

TSURUMI つるみ

2024 No.323

広報よこはま・鶴見区版9月号



ぐるぐるめぐる
鶴見のまち

TOPICS

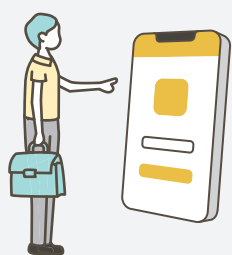
簡単・便利！シェアサイクルで暮らしを楽しく快適に

シェアサイクルとは、電動アシスト自転車をいつでも借りられて、専用ステーションならどこでも返せるサービスです。暮らしの中の「楽しい」「快適」が増えるかも。スマホですぐ始められます。



借りて返すまで3ステップ

1 会員登録



アプリをダウンロードして会員登録

2 検索・予約



乗りたい場所の近くのポートを探して予約

3 借りる・返す



最後は施錠して返却ボタンを押すだけ

ここに注目 ▶ ポートが増えてますます便利に!



▲ 好きなポートに返却できます

ポート(専用の貸出・返却場所)は、区内に48カ所(令和6年7月時点)。駅や商業施設の周辺に加えて、最近では住宅地の近くにも設置が進んでいます。

ちょっとした移動に便利です。

料金

利用開始から30分 **130円**
延長15分ごと **100円**
上限 **1,800円** /12時間



専用アプリはこちら



LINEからも予約できます



☎ 区役所企画調整係 ☎ 510-1677 ☎ 504-7102

区ウェブページはこちら



スマホアプリ・ウェブで広報紙が読める

カタログポケットで過去の発行分も閲覧できます。多言語への自動翻訳機能や音声読み上げ機能も。



X (旧Twitter) で情報発信中

区からのお知らせや区内イベント情報、災害情報などを発信しています。



LINEで市の最新情報を配信

ぜひ「友だち登録」してご活用ください。配信対象地域も設定できます。



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・こども家庭支援課の一部業務を行っています
紙面中、市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です
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 297,258
(2024年8月1日現在) 世帯数 150,734

消防団の魅力、お伝えします!

消防団員は、学業や仕事をしながら、普段は地域の防火・防災の啓発活動、災害発生時には、消火・警戒などの消防活動を行います。第四分団で活動する本間さんに、消防団に入った理由と、やりがいを伺いました。



鶴見消防団 第四分団 第3班 班長
本間 浩一さん

入団の理由

地域の役に立ちたいから

消防団に入ったのは、自治会の会長から「やってみないか」と声をかけてもらったことがきっかけでした。もともと地域で青少年指導員として活動していて、「生まれ育った地域の役に立ちたい」という思いがあったので、令和4年12月に入団しました。

鶴見消防団の詳細はこちら



やりがい

新しいことに挑戦できる

チェーンソーやエンジンカッターなどの資機材を操作したり、地域の防災訓練で教える立場になったり。仕事では経験できない、新しい活動に挑戦できることにやりがいを感じます。

団員の結束力が強く、仲がよいので楽しいです



▲ 普段は会社員として働く本間さん。第四分団の他の団員の皆さんも働きながら活動しているそうです

一緒に活動しませんか?



「消防団ではさまざまな経験ができます。興味のある人はぜひ入団してほしいです」と話す本間さん

報酬

年額報酬 (団員の場合) : 36,500円
災害出場 : 7,000円/回
訓練・防災指導など : 3,500円/回

※18歳以上、70歳未満で区在住・在勤・在学の人であれば入団できます

お知らせ 「大規模災害対応訓練」を開催します

鶴見消防団では大規模災害に備え、日々訓練を重ねています。その集大成となる「大規模災害対応訓練」を一般公開します。ぜひご来場ください。



🕒 10月27日(日)10時開始 (荒天中止)
📍 曹洞宗大本山 總持寺 大駐車場 (鶴見2-1-1)
※公共交通機関でご来場ください

☎ 鶴見消防署消防団係 ☎ 503-0119



#03 お客様の思い出の味になるように



店主 神野 聡さん

ドレッシングやデザートも含め、全て手作りです。

花月総持寺駅そばにあるビストロ ジンノは、平成元年の開業以来、常連客の絶えない人気店です。油で揚げずにオーブンでじっくり焼いたカニクリームコロッケは、口コミで評判が広がり看板メニューになったそう。食材は全て国産、魚介は市場で厳選したものを仕入れ、料理は全て手作りのものを出しています。「親子3世代で来店して下さるお客様もいます。思い出の味と言っていただけとうれしいです」と話す店主の神野さん。店内はバリアフリーの設計となっており、細やかな気遣いと優しさを感じられます。

