

特集
FEATURE



少し体調
悪い...

診察券
たまってます



病歴の説明に
うんざり...

毎月1日発行

こ
る
み

No. 247
2018

5
May

こんなとき
どうしよう



かかりつけの 見つけ方

困ったときに頼りになる「かかりつけ医・薬局」は、健康管理の心強いパートナーです。近い未来に訪れる「人生100年時代」、せっかく長生きできるのならば、健康に楽しく暮らしたいですよね。(→8・9ページに続く)



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5月号

はじめまして! 鶴見区長の 森 健二です



4月1日、鶴見区長に着任いたしました森 健二と申します。

鶴見区は、国際色豊かな地域や最先端の研究拠点を擁するとともに、伝統的な行事やお祭りが息づくなど、多様な魅力に満ちています。活気あふれる鶴見区の区長として赴任できたことを大変うれしく思っています。

この4月には、鶴見工業高校跡地に特別養護老人ホームや看護専門学校、下野谷町三丁目公園がオープンしました。また、花月園競輪場跡地の開発や、神奈川東部方面線「相鉄・JR直通線」の鶴見駅停車実現に向けた要望活動などが進んでいます。

昨年、区制90周年という節目を迎えた鶴見区は、次の100周年に向けて、今年第一歩を踏み出します。ますます魅力的で元気な鶴見区を目指して取り組んでまいりますので、区民の皆さまのご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

トピックス
TOPICS

～備えの五か条～

- まずは情報収集を!
- 危険箇所、避難経路の把握を!
- 避難時の持ち出し品の確認を!
- 自宅周辺的环境整備を!
- 避難の判断は早目に!

正確な情報と早目の行動を

災害時は慌てず、テレビやラジオ、ウェブで発表される警報・注意報などを随時確認し、正確な情報収集のもと、早目に行動しましょう。



各種ハザードマップの活用を

土砂災害や洪水のハザードマップを使い、危険箇所や避難経路、浸水被害の可能性などを事前に家族間で共有しておきましょう。



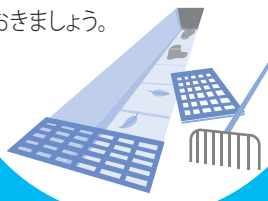
非常用備蓄の再確認を

避難時の持出品は日頃から準備し、被災時すぐに持ち出せるようにしておきましょう。飲食物・電池は消費期限にも注意しましょう。



側溝・雨水ますの清掃は必須!

側溝や雨水ますは、定期的に掃除し、落ち葉や泥などを取り除き、水はけが良くなるようにしておきましょう。



梅雨のシーズン前に

大雨・ゲリラ豪雨に 備える 対策編

近年、ゲリラ豪雨の発生や短時間で降水量が増大する集中豪雨、台風の大型化などで、全国各地で豪雨被害が発生しています。区内でもこれからの時期、土砂災害や浸水などの被害が予想されることから、各家庭でも左記のような対策をして、不測の事態に備えてください。

詳細は **HP** 横浜市大雨への備え **検索** **☎** 区役所防災担当 **☎** 510-1656 **☎** 510-1889

公園では気づかいとマナーを。 みんなで気持ちのいい公園づくり

ボール遊びは周囲に気を付けて。バットの使用はやめましょう

公園内でのペットの放し飼いはできません。必ずリードをつけましょう

ペットのフンは飼い主が責任を持って処理しましょう

ポイ捨ては絶対にダメ！ごみは持ち帰りましょう

無責任な餌付けは迷惑になるので、やめましょう

詳細は、市のホームページでも見られます

公園は、小さな子どもからお年寄りまで、さまざまな人が利用する地域の財産です。その公園の利用に関し、土木事務所には日々さまざまな相談や苦情が寄せられています。

マナーやルールを守り、誰もが気持ちよく使える、トラブルや事故のない公園を利用者みんなで作っていきましょう。

詳細は

HP 横浜市公園ルール [検索](#)

問 鶴見土木事務所

☎ 510-1669 fax 505-1318

おもしろいほど生ごみが消える！ キエーロのモニターを募集中

キエーロってなに？

キエーロとは、雨除けの屋根がついた容器(ボックス)に黒土を入れ、その中に生ごみを埋めて土(バクテリア)の力でごみを分解・処理する方法です。実際にミニキエーロをモニターで使用した人の8割がその威力を実感し、引き続き使用するなど、その効果は実証済みです。



次はあなたが試す番！

昨年度に実施したモニターが好評だったことを受け、30年度もミニキエーロを体験していただくモニターを募集します。

今回も通常のキエーロより場所を取らない、ミニキエーロを貸し出し、後日、その感想や効果をアンケートで回収します。なお、キエーロは返却不要ですので、モニター期間が終了した後も、継続して使っていただけます。

- 🕒 (配付) 7月2日(月)～31日(火)
- 👤 区在住者 抽 30人
- 💰 無料(配送も含む)
- 📅 6月1日(金)16時までに **必要事項** (住所・氏名・電話番号)を明記し、**fax**か**A**または**☐**



容器 黒土、説明書の3点セットをご自宅までお届けします

(幅66cm×奥行46cm×高さ45cm)

申問 資源循環局鶴見事務所(〒230-0046 小野町39)

