

SAKAE 1

広報よこはま栄区版 2025



二〇二五年、今年も栄区で暮らす。 栄区の富士山

新年、あけましておめでとうございませう。
冬休みはちよつと遠出…それもいいけれど、
栄区内を散歩してみるのはいかがが？
区内から見える富士山もとてもきれいですよ。
今年も栄区がもつとすきになる一年になるかも。



[笠間地区] ① 青木神社



[豊田地区] ② 本郷台三丁目公園



[上郷東地区] ③ 瀬上市民の森 (関東富士見百景)



[小菅ヶ谷地区] ④ 小菅ヶ谷北公園



[本郷中央地区] ⑤ 公田町団地



[本郷第三地区] ⑥ 本郷ふじやま公園



[上郷西地区] ⑦ 尾月～上郷市民の森

栄区連合町内会会長よりご挨拶

謹んで新年のお祝いを申し上げます。皆様にはよき新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は、昔からの伝統行事など各地域の行事がかつてのように開催され、活発な地域活動により、まちがにぎわい、地域の「つながりの輪」が広まっていったと思います。

来年は栄区が誕生して40周年を迎えます。

今年は節目の年に向け、子育て支援や高齢者の見守りによって、誰もがより安全・安心に暮らせるまちになるよう取り組んでいきます。また、防犯・防災など地域の支え合いを大切にしながら、皆様と一緒にまちづくりを進めていきたいと思ひます。

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

細田 利明



栄区長よりご挨拶

皆様、新年あけましておめでとうございませう。

旧年中は、区政へのご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨年は、区民の皆様との交流を通じて、地域の多様な活動、人と人とのつながりから生まれる活力を感じる事ができました。

本年は、令和8年に迎える区制40周年、令和9年の「GREEN×EXPO 2027」を見据え、「いつまでも住み続けたい」「子育てしてみたい」と感じていただけるよう、さらに魅力ある栄区を目指し、区役所一丸となって区政運営に取り組んでまいります。

本年も栄区に変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

松永 朋美



※富士山の写真は区民の皆様からご提供いただいたもの、もしくは2024年1月頃に撮影したものです。
※富士山巡りに行く際は、ルールとマナーを守って楽しみませう。

問 広報相談係 ☎894-8335 fax 894-9127

栄区版共通マーク 日時・期間 会場 対象・定員 講師・出演等(敬称略) 内容 持ち物 参加費・料金 問合せ先 電話番号 fax Fax番号
申込方法 (当日直接(事前申込み不要) 電話受付 fax Fax受付 来館来館受付 WEBウェブサイト受付 メール受付)
※5~12ページは栄区版です。電話・FAX番号は市外局番(045)を省略して掲載しています。

栄区役所 〒247-0005 栄区桂町303-19 ☎894-8181(代表番号) 横浜市 栄区 検索



栄区の詳細
(2024年12月1日現在)
人口 120,405人
世帯数 54,820世帯



危険性を知って ケガと事故の予防対策を！

ケガの原因の中で最も多い「転倒」と、今の季節に起こりやすい事故の予防対策を紹介します。危険性を知ってケガの予防対策をしながら、元気に冬を過ごしましょう。

転倒しない環境を作りましょう

転倒による強い衝撃は、全身打撲、頭部・顔面のケガ、骨折、脱臼、出血、脳震とうなど大きなケガにつながるリスクがあります。

転倒の危険性と予防対策

- ①段差やコードにつまずく
 - ▶コードの整理や段差をなくすバリアフリー化を！
- ②床に落ちていたビニール袋で足を滑らせる
 - ▶滑りやすい物を床に置かない
- ③歩きスマホで人や物にぶつかる
 - ▶スマホの操作は立ち止まる



今の季節に起こりやすい事故の予防をしましょう！

おもちの食べ方を工夫しよう

おもちを食べる機会の多くなる季節。のどに詰まらせると窒息など生命の危険につながるため、気をつけながらおいしく食べましょう。

予防対策

- ▶小さく切って少しずつ食べる
- ▶汁物、飲み物と一緒に食べる
- ▶高齢者や子どもは食べ終わるまで様子を見守る



お風呂の入り方に気をつけよう

寒い季節の入浴の際は、急激な温度変化により意識を失ったり、心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こすヒートショックの可能性があります。

予防対策

- ▶脱衣所と浴室を温める
- ▶急に熱いお湯に入らない
- ▶浴槽から出る時はゆっくり立ち上がる



区役所23番窓口と区内地域ケアプラザで、リーフレットと浴室用シールを配布中！



リーフレット▶

浴室用シール▲

☎ 栄消防署総務・予防課 ☎ fax 892-0119



リポストでタッチーくん図書カードが当たる！？ 栄区X・お年玉プレゼントキャンペーン

栄区Xのフォロー&決められたポストのリポストをすることで、抽選で100人にお年玉プレゼントが当たります。



ここでしか手に入らない！
タッチーくん図書カード
1,000円券が
抽選で100人に当たります！

当たったら
どんな本を
読もうかな♪

キャンペーン
期間
1/20
月まで

応募方法

- ①栄区Xをフォローする
 - ②栄区X・お年玉プレゼントキャンペーンのポストをリポストする
- ※非公開アカウント(いわゆる「鍵アカ」)は対象外です。
※抽選後、プレゼント発送のため当選者のアカウントへダイレクトメッセージを送ります。

