

ここから12ページまではほどがや区版です

HODOGAYA 3月号 No.329



保土ヶ谷区
公式マスコット
キャラクター

ホームページ
からも見る
ことができます



GREEN×EXPO 2027開催2年前記念イベント



ほどがや グリーンフェスティバル 2025

踏み出そう!“未来のほどがや”のために

GREEN×EXPO 2027まであと2年。
「環境」について楽しく学べるイベントを開催します!

来場者にはすてきなプレゼントも!

数量
限定

申込不要

日時 **3月16日(日) 11時~15時**

場所 **イオン天王町
ショッピングセンター(川辺町3-5)**



イベント詳細

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを
直してもらおう!



おもしろ環境教室

手回し発電を
体験してみよう!



フードドライブ



分別相談窓口



ほかにも環境を学べる展示があります!

みんなの幸せのために、CO2や怖い
夢をバクバク食べるよ!
地球温暖化の原因になるCO2は家庭
からもたくさん出ているんだ。
みんなもCO2の削減に協力してね!



横浜市脱炭素応援キャラクター
「バクバク」

問 区役所企画調整係 ☎ 334-6227 fax 333-7945



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

保土ヶ谷区は2027年に区制100周年を迎えます

特集1

保土ヶ谷区公式Instagram フォトコンテスト2024

受賞作品決定!

2027年に迎える区制100周年に向け、区内のさまざまな魅力を再発見してもらうため、「ほ도가やの魅力」「ほ도가やの花・緑」をテーマに写真を募集しました。

1,150作品の応募の中から審査員により10作品が選ばれ、投票による最優秀賞、審査員によるほ도가や花憲章賞と優秀賞8作品が決定しました!

最優秀賞



西久保町公園の盆踊り大会

コメント

今回のフォトコンテストでは、私が育った保土ヶ谷区の魅力溢れる写真の数々を楽しく拝見しました。

最優秀賞に輝いた盆踊りの写真は、地域とのつながりと子どもの成長の瞬間が見事に捉えられ、保土ヶ谷公園で撮影されたほ도가や花憲章賞の写真からは、都心に近くありながらも豊かな自然が広がるこの街の魅力が伝わってきました。なじみ深い風景から新たな発見まで、多彩な視点で切り取られた作品の数々を通じて、改めて保土ヶ谷区の豊かさを実感しています。

ほ도가や花憲章賞



早春の保土ヶ谷公園

●ほ도가や花憲章
「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年に制定しました。



詳細



審査員のご紹介

区内在住フォトグラファー
なかそ なおこ
中祖 直子 氏

保土ヶ谷区育ち。家族写真やブライダル、店舗などの撮影の仕事を経て、2012年から本格的に出張撮影を開始。2023年には自宅スタジオをオープンし、「&しゃんかん」として新たにスタート。

優秀賞



夏の日の古町橋



川島町でたけのこ掘り



新緑の季節の星川杉山神社



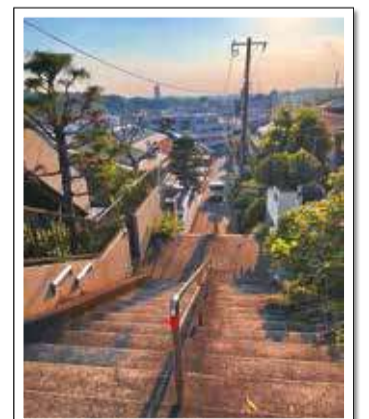
天王町公園でかくれんぼ



松原商店街 ナイトバザールにて



横浜ビジネスパーク ベリーニの丘



西谷2丁目の坂の上

各作品の
審査員・撮影者の
コメントはWEBに
掲載しています。



詳細



保土ヶ谷公園での区民まつり

※応募された全写真(1,150作品)は、Instagramにて「#フォトガヤ2024」で検索すると見ることができます。

特集2

GoGo健康! きらり★シニアライフ

区では、いつまでも健康でイキイキと暮らし続けるために、シニアの健康づくりの活動を行っているグループを「きらり★シニア塾」と認定しています。

きらり★シニア塾の活動に参加して、よりすてきなシニアライフを送りましょう!



きらり★シニア塾の
認定団体数は…
108 団体
(2024年12月現在)



楽しく脳を活性化!

