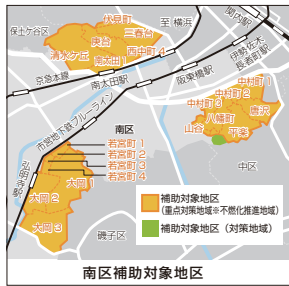
書誌番号:3-0206013168

人は他人を理解し、あるがままに受け入れられるか。下宿先の主だったウエスト夫人は、受け入れる人だ。子ども時代の悲しみ、世界規模の対立、ゴシップ...人は絶えず傷つき、傷つけるにもかかわらず。澄みきった小説家の目で描いたエッセイ。

地震火災対策

「燃えにくいまち・燃え広がらないまち」へ

地震の時、火災は被害を大きくする要因です。横浜市の地震被害想定では南区の一部を含む特定地域(右図参照)に地震火災の被害が集中すると想定されています。



地震火災の被害を軽減するためにできる対策を行い、備えましょう!

対策1

- 建物を取り壊したい、新築したい人
→建築物不燃化推進事業補助
 - 建物の不燃化・耐震改修したい人
→木造建築物不燃化・耐震改修事業補助
- ☎都市整備局防災まちづくり推進課(☎671-3595)

対策2

- 建物の安全性について相談したい人
→木造建築物安全相談事業
- 古い木造建築物の安全性などを調査し助言する建築士を無料で派遣します。
☎横浜市建築士事務所協会(☎662-2711)



☎都市整備局防災まちづくり推進課 ☎671-3595 ☎663-5225

子育て掲示板

〈横浜市子育て支援者事業〉 ママと子のホットタイム 日程変更のお知らせ

5月から、永田みなみ台公園子どもログハウスの開催曜日が変更になります。
永田みなみ台公園子どもログハウス(所在地:永田みなみ台4)



※5月13日から月曜日に変更。なお5月10日は実施しません

ママと子のホットタイム とは…

子育て経験豊富な先輩ママ「子育て支援者」が、子育てに関する相談を行っています。お子さんを遊ばせながら、気軽にお話できます。

予約不要・時間内出入り自由です。

☎子育て支援担当 ☎341-1151 ☎341-1145

南消防署から 意外と多い?! 電気火災!!



～身近な製品が火元に～

横浜市では、平成30年中の住宅火災は275件でしたが、そのうちコードやコンセントなどからの火災が、25件発生しています。

コンセントにプラグを長期間差し込んだままにすることや、たこ足配線(※1)による許容電流を超える使用などが原因です。

また、電化製品は使用方法の誤りで火災になってしまう恐れもあります。取扱説明書の重要事項をよく確認のうえ、取り扱いに十分注意してください。



ここを確認!



○コードは折れ曲がった状態での使用や家具などの圧迫などで傷つけないように注意しましょう!

○梅雨の季節は湿気が多く、コンセントとプラグの隙間にほこりが溜まりやすく、トラッキング現象(※2)による火災が起こりやすい時期です。梅雨が始まる前に掃除をしましょう!

※1 たこ足配線:電源タップなどを使い、1つのコンセントに複数の電気機器を接続すること

※2 トラッキング現象:コンセントとプラグの隙間にほこりが溜まり、ほこりが湿気を吸収することで漏電し発火する現象

☎南消防署予防課 ☎253-0119

元気いっぱい レシピ vol.24

豚肉とキャベツの中華風炒め

南区食生活等改善推進員(ヘルスマイト)の
おすすめのレシピを紹介します

材料(2人分)

- 豚肉……………150g
- ヨーグルト(プレーン) ……大さじ2
- キャベツ……………1/4個(250g)
- 卵……………2個
- サラダ油……………小さじ1
- 鶏ガラスープの素……………小さじ1と1/2
- A 塩……………少々
- 酒……………大さじ1
- こしょう……………少々
- B 片栗粉……………小さじ1
- 水……………小さじ2
- ごま油……………小さじ2



