

ここから なか区版 ⑤～⑫ ページです

- 命を救う車です！救急車は正しく使ってこそ！…………… 5
- あなたに伝えたい詐欺撃退の心得…………… 6～7
- お知らせ 講座・催し・施設から ほか…………… 8～12



なか 2

No.256 / 2019年(平成31年)



命を救う車です！

1秒でも早く現場へ

全力で救命活動

区政 TOPICS

救急車は正しく使ってこそ！

突然の重い病気やひどいケガをした人に、応急処置を行い医療機関に搬送するのが救急隊の役目です。緊急性が高いと判断したときは、迷わず救急車を要請してください。一方で、救急車や救急隊員の数は限られていますので、安易に利用することはやめましょう。救急車を適切に利用するためのポイントを紹介します。

【問合せ】中消防署 ☎251-0119(代表)

救急発祥の地・中区

1933(昭和8)年3月13日、全国で初めて横浜市に救急車が配置。以来市民の安心のよりどころとして、信頼され親しまれ、多くの傷病者を救いながらその歴史を刻んできました。1992(平成4)年に救急救命士が配置されてからは、より重篤な状態の方の救命に大きな成果を上げています。

日本初の救急車はアメリカ製のキャデラック。神奈川県警察部山下消防署*に配置された
*1948(昭和23)年の消防組織法施行以前、消防は警察組織内にあった。中消防署の前身は1919(大正8)年に設置され、今年開設100周年

増加する中区の救急出場

高齢化の進展等により救急件数は増加し続けています。中区に配置されている救急車は5台。フル稼働中です。

◆件数の推移

| 年 | 件数 |
|------|--------|
| H25年 | 14,024 |
| H26年 | 14,306 |
| H27年 | 14,690 |
| H28年 | 15,124 |
| H29年 | 15,479 |

4年で1,455件増

◆傷病程度の内訳 (H29年)

| 傷病程度 | 割合 |
|------|-------|
| 軽症 | 60.1% |
| 中等症 | 32.0% |
| 重症 | 5.4% |
| 重篤 | 2.0% |
| 死亡 | 0.5% |

軽症 60.1% 入院を要せず
中等症 32.0% 生命の危険はないが入院を要するもの
重症 5.4% 生命の危険の可能性のあるもの
重篤 2.0% 生命の危険が切迫しているもの
死亡 0.5% 初診時死亡

◆中区の救急要請の特徴

- ①件数が多い。市内全体の約8%が発生。
- ②宿泊施設、飲食店、駅などの施設や路上での要請が多い。
- ③搬送の必要がない場合や軽症が多い。

こんなときは迷わず119番！

- 突然・激しい・締め付けられるような痛みやしびれ
- ろれつが回らない、声が出せない
- 意識がない、反応しない
- 心停止、脈がない
- 呼吸困難・停止
- 大量出血
- 広範囲のやけど
- 痙攣・硬直 etc.

CHECK!

※119番したら、まず「救急」であることを伝えます。緊急性が高い場合は、救急車は現場の住所が分かたらすぐに出動します。あとは落ち着いて、症状・年齢・性別などを伝えてください。自宅の場合は到着までに、保険証・診察券・おくすり手帳・お金・靴などを準備し、乳幼児の場合は母子健康手帳・紙おむつ・ほ乳瓶・タオルなどの用意も

ダメ!! 過去にあった不適切な事例

- ◇水虫がかゆいから
- ◇靴ずれが痛いから
- ◇深爪をしたから
- ◇今日入院するから
- ◇日焼けがヒリヒリするから
- ◇救急車だとすぐに診察してもらえるから
- ◇混んでいるので他の病院に連れて行って

こんな理由で救急車が出払っているときに重症者が発生したら…
「1分1秒が生死の境になる」
それが救急の現場です。

判断に迷ったときは

☎「かかりつけ医」に連絡・相談
日頃から病状等を把握しているので緊急度の判断が可能です。

☎横浜市救急相談センター
年中無休 / 24時間対応
#7119
または ☎232-7119

受診可能な病院・診療所の案内、症状に基づく緊急性や受診の必要性をアドバイスします。緊急性が高ければそのまま119番へ転送します。

終末期の在宅医療をお受けの方へ
救急隊は出動すると「全力で救命活動」を行います。延命や病院搬送を望まない場合は、救急車ではなく「かかりつけ医」に連絡を。緊急時に救急車を呼ぶか呼ばないか、事前に在宅医療チームと話し合い、家族・親族間で対応を共有することが大切です。

横浜市救急受診ガイド (パソコン・スマートフォン対応)

該当する症状を選択すると、緊急度の目安がわかり、必要な対応を確認できます。

冊子もあります(消防署や区役所1階総合案内所で配布)

備えあれば

もしものときの救急車の利用法
いざというときに慌てないために一読をおススメ。政府広報オンライン「暮らしに役立つ情報」内にあり、通報の仕方や搬送までに準備するもの等についても詳しく学べます。

2019年 中消防署は開設100周年 過去から現在そして未来へ—地域防災のたすきをつなぎます—

特集

お金も、家族からの信頼も、失いました。

私のだまされるわけがないー。

そう信じていたのに…。涙が止まりません。

他人事だと、思わないでください。

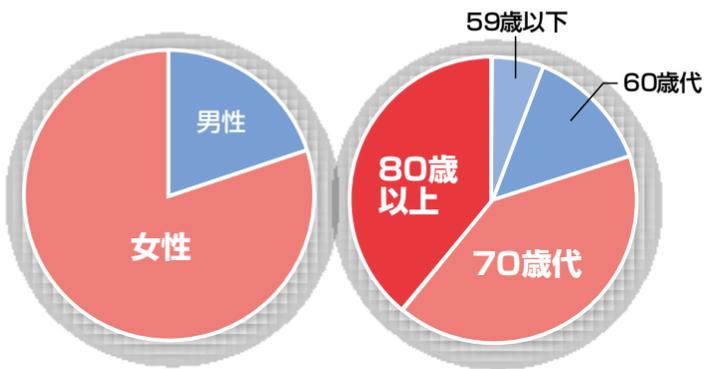
あなたは、あなたの父母・祖父母は、そしてあなたの暮らす地域の人は、絶対にだまされないとはい切れますか。

あなたに伝えたい 詐欺撃退の心得

【問合せ】区役所地域振興課 ☎224-8132 ☎224-8215



被害者の80%が女性、 80%が70歳以上



(2018年 県内特殊詐欺被害者の割合)

2018年、中区では**40件、約5,340万円**の特殊詐欺被害が発生しました。被害件数・被害額ともに、前年より増加しています。
(速報値=2018年12月31日時点)

自分は絶対詐欺に引っかからないと思っている人、手を挙げてください。今手を挙げた人、全員詐欺に引っかかりますよ。被害に遭ってしまった方はみんな、あなたと同じように、詐欺の手口を知っていました。あなたと同じように絶対にだまされたいと思っていたのに、だまされて、涙を流しているんです。中には「払うお金がないから大丈夫だ」と言われる方もいらっしゃいますが、そういう方でもだまされると一生懸命お金を工面して払ってしまうものなんです。

