

MINAMI



南区の情報を発信中!



横浜市LINE
公式アカウント



X
(旧Twitter)

市版と
Link

南区も
4月から始まる!

プラスチック製品は「プラスチック資源」へ

プラスチックごみの出し方が変わるこの機会に、なぜごみの分別が必要か、一緒に考えてみませんか?

新しいプラスチックごみの出し方は左のページで確認!

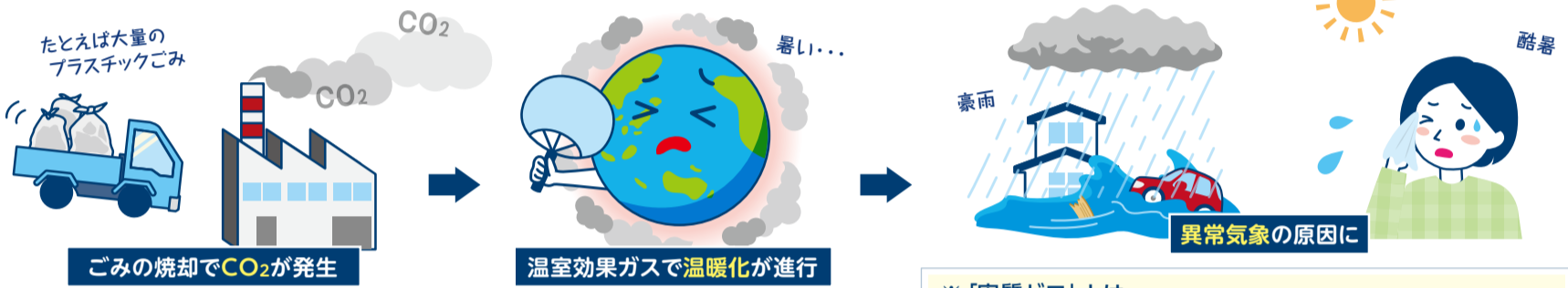
ごみの分別は、脱炭素社会の実現につながる重要な取組です。

「脱炭素」とは、二酸化炭素(CO₂)の排出量を実質ゼロ※にすることです。

二酸化炭素の排出量の増加により、地球の温度が上がり、「地球温暖化」が進行しています。また、地球温暖化が原因とされる異常気象は、国内外問わず発生しており、大きな被害が出ています。



横浜市資源循環局マスコット
イーオ・ミーオ



皆さんが日々、ごみを分別し、燃やすごみの量を減らすことは、貴重な資源を守るだけでなく、ごみの焼却によるCO₂排出を削減することにもつながります。

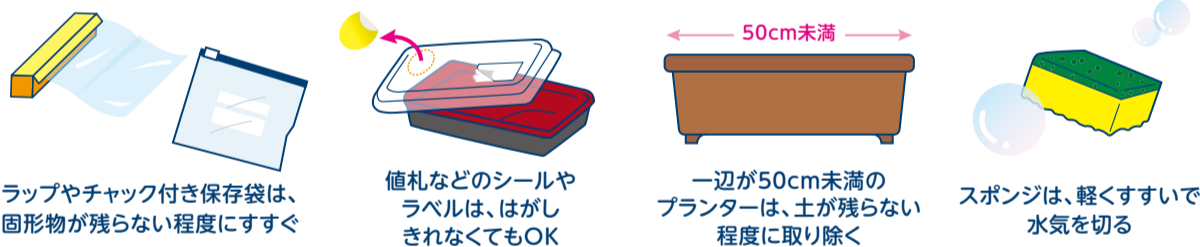
※「実質ゼロ」とは

二酸化炭素をはじめとする温室効果ガスの「排出量」から、植林・森林管理などによる「吸収量」を差し引いて、合計を実質的にゼロにすること。

燃やすごみに含まれる**プラスチックごみ**の量を**1人当たり年間5.3kg削減**しましょう!

分別を間違えやすいプラスチックごみ

燃やすごみの中には、リサイクル可能な多くのプラスチックごみが含まれています。特に、汚れがついたプラスチック製品は、固形物が残らない程度に軽くすすぐか、汚れを拭き取って、「プラスチック資源」に出してください。



ワンポイント!

プラスチックごみを「減らす」工夫をしよう

- 不要なプラスチック製品は受け取らない
- 詰め替え商品や簡易包装の商品を選ぶ
- マイバッグ・マイボトルの利用
- 店頭回収や事業者による自主回収の活用

もっと詳しく知りたい場合はこちら

パンフレットで



「ごみと資源物の分け方・出し方」のパンフレットを区役所(6階62番)で配布しています。ウェブページで見ることできます。



▲ウェブページ

☆外国語版もあります

英語、中国語、ハングル、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語(1月現在)

リーフレットで



新しい分別方法が分かるリーフレットを、1月上旬~2月下旬に全戸配布します。2月中旬に届かなかった場合は、コールセンターへ

問 コールセンター
(月~土曜日、9時~18時※3月31日まで)
☎ 0120-221-523

スマホアプリで

ごみの分別で迷ったら、「横浜市ごみ分別アプリ」が便利です。ダウンロードはこちらから



▲Android用

▲iOS用

説明会で

自治会・町内会やマンション管理組合などに、プラスチックごみ分別拡大出前講座をしています!

問合せは、資源循環局南事務所(☎741-3077 fax741-6492)へ

問 資源化推進担当 ☎ 341-1236 fax 341-1240



出前講座の様子

南区役所

〒232-0024 浦舟町 2-33

☎ 341-1212 (代表)

受付時間:8時45分~17時 月~金曜日(休日・祝日・12月29日~1月3日を除く)

※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。詳しくは職員にお尋ねください。

第2・4土曜日(9時~12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2025年1月1日現在)

区の人 199,270人

世帯数 109,276世帯

(編集・発行) 南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 fax 341-1241

✉ mn-kouhou@city.yokohama.lg.jp

● 紙面中、電話番号に市外局番のない場合、市外局番は「045」です。

広報区版を
スマホで読めます



みなみ
Pick up!

大学院生とゲームで学ぶ! 小学生からの脱炭素行動

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

南区では、脱炭素社会の実現に向け、身近な脱炭素行動を楽しく学べる講座を開催しています。先日実施した、蒔田小学校、永田小学校、六つ川台小学校の放課後キッズクラブでの様子をご紹介します!

今日のプログラム



講義で学ぶ



ゲームで考える



クイズで復習



今日からやってみる!

