



にし 12月 No.266

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:103,908人(11月1日現在)
西区の世帯数: 55,775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)

<12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・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

- 西横浜駅前のあのビルは何? ここが私の働く場所です 6~7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 西区を巡るとアートに出会える 西区アートツアー



見るもよし、作るもよし。自分なりのアートの楽しみを見つけましょう。

西区には子どもも大人もアートにふれられる場がたくさんあります。子どもが楽しめるワークショップや、大人がアートを体感できるスポットに行ってみよう。

BankART Station みなとみらい5-1(新高島駅地下1F)

駅構内地下1階の倉庫等を活用した約1,500㎡のアート空間。現代アートの展示やショップ、カフェテリアなどを楽しめます。

◆BankART AIR 2019 again OPEN STUDIO

アーティストの成果物を発表。
📅12月13日(金)~21日(土) 11時~19時 (最終日は15時まで)
※R16スタジオでも開催予定

☎663-2812 ✉info@bankart1929.com

モクモク ワクワク ヨコハマ ヨーヨー

「たなびく雲」をイメージして1994年に制作。ビル風の緩和という機能も備えています。

作家:最上善之

設計:丹下健三

横浜美術館 みなとみらい3-4-1

開館30周年。横浜を代表する美術館です。「市民のアトリエ」では、3回程度の基礎コースから、9回にもわたる本格コースまで、様々な制作プロセスを体験できます。

◆料紙装飾の世界 一引き染め、箔、継ぎ紙まで

📅2020年1月26日、2月9日、16日、23日(日) 10時30分~13時(全4回)
👤12歳以上 抽選15人
💰15,000円(材料費含む)
📅~12月21日(土) ホームページ
申込フォームまたは往復はがき
☎221-0300

R16スタジオ
地下鉄 高島町駅

R16スタジオ 桜木町7-48

国道16号線沿いの東急東横線跡地の高架下を16ブロック活用したスタジオ・アトリエです。歩道から制作の現場が見られるかも。

戦後モダニズム建築 紅葉ヶ丘

戦後モダニズム建築の旗手前川國男さん設計です。半径100m以内にあり、名建築を一度に楽しめます。

- 1 神奈川婦人会館
- 2 神奈川県立音楽堂
- 3 神奈川県立図書館
- 4 神奈川県立青少年センター

JR 桜木町駅

地下鉄 桜木町駅

紅葉坂

掃部山公園

横浜能楽堂

伊勢山皇大神宮

横浜市民ギャラリー

JR桜木町駅北改札東口と横浜市民ギャラリーを無料で結ぶ送迎車が、1時間に3本走っています。運行日時はホームページで確認を。

横浜市民ギャラリー 宮崎町26-1

◆ステロールアート

📅2020年1月19日(日) 13時30分~16時 👤小学1~3年生 抽選25人
💰1,500円 📅~2020年1月4日(土) ホームページ申込フォーム、往復はがきまたは直接来館 ☎315-2828 ☎315-3033

絵を描いたり、工作が大好き! お家ではできないことがたくさんできるよ。

問合せ 広報相談係 ☎320-8321 ☎314-8894

特集2 西横浜駅前のあのビルは何？

ここが私の働く場所です

西横浜駅の前にドンと建っているビル「生活創造空間にし」。
 実はあのビル、喫茶店やマッサージなどのお店が入った複合福祉施設なのです。
 今日の中で働いている人たちに生活創造空間にしのことを紹介してもらいます。



どうやって入るの?と思った人も多いとか。入り方は7ページで。

1F シャララカフェ(エヌ・クラブ)



小さい頃から調理関係の仕事をしたかったので、今は夢が叶っています。

よしなが あきひと
吉永 草人さん



まつのぶ なな
松信 奈那さん



お客様が来て「おいしい」と言ってもらえる時にやりがいを感じます。
 季節に合わせたデザートがお勧めです。

営業日時 火～土(11時～17時)