栄区Xって？ アカウント名:@sakae_yokohama

ここからポストを見てリポストしてね！



栄区からののお知らせや災害情報のほか、ときどきタッチーくんの気ままなつぶやきも見るができます。

☎ 広報相談係 ☎ 894-8335 fax 894-9127



生活困窮者自立支援制度のご案内 暮らしの「困った」ひとりで悩まず、ご相談ください

生活困窮者自立支援制度は、様々な事情により生活にお困りの人へ、一人ひとりの状況に応じた支援を行う制度です。



仕事のこと

- ・自分一人ではなかなか仕事を見つけられない
- ・働きたいけどブランクがあって自信がない

家計のこと

- ・カードローンで家計がまわらない
- ・家賃、税金や社会保険料の支払いが大変



その他の悩み事

- ・ひきこもっている家族のことが心配
- ・子どもの学習のサポートのことが心配
- ・どこに相談したらよいかわからない

それぞれの困りごとを解決するためのサポートをします。ぜひ生活支援係(区役所新館3階301番窓口)へご相談ください。



☎ 生活支援係 ☎ 894-8400 fax 894-3423



タッチーくんのイラスト、あなたも使えます！

区民に大人気の栄区いたち川マスコット「タッチーくん」。タッチーくんをもっと身近に感じてもらえる内容を連載企画としてご紹介します！第一弾はタッチーくんのデザイン使用申請についてです。ぜひ、みなさんもタッチーくんを活用してみてください。

デザイン使用申請

実は、申請することでどなたでもタッチーくんのデザインを使用できます！あなたの生活のワンポイントにタッチーくんはいかがでしょう？

申請～承認までの流れ



詳しい申請方法・注意点はこちら



これまでのデザイン使用例

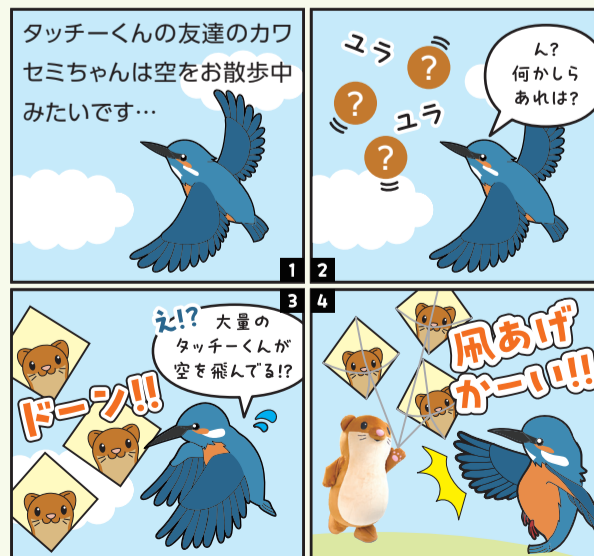
過去にはこのようなグッズを作ってくれました。グッズだけでなくポスターやチラシにも使用できます！



ほくがデザインされたグッズ等を作ってみたいね！



タッチーくんのいたち川日記 ～空の散歩の巻～



☎ 広報相談係 ☎ 894-8335 fax 894-9127



戸塚税務署からのお知らせ

マイナンバーカードでの確定申告&税理士による申告相談について

確定申告は自宅からスマホを使って申告書を作成・提出することができます。

マイナポータル連携を利用すれば、収入・控除等に関する情報を確定申告書に自動入力できてさらに便利です。マイナポータル連携を利用するためには、マイナポータルの利用登録やマイナポータルとe-Taxを連携するなどの事前準備が必要です。

税に関する申告期限等は市版15ページへ

マイナポータル連携に係る事前準備等のご案内

申告書作成前に、マイナポータル連携に係る事前準備等が必要です。事前準備の詳細は、国税庁ウェブサイトをご確認ください。

マイナポータルの連携



事前準備



自宅からスマホで確定申告書を作成・提出する方法

スマホ、アプリ「マイナポータル」、マイナンバーカード、各電子証明書パスワード①など、必要なものを用意

①パスワードを忘れた場合



確定申告書等作成コーナー②にアクセス

②作成コーナー



提出方法「マイナンバーカード方式」を選択

画面の案内に従って収入・控除等に関する情報を入力(マイナポータル連携を利用すると自動入力されます。)

e-Taxで送信して手続き完了!

税理士による無料申告相談

税務署以外でも、次の日程で無料で税理士に相談の上、確定申告書を作成・提出できます(作成済申告書類の提出のみは受け付けていません)。

日時 2月4日(火)・5日(水)9時15分~15時40分

会場 栄公会堂(桂町279-29)

対象 小規模事業者(所得300万円以下)、給与所得者、年金所得者 ※譲渡、住宅ローン控除は除く

持ち物 ・確定申告に必要な書類(源泉徴収票など) ・マイナンバーカードまたは本人確認書類とマイナンバーがわかる書類 ※各電子証明書のパスワードをご確認ください ・スマートフォンまたはタブレット

申込 1月9日(木)から右記二次元コードから受付 ※電話での受付は行っていません。 ※車での来場はご遠慮ください。 ※事前申込についてのお問い合わせは ☎050-1722-2206

事前申込はこちら

LINE



ウェブ



戸塚税務署 ☎863-0011(代表)



GREEN×EXPO 2027を盛り上げよう!

