



**にし**  **9月**  
No.263

西区役所 ☎045-320-8484 (代表電話)  
〒220-0051 西区中央一丁目5番10号

<編集・発行> 西区役所広報相談係  
☎320-8321 ☎314-8894

西区の人口: 103,797人(8月1日現在)  
西区の世帯数: 55,731世帯

▲西区役所  
詳細は1ページ 横浜市データをご覧ください ホームページ

<受付時間> 8時45分~17時  
月~金曜日(祝日、休日、12月29日~1月3日を除く)

<9月の区役所土曜開庁日> 開庁時間: 9時~12時  
◆14日 ◆28日  
戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部の業務を行っています。詳細はお問い合わせください。

今月の紙面

- この秋、西区はスポーツで熱くなる!  
ラグビー×商店街まつり2019/  
オリンピック種目体験会 7ページ
- 区役所より 8~9ページ
- 各種お知らせ 10~12ページ

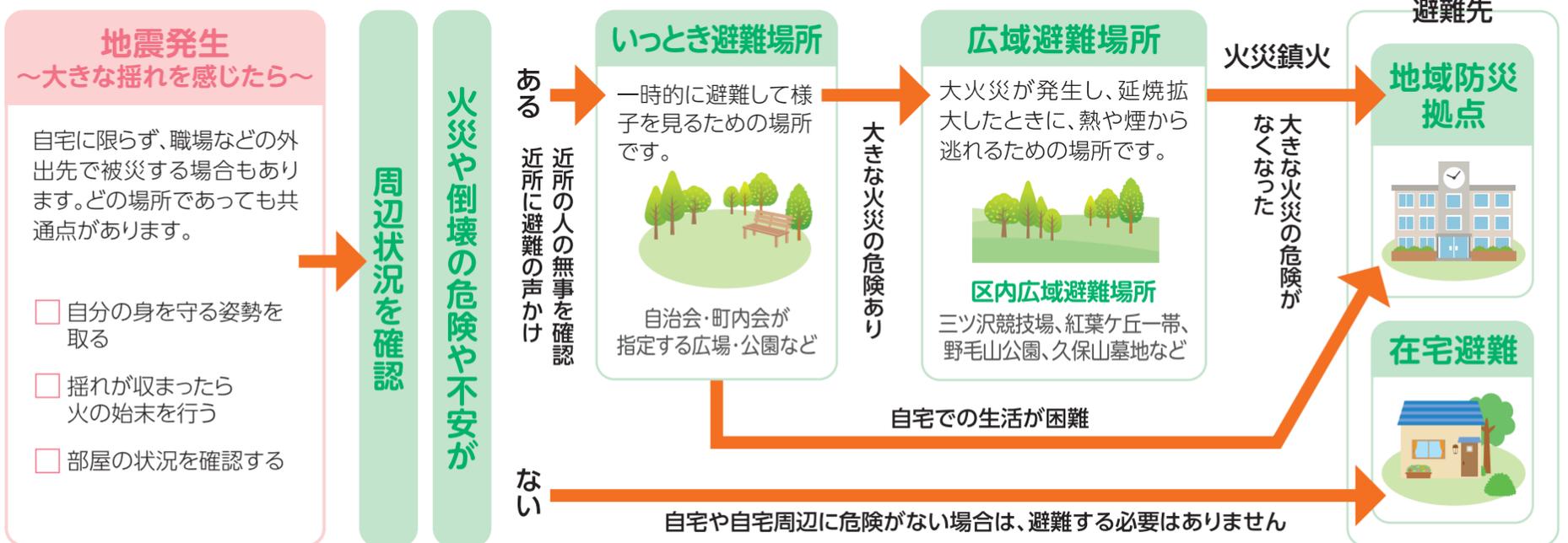
特集1 災害に備えましょう

# 大地震が発生したら…

「いつ起きてもおかしくない状況」と言われている大地震について、家族や隣近所の人と話し合うと共に、災害時の自分の行動計画も考えておきましょう。

## 避難の流れ

揺れが収まったら、まず身の安全を確保し、周辺状況を確認しましょう。倒壊や火災により自宅に留まると危険な場合は、以下の流れで避難します。  
※状況に応じて、いつき避難場所ではなく、広域避難場所に直接避難することも選択してください。



## 日頃の備えはできていますか

- ①準備するものは?
- ②家の中の危険は?
- ③逃げる場所は?
- ④通電火災の対策は?
- ⑤家庭での話し合いに活用できるものは?
- ⑥電源が必要な医療機器への対策は?

6ページをチェック!

