

# ほ도가や 10月号 No.288

ホームページからPDF版を  
見ることができます



**特集1** 生活の困りごと、  
まずは区役所にご相談ください…………… ⑥

**特集2** がんばれ！横浜FC 行こう！商店街  
ほ도가やクイズラリー…………… ⑦

**お知らせ** 10月30日に予定していた「ほ도가や区民まつり」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。  
☎ 区役所地域活動係 ☎ 334-6302 ☎ 332-7409

地元がもっと  
好きになる

## 保土ヶ谷区のSNS

**保土ヶ谷区公式 @ho\_yokohama**  
**ツイッター**

区役所からの「お役立ち情報」をいち早く

保育園・幼稚園の子どもたちが書いた「しりとりにカード」を展示!

なぞ解きイベントを開催中  
誰でも参加OK!  
先着でプレゼント♪

ほ도가や野菜の直売所を紹介

避難指示が発令されました  
区内4か所で避難所を開設します

ツイッターで区民まつり!  
10月は区民まつりに出店予定だった、お店・団体からのメッセージを投稿します!

区役所の土曜開庁日!  
一部の窓口で手続きができます

**保土ヶ谷区公式 @hodogaya\_official**  
**インスタグラム**

ほ도가やの「好き」がきっと見つかる

**#フォトガヤ展** ~「#フォトガヤ」を付けて投稿されたすてきな写真を展示します~

日程 11月上旬から 場所 天王町駅YBP口高架下  
詳しい日程はツイッターでお知らせします♪

### 区公式以外も!

**保土ヶ谷区交流会**  
— I LOVE YOKOHAMA —  
**フェイスブック**

「ほ도가や区民まつり」の  
思い出を教えてください



過去のエピソードや写真で  
これまでの区民まつりを  
振り返って  
盛り上がりましょう!



保土ヶ谷好き 集まれー! /

区内在住・在勤・在学の人や元区民などが  
ローカルなネタで盛り上がります



大反響だった区内のテイクアウト情報や  
歴史・自然、災害時の情報交換なども!

フェイスブック 保土ヶ谷区



**ピアッツァ**  
**PIAZZA**

街の情報交換や困りごとの相談ができる



例えば…

- ・おもちゃや家具・家電など、おさがりの譲り合い
- ・ご近所さんから、オススメの遊び場の口コミ など

区はPIAZZA株式会社と連携協定を締結し、  
ピアッツァ内に保土ヶ谷区エリアを設けました。

ピアッツァ 保土ヶ谷区



特集 1

# 生活の困りごと、 まずは区役所にご相談ください

「収入が減ってしまった」「月々の返済が厳しい」「就職に不安がある」など、生活の困りごとや不安を抱えていませんか？  
区役所には、そんな悩みを相談できる窓口があります。

☎区役所生活支援係 ☎334-6266 ☎334-6030

## こんな相談が増えています

※相談内容は一例です。

### 仕事探しのサポート

新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減った人の相談も受け付けています。

#### Aさんの場合

- 収入が不安定
- 仕事を増やしたい



仕事の探し方や履歴書の書き方、面接のポイントなどをアドバイスし、就職が決まるまで個別にサポートします。

区役所にあるハローワークの窓口「ジョブスポット」も利用できます。

※ジョブスポットを利用したい人は、生活支援係にご相談ください。

希望していた条件の仕事が見つかり、  
収入も安定しました！  
担当制のため、相談しやすかったです。



令和2年度は71人の就職が決まりました！

### お金のやりくり

収入額に関わらず、家計に余裕がない人は、月々の支払いから見直してみましょ。

#### Bさんの場合

- 収入は月20万円以上
- ローンの返済が厳しく、手元にお金がほとんど残らない…



月々の収入と支出を把握することから始め、レシートの見直しや家計簿のつけ方など、お金の上手な使い方について提案します。

ファイナンシャルプランナーなどの資格を持つ相談員がいます。債務整理や各種料金の滞納についても相談できます。

一緒に考えてもらったことで、  
節約の方法がわかり、  
ローン返済のめどが付きました！



## ほかにも…こんな悩みはありませんか？

社会に出るのが不安



働きたいけど  
ブランクがある

### 就労準備支援

さまざまな職場での実習体験を通じて就労に向けた支援をします。

さまざまな支援制度はこちら▶



## あなたに合う支援を紹介します

相談無料

一緒に解決を目指しましょう！



生活支援係の職員

場所 区役所生活支援係(別館3階)

特集 2



保土ヶ谷駅西口商店街



笹山商店会



たかはし ひでと  
高橋 秀人 選手  
©YOKOHAMA FC

# がんばれ!横浜FC 行こう!商店街 ほ도가やクイズラリー



10月31日まで  
開催中

区内商店街の店舗に貼ってある横浜FCや商店街に関するクイズに答えて  
すてきなプレゼントをゲットしよう!