栄区の花・木を使ったオブジェが完成しました

GREEN×EXPO 2027の開催に向けて、栄区の花「キク」、栄区の木「サクラ」「カツラ」を使って、花や緑を身近に感じられるオブジェ(トピアリーボール)を制作しました。区役所本館1階で展示しています。お立ち寄りの際はぜひご覧ください。



トピアリーボール

制作者から

剪定で伐採された「サクラ」や「カツラ」の枝で作った球体の中心に、艶やかな「キク」を配置しました。GREEN×EXPO 2027のサブテーマの一つである、自然と人が支えあい共存していく「自然との調和」をイメージしてデザインしました。



けやきロード 本郷台駅前商店会 本郷台花う 田鹿さん

GREEN×EXPO 2027



詳しくはこちら



企画調整係 ☎894-8161 fax 894-9127



区役所で行う検診などについてのお知らせ

健康づくりカレンダー

子どもや妊産婦が対象の健診等は10ページをご覧ください。

| 種類 | 日時・会場 | 内容 | 申込み・問合せ先 |
|---|--|---|--|
| 乳がん(予約制) (昭和60年4月1日以前に生まれた女性/2年度に1回) | ①2月18日(火)②3月12日(水) ※年度内最後の乳がん検診 9時~12時 区役所新館1階(当日の受付時間は予約時に調整) | 以下どちらかを選択 a 視触診+マンモグラフィ検査 ¥1,370円 b マンモグラフィ検査単独 ¥680円 | 申 ①1月20日(月)②2月10日(月)から電話で(公財)神奈川県結核予防会(☎251-2363/平日13時~16時)へ |

【医療機関で実施しているがん検診】「横浜市がん検診(肺、胃、大腸、子宮、乳房、前立腺)」は、実施医療機関(*)で受けられます。

検診の予約は実施医療機関へ直接お問い合わせください。 ※「令和6年度栄福祉保健センターからのお知らせ」をご覧ください。

【負担免除】令和6年度内に70歳以上の人はがん検診が無料です。また、令和6年4月1日時点で65歳の人は令和7年3月31日までがん検診が無料です(クーポン券必要)。

そのほか無料になる条件等は、健康づくり係(☎894-6964)へお問い合わせください。



ウェブサイトはこちら▲

がん検診

健康相談など

| | | | |
|------------------------------------|---|--|----------------------|
| HIV・梅毒検査 HIVやエイズに関する相談 (予約制) | 毎週(水)9時~9時45分 区役所新館2階 ※検査結果は、原則1週間後の同時刻に直接本人に取りに来ていただきます。 | 匿名で受付 ¥無料 ※心配なことがあってからHIVは3か月以上、梅毒は6週間以上経っていないと正しい検査結果が出ません。 ※梅毒検査のみの受診はできません。 ※HIV検査等に関する情報はこちらから▼ HIV検査相談マップ 検索 横浜エイズ市民活動センター 検索 | |
| 管理栄養士による個別相談 (予約制) | 1月16日(木)13時~16時 1月23日(木)9時~12時 2月4日(火)13時~16時 区役所新館2階 | 糖尿病、コレステロールが高い、体重コントロールをしたい人などの食事療法の進め方、食習慣の見直し、推定野菜摂取量測定(ベジチェック®) | 健康づくり係 (☎894-6964)へ |
| 保健師・歯科衛生士による個別相談 (予約制) | 1月23日(木)9時~12時 2月4日(火)13時~16時 区役所新館2階 | 保健師 高血圧、脂質異常、糖尿病、高尿酸血症、卒煙などの相談や健診結果の見方、ライフスタイルの見直しについて 歯科衛生士 歯周病、歯みがき、お口の機能を保つ方法などについて | |
| 精神保健福祉相談 (予約制) | 平日8時45分~12時、13時~17時 区役所本館2階 | こころの病やそれに伴う生活上の困りごとなどについて、医療ソーシャルワーカーが対応します。 | 障害者支援担当 (☎894-8405)へ |

病院で妊娠確定したら区役所へ!

赤ちゃんを迎えるにあたって必要なサポートなど、一人ひとりに合わせてお話しさせていただきます。時間に余裕をもってお越しください。



母子保健コーディネーター



母子健康手帳交付時の様子



栄区版 父子手帳



栄でホッ

子育て応援すごろく



子育てって、わからないことだらけ。こんなこと聞いていいのかなと思うこともあるかもしれません。この特集では、妊娠期～お子さんが3歳になるまでの流れをすごろく形式で表しました。その時その時のお父さん・お母さんを応援するための、さまざまなサポートも記しています。抱え込まず、たくさん頼ってくださいね!

【問合せ】こども家庭支援担当 ☎894-8049 📠894-8406

妊娠期からいつでも利用OK! にこりんくに行ってみよう!

「にこりんく」とは、就学前の子どもとその保護者が安心して過ごせる居場所です。広いスペースのひろばにはおもちゃがいっぱい。様々なプログラムを行っており、子育て相談もできます。パパの利用やプレママ・プレパパの利用も多くなっています。お気軽に遊びに来てください!



プレママ・プレパパの会 親子で遊べるスペース

CHECK! にこりんくウェブサイトリニューアルして近日公開!

このウェブサイトを見れば、お子さんと過ごせる居場所やイベントがわかります。



妊娠期。どきどきワクワク! だけどもちょっとしたことも気になっちゃう...

