



# 鶴見<sup>②</sup>遺産

「おきなわ物産センター」

## つるみ 6

2016 広報よこはま鶴見区版

鶴見にいながら本物の沖縄が楽しめる、おきなわ物産センターは、仲通に店を構えて、今年でちょうど30周年を迎えました。隣のおきなわ亭では、本場の沖縄そばが手軽に食べられるとあって、昼は常に多くの人でにぎわいます。また、建物3階には沖縄出身者のための会館があり、沖縄民謡や舞踊などの練習も行われるなど、地域の交流の場になっています。(仲通3-74-14)



一見、意味なく歩き回っているように見えても、本人には理由があります。例えば、「仕事に行く」(以前、勤めていた会社)、「自宅に帰る」(昔、住んでいた家)など、本人の意識が過去のある時期(例えば、人生が輝いていた頃の記憶など)に戻って徘徊する場合があります。



無理に徘徊を抑えるのは逆効果ですが、認知症の場合、本人の注意力が低下しているため、外で事故にあう危険もあります。周囲の人は、細心の注意が必要です。



外出したのに、行こうとした場所や自宅への帰り道を忘れてしまう場合があります。そんな困っている人を見かけたら、すぐに地域ケアプラザや区役所までご連絡ください。

# 徘徊<sup>はい</sup> <sup>かい</sup> そんな時 どうする?

徘徊は、認知症の症状のひとつです。自分がどこにいるのか、自宅がどこなのか分からなくなり、道に迷ってしまうことがあります。事故や病気の心配もあり、急いで保護しないと危険なことになる場合があります。

## 地域で見守る認知症

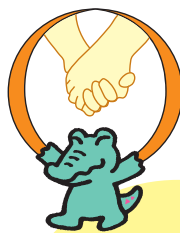
### 講座を受けて、あなたも「認知症サポーター」に!

認知症に関する研修を受けた「認知症キャラバンメイト」が「認知症サポーター養成講座」を開催しています。講座を受講した人は、認知症の人やその家族を見守る応援者(=「認知症サポーター」)に。その証しに、手首に付ける「オレンジリング」もお渡ししています。講座の開催を希望する場合は、最寄りの地域ケアプラザか区役所へご連絡ください。



### 徘徊者発見の大きな支え 認知症高齢者等 SOS ネットワーク ~わになるネット~4月1日スタート!

鶴見区認知症高齢者等 SOS ネットワーク(わになるネット)は、ご家族から受けた徘徊者の情報を、関係機関に提供し、発見の協力を依頼するシステムです。徘徊の恐れがある家族のいる人は、事前に情報を登録することで、万が一のときの大きな支えにもなります。登録は無料で、区内の各地域ケアプラザで随時、受け付けています。最寄りの地域ケアプラザが分からない場合は、区役所へお問い合わせください。



認知症になっても、住み慣れた地域でその人らしく暮らすには、地域の力が大切です。認知症の正しい理解と温かな見守りが、大切です。

問 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 fax 510-1897

#### 鶴見「ガチあげ!」その2

手ごねハンバーグの中に角切りのステーキ肉を混ぜ、衣を付けて揚げたぜいたくなメンチカツ。秘伝のデミグラスソースとの相性もバッチリです。これまで裏メニューとして人気だった味が、これを機に通常メニューに登場!  
◆単品900円、ライス・スープ付き1,080円(税込)  
◆レストラン伊勢屋(佃野町23-42)

#### レストラン伊勢屋



手造りメンチカツ  
デミグラスソース添え

#### 鶴見「ガチあげ!」その3

地元で人気の弁当店の鶏のカラアゲ。1日10kg以上揚げても完売してしまう人気商品で、醤油ベースとニンニクが隠し味。味はもちろん、開業以来変わらない値段とボリュームも、地元で愛され続けている理由です。  
◆単品370円、弁当580円(税込)  
◆仲通うまかべん(仲通3-77-2)



潮田鶏のカラアゲ

問 区役所地域振興係 ☎ 510-1168 8



**教育** 蔵書80万冊! 鶴見大学の図書館が  
使えるようになります

鶴見大学図書館は、全国の大学図書館の中でも有数の蔵書数を誇り、文献的価値の高い貴重な図書も数多く所蔵しています。このたび、鶴見区役所と鶴見大学が協定を結んだことにより、6月から鶴見区在住・在学・在勤者(高校生以上)への利用サービスが始まります(ただし、閲覧のみ。貸出しはできません)。調査研究や課題学習だけでなく、普段の読書にもぜひご利用ください。

- ◆期間:2~3月、6月、8~12月
- ◆時間:( )は3月、8月の時間  
平日:8時50分~20時(18時)  
土曜:8時50分~18時(12時30分)

※開館日・時間は変更になることがあります。なお、日曜・祝日は閉館です



区民  
エリア  
閲覧

☎ 鶴見大学図書館 ☎ 580-8274 ☎ 581-1729

**選挙** 今年の夏は参議院議員選挙が行われます

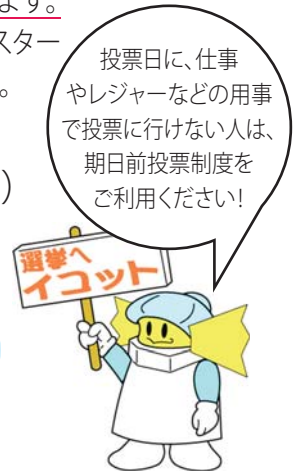
この選挙から、選挙権が18歳以上に引き下げられます。投票日については、公示後に届く「投票のご案内」やポスター掲示板、テレビ・インターネットなどでご確認ください。