活動内容はさまざま



認定団体の一部を紹介

No.108 ダンスで脳トレCOFY(2024年5月認定)

みんなで楽しくをモットーに、ダンスでフレイル予防を目指します。

日時 毎月第2・4土曜
10時~11時

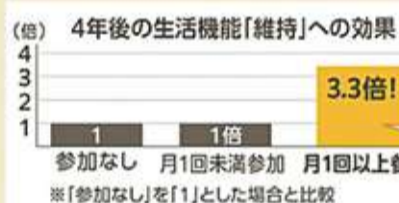
会場 今井地域ケアプラザ

対象 65歳以上

費用 500円/回



社会活動などへの参加は元気の秘訣



“地域社会と積極的に関わりをもつ高齢者ほど、健康状態が維持されることが明らかになっています”

月に1回以上、ボランティア活動を行っている人は、4年後も元気な生活を続けていた人が、3.3倍多い!

出典：Nonaka K, et al. Plos One, 2017. 東京都健康長寿医療センター研究所

きらり★シニア塾リーフレットを作成しました!

区は横浜市立大学との共同研究で、きらり★シニア塾の参加者を対象にアンケート調査を行いました。

きらり★シニア塾の活動やアンケート結果から見えた活動の効果、参加者の声を紹介するリーフレットを作成しました。



配布場所

- ▶ 区役所高齢・障害支援課(5階50番)
- ▶ 区内地域ケアプラザ



WEBからも
見ることができます

きらり★シニア塾 参加者の声

参加すると、
自然と仲間に入れます

筋肉がついて、
転ぶことが
少なくなりました

活動に来ると、
明るく元気な
パワーがもらえます



きらり★シニア塾の活動に参加したい人は
近くの地域ケアプラザまたは
区役所高齢者支援担当に相談してください!

近くの
地域ケアプラザ・
認定団体は
こちらから探せます



きらり★シニア塾を
もっと知りたい人はこちら

きらりシニア塾 検索





JA横浜保土ヶ谷支店 農産物品評会(秋の部) 区長賞発表!

☎ 区役所企画調整係

☎ 334-6227 ☎ 333-7945

JA横浜保土ヶ谷支店で、農産物の紹介や生産技術の向上を目的とした農産物品評会が開催されました。この品評会では、自慢の農産物・農産加工品など278作品が出品されました。

区長賞

小久江 瀬平 さん 品目 春系キャベツ



神部区長(左)と小久江さん

受賞コメント

今夏は暑く、苗から育てるのが大変で、暑さ対策の工夫をしながら野菜にとって良い温度を保てるよう努力しました。その結果が実ってうれしいです。

露地栽培は天候に左右される難しさもありますが、その分おいしい野菜が育っています。

受賞者プロフィール

22歳から農業を始め、50年以上区内で農家を営んでいる。現在は家族で「小久江ファーム」として野菜を栽培している。



ほどがや産野菜を買いに行こう!

横浜ほどがや農産物直売所マップ

小久江さんも出店している和田町駅前直売会(JA横浜和田町駅前支店)をはじめ、区内の直売所・朝市を掲載しています!

配布場所

- 区役所2階22番
- 区内公共施設 など



詳細



食品ロスを減らしましょう

☎ 区役所資源化推進担当

☎ 334-6304 ☎ 332-7409

■物価が高騰しているのに食品ロスは増えている!

平成27年度 約20kg(約16,000円) → 令和5年度 約23kg(約19,000円分)

家庭でできる食品ロスを減らす工夫

- 日頃から冷蔵庫を整理整頓
- 必要な食材を必要な分だけ買う
- 期限が早い食材は冷蔵庫の手前に、遅い食材は奥にしまう
- 作りすぎた料理は箸をつけずに保存。別の料理に変身も!
- 野菜の食べられる部分を意識して調理する など

大根の葉も食べられる!



できることをして食品ロスを減らそう



食品ロスについて



食材を使い切るレシピ



資源循環局 マスコット「イーオ」



区内の地区センターで絵本セットの貸出が始まりました!

☎ 区役所地域力推進担当

☎ 334-6380 ☎ 332-7409

区内の地区センターで、図書館司書おすすめの絵本セット(0~2歳向け)を借りられるようになりました! 「図書館が遠くて行きづらい」「どんな絵本を選んでいいかわからない」そんな要望に応え、身近な場所で絵本を楽しむことができます。ぜひ親子でお楽しみください。

- 場所 ● 今井地区センター ● 西谷地区センター
● 初音が丘地区センター ● ほどがや地区センター

詳細はWEBを確認



一人一人の輝きが、元気な地域をつくります!

