

毎月1日発行

特集
FEATURE

つるみ

No. 249
2018

July



鶴見区ツイッター
区内イベント情報を発信中。
ぜひ、フォローください!

平成30年
広報よこはま
鶴見区版7月号

あと10年..

「健康寿命」を延ばしたい

今や人生80年時代といわれるが、自分は80歳までに不自由なく元気に暮らせるかと聞かれると自信がない。でも、まだまだやりたいこともあるし、かわいい孫と一緒にいろんな所へも行ってみたい。それにはいかに「健康寿命」を延ばすか、がカギのようだ。でも、実際に何をすればいいのか?そして、「健康寿命」を阻むロコモとは?そろそろ古希に近づく60代後半の今、私も本気で自分の身体と向き合おうと思う。



今、やるか、やらないかで、この先の10年が変わる?!

new

商店街グルメ

ひとりですらっと立ち寄れて美味しい

ひとり食べた食べ

～商店街グルメ紀行～



おきつる食堂
「沖縄そば」

550円(税込)

仲通3-74-14【仲通商店街】
木曜日・最終水曜日

リトル沖縄で有名な仲通にある「おきつる食堂」は、かつて「おきなわ亭」の屋号で親しまれた沖縄料理店を昨年秋に新装開店した、沖縄そばとタコライスのお店です。

中でも人気の沖縄そばは、上質の小麦粉を独自の製法で仕上げた麺に厚切りの三枚肉と沖縄かまぼこをのせたボリュームある逸品。「麺は隣接する沖縄物産センターでも買えるため、お土産に買って帰るお客さんも多いです」と店主の内田さん。

鶴見にいながら沖縄気分が味わえる当店に、一人ふらっと立ち寄ってみてはいかがでしょうか。



店主 内田南光さん

区役所地域振興係 ☎ 510-1687 fax 510-1892

トピックス
TOPICS

第3期鶴見・あいねっと(鶴見区地域福祉保健計画) あなたにもできる、ゆるやかな「みまもり」

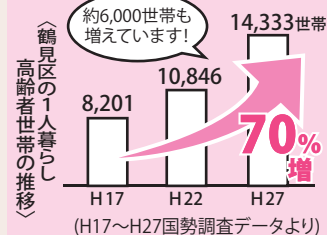
鶴見区も高齢化が進み、1人で暮らす高齢者も年々増えていきます。そんな中、近所の人気がなくなりつつも、プライバシーなどの問題などで、なかなか「ご近所さん」では何ができるのか分からないことも。孤立死などが社会問題になっている今、私たちにも今すぐ実践できる、ゆるやかな「みまもり」で地域を支え合いませんか?



鶴見区でも1人暮らし高齢者が増えてるね

心配だけど、できることはあるのかしら...

この10年で鶴見区の1人暮らし高齢者が7割増に!



～ゆるやかなみまもりとして実践できる5つのこと～

1. 気になる人の家の様子を気に掛ける
2. ごみ捨て場であいさつする
3. 回覧板を手渡しで届け、軽く世間話をする
4. 家の前で掃き掃除をしながら外の様子を気にする
5. 犬の散歩で1人暮らしの高齢者の家の前を通る

「鶴見・気づくつなげる見守りガイド」

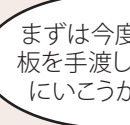


区役所(2階11番)、各地域ケアプラザで配布中!

HP 第3期 鶴見あいねっと 検索



様子を気にかけることなら、私たちでもできそうだな



まずは今度、回覧板を手渡しで届けにいこうかしら!

誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指した「鶴見・あいねっと」では、「みまもり」に取り組み始めている地区も増えてきています。今後、ますます「みまもり」の輪が広がるように、気軽にできるゆるやかな「みまもり」をご紹介します。

区役所事業企画担当 ☎ 510-1826 fax 510-1792

今年、鶴見区が取り組むこと ～平成30年度鶴見区運営方針～

今年も鶴見区の目標と取組を示した「鶴見区運営方針」を策定しました。その目標達成に向け、今年鶴見区が取り組むことと、鶴見のまちがどのように変わっていくかをご紹介します。
※詳細は鶴見区ホームページをご覧ください

HP 鶴見区運営方針 [検索](#)

