

**西区役所 TEL.320-8484 (代表電話)**  
 〒220-0051 西区中央一丁目5番10号 西区ホームページ [横浜市西区役所](#) で **検索**

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)  
 7月の区役所 | 11・25日 開庁時間:9時～12時 戸籍課・保険年金課・こども家庭  
 土曜開庁日 | 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。



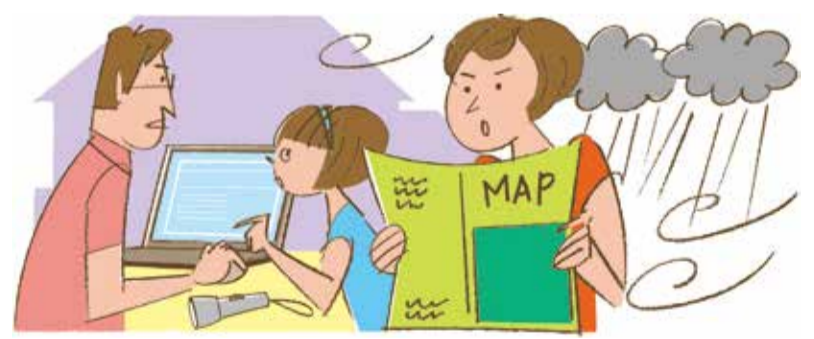
ABOUT PHOTO

**西区 土のうステーションを  
整備しました**

土のうは水害時に水や土砂の流出を防ぎ、水害の応急対策になります。近隣の人は、大雨の時など災害時にご自由にお使いください。

# 豪雨や台風に対する知識を深め、備えよう

**特集** 被害を受ける前に! 風水害対策



## 被害は年々増加しています 備えや行動の確認を!

まもなく台風がやってくる季節です。このシーズンだけでなく、局地的な集中豪雨や突然の大雨により甚大な被害をもたらす事象が年々増加しています。被害から身を守るためには、日ごろの備えや、いざという時にどう行動するかをあらかじめ知っておくことが重要になります。今回の特集では、災害が起こる前に知っておきたい知識や備えを紹介します。

### TOPICS 土のうステーションを活用しましょう!

従来から、大雨による水害対策用として横浜駅西口周辺に7か所の「臨時土のう置場」を設置して対応していましたが、このうちスペースが確保できる4か所を「土のうステーション」として整備しました。1か所あたり約100袋入っています。いざという時にご利用ください。

- 場所** 南幸橋脇、横浜ビブレとダイエーとの間、西公会堂駐車場入口付近、平沼高校グラウンド角
- 問合せ** 西土木事務所 ☎242-1313 fax 241-7582





特集 被害を受ける前に！風水害対策

# 台風や大雨による災害時に役に立つ備えや情報を知っておこう



## 最近の気象傾向を知る！



台風をはじめとして、「記録的短時間大雨情報」の発令に伴う豪雨、「大気不安定」による大雨・暴風など、ここ最近の日本における気象現象は、一旦発生すると甚大な被害につながる場合が多くなっています。気象庁の統計によれば、大きな災害をもたらした気象事例の件数は、昭和38年から63年までの26年間で15件だったものが、平成元年から26年までの26年間で98件発生しており、回数も大幅に増加しています。昨年発生した台風18号や19号では、沖縄県から宮城県までの広い範囲で被害が発生し、西区でもがけが崩れる等の大きな被害がありました。

## 備えを確認する！



浸水や避難時など、もしもの時に備え、以下について確認しましょう。

### 1 側溝・雨水ますを掃除しましょう

大雨の時に側溝や雨水ますがふさがっていると、浸水被害につながります。普段から詰まらないように掃除をすることが大切です。



雨水ますの掃除の様子

### 側溝と雨水ますの詰まりは、浸水被害の原因になります

#### 側溝・雨水ますの上から取り除いておきましょう

- 車乗り入れブロック
- 落ち葉
- ビニール袋
- その他の大きなゴミ



車乗り入れブロック



落ち葉やゴミ

### 3 非常持ち出し品を準備しましょう

災害が発生した時のために備え、避難時に必要な持ち出し品をそろえておくことも大切です。



#### 〈非常時の持ち出し品リスト〉

##### 救急・安心

- 救急セット(包帯・絆創膏)
- 常備薬
- メガネ・コンタクトレンズなど

##### 貴重品

- 預金通帳
- 現金
- カード
- 免許証・保険証・印鑑など

##### 水・食料

- 飲料水
- 非常食
- 紙皿・紙コップ
- 粉ミルク

##### 日用品

- 傘・雨具
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- タオル

##### その他

- 紙おむつ
- ティッシュ
- ビニール袋
- マスク
- ヘルメット
- 厚底の運動靴
- 衣類
- 軍手

### 2 洪水マップ・土砂災害マップを確認しましょう

自宅や勤務先が大雨による浸水被害を受ける想定区域になっているか、土砂災害の恐れがあるかなどを事前に知っておき、いざという時にどのルートで避難するかを家族や近所の人たちと話し合みましょう。

※洪水マップ・土砂災害マップをご希望の場合は庶務係へ



マップイメージ

#### TOPICS

### 「西区防災計画(風水害等対策編)」を6月1日に一部修正しました

災害対策基本法の改正に合わせ、浸水が始まり屋外待避がかえって危険になる場合は自宅の安全な場所への避難を促す点などが追加されました。また、平成26年2月の記録的な大雪の被害を踏まえた新たな対策などを規定しました。