☎ 502-5383 fax 502-5482 ✉ sj-tsurumij@city.yokohama.jp

「本」と「おもちゃ」の病院が毎月開院 壊れた“お気に入り”を甦らせよう！

何度も読み返していた絵本がボロボロに…、毎日遊んでいた大好きなおもちゃが壊れてしまった…。そんな子どもたちのために、区内を中心に活動する市民団体「製本ボランティア・舞鶴」と「つるみ・おもちゃドクターズ」のメンバーが、つるみ区民活動センターで毎月1回、本とおもちゃの修繕・修理を行います。破れた本や壊れたおもちゃのある人は、この機会に つるみ区民活動センターへお越しください。



これは直せるぞ！

本とおもちゃの病院 開院日

- ① 絵本・児童書：毎月第4木曜日13時～15時
- ② おもちゃ：毎月第4土曜日10時～12時

※原則、当日預かり、当日返却(または次回返却)。活動の見学だけでも可

問 つるみ区民活動センター(区役所2階) ☎ 510-1694 fax 510-1716

住民票の交付がコンビニで！ マイナンバーカードのお得な使い方

窓口より
50円お得！

マイナンバーカードがあれば、コンビニエンスストアで、便利でお得に住民票の写しなどが取得できます。これにより、区役所などが開いていない時間帯(早朝や夜間、休日)でも交付が可能となります。

- 交付場所 全国約53,000店舗のコンビニエンスストア
- 利用時間 6時30分～23時(12月29日～1月3日を除き無休)
※ 戸籍証明書及び戸籍の附票の写しは、平日9時～17時
- 対象書類 ①住民票、②住民票記載事項証明書、③印鑑登録証明書、④戸籍の附票の写し、⑤戸籍(全部・個人事項)証明書
- 利用料金 ①②③④…250円(通常300円)、⑤…450円(通常450円)

※詳細は [HP](#) 横浜市 コンビニ交付 [検索](#)

問 横浜市コールセンター ☎ 664-2525 fax 664-2828(8時～21時・無休)

問 区役所登録担当 ☎ 510-1705 fax 510-1893

「文化」と「環境」を感じる1日 三ツ池公園フェスティバル

鶴見区三大祭りのひとつ、三ツ池公園(文化・環境)フェスティバルが今年も開催されます。

区内最大規模のフリーマーケットをはじめ、「木遣り・纏振込み」「野点」など日本の伝統文化、環境に配慮した催しも盛りだくさん。新緑が気持ちいい三ツ池公園で、楽しい一日をお過ごしください。

📅 5月12日(土)9時30分～16時
※荒天時は13日(日)に順延
📍 県立三ツ池公園(三ツ池公園1-1)
※車での来園はご遠慮ください

ピクニック気分で 食事&物産を楽しむ!

園内には約60の販売・PRブースが大集結!



自然の中で体を 思いっきり動かす

こどもあそびゾーンやプレイパーク、起震車の体験も



多彩なパフォーマンスを 堪能して賞品をゲット!

ステージイベントや豪華賞品が当たる抽選会も



日本の伝統文化を 「観て」「味わって」

木遣りや纏振込み、野点などを堪能



区内最大級の フリーマーケット!

区内最大級のフリーマーケット!



エコでお得な 環境アクション

資源回収や物々交換などエコな取組がいろいろ



牛乳パック5枚以上で
トイレットペーパー1つと
交換(先着300人)

📄 詳細はHP [三ツ池公園フェスティバル](#) 🔍 検索

📍 区役所区民活動支援係 ☎ 510-1693 📠 510-1892

ワックン生誕30周年。 さらに身近に親しみやすく!

今や区内でお馴染みとなった鶴見区の Mascot「ワックン」は、昭和63(1988)年1月に誕生しました。

そんなワックンも今年で30歳を迎え、今後ますます皆さんに身近に親しみやすい存在になれるよう、新たなグッズの販売のほか、区役所ホームページからのロゴやイラストのダウンロードも可能になりました。

さらに、イベントなどに使えるワックン着ぐるみもリニューアル! 今後ともぜひ、ワックンをよろしくお祈りします。 ※ワックンの営利目的での利用は不可

ワックングッズが新たに誕生



ミラーや缶バッジなど続々と誕生

サブレも人気だよ!
(120円)



ロゴ&イラストを ダウンロードしよう



イラストは30種類! 今後も増えています

着ぐるみがリニューアル!

より動きやすくなって、通気性も向上したよ!



着ぐるみの貸出し、イラストのダウンロードは

HP [ワックンの部屋](#) 🔍 検索

📍 区役所広報相談係 ☎ 510-1680 📠 510-1891

横浜(シリーズ紙碟10)

横浜が舞台の短編小説集。森鷗外、長谷川伸、小池富美子、北林透馬、田中英光、水上勉、永山則夫の7編。この町の歴史の薄明かりの中から、吐息や匂いがにじみ出るよう。巻末では編者自身の潮田の思い出話もあります。
八木澤高明/編 皓星社/発行



一般

せいめいのれきし

生命の誕生から恐竜の時代などを経て人類の歴史が始まるまでを劇場仕立てで解説。次々に主役が交代していく様はまさに舞台そのもの。古い本ですが、最新の研究に合わせて2015年に改訂版が出ました。
ページャー・パートン/文・絵 いいももこ/訳 岩波書店/発行