詐欺の手口はどんどん巧妙になってきています。また、県下では詐欺の被害件数、被害額ともに増加しています。これ以上被害を増やさないためには、「こういう電話は詐欺だ」と、多様な手口を一生懸命覚えるのではなく、**詐欺師からの電話に出ないこと、相手にしないことが一番**。詐欺師が嫌う通話録音機能、留守番電話機能などを活用してください。身に覚えのない内容のはがきは破り捨ててください。

私たちはもう、心優しい市民が詐欺で人生を壊される場所を見たくありません。迷ったら、遠慮せず警察に相談してください。

山手警察署 生活安全課 村田警部補



「詐欺かもしれない…。でも分からない…。」警察に相談してください！

自分で備えて 詐欺を撃退

詐欺師が嫌うもの

中区在住 千代田 なが子 さん

ケーブルで電話機につなぐだけ！設置も簡単。



固定電話に自動通話録音機を後からつけることも。家電量販店等で、5,000円くらいから購入できる。

「この通話は迷惑電話防止のために録音されます。ご了承ください」「ただいま留守にしております。『ピー』という音に続けてお名前とご用件をお話してください」。固定電話から流れるこれらの音声は、詐欺師が一番嫌うものであること、知っていますか。

この通話録音機能を活用しているのが千代田さんです。「去年の秋に、この機能の付いた電話機に買い替えました。これまでもナンバーディスプレイを確認して、怪しい電話は出ないようにしていたんですけどね…。考えてみると、この電話機にしてから変な電話を受けたことがないです」。詐欺被害を防ぐための一手。千代田さんはその効果を実感していました。



詐欺師が嫌がる通話録音機能、留守番電話機能を活用しましょう！

家族の絆で 詐欺を撃退

おばあちゃん、これ詐欺だよ！

間門小5年 藤田 杏 さん

11月5日、杏さんのおばあちゃんが出た電話は、「デパート職員」からのものでした。「あなたのクレジットカードでかばんを買おうとした人がいました。悪用されたかもしれないので、銀行から連絡が来ます」。

おばあちゃんがクレジットカードを持っていないことを知っていた杏さんはこの電話を近くで聞き、不審に思いました。そして「詐欺だよ！」と声を掛け、被害を防ぐことができたのです。

日頃から警察のHPなどで詐欺について学んでいたという杏さん。「おばあちゃんのこと、好きですか？」という質問に、恥ずかしそうにはにかむその笑顔は、家族の仲の良さを象徴しているようでした。



山手署から贈呈された感謝状と

父母・祖父母が被害に遭わないために、家族みんなで詐欺のことを学びましょう！

アートの街・黄金町だからできる、 地域への感謝を込めたポスター

詐欺に注意

詐欺撲滅の2本柱

こんな言葉は詐欺だ！

留守番電話設定のお願い



伊勢佐木警察署 | 初黄・日ノ出町環境浄化推進協議会 | NPO法人黄金町エリアマネジメントセンター

制作:イクタケマコト (イラストレーター)

横浜市中区黄金町地区では地域・行政・警察・NPO・大学・アーティストが連携をして、アートによるまちづくりを進めています。

黄 金町でぶくがアート活動を始めたのが2015年。防犯パトロールなどの活動に参加してお話を聞く中で、みなさんが「この街を良くしていきたい」という強い気持ちを持って活動してきたことを肌で感じていました。そしてここでアート活動をしている以上、自分としても分かりやすい形で地域に貢献したいと考えていたんです。そんなときに3者*から声をかけていただき、その思いに応える形でこのポスターを作ることになりました。

「お年寄りにも若い世代にも分かりやすく伝えたい」と、この4コマ漫画のポスターになりました。アートの街・黄金町だからできるポスターということで、配色も工夫して、こだわりをもってデザインしています。



イクタケマコトさん

詐欺の被害、増えているんですよね。みなさんに自分事と思ってほしいです。このポスターが誰かの心に残って、詐欺被害防止につながってくれたらと、そう願っています。

*伊勢佐木警察署、初黄・日ノ出町環境浄化推進協議会、黄金町エリアマネジメントセンター

A4版で印刷したチラシが欲しい方は伊勢佐木警察署(☎231-0110)まで

笑って学ぶ 寄席de防犯

2/26 火

真面目な内容も、寄席を見るだけで学べるのなら苦じゃないはず。お笑いコンビ・世界事情の防犯漫才と、二代目林家木久蔵さんの防犯落語。みんなでお腹を抱えて笑いながら、学びませんか。



林家木久蔵

日時 13時30分～15時30分

会場 横浜にぎわい座(桜木町駅)

※申込み不要。当日直接会場へ ※無料

中区安全・安心メール

区内の防犯情報を区役所からメールで配信しています。登録はHPから。



【窃盗(忍び込み)】

発生日時:〇月〇日2:00頃～6:00頃

場所:〇〇町

発生状況:家人就寝中に、1階リビングのガラス窓を割られて侵入され、財布、通帳などを盗まれた。

対策:〇〇町周辺で、忍び込みや空き巣などが多発しています。外出するときはもちろん、自宅にいるときも、玄関や窓の施錠をしっかりとしましょう。防犯センサーやカメラで対策をとりましょう。

年度末は区役所職員をかたる詐欺電話が多くなります。保険料や医療費の還付は、書面での手続きが必要で、電話や銀行のATMで振込手続きを行うことはありません。区役所職員を名乗る電話はまず疑ってくださいね。



区役所地域振興課 濱 職員

詐欺の手口はどんどん巧妙になっています。「電話に出たらアウトだ」と思って、通話録音機能、留守番電話機能を活用しましょう。

あなたが、あなたの父母・祖父母が、そしてあなたの暮らす地域の人だまされないために、自分にできることを考え、行動しましょう！

みんなで詐欺を撃退！

中区マスコットキャラクター スウィングー



地域のつながりで 詐欺を撃退

1人で解決しないこと

シャレール海岸通自治会 大出 幸彦 会長

「あなたは訴訟を起こされました。訴訟取り下げの相談は以下の電話番号まで」。“法務省”からそんな内容のはがきが届いたら、あなたはどうしますか。

もちろん、これは詐欺のはがき。住民が受け取ったこのはがきの情報を聞いて動いたのが大出会長でした。「こういうのはたくさんの人に送られているわけだから、他の人もだまされないようにと思って、はがきを大きな紙に印刷して、掲示板に張り出したわけ」。これを見た住民からは「うちにも同じようなはがきが届いていたよ」といった声も聞かれたそうです。「一度頭が真っ白になってしまうとね…。このはがきを受け取った人も、焦っちゃったみたい。友人に相談してやっと詐欺だと気づくことができましたよ」と大出会長。「やっぱり地域に、近くに相談できる人がいるっていうのは大切なことだね」と話してくれました。