ご覧になる場合は、庶務係またはホームページ「横浜市西区防災計画」で [検索](#)

## 情報を集める！



台風や大雨などから身を守るには、情報収集が大切です。最新の情報はテレビ、ラジオだけでなく、横浜市のホームページや、携帯電話やスマートフォンのメール配信サービスでも確認できます。様々な媒体から情報を得られるように準備しておきましょう。

いざという時のために  
今すぐ登録しよう！



## 横浜市のインターネット災害情報提供サービス

### 横浜市防災情報Eメール

携帯電話やスマートフォンに防災情報をEメール配信するサービスを行っています。また、防災情報Eメールの携帯サイトでは、地震・津波情報はもちろん、河川の水位・監視カメラ画像、土砂災害警戒情報など様々な情報を入手することが可能です。

QRコードから登録できます！



### 横浜市防災情報ホームページ

横浜市域の雨量・潮位・河川水位(水防災情報)の状況等をリアルタイムで提供しています。行政区別の詳細なデータを閲覧することも可能です。

「横浜市防災情報」で [検索](#)



平常時

水位の上昇



水位上昇時

# タイミングを見極め避難する!



台風や大雨の時は、警報・注意報などの情報、雨の様子や周辺の状況を把握し、避難すべきか適切に判断してください。下の図を参考に、自ら適切な判断と行動ができるようにしましょう。

## 雨の様子

## 警報・注意報、周辺の状況

**強い雨** (土砂降り)  
↑1時間に20~30ミリ

**激しい雨** (バケツをひっくり返したような雨)  
↑1時間に30~50ミリ

**非常に激しい雨** (滝のような雨)  
↑1時間に50~80ミリ

### 降雨

#### 大雨注意報

大雨により、災害が起こるおそれがある場合  
↑1時間に30ミリ

#### 大雨警報

大雨により、重大な災害が起こるおそれがある場合  
↑1時間に45ミリ

#### ▲ 避難勧告

#### 記録的短時間大雨情報

数年に一度の記録的な大雨を観測した場合  
↑1時間に100ミリ

#### ▲ 避難勧告

#### 土砂災害警戒情報

大雨による土砂災害発生の危険度がさらに高まった場合

#### 大雨特別警報

大雨により、重大な災害が起こるおそれがある場合  
↑数十年に1度の降雨量

### 雨が降ってなくても!

#### 〈がけ崩れの前兆現象〉

- 斜面に亀裂や湧き水が見える
- 小石がパラパラと落ちる



#### ▲ がけ周辺 避難勧告

安全な場所に避難を開始する

#### 局地的ながけ崩れ発生!

- 山鳴り、流木発生
- 安全な場所に  
ただちに避難する



避難場所

## 身を守るために

### ● 情報収集をする!

テレビやラジオ、横浜市のホームページなどで情報収集をする

### ● 路面の状況に注意!

道路が冠水し始めたら注意する

### ● 地下街は注意!

地下街・半地下は浸水の危険が高いので、安全な場所へ移動する

### ● 建物内でも注意!

強い雨が続く場合は2階以上へ移動するなどの安全行動をとる

## TOPICS

浸水害及び土砂災害の状況によっては、西スポーツセンターや西地区センター等を避難場所として開放します。

問合せ 庶務係 ☎ 320-8310 fax 322-9847

広告



# NISHI TOPICS 区役所より

お知らせ・募集・注目情報を紹介します

## にしく打ち水大作戦2015

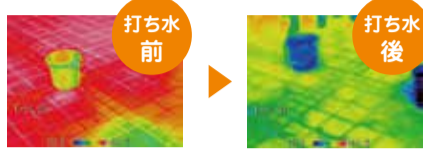
夏を涼しく快適に、自分たちでできること

西区では、毎年7月から8月を打ち水月間としています。打ち水は暑い夏を乗り切る昔ながらの知恵のひとつです。区役所では、ひしゃく・バケツ・温度計(地熱温度測定用)の貸出しを行います。ご自宅の周りやベランダに打ち水をしてみませんか?

**実施日時** 7月28日(火) 15時~(30分間)  
雨天の場合 7月29日(水)15時~(30分間)

**場所** 横浜駅西口(横浜タカシマヤ正面玄関入口前、横浜モアーズ前)  
横浜駅東口(横浜中央郵便局前)

### 打ち水前後の温度変化の様子



高温になるほど赤色、低温になるほど青色に表示されます。



昨年の横浜駅西口 打ち水の様子

皆さんのご参加をお待ちしています!



問合せ 企画調整係 ☎ 320-8339 fax 322-9847

## 平沼橋駅周辺の「自転車等放置禁止区域」を一部拡大

8月1日から拡大します!

