

# AOBA 3 月号



広報よこはま青葉区版 2025(令和7)年 3月号 No.329

編集・発行 青葉区役所広報相談係 〒225-0024 青葉区市ケ尾町 31-4  
☎045-978-2323(代)・2221(直) ☎045-978-2411 WEB(横浜市青葉区) 検索  
区の人口 307,693人 区の世帯数 136,720世帯 2025年2月1日現在

スマホアプリ・ウェブ  
カタログポケット



青葉区公式 X (旧Twitter)  
@yokohama\_aobaku



特集 1

## あおばの花・緑を楽しもう!



青葉区マスコットキャラクター  
なしかちゃん園芸博PR版

公園や街路樹、街中の花壇など、花・緑があふれる青葉区。  
この春、身近な公園や家庭での庭づくりを、より楽しめる  
イベントを開催します!

GREEN×EXPO 2027  
まであと2年

### あおば GREEN GARDEN

トークイベント

「マイガーデン」を楽しもう!

入場無料

園芸デザイナー <sup>みかみ</sup>三上 <sup>まさし</sup>真史さん 春のガーデニングショー

家庭で気軽にできるガーデニングのポイント解説や、季節の植物を  
使った寄せ植えを実演します。  
「自宅の庭をもっと素敵にしたい」そんな人はぜひご参加を!  
三上さんプロデュース園芸用はさみ&書籍のサイン会も実施!

三上さんがアンバサダーを  
務める、「ガーデンネックレス  
横浜」の見どころも紹介。



三上 真史さん

ガーデンネックレス横浜  
Garden Necklace  
YOKOHAMA



「ガーデンベア」©ITOON/GN

- 日時 3月20日(木・祝) 14時~15時
- 会場 たまプラザ テラス ゲートプラザ 2F  
プラザホール by イッツコム
- 定員 100人
- 申込み 当日10時から会場受付にて整理券を配布

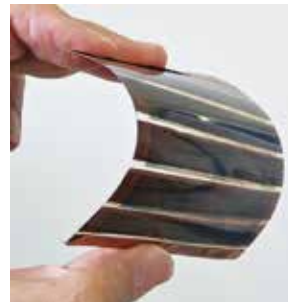
先着順

オープンイベント

親子で楽しめる花・緑・環境に関するブースを出展!

事前申込不要※一部有料あり

- 日時 3月19日(水) 11時~15時  
青葉台東急スクエア South-1 本館 1F アトリウム  
ブース例 ペロブスカイト太陽電池の展示、一輪挿し作りなど
- 日時 3月20日(木・祝) 11時~15時  
たまプラザ テラス ゲートプラザ 1F フェスティバルコート  
ブース例 木工作遊び、お花のけん玉作りなど



ペロブスカイト太陽電池



木工作遊び



詳細は区 WEB へ

区の花・緑の情報はこちらをチェック!

公式SNS「あおば GREEN DAY」



花・緑に関する地域の取組や区  
内の公園などを紹介しています。  
ぜひフォローをお願いします!



Facebook



Instagram

あおば花・緑・農めぐり  
マップ



区内の花や緑のスポット・直売所・  
よこはま地産地消サポート店などを  
紹介しています。

区役所で配布して  
いるほか、区 WEB  
からもご覧いただけ  
ます。



☎ 企画調整係 ☎ 045-978-2216 ☎ 045-978-2411

©Expo 2027



GREEN×EXPO 2027  
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月~9月 横浜・上瀬谷

公式マスコットキャラクター トワンクワンク



特集 2

障害者福祉事業所の自主製品をご存知ですか？

# 青葉のまちの魅力再発見！

区内の障害者福祉事業所で作られる自主製品には魅力がたくさんあふれています。得意なことを発揮して、心を込めて作り上げた製品を知り、買っていただくことで、やりがいや喜びを得ることができます。製品を通して障害者の皆さんとつながりませんか？

☎ 障害者支援担当 ☎ 045-978-2453 ☎ 045-978-2427



## 青葉の風

主な製品 刺し子布巾、染物、デコパージュせつけん等



刺し子の布巾を作製する際は、障害特性に応じて、専用の木枠に布を張って、片手で刺せるよう工夫しています。藍染製品は18区の中でも珍しく、利用者全員が工程に携わり、月1回染めています。



## すてっぷ

主な製品 パン、焼き菓子、オリジナルブレンドコーヒー等



北海道産の低糖度あんこ適度な酸味のクリームチーズで食べやすく、くるみを飾り付けたパン「あんちい」や、バター風味豊かでサクサク食感の「むじなクッキー」は、ファンが多くおすすめです。