花月園駅前通り花商会

ビストロ ジンノ

🎵 生麦5-7-39
🕒 11時30分~14時、17時~21時
📅 月曜、第3火曜



ランチのカニクリームコロッケセット (1,500円) は、スープ、パン、サラダ、コーヒーが付きます

☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1688 ☎ 510-1892

仲間と一緒に元気に長生き

かがやきクラブ鶴見(老人クラブ)では、さまざまな活動を通し、仲間づくりや、生きがいと健康づくり、知識や経験を生かした地域活性化などに取り組んでいます。体を動かすことや人と交流することは健康長寿につながります。仲間と一緒に楽しく健康長寿を目指しませんか？



活動事例 かがやきクラブ鶴見ポッチャ大会を開催



ポッチャは、ボールを目標球に向かって投げ、いかに近づけるかを競うシンプルなスポーツです。

7月22日に開催されたポッチャ大会では、年齢や障害の有無に関係なく、全ての参加者が一緒に楽しみました。



ナイスプレーに大盛り上がり



喜びを分かち合うのも醍醐味

☎ かがやきクラブ鶴見事務局 ☎ 505-5581 ☎ 505-3003

多文化共生連載企画

あなたらしく、わたしらしく、

共に生きよう

5月に「鶴見区多文化共生基本指針」を策定しました。そのめざす姿、「国や文化のちがいを越え 誰もがいきいきと暮らすまち・つるみ」の実現に向けた取組を4回にわたって紹介します。

鶴見区多文化共生基本指針の詳細はこちら

☎ 区役所企画調整係
☎ 510-1676
☎ 504-7102



vol.2 多文化共生に取り組む人~鶴見国際交流ラウンジ~

在住外国人の生活面の相談や語学・学習支援、交流イベントなど幅広い支援を行う鶴見国際交流ラウンジ(通称:ラウンジ)。鶴見の多文化共生には欠かせないラウンジの取組を伺いました。



鶴見国際交流ラウンジの詳細はこちら

ラウンジってどんなところ？

相談対応や日本語教室に加え、小・中学生向けに学習支援教室を行っています。日本の暮らしに不安を持つ子どもたちにとっては、行けば誰かがいる「セカンドホーム(第2のわが家)」です。

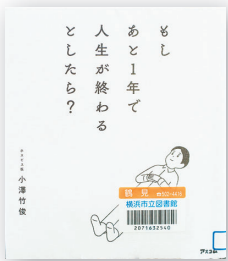
皆さんへのアピールを一言！

ラウンジを利用した子が成長し、ボランティアとして運営に携わってくれるなど、いい循環ができています。外国人の皆さんはもちろん、ボランティアに興味のある人も気軽にお越しください！



おなが (左から) 翁長館長補佐、小林館長、中国語相談員バウさん

次回12月も多文化共生に取り組む人たちをご紹介します！



一般 もしあと1年で人生が終わるとしたら？

ホスピス医である著者が「もしあと1年で人生が終わるとしたら？」という問いかけを通して、自分らしく生きるためのメッセージをつづった一冊です。人生にとって大切なものは何か、考えるきっかけを与えてくれます。
おざわ たけし
小澤 竹俊 / 著 アスコム / 発行

児童 こんなときどうする？クイズで学べる！自然災害サバイバル

家にいるとき大きな地震が起きたらどこへ逃げる？大雨の中、避難所に向かうときにはく靴は？など、いざというときに役立つ防災の知識がクイズ形式で身につきます。家族で防災について考えてみませんか。
きはら みのる
木原 実 / 監修 日本図書センター / 発行



