



青葉区マスコット なしかちゃん



防災特集

地震や災害に備えてまず一歩!

青葉区の防災情報は **防災必携** と **アプリ** で確認しましょう!

1 「青葉区民防災必携」を入手しよう!

「青葉区民防災必携」とは、地震、風水害等に関する情報をひとつにまとめた防災マップです。各種災害に対する備えや、事前に知っておくべき情報も満載なのでぜひご活用ください。

何を書いてあるの?

- ・ハザードマップ ・災害時の情報収集 ・備蓄 ・家の中の安全対策
- ・避難所の種類 ・地震発生直後の避難場所 ・さまざまな避難の方法
- ・帰宅困難者の一時滞在施設 ・災害時の医療体制
- ・大雨が降った時の危険箇所 ・気象警報 ・避難情報

家庭に必要な情報が一つに!



どこで手に入るの?

区役所1階1番窓口・4階71番窓口、その他区民利用施設で配布しています。青葉区HPでも見ることができますので、ぜひご活用ください。

2 「アプリ」で防災情報を入手しよう!

青葉区のコミュニティFM「FMサルス」の無料アプリ「FMサルス of using FM++」は災害・緊急情報等をスマートフォンなどで入手することができます。ぜひご利用ください。

何ができるの?



災害時には

災害時にアプリから、アラーム音と文字によるプッシュ通知で緊急情報をお知らせします!

地震発生時の通知情報

- 地震情報(震度5強以上)
- 避難所に関する情報
- 通行止めなどの交通情報
- その他災害に関する情報 など

平常時には

平常時は、FMサルスを「聴く」アプリとしても使用できます!

8月1日から区役所の各種イベント情報なども、入手できるようになりました!



ダウンロードはこちら



FMサルス 検索Q

FMプラプラ 検索Q

※アプリのダウンロード、ラジオの聴取等にかかるインターネットの使用料・通信料が別途必要です。(アプリ自体は無料)



今日から始めよう!

地震への備えは「いつかやる」ではなく「**今やる**」ことが大事! 簡単なことから始めましょう!

3 避難所を知ろう! (地域防災拠点)

地域防災拠点とは?

被災者が避難生活を送る場所で、情報や物資が集まる拠点としての役割も持っています。

どこにあるの?

区民の皆さんに身近な41カ所の市立の小・中学校を指定しています。

いざという時に備えて、近くの地域防災拠点を知っておきましょう。



4 家族で話し合おう!

事前に家族間での連絡方法を確認しておきましょう。連絡手段として、NTTの災害伝言ダイヤルや、災害用伝言板などがあるので、使用方法を確かめておきましょう。



災害用伝言ダイヤル (☎171)

災害時に被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

5 食料・飲み水を備えよう!

最低3日分、できれば1週間分の食料・飲み水を備えましょう。

(飲み水の目安: 3日で9リットル/人)

ローリングストックとは?

非常食にもなる食料を買い置きして、普段から定期的に消費し、足りなくなった分を買い足すという備蓄方法です。食料を一定量に保ちながら、「消費→購入→備え」を繰り返すことで、備蓄品の鮮度を保ち、もしもの時にも平常時に近い食生活を送ることができます。



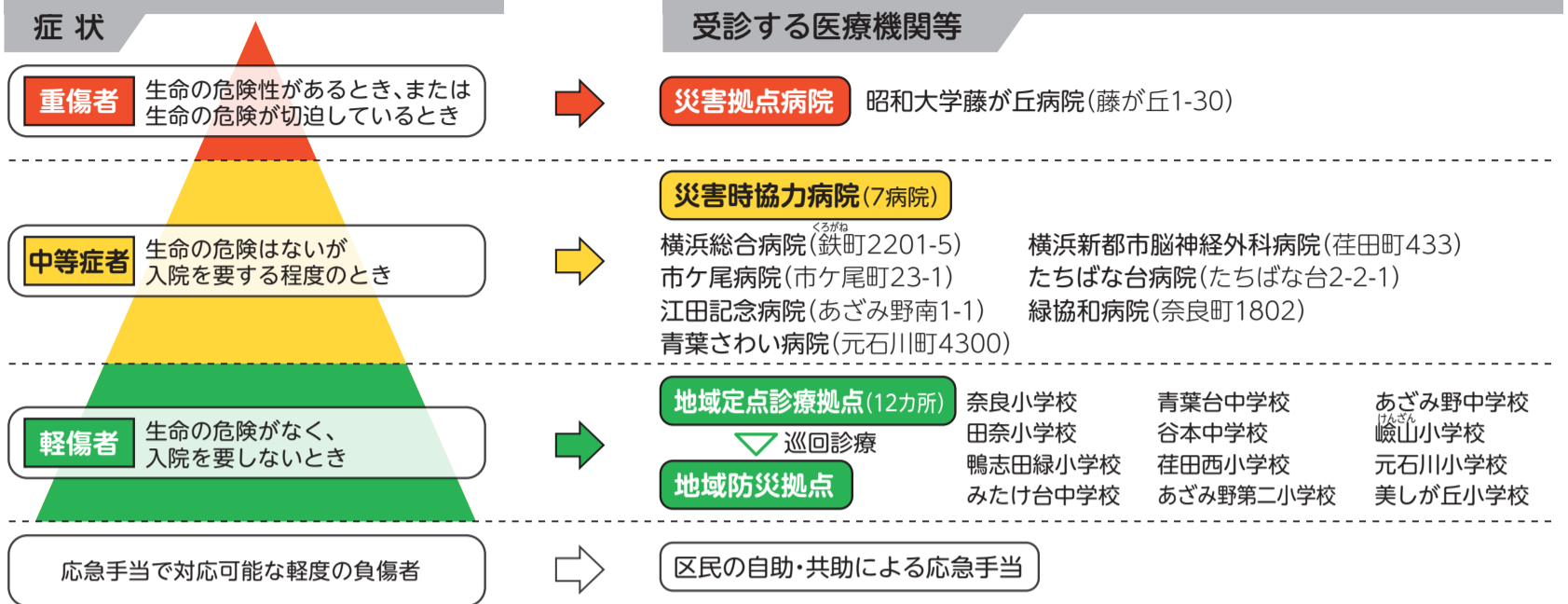
詐欺の始まりは電話から!

留守番電話の常時設定や迷惑電話防止機能付き電話機の導入が効果的!!

青葉区における 大規模災害時の医療体制

☎ 事業企画担当 ☎978-2436 ☎978-2419

青葉区では大規模な災害に備えて、医療関係団体と災害時の医療体制づくりを進めています。



赤色の旗 … 災害拠点病院
黄色の旗 … 災害時協力病院、地域定点診療拠点、一般の診療所

※一般の診療所は、被災から概ね3日目以降、診療可能となった段階で、「診療中」の旗を掲げ、診療します。

地域定点診療拠点とは？

青葉区内で震度6弱以上の地震が観測された場合に、身近な場所で応急医療を迅速に実施するため、医療関係者*が参集し、地域のひと協力して主に軽症者の診療を行う場所のことです。区内12カ所の地域防災拠点に併設され、体制が整った段階で他の地域防災拠点へ巡回診療を行います。

この取組は青葉区が医師会等と進めている区独自の取組です。

なぜ受診する医療機関を分けているの？

大規模な災害が発生すると、医療機関にたくさんの負傷者が集まり、非常に混乱することが予想されます。限りある医療資源を必要な人に届けるには、より症状の重い人を優先的に**災害拠点病院**・**災害時協力病院**で受け入れる必要があります。災害発生時には多数の負傷者の治療を効率的に行うために、負傷者を重症度や緊急度などによって分類し、治療や搬送の優先順位を決めること(トリアージ)が必要になります。

Yナース 募集案内

Yナースとは、大地震発生時に、あらかじめ登録された医師、薬剤師、市職員らと共に横浜市防災計画に基づく「医療救護隊」として活動する看護職のことです。区では、市内在住または在勤の**保健師、助産師、看護師、准看護師**の有資格者で**発災時に地域定点診療拠点(区内12カ所)で負傷者の救護活動に従事していただける人**を募集しています。(ただし、病院勤務等で、災害時に、職場に参集することになっている人は原則除きます。)



Yナース研修を開催します

- 🕒 10月27日(日)9時30分～13時(受付9時から)
- 📍 神奈川県ナースセンター(中区富士見町3-1「神奈川県総合医療会館」)
- 👤 市内在住・在勤の看護職
- 📋 ①横浜市における災害医療体制とYナースの役割
横浜市医療局救急・災害医療担当
- ②災害看護 ～災害医療における看護職の役割～
国立大学法人 東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究科
共同災害看護学教授 佐々木 吉子さん
- 📄 氏名、住所、☎、fax、勤務先の名称・所属・☎・faxを明記し、faxか📧で神奈川県看護協会医療安全・災害医療対策課(☎263-2932 fax263-2905 📧iryouanzen@kana-kango.or.jp)へ。10月25日(着)

☎ 環境衛生担当 ☎978-2465 ☎978-2423

ペットを飼っている人は、災害時対策も忘れずに！

災害時に自宅が居住困難になってしまったら、ペットを連れて地域防災拠点(以下「拠点」)へ避難することが想定されます。しかし、拠点には動物が苦手な人や動物アレルギーなどの理由で動物と一緒にいられない人もいるため、居住スペースで動物と一緒に生活することはできません。生活エリアとは別に一時飼育場所を設けることとなります。一時飼育場所ではケージに入れることが基本となります。犬や猫はいざという時だけケージに入れることはとても難しいので、日頃からケージ等を用意して、入る訓練をしておきましょう。

ハウストレーニング **犬** 編

🐾 ポイント1

おやつ等を使いながら、ケージやキャリーケースの中が怖くない場所だと教えましょう。ケージ等の中に入ったら飼い主の姿が見えなくなっても、落ち着いて過ごせるように慣れさせましょう。



🐾 ポイント2

中に入るのを怖がる犬には、最初は扉や屋根を外してみましょ。



🐾 ポイント3

頭だけでも入れたら、たくさんほめましょ。絶対にお尻を押してはダメ！無理に促すとケージ等を嫌うようになってしまいます。



ハウストレーニング **猫** 編

🐾 ポイント1

普段から部屋にケージやキャリーケースを出しておき、慣れさせましょ。自分の臭いの付いた敷物やお気に入りのおもちゃ、おやつ等を入れて、普段から「好きな場所」にしましょ。



