

5~16ページは磯子区版です。

- 特集1 ● 磯子と市電の思い出 5
- 特集2 ● 令和3年度磯子区予算 6~7
- 磯子区役所からのお知らせ 8~9
- 特集3 ● 今だからこそ意識したい
介護予防・健康づくり 10~11
- 今月のお知らせ 12



磯子区
マスコットキャラクター
「いそっぴ」

いそご5

広報よこはま 磯子区版 2021(令和3)年5月号 No. 283

特集1

磯子と市電の思い出

この特集に関する問合せ
広報相談係

☎750-2335 fax 750-2532

磯子にはかつて、「チンチン電車」の愛称で横浜市民の足として親しまれた路面電車が走っていました。横浜の路面電車の歴史は明治37年(1904年)に始まり、磯子区には明治45年(1912年)に駿河橋(現在の吉野町一丁目)から延長され八幡橋まで開通しました。大正10年(1921年)に市営化された路面電車は、関東大震災、横浜大空襲など、さまざまな困難を乗り越えてきましたが、自動車の普及などを背景に昭和47年(1972年)に廃線となりました。磯子を走った市電の面影を、写真とともに辿ります。

現在の
磯子区総合庁舎が
ある場所



森 提供:横浜市電保存館



磯子浜小学校前 提供:横浜市電保存館



韋名橋 提供:横浜市電保存館

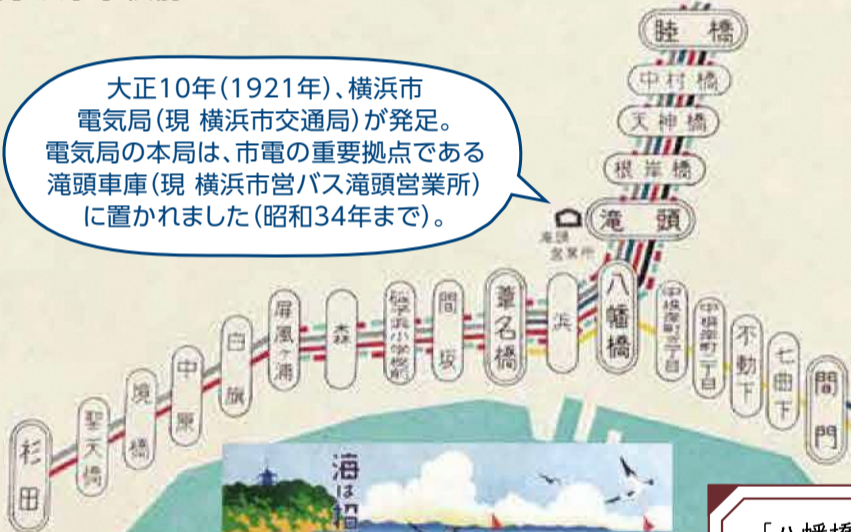


八幡橋 撮影:染谷千郎氏



中原 提供:横浜市電保存館

大正10年(1921年)、横浜市
電気局(現 横浜市交通局)が発足。
電気局の本局は、市電の重要拠点である
滝頭車庫(現 横浜市営バス滝頭営業所)
に置かれました(昭和34年まで)。



堀割川と交通局の滝頭営業所
提供:横浜都市発展記念館

※系統図提供:横浜市電保存館

磯子の海と市電



提供:横浜都市発展記念館

海岸を走っていた杉田線は、線路が海水で覆われ、電車の運転が不能になったことも何度かあった。(中略)台風が通過すると線路の上には流木やアサリ、ハマグリなどが打ち上げられ、市電の線路の上で汐干狩り?をすることがあったのも、いまは思い出である。

出典:1988年発行「チンチン電車始末記~横浜を走った70年~」依田 幸一 著

かつて磯子海岸を走る市電からは、晩秋から春先にかけて、海苔干しの風景がよく見られた。水や気候条件が整っていた浅瀬には、海苔養殖のために張られた竹のひびが広がり、良質の海苔がとれたという。夏には海水浴や潮干狩りに向かう乗客を運んだ。昭和20年代、根岸湾埋め立て前ののどかな時代のひとこまである。

横浜市電保存館展示より

「八幡橋が近くなると潮の香りがしてきましてねえ。偕楽園(※)をすぎるあたりから海べりの電車道になります。夏の暑い時は、涼しくていい気持ちでしたよ。」※かつて磯子にあった料亭
出典:昭和53年発行「磯子の史話」磯子区制五〇周年記念事業委員会「磯子の史話」出版部会 編集兼発行

市電が廃線となった後、市電が通っていた道は、たくさんのバスが通り、交通の重要な役割を担っています。市電が走っていた頃の情景を思い浮かべながらバスに乗るのも、楽しいかもしれませんね♪

市電をもっと詳しく知りたい! 横浜市電保存館

滝頭にある横浜市電保存館には、乗車もできる実際の市電車両をはじめ、市電を中心とした横浜の都市交通のあゆみを紹介している歴史展示コーナーや運転体験ができる市電シミュレーターなど、市電の魅力を感じることができる展示がたくさんあります! 鉄道ジオラマもあります。

- 【所在地】滝頭3-1-53 ☎754-8505 fax 754-8507
- 【アクセス】JR磯子駅から市営バス78系統「市電保存館前」下車すぐ
- 【開館時間】9時30分~17時(入館は16時30分まで)
- 【休館日】毎週月曜(祝日の場合は翌日)
- 【料金】3歳~中学生100円、大人300円

館内では、市営交通100周年を記念して市電が走っている懐かしい横浜の写真展や花電車展示などを開催しています。

YouTubeでも
写真を紹介して
います



横浜市電保存館
武藤 館長

発行 磯子区役所 区政推進課 広報相談係
☎750-2335 fax 750-2532

令和3年4月1日現在
人口 166,370人 世帯数 79,054世帯
※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計です

横浜市の
新型コロナウイルス感染症に
関する情報についてはこちら



横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター
(帰国者・接触者相談センター)
☎550-5530 fax 846-0500 (24時間受付)

磯子区役所 〒235-0016 磯子区磯子三丁目5番1号 ☎750-2323(総合案内)

5月の区役所土曜日開庁: 8日・22日 開庁時間: 9時~12時
戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部の業務を行っています。

