

# HODOGAYA

5月号  
No.319

- 特集1**  
知れば知るほどいいことだらけ!  
自治会町内会ってこんなトコ… ⑥
- 特集2**  
地域の子育ての強い味方!  
主任児童委員を知っていますか? ⑦

ホームページからPDF版を見ることができます



保土ヶ谷区から  
グリーン×EXPO 2027を  
盛り上げる

## ほどがや フェスタ 2024

**日時** 5月18日(土) 9時30分～15時  
※小雨決行、荒天時は翌日に延期

**会場** 星川中央公園  
(星川2-16)

当日参加できる体験教室も!

木の实クラフト



生け花教室



キッチンカーも出店します! /



ガーデンネックレス横浜  
Garden Necklace  
YOKOHAMA 2024

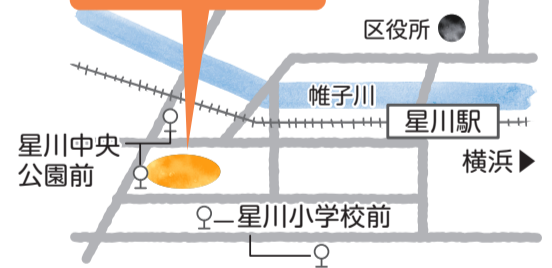


© ITOON/GN

横浜の花と緑をPRする  
マスコットキャラクター「ガーデンペア」

### 会場案内

星川中央公園



**アクセス**  
相鉄線「星川」駅より徒歩5分、  
市営・相鉄バス「星川中央公園前」バス停すぐ  
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

### イベントの詳細

ホームページ

ほどがや花フェスタ2024 検索

※開催については当日7時に公開



その他イベント情報は8ページへ

保土ヶ谷区は  
「花と緑にあふれ、清潔で美しい街づくり」を  
すすめるため、1998年に  
**ほどがや花憲章**を制定しました



ほどがや花憲章

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 334-6304 ☎ 332-7409



GREEN × EXPO 2027  
2027年国際園芸博覧会

保土ヶ谷区は2027年に  
区制100周年を迎えます

特集1

知れば知るほど  
いいことだらけ!



# 自治会町内会 ってこんなトコ

自治会町内会は、防犯パトロール、ごみ集積場の管理、高齢者の見守り活動などを行い、地域を支えています。また災害など、いざという時に備え、防災訓練や防災講演会の開催なども行っています。

他にも、子どもが楽しめるイベントや暮らしに役立つ取り組みもいっぱい!今回はその中から一部を紹介します。

ここでしか味わえない体験を /

## 地域のイベント

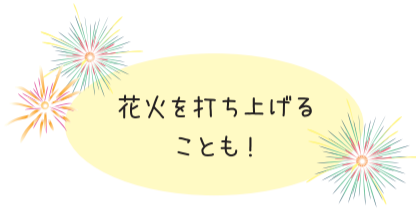
夏・秋のお祭りや運動会など、地域の絆を深めるさまざまな行事があります。



盆踊り大会(新桜ヶ丘自治会)



体育祭(上新・上菅田地区)



花火を打ち上げる  
ことも!



仏向町睦ヶ丘自治会

自治会町内会の皆さんが互いに  
協力し、安全に楽しめるよう  
工夫を凝らし、運営しています



仏向町睦ヶ丘自治会  
根本さん

必要な情報がすぐ見られる /

## 電子回覧板



(アプリ画面)

回覧物や地域行事の情報などをアプリ上で共有する、電子回覧板の導入を進めている自治会町内会があります。



写真も見ることができるので、  
自治会の情報を  
より知ることができます

岩井町原第一町内会  
佐竹さん

お店が近くに /

## 移動販売



近くに買い物をする場所が少ない地域では、商店街やスーパーマーケットなどと連携し、定期的にキッチンカーやワゴン車による移動販売を行っている自治会町内会もあります。



子どもを連れて  
行くと地域の方が  
声をかけてくれるので、  
知り合いが増えました!

この取り組みを通して、  
顔が見える関係を  
目指しています



くぬぎ台団地自治会  
鈴木さん

## 地域の困りごとは、自治会町内会に相談できます!

お住まいの地域の自治会町内会がわからない人は、区役所地域活動係まで問合せください。

まだ自治会町内会に加入していない人は、こちらからEメールで申込みができます▶



特集2

地域の子育ての強い味方!

# 主任児童委員

を知っていますか?