🐾 ポイント2

スムーズに入れることができるよう、繰り返し練習をしましょ。



🐾 ポイント3

猫が嫌がるときは、バスタオルを活用しましょ。
①猫の背後からバスタオルをかぶせて全体を包む。
②バスタオルごとケージ等へ入れる。



●こんな備えも必要です。

飼い主の明示をしましょ！

災害時にはペットと離ればなれになってしまうことがあります。ペットを探すためには識別情報が重要です。犬は犬鑑札と狂犬病予防注射済票を、その他のペットについても飼い主がわかる表示をしましょ。また、マイクロチップの装着もおすすめします。(犬猫は助成制度があります。)



健康管理も忘れずに！

混合ワクチン、狂犬病予防接種(犬の場合)、ダニ・ノミの駆除などを日頃に行いましょ。

預け先を確保しておきましょ！

飼い主のもとで飼育をすることができなくなった場合などのため、一時的にペットを預けることができる親戚、友人などをあらかじめ探しておくことも良いでしよ。

避難用具や備蓄品を準備しましょ！

ペットの救援物資はすぐに届かないので、最低「5日分」以上の備蓄品を用意しましょ。

備蓄品例

- ケージやキャリーケース ●フード ●水 ●ペットシート(猫用トイレ砂) ●薬
- トイレトーパー ●新聞紙 ●ビニール袋 ●食器 ●ペット手帳や飼育記録など



区役所3階62番窓口で「ペットのための防災手帳」を配布しています！



地域防災拠点でのペット受入れについてのルール作りなどを支援しています。

区役所では、各地域防災拠点の実情に応じたルール作りや「災害時ペット対策」を取り入れた地域防災拠点訓練の支援を行っています。

横浜市 災害時のペット対策 [検索Q](#)



大人の社会科

問 広報相談係 ☎978-2221 fax978-2411

みなとみらい・工場夜景と馬車道ガス灯 「横浜灯りめぐり」参加者募集

横浜の夜景をデザインした
くによしなのおゆき
国吉直行さんによる
講座(港あかり物語)付き

～昼も夜もときめく運河クルーズとビール工場見学～

工場見学後、ビールまたは
ソフトドリンク試飲付き！

毎年好評の区民の皆さん向けツアー！今年度は、なかなか見ることのできない横浜の運河を巡りながら、アメリカ人醸造技師ウィリアム・コーブランドが山手で始めたビール造りが起源となる「ビール工場」の見学をお楽しみいただきます。運河を行くクルーズ船からは、みなとみらいや工場の美しい夜景も鑑賞できます。

またとないチャンス！ぜひ奮ってご応募ください！

📅 10月23日(水) 13時30分集合、19時頃解散

📍 ●みなとみらい線「みなとみらい駅」集合

- ▼クイーンズスクエアにて講座(港あかり物語)
- ▼ル・グラン・ブルー号での運河クルーズ(40分)
- ▼ビール工場見学
- ▼運河クルーズ(40分)(夜景をお楽しみください。)
- ▼ぶかりさん橋
- ▼「NPO法人横浜シティガイド協会」のガイドでさくら通り、日本丸パーク、万国橋からの夜景のご案内
- 馬車道ガス灯散策(「関内駅」解散)

※荒天により船が欠航の場合等、コースが変更となることがあります。

青葉区マスコットなしかちゃんトートバッグのお土産付き！



🏠 区内在住で、1時間程度歩ける人 38人

💰 1,500円(船が欠航の場合は無料)

👤 横浜市立大学客員教授 国吉直行さん

📄 申込 往復はがきに代表者の氏名(ふりがな)、住所、電話番号(あれば携帯番号も)、参加者全員の氏名を明記し、〒225-0024 市ヶ尾町31-4 青葉区役所広報相談係「横浜灯りめぐり」係へ。

※1組4人まで申込み可、重複申込不可。9月25日必着。

※抽選結果は10月上旬に連絡します。

青葉区 横浜灯りめぐり 検索Q



ガスライトフェスティバル(10月31日)、馬車道まつり(10月31日～11月3日)も開催！ぜひこちらもご来場ください！

9月10日は「世界自殺予防デー」です！

問 障害者支援担当 ☎978-2453 fax978-2427

悩んでいる人に、勇気をもって声をかけてみませんか？

9月は夏休みが終わって、再び学校生活が始まったり、生活環境が変わるなど、知らず知らずにこころと身体にストレスがかかっている時期でもあります。そんなとき、話を聴き、一緒に考えてくれる人(ゲートキーパーと呼びます)がいることは、悩んでいる人の心を支え、安心を与えます。

まずは、声をかけることから始めてみませんか？少し意識するだけで、大切な人を支援することにつながります。



～ゲートキーパーは、悩んでいる人に気づき、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人です～

気づき・声かけ



- 家族や仲間の「いつもと違う様子」に気づく
- 大切な人の変化に気づいたら、勇気を出して声をかける

★心配している気持ちを伝えます。

- ・何か力になれることはない？
- ・どうしたの？何か辛そうだけど..
- ・何か悩んでいるの？よかったら話して。

傾聴



- 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

★話せる環境を作り、話を聴いたら、ねぎらいの気持ちを言葉にして伝えます。

- ・話してくれてありがとう。
- ・今までよくやってきましたね。

つなぎ



- 早めに相談窓口に行くことを勧める(本当の問題解決のためには、専門家の力が必要)

★紹介にあたっては本人に丁寧に情報提供します。

- ・一緒に相談できる場所(区役所・病院など)に行きましょう。
- ・学校やスクールカウンセラー等に相談してみようよ。

相談窓口の検索はこちらから [横浜市 生きる 検索Q](#)

見守り



- 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

★相談窓口につないだ後も、必要があれば相談にのることを伝えます。

- ・いつでも相談にのるよ。
- ・いつでも声をかけてね。

アイコンの見方(各ページ共通) **必要事項** 必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面) **〒**〒住所 **名**氏名(ふりがな)
☎電話(番号) **☎**ファクス(番号) **✉**Eメール(アドレス) **👤**年齢 **👤**窓口 **🌐**ホームページ **📬**往復はがき **📧**はがき **📧**返信用はがき持参 **(着)**必着 **(消)**消印有効
👤先着 **📄**抽選 **📄**当日直接 **🕒**日時・期間 **📍**会場 **📍**コース **👤**対象・定員 **💰**費用 **👜**持ち物 **👤**講師・出演者 **📄**内容 **👤**保育 **📄**申込み **🗨️**問合せ
 ■毎月11日以降のお知らせを掲載しています。■先着順のものは、毎月11日から受け付けます。
 ■このページ以降特に記載のないものは、参加料無料です。■郵便料金が改定されています。📧62円 📧124円

 よこはま健康スタンプラリー対象

今月のお知らせ

AOBA INFORMATION

■青葉区役所の開庁時間は8時45分～17時です。
 ■青葉区役所の宛先は、〒225-0024 市ケ尾町31-4 です。

募集・案内

あおばマルシェの開催

区内でとれた新鮮な農産物などの直売を行います。

🕒9月19日(木)12時～15時(売切れ次第終了)
 📍区役所1階区民ホール
 ※区役所駐車場は有料です。
 ※エコバッグの持参にご協力ください。

🗨️企画調整係
 ☎978-2216 📠978-2410

開催します。

🕒9月19日(木)15時～16時30分
 📍区役所4階会議室 📄100人 **先**
 📧岩淵幸洋さん
 (リオデジャネイロパラリンピック卓球男子日本代表)
 🗨️庶務係
 ☎978-2211 📠978-2410



区内の道路について、愛称名の提案がありました!

区制25周年の機会に地域への愛着をより一層深めるため、道路への愛称名を募集したところ、一つの道路に提案がありました。提案のあった「愛称名」についてのご意見をお寄せください。

頂いたご意見等は、愛称の採用・決定の参考にさせていただきます。

●愛称の提案があった道路
【道路愛称名】桜葉坂
【場所】桜台上交差点～桜台公園前交差点
【延長】約1.1キロメートル
📄意見と自宅(在勤・在学の場合は勤務先・学校)の所在地(町名まで)を明記し、**📧**か**📧**か**📧**または直接、企画調整係(☎978-2217 📠978-2410)へ。
 ☎ao-kikaku@city.yokohama.jp)へ。9月30日(着)

「NPO法人入門講座」NPO法人ってなんだろう?

NPOについて知りたい人から、NPO法人設立を目指す人まで

🕒9月26日(木)9時30分～11時30分
 📍区民活動支援センター(区役所1階) **先**
 📄30人
 📧NPO法人森ノオト
 理事長 北原まどかさん ほか

📄第1部 NPO法人って何だろう?
 第2部 NPO法人制度の概要
 第3部 NPO法人の生の声を聴こう -設立&運営の体験談-

📄📧か**必要事項**、参加動機を明記し、**📧**か**📧**で区民活動支援センター(☎978-3327 📠972-6311)へ。
 ☎ao-machikatsu@city.yokohama.jp)へ。**先**

交通安全教室

🕒9月26日(木)14時～15時
 ※雨天等の場合、10月3日(木)に延期
 📍あざみ野グラウンド(あざみ野1-15) **先**
 📄事故現場を再現するスケアードストレート形式の高齢者向け交通安全教室
 🗨️地域活動係
 ☎978-2292 📠978-2413

青葉区 道路愛称 検索🔍

■令和元年度 青葉区人権啓発講演会「わたしが卓球を通じて学んだこと」東京2020パラリンピック競技大会を来年に控え、卓球で金メダルを目指している選手を講師に招き、人権啓発講演会を

「日本体育大学第57回体育研究発表実演会」に区民の皆さんをご招待!