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



「サーカス」(1928/米)

失業中の主人公・チャーリーはある日、サーカス一座がテントを張った付近に差しかかる。が、ふとしたことから、気付かぬうちにスリの片棒を担がされることに。警察に追われた彼は、逃げ場を求めサーカスのテントに駆け込むが…。脚本、監督、主演を1人でこなすチャールズ・チャップリンが、「黄金狂時代」に続いて製作した抱腹絶倒の無声喜劇映画です。
(詳細はP10「老人福祉センター鶴寿荘」参照)

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 HP ホームページ 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

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。14時からバジル等の種まき体験あり。土壌混合法を普及させる3R夢サポーターも募集中です



5月11日(金)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

鶴見川クリーンキャンペーン

鶴見川桜並木周辺の除草と清掃活動
6月9日(土)10時～11時30分頃※荒天時は10日(日)鶴見川芦穂橋及び鶴見川橋の周辺
区役所資源化推進担当
510-1689 510-1892

施設から

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ちりめんで作るつるしびな 6月12日～10月9日の火曜日(全5回)10時～12時30分 成人先12人 ¥3,000円 5月11日10時から窓(窓は12日から) ②プレ幼児教室 6月8日・15日の金曜日(全2回)11時～12時 1歳6か月以上の子と保護者先15組 ¥1,000円 5月18日10時から窓(窓は19日から) ③Caféママン▶親子でおしゃべり。おやつ・飲み物付き 5月15日(火)10時～12時 未就園児と保護者先15組 ¥200円 ④子どもと若者の広場“アソ Viva!!” 5月19日(土)13時～17時 18歳以下 ⑤電子絵本で楽しもう 5月11日(金)10時30分～11時30分 未就園児と保護者 ⑥おもちゃ病院 5月19日(土)10時～14時 小学生以下 5月11日10時から窓(窓は12日から)

生麦地区センター

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

①パソコン講座Wordステップアップ 6月5日(火)～8日(金)〈全4回〉13時30分～16時 先15人 ¥2,000円 持筆記用具、あればUSBメモリ(パソコンは貸出し) 5月11日9時30分から窓(窓は13時から) ②泣いても大丈夫コンサート 7月5日(木)11時～12時 未就園児と保護者先40組 5月24日9時30分から窓(窓は13時から) ③お花の形のバターロール 6月20日(水)10時～13時 成人先7人 ¥1,200円 5月16日9時30分から窓(窓は13時から) ④電子絵本で遊ぼう 5月22日(火)10時30分～11時20分 未就学児と保護者先20組 ⑤はなしのお宿 6月7日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者 ⑥フンパクサタデー 5月12日(土)13時～15時 小学生

募集・案内

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

5月16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) 先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

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

5月26日(土)10時～14時 鶴見銀座商店街(ベルロードつるぎ) 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



相続税説明会及び税理士による無料相談

5月18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) 申事前に 鶴見区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

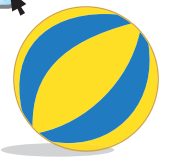
第20回鶴見区グラウンドゴルフ大会

5月27日(日)9時～12時 豊岡小学校(豊岡町27-1) 区在住・在勤・在学者先96人 ¥200円 5月11日9時から専用申込書(鶴見スポーツセンター、区内地区センター・地域ケアプラザで配布)を窓か 鶴見区さわやかスポーツ普及委員会(元宮2-5-1鶴見スポーツセンター内)
080-4654-5028(阿部) 580-3037

第37回春季鶴見区ソフトバレーボール大会

女子の部、男女混合、トリム40(男女混合40歳以上)の部

6月24日(日)9時～18時30分 鶴見スポーツセンター(元宮2-5-1) 区在住・在勤・在学の中学生以上 男女混合、トリム40合わせて36組(※女子の部は定員なし) ¥1,000円 5月31日までに専用申込書(HPからダウンロード)を 6月16日15時から鶴見スポーツセンターで抽選会・大会説明あり 鶴見区ソフトバレーボール協会(〒230-0078 岸谷4-1-7)
585-3141
HP 鶴見区体育協会 検索



募集 住宅・土地統計調査の調査員をしませんか?

各世帯を訪問し、調査票を配付・回収する調査員を募集します。調査は5年ごとに実施され、調査結果は国及び地方公共団体の住生活関係諸施策の基礎データとして利用されます。

【従事期間】9月上旬～10月下旬(予定) 【調査地域】区役所が指定する地域【応募要件】原則20歳以上で責任を持って調査できる人【申込み】6月11日(月)～15日(金)に区役所で面接を実施。面接希望日を事前に連絡。詳細、申込方法は、HPまたは区役所1階、区内の地区センター・行政サービスコーナー等で配布のチラシをご確認ください【報酬額】40,000～60,000円程度(担当する範囲により差異あり)

区役所総務課統計選挙係 510-1660 510-1889

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

①Let'sエンジョイABC～たのしく英語にふれよう! 6月10日～8月19日の日曜日(全6回)9時50分～10時40分 4・5歳児先10人 ¥2,500円 5月13日10時から窓(窓は14時から) ②お話し会&相談会▶パネルシアター、読み聞かせなど 5月15日(火)10時～12時 未就学児と保護者先8組