【1人分】
エネルギー :395kcal
たんぱく質 :24.2g
塩分 :1.4g

作り方

- キャベツはざく切りにする。
- 豚肉は食べやすい大きさに切り、ポリ袋に入れてヨーグルトで揉み込んでおく。
- フライパンにサラダ油を熱し、溶き卵を一気に入れ空気を含むように大きく手早く混ぜ、半熟炒り卵を作り、取り出す。
- 同じフライパンに②の豚肉を入れ、炒める。火が通ってきたら①のキャベツを入れ炒め、Aで調味しBの水溶性片栗粉でとろみをつける。
- ③の炒り卵を戻し、ざっくり混ぜて、ごま油を回し入れる。

おすすめポイント

簡単に作れて一品で主菜と副菜がしっかり摂れ、主食を組み合わせれば栄養バランスが整います。

食生活等改善推進員(愛称:ヘルスマイト)は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、栄養・運動・休養のバランスのとれた健康づくりを自ら実践し、地域へ広めるボランティア活動を行っている全国的な団体です。南区では113人の会員(平成30年度)が活動しています。

☎健康づくり係 ☎341-1187 ☎341-1189

区民の情が 生きるまち **南区** 南区地域福祉保健計画の あゆみとこれから

各期の行動提言・重点目標

第1期計画 平成17～21年度

- 人材の育成・理解の促進
- バリアフリー・移動手段の確保
- 情報の提供・相談支援
- 防災対策・防犯対策・虐待防止
- 地域の中の拠点づくり

地区の動き ちよこつとボランティアの立上げ、地区ごとの広報紙の作成が始まりました。

区の動き 子ども・障害児者・高齢者など住民同士が交流できる場づくりを進めました。

第2期計画 平成22～27年度

- 福祉・保健のまちを支える担い手をみんなで育てよう
- 身近なまちの福祉保健情報をわかりやすく、みんなに発信しよう
- 身近なまちにのどい、みんなが活躍する場を広げよう
- 身近なまちの支え合い・ネットワークをみんなで創ろう
- 身近なまちの生活課題に応えるサービスを充実しよう
- 災害時に要援護者をみんなでもとに支えよう

地区の動き 見守りや支えあい活動グループが広がり、各地区で子育てサロン・高齢者サロンが増えました。

区の動き 認知症サポーターなど、取組を支える活動者の発掘や育成・交流を進めました。

第3期計画 平成28～令和2年度

- 日ごろから声を掛け合い、つながり・支えあいの関係をつくろう
- 誰もが活躍できる機会と身近な参加の場をつくろう
- 日常の情報共有を進め、災害時にも安心できる備えをしよう
- 身近な活動を通して健康づくりを進めよう

地区の動き 子どもの居場所・子ども食堂、多世代交流、認知症カフェ、ボランティアの交流など、さまざまな人や団体・活動のつながりが進んでいます。

区の動き 健康づくりの取組(健康ウォーキング)や、学校と地域のつながりを進めています。

第4期計画に向けて

- 第3期計画策定後、社会環境の変化によって新たな課題が出てきました。第3期計画は今年推進4年目となりますが、第4期計画に向けて、さまざまな取組を進めています。
- 第4期計画(令和3～7年度)は、令和3年策定を目指し検討を進めていきます。

第4期計画策定に向けた動き

- 令和元年度：区民アンケート・関係者アンケートなどを実施
アンケート結果などを踏まえ計画骨子確定
- 令和2年度：計画原案に対する区民意見募集を実施
第4期計画確定

みなち茶屋で出された 地域活動のポイント 4つのポイントを 大切に進めていきます。

- 地域ではどのテーマから入っても出口は「地域の暮らし」
- 賛同者が集まったら数人でも「小さく」始める
- 一方向の関係ではなく「お互いさま」で
- 今やっていることの「ついで」に加えてみよう

第4期計画 令和3～7年度

[現時点での重点方針]

- 福祉保健に関するさまざまな人々や活動のつながり・交流を進めよう
- 様々な世代の参加につながる機会・場づくりを進めよう
- 孤立しがちな人をお互いさまのまなざしで見守り、災害時にもつながる地域づくりを進めよう
- 身近な活動やつながりを通して、こころと身体の健康づくりを進めよう

「地域福祉保健計画」は、誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域づくりをめざし、地域の皆さまと区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザをはじめとした区内の福祉保健関係者・団体が力を合せて進めていく計画です。

