

# どんど焼きのご案内

令和8年1月11日(日曜日) 8:30~11:30

場所: みたけ台中学校 校庭



8:30 → 9:00 → 10:30 → 11:00 → 11:30

受付開始 🔥 点火 🔥 受付終了 消火 💧 終了

お焚き上げ品の持ち込みは、8:30~10:30 ※時間厳守



大雨の場合は中止です

## 注意事項

- ◆お焚き上げ品の金属類は必ず取り外してお持ち込みください
- ◆鏡餅・供え餅はお持ち込みいただけません
- ◆個人宅のお焚き上げ品以外のものはお持ち込みいただけません
- ◆だるま等は底の陶磁器部分は取り外してお持ち込みください



## 地区別食事会のお誘い

地区別食事会を下記の日程で開催します。  
みたけ台地区在住で、70歳以上の方が対象です。  
皆様のご参加を、お待ちしています。お楽しみに！

日 時:令和 8 年 2 月 7 日(土)  
午前 10 時～12 時

場 所:みたけ台コミュニティハウス

参加費:300円(当日会場でお支払いください)

申込先:民生委員池牆( 974-4341)  
または担当民生委員

申込締切:令和 8 年 1 月 31 日(土)

申込後に参加できなくなった方は、  
必ず申込先へご連絡ください。

◆主催◆ 上谷本地区社協 上谷本ふれあい食事会



第68回 地域ふれあい会(三世代交流事業)

赤ちゃんから高齢者まで誰もが楽しめるイベントです♪

どなたでも  
**無料**

## ☆パーカッション・デュオ ～ファン・ビート・シェイカーズ～

# 打楽器演奏会

聞いたことが  
ある曲ばかりだよ

打楽器の  
体験会にも  
参加してね♪

待ってるね♪



ドラム缶から生まれた楽器スチールパンに  
マリンバ他、歌もお楽しみください!!

日程

2026年 2月 14日(土)

時間

開場：13時～

開演：13時30分～

閉演：15時頃

会場

もえぎ野センター1階

機能回復訓練室

※予約不要

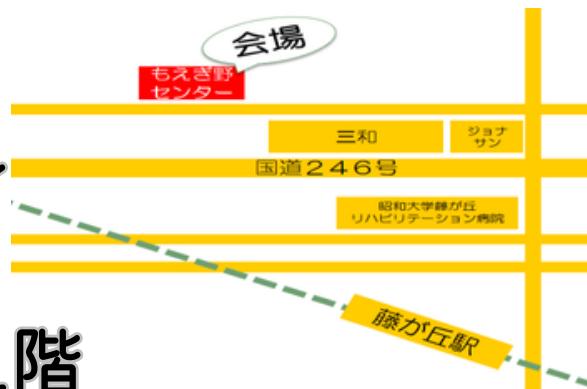
主催：上谷本地区社会福祉協議会

共催：もえぎ野センター

(ユートピア青葉、もえぎ野地域ケアプラザ)

045 974 5400

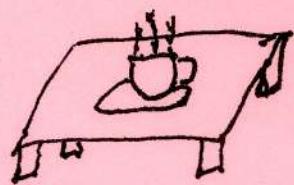
社会福祉協議会の事業は共同募金と助成金(青葉かがやく生き生きプラン)で賄われております



# くつろぎサロン

令和7年11月吉日

本にかこまれて  
おしゃべりしませんか?  
たのしいひとときを  
いっしょにすごしましょう!



場所

もえぎ野小学校  
市民図書室

日時

毎月第2日曜日  
午前10時～午後2時

参加費

無料  
(お茶を用意します。)

“お互いに 一声かけて見守りを!”

発行：横浜市消費生活総合センター

## 点検だけのつもりが高額請求に? 分電盤などの「点検商法」に注意!

「分電盤の無料点検をする」と突然来訪した事業者に、点検後「漏電して火事になるかも」と言われ、不安になり20万円の工事を契約してしまった。高額なので解約したい。

(相談者：80歳代女性)

分電盤や給湯器などの点検と称して電話や訪問をして「すぐに交換しないと危険」などと言って、不安をあおり契約させる点検商法の相談が増加しています。

「無料」や「定期」の点検と言われても、その場ですぐに承諾せず家族などに相談し、慎重に判断しましょう。



### トラブル防止のポイント

- ✓ 突然訪問してきた点検は、イタ一矢越しに断る！
- ✓ 不安をあおられても、その場で契約しない！
- ✓ 断っても帰らない場合は警察に通報！



～消費生活教室のお知らせ～

【問合せ先】「消費生活教室」担当電話 045-845-5640

令和7年12月5日(金) 14:00~16:00 相続を「争続」にしないために(予約制) 神奈川区役所大会議室

令和7年12月12日(金) 13:30~15:30 インターネット被害にあわないために 泉区役所4ABC会議室



横浜市消費生活総合センター

検索

相談事例など暮らしに役立つ情報満載!

消費生活相談電話 045-845-6666 (平日 9:00~18:00)  
(土・日 9:00~16:45)

# 緑税務署からのお知らせ

## 確定申告は自宅から！

次の **必要なもの** を用意すればマイナンバーカードとスマホ又はパソコンを利用して自宅から簡単にe-Taxによる確定申告ができます。

### 必要なもの

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードの2つのパスワード
  - ・ 利用者証明用電子証明書(数字4桁)
  - ・ 署名用電子証明書(英数字6文字以上16文字以下)
- スマートフォン
  - スマートフォン専用アプリ「マイナポータル」のインストールが必要です。
- 源泉徴収票などの確定申告書作成時に必要な書類

