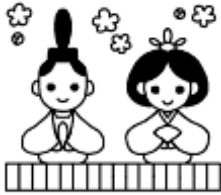


2017年  
3月

# がいこくじんのための

あおば つつき みどりく せい かつ じょうほう  
青葉・都筑・緑区の生活情報

iHola!  
Hello  
안녕하세요  
你好



# わたしのまち

No.163

編集・発行：生活情報ネットあ・つ・み 資料提供：青葉区役所・都筑区役所・緑区役所 広報相談係

区の広報「あおば」、「つつき」、「みどり」の一部と生活情報をやさしい日本語で紹介します。 問い合わせ：横浜市コールセンター TEL 045・664-2525



## 動物にふれることができる場所

横浜には ちよくせつ 動物にふれることができる 動物園があります。  
あたたかくなる 3月、お子さんと いっしょに 行ってみませんか。



### ◆野毛山動物園

かすが 少なく、なかなか 見ることができない ネコ科の アムールトラや インドライオン、体の もようが めずらしい アミメキリンなどの 動物を 近くで みる ことができます。また、「なかよし広場」では モルモットや ひよこに ふれる ことができます。「クジャクのはなしがい」も 楽しむ ことができます。

<http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/zoo/nogeyama/>

・時間：9:30~16:30 (入園は16:00まで) 毎週 月曜日 は 休み、月曜日が 祝日の ときは 次の 日(火曜日)が 休み。

・料金：無料

・場所：西区 老松町 63-10

JR京浜東北線・横浜市営地下鉄「桜木町」駅下車 歩いて15分

または 市営バス 89系統

「一本松小学校」行きで

「野毛山動物園前」下車



### ◆金沢動物園

コアラ・オオカンガルー・オカピ・また あまり 見ることができない アラビアオリックスや ニホンカモシカなど 28種類の 草食動物を

自然の中を 歩きながら 見ることが できます。また「ほのほの広場」では ヤギ・ヒツジ・ポニー・ミニブタを 育てています。「ヤギさんにおやつをあげよう」の 時間には、ヤギや ヒツジに おやつを あげることが できます。

(<http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/zoo/kanazawa/>)

・時間：9:30~16:30 (毎週 月曜日は 休み、月曜日が 祝日の ときは 次の 日(火曜日)が 休み)

・料金：おとな 500円、高校生 300円、小 中学生 200円 (毎週 土曜、小 中 高校生は 無料)

・場所：金沢区釜利谷 東5-15-1 TEL:045-783-9100  
京浜急行「金沢文庫駅」から 京急バス「野村住宅センター」行き「夏山坂上」下車、



### ◆万騎が原ちびっこ動物園

この 動物園では 天然記念物の ニワトリや、クジャクバトを 育てています。園内に「ふれあい広場」があります。そこでは モルモットや ハツカネズミなどの 小動物に ふれる ことができます。

(<http://www.hama-midorinokyokai.or.jp/zoo/makigahara/>)

・時間：9:30~16:30 (毎週 月曜日は 休み、月曜日が 祝日の ときは 次の 日(火曜日)が 休み)

・料金：無料

・場所：旭区大池町 65-1、TEL:045-351-5442 相鉄線二俣川駅から 歩いて15分、または バス「万騎が原大池」下車、歩いて 3分、





# あおば区ガイド

あおばくやくしよ 青葉区役所 〒225-0024 いちが おちよう 市ケ尾町31-4  
TEL: 978-2221

## ◆お父さんの講座 子どもの事故を予防する

べんきょう すること：①家の中ではどんなところがあぶないか。②どうしたら事故がおきないか。

③子どもの救急救命法をならう。

・日時：3月11日(土)14:00～15:30

・場所：「ラフル」青葉区地域子育て拠点（青葉台駅から歩いて3分）青葉台1-4 6階

・対象：0歳から6歳の(まだ小学校へ行っていない)

お父さんとお母さん、または妊娠中の方と家族

・人数：家族で15組(先着順)

・申し込み・問い合わせ：「ラフル」へ電話、または「ラフル」の窓口で。TEL981-3306 FAX981-3307

## ◆お父さんの子育て教室

べんきょう すること：

- ①あかちゃんの発育と生活を知る。
- ②あかちゃんをお風呂に入れる。
- ③「妊娠していると、どんなことが大変か」を体験する。
- ④子どもをそだてている方のお話を聞く。

・日時：4月19日(水)9:00～11:30(受け付けは8:50から)

・場所：区役所 福祉保健センター1階 ⑮、⑯番

・対象と人数：青葉区に住んでいて、

はじめてのお子さんを生む方(妊娠27～35週)とお父さんになる方30組(抽選)