平成17年度から第1期、平成22年度から第2期、平成28年度から第3期の計画を進めています。

現在、第3期計画(平成28～令和2年度)の4年目を迎え、第1期計画から進めてきたさまざまな取組が少しずつ花開いています。

固事業企画担当

☎341-1183 ☎341-1189

新たな活動や
拡大を
応援します

南区
チャレンジ
支援事業
助成金

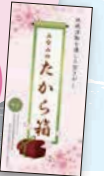
魅力ある
地域活動のための
ヒントを得よう

みなち茶屋
(南区地域福祉保健計画
推進連携会議)



H28 地域の活動に広がり
を
H29 地域の健康力UP を目指して
H30 日常のつながりを
災害時に活かそう!

みなみの
たから箱
作成
(地域活動の
すずめ)



蚊



蚊はデング熱、ジカ熱などの感染症を媒介します。蚊が媒介する感染症を防ぐために、身の周りにある蚊の発生源を減らし、蚊を増やさない環境づくりをしましょう。

蚊とハチは 早めの対策がカギ!

暖かな過ごしやすい気候になると、蚊やハチなどの虫たちも活発に活動を始めます。
蚊やハチの対策は、夏本番を迎える前から早めに行いましょう。

☎環境衛生係 ☎341-1192 ☎341-1189

ハチ

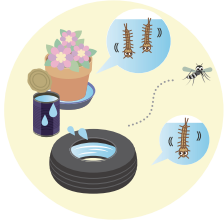


6～10月にかけては、ハチの巣の相談が数多く寄せられます。4月～6月は女王蜂が1匹もしくは数匹で巣作りをしているので、比較的簡単に駆除できます。家の周りを確認して、巣が作られやすい場所を点検しましょう。

蚊を増やさないためには、どうする?

幼虫は水たまりから発生

蚊の幼虫のボウフラは、小さな水たまりから発生します。水たまりの原因となるものは片づけましょう。また、1週間に1回程度、家の周りをチェックし、溜まった水を捨てましょう。



成虫は湿った風通しの悪いところに

成虫は草むらややぶの中など湿った風通しの悪いところにいます。定期的に草刈りや剪定をしましょう。



蚊に刺されないためには、どうする?

①

肌の露出を避ける

長袖、長ズボンを着用しましょう。



②

虫よけスプレーなどを活用

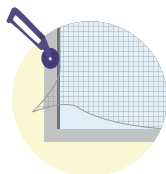
使用上の注意に従い、用法・用量を守りましょう。



③

蚊を家に入れない

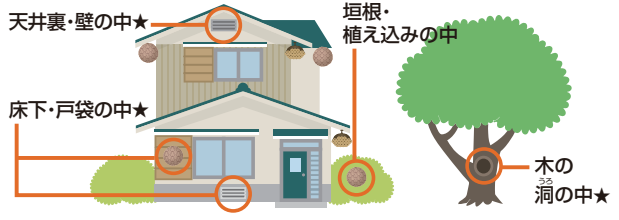
網戸の設置・補修などで工夫しましょう。



海外に行くときの蚊対策

- ・事前に厚生労働省や外務省の渡航情報を確認しましょう。
- ・渡航先で蚊に刺され帰国後、高熱が出たら検疫所や医療機関に相談しましょう。

巣は、どんなところにできる?



★スズメバチのみ

巣はどんな形?

アシナガバチの巣



- ▶シャワーヘッドやおわんを伏せたような半円型
- ▶六角形の巣穴

スズメバチの巣



- ▶初期の巣はとっくりを逆にしたような形



- ▶ボール型でマール模様
- ▶巣穴は1か所

巣を見つけたらどうする?

