

# つるみ NO.295 2022



おいしい商店街紀行  
この味に出会いに

割ってから醤油をつける  
ひと手間がおいしさの秘密



備長炭でじっくり焼き上げた国焼きせんべい

## 手焼きせんべい

響橋のそばにある住宅街の一角で、本格的なせんべいを焼いているのが力煎です。店内には常に20種類以上のせんべいが並び、口コミで評判を聞いた人が多く訪れるそうです。店主の岩崎さんは、都内の老舗せんべい店で3年間修行を積み、2008年にお店をオープン。それ以来「家族と地域との繋がりを大切にしたい」との思いから、対面を中心に販売しています。せんべいの味と岩崎さんの人柄にほれてリピーターが多いのも納得です。

ひと口で食べやすい  
極割煎は自宅用から  
プレゼント用として  
も喜ばれます

寺尾商和会

力煎

東寺尾6-38-16

水・日・祝日



店主 岩崎 真由巳さん

区役所地域振興係 ☎510-1688 fax 510-1892



ごくりせん  
【極割煎】560円(税込)  
味のしみた割煎が人気  
【丸手焼】110円(税込)



## はじめまして! 鶴見区長の渋谷 治雄です

新区長あいさつ

4月1日、鶴見区長に着任いたしました渋谷 治雄と申します。

鶴見区は、歴史文化をいかした街並みや四季折々の景色を楽しめる豊かな自然、先進的な研究開発拠点など、魅力にあふれた区です。就任後、区内を回り、さまざまな人とお会いする中で、さっそく区民の皆さまの地域への熱い思い、自治会町内会活動などを通じた繋がりの強さを感じています。鶴見区で働くのは初めてですが、区長として皆さまと一緒できることを非常にうれしく

思います。4月からは鶴見区が舞台のひとつとして登場する、NHK連続テレビ小説「ちむどん」の放送が始まりました。地域の盛り上げや魅力発信に、皆さまとともに取り組んでまいります。

新型コロナウイルス感染症対策については、いまだ予断を許さない状況が続いています。区民の皆さまの安全・安心を守りながら、鶴見区が“いつまでも住み続けたいまち”となるよう、チーム鶴見として区役所一丸となって、全力を尽くしてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

## 日勤救急隊が加わり、鶴見の救急体制がさらに充実しました!

トピックス / topics



### 市内4番目! 鶴見にも日勤救急隊が誕生

日勤救急隊とは、年間を通して毎日午前8時30分から午後5時15分までの時間帯を担当する救急隊です。仕事内容は24時間体制の救急隊と変わりありませんが、同隊の導入により日頃から育児や介護などで24時間勤務が困難な職員も救急隊員として活躍できるようになったことで、管内のさらなる救急体制の拡充につながります。

日勤救急隊の導入は、西区、港北区、瀬谷区に次いで、今回、鶴見区(他2区)が4番目となりました。



日勤救急隊の平均出動件数は月100件程度

### 日勤救急隊の導入で救急体制はどう変わった?

鶴見消防署に今回新たに日勤救急隊1隊が導入され、救急隊は全7隊となりました。1日の救急出動件数を時間帯別に見ると、午前9時~11時台の出動が最も多く、従来の救急隊に日勤救急隊が加わることで要請多発時のカバーや救命率向上など、より鶴見署管内での救急体制が充実しました。一方で、本当に救急車が必要な人のもとへ救急隊がすぐに出動できるよう、緊急性がない場合の利用を控えるなど、適正な救急車利用については引き続きご協力をお願いします。

近年、高齢化が進む中、さらなる増大が予測される救急需要に応えるため、鶴見消防署では昨年秋から「日勤救急隊」が導入されました。これにより私たちの暮らしがどう変わるのか、その概要をお伝えします



日勤救急隊  
佐藤 洋正 隊長

鶴見消防署警防課 ☎ fax 503-0119

## 進む、自治会町内会でのICT化 ～北寺尾東部自治会での取組～

近年の通信技術の普及により、私たちの暮らしでもICT(情報通信技術)という言葉をよく聞くようになりました。

北寺尾東部自治会では、自治会の報告やイベント情報などをより多くの人に知ってもらおうと、SNSを積極的に活用した情報発信を始めました。自治会専用のホームページを立ち上げたのを機に、LINEの公式アカウントも作成し、ホームページとLINEを連携させて情報を発信しています。

「対面での交流が制約される中、これまで回覧板や掲示板などでしか得られなかった情報が、即座に多くの人に届くのがICT化の利点です。一方で、地域にはデジタル機器に弱い人も多いため、当分はアナログとデジタルの両輪で効果的に情報発信していきます」と副会長の岩井 進さん。

地域でも進むICT化の波は今後、自治会町内会の活動を大きく変えていくかもしれません。



「ICTを使って自治会情報も効率的に発信」と自治会メンバーの皆さん(左から岩井さん、新田さん、加藤さん)

