

[ 広報よこはま・鶴見区版 ]

毎月1日発行

t s u r u m i

March 3

No.269  
2020



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!



特集/FEATURE

お家で... 運転中に... エレベーターで... 帰宅中に... 地下街で... 我が家が...

「地震に備えて」「自信を付ける」

# 防災クイズ

その時、あなたは どうする？

(8・9ページに続く)

HEY/AS/TOPICS

## ペットと災害 ~災害時にペットを守るのは飼い主さんです~

災害時、ペットのいる家庭はどう対応すればいいのでしょうか？ 通常、飼い主とペットは避難所まで同行避難できますが、避難所内では原則、別居生活になります。そんな状況でも困らないよう、日頃からさまざまな準備をしておきましょう。



問 区役所環境衛生係

☎ 510-1845

☎ 510-1718

### 1. 迷子対策を

災害時はペットと離れ離れになる可能性があります。ペットが迷子になった時に備え、普段から迷子札やマイクロチップの装着などをおきましょう。また、犬には鑑札や狂犬病予防注射済票をつけることも忘れずに。

動物病院で装着  
マイクロチップ 実物大(約1.2cm)



狂犬病予防注射済票



鑑札(かんさつ)

### 2. しつけのこと

避難所には、多くの人が集まります。避難所での生活に備え、他の人に迷惑がかからないよう、基本的なしつけをしておきましょう。また、キャリーバッグやケージに慣らすほか、誰もが世話をできるよう、人慣れさせておくことも必要です。

・犬には、「待て」、「座れ」、「吠えない」などのしつけ  
・猫は「胴輪」に慣らしておきましょう

### 3. ペット用の備え

ペット用物資は通常のものより届きにくいいため、最低5日分(できれば7日以上)は用意しましょう。また、シーツや新聞紙のほか、あれば常備菜も必要です。受け入れが難しい動物(は虫類など)は緊急時の預け先を事前に探しておきましょう。

#### ペット用持出袋の中身

- ・フード類(常用のエサ、水など)
- ・用品(シーツ、新聞紙、リードなど)
- ・その他(常備菜、連絡先、ペットの写真、ワクチン接種状況など)

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・子ども家庭支援課の一部業務を行っています  
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 人口 292,991  
(2020年2月1日現在) 世帯数 140,423

## 手軽に鶴見の魅力スポットが探せる 鶴見区デジタル観光マップ公開中

区の魅力スポットを探しやすくするための「鶴見区デジタル観光マップ」を作成しました。スマートフォンやパソコンからご覧いただけます。



### こんな特徴があります！

- ◆「マピオン観光マップ」を活用
- ◆これまで区が発行した冊子で紹介しているスポットを掲載
- ◆「歴史・名所」など目的に合わせて検索
- ◆現在地からの検索機能つき

区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

## 横浜市都市計画マスタープラン鶴見区プラン 「鶴見区のまちづくり」を改定しました

都市計画マスタープラン鶴見区プラン(以下「鶴見区プラン」)は、今年1月、社会経済やまちの状況の変化に合わせ、20年後の将来に向けたまちづくりの基本的な方針に改定しました。今後は新しい「鶴見区プラン」を指針にまちづくりを推進していきます。

### 鶴見区プランはここで閲覧できます

鶴見区役所区政推進課(5階3番窓口)、区内の各地区センター・コミュニティハウス、鶴見図書館、市民情報センター(市庁舎1階)、都市整備局地域まちづくり課(市庁舎6階)

新しいまちづくりの目標は、「活気があり安心して住める水辺があるまち」だよ



詳細は HP 鶴見区プラン

検索

※区役所と市民情報センターでは配布も実施(市民情報センターは数に限りがあります)

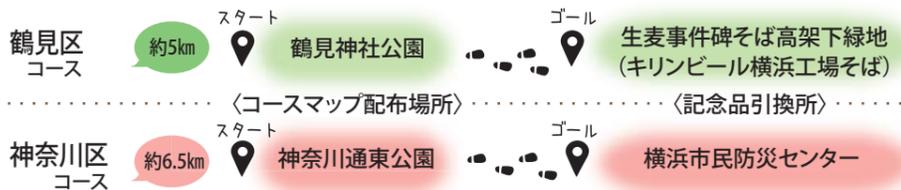
区役所まちづくり調整担当 ☎ 510-1676 fax 504-7102

## 歩いて食べて旧東海道をめぐる 「京急×鶴見区×神奈川区 旧東海道ウォーク」

今年は鶴見区と神奈川区の2コースを用意しました。各スポットに隠されたキーワードを探して文章を完成させた人には、京急とコラボしたオリジナルの記念品をプレゼント!  
※記念品はなくなり次第終了

3月14日(土)10時~17時(雨天決行、荒天中止。受付は14時、記念品引き換えは17時まで)

当日直接スタート地点へ ※どちらのコースから始めてもかまいません。受付開始前のご来場はご遠慮ください



参加特典

コース上の「食べどころポイント」での1日限りの特典(割引など)



雪梅庵の桜餅など

参加特典

「京急×区オリジナル手ぬぐい」プレゼント

各コースのキーワードを全て集めた人 ※数量限定。鶴見区と神奈川区でデザインが異なります



参加特典

「京急オリジナルグッズ」プレゼント

両コースのキーワードを全て集めた人 ※数量限定



区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

詳細は HP 旧東海道ウォーク 鶴見 検索 ※開催の有無は横浜市コールセンター ☎ 664-2525(当日8時以降)

つるみ

## ひとり た食べ

~商店街グルメ紀行~



中華料理 美食苑

File16

### 「海鮮炒め」

780円(税抜)  
※ランチ定食は880円(税込)

鶴見銀座商店街

鶴見中央4-1-1 休 火曜日(11時~17時)

ひとりですらつと  
立ち寄れて美味しい  
商店街グルメへその

急鶴見駅から歩いて約10歩! 鶴見銀座商店街のまさに入口にあるのが中華料理「美食苑」です。中国北部と南部出身のご夫婦が営む当店では、あらゆる地域の中華料理が食べられるうえ、その品目も約400という多さ。2007年のオープン以来、お二人の人柄にもひかれ、地元商店街の人をはじめ、買い物帰りの人や中国の人にも足繁く通う、まさに地元根付いた人気店です。中でも、「海鮮炒め」は人気の逸品。「ランチ(15時まで)なら100円増しで、スープ、ライス、サラダ、杏仁豆腐も付いて大変お得ですよ」と呉秦容さん。夜は24時までの営業なので、一杯飲んだ後に1人でふらつと立ち寄り、「メの中華」を決めこむのもいいかもしれません。