8月1日より、平沼橋駅周辺の「自転車等放置禁止区域」を一部拡大します。自転車や50CC以下のバイクは、自転車駐車場などの適正な場所にとめましょう。

### 平沼橋駅周辺の自転車等放置禁止区域内に放置した場合

- 自転車や50CC以下のバイクは横浜市が指定した保管場所に移動します(平沼橋駅の場合:山内町保管場所 ☎ 451-5244)
- 2か月間保管したのち、引き取りのない場合処分します

**引き取りの際の負担額…自転車:1,500円/バイク:3,000円**

### 【地図の見方】

- 拡大される自転車等放置禁止区域
- 自転車等放置禁止区域
- 自転車駐車場



問合せ 地域振興課 ☎ 320-8393 fax 322-5063 道路局交通安全・放置自転車課 ☎ 671-3644 fax 663-6868

## 西区の「ガチめん!〜汁もの篇〜」

横浜市内全域で開催!

人気ナンバーワンが投票で決定します

大好評企画「ガチ!」シリーズ。2015年は、「汁(スープ)に浸っためん類」がテーマの「ガチめん!〜汁もの篇〜」が開催されます!西区からは下記の6店舗がエントリーしています。身近なお店の自慢のめんを、ぜひ味わって投票しよう!

**投票期間** 7月1日(水) ~ 8月31日(月) **各賞発表** 9月下旬(予定)

**投票方法** ウェブサイト、ハガキ、エントリー店設置の投票箱 ※エントリーブックは、区役所・エントリー店で配付しています(数に限りがあります)。

主催:(一社)横浜市商店街総連合会



YOKOHAMA SHOPPING STREET TOTAL FEDERATION NO.1 "MEN-SHIRUMONO" GRAND PRIX GACHIMEN!

[藤棚商店会]

龍興楼

藤棚町1-85-2 ☎ 242-1156



塩タンタン麺  
¥680(税抜)

[横浜駅西口五番街商店会(協)]

龍王

南幸1-5-24 ☎ 319-2726



辛い蕪卵湯麺  
¥550(税込)

[戸部大通り商店会]

松山そば店

戸部町5-173 ☎ 231-5607



舞茸鳥南蛮そば  
¥930(税込)

[横浜駅西口五番街商店会(協)]

鉄なべや とん太

南幸1-5-29 ☎ 319-2735



鉄なべ辛味噌  
うどんセット  
¥850(税込)

[久保町ニコニコ商店街]

生そば 松鶴

久保町28-20 ☎ 231-7723



濱の河岸そば  
¥750(税込)

[浅間下商店街ニコリ会]

蕎麦膳処 古登婦喜

宮ヶ谷1-8 ☎ 312-7715



蔵王地鴨の  
鴨南ばんそば  
¥1,290(税込)

問合せ (一社)横浜市商店街総連合会 ☎ 250-6613 fax 262-2077 地域振興課 ☎ 320-8387 fax 322-5063



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

## 人生記念樹を育ててみよう!

9種類の木から選べます!

入学や成人、結婚や出産など、人生にはいろいろな節目があります。そのお祝いに記念の苗木を無料で差し上げています。思い出を育てて街を緑にしてみませんか。

**申込み** 随時受付しています。期間は記念の日から前後1年以内です。

- 申込み方法**
- ① ホームページからの申込み  で **検索**
  - ② 専用はがきでの申込み 広報相談係で配布・受付しています。

**苗木の配布時期** 4月～8月までに申込み…10月～11月に区役所で配布  
9月～3月までに申込み…5月～6月に区役所で配布

**対象となる記念** 出生、入園、小学校入学、成人、就職、結婚、金婚、銀婚、  
賀寿(還暦・古希など)、市外からの転入、住宅の新築・購入、増改築

**苗木の種類** サツキ、アジサイ、キンモクセイ、ドウダンツツジ、ウツギ、モッコウバラ、ハナミズキ、  
ヤマザクラ、ベニカナメモチ



キンモクセイ

**問合せ** 広報相談係 ☎ 320-8321 fax 314-8894

## 第32回 横浜かもんやま能

日本の伝統芸能を  
鑑賞しよう

横浜かもんやま能は、昭和59年、横浜開港に貢献した大老井伊掃部頭直彌公を偲び、井伊家ゆかりの人々により建立された掃部山公園の銅像前に仮舞台を設け「かもんやま薪能」として文化と地域の活性化を目的にはじまりました。横浜能楽堂の設立により平成8年からは能楽堂に会場を移して開催、今年で32回を迎えます。井伊家ゆかりのシテ方の喜多流と観世流鏡之丞家、狂言方の大蔵流茂山家が出演し、長い間多くの人に親しまれています。鑑賞経験がない人でも楽しめる解説付きです。ぜひ一度足をお運びください!



能「隅田川」(観世流) 観世鏡之丞  
撮影：吉越研

**日時** 10月4日(日)14時開演

**会場** 横浜能楽堂(掃部山公園内)

**狂言** 「月見座頭」 出演：茂山千五郎

**能** 「隅田川」 出演：観世鏡之丞 ※解説あり

**チケット区民先行販売** ←区役所で販売します!

☎ 7月28日(火)10時～14時 区役所3階B会議室 区内在住者  
先着200席(1人4枚まで) ¥ S席4,000円、A席3,500円、B席3,000円

申 ふるさと西区推進委員会事務局(地域振興課内) ☎ 320-8391 fax 322-5063

**一般販売**

☎ 8月1日(土)12時～ 申 横浜能楽堂 ☎ 263-3055 「横浜能楽堂」で **検索**

**問合せ** ふるさと西区推進委員会事務局(地域振興課内)  
☎ 320-8391 fax 322-5063

## 「ころばんよ体操」(転倒骨折予防体操) DVDを貸出します!

みんなで体操しよう

平成15年に作られた西区のご当地体操です。健やかに生活している人はもちろんのこと、体力低下やもの忘れのため、活動に制限のある人にもお勧めしたい体操です。貸出しは、お問い合わせください!

