

こまごまインフォメーション

当月11日からの予定

マークの説明

☎…電話 ☎…ファクス ✉…Eメール ㊟…申込み ㊞…問合せ

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代等含む)
- 申込みの記載がない場合は当日直接会場へ
- 区役所への郵便は「〒222-0032 大豆戸町26-1 港北区役所〇〇係」へ

- [必要事項]** は行事名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・(往復はがきは返信先)を記入してください
- 住所等の個人情報は催しの開催・申込者への連絡以外の目的には使用しません

ミズキーの一言メモ



この欄(10~12ページの端)では、催しの補足情報等を掲載しています。

1つながるカフェ

市民活動グループや団体を対象に、若者と地域をつなぐ場づくりの事例紹介と学生との交流会を実施します。

2新治恵みの里 ネギ掘りと試食

ネギ掘りを体験し、掘ったネギを炭火で丸焼きにして試食します。ネギ2kg(試食分含む)の土産付きです。

3大倉山から自然と芸術を求めて

港北ボランティアガイドの案内の下、梅香る大倉山から彫刻が点在する太尾堤緑道を抜け、早めの桜が咲く新横浜駅前公園へと散策します。約6kmのコースです。

4港北区スポーツシンポジウム

1部は表彰、2部は講演、3部はダンスの発表を行います。2部では「エンジョイベースボールがめざすもの」と題して、慶應義塾高等学校野球部監督の森林貴彦氏が講演します。



森林貴彦氏

5プリザーブドフラワー教室

鳥籠やゴンドラ型の壁掛けを使用し、イースターをイメージしたアレンジメントを作りませんか。



区役所から

1つながるカフェ

「学生の声を聴いてみよう!」。1月31日(水)13時30分~15時30分、区役所、抽選30人

㊟区ウェブサイト(1月22日まで)区民活動支援センターへ [港北つながるカフェ](#) [検索](#)

2精神障害者家族教室

家族SSTリーダー高森信子氏による講座。2月2日(金)13時30分~16時30分、区役所4階1・2号会議室、精神障害者の家族、先着70人

㊟電話かファクス(1月15日~) **[必要事項]**を記入し、港北区生活支援センターへ [☎475-0127](#) [☎475-0121](#) [㊞障害者支援担当](#) [☎540-2377](#) [☎540-2396](#)

3新治恵みの里 ネギ掘りと試食

2月3日(土)10時30分~12時、にいほる里山交流センター(緑区)、市内在住の個人かグループ(1組4人まで)、先着15組、1組1,600円 ※雨天時2月4日(日)

㊟新治恵みの里ウェブサイト(1月15日20時~) [㊞北部農政事務所](#) [☎948-2480](#) [☎948-2488](#)

4ごきげんなまちのひみつ

好きなことから始める地域活動講座。2月9日(金)10時30分~12時、区役所、抽選20人

㊟区ウェブサイト(1月31日まで)地域力推進担当へ [港北つなぎ塾](#) [検索](#) [☎540-2247](#) [☎540-2245](#)

5大倉山から自然と芸術を求めて

2月20日(火)9時30分~12時30分、大倉山記念館集合、抽選50人、500円 ※荒天中止

㊟区ウェブサイトか往復はがき(2月5日必着)参加者全員の**[必要事項]**を記入し、区民活動支援センターへ [花と木のウォーキングツアー](#) [検索](#) [☎・☎540-2246](#)

6港北地域学 区の疑問に答えます

「港北区のことをもっと知ろう」。2月20日(火)13時30分~15時30分、区役所、抽選60人

㊟区ウェブサイト(2月8日まで)区民活動支援センターへ [港北地域学](#) [検索](#) [☎・☎540-2246](#)



スポーツ

「所定の用紙」は区役所生涯学習支援係(☎540-2238 ☎540-2245)や区内地区センター、港北スポーツセンターにあります。

1区民ダンスの集い

社交ダンスを楽しむ(経験不問)。1月14日(日)13時~16時、綱島地区センター、当日先着150人、500円 ※男女リボンあり。マスク着用で参加

㊞港北ダンススポーツ連盟 [☎・☎531-8553](#)

