

【広報よこはま・鶴見区版5月号】

つるみ
tsurumi



行ってみたい
鶴見あの場所
こんな場所 **2**

※今年の展示は規模・期間を縮小して(4月下旬~5月初旬)の開催となります

No. 271
2020



毎月1日発行

横溝屋敷と鯉のぼり

今や鶴見の5月の風物詩ともなった、みその公園「横溝屋敷」の鯉のぼり。その優美な泳ぎを一目見ようと、毎年多くの人でにぎわいます。今年は新型コロナウイルスの影響で小規模展示となりますが、来年はまた、この優雅な鯉の舞が見られるでしょう。(獅子ヶ谷3-10-2)

NEWS/TOPICS

正しい
古紙の
分別法

ダンボール ちゃんと分別してるかい？

日頃の悩み
一発解決！

鶴見区
資源化推進担当
藤本 譲司 係長

ダンボールの中に
ダンボールはダメ！



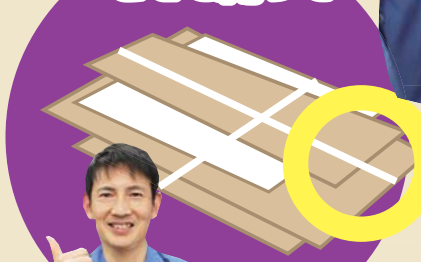
ダンボールは
マトリョーシカ
じゃないぜ！

ダンボールを
古紙入れにしない



違う品目を混ぜ
るとリサイクル
できないんだ！

折りたたんで
ヒモで縛って



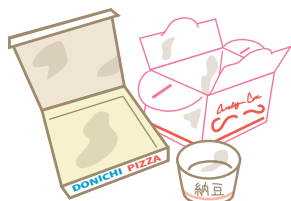
ばらけないよう
しっかり縛って
Good job!



ダンボールや新聞、
その他紙などの古紙は、
それぞれ別々にリサイクルし
ています。そうした資源物をき
ちんと分別し、リサイクルの質を
上げるためにも、正しい古紙
の出し方をもう一度、
お伝えします

こんな紙たちは古紙じゃないぜ！

汚れたもの！



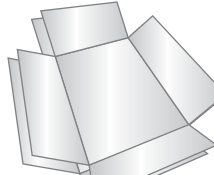
ピザ、ケーキの空箱や
納豆の紙容器

臭いの
付いたもの！



洗剤、石けんの紙箱や
アイス、カップ麺の紙容器

リサイクルに
向かないもの！



裏が銀色の紙パックや
銀紙、感熱発砲紙など

これら紙類は
古紙じゃないよ！
燃やすごみに
出してね

もっと詳しく知りたい人は [PR](#) 横浜市ごみと資源 [検索](#)

問 区役所資源化推進担当
☎ 510-1689 fax 510-1892
問 資源循環局鶴見事務所
☎ 502-5383 fax 502-5482

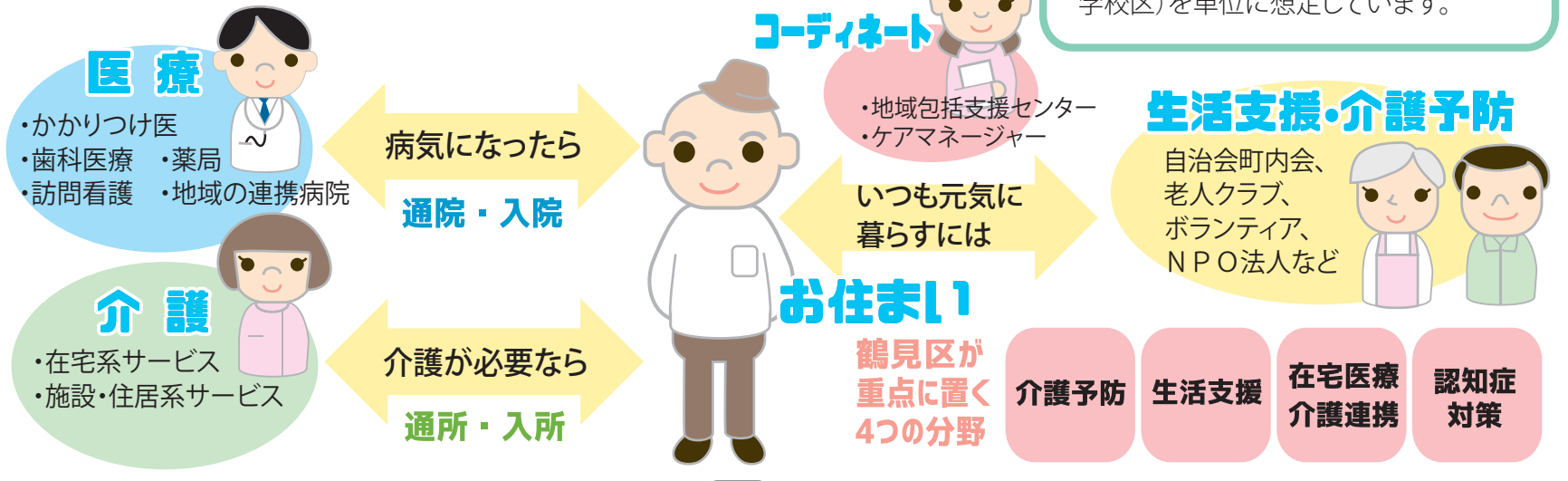
鶴見区役所は、第2・4土曜日(9時~12時)に戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部業務を行っています
横浜市鶴見区役所 〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央3-20-1 ☎ 510-1818(代表番号)

鶴見区のいま 293,560
(2020年4月1日現在) 141,451

1 地域密着で高齢者を支える仕組み ～地域包括ケアシステム～

鶴見区でも今後、ひとり暮らし高齢者や高齢者夫婦のみの世帯、認知症の人などが
増えることが予測される中、団塊世代が75歳以上となる2025年を目途に、高齢者が住
み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる仕組みや
体制づくりが求められています。そこで区では、4つの分野に重点を置いた仕組みづ
くり(地域包括ケアシステム)をもとに、皆さんの暮らしを支えています。

地域包括ケアシステムとは?
簡単に言えば、「地域密着で高齢者を
支える仕組み」のことで、高齢者が住み慣
れた地域で最期まで暮らせるよう、「介護
(予防)」「医療」「生活支援」「住まい」などが
切れ目なく提供される仕組み・体制です。
おおむね30分以内に必要なサービスが
受けられる日常生活圏域(具体的には中
小学校区)を単位に想定しています。



詳細は [HP](#) 横浜市地域包括ケア [検索](#) **問** 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 fax 510-1897

2 歯と口の健康はからだの健康につながります 早め早めの歯周病ケアを!