慶應義塾大学の川久保 俊 准教授から「地球温暖化」や「脱炭素」について講義を受けました。講義の後には、大学院生にサポートしてもらいながら、ボードゲーム※で身近な暮らしの中の行動がどれくらいCO₂を排出しているのかを学びました。ゲームの後には、学んだ内容の復習を兼ねて、参加者全員で脱炭素行動に関するクイズにチャレンジ!最後は、「使っていない家電のコンセントを抜く」など自分にもできる脱炭素行動について宣言しました。



※ CN2050脱炭素ボードゲーム
川久保研究室製作協力



横浜市は2050年までに温室効果ガス排出実質ゼロを達成し、持続可能な大都市の実現を目指しています。南区では今後もこのような出前講座等を実施し、「家族や日常生活でできる脱炭素行動」を紹介していきます。

横浜市脱炭素ポータルサイト [検索](#)

この講座を通じて、子どもたちが脱炭素社会の実現に向けて行動をするきっかけになればと願っています。気候変動の解決のためには私たち一人ひとりの脱炭素行動が必要不可欠です。皆さんも日常生活でできることから始めてみませんか。



川久保 俊 准教授

みなみ
Pick up!

生きるを支えるヒント ~3月は自殺対策強化月間です~

☎ 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ☎ 341-1144

自殺は、個人の意思や選択の結果ではありません。自殺の主な原因は、病気・家庭・お金・仕事・学校など、さまざまな悩みが重なり、追い込まれてしまうことです。悩みが重なることは、誰にでもあります。あなたも身近な人の「生きる」を支える一員になりませんか。

自殺対策と言われてもピンと来ないなあ... 私にも、できることはあるかな?



自殺対策は特別なことではありません。身近な人の「あれ?いつもと違うな」という様子に気づき、声をかけることが第一歩です。身近なあなたの寄り添いが、大切な人を守ることに繋がります。支える側も1人で抱え込むと辛くなってしまいますので、支援機関につながるなど、協力していくことが大切です。



どこにつなげばいいの?



ぜひ、横浜市の相談窓口をご紹介します。自殺対策について詳しく知りたい人は、パネル展にお越しください!



身近な相談窓口 ~ひとりで悩まず話してみませんか~

■南区福祉保健センター相談窓口(平日8時45分~17時)

こころの健康について 障害者支援担当 ☎ 341-1142
生活が苦しいとき 生活支援係 ☎ 341-1203
介護・高齢者について 高齢者支援担当 ☎ 341-1139
子育てについて こども家庭相談 ☎ 341-1153

■こころの電話相談(平日17時~21時30分、土・日・祝休日8時45分~21時30分)

横浜市こころの健康相談センター ☎ 662-3522

相談窓口ウェブページ

横浜市 こころの健康 [検索](#)



相談窓口を紹介するリーフレットを、区役所(2階23番、4階42番)で配布しています。



こころのSOSサイン ~あなたは大丈夫?~

- 健康のことで悩んでいる
- 気持ちが落ち込む
- 眠れない
- 死にたいと思ってしまう
- お酒がやめられない

パネル展を
開催

区役所1階
日時: 3月3日(月)~7日(金)

南図書館 関連図書のご紹介もあります!
日時: 3月10日(月)~25日(火)



連載

元気いっぱいレシピ vol.47 鮭のちゃんちゃん焼き

☎ 永田保育園 ☎ 714-1371 ☎ 714-1396

区内の市立保育園(永田保育園)のおすすめのレシピをご紹介します。

おすすめ
ポイント

- 魚も野菜も同時にたくさん食べられる栄養満点のメニューです。
- 大人にもおいしい味付けで、バターとみその味わいが子どもにも大人気です。家族で同じメニューが食べられます。



[1人分]

エネルギー : 123kcal
たんぱく質 : 14.7g
カルシウム : 24mg

材料(幼児4人分)

生鮭(切り身) 60g×4切
キャベツ 1枚(120g)
もやし 2カップ(60g)
玉ネギ 中1/4個(35g)
ニンジン 中1/4本(15g)
バター 大さじ1
みそ 大さじ1.5
酒 大さじ1
塩こしょう 少々
油 小さじ2
砂糖 小さじ1

作り方

- ① キャベツは3cm角切り、玉ネギは7mmのくし型、ニンジンは細切り、もやしは食べやすい大きさに切る。
- ② みそに酒を加えて溶き、砂糖と混ぜ合わせる。
- ③ 鮭に塩こしょうを振る。
- ④ 天板に油を塗り、③を並べ、②を塗る。
- ⑤ ④に①を乗せ、1cm角に切ったバターを全体に散らし、アルミホイルをかぶせて250℃のオーブンで蒸し焼きにする。

※野菜に火が通りにくい場合は、あらかじめ野菜を炒めておいてもよいです。

※アルミホイルで包んで、オーブントースターやフライパンでも作れます。

子どもの食に関するちょこっとQ&A

Q. 食べられる魚のバリエーションが少なく、メニューが偏りがちです。

A. 魚の臭いや骨が苦手というお子さんが多いようです。みそやバターは魚の臭いを取ります。また、初めから骨なしの魚を使うと安心ですね。ケチャップやミルクなど、味の変化にもチャレンジしてみてください。

みなみ
Pick up!

横浜南税務署からのお知らせ(令和6年分確定申告)

☎ 横浜南税務署 ☎ 789-3731

確定申告は、自宅のスマホ・パソコンでe-Taxによる申告が便利です

作成・送信は、「申告書等作成コーナー」から!



税務署の申告書作成会場 原則、スマホとマイナンバーカードによる申告です

場所 横浜南税務署(金沢区並木3-2-9) ※税務署の駐車場は使用できません。

期間 2月17日(月)～3月17日(月)
※土曜・日曜日、祝日を除く。ただし、3月2日(日)は開場

時間 受付▶8時30分～16時 相談▶9時15分～17時

持ち物 源泉徴収票などの必要書類、スマホ、マイナンバーカード(要パスワード)

- 混雑回避のため「**入場整理券**」を配付します(配付状況に応じて受付を早く締め切ります)。
 入場整理券はこちら(国税庁LINE公式アカウント)▶
- 相談時間短縮のため、事前にマイナポータルの「利用者登録」や「事前準備」を済ませてからお越しください。
- 引っ越しや結婚により住民票の記載内容に変更があった場合は、事前に区役所で新しい「署名用電子証明書」の発行をしてください。

郵送で確定申告する場合

〒236-8551 金沢区並木3-2-9 東京国税局業務センター横浜南分室

重要 申告書等の控えに収受日付印の押印を行わないため、郵送で提出する際は、正本のみを提出してください。

納付は、簡単・便利な「キャッシュレス納付」で!

