



特集1 キラキラ、わくわく、冬の夜景を巡る

フォトジェニックな冬のおでかけ

冬の夜、あちらこちらでカラフルな明かりが灯り、歩くだけでわくわくする景色があふれます。カメラを持って最高の1枚を撮りに行くもよし、ゆっくり眺めてロマンティックな気分にもよし。思い思いの特別なひと時を過ごしに、夜の西区へ出かけましょう。

“35th YOKOHAMAイルミネーション” ~Beautiful Moment~

35周年を迎え、「光のカーテン」をバージョンアップ。人気の「光のアーケード」など、光と音の演出が横浜駅を彩ります。

- 点灯日時** ~2019年1月31日(木) 17時~23時
- 場所** 横浜駅西口ロータリー周辺、幸川、新田間川の川沿いなど
- 問合せ** (一社)横浜西口エリアマネジメント ☎ 319-2428



※画像はイメージ

ヨコハマミライト ~みらいを照らす、光のまち~

市内最大級 全長1.5kmの街全体で楽しめるイルミネーションが、横浜・みなとみらいのまちを光で包みます。

- 点灯日時** ~2019年2月17日(日) 16時~23時
- 場所** 横浜駅東口~横浜ランドマークタワー、ドックヤードガーデンまでの各エリア
- 問合せ** みなとみらい21グランモール公園イルミネーション実行委員会事務局 ☎ info@ymm21-illumination.jp



※画像はイメージ

クイーンズスクエア横浜 みらいステーションツリー

「時代を刻む特別な駅時計」の音色とツリーの光の空間が楽しめます。

- 点灯日時** ~12月25日(火) 11時~23時
※ショータイム 17時30分/18時30分/19時30分/20時30分/21時30分/22時 (ショータイムは7分/回)
- 場所** クイーンズスクエア横浜 クイーンモール2階(みなとみらい2-3)
- 問合せ** クイーンズスクエア横浜2018年度イベント実行委員会事務局 ☎ 662-0909



※画像はイメージ



西区役所 ☎ 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 fax 314-8894

西区の人口:102,298人(11月1日現在)
西区の世帯数: 54,571世帯



▲西区役所ホームページ

<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)

<12月の区役所土曜開庁日> 開庁時間:9時~12時
◆8日 ◆22日
戸籍課・保険年金課・こ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

- わたしの、これがいちおし! 6~7ページ
- 地域のスポーツを一緒に盛り上げましょう 8ページ
- 区役所より 9ページ
- 各種お知らせ 10~12ページ

About photo

TOWERS Milight~みなとみらい21 オフィス全館ライトアップ~

年に1度、みなとみらい21地区が一番煌めく日。オフィス全館に明かりが灯り、いつもとは違う景色が見られます。

- 場所** みなとみらい21地区
- 点灯日時** 12月21日(金) 16時30分~21時30分
- 問合せ** (一社)横浜みなとみらい21 ☎ 682-4403 fax 682-4400

西区キャンドルアート2018

西区のマスコットキャラクター「にしまろちゃん」と彦根市のキャラクター「ひこにゃん」をモチーフにしたキャンドルや、地元の小学生が心を込めて描いたキャンドルが灯ります。小学生の美しい歌声披露など、幻想的な冬の夜をお楽しみください。

- 点灯日時** 12月22日(土) 17時~20時(雨天中止/屋内会場は雨天決行)
- 屋外会場** グランモール公園 美術の広場(みなとみらい3 横浜美術館前) 17時~ キャンドルの点灯、開会式
- 屋内会場** MARK ISみなとみらい 1階グランドギャラリー(みなとみらい3-5-1) 17時30分~ 地元の小学生によるコーラス
- 問合せ** ふるさと西区推進委員会事務局(地域振興課内) ☎ 320-8389 fax 322-5063

にしまろちゃんとひこにゃんも開会式に登場するよ。みんな会いに来てね~



ファンタスティッククリスマス2018 ~天使の贈り物~

イギリスをテーマに「ブリティッシュクリスマス」が楽しめます。

- 点灯日時** ~12月25日(火) 16時30分~24時
※12月24日(月・祝)のみ16時45分~(予定)
- 場所** 横浜ワールドポーターズ(観覧車側ゲート、自動車側ゲート)、運河パークなど
- 問合せ** 横浜ワールドポーターズ ☎ 222-2000



※画像はイメージ

- 問合せ** 広報相談係 ☎ 320-8321 fax 314-8894

特集2 ひとつひとつ、まごころを込めて作った製品をどうぞ

わたしの、これがいちおし!