子育ての悩みって  
誰に相談すれば...



身近に  
相談できる人って  
いないのかな?

そんなときは...

主任児童委員に相談してみましょう!

高齢者や障害のある人、子育て、生活のことなど、地域の身近な相談相手である**民生委員・児童委員**。その中でも、特に子育て支援を専門に担当する人を「主任児童委員」といい、区内では44人が活躍しています。



横浜市民生委員・児童委員  
キャラクター  
「よこはまミンジー」

## Q 主任児童委員ってどんな人?

A 子育てに悩んだときの身近な相談相手です。

- 必要に応じて、子育て支援サービスの情報を教えたり、区役所や保育園、小・中学校などにつないだりします。
- 厚生労働大臣から委嘱を受けています。秘密は守りますので、安心して相談してください。



## Q どんなことを相談できるの?

A 子どもや子育てに関するさまざまな悩みを、気軽に相談してください。



よくある相談

- 離乳食のこと
- 保育園のこと など

## Q どんな活動をしているの?

A 地域の子どもや保護者の居場所づくり、緩やかな見守り活動などを行っています。

### 子育てサロン

自治会館など、子どもを連れて気軽に立ち寄れる場所です。保護者の悩みを聞いたり、アドバイスをしたりしています。



### 他にも地域ごとにさまざまな活動をしています



- 小・中学校と連携した児童・生徒の見守り
- 赤ちゃん教室への協力
- 地域の親子向けイベントでの情報提供・協力
- 児童虐待の早期発見に向けた見守り・啓発活動



いつでも気軽に声をかけてください

困ったことや相談したいこと、小さなことでも寄り添いたいです。一人で抱え込まないでくださいね

主任児童委員 (写真左から) 帯川さん、西さん

温かく見守ります

小さな気付きを学校や地域と共有し、温かく子どもたちを見守ることを心がけています



主任児童委員 蒲谷さん

住んでいる地域の委員を知りたい人は / 区役所運営企画係まで

民生委員・児童委員や主任児童委員の活動に興味がある人もお気軽にお問合せください。

活動の詳細▶



### 活動紹介のパネル展示

- 日程 5月13日(月)～17日(金)
- 場所 区役所本館1階 区民ギャラリー横



## ほどがや花フェスタ2024 出店ブースを一部紹介!

**フードドライブ・苗木プレゼントについて**  
 区役所資源化推進担当 ☎ 334-6304 fax 332-7409  
**廃食油回収について**  
 保土ヶ谷区民会議事事務局(区役所広報相談係)  
 ☎ 334-6221 fax 333-7945  
**ブックマーケットについて**  
 区役所地域活動係 ☎ 334-6302 fax 332-7409

### フードドライブ

家庭などで余った食品を集めて、区内の福祉施設や必要としている人に届けます。

余っている食品をおすそ分けしませんか?

#### ○ 受付できるもの

賞味期限が2か月以上あり、常温保存が可能な食品  
お米、乾麺、缶詰、レトルト・インスタント食品、調味料、防災備蓄品など



#### ✕ 受付できないもの

- 賞味期限が2か月を切っているもの
- 生鮮食品、開封されているもの
- 賞味期限の記載がない食品など

#### 廃食油回収も行います

○回収できる油  
使用済みまたは期限切れの植物性食用油(ペットボトルに入れて持参、未使用品はそのまま可)

### 読書活動推進会 ブックマーケット(本の無料市)

簡単なアンケートに答えて、好きな本をゲット! 普段手に取らないような本も気軽に試すチャンスです。読まなくなった本も活用しますので、ぜひお譲りください。



たくさんの本があなたを待っています!



さまざまな種類の本があります

### サツキツツジの苗木プレゼント

オープニングセレモニー後、引換券を配布します。

先着290人



## ハチと蚊の対策は早めに!

区役所環境衛生係  
 ☎ 334-6363 fax 333-6309

### ハチ

ハチの巣は小さいほど簡単に駆除できます。家の周りに巣がないか早めに点検しましょう。

ハチの活動が活発になる7~8月より前であれば、個人でも駆除が可能な場合があります。

- アレルギー体質の方は自分で駆除しないでください。
- 区役所ではハチの巣の駆除は行っていません。



区役所では区民を対象に、防護服や器具を貸し出しています。詳細は問合せください。

駆除の方法や業者について▶



### 蚊

蚊に刺されると、デング熱やジカウイルス感染症などにかかる可能性があります。普段から蚊を増やさない、蚊に刺されない対策を行いましょう。

#### ■ 増やさないために

- 植木鉢やプランターの受け皿などに溜まっている水はすぐに捨てましょう。
- 草刈りなどを定期的に行い、風通しを良くしましょう。



#### ■ 刺されないために

- 蚊が多い場所では長袖・長ズボンを着用して、虫よけ剤を使用しましょう。
- 雑草の茂った場所や湿った場所に長時間いることは控えましょう。
- 網戸を使い、ドアの開閉を少なくしましょう。