## チェリーブロッサム

主な製品 みつろうラップ、アロマサシェ、フラワーアレンジメント等



ラッピングや熱くない食品に繰り返し使えて土に戻るみつろうラップや、ふんわりと香り、癒しや気分転換になるアロマサシェがおすすめ。



## ほっと・館花

主な製品 焼き菓子、ヘンプ糸で作ったストラップなどの雑貨等



無添加クッキーは味が6種ありおすすめ！

キーホルダー、ネックストラップ等もあります。



## エキープカフェ

主な製品 手工芸品、弁当等

お弁当もおいしいよ



スマホショルダーはジーンズ生地です丈夫さと軽さを両立しています。



めがねケースはペンケースとしても人気！持ち歩きに重宝します。

## えだ福祉ホーム

主な製品 雑貨(レザー、羊毛フェルト、手織り)、焼き菓子等

唯一無二の織り布で作った作品がおすすめ！



アクセサリや羊毛人形もかわいいデザインにこだわっています。

## トライアングル

主な製品 布製品、エコたわし、アクセサリ等



かわいい柄のエコたわしで洗い物の気分をアップ！

ショルダーバッグは裏地付きで使いやすいサイズです。

## 田園工芸

主な製品 せつけん、アクリルたわし、パンプキンリング等



寄付された牛乳パックや廃油等のリサイクル製品が多いです。クルクル回して色や動きを楽しめるパンプキンリングもおおすすめです。



青葉区マスコットキャラクターなしかちゃんストラップもどうぞ！

### 「青葉区 ふれあいマルシェ」のご案内

ここで紹介した事業所だけでなく、市内の障害者福祉事業所で作られる自主製品は、事業所で直接販売しているほか、区役所1階区民ホールで行う「青葉区ふれあいマルシェ」でも販売しています。ぜひ、お立ち寄りください。

販売予定等の詳細は区WEBをご覧ください。



### 区独自の情報冊子を配布しています★

自主製品販売のほか、喫茶などの過ごす場所があることを地域の皆さんに知っていただけるよう、区独自の情報冊子「青葉のモノ語り」を制作しました。ここで紹介した事業所以外もたくさん掲載されています。区役所で配布しているほか、区WEBでもご覧いただけます！



# 春こそ睡眠をしっかりととりましょう

～こころも体も元気に春を迎えませんか？～

3～4月は生活が大きく変化しやすく、心身に疲れがでてくる時期です。睡眠はそんな心身の疲労やストレスを解消する大切な時間です。

しかし、日本人の睡眠時間は短く、6時間未満の人の割合は約38%で、**男性は30～50歳代、女性は40～60歳代で約4割の人が睡眠不足とされています。**

\*国民健康・栄養調査の十分な睡眠とは、6～9時間(60歳以上は6～8時間)です。



良質で十分な睡眠は、健康横浜21の「休養・こころ」の目標の1つです。

健康横浜21の詳細は▶



あなたは良い睡眠をとれていますか？  
自分の睡眠を見直してみましょう。

### チェックポイント 1

☐ 朝はカーテンを開けて日光を浴びる

- 日中は日光を浴び、体内時計をリセットしましょう。
- 就寝時は照明を消すか、明るくなり過ぎないようにしましょう。



### チェックポイント 2

☐ 昼寝は30分以内にする

- 長時間の昼寝、頻回の昼寝は、夜間の睡眠の質を低下させます。

### チェックポイント 3

☐ 過度の飲酒や寝酒はしない

- アルコールによって、一時的に寝つきやすくなりますが、眠りの質を低下させます。

### チェックポイント 4

☐ 就寝時に体を冷やさない

- 就寝1～2時間前に入浴し、温かい布団に入りましょう。
- 冬の室温は18度以上に維持しましょう。(夏は涼しい温度を維持する)



いろいろ工夫しても、最近眠れなくて…

悩んで眠れないほどの不安があるときは、相談できる窓口があります。気軽にご連絡ください。

#### 相談窓口

◆横浜市こころの電話相談

☎ 045-662-3522

平日：17時～21時30分

土・日曜、祝日：8時45分～21時30分

◆青葉区役所 健康づくり係

☎ 045-978-2438

平日：8時45分～17時

☎ 健康づくり係 ☎ 045-978-2438 ☎ 045-978-2419

## 空気が乾燥し火災が発生しやすい時期です

# 火の取扱いに注意しましょう！

2024年は、区内において住宅火災で、2人が亡くなっています。いずれも65歳以上の高齢者でした。

### 春の火災予防運動 3月1日(土)～7日(金)

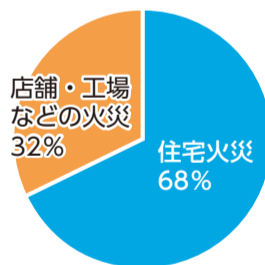


横浜市消防局マスコットキャラクター  
ハマくん

☎ 青葉消防署 ☎ / ☎ 045-974-0119

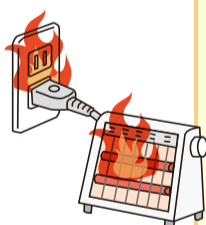
### 青葉区の火災状況 (2024年中)