区役所地域振興係 ☎ 510-1688 fax 510-1892



呉 秦容さん

## ご家庭で不要になった 小型家電を回収します

小型家電をリサイクルするため、回収ボックスを設置しています。



### 回収できるもの

投入口30cm×15cmに入る、長さ30cm未満の電気・電池で動作する製品

### 区内の回収場所

- ◆ 区役所1階正面入口
- ◆ 資源循環局鶴見事務所
- ◆ 資源循環局鶴見工場
- ◆ 駒岡地区センター



▲詳しくはこちら

New 3月から島忠横浜店(岸谷3-9-1)地下1階エレベーター前で回収が始まります

区役所資源化推進担当

☎ 510-1689 fax 510-1892

### 令和2年度 犬の登録と狂犬病予防注射



【会場の日程】 ※令和2年度より末吉地区センター会場が廃止となります

4月7日(火)	午前	駒岡岩瀬公園(駒岡4-6)
8日(水)	午前	馬場四丁目公園(寺尾地区センター裏・馬場4-40)
	午後	白幡公園(こどもログハウス前・東寺尾2-12)
10日(金)	午前	潮田公園管理事務所前(向井町2-71-1)
	午後	小野町自治会館(下野谷町4-154-37)
16日(木)	午前	獅子ヶ谷一丁目公園(獅子ヶ谷1-13)
	午後	入江川遊水地(馬場地域ケアプラザ横・馬場7-11-23)
17日(金)	午前	市場公園(市場富士見町7)
	午後	生麦地区センター(生麦4-6-37)
21日(火)	午前	矢向四丁目町内会館(日枝神社境内・矢向4-16-8)
	午後	鶴見区総合庁舎(鶴見中央3-20-1)

※駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください

【午前】10時~12時 【午後】13時30分~15時

問診票を記入した「狂犬病予防注射済票交付申請書(兼登録申請書)」、手数料

新規登録 6,650円

内訳  
登録手数料: 3,000円  
交付手数料: 550円  
注射料金: 3,100円

更新 3,650円

内訳  
交付手数料: 550円  
注射料金: 3,100円

注射料金が  
変わります  
旧 3,050円  
新 3,100円

#### 【注意事項】

- 「狂犬病予防注射済票交付申請書(兼登録申請書)」(ミシン目の入った三連の用紙)は更新の人に3月中旬以降封書で送付します。お持ちでない人は、注射を受ける前に受付に申し出てください
- 犬の体調によっては獣医師の判断により注射が受けられない場合があります
- 犬を確実に押さえられる人がお連れください
- 午前8時の時点で気象庁から警報が発表されている場合は、午前・午後とも中止となります。また、午前会場の実施中、午前11時30分時点で警報が発表された場合には、午後会場を中止します
- 市内委託動物病院でも登録等の手続きができます

区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 ☎ 510-1718

### 鶴見区地域福祉保健計画(鶴見・あいねっと) 区民アンケート調査結果がまとまりました

鶴見区では、「たすけあい・支えあい・人と人とのネットワーク」を基本理念とし、誰もが安心して生活できるまちづくりのための活動「鶴見・あいねっと(鶴見区地域福祉保健計画)」を進めています。

令和3年度から始まる第4期鶴見区地域福祉保健計画の策定に先立ち、地域や福祉、保健などの身近なことについて区民アンケート調査を実施しました。これらの結果をもとに、計画素案の作成、区民意見募集などを行いながら、第4期鶴見区地域福祉保健計画を策定します。

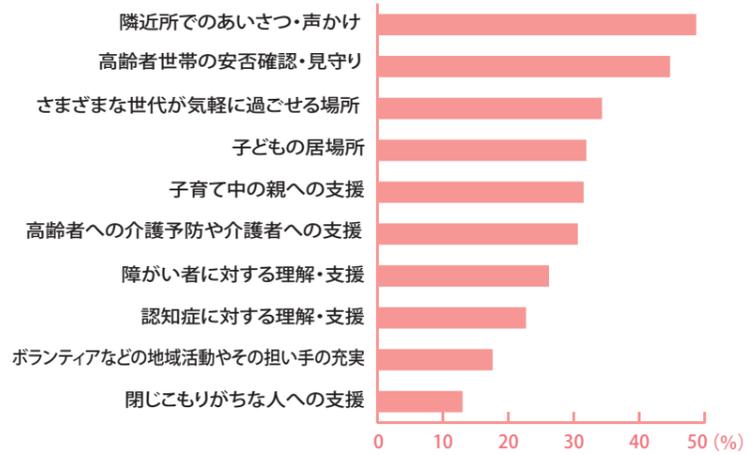
#### 【調査概要】

調査対象	満20歳以上の区民2,000人(無作為抽出)
調査期間	令和元年8月~9月



詳細は HP 鶴見・あいねっと

調査結果(一部抜粋) 地域がもっと住みやすくなるために、どのようなことが今後充実するとよいと思いますか?(複数回答) ※上位10項目まで



区役所事業企画担当 ☎ 510-1826 ☎ 510-1792

### 父が子に語る日本史

中国思想史専門、日中歴史共同研究委員の著者が2008年に刊行した本を加筆・文庫化。客観的資料の裏付けによる視点が明快で、昨今の歴史要約本とは一線を画します。中学生の息子さんに向けた優しい語り口も読みやすいです。小島 毅 / 著 筑摩書房 / 発行



鶴見図書館から 本のひととき

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

### 災害にあったペットを救え

災害で避難するとき、ペットを置いていったらどうなるのでしょうか? 飼い主とはぐれたペットのために、獣医師チームVMATが立ち上がりました。彼らの東日本大震災や九州・熊本豪雨での活動を紹介します。高橋 うらら / 著 小峰書店 / 発行