蚊の対策▶



一人ひとりの輝きが、元気な地域をつくります!

## ほどがや地域ガレポート 第64回

### 頼れる福祉のつなぎ役

保土ヶ谷区民生委員 児童委員協議会 会長 中村 好美さん

区役所運営企画係  
 ☎ 334-6311  
 fax 333-6309



中村 好美さん

「小さな気づきと寄り添う心を特に意識しています」と語るのは、保土ヶ谷区民生委員児童委員協議会 会長の中村好美さん。民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されたボランティアとして、地域の福祉に関する相談を受けたり、高齢者や子どもたちの見守り活動などを行ったりしています。中村さんは「人は触れ合いで知人となり、付き合いで友人となり、助け合いで仲間となる」という言葉を大切に、地域の人たちに寄り添った活動を25年以上続けています。

昨年11月には、その功績がたたえられ、厚生労働大臣表彰を受賞しました。「家族をはじめ、民生委員の仲間、関係機関など、周囲の支えがあつての受賞です」と語ります。印象深いエピソードとして、仲間と一緒に粘り強く小学校と交渉し、視聴覚室を借りて子育てサロンを立ち上げたことを挙げた中村さん。同じ視聴覚室ではミニデイサービス活動も行っており、高齢者と小学生の交流もあるそうです。「学校行事の際に民生委員がきょうだい児を預かる地域もありますよ」と話します。「コロナ禍が落ち着いたときに、参加者が久しぶりのおしゃべりに花を咲かせ、楽しそうだったことが特に印象に残っています」と笑顔を見せてくれました。

中村さんは、民生委員・児童委員の活動が、ますます重要なものになっていると感じているそうです。「頼れる福祉のつなぎ役としての活動が無理なくできるよう、方法を考えたいです。また、困り事の解決のために他の組織との連携を進める中で、民生委員・児童委員の強みを生かせる活動を探っていきたいです」と力強く語ってくれました。



ミニデイサービス



## 第3回ほ도가や地産地消料理コンテスト レシピ募集中

区役所企画調整係  
☎ 334-6227 fax 333-7945

ほ도가や産野菜の魅力を引き出すアイデアレシピを募集しています！  
区制100周年を迎える2027年には、記念レシピ集を発行する予定です。



詳細

### テーマ 春夏野菜を使った野菜たっぷり料理

- 対象** 区内在住・在学・在勤の人
- 申込み** 6月14日必着で応募用紙を窓口(区役所本館2階22番)・郵送・電子申請システム  
〒240-0001 川辺町2-9 区役所企画調整係「料理コンテスト」担当  
※応募用紙は窓口、区内公共施設、区内鉄道各駅PRボックスで入手できます。
- 審査方法** ①書類選考で料理コンテストに進む5作品を選考  
②料理コンテストで実際に調理した作品を審査員が試食し、受賞作品を決定
- 日時** 8月3日(土)10時～12時30分
- 会場** ほ도가や地区センター



### 応募した人には素敵な賞品をプレゼント

<p>全員 もらえる</p> <p><b>参加賞</b> (いずれか一つ)</p> <p>横浜農場エコバッグ    カトラリーセット    保冷温バッグ    横浜みどりアップオリジナルハンカチ</p>	<p>抽選で 5人</p> <p><b>お楽しみ賞</b></p> <p>おぼろ 荻部葱じゃん</p>	<p>料理コンテスト に進んだ 5人</p> <p><b>審査員賞</b></p> <p>ほ도가や産野菜詰め合わせ ※写真はイメージ</p>
---	---	--



## 第10回ほ도가や防犯川柳コンクール 受賞作品発表

区役所地域活動係  
☎ 334-6302 fax 332-7409

区民の防犯意識の向上を目的に作品を募集した「ほ도가や防犯川柳コンクール」では、73句の応募があり、7句が入賞しました。  
受賞作品は今後、ポスターなどに掲載して防犯啓発活動に生かしていきます。