- ◆投票時間(当日):7時~20時
- ◆期日前投票(公示日の翌日~投票日前日)

期日前投票所

**区役所  
1階ホール**  
8時30分~20時  
(鶴見中央3-20-1)

**鶴見中央  
コミュニティハウス**  
9時30分~20時  
(JR鶴見駅横シークレイン2階)



※投票日当日は、「投票のご案内」に記載された投票所でのみ投票できます

☎ 区役所統計選挙係 ☎ 510-1660~3 ☎ 510-1889

**健康** ひざ痛の予防・軽減に! ~ひざひざワックン体操~

鶴見区では、ひざ痛の予防や軽減に効果的な「ひざひざワックン体操」を推奨しています。実践している人からは、「毎日の継続で、膝の痛みが軽減した!」といった喜びの声が、たくさん寄せられています。皆さまの地域でも、体操教室や集いの場で、ぜひ取り入れてみてください。



教室に5回以上参加して、  
大好評の手ぬぐいをゲット!

講演会

**健康チェックコーナー**  
☎ 12時~13時  
定員 40人 同時開催  
・骨の健康チェック  
・体力測定 など

**仲間とともに!!  
認知症予防の秘訣**  
☎ 6月17日(金)  
13時30分~15時30分  
☎ 鶴見公会堂(7~11階)  
定員 200人

☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 ☎ 510-1897

**マイナンバー** 臨時交付窓口の開設期間延長について

皆さまからご申請いただいたマイナンバーカード(個人番号カード)は、区役所6階臨時交付窓口でお渡ししています。このたび、臨時交付窓口の開設期間を延長します。

- ☎ 28年12月まで(予定)  
平日:8時45分~17時、第2・4土曜日:9時~16時45分
  - ☎ 区役所6階 ※受付は終了15分前まで
- ※カードの受取は予約制です。お手元に届く「交付通知書」の案内に従って、電話やパソコンなどで事前に予約をお願いします

**ご注意ください**

個人番号カードをお申込みいただいた人で、カードを受け取る前に引っ越された場合は、新住所地であらためて申請していただく必要があります(区内での引っ越しの場合は不要)。

☎ 区役所登録担当 ☎ 510-1706 ☎ 510-1893



鶴見 あの日あの時 ~写真で辿る鶴見90年の軌跡~



昭和19年  
(1944年)

豊岡通りでのラジオ体操

第二次世界大戦後期の区内の様子です。現在の豊岡商店街の通り(豊岡小学校付近)でラジオ体操に興じる子どもたち。昭和17年頃から横浜や川崎も空襲を受けるようになり、その影響で19年の夏頃から足柄下郡などへの学童疎開が始まりました。この写真は、おそらく疎開で町から子どもたちの姿が消える直前の風景と思われます。この翌年、日本は終戦を迎えました。

(写真提供:鶴見歴史の会)

**当時(昭和19(1944)年)の世相**

- 国民学校の集団疎開が始まる
- 東条英機内閣が総辞職
- 神風特別攻撃隊の出撃が始まる
- 連合軍、ノルマンディー上陸
- 両国国技館が軍に接收され風船爆弾の工場となる
- 渋谷・ハチ公像が金属回収で撤収
- 大戦で箱根駅伝、夏の甲子園が中止に

このコーナーは、鶴見区版が8ページの月のみ掲載します



健康

生活習慣病の予防に「特定健診」を受けましょう

高血圧や糖尿病といった生活習慣病は、日々の生活習慣(食事・運動・喫煙・アルコールなど)の積み重ねが大きく関わっており、動脈硬化から脳梗塞や心筋梗塞などの引き金となります。「生活習慣病」の早期発見や、生活習慣の改善による予防につながるものが、「特定健診」です。自覚症状がない場合もあるため、ぜひ年に一度は受診しましょう。

国民健康保険に加入している40歳~74歳の人

Q1. どうすれば、受けられますか?

毎年、5月下旬に届く「受診券」、「問診票」(4月1日以前から市の国民健康保険に加入している40歳~74歳が対象)と国民健康保険被保険者証を持って、希望する市契約の医療機関で受診してください(要事前申込み)。※前年の受診結果をお持ちの人は、受診当日にお持ちください



Q2. 費用はいくらかかりますか?



自己負担額は1,200円です(前年度、市民税が非課税の人は400円になる場合もあり)。同じ内容の健診を自費で受けると、10,000円程度かかります。

Q3. 受診後のサポートは?

受診の結果、生活習慣病のリスクが見つかった場合で、一定の基準に該当する人には、区役所から「特定保健指導利用券(無料)」をお送りします。医師・保健師・管理栄養士などが6か月間、食生活や運動など必要な支援を行い、サポートします。

※国民健康保険以外の方は、ご加入の健康保険へ、後期高齢者医療制度(75歳以上)に加入の方は、下記けんしん専用ダイヤルへお問い合わせください

☎ 横浜市けんしん専用ダイヤル(日曜・祝日・年末年始を除く8時30分~17時15分)

☎ 664-2606 fax 664-2828

☎ 区役所保険係(特定健診) ☎ 510-1807 fax 510-1898

子育て

保育園があなたの子育てを応援!