ほどがや 地域ガレポート 第69回

写真の力で、障害のある人となつない人をつないでいきたい

なかせ なおこ フォトグラファー 中祖 直子さん

☎ 区役所広報相談係

☎ 334-6221

☎ 333-7945



中祖 直子さん

「写真は今しかない瞬間を閉じ込めることができ、見返したときに元気をくれる宝物になります」と語るのは、区内在住のフォトグラファー中祖直子さん。障害のある子どもとその家族の写真を中心に出張撮影や自宅兼写真館にて撮影を行っており、今回「保土ヶ谷区公式Instagram フォトコンテスト2024」の審査員を務めました。

中祖さんは学生の頃からカメラに親しんでおり、民間企業に就職した後、「時間は有限で、好きなことをしないのはもったいない」と感じフォトグラファーを志したそうです。

中祖さんには障害のある子どもがおり、家族みんなで写真を撮ることや、写真館へ行くことのハードルの高さを感じていました。「自分で写真は撮れるけれど、それでは一緒に写れない」と思い、子どもが七五三を迎えるときに、勇気を出して友人のフォトグラファーに撮影をお願いしたそうです。出来上がった写真を見たときのことを「こんなに笑っているんだと客観的に見ることができて、それがうれしく、感動してずっと眺めていました」と振り返ります。その経験から、「撮りたくても撮れない、障害のある子どもがいる家族の写真を撮ってあげたい」

という思いを抱いたそうです。中祖さんは「のびのびと撮影に臨んでもらえるように、子どもとその家族に寄り添うことを大切にしています」と撮影への姿勢について教えてくれました。

「フォトグラファーになって、人とのつながりが広がった」と語る中祖さん。人とのつながりから実現したのが、昨年かながわアートホールで開催された中祖さんの写真展「ぼくたちわたしたちを知ってほしい展」です。「まずは、撮った写真を写真展などで多くの方に見ていただいて、障害のある子どもたちについて認知を上げていくということも、写真ができることのひとつ」と話します。

「障害のある子どもとその家族が暮らしていくためには困難なことが多く、特に障害のある子どもの将来の行き場不足や家族に対するサポートの不足が課題であると感じています。まずはみんなが集まれる写真館を作り、障害のある子どもとその家族の居場所となり、相談の場や一緒に支え合える場にしていきたいことが今後の目標です」とすてきな笑顔で語ってくれました。



かながわアートホールでの写真展



横浜国立大学名誉教授による特別授業

「ソラ(空・宙)が秘める可能性を探る」**無料**

区役所生涯学習支援係

☎ 334-6308 ☎ 332-7409

✉ ho-manabi@city.yokohama.lg.jp

日時 3月27日(木)10時~12時**会場** 区役所地下会議室**定員** 30人(抽選)※区内在住・在勤・在学の人優先**内容** 意外と身近な宇宙や航空技術の話

講師:横浜国立大学 名誉教授 上野 誠也氏

申込み 3月21日までにEメールか電子申請システム氏名(フリガナ)、電話番号、Eメールアドレス、
区内在住・在勤・在学・その他かを明記

※Eメールの場合、件名に「ソラ」を記入



上野 誠也氏



申込み



食生活等改善推進員(ヘルスマイト)とは

区役所健康づくり係

☎ 334-6344 ☎ 333-6309

「私達の健康は 私達の手で」をスローガンに、食育を中心とした健康づくりのボランティア活動を行っている全国的な団体です。子どもから高齢者までの全世代を対象に、地域で健康づくりの輪を広げる活動をしています。

●こんな活動をしています



区民まつりでの啓発活動



放課後キッズクラブでの食育授業

「災害時の食」の冊子を作成しました!

食生活等改善推進員と区福祉保健センターとが協力して、「災害時の食」の冊子を作成しました。災害時に役立つ耐熱性ポリ袋^{※1}や備蓄品を使用したレシピを掲載しています。

もしもの場合に備えて、水や食品の備蓄を行うとともにパックスッキング^{※2}も実践できるように備えておきませんか?

配布場所 区役所5階54番

WEBからもダウンロードできます。



詳細

※1 耐熱温度130℃以上、湯せん対応、厚さ0.01mm以上で無地のもの

※2 食材を入れた耐熱性のポリ袋を鍋に入れて、湯せんして加熱し調理する方法のこと

ヨコハマ ゴー グリーン
「YOKOHAMA GO GREEN」を知っていますか?

