



かながわ 8 月号

特集...5・8・9ページ
お知らせ...6・7・10ページ
福祉と健康...7ページ
子育て...11ページ
施設から...12ページ



→ここから神奈川区版 5~12ページ

2023(令和5)年 No.310

体も心も晴れやかに

あなたの悩みに寄り添います

誰にでも平等に訪れる“老い”。
年齢を重ねると、健康・生活・家族のさまざまな悩みや不安、心配事がよぎりますよね。
このような皆さんが抱える不安や悩みを解消するヒントを紹介します。

詳しくは3・9ページへ→

お父さんが認知症だと言われた。どうしたらいいのか、よくわからない...

少しの段差もつらい。最近、足腰が弱ってきている気がする...

今後のこと、みんなにどうやって伝えたらいいか...

1 認知症との関わり **2 フレイル予防** **3 ライフプラン作成**

特集

第33回 区の花 チューリップ 写生画展



区内公立・私立の小学校(20校)の児童の皆さんが区の花・チューリップを写生し、4,370人が参加しました。展示会では、かめ太郎賞8作品を含む全受賞作(20作品)を展示します。

【審査員】区連合町内会自治会連絡協議会会長、区子ども会育成連絡協議会会長、区小学校校長会会長、区長、副区長、区土木事務所長

展示場所

- ▶ 神奈川図書館...8月8日(火)~15日(火)9時30分~17時
※8日(火)は11時~19時、9日(水)・10日(木)は19時まで、15日(火)は15時まで
- ▶ 神大寺地区センター...8月17日(木)~25日(金)9時~21時 ※8月21日(月)は休館
※17日(木)は11時から、20日(日)は17時まで、25日(金)は15時まで

育み ハミング♪ かながわく賞



青木小2年 宮城 華帆さん



斎藤分小2年 池田 芽唯菜さん



菅田の丘小6年 小川 藍望さん

区長賞



三ツ沢小2年 野瀬 更さん



横浜朝鮮初級学校3年 成 禧丹さん



西寺尾第二小5年 豊田 亜凜さん



神橋小2年 小金沢 充希さん

神奈川区小学校優秀賞



浦島小2年 井上 史喜さん



中丸小2年 佐藤 有珠希さん



ホライゾン学園3年 Selaru Oishiさん



二谷小5年 福田 琴葉さん



羽沢小6年 龍崎 夏蓮さん

問合せ 区政推進課 ☎ 411-7021 ☎ 314-8890
神奈川区 チューリップ写生画展 検索

(全ページ共通) マークの説明 日時・期間 会場 対象・定員 費用 持ち物 保育 申込み 問い合わせ 電話 ファクス 電子申請 横浜市電子申請・届出システム Eメール 区(区役所の宛先) 〒221-0824 神奈川区広台太田町3-8 神奈川区役所〇〇課 ※費用の記載のないものは無料です。 ※掲載内容は変更になる場合があります。

神奈川区役所 〒221-0824 神奈川区広台太田町3-8 ☎ 411-7171(代表) 編集・発行 / 区政推進課広報相談係 ☎ 411-7021 ☎ 314-8890 神奈川区役所 検索

区役所の開庁時間 ○平日8時45分~17時(祝日・休日・12月29日から1月3日を除く)。*昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。○毎月第2・4土曜日9時~12時(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の業務)。

区の人口 249,562人 2023年 7月1日現在
世帯数 133,530世帯

この面白さは体験しないと分からない！ 第9期神奈川区地域づくり大学校



暮らしの中で“こうなったらいいな”を形にしていくプロセスを楽しく学び、地域の新たなつながりを創り出す、全5回の講座です。

日程・会場 いずれも13時～16時

9月24日(日)	地域子育て支援拠点 かなーちえ (東神奈川11-29 東部療育ビル3階)
10月22日(日)	
11月19日(日)	
2024年 1月21日(日)	区役所本館5階 大会議室
2月18日(日)	

対象・定員 次の①②③のいずれかに該当する人、20人程度(多数選考)

- ①区内在住・在学・在勤の人
- ②これから区内で何か地域活動をやってみたい人
- ③区内で自治会町内会等の地域活動(青少年指導員、スポーツ推進委員、民生委員・児童委員、PTA、子ども会、おやじの会など)やその他区内の地域活動に関わっていて、新たな活動や活動の工夫を考えている人

※講座とは別に、卒業生、自治会町内会との交流会を開催(12月17日(日)13時～16時 区役所本館5階大会議室)。
※受講の可否は9月中旬頃までにお知らせします。

申込み 8月31日(木) 必着で横浜市電子申請・届出システムまたはEメール、FAX、郵送で★必要事項を記入し区政推進課へ

申込みはこちら▶



★必要事項

- ①氏名(ふりがな) ②住所 ③電話 ④Eメールアドレス ⑤年代(例:40代) ⑥現在参加している地域活動 ⑦加入している自治会・町内会の名称 ⑧自治会・町内会からの推薦の有無(推薦は必須ではありません) ⑨参加動機とこれから地域でやってみたいこと(100～200字程度) ⑩オンライン(Zoom)の参加について[A参加できる B使ったことがない C自宅にインターネット環境がない] ⑪保育サービスを希望する場合は、子どもの年齢

詳細は、区ホームページまたは募集パンフレット(区役所本館5階502窓口・地区センター等で配布中)をご覧ください。

詳しくはこちら▶



昨年の講座の様子が動画で見られます

申込み・問合せ 区政推進課

☎411-7026 ㊟314-8890

✉kg-tiiki@city.yokohama.jp

第15回「わが町 かながわ とっておき」 写真コンテスト 募集中

神奈川区の魅力やPRする写真を募集しています。

テーマ 「神奈川区らしい」「神奈川区ならではの」魅力をPRする写真

募集部門 ①一般部門 ②小中学生部門

応募点数 1人につき3点以内

応募期間 10月31日(火)まで ※郵送は必着

応募方法 【インターネット】横浜市電子申請・届出システムから画像データを提出(JPEG形式/10MBまで)

