

お知らせ

身近な公園で水遊びができます

■新田緑道の水施設がリニューアルしました

水道水を利用した施設で、安心して水遊びができます。門のモニュメントにあるボタンを押すと、3分間シャワーが出てきます。

遊べる時期

7月1日(月)～9月30日(月) 9時～17時

場所

新羽町自治会館(新羽町1868-1)付近、「新田緑道」バス停から徒歩約5分
※駐車場や更衣室はありません。



☎ 港北土木事務所 ☎045-531-7361 ☎045-531-9699

■夏は公園プールへ遊びに行こう!

菊名池公園プール

※綱島公園プールは、設備不具合のため休業します。

営業日時

7月13日(土)～9月1日(日) 9時～18時(水浴は17時50分まで)
※期間中無休

場所

菊名1-8-1(東急東横線 妙蓮寺駅から徒歩5分)

料金

1回800円 / 1時間300円 ※小学生以下1回300円 / 1時間100円

プールの種類	対象
25m(変形) 流水	小学2年生以上(小学1年生以下は、水着着用の保護者(18歳以上)1人につき1人の利用ができます。)
子ども用	小学1年生以下(未就学児は、水着着用の保護者(18歳以上)1人につき2人の利用ができます。)

※おむつが取れていない幼児は、幼児専用のビニールプールを利用してください。

注意事項

- 悪天候や水温・気温が低い場合は休場することがあります。
- 駐車場が無いので、バイク・車での来場は控えてください。

☎(営業期間中)菊名池公園プール ☎・fax 045-431-6921
(営業期間外)指定管理者オーエンスグループ ☎03-3544-1551 fax 03-3544-1560

お知らせ

蚊を増やさない!蚊に刺されない!



蚊に刺されるとかゆみが生じるだけでなく、デング熱やジカ熱等の感染症を媒介することもあります。適切な対策を行いましょう。

蚊を増やさないために

■水たまりをなくす

蚊は、卵からさなぎになるまでの1～2週間を水面付近で過ごします。

- 水たまりの原因になるものを片付ける
- たまった水(植木鉢の受け皿の水等)は、1週間に1度は捨てる

■定期的に草刈りをする

成虫は草むらややぶの中等、湿った風通しの悪い場所に潜んでいます。草刈りをし、蚊のすみかを無くしましょう。



蚊に刺されないために

肌の露出部分には虫よけ剤を正しく使用し、蚊が多くいる場所へ行く時は長袖・長ズボンを着ましょう。



海外に渡航する人へ

海外では、蚊が媒介する感染症が多く報告されています。渡航時には、蚊に刺されないための対策をしましょう。



蚊が媒介する感染症についてはこちら



☎ 環境衛生係 ☎045-540-2373 ☎045-540-2342

連載



自分や大切な人のために「けんしん」を受けましょう!

早期発見が健康の秘訣

がんも生活習慣病も、初期のうちは自覚症状がほとんどありません。通院中でも、健診・検診の全ての項目について検査を行っていない場合もあります。通院の有無に関わらず、年に1度は健診・検診を受け、できるだけ早く体のサインに気が付きましょう。

今年度はがん検診がよりお得!

- ・胃がん検診の費用が3,140円から**2,500円**になりました。
- ・特定の年齢の方を対象に、無料のがん検診を実施しています。
※大腸がん検診は引き続き**無料**です。

対象	検診	費用
今年度65歳になる人	がん検診	無料 ※無料クーポン券は9月に発送予定です。
今年度40歳になる人	乳がん検診	無料 ※無料クーポン券は6月中旬に発送しました。
今年度20歳になる人	子宮頸がん検診	

受診までの流れ

① 医療機関を決める

市ウェブサイトで健診・検診を実施している医療機関の情報を掲載しています。



② 医療機関に直接予約をする

市のがん検診を受けたいのですが...



③ 受診する

- **市特定健康診査(市国民健康保険に加入している人)**
5月中旬頃に案内を郵送しました。案内に同封の受診券、記入済みの問診票、保険証等を持参し、医療機関へ。
※市国民健康保険以外の健康保険に加入している人は、自身の健康保険証の発行元に受診方法を確認してください。
- **市健康診査・市がん検診**
受診券はありません。住所・年齢の確認できるもの(保険証等)を持参し、医療機関へ。

☎ 特定健康診査、がん検診等について
市けんしん専用ダイヤル ☎045-664-2606 ☎045-663-4469
受付時間:月～土曜 8時30分～17時15分(祝休日、年末年始除く)
紙面について 健康づくり係 ☎045-540-2362 ☎045-540-2368

募集

あなたの夢を叶えます!@横浜アリーナ

2024ふるさと港北ふれあいまつり・秋のヨコアrikんまつり

11月30日(土)に「2024ふるさと港北ふれあいまつり・秋のヨコアrikんまつり」の開催が決定しました。会場となるステージ(1階・2階)の出演者を募集します。



対象 横浜アリーナのステージで、ダンスや楽器演奏等のパフォーマンスをする夢を実現したい人や団体

申込み 区ウェブサイト(7月31日まで)