過去の経験から、うまい話には落とし穴があると疑ってほしく、この作品を作りました。保土ヶ谷区が安全で暮らしやすい街になることを願っています

最優秀賞受賞者 出馬さん



- 最優秀賞** いい話 信じないのが セキュリティ / 出馬 希美代さん
- 警察署長賞** (一般の部) わが家でも るす電設置 ひとあんしん / 山尾 紀久江さん
- 防犯協会長賞** (小中学校の部) 言ってみて! 祖母と私の 愛言葉 / 田中 結愛さん  
(一般の部) 孫だよと 名乗る電話は 詐欺の人 / 中村 緑さん
- 区長賞** (一般の部) 君の名は 答えられぬは 特殊犯 / 山本 紀子さん
- 佳作** (一般の部) 留守電に 変えた娘の 護親術 / 佐々木 恭司さん  
(一般の部) 詐欺電話 聞く力より 切る勇氣 / 小川 眞一さん



## 地域の防災講習会に講師を派遣します 無料

区役所庶務係  
☎ 334-6203 fax 334-6390  
✉ ho-saigai@city.yokohama.jp

区では、自治会町内会などが開催する防災講習会に、知識・経験が豊富な講師を派遣しています。  
地域での自助・共助の取り組みに、ぜひ活用してください。

- 対象** 区内の自治会町内会、マンション管理組合などの防災組織
- 申込み** 随時「派遣依頼書」を窓口(区役所本館2階20番)・郵送・Eメール  
〒240-0001 川辺町2-9 区役所庶務係防災担当  
※開催時期や希望内容について事前に区役所庶務係に相談してください。  
※派遣依頼書は窓口で配布のほか、区ホームページからもダウンロードできます。

### 受講者の声

在宅避難に必要な備えを学ぶことができました!



### 講習テーマの例

- 在宅避難など家庭で取り組む防災
- 自治会町内会で取り組む防災
- マンション防災
- 女性視点での防災 など

その他でも、お気軽にご相談ください。

保土ヶ谷区 防災講習会 検索



アイコンの見方

- 日時・期間 会場 対象・定員 費用 内容 持ち物 申込み 問合せ 電話番号 ファクス番号
Eメールアドレス 休館日 無料 保育 要予約

区役所から

ひきこもり等の困難を抱える若者専門相談

よこはま西部ユースプラザによる出張相談会を実施しています。

毎月第1・3木曜の午後 区役所3階相談室 区内在住でおおむね15~39歳の人とその家族 先着3組 西部ユースプラザへ随時電話かEメール 氏名・電話番号を明記 744-8344 nishi-pla@reroad.jp、区役所学校連携・こども担当 334-6322 333-6309

都岡地区恵みの里

北部農政事務所 948-2480 948-2488

じゃがいも収穫体験in都岡

6月15日(土) 9時~10時~ ※荒天の場合は翌日同時刻に延期

枝豆収穫体験in都岡

6月22日(土) 9時~ ※荒天の場合は翌日同時刻に延期

共通 5月31日までに申込みフォーム



詳細はHP▶

横浜中部地区市民朝市

野菜・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)

5月19日、6月2日・9日の日曜 7時30分~8時30分(売り切れ次第終了)

保土ヶ谷公園ミニ運動広場 直接会場へ ※公園駐車場(有料)は5時からオープン

北部農政事務所 948-2480 948-2488

ほどがや朝市 ~旬なほどがや産野菜を直売します~

5月24日(金) 9時30分~(売り切れ次第終了) 区役所前広場 直接会場へ(雨天中止。マイバッグを持参) 企画調整係 334-6227 333-7945

ギャラリーガイド

地域活動係 334-6303

区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)

ヨコハマ プラ5.3 計画展

5月20日(月)~30日(木)

ブルガリア文化紹介展

6月3日(月)~13日(木)

アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)

夢のある風景画と静物画展

6月1日(土)~16日(日)

施設から

ほどがや地区センター

240-0003 天王町1-21 333-0064 520-1650 5/20(月)

泣いても大丈夫! 5月親子コンサート

5月26日(日) 13時30分~14時30分(開場:13時15分) 親子 先着30組

出演:トランピア、ママ音楽ユニット ショコラッティ 上履き・敷き物(必要な人のみ)