### 海外特派員(1940/米)

イギリスの映画監督アルフレッド・ヒッチコックが手がけたハリウッド作品の第二弾。舞台は第二次世界大戦直前の欧州。ロンドンに赴いたアメリカの新聞記者ジョニーが、平和を提唱する政治家の暗殺をきっかけに次々と起こる事件に巻き込まれていくサスペンス映画の傑作です。毎回、映画のどこかのシーンで通行人役などとして出演するヒッチコックを探すのも、彼の作品の楽しみのひとつです。

(詳細はP11「老人福祉センター鶴寿荘」参照)

# 地震に備えて 自信を付ける 防災クイズ

## その時あなたは？

もしも今、大地震が起きたら、あなたはどんな行動をとりますか？ここでは、そんな緊急時の対応や備えについて、クイズを通して考えます。

### 防災担当に聞く 必ず来る「その時」を想像し備えることが大切

必ず近い将来、横浜でも大きな地震は起きると考えておいてください。それが明日なのか数年後なのかは分かりません。ただ言えることは、必ず起きるとのこと。それに向けて、今できることは確実にやっておく。その心構えが大切です。

防げることは、事前の備えで防ぎましょう。人は地震による揺れではなく、揺れによる家屋・家具の倒壊やその後発生する火災などで命を落とします。たとえ地震は防げなくても、身の回りの備えをすることで命を守りましょう。

災害時に最優先するのは、「自分の身の安全」。自分が助からなければ、家族や近所の人を助けることもできません。そしてもうひとつ、地震はいつどこで起きるか分からないということ。災害時に家族と一緒にいるとも限らないため、日頃から家族間での連絡方法や落ちあう場所を決めておくことも大切です。普段から「その時」を想像し、地震に備えてください。

クイズを通して、「その時、自分はどの行動するのか？」を再確認してみてください

区役所危機管理・地域防災担当  
藤本 謙司 係長



区役所危機管理・地域防災担当  
☎510-1656 fax 510-1889

### 屋内編

1 家にいる時に地震！  
まずはどうする？



- ①玄関のドアを開ける
- ②何よりも先に火の元を消す
- ③机の下に入り身を守る

2 エレベーター内で地震！  
どう行動する？



- ①地上に出る1階ボタンを押す
- ②全階のボタンを押す
- ③緊急呼出ボタンを押す

3 地下街で地震発生！  
さあ、どうする？



- ①柱・壁に身を寄せ様子を見る
- ②周囲と一緒に逃げ道を探す
- ③停電する前に地上に出る

4 家が地震で倒壊！  
どこへ避難する？



- ①広域避難場所
- ②地域防災拠点
- ③家から離れず外で助けを待つ

### 答え&解説

答え&解説

1. かつては「グラツキきたら火の始末」が常識でしたが、阪神・淡路大震災では揺れの直後に家屋や家具の下敷きで多くの方が被災したため、「**まずは自分の身を守る**」が先決となりました。ただ、避難で家を離れる際はプレーカーを落としましょう。電気の復旧はガスや水道より早いので、**通電火災**※の原因になります。(答え.③)

※通電火災は、通電後に電化製品や断絶した電気コードがショートして出火する火災です

3. 地下は地震時に比較的安定といわれます。まずはむやみに動かさず、**柱や壁に身を寄せて揺れがおさまるまで様子を見ましょう**。仮に停電しても非常灯がつくため、決して慌てないこと。また、火災が発生した場合はハンカチなどで口・鼻を押さえ、身を低くして係員の指示に従い行動しましょう。(答え.①)



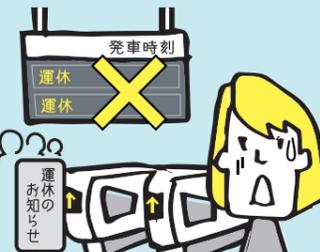
2. 最近のエレベーターは揺れを感知すると最寄りの階で扉が開くものもありますが、全てがそうではありません。特に大地震では停電もあるため、その前に**一刻も早く外へ出るよう心掛けてください**。地上階にこだわらず「**全ての階のボタンを押す**」ことで最寄りの階で降り、あとは階段などで避難しましょう。(答え.②)

4. 地域防災拠点は、家が被災し避難生活を送ったり物資をもらったりする場で、市立の小・中学校が指定されます。**自宅が壊れ住めなくなったら「指定の小・中学校へ避難」と覚えておきましょう**。一方、広域避難場所は街が規模大規模火災になった際に一時的に避難する場所のこと。区内では三ツ池公園、大本山總持寺、寺尾配水池及び松蔭寺一帯の3か所です。(答え.②)

★詳細は「つるみ生活・防災マップ」で(区役所1階などで配布)

### 屋外編

5 地震で電車が不通！  
どうやって家に帰る？



- ①歩いてでも帰宅する
- ②周囲の流れと共に行動する
- ③無理せず帰宅しない

7 運転中に地震発生。  
車を離れる時は？



- ①ドアロックせずキーを持って離れる
- ②ドアロックせずキーも置いて離れる
- ③車から絶対に離れてはいけない

6 津波警報が発表！  
さあどこへ逃げる？



- ①海や川から遠い所に逃げる
- ②遠い所よりも高い所に逃げる
- ③家族と落ちあい一緒に逃げる

8 家族離れ離れで被災！  
どうする？



- ①携帯電話で連絡を取る
- ②あらかじめ連絡方法を決めておく
- ③家族がいそうな所を探す

### 答え&解説

5. 東日本大震災では、電車が停止した後も、駅を目指す人や歩いて帰宅する人が道路に溢れ返りました。原因は、**誰もが「早く家に帰りたい」と思ったから**。ただ、そんな中で**大きな余震が起きれば、更に混乱し二次被害につながる場合もあります**。こうした状況では、「明日に帰ればいい」くらいの気持ちで、**勤務先や外出先に留まる心構えも必要です**。(答え.③)

7. 運転中に揺れが発生した時は、急ブレーキをかけずにハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落として道路脇に停車しましょう。車を離れる際は**緊急で他の人が移動させることもあるため、ドアはロックせずにキーも車内に置いてその場を離れましょう**。(答え.②)