歯の健康は、口内だけではなく、からだ全体の健康につながります。
特に歯周病を放置しておくと、歯周病菌が血液などから体内に運ばれ、その他
さまざまな全身疾患と結びつく可能性があることも分かっています。その予防に
は、毎日のきちんとした歯みがき(セルフケア)と歯科医院で定期的にチェックを
受ける(プロフェッショナルケア)、そしてよく噛んで食べることなどが大切です。

こんな症状ありませんか?

- 歯を磨くと血が出る
- 歯茎が赤くはれている
- 口の中がネバつく
- 歯石が付いている
- 口臭が気になる
- 歯ぐきが下がってきた

**1つでもあれば
歯周病のサイン!**

予防の基本は毎日の「セルフケア」
そして、年に1~2回は歯科医院での
「プロフェッショナルケア」が大切!

歯周病は全身の病気にも影響します

糖尿病 肺炎 動脈硬化 心内膜炎 低体重児
出産

——例年6月に開催の「歯と口の健康週間イベント」は、中止となりました—— **問** 区役所健康づくり係 ☎ 510-1827 fax 510-1792

詐欺に騙されなさい!

CASH CARD

**どんな時でも
どんな人にも
キャッシュカードは絶対に渡さない!**

暗証番号は絶対に教えない! を実践してください!

昨年(1月~12月)の区内
キャッシュカード詐欺被害 ...28件 計2,111万8,000円

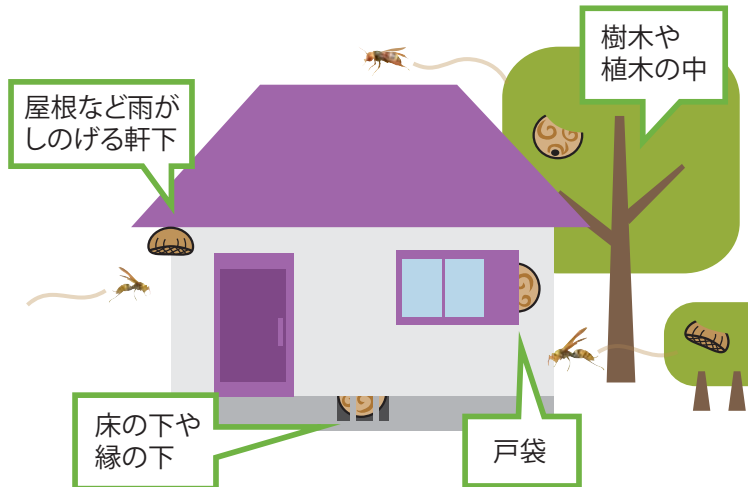
たとえ、家族や警察からの
連絡でも、キャッシュカードは
渡してはいけません!

問 区役所地域振興係 ☎ 510-1688 fax 510-1892

トピックス/コラム

3 ハチの対策は先手必勝! 早目の行動が肝心です

ハチは4~5月頃から巣を作り始め、その巣は7~9月にかけて大きくなり、危険度も増していきます。ハチの巣が小さいうちに発見できれば、比較的簡単に駆除ができ、費用も抑えられます。区役所では、駆除業者や駆除方法の案内、防護服の貸し出しを行っています。そして、巣を見つけたら、むやみに「近づかない」、「揺らさない」、「騒がない」ようにしましょう。



駆除する前に ハチの種類を 見極めましょう

人の生活圏で巣を作るハチは、多くの場合、スズメバチとアシナガバチです。特にスズメバチは攻撃性が高いため、駆除は専門業者に依頼しましょう。

スズメバチの巣



ボール型でマール模様。巣の穴はか所

アシナガバチの巣



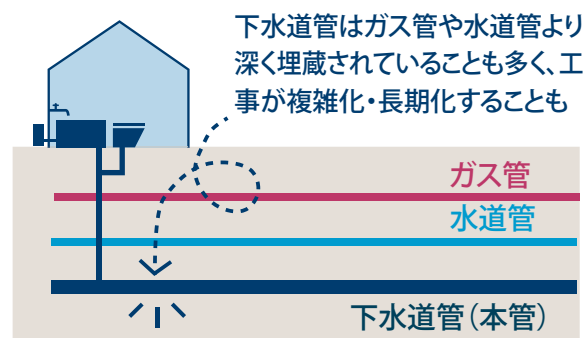
シャワーヘッド形で六角形の巣の穴が多数

区役所環境衛生係
☎ 510-1845 ㊚ 510-1718

4 古い下水道管を 新しい管に交換する 工事にご協力ください

市では高度経済成長期以降(昭和40年頃)からの水洗トイレなどの普及により、集中的に下水道を整備してきました。そのため、50年近くたった現在、老朽化した下水道管が急激に増えており、計画的に下水道の再整備を進めています。

工事の際は住居前を掘削したり、宅地内に入らせていただいたりする場合がありますが、その際は事前にお知らせしますので、ご協力をお願いします。



下水道管はガス管や水道管より深く埋蔵されていることも多く、工事が複雑化・長期化することもあります。

下水道管が老朽化し壊れると、こんなことに!



下水道管の破損で自宅のトイレやお風呂が使えなくなります。道路下で管が壊れると道路の陥没事故につながります(毎年市内で数十件も発生)

鶴見土木事務所下水道・公園係
☎ 510-1673 ㊚ 505-1318

5 皆さんの「マナビ」と「ヤルキ」を応援します!