鶴見図書館から 本のひととき

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。

☎ 鶴見図書館
☎ 502-4416
☎ 504-6635

自分がやりたいことって
なんだろう

もしも治らない病気
になったら

家族に自分の
気持ちを伝えたい

今日は
これからの
人生
について
考えよう

これからの人生をどう過ごしたいか、考えたことは
ありますか？ これまでの人生を振り返り、今の自分の
ことや、今の気持ちを書き出してみると、自分のやり
たいこと・やるべきことが見つかるかもしれません。また、
“もしも”のときの医療や介護のなどを事前に考え、
書き留めておくことで、あなたの希望を家族や支援者
に伝えることもできます。元気なうちから、これからの
“あなたの人生”について考えてみませんか。

考えて、書いて、伝えよう！ 便利なツールを紹介します

自分らしく生きるために、人生の棚卸し わになるノート(エンディングノート)

終活のノートと思われがちですが、今の自分の気持ちを整理するた
めにも使うことができます。今後の人生のために、いつかではなく、今日
から始めましょう。

特徴

- ・自分自身のことを振り返ることができる
- ・財産・相続・葬儀など、項目ごとに書ける



詳しくはこちら

3コマ劇場1

お彼岸の家族会議



私も、夫が亡くなったことが
きっかけで書きはじめました。
これからの人生において、自分
のやりたいことや、たくさんの
気づきが得られて、頭がすっきり
しました。定期的に書き直して
みることで、自分の心と体を整理
することもできています

鶴見区老人クラブ会員 佐脇さん



“もしも”に備えて元気なうちに もしも手帳

「人生の最終段階」での医療やケアについて、元気なうちから自分
の思いを伝えるための手帳です。家族だけではなく、医療・介護従事
者などと話すときにも役立ちます。

特徴

- ・医療やケアに関する簡単な3つの質問のみ
- ・コンパクトで、お薬手帳と一緒に保管できる



詳しくはこちら

3コマ劇場2

伝えないとわからない



まずは、手に取って見て
ください。ハードルが高く
感じますが、書く項目は
たったの3つ。ぜひ、信頼
する人たちと話し合うき
かけにしてください！

市場地区民生委員児童委員
協議会の皆さん



医療が必要になっても、 あなたを支えるツールが あります

鶴見区医師会が作成！

自宅と病院とを結ぶ橋渡し

つるみ在宅ケアネットワーク連携ノート (通称:イエローノート)

在宅ケアを受けている人の医療・介護の情報をファイ
リングできるノートです。在宅主治医・訪問看護師・ケア
マネジャーなど多職種連携の情報共有にも活用されて
います。往診している人に主治医(鶴見区医師会)などか
らお渡ししています。

医師の情報提供書やリビ
ングウィル(事前意思表示書)
が入っている点が特徴であり、
多くの病院・支援者をつない
でいます。普段の「健康カルテ」
としても、救急搬送や災害に
も活用できます。希望される
人は、かかりつけの先生にご
相談ください



鶴見区在宅医療連携拠点
さわやか相談室 鈴木さん

救急医療情報キット(高齢者連絡票)

医療情報、緊急連絡先などを記載した「高齢者連絡票」を
入れる筒状の容器で、普段は冷蔵庫で保管し、救急時など
に活用されます。必要に応じて、民生委員が見守りをしてい
る人にお渡ししています。

私は、このツールをご本人とつな
がるための第一歩と考えています。
書いていただくことがきっかけで、
お困りごとを話していただけること
もあります。また、日ごろの見守り
でも活用しています



生麦第二地区民生委員児童委員
協議会副会長 堤さん

講演会 「いつか」ではなく「今から」！
弁護士から学ぶ 相続・遺言、エンディングノート

参加者全員に鶴見区版エンディングノートをプレゼント！

講師：井町総合法律事務所 弁護士 村上鷹平 氏

11月1日(金)14時～16時

区役所6階8・9会議室

10月1日9時からウェブか電話か
FAX(先着)