ドアロックせずに キーは車内に

6. 沿岸部では「地震と津波」をセットで考えましょう。津波注意報や警報が出たら、**即避難すること**。ポイントは「**より高い所へ**」です。車で「より高い所へ」逃げるより、**徒歩で高台や建物の高い所へ**。家族別々の時も**津波でんでんこ**※の考えで、おのおの避難しましょう。(答え.②)

※「津波でんでんこ」とは、津波の時は各自ばらばらに高い所へ逃げるという教えです

8. 災害時に家族が一緒とは限りません。そんな時、気がかりなのがその安否です。大規模災害のような緊急時には**普段使っている携帯電話などは機能しなくなります**。日頃から家族間で災害時の連絡方法(例えば、固定電話回線を使った災害時伝言ダイヤル【171】)や待ち合わせ場所を決めておくことが大切です。家族の安否さえ分かれば、たとえ会えなくても心にゆとりが生まれます。(答え.②)

### 備え編

9 普段からの備蓄。  
どれくらい必要？



- ①1日分
- ②3日分
- ③7日分

11 ペット用の備蓄は  
どれくらい必要？



- ①1日分
- ②3日分
- ③5日分

10 自宅の耐震改修補助が出る家は？



- ①平成元年以前に着工の住宅
- ②昭和56年以前に着工の住宅
- ③見た目が古そうな住宅

12 次のうち災害時  
要援護者でないのは？



- ①外国人
- ②妊婦・乳幼児
- ③ボランティア

### 答え&解説

9. 災害直後は食料や日用品の購入が難しくなるため、最低でも**家族の人数 × 3日分の備蓄**は必要です。ただ、東日本大震災では被害が広範囲におよび避難所が増えたことで物資到着まで**3日以上かかる場所もありました**。できれば**1週間程は自力で生活**できるよう、余裕を持った備蓄をお勧めします。(答え.②)

11. 人の場合、備蓄は最低3日ですが、**ペットは最低でも5日分(できれば7日分)の備蓄**をお願いします。また、避難所での生活に備え、**日頃からのしつけやケージに慣れさせておくことも必要**です。そのほか、**迷子になった時に備え、迷子札やマイクロチップ**を付けるなど飼い主の明示も大切です。詳細は5ページを参照。(答え.③)



ペット迷子札

10. 新潟県中越地震(平成16年・震度7・直下型地震)では、崩れた家の下敷きになり、多くの死傷者が発生。家の耐震性の強化が課題となりました。横浜市では、**昭和56年5月以前に着工された木造個人住宅の耐震診断を無料で実施**しています。耐震改修が必要と判定された場合、**費用の一部を助成**しています。(答え.②)

12. 災害時要援護者とは、災害が起きた時、何らかの手助けが必要だったり、避難が遅れたりして、大きな被害を受けやすい人のこと。主に**高齢者や障害者、妊婦・乳幼児、傷病者、外国人**などです。災害時には地域の人が協力し、これらの人々を支援・救護できるよう、日頃からの準備や備えが必要です。(答え.③)

自治会・町内会による災害時要援護者名簿の作成にもぜひご協力ください



フォロー2,000人超! 鶴見区災害情報ツイッター  
災害時に避難所の開設状況などの緊急情報をお知らせします。ツイッターホーム画面から、「鶴見区災害情報」で検索。「フォローする」をクリックすれば登録完了です。

横浜市防災情報Eメール  
事前の登録で、地震、津波、気象警報・注意報、河川水位等の情報を得られるサービスです。登録は簡単! 右記コードから空メールを送信し、届いた案内に沿って登録だけです。

災害用伝言ダイヤル(171) 詳細は 災害用伝言ダイヤル 検索  
災害時、家族や知り合いと伝言機能で情報交換ができる電話システムです。通常、災害時のみの稼働ですが、毎月1日・15日に試行できるので、平常時から家族で使い方を覚えておきましょう。

11か国語に対応! Safety tips(訪日外国人向け災害時情報提供アプリ)  
国内における緊急地震速報及び津波警報、特別警報、噴火速報、熱中症情報、避難勧告などを自動でお知らせする観光庁監修の多言語(11か国語)アプリです。

**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 ●A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 ●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**

**催し・案内**

**第53回リサイクル・フリーマーケット出店者募集**

4月12日(日)10時～15時※雨天時は19日(日)に順延 ●JR鶴見駅西口ショッピングモール1階 ●40組 ¥1,000円(1区画2m×2m)※車での搬入不可 ●3月31日までに 必要事項、販売品目を明記して A(当選者のみ)で通知  
 ●鶴見リサイクル運動の会事務局(〒230-0062 豊岡町29-12) ●571-3795

**食育ミニ講座げんき号 協力ボランティア見学・説明会**

3歳児健診の会場で食育の話をするボランティアを募集します  
 ●3月19日(木) ●4月2日(木)13時15分～14時15分 ●区役所2階12番窓口集合 ●成人 ●事前に ●  
 ●区役所健康づくり係 ●510-1827 ●510-1792



子どもとふれあうのが好きな人はぜひご参加ください

**三ツ池公園(文化・環境)フェスティバル「フリーマーケット」参加者募集**

5月16日(土)9時30分～16時※荒天中止 ●県立三ツ池公園(三ツ池公園1-1) ●18歳以上の区民※4月11日(土)14時からの出店者説明会への出席が必須。営利販売は不可 ●70組程度 ¥1,500円(お支払い頂いた出店料は、フェスティバルが中止になった場合、返金いたしません。あらかじめご了承ください。1区画3m×1.5m。駐車場及び一時積み下ろし場はありません) ●3月19日(当日消印有効)までに 必要事項、販売品目を明記して 往(往以外は無効)※1世帯1口まで。出店場所の指定不可 ※鶴見区 HP の新着情報より「フリーマーケット出店規約」を必ずご確認ください  
 ●三ツ池公園フェスティバル実行委員会事務局(〒230-0076 馬場4-39-1 寺尾地区センター内) ●090-6504-8114(杉浦) ●584-2583  
 HP 三ツ池公園フェスティバル 検索