### 確定申告書等 作成コーナー



### マイナポータル連携 でさらに便利に！



！ マイナンバーカードの電子証明書の**有効期限切れ**や**失効**にご注意ください！

### 有効期限

- ▶ 電子証明書の有効期限は、発行日から5回目の誕生日までです

### 失効

- ▶ 住民票の基本4情報（氏名、生年月日、性別、住所）の記載が修正された場合は、署名用電子証明書が失効している場合があります

▶ アプリをインストール

▶ 証明書の選択

▶ パスワード入力

▶ 有効性の確認

▶ 確認結果

#### JKI利用者ソフト



アプリはこちらから

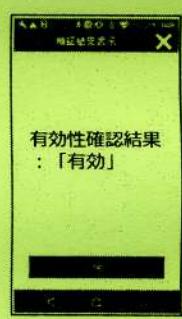
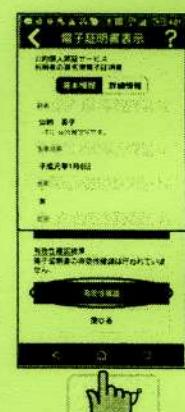
iPhone



Android



iPhoneの名前は、米国及び他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。  
iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。  
Androidの名前は、Google LLC の商標又は登録商標です。



※公的個人認証サービスセンターと通信を行うため時間が掛かることがあります

「有効期限切れ」「失効済み」の場合は、お住まいの市区町村で手続を行ってください。

緑税務署申告書作成会場開設日 令和8年2月16日(月)

【受付時間】8時30分～16時00分 【相談時間】9時15分～17時00分

※ 2月13日（金）以前は当日受付を行っておりませんので、オンライン事前予約をお願いします。

※ 3月は大変混雑するため2月末までにお越しください。

※ 4月中旬まで税務署の駐車場は使用できません。

※ ご利用可能なコピー機がありませんので、あらかじめご了承ください。

オンライン事前予約は  
LINEから！  
【予約締切日】2営業日前



友だち追加は  
こちらから→



# 東京地方税理士会緑支部からのお知らせ

## 1 税理士による無料申告書作成会を開催します ※若干の当日受付枠あり

| 開催期間              | 会 場                   | 最寄り駅              | 時 間   |
|-------------------|-----------------------|-------------------|---|
| 1月28日(水)～1月30日(金) | 緑公会堂                  | 中山駅<br>【JR・市営地下鉄】 | 【受付】9:15～<br>【相談】9:30～16:00<br>(休憩 12:00～13:00) |
| 2月3日(火)～2月4日(水)   | 都筑公会堂                 | センター南駅<br>【市営地下鉄】 |   |
| 2月6日(金)           | 都筑区民文化センター<br>ボッシュホール | センター北駅<br>【市営地下鉄】 |   |

- 事業、不動産及び雑所得がある方で、令和6年分の所得金額が300万円以下の方の所得税及び復興特別所得税の申告（前記に該当する方で、個人事業者の消費税の申告を含む）で緑税務署に申告される方。
- 年金受給者、給与所得者の所得税及び復興特別所得税の申告（年金・給与収入が、800万円以下の方）
- 謹度所得（土地、建物及び株式等の譲渡）や住宅借入金等特別控除の適用初年度など、相談内容が複雑な場合は相談をお受けできません。

## 2 入場整理券を配付します！入場整理券は、オンラインによる事前申込が可能です！

- 【予約開始日】全会場：1月13日（なお、電話での受付は行っておりませんので、ご注意ください。）  
【予約締切日】緑公会堂：1月21日(水)、都筑公会堂：1月27日(火)  
都筑区民文化センターボッシュホール：1月30日(金)
- 【事前申込における予約サイトの操作方法に関するコールセンター】  
《電話》050-1792-4600 《受付時間》平日10:00～12:00・13:00～16:00
- 一部、当日入場整理券の配付を行いますが、無くなり次第終了となりますので、オンラインによる事前申込をご利用ください。

## 3 来場される場合の必要書類等

- スマートフォン
- マイナンバーカード及びカード発行時に設定した2つのパスワード  
(利用者証明用電子証明書(数字4桁)・署名用電子証明書(英数字6～16文字))
- 計算器具、筆記用具及びマイナンバーに係る本人確認書類  
(マイナンバーカード又は番号確認書類及び身元確認書類の写し)
- 年金又は給与所得の源泉徴収票や医療費明細書など申告に必要となる書類
- e-Taxの利用者識別番号と暗証番号のわかる書類
- 本人名義の金融機関口座番号のわかるもの
- 前年分の確定申告書等の控え
- 確定申告のお知らせはがき又は通知書  
(税務署から送付を受けている場合はお持ちください)
- 消費税の簡易課税制度を選択されている方は、選択届出書の控え

## 4 各会場の注意事項

- 会場での滞在時間短縮のため、集計等はご自宅でお済ませください。
- 申告書等の提出のみの場合は、直接税務署に提出（郵送可）してください。
- 来場者のための駐車場のご用意はございません。

| 事前申込サイト                         |         |
|---------------------------------|---------|
| 下記のいずれかのサイトから<br>事前申込をお願いいたします。 |         |
| 無料申告相談専用<br>LINE事前申込            | Web事前申込 |



# 青葉区役所からのお知らせ

## 年末調整済みの給与所得者の医療費控除の還付申告は、区役所で作成と受付ができます！

〔受付期間〕2月16日（月）～3月16日（月）※土・日及び祝日を除く

〔受付時間〕9:00～11:30、13:00～16:00 会場：青葉区役所3階会議室

〔必要書類〕○給与所得の源泉徴収票、医療費控除の明細書、本人名義の金融機関と口座番号がわかるもの、スマートフォン、マイナンバーカード及びカード発行時に設定した2つのパスワード（利用者証明用電子証明書（数字4桁）・署名用電子証明書（英数字6～16文字））

※事前にマイナポータル連携をしたスマートフォンをお持ちいただけますとスムーズにお手続きできます。



← マイナポータル  
連携の詳細は  
こちら



← マイナポータル  
連携の事前準備  
はこちら

# 青葉区

# 出初式

二〇二六

# 初

# 式



# 令和8年1月10日(土)

第一部(場所:青葉公会堂)  
式典・和太鼓(10時~11時10分)



9時45分頃~開式までの間

荏子田囃子連によるお囃子の演技があります。



(太鼓集団 鼓粹)