特集2 令和3年度磯子区予算



笑顔あふれるまち・いそごを目指して



令和3年度磯子区予算

■自主企画事業費

9,606万円

※自主企画事業費とは、区が独自に企画し実施する事業

令和3年度磯子区の予算編成にあたって

新型コロナウイルス感染症の影響が続く中、地域の皆さまのご意見をお聞きし、感染症対策の強化と、地域活動をはじめとした社会経済活動の両立を図っていきます。区民の皆さまの安全・安心な暮らしをお守りすることを最優先に考え、全ての施策において「新しい生活様式」への対応を進められるよう、予算編成を行いました。

詳しくは [磯子区 令和3年度予算](#) [検索](#)

重点事業

■地域でのICT利用を応援

地域振興課 ☎750-2391

ICT*の利活用による自治会町内会活動の支援のため、ICT機器の購入などにかかる費用に対する補助や、出張講座を実施します。

※ICT…情報通信技術



■コロナ禍でも介護予防

高齢・障害支援課

☎750-2417

外出する機会が減った高齢者が、体を動かす意識を高め、自ら取り組めるよう高齢者の健康づくり・介護予防を推進します。

■特殊サギ被害防止の取組

【取組について】

地域振興課 ☎750-2393

【機器の貸出について】

磯子警察署 ☎761-0110

磯子警察署と連携し、主に高齢者を対象に迷惑電話防止機器の貸出しを行います。

※機器の貸出しは磯子警察署より行います。



横浜市の予算はホームページをご覧ください。

[横浜市 令和3年度予算](#)

[検索](#)

I

地域の力と魅力にあふれるまち

■15事業
5,308万円

■磯子まつり 地域振興課 ☎750-2392

区民や区内の団体・企業の皆さまが主体となって実施する区民まつり(第45回磯子まつり)を開催します。区民の皆さまの磯子区への愛着と一体感を高めていきます。



■磯子区のブランディングサイト*を新たにオープン

*磯子区のイメージ(ブランド)を区内外の人へ認知してもらうためのwebサイト

区政推進課 ☎750-2331

区民の皆さまに磯子区の魅力を再発見していただくとともに、磯子区を広くPRするため、スマートフォンからも閲覧しやすい、スタイリッシュなホームページを新たに開設します。



II

ともに支えあう暮らしやすいまち

■10事業
2,504万円

■磯子区地域福祉保健計画の策定・推進

福祉保健課 ☎750-2441

「誰もが幸せに暮らせるまち」を目指します。

- 「第4期磯子区地域福祉保健計画(スイッチON 磯子)」の策定
- 計画の普及・啓発



■親子の笑顔サポート

こども家庭支援課

☎750-2449

健やかな子どもが育つための知識の普及とともに、子育てしやすいまちを目指します。

- 「ひろがれ! 怒らない子育て」についての講座の開催
養育者や子育て支援に関わる人を対象とした、怒らない子育ての方法の紹介など
- 「愛の鞭ゼロ作戦」リーフレットの配布・啓発
- 親子のための法律相談



III

安全・安心なまち

■9事業
1,794万円

■地域と一緒につくる防災・減災

総務課 ☎750-2312

コロナ禍において地域防災拠点に必要な物品を配備します。また、地域が主体となって行う防災訓練の支援など自助・共助の意識が高まるよう支援します。

- 地域防災拠点の支援や自治会町内会などが行う防災訓練の支援(感染症に備えた物品の配備や訓練など)
- 家具転倒防止器具・感震ブレーカー設置の啓発
- ペットの飼い主へ準備すべき事柄などを啓発
- 「磯子区区民生活・震災時防災マップ」の配布

広報よこはま磯子区版令和3年1月号で地域防災拠点を特集しました!



■防災土のうステーションの設置

土木事務所 ☎761-0081

近年多発している大雨・台風などによる浸水災害に備えます。

- 土のうステーションの設置
- 土のう作製講座の実施



令和3年度は、区内5か所に設置する予定です。

※令和2年度は、杉田地区、岡村地区、屏風ヶ浦地区、洋光台地区に設置

花の種を無料配布 花の育て方講座も開催します!

磯子のまちを花でいっぱいにするため、区民の皆さんに花の種を無料配布します。今年の春は、おうちでも楽しめるガーデニングにチャレンジしてみませんか?

【募集期間】 5月11日(火)から4年3月31日(木)まで(なくなり次第終了)

【対象者】 区内在住または在勤の人

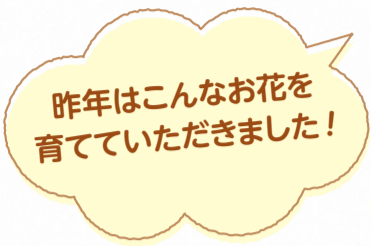
要件1 区内の土地(民有地)で人目につきやすい場所で育てていただけること

要件2 育った花の写真を区役所に提供していただけること
下記メールアドレスか窓口まで送付してください。

【花の種類】 春まき ヒヤクニチソウ、ヒマワリ、コスモス
秋まき クリサンセマム、キンギョソウ、ナデシコ

【申込上限】 期間中2回まで(1回につき計20袋まで)

【申込方法】 ホームページの申込フォームからお申し込みいただくか、申込書と添付書類(育てる場所がわかる地図または写真)をメール、FAX、郵送または窓口でご提出ください。内容を確認したうえで、花の種を郵送します。*秋まきの種は7月1日以降に郵送します。



各申込書は区役所や区内地域ケアプラザなどで配布のほか、区役所ホームページに掲載しています。



磯子 花の種 検索

花の育て方講座

お花のプロが、種から育てるコツを伝授します!

【日時】 5月28日(金)10時~12時

【場所】 区役所地上駐車場脇広場

【対象者】 区内在住または在勤の人(10人)
*花の種無料配布にお申し込みの人優先とさせていただきます。
*申込者多数の場合は抽選とさせていただきます。

【申込方法】 ホームページの申込フォームからお申し込みいただくか、申込書をメール、FAX、郵送または窓口でご提出ください。

【申込期限】 5月18日(火)必着

企画調整係 ☎ 750-2331 ☎ 750-2533 ✉ is-kikaku@city.yokohama.jp

～地域交通サポート事業～

磯子区岡村・滝頭・磯子地区周辺で「地域貢献送迎バス」を運行中!

横浜市では、身近な移動手段を確保するため、地域交通の維持・充実に向けて取り組んでいます。現在、食品館あおば岡村店が、磯子区岡村・滝頭・磯子地区周辺に居住する人の日常的な移動手段として、どなたでも利用できる「地域貢献送迎バス」を運行していますので、お出かけの際にぜひご利用ください!