横浜市では、保育園を「子育てひろば」と位置付け、各園がそれぞれの特色を生かし、次のような子育て支援に取り組んでいます。保育園に通っていないなくても、子育てでの悩みや疑問について、バックアップします。

- 園庭開放● 保育園の園庭を地域の親子が使えるよう開放します
- 育児相談● 保育士や栄養士が知識や経験を生かし、ご相談にのります
- 交流保育● 親子で保育園児と一緒に遊んだり、過ごしたりできます
- 育児講座● 園の特色を生かした講座で、子育て情報や知識を学べます

実施園一覧は [鶴見区 子育てひろば](#) [検索](#)

子育て支援センター園(下記3園では、より充実した支援を実施しています)



鶴見乳幼児福祉センター 保育園(鶴見1-3-16) ☎581-5653

ヨコハマさくら保育園 (生麦4-5-11) ☎506-1717

鶴見保育園 (鶴見中央2-10-7) ☎501-6786

☎ 区役所こども家庭係 ☎ 510-1797 fax 510-1887

猫を助ける仕事

猫の保護活動に取り組むとあるNPO法人代表者の本です。行政の保護施設での殺処分ゼロを目指して奮闘する様子が描かれています。注目したいのは、「足りないのは愛情ではなくシステム」と考えた著者が、ソーシャルビジネスの手法を活用している点。「保護猫カフェ」や「猫付きシェアハウス」など、里親を見つけるための新しいルートづくりが紹介されていて可能性を感じます。

山本葉子、松村徹/著 光文社/発行



一般

本 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

このコーナーは、鶴見区版が8ページの月のみ掲載します

児童



雨、あめ

雨の中、姉弟は二人、レインコートに雨靴、傘をさし、お散歩へ。いつもの公園や見慣れたくもの巣も、雨の日はちょっと違う。雨が激しくなったら、おうちであったかくして、積木遊びや読書もいい。次の日、雨があがってみれば、庭はきらきら輝いている! 文字のない絵本です。ぜひ親子でお話を作りながら、楽しんでください。

ピーター・スピア/著 評論社/発行

【水戸黄門 天下の副将軍】(1959/邦)

月形龍之介の「水戸黄門」シリーズ第12作で、シリーズ最高傑作とも評される注目作品。助さんを東千代之介、格さんを里見浩太郎が演じるなど、時代劇のオールスターを揃えた豪華キャストに加え、スピード感あふれるストーリー展開も楽しめる痛快時代劇です。

(▶詳細はP11「潮田地区センター」参照)

【羅生門】(1950/邦)

芥川龍之介の小説「藪の中」を原作に映画化され、世界的にも評価された黒澤明の代表作。ヴェネチア国際映画祭でグランプリを、アカデミー賞では名誉賞を受賞。「世界の黒澤」が誕生するきっかけにもなった日本を代表する傑作です。

(▶詳細はP12「老人福祉センター鶴寿荘」参照)

TOPICS / COLUMN



お知らせ  
Information

区役所から

●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 ほか 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

講座・催し

チョコレートを科学する  
～おいしさのひみつ～

森永製菓の研究者によるお話と高校生とのワークショップで、チョコレートのおいしさのひみつを探ります。試食あり  
8月3日(水)13時30分～16時 横浜サイエンスフロンティア高等学校(小野町6) 区在住の小学5年・6年生 抽30人 持 エプロン、ハンカチ、室内履き、筆記用具 申 7月5日までに 必要事項、学校名、学年、保護者氏名、食物アレルギーの有無を明記して 往か 申 区役所区民活動支援係 510-1692 fax 510-1892 tr-science@city.yokohama.jp

食生活等改善推進員  
(ヘルスメイト)養成講座

地域で健康づくりをすすめるボランティアをしませんか  
7月27日、8月24日、9月28日、10月26日、11月30日、12月21日、29年2月1日、3月1日の水曜日(全8回)13時30分～16時 区役所1階予防接種室 先 40人 1,200円程度 申 6月13日8時45分から 往 または 必要事項を明記して fax 申 区役所健康づくり係 510-1827 fax 510-1792

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  
6月13日(月)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 fax 510-1892



食育ミニ講座げんき号  
協力ボランティア説明会

3歳児健診の会場で、月1回程度フェルトの機関車「げんき号」を使って食育の話をするボランティアの仲間を募集します  
6月16日、7月7日・14日・21日、8月4日・18日・25日、9月1日・8日・15日の木曜日13時10分～15時30分 区役所健康づくり係(2階12番) 18歳以上 先 各日3人 申 6月13日8時45分から 往 または 必要事項を明記して fax 申 区役所健康づくり係 510-1827 fax 510-1792

ひざひざワックン体操  
指導者養成講座

7月4日(月)・7日(木)・13日(水)・20日(水)・27日(水)〈全5回〉9時30分～10時50分 ※7月4日のみ12時30分まで 鶴見スポーツセンター(元宮2-5-1) 18歳以上で全回参加できる人 抽 20人 申 6月24日17時まで 往 申 区役所高齢者支援担当 510-1775 fax 510-1897

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  
6月25日(土)10時～14時 鶴見銀座商店街(ベルロード鶴見) 東京地方税理士会鶴見支部 502-0780 fax 502-7425 鶴見税理士会 検索



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  
6月15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16階) 区 神奈川県司法書士会 641-1372 fax 641-1371 神奈川司法書士会 検索

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11日(土)10時～11時30分 頃 ※荒天時は12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 fax 510-1892