問合せ ☎ 253-3021

メニュー例

- 照り焼きチキンポウル 680円
- キッズプレート 390円
- ※離乳食の持ち込みができます



テーブルはいつもピカピカにしております



調理も接客も丁寧な仕事を心がけています



子どもを遊ばせながら、安心して食事を楽しめます



テラス席では目の前を電車が走ります

1F リフレッシュルーム スリープ



お客様から「気持ちよかった」「また来るね」と言われるとやってよかったなと思います。

しらかわ かおり
白川 香織さん
(あん摩マッサージ指圧師)



上半身を軽くほぐします



身体に触れることで色々なことが分かります

営業日時 火～土(9時30分～16時)

※初めての方は火・木受付(土曜応相談)

予約 ☎ 080-3919-6339

料金

- クイックコース(10分) 500円
- リラックスコース(20分) 1,000円
- うたた寝コース(20分) 1,000円
- おひる寝コース(40分) 1,500円
- ゆめ心地コース(60分) 3,000円

おすすめは40分1,500円のコース。肩、背中、腰などの他に、お客様の要望や身体の状態に合わせた施術も行います。



ぜひ、リフレッシュしに来てください

アクセスマップ



アクセス

〒220-0055 浜松町14-40
相鉄線「西横浜駅」より徒歩1分

問合せ エヌ・クラブ
☎ 250-6470 fax 253-3022
ガッツ・ビーと西
☎ 250-6506 fax 251-6315



2F 生活介護(ガッツ・ビーと西)

小野 裕太さん

仲間と一緒にできること、感じるのが楽しいです

生活介護で作ったアロマストーン。生活創造空間にし1階で購入できます(200円)

小野さんはスタッフの掌に指文字を書いてインタビューに答えてくれました

3F 製菓製パン室(エヌ・クラブ)

原 さおりさん

クッキー作りが好きで、得意です。パンやクッキーはシャララカフェの他に区役所でも買えますよ。

区役所での販売時間は毎週月曜日の11時45分～12時35分

おすすめはクリームコロネとメロンパンです

プレーン、白ごま、紅茶、オレンジなどたくさんの種類のクッキーがあります

5F おもちゃ文庫 きゃんぱす

利用案内		
対象	未就学児と保護者	障がいのある子どもと保護者
開催日	月～金曜日	毎日
時間	10時～12時30分	10時～12時30分 13時～16時
問合せ	☎ 250-6506	



家におもちゃで子どもの運動量が増えてよいそうです



おもちゃでは味わえない大迫力の電車の並走が広がります



子どもが電車好きなので来ましたという声もあります

館長インタビュー

生活創造空間にし 館長
阿部 浩之さん

障がいのある人はもちろん、地域の誰もが集える拠点施設です。コンサートや寄席・各種研修会などさまざまなイベントを開催していますので、たくさんの方々の来場、お待ちしております。



この日は20人程のお客さんが歌を楽しんでいました

問合せ 障害担当 ☎ 320-8417 fax 290-3422

i ニシトピ **NISHI TOPICS** 区役所より

家計のやりくりワークブック「わたしのミライノート」を作成しました

あなたの家計、見直してみませんか

毎月の収入と支出を自分で書き出し、家計を見直すことができるワークブックを作成しました。ホームページから入手できますので、ぜひ活用してください。



ワークに沿って、進めていだけで、日々のやりくりが見直せます。



相談しながら進めたい人は…

配布場所

ホームページ
区役所(1階11番窓口)