第二部(場所:青葉区総合庁舎第二駐車場)  
消防団車両分列行進・総合演技・車両展示  
(11時20分~12時35分)



詳しくはこちら



主催:青葉区消防出初式実行委員会

※天候等によっては中止となる可能性がございます。中止の場合は、当日8時までにホームページでお知らせします。



# ファイトもえぎ野

## 認知症サポーター養成講座

## 全国連絡会で優秀賞

～もえぎ野中学校 × 地域の力が表彰されました～



【キャラバン・メイトからの講話】



【事前学習から当日運営まで  
担った生徒会役員】



【地域での「見守り支援」も紹介】

【受賞団体】

横浜市立もえぎ野中学校  
横浜市もえぎ野地域ケアプラザ  
青葉区キャラバン・メイト連絡会



令和6年11月にもえぎ野中学校で実施した「認知症サポーター養成講座」が、全国キャラバン・メイト連絡会の優良活動事例で【優秀賞】を受賞しました。評価点は次の通りです。

- 生徒会役員が、キャラバン・メイトやケアプラザと連携し、学内での講座の企画・運営、事前勉強会を主体的に実施したこと。
- 生徒が自ら開催手法を工夫し、受講した生徒には認知症の知識だけでなく、地域貢献への意識が醸成される成果が得られたこと。
- 地域・学校・公的機関、民間団体との地域連携により、「認知症サポーターキャラバン」の目的と趣旨が体現されたこと。

この受賞を励みに、世代を超えたつながりを大切にしながら、地域ぐるみで、誰もが安心して暮らせるまちづくりに引き続き取り組んでいきます。



当施設の情報をホームページでご覧いただけます

「横浜市老人福祉センター

ユートピア青葉」

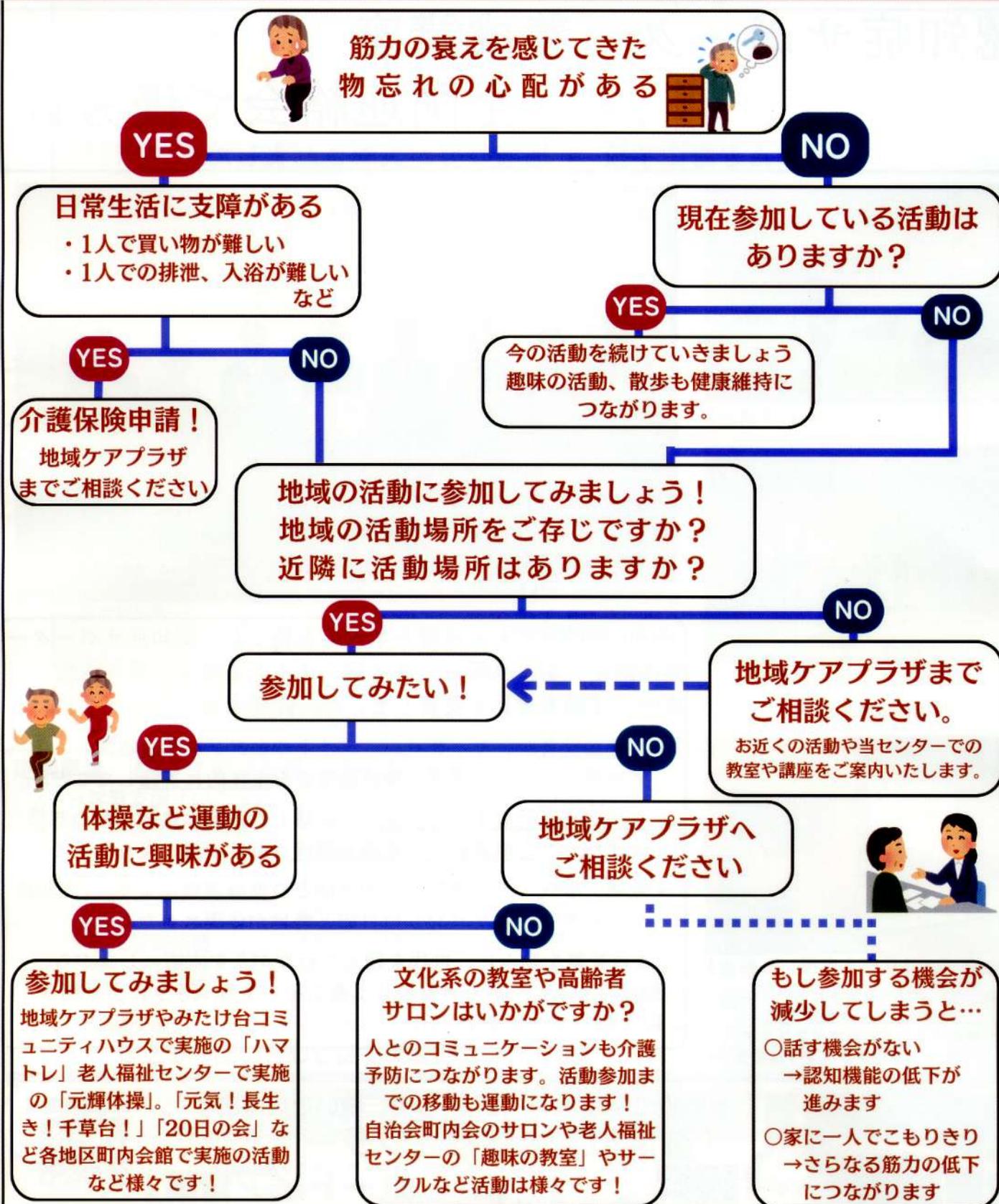
「もえぎ野地域ケアプラザ」



# もえぎ野地域活動記録 Vol. 6

介護保険サービスを受けるために、「まず何をすればいいの?」「健康な身体を維持するためにはどうすればいいの?」と迷うことはありませんか?  
健康な生活を維持するために、そして介護保険が必要となった時の流れをまとめています。  
ご自身やご家族、ご友人のためにぜひご活用ください。