「安心」のまちづくり

「災害に強いまちづくり」や、ごみの減量化・脱温暖化など「快適な環境づくり」を進めます。



リヤカーを使った要援護者の輸送訓練



商店街での防災出前講座

「ぬくもり」のあるまちづくり

地域での子育て支援や誰もが健康で暮らしやすい「福祉のまちづくり」、「おもてなしの気持ちあふれる区役所づくり」を進めます。



元氣づくり
グループ体操で



認知症高齢者への接し方を寸劇で学ぶ「生麦劇団」

「活力」のあるまちづくり

誰もが安心して暮らせる「多文化共生のまちづくり」や、「鶴見の魅力を活かしたまちづくり」を進めます。



昨年は約1,500人が参加した川崎・鶴見旧東海道ウォーク



鶴見ミニ観光マップの発行

主な取組と実施場所

① 神奈川東部方面線「相鉄・JR直通線」の鶴見駅停車の検討

⑩ 横浜北線馬場出入口開通に向けた工事

② 生見尾踏切、③ 八丁畷第1踏切、④ 古市場踏切の安全対策

⑪ ニツ池公園の未整備部分の調整

⑤ 花月園競輪場の跡地利用

公園や住宅用地などの整備に向け、造成工事が進められます。



整備予定の公園と住宅地

⑫ 馬場花木園の拡張予定地内の公園整備

⑬ 暫定小学校(市場小学校けやき分校)の開校に向けた工事

⑥ 旧鶴見工業高校の跡地利用

西側に看護専門学校と公園、東側に特別養護老人ホームが整備され、リハビリテーション病床を有する病院の整備が進められています。



西側に開設された看護専門学校

⑦ 東部方面斎場(仮称)の整備

⑧ 末吉橋の架け替えの調整、
⑨ 末吉橋～新鶴見橋間への橋梁新設の調査・検討



区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

夏はやっぱりプールで涼！ 区内公園プールが7月14日(土)オープン

7月から区内3公園の屋外プールがオープンします。市営なので料金もお手頃です。プールで元気いっぱい遊んで、暑い夏を乗り切りましょう！

7月14日(土)～9月2日(日)
9時～18時(子どもプールは16時まで)

	時間	料金/時間	対象者
25Mプール	9時～18時	100円	小学2年生以上 ※小学1年生以下は1人につき水着着用の保護者(18歳以上)1人がつけば利用可
子どもプール	9時～16時	60円	1歳児～小学1年生 ※未就学児は水着着用の保護者(18歳以上)1人につき2人の利用が可

※お得な回数券あり。オムツが取れていない幼児はビニールプールをご利用ください。バイク・車での来場はご遠慮ください。水温・気温が低い場合は、お休みすることがあります



平安公園プール

市営バス「平安町2丁目」下車/鶴見市場駅 徒歩15分(平安町2-17-1)
☎ 504-4792(期間中)
☎ 471-2700(期間外)

岸谷公園プール

市営バス「岸谷公園入口」下車/生麦駅徒歩11分(岸谷3-20)
☎ 573-1832(期間中)
☎ 471-2700(期間外)

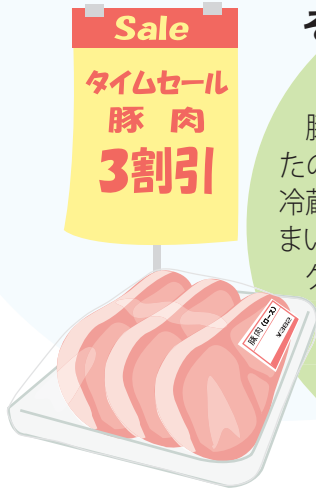


潮田公園プール

市営バス「向井町2丁目」下車/京急鶴見駅徒歩15分(向井町2-71)
☎ 504-4791(期間中)
☎ 501-7479(期間外)



**食材がもったいない！
そんな生活を見直しませんか？**



**その「お買い得品」、
本当にお買い得？**

豚肉がタイムセールで3割引だったので、つい「お買い得!」と買ったが、冷蔵庫に入れたまま使うのを忘れてしまい、結局、消費期限を切らして1パック全て捨てることに。つい「お買い得」につられ、お財布にも環境にも優しくない行動をとってしまう。そんな経験、あなたもありませんか？

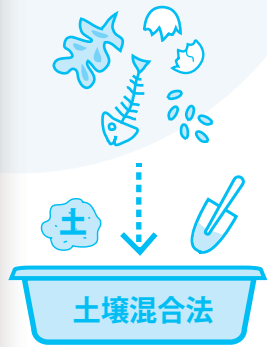
安いからと思わず
買っては、いつも
後悔する私...