## 避難生活で大切な助け合い ~地域防災拠点について~

地域防災拠点は、避難者が協力し合い、一体となってみんなで運営することが大切です。運営主体は、地域住民の皆さんが中心となって組織している地域防災拠点運営委員会です。

### 地域防災拠点とは

- 家屋倒壊や火災などで自宅に留まれない人が避難生活を送る場所
  - 避難者が一時的に生活するための最低限の食糧・水の備蓄や安否情報・被害情報を収集・伝達する場所
- ※自宅で被災生活を送る人も、地域防災拠点で救援物資や各種情報を得ることができます。



地域防災拠点は協力して運営しましょう

# 大地震が起きた時の備え、できていますか？

## 備え① 災害時に必要なものを確認しましょう

ライフラインが止まった時に身の安全を守り、被災生活を過ごせるよう、主に必要な備蓄品を確認しましょう。

### 飲料水・食料品(最低3日分)

#### □ 飲料水

1人1日3L×3日分

#### □ 食料品

・缶詰 ・レトルト食品  
・乾物 ・フリーズドライ食品など



### 日用品・生活用品

・トイレトペーパー  
・ポリ袋  
・救急セット

・常備薬  
・貴重品  
・懐中電灯

・充電式バッテリー  
・乾電池  
・マスク  
・簡易トイレ など

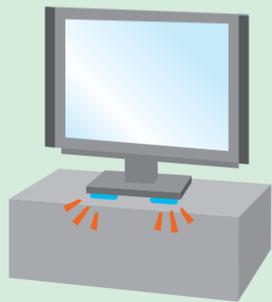


## 備え② 家の中の安全対策をしましょう

災害発生時に家具などが倒れないように、家具の配置を工夫したり、突っ張り棒やストッパーで固定するなど、家の中の安全対策をしましょう。

区役所では、家電・家具の転倒を防止する「耐震マット」を配布しています。

配布場所 区役所4階51番窓口



## 備え③ 避難場所を確認しましょう

自然災害から身を守るために、地域防災拠点、広域避難場所などの必要な情報を掲載した地図です。いざというときのために、避難場所までの経路を確認しておきましょう。

配布場所 区役所4階51番窓口

詳細は [防災マップ](#) [西区](#) [検索](#)



## 備え④ 感震ブレーカーで通電火災※対策をしましょう

※通電火災とは…地震などで停電後、電気が復旧する際に発生する火災のこと

感震ブレーカーとは、大きな揺れを感知して自動的に電気を遮断する器具のことです。共働き世帯が多い西区では、日中留守になる家庭がたくさんあり、留守中に通電火災が発生すると、消火活動が遅れ、延焼が広範囲に及ぶ可能性があります。西区では、今年度から感震ブレーカー購入経費の補助対象地域を区全域に拡大しました。ぜひこの機会に、制度を活用して感震ブレーカーを設置しましょう。

### 補助制度について

**対象** 感震ブレーカー「簡易タイプ」製品の購入

**補助金額** 購入費用の3分の2(上限2,600円/1個あたり)

**購入方法** 区内の自治会・町内会単位で購入  
(お住まいの自治会長・町内会長にお尋ねください)

**問合せ** 防災担当 ☎320-8310 詳細は [感震ブレーカー](#) [西区](#) [検索](#)

### 私の自治会も設置しました

浅間台は住宅が密集し、延焼火災の高い危険性があります。対策として、自治会の防火防災部で感震ブレーカー設置を呼びかけ、約100世帯に設置できました。

地震発生時に自分でブレーカーを落とすことが難しいので、「付けたので安心」との声を多く聞きますよ。西区全体でも感震ブレーカーが普及し、地震火災から町もわが家も守れるようにしたいですね。引き続き、自治会内で多くの世帯に設置できるよう、力を入れていきます。



浅間台自治会 会長 小柴嘉直さん

## 備え⑤ 防災ノートを活用しましょう

お子さんの誕生をきっかけに家庭で防災について考え、災害に備えるためのノートです。母子健康手帳と合わせて配布していますが、自宅の備蓄品チェックリストや、応急処置など、誰でも活用できる防災情報も紹介しています。



配布場所 区役所4階51番窓口

### 医療機器用

## 備え⑥ 災害対策ファイルを作りましょう

### 人工呼吸器や吸引器などを使用している人へ

電源が必要な医療機器を使用している人は、日頃から停電や災害による避難などに備えておくことが大切です。患者さんやその家族が自分自身を守るために、必要な備えや発災時の対応を確認するための「わたしの災害対策ファイル」を準備しましょう。

配布場所 区役所2階22番窓口

問合せ 障害担当 ☎320-8417 fax 290-3422

詳細は [災害対策ファイル](#) [検索](#)