### ICTってなに?

ICTとは、Information and Communication Technology(情報通信技術)の略で、「通信技術」を活用したコミュニケーション、つまりパソコンだけでなくスマートフォンやスマートスピーカーなどさまざまな形状のコンピュータを使った情報処理や通信技術の総称です。よく聞くIT(情報技術)に、C(コミュニケーション)の要素を含めたもので、意味的には大きく変わらないものの、近年はITよりもICTという言葉の方が普及しつつあります。



### “自治会町内会へのICT支援” ご応募をお待ちしています

区役所では、自治会町内会のICT化を進めるための支援を行っています。そのひとつが、地域が抱える課題解決や活動の活性化をICT活用で支援するためコンサルタントを派遣する「ICT活用相談事業」です。さらに、今回ご紹介した北寺尾東部自治会のように地域のICT化を図ることを目的に、その一部費用を助成する「ICT支援補助事業」も実施しています。自治会町内会からのご応募をお待ちしています。

☎ 区役所地域振興係 ☎510-1687 fax 510-1892

## ちむどんどんするまち 横浜鶴見

YOKOHAMA-TSURUMI



02

### 企業とのコラボで 鶴見のまちで「ちむどんどん」が展開中

4月からスタートしたNHK連続テレビ小説「ちむどんどん」の放送をきっかけに、舞台のひとつとなる鶴見区では、官民学が連携したプロジェクトを立ち上げ、さまざまな取組を企画・実施しています。

そのひとつが、多種多様な「ちむどんどん」横浜鶴見プロジェクト関連アイテムです。区内郵便局などでは鶴見・沖縄の風景写真をあしらった切手シート(コラボフレーム切手)を販売。また、沖縄名物のひとつである泡盛も特製デザインラベルを施し、区内酒店や市内百貨店などで販売されます。そのほかにも、街中では東京電力パワーグリッドと連携したオリジナルデザイン電柱(区内5か所)を展開。今年度いっぱい設置され、区内で「ちむどんどん」機運を高めます。

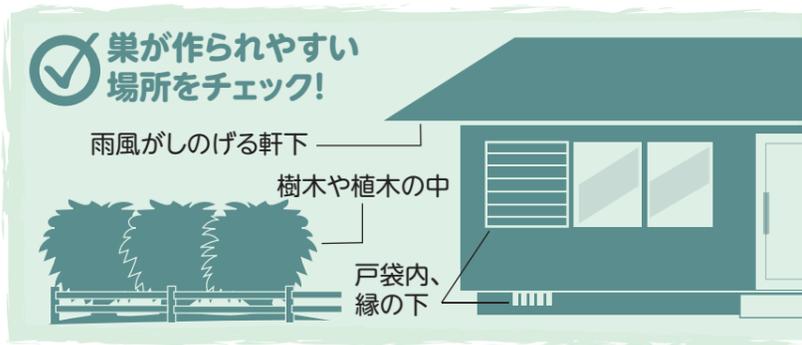
今後も同プロジェクトでは40以上の企業・団体と連携し、さまざまな商品開発や企画を実施予定です。区内でどどん展覧する「ちむどんどん」アイテムから、目が離せない1年になりそうです。

☎ 区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

連載コラム

## これからの時期、ハチに注意! 巣の早期発見・早期駆除が大切

ハチは4~6月頃から巣を作り始めます。7~9月にかけて巣は大きくなり、危険が増します。巣が大きくなる前に発見できれば、比較的安安全に駆除ができ、駆除費用も抑えられます。今の時期から家の周辺を点検し、巣を見つけたら早めに対処しましょう。



### ●ハチの種類は巣の形で見分けることができます●

#### スズメバチ

- ◇ボール型で写真のような模様。巣穴は1か所。初期の巣は丸状やとっくりを逆さにしたような形
- ◇攻撃性が高く危険。巣の駆除は専門駆除業者に依頼しましょう



#### アシナガバチ

- ◇シャワーヘッドに似た形。六角形の巣穴がたくさん見えるのが特徴
- ◇市販の殺虫剤を使って、駆除できる場合もあります

※ハチの巣の駆除はその土地や建物の所有者・管理者が行うのが原則のため、区役所では巣の駆除は行っていません。区役所では駆除業者や駆除方法のご案内、防護服の貸出しを行っています。アシナガバチの駆除方法はこちら→

☎ 区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 fax 510-1718



## 古くなった下水道を再整備しています ご迷惑をおかけしますがご協力ください

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。それから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、古い下水道管を新しいものに交換するなど、下水道の再整備を計画的に進めています。中でも、鶴見地区および末吉地区などで、下水道工事を進めていきます。

工事の状況によってはご自宅前を掘削したり、敷地内に入らせていただいたりする場合があります。その際には、事前にお知らせしますので、ご協力をお願いします。



老朽化により地中で破損した下水道管。破損により近隣家庭のトイレ・お風呂が使えなくなることも



地中で管が壊れると道路の陥没につながります(市内で年間数十件発生)