区役所企画調整係

☎ 334-6227 ☎ 333-7945

「YOKOHAMA GO GREEN」は、2050年の脱炭素社会の実現に向け、市と市民・事業者が一丸となって、環境にやさしい行動を進めるための合言葉です。生活の中で、できることから「GO GREEN」を始めてみましょう!

横浜市脱炭素応援
キャラクター
「パクパク」

YOKOHAMA GO GREEN

「GO GREEN」には
「環境にやさしい行動をとる」という
意味があるよ!



詳細

環境と共生し市民の皆さんと共につくる、「**環共**」がテーマの
「GREEN×EXPO 2027」をきっかけに、脱炭素ライフスタイルを取り入れてみませんか?

2027年国際園芸博覧会
公式マスコットキャラクター
トウンクトウンクGREEN
×
EXPO
2027
YOKOHAMA JAPAN

狂犬病予防注射のお知らせ

区役所環境衛生係

☎ 334-6363 ☎ 333-6309

飼い主は、飼い犬に年1回狂犬病予防注射を受けさせる必要があります。

■集合注射会場

日程	受付時間	会場名	所在地
4月4日(金)	午前	新井町第二公園	新井町500-10
	午後	上菅田第四公園	上菅田町144-138
4月7日(月)	午後	新桜ヶ丘第二公園	新桜ヶ丘1-43
4月9日(水)	午前	藤塚第二公園	藤塚町17
	午後	瀬戸ヶ谷西部センター	瀬戸ヶ谷町260
4月17日(木)	午前	権太坂境木自治会館	権太坂1-48-14
	午後	法泉自治会館	法泉2-19-6
4月19日(土)	全日	区役所地下駐車場	川辺町2-9

受付時間 ●午前:10時~12時 ●午後:13時30分~15時
●全日:10時~12時、13時30分~15時

持ち物 狂犬病予防注射済票交付申請書

※3月下旬に、市に登録されている犬の飼い主あてに郵送します。「お知らせ」に同封されていますので、よく読んでから来場してください。

費用 3,650円(注射料金3,100円、注射済票交付手数料550円)

- 料金はお釣りのないようによく用意してください。
- 注射を受けるときに犬をしっかり押さえられる人と来場してください。

■集合注射会場へ行きたいけど「お知らせ」が届かない人は…

区役所環境衛生係へ問合せてください。まだ登録していない犬や市外から引っ越してきた場合などは、**事前に窓口(区役所5階53番)で手続きをした後**に会場で注射を受けてください。

- 犬の登録手数料:3,000円、鑑札再交付手数料:1,600円

■動物病院で狂犬病予防注射を受ける場合

注射料金は病院によって異なるため、各病院に問合せてください。

犬の登録と狂犬病予防注射
の手続きについて

横浜市 狂犬病 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 問 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、学校連携・こども担当 334-6322 334-6393

「ほどがやJr.Dance Performance」観覧者募集

3月22日(土)13時~17時 先着500人 保土ヶ谷公会堂 直接会場へ ほどがやJr.Dance Performance実行委員会事務局(地域振興課内) 334-6305 332-7409

川島町公園こどもログハウスの大規模修繕工事に伴う休館のお知らせ

休館期間:6月~12月ごろ(予定) 詳細は決まり次第、館内掲示や施設WEBでお知らせします 区民施設担当 334-6305 332-7409

ほどがや朝市~ほどがや産野菜直売~

3月28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

星天めぐる芸術祭

3月15日(土)11時~17時 星天 clay Bゾーン claytion gallery向かい側スペース(星川駅直結) 直接会場へ にごわいスポーツ文化局創造都市推進課 671-3868 663-5606

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)

3月16日、4月6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 問 北部農政事務所 948-2480 948-2488

ギャラリーガイド

生涯学習支援係 334-6305

区民ギャラリー(区役所1階ロビー)・保科琢音と生徒たち展

3月18日(火)~27日(木)

アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)・保土ヶ谷区公式インスタグラム フォトコンテスト2024 入賞作品展

3月15日(土)~30日(日)

施設から

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2 348-8277 348-8288 3/24(月)

チェアリズム体操

4月21日(月)13時~14時30分 先着20人 椅子に座ってエアロビクスや体幹トレーニング ¥500円 飲み物・上履き・手ぬぐい 3月15日から窓口か電話

岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15 337-0011 337-2500 3/17、4/7の月曜