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折り紙で四季折々 6月12日～10月9日の火曜日(全10回)10時～12時 成人先15人 ¥1,000円 5月15日10時から窓(窓は16日から) ②本と楽しむおとな時間「茶ばしら」 5月21日(月)13時30分～14時30分 ③パソコン相談室 5月17日、6月7日の木曜日13時30分～15時30分 ④呼吸健康体操 5月18日、6月1日の金曜日14時～15時30分 60歳以上 先各40人 動きやすい服装、タオル、飲み物 ⑤ひざひざワックン体操 5月22日、6月5日の火曜日14時～15時30分 60歳以上 先各50人 動きやすい服装、タオル、飲み物 ⑥映画で元気!青春回帰・寺尾の休日「サーカス」 5月15日(火)13時から 60歳以上 ¥入会金2,000円(資料代毎回300円) ※詳細は7ページ

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

①～⑦の申は5月12日10時から窓(窓は13時から) ①大切な人にいつもありがとう!～フォトフレームに感謝をこめて～ 6月9日(土)10時30分～12時 小学生先10人 ¥100円 持ち帰り用袋 ②夏をすずしく「苔玉づくり」▶夏のインテリアに 6月16日(土)10時～12時 成人先10人 ¥1,000円 ③ハーブで寄せ植え 6月25日(月)10時～12時 成人先10人 ¥1,200円 ④夏にはきたい「布ぞうり」▶初めてでも作れます 6月1日(金)9時30分～12時 成人先10人 ¥400円 ⑤描いてみたい!が今なんだ 体験講座「絵画教室」 6月1日・15日、7月6日・20日の金曜日(全4回)A:10時30分～12時 B:13時～15時 成人先各5人 ¥各500円 持ち物 スケッチブック(F6/F4)、2B鉛筆、消しゴム、カッター、水彩絵の具 ⑥美容・健康・ストレスすっきり!「のんびりゆったり体操」▶身体に負担のない動きで毎日を健康に 6月4日・18日の月曜日(全2回)10時30分～12時 成人先10人 ¥500円 飲み物、動きやすい服装 ⑦今日からあなたも美文字の達人!暮らしに役立つ「ペン字教室」 6月4日・18日の月曜日(全2回)13時～15時 成人先10人 ¥500円 ⑧子育て中ママ応援!馬場育児教室ポニー 6月4日(月)10時～11時30分 1歳未満の子(第1子)を持つ母親

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!フラダンス! 6月5日～26日の毎週火曜日(全4回)11時～12時30分 成人先12人 ¥400円 5月11日9時30分から窓(窓は12日から) ②エコクラフトカゴバッグ講座 6月9日・16日の土曜日(全2回)13時～16時 成人先10人 ¥1,000円 洗濯ばさみ10～20個 5月13日9時30分から窓(窓は14日から) ③潮田子育て相談 5月16日～6月6日の毎週水曜日10時～12時 未就学児と保護者 ④潮田はなしのお宿 5月17日(木)11時～11時30分 未就学児と保護者 ⑤けん玉道場 5月20日(日)10時～12時

駒岡地区センター

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

おもちゃ病院▶壊れたおもちゃを直します 5月19日(土)10時～14時 未就学児と保護者先20組 5月11日10時から窓

矢向地区センター

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

①父の日のプレゼント～お父さんの顔を描いたチーズケーキ～ 6月17日(日)10時30分～12時30分 小学生※3年生以下は保護者同伴 先18人 ¥500円 5月17日9時30分から窓 ②矢向おもちゃ病院▶壊れたおもちゃを直します 6月16日(土)10時～15時 5月16日9時30分から窓 ③絵本とわらべうたであそぼ! 5月16日(水)10時30分～11時 未就学児と保護者 ④矢向子育て相談 5月17日～6月7日の毎週木曜日10時～12時 未就学児と保護者 ⑤矢向パソコン相談 6月4日(月)9時～12時

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かんたんスマホ体験教室 ▶初めてでもよくわかるシンプルスマホとiPhone ㊟6月14日・21日の木曜日13時～15時 ㊟成人 ㊟20人 ㊟筆記用具 ㊟5月24日10時から ㊟
- ②プチッとアート押し花体験 ▶マグネットと長円形フレームで作ります ㊟5月25日(金)13時30分～15時 ㊟成人 ㊟15人 ㊟¥800円 ㊟5月11日10時から ㊟
- ③父の日にキラッとスクエアキーホルダー ▶レジンで作る四角モチーフのキーホルダー ㊟5月27日(日)10時～12時 ㊟小学生 ㊟10人 ㊟¥500円 ㊟手拭きタオル、エプロンか汚れてもよい服 ㊟5月13日10時から ㊟
- ④ねりきりで作る季節の和菓子(その1) ▶季節の風物を和菓子で作って楽しむ ㊟6月6日(水)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟16人 ㊟¥1,500円 ㊟エプロン、三角巾、手拭きタオル ㊟5月16日10時から ㊟
- ⑤おもてなし茶道体験 ㊟5月26日、6月23日、7月28日の土曜日(全3回)14時～15時 ㊟小学4年生以上 ㊟10人 ㊟¥500円 ㊟はき替え用の白い靴下 ㊟5月12日10時から ㊟
- ⑥サタデーモーニング体操 ㊟5月12日・19日・26日、6月9日の土曜日9時30分～10時50分 ㊟成人 ㊟各35人 ㊟¥各150円 ㊟飲み物、タオル、動きやすい服装 ㊟
- ⑦子どもと若者のひろば“アソViVa”in末吉 ㊟6月2日(土)13時～18時 ㊟18歳以下 ㊟20人 ㊟
- ⑧わくわくおはなしポケット ㊟5月24日(木)10時30分～11時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟15組 ㊟
- ⑨保育士と遊ぼうプレイルーム ㊟6月6日(水)10時～12時 ㊟5歳以下の子と母親 ㊟
- ⑩子育て支援 ㊟5月15日～6月5日の毎週火曜日10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟
- ⑪末吉パソコン相談室 ㊟5月16日、6月6日の水曜日13時30分～16時 ㊟18歳以上 ㊟各10人程度 ㊟
- ⑫おもちゃの病院 ㊟5月27日(日)10時～12時 ㊟10人 ㊟
- ⑬末吉うたひろば ㊟5月21日(月)13時30分～14時30分 ㊟