【郵送または窓口受付】現像写真(四つ切またはA4サイズ)を区役所本館5階505窓口(地域振興課)へ提出



賞

	一般部門		小中学生部門	
最優秀賞	1点	賞状、1万円の図書カード	1点	賞状、5千円の図書カード
優秀賞	2点	賞状、5千円の図書カード	2点	賞状、3千円の図書カード
かめ太郎賞	若干数	賞状、記念品	若干数	賞状、記念品

●入賞作品は、区役所等で展示するほか、広報よこはま神奈川区版及び区ホームページに掲載することがあります。

●詳細は、区役所・地区センター等で配布中のチラシ、またはホームページをご覧ください。



わが町 かながわ とっておき 写真コンテスト 検索

問合せ 地域振興課 ☎411-7086 ㊟323-2502

地域活動を知りたい、始めたい人必見!



連載
3

「区民活動支援センター」の機能と主な講座・イベントを紹介!

地域で何かを始めたい人! ご相談ください。あなたの活動や学びをサポートします。

きっと見つかる あなたの探しもの

街で始めてみたいことが
見つかる!

さまざまな最新情報が
見つかる!

街の先生になる/
活用する!

相談・
コーディネート

情報発信

助っ人BANK
(街の先生)

明るく楽しい相談員がいつでもあなたの探しものをお手伝いします。ぜひ一度、お越しください。
各機能の詳細やイベントについては、ホームページでチェック!

問合せ 区民活動支援センター(区役所本館5階507窓口) ☎411-7089 ㊟323-2502

詳しくは
こちら▶



新しいつながり、発表の機会などが見つかる!

活動支援

センターに団体登録すると、センター内にある交流室やロッカー等の利用ができるほか、センター主催の活動PRイベントなどに参加できます。

★かながわ湊フェスタ

センター登録者が一堂に集って活動発表を行います。当日は多くの来場者で賑わいます!



★みんなの文化祭

今年度は「スポーツ」「体験・ワークショップ」「ミュージック」「エンターテインメント」の4部門を開催。ステージ発表や活動体験ができるプログラムです。

★スキルアップ講座/交流会

地域活動のスキルアップをはかる講座やイベントなども随時開催。団体同士のつながりを深められるチャンスになるかも。

青少年によるパフォーマンス発表！ B-SKY FES 2023

入場無料

区内の青少年が、ダンスやバンドなど、パフォーマンスの日頃の成果を披露します！準備から当日の運営まで青少年たちが関わり、一丸となってステージを盛り上げます。

ぜひお越しください。

日時 9月3日(日)12時～18時(予定)

会場 神奈川公会堂
(富家町1-3)

定員 500人

申込み 当日直接会場へ



◀詳しくはこちら

問合せ B-SKY FES実行委員会事務局 ☎ 090-3212-3271 ☎ 413-7681
✉ b.sky.fes@gmail.com

福祉と健康

※費用の記載のないものは無料です。
※マークの説明は、5ページをご覧ください。

各種検査・相談

HIV・梅毒検査

要予約
(匿名)

☎ 毎週水曜 9時30分～10時
☎ 区役所別館2階 受付 ☎ 先着5人
☎ 申込み 検査前日12時までに電話か区役所本館3階308窓口(福祉保健課)
☎ 411-7138 ☎ 316-7877へ
※横浜市で行っている検査会場一覧
HIV・梅毒検査 横浜市 検索

生活習慣改善相談

要予約

食事や運動、禁煙など健康に関する個別相談
☎ 8月25日(金)9時～11時、9月4日(月)9時～14時30分
☎ 区役所別館2階 一般健康相談室
☎ 申込み 前日までに電話か区役所本館3階308窓口(福祉保健課)
☎ 411-7138 ☎ 316-7877へ

若者のための専門相談

要予約

◆相談員:よこはま東部ユースプラザの地域連携相談員(社会福祉士等)
☎ 8月10日(木)・25日(金) 13時30分～16時30分 ※1回50分
☎ 区役所別館3階 こども家庭支援課
☎ 15～39歳の市内在住の人とその家族(支援者・地域の人も相談できます。)
☎ 電話でよこはま東部ユースプラザ(☎ 642-7001)へ
☎ 横浜市青少年相談センター
☎ 752-8366 ☎ 332-5077

早期発見・治療、予防のため

健診を受けましょう

結核健診

無料
要予約

申込み・問合せ 福祉保健課
☎ 411-7138 ☎ 316-7877

結核は決して、他人事でも、過去の病気でもありません！症状が無くても1年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。
もし結核と診断されても、標準で6～9か月間、毎日きちんと薬を飲めば治ります。結核の治療費用は公費負担制度もありますので、ご安心ください。



9月24日～30日は「結核予防週間」です

結核ってどんな病気？

国内では、今でも1日に35人の新しい患者が発生し、5人が命を落としている重大な感染症です。新たな結核患者のうち4割近くが80歳以上の人です。
誰もが感染する可能性はありますが、免疫力が低下することで発病するリスクが高まります。
発病すると、咳やくしゃみで周りの人に感染させてしまうことがあります。