「何か新しいことを始めたい」、「市民活動やボランティアについて知りたい」、「一緒に活動できる仲間を見つけたい」など、そんな皆さんのヤルキをつつま区民活動センターがお手伝いします。

センターでは、区内のサークル情報や区民利用施設のイベント・教室情報などを取りそろえているほか、生涯学習や市民活動を支援する機材や書籍の貸出も行っています。お気軽にご相談ください。



現在は新型コロナウイルス感染防止のため、一部利用を制限しています。詳細はホームページでご確認ください

つつま区民活動センター(区役所2階) ☎ 510-1694 ㊚ 510-1716

topics/column



大英自然史博物館 珍鳥標本盗難事件 ~なぜ美しい羽は狙われたのか~

20歳の音大生が大英自然史博物館トリング分館から大量の鳥の標本を盗んだ。単なる好奇心からこの事件を調べ始めた著者は、標本を未来に残す意義を知り、自分勝手な毛針愛好家たちに挑む。著者渾身のルポルタージュです。
カーク・ウォレス・ジョンソン/著 矢野真千子/訳

一般



まりーちゃんとおおあめ

大雨が降って、まりーちゃんは学校に行けません。水はどんどん増えて、まりーちゃんの家のおもちゃまで水に流れてしまいました。「2かいにいくんだよ」、お母さんが叫びます。大雨のあとのみんなの助け合いまで描かれた絵本です。
フランソワーズ/ぶん・え きじまはじめ/やく

児童

本のひととき

鶴見図書館から

ここでは、鶴見図書館の司書が毎月お薦めする書籍(一般・児童書)をご紹介します

これからの台風はいままでとは違う!

大型台風への「備え方改革」

～一歩先の風水害防災～

近年、大型化する台風、鶴見川、多摩川の2本の河川を抱える鶴見区民としてどう向き合い、どう備えればいいのか。その心構えやヒントを探ります。



豊岡地区連合
木佐美 信行会長
(豊岡小学校)

台風19号体験者に聞く
避難所で起きたいろいろ。あの日の教訓はなんですか?

昨年10月の台風19号で避難所設営を経験しました。朝から雨の降る中、少人数で物資を運び、何とか開設しました。その後、屋根から続々と避難者が体育館に押し寄せましたが、床に敷くマットが不足したため、町内会の座布団を貸し出すなどしてしのぎました。避難場所には何でもあると思われがちですが、実際は最低限の水と食料のみの備蓄のため、必要なものは各自で用意することをお願いします。そして、できることなら避難所開設の準備にも人手が必要なため、地域の皆さんにご協力いただくと助かります。それが今回、私が感じたことであり、今後の教訓でもあります。

昨年の台風での教訓

最低限の所持品を
各自、食料や水を持つての避難を伝えましたが、伝達が行き届かず、手ぶらでくる人も。正確な伝達の大切さを実感しました。
避難場所は非日常です。少しでも快適に過ごせる工夫を。夜は暗いので懐中電灯は1人ひとつずつあると便利です。

緊急時こそ早目の行動
豪雨の中での開設準備は大変です。予報を見てもっと早くから動き、地域の人とも協力しながら準備できたよかったです。
避難場所に関する情報発信が急だったために、隔々まで伝わりませんでした。緊急時こそ早めの発信が大切です。

【これからの備えと心構え】

家の備え

- 自転車や物置は飛ばされないように固定
- 屋根は普段から点検を
- マンホールや崖、川には近づかない

避難の経路

浸水しても通れる道を確認

テレビやツイッターで最新の情報を

情報の収集

停電に備え車の燃料やモバイルバッテリーを満タンに

警報や避難情報の情報を自分で収集しましょう

ライフライン

断水対策には浴槽に水を溜め生活用水に

水、食料品は必ず用意しましょう

備蓄

普段から多めに買い置く「ローリングストック」がおすすめ

自転車や物置にも注意!?
外に置いてある物は中へ

強風により屋根や、外に置いていたものが飛んでしまうと、他人にケガをさせてしまい、賠償問題に発展することもあります。大型台風では自転車や物置も飛ぶ程の強い風が吹くため、大きなものをこそ油断せずしっかりと固定をしましょう。

段差解消ブロックで浸水も今一度家周辺の安全確認!

洪水・内水ハザードマップで、家の周りで安全に通れる道を確認しましょう。川や崖の近くは危険です。マンホールも浸水で外れると、落とし穴になるので避けます。また、雨水ますや側溝のつまりも浸水の原因になるので接近前には掃除をしましょう。台風19号では雨水ますの上に置いた段差解消ブロックが原因で浸水が発生しました。

電気や水道の断絶も。色々なものを満タンに

大雨や強風で、電気や水道、ガスが止まってしまうことがあります。停電対策にはランタンや懐中電灯を人数分、モバイルバッテリーは接近前にフル充電しておきましょう。そのほか、事前に車の燃料を満タンにしておくこと携帯電話の充電などもできていざという時便利です。断水対策には、飲料水はもちろん生活用水の確保のため浴槽に水を溜めておくことがおすすめです。

さまざまなツールで正確な情報収集をする

警報や避難情報を知ることができれば自分の命も守れません。テレビ・ラジオ・インターネットなどで自ら情報収集しましょう。ツイッターやEメール(紙面下部)も活用しましょう。とくにお年寄りや小さいお子さんがいるご家庭などは早めの対応が必要です。

「普段から多めの備蓄」が鉄則

昨年話題の買い占め問題も、みんなに備えがあれば混乱も少なかったはず。特に水、食料品(そのまま食べられるものなど)は必ず用意しましょう。普段使うものは多めに買い置き補充するローリングストックがおすすめです。普段から多めに備蓄、が鉄則です。

「避難のハテナ」

Q どのタイミングで避難するの?

「避難勧告」が出たら避難開始です。つまり、「避難勧告」が出る前から避難の準備が必要となります。また、高齢者やお子さんがある家庭など避難に時間がかかる人はそれより前の「避難準備・高齢者等避難開始」で避難開始です。台風が来ると分かったら準備を始めましょう。また、川のはん濫情報にも注意しましょう。

Q 何を持っていけばいいの?

避難場所には最低限の備蓄しかありません。自分の持ち物次第で過ごし方も変わります。水や食料など必要なものは各自で用意しましょう。就寝用の毛布、アイマスク、耳栓や、モバイルバッテリーなどもあったら便利です。

Q どこに避難するの?

まずは家が浸水想定外地域かをハザードマップで確認しましょう。かつ、マンション・頑丈な建物にお住まいか、2階の安全が確保できる場合は家の2階以上に避難します。それ以外の場合は市区ホームページ、市防災情報Eメール、Yahoo!防災速報で開いている複数の避難場所を確認し(電話でも可)避難してください。しかし夜中や浸水が始まっている場合は家の2階に避難します。

Q ペットが心配。連れて行ってもいい?