体育スポーツ界の第一線で活躍するトップアスリートたちが演技をします。伝統の応援「エッサッサ」は必見です。

🕒11月13日(水)18時～20時(開場16時30分、プロローグセレモニー17時30分から)
 📍横浜アリーナ **先**900人
📄9月11日から**HP**か、**必要事項**、参加者全員の**名**を明記し、**📧**で企画調整係(☎978-2216 📠978-2410)へ。**先**
 ※1回の申込みにつき4人まで申込可
 ※18時以降に入場する場合は、席の確約はできません。
 開式前にご入場ください。



■新治恵みの里 サツマイモ収穫体験

🕒10月20日(日)13時30分～15時(予備日:10月27日(日))
 📍にいほる里山交流センター(緑区新治町887)
 📄市内在住の個人・家族・グループ(4人程度まで) 15組
 💰1組 1,800円(サツマイモのお土産、保険料含む)
📄9月15日から新治恵みの里**HP****先**
 🗨️北部農政事務所農業振興担当
 ☎948-2480 📠948-2488

■3R夢な冷蔵庫整理術

～「もったいない」を生み出さない、キレイで快適な冷蔵庫～

収納のプロを講師に迎え、食べずに捨てられる「食品ロス」を生み出さない、冷蔵庫整理術を学びます。冷蔵庫に食品を「入れる」「保管する」「出す」の各段階で気をつけるべきことをリストアップ。自宅ですぐに実践できます。

🕒10月23日(水)10時～12時
 📍区役所4階会議室 **先**
 📄20人
 📄1歳以上の未就学児 4人
📄**必要事項**(保育ありの場合、子の**名**・性別・生年月日)を明記し、**📧**か**📧**か**📧**で資源化推進担当(☎978-2299 📠978-2413)へ。
 ☎ao-shigen@city.yokohama.jp)へ。9月30日(着)📄

文化・芸術

区民ホールコンサート

📍区役所1階区民ホール
 🗨️文化・コミュニティ係
 ☎978-2295 📠978-2413

●第259回 お昼のミニコンサート あおば音楽ひろば

🕒9月18日(水)12時15分～45分
 📍高橋絵里子
 📄ピアノソロ
【曲目】主題と変奏 ほか

●みんなで楽しむ音楽会

🕒10月2日(水)12時15分～45分
 📍パーカッショングループ“元打”
 📄マリimbaを中心としたパーカッションアンサンブル
【曲目】情熱大陸 ほか

●クラシック・ヨコハマ2019 プレコンサート

🕒10月9日(水)12時15分～45分
 📍横浜市民広間演奏会
 📄ピアノ、オーボエ、ファゴットによるアンサンブル
【曲目】F.プーランク/ピアノ、オーボエとファゴットのための三重奏曲より ほか

■公開講演会「古代の横浜・アラカルト」

考古学の発掘調査を手掛かりに、古代の横浜の様相について公開講演会を開催します。

🕒10月5日(土)14時～16時(受付13時30分から)
 📍区役所4階会議室 **先**
 📄50人 **先**
 💰300円(資料代)
 📍横浜市歴史博物館館長 鈴木靖民さん
 🗨️文化・コミュニティ係
 ☎978-2295 📠978-2413

青葉区区民企画運営講座

■まち・ひと・さんぽ 歩いて見て聞こう青葉のまち

新しい発見の瞬間、一緒に感動しませんか?まち歩き第3弾では青葉区をさらにディープに歩きます。

🕒①「鉄、足並みさくさく進む」
 10月9日(水)
 (くろがね青少年野外活動センター)
 ②「荏田、算額なぞ解きどきどき」
 10月23日(水)
 (東急田園都市線「江田駅」)
 ③「市境、尾根道すたすた歩く」
 11月13日(水)
 (こどもの国線「恩田駅」)
 ④「寺家回廊ぐるぐる楽しむ」
 11月27日(水)
 (寺家ふるさと村四季の家)
 ⑤「奈良、寄り道うろうろ」
 12月11日(水)
 (奈良地区センター)
 10時～12時30分 全5回
 📄20人
 💰1,500円(全回分、保険料含む)
📄9月11日から青葉区生涯学習講座 **HP** **先**

青葉区生涯学習講座 検索🔍

🗨️文化・コミュニティ係
 ☎978-2295 📠978-2413
 ※主催:まち×とらべる運営委員会

区民活動支援センター 第8回 まち活カフェ

今月のテーマ「防災」

「まち活カフェ」は地域活動に関心のある人がワイワイ集まり、コーヒー片手に意見交換をする場。防災に関心のある人、つながりたい人、気軽に参加してください。

🕒9月19日(木)10時～12時
 📍区民活動支援センター(区役所1階) **先**
 📄15人 **先** 💰50円
 🗨️区民活動支援センター ☎978-3327 📠972-6311





青葉区制25周年記念・横浜音祭り2019青葉 「みんなで歌おう」

横浜にちなんだ歌、季節の歌、愛唱歌を皆さんと一緒に歌いましょう。
区内で活動する合唱団の昭和の歌メドレー、ミュージカルナンバーなどの演奏もあります。

- 🕒 10月10日(木) 14時開演(13時30分開場)
- 📍 フィリアホール
- 📞 文化・コミュニティ係 ☎978-2295 ☎978-2413

こくがくいんだいがく 國學院大學 第22回 狂言の会

大蔵流狂言山本家による狂言鑑賞会

- 🕒 11月20日(水)・21日(木) 各13時開演(16時頃まで)
※11月20日のみ講演会あり(10時30分~12時)
- 📍 國學院大學たまプラーザキャンパス(新石川3-2-1)
- 👤 区内在住・在勤の人 350人
- 📄 HPか**必要事項**、**年齢**、性別、希望鑑賞日(20日/21日/どちらの日でもよい)、講演会への出欠有無を明記し、応募者1人1通の**往**で國學院大學たまプラーザ事務課 狂言受付(〒225-0003 新石川3-2-1 ☎904-7700)へ。9月18日(着)抽 ※重複申込不可

國學院大學 第22回狂言の会 検索



青葉アート散歩

昔ながらの田園風景が残る寺家の中で育まれたアートを巡るガイドツアーの参加者を募集します。

- 🕒 10月12日(土)
- ①午前コース:9時30分集合、12時40分解散
- ②午後コース:13時30分集合、16時40分解散
- ※小雨決行、荒天中止
- 📍 区役所集合(貸切バス)~寺家ふるさと村(陶芸・木工などの工房・アトリエ訪問)~区役所解散(貸切バス)
- 👤 2時間程度歩ける人 各30人
- 📄 **必要事項**、希望のコース、参加人数(4人まで、本人含む)を明記し、**fax**か**☎**で地域力推進担当 (☎978-2286 ☎978-2410 ☎ao-chiikiriyoku@city.yokohama.jp)へ。9月25日(着)抽

第24回あおばチャリティコンサート 今年のテーマは「絆」

- 🕒 10月20日(日)14時開演(13時30分開場) 📍 青葉公会堂
- ¥500円 ※チケットは区役所1階売店、あおばチャリティコンサートの会事務局で事前販売あり
- 🎵 鼓粋(和太鼓)、奈良北オカリナクラブ(オカリナ)、DUO. BURU&TAMA(オカリナ・ピアノ)、音楽の泉(シャンソン)、チャグチャグ+MOT(津軽三味線)
- 【ゲスト】コンチェルト・クラリッサ(クラリネット・アンサンブル)
- 📞 あおばチャリティコンサートの会事務局 ☎/☎962-2808

スポーツ・健康づくり

- 区民ハイク(初秋の八王子城跡)
- 🕒 9月22日(日)8時JR横浜線「長津田駅」改札口集合
- ※雨天の場合、9月23日(祝・月)へ延期
- 📍 JR「高尾駅」~八王子城跡~富士見台~JR「高尾駅」(約12キロメートル)
- 👤 小学生以上(小学生は保護者同伴)
- ¥500円(交通費等は各自負担)
- 🎒 雨具、手袋、軽登山靴、飲み物、弁当、保険証等
- 📞 ハイキング部 ☎080-1361-8787

①ショートテニス中期講習会 ②親子ショートテニス教室

- 🕒 ①10月16日・30日、11月13日・27日(水) 全4回 9時~11時
- ②10月26日(土)9時~11時
- 📍 青葉スポーツセンター
- 👤 ①区内在住・在勤・在学 24人 (ラケット貸出有り)
- ②区内在住・在学の小学生の親子 15組 30人
- ¥①2,500円 ②1組 1,200円
- 📄 **必要事項**を明記 (②は **年齢**、学年、性別も)し、**往**で青葉区硬式テニス協会内ショートテニス事務局 塚原(〒227-0035 すみよし台17-40 ☎963-0268)へ。10月5日(着)抽

第47回青葉レディーステニス杯 (ALT)大会

- 🕒 10月31日(木)9時から
- 📍 ウッドテニスクラブ(黒須田16-11)
- 👤 50歳以上の区内在住・在勤、青葉区硬式テニス協会加盟団体会員 女子ダブルスの人
- ¥1組 4,000円
- 📄 9月29日~10月23日に青葉区硬式テニス協会 HPか直接、青葉区硬式テニス協会事務局(美しが丘5-1-5ラックテニスショップたまプラーザ店 ☎901-4546 定休日:火曜、第1・3月曜)へ。

子育て

子育て応援保育園

公立保育園では、地域で子育てをしている皆さんを対象に、園庭開放や育児相談などさまざまな育児イベントを実施しています。各園のスケジュールはこちらから！

青葉区 子育て応援保育園 検索

- 📞 保育担当 ☎978-2428 ☎978-2422



■どにち★ひろば

- 民間事業者等と青葉区が協働し、親子で楽しめるイベントを土・日曜に実施しています！(原則参加無料)
- 📍 たまプラーザ地域ケアプラザ ぷらざるーむ(東急田園都市線「たまプラーザ駅」直結)
- 【参加事業者】アサヒグループ食品株式会社、一般財団法人言語交流研究所・ヒッポファミリークラブ、株式会社フロンティア・パートナーズ、有限会社マハナインターナショナルリミテッド、メガロス市ヶ尾(五十音順)
- 📄 親子フラダンス、世界の多言語あそび等
- 📄 9月20日までに青葉区 HP 抽 (定員に満たない場合は、☎にて2次募集受付)
- ※実施日・定員などプログラムの詳細は青葉区 HP をご覧ください。
- 📞 子育て支援担当 ☎978-2456 ☎978-2422



■こどもの食生活相談

- 🕒 9月11日・25日、10月9日(水) 各9時~11時(相談時間30分程度)
- 📍 福祉保健センター1階⑩番
- 👤 離乳食~学齢期の子の保護者
- 📄 離乳食、小食、好き嫌い等食生活に関する個別相談
- 📄 HP 抽 で健康づくり係 (☎978-2441 ☎978-2419)へ。

■食育講座(予約不要)

- 📍 福祉保健センター1階⑩番
- 📄 母子健康手帳 📄 健康づくり係 ☎978-2441 ☎978-2419
- プレ離乳食 (4か月児健診と同日開催)
- 🕒 9月24日、10月8日(火) 各14時20分~15時
- 👤 5~6か月児と保護者
- 📄 離乳食の始め方、進め方について
- パクパク幼児食 (1歳6か月児健診と同日開催)
- 🕒 9月19日・26日、10月3日(木) 各14時~15時
- 👤 1~2歳児と保護者
- 📄 完了期から幼児食への進め方等展示や食生活相談
- 幼児期の食育体験 (3歳児健診と同日開催)
- 🕒 9月20日・27日、10月4日(金) 各14時~15時
- 👤 3歳~未就学児と保護者
- 📄 幼児食についての展示、食育体験、食生活相談