家計改善支援

収支のバランスや債務の状況を整理。また債務相談や貸付窓口を通じ、早期の生活再建を目指します。

対象 区内在住の生活にお困りで家計のやりくり改善に意欲のある人

※家計改善支援の利用には、自立支援に関する申込みが必要です。

問合せ 生活支援課 ☎ 320-8407 fax 322-9877

ガイドボランティア募集

活動にはボランティア保険が適用されます。また奨励金が支払われます

障害がある人で、1人で外出が困難な人に付き添う外出支援ボランティアです。

【主な活動内容】

- ・養護学校や個別支援学級への通学付き添い
- ・視覚障害者の外出付き添い(お散歩、買い物など)
- ・知的・精神障害者の通所付き添い など

18歳以上で障害者福祉に少しでも関心のある人は、ぜひお気軽にお問い合わせください。

出来る時に楽しく活動をしています。



お話ししながらの散歩を楽しみにしています。



問合せ 西区社会福祉協議会 移動情報センター ☎ 620-5998 fax 451-3131

ネズミに要チュー意

ネズミの住みにくい環境を作りましょう

ネズミは寒さが苦手です。冬場は屋内に侵入しやすくなり、ネズミに関する相談が多く寄せられます。

ネズミを捕まえる、毒えさの使用だけでは根本的な解決にはなりません。ネズミの特性を知り、住みにくい環境を作ることが重要です。

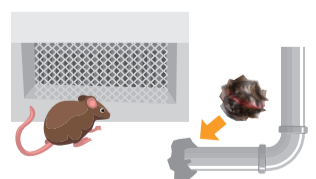
対策① 餌をなくす

ネズミは食材、生ごみ、せっけん、ペットフードや肥料なども餌にしてしまいます。扉付きの戸棚、ふた付容器などにしっかり収納保管しましょう。餌がないと冬場は1日程度で餓死すると言われています。



対策② 侵入口をふさぐ

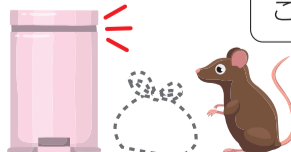
ネズミは2cm位の穴や隙間から侵入することができます。侵入口がないか確認し、侵入口がある場合は目の細かい金網、パテやセメント、金たわしなどでふさぎましょう。



侵入口の例:床下の通気口、エアコンやガスの配管まわりなど

対策③ 隠れ場所をなくす

物が多く置いてあると、ネズミの隠れ場所になります。不要な物は処分し、整理整頓を心がけましょう。隠れる場所がないと警戒して寄り付きにくくなります。



いつもと違うから、ストレス溜まる…。こんな家にはいたくない。

問合せ 環境衛生係 ☎ 320-8444 fax 320-2907

マークの
見方 日 時 場 所 対象・定員 持ち物 費用 一時託児
申 申込み 問 問合せ 電 話 fax FAX Eメール

朝食を抜いていませんか? 体が温まる朝食レシピ

西区食育推進会議おすすめレシピ①

朝食は体や脳を目覚めさせ、元気に活動ができます

チーズ入りぞうすい エネルギー(1人分): 219kcal

材料(2人分)

ごはん …… 茶碗1杯(150g位)	人参 …… 1/4本
水 …… 2カップ位	ネギ …… 10cm
昆布茶 …… 小さじ1と1/2	しいたけ …… 1個
チキンコンソメ(固形) …… 1/2個	卵 …… 1個
豆苗 …… 1/2パック	スライスチーズ …… 1枚

作り方

1. 卵は割りほぐしておく。
2. 人参は太めのせん切り、ネギはせん切り、しいたけは薄切り、豆苗は3~4cmに切る。
3. 鍋に水と昆布茶、チキンコンソメを入れて火にかける。
4. 3が沸騰したら、人参、ネギ、しいたけ、ごはんを入れ、10分くらい煮る。
5. 4に豆苗を入れてから卵を回し入れる。卵に火が通ったら器に盛り、ちぎったスライスチーズをのせる。



問合せ 健康づくり係 ☎ 320-8439 fax 324-3703

西区キャンドルアート2019

幻想的な冬の夜をお楽しみください

西区のマスコットキャラクター「にしまろちゃん」と西区と交流のある彦根市の「ひこにゃん」をモチーフにしたキャンドルや、小学生が心を込めて描いたメッセージキャンドルが会場を優しく灯します。

日時 **12月21日(土) 17時~20時**

屋外会場 グランモール公園
横浜美術館前美術の広場(みなとみらい3)

17時~ 開会式、キャンドルの点灯[雨天中止]



開会式に「にしまろちゃん」と「ひこにゃん」が登場します

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~
小学生による合唱[雨天決行]



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

西区防災講演会「ここがポイント! 気象災害への備え」

天気の達人が来る!