建物火災のうち  
住宅火災が占める割合



住宅火災の出火原因  
ワースト 3

- 1位 こんろ
- 2位 電気機器
- 2位 ストーブ



### 火災予防対策



**ポイント** 火をつけたら絶対にその場を離れない

食用油から出火したときは、爆発するおそれがありますので、絶対に水をかけないでください。

炎が小さい場合は、消火器を使用するか、ふたや濡れたタオルを被せるなどにより、消火しましょう。

**ポイント** 電気コードやモバイルバッテリーを適切に使用する

電気コードを家具の下敷きにしたり、たこ足配線や束ねたままの状態で使用し続けると、火災につながるおそれがあります。

モバイルバッテリーに衝撃を加えたり、車内など高温になる場所に放置すると発火することもあります。

## 住宅用火災警報器は、火災から大切な「命」と「財産」を守ります

**設置場所** ※消防法及び横浜市火災予防条例により、下記の場所は設置が義務付けられています。

### 住宅用火災警報器の場所と種類

- ☐ 寝室 … 煙 タイプ
- ☐ 台所 … 煙 または 熱 タイプ
- ☐ 階段※ … 煙 タイプ

※2階以上に寝室がある場合



### 点検や交換

古くなった警報器は、電池の消耗や内部の部品の劣化により、適切に作動しなくなります。本体は定期的に点検し、10年を目安に交換しましょう。

- ① テストボタンを押す または 引きひもを引く
  - ② 警報音(ブザーや音声)を確認
- ※警報音等が鳴らない場合、電池切れや故障の可能性がります。

ご自身での点検・交換が困難な場合は、青葉消防署までご相談ください。

よこはま防災e-パークで防火対策を学べます！  
詳細は▼



参加費  
無料

## 火災予防イベントを開催！

「楽しく学ぼう！みんなの防災2025」

日時 3月9日(日) 10時～15時

会場 たまプラーザ テラス  
(美しが丘 1-1-2)

乗車できるよ



内容 横浜市消防音楽隊による演奏・  
消防車両展示・子ども防火着用体験・  
ミニ消防車乗車体験・スタンプラリー  
など楽しい体験盛りだくさん！

体験者には景品をプレゼント！



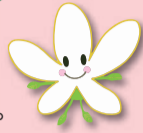
イベントの  
詳細は▼



**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** 年齢 **窓** 窓口 **WEB** ウェブページ **往** 往復はがき **ハ** はがき **返** 返信用はがき持参 **(着)** 必着 **(消)** 消印有効  
**先** 先着 **抽** 抽選 **直** 当日直接 **日** 日時・期間 **会** 会場 **コ** コース **対** 対象・定員 **費** 費用 **持** 持ち物 **講** 講師・出演者 **内** 内容 **保** 保育 **申** 申込み **問** 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。■特に記載のないものは、参加料無料です。  
 ■電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です。■掲載中のイベント等は中止・延期、内容が変更になる場合があります。事前にご確認ください。

# 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 市ヶ尾町31-4です。

## 募集・案内

### 「ヨコハマ3Rポスターコンクール」応募作品の展示

区内小学生の作品245点を展示します。  
 ①3月10日(月)～14日(金)  
 ②3月17日(月)～21日(金)  
 区役所1階区民ホール  
 ①つつじが丘小学校、さつきが丘小学校、田奈小学校 ②①以外の小学校  
 資源化推進担当  
 ☎ 978-2299 ☎ 978-2413

### あおば花と緑のサポーター募集!

区庁舎の花壇や区内各地で活動する緑化ボランティアを募集します。花と緑でいっぱいにする活動に、あなたも参加しませんか。

3月10日～31日に ☎ か **【必要事項】** を明記し、✉ で資源化推進担当  
 (☎ 978-2299 ☎ 978-2413  
 ✉ ao-shigen@city.yokohama.lg.jp)へ。

※後日「あおば花と緑のサポーター」代表者から、活動の詳細について連絡します。

### 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

3月21日(金)11時30分～15時  
 (売り切れ次第終了)

区役所1階区民ホール ☎  
 ※区役所駐車場は有料です。  
 ※ポイントシールを10枚集めるとエコバッグまたはカトラリーをプレゼント!  
 出店店舗など詳細は、区 **WEB** 参照

企画調整係  
 ☎ 978-2216 ☎ 978-2411



### 令和6年度第2弾!

農を身近に感じる寺家ふるさと村ツアー  
 横浜の農業を学び、地産地消を体験

3月27日(木)13時～16時  
 13時青葉台駅正面改札口集合、現地解散

2時間程度歩ける人 25人

青葉台駅からのバス代は各自負担

ツアー後、希望者にスイーツセット  
 (有料)あり。詳細は、横浜シティガイド協会 **WEB** 参照

**【必要事項】** とスイーツセットの可否を明記し、☎ か ☎ でまちづくり調整担当  
 (☎ 978-2217 ☎ 978-2411

✉ ao-machirule@city.yokohama.lg.jp)。  
 3月21日17時(着) ☎

## 青葉区庁舎浸水対策工事のお知らせ

大雨等による区庁舎への水の流入を防ぐため、止水板・止水壁の設置等の工事を行います。

これに伴い、一部の出入口を一時的に閉鎖する予定です。閉鎖期間や場所については、決まり次第区 **WEB** でお知らせします。

ご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

2025年度開始・2026年度終了予定

庶務係  
 ☎ 978-2213  
 ☎ 978-2410



## 青葉区総合庁舎駐車場の料金が変わります

4月1日から、駐車場の指定管理者がタイムズ24株式会社連合体へ変更になります。これに伴い、次のとおり利用料金が変わります。

### 変更後

第1駐車場		
8時～22時	30分	200円
22時～8時	60分	100円
当日最大料金：平日 なし 土・日曜、祝日 600円(24時切替)		
第2駐車場		
8時～22時	30分	200円
22時～8時	60分	100円
当日最大料金：平日 900円(24時切替) 土・日曜、祝日 500円(24時切替)		