重要 4月14日から、税務署窓口での国税の納付は(納税証明書交付請求手数料の納付を含む)原則9時～15時になります。



給与所得者の所得税医療費控除の還付申告の相談受付

- 期間**▶2月17日(月)～3月17日(月)、平日9時～16時30分 ※11時30分～13時を除く
場所▶区役所3階
対象▶年末調整済みの給与所得者が医療費控除を受けるための還付申告 ※年末調整済みの給与以外の収入(年金など)がある人および医療費控除以外の控除(ふるさと納税など)がある人は税務署で申告してください。
持ち物▶年末調整済みの源泉徴収票、医療費控除の明細書、マイナンバーカードの写し、還付先の口座番号がわかるもの

令和7年度市民税・県民税の申告書について

過去の申告実績などをもとに、2月上旬に申告書をお送りします。窓口混雑緩和のため、郵送提出をお願いします。

[横浜市 市民税 申告 検索](#)

☎ 市民税担当 ☎ 341-1157 ☎ 341-1242

みなみ
Pick up!

窓口混雑状況をリアルタイムに配信中!

☎ 登録担当 ☎ 341-1118 ☎ 341-1123

2月下旬～5月上旬の引っ越しシーズンは手続が集中するため、窓口が大変混雑します。

戸籍課・保険年金課では、窓口混雑状況を専用ウェブページからリアルタイムに配信しており、すいている時間を確認できます。ぜひご利用ください。

混雑状況の確認方法

来庁前に、スマートフォンやパソコンで、窓口混雑状況配信ページにアクセスします。

[横浜市南区 窓口混雑状況 検索](#)

こちらから▶

各窓口の『待ち人数』と『現在の呼出番号』をリアルタイムに確認できるため、すいている時間帯に来庁できます。

※リプライス株式会社が提供する「ネコの目」を導入しています。

来庁後は、呼出通知サービスを利用すると便利!

発券された番号カードの二次元コードを読み取り、専用ウェブページで呼出通知の登録をすると、呼出しの順番が近づいた時に、LINEやEメールでお知らせします。順番が近づくまで、区役所周辺で待つことも可能です。

※来庁の際は、なるべく公共交通機関をご利用ください。



みなみ
Pick up!

災害時の受診は 黄色いのぼり旗のある医療機関へ!

☎ 事業企画担当 ☎ 341-1184 ☎ 341-1189

黄色いのぼり旗の意味

大震災発生等の災害時に、診療が可能な医療機関(災害時救急病院・近所の診療所・クリニック・医院・南区休日急患診療所)は「診療中」、薬を提供できる薬局は「開局中」の黄色いのぼり旗を掲げます。

区内では、のぼり旗掲出訓練として3月11日(火)午前中に掲出する予定です。自宅や職場の近くで旗が掲げられている医療機関・薬局を確認しておきましょう。

※のぼり旗掲出訓練とは.....

南区では、区民へ災害時医療体制をお知らせするため、9月の防災月間や東日本大震災が発生した3月に医療機関・薬局の協力のもと、大震災発生時を想定した「のぼり旗掲出訓練」を実施しています。

横浜市災害支援ナース(Yナース)募集中! ～災害時、あなたの力を貸してください～

大震災発生等の災害時に、医師・薬剤師・市職員とともに「医療救護隊」として活動する看護職「Yナース」を募集しています。休日急患診療所や、地域防災拠点(指定された小・中学校)で、主に軽傷者に対する応急手当を行います。



南区における
災害医療
体制について



詳しくは
こちら



オンラインでできる主な手続きをご案内します
横浜DIGITAL窓口



以下は広告スペースです。「広報よこほま」に掲載されている内容とは関係ありません。

特集

令和6年度 南区区民意識調査の 結果をお伝えします

南区では、6年5月に区民の皆さまの生活環境に対する意識や区政への関心を把握し、今後の区政運営に役立てることを目的とした区民意識調査を区内在住3,000人の皆さまを対象に実施しました。
このたび、調査結果がまとまりましたのでお知らせいたします。



横浜市南区 区民意識調査 検索

調査概要

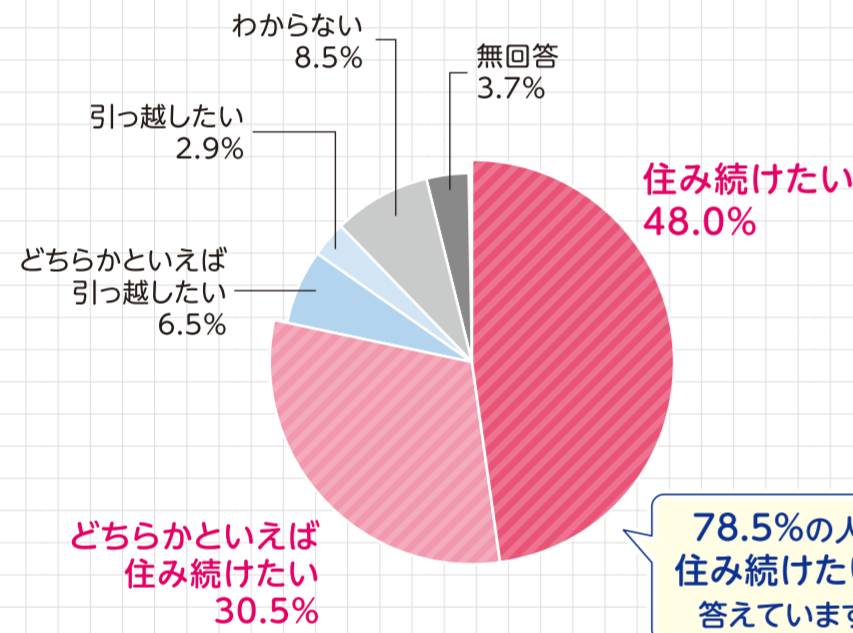
調査対象▶区内在住18歳以上の男女3,000人(外国人150人含む)
抽出方法▶住民基本台帳からの無作為抽出 調査期間▶6年5月10日~31日
調査方法▶郵送配布、郵送・インターネット回収 回答者数▶1,539人(回答率51.3%)