午前の音楽会vol.151「ギターとバイオリンの美しいアンサンブル」

5月17日(土)11時10分~ ¥全席指定1,200円 出演:茂木拓真(ギター)、七澤清貴(バイオリン)、曲目:スペイン楽曲、日本のメロディーほか 3月16日からチケット発売

西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1 371-3794 370-3161 3/17(月)

西谷理科っこクラブ

3月26日(水)15時~17時(時間内自由参加) 小学生 直接会場へ

ベビーマッサージ&ママエクササイズ

4月9日(水)10時~11時 0歳児と保護者 先着7組 ¥300円 3月19日10時から電話かWEB

親子リトミック教室

4月11日(金)10時~11時 幼児と保護者 先着15組 ¥300円 3月21日10時から電話かWEB

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21 333-0064 520-1650 3/17(月)

リラックスヨガ

4月3日・17日、5月1日・15日・29日の木曜(全5回)10時30分~11時30分 成人 先着20人 ¥2,500円 飲み物・汗拭きタオル 3月15日9時30分から電話

親子茶道体験

4月26日(土) ①13時~、②15時~ 年長~小学3年生と保護者 各先着7組 白い靴下 4月5日9時30分から電話

瀬戸ヶ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ヶ谷町71 712-2412 3/17(月)

お楽しみ工作 わくわくデー

3月22日(土)10時~13時(受付:12時まで) 幼児・小学生 ¥200円 バルーンアートやクラフト工作など 上履き 直接会場へ

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1 352-3992 442-3559 3/17(月)

子供卓球教室

3月12日(水)15時~16時50分 小学3~6年生 先着20人 運動靴・ラケット(あれば)

レコードCafe 初音

3月21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

3月31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

今井地区センター

〒240-0035 今井町412-8 352-1183 352-1196 3/25(火)

カラーコーディネート・パーソナルカラー講座

5月8日・15日・22日の木曜(全3回)15時30分~17時 成人 先着10人 ¥3,000円(初回に持参)

仏教講座

4月27日、5月25日、6月22日、7月27日、8月24日、9月28日の日曜(全12回、10月以降の日程は9月発表)9時45分~11時15分 成人 先着16人 ¥500円/回 日本仏教の歴史と変遷を学ぶ 共通 3月15日10時から窓口か電話

保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1 333-1336 335-0421 3/17(月)

土曜日のおはなし会

3月22日(土)10時30分~11時 一人で話を聞ける子ども 先着15人 ボランティア「ばばーの会」による絵本の読み聞かせなど 直接会場へ

親子おはなし会

4月17日(木)10時30分~11時 0~2歳児と保護者 先着10組 4月10日9時30分から窓口か電話

川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1 373-8566 3/17(月)

チャレンジタイム

3月19日(水)15時30分~15時45分 中学生以下

おはなし会

4月1日(火)11時~11時20分 幼児と保護者

子育てサロン「たんぼぼ」

4月9日(水)10時30分~11時30分 幼児と保護者 共通 直接会場へ

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

坂本小学校ボランティア「はなはなの会」 「はなはなの会」は、子どもたちがたくさんの植物に囲まれ、健やかな学校生活が送れるように、花壇整備や管理、植栽を行っています。まだ1年目ですが、たくさんの子どもたちが声をかけてくれたり、手伝ってくれたりするので、一緒に楽しく活動しています。 活動の様子 季節ごとに楽しい花壇になります たくさんの花を子どもたちと植えました 越冬用の虫の家を子どもたちと作りました

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 休火・金曜

■春のウォーク
「横浜国大校内を歩き和田町駅へ」
📅 4月12日(土)9時30分～12時30分 ※雨天時は翌日に延期 📍 羽沢横浜国大駅集合 📎 先着15人 ¥100円 📎 雨具・飲み物・タオル 📎 横浜国大校内散策～常盤公園・和田稲荷～和田町駅

■春のバイオリンコンサート 無料
📅 4月20日(日)13時～14時15分、15時～16時15分 📎 各先着50人 📎 出演: 迫田圭(バイオリン)、古村美穂(ピアノ)、曲目: 四季より「春」(ビバルディ)、季節の唱歌など
共通 申 3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 休 3/17(月)

■季節のおりがみ教室
📅 4月20日(日)10時30分～12時 📎 先着10人 ¥100円

■子育てサロン第1期 無料
📅 4月24日、5月22日、6月26日の木曜(全3回)10時30分～11時30分 📎 未就学児と保護者 先着8組

■子ども理科工作教室
「4足歩行リモコンロボット(トコトコ)」
📅 4月29日(祝・火)10時～12時 📎 先着10人(小学3年生以下は要保護者同伴) ¥500円
共通 申 3月16日9時30分から窓口(電話は翌々日から)