妊娠おめでとう!

嬉しいけど少し不安... 色々な悩みを相談しながら、栄でホッな子育てをはじめましょう。

病院で妊娠確定! 何の手続きをしたらいいの? 産後の生活っていまいち想像できない。

妊娠中のやっていいことダメなこと分らない... 出産後の生活っていまいち想像できない。

妊娠後期(28週~)になり、あんなことこんなこと心配になってきた。誰に聞いたらいいの?

出産おめでとう!

新しい命を迎えて新生活スタート! でも退院初日から分からないことだらけ...

気になることがたくさん。顔のブツブツ、ウンチの回数、授乳やミルクの量... 他のみんなはどうしてるの? 育児の色々話したい!

預け先は保育・教育コンシェルジュにご相談ください!

- 預け先ってどんなところがあるの?
- 自分の働き方に合った預け先はあるのかな?
- 保育園と幼稚園の違いって?

ご家庭にとって最適な預け先を見つけられるよう、お手伝いします。お気軽にご相談ください!

保育・教育コンシェルジュ

保育園等に通っていないお子さんも遊べるよう、園庭開放を行います!

日頃保育園等に通っていないお子さんも遊べるよう、園庭開放を行っています。保育士に子育ての相談をすることもできます。同世代のお子さんもいっぱい! お気軽においでください。

園庭開放等PR動画

1歳おめでとう!

はじめてのお誕生日! 家族みんなで祝いましょう。そろそろ仕事に復帰しようかな? 子どもの預け先って...

子どもとの時間がたくさん! どこか近くで遊べる場所はあるかな?

1歳6か月児健診

言葉や歩行についても相談することができます。

言葉のことなど、お子さんのことで心配なことがありましたらご相談ください!

心理士

4か月児健診

定額(首がすわること)の確認をします。離乳食などについても相談することができます。

離乳食のことはお任せください!

栄養士

こども家庭相談

乳幼児期から思春期までのお子さんに関する様々な相談を幅広く受け付けています。お気軽にご相談ください。

☎電話相談可、面接は要予約
☎894-3790((月)~(金)8時45分~17時)
📍区役所本館2階26番窓口

にこにごMAPであそび場をチェック!

地域の子育てサロンや支援者会場など、子連れで遊びに行ける場所がたくさんあります。遊びに行ってみましょう!

こんな遊び場も!

MAPはこちら

出産後、ご自宅でお悩みを伺います

こんにちは赤ちゃん訪問

生後4か月までの乳児のいる全ての家庭を訪問して、地域の訪問員が子育てで情報をお届けします。

母子訪問

初めての赤ちゃんを出産されたご家庭に、区の保健師・助産師が訪問に伺います。

子育ての不安や悩みについてご相談ください!

保健師

乳幼児健診に行こう!(4か月児・1歳6か月児・3歳児)

乳幼児健診は発達に大きな変化が起こる時期に実施します。お子さんの健やかな成長のために非常に大切な健康診査です。必ずご受診ください。

乳幼児健診で、心配なこと等なんでもご相談ください。

なんでも「イヤ!」のイヤイヤ期突入... どう対応したらいいのかが相談したい! 誰かに話を聞いてもらいたいなあ。

3歳おめでとう!

元気いっぱい3歳児! 子ども同士や保育士など、家族以外の人とのつながりができるようになり世界が広がります。

3歳児健診

食事や歯科についても相談することができます。

歯科衛生士

子育てはまだまだ続きます。これからも、いろいろな人・ものに頼って、抱え込まずに子育てをしましょう!

みんなで応援しています!

様々な子育て支援はこちら

3歳おめでとう!

元気いっぱい3歳児! 子ども同士や保育士など、家族以外の人とのつながりができるようになり世界が広がります。

3歳児健診

食事や歯科についても相談することができます。

歯科衛生士

横浜市子育て応援サイト パマトコ

横浜の子育てのすべてが集約された横浜市の公式アプリです。オンライン申請から子育てに必要な情報の取得、予防接種のスケジュール管理まで。ぜひご利用ください!

栄区版共通マーク 日時・期間 会場 対象・定員 講師・出演等(敬称略) 内容 持ち物 参加費・料金 問合せ先 電話番号 Fax番号 申込方法 (当日直接(事前申込み不要) 電話受付 Fax受付 来館来館受付 WEBウェブサイト受付 メール受付)

栄ホッ こそだて×さかえ 子育てに関する情報をお届けします 栄区公式SNSでも子育て情報を発信中!

「あそびっこ」に遊びにきませんか

乳幼児のお子さんと遊びながら、子育て支援者に気軽に子育ての相談ができます。楽しい遊びの場にもなっていますので、特に相談することがなくても気軽に遊びに来てください。開催時間中は出入り自由です。

◆子育て支援者とは 子育てに関するいろいろな知恵袋を持った子育ての先輩です。子育てで不安に思っていることや悩んでいることを一緒になって考えてくれます!



手遊びや絵本の読み聞かせなどもしています。ぜひ遊びにきてください。

豊田地区センター 日時や場所は こちら

問合せ 子育て支援担当 ☎894-8959 fax 894-8406

さかえ info 当月11日~翌月10日を目安にお知らせしています。区役所への郵送は〒247-0005 桂町303-19へ。そのほかは各施設へ

PICK UP! 家族や友達みんなで走ろう! 第35回栄区民ロードレース大会 参加者募集!