※夜間(第1駐車場：20時～8時、第2駐車場：18時～8時)の最大料金は廃止します。

※区役所に手続や相談等で来庁した人は、これまでどおり一定時間利用料金が減免されます。

☎ 予算調整係 市民局地域施設課 ☎ 978-2214 ☎ 978-2410  
 ☎ 671-2086 ☎ 664-5295

## 文化・芸術

### 区民ホールコンサート

●第303回  
 お屋のミニコンサート  
 あおば音楽ひろば

区内在住のプロの音楽家による演奏会

3月19日(水)12時15分～45分

区役所1階区民ホール  
 塚本 香央里、川元 真里

バイオリンとピアノ

【曲目】「剣の舞」ほか

☎ 文化・コミュニティ係  
 ☎ 978-2294 ☎ 978-2413

### 令和7年度國學院大學オープンカレッジ

4月～2026年1月に5回または10回

國學院大學渋谷キャンパス  
 (東京都渋谷区東4-10-28)

¥11,000円～25,000円  
 (区民は一部講座が受講料半額)

**【WEB】** 國學院大學エクステンションセンター  
 (☎ 03-5466-0270

✉ jigyou@kokugakuin.ac.jp)へ ☎ か ☎ でパンフレットを請求・確認の上、お申し込みください。

3月19日(着)  
 ※詳細は要問合せ



## スポーツ・健康づくり

### ウォーキングイベント

【恩田川・桜の通り抜けコース】

3月29日(土)

9時30分から2時間30分程度

JR横浜線「成瀬駅」集合・解散 ☎

飲み物

☎ 上谷本地区保健活動推進員 井上  
 (☎ 080-1099-4964)

## 子育て

### あおばの食育(予約不要)

☎ 福祉保健センター1階⑨番前  
 持 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)  
 3月18日、4月8日(火)各14時～15時受付

5～6か月児と保護者

●パクパク幼児食  
 (1歳6か月児健診と同日開催)

3月13日・27日、4月3日(木)各14時～15時受付

1～2歳児と保護者

●幼児期の食育(3歳児健診と同日開催)  
 3月14日・21日、4月4日(金)各14時～15時受付

3歳～未就学児と保護者

### 青葉区多世代交流事業

#### 「春休み みんなの学習室」

ボランティア学生の皆さんと一緒に勉強しませんか?

☎ あおばコミュニティ・テラス:

3月26日(水)・27日(木)(☎ 500-9254)

美しが丘西地区センター:

3月26日(水)・27日(木)(☎ 903-9204)

鴨志田地域ケアプラザ:

3月28日(金)・29日(土)(☎ 961-6911)

☎ 区内在住の小学生 各日15人

☎ 3月11日から各施設に ☎ か **【WEB】** 先

☎ 学校連携・こども担当

☎ 978-2345 ☎ 978-2422

### こどもの食生活相談

☎ 4月9日(水)9時から、10時から、11時から(相談時間30分程度)

☎ 福祉保健センター1階⑧番

☎ 離乳食～学齢期の子の保護者

☎ ☎ で健康づくり係

(☎ 978-2441 ☎ 978-2419)へ。

### 離乳食教室

手作りの離乳食を親子で食べてみよう。

☎ 4月9日(水)13時30分～15時

☎ 福祉保健センター1階⑧番

☎ 7～9か月児と保護者 20組

☎ 離乳食中期頃の話、調理実演、試食

☎ 3月19日から **【WEB】** か ☎ で

健康づくり係

(☎ 978-2441)へ。☎



## 青葉区制30周年記念事業 ～総集編～



青葉区は、2024年11月6日に区制30周年を迎えました。今回は、2024年の1年間を通して実施された、区制30周年記念事業を振り返ります。



あおバリューTV

※配信は、横浜市公式YouTubeチャンネルでのみご覧いただけます。

☎ 広報相談係 ☎ 978-2221 ☎ 978-2411 **あおバリューTV** 検索

■プレパパ・プレママクラス

🕒 ①4月12日(土)受付9時30分～9時40分(終了予定11時30分) ②4月16日(水)受付8時50分～9時(終了予定11時30分)

📍 ①ラフォーレ ②福祉保健センター1階15⑩番  
👤 区内在住で初めて父親・母親(当日妊娠30～35週まで)になる人

①12組 ②16組  
📖 育児体験実習(沐浴、衣類交換)ほか  
📅 3月15日までに WEB 抽  
👤 子育て支援担当  
☎ 978-2456 fax 978-2422

■親子の歯みがき教室・お口の相談

📍 福祉保健センター1階③番前  
📎 歯ブラシ、母子健康手帳  
●妊産婦・乳幼児歯科相談  
🕒 4月17日(木)9時30分～11時  
👤 0歳～未就学児、妊産婦(妊娠中～産後1年未満の人) 15人

📅 3月15日までに WEB 抽  
👤 子育て支援担当  
☎ 978-2456 fax 978-2422

●ニコニコピカピカ歯みがき教室

仕上げ磨き用の歯ブラシをプレゼント!  
🕒 4月24日(木)①9時30分～10時5分 ②10時25分～11時  
👤 0～1歳5か月児と保護者 各10組  
📅 実施日の1か月前から WEB か ☎ で健康づくり係  
(☎ 978-2441 fax 978-2419)へ。先