▼詐欺はがきの一例。似たような詐欺はがきが全国に送られている

消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ
訴訟管理番号(そ)691

この度、貴方の利用されておりました契約会社、もしくは運営会社側から契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出されました事を改めてご通知致しますとともに、訴状が取り下げ最終期日を経て裁判を開始させていただきます。また、このままご連絡なき場合は、原告側の主張が全面的に受理されまして裁判所の許可を受けて執行官立会いのもと、現預金や有価証券及び、不動産や不動産登記簿記載の資産を強制的に執行されてしまう可能性があります。

地域で詐欺への意識を高めましょう！
相談しあえる友人を持ちましょう！

EVENT CLIP イベントクリップ

※費用の記載のないものは無料。申込みの記載のないものは当日直接、特記のないものは先着順

山手西洋館と大佛次郎記念館で展示 横浜山手芸術祭ユースギャラリー 2/16(土)~24(日)

山手地区にある学校の児童・生徒の美術作品を展示。力作ぞろいです。●10時~17時 ※大佛次郎記念館は22日(金)15時まで ●山手西洋館(山手111番館、横浜市イギリス館、山手234番館、エリスマン邸、ブラフ18番館)、大佛次郎記念館
 山手111番館 ☎623-2957



今年は8校参加します

「働く」について考えてみませんか プラザフェスタ 2/23(土)

▶働くひとのメンタルヘルス講座
 元気に希望をもって働くために、ストレスへの気づきや対処方法、セルフケアなど心の問題と健康法を分かりやすく解説します。講師は横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長・医学博士 山本 晴義氏。●10時~12時



▶知って役立つ! 若者のための労働法基礎講座
 若者が、違法・脱法的な労働行為から自分を守るために、知っておくべき労働法等の基礎知識を分かりやすく解説します。人事労務担当者の方、労働問題や労働法に関心をお持ちの方もどうぞ。講師は法政大学法学部教授 沼田 雅之氏。●14時~16時
【共通】●かながわ労働プラザ(石川町駅中華街口) ●100人 ☎電話・FAX・HP(行事名・氏名・電話番号・Eメールを記入)・来館で 山(公財)神奈川県労働福祉協会 ☎633-5410 fax 633-5412

484枚もの応募作品が勢ぞろい 大佛次郎×ねこ写真展2019 2/26(火)~4/14(日)

愛猫家で有名な作家・大佛次郎にちなんだ、猫いっぱいの写真展です。●10時~17時(4月:10時~17時30分) ※休館:月曜日・3月25日(月)~4月2日(火)。3月28日(木)~31日(日)は1階のみ開館。写真展はご覧いただけます ●大佛次郎記念館 ●200円(中学生以下・市内在住の65歳以上は無料) 山同館 ☎622-5002 fax 622-5071



猫愛あふれる作品を楽しめます

人材育成講座 なかく風おこせ! プロジェクト 本牧を学び、本牧を照らそう! (全5回) 2/27(水)~3/27(水)

本牧の祭りや歴史、グループ活動のノウハウを学び、具体的な活動に繋がるワークショップを行います。講座終了後は、ライトアップイベントなどで活動して本牧地域を盛り上げます。●2月27日:本牧神社、3月6日・13日:本牧地区センター、3月20日・27日:HOMMOKU BASE(山本牧一丁目)、いずれも水曜10時~12時 ●区内在住で受講後、本牧地域で活動できる方20人 ※保育あり(未就学児、要予約) ☎2月12日(火)から電話・来館で 山区役所地域振興課 ☎224-8137 fax 224-8215



本牧が好きな人集まれ!

今年の三塔の日のテーマは「JAZZ」 横浜三塔の日イベント 3/10(日) 会場:開港記念会館

▶三塔~JAZZ LIVE

●13時~16時30分
 出演:横浜市立港中学校吹奏楽部、浅葉裕文トリオ feat.宮脇惇、bohemianvoodoo、朝岡周 & The Jack Band 朝岡周 & The Jack Band



▶横浜JAZZ 1日限りのミニミュージアム、ジャズ祭展示、ワークショップ

ジャズに関する貴重な書籍やレコード、ジャズにまつわるワークショップなどが楽しめます。●11時~17時 ※ワークショップ①11時30分~12時30分、②13時30分~14時30分

▶一日限りの「ちくさカフェ」

歴史的な雰囲気の中でカフェがオープン! ●11時~16時45分

▶ジャックの塔にのぼろう

普段は登ることができないジャックの塔に登れるチャンス! ●10時~13時 ●当日先着300人 ※10時から整理券配布 ●100円(保険料) ※このほかにも物産展など盛りだくさん

3/9(土) 前夜祭

お笑いライブ

あべこうじ(横浜出身)ら、よしもとの人気芸人によるお笑いライブを開催。●18時~19時30分 ●前売り2,500円、当日3,000円 山チケットよしもと予約問合せダイヤル ☎0570-550-100(Yコード:107434)

区民招待 (10組20名)

山2月20日(水)までに往復はがき(行事名・氏名・住所・電話番号を記入)で。抽選。〒231-0021 日本大通35

山区役所地域振興課 ☎224-8135 fax 224-8215

なか区

歴史の散歩道

新市庁舎編

洲干島遺跡を掘る その4 発掘された旧本町小学校

本町小学校の前身である横浜市立尋常高等学校横浜小学校は、明治37(1904)年に北仲通六丁目76番地にあった横浜商業学校跡地(居抜き)に移転し、関東大震災が発生した大正12(1923)年まで同地にあった。

発掘調査ではこの建物の基礎と考えられるコンクリート基礎(10号建物基礎)が検出されている。一部が昭和期の建物によって破壊されていたが、全容が分かる程度は遺存しており、また学校の外構基礎なども見つかっている。

基礎は、大型の礫を列状に敷いた後に小型の円礫を敷詰め、その上に型枠を作ったコンクリートを流し込んで造られていた。この部分は2回の工程で造られ、下方は礫

が主体となりセメント量が少なく、逆に上方はセメントの分量が多い。こうしてできたコンクリート基礎上にさらにレンガ基礎を載せていたようであるが、レンガ部分の大半は震災によって倒壊・除去されており、一部が僅かに確認されたにすぎなかった。

また、コンクリート基礎の下からは、模倣ジェラール瓦が大量に詰められた凹み(5号・11号瓦溜まり)が検出されている。これらの瓦は、明治21(1888)年3月に横浜商業学校や横浜小学校が火災にあった際発生した瓦礫を埋めていたものと推測される。

震災後本町小学校は、横浜ガス局があった花咲町に移転し現在に至っている。なお、検出されたコンクリート基礎については、本町小学校と横浜商業高等学校両校に由来する基礎であることから、一部を切り取り2つの学校に移設されている。

(横浜市ふるさと歴史財団埋蔵文化財センター 鹿島保宏)



本町小学校のコンクリート基礎(一部に赤煉瓦が残る)



本町小学校創立当時の校舎 『創立六十年記念誌』(昭和39年)より

展示のお知らせ

2月2日(土)から企画展「浮世絵でめぐる横浜の名所」
 横浜開港資料館(日本大通り駅) ☎201-2100 休月曜(祝は翌日)