■ママとパパの歯っぴいうえる噛む教室@ラファール

- 🕒 9月30日(月)10時30分から(1時間程度)
- 📍 青葉区地域子育て支援拠点「ラファール」
- 👤 子育て中の保護者 30組 (※パパも奮ってご参加ください!)
- 📄 歯科医師の話(むし歯・歯周病予防ほか)、歯みがき実習、むし歯予測テスト、唾液の働きテスト、口腔内細菌の観察など
- 📄 HP 抽 か直接、青葉区地域子育て支援拠点「ラファール」(☎981-3306)へ。**先**

■パパの子育て教室

- ①土曜開催 ②平日開催
- 🕒 ①10月5日(土)9時30分~11時30分 ②10月23日(水)8時50分~11時30分
- 📍 ①青葉区地域子育て支援拠点「ラファール」 ②福祉保健センター1階⑩、⑪番
- 👤 区内在住ではじめて父親、母親(妊娠27~35週)になる人 ①20組 ②30組

- 📄 育児体験実習(沐浴、妊婦体験、衣類交換)ほか
- 📄 9月15日までに青葉区 HP 抽
- 📞 子育て支援担当 ☎978-2456 ☎978-2422

■離乳食教室

- 🕒 9月11日・25日、10月9日・30日(水) 各13時30分~15時
- 📍 福祉保健センター1階
- 👤 7~9か月児と保護者 各35組
- 📄 離乳食の話(2回食中心)、調理実演、試食 持ち物のスプーン、エプロン、口拭き(タオル等)
- 📄 実施日3週間前から青葉区 HP 抽 で健康づくり係 (☎978-2441 ☎978-2419)へ。**先**



■なしちゃんくらぶ ~あおば子育てカレッジ~

- 🕒 10月10日(木)10時~11時15分 (受付9時40分から)
- 📍 福祉保健センター1階⑩番
- 👤 1歳7か月~2歳の子と保護者 15組 (妊婦不可。2回まで参加可)
- 📄 体をにつかった親子遊びほか
- 📄 9月20日までに HP 抽
- 📞 子育て支援担当 ☎978-2456 ☎978-2422

■ニコニコピカピカ1歳児 ~1歳児の歯の教室~

- 🕒 10月24日(木)10時~11時
- 📍 福祉保健センター1階⑩番
- 👤 2018年8月~11月生まれの子と保護者 40組
- 📄 歯ブラシ、母子健康手帳
- 📄 9月18日8時45分から青葉区 HP 抽 で健康づくり係 (☎978-2441 ☎978-2419)へ。**先**

■Welcomeあおば子育てツアー

- 地域に詳しい先輩ママと、一緒に歩こう。
- 🕒 ①10月29日(火) ②10月31日(木) ③11月6日(水) ④11月11日(月) 各10時~13時(集合9時50分)
- 📍 ①市が尾駅エリア(青葉区地域子育て支援拠点「ラファールサテライト」集合) ②寺家ふるさと村エリア(鴨志田地域ケアプラザ集合) ③江田駅エリア(荏田コミュニティハウス集合) ④あざみ野駅エリア(山内地区センター集合)
- 👤 区内在住の新米・転入の親子 各8組(子の年齢が1歳6か月くらいまで)
- 📄 子連れで遊びに行きやすい場所、赤ちゃん歓迎のお店等を紹介
- ¥1組500円(資料代・保険料含む)、別途ランチ代(申込時に案内 1,000円~1,300円程度)
- 📄 9月18日9時から親子の **必要事項**、生年月日、参加希望日、☎、参加動機を明記し、☎で事務局 ☎event@morinooto.jp)へ。**先**
- 📞 子育て支援担当 ☎978-2456 ☎978-2422

■乳幼児歯科相談

- 🕒 10月28日(月)13時30分~14時45分
- 📍 福祉保健センター1階⑩番
- 👤 0歳~未就学児 25人
- 📄 歯ブラシ、母子健康手帳
- 📄 HP 抽 で子育て支援担当 (☎978-2456 ☎978-2422)へ。**先**



●アイコンの見方は9ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。☎62円 往124円

福祉・保健



■若年性認知症よこほま北部のつどい

- ☎9月15日(日)、2020年1月17日(金) 各11時～15時
- 📍中山地域ケアプラザ (緑区中山町413-4 ハーモニーみどり内)
- 👤64歳以下で発症した認知症の本人、家族
- 💵弁当希望の場合実費
- 📖家族同士の交流と、介護の相談や情報交換ができるほか、杉山孝博さん(川崎幸クリニック院長)からの医学的助言も得られます。また本人はおしゃべりや散歩、ゲームなどをして楽しく過ごします。
- 📝☎か必要事項、参加希望日を明記し、☎で公益社団法人認知症の人と家族の会(☎/☎044-522-6801)へ。
- 👤高齢者支援担当
- ☎978-2451 ☎978-2427

■結核予防について

9月24日～30日は結核予防週間です。結核は、最初は風邪に似た症状で始まります。「たん」のからむ「せき」や「微熱・身体のだるさ」が2週間以上続いたら、早めに医療機関を受診しましょう。

●高齢者結核健診のお知らせ

- 結核の多くは高齢者に発病しています。
- 🕒9月25日(水)13時30分～15時30分
- 📍福祉保健センター1階9番
- 👤区内在住で65歳以上の立位が取れる人 ※自覚症状がなく、病院、検診などで胸部レントゲン検査を受ける機会がない人
- 📋胸部エックス線検査
- 📝9月11日から☎で健康づくり係(☎978-2440 ☎978-2419)へ。

■青葉区シニア社交ダンスの集い

- 「高齢化」って誰のこと?若さと健康を保つダンスの輪を広げましょう。
- 🕒10月9日(水)12時30分～16時
- 📍青葉スポーツセンター
- 👤区内在住の60歳以上の人 300人
- 📝各地区老人クラブ、ダンス部会または当日会場受付で参加券を取得してください。先
- 👤青葉区老人クラブ連合会事務局(☎972-3076(平日9時30分～16時30分) 青葉区ダンス部会 清水 ☎973-0044 古宮 ☎971-8727

■青葉区認知症講演会

- テーマ「家族で考える認知症への心がまえ」
- 🕒10月12日(土)10時～12時

- 📍区役所4階会議室
- 👤区内在住の人 100人
- 📋認知症の疾患理解、認知症の人への接し方(受診や免許返納の促し等)、介護の話
- 📝9月20日から☎で高齢者支援担当(☎978-2451 ☎978-2427)へ。先

■青葉区版エンディングノート「わたしノート」書き方講座

- 活用方法の紹介、専門職からの講演を行います。
- 🕒10月25日(金)13時30分～15時
- 📍鉄第二文化会館 📍区内在住の人 30人
- 📝9月11日から☎で大場地域ケアプラザ(☎975-0200)へ。先
- 👤高齢者支援担当
- ☎978-2449 ☎978-2427

■青葉区シニアいきいき芸能大会 出演者募集

- 高齢者による唄・踊り・ダンス・詩吟など幅広い芸能を募集
- 🕒11月22日(金)10時～16時30分
- 📍青葉公会堂 📍区内在住の60歳以上の人 20組 ¥1人300円(青葉区老人クラブ会員は100円)
- 📝高齢・障害事務係、区内地区センター、青

葉区老人クラブ連合会で配布する申込書を、郵送または直接、青葉区老人クラブ連合会事務局(〒225-0024 市ケ尾町1169-22「ふれあい青葉」内) ☎/☎972-3076 平日9時30分～16時30分)へ。9月30日(着)抽

■肺がん検診の日程

- 🕒10月18日(金)午前(予約時に時間指定)
- 📍福祉保健センター1階 ¥680円(※)
- 📝10月4日～11日に☎で健康づくり係(受付時間:平日8時45分～17時 ファクス不可)へ。定員になり次第締切
- ※次の①～⑤に該当する人は無料になります。詳しくはお問い合わせください。
- ①1950年4月1日以前生まれの人 (持保険証または免許証等)
- ②65～69歳で一定程度の障害があり後期高齢者医療制度被保険者の人 (持保険証)
- ③生活保護世帯の人 (持休日・夜間等診療依頼証)
- ④中国残留邦人支援給付制度適用の人 (持本人確認証)
- ⑤前年度市県民税非課税世帯または均等割のみ課税世帯の人 (健康づくり係での事前申請が必要)
- 👤健康づくり係
- ☎978-2438～41 ☎978-2419

施設からのお知らせ

■特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。



山内図書館

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-1225 ☎902-4492
休館日:9月17日(火)

■おはなし会

「空とぶじゅうたん絵本と語り」

- 🕒①9月13日・27日(金)
(1)各10時30分から (2)各11時から
②9月11日・25日(水)各15時30分から
- 👤①1歳以上の子と保護者
②一人で聞ける3歳以上の子
- 📝☎

■あざみ野ブックカフェ 文字で楽しむ駅散歩

- 🕒9月19日(木)18時30分～20時
- 📍中西あきこさん(ライター) 📝☎

■子どもを育てるあそびとおはなし! 「おはなしごっこ012」

- わらべうたや絵本を通じ、親子で楽しくふれあいましょう。
- 🕒10月24日、11月28日、12月19日、2020年1月23日、2月27日、3月26日(木)10時30分～11時45分 全6回
- 👤市内在住の0～2歳児と保護者 15組
- 💵¥1,500円(全回分)
- 📝9月15日～30日に☎かHP抽

移動図書館「はまかぜ号」

本の予約・問合せは中央図書館サービス課 ☎262-0050 ☎231-8299
※荒天中止(13時30分以降サービス課へ電話確認を)

■①奈良町第三公園 ②奈良山公園

- 🕒9月17日、10月1日(火)
- ①各14時20分～14時45分
- ②各15時15分～15時55分

男女共同参画センター横浜北

〒225-0012 あざみ野南1-17-3 (アートフォーラムあざみ野内)
☎910-5700 ☎910-5755
休館日:毎月第4月曜
※保育あり(予約制・有料)
1歳6か月～未就学児、4日前までに子どもの部屋(☎910-5724(9時～17時))へ申込み

■予約のいらない当日受付教室 バランスコーディネーション

- 🕒9月13日・20日・27日(金) 各15時～16時
- 👤各20人
- 💵各600円
- 📋動きやすい服装、タオル、飲み物
- 📋肩や腰の動きが年齢や運動不足で不調という人におすすめ。筋力・骨格・自立神経のバランスを整えます。
- 📝☎先

■手編みでつながるニットカフェ @あざみ野

- 🕒9月20日(金)10時～15時
- 👤30人 ¥700円(飲み物付き)
- 📋毛糸・針、または編みかけのもの
- 📋材料を持ち寄り、編み物や交流を楽しむ場 📝☎先