**多文化共生フェスタ2020 つるみクロッシング**

「つなげる つながる つるみ」をキーワードにさまざまな国の歌や踊りを発表します。中国、インド、ペルー、沖縄、朝鮮、日本のパフォーマンスをお楽しみください  
 ●3月14日(土)12時～17時(開場11時30分) ●鶴見区民文化センターサルビアホール(鶴見中央1-31-2シークレイン内) ●先 100人(入替制) ●  
 ●鶴見国際交流ラウンジ ●511-5311 ●511-5312

**税理士による無料税務相談会 in つるぎんドット来〜!!**

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  
 ●3月28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

**司法書士による無料法律相談会**

相続、遺言、贈与、不動産登記、成年後見など、法律問題についてお答えします  
 ●3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) ●先 8人 ●  
 ●神奈川県司法書士会 ●641-1372 ●641-1371

**春の鶴見川・花さんぽ〜鶴見川・桜・ウォーク〜**

鶴見川沿いや周辺の見どころを歩きます。参加者には「鶴見川桜・おさんぽマップ」を進呈  
 ●3月28日(土)10時～15時(9時50分にJR鶴見駅東口改札集合)※雨天時は4月4日(土)に順延 ●先 30人 ●3月20日までに 必要事項を明記の上 ●  
 ●鶴見川桜・緑化実行委員会事務局 ●090-8857-5581(大澤) ●511-5073(浅見)

**230cafe(つみれカフェ)内覧会開催**

京急鶴見駅東口に多文化・多世代の共創拠点が4月1日にオープン!  
 ●3月22日(日)14時～16時 ●鶴見中央4-7-15 ●つみれプロジェクト実行委員会 ●事務局:NPO法人 サードプレイス ●080-9535-1594(福德) ●230cafe.tsurumi@gmail.com



気軽に立ち寄れる「まちのリビング」のようなカフェです(内装イメージ)

**第40回春の茶華道展**

3月28日(土)・29日(日)10時～17時 ※29日は16時まで ●鶴見大学会館1階センタープラザ・地下1階会議室(豊岡町3-18) ●  
 ●鶴見区茶華道協会 ●501-8222(本田)

**公園の一部を利用した農園の利用者を募集します**

●東寺尾一丁目ふれあい公園(東寺尾1-66-1) ●4月1日(水)～令和3年3月31日(水)の1年間 ●徒歩または自転車で分区分園を利用できる区民(家族か8人以下のグループ) ●9区画(1区画約13㎡) ●¥19,500円 ●3月15日までに 必要事項、利用人数、代表者氏名を明記して ●  
 ●サカタのタネ グリーンサービス(株)指定管理者運営部分区分園担当(〒230-0037 向井町2-71-1 潮田公園管理事務所) ●501-7479 ●717-7706

**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  
 ●3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

**3～4月は区役所窓口が混雑しますのでご注意ください  
 コンビニでもマイナンバーカードで証明書が取得できます**

マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニエンスストアでも「住民票の写し」などが取得できます。証明によっては、区役所窓口よりも50円安く取得できるのでお得です! ぜひご活用ください。

**【コンビニで取得できる各種証明書】** ※マイナンバー、住民票コードを記載することはできません

	コンビニ交付	区役所の窓口	取得できる人
住民票の写し※	1通 250円	1通 300円	本人および同一世帯の人
住民票記載事項証明書			本市に印鑑登録されている人
印鑑登録証明書	1通 450円		市内に本籍がある人で 本人および同一戸籍の人
戸籍の附票の写し			
戸籍(全部・個人)事項証明書			

利用時間 住民票の写し・印鑑証明書等は、6時30分～23時  
 戸籍証明書と戸籍の附票の写しは、平日9時～17時(年末年始休止)

**区役所戸籍課登録担当 ☎ 510-1706 fax 510-1893**

**施設から**

詳細は、各施設にお問い合わせください

**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

- ①お楽しみマジックショー! ▶「うらしマジック」さんの手品で楽しいひとときを  
 3月28日(土)13時30分～14時30分 ●
- ②押し花で春のフラワーバスケット ●  
 4月25日(土)13時30分～16時30分 ●  
 成人 先 10人 ¥1,000円 ●3月11日9時30分から ●(☎は13時から)



押し花を使って壁掛けの飾りを作ります

**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月曜

- ②～⑥の 申は3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 ●3月22日(日)13時～16時 ●18歳以下 ●
- ②古布で端午の節飾り ●4月7日(火)・10日(金)〈全2回〉13時～15時30分 ●成人 先 10人 ¥1,000円 ●
- ③あつまれ潮田キッズ ▶バウムクーヘン作り ●4月12日(日)9時30分～12時30分 ●小学生以下(未就学児は保護者同伴) 先 20人 ●
- ④グランドゴルフ教室 ●4月2日・16日の木曜日9時～11時 ●成人 先 各20人 ¥各100円 ●
- ⑤ママカフェ潮田 ●4月15日(水)10時～12時 ●未就学児と保護者 先 15組 ¥200円 ●
- ⑥楽々カラオケ ●4月21日(火)18時～20時 ●成人 先 15人

**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おやこでおんがくおはなし会 ▶簡単な手遊びなどもあり ●3月13日(金)11時～11時30分 ●未就学児と保護者 ●
- ②ちびっこえいご ▶人気のミア先生の英語教室(継続者優先) ●4月22日～9月30日の第2・4水曜日(全10回)※8月は休み。9月のみ第5水曜日 ●2歳児:14時40分～15時 ●3歳児:15時～15時20分 ●4～5歳児:15時30分～16時 ●2～5歳児と保護者 先 ①10人 ②10人 ③20人 ¥各2,500円 ●3月18日9時30分から ●(☎は13時から) ●
- ③子育て相談 ▶子育て支援者が子育ての気になることや地域の情報を教えてくれます。今年度で終了 ●3月11日～25日の毎週水曜日10時～12時 ●未就学児と保護者 ●
- ④ハマハグ市場 ▶ママたちの憩いの場。今年度で終了 ●3月13日～27日の毎週金曜日9時～12時 ●未就学児と保護者 ●