今月のお知らせ

INFORMATION

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📧Eメール(アドレス)
- 🌐ホームページ
- 📍バス停
- 📠ファクス(番号)
- 📄行事名
- 👤氏名(ふりがな)
- 👤年齢
- 📠郵便番号・住所

横浜カレンター
 中区関連のイベントは中区ホームページでもご覧いただけます。トップページの「イベント情報」をクリックしてください。

今月11日以降のものを掲載しています。 ※費用の記載のないものは無料。申込みの記載のないものは当日直接、特記のないものは先着順

講座・催し

男雛女雛のお雛様作り
 男雛、女雛を手縫いで。📅2月18日(月)10時～15時 📍日ノ出川公園(伊勢佐木長者町駅①出口) 📺10人 ¥1,600円
 📞2月11日(祝)から電話・来館で 📍同公園 ☎641-3513 📠225-8203

中なかいいネ!発表会&中区社会福祉大会
 「中なかいいネ!」第3期中区地域福祉保健計画の取組や地域の活動発表、社会福祉功労者顕彰と、障害者・福祉団体の製品の展示等もあります。📅2月19日(火)13時～16時 📍開港記念会館 📺400人 ※保育あり。2月12日(火)までに電話で 📍区役所福祉保健課 ☎224-8330 📠224-8157

ぼんぼんでかわいい動物づくり～楽しい手芸で社会貢献のお手伝いをしよう
 毛糸のぼんぼんで好きな動物を3つ作り、うち1つは社会福祉施設などへ寄付をします。📅2月23日(土)①9時30分～10時30分、②10時45分～11時45分 📍中なか区民活動センター 📺各8人 ※小学生以下は保護者同伴 ¥各1,000円 📍同館 ☎224-8138 📠224-8343

中区タウンピクニック～伊勢佐木町そぞろ歩き&寄席de防犯
 ガイドの方の案内で伊勢佐木町を散策して老舗でランチ。「寄席de防犯」イベント(P7参照)に参加し、横浜にぎわい座で寄席や漫才を楽しみます。📅2月

26日(火)10時(JR関内駅北口集合)～15時30分 📺20人 ¥1,000円程度 📞2月12日(火)から電話で 📍区役所地域振興課 ☎224-8137 📠224-8215

横浜文化体育館
▶護身術教室(全3回)
 神奈川県柔道連盟所属講師が指導します。📅2月18日・25日、3月4日の月曜19時～20時30分 📍同館 📺16歳以上20人 ¥1,540円

▶親子野球クラブづくり
 子ども用野球クラブを親子で紐を通して作ります。📅3月2日(土)①10時～11時30分/3～5歳、②13時～15時30分/小学生 📍平沼記念レストハウス 📺①子と保護者10組、②子と保護者15組 ¥①6,000円/一式、②8,000円/一式 ※保護者1名に子ども2名まで参加可
▶神奈川新聞社と写真部長が教える写真教室(全2回)

スマホから一眼レフカメラまで風景、運動会やスポーツシーンのうまい撮り方を教えます。📅3月10日(日)・31日(日)10時～12時 📍平沼記念レストハウス 📺中学生以上15人 ¥2,800円
【共通】📞電話・来館で 📍同館 ☎641-5741 📠641-5744



横浜市民ギャラリーコレクション展2019 昭和後期の現代美術—1964～1989—
 📅3月1日(金)～17日(日)10時～18時 📍横浜市民ギャラリー(1野毛坂) 📍同館 ☎315-2828 📠315-3033

女性のためのパソコン講座

①エクセル初級(全2回)
 📅3月9日(土)・10日(日)10時～15時30分 ¥10,800円
 ②再就職・転職のためのパソコン講座(全5回)
 📅3月11日(月)～15日(金)10時～15時30分 ¥19,500円
 ③ファイル整理&OneDrive入門
 📅3月21日(木)10時～15時30分 ¥5,500円
【共通】📍フォーラム南太田(南太田駅) 📺12人 ※保育(有料・要予約)、参加費免除制度あり 📞2月16日(土)から電話・HPで 📍同館 ☎862-4496(講座専用) 📠714-5912

冬のファミリーアウトドアクッキング

心も体も温まる石窯料理とダッチオーブン料理を楽しもう! 📅3月17日(日)10時～14時 📍三ツ沢公園青少年野外活動センター(1三ツ沢総合グランド入口) 📺家族・グループ14組 ¥2,200円/人(小学生1,800円、未就学児1,000円、3歳以下100円) 📞2月13日(水)から往復はがき(☎・参加者全員の☎・性別・☎・☎を記入)・HPで 📍同センター 〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1 ☎314-7726 📠311-6444

スポーツ

THE BAYS「ACTIVE STYLE CLUB」
 はじめてのフィットネスプログラム
 中・西区民限定の無料体験プログラム。
▶キッズスポーツプログラムU-9
 体を動かす楽しさを遊びながら学びます。📅2月22日(金)15時50分～16時40分 📺小学1～3年生8人
▶キッズスポーツプログラムU-12
 📅2月23日(土)10時45分～11時45分 📺小学4～6年生8人
▶はじめてのヨガ～基本の「き」
 📅3月3日(日)16時15分～17時30分、13日(水)19時～20時15分 📺18歳以上各15人
【共通】📍THE BAYS B1(日本大通り)

駅・関内駅 📞2月11日(祝)から電話・Eメール(☎・☎・☎・性別・☎・在勤在学の方は所在地も記入)・来館で 📍同クラブ ☎663-5280
 📠info@asc.dena-baystars.jp

日ノ出川ソフトテニス教室

📅2月17日(日)、3月3日(日)①10時～12時、②13時～15時、2月24日(日)13時～15時 ※午前の部9時～10時、午後の部15時～17時フリー練習あり 📍日ノ出川公園(伊勢佐木長者町駅①出口) 📺小学5年生以上(午後は中学生以下不可) ※テニスシューズ・スポーツウェア着用 ¥各500円(中学生以下300円) 📍中区ソフトテニス協会事務局(林) ☎090-5769-0573 📠625-4771

中区シニアソフトテニス教室

📅2月14日～3月7日の毎週木曜①11時～13時/初心者、②13時～17時/経験者 📍日ノ出川公園(伊勢佐木長者町駅①出口) 📺60歳以上 ※テニスシューズ・スポーツウェア着用 ¥各300円 📍横浜健康福祉クラブ(高田) ☎662-1006 📠662-0491

中区パドルテニス教室

📅3月3日(日)13時30分～15時30分 📍山元小学校体育館(1山元町2丁目) 📺小学3年生以上20人 ¥100円(中学生以下50円) 📞電話・Eメール(☎・☎・☎・☎を記入)で 📍横浜市パドルテニス協会(川地) ☎321-3076
 📠seikawachi@yahoo.co.jp

案内

消費生活推進員を募集します
 消費生活の知識を深め地域で活動します。📅4月から2年間活動できる方
 📞2月28日(木)までに応募用紙(区役所6階64番地域振興課等で配布中)で 📍同課 ☎224-8132 📠224-8215