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 休 3/17(月)

■ストップ詐欺被害講話 無料
📅 4月18日(金)13時30分～15時 📎 成人先着30人 📎 警察署員から詐欺被害の防ぎ方を学ぶ 📎 上履き・下足袋

■おはなし村 無料
📅 4月19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
共通 申 3月15日10時から窓口か電話

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 3/17、4/7の月曜

■多文化プレイグループ・ぴっころ 無料
📅 ①3月11日②25日の火曜 10時30分～11時30分 📎 小さい子どもがいる外国人、日本人 📎 ①みんなであそぼう②おもいでづくり

■日本語教室 無料
📅 3月13日～4月10日(3月20日・27日・28日、4月3日は除く)の木曜夜・金曜午前・土曜午後 📎 外国人

■ハローギャザリング 無料
📅 3月15日(土)15時～16時30分 📎 外国人、日本人 📎 テーマ:ごみの分別講座
共通 申 直接会場へ

よこはま動物園ズーラシア

〒241-0001 旭区上白根町1175-1
☎ 959-1000 ㊟ 951-0777 休 3/11・18の火曜

■ズーラシア ガーデンパーティー
📅 3月22日(土)～4月20日(日)の土・日曜 10時～15時30分 📎 キッチンカーやワークショップ、フォトスポットの設置など 申 直接会場へ

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 3/17(月)

■春のおはなし会 無料
📅 3月29日(土)10時30分～11時15分 📍 平沼集会所(西区西平沼町5-70) 📎 5歳～小学生と保護者 先着10組 📎 「王子様の耳はロバの耳」ほか 申 3月15日から窓口か電話

■イースター卵探し
📅 4月19日(土)10時～12時、13時～15時 ※雨天の場合卵探しは翌日 📍 ペイント:浅間コミュニティハウス、卵探し:平沼集会所 📎 3歳～小学生 先着20人 ¥100円 📎 卵の殻にペイントした後に卵探し 申 3月25日から窓口か電話

横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎ 741-1015 ㊟ 742-7604 休 3/17(月)

■みどりの学校
📅 4月～2026年3月の第3日曜(12月を除く、全11回)10時～12時 📎 市内在住の新小学5・6年生 10人(抽選) ¥5,000円 📎 1年を通して植物の不思議さや面白さを体験しながら学ぶ。サポーターも募集(詳細はWEB) 申 3月20日必着で窓口・はがき・FAX・WEB 〒住所・氏名(ふりがな)・4月からの学年・保護者氏名・電話番号・講座名を明記

■タケノコを学ぼう
📅 4月13日(日)10時～12時 📎 小学生(保護者同伴) 10組(抽選) ¥1,000円 申 3月27日必着で窓口・はがき・FAX・WEB 〒住所・氏名(ふりがな)・学年・保護者氏名・電話番号・講座名を明記

■さつき盆栽作り
📅 4月18日、6月13日の金曜(全2回)13時30分～15時30分 📎 18歳以上 14人(抽選) ¥3,000円 申 4月1日必着で窓口・はがき・FAX・WEB 〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・講座名を明記

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1
☎ 811-8444 ㊟ 812-5778

■ファミリークッキングBBQ A・B
📅 A:4月27日(日) B:29日(祝・火)10時～14時 📎 8人以内の家族 各12組(抽選) ¥中学生以上:3,000円、小学生:2,500円、4歳～未就学児:1,500円、3歳以下:100円 📎 季節の野菜や肉をバーベキューグリルで調理 申 3月24日まで

■ファミリーキャンプパック
📅 5月3日(祝・土)13時～4日(祝・日)11時※1泊2日 📎 6人以内の家族 6組(抽選) ¥中学生以上:4,000円、小学生:3,500円、4歳～未就学児:2,800円、3歳以下:500円 📎 1泊2食付きの宿泊体験 申 3月28日まで

■ほのぼのファミリーキャンプ春
📅 5月5日(祝・月)13時～6日(振休・火)15時※1泊2日 📎 6人以内の家族 18組(抽選) ¥中学生以上:6,600円、小学生:6,100円、4歳～未就学児:4,400円、3歳以下:500円 📎 自然遊び、野外ゲーム、クラフトなど 申 3月28日まで
共通 申 各締切日消印有効で往復はがきがWEB 〒住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメールアドレス・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 3/27(木)

