

MINAMI 5

No.319

南区の情報を発信中!



横浜市LINE
公式アカウント



X
(旧Twitter)

市販と
Link

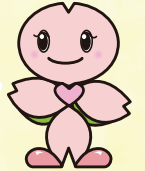
みなんで地域をより良くしませんか?

南区地区懇談会は、区内16地区連合町内会のエリアごとに開催されており、南区の特徴ある取組のひとつです。今年も全連合町内会で開催されます。



**Q. 地区懇談会
ってなに?**

A. 地区懇談会とは、地域の皆さんが地域の課題を共有し、意見交換をする場だよ。課題解決に向けた取組のアイデアや魅力づくりなど、地域全体で考えていきたいことを話し合うよ。



防犯



地域で防犯意識を高め、安心して暮らすため、警察から最新の犯罪と対策について説明を聞き、特殊詐欺の電話対応方法をロールプレイングで体験しました。

参加者の声

さまざまな詐欺の手口や、対策について具体的に聞けたので参考になりました。

ICT活用



地域の活動を進めていく上で、ICTをどのように活用するかをみんなで考えました。専門家から具体的な例を聞き、実際に二次元コードを読み取る体験などをしました。

参加者の声

各町内会でやっているICT活用の事例を聞くことができ、大変参考になりました。

地区懇談会の その後は?



電子回覧板の導入に向けて、地区でデジタル研究会を立ち上げました。

地域への関心を高め、愛着が持てるよう、住民の交流を促すプロジェクトを立ち上げました。自分たちが住む町の分かりづらい道に愛称をつけて、看板を設置しました。



防災



関東大震災から100年という節目の年であることから、当時の様子について講話を聞き、自分の命は自分で守る「自助」と、地域で助け合う「共助」について話し合いました。

参加者の声

災害時の具体的な対応方法について話し合えて良かったです。

地域の魅力づくり



地域の魅力を再確認し、より良い地域をつくるために、子どもたちも参加して日頃の生活の中で感じていることや地域でやりたいことなどを共有しました。

参加者の声

地域の活性化のためのアイデアを出し合うことができ良かったです。

6年度 南区地区懇談会開催日程

	地区名	日時	会場	地区名	日時	会場
1	蒔田	5月10日(金) 19時	ビエラストジオ蒔田	9 六ツ川	6月1日(土) 18時	六ツ川一丁目コミュニティハウス
2	中村	5月14日(火) 18時30分	区役所1階	10 南永田山王台	6月6日(木) 18時	永田地域ケアプラザ
3	井土ヶ谷	5月16日(木) 18時30分	ビエラストジオ蒔田	11 本大岡	6月8日(土) 18時	大岡地区センター
4	永田みなみ台	5月21日(火) 19時	南永田団地1街区集会所	12 六ツ川大池	6月12日(水) 18時	六ツ川大池地区連合自治会館
5	堀ノ内睦町	5月23日(木) 19時	睦コミュニティハウス	13 太田	6月14日(金) 19時	ビエラストジオ蒔田
6	太田東部	5月25日(土) 18時	西中・前里一・白金一町内会館	14 寿東部	6月21日(金) 19時	区役所1階
7	北永田	5月30日(木) 18時	永田小学校体育館	15 別所	6月26日(水) 18時	別所コミュニティハウス
8	大岡	6月1日(土) 13時30分	大岡地区センター	16 お三の宮	6月28日(金) 18時	お三の宮地区連合町内会館

※参加人数を制限させていただく場合があります。
参加方法などについてはお住まいの自治会町内会までお問い合わせください。



☎ 地域力推進担当 ☎ 341-1239 ☎ 341-1240

詳細はこちら▶



南区役所

〒232-0024 浦舟町 2-33
☎ 341-1212 (代表)

受付時間:8時45分~17時 月~金曜日(休日・祝日・12月29日~1月3日を除く)
※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。詳しくは職員にお尋ねください。
第2・4土曜日(9時~12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2024年4月1日現在)

区の人 199,296人 世帯数 108,762世帯

〈編集・発行〉 南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241 ✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

広報区版を
スマホで読めます



みなみ
Pick up!

私たち、第29期青少年指導員です!