白幡公園子どもログハウス ビッコロ

〒230-0077 東寺尾2-12
☎582-9944 ㊟第2・4月曜

- ①フォトフレーム工作 ▶カラー段ボールでモザイク風写真立てを作ろう! ㊟5月19日(土)・20日(日)10時30分～13時30分 ㊟中学生以下 ㊟各30人 ㊟
- ②おはなし会 ㊟5月18日(金)11時～11時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟
- ③いっしょに遊ぼう会 ▶どろんこ保育園の先生と遊ぼう! ㊟5月23日(水)10時50分～11時10分 ㊟未就学児と保護者 ㊟



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

- アメリカ・カナダ大学連合日本研究センターの外国人研究生による研究発表会 & 交流パーティー ㊟6月9日(土)13時30分～16時15分 ㊟中学生以上 ㊟50人 ㊟¥1,000円(中高生は500円) ㊟5月26日9時から ㊟

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

- ①②の ㊟は5月11日9時30分から ㊟(㊟は13時から)
- ①親子でルンルンリトミック ㊟6月20日～10月17日の第3水曜日(全5回)10時～10時40分 ㊟8か月～3歳児と保護者 ㊟20組 ㊟¥2,000円
- ②季節の和菓子を作ろう ▶和菓子職人が教える季節の和菓子 ㊟6月1日(金)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥1,500円 ㊟エプロン、三角巾、持ち帰り用袋
- ③市場寄席 ㊟5月20日(日)13時30分～14時30分 ㊟
- ④ハマハグ市場 ㊟5月11日～6月8日の毎週金曜日9時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟
- ⑤市場子育て相談 ㊟5月16日～6月6日の毎週水曜日10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟

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

- ②③の ㊟は5月11日9時30分から ㊟(㊟は13時から)
- ①羊毛フェルトで作る和スイーツ ▶抹茶白玉クリームあんみつを作ろう ㊟6月29日(金)13時30分～16時30分 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥600円 ㊟5月25日9時30分から ㊟(㊟は13時から)
- ②季節の和菓子 ▶和菓子屋さんに教えてもらう季節の生菓子 ㊟6月16日(土)13時30分～16時 ㊟成人 ㊟15人 ㊟¥1,500円
- ③七夕のミニ飾り ▶和布で作る手のひらサイズの七夕飾り ㊟6月23日(土)10時～12時30分 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥600円



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

- ②～⑨の ㊟は5月11日9時30分から ㊟(㊟は10時から)
- ①子どもと若者のひろば“アソVIVA” ㊟5月13日・27日の日曜日13時～16時 ㊟小学生以上 ㊟
- ②楽楽カラオケ憩いの場 ㊟5月15日(火)18時～20時 ㊟成人 ㊟15人
- ③ママカフェ ▶子どもと遊びながらおしゃべり ㊟5月16日(水)10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟15組 ㊟¥200円
- ④大人が楽しむ紙芝居 ㊟5月23日、6月13日、7月11日の水曜日(全3回)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟20人 ㊟¥500円
- ⑤茶道体験講座(立礼式) ▶自分でたてたお抹茶を楽しむ。和菓子付き ㊟5月22日、6月12日の火曜日15時～16時30分 ㊟成人 ㊟各10人 ㊟各500円
- ⑥リンパストレッチ & バレト ▶リンパケアで免疫力向上と正しい姿勢作り ㊟5月17日・24日・31日の木曜日(全3回)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟15人 ㊟¥1,500円
- ⑦お楽しみ会 ㊟5月24日(木)10時30分～11時 ㊟未就学児と保護者 ㊟20組
- ⑧バーバママ・小物作り ㊟5月29日(火)9時30分～12時 ㊟60歳以上 ㊟10人 ㊟¥300円
- ⑨父の日プレゼント ㊟6月10日(日)10時～12時 ㊟小学生以上 ㊟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