●運行の概要

区間	● 滝頭・丸山台コース ※滝頭地域ケアプラザを経由します ● 山王台・磯子コース ※磯子地域ケアプラザを経由します
運行日時	月・水・金曜日の午前10時頃から午後5時頃まで(計8便/日)
利用料	無料(お買い物をしていない人もご利用できます。)



食品館あおば岡村店で運行するお買物バス

●時刻表

赤	滝頭・丸山台コース	第二便	第四便	第六便	第八便
食品館あおば岡村店	10:45	12:20	14:45	16:20	
7 谷戸田公園付近	10:52	12:27	14:52	16:27	
8 横浜学園付近	10:56	12:31	14:56	16:31	
9 丸山一丁目公園付近	11:06	12:41	15:06	16:41	
10 滝頭地域ケアプラザ	11:13	12:48	15:13	16:48	
8 横浜学園付近	11:17	12:52	15:17	16:52	
食品館あおば岡村店	11:23	12:58	15:23	16:58	
青	山王台・磯子コース	第一便	第三便	第五便	第七便
食品館あおば岡村店	10:00	11:35	14:00	15:35	
1 10-1号棟前	10:05	11:40	14:05	15:40	
2 5-6号棟前	10:06	11:41	14:06	15:41	
3 3-4号棟前	10:08	11:43	14:08	15:43	
4 1-6号棟前	10:09	11:44	14:09	15:44	
5 汐見台中学校付近	10:12	11:47	14:12	15:47	
6 磯子地域ケアプラザ	10:21	11:56	14:21	15:56	
食品館あおば岡村店	10:32	12:07	14:32	16:07	



毎週 月水金 曜日 運行

- 道路事情・天候により時間通りに運行できない場合があります。
- 事故などの諸事情により運休する場合があります。停車場に看板はありません。

まちづくり調整担当 ☎ 750-2332 ☎ 750-2533

ちょっと待って!!

それ有毒植物かもしれません!!

有毒植物を、山菜や家庭菜園の野菜などと間違えて食べることによる食中毒が発生しています。最悪の場合、命にかかわることもあります。

令和元年度では全国で……

出典元:厚生労働省ホームページ
「食中毒発生状況」

発生件数 53 件	患者数 134 名	うち死者数 2 名
---------------------	---------------------	---------------------



- 野菜と観賞用植物を近くに植えないでください
- 植えた覚えのない植物は、食べないでください



- 食用と確実に判断できないものは食べないでください
- 人にあげたり売ったりすることもしないでください

野草を食べて体調が悪くなった場合は、すぐに医師の診察を受けてください!



間違いやすい有毒植物の例

画像引用元:厚生労働省ホームページ「自然毒のリスクプロファイル」

・スイセン



- ❗ 間違いやすい植物
葉: ニラ、ノビル
球根: タマネギ、ノビル
- ❗ 症状
下痢、嘔吐、頭痛 など

・イヌサフラン



- ❗ 間違いやすい植物
葉: ギョウジャニンニク、オオバギボウシ(ウルイ)
球根: ジャガイモ、タマネギ
- ❗ 症状
下痢、嘔吐、呼吸困難 など

・チョウセンアサガオ



- ❗ 間違いやすい植物
葉: モロヘイヤ、アシタバ
種: ゴマ 根: ゴボウ
- ❗ 症状
意識混濁、麻痺、喉の渇き など

・バイケイソウ類



- ❗ 間違いやすい植物
オオバギボウシ(ウルイ)、ギョウジャニンニク
- ❗ 症状
下痢、嘔吐、手足の痺れ など

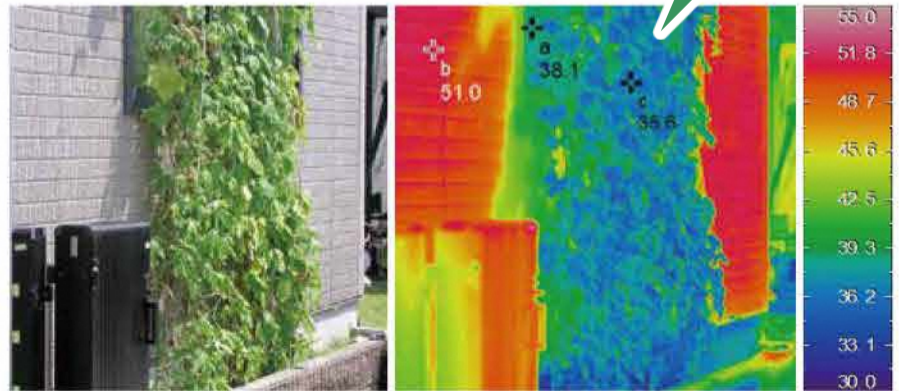
☎ 食品衛生係 ☎ 750-2451 fax 750-2548

ストップ! 地球温暖化

グリーンカーテンを育ててみませんか?

地球温暖化は二酸化炭素などの温室効果ガスが大きな原因と言われていますが、家庭では、電気やガスなどのエネルギーを消費することで、二酸化炭素を排出しています。地球温暖化が原因で、短い時間で強いたくさんの雨が降ったり、熱中症になる人が増えるなど、たくさんの影響が生じています。

日向とは15℃以上の違いがあります!



提供:環境創造局環境科学研究所



※写真は昨年、区内の教育機関や公共施設などで育てたグリーンカーテンの写真です。



区役所で育成マニュアルを配布しています。ホームページでも見ることができます。



磯子区 グリーンカーテン育成マニュアル 検索



☎ 企画調整係 ☎ 750-2331 fax 750-2533

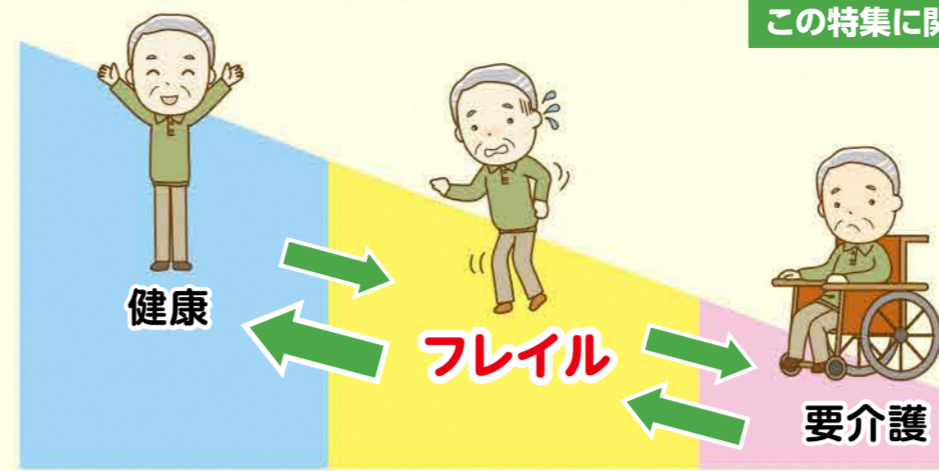
特集3

健康と生活の
つながり

今だからこそ意識したい 介護予防・健康づくり

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、家に閉じこもりがちの人いるのではないのでしょうか。感染予防に気を付けつつ、健康維持を心がけましょう。