詳細はこちら▶



☎ 南区青少年指導員協議会事務局(区民活動推進係内) ☎ 341-1238 ☎ 341-1240 ✉ mn-seishi@city.yokohama.jp

青少年指導員(略して「青指」)は、次世代を担う青少年が地域で心豊かに、健やかに育つよう、幅広い年齢の子どもたちの交流やさまざまな体験ができる行事を開催するほか、夜間パトロールなどを通じて青少年の見守り活動をしています。 ※自治会町内会から推薦され、市長と神奈川県知事から委嘱を受けています。



南区全体の活動

大自然の中で野外体験ができる「ふれあいキャンプ」や、青少年の思いを作文に込めて発表する「ボイス・オブ・ユース」などを開催しています。



ふれあいキャンプ2023
(川遊び、キャンプファイヤー)



第43回ボイス・オブ・ユース▶



ボイス・オブ・ユース、作文集はこちら



各地区の活動

ペットボトルロケット大会や、プラレール大会などの地域交流イベントを行っています。

六ツ川大池地区 プラレール大会▶



◀お三の宮地区
ペットボトルロケット大会

青少年指導員は、子どもたちの健やかな成長を見守り、応援します。あなたも青指になりませんか?



南区青少年指導員協議会
やまざき ただひろ
山崎 直宏会長

みなみ
Pick up!

自治会町内会に入りませんか? ~南の風はあったかい~

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240 ✉ mn-chishin@city.yokohama.jp

自治会町内会は、自分のまちで、安心して快適な毎日を過ごせるように、住みよいまちづくりを目指して幅広い活動に取り組んでいます。また、地域活動への参加を通して、いろいろな人と出会い、いざというときのために顔の見える関係づくりを続けています。自分のまちのために、できる時間にできることから始めて、新しいつながりを作いませんか?

地域の取組 別所町友会



パトロール隊の皆さん

別所町友会は防犯活動に力を入れています。5年度には「防犯功労者表彰 優良防犯団体の部」を受賞しました。

どんな活動を?

- 11人で月2回のパトロール
- 南警察署の協力による防犯教室など

防犯パトロールの様子▶



自治会町内会に入るには

お住まいの地区の自治会町内会会員にお尋ねいただくか、直接またはメールで地域活動係へ

連載

第11回

横浜市南区 おすすめメシ 検索



今月の「みなみのおすすめメシ」

※掲載内容は発行当時の情報です。

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

区民の皆さんから、あったかいエピソードとともに推薦され決定した31店舗の「みなみのおすすめメシ」をご紹介します。区内のすてきな飲食店にぜひ足を運んでみてください。

中華ダイニング たくみ

甘い味付けの豚肉と、とろとろ玉子を乗せた肉玉子チャーハンが人気No.1メニューです。ラーメンやチャーハンなどの定番メニューはもちろん、新メニューも毎月開発中です!



肉玉子チャーハン 1,200円

寄せられたおすすめエピソード

- いろんな町中華に行ったが、チャーハンがうまい店は何でもうまい。毎月変わる新メニューも必見。毎日食べても飽きない。
- 大将やスタッフが気さくで楽しく満腹になれるお店。

住 所 別所中里台41-9

営業時間 火~金 11時~14時30分/18時~20時

土・日 11時~14時30分/17時30分~20時

定 休 日 月曜日 電話番号 713-1044

アクセス 「別所小学校入口」バス停 徒歩1分



蕎麦処 おおたや 太田屋

つるつとした喉越しの二八そばや、各地から取り寄せる季節限定の日本酒、豆乳プリンが当店の人気メニューです。笑顔がかわいいおばあちゃんがアットホームにお出迎えます!



天ざる 1,500円



寄せられたおすすめエピソード

- 安いのにそばも天ぷらも美味!日本酒のマイスターの店主がいつも好みに合ったお酒をすすめてくれます。
- 亡き父が入院時も、食べたいと言っていたほど大好きなおそば屋さん。

住 所 共進町3-66

営業時間 11時~14時15分/16時~19時45分

定 休 日 月曜日 電話番号 731-2090

アクセス 市営地下鉄ブルーライン 蒔田駅 徒歩1分

みなみ Pick up!

5月31日は 世界禁煙デー たばこの害について考えてみましょう!

☎ 健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189

たばこの煙には多くの有害物質(約200種類)が含まれていて、喫煙者だけでなく、周りの多くの人の健康に影響を及ぼします。自身や家族の健康のために「禁煙」を考えてみませんか。「禁煙」に悩んでいる人は、健康づくり係にご相談ください。

世界禁煙デーイベント開催

日時 5月29日(水) 14時～15時30分 場所 区役所1階

- 内容
- 南吉田小学校6年生のポスター展示
 - 来場者によるポスター投票
 - パネル展示
 - クイズ
 - 血管年齢測定 など

南吉田小学校の6年生がたばこに関するポスターを作成しました!

たばこに関する子どもたちの率直な思いや、意見を知ることができます。ぜひ会場まで見に来てください。

たばこに関するクイズ

問題 たばこを吸い込む煙(主流煙)とたばこの先から出る煙(副流煙)は、どちらの方が害があるでしょう?