- ①お琴体験 ㊟5月12日～7月21日の毎週土曜日11時～12時 ㊟小学生以上 ㊟各10人 ㊟
- ②ベビーマッサージ ㊟5月28日(月)10時～11時 ㊟2か月～1歳6か月児と保護者 ㊟10組 ㊟¥500円 ㊟バスタオル、子の飲み物 ㊟5月11日9時30分から ㊟
- ③ママカフェ*新鶴見 ㊟6月4日(月)10時～11時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟
- ④ハマハグ新鶴見 ㊟開館日9時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟
- ⑤新鶴見子育て相談 ㊟5月11日～6月8日の毎週金曜日10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟

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

- ①②③の ㊟は5月30日までに HP または ㊟必要事項、年齢、学年、性別を明記して ㊟
- ①わんぱくおてんば探検隊(夏) ㊟6月24日(日)9時30分～15時30分 ㊟小学1年～3年生 ㊟48人 ㊟¥3,000円
- ②ふれあい親子クラブ 夏みつ隊 ㊟7月4日～25日の毎週水曜日(全4回)14時30分～16時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟16組 ㊟¥2人1組5,000円(追加3歳以上2,000円、2歳以下500円)
- ③ファミリーで楽しむバーベキュー ㊟7月7日(土)・8日(日)10時～14時 ㊟家族、グループ ㊟各12組 ㊟¥中学生以上各2,220円、小学生各1,800円、4歳～未就学児各1,000円、3歳以下各100円

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

当日受付の教室【5月11日～6月10日】

㊟④は16歳以上の女性、㊟⑧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(㊟は1人250円) ㊟動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き ㊟

| | | | | |
|-----------------|---------|--------------------|---------------|-------|
| ①ヨガ | 朝ヨガタイム | 毎週土曜日 | 7時40分～8時40分 | ㊟40人 |
| | 昼ヨガタイム | 毎週金曜日 | 12時～12時50分 | ㊟各60人 |
| | 夜ヨガタイム | 毎週火曜日 | 19時15分～20時30分 | |
| ②エアロビクス | | | | |
| はじめてエアロビクスタイム | | 毎週火曜日 | 9時15分～10時15分 | ㊟各50人 |
| エアロビクスタイム | | 毎週金曜日 | 10時30分～11時45分 | |
| ひきしめエアロビクスタイム | | 毎週土曜日 | 11時15分～12時30分 | |
| ③コアくらぐフィットネスタイム | | 5月21日・28日、6月4日の月曜日 | 10時50分～11時30分 | ㊟24人 |
| ④ママストレッチタイム | | 毎週火曜日 | 11時45分～12時45分 | ㊟20人 |
| ⑤ちょこっとコアタイム | | 毎週水曜日 | 12時30分～13時10分 | ㊟20人 |
| ⑥ZUMBA | 火曜ZUMBA | 毎週火曜日 | 10時30分～11時30分 | ㊟各50人 |
| | 金曜ZUMBA | 毎週金曜日 | 9時15分～10時15分 | |
| ⑦バランスボールタイム | | 毎週金曜日 | 9時15分～10時15分 | ㊟20人 |
| ⑧親子リトミック | レモン | 5月12日・26日、6月9日の土曜日 | 9時～9時50分 | ㊟各30組 |
| | オレンジ | | 10時～10時50分 | |
| ⑨ボクシングフィットネス | | 毎週金曜日 | 21時20分～22時20分 | ㊟40人 |
| ⑩フットサルタイム | | 5月11日・25日、6月8日の金曜日 | 19時15分～20時45分 | ㊟60人 |
| ⑪バスケットボールタイム | | 5月19日、6月2日の土曜日 | 19時15分～20時45分 | ㊟60人 |
| ⑫バレーボールタイム | | 5月12日・26日、6月9日の土曜日 | 19時15分～20時45分 | ㊟60人 |

夏季定期教室【7月～9月】

①②は全7回、③⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳は全10回、その他は全11回 ㊟記載のないものは16歳以上 ㊟動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き ㊟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か学校名を明記して ㊟/詳細は ㊟か HP