■女性のためのパソコン講座

- ①ワード初級
- ②速習パワーポイント
- ③ファイル整理術
- 🕒①10月16日(水)・17日(木)
②10月19日(土)・20日(日)
③10月18日(金) 各10時～15時30分 ①②各全2回
- 👤女性各12人
- 💵①②各11,000円
③5,600円(全回分、テキスト代含む)
- 📝9月18日からパソコン講座専用電話

- (☎862-4496 ※日曜・祝日・第4木曜除く9時～15時30分)かHP先
- ※参加費の免除あり。詳細は要問合せ

■親子のひろば「ひろばdeアート」

- 🕒10月27日(日)10時30分～15時30分
- 👤1歳くらまでの親子 20組
- 💵¥1,500円
- 📋季節のイベントブースで子どもの写真を撮影
- 📝10月2日から☎で子どもの部屋(☎910-5724)へ。先

■あざみ野サロン

- 映画上映「日は是好日」
- アートフォーラムフェスティバル同時開催
- 🕒10月27日(日)13時30分～15時20分(開場13時10分)
- 👤180人 ¥1,000円
- 📝9月11日から☎(☎910-5723)か☎かHP先

美しが丘西地区センター

〒225-0001 美しが丘西3-60-15
☎903-9204 ☎903-9206
☎uw1@r07.itscom.net (わんぱくホリデー専用)
休館日:毎月第3火曜

■ふれあい親子リトミック

- ①0歳児 ②1歳児 ③2歳児
- 🕒10月7日(月)
①10時～10時30分
②10時45分～11時15分
③11時30分～12時
- 👤①～③の子と保護者 各10組
- 💵各300円
- 📝9月12日10時から☎か☎先

■タイ料理にトライ

- カオマンガイとタイサラダを駐在経験のある講師と
- 🕒10月8日(火)10時～13時30分
- 👤16人

- 💵¥1,500円
- 📝9月12日10時から☎か☎先

■わがまち探訪Ⅱ

- 黒須田川沿いに鉄神社まで歩きましょう。
- 🕒10月10日(木)10時～12時
- 👤20人
- 💵¥200円(保険料含む)
- 📋歩きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具
- 📝9月12日10時から☎か☎先
- ※共催:美しが丘地域ケアプラザ、すすき野地域ケアプラザ

■美西坐禅会

- 🕒10月19日(土)
①15時30分～16時15分
②16時30分～17時15分
- 👤各15人 ¥各300円
- 📍戒翁寺 清水住職
- 📝9月12日10時から☎か☎先

■わんぱくホリデー 「わんぱく和太鼓」

- 地区センターまつりで発表しよう!
- 🕒10月22日(祝・火)・26日(土)、11月2日(土)10時～11時30分 全3回
- 👤小学生 16人
- 💵¥1,000円(全回分)
- 📝必要事項、年齢、学年、性別を明記し、☎か☎往か返10月12日(着)抽

■わんぱくホリデー 「親子でハロウィンのパン作り」

- 🕒10月27日(日)10時～12時
- 👤小学生親子 7組
- 💵¥1組1,000円(きょうだい1人追加ごとに500円)
- 📝必要事項、年齢、学年、性別を明記し、☎か☎往か返10月17日(着)抽

山内地区センター

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-8010 ㊟901-5544
✉yamauchi-wanpaku@a05.itscom.net(わんぱくホリデー専用)
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

■初心者卓球教室・秋

🕒10月2日～11月6日の水曜
9時30分～11時30分(全6回)
👤20人 料 3,600円(全回分、保険料含む)
申 必要事項、年齢を明記し、往か返
9月14日(着)抽

■布ぞうりを作ってみましょう!

🕒10月8日(火)・9日(水)
各9時30分～13時
👤各12人 料 各500円
持 木綿の布(約4センチメートル×約80センチメートル、約70本)、布用はさみ
申 9月11日10時から 往か 窓先

■どうする?わが家の防災シリーズ第3弾 ～高齢者の家庭の防災について考える～

🕒10月16日(水)9時30分～11時
👤20人
申 9月11日10時から 往か 窓先

■浮世絵で見る東海道五十三次の旅 桑名～京都編

🕒10月19日(土)14時～16時 👤50人
申 9月11日10時から 往か 窓先

■牧神の笛ロビーコンサート

🕒10月20日(日)13時から 申 画

■わんぱくホリデー 秋の科学講座 「ソーラーカーを作ろう!」

🕒10月27日(日)10時～11時30分
👤小学生(2年生までは保護者同伴)
20人 料 500円
申 必要事項、学年、性別を明記し、往か返
10月15日(着)抽

大場みすずが丘地区センター

〒225-0016 みすずが丘23-2
☎974-0861 ㊟974-0862
休館日:毎月第2火曜

■ママと子のエアロビタイム!

お母さんと一緒にリズムに合わせて楽しく身体を動かしましょう!
🕒9月17日～12月17日の火曜 10時40分～11時40分 全10回
👤2歳くらい～未就園児と母親 20組
料 3,000円(全回分)
申 9月11日から 窓先
※日程は要問合せ

■小学生囲碁教室

🕒9月17日～12月17日の火曜 16時～17時 全10回
👤小学生 20人 料 600円(全回分)
申 9月11日から 窓先 ※日程は要問合せ

■区制25周年記念 秋の連休スペシャルデー

①星たまご(移動式プラネタリウム)
②マジックショー
フワフワのエアドームで、ワクワク星空を体験!スペシャルなマジックショーが間近で見られる!先着でバルーンアートのお土産も!
🕒9月21日(土) ①(1)10時から(2)10時



45分から(3)11時30分から ②10時から

👤①各15人 料 ①各100円
申 ①9月11日から 窓先 ② 画

■素敵に和食御膳

はんぺんの入った和風餃子ほか
🕒9月27日(金)10時～13時 👤10人
料 1,500円 申 9月11日から 窓先

■みすず健康カラテ!

🕒10月11日～12月20日の金曜
10時45分～11時45分 全10回
👤25人 料 3,000円(全回分)
申 9月11日から 窓先 ※日程は要問合せ

■ナイトヨガ

～ヨガで1日の疲れをほぐし、
柔軟な身体を作りましょう～
🕒10月11日～2020年3月27日の金曜
18時15分～19時30分 全12回
👤18歳以上 25人 料 3,500円(全回分)
申 9月11日から 窓先 ※日程は要問合せ

藤が丘地区センター

〒227-0043 藤が丘1-14-95
☎972-7021 ㊟972-7031
休館日:毎月第4火曜

■第2回産後の骨盤ケア体操 肩こりや腰痛対策に!

🕒10月3日・17日・31日(木)
10時～11時30分 全3回
👤産後3～12か月児の母親 12人
料 3,600円(全回分、保険料含む)
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先

■初めての簡単手づくりパン

クリームパンとハムロール
🕒10月9日(水)9時30分～12時30分
👤16人 料 1,000円(保険料含む)
持 三角巾、エプロン、手拭きタオル、持ち帰り用の袋
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先

■緑弦楽合奏団 秋のコンサート ～秋の夜、本格的なクラシックを!～

🕒10月12日(土)18時30分～20時
👤70人 料 700円
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先

■第2回自分でつくるおやつ

みんな大好きハンバーガーと
簡単ポテトを作ろう。
🕒10月19日(土)10時～12時30分
👤小学生 24人 料 500円
持 三角巾、マスク、エプロン、上履き、タオル
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先

■暮らしレッスン事始め

増税にも負けない賢い暮らし、家計も
時間も我が家サイズで!
🕒10月24日(木)10時～11時45分
👤30人 料 450円 あり(1人250円)
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先

■秋のセンターまつり フリーマーケット出店者募集

①子どもフリーマーケット(中学生以下)
②フリーマーケット(大人)
🕒11月17日(日)10時～15時
👤①8ブース ②25ブース 料 ②1,000円
申 9月11日から 往か 窓先 HP 先
※10月26日(土)の説明会に必ず参加してください。

若草台地区センター

〒227-0045 若草台20-5
☎961-0811 ㊟961-1632
✉wakakusakouza@seagreen.ocn.ne.jp
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

■若草台クローバーカフェ

～10月は体操とおしゃべり～
🕒10月11日(金)9時45分～11時30分
料 100円(飲み物付き) 申 画

■子どもかるた会 ～百人一首競技かるたを 大学生に習おう!～

①基本的なかるたの取り方が分かる人
②初心者
🕒10月13日・27日、11月17日・24日、
12月1日(日)
①10時～11時30分 ②12時30分～
14時 各全5回
👤小学校3年生～中学生 ①15人 ②10人
料 各2,000円 申 必要事項、学年を明記し、
往か返 9月25日(着)抽

■青葉区を知ろう!～「寺家ふるさと村 ガイドツアー」を体験～

🕒10月19日(土)(予備日:10月20日(日))
10時～12時30分 👤20歳以上 15人
料 300円(交通費は各自負担)
六浦 勉さん(自然観察指導員・緑花文化士)
申 9月11日から 往か 窓先

■親子リトミック

ピアノのリズムに合わせて親子で楽しもう。
🕒10月24日(木) ①10時～10時45分
②11時～11時45分
👤①1歳6か月までの子と保護者
②1歳6か月～1歳11か月の子と保護者
各10組
料 各500円(保険料含む)
申 9月11日から 往か 窓先

■ハロウィンスイーツ ～かぼちゃのティラミス～

🕒10月26日(土)13時～15時30分
👤小学生 12人 料 500円(材料費含む)
申 必要事項、学年を明記し、往か返
10月5日(着)抽

■季節の果物で美味しいおやつ ～リンゴのアップサイドダウンケーキ～

🕒10月29日(火)9時45分～13時
👤12人 料 1,000円(材料費含む)
申 必要事項を明記し、往か返
10月1日(着)抽

奈良地区センター

〒227-0036 奈良町1843-11
☎963-5380 ㊟963-5381
✉nara-kouza@jcom.nara.ne.jp
休館日:毎月第2火曜

■地域の皆さんの交流サロン 「奈良でちゃちゃ」

奈良でお茶しませんか?
🕒毎月第1水曜 9時30分～11時30分
(時間内出入り自由)
料 100円(飲み物付き)
申 画 ※主催:奈良地区社会福祉協議会

■大人も聴きたい!おはなしのくに ～大人向け語り～

🕒9月25日(水)10時30分～12時
👤18歳以上 申 画

■大人のペーパークラフト講座 ハロウィンの額を作ろう

🕒9月27日(金)10時～11時30分
👤18歳以上 10人 料 700円
持 テープのり
申 必要事項を明記し、往か返
9月16日(着)抽

■おはなしのくに

🕒①10月9日(水)15時30分～16時
②10月16日(水)11時～11時30分
👤①一人で聞ける子 ②幼児
申 画

■ハロウィン 秋のフラワーアレンジメント講座

🕒10月17日(木)10時～11時30分
👤18歳以上 10人 料 1,700円
持 持ち帰り用の袋、花ばさみ
申 必要事項を明記し、往か返 9月20日(着)抽

荏田地域ケアプラザ

〒225-0013 荏田町494-7
☎911-8001 ㊟911-8121
✉eda@yokohamashakyo.jp
休館日:毎月第3日曜

■荏田宿カフェ主催 「研修会～誰でもできる令和の花壇～」

🕒9月16日(祝・月)10時～11時30分
料 100円
株式会社サカタのタネ 新井さん
玄関先や自宅の小さな花壇、コンテナ
等について 申 画

■新米ママ&パパのための勉強企画 「今知りたい!教育資金積み立てのコツ」

🕒9月27日(金)11時～11時30分
👤0歳～3歳くらいまでの親子、プレママ
&プレパパと家族 25組
毎月第4金曜開催の子育てフリース
ペース「えだびよ」の中で、ファイナンシャル
・プランナーを講師に迎え、教育資金に
ついてミニ講話をします。
あり
申 9月11日から 往か 窓先