3月30日(日)※雨天決行、荒天中止 埋蔵文化財センター(野七里2-3-1)周辺 出場距離を完走できる人 先着 申込は こちら

Table with columns: コース, 種目, 対象, 定員, 参加費. Rows include 1.8km, 3.8km, and 10km courses with details on age groups and fees.

問合せ 生涯学習支援係 ☎894-8395 fax 894-3099

区役所から

◆第213回昼休みミニ★コンサート

お正月は赤い花束を 1月9日(木)12時20分~12時50分 区役所新館1階エントランスホール 栄区邦楽協会 申込 問合せ 生涯学習支援係 ☎894-8395 fax 894-3099

◆災害発生を想定して黄色いのぼり旗を掲げます

災害時、診療・開局が可能な医療機関・薬局で旗を掲げる訓練をします 1月17日(金) 事業企画担当 ☎894-6962 fax 895-1759 ※医師会・歯科医師会・薬剤師会の協力のもと実施します。休診日等の場合は掲出しません。

◆飼い主必見!猫セミナー ~猫が幸せになる飼い方~

日頃のケア・健康管理のアドバイスなど役立つ情報をお伝えします 1月19日(日)10時~12時(9時30分から受付) 区役所新館4階8・9号会議室 80人 先着 入交真巳(学術博士・米国獣医行動学専門医) 1月17日(金)までに 来館 fax WEB 問合せ 生活衛生係 ☎894-6967 fax 895-1759 申込は こちら

◆ハピママサロン

妊婦さん・ママさんの「知りたい!」や、「あるある」を共有できます! 1月30日(木)2月5日(水)10時~11時30分 長尾台町内会館 上郷地区センター 妊婦または出産後4か月未満のママと赤ちゃん20組 先着 当日までに WEB 問合せ 子育て支援担当 ☎894-8049 fax 894-8406 申込は こちら

◆世界のふるさと自慢大会in栄区 ~My Hometown Pride~

区内で日本語を学ぶ世界各地の出身者がスピーチや歌、踊りでふるさとを紹介! 2月8日(土)14時~16時30分 あーすぷらざ5階映像ホール 観覧者60人 先着 1月11日(土)~2月5日(水) WEB 問合せ 生涯学習支援係 ☎894-8395 fax 894-3099 申込は こちら

子どもの健診・相談

◆乳幼児健診

4か月: 1月8日(水)、1歳6か月: 1月15日(水)、3歳: 1月10日(金)・29日(水)12時30分~13時30分受付 区役所新館2階 当日 問合せ 子育て支援担当 ☎894-8049 fax 894-8406 ※詳しくは個別に郵送される通知をご確認ください。

◆こどもの食生活相談

離乳食、少食、好き嫌いの相談など 1月16日(木)・28日(火)9時~12時 区役所新館2階栄養相談室 健康づくり係 ☎894-6964 fax 895-1759

◆乳幼児・妊産婦歯科相談

歯科医師による健診(乳幼児対象)、相談、歯科衛生士によるブラッシング相談など 1月15日(水)9時30分~11時 区役所新館2階歯科相談室 未就学児・妊産婦 WEB 問合せ 子育て支援係 ☎894-8410 fax 894-8406 申込は こちら

◆離乳食教室~もぐもぐ2回食~

調理実演、講話など 1月28日(火)13時30分~14時45分 区役所新館2階栄養相談室 月齢7・8か月頃の乳児と保護者15組 先着 WEB 健康づくり係 ☎894-6964 fax 895-1759 申込は こちら

保育園・幼稚園等からの子育て&イベント情報

保育園・幼稚園・認定子ども園では、地域の未就学児に向けたイベントを開催しています。詳しくは、子育て通信「つぼみ」をご確認ください。

子育て通信「つぼみ」はこちら QRコード



親子で楽しく楽器作り! ピアノやバイオリンの演奏もあります。「音で遊ぼう」(認定子ども園いのやま)

栄区地域子育て支援拠点 にこりんく 〒247-0005 桂町711 ☎898-1615(火~土曜10時~16時)

◆1歳児親子であそぼう

子育て支援者さんと一緒にあそぼう 1月16日(木)10時30分~11時20分 1歳児と保護者20組 先着 1月4日(土)12時から WEB

◆生まれ!にこりんキッズ

平均台やフープを使って、身体をたくさん動かすよ! 1月29日(水)10時30分~11時20分 2歳~未就学児と保護者12組 先着 1月17日(金)12時から WEB

施設から

掲載されていないイベントや休館日については各施設にお問い合わせください。区民利用施設はこちら

豊田地域ケアプラザ 〒244-0842 飯島町1368-10 ☎864-5144 fax 864-5904

◆子育てティーサロン

お子さんとお母さんお父さんとたても気軽に遊べます! 1月17日、2月7日(金)10時~11時30分 未就園児と保護者 当日

SAKAESTA (さかえすた)

●本郷地区センター
●さかえ区民活動センター
●本郷台駅前地域ケアプラザ
〒247-0007 小菅ケ谷1-5-4
☎392-5157 fax 392-5183

◆楽習教室 ボランティアの先生と一緒に勉強しよう!(学習支援)
📅1月15日・22日・29日、2月5日(水) 15時~17時30分
👤小中学生10人 先着 申当日