- 巣が小さいうちに駆除しましょう
- 巣を揺らしたり、周囲で騒いだりするのは危険です
- もし刺されてしまったら、傷口を水洗いした後、冷やし、速やかに医療機関を受診しましょう

アシナガバチの巣

個人で駆除可能な場合があります(※アレルギー体質の人は控えてください)。ご自身で駆除される場合、駆除方法のご説明をしますので、環境衛生係へご相談ください。


スズメバチの巣

自分で駆除することは危険ですので、駆除業者への依頼をおすすめします。環境衛生係では駆除は行っていませんが、駆除業者のご案内をしています。



環境衛生係では、駆除方法や駆除業者についての相談を受け付けています。
※区役所ではハチの巣の駆除は行っていません

みなみ掲示板

●申込の**必要事項**は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
●費用未記載は無料 ●区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
●このほか南区ホームページ内イベントカレンダーにも行事を掲載 ● (みなっちマーク)は子どもが対象です

子ども・子育て

▶地域子育て支援拠点とはぐはぐの樹

①しゃべりぐいすトレーニング
トレーニングに関する悩みや不安をお話ししましょう。保育はありませんので、お子さんを遊ばせながら参加してください。
●5月23日(木)10時30分～11時30分 ●トレーニングを考えている人、体験を話してくれる人
申 当日直接施設へ
②おしゃべりサロン
8か月から1歳6か月までの育ち「離乳食を食べない」「卒乳を考えている」など、この月齢ならではの悩みを助産師と一緒に話ししましょう。
●5月31日(金)10時15分～11時30分 ●おおむね8か月から1歳6か月の養育者、8人(先着順)
申 5月11日10時から電話または直接施設へ
③おしゃべりサロン発達・療育
発達や療育、集団生活に関する心配ごとなどをアドバイザーと一緒に語り合います。参加中は保育ボランティアがお子さんを見守ります。
●6月15日(土)10時15分～11時30分 ●未就学児の養育者、8人(先着順)
申 5月29日10時から電話または直接施設へ
樹 地域子育て支援拠点とはぐはぐの樹交流スペース(〒232-0067 弘明寺町158 カルム1 2階)
☎ ☎ 715-3728(日・月・祝休日、月曜日が祝休日の場合その翌日休館)

イベント

▶手打ちそば教室受講生募集
そば打ち職人として豊富な経験をもつ当センター会員が、そばの打ち方、ゆで方などを指導します。
●初級編:6月6日～7月25日の毎週木曜日、10時～12時30分(全8回)
●横浜市シルバー人材センター本部 ●成人、20人(抽選) ●16,000円
申 5月24日(必着)までに電話または往復はがき(必要事項、年齢、教室名を記入)で横浜市シルバー人材センター(〒233-0002 港南区上大岡西1-6-1 オフィスタワー13階)
☎ 847-1800 ☎ 847-1716
▶もの忘れを防ぐ! 誰でもできる健康長寿のヒケツ
加齢により現れる「認知機能の低下」を未然に防ぐ生活の工夫と一緒に学び、実践しませんか?(講師:大淵修一氏 東京都健康長寿医療センター研究所)
●5月24日(金)14時～16時 ●みなみ(南公会堂) ●500人(先着順)
申 当日直接会場へ 樹 高齢者支援担当
☎ 341-1140 ☎ 341-1144

スポーツ・健康づくり

▶南区インディアカ交流大会
●6月9日(日)9時～17時 ●南スポーツセンター ●区内在住・在勤の中学生以上のチーム ●1チーム4,000円(会員は3,000円)
申 5月28日までに電話またはFAXで南区インディアカ協会事務局・村田 ☎ 731-9749
▶さわやかスポーツ
さわやかスポーツタイム
ポッチャ、ドッチビー、ソフトバレー、フジテニスなどを行います。
●5月19日(日)13時～14時45分 ●南スポーツセンター 申 当日直接会場へ
レッツファジーテニス
スポンジのボールを使用してテニスを楽しみます。
●6月2日(日)11時～12時45分 ●永田地区センター 申 当日直接会場へ
樹 南区さわやかスポーツ普及委員会 ☎ 080-4654-5190 ☎ 743-6519
▶南スポーツセンター夏期事前受付教室大人の教室
基礎体カづくり、気功、ヨガ、バドミントン、卓球、ピラティス、フラメンコ、フォークダンス、わくわく健康体操、エンジョイ、らくらく頭すっきり体操、スタイリッシュBODYクラブ、パレトなど
子どもの教室
親子体操、親子リトミック、幼児体操、ジュニアバレエ、キッズチアダンス、フットサルなど
※対象者・開催日・参加料など詳細はお問い合わせください
申 5月19日(必着)までにホームページまたは往復はがき、応募用紙(南スポーツセンターで配布・62円切手貼付)で南スポーツセンター(大岡1-14-1) ☎ 743-6341 ☎ 743-6519
▶血糖値が高めの方の「健康みらいチャレンジ」講座
食生活と運動の目標を立てて、3か月間の健康づくりにチャレンジ。HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)の測定、保健師・栄養士による糖尿病予防のアドバイス、目標に関するグループでの話し合いなど
●チャレンジ前講座:6月13日(木)午後(2時間程度)、チャレンジ後講座:9月5日(木)午後(2時間程度) ※講座間の3か月、生活習慣改善を実践していただきます。詳細は直接お問い合わせください ●区役所4階健診会場
●参加する講座から1年以内の健康診査で、HbA1cの値が5.6～6.9%で、糖尿病治療をしていない40～74歳の区民、12人(先着順)
※健康診断結果持参。申込時にHbA1cの数値を確認します。6.5%以上の人は主治医の許可が必要
申 5月14日から電話で健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189