問合せ 防災担当 ☎320-8310 fax 322-9847

特集2 観て、体験して、楽しもう

# この秋、西区はスポーツで熱くなる!

## 西区deコラボ “ラグビー×商店街” まつり2019 ～西区からラグビーを盛り上げよう～

ラグビーワールドカップ2019™は、9月20日(金)から11月2日(土)までの開催期間中に、横浜で7試合が行われます。西区からラグビーを盛り上げるため、ラグビーに触れ、楽しめるコンテンツが盛りだくさんの“ラグビー×商店街”まつり2019を開催します。

**日時** 10月12日(土) 11時～14時

**場所** 高島中央公園(みなとみらい5-2)



みなとみらい線新高島駅から徒歩7分  
横浜市営地下鉄ブルーライン  
高島町駅から徒歩13分  
横浜駅から徒歩16分

### キック&パスチャレンジ



ラグビーの基本動作であるキックとパスにチャレンジしよう。成功した人にはラグビーオリジナルグッズをプレゼント。

### ラグビークイズ

知っているラグビー観戦がさらに楽しくなる、ラグビーのルールや日本代表に関するクイズを出題します。会場に設置されたパネルクイズの正解者には、ラグビーオリジナルグッズをプレゼント。

初心者大歓迎

### ふれあいラグビー教室

関東学院高校ラグビー部と一緒に、ラグビーの楽しさを体感しよう。



参加者には商店街コーナーで使えるクーポン券をプレゼント(小学生対象)

**時間** 11時～12時30分

**対象** 原則区内小学生 先着100人

**申込み** 9月10日(火)～ 電話、FAXまたはEメール (ni-chiikishinko@city.yokohama.jp) で住所、氏名、学年、電話番号を連絡

**問合せ** 西区スポーツ振興事業推進委員会(地域振興課内)  
☎320-8390 fax 322-5063



### 商店街コーナー

商店街も熱烈応援!!  
西区のお店が自慢の応援メニューを出品します。

#### 金葉 (戸部町5-200)

台湾出身の店主が作る絶品中華。昨年のガチシリーズ炒飯部門で見事に銀賞を受賞した、熱々の辛い餡をまとったスーラータン炒飯が登場します。

程よい酸味と辛味が癖になる、食欲をそそられる一品です。



#### 大塚由五郎商店 (戸部町4-142)

創業150年。日本酒、洋酒、ワインなどを幅広く取り扱う老舗。日本酒にこだわる店主が、地元神奈川県産の13銘柄を厳選して用意します。

純米酒5銘柄の利き酒セットも販売します。



#### 御菓子司 田邊屋 (伊勢町1-65)

創業106年。国産材料にこだわる店主が作る季節感あふれる和菓子。伝統的なお饅頭、団子、芋ようかんなど豊富な品揃えを楽しめます。

ラグビーにちなんだ新作和菓子を用意します。



#### そば処 松鶴 (久保町28-20)

小粋な店づくりから、店主の温かみを感じられる老舗。珍しい通好みのそば寿司と唐揚げは自慢の一品です。

そば寿司と唐揚げを食べにきてください。



## 参加無料 オリンピック種目体験会 ～オリンピック出場者から楽しくバドミントンを教わるチャンス～

2004年アテネオリンピックに出場した森かおりさんを講師に迎え、バドミントン教室を開催します。初心者も大歓迎♪ 来年の東京2020大会に向けて、スポーツのムードを高めましょう。

区民まつりと同日開催

**日時** 11月3日(日・祝) 11時～12時30分

**場所** 西前小学校体育館(中央2-27-7)

**対象** 原則区内小学生 先着50人

**持ち物** 室内履き、飲み物、タオル

**申込み** 9月10日(火)～ 電話、FAXまたはEメール (ni-chiikishinko@city.yokohama.jp) で、住所、氏名、学年、電話番号を連絡

**問合せ** 西区スポーツ振興事業推進委員会(地域振興課内)  
☎320-8390 fax 322-5063

### 内容

参加賞あり

- ①楽しくバドミントン体験
- ②オリンピック出場者と対決!  
見事勝利した人には、東京2020大会グッズをプレゼント
- ③トップレベルの打ち合いを披露



#### <講師プロフィール>

森かおりさん  
8歳からバドミントンを始め、九州国際大学付属高等学校を卒業後、三洋電機株式会社に所属。2001・03年に全日本総合選手権女子シングルス優勝。2004年アテネオリンピックに出場しベスト16に進出。

問合せ 地域振興課 ☎320-8390 fax 322-5063

**NISHI TOPICS** 区役所より

**西区地域づくり大学校 受講生募集** わたしがつくる“くらしのプラスワン”

**参加無料**  
**託児つき**

自分の得意を生かして始めた新たな仲間づくりが、「人と人」「人とまち」をつなぐ“場”になるかもしれません。「退職、引っ越し、子育てなどで生活パターンが変わった」「5日の有給休暇をとれる」といった機会に、“くらしのプラスワン”づくりを始めてみませんか。