**老人福祉センター横濱市鶴寿荘**

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

- ①もしもに備える財産管理「家族信託」のおはなし 3月18日(水)13時30分～14時30分 60歳以上 先40人 申3月11日10時から窓(☎は12日から)
- ②やさしく描こう水彩画 4月～9月の第1・3月曜日(全10回)10時～12時※8月は休み 60歳以上 先32人 ¥1,000円 申3月17日10時から窓(☎は18日から)
- ③絵てがみで四季を描く 4月～令和3年2月の第2木曜日(全10回)13時～15時※8月は休み 60歳以上 先20人 ¥1,000円 申3月17日10時から窓(☎は18日から)
- ④2020年までにマスターしよう簡単英会話 4月～9月の第2・4火曜日(全10回)14時～16時※8月は休み 60歳以上 先30人 ¥1,000円 申3月24日10時から窓(☎は25日から)
- ⑤身体にやさしいボイストレーニング 4月24日～9月25日の第2・4金曜日(全10回)14時～16時※6月は第2のみ 60歳以上 先20人 ¥1,000円 申3月30日10時から窓(☎は31日から)
- ⑥映画で元気!青春帰帰・寺尾の休日「海外特派員」 3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
- ⑦サロンやまのて 3月13日(金)10時～12時 60歳以上 ¥100円
- ⑧本と楽しむおとな時間「茶ばしら」 3月18日(水)12時15分～12時45分
- ⑨呼吸健康体操 3月20日、4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
- ⑩ひざひざワックン体操 3月24日・31日、4月7日の火曜日14時～15時30分 60歳以上 先各50人 持動きやすい服装、タオル、飲み物

**生麦地区センター**

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

- ①大正琴ミニコンサート▶体験あり 3月24日(火)10時～10時40分 先30人
- ②絵手紙を描こう 4月10日(金)10時～13時 成人 先15人 ¥500円 申3月13日9時30分から窓(☎は13時から)
- ③俳句を作しましょう 4月21日(火)、5月～8月の第4火曜日(全5回)13時～16時 成人 先15人 ¥2,500円 申3月24日9時30分から窓(☎は13時から)
- ④誤嚥予防のボイトレ&ストレッチ 5月1日・15日・29日、6月12日・26日の金曜日(全5回)10時～11時30分 成人 先12人 ¥2,000円 申3月27日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑤ワンパクサタデー ドッジボール 3月14日(土)13時～15時 小学生 先30人
- ⑥パソコン相談室 4月9日(木)13時30分～15時30分 成人 先10人 申3月11日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑦はなしのお宿 4月2日(木)11時～11時30分 未就園児と保護者 先20組
- ⑧なまむぎ子育て相談 3月17日～4月7日の毎週火曜日10時～12時 未就園児と保護者 先各20組
- ⑨生麦にここサロン 3月23日(月)10時～11時30分 未就園児と保護者

**矢向地区センター**

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

- ①矢向春のスペシャルライブパート1▶弦楽四重奏とクラリネット、ハープの演奏 3月20日(金・祝)14時～15時



春らしい曲を演奏します

- ②矢向春のスペシャルライブパート2▶落語&マジックショー 3月21日(土)14時～16時30分



矢向マジッククラブの皆さんによる落語

- ③ほぐりら!肩甲骨&骨盤ストレッチ〜ガチガチの体にさようなら!〜 4月28日、5月12日・26日の火曜日(全3回)10時30分～11時30分 成人 先15人 ¥1,000円 申3月28日9時30分から窓
- ④矢向子育て相談 3月12日～4月9日の毎週木曜日10時～12時 未就園児と保護者
- ⑤絵本とわらべうたであそぼ! 3月18日(水)10時30分～11時 未就園児と保護者

**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土曜オメガゆるストレッチ 3月14日～4月4日の毎週土曜日9時30分～10時30分 成人 先各35人 ¥各300円 持飲み物、汗ふきタオル
- ②うたひろば2019 3月16日(月)13時30分～14時30分 先40人 ¥100円
- ③子どもと若者のひろば「アソViVa」in末吉 4月4日(土)13時～18時 18歳以下 先20人
- ④わくわくおはなしポケット▶絵本の読み聞かせ、パネルシアターなど 3月19日(木)10時30分～11時30分 未就園児と保護者 先15組
- ⑤虫の工作おじさんがやってくる▶ストローでリアルな虫を作ります 3月21日(土)13時～16時
- ⑥子育て支援▶相談など 3月17日～4月7日の毎週火曜日10時～12時 未就園児と保護者
- ⑦末吉パソコン相談室 3月18日、4月1日の水曜日13時30分～16時 18歳以上 先各10人
- ⑧おもちゃの病院 3月22日(日)10時～12時 先10人
- ⑨本の修理屋さん 3月11日(水)13時30分～15時 先10人

**鶴見中央コミュニティハウス**

〒230-0051 鶴見中央1-31-2シーグレイン内  
☎511-5088 ☎511-5089 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 3月17日(火)10時～12時 未就園児と保護者 先8組
- ②体験!和太鼓ワークショップ 4月23日、5月14日の木曜日10時～11時30分 先各10人 ¥各1,000円 申4月2日10時から窓(☎は14時から)

**寺尾地区センター**

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

- ①パピヨン・スプリングコンサート〜バイオリン&ピアノのデュオ〜 3月16日(月)13時～14時 申3月11日10時から窓(☎は12日から)
- ②ワンステップ☆ピラティス 4月21日、5月19日、6～9月の第1・3火曜日(全10回)9時30分～10時30分 成人 先40人 ¥2,000円 申3月27日10時から窓(☎は28日から)
- ③ピラティス☆アドバンス 4月24日～9月11日の第2・4金曜日(全10回)11時30分～12時30分※7月は第2・5金曜日、8月は第1・4金曜日 成人 先40人 ¥2,000円 申3月27日10時から窓(☎は28日から)
- ④ピュア体操 4月3日～6月26日の毎週金曜日(全13回)10時～12時 成人 先50人 ¥2,600円 申3月18日10時から窓(☎は19日から)
- ⑤リフレッシュ体操 4月2日～6月25日の毎週木曜日(全13回)11時30分～13時30分 成人 先50人 ¥2,600円 申3月19日10時から窓(☎は20日から)
- ⑥リズムビューティー体操 4月13日・20日、5月4日・11日・18日、6月1日・8日・15日・29日の月曜日(全9回)9時15分～10時30分 成人 先60人 ¥1,800円 申3月16日10時から窓(☎は17日から)
- ⑦子どもと若者の広場「アソViva!!」 3月21日(土)13時～17時 18歳以下
- ⑧おもちゃ病院 3月21日(土)10時～14時 小学生以下 先15人(1人1点) 申3月11日10時から窓(☎は12日から)