福祉・保健

■若者のための専門相談  
不登校やひきこもりなどの問題について、相談を受け付けています。  
🕒 3月25日、4月8日(火)各13時30分～16時20分(相談時間50分・予約優先)  
📍 福祉保健センター2階相談室  
👤 市内在住の15～39歳の人と家族  
📅 3月11日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

施設からのお知らせ

山内図書館  
〒225-0011 あざみ野2-3-2  
☎ 901-1225 fax 902-4492  
休館日:3月17日(月)

山内地区センター  
〒225-0011 あざみ野2-3-2  
☎ 901-8010 fax 901-5544  
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

■空とぶじゅうたん絵本と語りおはなし会  
🕒 ①3月12日(水)②3月14日・28日(金) ③3月23日(日)  
①15時30分から②③各10時30分から  
👤 ①③1人で聞ける3歳以上の子 ②1歳以上の子と保護者  
📅 3月12日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

■新NISAとiDeCoで資産形成の一助を～働く世代は今から準備を～  
🕒 4月16日(水)9時30分～11時30分  
👤 20人  
¥ 500円

美しが丘西部地区センター  
〒225-0001 美しが丘西3-60-15  
☎ 903-9204 fax 903-9206  
休館日:毎月第3火曜(祝日の場合は翌平日)

■春の子ども生け花  
🕒 4月19日(土)10時30分～12時  
👤 小・中学生 12人  
¥ 1,300円

■はじめての能  
草子洗小町と羽衣 座学と舞台鑑賞会  
🕒 4月23日、5月21日、6月18日、7月9日(水)10時～11時30分、5月5日(月・祝)国立能楽堂、7月21日(月・祝)みらいホールにて鑑賞会 全6回  
👤 25人  
¥ 9,000円(全回分、鑑賞会2回分のチケット代含む)

■シニア健康体操  
🕒 4月22日～2026年3月10日の火曜  
①9時30分～10時15分 ②10時35分～11時20分 ③11時40分～12時25分 各全20回  
※詳細は要問合せ  
👤 60歳以上 各60人  
¥ 各5,000円(全回分)

■ママと子あそびひろば  
体育館で思いっきり走ろう! フラフープで遊ぼう!  
🕒 4月15日～7月22日の火曜 10時40分～11時40分 全10回  
※詳細は要問合せ  
👤 1人で立って歩ける1歳～未就園児と母親 20組  
¥ 3,000円(全回分)  
📅 3月11日から ☎ 先

■①午後のゆったりヨガ ②全身ストレッチ体操  
🕒 4月22日～2026年3月10日の火曜  
①13時～13時45分 ②14時～14時45分 各全20回  
※詳細は要問合せ  
👤 各60人  
¥ 各5,000円(全回分)

大場みずが丘地区センター  
〒225-0016 みずが丘23-2  
☎ 974-0861 fax 974-0862  
休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

■春のてづくり教室  
①多肉植物寄せ植え教室 ②みそ作り教室  
🕒 ①4月4日(金)9時30分～11時30分 ②4月27日(日)米みそ:9時30分～11時、麦みそ:11時30分～13時  
👤 ①10人 ②各12人及び小学生と保護者各4組  
¥ ①4,000円 ②米みそ4,400円、麦みそ4,100円(容器代含む)  
📅 ①3月11日から ☎ 先 ② 必要事項、希望コース、年代、性別を明記し、往か 返 4月17日(着) 抽

■令和7年度第1期健康教室  
①健康カラテ! ②ナイトヨガ ③新プレミアム体操 ④リフレッシュ体操  
🕒 ①②4月11日～9月26日の第2・4金曜 各全12回  
③4月7日～6月16日の月曜(5月5日を除く) 全10回  
④4月15日～7月22日の火曜 全10回

①10時45分～11時45分 ②18時15分～19時30分 ③9時15分～10時30分 ④13時～14時15分 ※詳細は要問合せ  
👤 ①30人②25人③70人④40人  
¥ ①②各3,600円③④各3,000円(全回分)  
📅 ①②3月11日から ③3月17日から ④3月18日から ☎ 先

■藤が丘地区センター  
〒227-0043 藤が丘1-14-95  
☎ 972-7021 fax 972-7031  
休館日:毎月第4火曜(祝日の場合は翌平日)

■おはなしのゆりかご  
🕒 3月17日、4月7日・28日(月)各11時10分～11時40分  
👤 未就学児の親子 各10組  
📅 3月11日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

■おはなしのゆりかご  
🕒 4月21日(月)10時30分～11時30分  
👤 30人  
📅 3月11日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

■舞踊体操&日本舞踊鑑賞  
🕒 4月16日(水)13時～14時30分  
👤 12人  
¥ 700円  
📎 動きやすい服装、靴下  
📎 日本舞踊・新舞踊 麻華流 二代目家元 麻華 慧人さん  
📅 3月11日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

■大人のためのおはなし会  
🕒 4月21日(月)10時30分～11時30分  
👤 30人  
📅 3月11日0時から WEB、10時から ☎ か ☎ 先

若草台地区センター  
〒227-0045 若草台20-5  
☎ 961-0811 fax 961-1632  
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