エコバッグを持って  
商店街に行こう♪



和田町商店街



洪福寺松原商店街



上星川商店会

たかぎ ゆうや  
高木 友也 選手  
©YOKOHAMA FC

**賞品(抽選)** クイズは全部で9種類!回答数が増えると、当たる賞品の種類も増えます!

回答数 1個 Aの中から1つ 3個 A・Bの中から1つ 9個 A~Cの中から1つ

**A** 横浜FCオリジナルキャップ... **50人**、和田町商店街 盛光堂おせんべい... **3人**  
笹山商店会 木村クリーニング洗濯洗剤... **10人**

**B** 横浜FCホームゲーム(11月20日(土)vsヴィッセル神戸)観戦 親子ペアチケット無料引換券... **30組**  
横浜FC選手サイン色紙... **4人**

**C** 横浜FCユニフォーム(選手着用含む)... **3人**

※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※賞品は選べません。

**コンプリート賞** クイズの答えから応援メッセージを導き出した人全員に  
オリジナルマスクをプレゼント!



横浜FC  
オリジナル  
キャップ

君は全てのクイズに  
答えられるかな?  
コンプリート賞にも  
挑戦してみよう!



横浜FC  
ユニフォーム



横浜FC  
オフィシャルクラブ  
マスコット フリ丸

## 対象商店街

天王町商店街、保土ヶ谷駅東口商店会、洪福寺松原商店街、和田町商店街、  
保土ヶ谷駅西口商店街、保土ヶ谷駅西口さつき会、西谷商栄会、和田駅前商店街、  
上星川商店会、峰沢商店会、千丸台商店会、笹山商店会

## 応募方法

回答用紙は一部店舗や区内区民利用施設、ホームページなどから入手できます。

10月31日まで(郵送の場合は消印有効)に  
回答用紙を郵送・商店街の応募箱(一部店舗に設置)に投函・電子申請システム

〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号を明記  
〒240-0001 川辺町2-9 区役所生涯学習支援係「クイズラリー」担当  
※記入いただいた個人情報は、商品発送の目的以外には使用しません。

詳細や回答用紙の  
ダウンロードはこちら▶



一人でも家族でも  
楽しめる企画です。  
この機会にいろいろな  
商店街に足を運んで  
みてください!



区商店街連合会 会長 寺坂さん

## ～いま、災害が起きたらどうする?～ ほどがやの防災を学生と一緒に考えよう!



区役所生涯学習支援係  
☎334-6307 ☎332-7409

ほどがや市民活動センター アワーズのインターン生・学生スタッフを中心に、防災について学べる動画「ほどがや防災塾」を制作しました。



▲第4回より



▲第6回より

回	内容	回	内容
1	地形から災害リスクを学ぼう	4	小学校の避難訓練に行ってみよう
2	近年の災害について学ぼう	5	区の防災の取組を知ろう
3	横浜市民防災センターに行ってみよう	6	地域のみんなを守るためには

日ごろから防災意識を高め、備えることが大切だね!



▲動画はこちら

ほどがや防災塾  検索

## 災害時医療のぼり旗掲出訓練を実施します



区役所事業企画担当  
☎334-6343 ☎333-6309

市内で震度6弱以上の大規模な地震が発生すると、診療や開局が可能な医療機関・薬局は「診療中」「開局中」と記載されたのぼり旗を掲出し、対応します。

**訓練期間** 10月25日(月)～27日(水) **掲出場所** 区内の病院、一般診療所、歯科診療所、薬局

<b>重症</b>	生命の危険がある 意識の低下、大出血、呼吸が浅い、脈が触れない など	<b>災害拠点病院へ</b> 市内では13か所 対象はこちら▶	<b>赤色のぼり</b> 
<b>中等症</b>	重症ではないが搬送が必要 負傷して歩くことができない など	<b>災害時救急病院へ</b> ※精神疾患に対応 聖隷横浜病院、横浜保土ヶ谷中央病院、育生会横浜病院、イムス横浜狩場脳神経外科病院、港北病院*、常盤台病院*	<b>診療中</b> <b>黄色のぼり</b> 
<b>軽症</b>	負傷しているが、歩くことができる	<b>診療所へ</b> 被災を免れ、負傷者の受け入れが可能な診療所 ※地域防災拠点の負傷者(軽症者)に対しては、医師・薬剤師・看護師などの医療救護隊が巡回診療を行います。のぼり旗は掲出しません。	
<b>軽いけが</b>	区民の自助・共助による応急手当 医師の診療を必要としない軽度の負傷は、自助・共助による応急手当を行ってください。全ての地域防災拠点に応急手当用品(消毒液、包帯、ばんそうこうなど)があります。		

一人ひとりの輝きが、元気な地域をつくれます!