- ① 主流煙 ② 同じ ③ 副流煙



たばこの煙に含まれる主な有害物質

副流煙は、主流煙と比べて、アンモニア(目を刺激する)46倍、一酸化炭素(酸素不足を招く)4.7倍、タール(やに、発がん物質)3.4倍、ニコチン(血流を悪化)2.8倍の有害物質が含まれています。

望まない受動喫煙をなくしましょう!

【答え】③ 副流煙 副流煙の方が主流煙よりも有害物質が含まれています!

みなみ Pick up!

6月4日～10日は 歯と口の健康週間 健康へのはじめての一步をお口から

☎ 健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189

お口には「食べる」「話す」など大切な役割があります。お口の清潔や機能を保つことは、元気な生活を送るために欠かせません。歯と口の健康週間に機会に、お口の健康や口腔ケアを見直してみましよう。

歯と口の健康週間イベント

日時 6月6日(木) 13時30分～15時

場所 区役所1階

内容 歯科医師による講座や 歯科相談、口腔機能測定など

● 予約不要・参加無料 ● 直接、会場へお越しください。

来場者(先着100人)に歯ブラシをプレゼント!



歯を守るために大切なこと

▶ 毎日の歯みがき

歯ブラシで歯垢(プラーク)を取り除きましょう。歯間ブラシやフロスを使うことも効果的です。

▶ 歯科健診

痛みなどの症状が出てからではなく、定期的に受診することが大切です。歯科医院では、健診のほかクリーニングや歯みがきのアドバイスも受けられます。



歯周病セルフチェック

2つ以上当てはまる場合は、歯科医院に相談を!

- 歯茎がムズムズする
- 歯が浮いた感じがする
- 冷たいものがしみる
- 歯を磨くと血が出る
- 口の中がネバネバする
- 口臭がある
- 糖尿病である
- たばこを吸っている

● 歯周病検診のご案内 ●

市内の実施医療機関で、歯周病検診が受けられます。

【対象】 満40歳、50歳、60歳、70歳の市民

【費用】 500円(70歳および非課税の人などは無料)

詳しくは [横浜市歯周病検診](#) [検索](#)

みなみ Pick up!

横浜市国民健康保険の特定健診(約1万円相当)は無料です!

☎ 保険係 ☎ 341-1126 ☎ 341-1131

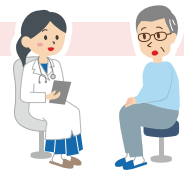
生活習慣病は気が付かないうちに病気が進行してしまう危険があり、早期発見・治療を行うことがとても重要です。肥満・高血糖・高血圧・脂質異常を調べることで、生活習慣病の早期発見ができます。毎年、特定健診を受けて、自分自身の健康状態を常に正しく把握しましょう。

対象

国民健康保険に加入している 40歳～74歳の人

該当する人には、5月中旬に受診券と案内をお送りします。受診方法など詳しくは、案内をご覧ください。

さらに! 12月までに受診した人の中から、抽選で合計1,000人に賞品をプレゼント!



※受診の際は事前予約が必要な場合もありますので各医療機関に確認をしてください。
※体調不良の際は受診を控えましょう。受診をする前に、かかりつけ医や受診予定の医療機関と相談しましょう。

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。

特集 ひとりで悩まずに、まずは、**民生委員・児童委員**、**主任児童委員** にご相談ください

☎ 運営企画係 ☎ 341-1181 ☎ 341-1189

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動をご存じですか？民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された地域福祉を担うボランティアで、地域の人の困りごとや心配ごとを聞いて、必要な支援が受けられるよう専門機関につなぐ「つなぎ役」です。主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。

民生委員・児童委員

▶ 高齢者のひとり暮らし、子育て支援のことなど心配ごとはありませんか？

- 訪問や声掛けなどにより見守りをしています。
- 食事会やサロンなど地域のつどいの場を紹介しています。
- 介護保険申請をするために、関係機関* におつなぎしています。 → **パイプ役**

お気軽にご相談ください★

相談者 民生委員・児童委員

関係機関

(※区役所・地域ケアプラザ・区社会福祉協議会など)

民生委員・児童委員には**守秘義務**が課せられていて、**相談者の秘密は守られます。**



みんなで楽しく活動しています

主任児童委員

▶ お子さんや子育てのことで、心配ごとはありませんか？

- 地区担当の民生委員・児童委員や関係機関、小・中学校、保育園等と協力して、子どもたちの見守りを行っています。
- 子どもの居場所(ご飯を食べる、遊ぶ、勉強するなど)を紹介しています。
- 子育てのお悩みについて相談を受け、関係機関におつなぎしています。

→ **パイプ役**



釣りゲームで遊ぶ子どもたち(みなみ桜まつり)

主任児童委員は、担当地域を持たず、児童福祉に関することを専門的に担当しています。

7年12月1日に 民生委員・児童委員の一斉改選 が行われます

民生委員・児童委員はどうやってなるの？

自治会町内会長等から候補者が**推薦**されます。
※自治会町内会がない場合は管理組合に依頼する場合があります。

任期はどれくらい？

3年(次期は、7年12月1日～10年11月30日)です。

報酬はあるの？

無報酬のボランティアです(交通費等の活動費は支給されます)。

年齢制限はありますか？

新任の人は原則68歳まで、再任の人は74歳までです。
また、主任児童委員は新任の人は原則54歳まで、再任の人は60歳までです。

あなたの力をお待ちしています!