・申し込み：3月15日までに、青葉区役所の

ウェブサイト (<http://www.city.yokohama.lg.jp/aoba/00life/04child> 「パパの子育て教室」)から申し込む。

・問い合わせ：区役所 子育て支援担当 TEL 978-2458

## ◆引っ越しの手続きは早めにしましょう

①横浜市ではない市・県に引っ越しをする方：

青葉区役所で 転出の手続き(住所、子どもの学校、健康保険や年金など)が必要ですが、引っ越しをしてから2週間以内に、あたらしい住所の市役所に行って手続きをしてください。

3月から4月は引っ越しをする人が多いので、登録担当の窓口はたいへんこみます。

引っ越しがきまったら、できるだけ早く転出の手続きをしましょう。



3月21日、3月27、28、29日と4月3日は特にこみそです。

②横浜市内で引っ越しをする方：転出の手続きをしなくてもだいじょうぶです。あたらしい住所の区役所でいろいろな手続きができます。引っ越ししてから2週間以内に、あたらしい住所の区役所で手続きをしてください。

問い合わせ：区役所 戸籍課 登録担当 TEL978-2233

## ◆元気に春をむかえよう

ストレスが大きくなると、からだのぐあいがわるくなったり、こころの病気になることがあります。からだやこころに次のような変化があったら、ストレスが原因かもしれません。

【からだ】

- ・夜、なかなかねむれない。
- ・朝、早く目がさめてしまう。
- ・食べたくない、または食べすぎる。
- ・あたま、おなか、こし、かたなどがいたくなる。

【こころ】

- ・急に不安になったり、いらいらする。きんちょうする。
- ・何もしたくない。
- ・急にかなしい気持ち、くらい気持ちになる。

【ストレスをなくすには】

- ・「何をどれくらい食べればよいか」考えて食べる。
- ・ぐっすりねむる。
- ・スポーツ、マッサージ、ストレッチなどをやる。

◎一人でなやまないで、だれか(家族、友だち、おなじ職場の人など)と話してみましょう。ひとと話すと、ストレスをなくす方法が見つかることがあります。

【専門の人に相談したい】まず区役所の相談できる係に電話してみましょう。利用できる時間は月曜日～金曜日 8:45～12:00 と 13:00～17:00

- ・子ども家庭支援相談 TEL978-2460
- ・健康づくり係 TEL978-2438
- ・高齢者支援担当 TEL978-2449



## ◆つづき人交 流 フェスタ～2017～

都筑区内で活動している団体のパネル展示や、体験コーナーがあります。直接行ってください。

●パネル展・日時：3月25日(土)9:00～17:00

～31日(金)は14:00まで

●場 所：都筑区 総合庁舎 1階 区民ホール  
(センター南駅から歩いて1分)

●ワークショップ※くわしくはお問い合わせしてください。

子ども：写真を入れてかざるフォトフレームをつくる(有料)など。

大人：プレストケア(自分で乳がんを

みつけるしらべ方をならう)など

●日時：3月25日(土)10:00～15:00、

26日(日)12:00～15:00

●場 所：区民活動センター ミーティングコーナー

●問い合わせ：都筑区民活動センター TEL948-2237



## ◆都筑図書館から

●くまさんのおはなし会

●日時：4月13日(木)①10:00～10:25

②10:45～11:10※①②とも同じ内容です。

●場 所：都筑図書館(都筑区 総合庁舎 1階)