■「自分らしく生きるコツ」講座 ～人生の大先輩のお話を聞いて、 これからの生活を考えてみよう～

🕒9月30日(月)13時30分～15時
👤50人
元気できいきと暮らしている80代・
90代の人の話を聞いて、「自分らしく生き
るコツ」をつかみ、これからの生活を考
えるきっかけ講座です。青葉区版エン
ディングノート「わたしノート」を配布
します。
申 9月11日から 往か 窓先

■「もしも」に備える料理教室

🕒9月～12月の第4金曜(全4回)
16時～18時30分
👤65歳以上の人10人 料 300円(各回)
①防災ご飯を作ってみよう
②だしを使っておいしく調理、
食材全部使って調理しよう!
③保存食、作り置きでも栄養満点ごはん
④お楽しみ料理
申 9月20日までに 往か 窓先

●アイコンの見方は9ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。☎62円 往124円

ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ

〒225-0024 市ケ尾町25-6
☎308-7081 ☎308-7082
休館日:毎月第3月曜

■ジュニア基会所 2019(後期)

囲碁に興味のある小学生集まれ!
🕒9月7日・21日、10月5日・19日、11月2日・30日、12月21日、2020年1月18日、2月1日・15日(土) 10時~11時30分
全10回 🏠小学生
¥500円(全回分)
申 ☎か ☎先

すすき野地域ケアプラザ

〒225-0021 すすき野1-8-21
☎909-0071 ☎909-0072
休館日:毎月最終日曜

■転ばぬ先の杖

~安心なシニアライフの備え~
「あなたに支援が必要になった時、誰に頼もうと思っていますか？」

🕒9月21日(土)14時~15時30分
🏠40人
📄行政書士 岡本祐樹さん
青葉台駅前郵便局 金子浩之さん
📄任意後見制度について、郵便局の見守りサービスの実態と現状について
申 ☎か ☎先

老人福祉センター 横浜市ユートピア青葉

〒227-0044 もえぎ野4-2
☎974-5400 ☎974-5405
休館日:毎月第3月曜

■ボイストレーニング体験教室

🕒10月3日・17日(木)12時30分~14時
全2回
🏠市内在住の60歳以上の人 20人
持 上履き
申 ☎か ☎先

恩田地域ケアプラザ

〒227-0066 あかね台2-8
☎988-2010 ☎988-0901
休館日:毎月第4月曜

■悠YOUmen's②

美味しい仲間作り始めませんか?
🕒毎月第2・4水曜 10時~13時30分
🏠区内在住の男性 5人
¥各500円(材料費、保険料含む)
持 三角巾、エプロン、布巾
📄シニア男性を対象とした料理の会
申 ☎か ☎先

■おりがみキッズ

折紙でハロウィンの壁飾りを作ろう!
🕒9月24日(火)10時30分~11時30分
🏠0歳~未就園児と保護者 15組
申 ☎か ☎先

■ふれいば~く

申込み不要の気軽に利用できる遊び場です。
🕒9月26日(木)10時~12時
🏠0歳~未就園児と保護者
📄絵本の読み語り
申 ☎

■初心者でも気軽に始められる シナモンの香りで健康増進

🕒10月3日(木)10時~12時
🏠アロマ初心者の人 20人
¥300円(材料費)
📄安全で正しいハーブの知識と手軽に始められる方法を学びます。
申 ☎か ☎先

■ぐー・ちょき・ぱー

🕒10月10日(木)10時15分~11時30分
📄萬福寺(田奈町15-9)
🏠0歳~未就園児と保護者 20組
📄①親子体操
②手遊びと読み聞かせ
申 ☎か ☎先

奈良地域ケアプラザ

〒227-0036 奈良町1757-3
☎962-8821 ☎962-9847
休館日:毎月第1月曜

■ケアラズCafe

介護の困りごと、抱え込まずに話してみませんか?
🕒9月25日(水)14時~15時30分
🏠介護をしている人、これから介護をする人
📄ミニ講話「補聴器について」、茶話会
申 ☎か ☎先

■第21回 青葉メゾン・奈良地域ケアプラザ祭り

🕒10月5日(土)10時30分~14時30分
📄ステージ、模擬店、作品展示、スタンプラリー等
申 ☎

■2019年度 介護教室シリーズ第2弾

🕒10月19日(土)10時~11時30分
🏠30人
📄講演「認知症の正しい理解と対応方法」
申 ☎か ☎先

荏田コミュニティハウス

〒225-0012 あざみ野南1-4-1
赤田東公園内 ☎/☎479-1149
休館日:毎月第2水曜

■おはなし☆パラダイス

親子で楽しむおはなしの時間
🕒9月17日(火)10時30分~11時
🏠幼児と親 20組
📄手遊び、歌、紙芝居など 申 ☎先

■足つぼセルフケア

ボールを使ってセルフケア
~夏の疲れをリフレッシュ!~
🕒9月24日(火)10時~11時30分
🏠10人 ¥500円
持 タオル・水
📄足裏のツボから自分の身体の調子を知る
申 ☎か ☎先

■手しごとカフェ@えだ

初回は大人女子のプラバン
🕒9月30日(月)10時~11時30分
🏠20人 ¥100円
📄簡単クラフト&おしゃべり
申 ☎先
※共催:美しが丘西地区センターRoseカフェ

荏田西コミュニティハウス

〒225-0014 荏田西1-4-2
☎/☎507-1213
休館日:毎月第4月曜(祝日の場合は翌平日)

■げんきDEあんしんカフェ 第4回

懐メロを歌って心も体も元気で安心
🕒9月16日(祝・月)10時~11時30分
🏠20人
申 ☎か ☎先

■おはなしの森

おはなしやぴっころさんによる読み聞かせ、歌、紙芝居、手遊び
🕒9月18日、10月2日(水)
各10時30分~11時
🏠親子 各20組
申 ☎先

■親子でハロウィン オーナメントづくり教室

親子で別々のオーナメントづくりを楽しみます!
🕒9月29日(日)10時~11時30分
🏠年中~小学生と保護者 10組
¥子ども500円
大人1,000円
申 ☎か ☎先

■やさしいナイトヨガ ~その疲れ、リラックスヨガで癒してみませんか?~

🕒10月9日・16日・23日・30日、11月6日・13日(水)18時30分~19時30分
全6回
🏠高校生以上の初心者 20人
¥1,000円(全回分、保険料含む)
持 動きやすい服装、飲み物
申 ☎か ☎先

青葉台コミュニティハウス「本の家」

〒227-0062 青葉台2-25-4
☎981-1400 ☎981-9883
休館日:毎月末日

■おはなしの部屋

🕒①9月11日(水)15時30分~16時
②9月25日(水)10時30分~11時
③10月9日(水)15時30分~16時
📄絵本「パパお月さまとって!」、パネルシアター「ひよこちゃんのさんぽ」ほか
申 ☎

■英語であそぼう! ハロウィンであそぼう!

かんたんな英語のアクティビティをたのしもう!
🕒10月6日(日)10時~11時
🏠未就学児(保護者同伴) 25組
¥500円
申 ☎か ☎先

■ドイツ10万歩一人旅 ~写真で振り返る色々な出会い~

🕒10月16日(水)10時~11時30分
🏠20歳以上 20人
¥300円
申 ☎か ☎先

■大人の学習講座④ ~これからの介護のカタチとは~

🕒10月19日(土)
12時30分~14時30分
🏠20歳以上 20人 ¥300円
申 ☎か ☎先

青葉国際交流ラウンジ

〒227-0064 田奈町76(青葉区区民交流センター「田奈ステーション」内)
☎989-5266 ☎982-0701
☎aobaloungeintl89h1@t07.itscom.net
休館日:毎月第4日曜

■日本語学習者募集

①日本語教室 ②子ども学習補習教室

🕒①水曜10時15分~11時45分、木曜18時30分~20時、土曜10時~11時30分(初めての参加者は15分前までに来てください。) ②水曜16時~17時30分、17時30分~19時
🏠①中学校卒業以上 ②2020年4月小学校入学予定の子~中学生
¥①のみ各クラス月300円
☎①のみ水・土曜はあり
(1歳6か月~6歳、1週間前までに要予約)
申 ☎

■第9回 海外事情講演会 「ウズベキスタン」

🕒10月5日(土)14時~16時
🏠40人 ¥500円(学生200円)
申 ☎か ☎先、必要事項を明記し、☎先

■日本語ボランティア入門講座

🕒11月16日・30日、12月7日(土)
14時15分~16時15分 全3回
🏠日本語ボランティアとして新規に活動したい人 35人 ¥3,000円(全回分)
📄日本語の教え方、日本語文法の基礎知識など、日本語教育の入門講座
申 必要事項を明記し、往 10月11日(着)抽

新石川スポーツ会館

〒225-0003 新石川3-1346
☎/☎911-9870
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

■いきいき健康体操

~頭も体もスッキリ!~
🕒毎月第2・4木曜
各13時30分~14時45分
¥各100円(保険料含む)
持 運動しやすい服装(着替え)、上履き、タオル、飲み物
申 ☎

■なごみサロン ~話す・聴く・動く 出入り自由のお気軽サロン~

🕒毎月第4火曜 13時30分~15時
¥100円(飲み物・菓子付き) 申 ☎
※共催:荏田地域ケアプラザ、たまプラザ地域ケアプラザ

■なごみサロン手芸部 ~手芸・工作を楽しみましょう!~

🕒毎月第2火曜 13時30分~15時
¥材料費負担 持 手芸道具 申 ☎
※共催:荏田地域ケアプラザ、たまプラザ地域ケアプラザ

くろがね青少年野外活動センター

〒225-0025 鉄町1380
☎973-2701 ☎972-1093
休館日:9月10日(火)~12日(木)、9月24日(火)

