



# こるみ

No. 290  
2021

12

— 今月のこの品 —

～横芳(よこよし)～  
北海道産生うに

安全で新鮮な国産の素材にこだわる横芳が自信をもって提供する北海道産の生うに。ズワイガニやイクラと並んで、正月料理には欠かせない高級食材の定番です。今年は例年に比べ価格が高騰気味ですが、味と品質にうるさい店主が選ぶ品は間違いないと評判です。

📍 生麦5-21-22 休 日曜・祝日



※商品の在庫は仕入の状況により変わります



毎月区内商店街の  
とびきりある店主と逸品  
をご紹介します

12月29日～31日は  
歳末大売り出しです。  
良いものを食べて、  
良い年を迎えましょう

がんばれ! 商店街

この人  
この品 episode

<今月のこの人> ～横芳～ 横山 貴一さん

JR鶴見線国道駅そばの旧東海道沿いにある生麦魚河岸通り。その中ほどにある鮮魚販売店「横芳」は、新鮮な魚介類をを求める人などで常ににぎわっています。三代目店主の横山貴一さんは、実家を継ぐ前に築地市場で7年働き、10年前に横芳の代表に。「安さだけを求めず、質や鮮度にこだわり、いいものを提供したい。その一心でやっています」と話します。例年、年末の大売り出しには、その心意気にほれたお客さんなど多くの人で、店や通りはにぎわいます。

生麦魚介商組合

区役所地域振興係  
☎ 510-1688 ☎ 510-1892

## ～鶴見の〇〇を歩く旅～ 「つる散歩」

コロナ禍  
こそ歩こう。

その2

コロナ禍での外出自粛やテレワークで運動不足になっていませんか? そこで先月に続き今月も、徒歩で楽しめる区内の名所をご紹介します。あなたも、心身のリフレッシュに「つる散歩」にでかけてみませんか?

区役所企画調整係  
西田あかね

中級編  
6,000歩  
「鶴見の“歴史と緑”を歩く旅」(約4km/60分) ※歩数・時間は目安です

国登録有形文化財に指定された建物もある関東最大級の禅苑  
約1km

「大本山總持寺」

花月園競輪場跡地を利用し、健康器具も設置された公園  
約2km

「鶴見花月園公園」

工場緑地を活用した貴重な憩いの場(現在、開放休止中)  
約2km

「麒麟ビール横浜工場」

健康のカギは  
1日8,000歩のウォーキング!

早歩き20分を含む1日平均8,000歩のウォーキングが、生活習慣病の予防に効果があるといわれています。歩く際には体温調節しやすい服と歩きやすい靴を選びましょう。また、のどが渇く前に水分を補給し、寝不足・過労など体調が悪い時には歩くのを控えましょう。さらに感染症予防の観点から、人混みは極力避け、人のいるところではソーシャルディスタンスやマスクの着用を守ることが大切です。

散策の強い味方!  
よこはまウォーキングポイント

専用の歩数計やスマートフォンのアプリを使って、気軽に健康づくりをしませんか。「よこはまウォーキングポイント」専用アプリでは、市内150のウォーキングコースをはじめ、スタンプイベントや写真投稿機能など楽しみながらウォーキングに取り組めるコンテンツを提供しています。ぜひ、ご活用ください。

アプリの入手はこちら ▶ iPhone用 Android用

☎ よこはまウォーキングポイント事務局 ☎ 681-4655(平日9:30～17:30)

※新型コロナウイルスの感染状況により、営業状況などに変更の可能性があります。最新の情報は、各施設のホームページ等をご確認ください

区役所企画調整係 ☎ 510-1676 ☎ 504-7102

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 296,284  
(2021年11月1日現在) 世帯数 145,831

## ネズミにごチュ〜意! 侵入させない、住みつかせない環境づくりを

これから寒い時期になると、ネズミが暖かい場所と食べ物を求めて家屋に侵入することがあるので、注意が必要です。天井裏でゴソゴソ音がする、食べ物がかじられた跡がある、部屋に小さなフンが落ちているといった場合には、ネズミの存在を疑ってください。一度侵入されてしまうとネズミの駆除は難しく、手間と労力がかかります。日頃からネズミを侵入させない、ネズミを住みつかせない環境を作ることが大切です。区役所では、駆除に関する相談や捕獲用カゴの無料貸し出しを行っています(直接の駆除は行っていません)。

- ①侵入しそうな隙間をふさぐ  
ネズミはわずかな隙間(1円玉ほどの穴)からも侵入します。侵入口があれば目の細かい金網や穴埋めパテでふさぎましょう。
- ②食べ物を片付ける  
食品はネズミにかじられない容器(缶など)や冷蔵庫にしまいましょう。また、生ごみはふた付きごみ箱へ入れましょう。
- ③ネズミにすみかを作させない  
家中を整理整頓し、ネズミが隠れる空間をなくし、巣の材料となる新聞、段ボール、ビニール袋などを片付けましょう。



☎ 区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 fax 510-1718

## 今年の大掃除は早めに3R夢に! 不用品の再利用は区役所のリユース掲示板を

毎年、年末が近づくと気がかりなのが、「大掃除」です。何かと慌ただしくなる年末の負担を避けるには、普段からの小まめな掃除がおススメです。年末に1年分の汚れやごみをまとめて掃除するのではなく、普段から少しずつ片付けや掃除をして、大掃除の負担を減らしましょう。例えば、まとまった時間がなくても、「今日は玄関」「今週は水回り」など、日ごと、週ごとに場所や時間を決めて掃除をするだけで、年末にまとめて掃除する必要がなくなります。そして、その都度出る不用品は区役所のリユース掲示板(譲ります・譲ってください)などを活用することで、効率的なリユースの流れも作れます。

今年の大掃除は少し早めに手を付けて、無駄なくスリムに気持ちのいい新年を迎えましょう。

### こんな不用品が出たらどうすればいい?

- 食料品**  
(賞味期限が2か月以上ある常温保存のもの)  
↓  
フードドライブ回収ボックス(区役所1階)へ  
食べ物が必要としている人へ届きます!
- 読み終わった本**  
(破損や書き込みなどのないもの)  
↓  
鶴見図書館のリユース文庫へ
- 家具や雑貨**  
(営利目的な販売などは不可)  
↓  
リユース掲示板(区役所1階)で譲り先を探せます

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 fax 510-1892

年内のごみと資源の収集は12月30日(木)が最終日です。計画的に片付けをして、すっきりと気持ちのよい新年を迎えましょう!