企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

南区への定住意向・愛着や誇り

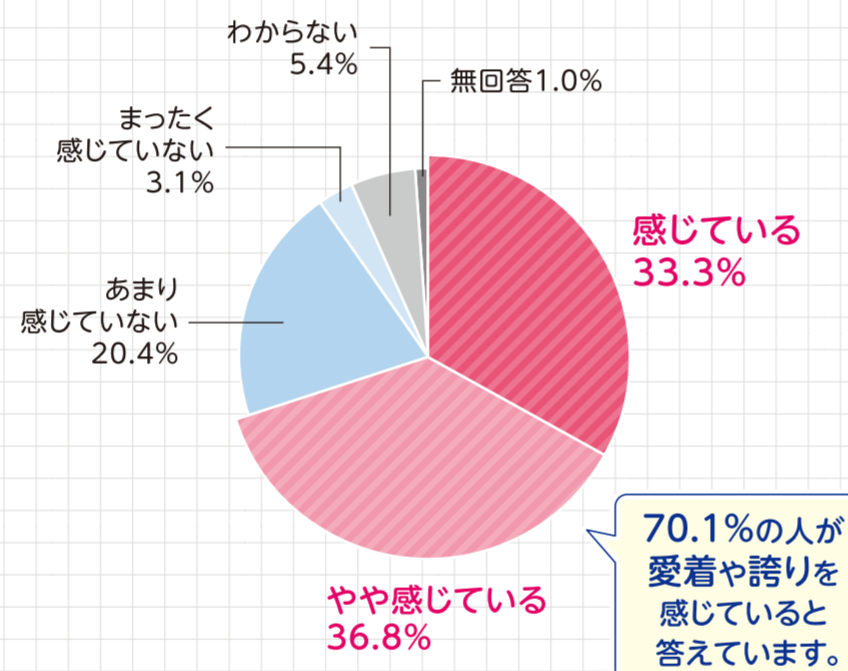
南区に住み続けたいと思っている人は約8割

Q.あなたはこれからも南区に住み続けたいですか。



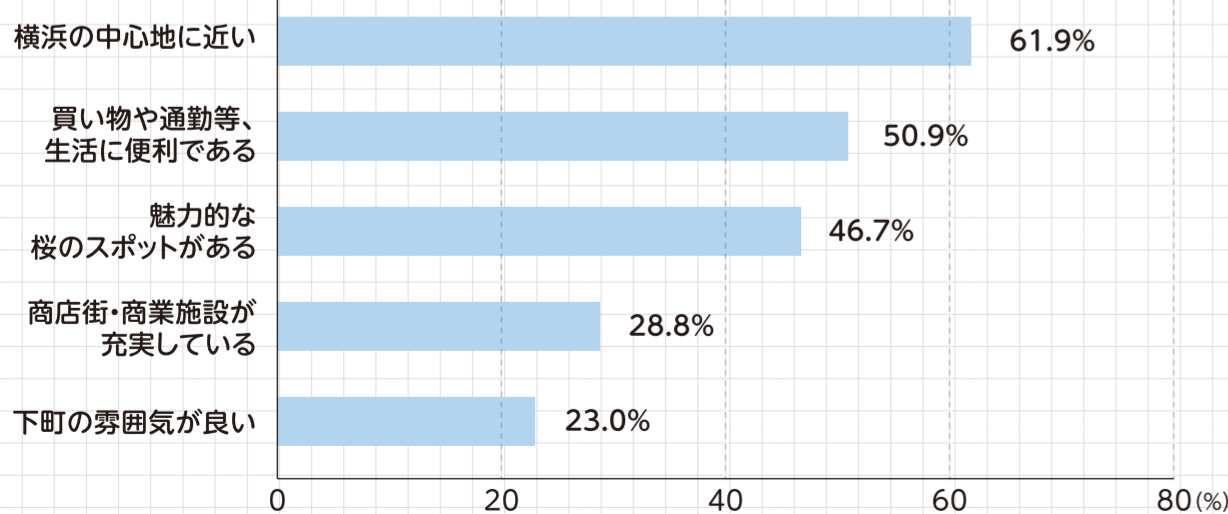
愛着や誇りを感じている人は7割以上

Q.あなたは南区に対して、愛着や誇りを感じていますか。



利便性に魅力を感じているほか、桜に魅力を感じている人が約半数

Q.あなたは他都市や他区に比べた、南区の魅力は何だと思いますか。(複数回答可)



南区の魅力を知りたい

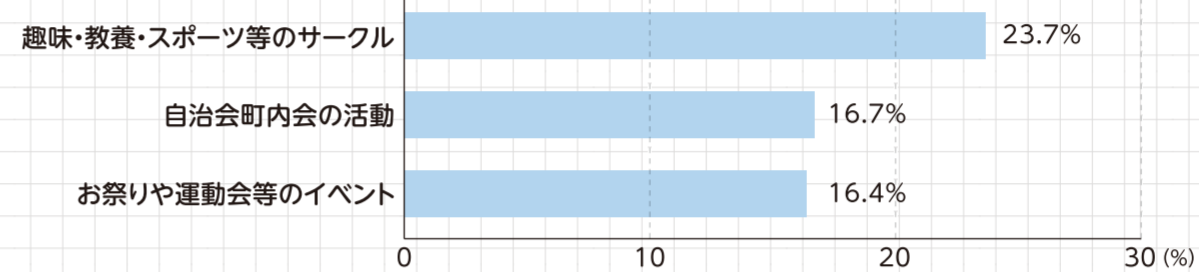
桜並木が続く大岡川や活気ある商店街、横浜最古のお寺など、“あったかい”南の風が吹く南区の魅力スポットを発信するPR動画やイメージフォトブックをウェブページに掲載しています。