地中には水道管やガス管などもあるため、工事が複雑になり長期化する場合があります

☎ 鶴見土木事務所下水道・公園係 ☎ 510-1673 fax 505-1318



### 神奈川から考える世界史 歩いて、見て、感じる歴史

神奈川県に縁がある有志20人が、それぞれの専門分野をもとに書き上げた歴史散歩読本。「総持寺から見る日本とアジア」「神奈川で多文化共生を考える」など、われらが鶴見、横浜、川崎が数多く登場し興味を引きまます。  
藤村 泰夫/監修 藤田 賀久/編著 えにし書房/発行

一般

### むしばミュータンスのぼうけん(かこさとしからだの本3)

わがはいの なは むしばミュータンス。こどもたちよ、はやく むしばだらけになってくれたまえ。むしばミュータンスがこわくてすごい虫歯作りの大冒険を教えてください。ばいきんの視点で虫歯予防を考える本です。  
かこさとし/著 童心社/発行



児童

鶴見図書館から  
本のひととき

ここでは、鶴見図書館の司書がお薦めする書籍(一般・児童書)をご紹介します



子どものころからの健康的な生活習慣は、豊かな人生100年につながっています。いつまでも健やかによく食べ、よく笑う、そんな毎日を送るため、今から歯と口の健康づくりにチャレンジしましょう！  
 問 区役所健康づくり係 ☎510-1827 fax 510-1792

## よく噛んで食べるとイイコトいっぱい！

### 歯の病気予防



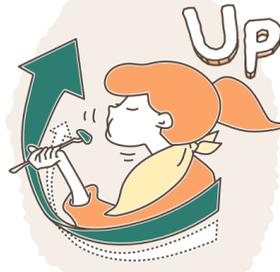
よく噛むとだ液がたくさん出るようになります。だ液は、消化酵素として胃腸の働きを助けるだけでなく、口の中をきれいにし、虫歯や歯周病から歯を守ってくれます。

### 肥満を防ぐ



よく噛んでゆっくりと食べることで、満腹感が出て、食べ過ぎを防いでくれます。肥満や糖尿病、脂質異常症など生活習慣病の予防にもつながります。

### 筋力・集中力アップ！



口の周囲の筋肉がきたえられ、顎が発達することは、きれいな歯並びや発音、集中力アップにつながります。表情が豊かになり、脳の動きが活性化します。

### よく噛むための7つのポイント

- ひと口の量を減らす
- 食事の時間に余裕をもつ
- 食べることに集中する
- まずは噛む回数を5回増やす
- 歯ごたえのある食材を選ぶ
- 食材は大きく、厚めに切る
- 薄味にする

### 栄養士から

#### 育てよう！噛む力！

よく噛むことで食べ物の味がよく分かり、味覚が発達します。やわらかいものばかり食べていると、いつの間にか偏食や低栄養になってしまいます。レシピを参考にして、噛む力を育てましょう！

### ヘルスマイトの！ カムカム 元気 レシピ

幸せな食事は健康な歯から。ヘルスマイトおすすめのおいしくて噛みごたえのあるレシピを紹介いたします。



### ごろっと大根の食べるスープ

#### 材料(2人前)

大根…200g(1/4本)、タマネギ…100g(1/2個)、エリンギ…小2本、ニンジン…60g(小1本)、ソーセージ…4本、水…600ml、コンソメ…固形1個、粗挽きこしょう…少々、オリーブオイル…小さじ1

- ① 大根・ニンジンは小さめの乱切り、タマネギはくし型、エリンギは長さ1/2の薄切り、ソーセージは斜め切りにする
- ② 鍋に水・大根・ニンジンを入れ、中火でアクを取りながら7～8分煮る
- ③ タマネギ・エリンギ・ソーセージ・コンソメを加え、さらに7～8分煮る
- ④ 風味づけにオリーブオイルを加え、盛り付けた後、粗挽きこしょうをふる  
※お好みで粒マスタードを添えても

ヘルスマイト(食生活等改善推進員)は食の大切さを伝える活動をしています

そのほか、簡単レシピはこちら



## カラダがよろこぶ生活習慣を身に付けよう！

### 1日3食バランスよく食べる

朝・昼・夕と1日3回の食事をしっかり食べましょう。朝食は体を目覚めさせ、生活リズムを整えてくれます。



主食・主菜・副菜をそろえると、体に必要な栄養をバランスよく取ることができます。特に、野菜やキノコなど噛みごたえのある食材は積極的に取り入れましょう。

### 食べたらずれず歯みがき

食後は忘れずに歯をみがいて、口の中の汚れを落とし、虫歯菌や歯周病菌が繁殖しにくい環境をつくりましょう。



汚れは細菌の塊。夜は特に丁寧にみがきましょう



歯間ブラシやフロスなどで隅々まできれいに

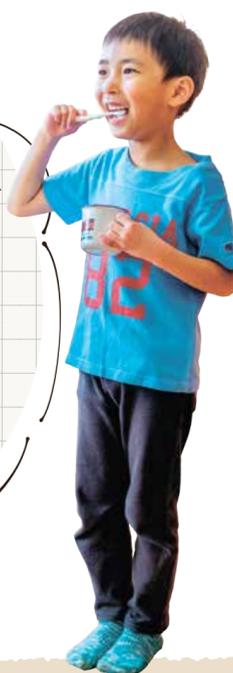


汚れの残りやすい場所は毛先があたるように

### 歯科衛生士から

#### 定期的に歯のチェックを！

コロナ禍で治療や健診を先送りしていませんか？ 歯の痛みは症状がかなり進まないと感じられません。痛みを感じてからの治療は時間もお金もかかり、歯を失ってしまうこともあります。年1～2回、必ずかかりつけの歯科医院で歯をチェックしましょう！