## さあ、はじめよう! SDGsな暮らし

ここでは毎月、  
ESDフォーラム  
SDGs(持続可能な開発目標)の達成につながる環境にやさしい暮らし方のヒントを紹介します



区役所  
環境行動推進担当  
おろしに  
落合 麻莉子

## SDGsなアクション3 電気やガスの使用料を意識的に減らしましょう

寒さが厳しくなるこれからの季節は、電気やガスの使用量も必然的に増えていきます。そんな時期だからこそ、電気やガスの使用料を意識しつつ積極的に減らすことで、日々の暮らしの中でもSDGsの達成につなげていけるはずです。

例えば、家庭内では各部屋で使っている電球を省エネ効果の高いLED電球に変えるだけで、電気消費量の削減や耐用年数の延長に大きく貢献します。また、室内にいるときも重ね着など服装の工夫(ウオームビズ)をすれば、暖房の使用を通常より抑えられ、その結果、CO<sub>2</sub>の排出量を減らすことにつながります。

こうした私たちの日々の小さな行動からも、未来を変えることはできるはず。そんな思いを一人ひとりが持って毎日を送ることが、SDGsな暮らしにつながるのではないのでしょうか。

**電気量測定器**

普段、使用している機器の電気量や料金が一目で分かる測定器を区役所で貸出し中です!(下記までご連絡ください)

電気の使用量や料金のほか、月額換算した数値も分かるため、ご家庭の節電対策にも役立ちます

☎ 区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

## 出会えたらラッキー! 12月25日まで区内を クリスマス★イルミネーションバスが走ります

11月下旬から12月25日まで、クリスマスの装飾を施したラッピングバスが区内を走ります。職員自ら手作りのラッピングバスは1台のため出会う確率は低ですが、日々運行ルートが変わるので、どこで出会うかは楽しみ。外装はもちろん、内装までもクリスマス一色となる特別なバスに乗って、クリスマス気分を盛り上げましょう!



看板を描いた  
ほんだ かずひろ  
本田和弘運転手

☎ 交通局鶴見営業所 ☎ 501-0701 fax 501-4009

## 「高次脳機能障害」をご存じですか? ～中途障害者地域活動センター ふれんどーる鶴見～

「高次脳機能障害」とは、脳出血・脳梗塞などの病気や事故による頭部外傷などで脳に損傷を受けたことによる後遺症のことです。症状としては、**注意障害**(物事に集中しづらい、周りに注意を向けるのが苦手)や**記憶障害**(思い出せない、新しく覚えるのが苦手)、**遂行機能障害**(計画を立てるのが苦手、事態の変化に臨機応変に対応しづらい)などがあり、日常生活・社会生活への適応が難しくなります。  
外見からは分かりづらく本人や家族も悩むことが多いため、そうした人を対象に「中途障害者地域活動センター ふれんどーる鶴見」では専門相談やさまざまな支援(右記参照)を行っています。



### 「中途障害者地域活動センター ふれんどーる鶴見」とは?

脳出血や脳梗塞、くも膜下出血、脳外傷などにより中途障害者になった人の社会参加を支援します。その機能は、大きく分けて次の3つとなっています。(☎ 鶴見中央3-20-9・1階 ☎ fax 504-2700)

- ①リハビリ教室**  
 退院直後の人、閉じこもりやその恐れのある人に社会参加や再発予防、仲間づくりなどのプログラムを実施(要予約・無料)  
 対象: おおむね40～64歳の人
- ②活動センター**  
 外出や社会参加の希望者にパソコン講座の生活訓練、自主製品の製作販売、再発予防の健康管理などを実施  
 対象: おおむね40～64歳の人
- ③専門相談**  
 症状に関する困りごとやこれからの生活・活動について、ソーシャルワーカーが相談・支援(要予約・無料)  
 対象: 本人・家族・支援者など

☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 fax 510-1897



## キリンが小説を読んだら ～サバナからはじめる現代文学60～

読売新聞に掲載された書評60冊分を収録。読みたい本を探すのはもちろん、読んだことのある本の書評を読むのも楽しい。案内役の自称キリンおじ(書評欄編集者)による読書にまつわるエッセイもおすすめ。  
読売新聞文化部「本よみうり堂」/編 書肆侃侃房/発行

一般

### かさどろぼう

キリ・ママおじさんの村には、傘がありません。町で初めて傘を見たおじさんは、一本買って帰ります。ところが途中で傘を盗まれてしまいます。何度買っても同じように盗まれるので、おじさんはある計画を立てました。  
シビル・ウェッタシンハ/作・絵 猪熊 葉子/訳 徳間書店/発行