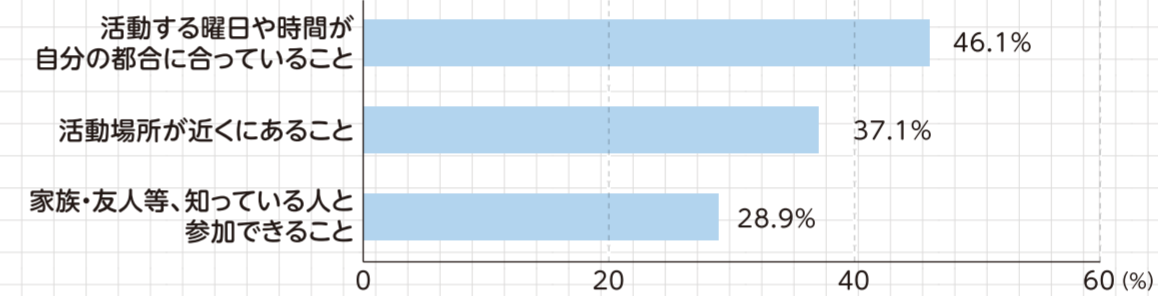
地域活動

参加したい活動は**趣味・教養・スポーツ等のサークル**が多い活動に参加しやすくなるために重要なことは「**活動する曜日や時間が都合に合っていること**」が多い

Q.あなたはどのような地域活動に参加したいですか。(複数回答可)
※既に地域活動に参加している人は今後参加したい活動を回答



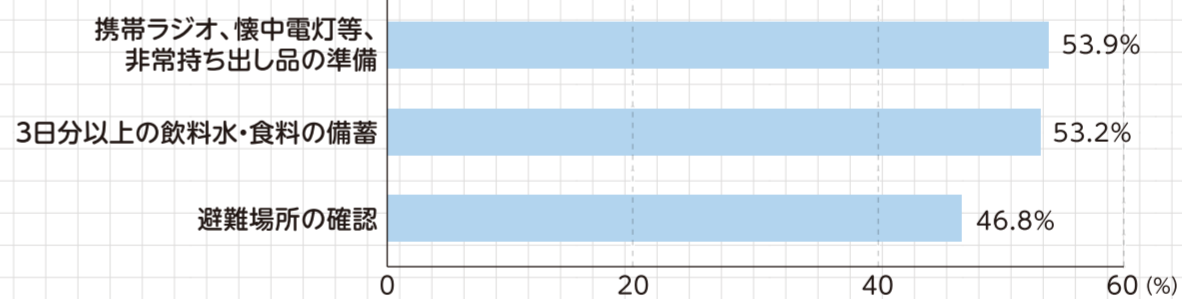
Q.あなたが地域活動により参加しやすくなるためには何が重要だと思いますか。(複数回答可)



防災

防災について取り組んでいることは「**非常持ち出し品の準備**」「**飲料水・食料の備蓄**」が5割を超える

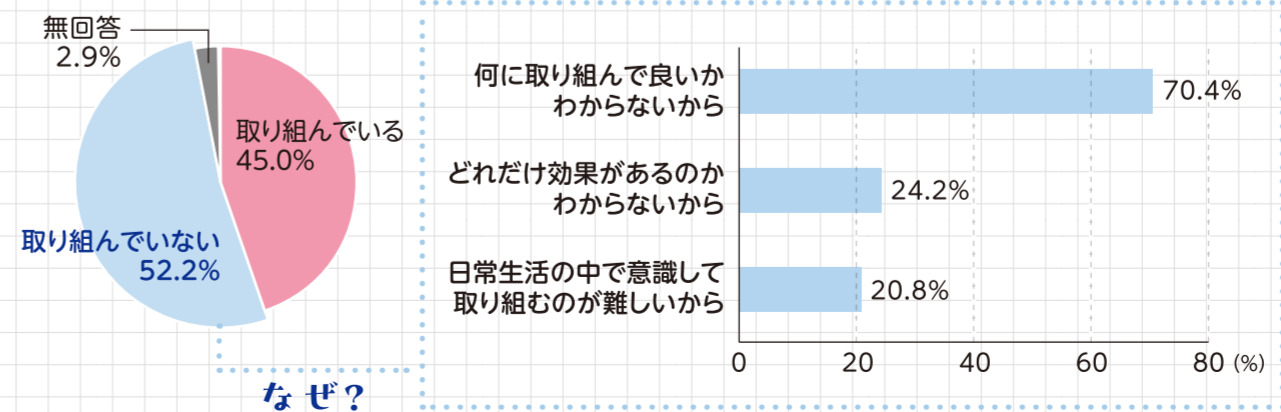
Q.防災に関して、あなた自身やご家庭ではどのようなことに取り組んでいますか。(複数回答可)



脱炭素化に向けた取組

脱炭素化に取り組んでいる人は、**4割を超える**取り組んでいない理由は、「**何に取り組んで良いかわからない**」が7割以上

Q.あなたは家庭内で脱炭素化に取り組んでいますか。



地域活動に参加したい

主に高齢者を対象とした地域の活動や、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動の情報等を検索できます。

身近な地域活動・サービスが検索できます!

ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビへGO!



自治会町内会の活動や加入方法等をご案内しています。



災害に備えたい



日頃からの備えや災害発生時の対応、地域での取組等をコンパクトに掲載しています。



乳幼児やお子さんのいる家庭向けに作成しています。



脱炭素行動を知りたい

家庭や日常生活でできる脱炭素行動を紹介しています。



冷蔵庫は季節で温度を調整




エアコンは夏28℃、冬20℃の室温を目安に

YOKOHAMA GO GREEN




みなみ 掲示板

- 申込みの**必要事項**は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用が無記載の場合は無料 ● のマークは、おおむね15歳以下が対象
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- 原則として、今月11日以降のお知らせを掲載

子ども・子育て

地域子育て支援拠点 はぐはぐの樹

〒232-0067 弘明寺町158
カルムI 2階
☎ ☎ 715-3728
休日・月・祝休日、2月25日(火)



▶ プレママ会

出産・子育ての準備に、先輩ママパパの体験談を聞き、情報交換をしませんか。希望者は沐浴もくよくの練習(お湯無し)ができます。

- 3月1日(土)14時～15時15分
- 第1子妊娠中の人、4人(先着順)
- 申 2月15日から電話または直接施設へ

▶ おしゃべりサロン発達・療育

発達や療育、集団生活の心配ごとをアドバイザーと話します。見守り保育あり

- 3月6日(木)10時15分～11時30分 ● 乳幼児の保護者、4人(先着順)
- 申 2月13日から電話または直接施設へ

▶ 管理栄養士相談

離乳食の進め方や好き嫌いへの対応など、お子さんの食事に関することを経験豊かな管理栄養士に相談(約20分)できます。

- 3月7日(金)10時15分～11時45分 ● 乳幼児を子育て中の人、4人(先着順)
- 申 2月19日から電話または直接施設へ



お知らせ

▶ 令和7年度 南区地域の力応援補助金

新たに地域の課題解決に取り組む団体や、既に地域の課題解決に取り組んでいる団体が他団体と連携して行う新たな取組に補助金を交付。補助額:最大15万円(補助対象経費の9割または7割補助)※審査あり。対象となる取組や交付条件などの詳細は、募集案内(6階63番で配付)またはウェブページをご確認ください。