この特集に関する問合せ：高齢・障害支援課 ☎750-2418 fax 750-2540



「フレイル」とは?
 加齢にともない心身機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で「健康」と「要介護」の中間の状態を言います。

運動

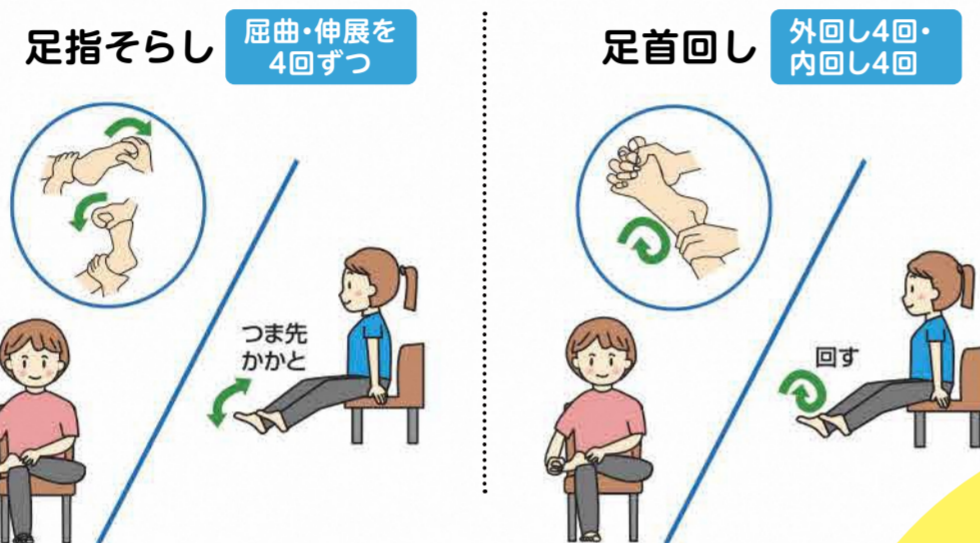
体力低下を予防するために

家事やテレビをみながら筋トレやストレッチなど、日常生活に運動を取り入れてみましょう。

屋内運動をしよう!



ハマトレをやってみよう!



ハマトレは、高齢者がいつまでも元気に歩く体づくりのため、歩きに着目して横浜市が開発したトレーニングです。「ハマトレみんなのISOGO体操」は区役所でDVD・リーフレットを無料配布しています。また区役所ホームページから動画もご覧いただけます。



ハマトレ 動画 磯子区 検索



外に出て日光を浴びることも大切です。人混みを避けたり、時間帯を選ぶなどして、外の空気に触れて運動してみましょう。歩数計や専用アプリを利用してみましょう

よこはまウォーキングポイント 検索

フレイル 予防

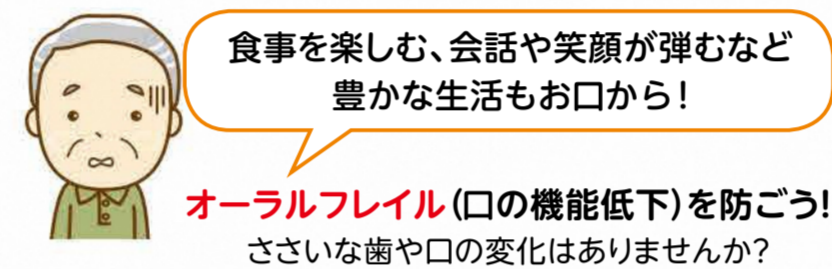
フレイルを予防するために
心がけたいことを4つの項目に分けてご紹介します!

お口の健康

歯と口の健康を見直そう!

6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です

歯と口が健康であることは、食事をおいしく食べられる、楽しい会話ができるなど生活の質の維持・向上にかかせません。口はからだの入り口です。全身の健康のためにも、日頃から口の健康を心がけ、定期的に歯科健診を受けましょう。

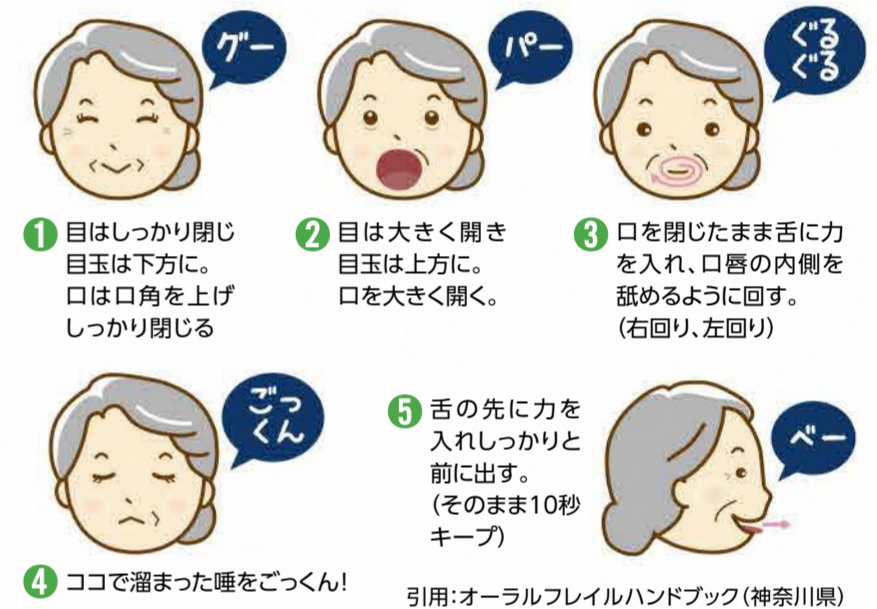


- 滑舌が悪い
- 口が乾く
- むせる
- 食べこぼす
- 少しか食べない

このような症状を放置すると、食べる力が弱まり、心身の機能低下につながるおそれがあります。軽い症状なら対策をすることで改善をすることができます。ぜひお口の体操に取り組みましょう。口の変化が気になる時は、かかりつけの歯科医院に相談してください。

【かながわ・お口の健口体操】をしてみよう!