2港北区スポーツシンポジウム

2月17日(土)13時~16時、港北公会堂、先着400人

㊟区ウェブサイトか所定の用紙をファクス(1月15日~)生涯学習支援係へ [港北区スポーツシンポジウム](#) [検索](#) [☎540-2238](#) [☎540-2245](#)

3港北区グラウンドゴルフ大会

3月3日(日)8時~15時、鶴見川樽町公園、区内在住か在勤か在学の小学4年生以上のチーム(1チーム6人)、抽選72チーム、1チーム2,000円 ※雨天時3月17日(日)

㊟区ウェブサイトか所定の用紙をファクス(1月26日まで)生涯学習支援係へ [港北区グラウンドゴルフ大会](#) [検索](#) [☎540-2238](#) [☎540-2245](#)



施設から

申込みや問合せは各施設へ。㊞は休館日

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10 [☎421-1211](#) [☎431-5212](#) ㊞1月1日~14日

1おはなし会

①ひろばおはなし会:1月17日(水)、3~6歳児、②紙芝居の日:1月20日(土)、③ひよこのおはなし会:1月25日、2月8日(木)、11時~11時30分、3歳以下の子と保護者、当日先着各15組、④一土のおはなし会:2月3日(土)、小学生以上、①②④15時~15時30分

朗読の部屋

星野道夫「早春」ほかを朗読。1月21日(日)15時~16時、18歳以上、当日先着40人

大人のための朗読会

西澤實脚本「雁」ほかを朗読。1月27日(土)15時~16時、18歳以上、当日先着40人

大倉山記念館

〒222-0037 大倉山2-10-1 [☎544-1881](#) [☎544-1084](#) ㊞第3月曜

2プリザーブドフラワー教室

①中級:2月17日(土)、10時~11時30分、14時~15時30分、3,500円、②初級:2月18日(日)10時~11時30分、3,000円、①②18歳以上、先着各12人 [㊟電話](#)(1月16日10時~)

港北公会堂

〒222-0032 大豆戸町26-1 [☎540-2400](#) [☎540-2399](#) ㊞1月9日

ミニチュアフードを作ろう

粘土を使ってかわいいキーホルダーを作る。1月24日(水)、10時~12時、13時~15時、先着各5人、1,500円 ※小学2年生以下は保護者同伴 [㊟電話](#)か来館(1月15日~)



作品例

バレンタインのラッピング

2月3日(土)、11時~12時、13時~14時、先着各8人、1,500円 ※小学生以下は保護者同伴 [㊟電話](#)か来館(1月20日~)



作品例

健康に関する相談等の日程

*詳細は、各家庭に配布している「保存版 福祉保健センターからのお知らせ」もご覧ください。

こども家庭係 ㊟・㊞ ☎540-2340 ☎540-3026

歯つらつ歯みがき教室

㊟区ウェブサイト(1月15日~) [港北区 歯つらつ](#) [検索](#)

親子でむし歯予防の話や歯磨き実習、むし歯菌チェック、区役所歯磨きをこれから開始する子向け:2月27日(火) 9時15分~、13時15分~ 歯磨きをすでに開始した子*向け:2月27日(火) 10時15分~、13時15分~ *1歳前後の子が対象です。

乳幼児(未就学児)・妊産婦(産後1年未満)歯科相談

㊟区ウェブサイト(受付中) [港北区 歯科相談](#) [検索](#)

歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所
1月17日(火) 乳幼児: 13時15分~14時30分受付 妊産婦: 14時30分受付
1月30日(火) 乳幼児: 9時15分~10時30分受付 妊産婦: 10時30分受付

健康づくり係 ㊟・㊞ ☎540-2362 ☎540-2368

生活習慣改善相談 ㊟電話(受付中)

生活習慣病(高血圧・脂質異常・糖尿病等)と禁煙に関する個別相談、1時間、区役所1月15日・22日、2月5日(月) 13時30分~、15時~

子どもの食事相談 ㊟電話(受付中)