- 申 閏4月18日までに必要書類を郵送または直接地域力推進担当へ
- ※申請にあたっては、4月4日までに相談が必要

☎ 341-1239
☎ 341-1240



▲ウェブページ

▶ 若者(おおむね15～39歳)のための の専門相談

不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの相談をよこはま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

- 2月21日(金)、3月7日(金)、13時30分～14時20分、14時30分～15時20分、15時30分～16時20分 ● 区役所2階 ● おおむね15歳～39歳の区民、各時間1組(先着順)
- ※家族・支援者・地域の人との相談も可
- 申 閏 事前に電話、FAXまたはEメールでよこはま東部ユースプラザへ(空きがある場合は当日受付可)
- ☎ 642-7001 ☎ 642-7003
- ✉ ypt@sodateage.net

スポーツ・健康づくり

▶ 南区インディアカ初心者講習会
インディアカの基礎練習。体験コーナー(無料)もあり

- 2月22日(土)13時～17時 ● 南スポーツセンター ● 中学生以上で区内在住・在勤の個人またはチーム
- 申 閏 2月18日までに電話で南区インディアカ協会事務局・村田へ
- ☎ 080-1152-9402 ☎ 716-5753

▶ 第29回南区体操フェスティバル

区内で活動しているグループの発表会後、誰でも参加できるレクダンスを行います。

- 3月8日(土)11時～15時 ● 南スポーツセンター ● 区民
- 申 当日直接会場へ
- 閏 南区体操協会・加藤
- ☎ ☎ 741-4045

▶ 南区オープン卓球大会

女子団体戦、3ダブルス(4人)

- 3月20日(木・祝)9時～19時 ● 南スポーツセンター ● 4,000円/チーム
- 申 2月27日までにFAXで南区スポーツ協会(☎ 716-5753)へ
- 閏 南区卓球協会・鈴木
- ☎ 090-5527-1650

▶ ファジーテニス交流大会

スポンジボールで行うテニス。ダブルス戦で行います。

- 3月16日(日)13時～17時 ● 南スポーツセンター ● 中学生以上、30チーム(抽選)(にこにこ(初級者)コース10チーム、白熱(競技志向)コース20チーム)※1チーム2人 ● 300円/人 ● 室内履き、動きやすい服装
- 申 閏 2月5日～20日にEメール(行事名、希望コース、チーム名(ふりがな)、参加者全員の氏名・年齢・性別・主審の可否、代表者の氏名・郵便番号・住所・電話番号を記入)で南区さわやかスポーツ普及委員会へ
- ☎ 640-0014 ☎ 640-0024
- ✉ sawayaka@yspc.or.jp

▶ レッツファジーテニス

スポンジボールで行うテニスです。

- 3月2日(日)11時～12時45分
- 永田地区センター ● 室内履き、動きやすい服装
- 申 当日直接会場へ
- 閏 南区さわやかスポーツ普及委員会
- ☎ 640-0014 ☎ 640-0024

施設から

南地区センター

〒232-0006 南太田2-32-1
☎ 741-8812 ☎ 741-8813
休 第3月曜日

▶ 認知症サポーター養成講座

認知症の人を理解し、温かく見守るサポーターを養成します。

- 2月27日(木)10時～11時30分
- 成人、25人(先着順) ● 筆記用具
- 申 2月11日9時30分から直接または14時から電話で施設へ

▶ はじめての味噌づくり

無添加のみそ1Kgを作ります。

- 3月8日(土)11時～12時30分 ● 小学生以上、20人(先着順)※小学生は保護者同伴 ● 1,600円 ● 三角巾、エプロン、タオル、マスク、筆記用具
- 申 2月11日9時から直接または14時から電話で施設へ

▶ エンジョイ!体力アップ

リズムに合わせて体を動かして、健康な体づくりをしましょう。

- 4月の第1・3火曜日、5月の第2・3火曜日、6月・7月の第1・3火曜日、9月の第1・2火曜日、9時30分～10時20分、10時40分～11時20分(全10回) ● 成人、各40人(抽選)
- 各2,000円
- 申 2月15日までに応募用紙(施設で配布)を直接施設へ

永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1
☎ 714-9751 ☎ 714-9752
休 第3月曜日

▶ 健康講座 健常と介護の分かれ目はフレイル

健康状態の簡易チェックや対処方法(運動、脳トレ等)を紹介

- 3月7日(金)10時～11時30分
- 成人、30人(先着順)
- 申 2月11日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

▶ こども化学講座～DNA抽出・観察体験～

人や身近な食品からDNAを取り出し、観察して学びます。

- 3月23日(日)10時～12時 ● 小学生、12人(先着順)※小学3年生以下は保護者同伴 ● 700円
- 申 2月12日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

フォト通信
～南の風はあったかい～
区内のイベントなどの様子をご覧になれます。



▶ 写経の時間～副住職法話と写経～

写経と、静かに大切なものに向き合う習慣についてお話をします。

- 4月20日(日)14時～16時30分
- 成人、30人(先着順) ● 500円
- 申 2月13日9時30分から直接または13時から電話で施設へ

▶ パソコン/スマホ/タブレット相談室

分からないところだけ教えてほしい人など、気軽にご参加ください。

- 3月19日(水)9時30分～11時30分 ● 成人、6人(先着順) ● 200円 ● 相談希望のパソコン・スマホ・タブレット持参
- 申 2月20日から電話または直接施設へ

中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270
☎ 251-0130 ☎ 251-0133
休 第3月曜日

▶ 春のフラワーアレンジメントレッスン

春の生花を使った2種類のアレンジメントを体験しましょう。

- 3月1日(土)・8日(土)、10時～12時(全2回) ● 成人、8人(先着順)
- 4,000円
- 申 2月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ



▶ 春期3B体操体験教室

入園・入学前の体づくりや健康維持のために、3B体操を始めませんか?

- ①3月14日(金)・28日(金)、10時～11時15分(全2回)②3月7日・14日・21日・28日(すべて金曜日)、15時30分～16時30分(全4回)③3月7日・14日・21日・28日(すべて金曜日)、16時40分～17時40分(全4回) ● ①成人、10人②3歳～5歳と保護者、6組③新小学1年生～6年生、6人(先着順) ● ①1,000円②③2,000円
- 申 2月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

▶ 名曲喫茶

本格的なオーディオでさまざまなジャンルの名曲を聴きます。

- 3月14日(金)13時30分～15時30分 ● 成人、25人(先着順)
- 500円
- 申 2月12日9時30分から直接中村地区センターまたは浦舟コミュニティハウス、または10時から電話で各施設へ

▶ カラオケ交流会

カラオケを通して年代を超えた地域交流をしてみませんか?