鶴見川サマーフェスティバル  
鶴見川花火大会 協賛者募集

8月20日(土)19時から ※荒天時は21日(日) 佃野公園周辺・鶴見川土手 協賛金(1口) ①個人:5,000円 ②法人企業:30,000円 ③個人商店・団体:15,000円 ④特別協賛スターマン:100,000円または200,000円 ※特典①～③観覧席2席、④観覧席2席以上、②③④プログラムにご協賛名・メッセージを掲載、場内アナウンスでご協賛名を紹介 申 7月29日までに申込用紙(区役所地域振興課(5階1番)などで配布)を fax か 郵 または 窓 申 サマーフェスティバル実行委員会(〒230-0051 鶴見中央3-4-25 キャスアライアンスビル内) 521-8288

相続税説明会及び税理士による無料相談

6月17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 申 鶴見税務署資産課税部門 521-7141(音声案内2番)

スポーツ・アウトドア

鶴見区子どもサマーキャンプ

7月29日(金)～31日(日)(2泊3日) 横浜市少年自然の家赤城林間学園(群馬県利根郡昭和村糸井7135) 区在住・在学の小学3年～6年生 抽 40人 12,000円 申 6月25日までに 必要事項、性別、学校名、学年を明記して 往 申 鶴見区子ども育成会連絡協議会「サマーキャンプ」担当(〒230-0042 仲通1-5 瀬下タイル工事株式会社内) 090-3224-3420

夏休み親子水源バスツアー

道志水源林取得100年を記念した横浜の水源を知るバスツアー。山梨県道志村での水源かん養林見学、魚つかみ取り、カブトムシ採集など  
7月25日(月)7時15分～18時30分頃 東神奈川駅集合(解散) 山梨県道志村 鶴見区・神奈川区在住の子と保護者 抽 45人 1人1,000円(弁当代) 申 6月24日(必着)までに参加者全員の 必要事項、年齢を明記して 往 申 水道局 サービス推進課(〒231-0023 中区山下町23 日土地山下町ビル) 633-0163 fax 664-6779

施設から

掲載内容の詳細は直接各施設にお問い合わせください

生麦地区センター

〒230-0052 生麦4-6-37 504-0770 fax 504-2662

- ①パソコン相談 7月14日(木)13時30分～15時30分 先 10人 持 あればパソコン 申 6月14日9時30分から 窓 (往) は13時から
- ②うたってあそんでおはなし会 6月18日(土)14時30分～15時30分 未就学児と保護者 区
- ③生麦にここサロン 6月27日(月)10時～11時30分 未就学児と保護者 区
- ④つるみ子育て相談 6月14日～7月5日の毎週火曜日10時～12時 乳幼児と保護者 区
- ⑤七夕の折り紙かざりをつくろう 7月3日(日)10時～12時 ※入退場自由 区
- ⑥七夕琴コンサート 7月3日(日)14時～14時30分 区
- ⑦チャリティーダンスパーティー 7月2日(土)17時～20時 募 金300円以上 持 ヒールカバーをつけた靴 区
- ⑧お勤め帰りのピラティス 6月29日、7月13日・27日、8月10日・24日の水曜日(全5回)19時～20時30分 成人 先 8人 2,500円 申 6月11日9時30分から 窓 (往) は13時から

末吉地区センター

〒230-0011 上末吉2-16-16 572-4300 fax 586-1229

- ①初夏から夏への折り紙遊び+真田の兜 6月28日～7月19日の毎週火曜日(全4回)10時～12時 成人 先 12人 1,200円 申 6月14日10時から 窓
- ②サタデーモーニング体操 6月11日・25日、7月2日・9日の土曜日9時30分～10時50分 成人 先 35人 150円 持 飲み物、タオル、動きやすい服装 区
- ③わくわくおはなしポケット 6月23日(木)10時30分～11時30分 未就学児と保護者 先 15組 区
- ④すえよし健康相談室～いきいきサロン～ 6月16日(木)10時～12時 先 10人程度 区
- ⑤子どもと若者のひろば“AnViVa”in末吉 7月2日(土)13時～16時30分 18歳以下 先 20人 区
- ⑥末吉パソコン相談 6月15日、7月6日の水曜日13時30分～16時 18歳以上 先 10人程度 区
- ⑦おもちゃの病院 6月26日(日)10時～12時 先 10人 区

駒岡地区センター

〒230-0071 駒岡4-28-5 571-0035 fax 571-0036

- ①パソコン講座 インターネット・メールのステップアップ 7月14日(木)・15日(金)・16日(土)(全3回)13時30分～16時 成人 15人 先 1,500円 申 6月30日10時から 窓
- ②丘の上子ども食堂 8月4日・18日の木曜日17時30分～19時30分 幼児～18歳と保護者 先 各30人 各300円(高校生以下各200円) 申 6月17日10時から 窓
- ③琴のコンサート 7月3日(日)15時～16時 先 50人 100円 申 6月12日10時から 窓
- ④駒岡ふれあい寄席 ▶落語と手品 7月17日(日)13時～14時 先 50人 申 6月26日10時から 窓
- ⑤おもちゃの病院 7月2日(土)10時～14時 幼児と保護者 先 20組 申 6月18日10時から 窓

矢向地区センター

〒230-0001 矢向4-32-11 573-0302 fax 573-0304

- ①小学生のあそび～ば!「楽しく七夕飾りをつくろう」 7月2日(土)13時30分～15時30分 小学生 区
- ②こども科学教室 ①リモコンカーを作って遊ぼう! 7月18日(月・祝)13時30分～15時30分 ②ヘロンの噴水を作って遊ぼう! 8月3日(水)13時30分～15時30分 小学生 ※1・2年生は保護者同伴 先 各15人 1,400円 2,300円 申 6月27日9時30分から 窓
- ③絵本とわらべうたであそぼ 6月15日(水)10時30分～11時 未就学児と保護者 区
- ④矢向子育て相談 6月16日～7月7日の毎週木曜日10時～12時 乳幼児と保護者 区
- ⑤矢向パソコン相談 7月4日(月)9時～12時 区

外食するなら「食べきり協力店」で!