■女性のためのこころのケア講座～DV・モラハラ・トラウマを理解する～「私」を大切にする自尊心
📅 3月11日(火)10時～12時 📎 女性(当事者・家族・支援者など)先着25人 ¥600円 申 直接会場へ ㊟ 862-5058 ㊟ 2カ月以上の未就学児、予約制(4日前まで)、有料 申 子どもの部屋 ☎ 862-4750

区民会議と協働 「フードドライブ」と「廃食用油回収」を実施します

日時 3月28日(金)9時～10時 会場 区役所前広場

寄付された食品は福祉団体など、必要としている人に届けます

回収した油は、燃料として再利用します

●受付できるもの
賞味期限が2か月以上で常温保存可能な未開封の食品(缶詰・レトルト食品など)

●回収できる油
使用済み・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)

☎ 保土ヶ谷区民会議事務局(区役所広報相談係) ☎ 334-6221 ㊟ 333-7945

保土ヶ谷区役所駐車場の料金が変わります

4月1日(火)から、保土ヶ谷区役所駐車場の指定管理者変更に伴い、駐車場の利用料金が変わります。4月からの利用料金は表のとおりです。

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

本館 駐車場	8時～18時	30分 250円
	18時～8時	60分 100円
	最大料金(18時～8時)	500円
別館 駐車場	8時～22時	30分 250円
	22時～8時	60分 100円
	土・日曜日、祝日	当日最大800円(24時切替)
最大料金(18時～8時)は廃止		

※本館駐車場は18時～8時の間、入出庫できません。

☎ 市民局地域施設課 ☎ 671-2086 ㊟ 664-5295
☎ 区役所予算調整係 ☎ 334-6205 ㊟ 334-6390

横浜FCの応援にスタジアムへ行こう!

今後のホームゲーム(ニッパツ三ツ沢球技場)

3月15日(土) VS セレッソ大阪
4月2日(水) VS ヴィッセル神戸
4月6日(日) VS 清水エスパルス

QRコード

©2009 Y.F.SPORTS C.

保健・子育てインフォメーション

申問 健康づくり係 ☎ 334-6344~7 fax 333-6309

■肺がん・胃がん・子宮頸がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 予
内容などの詳細は、広報ほどがや区版6月号「保存版 保健だより」に掲載

■エイズ・梅毒検査 予 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)9時~9時15分 区役所3階健康相談室A

☎ 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 予 ☎ 334-6344

☎ ①3月11日(火)13時30分~、14時30分~、15時30分~ ②27日(木)9時~、10時~、11時~ 区役所3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 予 ☎ 334-6344

☎ 3月28日(金)9時~、10時~、11時~

☎ 区役所3階栄養相談室 ☎ 0~18歳の食事の相談 持 母子健康手帳

■離乳食教室 予 ☎ 334-6344

☎ 3月28日(金)13時30分~15時 区役所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

持 母子健康手帳・試食用スプーン(親子とも)・タオル

■歯っぴいパクパク1歳児 予 ☎ 334-6344

☎ 4月2日(水)9時45分~、10時45分~ <予約>随時 区役所3階

受付 ☎ 2023年10月~2024年7月生まれ 各先着10人 持 歯ブラシ

(親子とも)・母子健康手帳



予約はこちら

申問 こども家庭係 ☎ 334-6323 fax 334-6393

■乳幼児歯科相談 予 ☎ 334-6297

☎ ①3月19日(水)、②4月10日(木) ①9時30分~、10時~、10時30分~、②13時

30分~、14時~、14時30分~ 区役所3階母子相談室 ☎ 未就学児と保護者 持

歯ブラシ・母子健康手帳

■乳幼児健康診査 予 ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	3月19日、4月2日の水曜	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	3月26日(水)、4月3日(木)	
3歳児	3月13日・27日の木曜	

☎ 区役所3階健診受付 持 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。

※転入し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 fax 332-3190

休 日・月曜・祝日(月曜祝日の場合は火曜も) ※詳細はWEB

■はじめてDay 予

☎ 3月21日(金)、4月1日(火)11時~、14時30分~ ☎ 未就学児と保護者

☎ 初めての人向けの説明会 申 直接会場へ

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 予

☎ 4月12日(土)・25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 ※子どもの同席可

申 3月15日から電話(☎ 333-3885)か市WEB



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 fax 332-3190

設備不良のため、現在休館しています。リプラ保土ヶ谷1階地域交流スペースで
サテライトひろばを再開しました。詳細はWEBを確認してください。

■プレパパプレママDAY 予

☎ 4月12日(土)13時30分~15時 保土ヶ谷地域ケアプラザ

☎ 初産で16~32週くらいまでの妊婦(多胎は27週まで)とパートナー

先着8組 持 バスタオル・筆記用具・飲み物 申 3月15日10時から電話



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)