## 健康な生活を続けていくためのフローチャート



○福祉・保健に関するお困りごとは、地域ケアプラザへお気軽にご相談ください

# お役立ち情報コーナー

## おすすめ講座

### 歌声の広場 冬の会

【日 程】令和8年 1月24日（土）  
【時 間】13:15～14:45  
【場 所】ユートピア青葉 2階会議室  
【内 容】懐かしい歌をソングリーダーと一緒にピアノ演奏に合わせて歌唱  
【対象者】60歳以上の方  
【募集人数】50名 先着順（定員になり次第〆切）  
【持ち物】飲み物（楽器の持ち込み禁止）  
【参加費】無料  
【申 込】令和7年12月22日（月）受付開始

### 元プロボクサーによる 「肩・腰・膝の不調改善講座」冬の部

【日 時】令和8年 1月14日（水） 1月21日（水）  
1月28日（水） 13:30～14:45  
【場 所】ユートピア青葉 機能回復訓練室  
【内 容】日常生活が楽になる正しい運動指導  
（※夏の部と内容は同じです）  
【対象者】60歳以上の方（※夏の部参加者も参加可）  
【募集人数】30名（先着順）  
【持ち物】上履き・筆記用具・飲み物  
※当日は動きやすい服装での参加  
【参加費】100円（3回分）  
【申 込】令和7年12月12日（金）受付開始

## 活動紹介

### 明治安田生命 大人のぬりえコンクール



老人福祉センター「ユートピア青葉」活動団体「いろえんぴつの友」の会員のお二人が「明治安田生命大人のぬりえコンクール」にて特別賞を受賞されました。同コンクールでは、認知症の発症予防に効果が高いとされるぬりえが活用され、健康づくりの一環にもなっています。

あらかじめ下絵が描いてあるため、絵が苦手な方でも塗るだけで完成度の高い作品が仕上がる事が特徴です。工夫次第で誰でも美しく、自分らしい絵が描ける「大人のぬりえ」に挑戦してみませんか？

## 活動団体会員募集

### コール・あおば（混声合唱）

【活動内容】合唱練習・発表会（年2回）  
【対象者】60歳以上の方  
【日時】第1、第2、第4水曜日 午前中（月3回）  
【場所】ユートピア青葉他  
【会費】月 3,000円  
【PR】「いつまでも・元気に・楽しく」をモットーに現在団員43名が活動しています。是非一度見学に来てください、大歓迎です。  
(詳細は「コール・あおば」ホームページをご覧ください。

## もえぎ野地域ケアプラザ デイサービスボランティア 募集中！



もえぎ野地域ケアプラザではデイサービスで活躍してくださるボランティアの方を募集しています！利用者さんはなし相手やお手伝い、将棋や麻雀といった娯楽の相手、楽器演奏やダンスなど皆様が普段取り組まれている趣味活動の披露、好きな事や得意な事を活かす活動を募集しています。

ボランティアなどの活動を行う事で、利用者さんのためになるだけでなく、ご自身の健康維持にもつながります。実際に活動中の方には、「自分の健康維持につながるから」と活動を続けている方もいらっしゃいます。  
この機会にボランティア活動を始めてみませんか？



### ドクター'S コラム

山本内科循環器医院 医院長  
山本医師によるコラム



寒さが本格的になってきました。皆様、体調にはお気をつけ下さい。またインフルエンザは今年も多く発症しています。インフルエンザワクチンを接種したからと言って安心しないで感染対策は充分に行ってください。インフルエンザ以外にもRSウィルス、100日咳、マイコプラズマ肺炎など様々な感染症があります。風邪気味であればなるべく早くお医者さんにつかってください。体調に気をつけてこの冬をお過ごし下さい。

山本俊夫

# もえぎ野センター一月間カレンダー

|           | 日                                | 月                                   | 火           | 水                                  | 木                  | 金                               | 土  |
|-----------|----------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------------------------|--------------------|---------------------------------|--|
| <b>12</b> | 30                               | 1                                   | 2           | 3                                  | 4                  | 5                               | 6  |
|           | 7                                | 8                                   | 9           | 10                                 | 11                 | 12                              | 13   |
|           | 14                               | 15<br>休館日                           | 16          | 17                                 | 18                 | 19                              | 20   |
|           | 21                               | 22<br>②元輝体操<br>②赤ちゃん教室<br>②プラッチング講座 | 23          | 24                                 | 25<br>②スマホの基本と防災体験 | 26                              | 27   |
|           | 28<br>ユートピア青葉<br>休館日<br>(1月4日まで) | 29<br>地域ケアプラザ<br>休館日<br>(1月3日まで)    | 30<br>全館休館日 | 31<br>全館休館日                        | 1                  | 2                               | 3  |
|           | 日                                | 月                                   | 火           | 水                                  | 木                  | 金                               | 土  |
| <b>1</b>  | 28                               | 29                                  | 30          | 31                                 | 1<br>元日<br>全館休館日   | 2<br>全館休館日                      | 3<br>全館休館日   |
|           | 4<br>地域ケアプラザ<br>開館日              | 5<br>ユートピア青葉<br>開館日                 | 6           | 7                                  | 8                  | 9                               | 10   |
|           | 11                               | 12<br>成人の日                          | 13          | 14<br>②もえぎ野茶屋<br>②肩・腰・膝の<br>不調改善講座 | 15                 | 16                              | 17<br>②上谷本地区<br>ふれあい食事会<br>～カレーの日～                       |
|           | 18                               | 19<br>②元輝体操<br>休館日                  | 20          | 21<br>②肩・腰・膝の<br>不調改善講座            | 22                 | 23<br>②気づきの種まき<br>全体会<br>10:00～ | 24<br>②パパ講座<br>～夫婦のパートナーシップ<br>＆イライラしない講座～<br>②歌声の広場～冬の会 |
|           | 25                               | 26<br>②プラッチング講座                     | 27          | 28<br>②肩・腰・膝の<br>不調改善講座            | 29                 | 30                              | 31   |