文化・芸術

▶横浜音祭り2019「横浜18区コンサート」
大江馨氏、開原由紀乃氏によるヴァイオリン・リサイタル
●10月31日(木)14時～15時(開場は13時30分) ●吉野町市民プラザ ●2,500円(指定席)
申 5月11日から販売のチケットを事前に購入し、当日直接会場へお持ちください
樹 横浜音祭りチケットセンター(神奈川芸術協会内) ☎ 453-5080

▶南区文化祭「みんなの合唱祭」参加団体募集
●11月4日(月) ●みなみ(南公会堂) ●区内で活動しているコーラスグループ ※南区コーラス団体連絡会への加盟が必要。6月11日(火)午後から大岡地区センターで開催する総会に必ず出席してください
申 5月31日(必着)までにFAX(団体名・代表者名・代表者の電話番号を記入)で南区コーラス団体連絡会・福原 ☎ 712-1624(18時～20時) ☎ 712-1624


福祉保健センターから

区役所会場のがん検診(電話予約制)


※乳がん検診の予約は神奈川県結核予防会です。肺がん検診の予約は健康づくり係です。
●乳がん:40歳以上女性・2年度に1回
6月12日(水)午前 ●予約受付:5/13～5/30(13時～16時)
●定員40人(先着順) ●1,370円(視触診690円、マンモグラフィ680円)
申 樹 (公財)神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363

●肺がん:40歳以上・年度内(4月～3月)1回
6月17日(月)午前 ●予約受付:5/28～6/4 ●定員50人(先着順)
●680円
申 樹 健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189




健康相談・講座(予約制) 各相談とも区役所4階健診会場

●生活習慣改善相談/禁煙相談
5月16日(木)午後、6月3日(月)午前
●食生活健康相談
5月16日(木)午後、5月22日(水)午後、6月3日(月)午前
●子どもの食生活相談・離乳食講座(おおむね7～8か月児) 
5月実施分については、4月号をご覧ください
申 樹 健康づくり係 ☎ 341-1187 ☎ 341-1189

●アディクション家族教室
第1火曜日14時～16時 ※詳細はお問合せください
申 樹 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ☎ 341-1144

●乳幼児歯科相談(0歳児から未就学児) 
5月28日(火)13時15分～15時
申 樹 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

乳幼児健康診査

●4か月児 5月21日(火)、6月4日(火)
●1歳6か月児 5月23日(木)、6月6日(木)
●3歳児 5月16日(木)、5月30日(木)
●8時45分～9時45分 ●区役所4階 健診会場
※対象者には事前に通知をしています。ご都合が悪い場合は、下記問合せ先までご相談ください。母子健康手帳を忘れずにお持ちください。受付時間を過ぎると、受診できないことがあります。余裕をもってお越しください
樹 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

お元気で21健診(介護予防健診)

①5月31日(金) ●受付:10時～11時 ●別所コミュニティハウス
②6月3日(月) ●受付:10時～11時 ●井土ヶ谷小学校体育館
※上履きをお持ちください
①②ともにおおむね65歳以上
樹 高齢者支援担当 ☎ 341-1140 ☎ 341-1144