◆パソコン&スマホ無料相談会
パソコンやスマホのことで困っていませんか?気軽に立ち寄れる相談会です!
📅1月18日(土)12時30分~14時20分
申当日

◆栄おもちゃ病院
こわれたおもちゃの修理をします
📅1月26日(日)10時~11時30分(受付は11時まで) 申当日
※修理できないおもちゃもあります

◆キグちゃんの「親子であそぼ!」~あそびから学ぶ子どもの育ち~
📅2月3日(月)10時30分~11時30分
👤1歳児親子10組 先着
👤木暮寿子(子育て支援者)
申 1月13日(月・祝)10時から ☎来館

◆コーヒーの美味しい淹れ方
ハンドドリップで手軽に美味しいコーヒーの淹れ方を学びましょう!
📅2月4日(火)14時~15時30分
👤12人 先着 ¥1,000円
申 1月16日(木)10時から ☎来館

◆歌おう!懐かしの昭和歌謡・青春の昭和歌謡
A:懐かし~抒情歌から昭和歌謡
B:青春~昭和歌謡からフォーク
📅2月9日(日)A:12時30分~13時30分、B:13時45分~14時45分
👤各50人 先着(1回につき2人まで申込み可、クラスの重複は不可)
¥200円 申 1月15日(水)10時から 来館 11時から ☎

◆キグちゃんとパパの子育て大作戦!
パパといっしょにみんな集まれ!
📅2月15日(土)10時~11時
👤歩行できる未就園児とパパ10組
👤木暮寿子(子育て支援者)
申 1月17日(金)10時から ☎来館

◆祝いの席の飾り巻き寿司
地元寿司店の職人さんにきれいに巻くコツを学びます
📅2月19日(水)10時~13時
👤12人 先着 ¥1,000円
申 1月14日(火)10時から ☎来館

豊田地区センター

〒244-0842 飯島町1368-1
☎895-1390 fax 895-1480

◆カラオケを楽しもう
多くの方が一人で参加しますのでお気軽にどうぞ。2曲以上(前回4曲)
📅2月6日(木)13時~15時
👤8人 先着 ¥200円
申 1月21日(火)から ☎来館

◆はじめての健康麻雀(全6回)
📅2月7日~3月14日毎週(金)9時30分~11時30分
👤12人 先着 ¥3,000円
申 1月21日(火)から ☎来館

◆バレンタインケーキ講座
📅2月14日(金)10時~12時30分
👤12人 先着 ¥1,500円
申 1月21日(火)から ☎来館

◆赤ちゃんと一緒にリフレッシュ(全2回)
①ママのためのリラックスストレッチ
②アロマ・ベビーマッサージ(オイル付)
📅2月20日、3月6日(木)10時30分~11時30分
👤1歳以下の乳児と保護者8組 先着
¥1,000円(全2回分)
申 1月21日(火)から ☎来館WEB

◆親子であそぼう
📅2月21日(金)10時~11時
👤1歳以上の未就園児と保護者14組
先着 ¥1組100円
申 1月21日(火)から ☎来館WEB

上郷地区センター

〒247-0013 上郷町1173-5
☎892-8000 fax 892-8022

◆宿題も個別対応!楽しい「無料」学習支援 てらこやかみごう
わからないところを先生と一緒に勉強するよ!
📅毎週(火)15時~17時
👤小中学生各15人 先着 申当日

◆水やり不要!プリザーブドフラワーで仏花を作ろう
仏壇やリビングに。水の腐敗や倒す心配がありません
📅2月4日(火)13時~15時
👤8人 先着
¥1,800円 申 1月15日(水)10時から ☎来館

◆古典落語をたっぷり堪能!のしちり&かみごう寄席
慶應義塾大学落語研究会OBと現役学生による寄席です
📅2月11日(火・祝)13時30分~15時30分
👤50人 先着
申 1月16日(木)10時から ☎来館

◆天然素材でつくる潤いたっぷりのアロマハンドクリーム作り
みつろう・シアバター・米ぬかオイルを使用。香りが数種類から選べます
📅2月22日(土)10時~12時
👤10人 先着
¥1,000円 申 1月15日(水)10時から ☎来館

桂台地域ケアプラザ

〒247-0034 桂台中4-5
☎897-1111 fax 897-1119

◆栄養講座 しっかり食べて健康な体を作ろう
フレイル予防に必要な栄養や食生活・日常生活で気をつけることは?
📅1月30日(木)14時~15時
👤30人 先着 申 ☎来館

◆親子で音楽あそび!(にこりんく共催)
からだを動かして楽しく遊ぼう!
📅2月8日(土)10時30分~11時30分
👤未就学児の親子10組 先着
申 1月24日(金)10時からにこりんくへ ☎来館 (898-1615)

小菅ケ谷地域ケアプラザ

〒247-0007 小菅ケ谷3-32-12
☎896-0471 fax 896-0472

◆認知症講座
認知症を正しく理解し、治療や新しい治療薬、予防などを学んでみませんか
📅2月21日(金)13時30分~14時40分
👤25人 先着 申 1月14日(火)から ☎来館

中野地域ケアプラザ

〒247-0015 中野町400-2
☎896-0711 fax 896-0713

◆「遺言と相続」講座&個別相談会
司法書士による講座と気軽に相談できる相談会です
📅2月1日(土)①講座:10時~11時30分、②個別相談会:11時30分~12時
👤①40人 先着、②4組 先着 申 ☎来館