「ころばんよ体操」の効用

- 1 **ロコモ予防** 歩行・バランス・姿勢の調整・維持・向上を目指します。  
※「ロコモ」とは「ロコモティブシンドローム」の略称です。加齢・運動器の障害に伴い「立つ・座る・歩く」などの能力が低下する状態のことをいいます。
- 2 **メタボ予防** 有酸素運動(ウォーキング)を取り入れることで内臓脂肪の蓄積を解消する効果があります。
- 3 **物忘れ予防** 音楽にあわせてからだを動かすことで、脳のトレーニングをします。



グループには、ダビングもします。  
空のDVD-Rをお持ちください  
(要予約)。

西区ホームページより解説編の動画をご覧になれます。

「ころばんよ体操解説編」で **検索**

**問合せ** 高齢担当 ☎ 320-8410 fax 290-3422

広告

# 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

## お知らせ

### 西区文化協会 「チャリティー芸能大会」

琴・尺八・詩吟・詩舞・朗読・フラダンス・民舞など協会員による発表  
**7月11日(土) 11時30分～**  
 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

### 西区夏余暇のお知らせ

毎年恒例となりました西区地域自立支援協議会企画、「夏休みを満喫しよう!」を今年も実施します。さあ、皆で応募しよう!  
 ①真夏のチャレンジクッキング  
**8月1日(土) 13時30分～**  
 藤棚地域ケアプラザ(☎253-0661)  
 ②夏のパンまつり みんなでおいしいパンを作ろう!  
**8月2日(日) 10時～**  
 宮崎地域ケアプラザ(☎261-6095)  
 ③横須賀に行こう!  
**8月9日(日) 10時～**  
 西区地域活動ホーム(☎262-9054)  
 ④夏祭りを楽しもう!  
**8月16日(日) 10時～** 地域活動ホームガッツ・びーと西(☎250-6506)  
 ※事前説明会はありませぬ  
 区内在住・在学・在勤者  
 ①10人(障害のある中学生以上)  
 ②10人(障害のある小学生)  
 ③5人(障害のある高校生以上)  
 ④10人(障害のある小学生以上)  
 ¥③のみ2,000円 ①②④500円  
 各施設に直接連絡

### 横浜市マンション管理組合 サポートセンター「西区交流会」

総会・理事会の運営、ペットや駐車場問題、修繕工事等について他の管理組合役員や専門家に相談でき、マンション管理の幅広い知識を深めることができます  
**毎月第1日曜 9時30分～11時30分**  
 西地区センター(岡野1-6-41)  
 マンション居住中の人  
 資料代は実費  
 横浜市マンション管理組合サポートセンター ☎fax 663-5459  
 または建築局住宅再生課  
 ☎671-2954 fax 641-2756

### 里親制度説明会

さまざまな事情で実の親と暮らせないお子さんを、家庭で育てる「里親制度」の説明会です  
**7月25日(土) 13時30分～15時30分**  
 中央児童相談所(南区浦舟町3-44-2)  
 市内在住 先着30人  
**7月13日(月)～** 電話  
 中央児童相談所  
 ☎260-6510 fax 262-4155

### 第8回 みなとみらい大盆踊り

みなとみらいで納涼の夕べを過ごしませんか!  
**8月14日(金) 17時30分～20時30分**  
**8月15日(土) 16時～20時30分**  
 小雨決行・荒天中止  
 臨港パーク南口広場(みなとみらい2-3-5)  
 みなとみらい大盆踊り実行委員会  
 ☎221-2155

### 「にこまち助成金」27年度 第2回申請受付がはじまります

「にこまちプラン」の具体的な推進につながる活動で、「まちづくり」「サービスづくり」に関する新しい活動に対して助成します(1団体1事業、上限5万円と50万円コース、自己負担あり)  
**7月21日(火)～8月21日(金)**  
 西区を対象とした市民活動を行う団体  
 西区社会福祉協議会  
 ☎450-5005 fax 451-3131

### 岡野公園「夏休み昆虫観察会」

園内を散策し、昆虫を探しましょう。また、セミの抜け殻から名前を当てましょう  
**8月3日(月) 10時～12時** 小雨決行  
 岡野公園(岡野2-9)  
 先着15人  
 【持ち物】筆記用具、虫取り網、虫取りかご  
**7月11日(土)～** 岡野公園詰所宛に氏名・電話番号を電話またはFAX  
 岡野公園 三觜(みつはし)、吉田  
 ☎fax 311-2613

### 西区文化祭「創作展」

西区文化協会会員による作品展示(洋画、水彩画、日本画、水墨画、似顔絵、切り絵、押し花、写真、プリザーブドフラワー、書道、華道、現代詩、トールペイント、寄木絵アート等)  
**7月28日(火)～8月3日(月) 11時～18時**(7月28日は12時～、8月3日は～17時)  
 みなとみらいギャラリー(みなとみらい2-3-5クイーンズスクエア横浜2F)  
 西区文化協会事務局(地域振興課内)  
 ☎320-8392 fax 322-5063