■横浜元気!!
スポーツ・レクリエーション
フェスティバル2019

🕒 10月14日(祝・月)10時~15時
👤 市内在住の人(飯ごう体験は12家族)
💰 飯ごう体験350円(保険料含む)
※その他当日参加イベントあり!
📄 申込
※飯ごう体験のみHPが**必要事項**、**年齢**、**学年**、**性別**を明記し、**往** 9月20日(消)抽

■BBQ天国 B

🕒 11月4日(祝・月)10時30分~14時
👤 小学生と家族 40人
💰 中学生以上2,000円
小学生1,500円
3歳~未就学児800円
2歳以下100円(保険料含む)
📄 HPが**必要事項**、**年齢**、**学年**、**性別**、**fax**を明記し、**往** 9月15日(消)抽

■親子の英語リトミックⅢ期

🕒 11月11日・18日・25日、12月2日・9日・16日(月) 10時30分~11時15分 全6回
👤 1~3歳までの幼児と保護者(きょうだ

いの追加可能) 10組20人
💰 2人1組6,000円
(子ども追加:1人1,800円、0歳180円)
(全回分、保険料含む)
📄 HPが**必要事項**、**年齢**、**学年**、**性別**、**fax**を明記し、**往** 9月15日(消)抽

■もしもの体験キャンプ

🕒 11月23日(祝・土)14時~24日(日)13時30分
👤 小学生と家族 12組50人
💰 中学生以上6,000円
小学生5,000円
3歳~未就学児2,500円
2歳以下500円(保険料含む)
📄 HPが**必要事項**、**年齢**、**学年**、**性別**、**fax**を明記し、**往** 9月16日~30日(消)抽

田奈恵みの里

〒227-0064 田奈町52-8
横浜農業協同組合田奈支店
☎981-1811 ☎981-1839

■うどん作り教室

地場産小麦を使用
🕒 10月19日(土)9時~13時
👤 青葉区・緑区在住の人 20組(1組3人まで) 💰 1組1,500円
📄 三角巾、マスク、エプロン、飲み物
📄 参加者全員の**必要事項**、**年齢**を明記し、**fax**が**往** 9月20日(着)抽

シリーズ企画

あおば 健康スタイル

第5回

~あおばに住んで、健康、長生き!~

美しい街並みや豊かな自然など青葉区の魅力を生かした、気軽に取り組める健康づくりやつながりづくりのヒントをシリーズで紹介していきます。

健康づくりは特定健診から!!

~特定健診とは、生活習慣病の予防・早期発見のための健診です~

40~74歳の皆さん、今年度特定健診を受けましたか?

受けた

まだ受けていない

健診結果をチェック!

まずは特定健診を受ける!

メタボリックシンドロームリスクがある人は
特定保健指導を受けられます!

生活習慣病は自覚症状なく進行する場合があります。
現在の**健康状態を把握**しましょう!

次の健診までに
生活習慣病のリスクを減らす工夫に取り組みましょう!

運動

★定期的に行うとよいもの

➔ 「早めに歩く」「プール内での歩行やゆっくりした水泳」「サイクリング」等がオススメ。食後に30分程度続けられる強度の運動が効果的!

★日常的に行うとよいもの

➔ 「掃除や買い物でこまめに体を動かす」「階段を意識的に使う」など

食事

★野菜たっぷり、塩分控えめ

➔ 野菜は1日350グラム以上、塩分は8グラム以下を目標に。麺類の汁を残す、しょうゆをかけすぎないなどの工夫

★バランスよく食べる

➔ 主食、主菜、副菜をそろえて

★よく噛んでゆっくり

➔ 食べすぎを防ぐ

1年に1回
健診を
受けましょう!

毎年の結果を比較し、検査数値の変化を確認しましょう。基準値内でもやや高めは注意!内臓脂肪肥満が隠れている場合があります。

まもなく終了! 横浜市国保特定健診 早期受診キャンペーン

9月30日までに受診した人の
中から抽選で1,000人にズーラシア
招待券などをプレゼント!
詳しくはこちら

横浜市では毎年
約11万人の人が
受診!



☎健康づくり係 ☎978-2438 ☎978-2419

善意銀行への寄付!

株式会社 朝日様、セブンイレブン世田谷玉川店様 ありがとうございます。

☎青葉区社会福祉協議会 ☎972-8836 ☎972-7519

青葉区広報番組
あおバリューTV
from 丘の横浜

「あおバリューTV」
9月~10月の放送分は...

[テーマ]河川と水辺の魅力
青葉区は、整備された美しい街並みと豊かな自然が魅力のまちです。区内を流れる鶴見川水系の河川や水辺などの景色も青葉区の魅力の一つです。今回は、区内の河川・水辺の魅力について探っていきます。

「水辺愛護会」の活躍をご紹介します!

「あおバリューTV」をご覧いただくには

放送局	放送日	放送時間
ケーブルテレビ イツコム11ch	火曜	21時30分~21時40分
	土曜	16時10分~16時20分
ケーブルテレビ ジェイコム11ch	土曜 日曜	12時05分~12時15分

青葉区ホームページでも
ご覧いただけます!

あおバリューTV 検索Q

☎広報相談係
☎978-2221 ☎978-2411

きれいな川を守るために

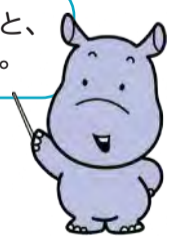
土木事務所からのお願いです!

街きよますや道路の側溝に油やペンキなどの廃液、汚水を流さないでください

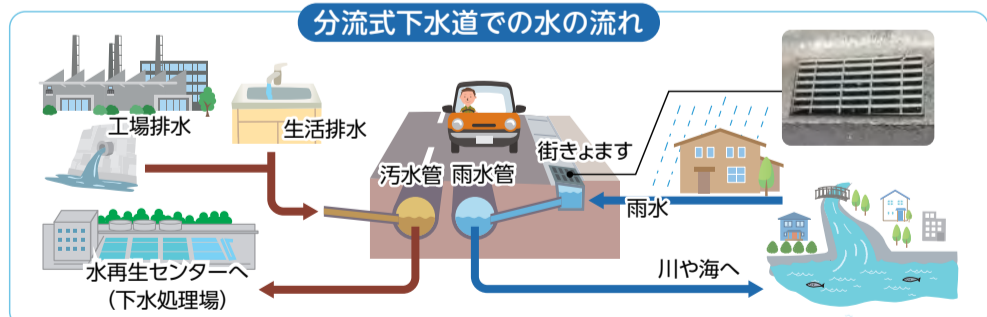
街きよますや道路の側溝に汚れた水を流すと、川に直接流れ込んで川を汚してしまうんだ。



街きよます▶



横浜市水環境
キャラクター
「かばのだいちゃん」



どのように捨てればいいのか?

- 食用油は、凝固剤で固めるか、少量の場合は古紙・古布に染み込ませて燃やすごみとして出してください。
- ペンキの捨て方は販売店に相談してください。横浜市 ごみの出し方 検索Q



川についてお気づきの点があれば連絡を!

☎環境創造局 水・土壌環境課 ☎671-4244 ☎671-2809
青葉土木事務所 ☎971-2300 ☎971-3400



●アイコンの見方は9ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。△62円 往124円

青葉区民文化センター フィリアホール

〒227-8555 青葉台2-1-1 東急スクエア本館5階 ☎985-8555 fax985-8560 休館日:毎月第3水曜 定員500人 ※未就学児不可(10月7日コンサート、10月29日は除く) 申 フィリアホールチケットセンター ☎982-9999 HPhttp://www.philiahall.com/(24時間オンライン予約)



■ウイークデーコンサートシリーズ《らん・らん・ランチにいい音楽》 酒井淳 & マリオン・マルティノー & クリストフ・ルセ ビオラ・ダ・ガンバ & チェンバロ・トリオ

ランチタイムに、超貴重な編成が登場!!
🕒 10月17日(木)11時30分開演
¥ 全席指定 1,500円
申 ☎か ☎か HP



酒井淳 ▶ ©Jean-Baptiste Millot

■土曜ソフレスシリーズ《女神との出会い》 河村尚子「ベートーベン ピアノ・ソナタ・プロジェクト」最終回

渾身の2年4回のソナタ選集もついにフィナーレ!
🕒 10月26日(土)17時開演
¥ S席5,000円 A席4,000円
申 ☎か ☎か HP



河村尚子 ▶ ©Marco Borggreve

■0歳からOK「はじめてのバロックコンサート」

普段コンサートに行けない親子もおじいちゃんもおばあちゃんも大歓迎!
🕒 10月7日(月)12時~12時30分 📍リハーサル室
👤 30人 ¥500円 🎹チェンバロ:若狭英雄 ビオラ・ダ・ガンバ:加藤久志
申 9月11日から ☎か ☎先

■フィリアホール企画制作担当による、大人向け音楽講座を開催! 「ビオラ・ダ・ガンバとベルサイユの時代」

🕒 10月7日(月)14時から 📍リハーサル室 👤 40人 申 9月11日から
☎か ☎先 ※詳細はチラシ・HP参照

■フィリアホール区民企画事業 あおばゆかいな秋フェスタ

見て・体験して・知ることから地域デビューを応援。地域の団体や教室が集まり、多彩な発表や体験、セミナーやワークショップが盛りだくさん。
🕒 10月29日(火)13時~18時30分 ¥500円
申 ☎か ☎で街中レッスンコミュニティ(☎090-5801-4249(紀野) info.machileco@gmail.com)へ。

横浜市民ギャラリーあざみ野

〒225-0012 あざみ野南1-17-3(アートフォーラムあざみ野内) ☎910-5656 fax910-5674 休館日:毎月第4水曜 ※保育あり(予約制、有料) 1歳6か月~未就学児、4日前までに申込み



■フェローアートギャラリー 長瀬明代展

🕒 10月27日(日)まで
☎障害のあるアーティストたちの表現を紹介するミニギャラリー。ユーモラスなモチーフを引き立てる、大胆で鮮やかな色彩が特徴の長瀬明代さんの絵画を展示します。

■あざみ野カレッジ 北欧ノルウェーの美しい民族楽器ハーディングフェーレ ~唯一の日本人職人に聞くその魅力と調べ~

🕒 9月21日(土)14時~16時 👤 高校生以上 40人 ¥500円
🎸原圭祐さん(弦楽器職人)
☎ノルウェーの民族楽器「ハーディングフェーレ」。この楽器唯一の日本人職人として横浜市に工房を構えた原圭祐さんに、その魅力について音色に合わせてお聞きします。
申 9月11日から ☎か ☎か HP先