**そんな無駄を繰り返さないよう
生活スタイルを見直してみましょう**

- ・「安い」、「お得」を理由に、必要以上に買いすぎない。食べる分だけ購入を
- ・買い物の前には、必ず**冷蔵庫内の在庫状況をチェック**する
- ・冷蔵庫内を整理する曜日などを決め、**定期的に食材の有無を確認**する
- ・**いただきものは自分で買ったものよりも忘れがち**なので、特に注意する

**【もしも食品ロスを
出してしまったら…】**



生ごみは細かく刻んで、プランターに入れた土に混ぜ、微生物の力で分解!

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 fax 510-1892

**夏の涼を求めて！
商店街で打ち水をします**

今年で11年目を迎える打ち水イベント「地球を冷ませ2018 in豊岡」では、地元の人や鶴見大学、橘学苑の生徒などが参加し、真夏の街に「涼の風景」を届けます。また、鶴見駅西口広場では、恒例のステージイベント、ソーラークッカー工作教室や、かき氷・ポップコーンの模擬店など楽しいイベントのほか、廃食用油回収(密閉容器でお持ちください)も行います。



☎ 8月5日(日)11時~16時
※打ち水は14時30分から
☎ 豊岡商店街、鶴見駅西口モール、鶴見公会堂 ☎

打ち水の涼しさを体感してください

☎ 豊岡商店街事務所 ☎ fax 571-3795

**犬・猫の飼い主さんをお願い
ルールを守って快適なまちに**



公園や道路は犬のトイレではありません。排便は家ですませるようにしつけ、散歩の途中でしつこくおしっこは水で流しましょう。

犬はつないで飼いましょう。散歩の時はリード(ひきづな)を離さないようにしましょう。

鳴き声などで近所迷惑にならないように飼いましょう。



猫は屋内で飼いましょう。猫どうしのケンカや交通事故の心配も軽減できます。

飼い猫には首輪やリボンなどの目印を。災害時の迷子対策にもなります。

不幸な命を増やさないために、不妊・去勢手術をしましょう。さかりの時期の鳴き声や尿のおいも軽減されます。

動物の遺棄・虐待は犯罪です。ペットは責任を持って飼いましょう

☎ 区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 fax 510-1718

禅、シンプル生活のすすめ

- 馬場にある建功寺の住職、禅僧である枅野俊明氏の著書です。100項目から一日ひとつ、すぐにできる「心の洗い方」を紹介しています。
- ちょっとした修行気分で、習慣や物の見方をシンプルに変えてみてはいかがでしょうか。
- 枅野俊明／著 三笠書房／発行



一般

**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



児童

へびのクリクター

フランスにすむルイズ・ボドさんのうちへ、ブラジルのむすこから誕生祝いに生きたへびが送られてきた。ボドさんはクリクターという名前をつけ、かわいがって育てた。ある日ボドさんのうちに泥棒が入ったが…。トミー・ウンゲラー/作 中野完二/訳 文化出版局/発行

「美女と野獣」(1946/仏)

孤独な野獣が暮らす森の屋敷に迷いこんだ商人。そのバラを折ってしまった彼は、その代償に娘(ベル)を差し出すことを野獣に迫られる。父想いのベルは自ら森の屋敷に赴くも、そこで野獣の優しさを知ること…。鬼才ジャン・コクトーがメガホンを取った本作は、主演ジャン・マレーの1人2役や豪華な衣装、そして美術など、見どころ満載のフランス映画の傑作です。(詳細はP10「老人福祉センター鶴寿荘」参照)

topics/column

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・4月曜

②～⑦の申は7月11日9時30分から窓(☎は10時から)
①子どもと若者のひろば ②大人のためのお化粧講座～メイクのコツを覚えてあなたもマイナス5歳～
③エコクラフトバッグ ④夏休みお楽しみ工作教室
⑤キリンビール工場見学 ⑥バーバママ・小物作り
⑦お楽しみ会