フジテレビ「とくダネ!」に出演し、全国的に人気を博している気象予報士の天達武史^{あまたつたけし}さんが、過去の災害や天気の見方、日頃の備えなどをわかりやすくお話しします。いざというとき、あなたや地域みんなが助かるにはどうするべきか、一緒に考えてみませんか。

日時 **2020年1月13日(月・祝) 14時~16時**

場所 西公会堂(岡野1-6-41) 定員 先着500人

申込み 12月11日(水)~
電話、FAXまたはホームページ申込フォームから

講師 **天達 武史**さん(「とくダネ!」気象キャスター)



問合せ 防災担当 ☎ 320-8310 fax 290-3422

世界エイズデーポスター展

区役所3階で12月1日から27日まで開催します

世界エイズデー(12月1日)はエイズまん延防止および患者・感染者に対する差別・偏見の解消などを図る日として1988年に定められました。エイズをより身近なものにするために、あなたのエイズの知識を更新していきましょう。

検査は区役所でも受けられます

匿名・無料 HIV検査(同時に梅毒検査も受けられます)

日時 毎週金曜日 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)

結果 検査日の翌週以降の金曜日 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

他の曜日や土日・夜間の検査会場は



レッドリボン
エイズへの理解と支援のシンボル

問合せ 健康づくり係 ☎ 320-8439 fax 324-3703

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3月予定):メインアリーナ

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。抽選でにしまろ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(火)必着

広報よこはま西区 読者アンケート 検索

問 広報相談係
 ☎ 320-8321 fax 314-8894

お知らせ

令和2年度入所希望者向け 放課後児童クラブ個別説明会

日頃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) 2020年1月25日、2月22日(土) 14時～15時
 - ② 西前学童放課後児童クラブ (中央2-25-8 ☎312-7909) 12月7日、2020年1月18日、2月8日(土) 15時～16時
 - ③ 桜木町・大志学童クラブ (桜木町4-17-1 ☎224-8502) 12月7日(土) 14時～15時
 - ④ 陽だまり学童クラブ (藤棚町1-119 ☎489-3283)
 - ⑤ なないろ学童クラブ (浜松町10-10 ☎315-2176)
 ※④⑤の説明会日時は、各クラブにお問い合わせください
- 令和2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)
 問 学校連携・こども担当
 ☎ 320-8477 fax 322-9875

NPO法人入門講座 ～ちょっと気になるNPO～

NPO法人ってなんだろう。知っておきたい基礎知識と設立&運営の体験談など
 ☎ 2020年1月24日(金) 9時30分～11時30分
 曲 にしとも広場(中央1-5-10 区役所1階)
 人 成人 先着20人
 申 12月11日(水)9時～ 直接来館、電話またはFAX
 問 にしとも広場
 ☎ fax 620-6624

西区・保土ヶ谷区合同人権講演会 「ダウン症の娘と共に生きて」

金澤翔子さんの書道パフォーマンスと母である金澤泰子さんによる講演
 ☎ 2020年2月8日(土) 14時～15時30分
 曲 西公会堂(岡野1-6-41)
 人 先着500人
 申 12月16日(月)～ FAX、Eメールまたはホームページ
 申込フォームから
 問 保土ヶ谷区総務課庶務係
 ☎ 334-6203 fax 334-6390
 ✉ ho-jinkenken@city.yokohama.jp



調査費無料 水道局からののお知らせ「地下漏水調査へのご協力をお願い」

区内の地下漏水調査のため、各ご家庭の宅地内に設置している水道メーターで漏水音の確認を行います
 ☎ 2020年1月上旬～3月上旬(平日)
 調査対象:宅地内に設置している水道メーターから道路側の水道管まで
 調査会社:水道テクニカルサービス株式会社 ☎ 360-9220
 ※ご不在時は宅地内には入らず、道路上で調査します
 ※調査員は水道局が発行した身分証明書を携行しています。ご不明な点があればご連絡ください
 問 水道局配水課漏水管理係 ☎ 331-1838 fax 332-1442