このマークが目印!

食べきり協力店とは、「小皿メニュー」や「ご飯の量の調整」、「持ち帰り可」など、食べ残しを減らす工夫をしているエコなお店のことです。現在、市内の食べきり協力店は約690店。店名や所在地は、HPから。 横浜市 食べきり協力店 検索

区役所資源化推進担当 510-1689 fax 510-1892



### 潮田地区センター

〒230-0048 本町通4-171-23  
☎511-0765 ㊟511-0760

- ①銀幕ライブ 潮田映画倶楽部「水戸黄門 天下の副将軍」㊟7月7日(木)13時～16時 ㊟成人 ㊟先40人 ㊟申6月11日9時30分から ㊟窓(㊟は12日から)
- ②留学生に学ぶ家庭料理～イタリア～ ㊟7月31日(日)10時～13時 ㊟成人 ㊟先16人 ㊟¥700円 ㊟申6月17日9時30分から ㊟窓(㊟は18日から)
- ③夏休み企画 親子で日曜大工しよう ㊟8月7日(日)10時～12時 ㊟小学生と保護者 ㊟先15組 ㊟¥600円 ㊟申6月28日9時30分から ㊟窓(㊟は29日から)
- ④潮田子育て相談 ㊟6月15日～7月6日の毎週水曜日10時～12時 ㊟乳幼児と保護者 ㊟㊟
- ⑤潮田はなしのお宿 ㊟6月16日(木)11時～11時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟㊟
- ⑥けん玉道場 ㊟6月19日(日)10時～12時 ㊟㊟



大工さんからプロの技を学んで好きなものを作ろう

### 寺尾地区センター

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

- ①子どもと若者の広場「アソViva」 ㊟6月18日(土)13時～17時 ㊟18歳以下 ㊟㊟
- ②七夕飾りを作ろう ㊟7月3日(日)13時30分～15時 ㊟小学生以下 ㊟未就学児は保護者同伴 ㊟先15人 ㊟申6月19日10時から ㊟窓(㊟は20日から)
- ③寺尾子育て支援会議 子育て座談会 ㊟地域の子育てイベント企画などの話し合い ㊟7月6日(水)10時30分～11時30分 ㊟㊟
- ④始めてみよう! ペタンク ㊟誰でも楽しめる球技です ㊟7月6日・13日・20日の水曜日(全3回)10時～11時30分 ㊟成人 ㊟先20人 ㊟申6月20日10時から ㊟窓(㊟は21日から)
- ⑤電子絵本で読み聞かせ ㊟6月17日(金)10時30分～11時30分 ㊟未就学児と保護者 ㊟先20人 ㊟窓6月11日10時から ㊟申

### 寛政中学校コミュニティハウス

〒230-0084 寛政町23-1  
㊟㊟503-3808

- ①②の ㊟は6月11日9時から ㊟窓か ㊟窓
- ①夏にピタリ! レジンでドライフラワーのペンダントを作ろう ㊟7月9日(土)13時30分～16時 ㊟成人 ㊟先10人 ㊟¥1,100円
- ②季節の押し絵～ぶくぶく金魚～ ㊟6月25日(土)13時30分～16時 ㊟成人 ㊟先10人 ㊟¥500円



透明感が涼しげなペンダント

夏の風物詩を飾って楽しめる押し絵

### 上寺尾小学校コミュニティハウス

〒230-0076 馬場3-21-21  
☎㊟585-3770

- 親子de木工教室 ㊟椅子、本棚、人形の家など自由に作ろう ㊟7月24日(日)10時～12時 ㊟小学生と保護者 ㊟先10組 ㊟¥500円 ㊟持 軍手、汗ふきタオル、飲み物※作りたいのものを考えてきてください ㊟申6月11日9時30分から ㊟窓か ㊟窓 または ㊟必要事項 を明記して ㊟㊟

### 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

- ①七夕かざりに思いをのせて ㊟願いを込めた短冊を書きましょう ㊟6月23日(木)～7月7日(木)10時～17時 ㊟㊟
- ②お昼寝アート&交流会 ㊟8月3日(水) ㊟①10時～11時 ㊟②11時～12時 ㊟1歳以下の子と保護者 ㊟先各5組 ㊟¥500円 ㊟申6月29日10時から ㊟窓

### 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

HP

- ①音楽のおくりもの ㊟家族みんなで楽しくクラシックを聴いてみませんか ㊟8月14日(日) ㊟①11時開演 ㊟②14時開演 ㊟㊟
- ②のみ4歳以上 ㊟先各400人 ㊟¥中学生以上1,500円、小学生以下500円※ ㊟①のみ3歳未満路上無料 ㊟申6月17日10時から ㊟窓(㊟は14時から)
- ②サルビアホール室内楽シリーズ1 ヴァイオリンおみやりなろう 大宮臨太郎ピアノ三重奏 ㊟8月6日(土)14時～16時 ㊟先100人 ㊟¥区民・18歳以下・65歳以上・障害者3,200円(証明になるものが必要)、その他3,500円 ㊟申6月11日10時から ㊟窓か ㊟窓
- ③ボーイズバレエサマースクール ショーケース ㊟男子限定ワークショップの成果発表会。Kバレエカンパニー現役ダンサーによるエキシビジョンも ㊟8月20日(土)13時～17時 ㊟先300人 ㊟¥2,000円 ㊟申6月12日10時から ㊟窓か ㊟窓