## 定例事業 ①→ケアプラザ ②→ユートピア

- ① →学習支援「いこっと」 15:30～20:00
- ② →あおば子ども食堂 17:30～18:30
- ① →ライフキネティック 9:30～10:30
- ② →カラオケ 10:00～  
13:30～
- ・もえぎ野茶屋 13:30～15:00
- ・赤ちゃん教室 10:00～11:15
- ・プラッチング講座 10:00～11:00
- ・元輝体操 13:30～14:30

申込み・問い合わせはもえぎ野センターまで TEL: 045 (974) 5402

## 【12月】

- ・登録団体交流会 14:00～15:30
- ・スマホの基本と防災体験 13:00～15:00
- ・シャドーボックス講座 13:00～16:00

## 【1月】

- ・肩・腰・膝の不調改善講座 13:30～14:45
- ・上谷本ふれあい食事会 時間未定
- ・歌声の広場～冬の会～ 13:15～14:45
- ・パパ講座～夫婦のパートナーシップ～ 10:30～12:00



こんな時には、もえぎ野地域ケアプラザにご相談ください。

介護保険ってどうやったら  
使えるの??

当施設の情報はホームページ  
からもご覧いただけます



最近忘れっぽくなった  
もしかしたら認知症かも…

子育ての相談ができたり  
親子で遊べたりする場所はないかな…

# 映画

映画上映会「シネ・あおば」  
一緒に名作を楽しみませんか!

参加無料

新キャラクター

| 開催回   | 月   | 開催日    | 作品      | 公開年  | 制作国 | 時間(分) |
|-------|-----|--------|---------|------|-----|-------|
| 第100回 | 12月 | 13日(土) | 麗しのサブリナ | 1954 | 米   | 113   |
| 第101回 | 1月  | 日(土)   | 愛妻物語    | 1951 | 日   | 97    |

●日時：毎月概ね 土曜日

※開催日は毎月5日の抽選によって決まります。

受付13:30～ 上映14:00

●会場：青葉台コミュニティハウス「**本の家**」  
※青葉区青葉台2-25-4 ★駐車場はありません。

●お申込み方法：

- ①参加時に次回の申込ができます
- ②右のLINE公式アカウントから
- ③電話受付 090-7018-0601
- ④ショートメールのみ

090-3335-4433

映画上映会「シネ・あおば」は「あおばふれ  
あい助成金」のサポートを受けながら、  
2016(平成28)年から活動しています。  
大好きな映画をいっしょに楽しみませんか!!



LINE 公式アカウント  
**友だち  
募集中**

@191cltzc

LINEの「友だち追加」から、ID検索するか  
QRコードをスキャンしてください



あおばふれあい助成金対象

子育てひろば

# すくすく



地域の子育てを多世代で応援

お子さんと一緒にほっと一息  
楽しく遊んでおしゃべりしませんか？



赤ちゃんから大人まで  
同じ地域に住む顔見知りが増えたら  
きっとみんなが暮らしやすくなる…  
子育てひろば「すくすく」の願いです



会場：みたけ台コミュニティハウス  
(青葉区みたけ台30 みたけ台中学校内)

対象：0歳から就学前の乳幼児と養育者  
(予約不要・参加費無料)



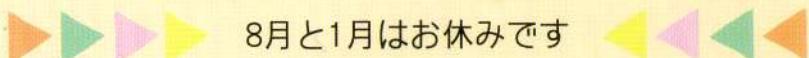
一緒におしゃべりしたい方も  
気軽にきてね  
お待ちしています！



毎月第3木曜日

10:00-11:30

4/17 5/15 6/19 7/17 9/18  
10/16 11/20 12/18 2/19 3/19



8月と1月はお休みです

子育てひろば「すくすく」公式LINE (QRコードを読み取ってご登録ください)

すくすくに関する問合せや毎月のお知らせ、緊急のお知らせ等を配信します  
(緊急のお知らせはラフルHPでもご覧になれます)

主催：上谷本地区民生委員・児童委員協議会 担当：上谷本地区主任児童委員 増本／桑野

本事業は上谷本地区社会福祉協議会の助成を受けて活動しています



# 春風亭 KOASA 小潮 独演会

横浜市  
青葉公会堂 講堂

令和8年 2月7日(土)

開演 14:00(開場 13:30)  
全席指定 3,800円(税込)

チケットのお求めは

横浜市青葉公会堂  
☎ 045-978-2400

窓口販売のみ受付

(9:00~21:00 ※受付初日は10:00~)

休館日 11/17(月)・12/6(土)・12/15(月)・  
12/29(月)~1/3(土)・1/19(月)