いっしょにあそぼっ! 5月30日(木) 10時30分~11時30分(受付:10時15分~) 0歳~未就学児の子どもと保護者

共通 直接会場へ

西谷地区センター

240-0054 西谷3-15-1 371-3794 370-3161 5/20(月)

親子リトミック教室 6月14日(金) 10時~11時 幼児と保護者 先着15組 300円 5月24日 10時から電話かHP

カラー講座 ~効果を知って生活に彩りを~ 6月20日・27日、7月4日の木曜 9時30分~11時30分 成人 先着15人 1,000円/回 5月30日 10時から電話かHP

英語と遊ぼう! 6月22日、7月6日の土曜 10時30分~11時30分 成人 先着15人 300円/回 6月1日 10時から電話かHP

初音が丘地区センター

240-0031 藤塚町15-1 352-3992 442-3559 5/20(月)

レコードCafe初音 5月17日(金) 14時~16時 成人 先着32人 200円(飲み物・お菓子付き)

将棋教室 5月27日(月) 15時30分~16時50分 小学3年生以上 先着12人

共通 直接会場へ

常盤台コミュニティハウス

240-0067 常盤台53-2 348-8277 348-8288 5/27(月)

チェアリズム体操 5月20日(月) 13時~14時30分 先着20人 500円 関節の可動域を広げる体操 上履き・飲み物・運動できる服装・手ぬぐい(タオルでも可) 5月15日から窓口か電話

くぬぎ台小学校コミュニティハウス 240-0045 川島町1374-1 371-7611 火・金曜

懐かしのポピュラーソングコンサート 6月16日(日) 14時~15時30分 先着50人 ポップスバンド「コーヒークップス」による、1960・70年代のヒット曲を中心とした演奏 5月15日から窓口・電話・FAX 住所・氏名・電話番号を明記

桜ヶ丘コミュニティハウス

240-0015 岩崎町15-30 331-5368 331-8990 5/20(月)

スマホ相談会 「はじめよう災害への備え」 6月6日(木) 10時30分~12時 先着10人 アンドロイド機種

坂の街オリエンテーリング 6月9日(日) 16時30分~19時 先着12人 うちわの作成、蛍の観察

紙飛行機を作って飛ばそう! 6月23日(日) 10時30分~12時30分 先着10人(親子での参加可)

共通 5月16日 9時30分から窓口(電話は翌日から)

権太坂コミュニティハウス

240-0026 権太坂3-1-1 権太坂スクエアA-1 713-6625 713-6695 5/20(月)

おはなし村 6月15日(土) 11時~11時30分 2歳以上 先着15人 紙芝居の読み聞かせ 5月25日から窓口か電話

健康測定&タオル体操 6月21日(金) 13時30分~15時 65歳以上 先着25人 飲み物・タオル 5月15日から窓口か電話

私たちがつくる 花の街ほどがや GREEN×EXPO 2027に向けて、区内で花に関する活動をしている団体を紹介しします。 区役所資源化推進担当 334-6304 332-7409 ほどがや花憲章▶

保土ヶ谷華道会

伝統文化である生け花の普及に尽力しており、区民文化祭で展示会を行っています。 また、ほどがや花フェスタ2024では、生け花の展示と、当日参加可能なコーヒークップ生け花教室を開きます。

活動の様子



花フェスタでのコーヒークップ生け花教室



区民文化祭での生け花展



作品への思いを聞きながら鑑賞できます

権太坂コミュニティハウス

240-0026 権太坂3-1-1 権太坂スクエアA-1 713-6625 713-6695 5/20(月)

おはなし村 6月15日(土) 11時~11時30分 2歳以上 先着15人 紙芝居の読み聞かせ 5月25日から窓口か電話

健康測定&タオル体操 6月21日(金) 13時30分~15時 65歳以上 先着25人 飲み物・タオル 5月15日から窓口か電話

**ほ도가や国際交流ラウンジ**  
〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階  
☎337-0012 ㊟337-0013  
休5/13(月)・20(月)、6/10(月)