こんなときは迷わず受診しましょう

風邪と似た症状が2週間以上続くときは結核かも。

- 咳・微熱が続く
- たんが出ると出る
- 急に体重が減る
- 身体がだるい

日時 9月25日(月)13時30分～14時30分
29日(金)9時30分～10時30分

会場 区役所別館2階 一般健康相談室

内容 問診・胸部エックス線検査

対象・定員 65歳以上で胸部エックス線検査を受ける機会がなく、3か月以内に受けていない人、各日先着20人

申込み 8月14日(月)から電話か区役所本館3階308窓口(福祉保健課)へ

横浜市国民健康保険 特定健康診査

年度1回無料
要予約

問合せ 保険年金課
☎ 411-7124 ☎ 322-1979

受診期間 2024年3月31日まで
※12月までは比較的空いています。
キャンペーン★で賞品が当たるかも！

対象 40歳以上の横浜市国保の加入者

★特定健診受診キャンペーン実施中！

12月31日までに受診した人の中から、抽選で1,000人にギフト券や施設招待券などが当たります。

- **受診までの流れ**
医療機関を選ぶ → 医療機関へ電話(予約) → 健診を受診
- **健診当日の持ち物**
受診券・記入済みの問診票・横浜市国保の保険証またはマイナンバーカード*
※マイナンバーカードは、事前に保険証利用登録が必要です。また、受診医療機関がマイナンバーカードに対応しているか事前にご確認ください。
- **特定健診・キャンペーンに関する問合せ**
横浜市けんしん専用ダイヤル ☎ 664-2606 ☎ 663-4469
受付時間 月～土曜8時30分～17時15分 ※祝日・年末年始を除く

イベント情報

傾聴ボランティア養成講座

☎ 10月2・9・16日(月曜全3回) ※10月9日は祝・月)9時30分～12時
☎ は一と友神奈川 多目的研修室
☎ 全3回受講終了後、「傾聴ボランティア・うさぎ」で活動できる人
¥1,500円(資料・保険代)
☎ 申込み 9月8日(金)までに往復はがきに住所・氏名・電話・受講理由を書いて区社会福祉協議会ボランティアセンター(〒221-0825 反町1-8-4)
☎ 322-2897へ

●善意銀行(5月寄付分)●

○かめたろうおもちゃ病院
○須川 三千子
○おてらおやつクラブ
浄土真宗なごみ庵
ありがとうございました。(敬称略)
☎ 区社会福祉協議会
☎ 311-2014 ☎ 313-2420



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。

体も心も 晴れやかに

あなたの悩みに寄り添います

特集

「家族が認知症かもしれない」「ずっと健康に過ごしたいけど」「自分の気持ちを伝えられなくなったときどうすれば」など、私と家族の不安や心配、困りごとを相談してみませんか。

問合せ 高齢・障害支援課 ☎ 411-7110 ☎ 324-3702

地域の身近な相談窓口でお待ちしています

本人や家族の、漠然としたさまざまな不安や心配事のほか、「介護保険について相談したい」「最近様子が心配な人がいる」「認知症かもしれない」などの具体的な相談もできます。

お近くの地域ケアプラザ等(地域包括支援センター)で、専門の相談員が無料で相談をお受けします。事前に連絡していただくと、スムーズです。



反町地域ケアプラザ
反町1-11-2 ☎ 321-8004 ☎ 321-8077

- 高島台 ○松本町 ○反町 ○栄町 ○上反町
- 幸ヶ谷 ○金港町 ○桐畑 ○大野町 ○青木町
- 台町 ○鶴屋町1丁目 ○松ヶ丘 ○栗田谷
- 旭ヶ丘 ○広台太田町 ○泉町 ○鳥越 ○立町
- 富家町 ○二ツ谷町 ○西神奈川1丁目

神之木地域ケアプラザ
神之木町7-1 ☎ 435-2906 ☎ 435-2908

- 松見町 ○西寺尾 ○神之木町 ○神之木台
- 大口仲町 ○大口通 ○西大口 ○七島町

菅田地域ケアプラザ
菅田町1718-1 ☎ 471-3101 ☎ 471-3102

- 菅田町

片倉三枚地域ケアプラザ
三枚町199-4 ☎ 413-2571 ☎ 413-2573

- 三枚町 ○神大寺 ○片倉

新子安地域ケアプラザ
新子安1-2-4 ☎ 423-1701 ☎ 423-1702

- 新子安 ○子安台 ○子安通 ○入江 ○神奈川
- 東神奈川 ○新町 ○神奈川本町 ○浦島町
- 亀住町 ○千若町 ○新浦島町 ○守屋町
- 恵比須町 ○宝町 ○山内町 ○星野町 ○出田町
- 鈴繁町 ○橋本町 ○瑞穂町 ○浦島丘

沢渡三ツ沢地域ケアプラザ
沢渡56-1 ☎ 577-8210 ☎ 317-3171

- 鶴屋町2・3丁目 ○沢渡 ○三ツ沢東町
- 三ツ沢西町 ○三ツ沢南町 ○三ツ沢上町
- 三ツ沢中町 ○三ツ沢下町

六角橋地域ケアプラザ
六角橋3-3-13 ☎ 413-3281 ☎ 488-3138

- 西神奈川2・3丁目 ○二本榎 ○中丸 ○斎藤分町
- 平川町 ○白楽 ○六角橋 ○白幡町 ○白幡東町
- 白幡西町 ○白幡南町 ○白幡上町 ○白幡仲町
- 白幡向町

地域包括支援センター 若竹苑
羽沢町550-1 ☎ 382-0024 ☎ 373-7472

- 羽沢町 ○羽沢南

区社会福祉協議会
反町1-8-4 は一と友神奈川 ☎ 311-2014 ☎ 313-2420

高齢・障害支援課(区役所別館3階301窓口)
広台太田町3-8 ☎ 411-7110 ☎ 324-3702

皆さんの不安や悩みを解消するヒントをご紹介します

1 認知症との関わり

親が認知症だと言われたけど、どうしたらいいの…

▶地域みんなで見守り支援をしています

地域には、「神奈川県見守り協力店」「キャラバン・メイト」など、認知症の人や家族を支援する仕組みがあります。

神奈川県見守り協力店
認知症の人やその家族が安心して買えることができるお店や事業所

このステッカーが目印です

認知症とは…
いろいろな原因で脳の動きが低下し、さまざまな障害が起こることで、生活に支障が出ている状態(およそ6か月以上継続)。85歳以上では4人に1人が発症するとされています。

キャラバン・メイト
認知症サポーター*養成講座を行うボランティア講師

*認知症サポーター…認知症について正しい知識と理解を持ち、認知症の人や家族を支援

こんなこともやってます!