子どもの食事(離乳食を食べない、小食、偏食等)に関する個別相談、1時間、区役所1月17日・24日(火)・29日(月) 13時30分~、14時30分~、15時30分~

7~8か月児の離乳食教室

㊟区ウェブサイト(1月15日~) [港北区 離乳食教室](#) [検索](#)

離乳食が2回食になった7~8か月児、離乳食の進め方や作り方の話と2回食のプチ体験、1時間程度、区役所、離乳食手帳持参(持っていない人は当日配布) 2月5日(月)・13日(火)・19日・26日(月) 10時30分~

港北国際交流ラウンジ
〒222-0032 大豆戸町316-1
☎430-5670 ㊟430-5671 ㊟第3月曜

■**サクサクチヂミ作りと韓国の話** ⑦
2月11日(日・祝)13時30分～15時、先着15人、500円 ※小学生は保護者同伴
㊟ウェブサイト(1月27日10時～)

菊名地区センター
〒222-0011 菊名6-18-10
☎421-1214 ㊟431-4101 ㊟第3月曜

■**こども鉄道教室** ⑧
2月3日(土)、10時～、11時45分～、13時30分～(各90分)、小学生以下の子と保護者、抽選各12組
㊟電話かウェブサイト(1月22日まで)

■**おはなしたんぽぽ**
絵本の読み聞かせや折り紙、手遊び等。
2月9日(金)11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

■**菊名記念病院公開市民講座**
元気な足腰でいるための体操を行う。
2月29日(土)13時30分～14時30分、18歳以上、先着10人
㊟電話か来館(1月29日10時～)

篠原地区センター
〒222-0022 篠原東2-15-27
☎423-9030 ㊟423-9032 ㊟第3月曜

■**パパの赤ちゃん会**
育児の相談やパパ同士で情報交換。2月3日(土)10時30分～11時30分、1歳7か月以下の子と父親

■**しのはら歌声広場** ⑨
2月27日(火)13時～14時30分、先着30人
㊟来館(1月22日9時～、10時から電話可)

日吉地区センター
〒223-0062 日吉本町1-11-13
☎561-6767 ㊟561-5841 ㊟第4月曜

■**日吉おはなし会**
読み聞かせや紙芝居等。1月11日・25日、2月8日(木)、11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着各10組

■**バレンタインをペーパーリースで**
親子で紙の3Dリースを作る。2月12日(月・休)9時30分～11時30分、小・中学生と保護者、抽選10組、1組1,200円
㊟来館か往復はがき(1月25日必着)参加者全員の**[必要事項]**と子の学年を記入



作品例

■**梅林から春探訪** ⑩
2月21日(水)9時30分～12時30分、大倉山駅(東急東横線)集合、抽選20人、400円
㊟来館か往復はがき(1月25日必着)**[必要事項]**を記入

城郷小机地区センター
〒222-0036 小机町2484-4
☎472-1331 ㊟472-1332 ㊟第4月曜

■**おはなしの部屋**
パネルシアターや絵本の読み聞かせ。
1月23日(火)10時30分～11時、未就学児と保護者、当日先着12組

■**地元麹屋が教える手作り味噌教室** ⑪
2月3日(土)10時30分～12時、中学生以上、先着19人、2,500円 ※18歳未満は要保護者申込み
㊟電話か来館(1月19日10時～)



調理例

綱島地区センター
〒223-0053 綱島西1-14-26
☎545-4578 ㊟531-5771 ㊟第3月曜

■**つなしま絵本読み聞かせの会**
絵本や紙芝居の読み聞かせと親子交流。
1月24日(水)10時45分～11時15分、未就学児と保護者(2人1組)、当日先着12組

■**親子パン作り教室** ⑫
2月25日(日)10時～12時30分、小学生と保護者(2人1組)、先着10組、1組2,200円
㊟来館(1月21日9時～、10時から電話可)