南センター

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ㊟741-8813
㊟第3月曜日

- ▶英語リトミック体験講座 (㊟)
英語を子どものときから楽しく慣れ親しむことを目的にした講座です。
●5月30日(木)11時~11時45分
●1歳~未就園児、8人(先着順)
●500円
㊟5月11日9時30分から費用を添えて直接施設へ
- ▶生花からブリザーブドフラワーをつくってみよう
気に入ったお花を長く楽しめるブリザーブドフラワーをいちから手作りする講座です。
●5月27日(月)・30日(木)、6月3日(月)・6日(木)13時30分~15時(全4回) ●成人、8人(先着順)
●1,500円
㊟5月11日9時30分から費用を添えて直接施設へ
- ▶子育て広場
~絵本の読み聞かせやパネルシアター、親子での手遊びなど~ (㊟)
●5月17日(金)10時30分~11時30分 ●幼児とその保護者、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ

六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1
☎721-8801 ㊟721-8812
㊟第3月曜日

- ▶市民健康講話 (㊟)
高齢者に多いリウマチ・膠原病~脱ステロイドを目指した治療法~ステロイドの副作用を極力回避する最新の治療法をお伝えします。(講師:リウマチ・膠原病センター長 山田秀裕医師)
※聖隷横浜病院共催
●6月11日(火)14時~15時30分
●70人(先着順)
㊟5月13日10時~6月7日17時に電話で聖隷横浜病院(☎715-3194)
- ▶食育セミナー元気になる食事法~ここちとカラダの健康づくり~
お米を主食とした食事を学び、楽しみましょう! 男性歓迎!
●6月2日(日)10時~13時
●10人(先着順) ●800円
㊟5月12日10時から費用を添えて直接施設へ
- ▶「交流サロンカーネーション」担い手(ボランティア)募集
高齢者と子育て世代、未就学児の3世代間の楽しい交流の場です。そのお手伝いができる人を募集しています。まずは見学に来てみませんか。
●6月4日(火)10時~12時
㊟当日直接施設へ
- ▶おはなし会 (㊟)
わらべうたや絵本の読み聞かせ、手あそびなどで楽しく遊びます。
●6月5日(水)10時30分~11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ

フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20
☎714-5911 ㊟714-5912
㊟第3月曜日

- ▶女性のためのパソコン講座
①エクセル初級(全2回)②再就職・転職のためのパソコン講座(全5回)
●①6月15日(土)・16日(日)②6月12日(水)~14日(金)・18日(火)・19日(水)、10時~15時30分
●女性、各12人(先着順)
●①10,800円②19,500円
※参加費などの免除制度あり、保育あり(1歳半~未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
☎714-2665
㊟5月16日からホームページまたはパソコン講座専用電話
☎862-4496(9時~15時30分、日・祝・第4木曜をのぞく)
- ▶フォーラム南太田マルシェ(5月)
~地モノ野菜市と手づくり市、古布回収~
野菜や手づくり品のお店が玄関前に並びます!(雨天時は館内)
●5月17日(金)11時~14時
※手づくり品出店の申し込みは5月7日まで(出店料700円)
㊟当日直接施設へ ※古布回収は、当日13時30分までにお持ちください

南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ㊟715-7271
㊟5月20日(月)

- ▶休日に親子で楽しむおはなし会 (㊟)
わらべうたと絵本読み聞かせで楽しいひとときを。図書館司書が絵本の選び方などのご相談もお受けします。
●5月11日(土)10時~10時30分
●0歳~4歳児と保護者
㊟当日直接施設へ
- ▶土曜日のおはなし会 (㊟)
ストーリーテリングと絵本読み聞かせのおはなし会
●5月11日(土)11時~11時30分
●5歳以上
㊟当日直接施設へ
- ▶親子おはなし会 (㊟)
●5月21日(火)①10時30分~11時②11時30分~12時 ●①0~2歳児と保護者②2~4歳児と保護者
㊟当日直接施設へ