**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3月11日10時から窓(☎は13時から)
- ①心が伝わる「楽しい文字絵」▶字や絵が苦手でも楽しく描けます 4～6月の第3金曜日(全3回)10時～12時 成人 先10人 ¥2,000円(筆ペン希望の場合別途500円) 持筆ペン
- ②ママカフェ「親子でリトミック」 4～7月の第3月曜日、9月28日(月)(全5回)①10時～10時40分②11時～11時40分 1歳8か月～1歳4か月児と保護者②1歳5か月～3歳児と保護者 先各20組 ¥各2,000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はじめてのえいご 4月～7月の第2・第4月曜日(全8回)10時～10時30分 2～3歳児と保護者 先15組 ¥3,000円 申3月23日9時30分から窓
- ②ワクワク♪リズム☆リトミック 4月～7月の第3水曜日(全4回)10時～10時40分 1歳半～3歳半の未就学児と保護者 先10組 ¥2,000円 申3月18日9時30分から窓
- ③赤ちゃん集まれ!!▶和室解放、情報交換の場に 3月16日(月)10時～12時 1歳以下の子と保護者 先10組
- ④ベビーマッサージ 3月23日(月)10時～11時 2か月～1歳半の子と保護者 先12組 ¥各500円 持バスタオルと飲み物 申3月11日9時30分から窓
- ⑤ママカフェ\*新鶴見▶おしゃべり・情報交換に。飲み物・お菓子付き 4月6日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者
- ⑥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
- ⑦ハマハグ新鶴見 開館日9時～12時 未就学児と保護者

**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けん玉検定 3月15日(日)10時～12時
- ②ホウ酸団子でゴキブリ退治 4月24日(金)10時～11時 成人 先20人 持エプロン、ビニール手袋 申3月11日9時30分から窓
- ③お母さんに贈ろう折り紙カーネーション 4月25日(土)13時30分～15時30分 小学生 先10人 ¥100円 持はさみ、水のり 申3月20日9時30分から窓(☎は21日から)
- ④歌と語りの歌声喫茶「ふるさと」 5月9日(土)13時～15時15分 成人 先80人 ¥100円 申3月21日9時30分から窓
- ⑤簡単おやつ講座～フルーツゼリーとマドレーヌ～ 5月22日(金)10時～13時 成人 先8人 ¥1,100円 申4月3日9時30分から窓(☎は4日から)
- ⑥潮田はなしのお宿 3月19日(木)11時～11時30分 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 第2月曜

当日受付の教室(3月11日～3月31日)

16歳以上 ¥510円 持動きやすい服装、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30分～8時30分	先各60人
	昼ヨガタイム	3月13日・27日の金曜日	12時～12時50分	
	夜ヨガタイム	毎週火曜日	19時15分～20時30分	
②はじめてのエアロビクスタイム		毎週火曜日	9時15分～10時15分	先50人
③ひきめエアロビクスタイム		毎週土曜日	9時45分～10時45分	先50人
④コア・らくらくフィットネスタイム		毎週月曜日	10時50分～11時30分	先24人
⑤やさしいピラティス		毎週火曜日	11時45分～12時45分	先40人
⑥ちょこっとコアタイム		毎週水曜日	12時30分～13時10分	先20人
⑦ZUMBA ラテン音楽で踊る有酸素運動	火曜ZUMBA	毎週火曜日	10時30分～11時30分	先各50人
	金曜ZUMBA	3月13日・27日の金曜日	9時15分～10時15分	
⑧バランスボールタイム		3月13日・27日の金曜日	9時15分～10時15分	先20人
⑨ボクシングサーキット		3月13日・27日の金曜日	10時30分～11時30分	先50人
⑩ボクシングフィットネスタイム		3月13日・27日の金曜日	21時20分～22時20分	先40人
⑪筋膜・リンパマッサージ		毎週土曜日	8時45分～9時30分	先40人
⑫フットサルタイム		3月13日・27日の金曜日	19時15分～20時45分	先60人
⑬バスケットボールタイム		3月21日(土)	19時15分～20時45分	先60人
⑭バレーボールタイム		3月14日・28日の土曜日	19時15分～20時45分	先60人

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

①手遊びわらべうた ☎3月27日(金)①  
10時30分から②11時から③11時25分  
から ☎未就学児と保護者 ①寝返りま  
でのお子さん②おすわりハイハイのお  
子さん③歩くお子さん 先各20組 ☎  
②ちっちゃな読み聞かせ ☎3月19日  
(木)10時30分～11時(15分入替制) ☎  
未就学児と保護者 先各8組 ☎

**馬場花木園**  
〒230-0076 馬場2-20-1  
☎☎585-6552 休第3火曜

①第4回園芸講座 ▶オダマキの育て方  
や楽しみ方を学びます。持ち帰りの苗あ  
り ☎3月14日(土)13時～15時 先10人  
¥1,000円 申3月11日9時から 窓か ☎  
②園内ガイド ▶花の見どころ・見どころを  
案内します 申3月20日(金・祝)13時～  
13時30分 ☎



馬場花木園では四季折々の花を楽しめます

**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「お子さん  
を預かる人大募集!」(常時) ▶地域ぐ  
るみでの子育て支援を目指しています ☎  
横浜子育てサポートシステム鶴見区支  
部 ☎582-7610 ②絵本のよみきかせ  
☎3月12日・26日の木曜日11時～11時  
45分(20分入替制) ☎未就学児と保護  
者 先各20組 ☎ ③子育てサークルフェ  
ア(展示) ▶鶴見区で活動している子育て  
サークルの最新情報をご紹介します ☎  
3月14日(土)まで ☎

**鶴見図書館**  
〒230-0051 鶴見中央2-10-7  
☎502-4416 ☎504-6635 休月1回

①土ようびのおはなし会 ☎3月14日(土)  
15時～15時30分 ☎ ②絵本とわらべうたの  
おはなし会 ☎3月31日(火)①10時30分～  
11時②11時～11時30分 ☎ ③0歳児と保護  
者④1歳以上の子と保護者 ☎ ③朗読サロ  
ン ▶朗読グループNEXUSによる朗読。  
「あにいもうと」室生 犀星/作、「つばみ」  
連城 三紀彦/作、「鬱金桜」瀬戸内 寂聴/  
作、「こんな花あらしの午後は」小池 真理子  
/作 ☎4月4日(土)14時～15時 ☎