躍動感あふれる演技をお楽しみください

### 市場小学校コミュニティハウス

〒230-0004 元宮1-13-1  
☎㊟574-1972

- ①ベビーマッサージ～ママの手は魔法の手 ㊟6月25日(土)10時～11時 ㊟12か月～1歳児と保護者 ㊟先5組 ㊟¥500円 ㊟持 大きめのバスタオル、赤ちゃんの飲み物 ㊟申6月11日9時30分から ㊟窓
- ②ハマハグ市場 ㊟和室でおしゃべり・情報交換 ㊟6月17日～7月8日の毎週金曜日9時～12時 ㊟乳幼児と保護者 ㊟㊟
- ③市場子育て相談 ㊟6月15日～7月6日の毎週水曜日10時～12時 ㊟乳幼児と保護者 ㊟㊟

### 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

- ①パソコン講座「オリジナル暑中見舞い」 ㊟7月2日(土)・3日(日)・4日(月) ㊟(全3回)13時30分～16時 ㊟文字入力ができる人※パソコン持ち込み可 ㊟先10人 ㊟¥1,500円 ㊟申6月11日9時30分から ㊟窓
- ②ママカフェ\*新鶴見 ㊟7月4日(月)10時～11時30分 ㊟乳幼児と保護者 ㊟㊟
- ③ハマハグ新鶴見 ㊟おしゃべり・情報交換 ㊟開館日の9時～12時 ㊟乳幼児と保護者 ㊟㊟

### 白幡公園子どもログハウス ビッコ

〒230-0077 東寺尾2-12  
☎㊟582-9944

- カエル占い ㊟牛乳パックで作ったカエルを飛ばして、運勢を占おう ㊟6月11日(土)・12日(日)11時～14時 ㊟幼児～中学生 ㊟先各30人 ㊟㊟



カエルがどんなふうに着地するかで運勢を占います

### 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

- ②～⑧の ㊟は6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「アソVIVA」 ㊟6月12日・26日、7月10日の日曜日13時～16時 ㊟18歳以下 ㊟㊟
- ②電子絵本の読み聞かせ ㊟6月14日(火)10時30分～11時 ㊟未就学児と保護者 ㊟先20組
- ③ママカフェ ㊟6月15日(水)10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟先15組 ㊟¥200円
- ④父の日プレゼント～キューブの小物入れ～ ㊟6月18日(土)10時～12時 ㊟小学生以上 ㊟先10人 ㊟¥100円
- ⑤お楽しみ会 ㊟6月23日(木)10時30分～11時 ㊟未就学児と保護者 ㊟先20組
- ⑥スマイル健康体操 ㊟6月23日(木)13時30分～15時 ㊟成人 ㊟先10人
- ⑦歌声ひろば ㊟アコーディオンに合わせて歌おう! ㊟6月25日(土)13時30分～15時 ㊟成人 ㊟先30人
- ⑧この夏を浴衣で楽しむ! ㊟自分で浴衣を着てみよう ㊟7月2日(土)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟先10人 ㊟¥300円

### 横浜市鶴見スポーツセンター

HP

〒230-0004 元宮2-5-1 ☎584-5671 ㊟584-5673

第2期幼児・ジュニア系体操教室【9月～12月】 ㊟①④⑤⑥⑭は全10回、その他は全15回 ㊟動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き ㊟申6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 ㊟往 / 詳細は ㊟窓 か HP

月曜日	①親子リトミック教室	チョコパニラ	9時～9時50分	1歳～3歳児と保護者	抽各40組	4,800円
火曜日	②親子わくわく体操教室	※㊟	15時10分～16時10分	3歳～4歳児と保護者	抽30組	7,200円 (㊟8,100円)
水曜日	③ジュニアHIPHOP教室	低学年 高学年	16時20分～17時20分 17時30分～18時30分	小学1年～3年生 小学4年～6年生	抽各30人	8,100円
木曜日	④ベビーマッサージ教室	※㊟	9時15分～10時5分	1か月～12か月児と保護者	抽15組	6,400円
金曜日	⑤親子ヨガ教室	※㊟	10時20分～11時20分	1歳児と保護者	抽20組	5,400円
土曜日	⑥ジュニアアイススケート教室	※㊟	15時30分～16時45分	小学生	抽30人	8,600円
日曜日	⑦すくすく幼児体操教室	キリンパンダ	15時15分～16時15分 16時30分～17時30分	4歳～5歳児	抽各40人	4,800円
月曜日	⑧小学生のための苦手チャレンジ教室(ボールゲーム)	※㊟	17時45分～18時45分	小学生	抽20人	9,600円
火曜日	⑨親子ピクス教室	※㊟	9時～9時55分	2歳～3歳児と保護者	抽25組	7,500円
水曜日	⑩親子リトミック教室	イチゴ	10時5分～10時55分	1歳～2歳児と保護者	抽40組	7,200円
木曜日	⑪ジュニア体操教室	リンゴバナナ	15時30分～16時40分 16時50分～18時	小学1年～3年生	抽各40人	4,800円
金曜日	⑫親子のびのび体操教室	※㊟	9時30分～10時30分	2歳～3歳児と保護者	抽30組	7,200円 (㊟8,100円)
土曜日	⑬わんぱく幼児体操教室	ラッコイルカ	15時15分～16時15分 16時30分～17時30分	5歳～6歳児	抽各40人	4,800円
日曜日	⑭タグラグビー教室	※㊟	17時45分～18時45分	小学生	抽20人	6,400円