区役所高齢者支援担当


ウェブ申込みはこちら



配布場所 ▶▶▶ 区役所高齢者支援担当(3階1番窓口)、各地域ケアプラザ など


区役所高齢者支援担当 ☎510-1773 fax 510-1897

市場小学校コミュニティハウス
〒230-0004 元宮1-13-1
☎574-1972
休 火・木曜



①**手びねりde陶芸**▶家族が笑顔になるはし置きを作ろう。作品は「秋のコミハまつり」にて展示後にお渡し 10月5日(土)10時~11時30分 小学生(1~2年生は保護者同伴) 先20人 ¥1,200円 汚れてもいい服装 申9月13日9時30分から 窓(☎は13時から)
②**大人の朗読会&ミニコンサート**▶朗読とルミーツ弦楽四重奏団によるコンサート 10月16日(水)13時30分~15時30分 先20人 申9月18日9時30分から 窓(☎は13時から)
③**おもしろ科学体験塾 ふしぎな絵**▶温めると消える? 変わる? 現れる? 10月27日(日)13時30分~16時 小学3年生~中学2年生 抽24人 ¥500円 持 セロハンテープ、タオル、筆記用具 申9月13日から10月12日まで WEB 申 問 おもしろ科学たんけん工房 ☎080-5042-5599(和田)

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




①**日本の伝統芸能 詩吟教室**▶腹式呼吸で健康増進とストレス解消 10月5日・12日、11月2日・30日の土曜(全4回)10時~12時 成人 先10人 ¥200円 申9月14日10時から 窓(☎は13時から)
②**楽しく書いたら喜びいっぱい「福文字」**▶味のある文字や絵を楽しめます 10月18日、11月15日、12月20日の金曜(全3回)10時30分~12時 成人 先8人 ¥1,500円 申9月21日10時から 窓(☎は13時から)



③**馬場育児教室 ポニー** 10月7日(月)10時~11時15分 1歳未満の子(第1子)と保護者 先12組 持 バスタオル 申 鶴見区赤ちゃん会ウェブ ページから予約
ウェブページはこちら

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
休 火・木曜



①**多文化共生講座**▶フィリピンってどんなところ? 10月5日(土)14時~15時 小学3年生以上 先20人 持 室内履き 申9月13日9時30分から 窓(☎は13時から)
②**お抹茶の頂き方体験講座**▶初めての人、大歓迎! 10月12日(土)13時30分~15時 先16人 持 室内履き 申9月14日9時30分から 窓(☎は13時から)
③**新鶴見子育て相談**▶情報交換や親子の憩いの場としてどうぞ 毎週金曜10時~11時45分 未就学児と保護者 先8組 持 室内履き 直
④**しんつるおはなし会**▶絵本の読み聞かせ・パネルシアターなど 9月23日(月・祝)10時30分~11時 未就学児と保護者 先8組 持 室内履き 直

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



①**楽に整うからだコンディショニング** 10月4日・11日・18日の金曜(全3回)11時~12時15分 60歳以上 先30人 ¥300円 申9月20日10時から 窓(☎は21日10時から)
②**オータムコンサート**▶歌うブギウギピアニスト荒井伝太と彼の楽団。共催:サルビアホール 9月30日(月)14時~15時 60歳以上 先70人 申9月16日10時から 窓(☎は17日10時から)
③**おとなが楽しむ紙芝居と朗読**▶出演は茶ばしらのみなさん 9月14日(土)13時30分~14時30分 直
④**サロンやまのて**▶認知症講座があります 9月13日(金)10時~12時 60歳以上 ¥100円 直

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



①**ナイトストレッチリラクゼーション秋** 10月17日~7年3月6日の第1・3・5木曜※7年1月2日・30日を除く(全10回)19時~20時 成人 先20人 ¥3,000円 持 ヨガマット 申10月3日10時から 窓(☎は4日10時から)
②**こず江先生のベビーマッサージ**▶育児相談もできます 10月22日(火)10時~11時30分 3カ月~1歳6カ月の子と保護者 先10組 ¥500円 持 バスタオル 申10月1日10時から 窓(☎は2日10時から)
③**くりんくらのパネルシアター** 9月12日(木)10時30分~11時10分 未就学児と保護者 直
④**笑顔届けるおはなしやさん** 9月26日(木)10時30分~11時30分 未就学児と保護者 直