## ワックン絵本で歯みがき上手に！



鶴見区役所、鶴見大学、鶴見区歯科医師会が連携して、絵本「ワックンのはみがきするよ!!」を作っています。ワックンと一緒に、大人も子どもも楽しみながら歯みがき習慣を身に付け、歯と口の健康を守りましょう。



ダウンロードはこちら

### 歯と口をテーマにした系会・川柳に挑戦してみよう！

鶴見区では、6月4日～10日の「歯と口の健康週間」にあわせて、絵と川柳のコンクールを行います。作品づくりをきっかけに、歯や口について考えてみませんか。

詳細は鶴見区歯科医師会へ

ホームページはこちら



## つるみ区民活動センターはあなたの「マナビ」と「ヤルキ」を応援します

「Zoom(オンライン会話・会議)をはじめたい」「市民活動やボランティア活動について知りたい」「一緒に活動できる仲間を見つけたい」、そんな思いを抱えている皆さん、つるみ区民活動センターへお越しください!

区民利用施設のイベント情報紹介はもちろん、生涯学習や市民活動を支援する書籍・設備の貸出しも行っています。お気軽にご相談ください。

6月から新たな講座も開講します。詳細は以下のお知らせスペース「つるみMACHI塾」をご確認ください。



窓口ではイベント情報やチラシの配布、コーディネートなどを行っています

### 区活でできる「あんなこと」「こんなこと」



趣味・特技をいかして活動したい

鶴見の魅力を発信したい

新しく学びや活動を始めたい

### 書籍・設備も活用できます

※利用には事前登録が必要です

調べ物に

市民活動に

#### 主な書籍

- ・区内の歴史
- ・鶴見川の自然
- ・写真集
- ・登録団体の活動記録

#### 主な設備

- ・コピー機
- ・紙折機
- ・ペーパーカッター
- ・ラベルプリンター

〒230-0011 鶴見区役所2階 ☎ 510-1694 ☎ 510-1716 ✉ tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.jp



5月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。

☎ 区役所区民活動支援係 ☎ 510-1692 ☎ 510-1892

## お知らせ Information

費用の記載がないものは無料です 日時・期間 会場 対象 先着 抽選 費用 ほか 往復はがき  
 必要事項(行事名、〒住所、氏名、電話番号) 窓 窓口 直 当日直接 郵 郵送 持 持ち物 申 申込み 問 問合せ 電 電話 伝 ファクス  
 電 Eメール 画 ホームページ 保 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・変更となる場合がありますので、事前に問合先へご確認ください

### 区役所から

#### 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18日(水)18時30分～20時(受付は18時30分～19時30分) 鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ1 6階) 先 8人

☎ 神奈川県司法書士会 ☎ 641-1372 ☎ 641-1371

#### 若者のための専門相談(予約制)

ひきこもり・不登校などの困難を抱える若者・そのほか家族の専門相談です

☎ 毎月第2・4水曜日13時30分～16時20分(1回50分) 区役所3階4番窓口 市在住のおおむね15～39歳の本人、家族、支援者、地域の人の事前

☎ 問 よこはま東部ユースプラザ(鶴見中央3-23-8)

☎ 642-7001 ☎ 642-7003

#### つるみMACHI塾 区民企画講座 ちむどんどん! 鶴見の魅力を楽しく伝えよう!

パネル製作やイベントをチームで企画して、歴史や見どころ、グルメなど多文化のまち鶴見の魅力を発信します

☎ 6月4日、7月2日、8月6日、9月3日・24日の土曜日(全5回)14時～16時 区役所6階会議室ほか 区在住・在学・在勤者 抽 30人 申 5月18日までに必要事項を記入して 窓 または 申 問 つるみ区民活動センター

☎ 510-1694 ☎ 510-1716 ✉ tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.jp

### 施設から

#### 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初夏の寄せ植え ☎ 5月27日(金)10時～12時 成人 先 10人 ¥ 2,100円 持 エプロン 申 5月13日10時から 窓
- ②ナイト・ヨガ▶心身のリラックスと質の良い睡眠へ ☎ 5月11日・25日の水曜日19時15分～20時15分 成人 先 各20人 ¥ 各500円 持 汗ふきタオル、飲み物、あればヨガマット 画 ③子どもと若者のひろば“アソViva”in末吉 ☎ 6月4日(土)13時～18時 18歳以下 画
- ④土曜オメガゆるストレッチ ☎ 5月14日～6月4日の毎週土曜日9時30分～10時30分 成人 先 各30人 ¥ 各300円 持 飲み物、汗ふきタオル、除菌用タオル 画
- ⑤末吉パソコン相談室 ☎ 6月1日(水)13時30分～16時 成人 先 10人 画
- ⑥すえよし本の修理屋さん ☎ 5月11日(水)13時30分～15時 先 10人 画
- ⑦おもちゃの病院 ☎ 5月22日(日)10時～12時 先 10人 画
- ⑧わくわくおはなしポケット ☎ 5月19日(木)10時30分～11時30分 未就学児と保護者 先 7組 ¥ 100円 画