当日受付の教室【6月11日～7月10日】 ㊟⑤は16歳以上の女性、⑦レモンは1歳～2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 ㊟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	先30人
	昼ヨガタイム <td>毎週金曜日</td> <td>12時～12時50分</td> <td>先各60人</td>	毎週金曜日	12時～12時50分	先各60人
	夜ヨガタイム <td>毎週火曜日</td> <td>19時15分～20時30分</td> <td></td>	毎週火曜日	19時15分～20時30分	
②エアロピクス	はじめてエアロピクスタイム	毎週火曜日	9時15分～10時15分	先各50人
	エアロピクスタイム	毎週金曜日	10時30分～11時45分	
	ひきしめエアロピクスタイム	毎週土曜日	11時15分～12時30分	
③コアくらぐらフィットネスタイム		6月20日・27日、7月4日の月曜日	10時50分～11時30分	先24人
④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
⑤ママストレッチ		毎週火曜日	11時45分～12時45分	先30人
⑥ZUMBA	火曜ZUMBA	毎週火曜日	10時30分～11時30分	先各50人
	金曜ZUMBA	毎週金曜日	9時15分～10時15分	
⑦親子リトミック教室	レモン	6月11日、7月9日の土曜日	9時～9時50分	先各30組
	オレンジ	6月11日、7月9日の土曜日	10時～10時50分	
⑧ボクシングフィットネス		毎週金曜日	21時15分～22時15分	先30人
⑨フットサルタイム		6月17日、7月8日の金曜日	19時15分～20時45分	先50人
⑩バスケットボールタイム		6月11日・25日、7月9日の土曜日	19時15分～20時45分	先60人
⑪バレーボールタイム		6月18日、7月2日の土曜日	19時15分～20時45分	先60人



### 老人福祉センター横浜市鶴寿荘

〒230-0076 馬場4-89-1  
☎584-2581 ☎584-2583

- ①呼吸健康体操 ▶ いすを使ったやさしい体操です ☎6月17日、7月1日の金曜日14時45分～16時 ①成人 ②各40人 ③動きやすい服装、タオル、飲み物 ④②ひざひざワックン体操 ☎6月14日・28日の火曜日14時～16時 ①60歳以上 ②各50人 ③動きやすい服装、タオル、飲み物 ④③映画で元気! 青春帰郷「羅生門」 ☎6月21日(火)13時～16時 ①60歳以上 ②入会金2,000円、資料代各回300円 ③④2020年までにマスター 簡単英会話 ☎6月14日～10月25日の火曜日(全10回) ①60歳以上 ②先15人 ③100円 ④6月11日13時までに ☎か ☎

### 馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1  
☎☎585-6552

- ①ホタル観賞会 ☎6月11日(土)19時30分～20時30分頃 ②俳句教室 ☎6月17日(金)13時～16時 ③赤・黒のボールペン、あれば歳時記が季寄せ ④ブレイムオープン ▶ お子さん用の遊び場 ☎6月28日(火)9時30分～11時30分 ⑤

### 鶴見図書館

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

特別休館：6月14日～16日(返却ポスト使用可)

- ①太宰治パネル展 ▶ 神奈川近代文学館所蔵のパネルで太宰治の魅力を紹介します ☎6月17日(金)～7月18日(月・祝) ②親子でたのしみおはなし会 ☎6月28日(火)11時～11時30分 ③1歳6か月～3歳児と保護者 ④赤ちゃん とたのしみおはなし会 ☎6月24日(金)10時30分～11時(開場は10時15分) ⑤4か月～1歳6か月児と保護者 ⑥

### みその公園「横溝屋敷」

〒230-0073 獅子ヶ谷3-10-2  
☎574-1987 ☎574-2087  
☎qq2h4dy9n@dance.ocn.ne.jp

- ①七夕まつり ▶ 折り紙と工作 ☎7月2日(土)10時～15時 ②折り紙教室100円 ③ワークショップ「七夕のキセツク ラシ」 ▶ 蚕の繭から糸をとって布を作り、短冊と一緒に大きな笹に飾ってみよう ☎7月2日(土)10時～11時30分 ④10組 ⑤2,000円(小学生以下500円) ※小学生以下は保護者同伴 ⑥6月14日9時30分から ☎または ☎必要事項を明記して ☎か ☎

### 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

HP 三ツ沢野外活動センター イベント 検索

- ①わいわい家族クラブ ▶ 流しそうめん：7月18日(月・祝)10時30分～14時 パーベキュー：9月19日(月・祝)10時30分～14時 クリスマスクラフト：11月27日(日)13時～16時 おもちつきと昔遊び：29年1月29日(日)10時～14時 ネイチャーゲーム：3月20日(月・祝)10時30分～14時30分(全5回) ②家族かグループ ③抽20組70人 ④中学生以上6,500円、小学生5,500円、4歳～未就学児3,500円、3歳児以下500円 ⑤6月27日までに HP か ☎必要事項、年齢、性別を明記して ☎往 ⑥夏休み自由研究教室 ☎8月9日(火)9時30分～13時 ⑦1工作と流しそうめん：小学生 ⑧流しそうめん：①の家族 ⑨抽①40人 ②50人 ③1,000円 ④200円 ⑤6月27日までに HP か ☎必要事項、年齢を明記して ☎往



家族クラブではスイカ割りも!