調理例

新田地区センター
〒223-0056 新吉田町3236
☎591-0777 ㊟591-0045 ㊟1月9日

■**集まれおはなしキラキラぽっけ**
季節に合った読み聞かせ。1月25日(木)10時30分～11時、未就学児と保護者

■**バレンタインのお菓子作り**
チョコレートブラウニーを作る。2月10日(土)13時～15時、18歳以上(小学4年生以上の子の同伴可)、先着10人、1,200円
㊟来館(1月15日9時～、10時から電話可)

■**誰でも簡単、味噌づくり教室** ⑬
2月21日(水)13時～16時、18歳以上、先着10人、2,000円
㊟来館(1月25日9時～、10時から電話可)

大綱中学校コミュニティハウス
〒222-0037 大倉山3-40-2
☎・㊟547-2761 ㊟火・金曜

■**スマートシニアを楽しむ** ⑭
2月18日(日)13時～15時、65歳以下、先着20人
㊟電話(1月27日10時～)

菊名コミュニティハウス
〒222-0011 菊名4-4-1
☎401-4964 ㊟401-4968 ㊟第3月曜

■**本格派の迫力ひげじいの紙芝居**
物語に引き込まれる迫力満点の紙芝居。
1月13日(土)11時～11時30分、当日先着15人



過去の様子

■**親子でゆったりおはなしのへや**
絵本の読み聞かせや手遊び等。1月20日(土)11時～11時40分、当日先着15人



過去の様子

■**菊名記念病院公開市民講座**
健康寿命を伸ばす食習慣を継続する術を学ぶ。2月15日(木)14時～15時、18歳以上、先着10人
㊟電話か来館(1月25日10時～)

■**きくなこみっこ+one** ⑮
2月17日(土)10時～12時、4歳未満の子と保護者、抽選6組、1組100円
㊟電話かウェブサイト(2月8日まで)

師岡コミュニティハウス
〒222-0002 師岡町700 トレッサ横浜南棟3階
☎534-2439 ㊟546-4568 ㊟第3月曜

■**師岡おはなしの部屋**
絵本の読み聞かせや紙芝居等。1月18日(木)11時～11時20分、未就学児と保護者、当日先着15組

■**鏡の不思議、万華鏡を作る**
万華鏡で見える景色を鏡の実験で学ぶ。
2月17日(土)13時30分～15時、小学生、先着20人、300円
㊟電話(1月16日10時～)



作品例

下田小学校コミュニティ・スクール
〒223-0064 下田町4-10-1
☎・㊟565-2850 ㊟火・金曜

■**下田おはなしの会**
絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌。
1月18日(木)10時～10時30分、未就学児と保護者、当日先着10組