■日本語教室 ㊟  
㊟5月11日～6月8日の木曜夜・金曜午前・土曜午後 ㊟外国人 ㊟直接会場へ

■外国人母親交流会～ぴっころ～ ㊟  
㊟5月14日・28日、6月4日の火曜 10時30分～11時30分 ㊟外国人と日本人 ㊟直接会場へ

■ハローギャザリング ㊟  
㊟5月18日(土)15時～16時30分 ㊟外国人、日本人 ㊟直接会場へ

**保土ヶ谷図書館**  
〒240-0006 星川1-2-1  
☎333-1336 ㊟335-0421  
休6/4(火)～6(木)

■土曜日のおはなし会 ㊟  
㊟5月25日(土)10時30分～11時 ㊟一人で話を聞ける子ども 先着15人 ㊟ストーリーテリング、絵本の読み聞かせなど ㊟当日10時20分から窓口

■子どもおはなし会 ㊟  
㊟5月29日(水)15時45分～16時15分 ㊟一人で話を聞ける子ども 先着9人 ㊟絵本・紙芝居の読み聞かせなど ㊟5月22日9時30分から窓口か電話

■親子おはなし会 ㊟  
㊟6月20日(木)10時30分～11時 ㊟0～2歳児と保護者 先着10組 ㊟わらべ歌、絵本の読み聞かせなど ㊟6月13日9時30分から窓口か電話

**岩間市民プラザ**  
〒240-0004 岩間町1-7-15  
☎337-0011 ㊟337-2500 休5/20(月)

■午前の音楽会vol.146「ジャズの世界」  
㊟7月27日(土)11時10分～ ㊟全席指定1,200円 ㊟出演:七澤清貴(バイオリン)、藤田勝美(サクソ)、ブルージーブルー、曲目:スタンダードジャズなど ㊟5月19日からチケット発売

**川島町公園こどもログハウス**  
〒240-0045 川島町825-1  
☎㊟373-8566 休5/20(月)

■親子リトミック ㊟  
㊟5月13日(月)11時～11時30分 ㊟幼児と保護者

■おはなし会 ㊟  
㊟6月4日(火)11時～11時20分 ㊟幼児と保護者

■子育てサロン「たんぼぼ」 ㊟  
㊟6月5日(水)10時30分～11時30分 ㊟幼児と保護者

共通 ㊟直接会場へ

**ほ도가や市民活動センター アワーズ**  
〒240-0006 星川1-2-1  
☎334-6306 ㊟339-5120  
㊟toiawase@hodogaya-ours.jp  
休5/20(月)

■体験する「生きるための防災」 ㊟  
現場で見た本当に必要な物・こと  
㊟6月1日(土)10時～12時 ㊟30人(抽選) ㊟筆記用具・手拭きタオル ㊟5月25日15時までに窓口・電話・FAX・Eメール氏名(ふりがな)・電話番号を明記

**浅間コミュニティハウス**  
〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F  
☎311-6085 ㊟311-6050 休5/20(月)

■親子のおはなし会 ㊟  
㊟6月11日(火)11時～11時30分 ㊟0～3歳児と保護者 先着6組 ㊟5月16日から窓口か電話

■ひばりエクササイズ  
㊟6月14日・28日、7月12日・26日の金曜(全4回)13時～14時30分 ㊟成人先着8人 ㊟¥1,000円 ㊟5月16日9時30分から窓口(費用持参)か13時から電話(1週間以内に手続き)

**横浜市こども植物園**  
〒232-0066 南区六ツ川3-122  
☎741-1015 ㊟742-7604 休5/20(月)

■さつき盆栽展  
㊟5月17日(金)～19日(日)9時～16時30分 ※19日は15時まで ㊟直接会場へ

■こどもサイエンス講座  
「葉っぱにもヒミツがあるのだ」  
㊟6月23日(日)13時30分～15時30分 ㊟小・中学生 10人(抽選) ※小学生は要保護者同伴 ㊟¥1,000円 ㊟6月6日必着で窓口・はがき・FAX・HP ㊟住所・氏名(ふりがな、小学生は保護者氏名も)・学年・電話番号・事業名を明記

**三ツ沢公園 青少年野外活動センター**  
〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1  
☎314-7726 ㊟311-6444 休5/13(月)

■大人のソロキャンプ  
㊟6月14日(金)18時～21時 ㊟20歳以上 16人(抽選) ㊟¥2,000円 ㊟薪・炭を使ったソロキャンプ体験 ㊟5月28日までに往復はがきかHP ㊟住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・事業名を明記

■あったかエコキャンプ  
㊟7月7日(日)10時～15時30分 ㊟小学3～6年生 48人(抽選) ㊟¥3,500円 ㊟野外炊事体験・グループワーク・クラフト ㊟6月14日までに往復はがきかHP ㊟住所・氏名(ふりがな)・学年・電話番号・事業名を明記