### 横浜市国際学生会館

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

- 日本イタリア国交150周年記念～留学生と旅する《水の都》ヴェネツィア～ ▶ 鶴見でイタリアを体験。ピザランチ交流会もお楽しみください ☎7月9日(土)11時～14時30分 ①中学生以上 ②先50人 ③1,500円 ④6月25日9時から ☎か ☎

### ふれーや

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

- ①ベーシックスイミング ☎6月11日(土)～7月10日(日) ②バタフライ：毎週水曜日13時30分～14時30分 ③クロール & 背泳ぎ：6月21日・28日、7月5日の火曜日13時30分～14時30分 ④平泳ぎ：毎週水曜日11時30分～12時30分 ⑤クロール：毎週水曜日13時30分～14時30分 ⑥バタフライ & 平泳ぎ：毎週木曜日14時～15時 ⑦背泳ぎ：毎週金曜日11時30分～12時30分 ⑧高校生以上 ⑨先各12人 ⑩各回1,000円 ⑪水着、ゴーグル、水泳帽、タオル ⑫②水中ウォーキング ☎6月21日・28日、7月5日の火曜日11時～12時 ⑬高校生以上 ⑭先各30人 ⑮各回1,000円 ⑯水着、ゴーグル、水泳帽、タオル ⑰③スポーツ教室 ▶ 掲載以外の教室もあるので、詳細はお問い合わせください ☎①ゆるやかヨガ：毎週水曜日10時～11時、毎週金曜日13時～14時 ②いきいき太極拳：毎週水曜日11時30分～12時30分 ③骨盤体操：6月21日・28日、7月5日の火曜日14時30分～15時30分 ④肩こり・腰痛予防体操：毎週水曜日10時～11時 ⑤バランスアップ体操：毎週水曜日13時～14時 ⑥お口の健康：毎週木曜日10時～11時 ⑦やさしい気功：毎週木曜日11時30分～12時30分 ⑧やさしいヨガ：毎週金曜日10時～11時 ⑨はじめてフラダンス：毎週金曜日11時30分～12時30分 ⑩バランスアップトレーニング：毎週土曜日11時30分～12時30分 ⑪体幹トレーニング & ストレッチ：毎週土曜日15時20分～16時20分 ⑫高校生以上 ⑬先各20人 ⑭各回1,000円 ⑮運動できる服装、室内履き、飲み物、タオル ⑯④健康麻雀教室 ☎6月21日・28日、7月5日の火曜日10時～12時30分、14時～16時30分 ⑰60歳以上優先 ⑱先各16人 ⑲各1,500円 ⑳⑤初心者健康麻雀教室 ☎6月16日～7月7日の毎週木曜日14時～16時30分 ⑳60歳以上優先 ㉑先各16人 ㉒各1,500円 ㉓

### 健(検)診・教室

※詳細は「広報よこはま」4月号で配布の「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6月11日～7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 ☎510-1887	
乳幼児健診	4か月児 6月14日・21日、7月5日の火曜日 9時～ 9時45分受付 1歳6か月児 6月17日、7月1日・8日の金曜日 9時～ 9時45分受付 3歳児 6月16日、7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》	7月7日(木)9時30分～11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	7月①4日(月)午後②11日(月)午前③11日(月)午後④25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)
<b>【予約・問合せ】 健康づくり係</b> ☎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栄養相談 予約制 6月13日(月)・28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 7月26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 ③7月1日8時45分から ☎
ピカピカ1歳児☆親子歯みがき教室 《平成27年6月～9月生まれの乳幼児と保護者》	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 7月22日(金)10時～11時 先20組 ④7月5日8時45分から ☎
食生活 & 健康相談	生活習慣病や健康・栄養に関する個別相談 予約制 6月17日(金)13時～・14時～・15時～、7月7日(木)9時～・10時～・11時～
禁煙相談	たばこをやめたいと考えている人の検査と相談 予約制 7月6日(水)13時30分～14時45分(13時15分～13時30分受付)
肺がん検診《40歳以上》	年度内に1度受診可能 予約制 7月14日(木)9時～10時受付 先40人 ⑤X線検診料：680円
<b>【予約・問合せ】 神奈川県結核予防会</b> ☎251-2363	
胃がん検診《40歳以上》	年度内に1度受診可能 ※健診前夜から飲食の制限があります 予約制 7月28日(木)先40人 ⑥検診料：1,570円 ⑦6月28日～7月15日の月～金 9時～12時に予約専用電話(☎251-2363)へ

※胃がん・肺がん・子宮がん・乳がん・大腸がん検診・前立腺(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…受診時に「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…受診時に健康保険証など年齢を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4-32-1UNEXビル5階  
☎504-5619 ☎504-5616

善意銀行への寄付 3月16日～4月20日・敬称略

岩澤 亨 鶴子、中島 明高、  
公益社団法人鶴見法人会厚生委員会、  
東野陽子とその友の会、吉兆グループ、  
匿名

鶴見区ツイッター  
区内のイベント情報などを発信しています。ぜひフォローしてください  
@y\_trm\_kusei



広報よこはま鶴見区版の情報は、  
鶴見区ホームページにも掲載しています  
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