ペットは同行避難することができません。しかし避難場所ではケージでの生活になり、ペットにストレスがかかります。鶴見区洪水ハザードマップを確認し、2階まで浸水しないエリアであればペットと自宅の2階での避難も選択肢に入れましょう。

区役所から まずは自分の身を守る。そのための万全の準備を

風水害の大きな特徴は「事前にある程度予測できる」ことです。台風は地球温暖化の影響で、将来的により大型化するといわれています。皆さんは、区のハザードマップを見たことはありますか? 避難場所の候補は頭にありますか?

去年の台風19号で18区中最多の2,827人が区内で避難をしました。鶴見区には鶴見川、多摩川があり、一旦氾らんするとあっという間に大規模浸水が起きてしまいます。実際、台風19号で多摩川が氾らんした川崎市では大きな被害がでてしまいました。

これからは皆さん一人一人、今までも危機感を持った「備え方改革」が必要です。明日は我が身と考え、自分の身は自分で守りましょう。今年もきつと、台風はやってきます。



区役所危機管理・地域防災担当係長
向井 正臣

問 区役所危機管理・地域防災担当
☎ 510-1656 ㊟ 510-1889

の情報収集

フォロー3,000人超! 鶴見区災害情報ツイッター
災害時に避難所の開設状況などの緊急情報をお知らせします。ツイッターホーム画面から、「鶴見区災害情報」を検索。「フォローする」をクリックすれば登録完了です。

横浜市防災情報Eメール
事前の登録で、地震、津波、気象警報・注意報、河川水位等の情報を得られるサービスです。登録は簡単! 右記コードから空メールを送信し、届いた案内に沿って登録するだけです。

緊急速報メール(エリアメール)
災害などの緊急時に、携帯電話に国や県・市より災害情報、避難情報を配信するものです。受信時には画面の表示や警告音でお知らせします。登録は不要です。

11か国語に対応! Safety tips (訪日外国人向け災害時情報提供アプリ)
国内における緊急地震速報及び津波警報、特別警報、噴火速報、熱中症情報、避難勧告などを自動でお知らせする観光庁監修の多言語(11か国語)アプリです。

つるみMACHI検定

「つるみMACHI検定」は、つるみ区民活動センターが令和元年に「つるみMACHI塾※」の受講者の皆さんとともに作成した、区の歴史や文化などに関するクイズです。皆さんもぜひ「つるみMACHI検定」に挑戦してみてください。(50問中5問抜粋)
 ※区民が区の魅力を学ぶ場として平成29年度より開催されている講座です

Q1 安養寺に眠るトマトケチャップの創始者は?
 ①清水與助 ②関口與助 ③佐久間與助

Q2 總持寺の総面積と同じ位なのは?
 ①日産スタジアム ②東京ドーム ③ディズニーランド

Q3 JR鶴見線にある駅の数はいくつ?
 ①15 ②11 ③13

Q4 生麦の「蛇も蚊も」は約何年目を迎えたお祭り?
 ①100年 ②200年 ③300年

Q5 生麦事件で落命したイギリス人の名前は?
 ①マーシャル ②クラーク ③リチャードソン

【解答】Q1:① Q2:③ Q3:③ Q4:③ Q5:③

問 つるみ区民活動センター ☎ 510-1694 fax 510-1716

まちづくりや住民の交流支援など、地域課題を解決するための新たなチャレンジを支援します!

鶴見区新たなチャレンジ応援補助金

区民が自主的に取り組む地域の課題解決に向けた事業について、新たな立ち上げ、または既存の事業を発展させる取組を支援します。(補助額上限10万円)
 ① 5月22日までに申請書を ☎
 ※詳細は、募集案内(区役所等で配布)または HP

HP 鶴見新たなチャレンジ応援 検索 問 区役所地域力推進担当 ☎ 510-1678 fax 504-7102

外出を控えている皆さんにおすすめ! 家でもできる「ひざひざワックン体操」

「ひざひざワックン体操」は、ひざ痛対策として考案された体操です。外出を控え体を動かす機会が減った人はぜひ挑戦してみてください。

動画はこちら

HP ひざひざワックン体操 検索

問 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 fax 510-1897

三ツ池公園(文化・環境)フェスティバル開催中止のお知らせ 問 区役所区民活動支援係 ☎ 510-1691 fax 510-1892

令和2年5月16日(土)に開催を予定していた「三ツ池公園(文化・環境)フェスティバル」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止いたします。ご理解くださいますようお願いいたします。

お知らせ Information

●費用の記載がないものは無料です ☎日時・期間 ④会場 ⑤対象 ⑥先着 ⑦抽選 ⑧費用 ⑨はがき ⑩往復はがき ⑪必要事項(行事名、〒住所、氏名、電話番号) ⑫窓口 ⑬当日直接 ⑭郵送 ⑮持ち物 ⑯申込み ⑰問合せ ⑱電話 ⑲ファクス ⑳Eメール ㉑HP ホームページ ㉒保育あり ●区役所への郵送は「〒230-0051 鶴見中央3-20-1 鶴見区役所〇〇係」、そのほかは各施設へ

掲載中のイベント等は中止・延期となる場合がありますので、事前に問合せ先へご確認ください

区役所から

第1回つるみMACHI塾 もっと知りたい! 鶴見の郷土史:生麦編 悪疫退散や豊作豊漁を祈願して300年続いている「蛇も蚊も祭り」や「生麦事件碑」の変遷をたどります

☎ 5月27日(水)18時~19時30分(開場17時30分) ④ つるみ区民活動センター(区役所2階) ⑤ 成人 ⑥ 30人 ⑦ (17時以降は夜間入口を利用) ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため会場が利用できない場合は中止となります。参加前にホームページ等で確認ください

問 つるみ区民活動センター ☎ 510-1694 fax 510-1716

司法書士による無料法律相談会 相続、遺言、贈与、不動産登記、成年後見など、法律問題についてお答えします

☎ 5月20日(水)18時30分~20時30分(受付は18時30分~19時30分) ④ 鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ1 6階) ⑤ 8人 ⑥ ※新型コロナウイルス感染症の影響で鶴見公会堂が閉鎖となった場合は中止