日程・主な内容(全6回) ※いずれも9時15分～12時(第3講を除く)	
<b>第1講</b> 10月24日(木) 講義「わたしがつくりたいくらしワクワクトーク」	<b>第4講</b> 11月28日(木) 講義「プラスワンの“場”をはじめのための土台づくり」
<b>第2講</b> 11月7日(木) 講義「くらしのプラスワンを始めた先輩から学ぼう」	<b>第5講</b> 12月12日(木) 講義「プラン実行に向けて準備しよう」 「自分のプランのお試し」
<b>第3講</b> 11月 活動の場を見学(日時は別途)	<b>第6講</b> 2月6日(木) 講義「プランの振り返り&これからのプラスワン」



自分の活動プランについてグループで話し合い、そこから新たなアイデアが生まれます

**場所** にしとも広場(中央1-5-10 区役所1階)ほか      **定員** 15人(多数抽選)      **託児** 6か月以上の未就学児 定員5人  
**申込み** 9月30日(月)必着。区役所またはにしとも広場、地域ケアプラザなどから申込書を入力し、記入の上にしとも広場へ郵送・FAX・持参。またはホームページ応募フォームから。  **検索**

**問合せ** にしく市民活動支援センター“にしとも広場” ☎ fax 620-6624 / 地域力推進担当 ☎ 320-8319 fax 322-9847

**仕事探しで困っていませんか** 区役所で、仕事探しを支援します

区役所では、生活にお困りの人の就労に向けて、その人の状況に応じた段階的な支援を行っています。これから仕事を探そうと考えている人や探しているのになかなか見つからない人など、一度相談してください。

**就労準備支援**

「これまで働いた経験が少ない」「長年働いていない」と悩んだり不安を抱えていたりする人

生活習慣改善やコミュニケーション力など、基礎能力を向上させるための支援を行います。

生活リズムが整い、仕事をする自信ややる気が持てました。



**就労訓練支援**

さまざまな事情により今すぐには一般的な働き方が難しい人

短期間就労の機会提供など、状況に合わせた柔軟な支援を行います。

職場で働く人との関係づくりにも配慮してもらえたので、前向きに取り組めるようになりました。



**ジョブスポット(就労促進支援)**

● **ジョブスポットとは?**

区役所内にあるハローワーク横浜の施設です。仕事紹介のサービスを提供しています。

一人ひとりに担当者が付き、職業選びのアドバイスから応募書類の作成、就職面接のアドバイスなどを行います。また、ハローワークと同じ求人検索機で求人情報を探することができます。



自分に合った仕事を探せます

**対象** 区内在住の生活にお困りで働く意欲のある人  
 ※各支援の利用には、生活支援課で自立支援に関する申し込みが必要です。詳細はお問い合わせください。

**問合せ** 生活支援課 ☎ 320-8407 fax 322-9877

マークの  
見方

🕒 日 時 📍 場 所 👤 対象・定員 🎒 持 持 物 💰 費 用 📄 一 時 託 児  
📄 申 込 み 🗨️ 問 合 せ ☎️ 電 話 📠 FAX 📧 Eメール

## 交通安全について学びましょう

9月21日(土)～30日(月)は「秋の全国交通安全運動」期間です

反射機能テストなどを体験し、安全運転を心がけましょう。

**日 時** 9月24日(火) 10時～15時

**場 所** 横浜駅東口 新都市プラザ  
(そごう横浜店地下2階正面入口前)

**内 容** 10時～15時  
交通安全パネル展示、各種体験コーナーなど  
13時30分～14時30分  
キャンペーン(ミニコンサート、白バイ乗車体験など)



各種体験コーナーでは、事故を起こさないための反射機能テストなどを行います

神奈川県では10月から「自転車損害賠償責任保険」の加入が義務化します

### 自転車保険に入りましょう

自転車利用中の事故により他人にけがをさせてしまった場合などに備えて、相手の生命や身体の損害を補償できる保険に加入しましょう。



問合せ 道路局交通安全・自転車政策課 ☎️ 671-2323

問合せ 地域振興課 ☎️ 320-8392 fax 322-5063

## ヒューマンライブラリー読者募集

世界に1冊だけの素敵な本と出逢い、生き方や障害について考えてみませんか

障害がある人などを迎え、少人数の参加者と対話することで相互理解を深めるヒューマンライブラリーを西区で開催します。今回はパラスポーツ選手3人を迎え、さまざまなお話を聞きます。