## ほどがや地域カレポート 第43回

住民のため、店舗のため、社会のため、  
皆が笑顔になる商店街を目指して

区役所地域活動係  
☎334-6302  
☎332-7409

保土ヶ谷区商店街連合会 会長 寺坂 悦郎 さん



寺坂 悦郎 さん

「多くの店が集まり仲間が増えることで、できることが増える」と静かに、けれども力強く商店街の意義を語ってくれたのは、6月に区商店街連合会(区商連)の会長に就任した寺坂悦郎さん。区商連は、区内13の商店街をまとめ、相互の情報交換などを行い、区内の商店街を活性化するために活動しています。

寺坂さんは、以前から上星川商店会会長として上星川駅前前の商店のとりまとめを行ってこられました。商店街について伺うと「住民の役に立つ存在であるために、地域を巻き込んだイベントを企画するなど、商店街一丸となって取り組んでいきたい」と、地元根差した店舗の経営者として、また商店会会長としての意気込みを話してくれました。

今年は上星川商店会が70周年という節目の年でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、計画していたイベントは中止となってしまいました。そのような状況の中でも寺坂さんは、「今は我慢でも、先を見据えて、今から考え、動くことはできます」と前向きに話します。

「お客様も、区内の商店街も、広く世間全体も、皆が良くなっていけるよう、区商連に加盟している商店街の声、特に若い人のアイデアを丁寧に聞きながら、希望を持って会長としての活動を行っていきたく」と、区商連への思いを熱く話してくれました。



多くの人参加した  
2019年歳末福引イベント

## 手軽に野菜がとれる「ほどベジ時短レシピ」募集

区役所健康づくり係  
☎334-6344 fax333-6309

1人暮らしや子育て中など、毎日忙しくて食事に時間がかけられない人が、簡単に短時間で作れる料理を募集します。

### レシピの条件

- 区内でできる野菜を使用
- 調理時間:15分以内
- 調理方法:①加熱しない、②電子レンジで調理、③鍋・フライパン1つで調理のいずれか (カット野菜、缶詰、冷凍食品、レトルト食品を使用してもOK)

**対象** 区内在住・在勤・在学

**応募方法** 10月15日から申込用紙を  
区役所健康づくり係(本館3階32番)へ持参か郵送(応募は1人1回)  
〒240-0001 川辺町2-9 区役所健康づくり係「時短レシピ」担当

※本や他人のレシピを複製して応募しないでください。  
※応募されたレシピは、区のホームページや冊子で  
利用させていただきます。

区内でできる野菜や  
申込用紙はこちらから▶



### 先着80人にプレゼント!

- ① キッチンタイマー
- ② エコバッグ(2WAY)



※当選発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。  
※賞品は選べません。

## 令和4年度 横浜市保育所等利用案内を配布します

区役所子ども家庭係  
☎334-6397 fax333-6309

**配布開始日** 10月12日(火) ※令和3年度「保留中」の人も申請が必要です。  
※幼稚園については各園にお問合せください。

- 配布場所**
- 区役所子ども家庭係(本館3階34番)
  - 行政サービスコーナー(東戸塚駅、二俣川駅)  
※土・日曜も開所しています。
  - 区内認可保育所

ホームページからも  
ダウンロードできます▶



### 申請期限・方法(原則郵送)

11月9日消印有効で横浜市認定利用調整事務センター宛

※以下の日時のみ窓口で受け付けますが、長時間お待たせすることがあります。  
やむを得ない場合以外はご遠慮ください。

**日時** 11月16日(火)9時~11時30分、13時30分~16時  
**窓口** 区役所子ども家庭係(本館3階34番)

### 手続きが異なる人 ※早めにご相談ください

- 11月16日(火)以降に市外へ転出予定の人
- 市外の認可保育所などを希望する人
- 出生前申請(出産予定日が令和4年2月3日までの人)
- 障害がある、または配慮が必要な子どもの入所希望

**相談期間** 10月13日(水)~29日(金)

### 入園前見学会

通園可能かどうかなど、あらかじめ見学し、  
確認してください。

※参加は任意です。詳細は各園にお問合せください。  
※申請や利用調整には関係ありません。

## フードドライブにご協力ください

区役所資源化推進担当 ☎334-6304 fax332-7409  
資源循環局保土ヶ谷事務所 ☎742-3715 fax742-4931

### ○ 受付できる食品

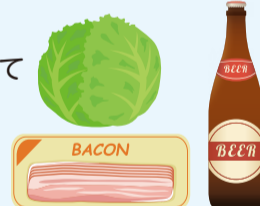
賞味期限が2か月以上あり  
常温保存が可能な食品

お米・パスタ・乾麺・缶詰・  
レトルト食品など



### × 受付できない食品

賞味期限が2か月を切っ  
ているもの・生鮮食品・  
開封されているもの・  
アルコールなど



食品ロスを  
なくそう!