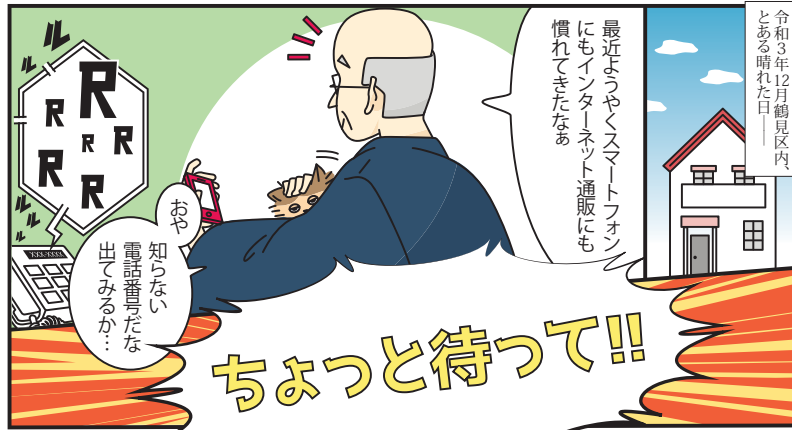


児童

## 本のひととき

鶴見図書館から

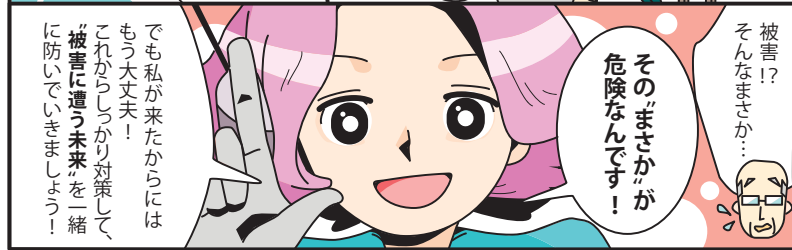
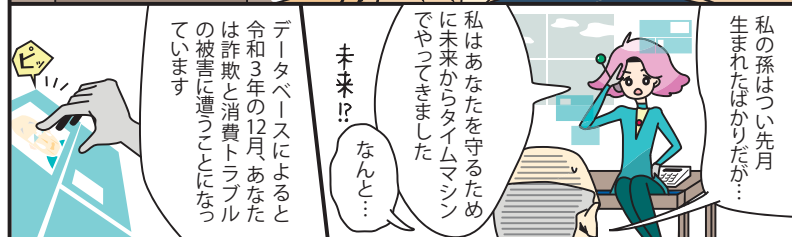
ここでは、鶴見図書館の司書がお薦めする書籍(一般・児童書)をご紹介します



# ストップ! その詐欺 そのトラブル

ウィズコロナ時代の防犯対策

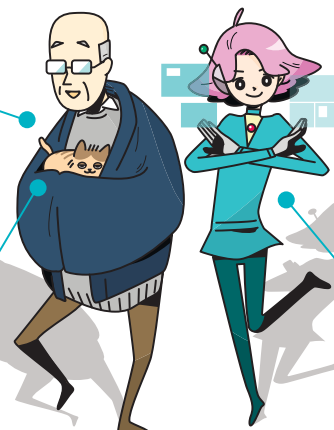
鶴見で暮らすマモルさんのもとに150年後の未来からタイムマシンでやってきた子孫を名乗る若者、ミライ。果たして2人は忍び寄り悪質な詐欺や消費トラブルを回避することができるのか――



## 登場人物

### マモルさん(70)

退職後はのんびりと趣味の散歩を楽しむ日々。まだ若者の世話にはなるまいと思っっている。最近、初孫が生まれたばかり



### ミライさん(16)

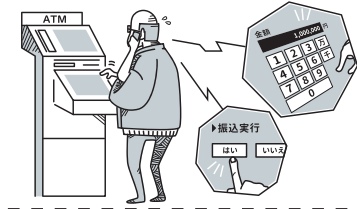
詐欺・消費トラブルの被害に遭う未来を変えるために150年後からやってきたマモルさんの孫の孫の孫

### タマ(8)

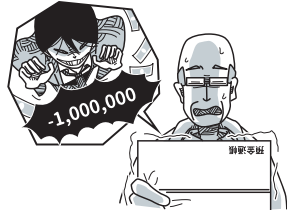
マモルさんの愛猫 好物はかつお節

## CASE1 還付金詐欺

令和3年12月×日、区役所の職員を名乗る者から、「医療費の還付金があります。コロナ禍で対面して返金が出来ないのでATMで手続きをします」という電話があった……

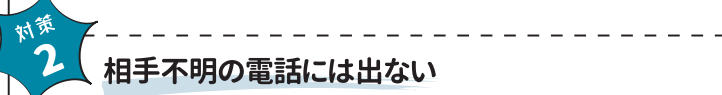


後日、銀行通帳を見たときに、100万円を指定された口座に振り込んでしまっていることに気が付き、騙し取られたことが発覚する。

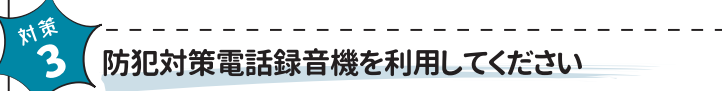


### 対策1 「還付金がある」「お金が戻ってくる」は詐欺です!

区役所や税務署などからこのような電話をすることは絶対にありません。お金は皆さんの大切な財産です。電話越しにお金の話が出たら、すぐに電話を切って警察に相談してください。



一番の防御策は、相手が不明の電話に出ないことです。とはいえ、生活を送る上では電話に全く出ないわけにもいきません。そういったときは「防犯対策電話録音機」を設置するなどして、安全を守りましょう。



現在、鶴見区役所と鶴見警察署では、区在住の65歳以上の人に「防犯対策電話録音機」の貸し出しをしています。ご家庭の電話に取り付けて、被害を未然に防ぎましょう。数に限りがありますので、お早目に!



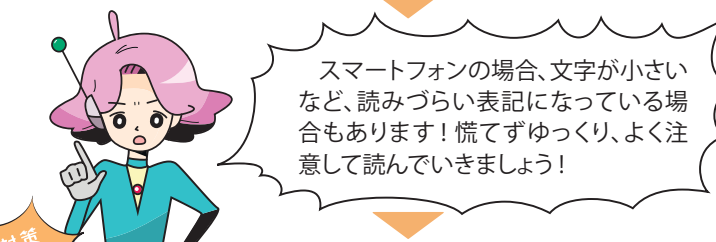
設置も簡単で防犯対策にもってこいだ。申込みは電話で鶴見警察署生活安全課 ☎ 504-0110 さっそく申し込まなくては!