水野さん(お三の宮地区)

民生委員川柳

大丈夫 いつもあなたに寄り添うよ

街角で 笑顔でかわす 元気かな

困ったら 相談してね 民生に

民生と仕事と家庭で 三刀流

こんにちは つもる話に 花が咲く

道端で 思いよらず 会話する

訪問で 笑顔をくれる お年寄り


話してよ 聞いた相談 繋げるよ

おせっかいごめんね ほおっておけないの


ありがとう「会えて嬉しい」は私もよ

ぜひろう 地域の中の 顔見知り

私たちが 民生委員・児童委員は、こんな気持ちで活動しています。



佐藤さん(永田みなみ台地区)



坂口さん(太田地区)

わたしたち **やりがい** を感じています!

訪問すると喜んでもらえてうれしいです。

釘谷さん(本大岡地区)

さまざまな人との出会いがあり楽しいです。

佐々木さん(井土ヶ谷地区)

高齢者の人にいろいろ話を聞かせてもらい私の方が励まされています。

門脇さん(太田東部地区)

活動は自分のペースで行えます。住んでいる町の新しい発見があるかもしれません。

野村さん(寿東部地区)

とてもやりがいのあるボランティア活動です。ぜひ一緒に活動してみませんか？

沖野さん(主任児童委員)

「5月12日」は、 民生委員・児童委員の日です

民生委員・児童委員活動について知ることができるパネル展を開催します! 民生委員川柳の紹介や啓発品の配布を行います。ぜひ、お越しください。




日時 5月9日(木)～14日(火)
9時～16時

場所 区役所1階



横浜市版 民生委員・児童委員キャラクター「よこはまミンジー」

みなみ 掲示板

- 申込みの**必要事項**は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用が無記載の場合は無料 ● のマークは、おおむね15歳以下が対象
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- 原則として、今月11日以降のお知らせを掲載

子ども・子育て

▶地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 パパ限定!日曜はぐはぐ

日曜日、パパとお子さんだけで遊びに来ませんか?パパの「はぐはぐの樹デビュー」も大歓迎です!

●6月2日(日)10時~13時 ● 男性の保護者と未就学児

☎当日直接施設へ

保育・教育コンサルジュ相談

保育園や幼稚園などの入園手続や園選びについて気軽に相談できます。相談時間は約20分です。

●6月5日(水)10時~12時 ● 未就学児の保護者、5人(先着順)

☎6月4日9時30分から電話または直接施設へ

おしゃべりサロン ダウン症児育て


日常生活や療育・進路についてアドバイザーと話します。見守り保育あり。両親での参加も歓迎です。

●6月15日(土)10時15分~11時30分 ● ダウン症児を育てている人、妊娠中の人と家族、4人(先着順)

☎5月25日9時30分から電話または直接施設へ。空きがあれば当日も参加可。オンライン参加希望の人はご相談ください。

☎地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 交流スペース 〒232-0067 弘明寺町 158 カルムI 2階

☎☎715-3728

(休館:日・月・祝休日、月曜日が祝休日の翌日)
はぐはぐの樹
ウェブページ

▶区民意識調査を実施します

区政運営の方向性を検討する資料とするため、区民の皆さんの生活環境に対する意識や区政への関心等を把握する調査を行います。

●18歳以上の区民、3,000人(住民基本台帳から無作為抽出)
※5月中旬に調査票を郵送しますので、回答のご協力をお願いします。
※この調査で直接電話や訪問を行い、個人情報をお尋ねすることはありません。

☎企画調整係

☎341-1232 ☎341-1240

▶若者(おおむね15~39歳)のための の専門相談

不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの相談をよこはま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

●5月17日(金)、6月7日(金)、13時30分~14時20分、14時30分~15時20分、15時30分~16時20分 ● 各時間1組 ● 区役所2階 ● おおむね15~39歳の区民※家族・支援者・地域の人の相談も可能です。

☎☎事前に電話、FAXまたはEメールでよこはま東部ユースプラザへ(空きがある場合は当日受付可)