| | | | | |
|------------|----------------|--------------------|----------------|--------------------|
| 月曜日 | ①骨盤エクササイズ教室 | 9時30分～10時30分 | ㊟30人 | 3,780円 |
| | ②ヨガ教室(月曜) ※② | 12時～12時50分 | ㊟30人 | 3,780円 (㊟2,3,780円) |
| 火曜日 | ③バドミントン教室(中級) | 9時～10時45分 | ㊟55人 | 9,700円 |
| | ④減量教室 | パラ 9時15分～10時45分 | ㊟各30人 | 各4,730円 |
| | | ユリ 11時15分～12時45分 | | |
| | ⑤いきいき健康づくり教室 | 11時15分～12時45分 | ㊟60歳以上 ㊟100人 | 4,070円 |
| ⑥太極拳教室(火曜) | 13時15分～14時45分 | ㊟75人 | 5,400円 | |
| 水曜日 | ⑦卓球教室(水曜) | 9時～10時45分 | ㊟70人 | 7,500円 |
| | ⑧体力アップ教室 | 9時15分～10時45分 | ㊟40歳以上 ㊟50人 | 4,070円 |
| | ⑨ピラティス教室 | 11時30分～12時20分 | ㊟30人 | 5,940円 |
| 木曜日 | ⑩転倒予防教室(水曜) | 13時30分～14時45分 | ㊟60歳以上 ㊟40人 | 4,070円 |
| | ⑪太極拳教室(木曜) | 9時～10時30分 | ㊟125人 | 5,400円 |
| | ⑫健康美体操教室 | 10時45分～12時5分 | ㊟16歳以上女性 ㊟100人 | 4,730円 |
| | ⑬社交ダンス教室(初級) | 11時5分～12時15分 | ㊟各50人 | 各5,900円 |
| | ⑭社交ダンス教室(中級) | 12時20分～13時30分 | | |
| | ⑮体カステップアップ教室 | サクラ 13時～14時15分 | ㊟65歳以上 ㊟各30人 | 各3,850円 |
| | | コスモス 14時25分～15時40分 | | |
| | ⑯体幹エクササイズ | 15時50分～16時50分 | ㊟30人 | 4,070円 |
| | ⑰Q-Ren&ヨガ教室 | 13時40分～14時50分 | ㊟60人 | 5,900円 |
| | ⑱ナイトバドミントン | 19時～20時45分 | ㊟22人 | 9,700円 |
| 金曜日 | ⑲バドミントン教室(初級) | 9時～10時45分 | ㊟33人 | 9,700円 |
| | ⑳卓球教室(金曜) | 9時～10時45分 | ㊟28人 | 7,500円 |
| | ㉑はつらつ健康づくり教室 | 11時15分～12時45分 | ㊟60歳以上 ㊟100人 | 4,070円 |
| 土曜日 | ㉒転倒予防教室(金曜) | 13時30分～14時45分 | ㊟60歳以上 ㊟40人 | 4,070円 |
| | ㉓女性のためのボディケア教室 | 9時30分～10時45分 | ㊟20歳以上の女性 ㊟30人 | 4,730円 |

鶴見川漕艇場

〒230-0004 元宮2-6
☎582-8680 休第3月曜

①**ボート教室** 6月10日(日)10時～15時
小学4年生～70歳くらいの初心者 先
20人 ¥2,500円(中学生以下1,500円) 持
昼食、飲み物、動きやすい服装、着替え、
帽子、運動靴 甲5月22日9時から ②**カ
ヌー教室** 6月17日(日)10時～15時 小
学4年生～70歳くらいの初心者 先 12人
¥5,000円(中学生以下2,500円) 持 昼食、
飲み物、動きやすい服、着替え、帽子、濡
れてもよい靴 甲5月29日9時から 休

入船公園

〒230-0044 弁天町3-1
☎501-2343 休無休

①**花壇作り隊** ▶土づくりから体験 6月
10日・17日・24日の日曜日(全3回)10時
～12時 成人 持 手袋、長靴 甲5月11日
10時から 窓か 休 ②**チューリップ球根掘
り** 5月26日(土)・27日(日)10時～14時
③**初級グラウンド・ゴルフ教室** 5月
21日(月)9時～11時※雨天中止 初
心者 ¥100円 持 クラブ、ボール※クラブ
貸出しあり(先15人) 休 ④**つるみブレ
イパーク**▶デコベアを作ろう 6月3日(日)
10時～15時(¥
デコベア200円) 休
⑤**第6回ベーゴマ
大会** 6月9日(土)
10時～15時 休



ベーゴマを自由に飾ろう

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1
☎585-6552 休第3火曜

①**プレイルームオープン** 5月22日(火)
9時30分～11時30分 休 ②**初級俳句教
室** 5月18日(金)13時～16時 先 18人
持 赤・黒のボールペン、あれば歳時記ま
たは季寄せ 休 ③**茶道体験教室** 6月2日
(土)11時～15時 先 20人 ¥400円 休

鶴見図書館

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

①**土曜日のおはなし会** 5月12日(土)
15時～15時30分 未就学児～小学生
休 ②**絵本とわらべうたのおはなし会** 5
月29日(火)①10時30分～11時②11時
～11時30分 10歳児と保護者②1歳
以上の子と保護者 休 ③**つるみっこ絵
本広場協カスタッフ養成講座**▶乳幼
児健診で絵本とわらべうたの紹介をす
るボランティアを始めませんか 5月
29日(火)14時～16時、6月1日(金)・5日
(火)9時～11時(全3回) 先 10人 甲5月
11日9時30分から 窓か 休 ④**読み聞か
せボランティア講習会(初心者向け)**▶
初めて小学校などで読み聞かせを始め
る人向けです 6月14日(木)10時～
12時 先 20人 甲5月15日9時30分から
窓か 休

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 休511-5712 休第3水曜
HP サルビアホール 検索