スリム  
ヨコハマ3R夢  
マスコット イーオ



**受付場所** 区役所資源化推進担当(本館2階24番) 平日:8時45分~17時  
資源循環局保土ヶ谷事務所2階(狩場町355) 日曜以外:8時30分~16時

## 健康・医療に関するひとことアドバイス



### 学校薬剤師について

保土ヶ谷区薬剤師会 深井 真由美

現在、区内には小・中学校、特別支援学校、高校合わせて28校あり、各校担当の学校薬剤師が1人ずついます。

学校薬剤師は、生徒たちの快適な学校生活を維持するための環境衛生全般の管理を担っています。具体的には給食場の衛生検査、教室の照度や二酸化炭素濃度の検査、プールの水質検査などを定期的実施し、指導を行っています。

また、お薬教育や薬物乱用防止教育の講義・指導のサポートも行っており、薬剤師は学校の環境衛生管理に限らず、地域の衛生管理指導を行う公衆衛生の専門家でもあります。昨今は感染症対策の一環として手洗いや消毒の指導もしています。

感染症予防や健康についてお困りのことがあれば、公衆衛生の専門家でもある薬局・薬剤師に気軽に相談してください。

区役所健康づくり係 ☎334-6344 fax333-6309

アイコンの見方

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄内容
- 🎒持ち物
- 📝申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話番号
- 📠ファクス番号
- ✉️Eメールアドレス
- 🏠休館日
- 🆓無料
- 👶保育
- 📅要予約

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

## 区役所から

**▶ウェブ会議ノウハウ習得研修会** ①  
 11月11日・18日の木曜(全2回)13時30分～16時 ほどがや市民活動センター アワーズ 地域で活動する人で、インターネット検索ができる程度のパソコンスキルがある人 先着10人 ①10月15日から申込書を窓口(区役所本館2階22番)・郵送・FAX 〒240-0001 川辺町2-9 区役所企画調整係※申込書は窓口で配布かHPからダウンロード ☎️334-6228 📠333-7945

団体の活動場所などで、ウェブ会議導入や実施に向けた助言を行う「アドバイザー派遣」もぜひご利用ください!



**▶認知症講演会「認知症になっても自分らしく暮らしたい」** ①  
 10月26日(火)13時～14時15分 保土ヶ谷公会堂 区内在住・在勤・在学 先着80人 ①10月15日9時から電話かFAX 氏名・電話番号・講演会名を明記 高齢者支援担当 ☎️334-6328 📠331-6550

**▶エンディングノート活用講座「落語で笑って学ぼう!人生笑顔で!エンディングノート講座」** ①  
 10月27日(水)10時～11時40分 保土ヶ谷公会堂 区内在住 先着40人 講師:生島 清身(行政書士・社会人落語家) ①10月15日から電話かFAX 氏名・電話番号・講演会名を明記 高齢者支援担当 ☎️334-6327 📠331-6550

**▶食品衛生責任者指定講習会** ①  
 ①10月29日(金)、②11月16日(火)14時～15時30分 区役所本館3階会議室 食品衛生責任者 各先着20人 ①10月15日から窓口(区役所本館3階31番)か電話 食品衛生係 ☎️334-6361 📠333-6309

**▶ほめ方しかり方練習講座** ①  
 親子のコミュニケーション力を高めよう! 11月5日・12日・19日・26日、12月17日の金曜(全5回)10時～12時 親と子のつどいの広場 とぴあ(帷子町2-99-2-209) 先着6人※保育は生後4か月～未就園児 ①10月18日から電話 とも家庭係 ☎️334-6323 📠333-6309

**▶区民文化祭**  
 生涯学習支援係 ☎️334-6305 📠332-7409

**●華道会いけばな展**  
 10月23日(土)・24日(日)10時～17時 岩間市民プラザ※直接会場へ 保土ヶ谷華道会 ☎️333-1165

**●高齢者作品展**  
 10月30日(土)～11月3日(祝・水)9時30分～16時 岩間市民プラザ※直接会場へ 区老人クラブ連合会 ☎️331-3322、区役所高齢・障害係 ☎️334-6382 📠331-6550

**▶まちなか農家さんの“ほどがや朝市”～旬な“ほどがや野菜”を直売します～**  
 10月22日(金)9時30分～(売り切れ次第終了) 区役所前広場※直接会場へ(小雨決行・荒天中止。マイバッグを持参) 地域力推進担当 ☎️334-6380 📠333-7945

**▶横浜中部地区市民朝市**  
 野菜・果物・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会) 10月17日、11月7日の日曜 7時30分～8時30分(売り切れ次第終了) 保土ヶ谷公園ミニ運動広場※直接会場へ。公園駐車場(有料)は5時からオープン。 北部農政事務所 ☎️948-2480 📠948-2488

**▶農と緑の感謝デー**  
 11月3日(祝・水)10時～ 環境活動支援センター・児童遊園地 野菜収穫体験など 事前申込※費用など詳細はHP 環境活動支援センター ☎️711-0635 📠721-6356



## 地産地消 ほどがや直売所スタンプラリー

実施期間 10月18日(月)～11月30日(火)

直売所や朝市で3種類のスタンプを集めて賞品をゲットしよう!