⑥ **バレンタインのラッピング**
講師はラッピングコーディネーターの菊地なをみ氏です。ハートをテーマに小さな菓子を包みます。

⑦ **サクサクチヂミ作りと韓国の話**
韓国スタッフが本場のチヂミの作り方を教えます。韓国の家庭料理や飲み物を味見しながら、韓国の話を楽しみましょう。

⑧ **こども鉄道教室**
JR菊名駅と東急線菊名駅との共催イベントです。駅長服を着て記念撮影もできます。ハマの電ちゃん、のるるも来ます。

⑨ **しのはら歌声広場**
生演奏に合わせて昭和歌謡をみんなで歌います。当時は振り返りながら楽しく過ごしましょう。

⑩ **梅林から春探訪**
大倉山梅林で梅の香りを楽しみ、熊野神社を訪ねます。横溝屋敷で歴史あるひな飾りも堪能します。

⑪ **地元麹屋が教える手作り味噌教室**
国産白目大豆に国産米の手作りこうじと天日塩を使用しただけの一品です。手作りしたみそ2kgを持ち帰ります。

⑫ **親子パン作り教室**
イースターにぴったりのかわいいうさぎパン等、2種類のパンとホットショコラを作ります。

⑬ **誰でも簡単、味噌づくり教室**
豆を煮て、つぶして、丸める工程を習います。みそづくりは難しいことを体験する講座です。2kgのみそを持ち帰ります。

⑭ **スマートシニアを楽しむ**
60代からの余生を、地域と交わりながらアクティブに明るく楽しく過ごすための講座です。

⑮ **きくなこみっこ+one**
パーソナルカラー診断で自分に似合う色を見つけて、子育て生活をオシャレに楽しめよう。

— 以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。 —

広告

16 はぐピョン

親子で遊べるフリースペースです。滑り台や大きな車等のおもちゃを用意しています。ボランティアによる季節のおはなし会を行います。時間中は出入り自由です。

17 若返りの音楽レク

曲当てゲームや振り付けのある懐かしい歌等、歌って踊って頭も体もスッキリ楽しめる内容です。

18 脳寿命を延ばす「すこやか体操」

軽い運動をしながら簡単な暗算や歌唱を行います。同時に2つのことをすることで脳に良い刺激を与えます。

19 関節ととのえ塾 3月講座

股関節や腰の調子を整えるため、参加者それぞれの苦手な動きと改善に効果的なプログラムを紹介します。

アートフォーラム あざみ野

天井パネル交換工事に伴う臨時休館のお知らせ

期間

2月1日(木)～3月11日(月)(予定)

男女共同参画センター横浜北 910-5700 fax 910-5755 横浜市民ギャラリーあざみ野 910-5656 fax 910-5674

明るい選挙メッセージカードコンテスト作品展示

未来を担う児童や生徒が18歳で選挙権を持った自分をイメージし、投票への期待、一票で叶えてほしい夢や希望をカードに描いた作品を巡回で展示します。

日時

1月6日(土)～3月31日(日)

巡回展示場所

- 区役所 区内地区センター 市営地下鉄駅構内(新横浜駅、日吉駅) トレッサ横浜(師岡町700)



巡回日程は区ウェブサイトへ



統計選挙係 540-2213 fax 540-2209

新吉田地域ケアプラザ

〒223-0056 新吉田町6001-6 592-2151 fax 592-0105 第4月曜

はぐピョン 16

2月12日(月・休)・22日(木)、10時～13時、未就学児と保護者、先着各50人 電話かウェブサイト(1月25日～)

高田地域ケアプラザ

〒223-0066 高田西2-14-6 594-3601 fax 594-3605 第1月曜

男性限定 高田元気教室

理学療法士指導の下、筋力強化体操を行う。2月2日、3月1日(金)、13時20分～14時30分、65歳以上の男性、先着20人、1回500円 電話か来館(1月15日～)

老人福祉センター 菊名寿楽荘

〒222-0011 菊名3-10-20 433-1255 fax 433-2895 第4火曜

うたごえ広場

懐かしい歌や流行歌等、様々な曲を歌う。1月31日(水)13時～15時、60歳以上の市民、先着20人 来館(1月15日10時～)

若返りの音楽レク 17

2月5日(月)・9日(金)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人 来館(1月20日10時～)

ご自身のスマホで学ぶ 入門編

アンドロイド端末の操作方法を学ぶ。2月8日・22日(木)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各10人 電話か来館(1月25日10時～)

脳寿命を延ばす「すこやか体操」 18

2月8日・22日(木)、10時～12時、60歳以上の市民、先着各20人 来館(2月1日10時～)

スポーツ医科学センター

〒222-0036 小机町3302-5 477-5050 fax 477-5052 1月16日・23日

関節ととのえ塾 3月講座 19

3月7日・14日・21日(休)、全3回、13時～14時30分、16歳以上、先着10人、4,500円 電話か来館(2月1日10時～)

地域子育て支援拠点 だろっぴ

〒222-0037 大倉山3-57-3 540-7420 fax 540-7421 日・月曜、祝日

地域子育て支援拠点 だろっぴサテライト

〒223-0052 綱島東3-1-7 633-1078 fax 633-1072 日(1月21日除く)・月曜、祝日、1月13日午前

新横浜出張ひろば りぼん

遊んで、おしゃべりして楽しく交流。①ダッドウェイラーニングセンター新横浜校(新横浜3-9-18 TECHビルA館地下1階):1月11日・25日、2月1日(木)、9時～14時、②オルタナティブ生活館5階(新横浜2-8-4):1月17日、2月7日(水)、9時30分～14時30分、③未就学児と保護者が妊婦(家族の同伴可)