### 鶴見花月園公園で行われる地域活動を支援します

鶴見花月園公園地域活動応援補助金▶広く区民の皆さんから親しまれる公園となるよう、鶴見花月園公園の大原っぱで行われる地域活動を支援します。上限3万円(補助対象経費のうち10分の9以内) ※予算上限に達するまで

#### 対象活動

公園内行為許可を受けた取組のうち、広く区民が参加できる活動で

- ① 区が推進する事業と整合性がある活動や、区の課題解決に資する活動
- ② 区民・学生・自治会・地域団体等が主催する活動で、公益性があるもの

※ 補助金の交付は審査を行います

詳細は、募集案内(区役所などで配布)または HP 鶴見花月園公園 補助金 検索

☎ 区役所地域力推進担当(5階3番) ☎ 510-1678 ☎ 504-7102 ✉ tr-chiikiriyoku@city.yokohama.jp



詳細は各施設にお問い合わせください

**寺尾地区センター**  
〒230-0076 馬場4-39-1  
☎ 584-2581 ☎ 584-2583 第4月曜

①ストレッチ&ジャズダンス 6月4日～10月15日の第1・3土曜日(全10回) 11時～12時30分 成人 先 20人 ¥2,000円 申 5月14日10時から 窓 ②ちりめんで作るつるしびな 6月14日～11月8日の第2火曜日(全6回) 10時～12時 成人 先 12人 ¥3,600円 申 5月17日10時から 窓 ③くりんくらのパネルシアター 6月8日(水)14時30分～15時10分 未就学児と保護者 ④よみかかせ・ブックシアター・わらべうた 6月6日(月)11時～11時30分 未就学児と保護者 先 12人 ⑤こどもと若者の広場“アソビViva!!” 5月21日(土)13時～18時 18歳以下 ⑥おもちゃ病院▶小学生のおもちゃドクターも募集中 5月21日(土)10時～15時 小学生以下 先 15人(1人1点) 申 5月11日10時から 窓か ☎ ⑦子育て相談▶子育て支援者による育児相談 毎週水曜日 ①10時～10時50分 ②11時～11時50分 未就学児と保護者 先 各11人 直

**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ストレッチ教室 6月1日～22日の毎週水曜日(全4回) 10時～11時 成人 先 6人 ¥800円 持 飲み物、ヨガマットの上に敷く大判のタオル、運動できる服・靴、あればラップの芯 申 5月11日9時30分から 窓(☎は12日9時30分から) ②ちむどんどん! 鶴見・沖縄・南米の繋がりを知ろう▶講座内容は毎回違います ①6月11日 ②18日 ③25日 ④7月2日の土曜日14時～16時 ⑤1・2・4潮田地区センター ③潮田公園コミュニティハウス 成人 先 各20人 ¥各300円 持 筆記用具 申 5月12日9時30分から 窓(☎は13日9時30分から) ③潮田子育て相談 5月11日～6月8日の毎週水曜日 ①10時から ②11時から 未就学児と保護者 先 各11人 直 ④潮田けん玉道場 5月15日(日)10時～12時 先 21人 直 ⑤潮田はなしのお宿 5月19日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者 先 21人 直

**駒岡地区センター**  
〒230-0071 駒岡4-28-5  
☎ 571-0035 ☎ 571-0036 第3月曜

①初めてのZoom体験講座 6月6日(月)・7日(火)(全2回)13時30分～16時 成人 先 15人 ¥1,000円 申 5月23日10時から 窓 ②駒岡おはなしの会 6月15日(水)11時～11時30分 未就学児と保護者 先 8組 申 6月1日10時から 窓 ③おもちゃの病院 5月21日(土)10時～14時 未就学児と保護者 先 8組 申 5月13日10時から 窓