認知症普及啓発のための研修会
認知症支援者(神奈川県見守り協力店、キャラバン・メイトなど)を対象に、本人が見えている世界を体験してもらうなど、認知症をより深く学んでもらいました。

【研修会内容】

- 認知症の人が体験や思いを語るインタビュー
- 認知症の家族がいる動画視聴
- 専用ゴーグルによる認知症VR(バーチャルリアリティ)体験 など

他人事ではなく、身近なことだと理解できた

VR体験で、本人の視点で心配なことを感じ取ることができた

地域で暮らすためには、周囲の理解が大切だと感じた

▶認知症の世界を体験してみましょう

一般向け認知症VR体験の講座を企画中!

認知症の人が身近にいる人、家族が認知症と診断された人、講座に関心のある人など、この機会に“知る”ことから始めませんか。

*詳細は、広報よこはま神奈川版9月号に掲載予定

3 ライフプラン作成

今後のこと、どうやって伝えればいいのか…

▶ライフデザインノートを書いてみませんか

「好きなこと、健康法、やってみたいこと、幼いころのこと、楽しかった思い出、これからどうしていくのか」、こんなことをライフデザインノートに書いてみませんか?

このノートを書くことで、家や財産、相続だけでなく、自分の人生や思いを家族など大切な人たちと分かち合い、つないでいく…高齢者に限らず、どの世代にとっても大切なことです。

相談窓口 で配布中

詳しくはこちら▶

2 フレイル予防

最近、体が弱ってきている気がする…

▶いつまでも元気に暮らすために

年齢を重ねることに「足腰が弱くなった」「食事が減った」「むせやすくなった」ということはありませんか。このような状態は「フレイル」かもしれません。

フレイルとは…
加齢に伴い気力や体力などの活力が低下し、健康障害を起こしやすい状態のこと。高齢者の多くはフレイルを経て、要介護状態に至ると言われています。

▶もう歳だから、しょうがない…とあきらめないで!

- 1 体を動かして歩いて季節を感じましょう
- 2 3食しっかりバランスよく食べましょう
- 3 毎日の歯磨きと、お口の体操パタカラパタカラ*
- 4 家族や友人、ご近所さんとお話しましょう

***パタカラ体操**
□・舌の運動として「パ」「タ」「カ」「ラ」の4文字を発音することで□・舌の筋肉を使い、食べたり飲み込んだりする機能を鍛える体操

唇をはじくように
舌先を上
舌の奥を裏に付け
舌を丸めるように
舌の奥を上あごの奥に付け
舌を丸めるように

こんなこともやってます!

かめ電手ぬぐいサイズ
手ぬぐいを使った神奈川県オリジナルのフレイル予防体操です。

動画はこちら▶

フレイル予防アクションマップ
運動、栄養、口腔、社会参加の4項目のフレイル予防に、1人でも仲間と一緒に楽しく取り組めます。また、達成状況に応じて先着でプレゼントもあります。

相談窓口 で配布中

詳しくはこちら▶

童謡「浦島太郎」のメロディーにあわせて楽しく体操!

ライフデザインノートとは…
あなたのライフプランを考える、神奈川県版エンディングノートです。

家族と話し合いながら書きましょう

書いた後は家族と共有しましょう

書き方の出前講座もやってます

お知らせ & スポーツ

※費用の記載のないものは無料です。※マークの説明は、5ページをご覧ください。

脳卒中の再発予防 ～予防を意識した生活を 心がけよう～

日常生活のポイントと生活習慣病(高血圧・糖尿病等)のコントロールについて

講師:横浜市立脳卒中・神経脊椎センター 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 村木 文子さん

📅 10月5日(木)14時～15時30分 (受付:13時30分)

📍 区役所本館5階 大会議室

👤 先着40人

📞 8月21日(月)から電話かFAXで 高齢・障害支援課高齢者支援担当

☎ 411-7110 📠 324-3702へ

家屋を新築・増築されると 職員が調査に伺います

2023年1月2日から2024年1月1日までに新築・増築された家屋は、令和6年度から固定資産税・都市計画税が課税(都市計画税は市街化区域内のみ)されるため、地方税法に基づき区役所の職員が訪問し家屋の屋根や外壁、各部屋の内装及び建築設備などの状況を調査します。事前連絡のうえお伺いしますので、不明な点等がありましたらお問い合わせください。また、建物図面などの借用をお願いする場合があります。家屋内部への立入りを希望しない場合はご連絡ください。

※職員は「徴税吏員証」、「固定資産評価補助員証」、「職員証」を携帯しています。

📍 税務課家屋担当

☎ 411-7054 📠 323-1383

第45回神奈川区 コーラス交歓会出演団体募集

📅 11月11日(土)12時30分開演

📍 神奈川公会堂(富家町1-3)

💰 1団体2,500円

📞 8月31日(木)までに電話かFAXで区文化協会:土部 ☎ 📠 314-8883へ

※区文化協会への加入が必要 (要年会費:300円/1人)



神の木公園「体操教室」

からだを整える運動をします。

📅 9月11日(月)①親子体操:10時～11時、②ゆったり体操:11時～12時

📍 神の木公園(神之木台13-20)