## CASE2 定期購入トラブル

令和3年12月△日、スマートフォンを見ていると、「お試し価格でマスク1箱300円」という広告があったので「これはお得だ!」と思い、軽い気持ちで申込みをした……



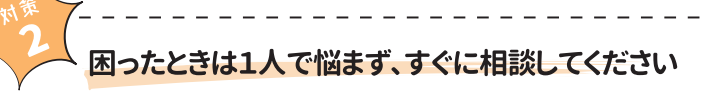
慌てて解約しようと業者に連絡するも、「定期購入になる旨を同意の上で購入している。解約はできない」との回答。改めて広告を確認すると、小さい文字で「定期購入」と書いてあった。



### 対策1 小さい文字も隅々までしっかり読み込んで購入を!

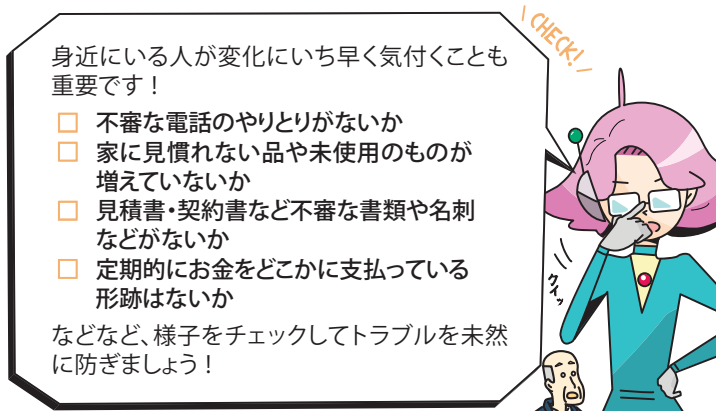
「お試し価格」「初回特別価格」などうたっている広告は要注意! 1回限りと思って購入しても、高額での継続購入契約になっているかもしれません。通信販売にはクーリング・オフ制度※がありません。注文・購入する前には、広告内容を小さい文字まで隅々まで読み込み、返品可否や解約できる期間などを必ず確認しましょう。

※クーリング・オフ制度…消費者が訪問販売などの特定の取引で商品やサービスを契約した後、一定期間内に申し出れば無条件で契約を解除できる制度



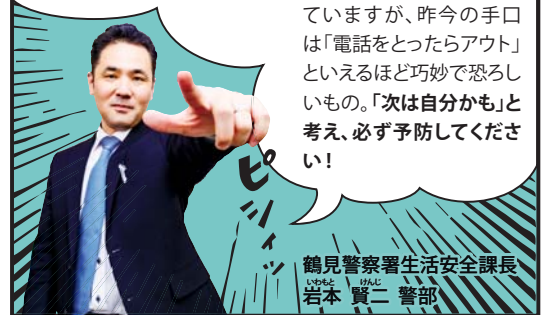
悩んだときには消費生活総合センターにすぐに相談しましょう。

横浜市消費生活総合センター 港南区上大岡西1-6-1  
☎ 845-6666 (9時~18時) ゆめおおかオフィスタワー4・5階  
☎ 845-7720 ※来訪される場合は、必ずお電話で事前予約をお願いします



## 鶴見警察署から 「自分は騙されない」という通信はやめましょう

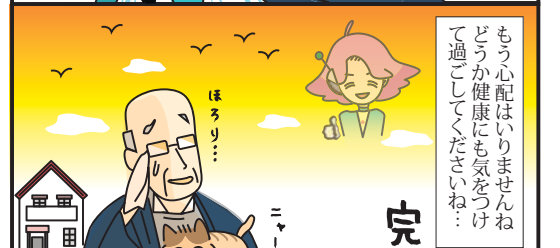
「自分が騙されるわけがない」「まだ騙される歳じゃない」と思っていないですか? そんな人ほど実は「騙されやすい人」なのです。相手は「騙しのプロ」集団です。いろいろな役柄を演じ、あの手の手で現実のこのように思わせて犯行に及びます。そして、そのうち1つでも信じてしまえば、詐欺の被害に遭ってしまうのです。鶴見区でも被害は毎年発生し



鶴見警察署生活安全課長 岩本 賢二 警部

## 気軽に申し込む前に、冷静によく読むことが重要です

インターネット通販は誰でも手軽に商品を注文することができる反面、さまざまな落とし穴が隠れていることも。申込み前に、冷静に内容を確認しましょう。小さい文字や何度もスクロールが必要な文章など、読みにくい部分ほどよく読むようにしましょう。また、メールや電話できちんと連絡ができるかなど、購入先の信ぴょう性を確認してから注文することも重要です。消費生活総合センターでは年間1万6千件超の相談を受け、解決策やアドバイスをお伝えしています。心配なことがあったら、まず相談してみてください!



☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1687 ☎ 510-1892  
☎ 区民活動支援係 ☎ 510-1692 ☎ 510-1892



近くにこんな大きな公園は無かった。孫とも遊べて本当にうれしい。

子どもたちも、将来、誇れる公園になると思う。

工事が進むのを見て、ずいっと楽しみに待ってた！

## 鶴見に、新しい公園ができました。

11月1日、鶴見花月園公園がオープンしました。かつては遊園地や競輪場があったこの場所で、末永く愛される憩いの場となるよう、みなさまと一緒に歩んでいきます。



詳細はこちら

### 開園後の利用状況について(お願い)

開園以後、多くの人々にご来園いただいています。利用にあたっては、みなさまが公園を快適に過ごせるよう、ご協力をお願いします。

- 近隣の人への迷惑や車の通行の妨げになるため、駐輪場以外への自転車の駐輪は絶対にやめてください。
- ペットのフンは飼い主が必ず持ち帰りましょう。また、公園内で犬を放すのは禁止されています。
- ボール遊びをする時は、周りの人に危険がないよう注意しましょう。