**生麦地区センター**  
〒230-0052 生麦4-6-37  
☎ 504-0770 ☎ 504-2662 第3月曜

①生麦寄席 6月15日(水)13時30分～14時10分 成人 先 20人 申 5月13日9時30分から 窓(☎は13時から) ②英国式ハンギング 6月5日(日)10時～12時 成人 先 8人 ¥2,500円 持 スリットバスケット、エプロン、軍手、土入れ(園芸用スコップ)、持ち帰り用袋 申 5月11日9時30分から 窓(☎は13時から) ③ふんわりお花のポーチ 6月15日(水)10時～13時 成人 先 8人 ¥1,000円 持 裁縫道具、裁ちばさみ 申 5月12日9時30分から 窓(☎は13時から) ④はなしのお宿 6月2日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者 先 10組 直 ⑤パソコン相談室 6月9日(木)13時30分～15時30分 成人 先 10人(1人20分) 申 5月11日9時30分から 窓(☎は13時から) ⑥おもちゃ病院 6月4日(土)10時～14時 成人 先 10人(1家族2点まで) 申 5月11日9時30分から 窓(☎は13時から) ⑦生麦にここサロン 5月23日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者 先 10組 直 ⑧なまむぎ子育て相談 5月17日～6月7日の毎週火曜日10時～12時 未就学児と保護者 先 各8組(1組1時間) 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矢向にここリミミック▶ピアノの音に合わせて元気に体を動かしましょう。楽しい工作タイムもあります 6月10日・24日、7月8日・22日、9月9日・30日の金曜日(全6回)11時15分～11時45分 未就学児と保護者 先 10組 ¥2,500円 持 飲み物 申 5月11日9時30分から 窓 ②お父さんに手作りカードを贈ろう 6月18日(土)10時30分～12時 小学生 先 8人 ¥500円 持 持ち帰り用袋 申 5月11日9時30分から 窓

ハートのポケットからメッセージがでてきます  
③矢向おもちゃ病院▶協力:横浜港北おもちゃドクターの会 6月18日(土)10時～11時(引き渡しは14時から) 先 15点(1家族2点まで) 申 5月18日9時30分から 窓 ④矢向パソコン相談▶協力:つるみパソコン・ボランティア協会 6月8日(水)13時30分～16時 成人 先 10人(1人30分) 持 (持参できれば)パソコン 申 5月11日9時30分から 窓 ⑤絵本とわらべうたであそぼ▶ボランティアおはなしサークル「絵本とともだち」による楽しいよみかかせ 5月18日(水)10時30分～11時 未就学児と保護者 先 10組 直 ⑥矢向子育て相談 毎週木曜日10時～12時 未就学児と保護者 先 各10組(1組1時間) 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

\*②～⑤の申は5月11日9時30分から 窓(☎の場合は10時から) ①子どもと若者のひろば 5月22日(日)13時～16時 18歳以下(未就学児は保護者同伴) 直 ②あつまれ潮田キッズ 6月12日(日)10時～12時 小学生以下(未就学児は保護者同伴) 先 20人 ③季節の和菓子づくり 6月16日(木)13時30分～15時30分 成人 先 10人 ¥1,600円 持 エプロン、三角巾、お手ふき、手ぬぐい、持ち帰り用袋 ④アロマで虫よけスプレー 6月23日(木)10時～12時 成人 先 10人 ¥500円 ⑤父の日のプレゼント 6月18日(土)10時～12時 小学生以上 先 10人 ¥100円

**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

新鶴見子育て相談 毎週金曜日 ①10時～10時45分 ②11時～11時45分 未就学児と保護者 先 各4組 直

**上寺尾小学校コミュニティハウス**  
〒230-0076 馬場3-21-21  
☎ ☎ 585-3770 火・木曜

①古布で作るつるし飾りと来年の干支ウサギ 6月～11月の第4月曜日13時～16時(全6回) 12人 ¥4,000円 持 裁縫道具 申 5月16日10時から 窓(☎は13時から) ②子育て中ママ応援 馬場育児教室ポニー 6月6日(月)10時～11時30分(時間についてはお問い合わせください) 1歳未満の子と保護者、妊娠中の人とパートナー 先 12人 持 母子手帳、バスタオル 申 鶴見区赤ちゃん会ホームページから予約



ホームページはこちら

**鶴見中央コミュニティハウス**  
〒230-0051 鶴見中央1-31-2シークレイン内  
☎ 511-5088 ☎ 511-5089 第3水曜

①親子ゆとりひろば お話し会&相談会～手遊び・絵本読み聞かせ・パネルシアター～ 5月17日(火)10時～12時 未就学児と保護者 先 5組 直 ②和の布あそび「野菜シリーズ」 6月2日(木)・3日(金)(全2回)13時～15時30分 成人 先 10人 ¥1,500円 持 裁縫道具、筆記用具 申 5月17日10時から 窓(☎は14時から)



みずみずしい夏野菜の飾りを作ります

**鶴見川漕艇場**  
〒230-0004 元宮2-6  
☎ 582-8680 月曜

①初心者からのボート教室 ①6月12日(日) ②7月3日(日)の10時30分～15時 小学4年生～70歳くらい 先 各10人 ¥各3,000円(中学生以下1,500円) 持 昼食、飲み物、着替え、帽子、動きやすくぬれてもいい服装 申 ①5月17日 ②6月7日の10時から 窓 ②平日ボート教室 6月16日(木)10時～12時30分 小学4年生～70歳くらい 先 5人 ¥2,000円(中学生以下1,000円) 持 飲み物、着替え、帽子、動きやすくぬれてもいい服装 申 5月24日10時から 窓 ③初心者からのカヌー教室 6月26日(日)9時30分～15時 小学4年生～70歳くらい 先 12人 ¥5,000円(中学生以下2,500円) 持 昼食、飲み物、着替え、帽子、メガネの人はメガネバンド、動きやすくぬれてもいい服装 申 5月31日10時から 窓