区内にはとても身近なところに、障害のある人がそれぞれの個性を生かして自分らしく働く「作業所」と呼ばれる施設があります。「作業所」では、雑貨や食品を作って販売したり、注文を受けて企業や団体から依頼されるグッズを作ったり、さまざまな仕事が行われています。

ここでは、西区の「作業所」でいきいきと働いている人と、そこで作っているものを紹介します。



注意

店頭販売をしていない作業所もあります。(受注製造のみ)



ゆめづくり三番館 素材にこだわった豊富な種類の焼き菓子を作っています

Q 何を作っていますか？

A コロコロクッキー、シフォンケーキ、パウンドケーキなど、いろいろな焼き菓子を作っています。シフォンケーキはメレンゲ作りが重要なんです。一生懸命、みんなで丁寧に作っています。



ふりはた 降旗 ぜんぞう 善三さん

15時休憩など、忙しい合間のほっと一息つきたい時に食べてもらえると嬉しいです。

私のおおすすめ商品

ボリューム満点、サクサクの「チョコチップクッキー(120円)」がおすすめです。ほんのり苦味があって大人の味の「コーヒー・ナッツクッキー(120円)」もおいしいので食べ比べてみてください。



その他商品: フロランタン(130円)、コロコロクッキー(100円)など

※注文を受けてから作るため、注文から納品までに数日かかります。

注文用紙はホームページからダウンロードできます。 [ゆめづくり三番館](#) 検索

☎久保町36-3 ☎ 309-9819 ☎ 309-9831

開所時間 月～金 10時～15時30分

はーと工房 布や革などを使ってエコでおしゃれな1点ものの雑貨を作っています

Q 何を作っていますか？

A 布や毛糸、革材を使った雑貨などを作っています。ポーチやコースター、季節に合わせたインテリア雑貨など、捨てられてしまう素材を生かして、エコでかわいい商品を作っています。



あさば 秋葉 はるひこ 晴彦さん たまおさ 玉置 あさお 明男さん

ポーチを作るために、布を裂いたり、毛糸を伸ばしたり、細かい作業をしています。

私のおおすすめ商品

「裂き織りのポーチ(400円～)」や「コースター(100円～)」、「和紙で作ったノート(300円～)」がおすすめです。

ポーチは、化粧品や印鑑など小物入れとして人気です。

※裂き織り…古くなった布を細かく裂いて麻糸などと共に織り上げた織物のこと



☎伊勢町3-133-5 ☎ 262-4365

開所時間 火～土 10時～15時30分

café あにみ 11月1日オープン。白壁の店内に木目調のカウンターテーブル、素敵なギャラリーカフェです

Q 何を作っていますか？

A 皆でアイディアを出し合って開発したパスタやパン、焼き菓子、チーズケーキなどを手作り販売しています。
アート作品や雑貨の展示・販売もしているので、ランチやティータイムなど、ゆっくりしたい時ぜひ来て下さい。



たかはし 高橋さん

私が作ったバイクドチーズケーキをぜひ食べてください。

私のおすすめ商品

試作を繰り返した「バイクドチーズケーキ(400円)」がおすすめです。甘過ぎず、コーヒーによく合うほっとできる味です。



その他商品: あんぱん(120円)、カレーパン(130円)など

障害理解を深めてもらえるように、12月15日(土)~17日(月)に作品展を開催します



📍みなとみらい2 クロス・パティオ1階
☎222-3316 📠222-3317 営業時間 木~月 11時~17時

よってこっと コーヒーを飲みながらくつろげる、手作り商品が豊富なお店です

Q 何を作っていますか？

A 焼き菓子を作って販売しています。併設の喫茶店で、おいしいコーヒーと一緒に焼き菓子をどうぞ。他の作業所で作った焼き菓子や雑貨も買うことができますよ。



くにい 國井 かわりさん

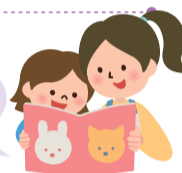
お客様には丁寧に「いらっしゃいませ」「こんにちは」の挨拶をするように心がけています。

私のおすすめ商品

カリッとした歯応えの「チーズスティック(100円)」がおすすめです。チーズと粗塩の甘じょっぱい組み合わせがとってもおいしいです。



絵本コーナーもあるから、親子で楽しめるよ~



絵本は、テーマを決めて毎月ラインナップが変わります。訪れる度に新しい絵本に出会えます。

「よってこっと」では、区内のさまざまな作業所で作られた雑貨やお菓子、パンなどが購入できます。他にも地域の人々が作った手芸品なども販売しています。



📍中央2-5-15 ひろしや中央1階 ☎📠548-3831
営業時間 月~金 11時~16時

各作業所で心を込めて作っている製品を紹介したパンフレットができました！「よってこっと」をはじめ、紙面に掲載している作業所で配布しているので、興味のある人はぜひ手に取ってください。



今回詳しく紹介できなかった作業所では、こんなものを作っています

作業所名	作っているもの ※一例です	作業所名	作っているもの ※一例です
エプロンよこはま	手作りの仕出しお弁当	Café SARAI	サラダ山盛りのパスタやハンバーグランチ
エヌ・クラップ(シャララカフェ)	ふわふわのパン、手羽元カレー(レトルト)、カフェ	みらい工房西	クラフトかご、絵柄入りのタオル、ふきん
西区地域活動ホーム	焼き菓子、手作り雑貨	さらい工房	ヒノキを使った、猫や野菜の絵柄のマグネット

特集3 スポーツ推進委員をご存知ですか？

地域のスポーツを一緒に盛り上げましょう

スポーツ推進委員は、スポーツやレクリエーションで地域の活動を支える「地域の頼れる盛り上げ役」です。活動は今期で31期を迎え、現在89人が各自治会・町内会から推薦を受け選出されています。委員になって来春から一緒に活動してくれる人を募集しています。

教えて! スポーツ推進委員 Q&A



西区スポーツ推進委員
連絡協議会会長 小松 雅一 さん

Q スポーツ推進委員とは何ですか？

A スポーツ推進委員は、身近な生活の場にスポーツを取り入れ、みなさんが気軽にスポーツを楽しめるように地域の活動をサポートしています。地域に根差し、大人や子どものさまざまなスポーツ行事を企画して開催したり、実技のアドバイスをしたり、地域の皆さんと一緒に楽しく活動しています。