問 神奈川県司法書士会 ☎ 641-1372 fax 641-1371

土壌混合法講習会 微生物の力で生ごみを土に変える方法を実演。土壌混合法を普及させる3R夢サポーターも募集中

☎ 5月11日(月)13時30分~14時 ④ 区役所1階区民ホール ⑤ 問 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 fax 510-1892

施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください

入船公園

〒230-0044 弁天町3-1 ☎ 501-2343 ④ 無休

① 早朝テニス ☎ 5月7日(木)~10月31日(土) ① 6時~8時 ② 6時~9時 ③ ¥1,200円 ④ 3,300円 ⑤ 各4人 ⑥ 前日17時までに ☎ ② 健康ノルディックウォーク ☎ 5月12日(火)から毎週火曜日10時~11時 ¥100円 ③ 運動できる服装、ポール※貸し出しあり(先15人) ④ ③ ベーゴマ教室 ▶ 初心者にも丁寧に教えます ☎ 5月17日(日)10時~11時30分 ⑤ ④ チューリップ球根掘り ▶ お持ち帰りできます ☎ 5月23日(土)・24日(日)10時~12時 ⑥ ⑤ 天然アロマで虫除けスプレー ▶ 赤ちゃんにも使える安心な虫よけスプレーです ☎ 5月24日(日) ① 14時~15時 ② 15時~16時 ③ 各10人 ④ 各300円 ⑤

駒岡地区センター

〒230-0071 駒岡4-28-5 ☎ 571-0035 fax 571-0036 ④ 第3月曜

① おもちゃの病院 ☎ 5月16日(土)10時~14時 ② 未就学児と保護者 ③ 20組 ④ 5月11日10時から ⑤

② 造花とビーズを使ったメッセージボード作り ☎ 5月30日(土)13時~15時 ③ 18人 ④ ¥300円 ⑤ 5月16日10時から ⑥

③ 駒岡おはなしの会 ☎ 5月27日(水)10時30分~11時 ④ 未就学児と保護者 ⑤ 10組 ⑥ 5月12日10時から ⑦

好きな造花とビーズを組み合わせて作ります

末吉地区センター

〒230-0011 上末吉2-16-16
☎572-4300 ☎586-1229 ☎第4月曜

- ①土曜オメガゆるストレッチ ☎6月6日(土)9時30分～10時30分 成人 先35人 ¥300円 持 飲み物、汗ふきタオル 直
- ②超簡単うちごはん ▶自宅でも気軽に作れる、おいしい時短レシピで作ります ☎6月9日(火)10時～13時 成人 先16人 ¥1,200円 持 エプロン、マスク、三角巾、手拭きタオル 申 6月2日10時から 窓
- ③子どもと若者のひろば“アソViVa”in末吉 ☎6月6日(土)13時～18時 18歳以下 先20人 直
- ④末吉パソコン相談室 ☎6月3日(水)13時30分～16時 18歳以上 先各10人 直

鶴見中央コミュニティハウス

〒230-0051 鶴見中央1-31-2シーグレン内
☎511-5088 ☎511-5089 ☎第3水曜

- ①鶴見中央コミュニティハウス開館10周年記念コンサート「サウンドオブミュージックの世界を歌と演奏と語りで」☎6月7日(日)14時～15時 先80人 直
- ②ストレッチ プロの演奏家の皆さん
- &リンパマッサージ ☎6月15日・29日、7月13日・27日、8月3日の月曜日(全5回)17時50分～18時50分 成人 先18人 ¥1,500円 申 5月18日10時から 窓(☎は14時から)



プロの演奏家の皆さん

新鶴見小学校コミュニティハウス

〒230-0002 江ヶ崎町2-1
☎574-1976 ☎火・木曜

- ①わくわくリズムリトミック～お父さんと遊ぼう!!～ ☎6月7日(日)10時～10時45分 未就学児と保護者 先10組 ¥500円 申 5月11日9時30分から 窓
- ②赤ちゃん生まれ!! ▶和室解放、情報交換の場に ☎6月8日(月)10時～12時 1歳以下の子と保護者 先10組 直
- ③かこさんの読み聞かせ ☎6月8日(月)11時～11時30分 直
- ④ママカフェ*新鶴見▶おしゃべり・情報交換に。飲み物・お菓子付き ☎6月1日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者 直
- ⑤新鶴見子育て相談 ☎毎週金曜日10時～12時 未就学児と保護者 直
- ⑥ハマハダ新鶴見 ☎開館日9時～12時 未就学児と保護者 直

生麦地区センター

〒230-0052 生麦4-6-37
☎504-0770 ☎504-2662 ☎第3月曜

- ①パソコン相談室 ☎6月11日(木)13時30分～15時30分 成人 先10人 申 5月11日9時30分から 窓(☎は13時から)
- ②はなしのお宿 ☎6月4日(木)11時～11時30分 未就園児と保護者 先20組 直
- ③なまむぎ子育て相談 ☎5月12日～6月9日の毎週火曜日10時～12時 未就園児と保護者 先各20組 直
- ④生麦にここサロン ☎5月25日(月)10時～11時30分 未就園児と保護者 直

潮田公園コミュニティハウス

〒230-0037 向井町2-71-2潮田公園内
☎511-0880 ☎511-0851 ☎第2月曜

- ①～⑥の申は5月12日9時30分から 窓(☎は10時から)
- ①多肉植物の寄せ植え ☎6月4日(木)13時30分～15時 成人 先10人 ¥1,000円
- ②植物染め(ビワの葉) ☎6月10日(水)13時30分～16時30分 成人 先10人 ¥500円
- ③あつまれ潮田キッズ ☎6月14日(日)10時～12時 小学生以下(未就学児は保護者同伴) 先20人
- ④帽子作り ☎6月15日(月)・16日(火)(全2回)9時30分～12時 成人 先10人 ¥1,000円



つばが広めで日差しが強くなる季節にぴったりの帽子です

- ⑤父の日プレゼント ☎6月21日(日)10時～12時 先10人 ¥大人100円
- ⑥歌声ひろば ☎6月27日(土)13時30分～15時30分 先30人
- ⑦ペーパークラフトでお花作り(スズラン) ☎6月29日(月)9時30分～12時 成人 先10人 ¥300円 申 5月25日9時30分から 窓(☎は10時から)