募集

情報はカ

アマチュア無線防災ボランティア



北方小学校地域防災拠点での訓練
 大地震等の災害発生時には、横浜市との協定に基づき、地域防災拠点へ赴いて、被災状況を中区役所へ情報受伝達します。定期的な通信訓練も。
 📍区内在住・在勤でアマチュア無線資格を保有または資格取得に興味のある方 📞電話・Eメールで 📍横浜市アマチュア無線非常通信協力会・中区支部(JR1YWG) ☎090-8317-8773(鍋倉)
 📠ja6uhg@jarl.com
 活動の詳細はFacebookで

大震災を忘れないために

平成23年3月11日に発生した東日本大震災から8年。中区では、この大震災を教訓とし、大きな災害が発生しても地域の力で被害を最小限にするため、3月を「中区絆月間」と位置づけて講演会やパネル展示などを行い、防災・減災行動を推進しています。防災は、地域のみなさんの協力がとても重要です。イベントへの参加を通じて、個人・地域で地震対策を確認し、気付いたことに取組みましょう。

● 防災・減災講演会 ※中消防署開設100周年記念事業との合同開催です

第1部 「大火災にむきあった人びと～関東大震災と横浜の消防体制」

開港資料館調査研究員 吉田 律人 氏

第2部 「家庭や地域の防災対策～自分を、大切な人を守るために」

危機管理教育研究所代表 国崎 信江 氏

📅3月17日(日)14時～16時30分 📍開港記念会館講堂 📺400人

📍区役所総務課 ☎224-8112 📠224-8109

● 災害時ペット対策講演会～災害時におけるペット対策について

災害時に後悔しないためには日頃の準備が重要です。飼い主の心構えや備えについて獣医師がお話します。

📅3月17日(日)13時～14時30分 📍開港記念会館6号室 📺100人

📞2月12日(火)から電話・FAX(☎・☎・☎を記入)・HPで

📍区役所生活衛生課 ☎224-8339 📠681-9323 [中区役所 犬猫] 🔍検索



開港資料館調査研究員 吉田律人氏



危機管理教育研究所代表 国崎信江氏



3月は 絆 月間

今月11日以降のものを掲載しています。 ※費用の記載のないものは無料。申込みの記載のないものは当日直接、特記のないものは先着順

■「中区明るい選挙推進作文コンクール」表彰
審査の結果、次の方が受賞されました。おめでとうございます(敬称略)。

●小学生A部門(1~3年生)

【金賞(中区長賞)】「ぼくの町をまわるヒーロー」齋藤 陽(立野小3年)

【銀賞】相馬 有実、三崎 創太(ともに立野小3年)

【銅賞】伊藤 隼翔(間門小1年)、土屋 諄征・藤井 菜月(ともに立野小3年)

●小学生B部門(4~6年生)

【金賞(中区選挙管理委員会委員長賞)】「勇氣の言葉」嶋本 咲花(立野小6年)

【銀賞】柳沼 小百合(大鳥小4年)、木村 太一(立野小5年)

【銅賞】荻原 柁南(大鳥小5年)、大郷 ひふみ(北方小5年)、田中 優香(北方小6年)

●中学生部門

【金賞(中区明るい選挙推進協議会会長賞)】「未来の明るい日本へ」東 大地(大鳥中3年)

【銀賞】生井 花(仲尾台中1年)、川勝 彩香(大鳥中3年)

【銅賞】大日方 香凛・廣井 まなみ(ともに仲尾台中2年)、中山 香穂(仲尾台中3年)

区役所統計選挙係 ☎224-8117

☎224-8109

■子育て応援ボランティア説明会

保育園やのんびりんこなどでボランティアをしてみませんか。☎2月19日(火)14時~15時 ②のんびりんこ(関内駅) ①中区在住の20歳以上の方10人 ②のんびりんこ ☎☎663-9715

施設から

野毛地区センター

☎241-4535
☎241-4889
野毛町3-160-4
桜木町駅
②第2月曜(祝は翌日)

*の費用は申込み時(電話申込みは3日以内)に持参で

◆野毛ギャラリー~手縫いの会 (着物リメイク)作品展示

☎2月15日(金)~28日(木) ※搬入のため月初・月末は確認を

◆季節を生ける~フラワーアレンジメント*

お花屋さんを講師に迎え、初心者にもわかりやすく。☎2月21日(木)10時30分~12時 ①15人 ¥1,000円

②2月11日(祝)から電話・来館で

◆おもちゃの病院

大切なおもちゃをボランティアドクターが修理します。☎2月24日(日)①10時~11時、②13時~14時 ※各10点(1人2点まで) ¥電池・特殊部品は実費 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆手ぶらde陶芸*

1kgの粘土で作りたいものを。出来上がりは4月上旬以降。☎2月26日(火)13時~15時 ①12人 ¥1,800円

②2月11日(祝)から電話・来館で

◆楽しい!小学生のためのキッズ・キッチン~いちごのパーティー*

☎3月2日(土)10時~13時 ①小学生12人 ¥700円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆みんなでポッチャ体験会!

☎3月3日(日)13時~14時30分 ①小学生以上24人

◆井戸端交流コンサート

~みんなで歌おう童謡・唱歌

☎3月10日(日)13時30分~15時 ①80人 ¥500円(小学生以下無料)

②2月11日(祝)から電話・来館で

本牧地区センター

☎622-4501
☎622-4828
本牧原16-1
①本牧原
②2/12(火)
※エレベーター使用中止3/22(金)まで

◆ヴォイストレーニング

☎2月14日(木)・22日(金)、3月1日(金)10時~11時 ※飲み物・手鏡持参で

①各30人 ¥各500円

◆みゆき先生の幸せレシピ

~お弁当にも便利、常備菜Special 時短にもなる作り置きをしておくとお重宝する惣菜の特集です。☎2月15日(金)10時~14時 ①18人 ¥1,200円

②2月11日(祝)から電話・来館で

◆簡単、可愛いお手玉お雑さま作り

☎2月16日(土)12時30分~15時 ①10人 ¥1,200円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆親子でリトミック~ゆき

音楽の力を借りて創造力を身につけます。☎2月19日(火)①10時~10時45分/1歳児、②10時55分~11時40分/2・3歳児 ①子と保護者各15組 ¥各500円/組 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆こくまの部屋

絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊び。☎2月20日(水)11時~11時30分 ①未就学児と保護者10組

◆韓国料理教室~旧正月を味わう

餃子入りトック・串ジョン(チヂミ)などを作ります。☎2月21日(木)10時30分~14時 ①18人 ¥1,200円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆スローフードを一緒に~麺の話と味噌作り

☎2月24日(日)11時~13時 ①20人 ¥1,500円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆今夜から役に立つ入眠体操と睡眠のお話