■アートフォーラムあざみ野 Welcome! ロビーコンサート

日曜の昼はアートフォーラムあざみ野へ!
🕒 9月22日(日)12時~12時40分
🎹土田晴信オルガデュオ(オルガン:土田晴信さん、ギター:小暮哲也さん)
申 ☎

■ギャラリーインザロビー 記念カメラ

🕒 10月2日(水)~27日(日)
☎エントランスロビーに設けたショーケースで、横浜市所蔵カメラ・写真コレクションを紹介。万博などのイベントや、カメラの歴史的記念日にちなんでつくられたカメラを展示。



〒227-0036 奈良町700 ☎961-2111 fax962-1366
休園日:毎週水曜
入園料:大人600円、小・中学生200円、幼児(3歳から)100円
65歳以上平日のみ300円(要証明提示) ※行事の詳細はHP参照
★10月1日から、乗り物や駐車場などの利用料を改定します。詳細はHP参照



■自然スタンプビンゴ<秋バージョン>

園内を探検して秋を探してみよう!
🕒 9月14日(土)・15日(日)・16日(祝・月)
受付時間:9時30分~14時(ゴールは16時まで)※雨天中止
☎正面入口広場 ¥100円 申 ☎



■ビー玉万華鏡<工作>

筒の先にビー玉をつけて作ります。どんな世界が見えるかな?
🕒 9月23日(祝・月)・29日(日)①10時30分から ②13時から ③14時30分から
☎児童センター
👤各15人 ¥各300円 申 ☎先

青葉区地域子育て支援拠点

「ラフル」
〒227-0062 青葉台1-4 [6階]
☎981-3306 fax981-3307

青葉区地域子育て支援拠点

「ラフルサテライト」
〒225-0024 市ヶ尾町1152-25 [1階]
☎979-1360 fax979-1361



【共通】HP http://lafull.net/ 休館日:日・月曜、祝日
👤妊婦及び0歳~未就学児とその家族、地域で子育て支援に関わる人(ひろばで家族と過ごしながら相談し、情報も得られます。)
*印講座への参加は、登録・「ひろば」受付を済ませてから
※アイコンについて ラはラフル、サテはラフルサテライトを示します。

■*「シングルトーク」のサロン@ラフル

当事者同士の交流と情報交換、ひとり親に関する情報提供、相談
ゲスト:ひとり親サポート よこはま青葉区担当者
🕒 9月11日(水)14時から(30分程度) 👤ひとり親、ひとり親になる予定・検討している人 8人(子ども同席可) 申 ☎

■* プレママ向け企画

①プレママちょこっと見学デイ
②ママになるあなたへ ~おなかの赤ちゃんに絵本を~
③プレパパプレママラフル見学説明会
🕒 サテ ①9月11日、10月2日(水) 各11時30分~13時
ラフル ②9月17日(火)14時~15時
ラフル ③9月28日(土)14時~15時
👤 ①②妊婦 ③妊婦とパートナー ☎当事者同士の交流と情報交換
申 ① ☎ ②③前日までに ☎か ☎

■* 子育てに悩んでいるパパママ向け企画

①障害児の子育てサロン
②ラフっこタイム
🕒 9月12日(木)11時~12時
ラフル ②10月10日(木)11時~12時30分
👤 ①障害児を育てている家族、障害のある保護者
②1歳6か月以上で「落ち着きがない」など子育てに不安を感じている子育て家族
ゲスト:地域療育センターあおば担当者
☎当事者同士の交流と情報交換 申 ① ☎ ②前日までに ☎か ☎

■横浜子育てサポートシステム入会説明会

地域で子どもを預けたい人と預かる人をつなぐ会員制の制度
🕒 9月21日(土)、10月8日(火)各10時30分~11時30分
👤 子どもを預けたい人、子どもを預かれる人 各回8人(子ども同席可)
申 前日までに ☎か横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用電話(☎482-5518)へ。☎

■ラフルひろばmini@恩田小学校

ラフルが恩田小学校に出張します。
🕒 9月25日(水)10時~12時 📍 恩田小学校(桂台2-36)
☎紙皿や牛乳パックを使った工作、手形足形スタンプ 申 ☎

■* ラフルサテライトへGO

①パパ向け企画「家族でまなぼう」小児救命救急講座 ②リサイクルの日
🕒 サテ 10月5日(土)
①13時30分~14時30分 ②15時から
☎②新生児から120センチメートル大の子ども服、帽子やくつなど
申 ☎

シリーズ企画 **青葉6大学を紹介します!** 第5回

企画調整係 ☎978-2216 fax978-2410

青葉6大学とは…

区内にある6つの大学。青葉6大学と青葉区は連携・協力についての協定を締結しています。この連載では各大学の特色や地域連携事業を中心に、1大学ずつご紹介していきます!

今月ご紹介するのは…

青葉 日本体育大学

大学紹介

日本体育大学は1891(明治24)年の創設以来、これまで一貫して体育・身体活動・スポーツを基軸に全ての人々の願いである「心身の健康」を育み、あわせて世界レベルの優秀な競技者・指導者の育成を追究してきました。体育学部、児童スポーツ教育学部、スポーツ文化学部、スポーツマネジメント学部、保健医療学部の5学部9学科を設置し、7,000人以上の学生が在籍しています。

鴨志田町にある横浜・健志台キャンパスには、体育学部、スポーツマネジメント学部、保健医療学部の学生が所属し、国内トップクラスの専用体育館である体操競技場や、第三種公認の陸上競技場をはじめ、野球場、ラグビー場、サッカー場、レスリング場、アーチェリー場、ゴルフ教場など各種専用競技施設が点在。トレーニングセンターや合宿寮、スポーツキュアセンター横浜・健志台接骨院なども備え、スポーツに打ち込む最適な環境を整えています。

キャンパス情報

- 横浜・健志台キャンパス 所在地:鴨志田町1221-1
- 東京・世田谷キャンパス 所在地:東京都世田谷区深沢7-1-1

日本体育大学ホームページ [日本体育大学 検索Q](#)



横浜・健志台キャンパスでは、所属する教員や学生の特色を生かした各種地域イベントの実施や、地域の皆さんも利用できる施設などがあります。

★防災訓練 in 横浜・健志台キャンパス

青葉区及び近隣自治会・町内会との連携協定のもとに地域・行政・大学が一体となった地域の防災力・減災力向上に向けた取組の一環として実施される大規模災害を想定した防災訓練です。



★体力測定

例年好評を博す人気イベントです。自身の体力を把握し、今後の日常生活や体力づくりに生かす絶好の機会です。筋力や持久力の測定、骨密度の測定、日常生活に必要な運動機能の測定など盛りだくさんの内容です。

★スポーツキュアセンター横浜・健志台接骨院

けがの応急手当からスポーツや日常生活への復帰、再発防止までトータルサポートを提供しています。スポーツによるけがや関節、筋の痛みの治療を専門とするスタッフが在籍し、地域の皆さんも利用できますのでぜひご利用ください。



※各種イベントへの参加や施設利用の詳細については、HPでご確認ください!

青葉6大学連携事業トピックス

青葉6大学連携特別講座

～東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて～

今年は来年のオリンピック・パラリンピックに向けて、各大学の素晴らしい講師陣による公開講座を区役所で行います。大学の講義を気軽に体験できる機会ですので、ぜひご参加ください!!

入場無料

🕒 10月6日(日)、11月17日(日)、12月14日(土) 各①13時～14時20分 ②14時40分～16時

📍 区役所4階会議室 📞 各日100人※1日単位での申込み ※全日程参加者にはプレゼントもあります!

📅 9月11日から、青葉区HPか、[必要事項](#)、[年齢](#)、参加希望日(全日可)、学生は学校名、件名に「【参加申込み】青葉6大学連携講座」と明記し、

📧 か ☎で企画調整係(☎978-2216 fax978-2410 ✉ao-kikaku@city.yokohama.jp)へ。 [青葉6大学連携講座 検索Q](#)



	10月6日(日)	11月17日(日)	12月14日(土)
①	<p>東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会後に遺したいもの</p> <p>東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会は我が国の多様性、そして共生社会の在り方について考える良い機会になると言われています。どのような社会をつくりたいかを一緒に考えませんか。</p> <p> 田中 暢子教授 桐蔭横浜大学 スポーツ健康政策学部 (東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会参与日本車椅子バスケットボール連盟理事)</p>	<p>東京2020オリンピック・パラリンピックで共生社会を考える</p> <p>2020年に東京オリンピック・パラリンピックを迎えるにあたり、世界最高峰の競技スポーツ大会であるオリンピック・パラリンピックと、相手を認める・尊重していく共生社会は成り立つのかということを考えていきます。</p> <p> 渋谷 聡教授 星槎大学 共生科学部</p>	<p>オリンピックの多様性</p> <p>IOCはオリンピック・パラリンピックの意義として、「卓越」「友情」「敬意」「勇気」「強い意志」「公平」「インスピレーション」を挙げています。オリンピックの歴史を通して、スポーツとしてのオリンピックのあり方を考えます。</p> <p> 一正孝教授 國學院大学 人間開発学部</p>
②	<p>スポーツイベントと旅行産業</p> <p>スポーツイベントの開催は、さまざまな経済波及効果をもたらすと言われています。本講義ではいくつかのイベントを事例に、旅行関連産業の取組について取り上げていきます。</p> <p> 山本 博教授 日本体育大学 スポーツマネジメント学部 (東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会顧問ロサンゼルス大会銅メダル・アテネ大会銀メダル)</p>	<p>「金メダルを目指して得られたもの」～五輪メダリストからのメッセージ～</p> <p>1980年モスクワ五輪から2020年東京五輪まで11大会に挑戦して得られたものは?オリンピックの魅力とスポーツの素晴らしさを紐解き、老若男女すべての人々の人生にスポーツ(運動)を生かす方法を解説します。</p> <p> 山本 博教授 日本体育大学 スポーツマネジメント学部 (東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会顧問ロサンゼルス大会銅メダル・アテネ大会銀メダル)</p>	<p>オリンピック・パラリンピックのデザイン史</p> <p>オリンピック・パラリンピックをデザインの視点から考えます。スタジアム建築、開会式・閉会式の演出、ロゴマーク、ポスターデザイン、マスコットキャラクター、補助器具など、その歴史を紐解きながら解説します。</p> <p> 森山 貴之准教授 横浜美術大学 美術学部</p>