西区スポーツ推進委員
連絡協議会副会長 中條 重幸 さん

Q 委員になったきっかけは？

A 町内の子どもソフトボールの監督を10年ほどしていました。チームが廃部になってしまった時に、長年スポーツに親しんでいた私に委員にならないかと声が掛かりました。町内だけではなく、より広くスポーツに関わりたいたいと思い引き受けました。

Q 具体的にどんな活動をしていますか？

A 最大の行事は10月の健民祭ですが、キックベースボール大会やグラウンドゴルフ大会にも力を入れています。横浜マラソンや世界トライアスロンなどの大きな大会のスタッフとしても活動したり、地域のお祭りなどに出席するなど、楽しくお手伝いしています。

Q 委員になってよかったことは？

A キックベースボール大会などで子どもたちが一生懸命取り組む姿を近くで見守ることや、笑顔で一緒に練習できることが一番のやりがいです。頑張った思い出が子どもたちの心にいつまでも残ってくれることを願っています。

Q これからのスポーツ推進委員に伝えたいことは？

A スポーツ推進委員の活動はスポーツに関すること以外にも、お祭りや運動会など多岐にわたります。どれもとてもやりがいがありますので、みんなで力を合わせて取り組んでほしいと思います。

スポーツ推進委員の活動紹介

ほかにも、いろいろな行事で活躍しています

キックベースボール大会、グラウンドゴルフ大会

地域に根差したスポーツ大会で、委員は主催者として大会の運営を行います



キックベースボール



グラウンドゴルフ

世界トライアスロンシリーズ横浜大会や横浜マラソンなどの大きな大会

大規模なスポーツ大会にも、競技がスムーズに進行するようスタッフとして参加しています。国際的に有名な選手に会えるかも!?



世界トライアスロンシリーズ
横浜大会



横浜マラソン

ボッチャ研修会

誰でも気軽に楽しめる新スポーツ「ボッチャ」。みなさんに体験してもらうために、委員内で研修会を実施しています



地上のカーリングとも呼ばれています



第32期 スポーツ推進委員募集中

スポーツ推進委員に興味がある人は、お住まいの自治会・町内会または地域振興課までお問い合わせください。

任期 2019年4月から2年間

対象 原則20歳以上65歳未満(再任の場合は原則70歳未満)

HIV検査は区役所で受けられます 12月1日は「世界エイズデー」



HIV/エイズに関する医療は飛躍的な進歩を続けています。治療と検査に関する最新知識を持ち、早期発見・早期治療が大切です。

レッドリボンはエイズへの理解と支援のシンボル

治療薬・治療法は進歩しています

まだ体内の HIV を完全に除去する治療法はありませんが、エイズ発症前に感染に気づき、適切な治療を続けられれば、感染前と変わらない生活を送れるようになりました。また、発症後でも治療で免疫力を再び高めることが可能です。

早期発見・早期治療がとても重要です

検査で HIV 感染が分かったら、早期治療でエイズの発症を遅らせたり抑えたりすることが可能です。また、治療で体内のウイルス量が減少すれば、他の人への感染リスクが大きく下がります。

匿名 無料

まずは早く検査を受けましょう
HIV検査 (同時に梅毒検査も受けられます)

- 日時** 毎週金曜 9時～9時30分(祝日、12月29日～1月3日を除く)
- 会場** 区役所(中央1-5-10)
- 申込** **要予約**(☎320-8439)
予約受付の際、予約番号をお伝えします(名前はお聞きしません)
- 結果** 検査日の翌週以降の金曜 9時30分～10時に来庁(祝日、12月29日～1月3日を除く) ※本人に直接お知らせします

◆西区役所以外での検査

他の曜日、夜間の検査会場は

- ・HIV(ヒト免疫不全ウイルス)
免疫細胞に感染し、少しずつ破壊してしまうウイルス。性行為や血液などを介して感染します。
- ・エイズ(後天性免疫不全症候群)
HIVに感染することで引き起こされる病気。免疫力が低下し、感染症やガンを発症しやすくなります。

問合せ 健康づくり係 ☎320-8439 fax 324-3703

0歳から親子で楽しめる図書館 中央図書館での子ども向けサービス

まだ本の内容や言葉がわからないお子さんでも楽しめる絵本やサービスがあります。お出かけ先のひとつに、気軽に図書館へ。

初めて出会う絵本コーナー

児童コーナーには、図書館司書が選んだ「0～3歳の子どもに読んであげたい名作絵本」が揃っています。心地よいリズム、きれいな色、楽しい形が詰まった、子どもが笑顔になる絵本がいっぱいです。



子どもと一緒に絵本を選ぶスペースがあります

おひざにだっこで楽しむ絵本(パンフレット)

0～3歳の子どもの発達段階に応じたおすすめの本やわらべうたを紹介。ホームページまたは市立図書館で配布しています。



0歳から作れる図書館カード

読んであげたい絵本がたくさんあるのに、自分のカードでは6冊しか借りられない…そんな時は、0歳から図書館カードが作れます。(住所確認できるものが必要です)