~なかく街の先生オープン講座

☎2月27日(水)10時30分~11時45分

①10人 ②2月13日(水)から電話・来館で

◆弥生の茶会

お茶席に招かれた際の基本所作を体験。☎3月3日(日)13時~15時 ①10人 ¥2,000円(茶菓付) ②2月13日(水)から電話・来館で

◆本もく座のロビーおはなし会~お雑さま

桃の節句にちなんだ絵本や紙芝居など。☎3月3日(日)14時~14時30分

◆防災 いざという時に備えて

~包む・結ぶ 知恵と工夫の風呂敷活用術

☎3月5日(火)10時~11時30分 ①10人 ¥1,200円(大判風呂敷・テキスト付) ②2月13日(水)から電話・来館で

◆老いない体を作る四季の薬膳・春

薬膳巻きずし・千草粥などを作ります。☎3月6日(水)10時~14時 ①18人 ¥1,200円 ②2月13日(水)から電話・来館で

竹之丸地区センター

☎651-5575
☎651-5576
竹之丸133-3
山手駅
②第3木曜(祝は翌日)

◆TAKENOMARUボランティアコンサート

☎2月13日(水)・27日(水)、3月8日(金)11時50分~12時30分

◆季節の和菓子作り

~草餅ときみしくれ

☎2月22日(金)10時~13時 ①16人 ¥1,500円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆マリンパリトミック

プロのマリンパ奏者と楽しく! ☎2月26日(火)10時~10時45分 ①未就学児と保護者12組 ¥700円/組 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆ベゴニアの育て方とテラリウム作り

☎3月2日(土)13時30分~15時 ①10人 ¥1,800円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆源氏物語(3)~「初音」の巻

源氏の邸宅六条院の初春を画像と共に楽しめます。☎3月5日(火)10時~11時30分 ①15人 ¥1,500円(茶菓付) ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆ママと幼児の子育て応援クラブ

子育て支援者による読み聞かせ、子育て相談など。☎3月8日(金)10時30分~12時30分 ①未就学児と保護者

中本牧コミュニティハウス

☎623-8483
☎622-5517
本牧町2-351
①小港・本牧2丁目
②第4月曜(祝は翌日)

◆わいわいパネルシアター

~「たまてばこ」とあそぼう

パネルを使ったお話や季節の歌、手遊

びです。☎2月18日(月)11時30分~12時 ①50人

◆「編み物カフェ」オープン!

自分の好きなものを編みましょう。先生が教えてくれます。☎2月15日、3月1日・15日の金曜10時~12時 ①各12人 ¥各500円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆みんなあつまれ!おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせ。☎2月20日(水)14時30分~15時 ①50人

◆地域リレー講座part 40(座学)

~横浜の震災復興橋

☎2月24日(日)10時~12時 ①30人 ¥100円 ②2月12日(火)から電話・来館で

◆ママのための骨盤リセットヨガ

不調を改善し出産前の体型に戻しましょう。☎3月7日(木)10時~11時 ①未就園児のママ14人 ※子どもと一緒に参加できます ¥1,000円

②2月11日(祝)から電話・来館で

大鳥中学校コミュニティハウス

☎☎624-1651
本牧原22-1
①本牧原
②毎週火曜・木曜

◆おはなしの時間

絵本やお話、わらべ歌を楽しみましょう。☎2月27日(水)15時30分~16時 ①30人

◆消しゴムでオリジナル落款印をつくろう

書道や絵手紙に映える印。名前でも絵でも! ☎3月9日(土)13時30分~15時 ①10人 ¥300円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆皮膚科学からみた美容の基本

皮膚科学の医学博士による、正しい肌へのアプローチ。☎3月10日(日)13時30分~15時30分 ①30人 ②2月11日(祝)から電話・来館で

仲尾台中学校コミュニティハウス

☎☎623-6787
仲尾台23
山手駅
②毎週水曜・金曜

◆親子で遊ぼう

~お雑さま作り、お弁当の話

保健師・栄養士が参加します。☎2月19日(火)10時30分~11時30分 ※終了後12時45分までフリータイム ①未就学児の親子10組 ②電話・来館で

◆家庭でおいしく 珈琲セミナー

喫茶店のマスターから、産地や焙煎による味の違い、おいしい淹れ方を教わります。☎2月23日(土)14時~15時 ①12人 ¥500円 ②2月11日(祝)から電話・来館で

◆大人のフォーク横丁～1970年代の歌を中心に聴く・歌う・語る

3月9日(土)14時～15時30分

45人 ¥300円(茶菓付) 2月11日(祝)から電話・来館で



本牧中学校コミュニティハウス

623-6699 本牧和田32-1 二の谷 毎週火曜・木曜



◆新・歴史講座「もっと凄いと本牧」～ペリー来航と本牧

165年前のこの時期、ペリーは本牧の目の前の海にいた…。2月18日(月)10時～12時 45人 ¥200円

2月11日(祝)から電話・来館で

山元小学校コミュニティハウス

212-9099 山元町3-152 山元町2丁目 毎週火曜・金曜



2月11日(祝)から電話・来館で

◆なつかしい歌を歌う会

ピアノにのせて歌を楽しみましょう。

2月25日(月)10時～12時 20人

◆ココロとカラダが潤う紅茶講座～花粉症ブレンドの紹介

「タピオカミルクティー」の作り方体験、「べにふうき」とハーブの花粉症ブレンドも。2月27日(水)10時～11時30分 10人 ¥1,000円

◆やさしい手話～誰かのために

初めてでも大丈夫です。2月27日(水)10時30分～12時 15人 ¥100円

◆ゆったりヨガ

椅子を使って、色々なポーズを楽しみましょう。3月2日(土)10時～11時 10人 ¥100円

中図書館

621-6621 621-6444 本牧原16-1 本牧原 2/12(火)



◆展示「図書館deYES～温暖化防止」

環境問題・温暖化に関する展示 2月5日(火)～19日(火)

◆ことりの会のおはなし・おはなし

2月16日(土)15時～15時30分 5歳以上



◆定例おはなし会

2月20日(水)、3月6日(水)15時30分～16時 3歳以上

◆親子おはなし会 このほんよんで!

2月23日(土)・26日(火)10時30分～

みんな中区人

なかNAKA多文化 vol.17

イタリア料理店「アミーゴ」 ケーシー・ラメスさん

お互いの文化を知ろうとすること暮らしやすい

中区は、昔から多文化なまち。さまざまな活動をしている外国につながる方々を紹介します。

ケーシーさんは夫婦でイタリア料理店を営んでいる。2003年に日本語を学ぶためにネパールから来日。初めは留学期間が終わったら帰国するつもりだったが、日本人の優しさにふれ、日本に残る事を決意。東日本大震災の際にはお世話になっている日本人の役に立ちたいと思い、10日間にわたり宮城県石巻市・南三陸町などでボランティア活動をした経験もある。

イタリア料理店やホテルなどで修業を重ねたケーシーさん。その後、妻のスミさんも来日し、日本で自分の店を開くという夢を中区でかなえることに。ネパール出身ではあるが、今までの経験を生かしてより日本人に馴染みのあるイタリア料理店を出店。こうして横浜に根付くことになった。

初めは日本の文化になかなか馴染めず苦労することもありました。それでも一緒に働いている人たちが私の国のことを知ろうと努力してくれ、お互いが歩み寄ることで働きやすく、暮らしやすくなりました。生活に慣れると、日本は真面目で優しい人たちがばかりで、とても暮らしや