👤 ①乳幼児と保護者、先着10組、②先着10人

💰 ①1組500円、②500円

📞 8月16日(水)から電話か直接

📍 神の木公園詰所 ☎ 📠 421-7883へ

三ツ沢公園 青少年野外活動センター 「もしもの体験キャンプ」

被災地を想定した野外炊事、市民防災センターでの災害体験

📅 9月18日(祝・月)10時～15時

📍 三ツ沢公園青少年野外活動センター(三ツ沢西町3-1)、市民防災センター(沢渡4-7)

👤 小学生と保護者、16組(多数抽選)

💰 親子2人1組5,000円・追加3歳以上2,500円・2歳以下300円

📞 8月15日(火)～28日(月)にホームページの申込みフォームが往復はがき(消印有効)で事業名・参加者全員の氏名(ふりがな)・住所・電話・学年を書いて三ツ沢公園青少年野外活動センター(〒221-0855 三ツ沢西町3-1) ☎ 314-7726 📠 311-6444へ

新治恵みの里からの お知らせ

★冬野菜作り教室

農家と一緒に冬野菜を作り、収穫してみませんか?

📅 ①種蒔き・白菜植付け:9月9日、②間引き・追肥:9月30日、③大根収穫:11月11日、④白菜収穫:11月25日(土曜全4回)、10時30分～12時30分 ※生育や天候状況による日時変更あり

💰 1組4,600円(全回分・収穫した野菜付)

📞 8月15日(火)20時から新治恵みの里ホームページの申込みフォームで

★新米体験教室

昔ながらの稲刈り、脱穀、精米の各作業を体験してみませんか?

📅 ①稲刈り:9月23日、②脱穀:10月7日、③精米作業コンテスト:10月21日(土曜全3回 ※9月23日は祝・土)

①②10時30分～12時30分、③10時～12時30分 ※生育や天候状況による日時変更あり

💰 1組5,000円(全回分・玄米5kg付)

📞 8月16日(水)20時から新治恵みの里ホームページの申込みフォームで
……………上記共通……………

📍 にいはる里山交流センター

(緑区新治町887)

👤 市内在住の家族・グループ(1組4人まで、1人でも可)、①の参加は必須、先着15組

📍 環境創造局北部農政事務所

☎ 948-2480 📠 948-2488



都岡地区恵みの里からの お知らせ

★稲刈り・脱穀体験教室(全2回)

農家指導のもと、稲刈りと脱穀を体験します。

📅 ①稲刈り:9月23日(祝・土)9時30分から、②脱穀:10月7日(土)13時30分から ※天候や生育状況等による変更あり

📍 旭区矢指町(下川井ICそば)の田んぼ

👤 市内在住の家族・グループ(1人でも可)、20組(多数抽選) ※当選者のみメールで通知

💰 1組6,000円(全回分・玄米5kg付)

📞 8月1日(火)～9月8日

(金)にホームページの

申込みフォームで

★落花生収穫体験 in 都岡

農家指導のもと、落花生の収穫体験を



平沼記念体育館からのお知らせ

休館 8月21日(月)

📍 〒221-0855 三ツ沢西町3-1 ☎ 311-6186 📠 316-8521

◆定期教室(10～12月開催)

※祝日、休館日は除く

教室名	日程・曜日	時間	参加費(全回分)	対象・定員(多数抽選)
バドミントン	10月10日から 毎週火曜 全11回	9:00～10:50	12,760円	16歳以上、33人
火曜ヨガ		9:30～10:30	9,680円	
はじめての ピラティス	10月11日から 毎週水曜 全11回	9:00～ 9:50	8,470円	16歳以上、14人
ステップアップ ピラティス		10:00～10:50		
はつらつ健康作り		10:00～10:50	5,500円	16歳以上、70人
フラダンス		11:00～12:15	9,900円	16歳以上、20人
Jrテニス1	10月12日から 毎週木曜 全10回 (11月23日を 除く)	17:00～17:50	9,000円	年中～小学生、16人
Jrバドミントン1				小学3年～中学生、22人
Jrテニス2		17:55～18:45		年中～小学生、16人
Jrバドミントン2		小学3年～中学生、22人		

📞 8月22日(火)～9月8日(金)にホームページの申込みフォームか 往復はがき(必着)で

※詳細はホームページをご覧ください。



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。

子育て 掲示 板

※費用の記載のないものは無料です。
※マークの説明は、5ページをご覧ください。

親子のための健康づくり
申込み・問合せ 福祉保健課
☎411-7138 ㊟316-7877

子どもの食生活健康相談 要予約
食生活に関する個別相談
📅9月13日(水)9時～11時
㊟区役所別館2階 栄養相談室
👤乳幼児～思春期の子を持つ保護者 ※子の同伴可
📄母子健康手帳(乳幼児のみ)
📍前日までに電話か区役所本館3階308窓口(福祉保健課)へ

らくらく離乳食教室 要予約
離乳食に関する講話・調理実演
📅9月13日(水)13時20分～14時30分(受付:13時10分)
㊟区役所別館2階 栄養相談室
👤おおむね7～9か月児の保護者、先着24人 ※子の同伴可
📄8月14日(月)から電話かFAXか電子申請で



すこやかカレンダー 要予約
申込み・問合せ こども家庭支援課
①☎411-7112 ②③④☎411-7111
㊟321-8820(共通)
※④は問合せ・キャンセルのみ