区役所企画調整係 ☎510-1677 ☎504-7102



## 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 入はがき 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 問合わせ ☎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

年末年始の区役所等のお休み、ごみと資源物の収集日程は16ページをご覧ください

### 年末年始の休館日

- 12月27日(月)～1月4日(火) 寺尾地区センター、潮田地区センター、末吉地区センター、老人福祉センター横浜市鶴寿荘
- 12月28日(火)～1月4日(火) 各コミュニティハウス(市場小・上寺尾小・寛政中・新鶴見小)、駒岡地区センター、生麦地区センター、矢向地区センター
- 12月29日(水) 各コミュニティハウス(潮田公園・鶴見中央)、地域ケアプラザ、鶴見国際交流ラウンジ、鶴見区社会福祉協議会、馬場花木園、横浜市国際学生会館、わっくんひろば、わっくんひろばサテライト、鶴見区民文化センターサルビアホール、白幡公園こどもログハウス、鶴見公会堂、みその公園「横溝屋敷」、入船公園、潮田公園、鶴見図書館 ※1月4日の開館は12時～17時
- 1月3日(月)
- 12月30日(木)～1月3日(月) 鶴見スポーツセンター ※12月29日、1月4日の営業は17時まで ※「ふれーゆ」は12月から設備改修のため長期休館を予定しています。詳細はホームページから

### 年末年始の急病は…

#### 鶴見区休日急患診療所へ

健康保険証と現金をご用意ください

☎鶴見中央3-4-22 ☎503-3851

【診療科目】内科・小児科

【診療日】年末年始(12月30日(木)～1月3日(月))、日曜、祝日

【診療時間】10時～16時 (受付時間は9時50分～15時30分)

※その他の医療機関などの案内は、16ページをご覧ください



掲載中のイベント等は中止・延期となる場合がありますので、事前に問合先へご確認ください

## 区役所から

### 第4期鶴見区地域福祉保健計画(鶴見・あいねっと)素案に関する意見募集

鶴見区では、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」を、区民のみなさまと共に進めています。第4期計画(計画期間:令和3～7年度)の策定にあたり、みなさまの意見をお寄せください

☎12月28日(火)まで 配布・閲覧: 区役所2階11番窓口、区社会福祉協議会(鶴見中央4-37-37 リオベルデ鶴声2階)、区内地域ケアプラザなど ※区ホームページからも閲覧できます

☎素案に付属の専用はがき HP または ☎ 区役所福祉保健課事業企画担当 ☎510-1826 ☎510-1792

☎tr-fukuho@city.yokohama.jp

HP 鶴見あいねっと 検索

### 令和4年鶴見区消防出初式

例年1月に実施している鶴見区消防出初式は、感染症拡大防止の観点から縮小して開催します(賀詞交換会と合同開催)。来場者は表彰受賞者と関係者に限定し、一般の人はご来場いただけませんのでご了承ください。詳細は鶴見消防署ホームページでお知らせいたします。

☎ 鶴見区消防出初式実行委員会(鶴見消防署総務・予防課内)

☎503-0119 ☎503-0119

HP 鶴見区消防出初式 検索

### ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談(予約制)

ひきこもり・無業・不登校などの困難を抱える若者の専門相談です

☎毎月第2・4水曜日 13時30分～16時20分(1回50分) ☎区役所3階4番窓口 市在住のおおむね15～39歳の本人、家族、支援者、地域の人

☎事前に ☎ 区役所子ども家庭係 ☎510-1840 ☎510-1887

### 初心者向け学びや暮らしに生かす「Zoom」講座

☎4年1月22日(土) ①参加者編(基本設定、操作) 10時～12時(開場9時30分)

②主催者編(ミーティング設定・招待) 14時～16時(開場13時30分) ☎つるみ

☎各10人 ☎各300円 ☎なし ※パソコンは用意してあります

☎12月20日9時から ☎窓または ☎ ※講師: 鶴見パソコン・ボランティア協会

☎☎つるみ区民活動センター

☎510-1694 ☎510-1716

☎tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.jp



### 登録しましょう!! 犯罪発生情報メール



## 鶴見区税務署からのお知らせ

### ●納付方法

国税の納付手続きは、みなさまが来署せずに納付できるよう、多様な納付手段をご用意しています。中でも、政府の方針や感染症拡大防止の観点から、安全、便利、非対面のキャッシュレス納付に取り組んでいますので、ぜひご利用ください。

<主な納付方法>

- ・ダイレクト納付
- ・クレジットカード納付
- ・振替納税 など

### ●受付時間の変更

10月1日から納税窓口での受付時間に変更となりました。ご理解・ご協力をお願いします。

従来 8時30分～17時

↓ 変更後 9時～16時

### ●国税の納付手続

国税庁ホームページ「国税の納付手続」をご覧ください。

HP 国税の納付手続 検索

☎ 鶴見区税務署

☎521-7141(代表)

## 施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください

### 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事業「お子さんを預かる人募集」(随時)▶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もりの木さんの絵本のよみかきせ ☎12月23日(木) ①11時から②11時30分から 各15分程度 ☎未就学児と保護者 ☎各4組程度 ☎12月16日15時から ☎ ③保育士さんのミニ講座「室内あそびと季節に合った服装」☎12月14日(火)10時30分～10時45分 ☎未就学児の保護者 ☎ ④保育士相談▶生活リズムなど子どもとの過ごし方の相談ができます ☎12月14日(火)10時45分～11時30分 ☎未就学児の保護者 ☎4組程度 ☎12月11日15時から ☎