### 西区地域づくり大学校 平成27年度受講生募集

講義・グループワーク・現地見学から地域活動を実践的に学びます  
**第1講 9月12日(土) 9時30分～13時30分**  
**第2講 10月24日(土) 9時30分～16時**  
**第3講 11月8日(日) 9時30分～13時30分**  
**第4講 11月28日(土) 9時30分～15時**  
**第5講 平成28年1月23日(土) 9時30分～15時**  
**第6講 平成28年2月13日(土) 14時～17時**  
 ※日時は変更になる場合があります  
 区役所 他 区内在住・在勤者30人(多数抽選) **7月31日(金)**までに、申込用紙に記入の上「にしく市民活動支援センター」宛にFAXまたは郵送(西前町2-46大向ビル1階 ☎fax 620-6624)  
 ※申込用紙は、にしく市民活動支援センター、区役所、自治会・町内会での回覧または西区ホームページからダウンロード  
 地域力推進担当  
 ☎320-8319 fax 322-9847

### 「にしく男子厨房に入る会」 PartII (全6回)

調理初心者の男性向けの基礎講座。地域と関わり仲間と交流しませんか  
**7月23日、9月17日、10月22日、11月26日、平成28年1月21日、2月4日(木) 10時～13時**  
 藤棚地区センター(藤棚町2-198)  
 区内在住・在勤の男性 先着16人  
 ¥1回500円 **7月7日(火)～17日(金)**  
 電話またはFAX 地域振興課  
 ☎320-8392 fax 322-5063

## 子育て情報

子育てコラム 赤ちゃんの頃からママやパパのおひざの上と一緒に絵本のページをめくるところから絵本への親しみが生まれます。南浅間保育園やスマイル・ポートには絵本がたくさん!お気に入りの本を探しに行ってみよう。

### 南浅間保育園

〒220-0074 南浅間町23-3 ☎312-0942 fax 312-0867

#### 遊びに来ませんか

園庭と育児支援室を開放しています  
 [園庭]  
**7月～金 8時30分～13時30分**  
 [かんがるーむ]  
**7月～金 9時30分～11時30分**  
 未就園児と保護者

#### プールで遊びましょう

保育園の乳児用プールを開放します  
**7月14日～8月26日の火曜、水曜**  
**11時～11時45分(8月11日、12日はお休み)**  
 未就園児と保護者

### 西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート

〒220-0012 みなとみらい3-3-1 三菱重工横浜ビル3F ☎264-4355 fax 264-4350

#### 横浜子育てサポートシステム入会説明会

利用会員と子育てサポーター(提供会員)を募集しています!(要予約)  
**7月21日(火)、8月1日(土) 10時30分～11時30分**  
 電話または直接来館  
 ☎211-9707(子育てサポートシステム専用電話)

## 福祉保健だより

7月11日(土)～8月10日(月)に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 290-3422 障害担当 ☎320-8450 fax 290-3422

	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 <b>予約</b>	7月23日(木) 13時30分～15時30分、8月6日(木) 9時～11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 <b>予約</b>	7月15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など相談のある人(区内在住・在勤・在学者)		
	生活習慣改善相談 <b>予約</b>	7月15日(水) 13時30分～16時 骨密度測定を実施し、生活習慣改善等の相談に応じます。		
	女性の健康相談 <b>予約</b>	随時 不妊、避妊、思春期・更年期、妊産婦等の相談に助産師が応じます。		
	アルコール家族教室 <b>予約</b>	7月27日(月) 14時～16時 家族や身近な人のお酒の問題で困っている人を対象とした家族教室		
赤ちゃんとその家族	離乳食教室 <b>予約</b>	7月15日(水) 13時30分～15時 生後7～9か月のお子さんとその家族 離乳食の講話と試食、情報交換等	健康づくり係	
	子ども食生活健康相談 <b>予約</b>	7月15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	7月23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	7月21日(火)、8月4日(火) 受付: 9時～9時30分	
		3歳児	8月6日(木) 受付: 13時～14時	
	乳幼児歯科相談 <b>予約</b>	7月27日(月) 13時30分、14時、14時30分 【持ち物】母子健康手帳、子どもの歯ブラシ、タオル ※妊産婦の歯科相談も同日に行っておりますのでお問い合わせください。	こども家庭係	
	母乳育児相談 <b>予約</b>	8月4日(火) 13時15分～15時 【持ち物】母子健康手帳、浴用タオル2枚 授乳時間に合わせておいでください。		
ママのためのほっとたいむ <b>予約</b>	7月15日(水) 10時～11時30分 子育てにイライラしてしまうお母さん同士で話し合う場です。			
ブレババママ教室	7月15日(水) 母乳のお話、マタニティピクス等 ※運動しやすい服装で参加してください。 7月22日(水) 沐浴、妊婦疑似体験等※なるべくパートナーと一緒に参加してください。 はじめて出産される妊婦さんとその家族(妊娠6～9か月の人) 【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) 13時30分～15時30分 受付: 13時15分～ ※8月はお休みです。			



申込方法

ハガキ・FAX・Eメールで申し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、往復ハガキ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。

・行事名  
・〒住所  
・氏名(ふりがな)  
・電話番号など

必要事項を  
すべて記入!