年末年始のお知らせ 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ページに掲載

急な病気のときは
 ☎ 12月29日(日)～2020年1月3日(金) 10時～16時
 曲 西区休日急患診療所(中央1-15-18) 【診療科目】内科・小児科
 問 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28日(土)～ 2020年1月4日(土)	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(日)～2020年1月3日(金)
12月29日(日)～ 2020年1月3日(金)	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、にしとも広場、西区福祉保健活動拠点「フクシア」、横浜市民ギャラリー、中央図書館
12月29日(日)～ 2020年1月4日(土)	西スポーツセンター
12月29日(日)～ 2020年1月6日(月)	地域子育て支援拠点 スマイル・ポート

赤ちゃんのための絵と音楽でつづるおはなし会

歌やピアノ、マリンバの生演奏コンサートを楽しめます
 ☎ 2020年1月30日(木) 14時30分～15時30分
 曲 横浜みなとみらいホール 小ホール(みなとみらい2-3-6)
 人 0～6歳児と保護者 先着120組
 申 12月11日(水)9時～ 直接来庁、電話、Eメールまたはホームページ
 西区 読書 検索
 問 地域振興課
 ☎ 320-8393 fax 322-5063
 ✉ ni-chiikishinko@city.yokohama.jp

みなとみらいガイドツアー

都市デザインや横浜開港の歴史について話を聞きながら歩きましょう
 ☎ 12月21日(土) 15時30分～17時(受付:15時15分～)
 曲 JR桜木町駅南改札観光案内所前集合
 見学場所:日本丸メモリアルパーク、ドックヤードガーデン、オフィスビル街、グランモール公園 他 人 先着30人
 申 12月11日(水)～ 直接来庁、電話またはEメール
 問 地域振興課
 ☎ 320-8392 fax 322-5063
 ✉ ni-gakushu@city.yokohama.jp

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

●食卓に手作り味噌を
 美容、健康、長寿にも良いとされている味噌を楽しく作ります
 ☎ 2020年1月29日(水) 13時30分～15時30分
 人 先着10人
 料 1,300円(約2キロ・容器付き)
 持 エプロン、バンダナ、マスク、持ち帰り用袋
 申 2020年1月5日(日)～ 直接来館または電話

福祉保健だより

12月11日(水)～2020年1月10日(金)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12日(木)13時30分～16時30分 12月25日(水)9時～12時 2020年1月9日(木)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
	禁煙サポート外来 予約	12月18日(水)14時～16時	禁煙のアドバイス、禁煙外来紹介 人 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	
	生活習慣改善相談 予約	12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	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
赤ちゃん&家族	離乳食教室 予約	12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 人 おおむね生後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
	子ども食生活健康相談 予約	12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 12月12日、1月9日(木)(受付:9時～9時30分) 1歳6か月児 12月17日、1月7日(火)(受付:9時～9時30分) 3歳児 12月19日(木)(受付:13時～14時)	詳細は個別通知をご覧ください	こども家庭係
	乳幼児・妊産婦歯科相談 予約	12月16日(月)13時30分、14時、14時30分	歯科健診、歯みがき指導 人 未就学児、妊産婦 持 母子健康手帳、歯ブラシ(仕上げ用)、タオル	
	ほっとたいむ 予約	12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	
	プレパママ教室	12月11日(水) 12月18日(水) 12月25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、マタニティビクス ※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	人 妊婦6～9か月の妊婦と家族 持 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



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



はがき・FAX・Eメールで申込みときは必要事項(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。

フォーラム南太田

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

●女性のためのパソコン講座

- ①パソコン&ワード・エクセル入門
2020年1月15日(水)、16日(木) 全2回
- ②エクセル中級
2020年1月18日(土)、19日(日) 全2回
- ③即戦力UP 実践エクセル
2020年1月25日(土)、26日(日) 全2回

いづれも10時～15時30分
 ♀女性 各先着12人
 ¥各11,000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)
 申12月17日(火)～ 電話またはホームページ申込フォームから
 パソコン講座専用申込先:☎862-4496
 (9時～15時30分、日・祝・第4木曜を除く)