エコクラフトテープで編みます

末吉地区センター

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

③④⑤の申は7月21日10時から窓
①お魚へっちら イタリアン! ②心ふくらむおはなし屋さん
③君もつくれるLED掲示板 ④ガーデンペンスタンド
⑤涼しげモバイル ⑥笑顔になれる幸せメイク
⑦子どもと若者のひろば

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

①②の申は7月11日10時から窓(☎は13時から)
①夏休み企画・工作しよう! ②ヘロンの噴水
③FMラジオを作ろう! ④子育て中ママ応援!
⑤少林流空手道 ⑥馬場育児教室ポニー

鶴見図書館

〒230-0051 鶴見中央2-10-7 ☎502-4416 ☎504-6635 ☎月1回

①図書館deYES 海藻おしばづくり ②森の中のプレイパーク
③展示「読んでみようこんな本」 ④大人のための朗読ライブラリー
⑤土よう日のおはなし会 ⑥みんなでたのしむおはなし会
⑦絵本とわらべうたのおはなし会

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

十五夜のミニ飾り ①お魚へっちら イタリアン!
②心ふくらむおはなし屋さん ③君もつくれるLED掲示板
④ガーデンペンスタンド ⑤涼しげモバイル
⑥笑顔になれる幸せメイク ⑦子どもと若者のひろば



ちりめんで作ります

矢向地区センター

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

①②③の申は7月11日9時30分から窓
①親子リトミック ②夏休み子ども科学教室
③めだかの学校 ④美味しい冷茶の作り方講座
⑤60歳からのスマートフォン初心者講座
⑥ヘルスメイトさんの料理教室

寺尾地区センター

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

①イタリア簡単家庭料理～イタリアママンの味をご家庭でも～
②かわいい3Dくまさん～シャドーボックスで作る～
③こず江先生のベビーマッサージ
④人形劇団ポケット～一寸法師～
⑤電子絵本で楽しもう
⑥おもちゃ病院
⑦ソーラーミニカー&ぶるぶるモンスター★



切り抜いた紙を重ねて立体的に

鶴見中央コミュニティハウス

〒230-0051 鶴見中央1-31-2シーケイン内 ☎511-5088 ☎511-5089 ☎第3水曜

①ストレッチ&セルフリンパマッサージII～内面から輝けるあなたへエール!～
②鶴見中央コミハまつり
③親子ゆとりひろば*お話会&相談会

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【7月11日～8月10日】

④は16歳以上の女性、⑤レモンは1歳～3歳児と保護者、オレンジは2歳～5歳児と保護者、その他は16歳以上 ¥500円(⑥は1人250円) ⑦動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き

Table with 4 columns: Activity Name, Day/Time, Frequency, and Capacity. Lists various sports and fitness classes like Yoga, Aerobics, Zumba, and Tai Chi.

入船公園

〒230-0044 井天町3-1 ☎501-2343 ☎無休

①防災サバイバルキャンプ(1泊2日)
②ドッチビー教室
③木工工作教室
④つるみプレイパーク
⑤生物観察会

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1 ☎585-6552 ☎第3火曜

①プレイルームオープン
②初級俳句教室
③早朝ハスの観賞会

鶴見川漕艇場

〒230-0004 元宮2-6 ☎582-8680 ☎第3月曜

①カヌー教室
②ボート教室

検索

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 ㊦はがき ㊧往復はがき
必要事項(行事名、〒住所、氏名、電話番号) ㊨窓口 ㊩当日直接 ㊪郵送 ㊫持ち物 ㊬申込み ㊭問合せ ㊮電話 ㊯ファクス
㊰Eメール ㊱ホームページ ㊲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

区役所から

講座・催し

30年度食品衛生責任者講習会

㊟7月11日(水)、8月8日(水)、9月25日(火)14時～15時30分(受付13時30分から) ㊠区役所6階会議室 ㊡食品衛生責任者 ㊢食品衛生責任者証 ㊣各60人 ㊤7月11日8時45分から ㊦か ㊧窓 ㊨区役所食品衛生係 ㊩510-1842 ㊪510-1718