☎642-7001 ☎642-7003

☎ypt@sodateage.net

▶スマホの基本と防災教室

いざという時のために、スマホの基本操作や災害情報の収集方法などをスマホアドバイザーから教わります。

●6月25日(火)10時~12時 ● 60歳以上、20人(先着順)

☎5月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

▶ベビーとママの楽しいヨガ

産後ケアやストレス軽減など、うれしい効果がいつぱいの楽しいヨガを赤ちゃんと一緒に体験しましょう。

●6月12日・19日・26日(すべて水曜日)、10時~11時(全3回) ● 生後2か月~1歳未満の子と母親、8組(先着順) ● 1,500円

☎5月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

▶名曲喫茶

昔懐かしいジャズ、R&B、クラシックなど幅広いジャンルのレコードを本格的オーディオで聴きます。

●6月7日(金)13時30分~15時30分 ● 成人、25人(先着順) ● 500円

☎5月12日9時30分から直接中村地区センターまたは浦舟コミュニティハウス、または10時から電話で各施設へ

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-2411 ☎743-6290
☎第3月曜日

▶ざわやカラベンダーリース作り

ドライ、プリザーブド、アートの3種類のラベンダーフラワーをアレンジします。講師は「アトリエQ」の佐藤さんです。

●6月8日(土)10時~11時30分 ● 成人、20人(先着順) ● 2,500円

☎5月11日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶包丁研ぎ

包丁の切れ味をよみがえらせましょう。研ぎ方を丁寧に教えてもらえます。

●6月23日(日)10時~12時 ● 成人、16人(先着順) ● 500円 ● 包丁(2本まで)

☎5月26日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶麺で腸活。手づくり麺と麺料理

発酵食品として人気の高いこうじの調味料を手作りし、玉ねぎこうじ、ひしお、こうじを使った料理を作ります。

●6月16日(日)・30日(日)、10時~12時(全2回) ● 成人、16人(先着順) ● 2,200円

☎5月19日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶蓄音機による音楽鑑賞会

①アメリカンポピュラー音楽②流行歌(都会と故郷)

●6月24日(月)13時~14時30分 ● 成人、20人(先着順)

☎5月27日9時から直接または10時から電話で施設へ

フォト通信

~南の風はあったかい~

区内のイベントなどの様子をご覧になれます。



永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1
☎714-9751 ☎714-9752
☎第3月曜日

▶Let's筋活!シニア男性のための筋 トレ教室

シニア男性向けのトレーニングで加齢により衰えやすい筋肉を鍛え、健康的な体づくりを目指します。

●6月6日・20日、7月4日・18日(すべて木曜日)、13時~14時(全4回)

●おおむね60歳以上の男性、15人(先着順) ● 2,000円

☎5月11日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

▶写経の時間~和室開放日~

和室を開放し写経セットを用意しています。気軽に手ぶらでお越しください。「写経のしおり」を差し上げます。

●6月23日(日)10時~15時 ● 成人、10人(先着順) ● 300円

☎当日直接施設へ

▶永田地区センターおもちゃ病院

毎月1回おもちゃ修理専門(ハイテクおもちゃを除く)の病院を開いています。

●5月25日(土)10時~11時30分 ● 10人(先着順) ● 無料※ただし、300円以上の部品代がかかる場合は事前に相談してご負担いただくことがあります。おもちゃの事前持込可。

☎当日直接施設へ

▶心も体もリフレッシュ!自力整体ヨガ

毎月1回ワンコインで参加できるヨガ教室を開催しています。ヨガが初めての人も歓迎です。

●5月22日(水)10時~11時 ● 成人、12人(先着順) ● 500円

☎事前に電話または直接施設へ

南地区センター

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ☎741-8813
☎第3月曜日

▶みんなで歩こうシティウォーキング ~薫風緑樹の大岡川源流域から円 海山を訪ねる~

●5月30日(木)10時~13時(予定)、【集合】10時:京急本線能見台駅、【解散】13時:「氷取沢市民の森入口」バス停 ● 成人、30人(抽選)

●300円

☎5月15日9時30分に施設で抽選会に参加後当選者は費用を添えて申込み

▶楽しく簡単にゆかたを着よう

着付けを覚えて今年の夏はゆかたを着てお出かけしませんか。

●6月2日(日)・16日(日)、13時~14時30分、15時~16時30分(全2回)

※1日目は自分で着る方法、2日目は人に着せる方法、1日だけの参加も可 ● 中学生以上の女性、各5人(先着順) ● 1,000円、中・高校生は600円 ※1日だけの場合は半額

☎5月11日9時30分から直接または14時から電話で施設へ

文化・芸術

▶第49回南区文化祭

「みんなの合唱祭」参加団体募集

みなみん(南公会堂)のステージで歌ってみませんか?