プール営業のお知らせ

【岡野公園プール(屋外)】 岡野2-9-1  
 ☎7月11日(土)～9月6日(日) 期間中無休  
 25mプール ☎9時～18時  
 小学生2年生以上 ¥100円  
 子ども用プール ☎9時～16時  
 幼児～小学1年生 ¥60円  
 ※オムツがとれていない幼児はビニールプールをご利用ください。水着着用の上保護者(18歳以上)1人につき2人の幼児の入場・利用ができます。☎岡野公園プール ☎fax 311-0734(期間中のみ)  
 【西スポーツセンタープール(屋内)】  
 浅間町4-340-1  
 ☎通年営業 年末年始、毎月第3月曜(祝日の場合は翌日)休  
 25mプール  
 ☎月～土 / 7時30分～22時45分  
 日・祝 / 7時30分～20時45分  
 ¥大人1時間300円、中学生以下1時間100円 ※オムツがとれていない幼児の入場はできません。  
 ☎西スポーツセンター  
 ☎312-5990 fax 312-6040

「子どもも大人もダンスダンス」～洋舞 出演者募集～

横浜市の文化振興事業の一つ「Dance Dance Dance@YOKOHAMA2015」を盛り上げませんか。プロのダンスアーティストのゲスト出演も予定  
 ☎12月5日(土) 10時～16時頃  
 ☎西公会堂(岡野1-6-41)  
 ☎先着20組  
 ¥1組1,500円(保険料含)  
 ☎7月14日(火)～ 区役所・各地区センター・各コミュニティハウス等で配布する申込書に記入し、出演料持参で直接西地区センター(岡野1-6-41)へ  
 ☎西地区センター  
 ☎314-7734 fax 320-4260  
 または地域振興課  
 ☎321-8392 fax 322-5063

施設から

西地区センター

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

動物からのSOS

野毛山動物園出前講座。骨や牙を触って分かる生態系  
 ☎7月28日(火) 10時～11時30分  
 小学生 先着20人  
 ☎7月11日(土)～ 直接来館または電話(初日は10時～)

夏休み押し花工作 万華鏡作り

☎8月5日(水) 10時～11時30分  
 小学生 先着16人  
 ¥600円  
 ☎7月11日(土)～ 費用持参で直接来館または電話(初日は10時～3日以内に費用持参)

夏のおはなし会

わらべうた・えほん・パネルシアター他  
 ☎8月12日(水) 11時～11時30分  
 3歳未満児と保護者 先着16組  
 ☎7月11日(土)～ 直接来館または電話(初日は10時～)

藤棚地区センター

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

にしく音頭でみんな楽しく

ゲーム・模擬店あり★盆踊大会  
 ☎7月26日(日) 12時～15時  
 小学生 100人

エッグスラットを作ろう

牛乳と卵を使った簡単料理  
 ☎8月3日(月) 11時～12時30分  
 小学生 先着12人  
 ¥500円  
 ☎7月12日(日)～費用持参で直接来館または電話(3日以内に費用持参)

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

絵手紙教室

素敵な絵手紙を送ってみませんか  
 ☎8月2日、9日(日) 13時30分～15時  
 先着15人  
 ¥200円  
 【持ち物】毛筆・水彩画の小筆各1本  
 ☎7月11日(土)～ 費用持参で直接来館

こどもおもしろ科学教室

棒を降るキツツキなどを作って振動を学ぶ  
 ☎8月5日(水) 10時～12時  
 小学2～6年生 先着30人  
 ¥200円  
 【持ち物】ハサミ、筆記用具、空の牛乳パック  
 ☎7月11日(土)～ 費用持参で直接来館

軽井沢コミュニティハウス

〒220-0001 北軽井沢24  
 ☎fax 324-6771

伝統文化親子教室

浴衣(無料で貸与)の着装を通しての伝統文化  
 ☎7月～12月の第3日曜 10時～(7月は19日、26日、8月は23日、30日)  
 小・中学生と保護者 先着10組  
 ☎直接来館または電話

もりもり粘土絵教室

夏休み自由研究制作  
 ☎7月26日、8月23日(日) 9時30分～  
 幼児～中学生 ¥500円  
 ☎直接来館または電話

ミュージックセラピー

音楽療法士による健康回復  
 ☎8月8日(土) 10時～  
 成人15人 ☎直接来館または電話

藤棚地域ケアプラザ

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

パソコンサロン藤棚

パソコンの基本操作  
 ☎9月3日～11月12日(木) 毎週木曜 全10回 9月24日は休講  
 成人 先着10人  
 ¥4,000円(テキスト代含)  
 ☎7月15日(水)～毎週水曜9時30分～15時 電話または直接来館

東小学校  
コミュニティハウス

〒220-0033 東ヶ丘59  
 ☎fax 263-1111

夏休み子ども将棋大会

☎7月23日、30日、8月6日(木) 13時30分～14時30分  
 小学生(親子可) 先着20人  
 ¥100円  
 ☎7月12日(日)～ 電話

夏休み親子木工道場

☎8月2日(日) 9時30分～12時  
 小学生(親子可) 先着15組  
 ¥材料費500円  
 ☎7月12日(日)～ 費用持参で直接来館または電話

戸部コミュニティハウス

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

夏休み 部屋の自由開放

読書や自主学習に部屋を提供します  
 ☎7月18日(土)～8月23日(日) 9時30分～16時30分  
 未就学児の場合は保護者同伴  
 ☎当日空室状況確認のうえ来館