●大人が楽しむゴスペル入門

練習会:2020年1月11日、25日、2月8日、22日、29日(土) 14時～15時30分
 発表会:3月7日(土) 10時～13時 全6回
 ♀おおむね50歳以上の女性 先着30人
 ¥6,600円(市外在住者は7,260円)
 申12月11日(水)～ 直接来館または電話

中央図書館

〒220-0032 老松町1
 ☎262-0050 ☎231-8299

●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
 ①12月14日、21日(土)
 ②14時～ ③14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、絵本の読み聞かせ
 ①12月18日(毎月第1・3水曜)
 11時～11時20分
 ♀0～3歳児と保護者 当日先着15組

●定例おはなし会

絵本、紙芝居の読み聞かせ、昔話など
 ①12月11日、25日、2020年1月8日
 (毎月第2・4水曜) 15時30分～15時50分
 ♀ひとりでおはなしを聞ける子～小学生

横浜市民ギャラリー

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

●人体を描くクローッキーとデッサン

モデルを観察し、クローッキーとデッサンを行います
 講師:松本 隆さん(彫刻家)
 ①2020年1月16日、23日、30日、2月6日(木) 14時～16時30分 全4回
 ♀18歳以上 抽選20人
 ¥10,000円
 申～12月20日(金) 往復はがき(必着)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

西地区センター

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

●クリスマスロビーコンサート

ピアノ、ベース、ドラムのジャズトリオ“NARUTRIO”による生演奏



①12月14日(土) 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

きれいなお花を飾って楽しいお正月を迎えましょう
 ①12月26日(木) 14時～15時30分
 ♀成人 先着15人
 ¥2,000円
 申12月11日(水)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

●初めてのフラ

楽しく気軽に身体を動かして、1曲踊れるようにマスターしましょう
 ①2020年1月17日、31日、2月14日、28日、3月13日、27日(金) 10時～11時30分 全6回
 ♀成人女性 先着12人
 ¥3,000円
 申12月17日(火)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

●大人の食育「健康料理塾」

大人の必須食育講座。手早くできておいしい健康料理方法を学びましょう
 ①2020年1月23日(木) 11時～13時30分
 ♀先着16人(未就学児同伴不可)
 ¥800円
 申12月22日(日)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

西前小学校コミュニティハウス

〒220-0051 中央2-27-7
 ☎☎311-8043

●新春津軽三味線

津軽三味線と人気の民謡で新春のひとときを楽しみましょう
 ①2020年1月12日(日) 13時30分～15時
 ♀先着50人
 ¥300円
 申12月11日(水)～ 直接来館または電話(1週間以内に費用持参)

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 ☎311-6444

●ダッチオープン料理教室

①2020年2月22日(土)、23日(日) 10時～14時
 ♀家族・グループ 各抽選12組
 ¥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
 申12月15日(日)～28日(土) 往復はがき(消印有効)に必要事項・参加者全員の氏名・年齢を記入、またはホームページ申込フォームから



●ふれあい親子クラブ冬みつけ隊

おやつ作り、季節行事体験、工作など、冬の自然を満喫しましょう
 ①2020年2月5日、12日、19日、26日(水) 14時30分～16時30分 全4回
 ♀年中・年長と保護者 抽選16組
 ¥2人1組5,000円(追加1人2,000円、2歳以下500円)
 申12月15日(日)～28日(土) 往復はがき(消印有効)に必要事項・参加者全員の氏名・年齢を記入、またはホームページ申込フォームから

境之谷公園こどもログハウス

〒220-0054 境之谷105-1
 ☎☎253-6972

●ログハウスのクリスマス会

音楽ユニット“ショコラッティ”による楽しいクリスマスコンサート
 ①12月15日(日) 10時30分～11時30分
 ♀先着100人(幼児～中学生にプレゼントがあります)

浅間コミュニティハウス

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

●親子のおはなし会

わらべうた・手袋人形・えほん
 ①2020年1月16日(木) 11時～11時30分
 ♀0～2歳児と保護者 先着5組
 申12月19日(木)～ 直接来館または電話