先着350人にエコバッグ、ウエットティッシュ、ミニタオルのいずれかをプレゼント!



**Wチャンス**  
 抽選で5人に「ほどがや野菜詰め合わせ」が当たります!

※写真はイメージです

**イベント台紙配布場所**  
 区役所地域力推進担当(本館2階22番)、まちなか農家さんのほどがや朝市、区内鉄道各駅PRボックス、区民利用施設 など

直売所には新鮮な採れたて野菜がたくさん並びます!ぜひ足を運んでみてください!



地域力推進担当職員 鈴木さん

## ほどがや農産物直売所ガイド

☎️334-6380 📠333-7945



### 河原農園野菜直売所

紹介した直売所の詳細や区内の直売所については▶

河原農園のほうれん草は、令和元年のJA横浜保土ヶ谷支店農産物品評会において、区長賞を受賞しました。また、区内では生産が珍しいごぼうなど、低農薬で育てた安心・安全な旬の野菜を購入することができます。新鮮な野菜で秋の味覚をお楽しみください。

10月の販売品目 さつまいも・里芋・ごぼうなど



#### 営業情報

**所在地** 西谷町1187-2  
**日時** 月・水・金曜(祝日を除く) 14時～(無くなり次第終了)  
**電話** 381-2411  
**アクセス** 相鉄線「西谷」駅北口より徒歩3分



**▶都岡地区恵みの里「さつまいも収穫体験in都岡」**  
 10月30日(土)①9時②10時30分③12時④13時30分⑤15時※荒天時は翌日に延期 旭区今宿南町の畑(相鉄バス「ニュータウン第4」バス停より徒歩9分※駐車場なし) 市内在住のグループ(単身可) 各回20組(抽選)※当選者のみ郵送で通知(時間の希望はできません) ¥1,000円/組(3株程度収穫) ①10月18日必着ではがきかFAX 住住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記 〒241-0031 旭区今宿西町289「さつまいも収穫体験in都岡」係 ☎️955-5057 北部農政事務所 ☎️948-2480 📠948-2488

**▶ギャラリーガイド**  
 生涯学習支援係 ☎️334-6305

**●区民ギャラリー (区役所本館1階ロビー)**  
 ・保土ヶ谷区の地産地消  
 10月22日(金)～11月2日(火)  
 ・保土ヶ谷区民文化祭 高齢者作品展入賞作品  
 11月5日(金)～17日(水)  
**●アーバンアートほどがや (JR保土ヶ谷駅ビル3階)**  
 ・ハーダンガー刺繍作品展  
 10月15日(金)～27日(水)  
 ・色を結ぶ～大好きアイロンビーズ～  
 10月29日(金)～11月10日(水)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合先でご確認ください。

## 施設から

### ほ도가や地区センター

〒240-0003 天王町1-21  
☎333-0064 ㊟520-1650 ㊟10/18(月)

#### ●サークル体験教室～ちりめん細工で つくるふくろう飾り

㊟11月24日、12月1日の水曜(全2回)  
10時～12時 ㊟成人 先着4人 ¥600円  
㊟10月20日9時30分から電話

#### ●写経に親しむ

㊟11月26日(金)10時～12時 ㊟成人  
先着8人 ¥500円 ㊟10月22日9時30  
分から電話

### 初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1  
☎352-3992 ㊟442-3559 ㊟10/18(月)

#### ●子ども卓球教室 ㊟

㊟10月13日・20日の水曜 15時～16  
時50分 ㊟小学3～6年生 各先着20人 ㊟  
直接会場へ

#### ●子ども将棋教室 ㊟

㊟10月26日(火)15時30分～16時50  
分 ㊟小学3～6年生 先着12人 ㊟直接会  
場へ

### 西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1  
☎371-3794 ㊟370-3161 ㊟10/18(月)

#### ●草花を楽しもう!

～クリスマスアスワッグ～

㊟11月26日(金)9時30分～11時30分  
㊟成人 先着15人 ¥1,500円 ㊟11月5日  
10時から電話かHP

#### ●西谷料理っクラブ

～工作を通して不思議を知ろう～ ㊟

㊟毎月第4水曜 15時～17時 ㊟小学生  
㊟直接会場へ

### くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1  
☎㊟371-7611 ㊟火・金曜

#### ●懐かしのポピュラーソングコンサートⅪ ㊟

㊟11月28日(日)14時～15時30分 ㊟  
先着25人 ㊟ポップスバンド「コーヒー  
カップス」による、1960・70年代のヒッ  
ト曲を中心にした演奏 ㊟10月16日から  
窓口・電話・FAX 〒住所・氏名・電話番号を  
明記