**入船公園**  
〒230-0044 弁天町3-1  
☎☎501-2343 休無休

①つるみプレイパーク ▶入船鍋(ちゃんこ  
鍋)やります ☎3月14日(土)10時～15時 ¥  
100円 ☎ ②健康ノルディックウオーク ☎  
3月14日(土)10時～11時 ¥100円 持 運動  
できる服装、ポール※貸し出しあり(先  
15人) ☎ ③健康グラウンド・ゴルフ教室 ☎  
3月16日(月)9時～11時 ¥100円 持クラブ、  
ポール※クラブ貸し出しあり(先15人) ☎

**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  
HP サルビアホール 検索

①寺尾中学校影絵部制作展 ▶横浜市内  
で唯一の影絵部の作品展示 ☎3月26日  
(木)～29日(日)10時～17時(最終日16時ま  
で) ☎ ②わたしはピアニスト4月開催 ▶



ホールでグラ  
ンドピアノを弾  
いてみませんか ☎4月22日  
(水)・23日  
(木)10時～  
20時(1枠1時  
間) 抽各日10人 ¥各2,000円 申3月23日  
まで申込書に 必要事項 を記入の上 窓か ☎  
または HP (18歳未満は保護者の承諾書  
が付添いが必要)

**ふれーゆ**  
〒230-0045 末広町1-15-2  
☎521-1010 ☎521-1099 休第2火曜

①パーソナルレッスン(プール) ☎①3月17日・  
24日の火曜日16時～16時30分、16時30分  
～17時②3月15日・22日の日曜日10時～  
10時30分、10時30分～11時、13時～13時  
30分、13時30分～14時 ☎小学生以上 抽  
各1人 ¥各3,300円 持 水着、水泳帽、ゴー  
グル、タオル 申3月11日から 窓か ☎ ②初  
心者健康麻雀教室 ☎ 毎週火・木曜日 ①  
10時～12時30分②14時～16時30分 ☎  
60歳以上優先 先各16人 ¥各1,530円 ☎  
③コーラス教室 ▶みんなで歌おう懐かしの  
曲 ☎ 毎週火曜日10時～12時 ☎60歳以上  
優先 先各20人 ¥各1,020円 ☎ ④色を  
楽しむ塗り絵教室 ☎3月23日(月)10時30分  
～12時 ☎60歳以上優先 先各10人 ¥各  
510円 申3月11日から 窓か ☎ ⑤手づく  
りソーイング教室 ☎3月21日(土)11時30分  
～14時 ☎60歳以上優先 先各10人 ¥各  
1,530円 申3月11日から 窓か ☎

**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夢の木を満開にしよう ▶桜の花に夢を  
かいてログハウスに飾りましょう ☎3月  
16日(月)～27日(金)9時～16時 ☎中  
学生以下 ☎ 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 ☎3月12日(木)11時～11時  
30分 ☎未就学児と保護者 ☎

**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第12回駒岡丘の上春祭り ☎ 作品展  
示:3月14日(土)・15日(日)9時～17時  
(15日は15時まで) 演技発表:3月14日  
(土)10時～16時 地域協力食品販売:  
3月15日(日)11時から(50食。売り切れ  
次第終了) フリーマーケット:3月15日  
(日)10時～14時 ☎ ②防災ワーク  
ショップ ▶避難経路などを確認 ☎3月  
28日(土)13時30分～15時30分 ☎小  
学生以上 先20人 持 住んでいる区  
のハザードマップ・防災マップ 申3月  
14日10時から 窓 ☎ ③太極拳・練功18法  
を学ぼう ☎4月3日・17日・24日の金曜日  
(全3回)9時～11時 ☎成人先20人 ¥  
1500円 申3月13日10時から 窓 ☎ ④子ど  
も書道教室 ☎4月11日・25日の土曜日(全  
2回)9時～11時 ☎未就学児～中学生 先  
12人 ¥500円 申3月21日10時から 窓

**鶴見区社会福祉協議会**  
〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオヘルデ鶴声2階  
☎504-5619 ☎504-5616  
HP 鶴見区 社協 検索

善意銀行への寄付 [12月14日～1月13日・敬称略]  
吉兆グループ、キコーナ鶴見中央店、  
たすけあいエプロン、片田 由美子、  
AGC労働組合京浜・研究所支部、AGC  
労働組合本部、横浜労協東部支部、  
中央労働金庫鶴見支店推進幹事会、  
鶴見コンクリート株式会社

**健(検)診・教室** \*原則として3月11日～4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
<b>【予約・問合せ】 こども家庭係</b> ☎510-1850 fax 510-1887	
乳幼児健診	4か月児 3月17日、4月7日の火曜日 9時(4月以降は8時50分)～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 3月13日・27日、4月3日・10日の金曜日 9時(4月以降は8時50分)～9時45分受付
	3歳児 3月12日・19日、4月2日・9日の木曜日 13時(4月以降は12時50分)～13時45分受付
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》	4月2日(木) 9時30分～11時受付 予約制
母親・両親教室(全3回) 《安定期(5か月～9か月の妊婦) ※3回目はプレパパにオススメ》	4月①13日(月)午後②20日(月)午前③28日(火)午前 ①13時30分～16時(13時15分から受付) ②③9時45分～12時 (9時30分から受付)
<b>【予約・問合せ】 健康づくり係</b> ☎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 3月12日(木)・24日(火)、4月9日(木)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 4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4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 4月3日(金)13時45分～14時45分 先20組 申3月11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 3月26日、4月9日の木曜日9時～10時～11時～
<b>【予約・問合せ】 障害者支援担当</b> ☎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 4月7日(火)14時～16時 ☎ 神奈川区役所本館4階第3会議室
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談	3月11日、4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(2020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

広報よこはま鶴見区版はコチラから  
HP 広報よこはま鶴見区 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

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 fax 045-510-1891