### 本の紹介

- **早瀬 久美さん**(聴覚障害/自転車競技/薬剤師)  
(2013ソフィア、2017サムスン デフリンピック 2大会連続銅メダル)
- **半身まひの人**(競泳) ● **精神障害の人**(フットサル)

**日 時** 10月5日(土) 14時～16時(13時45分受付開始)

**場 所** cafeアニミ(みなとみらい2 クロス・パティオ ☎️ 222-3316)

**対 象** 区内在住・在勤 先着15人

**申 込 み** 9月2日(月)8時45分～  
電話、FAXまたはホームページ申込フォームから



【お詫び】申込用二次元コードが誤っていました。お申込みは下記の申込フォームからお願いします。

問合せ 障害担当 ☎️ 320-8450 fax 290-3422

<https://www.e-shinsei.city.yokohama.lg.jp/yokohama/uketsuke/sform.do?id=1563764339551>



## 善意銀行

お預かりした善意の寄付を、地域の福祉活動に役立てます

西区社会福祉協議会では、皆さんからの善意の寄付(お金や物品)を、区内の当事者団体・社会福祉施設・地域福祉活動団体などに配分し、活動を支援しています。たくさんの善意により、多くの福祉活動が支えられています。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 寄付の受付

- 指定口座への振り込み
- 窓口を持参(高島2-7-1 ファーストプレイス横浜3階)

受付 月～土曜 9時～17時

※現金・物品ともに持参可能です。

※場合によって取り扱いできないものがあります。まずは事前に担当者までご連絡ください。

### 寄付をすると…

希望する人は、西区社会福祉協議会の広報紙に名前を掲載します。また、寄付金は所得税や法人税の優遇措置を受けられます。



問合せ 西区社会福祉協議会 ☎️ 450-5005 fax 451-3131

# NISHI INFORMATION 各種お知らせ

【改修工事などによる施設利用制限のお知らせ】  
 藤棚地区センター(～12月予定):体育室  
 西スポーツセンター(～令和2年1月予定):メインアリーナ

**9月号 広報よこはま西区版 読者アンケート**

今月の紙面について、ご意見をお寄せください。抽選でしまろちゃんタオルをプレゼント

- あなたの年代
- 今月の特集の感想
- 今月号で良かった記事とその理由
- 今後、読んでみたい記事
- その他ご意見・ご感想

【回答方法】はがき・FAX・ホームページで、「読者アンケート9月号」と明記し、広報相談係(〒220-0051 中央1-5-10 西区役所)まで。9月30日(月)必着

広報よこはま西区 読者アンケート 検索

☎ 広報相談係 320-8321 fax 314-8894

**第3地区 福祉フェスタ**

障害のある人の発表や模擬店が楽しめるお祭り

📅10月5日(土) 9時50分～14時30分

📍生活創造空間にし(浜松町14-40)

📍地域活動ホームガッツ・ビーと西

☎250-6506 fax 251-6315

**西区文化祭「芸能祭～秋～」**

民謡・日本舞踊・詩吟などの伝統芸能とフラダンスやコーラスなどの発表

📅10月6日(日) 10時～16時

📍西公会堂(岡野1-6-41)

📍西区文化協会事務局(地域振興課内)

☎320-8392 fax 322-5063

**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 fax 311-6444  
 📧mitsuzawayc-yoyaku@yspc.or.jp

**●鉄板料理教室**

📅11月9日(土)、10日(日) 10時～14時

👤各抽選80人

💰中学生以上2,200円、小学生1,800円、4歳以上の未就学児1,000円、3歳以下100円

📅9月15日～29日(日) 往復はがき(消印有効)に必要事項・年齢を記入、またはホームページ申込フォームから

**にしとも広場**

〒220-0051 中央1-5-10(区役所1階)  
 ☎fax 620-6624  
 📧ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

**●ミリアイナわくわく講座(フラダンス)**

初心者向けにストレッチで体をほぐしながら体験できます

📅9月20日(金) 12時～12時50分

👤先着10人

👜運動しやすい服装、タオル、飲み物

📅9月11日(水)～ 直接来館、電話、FAXまたはEメール

**宮崎地域ケアプラザ**

〒220-0031 宮崎町2  
 ☎261-6095 fax 261-6052

**●認知症予防のコグニサイズ体操と口腔体操**

講義と体操で楽しく認知症予防

📅10月7日、21日(月) 13時30分～15時

👤各先着15人

📅9月15日(日)～ 直接来館、電話またはFAX

**横浜市民ギャラリー**

〒220-0031 宮崎町26-1  
 ☎315-2828 fax 315-3033

**●新・今日の作家展2019 対話のあとさき**

「対話」をキーワードに鎌田友介、原美樹子、守草、門馬美喜の新旧作を展示

📅9月20日(金)～10月12日(土) 10時～18時

**●対談「対話のプラットフォームとしての美術、建築」**

鎌田友介(新・今日の作家展2019出品作家)×五十嵐太郎(建築史・建築批評家)