戸部本町地域ケアプラザ

〒220-0041 戸部本町50-33  
 ☎321-3200 fax 317-3008

手打ちラーメンを作ろう

ラーメンを麺から作ります  
 ☎8月2日(日) 9時30分～11時30分  
 区内在住(親子可) 先着15人  
 ¥800円(試食+麺の持ち帰りあり)  
 ☎7月10日(金)～ 電話

横浜市民ギャラリー

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

横浜市こどもの美術展 2015

今年で50周年を迎える、夏休み恒例のこどものための展覧会が3年ぶりに開催!市内在住の学の子どもたちから募集した絵画をすべて展示します(募集要項はチラシ、ホームページを確認)。誰でも参加できる楽しいワークショップも開催  
 ☎7月31日(金)～8月9日(日) 10時～18時  
**「Bゼミ展」の歴史**  
 現代美術家が集い、数多くの実験的な試みがなされた「Bゼミ展」の歴史を探る  
 ☎8月29日(土) 14時30分～16時  
 15歳以上 50人  
 ¥500円  
 ☎8月15日(土)までに必要事項・年齢を往復はがき(必着)、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」で検索

境之谷公園  
子どもログハウス

〒220-0054 境之谷105-1  
 ☎fax 253-6972

みんなでワイワイ水あそび

水風船やプールで水遊び  
 ☎8月1日(土) 10時30分～12時 雨天中止  
 幼児～小学生(幼児は保護者同伴) 先着30人

野毛山荘

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

おじいちゃんおばあちゃんと習うバルーンアート

お孫さんと一緒にバルーンアートに挑戦  
 ☎8月15日(土) 10時～12時  
 原則お孫さんと祖父母 10組20人  
 ¥500円  
 ☎7月11日(土)10時～ 直接来館

平沼集会所

〒220-0024 西平沼町5-70  
 ☎320-9608 fax 320-9686

夏休みの科学あそび

ペットボトルの中で浮き沈みする金魚で遊ぼう  
 ☎8月3日(月) 14時～16時  
 小学1～6年生 先着30人  
 ¥200円  
 ☎7月11日(土)10時30分～ 直接来館または電話

西前小学校  
コミュニティハウス

〒220-0051 中央2-27-7  
 ☎fax 311-8043

おもちゃの病院

壊れたおもちゃをなおします  
 ☎7月25日(土) 13時～16時  
 幼児～小学6年生 先着15人

DIY 夏休み親子で木工教室

☎8月23日(日) 9時～12時  
 小学生と保護者 先着15組  
 ¥500円 ☎7月11日(土)～ 費用持参で直接来館または電話

フォーラム南太田

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

女性のがん手術後のリハビリ体操

手術後の運動機能を回復する軽い運動と、リンパ浮腫を予防・改善するマッサージを実習。交流会もあり  
 ☎7月14日(火) 10時15分～11時45分  
 乳がん・子宮がん・卵巣がん手術後の女性 先着20人  
 1歳半以上の未就学児 有料、事前予約制(4日前まで) 先着2人

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

バーベキューアドバイザー検定講習会

バーベキューアドバイザーの公認資格が取得できます  
 ☎8月29日(土) 10時～14時  
 小学5年生以上 先着20人  
 ¥5,400円(認定証発行希望の場合は別途手数料が必要)  
 ☎7月21日(火)8時45分～ 電話



# 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

## 中央図書館だより

〒220-0032 老松町1  
 ☎262-0050 ㊟231-8299

### 今月のおすすめ本

「横浜今昔散歩  
 彩色絵はがき・  
 古地図から  
 眺める」



作：原島広至  
 発行：2009年 KADOKAWA

明治後期から昭和初期にかけ、彩色絵はがきと呼ばれるモノクロ写真に筆で色を塗った絵はがきが流行しました。本書では、彩色絵はがきと同じ場所の現在の写真を対比させ、横浜の街の移り変わりを興味深く見ることができます。カラー写真とは趣きを異にする彩色絵はがきを見ながら、横浜の名所を歩いてみてはいかがでしょうか？

### お知らせ

### 食育講座

「横浜F・マリノスに聞く！  
 体を強くするごはん」

スポーツをしている中学生・高校生のための食と体づくりの講座です  
 ☎8月9日(日) 14時～16時  
 中・高校生 先着30人  
 申7月17日(金)～電話または1階5番ヘルプデスク

### ペンギンの不思議

ペンギンの研究者・宮崎正峰さんから、お話を聞きます  
 ☎7月31日(金) 14時～15時30分  
 小・中学生 先着40人(小学1・2年生は親子参加可)  
 申7月14日(火)～電話または1階5番ヘルプデスク

### 夏休み！図書館たんけんツアー

図書館のウラ側をご案内！楽しい本も紹介するよ！  
 ☎8月4日(火) 14時～16時  
 小学生 先着20人  
 申7月17日(金)～電話または1階5番ヘルプデスク