ふたごちゃんみつごちゃんの会

多胎児家庭の交流会。1月29日(月)10時～12時、だろっぴサテライト、多胎児家庭ときょうだい児(出産予定の人也可)

あっぴっぴ

触れ合い遊びと赤ちゃんとの生活の話。①太尾保育園:2月6日(火)、②だろっぴサテライト:2月7日・21日(水)、③だろっぴ:2月21日(水)、①～③10時30分～11時40分、2～4か月の第1子と保護者、先着(①8組、②③各10組) ウェブサイト(1月16日～)

助産師とみんなの知恵袋

授乳や離乳食、産後の体調の話。①だろっぴサテライト:2月6日(火)13時30分～14時30分、②だろっぴ:2月22日(木)10時30分～11時30分、③未就学児と保護者、先着各10組 ウェブサイト(1月16日～)

両親教室(オンライン)

出産と育児のオンライン講座。①2月16日(金)19時～20時30分、②3月2日(土)10時30分～12時、③区内在住の出産予定日が6月・7月頃で初出産の人とそのパートナー(単身も可)、先着各15組 ウェブサイト(各開催日の1か月前～)

土曜日両親教室

育児と沐浴の講座。①日吉本町地域ケアプラザ:2月17日(土)、②だろっぴ:3月2日(土)、①②10時～12時、区内在住の出産予定日が6月・7月頃で初出産の人とそのパートナー(単身も可)、先着各18組 ウェブサイト(各開催日の1か月前～)

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 1月9日

家族でデイキャンプ

ソロキャンプの基礎技術を体験。3月2日・16日(土)、全2回、10時～12時、小学生以上の子と保護者、抽選12組(2人1組)、1組3,000円(追加1人1,500円、3歳以下300円) ※雨天決行 ウェブサイトか往復はがき(2月10日消印有効) [必要事項]と子の学年を記入

チャレンジパーク

野外炊事体験と野外ゲーム。3月10日(日)9時30分～15時30分、小学3～6年生、抽選48人、3,500円 ※雨天決行 ウェブサイトか往復はがき(2月14日消印有効) [必要事項]と学年を記入

アートフォーラムあざみ野

男女共同参画センター横浜北 横浜市民ギャラリーあざみ野 〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3 第4月曜、2月1日～3月11日

※2は保育あり、2か月以上の未就学児、有料、要予約(910-5724)

男女共同参画センター横浜北

910-5700 fax 910-5755

1 パパといっしょに作って遊ぼう

「紙工作でケーキ屋さんごっこ」。1月13日(土)10時30分～12時、未就学児と保護者、当日先着20組、1組300円 ※汚れてもいい服装で参加 子どもの部屋(910-5724)

2 はじめてミシン、だれでもミシン

ミシンの使い方を学んでトートバッグを作る。1月27日(土)10時～12時、ミシンに興味のある人、先着10人、3,000円 電話(1月11日～) 910-5724(子どもの部屋)

3 就活ナビゲーター相談(電話相談)

仕事の情報紹介や探し方、面接の直前対策等。2月の火・木・日曜、受付:9時30分～16時(1人20分)、女性、受付時間内に女性としごと応援デスクへ電話 910-5765

港北区社会福祉協議会

〒222-0032 大豆戸町13-1 吉田ビル206 547-2324 fax 531-9561 第1日曜

精神保健福祉講座 心の理解の仕方

悩みと上手に付き合うための講演会。2月10日(土)13時30分～16時、先着40人、500円 電話(1月15日～)

善意銀行(寄託10月1日～31日)

港北邦楽協会、匿名個人(敬称略)ありがとうございました

広告