### 桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30  
☎331-5368 ㊟331-8990 ㊟10/18(月)

#### ●子育てサロン

地域でお友達をつくりましょう! ㊟

㊟11月4日(木)10時30分～11時30  
分 ㊟未就園児と保護者 先着6組

#### ●スイートポテトを作ろう!

㊟11月21日(日)10時30分～12時 ㊟  
小学生 先着6人 ¥500円

#### ●癒しのアロマ

㊟11月29日(月)10時30分～12時 ㊟  
先着8人 ¥300円 ㊟マッサージ体験と  
マッサージクリーム作り

共通 ㊟10月16日9時30分から窓口  
(電話は翌日から)

### 保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1  
☎333-1336 ㊟335-0421 ㊟10/11(月)

#### ●大人のためのおはなし会 ㊟

㊟11月17日(水)10時30分～12時 ㊟  
中学生以上 先着10人 ㊟絵本、紙芝居の  
読み聞かせなど ㊟10月27日9時30分  
から窓口か電話

#### ●定例おはなし会 ㊟

㊟11月17日(水)15時30分～16時 ㊟  
一人で話を聞ける子ども 先着9人 ㊟絵  
本、紙芝居の読み聞かせなど ㊟11月10  
日9時30分から窓口か電話

#### ●親子おはなし会 ㊟

㊟11月18日(木)10時30分～、11時  
～※各回同一内容 ㊟0～2歳の乳幼児  
と保護者 各回先着7組 ㊟わらべ歌、絵本  
の読み聞かせなど ㊟11月11日9時30  
分から窓口か電話

### ほ도가や国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階  
☎337-0012 ㊟337-0013

㊟10/18(月)、11/8(月)

✉toiawase@hodogaya-kokusai.com

#### ●日本語教室 ㊟

㊟10月14日～11月4日の木曜夜 ㊟外  
国人 ㊟直接会場へ

#### ●外国人母親交流会～ぴっころ～ ㊟

㊟①11月9日・②30日の火曜 10時30  
分～11時30分 ㊟外国人と日本人 各先  
着10組(うち日本人は5組まで) ㊟①  
いっしょに遊ぼう、②オンラインぴっころ  
㊟10月15日10時から電話かEメール  
氏名(親子とも)・電話番号・子どもの年  
齢を明記

### 川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1  
☎㊟373-8566 ㊟10/18(月)

#### ●チャレンジタイム ㊟

㊟10月20日(水)15時30分～15時45  
分 ㊟中学生以下 ㊟直接会場へ

#### ●おはなし会 ㊟

㊟11月2日(火)11時～11時20分 ㊟幼  
児と保護者 ㊟直接会場へ

### 岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15  
☎337-0011 ㊟337-2500  
㊟10/18(月)、11/8(月)

#### ●サイレントシネマ&活弁ワールド12

㊟2022年2月6日(日)14時～¥全席  
指定1,500円(当日1,800円) ㊟活動写  
真弁士:坂本頼光、演目:鯨の母(出演:片  
岡千恵蔵)、作品:世紀の決闘・リバティ  
(出演:ローレル&ハーディー) ㊟11月6  
日からチケット発売

### 瀬戸ヶ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ヶ谷町71  
☎㊟712-2412 ㊟10/18(月)

#### ●親子リトミック教室～音とリズム遊び～

五感の発育と集団での遊びを体験しよう。

㊟金曜コース:11月5日・12日、月曜  
コース:11月22日・29日(各全2回)10  
時～11時30分 ㊟1歳半以上の未就園  
児と保護者 各先着10組 ¥500円 ㊟10  
月15日から窓口(電話は翌日から)

### 横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122  
☎741-1015 ㊟742-7604 ㊟10/18(月)

#### ●干柿づくり

㊟11月7日(日)13時30分～15時30  
分 ㊟小学生と保護者 7組(抽選) ¥1,000  
円 ㊟10月24日必着

#### ●冬の寄せ植え

㊟11月24日(水)10時～12時 ㊟成人14  
人(抽選) ¥3,000円 ㊟11月10日必着

共通 ㊟各締切日までに窓口・はがき・  
FAX・HP 〒住所・氏名(ふりがな、「干  
柿づくり」は保護者氏名も)・学年(「干  
柿づくり」のみ)・電話番号・事業名を  
明記