**鶴見スポーツセンター**  
〒230-0004 元宮2-5-1 ☎ 584-5671 ☎ 584-5673 第2月曜

当日受付の教室[5月10日～5月28日]  
※状況により開催が中止となる場合があります。ご参加の際、「感染症防止対策チェック」をお願いしています。詳しくはホームページをご確認またはお問い合わせください  
ホームページはこちら



16歳以上 ¥610円 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き 直			
① はじめてのエアロビクス	5月10日～24日の毎週火曜日	9時～9時50分	先 25人
② ZUMBA® ラテン音楽で踊る有酸素運動	火曜①	5月10日～24日の毎週火曜日	10時～10時50分
	火曜②	5月10日～24日の毎週火曜日	11時～11時50分
	金曜	5月13日～27日の毎週金曜日	10時30分～11時20分
③ やさしいピラティス	5月10日～24日の毎週火曜日	12時～12時50分	先 35人
④ ヨガ	夜ヨガタイム	5月10日～24日の毎週火曜日	19時～19時50分
	昼ヨガタイム	5月13日～27日の毎週金曜日	12時～12時50分
⑤ バランスボールタイム	5月13日～27日の毎週金曜日	9時15分～10時15分	先 30人
⑥ 筋膜リリースストレッチ	5月14日～28日の毎週土曜日	9時～9時45分	先 30人
⑦ ひきしめエアロビクス	5月14日～28日の毎週土曜日	10時～10時50分	先 25人
⑧ フットサルタイム	5月14日・28日の土曜日	19時15分～20時45分	先 60人
⑨ バレーボールタイム	5月21日(土)	19時15分～20時45分	先 60人

**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 第3水曜  
HP サルビアホール 検索

①さるびあおながくひろば ファミリー  
ジャズコンサート▶世界の音楽を「観る・  
聴く・体験する」コンサート。振って参加  
できるエッグシェイカー付き ☎ 7月  
23日(土)11時~12時 入 0歳~小学  
1・2年生と保護者 先 429人 ¥ 全席指  
定 一般1,500円、小学生以下500円※  
2歳以下膝上無料 申 5月12日10時か  
ら 窓 ( ☎ は14時から)



ジャズ・ラテンピアニスト福本純也率いるファミ  
リージャズグループの演奏をお楽しみください

②さるびあ落語 桂 鷹治▶隔月で開催  
している「さるびあ落語」音楽ホールで  
落語を楽しむ1時間 ☎ 7月13日(水)  
14時~15時 入 小学生以上 先 85人  
¥ 全席自由 500円 申 5月11日10時  
から 窓 ( ☎ は14時から)



ふたつめ はなしか  
二ツ目の斬家さんがたっぷりと聞かせます

**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」提供・  
両方予定者研修会▶提供会員(子ども  
を預かる人)・両方会員(子どもを預けたい  
し預かることができる人)になる予定  
者向けの研修会 ☎ ①5月19日(木)9時  
30分~12時50分 ②5月20日(金)9時  
30分~15時30分 ③5月21日(土)9時  
30分~15時15分(全3回) 入 市在住の  
20歳以上 先 5人 持 筆記用具 申 受講  
前に入会説明会への参加が必須のため、  
☎ で確認してください  
☎ 横浜子育てサポートシステム鶴見区  
支部 ☎ 582-7610

②保育・教育コンシェルジュ相談 ☎ 5月  
11日(水)10時~11時40分 入 未就学  
児と保護者 先 4組 申 5月10日15時か  
ら 窓 ③双子・三つ子ちゃん あつまれ  
☎ 5月28日(土)10時30分~11時  
30分 入 未就学の多胎児と保護者 先  
6組 申 5月14日15時から 窓

**鶴見図書館**  
〒230-0051 鶴見中央2-10-7  
☎ 502-4416 ☎ 504-6635 休月1回

絵本とわらべうたのおはなし会▶わら  
べうたは子育ての強い味方 ☎ 5月31日  
(火) ①10時30分~11時 ②11時15分  
~11時45分 入 10歳児と保護者 ②1  
~3歳児と保護者 先 各5組 持 小さめの  
レジャーシート 申 5月17日9時30分か  
ら 窓 か ☎

**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助産師相談 ☎ 5月13日(金)10時か  
ら 入 未就学児と保護者、妊娠中の人  
先 8組 申 5月12日15時から 窓 ②手  
遊びわらべうた ☎ 5月20日(金)10時  
30分~11時 入 なんね期~おすわり  
期の子と保護者 先 5組 申 5月13日  
15時から 窓 ③はじめてわっくん ☎ 5月  
25日(水)13時30分~14時30分 入  
施設初回利用者 先 4組 申 5月18日  
15時から 窓