矢向地区センター
〒230-0001 矢向4-32-11
☎573-0302 ☎573-0304
休 第2月曜



①**子ども英語であそぼ**▶Mia先生と元気に遊ぼう 10月9日~12月11日の第2・4水曜(全5回)10時~10時30分 2~3歳の子と保護者 先12組 ¥2,000円 申9月11日9時30分から 窓
②**矢向にこにこリトミック**▶親子で元気に体を動かしましょう。ワークタイムもあります 10月25日~12月13日の第2・4金曜(全4回)10時~10時30分 1~3歳の子と保護者 先10組 ¥2,000円 申9月11日9時30分から 窓
③**秋の陶芸教室**▶茶碗や湯のみなど2、3点作ります 10月30日、11月13日・27日の水曜(全3回)10時~13時 成人 先12人 ¥3,000円 持 エプロン、汚れてもいいタオル 申10月1日9時30分から 窓
④**矢向パソコン相談**▶協力:鶴見パソコン・ボランティア協会 10月9日(水)13時30分~16時 成人 先10人※1人30分 申9月11日9時30分から 窓

潮田地区センター
〒230-0048 本町通4-171-23
☎511-0765 ☎511-0760
休 第4月曜



①**ありがとう30周年潮田交流プラザ「秋まつり」** 9月22日(日)9時30分~15時※模擬店は10時45分から 直
②**鉄道と街の歴史2 東海道新幹線60周年** 10月26日(土)14時~15時30分 成人 先20人 ¥300円 持 筆記用具 申9月28日9時30分から 窓(☎は29日から)
③**絵葉書に見る横浜 驚きのスポーツ史**▶幻と初オリンピックを横浜から掘り出す 10月19日(土)14時~16時 成人 先20人 ¥300円 持 筆記用具 申9月14日9時30分から 窓(☎は15日から)

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 休 第2月曜



①**健康体操&ダンス発表会** 10月5日(土)13時30分~15時30分 先30人 申9月11日9時30分から 窓(☎は10時から)
②**青空ヨガ** 10月24日・31日の木曜11時~12時 成人 先各20人 ¥各500円 申9月11日9時30分から 窓(☎は10時から)
③**秋のプリザーブドフラワー** 10月3日(木)10時~12時 成人 先8人 ¥1,500円 申9月11日9時30分から 窓(☎は10時から)

鶴見川漕艇場
〒230-0004 元宮2-6
☎582-8680
休 月曜

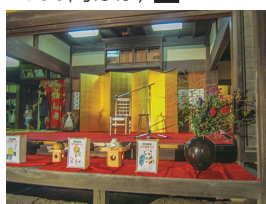


①**平日ボート教室** 10月10日(木)9時30分~12時30分 小学4年生以上 先10人 ¥2,500円(中学生以下1,500円) 持 着替え、帽子 申9月18日10時から 窓
②**初心者ボート教室:チャーチボート** 10月20日(日)9時30分~12時 小学4年生以上 先10人※参加人数によって使用艇の変更があります ¥2,500円(中学生以下1,500円) 持 着替え、帽子 申9月25日10時から 窓
③**初心者ボート教室:ナックル** 10月20日(日)12時30分~15時 小学4年生以上 先10人 ¥2,500円(中学生以下1,500円) 持 着替え、帽子 申9月25日10時から 窓

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



竹とうろうまつり(お月見)▶竹林に幽玄な世界を醸し出す竹とうろう 9月21日(土)17時~20時(歌謡コンサートは18時~19時) 先600人 ¥100円(お月見団子:300円、スーパーボールすくい:100円ほか) 直



お月見の供え物や飾りと歌謡コンサートの舞台

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



①**藍染め教室** 10月11日(金)13時30分~16時 成人 先10人 ¥1,500円 持 天然素材70%以上の染めたい物、エプロン、ゴム手袋、持ち帰り用袋 申9月11日9時30分から 窓(☎は13時から)
②**のんたん先生のリズムあそび** 10月8日・15日・22日の火曜(全3回)10時30分~11時10分 未就学児と保護者 先8組 ¥1,200円 持 動きやすい服装、タオル 申9月12日9時30分から 窓(☎は13時から)
③**スマホアプリ入門教室** 10月23日(水)・24日(木)・25日(金)(全3回)13時30分~16時 成人 先12人 ¥1,800円 持 スマートフォン、筆記用具 申9月19日9時30分から 窓(☎は13時から)
④**秋のおはなし会** 10月30日(水)11時~11時30分 未就学児と保護者 先8組 申9月24日9時30分から 窓(☎は13時から)

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 休 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 9月17日(火)10時~12時 未就学児と保護者 先7組 直
②**歴史文学講座「平安時代 貴族の生き方」**▶「枕草子」「大鏡」「栄花物語」など、さまざまな資料から見てくる人物像を探ります 9月27日、10月11日・25日、11月15日・29日、12月13日の金曜(全6回)10時~12時 成人 先30人 ¥2,000円 持 筆記用具 申9月13日10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