チケットぴあ(Pコード 537-322) <https://t.pia.jp>

24時間受付、11/11(水)販売初日は10:00~

セブン-イレブン直接購入

24時間受付、11/11(火)販売初日は10:00~

Pコード537-322必要、チケットぴあ予約後の引き取りもできます。

ローソンチケット(Lコード 33168) <https://l-tike.com>

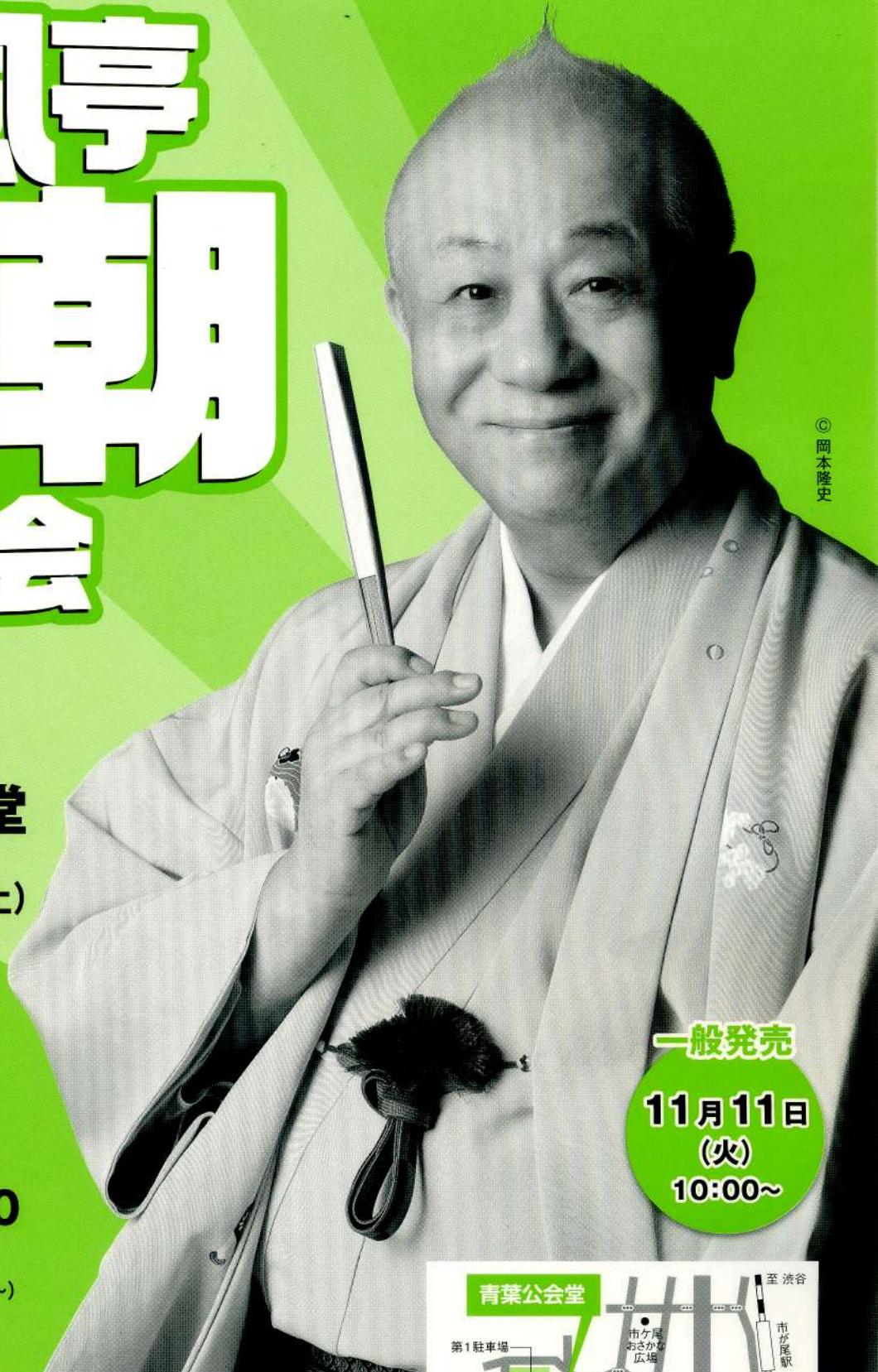
ローソン内Loppi直接購入・web購入は24時間受付、11/11(火)販売初日は10:00~

イープラス <https://eplus.jp>(PC・携帯共通) 24時間受付、11/11(火)販売初日は10:00~

ファミリーマート直接購入 24時間受付、11/11(火)販売初日は10:00~

※未就学児の入場はご遠慮ください。 ※車椅子席をご希望の方は青葉公会堂までお問合せください。  
※チケットご購入後の交換・返金は致しかねます。あらかじめご了承ください。

主催:横浜市青葉公会堂/春々堂



© 岡本隆史

一般発売

11月11日  
(火)  
10:00~



【お問合せ】

横浜市青葉公会堂 ☎ 045-978-2400

春々堂 ☎ 03-5447-2131



# ウォーキングに行こう！

月例ウォーキング開催中 ご参加お待ちしています

## 2025年度(後半)日程・コース

◆ 12月6日(土) 午前9時30分

四季の森公園～紅葉狩りコース/約2.5h

□集合場所: JR横浜線 中山駅(北口)

□解散場所: JR横浜線 中山駅(北口)

Walking



◆ 2月28日(土) 午前9時30分

三保市民の森コース/約3h

□集合場所: 若葉台団地 滝の広場(若葉台中央バス停徒歩2分)  
(青葉台駅・十日市場駅 市営バス23系統若葉台中央行 終点下車)

□解散場所: 若葉台団地 滝の広場

◆ 3月28日(土) 午前9時30分

恩田川・桜の通り抜けコース/2.5h

□集合場所: JR横浜線 成瀬駅(北口)

□解散場所: JR横浜線 成瀬駅(北口)

注意: 感染症や天候の状況などにより中止の場合もあります。(雨天中止)

ご自宅で検温し、体調チェックの上、ウォーキングに適した服装・履物でご参加ください。飲み物は必ず持参しましょう。  
参加費無料(ボランティア行事用保険加入済) 事前申込不要  
出発時間までに集合場所にて受付を済ませてください。