### 浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F  
☎311-6085 ㊟311-6050 ㊟10/18(月)

#### ●ママヨガ

産後の骨盤ケアと赤ちゃんとの生活  
に必要な体力をつけましょう。

㊟10月26日(火)、11月9日(火)・23日  
(祝・火)(全3回)10時～11時30分 ㊟実  
施時に首が座っている1歳までの乳幼  
児と保護者 先着4組 ¥1,000円 ㊟10月  
15日9時から窓口(費用持参)か13時か  
ら電話(3日以内に手続き)※代理申込  
不可

#### ●親子のおはなし会 ㊟

㊟11月18日(木)11時～11時30分 ㊟  
2歳以下の乳幼児と保護者 先着5組 ㊟  
わらべ歌、手遊び、絵本など ㊟10月21  
日から窓口か電話

### 男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1  
☎862-5052 ㊟865-4671 ㊟10/28(木)

#### ●ベビーヨガ&産後のアーユルヴェーダ

赤ちゃんと一緒にオイルマッサージ、  
2回目は保育に預けてセルフケアで疲  
れを解消しませんか?

㊟11月9日・16日の火曜(全2回)10時～  
11時30分 ㊟2か月～1歳の乳幼児と母  
親 先着15組 ¥3,200円(乳幼児1人1回  
分の保育料含む) ㊟10月15日からHP

#### ●心をつづるマイノートブック手製本講座

㊟11月13日(土)13時30分～16時 ㊟  
先着15人 ¥1,600円 ㊟パープルリボン  
をモチーフにしたオリジナルノートの制  
作 ㊟10月15日から電話かHP

※保育は2か月～未就学児、予約制  
(4日前まで)、有料 ㊟子どもの部屋  
☎862-4750

### こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1  
☎811-8444 ㊟812-5778

㊟10/11(月)・25(月)、11/1(月)・8(月)

#### ●もしもの体験キャンプ

㊟11月21日(日)10時～15時30分 ㊟6  
人以内の家族 12組(抽選) ¥中学生以  
上:2,600円、小学生:2,200円、4歳  
～未就学児:1,200円、3歳以下:100  
円 ㊟災害時に役立つ野外炊事、救命活  
動、ロープワークなど ㊟10月22日消印  
有効ではがきかHP 〒住所・参加者全員の  
氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・Eメー  
ルアドレス・事業名を明記

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

## 保健・子育てインフォメーション

申問 健康づくり係 ☎334-6344～7 fax333-6309

■肺がん・胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査 予  
内容などの詳細は、広報ほどがや区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■エイズ・梅毒検査 予 匿名での検査 ☎334-6347

※事前に実施状況を電話で問合せください。

☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)9時～9時15分 区役所本館3階  
☎結果を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明(受付)8時45分～9時

■食と生活の健康相談 予 ☎334-6346

食生活・運動・禁煙などの相談(糖尿病・脂質異常症・高血圧・肥満など)

☎①10月21日(木)9時～、10時～、11時～②11月9日(火)13時30分～、  
14時30分～、15時30分～ 区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 予 ☎334-6346

☎10月22日(金)9時～、10時～、11時～ 区役所本館3階栄養相談室  
☎0～18歳の食事の相談 母子健康手帳

■離乳食教室 予 ☎334-6346

☎10月22日(金)13時30分～、14時30分～※時間は後日連絡 区役所本館  
3階会議室 生後7～8か月児(離乳食1日2回程度)と保護者 各先着12組  
☎離乳食の話、調理実演、個別相談 タオル、母子健康手帳

※スマートフォンからの申込みはこちら▶



■歯っぴいいきいき1歳児 予 ☎334-6345

☎11月10日(水)9時45分～、10時45分～※時間は後日連絡(予約)10月  
15日から 区役所本館3階受付 2020年10～12月生まれ 各先着10人  
☎歯ブラシ(親子とも)、母子健康手帳

※スマートフォンからの申込みはこちら▶



申問 こども家庭係 ☎334-6323 fax333-6309

■乳幼児歯科相談 予 ☎334-6297

☎11月9日(火)13時30分～、14時～、14時30分～ 区役所本館3階母子相  
談室 未就学児 歯ブラシ、母子健康手帳

■乳幼児健康診査 予 ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	10月20日、11月10日の水曜	12時45分～13時30分の 間で個別にご案内した時間
1歳6か月児	10月27日(水)、11月4日(木)	
3歳児	10月14日・21日の木曜	

☎区役所本館3階健診受付 問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、  
バスタオル、歯ブラシ(1歳6か月児、3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)  
※体調不良や都合の悪いときは、次回以降の日程にお越しください。  
※転入された方にはご案内が届かない場合がありますのでお問合せください。

## スポーツ情報

区民大会

区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内)  
☎fax332-1130(月～金曜の13時～17時)

※申込書は事務局で配布

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合せ先
秋季 ボウリング大会 (個人戦)	11月14日(日) (11月12日必着)	ハマ ボール	会員:2,500円/人 会員ジュニア:2,300円/人 一般:2,800円/人 一般ジュニア:2,500円/人	石丸 茂喜 ☎712-2351