①**音読塾体験講座**▶心とカラダいきいき、音読をみんなで楽しみましょう 9月24日(火)14時30分~16時 先16人 申9月12日9時30分から 窓(☎は13時から)
②**ようこそ!朗読マラソン**▶お好きな作品を持ち寄って、みんなで朗読します 10月27日(日)13時~16時 成人 先 朗読したい人20人、聞きたい人10人 申9月27日9時30分から10月11日19時に 窓(☎は13時から) 聞きたい人は直
③**大人が楽しむおはなし会**▶「茶ばしら」による、大人のためのおはなし会 9月28日(土)14時~15時 成人 先20人 直
④**絵本とわらべうたのおはなし会**▶赤ちゃんと楽しい時間を過ごしましょう 9月24日(火)①10時30分~11時 ②11時15分~11時45分 ①0歳の子と保護者 ②1~2歳の子と保護者 先各10組 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



①一輪挿し工作 ▶ ありがとうを伝えたい人へ渡そう 9月14日(土)・15日(日)10時～12時 小学生以下 各20人

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 9月12日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者

③いっしょにあそぼう会 ▶ だるまこ保育園の先生と遊びましょう 9月25日(水)10時40分～11時 未就学児と保護者


④ふれあいあそび ▶ 馬場保育園の先生と遊びましょう 10月9日(水)10時40分～11時 未就学児と保護者

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

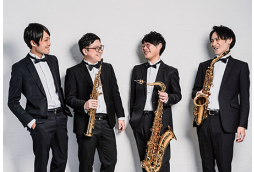


ワンダーレッスン ▶ 当日受付の教室です 詳細はウェブへ 9月11日～10月9日 16歳以上 ¥610円 動きやすい服装、タオル、室内履き
火曜 はじめてのエアロビクス、ラテンダンスフィットネス、ヨガなど
水曜 やさしい体幹トレーニング
金曜 バランスボール、ZUMBA®など
土曜 モーニングボクサ、ストレッチポール de 筋膜リリースなど

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



①クリスマスコンサート ▶ 2組のアーティストの共演。サクソフォン、ピアノ、バイオリン、ボーカルなど 12月14日(土)14時～16時 小学生以上 400人 ¥ 全席指定 先行予約:3,300円、通常予約:3,500円、小中学生は先行・通常ともに1,000円 先行予約:9月11日10時から9月21日10時までに WEB 通常予約:9月23日10時から ☎ (☎ WEB は14時から)



ピアノとサクソフォンのクロレ四重奏団

②さるびあ落語 真打版 ▶ 柳家喬太郎・林家彦いちの真打公演。講談師・紙切りと内容盛りだくさん 7年1月25日(土)14時～16時10分 小学生以上 400人 ¥ 前売り:4,200円、当日:4,500円 10月5日10時から ☎ (☎ WEB は14時から)



初めて聴く人もおすすめ 大笑い間違いなし

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鶴見区支部 ▶ 地域で子育てをお手伝いする「提供会員」・「両方会員」の研修会。受講前に入会説明会参加必須 9月14日(土)9時40分～16時50分 市在住の20歳以上 先 20人 3人(生後57日～未就学児) 申 当日までに ☎ ☎ または WEB 申 鶴見区支部 ☎ 582-7610 ☎ 582-7591

②看護師相談 ▶ 「家の中で多い誤飲」のミニ講話の後、ひろば内で個別に相談 9月20日(金)10時30分～11時45分 未就学児の母親、妊娠中の人 先 4組

③発達が気になる子の親の集い ▶ 子どもの発達に不安を感じたり、育てにくさを感じたりしている親同士が交流し支え合う場です 9月18日(水)10時～11時30分 未就学児と保護者 申 当日までに ☎

④工作の会 ▶ 秋のくだものやきのこをバッグに貼って仕上げます 9月19日(木)14時から 2歳以上の子と保護者 先 6組

地域子育て支援拠点 わっくんひろばサテライト
〒230-0003 房手1-4-51
☎ 642-5710 ☎ 585-0051
休 日・月・祝



①横浜子育てサポートシステム入会説明会 9月26日(木)10時～11時 生後57日～小学6年生までの子がいる保護者 先 6組 申 前日までに ☎ か WEB 申 鶴見区支部 ☎ 582-7610