■おはなし会スプリング  
読み聞かせ、エプロンシアターなど  
🕒 3月13日(木)・22日(土) 各11時～11時30分  
📅 3月11日10時から ☎ か ☎ 先

奈良地区センター  
〒227-0036 奈良町1843-11  
☎ 963-5380 fax 963-5381  
休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

■奈良地区センター開館25周年 特別企画  
NHK交響楽団メンバーによる 弦楽四重奏ファミリーコンサート  
🕒 4月19日(土)14時～15時15分  
👤 250人  
📎 NHK交響楽団メンバーによる 弦楽四重奏団  
📅 3月12日10時から ☎ か ☎ か WEB 先

■春の園芸講座  
里山の魅力を残す小野路を歩く(春)  
🕒 4月28日(月)9時40分 小田急線「鶴川駅」集合、15時頃現地解散(※雨天中止)  
📍 町田市小野路周辺の里山(約5～6キロメートル)  
👤 15人  
¥ 700円  
📎 雨具、運動靴、筆記用具、弁当  
📅 3月12日～18日に ☎ か ☎ か WEB 抽

ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ  
〒225-0024 市ケ尾町25-6  
☎ 308-7081 fax 308-7082  
休館日:毎月第3月曜

■ジュニア碁会所(春季)  
楽しく囲碁を学びましょう。  
🕒 4月7日～7月14日の第1・2・4月曜(5月5日を除く)16時～17時 全10回  
👤 小学生 15人  
¥ 500円(全回分)  
📅 3月11日から WEB か ☎ 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 fax 974-5405  
休館日:毎月第3月曜

■シャドーボックス教室  
🕒 4月23日(水)9時30分～12時30分  
👤 60歳以上 8人  
¥ 1,200円(教材費)  
📎 ウェットティッシュ、紙切ハサミ、持ち帰り用の箱か袋  
📅 3月13日から ☎ か ☎ 先



恩田地域ケアプラザ

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

宝塚歌劇団出身の講師による「か〜る軽体操」

🕒 第2・4金曜 ①10時〜10時45分 ②11時〜11時45分 ※詳細は要問合せ
👤 各20人
💰 各400円
📅 3月11日から ☎ か ☎ 先

なごみサロン

🕒 4月2日(水)13時45分〜15時
👤 30人
📅 直 先

荇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(祝日の場合は翌平日)

📅 (共通)3月11日から ☎ か ☎ 先

沖縄音楽コンサート〜三線と歌〜

🕒 4月12日(土)14時〜15時
👤 40人

春のイブニング★ボクササイズ

🕒 4月18日・25日、5月9日・16日(金)
18時30分〜19時15分 全4回
👤 高校生以上 12人
💰 2,000円(全回分、保険料含む)

おはなし☆パラダイス

おはなしやぴっころさんと楽しい時間を
🕒 4月22日(火)10時30分〜11時
👤 親子 8組

荇田西コミュニティハウス

〒225-0014 荇田西1-4-2
荇田富士塚公園内 ☎/☎ 507-1213
休館日:毎月第4月曜(祝日の場合は翌平日)

春休みなぞときキーワード

1人1回、期間中いつでも参加可
🕒 3月26日(水)〜4月3日(木)
👤 小学生
📅 直

おはなしの森

ぴっころさんによる紙芝居、歌、手遊び
🕒 4月16日(水)10時30分〜11時
👤 親子 12組
📅 3月19日から ☎ 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
☎ aobadai@h02.itscom.net
(自主事業申込専用) 休館日:毎月末日

リラックスストレッチI

🕒 4月16日、5月7日・21日、6月4日・18日、7月2日・16日(水)13時15分〜14時15分
全7回 👤 20人
💰 3,500円(全回分)
📅 3月11日から ☎ か ☎ 先

盆栽体験教室

🕒 4月22日(火)10時〜11時
👤 10人 💰 3,000円
📅 3月11日から ☎ か ☎ 先
📌 持ち帰り用ビニール袋、汚れてもいい服装

マンデーナイトヨガI

初心者・体の硬い人歓迎
🕒 5月12日〜7月7日の月曜(6月30日を除く)18時30分〜19時30分 全8回
👤 22人 💰 4,500円(全回分)
📌 飲み物、ヨガマット
📅 必要事項を明記し、☎ か 往 か 返 4月22日(着) 抽

谷本公園

〒227-0042 下谷本町31-10
☎/☎ 511-7366

球技場無料開放

開放された人工芝の球技場で思いきり遊ぼう!
🕒 3月30日(日)10時〜16時
📌 ボールなど遊び道具
📅 直 ※詳細は WEB 参照



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 ☎ 985-8560
📅 フィリアホールチケットセンター ☎ 982-9999
休館日:毎月第3水曜 定員:500人
※未就学児入場不可

アカデミア・コンサート2025

フィリアホール室内楽アカデミア第7期生披露コンサート

オーディションで選ばれた若き才能が、一流奏者と室内楽で共演!
🕒 3月27日(木)14時開演(約120分、休憩あり)
💰 500円(全席指定)+α(お気持ちで好きな金額をお支払いください。)
📌 受講生(※)、海野 幹雄(チェロ、アーティストリック・ディレクター)、川田 知子・直江 智沙子(バイオリン)、須田 祥子(ビオラ)、海野 春絵(ピアノ)
※受講生の出演者は WEB 参照
📅 ☎ か ☎ か WEB

抽選でご招待します!