### 生麦地区センター

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

\*申込開始日9時30分に定員を超えた場合はその場で抽選し、募集は終了します ①遺跡と下末吉台地周辺を歩く(上台遺跡～末吉不動尊～愛宕神社)☎4年1月18日(火)9時30分～12時 ※寺尾地区センター集合、愛宕神社解散 ☎成人 ☎15人 ¥300円、交通費 持 歩きやすい服装、帽子、運動靴、飲み物、汗ふきタオル ☎12月14日9時30分から ☎(☎は13時から) ②冬のおはなし会 ☎12月17日(金)11時～11時30分 ☎未就学児と保護者 ☎8組 ☎12月11日9時30分から ☎(☎は13時から) ③いきいき健康フラダンス ☎4年1月27日、2月10日・24日、3月10日・24日の木曜日(全5回)13時30分～15時30分 ☎どなたでも(未就学児は保護者同伴) ☎10人 ¥2,000円※未就学児の付き添いは無料、保護者の参加は有料 持 飲み物、汗ふきタオル、あればフラスカート ☎1月6日9時30分から ☎(☎は13時から) ④はなしのお宿 ☎4年1月6日(木)11時～11時30分 ☎未就学児と保護者 ☎10組 ☎ ⑤パソコン相談室▶相談時間は1人20分程度 ☎4年1月13日(木)13時30分～15時30分 ☎成人 ☎10人 ☎12月11日9時30分から ☎(☎は13時から) ⑥なまむぎ子育て相談 ☎12月14日・21日の火曜日10時～12時 ☎未就学児と保護者 ☎各8組(1組1時間程度) ☎

### 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フラワーアレンジメントでお正月飾り☎12月26日(日)13時30分～15時30分 ☎成人 ☎12人 ¥3,000円 ☎12月13日10時から ☎ ②折り紙で来年の千支と椿を作ろう☎12月25日、4年1月8日の土曜日(全2回)13時30分～15時30分 ☎8人 ¥300円 ☎小学生以上 ☎12月12日10時から ☎


### 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ベビーのためのタッチケア ☎4年1月7日(金)13時30分～14時30分 ☎生後4か月頃までの子と保護者 ☎7組程度 持 動きやすい服装 ☎12月17日15時から ☎ ②看護師さんのミニ講話「便秘について」☎4年1月6日(木)10時30分～10時45分 ☎未就学児と保護者 ☎ ③看護師相談▶子どもの健康、発育など相談できます ☎4年1月6日(木)10時45分～11時30分 ☎未就学児と保護者 ☎5組程度 ☎1月5日15時から ☎ ④はじめてわっくん ☎12月22日(水)13時30分～14時30分 ☎わっくんひろばサテライトを初めて利用する人 ☎4組程度 ☎12月15日15時から ☎

### 矢向地区センター

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

\*天井工事のため3月上旬まで体育室の利用はできません ①小学生書初め教室▶冬休みの宿題の悩みを解決! ☎12月27日(月)13時～14時30分 ☎小学生 ☎4人 ¥1,000円 ☎12月11日9時30分から ☎(☎は12日から) ②手前味噌作り▶毎年大人気の味噌作り ☎4年1月29日(土) ①10時～12時 ②13時30分～15時30分 ☎成人 ☎各8人 ¥2,000円 ☎1月6日9時30分から ☎(☎は7日から)  たっぶり4kg仕込みます ③矢向パソコン相談 ☎12月12日(日)13時30分～16時 ☎成人 ☎10人(1人30分) ☎1月12日9時30分から ☎ ④絵本とわらべうたであそぼ! ☎12月15日(水)10時30分～11時 ☎未就学児と保護者 ☎10組 ☎ ⑤矢向子育て相談 ☎12月16日～4年1月6日の毎週木曜日(12月30日はお休み) ①10時～10時45分 ②11時～11時45分 ☎未就学児と保護者 ☎各10組 ☎

### 鶴見図書館

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

①テアトル図書館へようこそ! みんなのまちの図書館が寄席に変身!▶落語の仕組みをレクチャーします。所作や小噺の体験をし、一席お聞きいただきます ☎4年1月10日(月・祝)11時～11時45分 ☎小学生 ☎15人 ☎12月21日9時30分から ☎か ☎ ②うきうき冬の紙芝居まつり▶つるかめ座による紙芝居のおはなし会です ☎4年1月22日(土)11時～11時30分 ☎3歳～未就学児と保護者 ☎5組 ☎1月7日9時30分から ☎か ☎ ③絵本とわらべうたのおはなし会▶絵本とわらべうたは子育ての強い味方! 親子で楽しい時間をどうぞ ☎12月28日(火)10時30分～11時 ☎0～3歳の子と保護者 ☎5組 持 親子で座れる小さめのレジャーシート ☎12月14日9時30分から ☎か ☎

### 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クリスマスコンサート ☎12月18日(土)14時～15時 ☎60人 ☎ ②こども書初め教室▶申込開始日10時に定員を超えた場合はその場で抽選し、募集は終了します ☎4年1月5日(水)10時～12時 ☎小学生 ☎12人 ¥300円 ☎12月15日10時から ☎ ③子どもと若者の広場「アソViva!!」▶パルーンアートやけん玉など遊び道具もたくさん用意しています ☎12月18日(土)13時～18時 ☎18歳以下 ☎ ④おもちゃ病院▶小学生のおもちゃドクター見習いさんも募集中! ☎12月18日(土)10時～15時 ☎小学生以下 ☎15人(1人1点) ☎12月11日10時から ☎か ☎ ⑤子育て相談▶子育て支援者による育児相談 ☎毎週水曜日 ①10時～10時50分 ②11時～11時50分 ☎未就学児と保護者 ☎各11人