●11月3日(日・祝) ● みなみん(南公会堂) ● 区内で活動しているコーラス団体 ※ 南区コーラス団体連絡会へ入会。6月12日(水)13時から大岡地区センターで開催する総会に出席してください。

☎初参加の場合は、5月17日までにFAX(団体名・代表者名・代表者の電話番号を記入)で南区コーラス団体連絡会・福原へ

☎080-1116-6665 ☎712-1624

施設から

中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270
☎251-0130 ☎251-0133
☎第3月曜日

▶花束みたいなメッセージカード

お部屋にも飾れる、まるで花束みたいなメッセージカードです。父の日の贈り物におすすめです。

●6月9日(日)10時~12時 ● 5歳以上、20人(先着順)

※未就学児は保護者同伴 ● 800円

☎5月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ



▶こそでて広場

遊びや読み聞かせなどでボランティアさんと楽しい時間を!
●5月17日(金)10時30分~11時30分 ●幼児と保護者、10組(先着順)
申当日直接施設へ

六ツ川台コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川3-65-9
☎716-5688
☎火・金曜日、土日を除く祝日

▶親子リトミック

親子でピアノに合わせて楽しく体を動かしましょう。
●6月9日(日)・23日(日)、10時~11時(全2回) ●未就学児と保護者、8組(先着順) ●汗拭きタオル、室内履き、動きやすい服装、飲み物
申5月13日から電話または直接施設へ

▶和太鼓教室

和太鼓に挑戦しませんか。
●6月8日(土)13時30分~15時30分 ●小学生以下、12人(先着順) ●未就学児は保護者同伴 ●汗拭きタオル、室内履き、飲み物
申5月11日から電話または直接施設へ

▶邦楽演奏会

南区邦楽会によるお琴や尺八の演奏を楽しみます。
●5月26日(日)14時~15時30分(受付:13時30分から)
申当日直接施設へ

永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1
☎721-0730
☎火・金曜日、土日を除く祝日

▶パソコン教室~WindowsPCを使いこなそうPartⅢ~

使いやすい設定の仕方、画像編集の基礎、ワードの基本などパソコンをより快適に使えるようにします。
●6月22日・29日、7月6日・13日(すべて土曜日)、13時30分~15時30分(全4回) ●成人、15人(先着順) ●1,000円 ※Windows10以上のノートパソコンをお持ちください。
申5月11日10時から費用を添えて直接または14時から電話で施設へ

▶健康体操・ストレッチ~誰でもできる体づくり~

基本的な動きを学んで健康な体づくりを習慣化しましょう。
●6月20日、7月4日・18日(すべて木曜日)、13時30分~15時(全3回) ●成人、10人(先着順) ●500円
申5月13日10時から費用を添えて直接または14時から電話で施設へ

別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1
☎721-8050
☎第3月曜日

▶大人の塗り絵講座

下絵に色鉛筆で重ね塗りします。
●6月5日(水)・19日(水)、9時30分~11時30分
●成人、12人(先着順) ●800円
申5月13日9時30分から直接または11時から電話で施設へ



▶いきいきキッズ

パネルシアターを使ったお話や歌、手遊びなど
●6月12日(水)10時~11時30分 ●未就学児と保護者、7組(先着順)
申当日直接施設へ

睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25
☎741-9436 ☎731-4853
☎第3月曜日

▶ウクレレ簡単弾き語り

主に初心者を対象に簡単なコードでハワイアンや懐かしの歌を楽しく弾き語ります。貸出用の楽器もあります。
●5月30日(木)、6月6日(木)、10時~11時30分 ●10人(先着順) ●1,000円
申5月13日10時から費用を添えて直接施設へ

▶おやこであそぼう!むつみっこくらぶ

親子遊び、メインの遊び、お楽しみコーナーなど
●5月22日(水)10時30分~11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)
申当日直接施設へ

蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 蒔町3-57-1
☎711-3377 ☎711-2662
☎第3月曜日

▶さくらんぼひろば

絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊びます。
●5月23日(木)10時~11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)
申当日直接施設へ

▶あかいくつ

親子が集まり交流するサロン。お友達づくりやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。
●6月4日(火)10時~11時30分 ●0歳~未就学児と保護者 ●100円
申当日直接施設へ

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10階
☎243-2496 ☎243-2497
☎第3月曜日

▶アロマテラピーでココロとカラダをリラックス

暑くて湿度が高い季節には、アロマの香りでリフレッシュしましょう。
●6月15日・29日、7月6日・20日(すべて土曜日)、10時~11時30分(全4回) ●10人(先着順) ●2,600円
申5月12日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶フレンチ家庭料理

鶏肉とキャベツの煮込みや爽やかな大根とセロリのサラダなど、初夏らしい料理を作ります。
●5月29日(水)10時~13時 ●成人、10人(先着順) ●2,000円
申5月12日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶おひさまひろば

季節の遊びや読み聞かせなどお友達と楽しい時間を過ごしましょう。
●5月16日(木)10時~11時30分 ●未就学児と保護者、6組(先着順)
申当日直接施設へ

六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1
☎721-8801 ☎721-8812
☎第3月曜日

▶懐かしのシネマ

『幸福の黄色いハンカチ』
●5月31日(金)13時30分~15時30分 ●成人、40人(先着順)
申5月13日から電話または直接施設へ

▶親子であそぼう!「おはなしの会」

絵本の読み聞かせや手遊びなど
●6月19日(水)10時30分~11時30分 ●未就学児と保護者、5組(先着順)
申当日直接施設へ

南スポーツセンター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-6341 ☎743-6519
☎第3月曜日

▶リラクゼーションヨガ参加者募集

流れるようにポーズを連続して行う少しハードなクラスです。
●5月16日・23日・30日、6月6日・13日・20日・27日(すべて木曜日)、12時~12時50分 ●16歳以上、40人(先着順) ●各550円
申当日11時30分から直接施設へ

フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20
☎714-5911 ☎714-5912
☎第3月曜日

▶女性とごしごし応援デスク

①キャリア・カウンセリング
仕事の探し方や今後の働き方などについての個別相談です。
●6月8日(土)・28日(金)、10時~10時50分、11時~11時50分、13時~13時50分、14時~14時50分
②しごとと生活設計相談
生計を支える情報を提供し、困りごとの解決に向けて一緒に考えます。
●6月15日(土)、13時~13時50分、14時~14時50分、15時~15時50分 ●女性、①②各時間1人(先着順) ※電話・オンライン相談も可 ※保育あり、免除制度あり(満2か月以上の未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
申①②5月11日から電話または直接施設へ

清水ヶ丘公園体育館

〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎243-4447 ☎243-4497
☎第1月曜日

▶フラダンス教室参加者募集

●8月24日・31日、9月7日・21日・28日、10月5日・19日・26日、11月2日・16日(すべて土曜日)、9時30分~10時30分、10時45分~11時45分(全10回) ●18歳以上、各20人(抽選) ●各6,000円
申6月17日(必着)までに郵送(必要事項・参加希望教室を記入)または清水ヶ丘公園体育館棟受付にて所定の用紙で申込み

清水ヶ丘公園屋内プール

〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎243-2131 ☎243-2206
☎第1月曜日

▶初級成人水泳教室

①火曜日クラス ②木曜日クラス
●①6月11日・18日・25日、7月2日・9日・16日 ②6月13日・20日・27日、7月4日・11日・18日、①②9時30分~11時、11時5分~12時35分(全6回) ●18歳以上、各20人(抽選) ●各5,700円
申5月16日(必着)までに郵送(必要事項・参加希望教室を記入)または清水ヶ丘公園屋内プール棟受付にて所定の用紙で申込み

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

六ツ川スポーツ会館

〒232-0066 六ツ川2-112-1
☎713-4803 ㊟713-4803
㊟第3月曜日

▶卓球教室(初級・中級コース)

卓球を始めたい人、もっと上手になりたい人、ぜひご参加ください!
●6月13日・20日・27日(すべて木曜日)、13時30分～15時30分(全3回)●成人、20人(先着順)●1,000円●ラケット、体育館シューズ、タオル、飲み物
㊟5月23日10時から費用を添えて直接施設へ

吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26
☎243-9261 ㊟243-9263
㊟5月13日(月)・14日(火)

▶「チャレンジ・ザ・ギターワークショップ2024」参加者募集

アコースティックギターを基礎から学びます。成果発表会として、ギターコンサートに出演します。
●7月21日・28日、8月4日・18日・25日、9月1日・8日(すべて日曜日)、10時～12時(全7回)※成果発表会:9月15日(日)13時～17時
●小学3年生以上、25人(先着順)
●15,000円(高校生以下8,000円)、親子ペア18,000円)
㊟5月17日14時からウェブページまたは直接施設へ

▶朝からグランドピアノ

スタジオAでヤマハC5Xを弾いてみませんか。アンサンブルやパレエの練習にもおすすめです。
●毎週木・金曜日(非開催日あり)、①9時～10時②10時10分～11時10分③11時20分～12時20分●先着順※複数枠選択可能●1枠1,000円
㊟利用希望日の1週間前の9時から電話または直接施設へ

南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ㊟715-7271
㊟5月7日(火)

▶みんないっしょのおはなし会

●5月21日(火)11時～11時30分
●0～3歳児と保護者、7組(先着順)
㊟当日直接施設へ
▶土曜日のおはなし会
ストーリーテリングを中心としたおはなし会
●5月11日(土)11時～11時30分
●4歳～成人、7組(先着順)
㊟当日直接施設へ