すい国であると気づき、日本でこのまま暮らすことに決めました。

私は色々な国の人と働きたいと思っていたのと、何より馬車道や日本大通りの雰囲気が好きでここ関内に出店しました。街並みがとてもきれいで過ごしやすいですね。

東日本大震災のときに一緒にボランティアをした仲間とも今でも交流があります。困っているときには助け合いたい。そう思う気持ちはみんな同じです。これからまたボランティア活動も再開して多くの人たちに関わっていき



東日本大震災ボランティア活動の仲間たちと



いと思っています。大好きなまち・中区でこれからもずっと暮らしていきます。

11時 1歳以上の子と保護者

◆めぐみ座のおはなし会

3月2日(土)15時～15時30分

3歳以上

◆展示「世界自閉症啓発デー in 横浜/ みんなで知ろう 発達障害」

発達障害に関する図書・パネルの展示。

3月5日(火)～17日(日)

中スポーツセンター

625-0300 624-1969 新山下3-15-4

みなと赤十字病院入口 第4月曜(祝は翌日)



【共通】当日参加(開始25分前から受付)の教室です。室内履き・タオル・飲み物持参で。16歳以上 ¥500円

月曜ズンバ 月曜

ウエストのシェイプアップ、体力向上に。9時～9時50分 34人

木曜ズンバ 木曜

10時～10時50分 34人

カーディオキックボクシング 金曜

エアロビクスの動きにキックやパンチを取り入れた有酸素運動。12時～12時50分 30人

ナイトヨーガ 金曜

シェイプアップ・リラックス・骨盤調整など、さまざまなスタイルで。20時45分～21時45分 25人

◆特別講演会「スポーツと内科～生活習慣病と運動について」

健康診断の結果、高血圧やメタボリックシンドロームなどの生活習慣病で気になること、困っていることを解消しませんか。3月2日(土)15時～17時 20人 2月12日(火)から電話・来館で

麦田清風荘

664-2301 664-2302 麦田町1-26-1

麦田町 第1月曜(祝は翌日)



【共通】市内在住の60歳以上の方

◆リズムフィットネス体験講座(全3回)

リズムに合わせて体を動かし、健康維持につなげましょう。3月17日・24日・31日の日曜10時～11時30分 20人 2月11日(祝)から同館利用証か健康保険証を本人が持参で

◆31年度前期(4月～9月)「趣味の教室」

| 教室 | 日時 | 人数 | 費用 |
|--------------------|--------------------------------|-----|-----------------|
| 背骨コンディショニング教室 | 第2・4月曜 10:00～11:30 | 20人 | |
| ホットストーンでリンパマッサージ教室 | 第1・3火曜 ※4月のみ 第3・第5 12:30～14:00 | 24人 | 4,800円 |
| 百人一首と三十六歌仙教室 | 第2・4水曜 12:20～14:20 | 20人 | 500円 |
| 日本舞踊エクササイズ教室 | 第1・3水曜 14:30～16:00 | 20人 | |
| ボイストレーニング教室 | 第2・4金曜 9:40～11:40 | 20人 | 1,000円～1,500円程度 |
| きり絵教室 | 第2・4金曜 14:30～16:30 | 12人 | 500円程度/回 |

2月15日(金)から3月7日(木)までに官製はがきと同館利用証か健康保険証を本人が持参で。抽選 ※1人1教室。過去に受講した教室は申し込みません。ただし追加募集時には受け付けます

本牧原地域ケアプラザ

623-0971 623-0977 本牧原6-1

和田山口 第4日曜



◆脳イキキ教室(全22回)

簡単な「読み書き」「計算」を毎日行うことで、脳の働きを活性化! 4月4日～8月29日の毎週木曜①10時～10時40分、②10時40分～11時20分 65歳以上各10人 ¥2,500円/月 3月6日(水)までに電話・来館で。抽選

今月のポレポレグッズ

中区障害者地域作業所等製品

2/22(金)11時～13時30分

区役所1階びび広場

びおどり、ろばの家が販売します。



貝やビーズで作ったアクセサリー(200円～500円) 貝時計(400円)

関区役所障害者支援担当

224-8165 224-8159

善意銀行

<11/15～12/14受付分(敬称略)>

手芸ボランティアグループひばり会、株式会社江戸清、横浜簡易宿泊事業協同組合、関内地区社会福祉協議会 あたたかいご寄付をありがとうございました。

関中区社会福祉協議会

681-6664 641-6078

子育て information

今月11日以降のものを掲載しています。



※費用の記載のないものは無料。申込みの記載のないものは当日直接、特記のないものは先着順

●横浜子育てサポートシステム入会説明会

子どもを預かって欲しい人と、子どもを預かれる人が会員登録し、子育てをサポートします。

▶のんびりんこ(関内駅)

☎2月15日(金)・23日(土)10時30分～11時30分 各15人

▶シャーロックBABY本牧(本牧和田)

☎2月28日(木)10時30分～11時30分 各6人

【共通】☎電話で ☎中区支部事務局(のんびりんこ内) ☎663-0676

●親子のひろば～親子で気軽に遊びに来ませんか

地域の子育て支援者、主任児童委員が見守ります。

▶横浜市技能文化会館(関内駅)

☎3月8日(金)10時～11時30分

▶野毛地区センター(桜木町駅)

☎3月12日(火)13時～14時30分

【共通】☎未就学児と保護者 ☎区役所福祉保健課

☎224-8151 ☎224-8157



のんびりんこ ☎663-9715

地域子育て支援拠点(住吉町1-12-1belle横浜3階)

●たくまっ子クラブ

親子のふれあい遊びと子育てミニ講座です。☎3月2日(土)11時～12時 0～2歳児と保護者15組

●子育て講座「離乳食講座～離乳食はじめの一步」

栄養士が実演を交えながら指導します。☎3月7日(木)①10時20分～10時50分、②11時～12時 ①離乳食を始める前か、始めたばかりの親子10組、②離乳食を始めている親子15組 ☎2月21日(木)から電話・来館で

☎3月9日(土)10時～16時 ☎未就学児の保護者、出産予定の方

●どうそこの会～リユースひろば

服や子育て用品のリユース(譲り合い)を行います。

☎3月9日(土)10時～16時 ☎未就学児の保護者、出産予定の方

●公立保育園に遊びにきませんか

※要予約の催しは各園で1か月前から電話受付

| | ●竹之丸保育園 ● ☎641-1646 山手駅 | ●山手保育園 ● ☎622-7403 千代崎町 | ●錦保育園 ● ☎621-5180 本牧ポートハイツ前 |
|-------|--|--|--------------------------------------|
| あかちゃん | 3/4(月) 10時～11時(6～10か月)10組 要予約 13時～14時(5か月まで) | 2/14(木) 10時～11時30分 | 2/15(金) 10時～11時30分 |
| 親子の体操 | 毎月第2・4木曜9時～12時 6か月～5歳児クラス/各4組 | 毎月第1・3木曜9時～12時 1～5歳児クラス/各1組 | |
| 要予約 | 親子で、各クラスの園児と一緒に過ごします。お子さんのみ給食体験あり(実費) ※アレルギー食は未対応 | | |
| らたまご | 〈絵本貸出・育児相談〉 月～金曜 9時30分～14時30分 | 〈絵本貸出〉 火・水曜 9時～12時 | 〈絵本貸出・育児相談〉 月～金曜 9時～12時 |
| 育児講座 | 2/21(木)10時～10時45分 「リズム遊び」1歳6か月/10組 3/1(金)10時～10時45分 「みんなでひなまつり」1歳以上/15組 | 2/19(火)10時～11時 「おはなし会」 1歳6か月～3歳/5組 | 3/1(金)10時～11時 「ひなまつり」 6か月以上/5組 |