### 横浜市国際学生会館

〒230-0048 本町通4-171-23  
☎507-0318 ☎507-2441 休第4月曜

冬期 オンライングループ英会話▶英語を使って、世界中から来た留学生と一緒にさまざまな話をしませんか ☎【金曜日グループ】4年1月21日、2月18日、3月18日の金曜日(全3回) ①14時～15時 ②19時～20時【土曜日グループ】4年1月22日、2月5日・19日、3月5日の土曜日(全4回) ①10時～11時 ②14時～15時 ☎16歳以上 ☎各4人 ¥【金曜日グループ】2,000円【土曜日グループ】2,600円 ☎12月11日9時～21日17時まで ☎ yish94@nifty.com 講師はさまざまな国から来た留学生が担当します



留学生が描いた学生会館のマスコットキャラクター ラブアースベア

### 老人福祉センター横浜市鶴寿荘

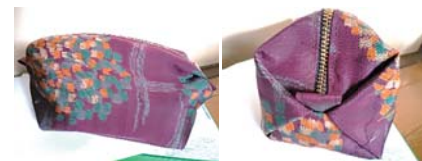
〒230-0076 馬場4-39-1  
☎584-2581 ☎584-2583 休第4月曜

\*申込開始日10時に定員を超えた場合はその場で抽選し、募集は終了します ①音楽と言葉で巡る世界旅行(紋音による)☎4年1月22日(土)13時30分～15時 ☎60人 ☎12月11日10時から ☎ ②歴史講座「ロマンあふれる鶴見山の手の物語」☎4年1月13日・20日、2月3日・10日・17日の木曜日(全5回)10時～12時 ☎60歳以上 ☎25人 ¥2,000円 ☎12月16日10時から ☎ ③パソコン相談 ☎12月18日(土)13時30分～15時30分(1人30分) ☎60歳以上 ☎各8人 ☎前日の12時まで ☎か ☎ ④ひびひびワックン体操 ☎第3以外の火曜日14時～15時30分 ☎60歳以上 ☎60人 持 汗ふきタオル、飲み物、あれば5本指ソックス

### 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銘仙で作る四角いポーチ▶申込開始日10時に定員を超えた場合はその場で抽選し、募集は終了します ☎4年1月12日(水)13時～16時 ☎成人 ☎12人 ¥600円 持 裁縫道具 ☎12月15日10時から ☎(☎は13時から)



たたむとベチャッコになります

### 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

当日受付の教室[12月11日～4年1月10日]

※状況により開催が中止となる場合があります。ご参加の際、「感染症防止対策チェック」をお願いしています。詳しくはホームページをご確認またはお問い合わせください



☎16歳以上 ¥610円 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き ☎

① はじめてのエアロビクス	12月14日・21日の火曜日	9時～9時50分	☎25人
② ZUMBA® ラン音楽で踊る 有酸素運動	火曜①	12月14日・21日の火曜日	10時～10時50分
	火曜②	12月14日・21日の火曜日	11時～11時50分
	金曜	12月17日・24日の金曜日	10時30分～11時20分
③ やさしいピラティス	12月14日・21日の火曜日	12時～12時50分	☎35人
④ ヨガ	夜ヨガタイム	12月14日・21日の火曜日	19時～19時50分
	昼ヨガタイム	12月17日・24日の金曜日	12時～12時50分
⑤ バランスボールタイム	12月17日・24日の金曜日	9時15分～10時15分	☎30人
⑥ 筋膜リリースストレッチ	12月11日・18日・25日の土曜日	9時～9時45分	☎30人
⑦ ひきしめエアロビクス	12月11日・18日・25日の土曜日	10時～10時50分	☎25人
⑧ フットサルタイム	12月11日・25日の土曜日	19時15分～20時45分	☎60人
⑨ バレーボールタイム	12月18日の土曜日	19時15分～20時45分	☎60人

鶴見中央コミュニティハウス

〒230-0051 鶴見中央1-31-2シークレイン内  
☎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〜 ☎12月21日(火)10時〜12時 未就学児と保護者 先5組 直
- ②ストレッチ&リンパマッサージ2 ☎4年1月11日・25日、2月8日・22日、3月8日の火曜日(全5回)15時30分〜16時30分 成人 先15人 ¥1,500円 持 運動しやすい服装※シューズ不要 申12月14日10時から ☎

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 第2月曜

- ①子どもと若者のひろば ☎12月12日・26日、4年1月9日の日曜日13時〜16時 18歳以下(未就学児は保護者同伴) 直
- ②あつまれ潮田キッズ!〜たこ作り&たこあげ〜 ☎4年1月9日(日)10時〜12時 小学生以下(未就学児は保護者同伴) 抽20人 申12月11日9時30分から(☎は10時から)
- ③古布で季節の飾り ☎4年1月18日(火)・21日(金)(全2回)13時30分〜16時 成人 抽10人 ¥1,200円 持 裁縫用具 申12月11日9時30分から(☎は10時から)

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 ☎火・木曜

- 新鶴見子育て相談 ☎毎週金曜日①10時〜10時45分②11時〜11時45分(10分前より受付) 未就学児と保護者 先各4組 直

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洗剤いらず!エコたわし作り ☎4年1月28日(金)13時30分〜16時 成人 先8人 ¥300円 申12月11日9時30分から(☎は12日から)
- ②潮田ふれあい寄席 ☎4年1月29日(土)13時30分〜15時 成人 先20人 申12月17日9時30分から(☎は18日から)
- ③ストレッチ教室II ☎4年2月2日・9日・16日・23日の水曜日(全4回)10時〜11時 成人 先6人 ¥600円 持 あればラップの棒、ヨガマットの上に敷く大判タオル、飲み物、汗ふきタオル、運動できる服・靴 申12月15日9時30分から(☎は16日から)
- ④潮田子育て相談 ☎12月15日・22日、4年1月5日の水曜日①10時から②11時から 未就学児と保護者 先各11人 直
- ⑤潮田けん玉道場 ☎12月19日(日)10時〜12時 先21人 直
- ⑥潮田はなしのお宿 ☎12月16日(木)11時〜11時30分 未就学児と保護者 先21人 直