②助産師相談 9月13日(金)10時～11時30分 未就学の子と保護者、妊娠中の人 先 8組

③栄養士相談 9月19日(木)10時～11時30分 未就学児と保護者 先 6組 申 9月18日12時から WEB



申込はこちら

末吉地区センター
〒230-0011 上末吉2-16-16
☎ 572-4300 ☎ 586-1229
休 第4月曜



①子どもと若者のひろば **アンViva in末吉** 10月5日(土)13時～18時 18歳以下

②家族でリトミック&バルーンアート ▶ おじいちゃんおばあちゃんも参加OK。バルーンアートショーも開催 9月15日(日)9時30分～11時45分 あんよ期～小学生と保護者 先 30組 ¥ 500円 持 タオル、室内履き、靴袋 申 9月11日10時から ☎

③こども将棋教室～後期～ 10月5日・19日、11月2日・16日、12月7日・21日、7年1月18日、2月1日・15日、3月1日の土曜(全10回) 小学生以上 先 12人 ¥ 1,000円 申 9月14日10時から ☎

④ワンコイン免疫力アップヨガ ▶ ヨガの動きをはじめとする健康ストレッチ 10月2日・9日の水曜9時30分～10時30分 成人 先 各30人 ¥ 各500円

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



①おもちゃの病院 ▶ おもちゃドクターがこわれたおもちゃなおします 10月19日(土)10時～14時 未就学児と保護者 先 10組 申 10月5日10時から ☎

②手仕事サロン 羊毛でXmasモビールを作ろう 9月27日、10月25日の金曜(全2回)13時～15時 成人 先 8人 ¥ 300円 申 9月11日10時から ☎



かわいいモビールを部屋に飾ろう

③お灸教室 10月28日(月)13時～15時 成人 先 10人 ¥ 500円 申 10月10日10時から ☎

鶴見区社会福祉協議会
〒230-0051 鶴見中央 4-37-37 リオパルテ鶴見2階
☎ 504-5619 ☎ 504-5616
善意銀行への寄付 [6月1日～6月30日・敬称略]
キッチンmatsui、公益社団法人鶴見法人会、ランチ末吉「つむぎ」、神奈川土建一般労働組合 横浜鶴見支部、吉兆グループ

健(検)診・教室 *原則として9月11日～10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
【予約・問合せ】 こども家庭係 ☎ 510-1850 ☎ 510-1887	
乳幼児健診	4カ月児 9月17日、10月1日・8日の火曜 8時50分～10時10分受付 1歳6カ月児 9月13日・20日、10月4日の金曜 8時50分～10時10分受付 3歳児 9月12日・19日、10月3日・10日の木曜 12時50分～14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	
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》	10月4日(金) 13時30分～15時受付 予約制
【予約・問合せ】 健康づくり係 ☎ 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 9月24日(火)、10月10日(木) ①9時～ ②10時～ ③11時～ 区役所2階栄養相談室 予約制
離乳食教室《7カ月～9カ月児と保護者》	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 10月22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 10月1日8時45分から ☎ 予約制
親子わくわく歯っぴい・食育講座《1歳2カ月未満の乳幼児と保護者》	むし歯予防の話、歯みがきアドバイス、むし歯リスクチェック(保護者)、食事に関する個別相談など 10月18日(金) ①13時20分～ ②14時～ ③14時40分～ 先 各4組 申 9月11日8時45分から ☎ 予約制
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 9月19日(木) ①9時～ ②10時～ ③11時～ 10月4日(金) ①13時～ ②14時～ ③15時～ 予約制
【予約・問合せ】 障害者支援担当 ☎ 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 10月1日(火)14時～16時 区役所1階 母子健康相談室 予約制
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談	9月11日(水)14時～16時 区役所3階3番 予約制
*胃がん・肺がん・子宮頸がん・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中国残留邦人等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(2025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前年度(令和5年度)市民税県民税の非課税世帯・均等割のみ課税世帯の人…事前に健康づくり係(☎510-1832)で免除申請を行ってください(本人確認書類をお持ちください)	