「おひざにだっこのおはなし会」 開催日 毎月第1・3水曜

わらべうたや絵本の読み聞かせなど、親子で楽しめるおはなし会です。気に入った絵本は借りられます。

問合せ 中央図書館サービス課 ☎262-0050 fax 231-8299

大掃除の前に“ごみの出し方”をもう一度確認 燃やすごみに、危険ごみが混ざっています



危険ごみの混入が原因で起きた車両火災

燃やすごみの中に混入された「充電式電池・ライター・スプレー缶」が原因と思われる、収集車の火災事故が発生しています。火災の影響は車だけでなく、大きな事故につながる恐れがあります。

充電式電池



【出し方】
家電量販店(リサイクル協力店)に設置された回収ボックスへ

※充電式電池は機器から取り外してください



ライター (プラスチック製)



【出し方】
ガスを使い切り、火がつかないことを確認して燃やすごみへ

スプレー缶・ガスボンベ



【出し方】
中身を必ず使い切り(穴あけ不要)、燃やすごみと分けて燃やすごみの日に

【このマークが目印】

Ni-Cd
ニカド電池

Ni-MH
ニッケル電池

Li-ion
リチウムイオン電池

問合せ 資源循環局西事務所 ☎241-9773 fax 251-1791 / 資源化推進担当 ☎320-8388 fax 322-5063

NISHI INFORMATION 各種お知らせ

12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。
にしまるちゃんタオルをプレゼント!

- 1 あなたの年代
- 2 今月の特集の感想
- 3 今月号で良かった記事とその理由
- 4 今後、読んでみたい記事
- 5 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12月号」と明記し、広報相談係(〒220-0051 中央1-5-10西区役所)まで。12月31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

お知らせ

2019年度入所希望者向け 放課後児童クラブ(学童)個別説明会

日ごろの活動紹介や施設見学を行います

- ① 藤棚台学童クラブ (藤棚町2-197 ☎243-1500) 2019年1月26日、2月16日(土) 14時~16時
 - ② 西前学童放課後児童クラブ (中央2-25-8 ☎312-7909) 12月8日、2019年1月19日、2月16日(土) 15時~16時 (上記時間内に来場ください)
 - ③ 陽だまり学童クラブ (藤棚町1-119 ☎489-3283)
 - ④ 桜木町・大志学童クラブ (桜木町4-17-1 ☎224-8502)
 - ⑤ なないろ学童クラブ (浜松町10-10 ☎315-2176)
- ※③④⑤の説明会日時は各クラブにお問い合わせください
- ☎ 2019年4月に小学校入学予定の子どもがいる保護者
- ☎ 事前に各クラブへ電話(13時~19時、日祝を除く。ただし土曜は閉所の場合あり)
- ☎ 学校連携・こども担当 320-8477 fax 322-9875

人権講演会「大人の知らない子どもの素顔 ネット・スマホの世界」

SNSで「つながり」を得ようとする子どもの実態についてお話しします
講師:作家・ジャーナリスト 石川 結貴さん
☎ 12月13日(木) 15時~16時45分
☎ 保土ヶ谷公会堂(保土ヶ谷区星川1-2-1)
☎ 当日先着500人
☎ 庶務係 320-8308 fax 322-9847

横浜市障害者後見的支援制度説明会

障害がある人が地域で安心して暮らすための相談支援制度と相談事例の紹介
☎ 12月15日(土) 10時30分~12時
☎ 地域活動ホームガッツ・ビーと西(浜松町14-40) ☎ 当日先着30人
☎ 横浜 障がい相談システムねくさず 594-7681 fax 594-7682

年末年始のお知らせ

急な病気の際は 夜間救急センターなど年末年始の「急な病気やけが」については16面に掲載
☎ 12月30日(日)~2019年1月3日(木) 10時~16時
☎ 西区休日急患診療所(中央1-15-18) 【診療科目】内科・小児科
☎ 西区医師会 322-5715

施設休館日 ※別途施設ごとに休館日があります

12月29日(土)~2019年1月3日(木)	区役所 ※婚姻・出生・死亡などの戸籍の届出は期間中も「夜間受付窓口」でお預かりします。横浜駅行政サービスコーナー、西公会堂、コミュニティハウス(浅間、戸部、西前小、稲荷台小、東小、軽井沢)、地域ケアプラザ(浅間台、藤棚、宮崎、戸部本町)、境之谷公園こどもログハウス、にしく市民活動支援センター「にしとも広場」、西区福祉保健活動拠点「フクシア」、地域子育て支援拠点スマイル・ポート、横浜市民ギャラリー、清水ヶ丘公園(屋内プール、体育館、テニスコート、運動広場)、横浜能楽堂、フォーラム南太田
12月28日(金)~2019年1月4日(金)	中央図書館、地区センター(西、藤棚)、平沼集会所、野毛山荘 ※野毛山荘のデイサービス(通所介護)は12月29日(土)~2019年1月3日(木)
12月29日(土)~2019年1月4日(金)	西スポーツセンター
12月29日(土)~2019年1月1日(火・祝)	野毛山動物園
12月30日(日)~2019年1月3日(木)	平沼記念体育館

未来都市「みなとみらい」を歩こう

にぎわいを生むこだわりの都市デザインを体感しましょう
☎ 12月22日(土) 16時~17時
☎ 当日先着20人
☎ 15時45分からクロス・パティオ(みなとみらい2)で受付
☎ 地域振興課 320-8392 fax 322-5063