※竹之丸保育園では2/18(月)10時～11時30分に「びよびよ☆day(外あそび、育児相談、計測/11か月～1歳6か月まで)」

※山手保育園では月～金曜9時～12時に「育児相談」

交流保育

子育て スポット28

地域の親子(未就学児)が、季節の行事や遊びを体験しながら楽しく在園児と交流できる場所です。保育園の先生や在園児とかかわり、保育園での過ごし方を知ったり、お子さんの普段の生活のことなど、先生と簡単なお話をしたりもできます。

アメリカ山徳育こども園

元町1-11-3 アメリカ山公園3階(元町・中華街駅⑥出口)

☎663-8737 ☎263-9899

☎次回の開催は、3月1日(金)午前中 ※詳しくはHPで

この日は開放的なアメリカ山公園で、ハロウィンの衣装をした保育園の在園児や、交流保育に来た地域の親子が、いっしょにわいわい楽しんでいました。近くにある他園の園児も訪れ、いつもと違うたくさんのお友達に囲まれて、遊ぶことができました。



保育園の先生も衣装をして、子どもたちにお菓子を配っています

毎回趣向をこらした内容で、おはなし会、歌、演奏、クイズなどを、在園児と交流に来た親子で楽しんでいます。七夕やハロウィン、ひなまつりなどの季節のイベントも開催しています。



保育園の雰囲気を知ったり、先生とおしゃべりできます

元気な子どもの歓声に包まれ、職員も元気いっぱいアメリカ山です。

これからも地域の方々に参加してもらえらる行事を企画していきます。



小堀 百合絵 保育士 田島 佳津江 園長

健康づくりカレンダー

【会場】記載のないものは、中区役所別館(区役所本館となり)2・3階 ※なるべく公共交通機関をご利用ください
【対象】原則、市内在住の方。エイズ・梅毒の検査・相談は市外の方も可。*の相談は中区在住・在勤・在学の方。結核検診は原則、中区在住の方 【費用】金額の記載のないものは無料 【予約】記載のないものは予約不要

| 種類 | 対象者 | 日時・受付時間 | 内容・費用など |
|--|------------------------------------|--|---|
| 問 福祉保健課 ☎224-8332 fax 224-8157 | | | |
| がん検診 予約制 | 胃がん | 40歳以上 40人 | 3月8日(金) ※申込締切日は2月26日(火) 8時45分～9時30分 |
| | 肺がん | 40歳以上 50人 ※血痰が出る方は医療機関を受診してください | |
| 禁煙相談* | 本人または身近な人の禁煙について相談を希望する方 | 予約時にご案内します | 費用/1,570円(バリウム検査) 飲食・服薬については予約時にご案内します 費用/680円(胸部エックス線検査) |
| 健康相談* | 生活習慣病に関する健康相談を希望する方 | 予約時にご案内します | 下記は無料 ①70歳以上、②生活保護受給者、③市県民税の非課税世帯/均等割のみ課税世帯の方 ※③に該当の方は事前に手続きが必要 |
| 結核検診 | 65歳以上 | 予約時にご案内します | 肺年齢や呼気中一酸化炭素濃度の測定・禁煙についての相談 禁煙外来などの紹介や禁煙アドバイス 保健師等による生活習慣病についての相談 |
| エイズ・梅毒の検査・相談 予約制 | 検査・相談を希望する方(匿名) | 毎週木曜 | 結核の早期発見のための胸部エックス線検査 血液検査。感染の疑いのある日から3か月経過してから検査をお受けください。結果は、次の実施日に直接ご本人にお知らせします。※なるべくエイズ・梅毒両方の検査を受けてください。梅毒のみの検査は実施していません |
| 食生活健康相談 | 食生活の相談を希望する方 | 2月21日(木) | 9時～9時30分 ※受付は9時20分まで |
| 子どもの食生活健康相談 | 乳幼児や小・中・高校生の食生活の相談を希望する方 | 2月22日(金) | 13時30分～15時30分 栄養士による生活習慣病・その他疾病等についての個別食生活相談(1時間程度) |
| 離乳食教室 | 生後7～8か月ごろ(離乳食2回食)の乳児と保護者 | 2月22日(金) | 9時～11時 13時30分～15時 栄養士による離乳食のすすめ方、少食、好き嫌い、やせ、肥満等、幼児食から小・中・高校生までの食生活相談 離乳食のすすめ方についてのお話、調理実演と試食 |
| 問 子育て家庭支援課 ☎224-8171 fax 224-8159 | | | |
| 乳幼児健診 | 4か月児 | 30年 10月 1日～15日生まれ 30年 10月16日～31日生まれ | 2月19日(火) 3月 5日(火) 2月12日(火) 2月26日(火) 2月20日(水) 3月 6日(水) |
| | 1歳6か月児 | 29年 7月 1日～15日生まれ 29年 7月16日～31日生まれ | |
| | 3歳児 | 28年 1月16日～31日生まれ 28年 2月 1日～15日生まれ | |
| 乳幼児・妊産婦歯科相談 予約制 | ①未就学児 ②妊娠中の方・産後1年未満の方 | 2月13日(水) | 12時45分～13時30分 ※12時30分から番号札配布 13時30分～14時30分/① 14時45分～15時/② |
| プレ・マザーズクラス (両親教室) | 平成31年4月～5月15日に出産予定の妊婦と夫(おひとりでもどうぞ) | 2月25日(月) | 9時30分～12時 未就学児は歯科健診、ブラッシング等の相談も 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ、タオル |
| 問 高齢・障害支援課 ☎224-8167 ☎224-8166 [共通] fax 224-8159 | | | |
| 介護者のためのこころの相談* ☎中区役所本館5階 予約制 | 認知症等の方を介護するご家族の方 | 3月 5日(火) | 13時30分～、 14時30分～ 認知症の方を介護するご家族を対象に、介護不安を解消するためのカウンセリングです |
| もの忘れ相談* ☎中区役所本館5階 予約制 | 認知症等のもの忘れが気になる方、ご家族の相談も可 | 2月19日(火) | ①9時～、②10時～ もの忘れや認知症で困っている症状についての専門医による相談 |
| 専門医による精神保健相談* ☎中区役所本館5階 予約制 | 精神疾病やこころの健康でお悩みの方、ご家族等 | 予約時にご案内します | 精神疾病やこころの健康でお悩みの方、ご家族等への精神科専門医による相談 |