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1  
☎585-6552 第3火曜

- ①ミニ門松づくり教室 ☎12月18日(土)13時〜15時 先10人 ¥300円 申12月11日9時から(☎か☎)
- ②園内ガイド ☎12月25日(土)13時〜14時(雨天決行) 直
- ③お正月遊び ☎4年1月4日(火)10時〜15時 直
- ④人日の節句(七草がゆのふるまい) ☎4年1月7日(金)11時〜13時 先20人 ¥300円 申12月18日9時から(☎か☎)

白幡公園子どもログハウスピッコロ

〒230-0077 東寺尾2-12  
☎582-9944 第2・4月曜

- ①ピッコロのわくわくクリスマス ▶ 工作・クイズなど日替わりで楽しめるイベントがあります。詳細はHP、館内掲示をご確認ください ☎12月11日(土)〜25日(土)10時〜16時 中学生以下 先 工作のみ各20人 直
- ②千支のおりがみプレゼント ☎4年1月4日(火)〜6日(木)10時〜16時 中学生以下 先100人 直
- ③お正月だ!はねつきしよう! ▶ 牛乳パックで作った羽子板に絵を描いて遊ぼう ☎4年1月7日(金)・8日(土)10時〜16時 中学生以下 先各20人 直
- ④おはなし会 ▶ 絵本、紙芝居、手遊びなど ☎12月15日(水)11時〜11時20分 未就学児と保護者 先15組



牛乳パックや折り紙でクリスマス工作

QRコードと検索ボタン。ホームページはこちらから。HP 白幡公園子どもログハウス 検索

みその公園「横溝屋敷」

〒230-0073 獅子ヶ谷3-10-2  
☎574-1987 ☎574-2087 第1・3月曜

- 七草がゆ ▶ 無病息災を願って、屋敷内で採れた七草で作ったおかゆを食べませんか。\*感染症拡大防止のため、持ち帰り ☎4年1月7日(金)10時30分 先200人(整理券を配布) ¥100円 直

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ハンドメイドタイム クリスマスプレート ☎12月19日(日)①10時から②13時から 成人 先各5人 ¥500円 申11月21日10時から(☎は11月23日9時から)
- ②子どもと若者のひろば“アソViva”in 末吉 ☎4年1月8日(土)13時〜18時 18歳以下 直
- ③土曜オメザゆるストレッチ ☎12月11日・18日・25日、4年1月8日の土曜日9時30分〜10時30分 成人 先各30人 ¥各300円 持 飲み物、汗ふきタオル、除菌用タオル 直
- ④末吉パソコン相談室 ☎4年1月5日(水)13時30分〜16時 18歳以上 先10人 直
- ⑤すえよし本の修理屋さん ☎12月8日(水)13時30分〜15時 先10人 直
- ⑥おもちゃの病院 ☎12月26日(日)10時〜12時 先10人 直
- ⑦わくわくおはなしポケット ☎12月16日(木)10時30分〜11時30分 未就学児とその保護者 先7組 直
- ⑧今こそ免疫力アップヨガ ☎4年1月12日〜3月16日の毎週水曜日(全10回)9時30分〜10時30分 成人 先30人 ¥5,000円 持 飲み物、汗ふきタオル、除菌用タオル、あればヨガマット 申12月15日10時30分から ☎



ペーパーナプキンを切り抜いて木の板に貼り付けます

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さるびあ落語 特別版2022 ▶ 大ホールで行う年に1度の特別版!3人の真打に太神楽が登場します ☎4年2月13日(日)14時〜16時30分 小学生以上 先546人 ¥全席指定 一般:2,200円、区民・18歳以下・65歳以上・障害者(要証明書):2,000円 申12月12日10時から(☎かHP)(☎は14時から)
- ②第11回サルビア子ども絵画展 作品募集 ▶ 子どものための絵画展を今年も開催。みんなで応募しよう!サルビア賞もあるよ ☎4年2月19日(土)〜23日(水・祝)10時〜18時 市内の小学生以下 先250点 申12月11日〜2月10日(☎か☎) ※HPで応募要項を確認の上、ご応募ください
- ③サルビア美術倶楽部vol.9「ギタリストを描く」▶ 演奏を聴いた後、演奏者をクロッキーで描きます ☎4年2月27日(日)13時30分〜15時45分 高校生以上 先15人 ¥1,500円 持 鉛筆・コンテ・クロッキー帳など普段お使いの画材(絵の具は不可) 申12月15日から(HP☎または☎)

健(検)診・教室

\*原則として12月11日〜1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 ☎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	12月14日・21日の火曜日8時50分〜10時20分受付
	1歳6か月児	12月17日、4年1月7日の金曜日8時50分〜10時20分受付
	3歳児	12月16日、4年1月6日の木曜日12時50分〜14時20分受付
乳幼児・妊産婦婦科相談《未就学児・妊産婦》		12月16日(木)9時30分〜11時受付 予約制
【予約・問合せ】 健康づくり係		☎510-1832 ☎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 12月21日(火)、4年1月13日(木)9時〜10時・11時〜	区役所2階栄養相談室 予約制
離乳食教室 《7か月〜9か月児と保護者》	2回食からの離乳食のすすめ方の話、調理実演など 4年1月25日(火)①13時15分〜14時15分②14時45分〜15時45分※保護者のみの参加も可 区役所2階栄養相談室 先各回10組 申4年1月4日8時45分から ☎	予約制
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・歯みがきの話、歯周病セルフチェックなど 4年1月6日(木)受付①9:30〜9:45②10:15〜10:30 先各8組※個別対応 申12月13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 12月13日(月)9時〜10時・11時〜、12月16日(木)13時〜14時・15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 4年1月4日(火)14時〜16時	区役所2階本館2階中会議室 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(2022年4月1日時点)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こちら



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

鶴見の魅力スポットを探せる「デジタル観光マップ」はこちら



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  
tr-koho@city.yokohama.jp

編集発行