西区消防出初式

式典、消防音楽隊による演奏、西消防署創設100周年記念講演(14時~)
講師:株式会社相鉄ビルマネジメント 荒巻 照和さん
☎ 2019年1月7日(月) 13時(12時30分開場)~15時
☎ 西公会堂(岡野1-6-41)
☎ 当日先着500人
☎ 西消防署庶務課 ☎ fax 313-0119

女性の健康応援講座

尿もれに関するお話と予防体操を行います
講師:東京女子医科大学 看護学部 中田 晴美 准教授
☎ 2019年1月17日(木) 14時~16時
☎ 区役所3階AB会議室
☎ おおむね65歳以上の女性 先着50人(区民優先)
【持ち物】動きやすい服装・タオル・飲み物
☎ 12月10日(月)~ 直接来庁または電話
☎ 高齢担当 320-8410 fax 290-3422

施設から

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

●屋どきコンサート

フルートとピアノの二重奏
出演: La Seed
☎ 12月25日(火) 12時15分~12時45分

宮崎地域ケアプラザ

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

●エンディングノート

自分らしく生きていくためのエンディングノートの活用法を学びます
講師:行政書士 扇谷 喜久男さん
☎ 12月15日(土) 15時~16時30分
☎ 3階多目的ホール ☎ 先着30人
☎ 受付中 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
☎ fax 253-6972

●ログハウスのクリスマス会

「♪ショコラッティ♪」によるクリスマスコンサート。先着100人にプレゼントあり
☎ 12月16日(日) 11時~11時40分
☎ 幼児~中学生(幼児は保護者同伴)



福祉保健だより

12月11日(火)~2019年1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	食生活健康相談 予約	12月13日(木)13時30分~16時30分 12月26日(水)9時~12時	糖尿病の食事療法や高血圧症の減塩食など、食生活について個別に相談に応じます	健康づくり係	
	禁煙サポート外来 予約	12月19日(水)14時~16時	☎ 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(区内在住、在勤、在学者)		
	生活習慣改善相談 予約	12月19日(水)13時30分~16時	骨密度測定を実施し、生活習慣改善などの相談に応じます		
	女性の健康相談 予約	随時	不妊、避妊、思春期・更年期、妊産婦などの相談に助産師が応じます		こども家庭係
赤ちゃん&家族	離乳食教室 予約	12月19日(水)13時30分~15時	☎ おおむね生後7~9か月(1日2回の離乳食)のお子さんと家族 離乳食の講話と試食、情報交換など	健康づくり係	
	子ども食生活健康相談 予約	12月19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、個別に相談に応じます		
	乳幼児健診	4か月児	12月13日、1月10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	12月18日、1月8日(火) 受付:9時~9時30分		
		3歳児	12月20日(木) 受付:13時~14時		
	乳幼児歯科相談 予約	12月17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 【持ち物】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	12月11日、1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 【持ち物】母子健康手帳		
ほっとたいむ 予約	12月19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	12月12日(水) 12月19日(水) 12月26日(水)	13時30分~15時30分(受付:13時15分~) お産の経過と呼吸法、産後のママと赤ちゃん 母乳のお話、マタニティピクス ※運動しやすい服装で参加 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	☎ はじめて出産する妊婦(妊娠6~9か月の人)と家族 【持ち物】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、飲み物(自由)		

マークの見方 日 時 場所 対象・定員 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 fax 231-8299

●世界へジャンプ! おはなし会
英語での絵本の読み聞かせ、ミニクイズ
📅12月16日(日) 14時~14時30分
👤ひとりでおはなしを聞ける子~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

📅12月15日、22日(土)
①14時~ ②14時30分~(各20分)
👤①ひとりでおはなしを聞ける子
②小学生

●おひざにだっこのおはなし会
わらべうた、手遊びなどを親子で一緒に
📅12月19日(水) 11時~11時20分
👤0~3歳児と保護者 当日先着15組

藤棚地区センター

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

●パパとリス組さん
パパと一緒に工作や運動会で遊ぼう
📅12月16日、2019年1月20日、2月17日(日) 10時~11時30分 全3回
👤1歳半以上の未就園児と保護者 先着10組 ¥1,000円

📅12月11日(火)~ 直接来館または電話(12日(水)~)

●藤棚ふれあい食堂
チキン料理ほか。カラオケも楽しめます
📅12月14日(金) 16時~17時
👤当日先着30人(無くなり次第終了)
¥高校生以上200円、中学生以下無料

●クリスマス窓にお絵かき
窓に描けるクレヨンでお絵かきしよう
📅12月1日(土)~25日(火)
👤小学生以下 先着27人

本の福袋

未就学児・小学生・成人向けに選んだ3冊を福袋にして貸し出します。どんな本が入っているかは楽しみに
📅2019年1月6日~13日(日)
📍藤棚地区センター・浅間コミュニティハウス
👤各館 先着10人
詳細は各施設にお問い合わせください

西前小学校コミュニティハウス

〒220-0051 中央2-27-7
☎fax 311-8043

●新春津軽三味線
津軽三味線と民謡で新春のひとときを
📅2019年1月13日(日) 13時30分~15時
👤先着50人
¥300円
📅12月11日(火)~ 直接来館または電話(1週間以内に費用持参)