南寿荘

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ㊟741-8813
㊟第3月曜日

- ▶苔玉作り(2種類)~季節を楽しむ講座~
かわいい苔玉を2種類作ります。
●5月24日(金)10時~11時30分
●60歳以上の市内在住者、20人(先着順)
●1,500円
㊟5月11日9時から直接施設へ



睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25
☎741-9436 ㊟731-4853
㊟第3月曜日

- ▶カラーストーンのキラキラペンダント
お好きなカラーストーンを選んで素敵なおリジナルペンダントを作りましょう。
●6月16日(日)10時~12時
●成人、10人(先着順)
●1,300円
㊟5月19日10時から費用を添えて直接施設へ
- ▶春のコンサート~リコーダー演奏会~
リコーダーアンサンブル「ペパーメント」による演奏。
●5月26日(日)13時30分~14時30分
㊟当日直接施設へ
- ▶わいわい広場 (㊟)
未就学児と保護者が一緒に遊びます。
●5月10日(金)、6月14日(金)10時30分~11時30分 ●未就学児親子、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ



永田みなみ台公園こどもログハウス

〒232-0075 永田みなみ台4
☎742-1169
㊟第3火曜日

- ▶おはなしおばあちゃんと遊びましょう (㊟)
おはなし会、読み聞かせ、手遊び、わらべ歌ほか
●6月6日(木)11時~11時30分
●未就学児と保護者、20人(先着順)
㊟当日直接施設へ
- ▶おり紙で遊ぼう (㊟)
5月はチュウリップを作ります。
●5月15日(水)15時~16時
●小学生以下、20人 ※未就学児は保護者同伴
㊟当日直接施設へ



南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46・8F
☎260-2531 ㊟251-3264
㊟日曜・祝日

- ▶ガイドボランティア募集
学校や作業所までの送迎や休日の外出付き添いなど、障がいのある人の移動時の付き添いを行うガイドボランティア登録者を募集しています。
※18歳以上であればどなたでも登録が可能です。必要な資格などは特になし
問 南区移動情報センター
☎250-5260

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-2411 ㊟743-6290
㊟第3月曜日

- ▶詩吟入門 (勤め帰り講座)
和歌や俳句も組み合わせ声を出す練習から始めます。
●6月11日・25日、7月9日・23日、8月6日・20日(すべて火曜日)18時30分~20時(全6回) ●成人、10人(先着順)
●1,500円
㊟5月14日9時から費用を添えて直接施設へ
- ▶背骨コンディショニング
肩こりや腰痛を自力で改善する体操です。
●6月5日・19日、7月3日・17日、8月7日・21日(すべて水曜日)10時~11時15分(全6回)
●成人、10人(先着順) ●1,500円
㊟5月14日9時から費用を添えて施設へ
- ▶ファミリータイム「リトミック」(㊟)
リズムに合わせて手遊びや体操で楽しみましょう!
●5月18日(土)10時~11時
●未就学児と保護者、20人(先着順)
㊟当日直接施設へ
- ▶大岡水曜シネマ「地下室のメロディ」
出演はアラン・ドロン、ジャン・ギャバンほか(1963年 フランス)
●6月26日(水)14時~16時
●成人、60人(先着順)
㊟5月22日9時から直接施設へ(無料鑑賞券を配布)

こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604
㊟第3月曜日

- ▶①こどもサイエンス講座~1ミリより小さい世界をのぞいてみよう「葉っぱの作戦」~ (㊟)
●6月9日(日)13時30分~15時30分
●小学生~中学生、10組(抽選)
※小学生は保護者同伴 ●1組300円
- ▶②ヤマアジサイの鑑賞と育て方
●5月30日(木)13時30分~15時30分 ●成人、25人(抽選)
●1,000円
- ▶③人気の多肉植物でつくるハンギングタブロー
●6月3日(月)13時30分~15時30分
●成人、20人(抽選)
●2,500円
- ▶④ばらを愉しむ~シュートの育成~
●6月23日(日)9時30分~11時30分
●成人、20人(抽選) ●300円
㊟①5月26日②5月16日③5月20日④6月9日(必着)までにホームページ、FAX、はがき(※必要事項)、①は学年を記入)または直接施設へ