**男女共同参画センター横浜**  
〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1  
☎862-5052 ㊟865-4671 休5/23(木)


■パパと赤ちゃんで楽しむ ヨガ&マッサージ  
㊟6月22日(土)10時～11時30分 ㊟生後2か月以上の0歳児と父親 先着10組 ㊟¥1,500円 ㊟5月15日からHP



詳細はHP▶

**子どもと読もう 今月の1冊**  
☎保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 ㊟335-0421  
**とべ!ちいさいプロペラき** 幼児向け

まだ そらを とんだことのない プロペラきは、おおきな ジェットきをみて、ちいさな じぶんが はずかしくなってしまう。ジェットきから「いいエンジンだ」とはげまされ、はつひこうにちょうせんします。プロペラきは うまく とぶことができるのでしょうか。




小風さち / 作 山本忠敬 / 絵 福音館書店  
初めて何かをするときは、誰でも心配で心細くなってしまいます。勇気をだして挑戦する小さな姿が頼もしく、読者が励まされる絵本です。

5月31日は 世界禁煙デー “禁煙”は 今からでも遅くない!

長年たばこを吸っていても、禁煙するのに遅すぎることはありません。禁煙すると24時間で心臓発作のリスクが減り、1か月経過すると咳などの症状が改善します。また、免疫機能が回復し、感染症にかかりにくくなります。

さらに、1年経過すると肺機能が改善し、2～4年後には虚血性心疾患や脳梗塞のリスクが減ります。

区役所では禁煙相談を実施しています。これを機に禁煙してみませんか。





(参考:厚生労働省 e-ヘルスネット「禁煙の効果」)

☎区役所健康づくり係 ☎334-6344 ㊟333-6309

**横浜FCの応援に スタジアムへ行こう!** 5・6月のホームゲーム(ニッパツ三ツ沢球技場)

**がんばれ! 横浜FC**

5月18日(土)	VS 清水エスパルス
6月1日(土)	VS 愛媛FC

# 保健・子育てインフォメーション

申岡 健康づくり係 ☎334-6344～7 ☎333-6309

■肺がん・胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 ☎  
内容などの詳細は、ホームページに掲載。



がん検診



横浜市健康診査

■エイズ・梅毒検査 ☎ 匿名での検査 ☎334-6347

※事前に実施状況を電話で問合せください。

☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)〈受付〉9時～9時15分 ☎区役所本館3階 ☎結果を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明〈受付〉8時45分～9時

■食と生活の健康相談 ☎ ☎334-6344

☎①5月14日(火)13時30分～、14時30分～、15時30分～ ②30日(木)9時～、10時～、11時～ ☎区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 ☎ ☎334-6344

☎5月24日(金)9時～、10時～、11時～ ☎区役所本館3階栄養相談室 ☎0～18歳の食事の相談 ☎母子健康手帳

■離乳食教室 ☎ ☎334-6344

☎5月24日(金)13時30分～15時 ☎区役所本館3階会議室 ☎生後7～8か月児(離乳食1日2回程度)と保護者 先着20組 ☎母子健康手帳・試食用スプーン(親子とも)・タオル



毎月1回開催 歯っぴいパクパク1歳児 ☎ ☎334-6344

歯が生え始める大事な時期のむし歯予防や歯みがきのポイント、お口の成長に合わせた食事のポイントを、実践を交えて伝えます。ぜひ参加してください。



詳細

申岡子ども家庭係 ☎334-6323 ☎333-6309

■乳幼児歯科相談 ☎ ☎334-6297

☎5月15日(水)9時30分～、10時～、10時30分～

☎区役所本館3階母子相談室 ☎未就学児 ☎歯ブラシ・母子健康手帳



■乳幼児健康診査 ☎ ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	5月15日(水)	12時45分～13時30分の間で個別に案内した時間
1歳6か月児	5月22日(水)	
3歳児	5月16日・30日の木曜	

☎区役所本館3階健診受付 ☎問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタオル、歯ブラシ(1歳6か月児・3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児) ※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。 ※転入された人には案内が届かない場合がありますので問合せください。

## 地域子育て支援拠点 こっころからのお知らせ

〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 ☎332-3190 ☎休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHP

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達～シーズン6～ ☎

☎5月18日(土)10時30分～11時30分 ☎未就学児と保護者

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 ☎

☎6月8日(土)・28日(金)10時30分～11時30分 ☎子ども(生後57日～小学6年生)を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 各先着8人 ☎5月15日から電話(☎333-3885)か市HP