詳細はこちら
2024ふるさと港北ふれあいまつり



☎ 地域活動係 ☎ 045-540-2234 ☎ 045-540-2245

お知らせ

荒天時のごみの出し方と回収について

台風や豪雨による荒天時は、ごみと資源物の**収集時間が前後する**場合や、**当日中に収集できない**場合があります。

土砂災害警戒情報の発表に伴い、避難指示が出された地域では、避難指示が解除され次第、順次回収を行います。

強風による転倒や、ごみ・資源物の散乱を防ぐため、**次の回収日まで自宅での保管**をお願いします。



市ウェブサイトや「横浜 GO GREEN」のXアカウントでお知らせします。
横浜市資源循環局 マスコット ミーオ

市ウェブサイト(ごみ・リサイクル)

市ウェブサイト(ごみ・リサイクル)

☎ 資源循環局港北事務所 ☎ 045-541-1220 ☎ 045-541-1224
区役所資源化推進担当 ☎ 045-540-2244 ☎ 045-540-2245

お知らせ

国民年金保険料の免除・納付猶予申請について

収入の減少や失業等により、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合、免除・納付猶予の制度があります。

※退職・廃業等失業に該当する場合は、申請書のほかに追加書類(離職票や廃業届の写し等)も必要です。

※マイナンバーカードを持っている人は、マイナポータルを利用した電子申請も可能です。

制度の詳細はこちら 

電子申請の方法はこちら 

令和5年度分の免除・納付猶予を受けている方

令和6年度分(令和6年7月分～令和7年6月分)の免除・納付猶予を引き続き希望する場合は、**7月1日以降**に申請してください。

毎年7月は申請で窓口が混雑し、待ち時間が長くなる場合があります。郵送か電子申請にご協力ください。



☎ 国民年金係 ☎ 045-540-2346 ☎ 045-540-2355

お知らせ

熱中症にご注意を

市内では、2023年5月～9月の間に約1,400人が熱中症で救急搬送されました。本格的な暑さを迎える前に、熱中症の予防法を紹介します。

■熱中症予防のポイント

- エアコンや扇風機を上手に使う
- 喉が渇いていなくても小まめに水分補給をする
- 日傘や帽子を使って涼しい服装をする
- 熱中症警戒アラート発令中はできるだけ外出を控える
(総務省消防庁熱中症リーフレットを基に作成)

意識がない、全身のけいれん等の症状は迷わず119番通報を!

■熱中症になってしまったら

- 涼しい場所で衣服を緩め、安静にする
- 脇の下や太ももの付け根等を冷やす
- 水分や塩分を少しずつ数回に分けて取る



☎ 港北消防署予防係 ☎ ☎ 045-546-0119

健康に関する相談等の日程

* 詳細は、各家庭に配布している「保存版 福祉保健センターからのお知らせ」もご覧ください。

こども家庭係 ☎・☎ 045-540-2340 ☎ 045-540-3026

歯つらつ歯みがき教室

☎ 区ウェブサイト(7月12日～) ☎ 港北区 歯つらつ

親子でむし歯予防の話や歯みがき実習、むし歯菌チェック、区役所歯みがきをこれから開始する子向け:8月19日(月) 9時15分～、13時15分～
歯みがきをすでに開始した子*向け:8月19日(月) 10時15分～、13時15分～
※1歳前後の子が対象です。

乳幼児(未就学児)・妊産婦(産後1年未満)歯科相談

☎ 区ウェブサイト(受付中) ☎ 港北区 歯科相談

歯科健診や相談、歯みがきのアドバイス、区役所
7月30日(火) 乳幼児:13時15分～14時30分受付 妊産婦:14時30分受付
8月5日(月) 乳幼児:9時15分～10時30分受付 妊産婦:10時30分受付

健康づくり係 ☎・☎ 045-540-2362 ☎ 045-540-2368

生活習慣改善相談 ☎ 電話(受付中)

生活習慣病(高血圧・脂質異常・糖尿病等)と禁煙に関する個別相談、40分、区役所
7月29日(月) 9時～、10時～、11時～、13時30分～、14時30分～

子どもの食事相談 ☎ 電話(受付中)

子どもの食事(離乳食を食べない、小食、偏食等)に関する個別相談、40分、区役所
7月17日(火)・22日(月) 13時30分～、14時30分～、15時30分～

7～8か月児の離乳食教室

☎ 区ウェブサイト(7月15日～) ☎ 港北区 離乳食教室

離乳食が2回食になった7～8か月児、離乳食の進め方や作り方の話と2回食のプチ体験、1時間程度、区役所、離乳食手帳(持っていない人は当日配布)と子ども用スプーン持参
8月6日(火)・26日(月) 10時15分～

— 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。 —