●対 象：2歳～3歳のお子さんと保護者。どちらの回も10組(先着順)※2歳にならないお子さんは入ることができません。

●申し込み：3月30日(木)9:30から電話、または窓口

●問い合わせ：都筑図書館 TEL948-2424

## ◆子育て支援者

お子さんをおもちゃであそばせながら、子育てで悩んでいることを、子育て支援者に相談できます。

直接会場へ行ってください。祝日はありません。

●問い合わせ：子ども家庭支援担当

(区役所 2階24番窓口) TEL948-2318

会 場	場所と 行き方	曜日と 時間
北山田地区センター	北山田2-25-1 (北山田駅から歩いて3分)	火曜日 10:00～12:00
加賀原地域ケアプラザ	加賀原1-22-32 (センター南駅より バスで「加賀原」「石橋」から歩いて3分)	火曜日 10:00～12:00
都田小学校 コミュニティハウス	池辺町2831 (センター南駅・仲町台駅より バスで「池辺」から歩いて5分)	水曜日 10:00～12:00
つづきの丘小学校 コミュニティハウス	荏田東1-22-1 (センター南駅から歩いて10分)	水曜日 10:00～12:00
中川西地区センター	中川2-8-1 (中川駅から歩いて3分)	水曜日 13:00～15:00 木曜日 10:00～12:00
都筑中央公園 レストハウス	茅ヶ崎中央57-8 (センター南駅から歩いて5分)	金曜日 10:00～12:00
仲町台地区センター	仲町台2-7-2 (仲町台駅から歩いて3分)	火曜日 10:00～12:00 金曜日 10:00～12:00
東山田中学校 コミュニティハウス	東山田2-9-1 (北山田駅から歩いて15分)	金曜日 10:00～12:00
都筑地区センター	葛が谷2-1 ※毎月最後の火曜日はありません。 (都筑ふれあいの丘駅から歩いて3分)	火曜日 10:00～12:00
川和小学校 コミュニティハウス	川和町1463 (川和町駅から歩いて4分)	木曜日 13:00～15:00
中川中学校 コミュニティハウス	大榎町240 (センター南駅より バスで「中川中学校前」から歩いて3分)	木曜日 10:00～12:00



## ◆地域子育て支援拠点 いっぽ

### 10周年を迎えました

「いっぽ」はあかちゃんから小学校にはいるまえのお子さんと、その親のための場所です。「いっぽ」ができて10年になります。まいにちたくさんの人が「いっぽ」を利用しています。みなさんも「いっぽ」にあそびにいきませんか。



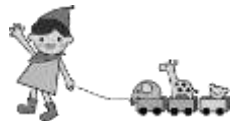
### 【いっぽはこんなところです】

◎場所：(十日市場駅から徒歩3分)十日市場町

817-8 TEL 989-5850 FAX 989-5851

### ◎ひろば

「いっぽ」には、親子で、またほかの保護者やお子さんと安全にあそんだりはなしたりできる「ひろば」があります。予約はいりません。無料で利用することができます。とくべつなプログラムに参加することもできます。プログラムは「いっぽ通信」やWebでしらべてください。



<http://www.midori-ippo.com/>

### ◎横浜子育てパートナー

ちょっと子どもをあずけたいとき、子どもについて心配なことがあるときなど、いろいろなことを相談することができます。ひつような情報や支援してもらおうところをしらべてもらうことができます。

直接行くこともできますが、予約をしてから行くこともできます。



・予約専用電話 272-5643

### ◎横浜子育てサポートシステム

ひつようなときに子どもをあずかったり、あずけたりするシステムです。会員になると「子育てサポートシステム」を利用できます。入会するための説明会が下記の日にあります。

- ・日時：3月17日(金)・30日(木) 10:30~11:30
- ・申し込み：緑区支部(いっぽのなかにあります)に電話で申し込んでください TEL 982-3521

### 【いっぽ10周年WEEK】

「いっぽ」では10周年を記念していろいろなたのしいイベントがあります。申し込みはいりません。直接行ってください。

- ・日時：①3月22日(水) 13:40から

②23日(木) 11:30から ③25日(土) 11:30から

・内容：①10周年記念のかざりをバルーンで作ろう ②「スイミー」ミニコンサート

③スタッフによるお楽しみ会

## ◆「祈り」のコンサート

### ～あの日を忘れない



2011年3月、日本で大きな地震がありました。東日本大震災です。このコンサートは大震災を忘れないために、被害にあった人たちのことを祈るために、ひらかれます。直接行ってください。

日時：3月11日(土) 16:00開演

(15:30から会場に入ることができます)

場所：みどりアートパーク(長津田駅北口から歩いて4分)長津田2-1-3 TEL 986-2441 FAX 986-2445

内容：東日本大震災チャリティーコンサート

人数：当日の先着300人

## ◆緑区役所 お昼のロビーコンサート

スパンニッシュギターの演奏でおひるの時間をたのしみませんか。直接行ってください。

日時：3月22日(水) 12:15~12:50

場所：緑区役所(中山駅南口から歩いて5分)寺山町118



・問い合わせ：緑区役所 生涯学習支援係

TEL 930-2236 FAX 930-2242

## ◆コラボ企画 ズーラシア X 緑区役所

### X 緑図書館「も~っともつと！」

### 動物のことが知りたいの!

横浜動物園 ズーラシアで動物のせわを



している人たちが、動物たちのとっておきのひみつをおしえてくれます。いろいろな動物のおもしろいはなしをききにいきませんか。

日時：3月30日(木) 10:00~11:00

場所：緑ほのぼの荘(十日市場駅から徒歩4分)十日市場町825-1

・対象と人数：小学生以上 当日の先着50人

・申し込み：3月14日(火)から緑図書館(十日市場駅から徒歩4分、十日市場町825-1)に電話(TEL985-6331)か直接行って申し込んでください。