藤棚地区センター

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

●お話会はじまるよ

指人形、パネルシアター、お話や楽器を使って歌うなど
 ①12月13日(金) 11時50分～12時20分
 ♀当日先着10組

●藤棚ふれあい食堂

みんなでご飯を食べたり、カラオケで歌ったりして楽しみましょう
 メニュー:ホワイトシチュー、サラダ
 ①12月20日(金) 16時～18時
 ♀当日先着30人(無くなり次第終了)
 ¥小学生以下無料、中学生以上200円

●藤棚サロン

カラオケを通じて仲間づくりをしませんか
 ①12月14日(土) 15時～17時10分
 ♀当日先着10人

●くつろぎサロン

精神疾患の家族と地域の人が交流でき、心の病について理解を深められる場です
 ①2020年1月18日(土) 13時30分～15時30分
 ♀先着40人
 ¥500円
 申12月11日(水)～ 直接来館または電話(12日(木)～)

●本のクリスマスプレゼント

子ども向け・大人向けに選んだおすすめの本を、クリスマスプレゼントとして貸し出します
 ①12月18日～25日(水)
 ♀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



子育て情報

西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート
 「子育てサークル応援ウィーク」
 ～子育てサークルと一緒に活動しませんか～

西区で活動中の子育てサークルの皆さんが、活動紹介とメンバー募集のPRにやってきます。入会方法や活動への参加について相談もできます。お話を聞いて、ぜひ一緒に活動しましょう

- ①12月3日(火)～13日(金) (日・月は休館)
- ②子育てサークル活動パネル展 期間中毎日実施 ③活動PRタイム 11時45分～12時(お昼の会)
- ☎西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート ☎264-4355



NISHI INFORMATION 各種お知らせ

マークの
見方

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

にしとも広場

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

●キラキラ輝くクリスマスのサンキャッチャー
雪の結晶や星などの好きなパーツを選んで作りましょう
📅12月14日(土) 13時～14時、14時15分～15時15分(同一内容)
👤各先着8人
¥800円
📅12月11日(水)～ 直接来館、電話、FAXまたはEメール

藤棚地域ケアプラザ

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

●人生これから講座
民事信託の制度についてわかりやすく学べます
📅2020年1月18日(土) 13時30分～15時
👤先着30人
📅12月11日(水)～ 直接来館または電話

野毛山荘

〒220-0032 老松町26-1
☎261-1290 ☎261-1293

●のげたいむ～クリスマスコンサート～
ゲスト:ヴォーカルアンサンブル フルール
📅12月21日(土) 13時30分～14時30分
👤当日先着80人

●ストレッチ&お元気ウォーキング
歩行力アップを目指して、2本のポールを使ったウォーキングで楽しく介護予防
📅2020年1月17日、31日、2月21日、28日、3月13日、27日(金) 10時～11時30分 全6回
👤先着15人 ¥300円
📅12月11日(水)～ 直接来館

●野毛山荘 臨時休館のお知らせ
エレベーター更新工事のため、次の期間は休館します。
📅2020年1月11日(土)、12日(日)
📍地域振興課
☎320-8393 ☎322-5063

スポーツ

西区あるこう会

熊野神社、総持寺などを巡るコースを歩きます
📅2020年1月5日(日) 9時30分～15時
📍京急鶴見市場駅集合
¥高校生以上500円、中学生以下300円(当日持参)
📅12月11日(水)～ 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)
📍西区体育協会ウォーキング部 渡邊
☎321-1423

清水ヶ丘公園屋内プール

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎243-2131 ☎243-2206

●初級水泳教室参加者募集
📅2020年1月23日(木)、28日(火)、30日(木)、2月4日(火)、6日(木)、13日(木)、18日(火)、20日(木) (毎週火・木曜) ①9時30分～11時 ②11時～12時30分 全8回
👤成人 各先着35人
¥7,200円
📅2020年1月9日(木)～ 直接来館

THE BAYS[ACTIVE STYLE CLUB]