📅9月21日(土) 15時～16時30分

## お知らせ

### 6病院合同 潜在看護職 復職支援病院見学会

院内見学、復職相談、復職希望者相互の意見交換会

📅9月18日(水)、19日(木) 10時～17時

📍けいゆう病院(みなとみらい3-7-3)、関東病院(磯子区森1-16-26)、佐藤病院(南区南太田1-10-3)、横浜中央病院(中区山下町268)、磯子中央病院(磯子区磯子2-20-45)、亀田病院(御所山町77)

👤将来的に市内での復職を希望する看護師または准看護師免許を持つ人

📧キャリアシート記入の上、18日(水)10時に関東病院に持参

※キャリアシートは、けいゆう病院看護部のホームページからダウンロードまたは郵送対応

💰病院間移動の交通費・昼食代

📍けいゆう病院看護部 ☎221-8202

📧kangobu-2@keiyu-hospital.com

### 全国一斉 法務局休日相談所

公証人、司法書士などに相続を含む各種登記、戸籍、国籍、遺言などの相談

📅10月6日(日) 10時～16時

📍横浜第2合同庁舎1階会議室(中区北仲通5-57)

📧受付中 電話

📍横浜地方法務局総務課

☎641-7461 fax 651-3395

## 施設から

**稲荷台小学校コミュニティハウス**

〒220-0053 藤棚町2-220  
 ☎fax 263-0614

**●シニアメイク講座**

📅10月23日(水) 13時30分～15時30分

👤60歳以上の女性 先着20人

👜卓上鏡、ヘアバンド、フェイスタオル

📅9月17日(火)～ 直接来館または電話

**福祉保健だより**

9月11日(水)～10月10日(木)に予約・実施するものを掲載しています。会場の記載がないものは区役所3階で受け付けます。📧予約…電話による予約です。

問合せ・申込み ●健康づくり係 ☎320-8439～40 fax 324-3703 ●こども家庭係 ☎320-8467～69 fax 322-9875

検診名など	日時	内容・対象など	問合せ	
検診・健康相談	<b>食生活健康相談</b> 予約	9月12日、10月10日(木)9時～12時 9月25日(水)13時30分～16時30分	糖尿病の食事療法や高血圧症の減塩食など、食生活について相談できます	健康づくり係
	<b>禁煙サポート外来</b> 予約	9月18日(水)14時～16時	禁煙のアドバイス、禁煙外来紹介 📍禁煙に関心のある人、または身近な人の禁煙について相談のある人	
	<b>生活習慣改善相談</b> 予約	9月18日(水)13時30分～16時	骨密度測定を実施し、生活習慣改善などを相談できます	
女性の健康相談	予約	随時	助産師に不妊、避妊、思春期・更年期、妊娠から産後まで相談できます	こども家庭係
離乳食教室	予約	9月18日(水)13時30分～15時	離乳食の講話と試食、情報交換など 📍おむね生後7～9か月(1日2回の離乳食)の子どもと家族	健康づくり係
	予約	9月18日(水)9時～12時	離乳食、幼児食、偏食や少食など、赤ちゃんから高校生までの子どもの食生活について相談できます	
乳幼児健診	4か月児	9月26日(木)(受付:9時～9時30分)	詳細は個別通知をご覧ください	
	1歳6か月児	9月24日、10月8日(火)(受付:9時～9時30分)		
	3歳児	9月12日、10月10日(木)(受付:13時～14時)		
乳幼児・妊産婦歯科相談	予約	9月30日(月)13時30分、14時、14時30分	歯科健診、歯みがき指導 📍未就学児、妊産婦 📍母子健康手帳、歯ブラシ(仕上げ用)、タオル	こども家庭係
母乳育児相談	予約	10月8日(火)13時15分～15時	母乳、授乳、育児に関する相談※授乳時間に合わせておいでください 📍母子健康手帳	
ほっとたいむ	予約	9月25日(水)10時～11時30分	わが子の成長は嬉しいですが、ついイライラすることはありませんか。そんな気持ちを話す場です	
プレパパママ教室 土曜日のみ	予約	10月2日(水)	ママと赤ちゃんの歯のお話、妊娠中の食生活 📍歯ブラシ、手鏡	
	予約	9月11日、10月9日(水)	お産の経過と呼吸法、産後のママと赤ちゃん 📍はじめて出産する妊婦(妊娠6～9か月の人)と家族 📍母子健康手帳、よこはま子育てガイドブック「どれどれ」、筆記用具	
よちよちパパママ育児教室	予約	9月18日(水)	母乳のお話、マタニティビクス ※運動しやすい服装で参加	
	予約	9月28日(土)	10時～12時(受付:9時45分～) [予約開始]9月9日(月)8時45分～	沐浴、妊婦疑似体験など ※なるべくパートナーと一緒に参加 📍妊娠7～9か月の妊婦と家族
予約	9月28日(土)	10時～12時(受付:9時45分～) [予約開始]9月9日(月)8時45分～	パパ・ママ二人で子育て、ベビービクス、プレパパママとの交流 📍生後3～7か月の子どもと保護者 📍母子健康手帳、筆記用具	