グー・パー・ぐるぐる・ごっくん・ペー



引用:オーラルフレイルハンドブック(神奈川県)

「本や新聞を声に出して読む」、「長めのうがいをする」なども口の運動になります。どんどん口を使って機能低下を予防しましょう!

栄養

高齢期は低栄養を防ぐ食生活を心がけましょう

しっかりと食べているつもりでも、低栄養の状態になっているかもしれません。

バランスの良い食事をとりましょう

主食、主菜、副菜をそろえた「一汁三菜」の献立を心がけて、1日3食バランスよく食べるようにしましょう。



栄養は貯めておくことができません。しっかりとバランスのよい食事をとりましょう。

元気で過ごすために
いまだからこそ
摂りたい栄養とは?

たんぱく質の摂取が大切です

たんぱく質が不足すると筋肉を作る力が低下し、筋肉量が減ってしまいます。まず肉類を1日1回手のひらにのるぐらいの量を目安に食べましょう。さらに栄養バランスをよくするために、肉・魚・卵・乳製品・大豆製品をローテーションで毎食1品は摂るようにしましょう。

外出が減って、食欲が落ちて、しっかり食べていないかも...



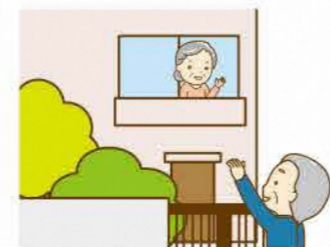
地域の つながりづくり

手紙でのやりとり、携帯電話やパソコンで写真を送ることで、家族や友人、仲間とつながることができます!



その他にも...

インターフォン越しに「お元気ですか」のあいさつを



買い物や散歩のついでに姿が見えるだけでほっとします



ベランダやガラス越しでの声かけもできます

誰かとのつながりはとっておきの処方箋

人とのつながりは、私たちの心とからだに健康であるために大切な役割をもっています。コロナ禍ではありますが、これからもつながりを持ち続けていきたいですね。

趣味の会や地域で集う機会に参加するときの注意点

3つの密(密閉、密集、密接)を避け、「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を心がけましょう



体操など身体を動かすとき

- マスクを着けて運動をする場合は、無理をせず、早めに休憩を取りましょう。
- 熱中症予防のため、こまめに水分補給や室温を調節しましょう。



元気づくりステーションの活動も継続中です

横浜市では、高齢者を対象とした介護予防活動に取り組むグループ「元気づくりステーション」の支援を行っています。各グループで感染予防対策をとりながら、活動を続けています。詳細はお問い合わせください。

今月のお知らせ

申込の注意
各記事共通

- 区役所あての郵便物は〒235-0016 磯子区磯子3-5-1 磯子区役所〇〇係へ。
- はがき、FAX、Eメールでの申込みには、**必要事項**を必ず記入してください。
必要事項：行事名(希望教室名)・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号
- 特に記載のないものは、**無料・申込不要**です。
※持ち物や申込方法についての詳細は各施設にお問い合わせください。

今月11日以降のお知らせを掲載しています

凡例 日時・期間 講師・出演者 会場 対象・定員 費用 申込み 問い合わせ 電話 FAX Eメール 郵送 窓口 ホームページ 持ち物 保育 休館日



掲載されている施設やイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の影響により、休館や中止となる場合があります。最新の情報は事前にホームページや各問い合わせ先に確認してください。

区民利用施設等の休館について▶



お知らせ

区民ホール

こすもすショップ

障害者施設の自主製品(クッキーや布製品など)を販売します。

5月19日(水)・20日(木)

高齢・障害支援課

☎750-2416 fax750-2540

スポーツ

磯子区春のグラウンドゴルフ大会

6月12日(土)

9時競技開始(8時30分受付)

※雨天時13日(日)

杉田臨海緑地多目的広場

(杉田5-31)

区内在住・120人(先着)

¥300円/1人

5月11日から ☎fax

磯子区グラウンドゴルフ協会

曾根

☎fax878-6333

令和3年春期区民テニス大会(男子ダブルス)

6月20日(日)9時競技開始

岡村公園

区内在住・在勤・在学・在クラブ・在同好会

¥4,000円/1チーム

5月31日までに ☎

磯子区テニス協会 小沼

☎090-7714-5403

✉okamura223@jcom.zaq.ne.jp

磯子区テニス協会 検索

子育て

出張栄養相談 in いそピヨ

離乳食の進め方やお子さんの小食・好き嫌いの解決法など。

6月1日(火)10時~11時

子育て支援拠点「いそピヨ」

(森1-7-10 トワイシア横濱磯子2階)

0歳~未就学児の保護者・6組(先着)

5月18日から ☎

いそピヨ

☎750-1322

はじめての離乳食教室

はじめての離乳食について、何をどれくらいあげたらよいか、管理栄養士がていねいにお答えします。

6月15日(火)11時~11時30分

子育て支援拠点「いそピヨ」

2か月~6か月児と養育者・10組(先着)

5月11日から ☎

いそピヨ

☎750-1322

いそご地域活動フォーラム2021 チャレンジ



区内で市民活動・生涯学習・ボランティアなどの活動をしている皆さんの日頃の活動をPRします。何かを始めたいと思っている人、区内にどんな活動があって、どんなことができるのか、ご自分のやってみたいことをぜひ探しに来てください。今年安全を第一に、安心して参加いただけるフォーラムを目指します!

【日時】6月2日(水)~15日(火)

【会場】●区役所1階 区民ホール
●磯子公会堂集会室
●7階いそご区民活動支援センター(ミーティングコーナー・いきいきふれあい活動広場)

【主催】いそご区民活動支援センター

【協力】磯子区NPO連絡会

※内容については変更する場合があります。ご了承ください。ミニステージや体験コーナーについては、事前に配布するチラシのほか、ホームページなどでも紹介します。

●パネル展(区役所1階 区民ホール)

区内で活動するグループ・団体・地域ボランティア講師、施設などの活動内容を紹介するパネルを展示(6月2日(水)~15日(火)) ※最終日は15時まで 区役所1階区民ホールギャラリーでも紹介します(5月28日~6月9日)

●ミニステージ(6月5日)(磯子公会堂集会室)10時~15時

●楽器演奏(バンド、マンドリンほか) ●童謡合唱
●フラダンス ●落語 ●朗読 ●歌謡サロン ●JAZZ ●南京玉すだれほか

●体験コーナー(6月2日~13日)(いそご区民活動支援センター内)