①**サルビアわんぱく★ランド2018みんな
で楽しく踊ろうEXILE TRIBE楽曲振付
ダンスワークショップ** 7月21日(土)①
10時30分～11時15分②12時～12時45分
③13時30分～14時15分④15時～15時
45分 先 各60人 ¥各500円 甲5月11日
10時から 窓(HP、休は14時から) ②
**サルビアホール室内楽シリーズ#5 ヴァ
イオリン大宮臨太郎「ヴァイオリン×
オーボエ×ピアノ」**▶音楽ホールで本格的
に室内楽を楽しむシリーズ 9月23日
(日・祝)①13時～15時②17時～19時 先
各100人 ¥区民・18歳以下・65歳以上・
障害者(証明になるものが必要)各3,200円、
その他各3,500円 甲6月10日10時から
窓(休は14時から) ③**ボーイズバレエ
サマースクール2018 レッスン&コーチ
ング**▶Kバレエスクール講師のレッス
ンの様子を見学できます 8月18日(土)
時間未定(決定次第HPに掲載) 先 546人
¥1,000円 甲6月1日10時から 窓(休は
14時から) ④**ボーイズバレエサマース
クール2018 ショーケース&エキシビジョ
ン**▶サマースクール参加者の成果発表
とKバレエカンパニーダンサーによる模
範演技 8月19日(日)時間未定(決定次
第HPに掲載) 先 546人 ¥2,000円 甲6月
1日10時から 窓(休は14時から)

ふれーゆ

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

①②の甲は5月25日までに窓(休持参)
または**必要事項**を明記して 休
※各教室の日時などの詳細や掲載以外の
教室についてはお問い合わせください
①**第2期プール教室** 持 水着、水泳帽、
ゴーグル、タオル(③はゴーグル不要)
休 6月1日(金)～7月31日(火)①**成人水泳
(初級・中級・上級)**(全7回)月水金 15歳以
上(60歳以上優先) 抽 各30人 ¥各7,700円
②**成人水泳(4泳法マスター)**(全7回)月水
金 15歳以上(60歳以上優先) 抽 各15人
¥各7,700円 ③**アクアビクス**(全7回)火
木 15歳以上(60歳以上優先) 抽 各40人
¥各7,700円 ④**キッズスイミング**(全7回)
月水金土 4歳～6歳児 抽 各36人 ¥各
6,300円 ⑤**ジュニアスイミング**(全7回)月
水金土 小学生 抽 月水金各30人、土
40人 ¥各6,300円 ⑥**ジュニアスイミング
(上級)**(全7回)水金 小学生 抽 各30人
¥各6,300円 ⑦**知的障がい児スイミング**
(全7回)土 小学生 抽 8人 ¥6,300円
②**第2期キッズダンス教室** 6月3日～
8月12日の日曜日(全8回)①10時～11時
②11時～12時 ①1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

みその公園「横溝屋敷」

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

①**虫博士と春の里山を歩こう**▶身近な自
然を探しましょう 5月12日(土)10時～
12時 小学生以下と保護者 先 20組 ¥
1組2,000円 甲5月10日9時30分から 休
か 休 ②**音楽フェスティバル**▶地域の皆
さんの演奏をお楽しみください 5月
19日(土)13時～15時 先 100人 休

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
ご覧いただくか、お問い合わせください

*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 fax 510-1887 | | | |
| 乳幼児健診 ※詳細は、対象者へお送りす る個別通知をご覧ください | 4か月児 | 5月15日・22日、6月5日の火曜日 | 9時～ 9時45分受付 |
| | 1歳6か月児 | 5月11日・18日・25日、6月1日・8日の金曜日 | 9時～ 9時45分受付 |
| | 3歳児 | 5月17日・24日、6月7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》 | | 5月11日(金)13時30分～15時受付 | |
| 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 | | 6月①4日(月)午後②11日(月)午前③11日(月)午後④18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 5月29日(火)9時～10時～11時～ 休 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26日(火)①13時15分～14時15分②14時45分～15時45分 休 区役所2階栄養相談室 先 各回20組 甲6月1日8時45分から 休 予約制 | |
| 親子わくわく歯つびい講座 《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29日(金)13時30分～14時30分 先 20組 甲6月5日8時45分から 休 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 5月18日(金)13時～14時～15時～、5月31日(木)9時～10時～11時～ 予約制 | |
| 肺がん検診(40歳以上) | | 年度内に1度受診可能 5月30日(水)午前 受付時間は申込時お知らせ 先 45人 ¥X線検診料:680円 予約制 | |
| 【予約・問合せ】 障害者支援担当 ☎510-1848 fax 510-1897 | | | |
| アディクション(依存症)家族教室(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ご家族) | | 病気の理解と本人への対応方法を一緒に考え学びます 6月5日(火)14時～16時 休 区役所1階一般健康相談室 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

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 休504-5616

HP 鶴見区 社協 検索

①**つるみサマーフレンド2018**▶ながーい
夏休みはボランティアと一緒に楽しく過ご
しましょう! 7月23日(月)～8月24日(金)※開
催時間はコースにより異なる 休 区内在住
の障害のある小学生～高校生 抽 1～15人※
コースにより異なる ¥各1,000～3,000円
※申込みや詳細は6月8日までにHP か 休
で問合せ
《ボランティア募集》 休 高校生以上※申
込みや詳細は6月8日までにHP か 休 で問合せ

②**青空福祉バザー**▶障害児・者施設等
の自主製品、雑貨、衣類、軽食などの販売
6月7日(木)・8日(金)10時～14時 休 区
役所前庭等※雨天時は1階区民ホール 休

善意銀行への寄付
【2月20日～3月16日・敬称略】

鶴見区自治連合会婦人部、吉兆グループ、
待鳥 元子、特定非営利活動法人あしほ、
鶴見区制90周年記念社交ダンスパー
ティー実行委員会、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 休045-510-1891