🕒日 時 📍場 所 🧑対象・定員 🎒持ち物 💰費用 📅一時託児  
📄申込み 🗨️問合せ ☎️電 話 📠FAX 📧Eメール

申込方法

はがき・FAX・Eメールで申込むときは必要事項(行事名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号)を、往復はがきの場合は返信用部分に自分の住所を必ず記入してください。費用・料金の記載がないものは無料です。申込みの記載がないものは直接会場へ。

### 中央図書館

〒220-0032 老松町1  
☎️262-0050 📠231-8299

#### ●定例おはなし会

絵本、紙芝居の読み聞かせ、昔話など  
🕒9月11日、25日、10月9日(毎月第2・4水曜) 15時30分～15時50分  
👤ひとりでお話を聞ける子～小学生

#### ●土ようびのおはなし会

楽しいお話、不思議なお話、いろいろな絵本を読みます  
🕒9月14日、21日、28日、10月5日(土)  
①14時～ ②14時30分～(各20分)  
👤①ひとりでお話を聞ける子  
②小学生

#### ●読み聞かせボランティア向け講座

わらべうたの魅力やおはなし会への生かし方を学びます  
講師:落合美知子さん  
🕒10月8日(火) 13時～15時  
👤市内で読み聞かせボランティアとして活動している人・子育て支援に関わる人 先着30人  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話

#### ●い・にし・え散歩

西区の古道保土ヶ谷道を歩きます  
🕒10月26日(土) 14時～16時  
👤区内および近隣区在住の18歳以上 抽選20人  
📄9月11日～10月2日(水) 直接来館、電話またはホームページ申込フォームから

#### 検索機の使い方相談が予約制になりました

本の検索やホームページからの予約の仕方を学べます  
🕒火・金 10時～17時(30分間)  
水・木 10時～12時(30分間)  
👤基本的なキーボード操作が出来る人  
📄希望日の1か月前～1週間前に直接来館または電話

### 境之谷公園こどもログハウス

〒220-0054 境之谷105-1  
☎️📠253-6972

#### ●おはなしコロコロたまてばこ

高校生によるおはなし会と作品づくり  
🕒10月5日(土) 13時～14時

### 西前小学校コミュニティハウス

〒220-0051 中央2-27-7  
☎️📠311-8043

#### ●大うたごえ広場

広い会場で思いっきり歌いましょう  
出演:音楽ボランティア 一座にしエイチファイブ・木津かおり  
🕒9月29日(日) 13時～15時30分  
👤当日先着200人  
🎒上履き

### 西地区センター

〒220-0073 岡野1-6-41  
☎️📠314-7734 📠320-4260

#### ●シルバーアクセサリー作り

🕒9月28日、10月5日(土) 10時～12時 全2回  
👤中学生以上 先着12人  
💰2,000円  
📄9月11日(水)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

#### ●<sup>こぼ</sup>花店店主から習う本格味噌作り

約4Kgの味噌を作ります  
🕒10月13日(日) 10時～13時  
👤先着16人(未就学児同伴不可)  
💰3,800円(容器付)  
📄9月22日(日)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

#### ●楽しい親子料理教室

料理を楽しみながら、和食の基本とマナーを学びます  
🕒10月26日(土) 10時～13時  
👤小学生以上と保護者 先着8組(未就学児同伴不可)  
💰1,000円  
📄9月29日(日)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

#### ●赤ちゃんの脳育遊び&親子体操

🕒10月29日、11月12日、26日(火) 10時30分～11時30分 全3回  
👤10月29日時点で7か月～1歳の乳幼児と母親 先着10組(全3回参加できる人)  
💰1,000円  
📄10月1日(火)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