- 3月10日(月)13時30分～16時30分 ● 成人、12人(先着順)
- 300円
- 申 2月12日9時30分から直接または10時から電話で施設へ

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-2411 ㊟743-6290
㊟第3月曜日

▶公開講演会「ウォーキングの実践と理論Ⅱ」

(共催 放送大学神奈川学習センター)
靴裏の左右のすり減り具合の比較や、実際に歩いたりして学びます。

●3月8日(土)13時30分～15時30分 ●成人、40人(先着順) ●室内履き。運動靴で来場

㊟2月13日から電話で放送大学神奈川学習センター(月曜、祝休日除く)
☎710-1910 ㊟710-1914

▶公開講座「大岡川の桜～魅力と歴史～」

お花見前の準備に、桜の知識を通して街を知ろう!桜の観察もします。

●3月1日(土)13時30分～15時30分 ●25人(先着順)

㊟2月11日9時から直接または10時から電話で施設へ



▶春を呼ぶアロマスプレーとハーブ石鹸作り

自分の好きな香りに包まれて、心身共にリフレッシュしましょう。

●3月9日(日)10時～11時30分 ●成人、16人(先着順) ●1,000円

㊟2月16日9時から直接または10時から電話で施設へ

▶パソコン・スマホ相談会

使い方が分からない、もっと便利な使い方を知りたい、などの相談に応じます。

●2月16日(日)13時30分～15時30分 ●成人、10人(先着順)

●500円 ●相談希望のパソコン・スマホ持参

㊟当日14時まで直接施設へ

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10階
☎243-2496 ㊟243-2497
㊟第3月曜日

▶おひさまひろば

季節の遊びや読み聞かせなど、お友達と楽しい時間を過ごしましょう。

●2月13日(木)10時～11時30分 ●未就学児と保護者、6組(先着順)

㊟当日直接施設へ

睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25
☎741-9436 ㊟731-4853
㊟第3月曜日

▶初心者のための楊名時健康太極拳

どなたでもできる、ゆったりとした呼吸とやさしい動きの太極拳です。

●3月21日(金)・28日(金)、10時～11時30分(全2回) ●成人、10人(先着順) ●1,000円

㊟2月11日から直接施設へ

▶むつみ おはなしの風

絵本の読み聞かせ、パネルシアター、簡単工作など

●2月14日(金)10時30分～11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)

㊟当日直接施設へ

▶おやこであそぼう!むつみっこらぶ

月ごとのメイン遊び、お楽しみコーナーなど、0歳児から遊べます。

●2月26日(水)10時30分～11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)

㊟当日直接施設へ

㊟当日直接施設へ

六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1
☎721-8801 ㊟721-8812
㊟第3月曜日

▶聖隷横浜病院 市民健康講話

今からできる誤嚥予防の講座です。

●3月7日(金)14時～15時30分 ●成人、40人(先着順)

㊟2月14日から電話または直接施設へ

▶六ツ川ふれあい出前寄席

横浜市職員落語愛好会による落語・手品など

●3月14日(金)14時～15時30分 ●40人(先着順)

㊟2月21日から電話または直接施設へ

▶親子であそぼう!「おはなしの会」

わらべうたや絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●2月19日(水)10時30分～11時30分 ●未就学児と保護者、5組(先着順)

㊟当日直接施設へ

㊟当日直接施設へ

蒔田コミュニティハウス

〒232-0017 宿町3-57-1
☎711-3377 ㊟711-2662
㊟第3月曜日

▶シニアリズム体操(前期コース)

体操やリズムに合わせてダンスをして、体を動かしましょう。

●4月～9月の第2・4月曜日、13時～15時(全10回) ●8月11日、9月8日を除く ●60歳以上、20人(抽選)

●3,000円

㊟3月7日14時～21日に直接施設へ

▶シニアストレッチ体操(前期コース)

ストレッチを中心に体操をして、優しく体を動かしましょう。

●4月～9月の第2・4月曜日、13時～15時(全10回) ●8月11日、9月8日を除く ●60歳以上、15人(抽選)

●3,000円

㊟3月7日14時～21日に直接施設へ

▶さくらんぼひろば

絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊べます。

●2月27日(木)10時～11時30分 ●未就学児と保護者、10組(先着順)

㊟当日直接施設へ

▶あかいくつ

お友達づくりやイベントなど、親子が交流する場です。

●3月4日(火)10時～11時30分 ●0歳～未就学児と保護者 ●100円

㊟当日直接施設へ

永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1
☎㊟721-0730
㊟2月24日(月・休)、火・金曜日、土日を除く祝日

▶健康体操・ストレッチ

基本的な動きを学んで健康な体づくりを習慣化しましょう。

●2月27日、3月13日・27日(すべて木曜日)、13時30分～15時(全3回) ●成人、10人(先着順) ●500円

㊟2月12日10時から費用を添えて直接または14時から電話、FAX、Eメール

(**必要事項**・年齢を記入)で施設へ

✉nagatadaich@jcom.home.ne.jp

▶おはなしの会

絵本や紙芝居の読み聞かせ、工作、パネルシアターなど

●3月8日(土)14時～14時30分 ●永田台小学校市民図書室

●小学生以下、20人(先着順) ●未就学児は保護者同伴

㊟当日直接会場へ

別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1
☎㊟721-8050
㊟第3月曜日

▶みそ作り

煮あがった大豆から、みそ1kgを手作りします。 ※容器付き

●3月9日(日)11時～12時30分 ●20人(先着順) ●小学生以下は保護者同伴 ●1,600円

㊟2月12日9時30分から直接または11時から電話で施設へ

別所地域ケアプラザ

〒232-0064 別所1-7-23
☎716-3884 ㊟716-3885

▶「わが家」の終活ノートの書き方講座

行政書士から書き方を学びましょう。

●2月14日(金)10時～11時30分 ●市内に戸建て住宅を所有または所有予定の人 ●100円 ●筆記用具

㊟当日直接施設へ

大岡地域ケアプラザ

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-6102 ㊟743-6104
㊟第3月曜日

▶大岡健康プラザ事業 足の健康フェスタ

足に関する講演や足の正しいサイズの計測、相談会を行います。

●3月15日(土)、10時～12時30分、14時～16時 ●大岡地区センター

●各30人(先着順) ●室内履き

㊟2月15日から電話または直接施設へ

保土ヶ谷プール

〒240-0025 保土ヶ谷区狩場町238-3
☎742-2003 ㊟742-2005
㊟第4火曜日

▶春休み子ども短期水泳教室


●3月24日(月)～28日(金)、3月31日(月)～4月4日(金)、17時～18時(全5回) ●幼児～小学生、各50人(抽選) ●【幼児】各4,750円【小学生】各5,000円