野七里地域ケアプラザ

〒247-0024 野七里1-2-31
☎890-5331 fax 890-5332

◆自筆証書遺言書保管制度ってなに?
法務局の職員が遺言書の基本と自筆証書遺言書保管制度の講座を行います
📅2月26日(水)13時30分~15時
👤35人 先着
申 1月10日(金)から ☎来館

笠間地域ケアプラザ

〒247-0006 笠間1-1-1
☎890-0800 fax 890-0864

◆健康長寿はお口から!
お口の衰えを防ぐため「声ヨガ」でお口の筋力を鍛えます!
📅1月31日(金)13時30分~15時
👤60歳以上30人 先着
申 1月20日(月)から ☎来館

◆今から始めるライフプラン勉強会(全2回)
地域参加で健康寿命を延ばせます。得意なことやスキルを地域に活かしませんか?
📅2月25日、3月4日(火)13時30分~15時
👤30人 先着 申 ☎来館

飯島コミュニティハウス

〒244-0842 飯島町1863-5
☎891-1766 fax 891-1786

◆親子で遊ぼう 音楽あそび(出張にこりんく)
📅2月6日(木)10時30分~11時30分
👤未就学児と保護者12組 先着
申 1月9日(木)10時からにこりんくへ 来館 ☎(898-1615)

◆絵手紙教室(全2回)
絵の筆づかいを学び、楽しく描いてみましょう!
📅2月8日・15日(土)10時~12時
👤10人 先着 ¥500円(全2回分)
申 1月11日(土)9時から ☎来館

上郷矢沢コミュニティハウス

〒247-0033 桂台南2-34-2
☎895-1037 fax 896-2406

◆はじめてのピラティス(全3回)
ピラティスをやってみたい人、ぜひご参加ください
📅1月26日、2月9日・23日(日)10時30分~11時30分
👤15人 先着 ☎ヨガマット(大きめのパスタオル可)、汗拭きタオル ¥500円(全3回分)
申 1月11日(土)9時から ☎来館

◆親子で節分遊び(出張にこりんく)
📅1月30日(木)10時30分~11時30分
👤未就学児と保護者12組 先着
申 1月11日(土)10時からにこりんくへ 来館 ☎(898-1615)

栄図書館

〒247-0014 公田町634-9
☎891-2801 fax 891-2803

◆紙芝居の会
子どもから大人まで楽しめる紙芝居を行います
📅1月11日、2月8日(土)14時~14時30分
👤3歳頃~ 申当日

◆おはなし会
司書によるおはなし会を行います
📅1月22日、2月5日(水)16時~16時30分
👤4歳頃~ 申当日

◆かながわこどもひろば おはなし会
絵本の読み聞かせやストーリーテリングなどを行います
📅1月25日(土)14時~14時30分
👤3歳頃~ 申当日

◆親子のおはなし会
赤ちゃんと一緒に絵本やわらべ歌を楽しみませんか?
📅1月28日(火)11時~11時20分
👤4か月~3歳頃のお子さんと保護者5組 先着 申 1月21日(火)9時30分から ☎来館

老人福祉センター 横浜市 翠風荘
 〒247-0024 野七里2-21-1
 ☎891-4141 ☎891-4143
 60歳以上で本人か子ども・孫が市内在住の人

◆さわやかスポーツ グラウンドゴルフ
 初めての人でも指導者付きのグラウンドゴルフを体験してみませんか
 2月10日(月)10時~11時30分
 18人 先着
 雨天時は室内用運動靴
 1月11日(土)から 来館

◆Q-ren&ZUMBA Gold(骨盤体操ボディメンテナンス)
 生活の質を高めるため、ストレスを解放し、心身をニュートラルな状態に
 2月12日(水)10時~11時30分
 15人 先着
 ヨガマット、テニスボール、長めのタオル、室内用ひも付運動靴、ツボ押し(ペン等代用可)
 1月11日(土)から 来館

◆エンジョイ体操
 椅子やボールを使い楽しく体を動かしましょう
 2月13日(木)10時~11時30分
 15人 先着
 室内用運動靴、長めのタオル、ヨガマット
 1月11日(土)から 来館

◆みんなで輪踊り
 二重・三重の輪になって楽しく踊りましょう
 2月26日(水)10時~11時45分
 50人 先着
 1月11日(土)から 来館

横浜自然観察の森 自然観察センター
 〒247-0013 上郷町1562-1
 ☎894-7474 ☎894-8892

◆ガイドウォーク 季節の森を歩こう
 森の生き物に親しむ1時間の自然観察ガイドウォーク
 2月2日(日)①11時~12時②13時~14時
 各25人 先着
 ①10時30分から②12時30分から 来館
 ※詳細は横浜自然観察の森ウェブサイトをご確認ください

◆みんなでバードウォッチング(野鳥観察)
 初心者大歓迎。のんびり楽しむバードウォッチングです
 2月9日(日)9時~12時
 来館
 ※10人以上の団体参加者は事前にご連絡ください。詳細は横浜自然観察の森友の会ブログ「森でのできごと」をご確認ください

本郷ふじやま公園
 〒247-0009 鍛冶ヶ谷1-20
 ☎896-0590 ☎896-0593
 往復はがきは①イベント名②〒住所③氏名④電話番号を書いて本郷ふじやま公園へ(締切日必着)