寺尾地区センター

〒230-0076 馬場4-39-1
☎584-2581 ☎584-2583 ☎第4月曜

- ①つるしびな教室 ☎6月～11月の第2火曜日(全6回)10時～12時 成人 先12人 ¥3,800円 申 5月12日10時から 窓(☎は13日から)
- ②夏に向けての英国式ハンギング ▶植物を吊り下げて飾ります ☎6月14日(日)10時30分～12時30分 成人 先10人 ¥2,500円 申 5月16日10時から 窓(☎は17日から)



季節の花を使います

- ③キッチンでできるフライパンくん製料理 ▶チーズやちくわなど身近な食材を使って作ります ☎6月13日(土)13時～16時 成人 先12人 ¥800円 申 5月16日10時から 窓(☎は17日から)

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1
☎585-6552 ☎第3火曜

- ①紙芝居教室 ☎5月12日(火)10時30分～11時30分 直
- ②第1回園芸講座 ☎6月6日(土)13時～15時 先10人 ¥1,000円 直

矢向地区センター

〒230-0001 矢向4-32-11
☎573-0302 ☎573-0304 ☎第2月曜

- ①初めての「ゆかた着付け教室」▶浴衣の着付け方、帯の結び方、ヘアアレンジの方法など ☎6月4日・11日の木曜日(全2回)17時30分～20時 小学生以上(小中学生は保護者同伴) 先10組 ¥1,000円 申 5月12日9時30分から 窓
- ②誰でもすぐ描ける「楽しい文字絵がみ(福文字)教室」☎6月～8月の毎月第3木曜日(全3回)10時～12時 成人 先12人 ¥2,000円(教材費込み) 申 5月18日9時30分から 窓



文字は筆ペン、絵は水彩絵具を使います

- ③父の日のプレゼント▶お父さんが喜ぶ「本格ピザ」作り ☎6月20日(土)10時～12時 小中学生(小学3年生以下は保護者同伴) 先16人 ¥500円 申 5月20日9時30分から 窓
- ④矢向おもちゃ病院 ☎6月20日(土)①10時から②11時から③13時から④14時から 先各5点(1人2点まで) 申 5月20日9時30分から 窓



ソースを手作ります

潮田地区センター

〒230-0048 本町通4-171-23
☎511-0765 ☎511-0760 ☎第4月曜

- ①夏の絵手紙教室 ▶初心者でも簡単に描ける水彩画の絵手紙です ☎6月30日(火)13時30分～16時 成人 先12人 ¥300円 持 手拭きタオル、描きたいもの、あれば毛筆(細・太) 申 5月18日9時30分から 窓(☎は19日から)
- ②潮田子育て相談 ☎5月13日～6月10日の毎週水曜日10時～12時 未就学児と保護者 直

市場小学校コミュニティハウス

〒230-0004 元宮1-13-1
☎574-1972 ☎火・木曜

- 大人の語りの会 ▶大人向けの朗読。音楽の生演奏も ☎6月5日(金)13時30分～14時45分 直

寛政中学校コミュニティハウス

〒230-0034 寛政町23-1
☎503-3808 ☎火・木曜

- アロマでつくる虫よけスプレー ▶薬品を使わないので小さなお子さまにも安心の虫よけスプレーです ☎6月20日(土)14時～16時 成人 先15人 ¥500円 申 6月1日9時30分から 窓(☎は13時から)

鶴見スポーツセンター

HP 横浜市鶴見スポーツセンター 検索
〒230-0004 元宮2-5-1 ☎584-5671 ☎584-5673 ☎第2月曜
夏季定期教室【7月～9月】

①②③は全8回、④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺は全9回、⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺は全11回、その他は全10回 記載のないものは16歳以上 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き 申 5月20日までに HP か 必要事項、希望教室(1教室のみ)、性別、年齢、生年月日、過去1年間の参加の有無、市外在住者は勤務先が学校名を明記して 往 / 詳細は ☎ か HP