2日(水)午前 ●スヌード作成* 12日(土)午前 ●レジュフフラワー*
3日(木)午後 ●似顔絵 12日(土)午前 ●ピアノで名札・キーホルダー
4日(金)午前 ●世界のゲーム* 12日(土)午後 ●親子簡単科学実験
7日(月)午前 ●小物入れ* 13日(日)午前 ●走れペットボトルカー*
8日(火)午前 ●磯子の地域資源&SDGs 13日(日)午前 ●ウクレレ体験
8日(火)午後 ●焼きパンで絵付け体験* 13日(日)午後 ●ギター音楽を楽しむ
9日(水)午前 ●タッチアップメイク* ※は参加費が必要です

☎体験コーナーは要事前申込(先着) 5月11日から ☎窓✉

問い合わせ 区民活動支援センター ☎754-2390 fax759-4116 ✉is-shienc@city.yokohama.jp

検診・検査・各種相談

すべて【予約制】

会場の記載がないものは、区役所4階で実施

食生活健康相談	5月14日(金) 9時~11時、13時30分~15時30分、6月4日(金) 9時~11時 糖尿病、高血圧など食事が必要な人の栄養士による個別相談です(1人30~45分間)。	☎健康づくり係 ☎750-2446 fax750-2547
こども食事相談	5月21日(金)9時~11時 乳幼児から高校生までの子どもの食事についての相談です(1人30~60分間)。	
女性の健康相談	5月17日、6月7日の月曜 9時30分~11時 助産師による避妊・月経・更年期などについての相談です。	
乳幼児・妊産婦歯科相談	5月14日(金)13時30分~14時45分 乳幼児や妊産婦の歯についての相談です。乳幼児の歯科健康診査と歯みがきのアドバイスも行います。	☎子ども家庭支援課 ☎750-2448 fax750-2540
妊産婦健康相談	5月18日・25日、6月1日・8日・15日の火曜 9時30分~11時 妊娠・出産・母乳などについての相談です。	
授乳相談	6月11日(金)13時30分~15時 母乳やミルクなど授乳についての相談です。	
ひきこもり等専門相談	5月18日(火)、6月7日(月)14時~17時(1回50分) 区役所5階 15~39歳の人とその家族 ひきこもりなどの困難を抱える若者の専門相談を行います。	☎子ども家庭支援課 ☎750-2525 fax750-2540

申込の注意(各記事共通)については
12ページをご覧ください。

上中里地区センター

上中里町397-2

☎773-3929 ☎773-3939

休5月24日(月)

●飲茶タイム～手作り点心～

この季節の花をイメージした紫陽花饅頭を作ります。目にも美しい手作り点心です。

📅6月2日(水) 10時～12時

👤12人(先着) ¥1,000円

持エプロン、マスク、三角巾、ふきん、持ち帰り用の容器

申5月11日から ☎窓

●エンディングノート講座

エンディングノートを実際にどのように始めたらよいか、わかりやすくていねいにお教えます。

📅6月16日(水) 10時～12時

👤20人(先着)

申5月19日から ☎窓

●大人のそば打ち体験

熟練の技を持つ講師陣の指導で体験します。厳選された国産そば粉を使います。

📅6月20日(日) 10時～12時

👤10人(先着) ¥1,500円

持エプロン、マスク、三角巾、ふきん、持ち帰り用の容器

申5月23日から ☎窓



●お菓子を手作り～和菓子～

手作りお菓子で優雅なお茶の時間をお過ごしください。

📅6月23日(水) 10時～12時

👤12人(先着) ¥1,000円

持エプロン、マスク、三角巾、ふきん、持ち帰り用の容器

申5月26日から ☎窓

根岸中学校コミュニティハウス

西町17-13 ☎☎754-2600

休毎週火・金曜

●アロマストレッチ(全10回)

アロマの香りの中で、体をほぐし、リラックス&リフレッシュ!!

📅6月～8月4日の毎週水曜

11時～12時

👤ヨガマットを持参できる人・15人(先着)

¥6,000円 持ヨガマット、タオル、飲み物、室内履き

申5月12日から ☎窓

●スマートフォン『はじめの一步』(全5回)

スマートフォンの基礎知識を、親切ていねいに解説します。

📅6月9日・23日、7月14日・28日、8月4日の水曜

13時30分～15時30分

👤10人(先着) ¥2,500円

持スマートフォン

申5月12日から ☎窓

滝頭コミュニティハウス

滝頭2-31-39

☎761-7928 ☎754-4666

休5月24日(月)

●レザークラフト講座

革のメガネスタンドを手づくりしてみませんか。初心者の方もぜひご参加ください。

📅6月16日(水) 10時～12時

👤10人(先着) ¥1,000円

申5月11日から ☎窓

洋光台第四小学校コミュニティハウス

洋光台6-6-1 ☎☎833-6940

休毎週火・金曜

●ウクレレ at コミハ(全20回)

初めての人、初心者からの募集です。誰でもすぐに弾けて歌える楽しいウクレレ教室です。ウクレレお貸しします。

📅6月～4年3月の第2・4水曜

13時30分～14時30分

👤12人(先着)

¥1,500円×10回(月謝制)

申5月12日から ☎窓

●元気の出る川柳教室(全10回)

ベテランの講師が優しく手ほどきします。見学も歓迎です。

📅6月～4年3月の毎月第3日曜

13時～15時

👤10人(先着)

¥1,000円×10回(月謝制)

申5月12日から ☎窓

滝頭地域ケアプラザ

滝頭2-30-1

☎750-5151 ☎750-5155

休5月17日(月)

●たのしい絵手紙講座

初心者も経験者も男性も大歓迎。当日描きたいものがある人は、ご持参ください。

📅6月7日(月)

13時30分～15時(13時15分受付)

👤10人(先着) ¥500円

申5月13日から ☎窓

●認知症サポーター養成講座

認知症について学び、自分にできるサポートを始めてみませんか?