軽井沢コミュニティハウス

〒220-0001 北軽井沢24
☎fax 324-6771

●みんなで歌おうクリスマス
ピアノなどの生演奏でクリスマスソングを歌おう。駄菓子屋(無料)もあるよ
📅12月19日(水) 駄菓子屋:14時30分~16時 みんなで歌おう:15時30分~16時
👤当日先着100人

戸部コミュニティハウス

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

●サシェ作り&ティータイム
ハーブを詰め込んだ香り袋“サシェ”を作ってゆったり過ごしませんか
📅2019年1月24日(木) 10時~12時
👤先着15人 ¥500円
👤2歳以上の未就学児
先着6人 200円
📅12月11日(火)~ 直接来館または電話(1週間以内に費用持参)



岡野公園

〒220-0073 岡野2-9
☎fax 311-2613
✉okano@dream.jp

●ミニ門松を作ろう
孟宗竹を使ってミニ門松を作ろう
📅12月22日(土) 10時~12時
📍岡野公園集会所
👤先着10人
¥500円
【持ち物】軍手、持ち帰り用袋、雑巾
📅12月10日(月)~ 電話



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

●食卓に手作り味噌を
北海道産大豆と米麹で楽しく作ります
📅2019年1月30日(水) 13時30分~15時30分
👤先着10人
¥1,200円(約2キロ分・容器付き)
【持ち物】エプロン・三角巾・マスク
📅12月11日(火)~ 直接来館または電話

西地区センター

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

●クリスマスロビーコンサート
ピアノ、ベース、ドラムのジャズ生演奏
出演:NARUTRIO
📅12月16日(日) 13時30分~14時30分
👤当日先着30人

●お正月のフラワーアレンジメント
新年を華やかに飾りましょう
📅12月26日(水) 14時~15時30分
👤先着20人 ¥2,000円
📅12月11日(火)~ 直接来館(10時~)または電話(13時~)

●食育~新鮮野菜の料理~
働き子育て世代向け。楽しく学びながら食生活を振り返りましょう
📅2019年1月26日(土) 10時~13時
👤先着16人(未就学児同伴不可)
📅12月21日(金)~ 直接来館(10時~)または電話(13時~)

フォーラム南太田

〒232-0006 南区南太田1-7-20
☎714-5911 fax 714-5912

●女性のためのパソコン講座
①再就職・転職のためのパソコン講座
2019年1月23日(水)、24日(木)、25日(金)、28日(月)、29日(火) 全5回
②即戦力UP!実践エクセル
2019年1月26日(土)、27日(日) 全2回
いずれも10時~15時30分
👤女性 各先着12人
¥①19,500円 ②10,800円
※免除制度あり(要問合せ)
👤1歳半以上の未就学児 各先着 有料 予約制(4日前まで)
📅12月17日(月)~ 電話またはホームページ申込フォームから。パソコン講座専用:☎862-4496(9時~16時、日・祝・第4木曜を除く)

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

●ヨガ&太極拳(初心者向け)
📅2019年1月8日、15日、29日、2月5日、12日、26日、3月5日、12日、19日(火) 13時15分~14時45分 全9回
👤16歳以上 先着15人
¥一括:4,000円、1回:500円
【持ち物】上履き、汗拭きタオル、飲み物
📅12月12日(水)~ 電話

●餅つき体験
冬の遊びとつきたてのお餅を楽しもう
📅2019年1月13日(日)、14日(月・祝) 10時~14時
👤各抽選45人
¥小学生以上600円、3歳以上の未就学児400円、2歳以下100円
📅12月12日~26日(水) 往復はがき(消印有効)に必要事項・年齢を記入。直接来館またはホームページ申込フォームから

横浜市民ギャラリー

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

●フェルトで動物をつくろう
羊毛フェルトで好きな動物をつくろう
講師:造形作家 大竹 美佳さん
📅2019年1月27日(日) 13時30分~15時30分
👤小学4~6年生 抽選25人
¥1,500円
📅~2019年1月12日(土) 往復はがき(必着)に必要事項・学年・講座名を記入※



●コレクション展鑑賞サポーター
展示中の作品1点について紹介文を作り、会場で魅力紹介トークを行います
📅トーク:2019年3月9日または16日(土) 13時40分~
事前研修:2019年1月12日、26日、2月9日(土) 13時30分~15時30分、3月3日(日) 10時30分~12時30分 全4回
👤13歳以上で、事前研修に参加可能な人 抽選10人程度
📅~12月15日(土) 往復はがき(必着)に必要事項・志望動機・講座名を記入※

※【申込方法】直接来館またはホームページ申込フォームから。抽選結果は締切後1週間以内に連絡

子育て情報

「カンガルークラブ」に遊びに来ませんか?