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

●はじめてのヨガ
～西区・中区在住、在勤、在学者限定～
📅2020年1月5日(日) 16時15分～17時30分、1月15日(水) 19時～20時15分
👤18歳以上 各先着15人
📅12月11日(水)～ 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

●冬休み 子ども球技教室
📅12月15日(日)～ ホームページで先着受付
📅運動しやすい服装・室内シューズなど

教室名	対象	日程	時間	定員	費用
スポンジテニス	年中～中学1年生(小学1年生以下は保護者同伴)	12月28日(土)、29日(日)、2020年1月4日(土)、6日(月)	①8時40分～9時40分 ②9時45分～10時45分	各12 各10	820
バドミントン	小学3～中学2年生				

西スポーツセンター

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

●当日受付教室
📅30分前から先着受付 📅2歳以上の未就学児(要予約) 1回510円
📅運動しやすい服装・室内シューズ・飲み物など
下記以外にも開催している教室があります

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	930
火曜ZUMBA®		火	11時～11時50分	40	660
からだいきいきメンテナンス		火	12時～12時50分	40	550
エアロビクス初級		水	9時～9時50分	40	660
木曜ZUMBA®		木	12時～12時50分	40	660
リンパボディメンテナンス		金	11時～11時50分	40	550
ボディウエイト&ピラティス		土	11時～11時50分	40	550

*広報掲載後に変更になる場合があります。詳しくは施設へお問い合わせください。

●西スポーツセンターの工事に関するお知らせ
・改修工事期間の延長に伴い、メインアリーナの一部休館を2020年3月31日(火)まで延長します。また、開館予定日は2020年4月1日(水)となります。
・設備更新のため、次の期間室内プール及び温水シャワーが使用できません。2020年3月中旬(2週間程度)予定
皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。詳細日程は、後日西スポーツセンターホームページをご覧ください。
📍地域振興課 ☎320-8393 ☎322-5063

清水ヶ丘公園

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎243-4447 ☎243-4497

●1月開催体育教室
📅12月11日(水)～ 直接来館

教室名	対象	日程	時間	定員	費用
卓球教室	18歳以上	2020年1月7日～28日(火)	9時30分～11時30分 全4回	60	2,800
肩・膝・腰痛改善教室			①10時～11時 全4回 ②13時～14時 全4回	各10	3,200
子ども体操教室	幼児 小学生	2020年1月7日(火)～30日(木) ※火曜または木曜の通いやすい方を選んでください	15時～15時50分 全4回 ①15時55分～16時45分 全4回 ②16時50分～17時40分 全4回	10 各10	3,200
バドミントン教室		2020年1月8日～29日(水)	①9時30分～11時30分 全4回 ②12時～14時 全4回	各50	2,800
シェイプアップダンス教室	18歳以上	2020年1月9日～30日(木)	10時～11時 全4回	20	2,000
健康ダンス&ストレッチ教室		2020年1月10日～31日(金)	10時～11時 全4回	40	2,000



快晴だったこの日、左側には富士山が、正面には丹沢山などがクッキリと見えた。 題字 絵と文 鈴木太郎

坂を上ってきた人にこの坂の名前を聞くと、「坂を上りきった所に、昔、神中(現県立希望ヶ丘高校)があったので、神中坂と呼ばれていました」と教えてくれた。

坂の途中で振り返ると、水道道が交差点を渡って、やや真直ぐに続いていることが分かる。

野毛山浄水場まで、日本初の近代水道が整備された。レールを敷き、トロッコによって、道に埋設される水道管など資材が運ばれた。この急坂は難工事であったことだろう。

第39回
神中坂

温故知新!
西区のくまのスケッチ

商店が建ち並び、いつもにぎやかな六差路の藤棚町交差点。右側角に建つ第七有隣堂書店前の急坂を上る。私は子供の頃、遊び仲間と連れだって、この坂を越えてよく野毛山公園へ遊びに行ったものだ。この道は水道道と呼ばれ、1887(明治20)年に相模原市緑区三井から野毛山浄水場まで、日本初の近代水道が整備された。レールを敷き、トロッコによって、道に埋設される水道管など資材が運ばれた。この急坂は難工事であったことだろう。