永田みなみ台公園 こどもログハウス

〒232-0075 永田みなみ台4
☎742-1169
㊟第3火曜日

▶ミニゲーム大会

ヨーヨー釣り、ストラックアウトなど、みんなで楽しく遊びましょう。
●6月16日(日)10時～12時
●100人(先着順)、ヨーヨー釣り80人(先着順)※未就学児は保護者同伴
㊟当日直接施設へ



▶こどもの部屋 出張「おはなし会」

●5月20日(月)11時～11時30分
●未就学児と保護者、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ

▶折り紙で遊ぼう

「ウサギ」を折ります。
●5月15日(水)15時～16時
●小学生以下、10人(先着順)※未就学児は保護者同伴
㊟当日直接施設へ

▶おはなしおぼあちゃんと遊びましょう

おはなし会、読み聞かせ、手遊び、わらべ歌ほか
●6月6日(木)11時～11時30分
●未就学児と保護者、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ

南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46-8階
☎260-2531 ㊟251-3264
㊟日曜・祝日

▶ゴミ拾いボランティア募集

時田公園内の清掃活動をしてみませんか。お気軽にご参加ください。
●5月22日(水)、6月21日(金)、14時～15時30分(雨天時は5月23日(木)、6月24日(月)の同じ時間に順延)●各10人(先着順)●時田公園トイレ前
㊟5月11日から電話で施設へ

▶ボランティア入門講座～はじめの一歩をここからスタートしませんか～

ボランティア活動の見つけ方やボランティアセンターの活用方法を、活動団体の紹介などを交えて楽しく学びます。
●6月11日(火)10時～11時30分
●トモニー(南区福祉保健活動拠点)
㊟6月7日までに電話で施設へ

こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604
㊟第3月曜日

▶さつき盆栽展

さつき盆栽の開花を楽しむ展示
●5月17日(金)～19日(日)、9時～16時30分(最終日は15時まで)
㊟当日直接施設へ

▶ヤマアジサイ展

さまざまなヤマアジサイの鉢物展示
●5月24日(金)～6月2日(日)、9時～16時30分
㊟当日直接施設へ

▶花菖蒲展

山形県長井市に伝わる長井古種の展示
●6月7日(金)～16日(日)、9時～16時30分
㊟当日直接施設へ

▶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組(抽選)※小学生は保護者同伴●1組1,000円
㊟6月6日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必着期)・学年・保護者氏名を記入)または直接施設へ

南寿荘

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ㊟741-8813
㊟第3月曜日

▶I LOVE 南区

タウンニュース南区版の元編集長 門馬康二さんから見た南区の魅力、お気に入りの場所などのお話を聞きます。

●5月21日(火)13時30分～15時
●60歳以上の市民、30人(先着順)
㊟5月11日9時から直接または5月12日から電話で施設へ

▶介護保険の使い方

介護保険の仕組みや利用できるサービスなどについて、清水ヶ丘地域ケアプラザの職員がわかりやすく教えます。

●6月19日(水)13時30分～15時
●60歳以上の市民、30人(先着順)
㊟5月29日9時から直接または5月30日から電話で施設へ

福祉保健センターから

区役所会場のがん検診(予約制:有料)

●乳がん:40歳以上女性・2年度に1回

6月21日(金)午前 ●予約受付:5月22日～6月12日、13時～16時
●40人(先着順)
㊟区(公財)神奈川県結核予防会 ☎251-2363

健康相談・教室(予約制)

- 生活習慣改善相談/禁煙相談----- 5月15日(水)午前、6月5日(水)午前
 - 食生活栄養・健康相談----- 5月13日(月)午前・16日(木)午後、6月3日(月)午前
 - 歯と口の健康相談----- 5月13日(月)午前、6月3日(月)午前
 - 子どもの食生活相談----- 5月13日(月)午後、6月3日(月)午後
- ※電話・FAXからお申し込みください。

- 離乳食教室(おおむね4～8か月児の養育者)-- 6月12日(水)14時～15時
●12組(先着順)、申込みフォームからお申し込みください。
●各相談、教室とも区役所4階 健診会場
㊟健康づくり係 ☎341-1186 ㊟341-1189



●アディクション家族教室

依存(アルコールなど)の問題で困っている家族のための教室です。
6月4日(火)14時～16時 ●区役所4階 ※詳細はお問い合わせください。
㊟障害者支援担当 ☎341-1142 ㊟341-1144

●乳幼児歯科相談(0歳児～未就学児)

6月12日(水)9時～11時 ●区役所4階 健診会場
※申込みフォームからお申し込みください。
㊟こども家庭係 ☎341-1148 ㊟341-1145



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。