未就園児と保護者の集いの場です。親子で一緒に室内や園庭で遊べます

📍南浅間保育園(南浅間町23-3)
☎312-0942 fax 312-0867



園庭開放

保育園の遊具を使って遊べます
📅月~金 8時30分~11時30分、12時30分~14時30分
(園内では飲食できません)

育児相談

育児に関する相談ができます
📅月~金 9時~16時

かんがるーむ開放

室内のおもちゃで遊べます
📅月~金 9時30分~11時30分

カンガルー文庫

絵本を貸し出しています。
1回につき、1人3冊、2週間以内に返却
📅月~金 9時30分~11時30分



手袋人形登場で、親子で楽しいお話し会

ご利用の際は、確認をお願いします

会場の南浅間保育園では、2019年3月まで工事を行っています。このため、急に園庭やかんがるーむの開放を休止することもあります。利用の際は、電話などで確認をお願いします。詳細は [南浅間保育園](#) [カンガルークラブ](#) 検索

NISHI INFORMATION 各種お知らせ

マークの
見方

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 対象・定員
- 💰 費用
- 👶 一時託児
- 📄 申込み
- 🗨️ 問合せ
- ☎️ 電話
- 📠 FAX
- ✉️ Eメール

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「シナの五にんきょうだい」、ミニブックトークなど
🕒 2019年1月8日(火) 11時～11時45分
👤 成人 先着15人
📄 12月11日(火)～ 直接来館または電話

● **親子のおはなし会**
わらべうた、手袋人形、絵本など
🕒 2019年1月17日(木) 11時～11時30分
👤 3歳未満児と保護者 先着7組
📄 12月20日(木)～ 直接来館または電話

野毛山荘

〒220-0032 老松町26-1
☎️ 261-1290 📠 261-1293

● **季節を感じるフラワーアレンジメント**
お正月用に松の玄関飾りを作ります
🕒 12月26日(水) 10時～12時
👤 先着15人
💰 1,500円
📄 12月11日(火)～ 直接来館または電話



● **のげ楽たいむ ～クリスマスコンサート～**
ゲスト:アイリッシュコーヘイと藤田まゆみ
🕒 12月16日(日) 13時～14時
👤 当日先着60人

横浜能楽堂

〒220-0044 紅葉ヶ丘27-2
☎️ 263-3055 📠 263-3031

● **着付ワークショップ&「横浜狂言堂」鑑賞会**
着付を習い狂言鑑賞で着物デビュー
🕒 着付ワークショップ:
2019年2月1日(金)、7日(木)、10日(日) 10時～12時 全3回
狂言鑑賞会:2月10日(日) 14時～15時25分 演目:狂言「孫聲」・「文荷」
👤 先着12人
💰 7,000円(お土産付き)
【持ち物】着物一式(レンタル可 有料)
📄 受付中 直接来館または電話

スポーツ

西区チーム対抗卓球大会

🕒 2019年1月27日(日) 9時～
📍 平沼記念体育館(神奈川区三ツ沢西町3-1)
👤 区内在住・在勤・在学者(中学生以上) 先着50チーム 💰 1チーム3,000円
📄 2019年1月17日(木)までに申込書をFAXまたは西区体育協会事務局(浅間町4-340-1)へ直接持参(不在時は同事務局前ポストへ投函)。申込書は地区センター(西・藤棚)および西スポーツセンターで配布
📍 西区体育協会卓球部 鍵山
☎️ 312-3986 📠 317-2680

第72回西区あるこう会

港北七福神めぐり(約12km)
🕒 2019年1月6日(日) 9時30分～15時
📍 東横線妙蓮寺駅集合
💰 高校生以上500円、中学生以下300円(当日持参)
【持ち物】弁当、飲み物
📄 12月11日(火)～2019年1月5日(土) 西前小学校コミュニティハウス(中央2-27-7)に直接来館または電話(☎️ 311-8043) ※月・金を除く
📍 西区体育協会ウォーキング部 渡辺
☎️ 321-1423

THE BAYS[ACTIVE STYLE CLUB]

〒231-0021 中区日本大通34
☎️ 663-5280
✉️ info@asc.dena-baystars.jp

● **はじめてのフィットネスプログラム**
～西区・中区在住、在勤、在学者限定～
①キッズスポーツプログラムU-9
🕒 12月14日(金) 15時50分～16時40分
👤 小学1～3年生 先着8人
②キッズスポーツプログラムU-12
🕒 12月15日(土) 10時45分～11時45分
👤 小学4～6年生 先着8人
③はじめてのヨガ
🕒 2019年1月6日(日) 16時15分～17時30分
1月16日(水) 19時～20時15分
👤 18歳以上 各先着15人
【持ち物】運動のできる服装、タオル、飲み物、区内在住・在勤が確認できるもの(保険証など)
📄 受付中 直接来館、電話またはEメール(必要事項、年齢、性別を明記)

平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎️ 311-6186 📠 316-8521

● 当日受付教室

【持ち物】運動しやすい服装・室内シューズなど 📄 開始時間の30分前から先着受付

教室名	対象	日程	時間	定員	費用
ファジーテニスタイム	16歳以上	12月、2019年1月(毎週木曜) ※2019年1月3日を除く	11時45分～12時45分	24人	500円
水曜フットサルタイム	18歳以上	12月、2019年1月(毎週水曜) ※2019年1月2日を除く	21時～22時40分	40人	700円
金曜フットサルクリニック	18歳以上	12月、2019年1月(毎週金曜) ※12月28日を除く	21時～22時40分	20人	個人500円 チーム2,000円(5人以上)

西スポーツセンター

〒220-0072 浅間町4-340-1
☎️ 312-5990 📠 312-6040

天井改修工事のため、次の期間メインアリーナの利用を休止します

🕒 2019年7月～2020年1月(予定)

● 冬休み短期教室

【持ち物】運動しやすい服装・室内シューズ・水着・キャップなど
📄 受付中 電話(空きがあれば当日も参加可能)