土壌混合法講習会

微生物の力で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



㊟7月11日(水)13時30分～14時 ㊠区役所1階区民ホール ㊡区役所資源化推進担当 ㊩510-1689 ㊪510-1892

夏休み親子でワクワク鶴見川探検バスツアー

源流保水の森、治水施設の見学、鶴見川の生物調査(魚とり)など、鶴見川流域水マスタープランの取組をバスツアー形式で体験 ㊟8月8日(水)9時～15時50分※雨天決行、荒天時は8月10日(金)に順延 ㊠JR淵野辺駅南口広場集合～鶴見川流域施設～JR新横浜駅解散 ㊡小学3年生以上の子と保護者 ㊢45人 ㊣昼食、飲み物、水に入れる靴(指先が守れるもの)、雨具、歩きやすい服装・靴 ㊤7月20日17時までに必要事項、参加者全員の氏名・年齢を明記して ㊦か ㊧窓 ㊨鶴見川流域水協議会窓口 アジア航測(株) 深見、山口、伊豆 ㊩044-967-6270 ㊪044-965-0040 ㊫mizumasu.tsurumi@ajiko.co.jp ㊬HP 京浜河川ふれあって ㊭検索

施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください

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 ㊧第4月曜

①サロンやまて ▶楽しくおしゃべり。お菓子・飲み物付き ㊟7月13日(金)10時～12時 ㊠60歳以上 ㊡¥100円 ㊢ ㊣本と楽しむおとな時間「茶ばしら」 ㊤7月25日(水)13時30分～14時30分 ㊢ ㊣呼吸健康体操 ㊤7月20日、8月3日の金曜日14時～15時30分 ㊠60歳以上 ㊡持 動きやすい服装、タオル、飲み物 ㊢ ㊣ひざひざワックン体操 ㊤7月24日、8月7日の火曜日14時～15時30分 ㊠60歳以上 ㊡持 動きやすい服装、タオル、飲み物 ㊢ ㊣映画で元気! 青春回帰・寺尾の休日「美女と野獣」 ㊤7月17日(火)13時から ㊠60歳以上 ㊡¥入会金2,000円、資料代 各回300円 ㊢ ※詳細は7ページ ㊣パソコン相談室 ㊤7月19日(木)13時30分～16時(受付は15時30分まで) ㊢

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夏休み3館オープンデー2018 サルビアわんぱく★ランド ▶ダンスワークショップ、バスボム作り、ティアラ作り、コンサートなど家族で1日楽しめるイベントが盛りだくさん! 外国の屋台、パンの販売もあります ㊟7月21日(土)10時～16時 ※イベントごとに定員あり(一部有料)※申込期間・方法・詳細はお問い合わせください ㊣水曜音楽会#46 伊藤七生チェオリサイタル ㊤10月10日(水) ㊠11時～12時 ㊡15時～16時(㊠は未就学児入場可) ㊢各100人 ㊣各500円 ㊤8月4日10時から ㊦か ㊧窓 ㊨サルビアアカデミー-vol.45 マンドリンワークショップ ㊤9月30日(日)14時～16時 ㊠中学生以上 ㊢20人 ㊣¥2,000円(楽器貸出含む。楽器持参は1,500円) ㊤7月28日9時から ㊦か ㊧窓

幹・夏祭り

模擬店、ハワイアンバンドの生演奏、フラダンスショー ㊟8月4日(土)16時～19時 ㊠北寺尾四丁目公園(北寺尾4-21) ※雨天時は会場横、つるみ地域活動ホーム幹内 ㊡ ㊢つるみ地域活動ホーム幹 ㊣585-9246 ㊤585-9247

鶴見・おもしろゼミナール@夏休み! 親子で学ぶ“The つるみ”

鶴見区の成り立ちを学んだり、福祉施設を見学したり、鶴見線や旧東海道を巡ったり。自分だけのオリジナルガイドブックも作って鶴見区を楽しく学びます。自由研究にも ㊟8月3日(金)・7日(火)〈全2回〉9時30分～15時30分 ㊠鶴見区福祉保健活動拠点ほか ㊡小学5～6年生と保護者1人 ㊢15組30人 ㊣移動時の交通費 ㊤筆記用具、昼食 ㊥7月25日までに必要事項、学年を記入して ㊦か ㊧窓 または ㊨区役所地域力推進担当 ㊩510-1678 ㊪504-7102 ㊫tr-chiikiryoku@city.yokohama.jp ㊬HP 鶴見・おもしろゼミナール ㊭検索



募集・案内

税理士による無料税務相談会 in つるぎんドット来〜い!!