上谷本地區保健活動推進員会 公式アカウント  
二次元コードを読み取って友だち追加して  
ウォーキング最新情報を受け取ろう

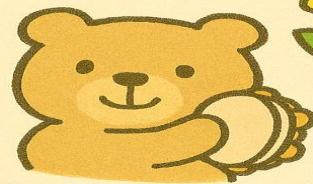


主催者 上谷本地區保健活動推進員会

地域の健康づくりのお手伝いに興味のある方を募集しています  
一緒に楽しく活動をしませんか 担当 井上 080 (1099) 4964

横浜市青葉福祉保健センター 福祉保健課健康づくり係

# みたけ台コミュニティハウス



## 令和7年度 自主事業 年間予定表

電子版年間予定表



### 4月

23日 (水) 10時 コグニサイズ

### 10月

4日 (土) 10時半 絵本コンサート

22日 (水) 10時 コグニサイズ

25日 (土) 13時半 クロスステッチ

### 5月

24日 (土) 10時半 親子リトミック

28日 (水) 10時 コグニサイズ

### 11月

12日 (水) 10時半 二胡コンサート

16日 (日) 10時半 やさしい相続教室

22日 (土) 10時半 親子リトミック

26日 (水) 10時 コグニサイズ

27日 (木) 13時半 きりえ教室

### 6月

8日 (日) 10時 季節のセルフケア

18日 (水) 10時半 おはなし会

21日 (土) 10時半 とんこのお話し語り

25日 (水) 10時 コグニサイズ

### 12月

7日 (日) 10時 季節のセルフケア

7日 (日) 15時 クリスマスコンサート

17日 (水) 10時半 おはなし会

24日 (水) 10時 コグニサイズ

### 7月

9日 (水) 10時半 歌声サロン

23日 (水) 10時 コグニサイズ

26日 (土) 10時半 たのしい科学教室

### 1月

17日 (土) 10時半 とんこのお話し語り

24日 (土) 10時 親子華道教室

28日 (水) 10時 コグニサイズ

### 8月

10日 (日) 10時 マジック教室

23日 (土) 10時半 親子リトミック

27日 (水) 10時 コグニサイズ

### 2月

25日 (水) 10時 コグニサイズ

28日 (土) 10時半 親子リトミック

### 9月

7日 (日) 10時 季節のセルフケア

13日 (土) 15時 サマーコンサート

17日 (水) 10時半 おはなし会

24日 (水) 10時 コグニサイズ

### 3月

8日 (日) 10時 季節のセルフケア

11日 (水) 10時半 演歌コンサート

18日 (水) 10時 コグニサイズ

21日 (土) 10時半 たのしい科学教室

28日 (土) 10時半 人形劇

## 令和7年度みたけ台コミュニティハウス 自主事業年度計画(案)

今年度保存版

| NO | 事業名              | 募集対象     | 内 容   | 開催予定日   | 募集開始予定日      | 参加費(予定募集人数)            |
|----|------------------|----------|---|---|--------------|------------------------|
| 1  | コグニサイズ(前期)       | 約65歳以上   | 椅子に座ってできる軽い運動と認知予防となる頭の体操を講師と一緒に楽しく行います。前期・後期で受け付けます。 | 4/23, 5/28、6/25, 7/23, 8/27, 9/24, 毎月第4水曜 10:00~11:00         | 3月1日         | 無料(先着25名)<br>※定員に達しました |
| 2  | コグニサイズ(後期)       | 約65歳以上   |   | 10/22、11/26、12/24, 1/28、2/25、3/18 毎月第4水曜(3月は第3水曜) 10:00~11:00 | 8月1日         | 無料(先着25名)              |
| 3  | 親子リトミック          | 児童・保護者   | 音楽やダンスを楽しみ、心を開放し親子のスキシップを図りましょう                       | 5/24(土)、8/23(土)、11/22(土)、2/28(土) 10:30~11:30                  | 事前募集無し(当日受付) | 200円/家族                |
| 4  | おはなし会            | 児童・保護者   | 童話や紙芝居、手袋人形、絵本の読み聞かせ等を通じ感性豊かなお子様へ                     | 6/18(水)、9/17(水)、12/17(水) 10:30~11:00                          | 開催日の2ヶ月前の月初日 | 無料                     |
| 5  | 季節のセルフケア講座       | 一般(児童も可) | 『ツボ』や『お灸』を知り、予防医学を理解し季節ごとの自然治癒力を高めましょう!!              | 6/8(日)、9/7(日)、12/7(日)、3/8(日) 10:00~11:30                      | 開催日の2ヶ月前の月初日 | 500円/家族(材料費別途)         |
| 6  | ★とんこのお話し語り       | 一般       | 小説から落語まで色々なジャンルのお話の読み語りを聴いて、見て、楽しんで戴きます。              | 6/21(土)、1/17(土) 両日ともに10:30~12:00                              | 開催日の2ヶ月前の月初日 | 200円/人(毎回先着20名)        |
| 7  | 歌声サロン            | 一般(児童も可) | プロのギタリストとアマのギタリストのアンサンブルで皆で歌いましょう!!                   | 7/9(水) 10時開場 10:30~12:00                                      | 5月1日         | 200円/人(先着40名)          |
| 8  | たのしい科学教室         | 児童       | NPO法人かながわ子ども教室による科学教室                                 | 7/26(土)、3/21(土) 10:30~12:00                                   | 開催日の2ヶ月前の月初日 | 無料(先着20名)              |
| 9  | マジック教室           | 児童       | 昨年好評だった夏休みマジック教室を開催!!                                 | 8/10(日) 10:00~11:30   | 6月1日         | 無料(先着20名)              |
| 10 | サマーコンサート         | 一般(児童も可) | スティールパン&マリンバで打楽器演奏で暑気払い!!                             | 9/13(土) 14時30分開場 15:00~16:30                                  | 7月1日         | 500円/人(中学生以下無料)(40名)   |
| 11 | 絵本コンサート          | 児童・保護者   | バイオリンとピアノによるクラシックと絵本のハイブリッド型読み聞かせを!!                  | 10/4(土) 10時開場 10:30~11:30                                     | 8月1日         | 500円/1家族(先着20組)        |
| 12 | ★クロスステッチのワークショップ | 一般       | クロスステッチで可愛いクリスマス・オーナメントを作ろう!!                         | 10/25(土) 13:30~16:30  | 8月1日         | 500円/人(先着10名)(材料費込み)   |
| 13 | 二胡コンサート          | 一般(児童も可) | 二胡のプロ演奏者 劉晋陽をお迎えし色々なジャンルの曲を二胡で楽しめませんか?                | 11/12(水) 10時開場 10:30~11:30                                    | 9月1日         | 200円/人(先着50名)          |
| 14 | やさしい相続教室         | 大人       | 自分と家族を守る相続・遺言等の説明をプロから教えて戴きましょう                       | 11/16(日) セミナー 10:30~12:00 個別相談 13:00~15:00                    | 9月1日         | 無料(15組)                |
| 15 | きりえ教室            | 一般(児童も可) | 師走恒例行事としてきりえにより来年の干支『馬』を作成します                         | 11/27(木) 13:30~16:30  | 9月1日         | 1000円/人(材料費込み)(8名)     |
| 16 | クリスマスコンサート       | 一般(児童も可) | オーボエでクリスマスを過ごしませんか                                    | 12/7(日) 14時30分開場 15:00~16:30                                  | 10月1日        | 500円/人(中学生以下無料)        |
| 17 | 親子華道教室           | 児童・保護者   | 次世代の子たちにも日本の伝統『華道』を通じ、花と触れ合う楽しさを!!                    | 1/24(土) 10:00~11:30   | 11月1日        | 1000円/人(材料費込み)(先着10組)  |
| 18 | ★演歌コンサート         | 一般(児童も可) | ティチクレコード所属:演歌歌手 小野寺陽介さんのコンサート                         | 3/11(水) 10時開場 10:30~12:00                                     | 1月4日         | 200円/人(先着40名)          |
| 19 | 人形劇              | 児童・保護者   | 昨年大好評であった劇団ポコあポコによる人形劇公演を再度行います。乞うご期待!                | 3/28(土) 10:30~11:30   | 1月4日         | 無料(20組)                |
|    | 合 計              |          |   |   |              |                        |