◆いろいろ端むかし話の会
 語るもよし聞くもよしむかし話を楽しみましょう
 1月16日(木)10時~11時
 10人 先着 来館

◆茶道体験教室
 お抹茶とお菓子の頂き方を学び、実際に点てて二服のお茶を味わいましょう
 1月26日(日)13時~15時30分
 10人 抽選
 ¥1,000円
 1月21日(火)までに 来館 来館 WEB または 往復はがき

◆絵手紙(全4回)
 絵手紙の基礎を学び、実際に描いてみましょう
 2月11日・25日、3月11日・25日(火)13時~16時
 6人 抽選
 ¥700円(全4回分)
 1月28日(火)までに 来館 来館 WEB または 往復はがき

栄スポーツセンター
 〒247-0005 桂町279-29
 ☎894-9503 ☎894-9505

◆らくらく太極拳 気軽にできる心身の健康づくり!
 原則毎週(火)13時15分~14時45分
 16歳以上80人 先着
 室内用シューズ
 ¥570円
 開始20分前から 来館

舞岡公園 小谷戸の里
 〒244-0813 戸塚区舞岡町1764
 ☎824-0107

◆里山保全ボランティア活動説明会
 1月25日(土)10時~12時 来館

◆原木シイタケ植菌体験
 2月16日(日)13時~14時、14時~15時
 各20組 抽選 (1組5人まで、小学生以下保護者同伴)
 ¥1本500円(1組1本)
 1月24日(金)9時~27日(月)17時 WEB

◆竹細工~こまと竹とんぼ作り~
 2月23日(日・祝)9時30分~12時
 10組 先着 (1組5人まで、小学生以下保護者同伴)
 ¥1個500円(1組2個まで)
 2月5日(水)9時から 来館

舞岡ふるさと村 虹の家
 〒244-0813 戸塚区舞岡町2832
 ☎826-0700
 furusatomura@maioka-nijinoie.jp

◆漬物教室
 むか床と白菜漬け・大根の調味漬け
 2月2日(日)13時30分~15時
 18人 先着 ¥1,100円
 1月12日(日)9時から 来館

◆入門バードウォッチング 里山の野鳥を観察しよう
 2月22日(土)9時30分~12時※雨天中止 14人 抽選
 舞岡~柏尾川、解散:戸塚駅
 1月25日(土)までに①イベント名②〒住所③氏名④電話番号⑤人数⑥子どもは学年⑦開催日を書いて 来館 または 往復はがき

あーすぷらざ
 〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1
 ☎896-2121 ☎896-2299

◆親子向けイベント パンくんシリーズ
 一緒に工作を楽しもう!
 1月15日(水)・28日(火)11時~11時30分
 各8人 先着
 ¥常設展示室観覧料(大人400円、学生・高校生・65歳以上の人200円、小中学生100円)
 各日前日から WEB

◆読み聞かせ&ドイツにふれよう!
 1月19日(日)13時~13時30分
 20人
 来館

栄区民文化センター リリス
 〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1 ☎896-2000 ☎896-2200

◆沖仁フラメンコギターリサイタル
 唯一無二のフラメンコギター。沖仁が贈る情熱溢れる豊かなギターの調べ
 4月5日(土)14時~(13時30分開場)
 300人 先着 ¥一般券4,000円、リリス券3,500円(全席指定) 来館 下記の通り

◆午後の音楽会第174回 加藤文枝 無伴奏チェロリサイタル
 無伴奏チェロの王道・バッハの曲をはじめとする珠玉のリサイタル
 4月18日(金)14時~(13時30分開場)
 300人 先着 ¥1,500円(全席指定) 来館 下記の通り

| 申込み | 販売期間※イベントによって異なります | | 購入方法 | |
|------|--------------------|----------------------------|----------------------------|-------------------------|
| | 沖仁フラメンコギターリサイタル | 午後の音楽会第174回 | | |
| 先行 | リリス LINEチケット | 1月31日(金)10時~ 2月6日(木)10時 | 1月29日(水)10時~ 2月4日(火)10時 | LINEで友だち追加して購入(詳細は WEB) |
| 一般発売 | 一般券 | 2月7日(金)10時~ 2月7日(金)14時~ | 2月5日(水)10時~ 2月5日(水)14時~ | 来館 |
| | リリス LINEチケット | 2月7日(金)14時~ | 2月5日(水)14時~ | 来館 |

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

◆ミニセミナー~女性としごと応援デスク~(全2回)※
 在宅ワークについての①必要なITスキルの基礎知識②仕事の見つけ方等
 ①2月5日(水)②2月22日(土)10時~12時
 女性20人 先着
 1月11日(土)9時から WEB
 (862-5052)

◆MOSワード(一般レベル)対策演習講座※
 本番形式の演習問題を解いて受験対策をしよう!
 2月23日(日・祝)10時~15時30分
 女性15人 先着
 ¥5,600円
 1月17日(金)9時30分から WEB 来館
 (862-4496)

◆キャリア・カウンセリング~女性としごと応援デスク~※
 就職・転職、働き方などの悩みをキャリアコンサルタントに相談(秘密厳守)
 3月1日(土)・5日(水)・15日(土)・19日(水)・29日(土) ①10時~②11時~③13時~④14時~(1回50分)
 女性各1人 先着
 2月1日(土)から 来館 (862-5052)

※保育あり(要予約) 来館 (862-4750)