所得税や相続税など税金のことなら何でも地元税理士会所属の税理士が解説します ㊟7月21日(土)10時～14時 ㊠鶴見銀座商店街(ベルロードつるみ) ㊡ ㊢東京地方税理士会鶴見支部 ㊣502-0780 ㊤502-7425 ㊬HP 鶴見税理士会 ㊭検索



鶴見年金事務所では各種年金の請求・相談(予約制)を受け付けています

【相談内容】老齢・遺族・障害年金、未支給年金、年金分割の相談及び請求、年金の見込み額、記録の確認など年金全般に関すること ㊟8時30分～17時15分 ㊠1か月前から前日まで ㊡鶴見年金事務所(鶴見中央4-33-5 TG鶴見ビル2階) ㊢ ㊣鶴見年金事務所 お客様相談室 ㊤0570-05-4890(予約専用ダイヤル) ㊦504-5600



駒岡地区センター

〒230-0071 駒岡4-28-5 ㊤571-0035 ㊦571-0036 ㊧第3月曜

①藍染をしよう ㊟7月25日(水)10時～12時 ㊠小学生以上(保護者同伴も可) ㊢15人 ㊣¥500円 ㊤7月12日10時から ㊦窓 ㊨君も捜査班だ! 化学捜査教室 ㊤8月11日(土)10時30分～12時30分 ㊠小学生と保護者 ㊢12組 ㊣¥500円 ㊤7月21日10時から ㊦窓 ㊨キッズイングリッシュ～英語に触れよう～ ㊤8月7日(火)13時～14時30分 ㊠英語に全く触れたことのない小学1～4年生 ㊢8人 ㊣¥300円 ㊤7月24日10時から ㊦窓



法律相談会

相続、遺言、贈与、不動産登記、成年後見など、身近な法律問題について司法書士がお答えします ㊟7月18日(水)18時30分～20時30分(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) ㊢8人 ㊣ ㊤神奈川県司法書士会 ㊦641-1372 ㊧641-1371 ㊨HP 神奈川県司法書士会 ㊭検索

相続税説明会及び税理士による無料相談

㊟7月20日(金)13時30分～15時30分 ㊠鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2 シークレイン内) ㊢事前に ㊣ ㊤鶴見税務署資産課税部門 ㊦521-7141(音声案内2番→内線271)

スポーツ・アウトドア

第74回鶴見区民ソフトテニス大会

一般男子・女子、男子45歳・55歳 ㊟8月5日(日)9時～19時 ㊠入船公園テニスコート(弁天町3-1) ㊡区在住・在勤・在学者 ¥2,000円(保険料込) ㊢7月27日までに専用申込書(鶴見区ソフトテニス協会配布)と ¥を窓 ㊣鶴見区ソフトテニス協会(鶴見中央1-18-2井上スポーツ内) ㊤511-0665

第24回鶴見区テニストーナメント

一般男子・女子、男子45歳・男子55歳、ミックスダブルス ㊟8月25日(土)～12月2日(日)〈全10回〉9時～17時 ㊠潮田公園テニスコート(向井町2-71-1)、入船公園テニスコート(弁天町3-1) ㊡区在住・在勤・在学・在クラブ者 ¥3,000円(保険料込) ㊢7月27日までに専用申込書(鶴見区テニス協会配布)と ¥を窓 ㊣鶴見区テニス協会(鶴見中央1-18-2井上スポーツ内) ㊤511-0665

横浜市国際学生会館

〒230-0048 本町通4-171-23 ㊤507-0318 ㊦507-2441 ㊧第4月曜

①留学生と英語で話そう! Let's learn and talk about CAMEROON ㊟8月2日・9日・16日・23日・30日の木曜日〈全5回〉19時～20時30分 ㊠鶴見国際交流ラウンジ(鶴見中央1-31-2シークレイン2階) ㊡16歳以上※英語のレベル:高校卒業程度以上 ㊢12人 ㊣¥5,000円 ㊤7月14日9時から ㊦窓 ㊧窓 ㊨留学生による文化講座～東西文化が交わる魅惑の国、トルコ～ ㊤8月4日(土)13時30分～15時 ㊠16歳以上 ㊢30人 ㊣¥600円 ㊤7月21日9時から ㊦窓 ㊧窓