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
①目覚めのバレエヨガ教室 9時～9時50分 抽40人 6,030円	④バドミントン教室(中級) 9時～10時45分 抽55人 9,900円	⑧卓球教室(水曜) 9時～10時45分 抽70人 7,700円	⑱背骨コンディショニング 13時40分～14時50分 抽40人 6,100円	⑲体カステップアップ教室 サクラ 13時～14時15分 抽各30人 各3,600円	⑳体幹エクササイズ 15時50分～16時50分 抽20歳以上 抽30人 3,800円
②骨盤エクササイズ教室 9時30分～10時30分 抽30人 4,950円	⑤減量教室 バラ 9時15分～10時45分 抽各30人 各4,400円	⑨体力アップ教室 9時15分～10時45分 抽40歳以上 抽50人 4,180円	⑲体カステップアップ教室 コスモス 14時25分～15時40分 抽各30人 各3,600円	㉑ナイトバドミントン 19時～20時45分 抽22人 9,900円	㉒バドミントン教室(初級) 9時～10時45分 抽33人 9,900円
③ヨガ教室(月曜) ※☎ 12時～12時50分 抽30人 (☎4,950円)	⑥いきいき健康づくり教室 11時15分～12時45分 抽60歳以上 抽100人 3,800円	⑩ピラティス教室 11時30分～12時20分 抽30人 6,050円	㉑ナイトバドミントン 19時～20時45分 抽22人 9,900円	㉓卓球教室(金曜) 9時～10時45分 抽28人 7,700円	㉔はつらつ健康づくり教室 11時15分～12時45分 抽60歳以上 抽100人 3,800円
	⑦太極拳教室(火曜) 13時15分～14時45分 抽75人 5,500円	⑪ヨガ教室(水曜) 9時50分～10時50分 抽30人 5,360円	㉔はつらつ健康づくり教室 11時15分～12時45分 抽60歳以上 抽100人 3,800円	㉕姿勢デザイン教室 11時20分～12時10分 抽14人 11,000円	㉖転倒予防教室(金曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 3,800円
	⑧卓球教室(水曜) 9時～10時45分 抽70人 7,700円	⑫転倒予防教室(水曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 4,180円	㉖転倒予防教室(金曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 3,800円		
	⑨体力アップ教室 9時15分～10時45分 抽40歳以上 抽50人 4,180円	⑬美筋BODY MAKE教室 9時～9時50分 抽20人 11,000円			
	⑩ピラティス教室 11時30分～12時20分 抽30人 6,050円	⑭太極拳教室(木曜) 9時～10時30分 抽125人 5,500円			
	⑪ヨガ教室(水曜) 9時50分～10時50分 抽30人 5,360円	⑮健康美体操教室 10時45分～12時5分 抽16歳以上女性 抽100人 4,400円			
	⑫転倒予防教室(水曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 4,180円	⑯社交ダンス教室(初級) 11時5分～12時15分 抽各50人 各6,100円			
	⑬美筋BODY MAKE教室 9時～9時50分 抽20人 11,000円	⑰社交ダンス教室(中級) 12時20分～13時30分 抽各50人 各6,100円			
	⑭太極拳教室(木曜) 9時～10時30分 抽125人 5,500円	⑱背骨コンディショニング 13時40分～14時50分 抽40人 6,100円			
	⑮健康美体操教室 10時45分～12時5分 抽16歳以上女性 抽100人 4,400円	㉑ナイトバドミントン 19時～20時45分 抽22人 9,900円			
	⑯社交ダンス教室(初級) 11時5分～12時15分 抽各50人 各6,100円	㉒バドミントン教室(初級) 9時～10時45分 抽33人 9,900円			
	⑰社交ダンス教室(中級) 12時20分～13時30分 抽各50人 各6,100円	㉓卓球教室(金曜) 9時～10時45分 抽28人 7,700円			
	⑱背骨コンディショニング 13時40分～14時50分 抽40人 6,100円	㉔はつらつ健康づくり教室 11時15分～12時45分 抽60歳以上 抽100人 3,800円			
	⑲体カステップアップ教室 サクラ 13時～14時15分 抽各30人 各3,600円	㉕姿勢デザイン教室 11時20分～12時10分 抽14人 11,000円			
	⑲体カステップアップ教室 コスモス 14時25分～15時40分 抽各30人 各3,600円	㉖転倒予防教室(金曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 3,800円			
	⑳体幹エクササイズ 15時50分～16時50分 抽20歳以上 抽30人 3,800円				
	㉑ナイトバドミントン 19時～20時45分 抽22人 9,900円				
	㉒バドミントン教室(初級) 9時～10時45分 抽33人 9,900円				
	㉓卓球教室(金曜) 9時～10時45分 抽28人 7,700円				
	㉔はつらつ健康づくり教室 11時15分～12時45分 抽60歳以上 抽100人 3,800円				
	㉕姿勢デザイン教室 11時20分～12時10分 抽14人 11,000円				
	㉖転倒予防教室(金曜) 13時30分～14時45分 抽60歳以上 抽40人 3,800円				
	㉗女性のためのボディケア教室 9時30分～10時45分 抽20歳以上の女性 抽30人 4,840円				

地域子育て支援拠点 わっくんひろば

〒230-0062 豊岡町38-4
☎582-7590 ☎582-7591 休日・月・祝

①横浜子育てサポートシステム「お子さんを預かる人大募集!」(常時) ▶地域ぐるみでの子育て支援を目指しています 園 横浜子育てサポートシステム鶴見区支部 ☎582-7610 ②赤ちゃん体操とママビクス ☎6月2日(火)10時30分～11時45分 ③3か月以下の子と母親 ④先 15組 ⑤申 5月12日11時45分から ⑥窓か ☎ ③栄養士相談 ▶離乳食や幼児食の悩みなどの相談 ☎6月3日(水)10時30分～11時30分(受付終了11時) ⑦未就学児と保護者 ⑧先10組 ⑨

地域子育て支援拠点 わっくんひろばサテライト

〒230-0003 尻手1-4-51
☎642-5710 ☎585-0051 休日・月・祝

①看護師さんのミニ講座「日焼け止めの使い方」▶講座の後は個別の看護師相談を実施(受付は11時まで) ☎5月14日(木)10時30分～10時45分 ②未就学児と保護者 ③ ②手遊びわらべうた ☎5月22日(金)①10時30分から②11時から③11時25分から ④未就学児と保護者(①寝返りまでのお子さん②おすわりハイハイのお子さん③歩くお子さん) ⑤先各20組 ⑥ ③ちっちゃな読み聞かせ ☎5月29日(金)10時30分～11時(15分入替制) ⑦未就学児と保護者 ⑧先各8組 ⑨

鶴見川漕艇場

〒230-0004 元宮2-6
☎582-8680 休月曜

①②③の ④は、初心者で小学4年生～70歳くらいまで ⑤は、動きやすい服装、飲み物、着替え、帽子、濡れてもよい靴 ※サンダル不可(①②は昼食も) ①初心者からのカヌー教室 ☎6月13日(土)10時～15時 ⑥12人 ⑦¥5,000円(中学生以下2,500円) ⑧申5月19日9時から ☎ ②初心者からのボート教室 ☎6月14日(日)10時～15時 ⑥20人 ⑦¥3,000円(中学生以下1,500円) ⑧申5月19日9時から ☎ ③平日ボート教室 ☎6月18日(木)13時～16時 ⑥5人 ⑦¥2,000円(中学生以下1,000円) ⑧申5月28日9時から ☎

みその公園「横溝屋敷」

〒230-0073 獅子ヶ谷3-10-2
☎574-1987 ☎574-2087 休第1・3月曜
☎qq2h4dy9n@dance.ocn.ne.jp

美食会 ▶輪島塗の食器と鶴見・輪島の食材で料理を味わいましょう ☎6月14日(日)12時～14時(11時30分から受付) ①小学生以上 ②先20人 ③¥3,000円 ④申5月15日9時30分から ⑤窓か ☎または ☎



季節の食材を使った料理です(写真はイメージ)