土曜マチネシリーズ 第16回 クリストフ・コワン チェロ・リサイタル with 金子 陽子

🕒 4月26日(土)14時開演
👤 区内在住 5組10人
📅 必要事項を明記し、往 3月21日(着) 抽
※1人1回の応募のみ有効。抽選結果は4月上旬に発送します。
※抽選に外れた人にも、公演チケット割引の案内を送ります。



クリストフ・コワン

犬の登録と狂犬病予防注射は飼い主の義務です!

生後91日以上全ての犬が対象です。

飼い主には、犬の登録と狂犬病予防注射を行うことが、狂犬病予防法により義務付けられています。狂犬病は人にも感染し、発症すると有効な治療法はなくほぼ100%が死亡する感染症です。狂犬病の発生を防ぐため、必ず予防注射を受けましょう。

犬の登録(飼い始めたとき)

- 鑑札交付の手続場所 ●横浜市電子申請・届出システム ●横浜市の委託を受けた動物病院 ●区役所3階62番窓口
○区役所窓口での手続に必要なもの ●手数料3,000円 ●マイクロチップを装着している場合は、マイクロチップ番号

※購入店等で既に犬の登録手続が済んでいる場合があります。購入時の書類等をお手元にご用意のうえ、事前に環境衛生担当にお問い合わせください。

犬の狂犬病予防注射(毎年1回) 動物病院で予防注射を受けたあと、注射済票の交付を受けてください。

- 注射済票交付の手続場所 ●区役所3階62番窓口 ●横浜市の委託を受けた動物病院
●手続に必要なもの ●手数料550円 ●狂犬病予防注射済票交付申請書(既に登録のある犬の場合) ●狂犬病予防注射済証(区役所で手続を行う場合)

市内に登録のある犬は、集合注射会場でも注射と注射済票の交付を受けられます。

対象者には3月下旬頃に案内をお送りしますので、同封の申請書を集合注射会場に必ず持参してください。日程等の詳細は、お手元に届く案内または市 WEB をご確認ください。

☎ 環境衛生担当 ☎ 978-2465 ☎ 978-2423



集合注射会場

▶アイコンの見方は 8 ページを参照してください。

## 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 ☎ 910-5674  
休館日:毎月第4月曜

- Gallery in the Lobby ポラロイド  
収蔵品の中からポラロイド関連の資料を展示
- 🕒 3月23日(日)まで9時～21時
- 📄 申請

## こどもの国



〒227-0036 奈良町700  
☎ 961-2111 ☎ 962-1366 休園日:毎週水曜(祝日の場合は開園)  
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 WEB 参照

### ■ツバキまつり

🕒 3月22日(土)・23日(日)各10時～15時

※雨天一部決行

🎵 榎の森・ふれあい学び館

🖼️ 榎の苗木の展示・即売、40種類の榎の切り花展示、  
榎のコサージュ作り、オリジナル缶バッジ作りなど

📄 申請

### ■60th桜と羊のフェスティバル

①自然スタンプピング(桜バージョン)

②桜のかざぐるま

🕒 3月29日(土)・30日(日)、4月5日(土)・6日(日)

①各9時30分～16時(受付14時まで)

②各10時～15時

※雨天中止

🎵 ①正面入口広場 ②ひょうたん池

💰 ①100円(景品付き)

📄 申請

※羊の毛刈りショーも予定しています。詳細は WEB 参照

※3月26日(水)～4月6日(日)はキッチンカーを、4月5日(土)・6日(日)は牧場の羊の毛を使った工作を予定。



### ■フィールドゲーム(春バージョン)

園内に隠された文字を歩きながら探してみよう!

🕒 3月1日(土)～4月25日(金) 9時30分～16時(受付14時まで)

🎵 正面入口案内所

💰 100円(景品付き)

📄 申請

**詐欺の始まりは  
電話から!**

電話で「還付金」「ATM」と  
言われたら詐欺です!  
電話を切って110番!

青葉区地域子育て支援拠点

ラフール

〒227-0062  
青葉台1-4[6階]  
☎ 981-3306  
☎ 981-3307



青葉区地域子育て支援拠点

青葉区地域子育て支援拠点

ラフールサテライト

〒225-0024  
市ヶ尾町1152-25[1階]  
☎ 979-1360  
☎ 979-1361

共通

休館日:日・月曜、祝日(月曜が祝日の場合は翌火曜も)

ひろば開催時間:10時～16時

★印講座への参加は、利用登録を済ませてから

🟢 →ラフール開催

🟣 →ラフールサテライト開催



### ■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

🕒 🟢 3月21日(金)・29日(土)各10時～11時

👤 子どもを預けたい人、預かる人

📄 前日までに横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用電話

(☎ 482-5518)か ☎ (9～17時)か WEB

### ■公園へGO!～抱っこも、ベビーカーもOK～★

🕒 🟢 🟣 3月28日(金)10時30分から(1時間程度)