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

- ①～④の申は、7月11日9時30分から窓
- ①ベビーマッサージ 7月23日(月)10時～11時 2か月～1歳6か月児と保護者 先10組 ¥500円 持 バスタオル、子の飲み物
- ②夏休み宿題対策! デコレーションボックスをつくらう 8月10日(金)10時～12時 小学生 先10人 ¥300円
- ③夏休み親子木工教室～本職大工さんの手ほどき～ 椅子・本棚など 8月19日(日)9時～12時 小学生と保護者 先50組 ¥300円～600円
- ④体験学習園 ▶大根やじゃがいもなどを栽培・収穫 9月～平成31年6月の土曜日(全17回)9時30分～11時30分 先30人 ¥3,500円(19歳以下500円)
- ⑤ママカフェ*新鶴見 ▶おしゃべり・情報交換 8月6日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者 直
- ⑥ハマハグ新鶴見 ▶空室解放 開館日9時～12時 未就学児と保護者 直
- ⑦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

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

- ①ハマハグ市場 ▶ママたちの憩いの場 7月13日～8月10日の毎週金曜日9時～12時 未就園児と保護者 直
- ②市場子育て相談 7月11日～8月8日の毎週水曜日10時～12時 未就園児と保護者 直

三ツ沢公園青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎314-7726 ☎311-6444 第2月曜
HP 三ツ沢野外活動センター イベント 検索

- ①ファミリーで楽しむバーベキュー 9月29日(土)・30日(日)10時～14時 家族 抽 各日12組 ¥中学生以上2,200円、小学生1,800円、4歳～未就学児1,000円、3歳以下100円 申 7月25日までに必要事項、年齢、性別を明記して往(消印有効)かHP
- ②もしもの体験キャンプ(1泊2日) ▶災害時を想定した野外炊事と体育館での宿泊体験 9月15日(土)14時～16日(日)14時30分 家族 抽16組 ¥中学生以上5,500円、小学生4,500円、4歳～未就学児2,000円、3歳以下100円 申 7月25日までに必要事項、年齢、性別を明記して往(消印有効)かHP

白幡公園こどもログハウス ピッコロ

〒230-0077 東寿尾2-12
☎582-9944 第2・4月曜

- ①夏祭り ▶工作、ゲーム、ヨーヨーつりなど 7月14日(土)10時～12時 未就学児～中学生 直
- ②牛乳パックで作る紙トンボ 8月1日(水)～12日(日)10時～16時 未就学児～中学生 直
- ③地下迷路がお化け屋敷に変身! 7月10日(火)～8月12日(日)9時～16時40分 未就学児～中学生 直
- ④ピッコロひろば ▶手遊び、工作、マグネットシアターなど 7月12日(木)11時～11時30分 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ちびっこそろばん～そろばんで計算力をつけよう～ 7月26日、8月2日・9日の木曜日(全3回)15時～16時30分 年長相当児～小学生 先20人 ¥500円 申 7月12日9時30分から窓(☎は13時から)
- ②ペットボトルLEDランタン 8月4日(土)13時～15時 小学生以上(小学1～2年生は保護者同伴) 先15人 ¥500円 申 7月11日9時30分から窓(☎は13時から)
- ③ボトルシップを作ろう 8月5日(日)13時～17時 小学3年生以上 先20人 ¥500円 申 7月15日9時 親子で楽しめます 30分から窓(☎は13時から)
- ④夏休み親子の工作教室～イスや巣箱を作ろう～ 8月19日(日)9時～13時 小学生と保護者 先12組 ¥300円～600円 持 飲み物、タオル、帽子、軍手(あれば金づち、のこぎり) 申 7月14日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑤FMラジオを作ろう 8月18日(土)13時30分～15時30分 小学生以上(1～2年生は保護者同伴) 先15人 ¥600円 申 7月21日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑥生麦にここごサロン 7月23日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者 直
- ⑦河口干潟の生き物観察&Eポート体験 7月22日(日)9時～12時 小学生と保護者 先10組 ¥300円 申 7月12日9時30分から窓(☎は13時から)