## スポーツ

### 第37回 西区6人制男子バレーボール大会

6人制バレー。試合形式はリーグ戦  
 ☎8月23日(日) 9時～  
 平沼記念体育館(神奈川区三ツ沢西町3-1)  
 抽選会：8月11日(火)20時～  
 区役所地下A会議室  
 区内在住・在勤、在学(中学生以下は不可)の男子で、在学校のOB、区内開校校で練習しているチーム  
 ¥5,000円  
 申7月11日(土)～8月10日(月)までに代表者の氏名・住所・電話番号・年齢を電話  
 西区体育協会バレーボール部 大野  
 ☎090-1768-8464(8時～20時)

### 月曜リフレッシュ体操(2期)

呼吸法をはじめ、足裏マッサージや全身ストレッチ、腰痛体操  
 ☎8月10日～10月19日(月) 13時15分～14時30分 全7回  
 平沼集会所(西平沼町5-70)  
 市内在住・在勤で、原則40歳以上先着25人  
 ¥2,400円初回時に持参  
 申7月11日(土)～8月6日(木)までに申込書に、必要事項と年齢を記入しFAX  
 西区体育協会事務局(西スポーツセンター内) ☎317-2630 ㊟317-2680

### ファジーテニスタイム

ジュニア用のラケットとスポンジボールを使用する、体育館で行うテニスです。初心者でも、用具なしで気軽にご参加ください。普及委員が丁寧に指導します  
 ☎7月25日(土)13時30分～16時  
 西前小学校体育館(中央2-27-7)  
 区内在住・在勤・在学の18歳以上、20人  
 ¥100円  
 西区さわやかスポーツ普及委員会事務局(西スポーツセンター内) 神林  
 ☎080-4654-5034

### 第36回 西区秋季 ママさんバレーボール大会

9人制バレー  
 ☎8月23日(日) 9時～  
 平沼記念体育館(神奈川区三ツ沢西町3-1) 区内在住の西学区内家庭婦人チーム 抽選会：8月11日(火)19時30分～区役所3A会議室  
 ¥3,000円(別途新規登録料2,000円)  
 申7月11日(土)～8月10日(月)に代表者の氏名・住所・電話番号・チーム名を電話  
 西区体育協会バレーボール部 大野  
 ☎090-1768-8464(8時～20時)

### 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 第3期

☎9月15日～10月13日(火) 毎週火曜・木曜 全8回 9時30分～11時、11時～12時30分  
 抽選 各35人  
 ¥6,100円(傷害保険料含む)  
 申8月15日(土)までに直接来館

### 西スポーツセンター

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

### 当日受付スポーツタイム

当日受付なので気軽にスポーツを楽しめます！  
 ¥500円～850円 【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  
 ☎1歳半～未就学児(要予約) 申開始時間の30分前から2階受付

教室名	対象	曜日	時間	募集人数	料金
月曜ピラティス	16歳以上	月	21時～22時	40	600
肩こり・腰痛ストレッチ		火	11時～11時50分	20	500
骨盤改善エクササイズ		火	12時～12時50分	20	500
火曜ZUMBA		火	12時～12時50分	40	600
火曜グループキック		火	21時～22時	40	600
火曜フットサルクリニック		火	21時～22時45分	20	700
クロール初級		水	8時～8時50分	15	850
エアロビクス初級		水	9時～9時50分	40	600
歌声健康	50歳以上	第2・4水	13時30分～14時40分	40	500
水曜ZUMBA	16歳以上	水	21時～22時	40	600
アロマストレッチ		水	21時～21時40分	20	500
クロール初中級		水	21時～21時50分	15	850
平泳ぎ入門		木	9時～9時50分	15	850
木曜ZUMBA		木	12時～12時50分	40	600
木曜ZUMBA		木	21時～22時	40	600
エンジョイ バasketボール		木	21時～22時45分	26	700
リラクシアアロマヨガ		金	12時～12時50分	20	500
土曜グループキック		土	11時～11時50分	40	500
土曜フットサルクリニック		土	21時～22時45分	20	700
日曜グループキック		第1・3・5日	14時～14時50分	40	500

※広報掲載後に変更になる場合があります。お問い合わせの上、ご参加ください。

※広報西区版5月号に掲載された「第7回」は「第12回」の誤りでした。



題字・絵・文：鈴木太郎(西区文化協会)

## 温故知新！ 西区の歴史をたどる

### 【第十三回】相模鉄道

相模鉄道はかつて神中鉄道と呼ばれ、相模川の砂利を運んでいた。昭和4(1929)年に西横浜駅、その4年後に横浜駅まで開通した。

私が初めて相模鉄道に乗ったのは終戦直後の食糧難の時代。母と買い出しで海老名方面に行った。当時は1、2両編成で、西横浜駅のプラットホームは今より低かった記憶が残っている。

昭和30年代になり、資材置き場だった横浜駅西口は明るいデパート、豪華な商店街、華やかな映画館、センス溢れた洋品店、若者に人気の喫茶店やビアホールなど続々と登場して、どっと買物客が集まった。車両は4両編成になり、横浜駅の屋根はプラットホームのまだ半分だった。そして今は8、10両編成で、横浜駅はビルの中。沿線の途中から東京に結ばれる工事が進んでいる。

にしまろちゃん  
 のつぶやき 暑い夏 ガチめん食べて 乗り切るぞ