☎ fax 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・問合せ先
お楽しみ卓球大会	4月6日(日) (3月21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
春季ボウリング 大会	4月13日(日) (4月11日必着)	ハマ ボール	会員:2,500円 会員ジュニア:2,300円 一般:2,800円 一般ジュニア:2,500円	石丸 茂喜 ☎ 712-2351
女子ダブルス テニス大会	4月20日(日) (3月28日必着)	清水ヶ丘 公園 庭球場	5,000円/組	板垣 進哉 ☎ 338-7014 (20時~22時)
春季バレーボール 大会	4月20日(日) (4月11日必着)	保土ヶ谷 スポーツ センター	5,000円/チーム	山崎 都 ☎ 382-8722
バドミントン大会 (400歳以上 3ダブルス団体戦)			8,400円/チーム	下田 秀美 ☎ 335-7263

〒240-0025 狩場町238-3

保土ヶ谷プール

☎ 742-2003 fax 742-2005 休 3/17(月)~21(金)

第1期(4~6月)水泳・スタジオ教室

教室名	日時	対象・定員(先着)
子ども水泳教室・ダンス教室	4月7日(月)~6月30日(月) (全8~12回)	各15人
成人水泳教室・アクア教室・スタジオ教室		

申 3月15日から窓口か電話 ※詳細はWEB

新教室参加者募集

教室名	日時
成人「はじめてエアロ」	水曜:10時15分~11時15分
子供ジャズダンス	木曜:①16時~17時 ②17時~18時



申 3月15日から窓口か電話

清水ヶ丘公園

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2

☎ 243-4447 fax 243-4497 休 4/7(月)

教室	日程	時間	費用	対象・定員(先着)
幼児体操	火曜クラス: 4月1日~22日(全4回) 木曜クラス: 4月3日~24日(全4回)	15時~15時50分	3,200円	3歳~年長 5人
小学生体操		①15時55分~ 16時45分~ ②16時50分~ 17時40分		小学生 各5人
バドミントン	4月2日~30日の水曜 (全5回)	前半:9時30分~ 11時30分 後半:12時~14時	4,000円	18歳以上 各10人
ボディ デザイン60	4月3日~24日の木曜 (全4回)	10時45分~ 11時45分	2,400円	

申 3月16日から窓口か電話

平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1

☎ 311-6186 fax 316-8521 休 3/17(月) ※詳細はWEB

トータルフィットネス

☎ ①3月13日、②4月10日の木曜 9時~9時50分 ☎ 16歳以上 各先

着30人 ¥ ①500円、②600円 持 室内シューズ・タオル・飲み物 申

直接会場へ



常盤公園弓道場

〒240-0067 常盤42-1 ☎ fax 333-3735

春季弓道教室

☎ 4月8日~5月16日の火・金曜 ※4月29日、5月6日を除く(全10回)10時~12時

☎ 市内在住・在勤 先着30人 ¥ 8,000円 持 弓道の基本 持 ボタンがない服・木綿の

靴下 申 4月1日から窓口・電話・FAX 〒住所・氏名・電話番号を明記

子どもと読もう 今月の1冊

☎ 保土ヶ谷図書館 ☎ 333-1336 fax 335-0421

みるなのくら 4歳から小学校低学年

まずしい わかものが うぐいすの なぎごえに さそわ
れて やまおくの 大きなやしきに まよいこみました。
うつくしい あねさまが ごちそうでもてなしてくれ
ましたが、やしきの くらのうち、「12ばんめの くらだ
だけは けっして みないでくださいね」と 言われます。

おざわとしお/再話 赤羽末吉/画 福音館書店
赤羽末吉による日本の民話絵本。12番目の蔵には一体何があったのか…。「見るな」と言われると見たくなるのは、少しわかりますね。

3月号には原則として3月11日~4月10日の情報を掲載しています。
紙面中、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。



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 fax 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 205,128人

☎ 区の世帯数 101,887世帯

(2025年2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