※事業名前の★マークは、みたけ台コミュニティハウス初の企画です。

【各事業の応募確認先】みたけ台コミュニティハウス☎:045-973-3833(9:30~20:30 休館日:火・金・毎月最終日曜日)

みたけ台コミュニティハウスのHPからも  
募集開始以降にはイベント詳細確認できます!!上記の自主事業へのメール申込は、  
左記QRからも可能です

# GREEN × EXPO 2027

YOKOHAMA JAPAN



2027年国際園芸博覧会

横浜・上瀬谷 2027.3.19—9.26

International Horticultural Expo2027, Yokohama, Japan

City of Yokohama, Kanagawa Prefecture Mar.19-Sep.26 2027



公益社団法人2027年国際園芸博覧会協会

©EXPO 2027

# 災害情報を テレビに お知らせ



横浜市

横浜市からお知らせ

災害情報の取得に  
不安を感じている方のために  
よこはまテレビ・プッシュ



よこはまテレビ・プッシュを設置すると…

- ご自宅のテレビで災害時の緊急情報を受け取れます。
- 緊急情報(緊急地震速報など)が発表されると、テレビの電源を自動で起動してお知らせします。
- その他、降雨アラームや電車運行情報などの日頃の生活に役立つ情報も配信します。

横浜市が**初期費用**28,600円(税込)を**全額補助**!  
月額550円(税込)で利用できます!

## よこはまテレビ・プッシュの補助金について

**事業目的** 緊急地震速報などの情報が即時かつ的確に届き、迅速な避難行動がとれるようにスマートフォンをお持ちでない方や災害情報の取得に不安を感じている方に支援を行います。

**対象者** 横浜市民、かつ災害情報の取得に不安を感じている方

**補助内容** 初期費用28,600円(税込)(専用端末代、設置設定費)を横浜市が全額補助  
※補助上限に達し次第終了

※ よこはまテレビ・プッシュはイツツ・コミュニケーションズ株式会社のサービスです。

※ 初期費用とは別に、**毎月550円(税込)の利用料がかかります。**

※ よこはまテレビ・プッシュのご利用には、インターネット環境が必要です。



お申込み・お問い合わせ:  
イツツ・コミュニケーションズ株式会社

☎ 03-6670-2114 (9:30-18:00 土日祝除く)

事業に対するお問い合わせ:  
横浜市総務局緊急対策課

☎ 045-671-2143 (9:00-17:00 土日祝除く)



令和7年10月～

75歳以上で  
令和7年4月1日以降に  
運転免許証を返納した方

# 敬老バス 3年間無料

申請時には免許返納時に交付される  
「申請による運転免許の取消通知書」が必要です。

横浜市 敬老バス



横浜市敬老バス問合せダイヤル

TEL 0120-206-160

(令和7年4月7日～令和8年3月31日まで)

# グランドゴルフへのお誘い

## 初心者大歓迎!!

どなたでも気軽にプレーできます

日時 毎月第3日曜日  
AM 9:30~11:30

場所 もえぎ野小学校 校庭

### 連絡先

- ・ 矢追 武  
045-972-5646
- ・ 助川 昌子  
045-973-7317





2025年度より  
お当番なし



- ・小学1年生から6年生
  - ・幼児（年中・年長）
- 幼児のキッズスクールは月謝無料

## 体験会 参加者募集中

4/20(日) 9:00-

4/26(土) 13:00-

上記以外でも随時実施中

### 近年実績

- ・R5年度 U12 青葉区大会ベスト8
- ・R5年度 U10 青葉区大会ベスト4
- ・R4年度 U12 青葉区大会優勝
- ・R4年度 U12 神奈川県大会ベスト16

FCみたけ  
いっしょにサッカーしよう！  
初心者も  
経験者も 新メンバー募集中！

練習場所・練習日

みたけ台小学校、鉄小学校

その他、外部グランド

毎週土・日曜日

公式WEBサイト メールアドレス FACEBOOK



FCみたけ お問合せ、お申込みはこちらから  
[info@fcmitake.com](mailto:info@fcmitake.com)

※諸事情により、LINE公式アカウントを作り直しました。旧アカウントは2025年4月末日で停止いたします。すでにご登録いただいている方におかれましては大変お手数ですが、以下の新アカウントに再度ご登録ください。ご面倒をおかけして申し訳ありません。

＼友だち募集中／

# みたけ台町内会

## LINE公式アカウント



イベント情報や、災害時避難情報、凶悪犯罪情報  
など緊急の情報をお受け取りいただけます。

回覧板や掲示板も見られるよ！

# みたけ台町内会の ホームページ

QRコードで  
アクセスしてください♪



パソコンからは以下のURLにアクセスしてください♪  
<https://mitake-yokohama.com>

みたけ台町内会