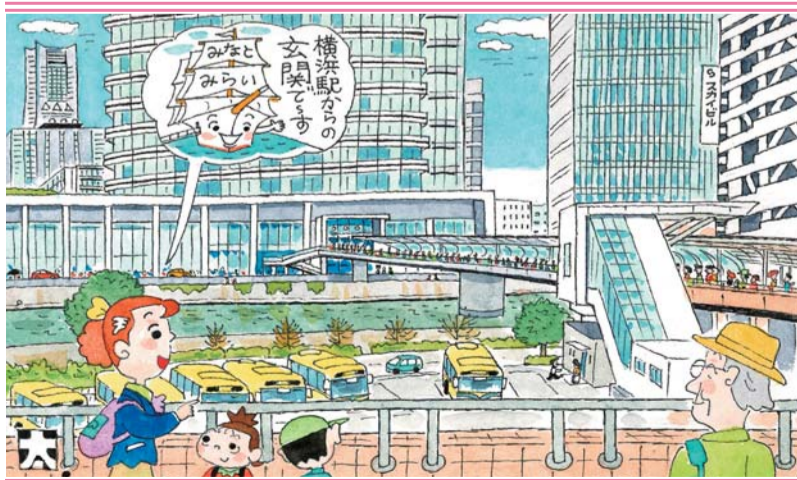
教室名	日程	対象	時間	定員	費用
カワイ体育教室(幼児)	12月25日(火)～27日(木)	年中～年長	11時～11時50分	20人	3,000円
カワイ体育教室(小学生)		小学生	12時～12時50分		
キッズ水泳教室①	12月23日(日祝)～25日(火)	年中～年長	10時～10時50分	20人	3,000円
キッズ水泳教室②		↓	12時～12時50分		
ジュニア水泳教室①		小～中学生	9時～9時50分		
ジュニア水泳教室②		↓	11時～11時50分		

● 当日受付教室

【持ち物】運動しやすい服装・室内シューズ・水着・キャップなど
📄 当日30分前から先着受付 📄 2歳以上の未就学児(要予約) 1回500円

教室名	対象	曜日	時間	定員	費用
バタフライ初級	16歳以上	月	8時～8時50分	15	910
カラダメイクフローヨーガ		月	21時～21時50分	40	540
肩腰すっきりストレッチ		火	11時～11時50分	40	540
大人の気楽なバレエパーレッスン		火	12時～12時50分	20	910
からだいきいきメンテナンス		火	12時～12時50分	40	540
Easyダンスレッスン		火	21時～21時50分	40	640
大人のアクロバットレッスン	中学生以上	第1・3・5火	21時～22時45分	20	800
バスケットボールクリニック	↓	第2・4火	21時～22時45分	20	750
背泳ぎ初級	16歳以上	水	8時～8時50分	15	910
エアロビクス初級	↓	水	9時～9時50分	40	640
歌声教室①	50歳以上	第2・4水	12時10分～13時20分	40	540
歌声教室②	↓	第2・4水	13時35分～14時45分	40	540
水曜ZUMBA®	16歳以上	水	19時～19時50分	40	640
クロール初中級		水	21時～21時50分	15	910
インナーシェイプヨーガ		水	21時～21時50分	40	540
平泳ぎ初級		木	9時～9時50分	15	910
木曜ZUMBA®		木	12時～12時50分	40	640
リフレッシュワークアウト		木	21時～21時50分	40	540
クロール初心者		金	8時～8時50分	15	910
リンパポディメンテナンス		金	11時～11時50分	40	540
エンジョイハンドボール		第1・3金	21時～22時45分	25	500
エンジョイフットサル		第2・4金	21時～22時45分	20	500
ボディウエイト&ピラティス		土	11時～11時50分	40	540
シヴァナンダヨーガ(土)初級		土	17時～17時50分	15	540
シヴァナンダヨーガ(土)中級		土	17時55分～18時55分	15	640
フットサルクリニック		土	21時～22時45分	20	750
エキサイトパンチ&キック	小学5年生以上	第1・3・5日	11時～11時50分	40	540
日曜ヨーガ	16歳以上	第1・3・5日	12時～12時50分	40	540

*広報掲載後に変更になる場合があります。掲載されている教室以外にも開催しています。詳しくは施設へお問い合わせください



題字・絵と文 鈴木太郎

温故知新!
西区のつづき

第33回 はまみらいウォーク

横浜駅東口からみなとみらい地区へ行くのに、多くの人々が渡るのが「はまみらいウォーク」の人道橋だ。
そこへ横浜店と横浜スカイビルの2階部分の間を行くと、左側にシーバス乗り場と高層マンション群、右側に高層ビル群と横浜ランドマークタワーが見渡せる。日によって、ブーンと潮の香りがして、横浜港が近いと感じさせてくれる。
右に行くとき、すぐに、帷子川に架かるスマートな橋「はまみらいウォーク」がある。全長101.5メートル、幅10.4メートル、2009(平成21)年7月に開通した。片側は曲面の壁と屋根があつて、雨の日でも濡れずに渡れる。
渡る日産グローバル本社ビル内のNISSANウォーク。1階は日産ギャラリーで、華やかな自動車の展示場だ。ビルを出て、みなとみらい歩道橋を渡ると、これからはますます発展するみなとみらい地区ビル群の景観が広がる。