ふれーゆ

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

- ①の①～⑦の持は、水着、水泳帽、タオル(③以外はゴーグルも) ①②の申は7月31日までに窓(持参)または必要事項を記入して往 ※休館日および祝祭日は休講 ※各教室の日時などの詳細や掲載以外の教室については施設へ(無料送迎ワゴンあり)
- ①第3期プール教室 ①成人水泳 8月～10月(全8回)月木 15歳以上(60歳以上優先) 抽各30人 ¥各8,800円
- ②成人水泳(4泳法マスター) 8月～10月(全8回)月水金 15歳以上(60歳以上優先) 抽各15人 ¥各8,800円
- ③アクアビクス 8月～10月(全8回)火木 15歳以上(60歳以上優先) 抽各40人 ¥各8,800円
- ④キッズスイミング 8月～10月(全8回)月水金土 4歳～6歳児 抽各36人 ¥各7,200円
- ⑤ジュニアスイミング 8月～10月(全8回)月水金土 小学生 抽月水金各30人、土40人 ¥各7,200円
- ⑥ジュニアスイミング(上級) 8月～10月(全8回)水・金17時30分～18時20分 小学生 抽各30人 ¥各7,200円
- ⑦知的障がい児スイミング 8月～10月(全8回)土曜日 小学生 抽8人 ¥7,200円
- ②第3期キッズダンス教室 8月～10月(全8回)日曜日 ①10時～11時 ②11時～12時 1年長相当児～小学3年生 ②小学4年生～中学生 抽各15人 ¥各8,400円 持 運動のできる服装、タオル

健(検)診・教室

※詳細は広報よこはま鶴見区版4月号の「鶴見福祉保健センターからのお知らせ」をご覧ください

*原則として7月11日～8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 fax 510-1887
乳幼児健診	4か月児 7月17日、8月7日の火曜日 9時～ 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 7月13日・20日、8月3日・10日の金曜日 9時～ 9時45分受付
	3歳児 7月12日・19日、8月2日・9日の木曜日 13時～ 13時45分受付
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》	8月3日(金)13時30分～15時受付 予約制
母親教室《全4回》 《安定期(5か月～6か月)の妊婦》 ※4回目は両親教室	8月①6日(月)午後②13日(月)午前③13日(月)午後④20日(月)午後 ②11時～12時(10時45分から受付) ①③④13時30分～15時30分(13時15分から受付)
【予約・問合せ】 健康づくり係	☎510-1832 fax 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 予約制 7月12日(木)・24日(火)9時～・10時～・11時～ 区役所2階栄養相談室
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 予約制 8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 先各回20組 申 8月1日8時45分から☎
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 予約制 8月31日(金)10時～11時 先20組 申 8月6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 予約制 7月13日(金)13時～・14時～・15時～、7月19日(木)・8月8日(水)9時～・10時～・11時～
【予約・問合せ】 障害者支援担当	☎510-1848 fax 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 8月7日(火)14時～16時 区役所本館2階中会議室
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談	7月11日、8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

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体験! ポッチャを楽しもう! 8月2日・9日・16日・23日・30日の木曜日(全5回)13時～15時 成人 申 7月11日9時30分から窓か☎ ※当日参加も可
- ②歌と語りの歌声喫茶「ふるさと」 8月3日(金)13時～15時15分 成人 先80人 ¥100円 申 7月11日9時30分から窓か☎
- ③夏休み子ども科学教室～リモコンカーを作ろう!～ 8月11日(土)13時30分～15時30分 小学生 先20人 ¥500円 申 7月11日9時30分から窓(☎は12日から)
- ④歴史文学講座『大仏を建てる』～奈良東大寺盧舎那仏誕生秘話～ 9月4日・11日・18日の火曜日(全3回)10時～12時 成人 先20人 ¥300円 申 8月1日9時30分から窓(☎は2日から)
- ⑤潮田子育て相談 7月11日～8月8日の毎週水曜日10時～12時 未就学児と保護者 直
- ⑥けん玉教室 7月15日(日)10時～12時 直
- ⑦潮田はなしのお宿 7月19日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者 直

鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオベルデ鶴声2階
☎504-5619 ☎504-5616

HP 鶴見区 社協 検索

善意銀行への寄付【4月19日～5月18日・敬称略】
前川和彦、吉兆グループ、東寿尾商品開発部、松緑神道大和山 横浜教区婦人会、匿名

広報よこはま鶴見区版

バックナンバーはこちら▶

HP 広報 つるみ 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

イベント情報満載!
横浜カレンダー(鶴見区版)

HP 鶴見区お届け便 検索



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