詳細・申込み

## 地域子育て支援拠点 こっころサテライトからのお知らせ

〒240-0004 岩間町1-7-15 ☎459-9140 ☎459-9150

設備不良のため、4月16日(火)から休館しています。再開が決まりましたら、ホームページでお知らせします。ご迷惑をおかけし、申し訳ございません。

ホームページ▶



# スポーツ情報

## 区民大会

区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内) ☎☎332-1130(月～金曜の13時～17時)

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合先
バドミントン 混合ダブルス個人戦	6月9日(日) (5月31日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	3,000円/ペア	泰良 利治 ☎715-0332
女子シングルス テニス大会	6月16日(日) (5月24日必着)	三ツ沢公園 庭球場	3,000円/人	板垣 進哉 ☎338-7014 (20～22時)
男子初中級シングルス テニス大会				
春季ソフトテニス大会 男女の部	6月16日(日) (5月27日必着)		2,000円/ペア	西村 泰 ☎801-1423
お楽しみ卓球大会	6月23日(日) (6月7日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	1,000円/人	大槻 一世 ☎341-7697

## 保土ヶ谷 スポーツセンター

〒240-0005 神戸町129-2 ☎336-4633 ☎336-4635 ☎5/13(月)、6/10(月) ※詳細はHP

■似顔絵教室

☎6月1日(土)11時15分～12時30分 ☎年中～中学生 先着10人 ※小学3年生以下は要保護者同伴 ¥750円 ☎描きたい人物の写真 ☎5月15日から窓口か電話

■当日受付教室

教室名	日時	対象・定員(先着)	費用
ズンパ®	5月14日・21日・28日、6月4日の火曜 11時25分～12時10分	中学生以上 各先着48人	650円 /回
テニスタイム	5月14日・21日・28日、6月4日の火曜、 5月16日・23日・30日、6月6日の木曜 13時15分～14時45分	16歳以上 各先着12人	2,000円 /回
夜のリセット ピラティス	5月17日・24日・31日、6月7日の金曜 21時10分～22時	16歳以上 各先着40人	650円 /回

☎飲み物・タオル・動きやすい服装など ☎直接会場へ

## 平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1 ☎311-6186 ☎316-8521 ☎5/20(月) ※詳細はHP

■トータルフィットネス

☎5月16日～6月6日の木曜 9時～9時50分 ☎16歳以上 各先着30人 ¥500円 ☎室内シューズ・タオル・飲み物 ☎直接会場へ

■スポーツ教室(7～9月)

曜日	教室名
火	バドミントン、ヨガ、ジュニアサッカー
水	ピラティス
木	はつらつ健康づくり、フラダンス、ピラティス

☎6月7日までに窓口・往復はがき・HP

## 清水ヶ丘公園

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2 ☎243-4447 ☎243-4497 ☎6/3(月)

■フラダンス教室

☎8月24日～11月16日の土曜(全10回)9時30分～10時30分、10時45分～11時45分 ※9月14日、10月12日、11月9日を除く ☎18歳以上 各20人(抽選) ¥6,000円 ☎6月17日までに窓口・はがき 〒住所・氏名・電話番号・希望クラスを明記



## すみれ通信 ～区民の情報広場～

※区民が主催する活動を掲載

■行政書士無料相談 ☎

相続・遺言・贈与・成年後見など、どんな些細なことでもお気軽にご相談ください。

☎5月25日(土)12時～15時 ☎ほ도가や地区センター ☎事前に電話 ☎江口 ☎324-1708

■第55回小椋煌一まつりチャリティーショー ☎

民謡・演歌・舞踊・ジャズダンスに加え、新曲の披露や民謡のステージもあります。

☎5月25日(土)12時～17時(開場:11時30分) ☎保土ヶ谷公会堂 ☎直接会場へ ☎小椋 ☎361-9289

5月号には原則として5月11日～6月10日の情報を掲載しています。



編集・発行 保土ヶ谷区役所 広報相談係  
〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9  
☎334-6221 ☎333-7945 (代)☎334-6262

ホームページ

保土ヶ谷区役所 検索

SNSでも魅力・情報発信中▶

Instagram



X(旧Twitter)



区の人口 205,494 人

区の家帯数 101,327 世帯

(2024年4月1日現在)

※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計