### 浅間コミュニティハウス

〒220-0072 浅間町5-375-1  
☎️📠311-6085 📠311-6050

#### ●大人のためのおはなし会

おはなしの語り・絵本の紹介など  
🕒10月1日(火) 11時～11時45分  
👤成人 先着12人  
📄9月15日(日)～ 直接来館または電話

#### ●開館3周年 ありがとうイベント

アイシングクッキーづくり、バルーンアート、レコード鑑賞、作品展など  
🕒10月5日(土) 12時～15時  
💰アイシングクッキー、バルーンアート 各100円

#### ●親子のおはなし会

わらべうた、絵本、ミニ舞台など  
🕒10月17日(木) 11時～11時30分  
👤0～2歳児と保護者 先着5組  
📄9月19日(木)～ 直接来館または電話

#### ●影絵を楽しもう

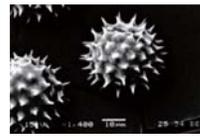
「はたらくくるま」「どんないろがすき」ほか  
🕒10月20日(日) 11時～12時  
👤3歳～小学生 先着30人  
💰100円(当日持参)  
📄9月15日(日)～ 直接来館または電話

### 東小学校コミュニティハウス

〒220-0033 東ヶ丘59  
☎️📠263-1111

#### ●親子電子顕微鏡教室

髪の毛や花粉などを観察しよう  
🕒9月28日(土) 10時～12時  
👤小学生と保護者 先着10組  
💰1組200円  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話



ひまわりの花粉

### 戸部コミュニティハウス

〒220-0043 御所山町1-8  
☎️📠231-9865 📠231-9866

#### ●コンテナで秋の花の寄せ植え

土いじりでストレス解消にもなります  
🕒10月5日(土) 13時～15時  
👤成人 先着12人 💰1,000円  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話(1週間以内に費用持参)

### 藤棚地区センター

〒220-0053 藤棚町2-198  
☎️📠253-0388 📠253-0389

#### ●藤棚ふれあい食堂

食事やカラオケを楽しみます  
メニュー:とんかつ・サラダ  
🕒9月20日(金) 16時～18時  
👤当日先着30人  
💰200円(中学生以下無料)

#### ●プレ幼稚園 リス組さん

未就園児の仲間でおはなし会・絵具遊び・運動会などを楽しみます  
🕒10月4日、11日、18日、25日、11月1日、8日、15日、22日、29日(金) 10時～11時30分 全9回  
👤1歳半以上の未就園児と保護者 先着15組  
💰5,000円  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話(12日～)

#### ●カルシウムたっぷり料理教室

メニュー:サバ缶のハンバーグ・サラダほか  
🕒10月8日(火) 10時30分～13時30分  
👤先着10人  
💰1,000円  
👤2歳以上の未就学児 先着6人  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話(12日～)

#### ●すこやかお元気フェスタ

生活習慣予防のお話・簡単体操・日常生活の困りごとの相談  
🕒10月9日(水) 10時～11時30分  
👤当日先着50人

### 藤棚地域ケアプラザ

〒220-0053 藤棚町2-198  
☎️📠253-0661 📠253-0698

#### ●自分再発見講座

自分史を共有することで自分を再発見し、地域での仲間づくりを考えます  
🕒10月23日(水)、11月8日(金)、12日(火)、22日(金)、29日(金) 10時～11時30分 全5回  
👤先着20人  
💰300円  
📄9月11日(水)～ 直接来館または電話



## 子育て情報

### 出前合同育児講座に来ませんか

地区の保育園・幼稚園・ひろばの各施設長や保育士を交えたグループワークや親子ふれあい遊びを楽しみましょう

🕒①9月12日(木) 第2地区 西前小学校コミュニティハウス(中央2-27-7)  
②9月19日(木) 第五地区 平沼西昭会館(平沼1-35)  
③9月20日(金) 第4地区 野毛山幼稚園(老松町30)  
いずれも10時～11時30分

👤未就園児と保護者 ※予約不要  
💰①200円 ②300円 ※親子ふれあい会の参加費として ③無料  
📍南浅間保育園 ☎️312-0942 📠312-0867

### 地域の中の支えあい「横浜子育てサポートシステム」

地域の中で子どもを預けたり預かったりすることで、人と人とのつながりを広げ、地域ぐるみでの子育てを目指す、有償の支えあい活動です(¥1時間800円～)

※10月から一定の条件を満たす場合、預かりを含む活動の報酬が幼児教育・保育の無償化の対象になります。詳しくはお問い合わせください

●**利用するには** 子どもを預けたい人、子どもを預かる人は事前に入会説明会に参加し、会員登録が必要です。会員は、いずれも随時募集中です

●**申込み・問合せ** 横浜子育てサポートシステム 西区支部事務局  
(みなとみらい3-3-1 三菱重工横浜ビル3階 西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート)  
☎️211-9707 📠264-4350  
(9時～17時、火曜～土曜※祝日および月曜が祝日の場合は翌日は休館)  
詳しい内容や入会説明会の日程は [横浜子育てサポートシステム](#) [検索](#)