鶴見区民文化センターサルビアホール

〒230-0051 鶴見中央1-31-2 シークレイン内
☎511-5711 ☎511-5712 休第3水曜
HP サルビアホール 検索

①「鶴見に響く歓喜の歌 わたしたちの第九」合唱団員募集 ▶詳しい練習日程・会場についてはお問い合わせください ☎ 練習:8月～11月に月3回程度 本番:12月5日(土)14時～16時 ①中学生以上(区在住・在勤・在学者優先) ②抽 100人 ③¥ 中学生:5,000円 一般:10,000円 ④持カワイ出版の楽譜(500円) ⑤申5月31日まで申込書に ⑥必要事項を記入の上 ⑦窓か ☎、☎、HP ②サルビアアカデミー#54「カリンバ」▶アフリカの伝統楽器「カリンバ」を演奏 ☎7月11日(土)①11時～13時②14時30分～16時30分 ③小学生以上(小学生は保護者同伴) ④先各10人 ⑤¥ 各2,800円 ⑥申5月11日9時から ⑦窓か ☎、☎、HP ③さるびあ落語 春風亭弁橋 ☎7月8日(水)14時～15時 ④小学生以上 ⑤先100人 ⑥¥ 500円 ⑦申5月13日10時から ⑧窓(☎)は14時から



春風亭弁橋さん

ふれーゆ

〒230-0045 末広町1-15-2
☎521-1010 ☎521-1099 休第2火曜

①パーソナルレッスン(プール) ☎①5月19日・26日、6月2日の火曜日16時～16時30分、16時30分～17時②5月17日～6月7日の毎週日曜日10時～10時30分、10時30分～11時、13時～13時30分、13時30分～14時 ③小学生以上 ④先各1人 ⑤¥ 各3,300円 ⑥持 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル ⑦申5月11日から ⑧窓か ☎ ②初心者健康麻雀教室 ☎毎週火・木曜日①10時～12時30分②14時～16時30分 ③60歳以上優先 ④先各16人 ⑤¥ 各1,530円 ⑥☎ ③コーラス教室 ▶みんなで歌おう懐かしの曲 ☎毎週火曜日10時～12時 ④60歳以上優先 ⑤先各20人 ⑥¥ 各1,020円 ⑦☎ ④色を楽しむ塗り絵教室 ☎5月11日・25日、6月8日の月曜日10時30分～12時 ⑧60歳以上優先 ⑨先各10人 ⑩¥ 各510円 ⑪申5月11日から ⑫窓か ☎ ⑤手づくりソーイング教室 ☎5月16日、6月6日の土曜日11時30分～14時 ⑬60歳以上優先 ⑭先各10人 ⑮¥ 各1,530円 ⑯申5月11日から ⑰窓か ☎

健(検)診・教室

*原則として5月11日～6月10日の予定 *場所の記載がないものは区役所1階「福祉保健センター(健診会場)」で実施 *予約制は電話かファクスでの予約が必要です

健(検)診・教室名

内容・日時・場所など

【予約・問合せ】 こども家庭係

☎510-1850 ☎510-1887

乳幼児健診	4か月児	5月12日・19日・26日、6月2日・9日の火曜日	8時50分～9時45分受付
※詳細は、対象者へお送りする個別通知をご覧ください	1歳6か月児	5月15日・22日・29日、6月5日の金曜日	8時50分～9時45分受付
	3歳児	5月14日・21日・28日、6月4日の木曜日	12時50分～13時45分受付
乳幼児・妊産婦婦科相談《未就学児・妊産婦》		5月14日(木)9時30分～11時受付	予約制
母親・両親教室《全3回》 《安定期(5か月～9か月)の妊婦》 ※3回目はプレパパにオススメ		6月①1日(月)午後②15日(月)午前③24日(水)午前 ①13時30分～16時(13時15分から受付) ②③9時45分～12時(9時30分から受付)	

【予約・問合せ】 健康づくり係

☎510-1832 ☎510-1792

こどもの食生活相談	離乳食やこどもの食生活についての個別栄養相談	5月14日(木)・26日(火)9時～10時・11時～	☎区役所2階栄養相談室	予約制
離乳食教室 《7か月～8か月児(2回食)と保護者》	離乳食の話、調理実演、試食など	6月23日(火)①13時15分～14時15分②14時45分～15時45分	☎区役所2階栄養相談室 ③先各回20組 ④申6月1日8時45分から	予約制
親子わくわく歯っぴい講座 《6か月～1歳1か月未満の乳幼児と保護者》	むし歯予防の話、歯みがき実習、歯周病リスクチェックなど	6月11日(木)10時～11時	⑤先20組 ⑥申5月11日8時45分から	☎
食生活・禁煙・健康相談	生活習慣病や健康・栄養・禁煙に関する個別相談	5月19日(火)13時～14時・15時～、5月25日(月)9時～10時・11時～		予約制
依存症問題を抱える家族学習会《アルコール・薬物・ギャンブル依存症などの問題で悩んでいる家族》	専門家などを囲んだグループ相談	5月12日、6月2日の火曜日14時～16時	☎神奈川区役所本館4階第3会議室	予約制
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談		5月13日、6月10日の水曜日14時～16時	☎区役所3階3番	予約制

※胃がん・肺がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診(PSA検査)は、お近くの協力医療機関で受診できます。詳細は健康づくり係(☎510-1832)までお問い合わせください
※次の人はがん検診、検査の受診料が免除されます
①後期高齢者医療制度が適用される人…「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちください ②生活保護世帯の人…「休日・夜間等診療依頼証」をお持ちください ③中国残留邦人支援給付制度が適用される人…「本人確認証」をお持ちください ④上記の①～③を除く70歳以上(2020年4月1日現在)の人…健康保険証など年齢が確認できるものをお持ちください ⑤市県民税非課税世帯・均等割のみ課税世帯の人…あらかじめ健康づくり係(☎510-1832)で減免申請を行ってください

鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオベル鶴声2階
☎504-5619 ☎504-5616
HP 鶴見区 社協 検索

ボランティア入門講座&体験会 ☎5月15日(金)、6月15日(月)、7月15日(水)10時～11時30分 ①先各10人 ②申5月11日から ③窓か ☎ または ④必要事項、講座名を記入の上 ⑤faxか ☎

善意銀行への寄付【2月14日～3月14日・敬称略】
吉兆グループ、キコーナ鶴見中央店、たすけあいエプロン

広報よこはま鶴見区版はこちら

HP 広報よこはま鶴見区 検索



区役所からの情報は、鶴見区ホームページもご覧ください

HP 横浜市鶴見区 検索



鶴見の魅力スポットを探せる「デジタル観光マップ」はこちら



編集発行 横浜市鶴見区役所広報相談係

〒230-0051 鶴見区鶴見中央3-20-1
☎045-510-1680 ☎045-510-1891