㊟2月28日までに電話または直接施設へ

以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。

清水ヶ丘公園体育館

〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎243-4447 ㊟243-4497
㊟第1月曜日

▶**幼児体操 春の特別体験会** 
●①3月4日・11日・18日・25日(すべて火曜日、全4回)②3月6日・13日・27日(すべて木曜日、全3回)、15時～15時50分 ●3歳～年長、各5人(先着順) ●①2,400円②1,600円 ●動きやすい服装、飲み物
㊟2月16日から電話または清水ヶ丘公園体育館棟受付にて所定の用紙で申込み

南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46・8階
☎260-2531 ㊟251-3264
㊟日曜・祝日

▶**はじめの一步 ボランティア入門講座**
ボランティアの基本を学び、生活支援ボランティアの活動紹介を聴きます。
●3月10日(月)13時30分～15時
㊟3月6日までに電話またはFAXで施設へ


フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20
☎714-5911 ㊟714-5912
㊟第3月曜日

▶**女性としごと応援デスク**
①**キャリア・カウンセリング**
仕事の探し方や今後の働き方などについての個別相談です。
●3月8日(土)・28日(金)、10時～10時50分、11時～11時50分、13時～13時50分、14時～14時50分
②**しごとと生活設計相談**
お金まわりの情報を提供し、困りごとの解決に向けて一緒に考える個別相談です。
●3月15日(土)、13時～13時50分、14時～14時50分、15時～15時50分
●①②女性、各時間1人(先着順)
※電話・オンライン相談も可
※保育あり、免除制度あり(満2か月以上の未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)
㊟2月11日から電話または直接施設へ



こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604
㊟第3月曜日

▶**ひな飾り**
●2月21日(金)～3月3日(月)
㊟当日直接施設へ
▶**横浜ばら会写真部写真展**
バラの魅力を伝える写真の展示
●2月22日(土)～3月9日(日)、9時～16時30分(初日は13時から、最終日は12時まで)
㊟当日直接施設へ
▶**クリスマスローズを使った花束**
フラワーアレンジメントの教室
●3月19日(水)14時～16時 ●成人、14人(抽選) ●2,500円
㊟3月2日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必要事項)を記入)または直接施設へ
▶**花粉の超スゴイひみつ** 
子どもサイエンス講座
●3月23日(日)13時30分～15時30分 ●小・中学生、10人(抽選)
※小学生は保護者同伴 ●1,000円
㊟3月6日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必要事項・学年・参加する保護者氏名(フリガナ)を記入)または直接施設へ


**永田みなみ台公園
こどもログハウス**

〒232-0075 永田みなみ台4
☎㊟742-1169
㊟第3火曜日

▶**折り紙で遊ぼう** 
「パックマン」を折ります。
●2月19日(水)15時～16時 ●小学生以下、10人(先着順) ※未就学児は保護者同伴
㊟当日直接施設へ
▶**おはなしおばあちゃんと遊びましょう** 
おはなし会、読み聞かせ、手遊び、わらべ歌ほか
●3月6日(木)11時～11時30分
●未就学児と保護者、10組(先着順)
㊟当日直接施設へ

南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ㊟715-7271
㊟2月25日(火)

▶**南区お話ボランティアおすすめ本展示会**
ボランティアが活動の中で手ごたえを感じた本の展示をします。
●2月27日(木)～3月7日(金)
㊟当日直接施設へ
▶**みんないっしょのおはなし会** 
●2月18日(火)11時～11時30分
●0～3歳児と保護者、7組(先着順)
㊟当日直接施設へ
▶**働きたいあなたのための個別相談**
働くことの悩みや不安をキャリアコンサルタントと相談できます。
●2月27日(木)、9時40分～10時20分、10時30分～11時10分、11時20分～12時 ●女性、各1人(先着順)
㊟2月13日9時30分から申込みフォーム、電話または直接施設へ



▲申込みフォーム

南寿荘

〒232-0006 南太田2-32-1
☎741-8812 ㊟741-8813
㊟第3月曜日

▶**2025年度前期 趣味の教室**
折り紙、大正琴、声活、男性の筋トレなど6講座を開催します。
●4月～9月 ※講座一覧、日時などの詳細は二次元コードからご覧ください。
●60歳以上の市民(抽選)
㊟2月25日(消印有効)までに往復はがき(必要事項・年齢・希望教室名(第1・2希望)を記入)で施設へ





▲詳細はこちら

1月号 新年お年玉プレゼント企画クロスワードの答え

みなみ		さくらまつり	
タテのカギ	5. たぬき	ヨコのカギ	5. みなみん
1. あつたかい	6. なつせん	1. みなつち	6. ぐりーん
2. さんのうだい	7. うらふね	2. いどがや	7. なかむら
3. かすみばし	8. ぐみようじ	3. せつけんこうじょう	8. しみずがおか
4. ずいどう	9. くらぎ	4. つるまき	9. まいた

福祉保健センターから

健康相談・教室(予約制)

- 生活習慣改善相談／禁煙相談 ----- 2月19日(水)午前、3月5日(水)午前
- 歯と口の健康相談 ----- 3月3日(月)午前
- 食生活栄養・健康相談 ----- 2月13日(木)午後、3月10日(月)午前
- 子どもの食生活相談 ----- 3月10日(月)午後
- 離乳食教室(おおむね4～8か月児の養育者) -- 2月12日(水)14時～15時
12組(先着順) ※申込みフォームからお申し込みください。
- 各相談、教室とも区役所4階 健診会場
㊟健康づくり係 ☎341-1185 ㊟341-1189 
- アディクション家族教室
依存(アルコールなど)の問題で困っている家族のための教室です。
3月4日(火)14時～16時 ●神奈川区役所 ※詳細はお問い合わせください。
㊟障害者支援担当 ☎341-1142 ㊟341-1144
- 乳幼児歯科相談(0歳～未就学児)
2月12日(水)9時～11時 ●区役所4階 健診会場
※申込みフォームからお申し込みください。
㊟子ども家庭係 ☎341-1148 ㊟341-1145 

以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。