福祉保健センターでは、親になる準備の教室や子どもの健康診査を行っています。

内容/対象	日程	持ち物
①乳幼児歯科相談 時間:午前=9時30分～10時30分/午後=13時30分～14時30分 歯科健診・相談、歯みがき、アドバイスなど 👤乳幼児・未就学児	8/29(火)午後	母子健康手帳・歯ブラシ・タオル
歯科相談 👤妊産婦・産後1年未満	8/29(火)午後 ※時間の詳細は問合せを	母子健康手帳
②母乳相談 時間:13時20分～16時(予約時にお知らせします) 1組40分 授乳について(母乳・人工乳) 👤妊娠中・産後の人	8/ 7(月) 8/28(月)	母子健康手帳・バスタオル(体重測定時に使用)
③母性相談 時間:13時20分～14時40分(予約時にお知らせします) 1組40分 女性の健康相談 👤妊産婦及び不妊、更年期でお悩みの女性	8/21(月)	母子健康手帳(ある人のみ)
④母親・両親教室 時間:9時30分～11時45分(受付:9時から) 📄8月20日(日)から電子申請で 神奈川区 両親教室 検索		
👤初めて出産する人とその家族	出産予定日が2024年2月の人	
平日3回…妊娠中の歯の健康、母乳育児、妊娠中の栄養、妊婦体操と呼吸法、受動喫煙とアルコール、お産と産後の経過など	9/25(月) 10/16(月) 11/ 6(月)	母子健康手帳・筆記用具・子育てガイドブック「どれどれ」
土曜1回…2人で子育て、赤ちゃんとの生活、赤ちゃんが泣いて困ったらなど	10/28(土)	

○場所は区役所別館2階です。母親・両親教室の10月28日(土)は本館5階大会議室です。
○予約制の教室・相談については、定員になり次第締め切ります。ご了承ください。
○母親・両親教室は、平日3回と土曜1回の全4回で1コースになっていますが、土曜のみの参加も可能です(平日は妊婦のみ、土曜はパートナーと参加可)。
※乳幼児健康診査については、個別に通知をしていますが、日程が不明の場合はお問い合わせください。
※新生児・未熟児訪問、地域での赤ちゃん学級、地区センターでの子育て相談などについては、気軽にお問い合わせください。

あなたが思う神奈川区の魅力スポットは？

\\ わが町 かながわ とっておき //

小・中学生 おすすめスポット コンテスト 作品募集中

「毎日遊んでいる〇〇公園」「カッコいい電車がいっぱい〇〇駅」など、小・中学生の皆さんがおすすめしたい神奈川区の魅力スポットを紹介してください。



▲詳しくはこちら

わが町 かながわ とっておき おすすめスポット 検索

問合せ 地域振興課 ☎411-7086 ㊟323-2502

こそだてひろば(公立保育園の施設園庭開放・子育て支援事業)

☆の行事は電話か直接、施設へ
※会場の記載のないものは各保育園で開催します。
※天候等により変更や中止になることがあります。



	松見保育園	神大寺保育園	西菅田保育園
	松見町1-28-4 ☎432-6635 ㊟432-6704	神大寺2-1-7 ☎481-1513 ㊟481-1547	菅田町488 ☎473-1957 ㊟473-1969
平日の園庭開放	毎週月～金 9時30分～14時30分	毎週水・木 10時30分～11時30分	毎週火・金 11時～12時
土曜日の園庭開放 ※園庭のみ開放	8/5(土)、9/2(土) 10時～12時	お土産プレゼント 神大寺保育園では、園庭開放に参加した人に、家庭でできる制作キット等を差し上げています。	8/19(土) 11時～12時 「園庭で遊ぼう」
施設開放・その他のイベント	☆9/8(金) 11時頃 交流保育		—



神奈川区地域子育て支援拠点 かなーちえからのお知らせ

◆かなーちえ(東神奈川):東神奈川11-29 東部療育ビル3階(東神奈川駅・京急東神奈川駅歩3分)
◆サテライト:入江1-17-12-2(新子安駅・京急新子安駅歩4分)
📅9時30分～15時30分 (休館)日曜・月曜・祝日と月曜が祝日の場合の火曜日
[出張] 羽沢長谷自治会館 📅毎週水曜10時～14時30分
[ひろば] 沢渡三ツ沢地域ケアプラザ 📅毎週木曜10時～14時30分
申込み・問合せ かなーちえ ☎㊟441-3901 かなーちえ 検索、利用者支援専用 ☎441-7722
横浜子育てサポートシステム 神奈川区支部 事務局 ☎㊟441-7708
サテライト ☎㊟642-5727 利用者支援専用 ☎642-5728
※会場の記載がないものは、かなーちえ(東神奈川)で開催。申込方法の記載がないものは当日直接

なかまトーク

◆ベテラン保育士と
子育てあれこれトーク
「子どものケンカの見守り方」
講師:松尾 清美さん
📅8月8日(火)10時30分～11時30分

ちえのわタイム

◆フォトグラファー伝授!
スマホ写真術
📅8月19日(土)10時～11時
◆「あやとりサトシ」と
レッツあやとり♪
📅8月22日(火)13時30分～14時

トピックス

◆オンラインネットワーク交流会
「福祉分野・地域活動にプロジェクトマネジメントの手法を！」
講師:日本大学文理学部教育学科准教授
田中 謙さん
📅8月25日(金)18時～20時

👤地域活動に関わっている人
📄ホームページで受付中
◆神之木かなプチ子育て応援タイム
「影絵 de 遊ぼう」by 影絵ボランティアグループこぐま
📅8月30日(水)10時30分～11時30分
㊟神之木地区センター 和室
👤先着20組
📄8月11日(祝・金)から電話で神之木地区センター
☎435-1712 ㊟435-1796へ
◆パパとあそぼう
父企画×みち・すきまあそび
📅9月9日(土)10時30分～13時
※雨天中止
㊟東部療育ビル駐車場

サテライト

◆子育て中のヨガタイム
📅9月1日(金)10時45分～11時15分
👤12組



応募資格

小学生・中学生の個人またはグループ
※学校単位やクラス単位、クラブ活動や委員会活動のほか、友達同士での応募もできます。

応募作品

- 写真と紹介文(50～80字程度)
- A4サイズ表面のみ、タテヨコ自由
- イラスト等を加えるなどの表現もOK
- 3点まで応募可能

〈作品例〉



みんなの
おすすめを
教えてね!