## 子どもと読もう 今月の1冊

☎保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 fax335-0421

がいこつさん 幼児～小学校低学年向け

「はて なんだか 気になることがある」がいこつさんは 目を  
さました。「めざまし時計を かけ忘れたかな」「まさか  
がいこつさん 起きるつもりもないくせに」気になるって ね  
むれないので、まちを歩きまわります。ついに、デパートの  
トイレで…。「あっ 思いだしたぞ!」

五味太郎/作 文化出版局

少しとぼけたような受け答えが楽しいユーモアあふれる絵本です。  
がいこつさんの忘れていたことは、一体何だったのでしょうか。



地域子育て支援拠点 こっころ からのお知らせ

〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 fax332-3190  
休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達～帰ってきた3rdシーズン～ 予

☎10月16日(土)10時30分～11時30分 未就学児と保護者  
※申込み方法など詳細はHPをご覧ください。

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 予

子どもを預けたい人と子育てを応援したい人(預かる人)を対象とした説明会で  
す。会員になるためには、この説明会への参加が必要です。子どもも同席できます。

☎11月6日(土)10時30分～11時30分 子ども(生後57日～小学6年生)を預  
けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 先着7人 申10月15日から窓  
口か電話(☎333-3885)

■プレパパ・プレママDAY 予

これから迎える赤ちゃんとの生活、生まれる前に「こっころ」に遊びに来ませんか?

☎11月27日(土)10時～11時30分 妊婦とパートナー 先着4組 沐浴体験、着替  
え体験など 浴タオル 申11月2日から窓口か電話※詳細はHPをご覧ください。



## ほどがや こども ニコニコフェスタ 無料

区内の子育て支援活動を紹介するイベントです。イベント終了後にはプレゼントも!

☎11月5日(金)・8日(月)・13日(土)・17日(水)・25日(木)・29日(月)10時～  
11時30分 各地域ケアプラザ 楽しみ企画(ふれあい遊び・リトミックな  
ど)や子育て情報のお知らせ 申10月15日から

☎ニコニコフェスタ運営委員会事務局こっころ

☎340-0013 fax332-3190

申込先や  
詳細はHPへ▶



## インフルエンザの予防接種を受けましょう



インフルエンザ予防接種は、発病を一定程度抑えたり、重症化を予防する  
ことに有効です。

- 予防接種後、免疫がつくまでに2週間程度かかります。
- ワクチンの免疫効果は約5か月のため、流行前の12月上旬までに接種しましょう。
- 新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種できません。片方  
のワクチンを受けてから2週間以上間隔を空けてください。

～高齢者インフルエンザ予防接種のご案内～

☎10月1日(金)～12月31日(金) 市内の協力医療機関※直接申込 市内  
に住民登録があり、接種日時点で次の①か②に該当する人 ①65歳以上、  
②60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免  
疫機能に1級相当の障害がある人 ¥2,300円 ※費用が免除になる人もいます。

☎横浜市予防接種コールセンター(平日9時～17時)

☎330-8561 fax664-7296

費用免除の条件など詳細はHPへ▶



## すみれ通信 ～区民の情報広場～

※区民が主催する  
活動を掲載

■「ピア～まちをつなぐもの～」特別上映会 予

☎12月5日(日)14時～16時 岩間市民プラザ 先着70人 申10月16日か  
らはがき・FAX・Eメール 〒住所・氏名・電話番号を明記 〒240-0004 岩間町  
1-7-15 保土ヶ谷三師会館 ☎保土ヶ谷区在宅医療相談室 ☎465-6366 fax465-  
6367 ①soudanhodo@yahoo.co.jp

■健康体操教室会員募集

楽しい仲間とストレッチ、筋トレ・脳トレで健康を維持しませんか。

☎第1・3・4水曜 12時～13時30分 ほどがや地区センター ¥1,500円/月  
申 清野 ☎334-2109

■歌のサークル会員募集

☎①英語のポップス:第2・4水曜 10時～11時30分 ②シャンソン:第4月曜  
10時30分～12時 ①今井地区センター ②桜ヶ丘コミュニティハウス

☎①5人 ②3人 ¥3か月あたり:①5,500円 ②5,000円

申 出羽 ☎090-2440-7913 ①hizuha@joy.hi-ho.ne.jp

10月号には原則として10月11日～11月10日の情報を掲載しています。



編集・発行 保土ヶ谷区役所 広報相談係

〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9

☎334-6221 fax333-7945 (代)☎334-6262

ホームページ

保土ヶ谷区役所

検索

SNSでも保土ヶ谷の魅力・情報発信中

Instagram



Twitter



区の人 207,293 人

区の家帯数 99,838 世帯

(2021年9月1日現在)

※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計