📅6月14日(月) 14時～15時30分

👤関心のある人・20人(先着)

申5月11日から ☎窓

磯子地域ケアプラザ

磯子3-1-22

☎758-0180 ☎758-0181

休5月17日(月)

●介護予防・認知症予防のための『集いのカフェ』

ミニ講座、ゲーム、体操などさまざまなプログラムで楽しく過ごします。

📅5月23日(日) 13時～14時

👤20人(当日先着)

●男性のためのレコード喫茶『メモリーズ』

昔懐かしい曲をレコードで聴きましょう。(特集 なかにし礼)

📅5月28日(金) 15時～16時30分

👤男性・15人(当日先着)

●男のかたん一品料理(全2回)～初めてでも料理が作れます!～

初心者の男性のための料理講座です。

📅6月1日・8日の火曜 10時～13時

👤60歳以上の男性・6人(先着)

¥1,000円

申5月11日から ☎窓

●わいわい広場

～親子で楽しく過ごしましょう～

親子で工作チャレンジ! ※5月はお休みです。

📅6月9日(水) 10時～11時30分

👤未就学児と保護者・20人

(当日先着)

屏風ヶ浦地域ケアプラザ

森4-1-17

☎750-5411 ☎751-2322

休5月11日(火)

●オヤジの台所

「豚肉のピカタとラタトゥイユ」を実習します。

📅6月10日(木) 10時～13時

👤おおむね60歳以上の男性・4人(先着)

¥800円

持エプロン、三角巾、手拭きタオル

※マスク着用

申5月13日から ☎窓

洋光台地域ケアプラザ

洋光台6-7-1

☎832-5191 ☎832-5138

休5月17日(月)

●男性向け地域デビュー講座(全5回) 地域への扉を開こう

～新たな仲間とつながろう～

地域で活動するヒントを得て仲間と楽しくつながろう。

📅①5月15日・②29日、③6月12日・④26日、⑤7月10日の土曜

9時30分～11時30分

①地域の元気と仲間づくり

②地域を知ろう!まち歩き

③地域のつながりづくりの大切さ

④実践者から学ぶ 洋光台の魅力再発見

⑤こんな洋光台にしたい!の発表

👤男性、地域活動に関心のある人、はじめてみたい人・25人(先着)

申要事前連絡 ☎

●親子の交流スペース ぷらっと

親子でのんびり過ごせる交流スペースです。

📅5月17日・24日・31日、6月7日の月曜 10時30分～12時

👤未就園児 ※保護者はマスク着用

広告

広告

横浜市三殿台考古館

岡村4-11-22

☎761-4571 ☎761-4603

✉santonodai@yokohama-history.org

休 毎週月曜(祝日の場合は翌日)

●春の弓矢うち大会

的を狙って矢をうち、的の難易度と距離で点数を競います。

📅5月15日(土)

10時30分~12時(10時受付開始)

※荒天中止

👤小学生以上・20人(当日先着)

●火起こし体験教室

~開港記念日イベント~

「まいぎり」という道具を使って自分の力で火を起こします。

📅6月2日(水)

10時30分~12時(10時受付開始)

※荒天中止

👤小学生以上・20人(当日先着)

※低学年は保護者同伴

横浜市社会教育コーナー

磯子3-6-1-1 ☎☎761-4321

✉toiawase@yse-yokohama.com

休 5月3日(祝)

●おはなしの国

手遊び・紙芝居・大型絵本の読み語りなど赤ちゃんから大人までみんなと一緒に楽しめるおはなし会。

📅5月15日(土) 11時~11時30分

👤15人(当日先着)

持 室内履き ※大人はマスク着用



●ママのしゃべりば“Plus”

子育てについていろいろおしゃべりしましょう!手遊びやパネルシアターなども楽しめます!保育ボランティアさんの見守りもあります。

📅6月16日(水)

9時30分~10時30分

👤4か月以上の未就学児と母親・8組(先着) ¥100円(1組)

持 飲み物 ※大人はマスク着用。親子とも自宅で体温を測ってきてください。

申 5月26日から ☎☎

●ミニ盆栽ワークショップ

~エゾ松の植え付け~

📅6月6日(日) 13時30分~15時30分(盆栽相談15時30分~16時30分)

👤13人(先着) ¥2,500円

持 エプロン(汚れてもいい服装)、花切りばさみかキッチンばさみ、古新聞(一日分)、作品持ち帰り用の袋、ビニール手袋、ゴミ袋、飲み物 ※来館前の健康観察、マスクの着用、来館時の手指の消毒をお願いします。

申 5月11日から ☎☎窓

区地域子育て支援拠点 いそピヨ

森1-7-10 トワイシア横濱磯子2階

☎750-1322 ☎750-1323

休 日・月曜、祝日

●あつまれ!ニューフェイス

~ようこそ磯子へ~

新しく磯子へ転入されてきたみなさんと、おしゃべりしながら地域の情報交換やお友達作りをしましょう。先輩ママさんからの情報提供もあります。

📅5月25日(火)

10時30分~11時30分

👤区内に転入後1年くらいの乳幼児と保護者・10組(先着)

申 5月11日から ☎☎窓

●プチママの会

25歳くらいまでのママさん、子育てやご自身の悩みなど、みんなでお話ししましょう。お子さんと一緒に参加してください。参加される人は事前にご連絡ください。当日参加もOKです。

📅6月3日(木)

10時30分~11時30分

👤25歳くらいまでの子育て中のママさん

●プレパパ・プレママの会

これからパパ・ママになる人向けに助産師による沐浴体験や赤ちゃんのだっこ・お着換え体験を開催します。

📅6月17日(木)

9時30分~11時30分

👤区内在住のプレパパ・プレママ

①9時30分~②10時40分~各6組(先着)

申 5月19日から ☎☎窓

●横浜子育てサポートシステム

入会説明会

地域の中で、子どもの送迎や預かりなどをする会員制・有償の支え合い活動です。

📅5月13日(木)・29日(土)、6月4日(金) 10時30分~11時30分

申 要事前連絡 ☎☎窓

申 問 横浜子育てサポートシステム磯子区支部

☎750-1405 ☎750-1406

区民文化センター 杉田劇場

杉田1-1-1らびすた新杉田4階

☎771-1212 ☎770-5656

休 5月11日(火)

●旧杉田劇場出演当時の

「美空ひばりの思い出」大募集!