応募方法・期間

11月30日(木)までにPDFまたはJPEGデータ(10MBまで)を電子申請で
※作品を直接提出する場合は、問合せ先へご連絡ください。
※入選作品は、「わが町 かながわ とっておき」のホームページで公開するほか、区のPR事業等で使用することがあります。



▲申込みはこちら

施設のお知らせ

※費用の記載のないものは無料です。
※マークの説明は、5ページをご覧ください。

菅田地区センター

休館 第2木曜

〒221-0864 菅田町1718-1
☎471-2913 ㊟471-2914

◆夏休み親子体験講座

～磁石で楽しむ科学教室～

📅 8月27日(日)10時～12時
👤 5歳～小学3年生の子と保護者、先着15組 ¥1組1,500円

📞 8月6日(日)から電話か直接

◆かろやかボディメイク

ヨガマットを使った骨盤調整
📅 9月5・12・26日(火曜全3回)10時30分～11時45分

👤 成人女性、先着14人

¥2,400円(全回分)

📞 8月15日(火)から電話か直接

◆「ニッポンを愉しもう」

おりがみ教室 2023秋

📅 9月11・25日(月曜全2回)

👤 成人、先着10人

¥2,000円(全回分)

📞 8月21日(月)から電話か直接

神大寺地区センター

休館 第3月曜

〒221-0801 神大寺2-28-18
☎491-4441 ㊟491-4442

◆あいちゃんのおはなし会

～手あそびやわらべうたもあるよ!～

📅 9月1日(金)11時～11時30分

👤 乳幼児と保護者、先着8組

📞 8月11日(祝・金)から電話か直接

◆親子でワットとあそぼう

📅 9月4日(月)10時～11時30分

👤 乳幼児と保護者、先着20組

¥1組100円

📞 8月13日(日)から電話か直接

◆親子モリモリ体操

📅 9月6日～10月25日(水曜全8回)10時30分～11時30分

👤 2・3歳の子と保護者、先着30組

¥1組5,200円(全回分)

👤 動きやすい服装・室内シューズ・飲み物

📞 8月9日(水)から電話か直接

◆親子英語リトミック

～親子で楽しく英語を学ぼう～

📅 9月14日～10月26日(木曜全7回)

①0・1歳の子と保護者:10時～10時50分、②2・3歳の子と保護者:11時～12時

👤 各先着20組 ¥1組4,550円(全回分)

📞 8月10日(木)から電話か直接

◆ママと楽しくふれあう

2歳までの体操

📅 9月11・25日、10月23日、11月13・27日、12月11日、2024年1月22日、2月26日、3月11日(月曜全9回)①5～11か月の子と保護者:10時～10時30分、②1歳～1歳11か月の子と保護者:11時～11時45分

👤 各先着15組

¥1組5,850円(全回分)

📞 8月22日(火)から電話か直接

神之木地区センター

休館 第4月曜

〒221-0015 神之木町7-1
☎435-1712 ㊟435-1796

◆かんたんバレエストレッチ

📅 8月4・18・25日(各回金曜)

19時～20時15分

👤 高校生以上、先着12人

¥各800円

👤 動きやすい服装・タオル・ヨガマット(バスタオル可)

📞 当日直接(受付:18時50分)

◆エアロビクス de ボディケア

📅 8月8・22日(各回火曜)

9時30分～10時30分

👤 成人、各先着30人 ※子の同伴可

¥各800円

👤 動きやすい服装・室内シューズ・タオル・飲み物・ヨガマット(バスタオル可)

📞 当日直接(受付:9時20分)

◆おりがみ教室

📅 8月23日(水)9時30分～11時30分

👤 成人、24人(多数抽選) ¥800円

👤 はさみ・のり・筆記用具・新聞紙

📞 8月7日(月)～17日(木)に直接

◆Kids Hip Hop

📅 9月7・14・21・28日(木曜全4回)

①リトル(4歳～小学2年生):17時15分～18時5分、②ジュニア(小学3～6年生):18時15分～19時15分

👤 各先着10人 ¥3,200円(全回分)

👤 動きやすい服装・室内シューズ・タオル・飲み物

📞 8月11日(祝・金)から電話か直接

◆親子でワットと遊ぼう

📅 9月19日(火)10時～11時15分

👤 乳幼児と保護者、先着20組程度

¥1家族100円

📞 8月20日(日)から電話か直接

神奈川地区センター

休館 第2月曜

〒221-0046 神奈川本町8-1
☎453-7350 ㊟453-7351

◆タイ式ヨガ ルーシーダットン

📅 8月30日、9月6・20日、10月4・18日、11月15・22・29日(水曜全8回)10時30分～12時

👤 成人女性、先着15人

¥6,000円(全回分)

👤 動きやすい服装・バスタオル・タオル・飲み物

📞 8月11日(祝・金)から電話か直接

◆おもちゃの病院

📅 9月2日(土)10時～14時

👤 先着12点 ¥部品代実費

📞 8月12日(土)から電話か直接

◆かなちく英会話教室

📅 9月7日～11月30日(木曜全12回 ※11月23日を除く)①Aクラス(年長～小学1年生):15時5分～15時55分、②Bクラス(小学2～6年生):16時～16時50分

👤 各先着16人

¥各12,000円(全回分)

📞 8月10日(木)から電話か直接

◆親子でりんりにここに

リトミック(2期)

📅 9月15・29日、10月13・27日、11月17・24日、12月15・22日(金曜全8回)

①りんりんクラス(1歳6か月～3歳11か月の未就園児と保護者):10時10分～10時55分、②ここにこクラス(1歳～1歳5か月の子と保護者):11時～11時45分

👤 各20組(多数抽選)

¥1組4,800円(全回分)

📞 8月11日(祝・金)～9月3日(日)に往復はがき(必着)に氏名・郵便番号・住所・電話・年齢・子どもの氏名を書いて施設へ

◆シンプルだからこそ美味しい!