**老人福祉センター 横浜市鶴寿荘**  
〒230-0076 馬場4-39-1  
☎ 584-2581 ☎ 584-2583 休 第4月曜

①60歳からの体力づくり講座 ☎ 6月  
9日・23日、7月14日の木曜日(全3回)  
13時15分~14時45分 入 60歳以上  
先 50人 申 5月19日10時から 窓 ②  
ペタンクで健康づくり ☎ 6月2日・16日・  
23日の木曜日(全3回)10時~11時  
30分 入 60歳以上 先 12人 申 5月19日  
10時から 窓 ③サロンやまのて ☎ 5月  
13日・6月10日の金曜日10時~12時  
入 60歳以上 先 35人 ¥100円 直  
④パソコン相談室 ☎ 5月21日、6月4日  
の土曜日13時30分~15時30分(1人  
30分) 入 60歳以上 先 各8人 申 前日  
の12時まで 窓 か ☎ ⑤ひざひざワッ  
クン体操 ☎ 第3以外の火曜日14時~  
15時30分 入 60歳以上 先 60人 直

**白幡公園こどもログハウス ピッコロ**  
〒230-0077 東寺尾2-12  
☎ ☎ 582-9944 休 第2・4月曜

①まどにお絵かき▶1日限定! ログハ  
ウスでちびっこ画伯になってみよう ☎  
5月15日(日)10時~16時 入 中学生  
以下 直



窓に大きな絵を  
描こう

②親子であそぼう「ピッコロひろば」▶  
手遊び、工作、パネルシアターなど ☎  
5月12日(木)11時~11時30分 入 未  
就学児と保護者 先 15組 直 ③おはな  
し会▶絵本、紙芝居、手遊びなど ☎ 5月  
18日(水)11時~11時20分 入 未就学  
児と保護者 先 15組 直



ホームページはこちら

**馬場花木園**  
〒230-0076 馬場2-20-1  
☎ ☎ 585-6552 休 第3火曜

①茶道体験教室 ☎ 5月14日(土)11時  
~15時 先 20人 ¥400円 申 当日10時  
から 窓



茶道の作法やおもてなしの心が学べます

②園芸講座「アサギリソウの育て方・楽  
しみ方」▶お持ち帰りの苗付き ☎ 6月  
4日(土)13時~15時 先 10人 ¥  
1,000円 申 5月21日9時から 窓 か  
☎ ③梅シロップ作り ☎ 6月6日(月)  
11時~12時 入 園内古民家(旧藤本家  
住宅) 先 5組(1組2人まで) ¥700円  
申 5月21日9時から 窓 か ☎



約3,000冊の本を載せて巡回します。  
本の貸出・返却・予約ができます

☎ 5月12日・26日、6月9日の木曜日  
10時20分~11時40分 入 矢向一丁目  
公園(矢向1-2) 直

☎ 中央図書館サービス課  
☎ 262-0050 ☎ 231-8299



図書館から遠い地域に図書館サービスを届けます

**鶴見区社会福祉協議会**

〒230-0051 鶴見中央 4-37-37 リオバルデ鶴寿2階  
☎ 504-5619 ☎ 504-5616

善意銀行への寄付【2月1日~2月28日・敬称略】  
キッチンmatsui、吉兆グループ、  
匿名

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  
☎ 510-1680 ☎ 510-1891  
✉ tr-koho@city.yokohama.jp

**健(検)診・教室** \*原則として5月11日~6月10日の予定 \*予約制は電話かファクスでの予約が必要です  
\*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

健(検)診・教室名	内容・日時・場所など
<b>【予約・問合せ】 子育て支援係</b> ☎ 510-1850 ☎ 510-1887	
乳幼児健診	4か月児 5月17日・24日、6月7日の火曜日 8時50分~10時10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13日・20日・27日、6月3日・10日の金曜日 8時50分~10時10分受付 3歳児 5月12日・19日・26日、6月2日・9日の木曜日 12時50分~14時10分受付
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》	5月13日(金) 13時30分~15時受付 予約制
<b>【予約・問合せ】 健康づくり係</b> ☎ 510-1827 ☎ 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相談 予約制 5月31日(火)、6月9日(木) ①9時~②10時~③11時~ 区役所2階栄養相談室
離乳食教室 《7か月~9か月児の保護者》 ※保護者のみの参加も可	2回食からの離乳食のすすめ方の話、調理実演など ※保護者のみの参加も可 予約制 6月28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 先 各10組 申 6月1日8時45分から 窓
親子わくわく歯つばい講座 《6か月~1歳1か月未満の乳幼児と保護者》	むし歯予防、歯みがきの話、歯周病セルフチェックなど 予約制 6月10日(金) ①13時30分~②14時~③14時30分~ 先 各4組(個別対応) 申 5月11日8時45分から 窓
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 予約制 5月30日(月) ①9時~②10時~③11時~ 6月9日(木) ①13時~②14時~③15時~
<b>【予約・問合せ】 障害者支援担当</b> ☎ 510-1848 ☎ 510-1897	
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 予約制 6月7日(火)14時~16時 区役所母子健康相談室
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談	5月11日、6月8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(2023年4月1日時点)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

広報よこはま鶴見区版は  
こちらから  
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  
こちらから

編集発行