👤 0歳～未就学児と家族、妊婦と家族

📍 🟢 ラフール1階エレベーターホール集合～つつじが丘第二公園

🟣 ラフールサテライト受付前集合～市ヶ尾第三公園

📄 申請

### ■シングルトークのサロン★

🕒 🟢 3月29日(土)14時～15時

👤 ひとり親の人・ひとり親になる予定・検討している人

📄 子育て情報の共有と交流

📄 前日までに ☎ か ☎ か WEB

## 善意銀行への寄付

こいずみひろし  
小泉 博様、神奈川土建一般労働組合横浜緑支部様、  
山内中学校PTA祭様、横浜田園ロータリークラブ様、  
オレンジセオリーフィットネス青葉台様、匿名1件  
ありがとうございました。

☎ 青葉区社会福祉協議会

☎ 972-8836 ☎ 972-7519

家庭で食べきれず余っている食品を  
フードドライブにお裾分けしませんか?

フードドライブ  
常時受付中



横浜市資源循環局マスコット  
ミー・オー・イー

【受付可能な食品】

常温保存可能で、賞味期限が2か月以上  
残っている未開封のもの

【受付場所】

区役所4階74番窓口、  
資源循環局青葉事務所

☎ 資源化推進担当

☎ 978-2299 ☎ 978-2413



区役所の開庁日 平日 8時45分～17時 第2・4土曜 9時～12時

お引越しなど

国民健康保険の加入など

# 戸籍課と保険年金課の窓口が混雑します!



区 WEB「窓口混雑状況」で窓口の混雑状況をリアルタイムで確認できます。ぜひご活用ください♪



## 戸籍課の窓口

### 区役所に行かなくてもできること

- マイナンバーカードで転出届  
自宅できんたん! 区役所に来庁不要
- マイナンバーカードでコンビニ交付  
住民票や印鑑証明書をコンビニで取得できます!



ありがとうマイナンバーカード、いいカードです。



二次元コードをチェック!



来庁時は  
事前WEB  
予約!

待ち時間が減ります。  
右の二次元コードから  
予約できます。



来庁時の参考に  
してください。



### 戸籍課混雑予想カレンダー

	月	火	水	木	金	土
	24	25	26	27	28 30分	1 閉庁日
3月	3 1時間	4 1時間	5 30分	6 30分	7 30分	8 30分
	10 30分	11 30分	12 30分	13 1時間	14 1時間	15 閉庁日
	17 30分	18 1時間	19 1時間	20 春分の日	21 30分	22 30分
	24 1時間半	25 1時間	26 1時間	27 1時間	28 1時間	29 閉庁日
4月	31 1時間	1 30分	2 30分	3 30分	4 30分	5 閉庁日
	7 30分	8 30分	9 30分	10 30分	11 30分	12 1時間

※戸籍課のみで手続きをする際の待ち時間です。

## 保険年金課の窓口

国民健康保険(国保)の切替手続が多く、**2時間以上**お待ちいただくことがあります。(※窓口の事前予約はできません。)

### 郵送での手続

右の二次元コードをチェック!



### 手続に必要な書類

(共通) 本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証・パスポート等)  
※別世帯の人が手続する場合、委任状等も必要

- 国保への加入(職場の健康保険をやめたとき等)  
・やめた健康保険の資格喪失日が確認できるもの(資格喪失証明書等)
- 国保からの脱退(職場の健康保険等に加入したとき等)  
・加入した健康保険の資格取得日が確認できるもの(資格確認書等)  
・国保の保険証または資格確認書

### 混み合う時期

3月下旬～4月上旬  
※4月1日は最も混雑します。

### 引越し手続ナビ

オンラインでできる手続は  
WEBをチェック→



区役所駐車場は、一定時間を超えた場合、有料です。駐車場は非常に混み合いますので、公共の交通機関でお越しください。



☎ 戸籍課 045-978-2233 fax 045-978-2418  
☎ 保険年金課 045-978-2335 fax 045-978-2417

全6回の特別コラムは、今回で最終回です。

## 農あるまちっていいね!

## 第6回 田園都市の醍醐味は、「農」を体験できること!



田奈恵みの里で、大人も子どもも、豊かな時間を味わってみよう。



▲ 体験水田の様子

横浜市 田奈恵みの里 検索

「体験水田」は、次号の広報よこはま青葉区版 4月号「施設からのお知らせ」でもご案内します!

田奈恵みの里では、「体験水田」や季節の作物の「収穫体験」が開催されています。

よもぎ団子やこんにやく、みそなどの「手作り教室」もあり、どれも運営する農家の皆さんと交流しながら青葉の「農」を体験できるひとときです。ぜひ、一度参加してみてください!

どの教室も毎回人気なんですよ。こうした場を通じて、いろいろな人に農にふれてもらい、青葉区の農業や農地に関心を持ってもらえたら嬉しいです。

田奈恵みの里で「親子料理教室」や「みそ造り教室」を担当する野路 幸子さん



### 知ってた? 農の豆知識

#### 手軽に農業ができる「市民農園」

「自分で野菜を作りたい」というときは、小さな畑を借りられる「市民農園」を利用してはいかがでしょうか? ぜひ横浜市市民農園マップをご覧ください。



横浜市市民農園マップ WEB



☎ まちづくり調整担当 045-978-2217 fax 045-978-2411