美空ひばりを偲ぶイベントを開催するにあたって、旧杉田劇場に出演した彼女の「当時の思い出をお持ちの人」を探しています。ぜひお話を聞きたいので、心当たりのある人は杉田劇場までご一報お願いいたします!(5月末まで)

●若獅子会プロデュース公演

『知覧へ』/殺陣『春夏秋冬』

📅6月2日(水) 12時~15時

👤128人(先着)

¥一般4,500円、スマイルクラブ会員2,500円

申 チケット発売中 ☎☎窓

●ロマンティックピアノ Vol.5

~注文の多い料理店~

📅6月6日(日) 14時~16時

14時開演(13時30分開場)

👤200人(先着)

¥一般3,500円、スマイルクラブ会員3,000円、中学生以下500円

申 チケット発売中 ☎☎窓

杉田劇場 検索



磯子スポーツセンター

杉田5-32-25

☎771-8118 ☎771-8120

休 5月10日(月)

●施設利用について

新型コロナウイルスワクチン集団接種会場として使用されています。詳細は、ホームページをご確認ください。

📅4月1日(木)~当面の間

磯子スポーツセンター 検索

岡村公園

岡村2-17-1

☎751-4375 ☎349-2292

●テニススクール開催中

チケット制で即日受講でき、欠席しても無駄にならないお手頃なテニススクールです。体験レッスンもできます。

📅5月11日(火)~4年3月31日(木)

※雨天中止

①一般クラス 毎週火曜・木曜

※時間は要問合わせ

②ジュニアクラス 毎週火曜 15時~17時

👤各クラス10人

¥①17,600円(90分8回分)

②15,400円(60分8回分)

入会金①②4,400円

申 要事前連絡 ☎☎窓

申 問 岡村公園 エフ・エージェンシー スクール事務局

☎03-3448-1040

✉mf@f-agency.co.jp

フォーラム南太田

南区南太田1-7-20

☎714-5911 ☎714-5912

休 5月17日(月)

●女性と仕事応援デスク

①労働サポート相談

📅6月19日(土) 13時/14時/15時から ※各回約50分

②キャリア・カウンセリング

📅6月12日(土)、25日(金)

10時/11時/13時/14時から ※各回約50分

👤①3人 ②4人(各先着)

【共通】 ☑あり(2か月~未就学児)

申 5月11日から ☎☎窓

フォーラム南太田 検索

広告

広告

第4期 磯子区地域福祉保健計画 (スイッチON磯子) 素案 ～区民の皆さんのご意見を募集します～

地域福祉保健計画とは

地域のさまざまな人や団体がつながりあい、誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域社会をめざして進めていく計画です。

現在、磯子区では、2021(令和3)年度から2025(令和7)年度までの5年間を計画期間として、第4期磯子区地域福祉保健計画(スイッチON磯子)の策定を進めています。このたび、作成中の地区別計画を除く、素案をまとめましたので、区民の皆さんのご意見を募集します。

素案の詳細は、以下の閲覧場所および磯子区ホームページからご覧ください。

【募集期間】 5月6日(木)～6月4日(金)

【資料配布・閲覧場所】

- 区役所(1階ホール、福祉保健課:4階④番窓口、5階待ち合いスペース)
- 社会福祉協議会
- 区内地域ケアプラザ など(配布場所の詳細はホームページで公表しています)

【ホームページ】 [第4期 スイッチON 磯子](#)



ご意見は、①郵送 ②FAX ③Eメール ④電子申請 のいずれかの方法でお寄せください。

- 郵送** 専用の郵便はがきをご利用ください。
- FAX** 750-2547 **【あて先】** 磯子区 福祉保健課 事業企画担当
- Eメール** is-fukuhokeikaku@city.yokohama.jp
- 電子申請** 上記のホームページから回答できます。

※ご送付いただく際は、次のことをご記入ください。

- 件名(第4期 磯子区地域福祉保健計画素案への意見など)
- ご意見
- 住所(町名まで)
- 年代



磯子区地域福祉保健計画の案内役「梅さん」

☎福祉保健課 ☎750-2441 ☎750-2547

磯子図書館だより

☎磯子図書館 ☎753-2864 ☎750-2528

休館日 5月6日(木)、6月8日(火)～10日(木)

今月の1冊

図書館の本から
おすすめの本を紹介!

『「地図」で探る横浜の鉄道』
横浜都市発展記念館／編 岡田直／執筆
横浜都市発展記念館 2011年刊



明治5年、日本で最初の鉄道が新橋から横浜まで開通しました。本書は横浜の鉄道の歴史を豊富な地図とともに解説しています。横浜の街が鉄道の開通とともに姿を変えていったことや横浜駅の場所が3回変わったこと、磯子も走っていた市電の歴史などについて知ることができます。

おはなし会

■定例おはなし会

🕒①5月26日、②6月16日の水曜
15時30分から

👤一人でおはなしを聞ける子
各4人(先着)

📅①5月19日から、②6月4日から

☎☎



商店街朝市 開催します!



区内商店街が、お買い得品や商店街自慢の逸品を販売します。
苗木の無料配布や、お持ちいただいた写真やイラストで作成する缶バッジのプレゼントなど、楽しいイベントもたくさん!ぜひご来場ください。

【日程】 5月22日(土) **【開催時間】** 9時30分～12時30分
【会場】 区総合庁舎前屋外駐車場(雨天時:区総合庁舎1階区民ホール)

新型コロナウイルス感染症対策を行って開催します。やむを得ず中止する場合は、ホームページでお知らせします。

☎地域振興課 ☎750-2391 ☎750-2534

移動図書館 「はまかせ号」

☎中央図書館サービス課 ☎262-0050 ☎231-8299

📅5月20日・6月3日の木曜
10時～10時50分
📍杉田大谷第一公園(杉田7-14)

磯子の逸品

地域に根付き、愛されている磯子区内の食べ物や飲み物を区民の皆さまを中心に広く募集し、区役所が逸品として認定した「磯子の逸品」(令和3年3月1日現在の認定数44品)を、毎月紹介しています。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、営業時間や定休日などが変更になる場合がありますので、最新の情報は店舗へお問い合わせください。

第13回

29 ランチコース [H23認定]

ランチタイムは満席必至!

「1,500円でこんなに!?!」と喜びの声が続出中。彩り豊かな前菜盛り合わせ、ボリューム満点のメイン、最後まで期待を裏切らないデザートなど、「一品一品こだわり抜いたランチコースをリーズナブルに」という心意気に拍手。
価格:1,530円(税込)



パレ・ド・バルブ

📍磯子区杉田1-9-13
☎773-2981
🕒11時30分～14時(ラストオーダー)
17時30分～21時(ラストオーダー)
📅月曜日 [HP https://www.barbe.co.jp/](https://www.barbe.co.jp/)

スマホでスタンプイベント

「よこはまウォーキングポイント」アプリをダウンロードして、「磯子の逸品」販売店を巡るスタンプイベントに挑戦してみませんか?

全43店舗を制覇された皆さまに、磯子区オリジナルの「保冷トートバッグ」をプレゼントします。
※数に限りがあります。



「磯子の逸品」のお店は、このフラッグが目印です。



イベントへの参加方法は、ホームページをご覧ください。

☎企画調整係 ☎750-2331 ☎750-2533