塩パンを作ろう!

📅 9月24日(日)9時40分～12時30分

👤 先着12人

¥2,000円(パン5個持ち帰り)

👤 エプロン・三角巾・タオル・持ち帰り用袋・筆記用具

📞 8月20日(日)から電話か直接

白幡地区センター

休館 第3火曜

〒221-0075 白幡上町44-12
☎430-3050 ㊟401-0021

◆親子でワットと遊ぼう

天気が良ければ外で水風船遊び

📅 8月28日(月)10時～11時15分

👤 未就学児と保護者、先着30組

¥1組100円

👤 着替え・タオル(必要であれば)

📞 当日直接

◆太陽系の惑星めぐり

～ミニ工作は惑星カード～

📅 9月3日(日)10時～11時30分

👤 小学生、先着10人 ※小学3年生以下は保護者同伴 ¥400円

📞 8月20日(日)から電話か直接

◆2023 しらはた地区センター

サークル文化祭

サークルで活動中の皆さんの成果発表会です。

📅 9月10日(日)9時30分～16時

◆日本の古代史を学ぶ

「秦氏と渡来人」

📅 9月14・28日、10月12・26日、11月9日(木曜全5回)12時30分～14時30分

👤 先着16人 ¥3,000円(全回分)

📞 8月23日(水)から電話か直接

◆学問としての仏教Ⅱ 番外編

～般若心経講読～

📅 9月20日、10月4・18日、11月1・15・29日(水曜全6回)13時15分～14時45分

👤 成人、先着20人

¥2,400円(全回分)

📞 8月30日(水)から電話で

沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

休館 第1日曜

〒221-0844 沢渡56-1
☎577-8210 ㊟317-3171

◆行政書士無料相談会

遺言・相続・成年後見の個別相談会

📅 9月16日(土)13時30分～15時30分

👤 先着8組

📞 8月11日(祝・金)から電話で

神奈川公会堂

休館 第4月曜

〒221-0821 富家町1-3
☎432-3399 ㊟432-3321

◆第7回 ハワイアン in かながわ

地域で活躍しているハワイアンダンス・チームやハワイアン・バンドが素敵なダンスや音楽をお届けします。

📅 8月11日(祝・金)13時～16時30分(開場:12時30分)

👤 先着500人 📞 当日直接

老人福祉センターうらしま荘

休館 8月21日(月)

〒221-0063 立町20-1
☎㊟401-5640

◆令和5年度「趣味の教室」

★きらめき! シニアフィットネス

～簡単なエクササイズを学びます～

📅 10月11・25日、11月8・22日、12月13・27日、2024年1月10・24日、2月14・28日、3月13・27日(水曜全12回)10時30分～11時30分

👤 市内在住の60歳以上の人、30人(多数抽選)

★歌うチャーミング体操

歌いながら、楽しく体操します。

📅 10月24日、11月14・28日、12月12・26日、2024年1月23日、2月27日、3月12・26日(火曜全9回)10時～11時30分

👤 市内在住の60歳以上の人、30人(多数抽選) ¥900円(全回分)

★はじめてのシニアヨガ

📅 10月6・20日、11月3・17日、12月1・15日、2024年1月5・19日、2月2・16日、3月1・15日(金曜全12回 ※11月3日は祝・金)14時～15時

👤 市内在住の60歳以上の人、20人(多数抽選) ¥1,200円(全回分)

……………上記共通……………

📞 8月25日(金)～9月8日(金)に往復はがき(必着)に申込者氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話・年齢と「(教室名)希望」を書いて施設へ

◆第15回 うらしま祭

利用者の皆さんの活動成果の発表会

📅 9月3日(日)9時30分～16時

神奈川図書館

休館 8月21日(月)

〒221-0063 立町20-1
☎434-4339 ㊟434-5168

◆展示「新書で広がる新しい世界」

ティーンズ向けの新書を集めて展示します。

📅 開催中。8月31日(木)まで

◆土曜日のおはなし会

📅 8月12日、9月9日(各回土曜)①10時～10時30分、②10時50分～11時20分

👤 3～6歳、各先着15人

📞 当日直接

◆大人のための朗読会

おさなき じろう 大佛 次郎「小猫が見たこと」、おおくま けんざぶろう 大江 健三郎「声の表情」ほか

出演:朗読の会クローバー

📅 8月19日(土)15時～16時

👤 先着20人 📞 当日直接

◆親子おはなし会

📅 8月22日(火)11時～11時30分

👤 2歳くらいまでの子と保護者、先着8組

📞 8月15日(火)から電話か直接

◆チェロと朗読でつづる

「幸福な王子」

📅 8月27日(日)17時30分～18時30分

👤 小学生以上、先着40人

📞 8月15日(火)9時30分から電話か直接

◆定例おはなし会

📅 9月5日(火)15時30分～16時

👤 3歳～小学生、先着15人

📞 当日直接

男女共同参画センター横浜南

休館 第3月曜

〒232-0006 南区南太田1-7-20
☎714-5911 ㊟714-5912

◆女性としごと応援デスク

「働き続けるためのマインドチェンジ」心と体を健康に保ち、相手も自分も尊重するコミュニケーションの方法を学びます。

📅 9月16日(土)10時～11時30分

👤 主に40～50歳代の女性、先着20人

📞 要申込み、先着順、有料(☎714-2665)へ

📞 8月11日(祝・金)から電話か直接

ここまでが神奈川県版です。