

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

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ます

㊟8月24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

講演会「不登校・ひきこもりが終わる時」

不登校の子どもの心情や、寄り添い方などを不登校経験者の講師から学ぶ

㊟9月15日(土)13時30分～15時30分 ㊞

東寺尾地域ケアプラザ(東寺尾1-12-3) ㊟

30人 ㊟8月11日9時から ㊟か ㊟

㊟東寺尾地域ケアプラザ

㊟584-0129 ㊟570-6202

第3回つるみMACHI塾(全8回)

明治150年 鶴見の昔と今を探る!

知っているようで知らなかった鶴見の歴史と移り変わりを振り返ってみませんか? 講師は鶴見みどころガイドの会の横須賀剛一さんです

㊟8月22日(水)18時～19時30分(開場17時30分) ㊞

つるみ区民活動センター(区役所2階)

㊟30人 ㊟(17時以降は夜間入口を利用)

㊟つるみ区民活動センター

㊟510-1694 ㊟510-1716

「下げよう血糖!!」

血糖値が高めの人の講座

基礎代謝や筋肉量などの簡易測定、食事や運動のアドバイス

㊟9月18日(火)、11日20日(火)〈全2回〉14時～16時 ㊞

区役所1階予防接種室 ㊟40歳～74歳の区在住者、かつHbA1cの値が5.6～6.9%の人※申込時にHbA1cの数値を確認

します(治療中の人は主治医の許可が必要) ㊟30人 ㊟8月13日9時から ㊟か ㊟

㊟区役所健康づくり係(2階12番)

㊟510-1831 ㊟510-1792

伝える! 伝わる! 子どものしつけ講座

子どもへの伝え方やほめ方・しかり方など、子育ての困りごとを一緒に考えながら、「しつけの練習」を行います

㊟10月15日・29日、11月12日・26日の月曜日〈全4回〉10時～11時45分 ㊞

鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2) ㊟

3歳以上の未就学児の保護者(全回参加できる人優先) ㊟10人 ㊟

未就園児 ㊟9月7日までに ㊟か ㊟

㊟区役所子ども家庭支援担当(3階4番)

㊟510-1850 ㊟510-1887

区役所出張相談「ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談」

地域連携相談員(社会福祉士等)がお受けします。毎月第2・4水曜日の同時実施

㊟8月22日(水)13時30分～16時30分(各50分) ㊟

市在住の15～39歳もしくは家族 ㊟各3組 ㊟事前に ㊟

㊟区役所子ども家庭係

㊟510-1840 ㊟510-1887

「ひきこもり・不登校・働けない」で悩む家族向けセミナー&個別相談会

㊟9月1日(土)13時30分～16時30分 ㊞

鶴見区社会福祉協議会多目的研修室(鶴見中央4-37-37リオベルデ鶴声2階) ㊟

自立に悩む39歳までの人の家族、関係機関の人 ㊟30人 ㊟8月13日11時から ㊟か ㊟

㊟よこはま東部ユースプラザ

㊟642-7001 ㊟ypt@sodateage.net

あつまれ! えがお

手作りおもちゃや親子ふれあい遊びを楽しもう! 保育施設紹介や育児相談もあります

㊟9月6日(木)10時～11時30分 ㊞

駒岡地域ケアプラザ(駒岡4-28-5) ㊟未就学児と保護者 ㊟

㊟区役所子ども家庭係

㊟510-1797 ㊟510-1887

第35回ふれあいまつり

バザーや模擬店など

㊟8月26日(日)10時～14時※雨天決行

㊞障害者地域活動ホームふれあいの家(生麦4-5-37) ㊟※新品の日用品、衣類などの提供をお待ちしています(8月22日まで受付)

㊟障害者地域活動ホームふれあいの家

㊟504-0876

もとみや納涼祭

太鼓演奏、模擬店、ゲーム、お笑いライブなど

㊟8月31日(金)17時～19時※雨天決行

㊞障害者地域活動ホームもとみや(元宮2-4-78) ㊟

㊟障害者地域活動ホームもとみや

㊟585-3664 ㊟583-1718

2歳児・いやいや期の子育て講演会

2歳児の特徴や育て方、上手なかかわり方を学びます

㊟10月10日(水)10時～11時30分 ㊞

鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2) ㊟

2歳児を持つ保護者 ㊟30人 ㊟同室で実施 ㊟8月13日9時から ㊟か ㊟

㊟区役所子ども家庭支援担当(3階4番)

㊟510-1850 ㊟510-1887

講演会「災害時のペット対策」

災害時に必要な犬猫のしつけや備えなど。ペットの情報カード付パンフレット及びペットシートをプレゼント

㊟8月26日(日)10時30分～12時30分

㊞区役所6階大会議室 ㊟事前に ㊟

㊟区役所環境衛生係

㊟510-1845 ㊟510-1718

精神に障害がある人の家族のための家族学習会

テキストの輪読や体験を話し合いながら、正しい知識と対応方法を学びます

㊟10月7日・21日・28日、11月11日・25日の日曜日(全5回)13時30分～16時30分 ㊞

ハーモニーとおおか3階(豊岡町28-4) ㊟

精神に障害がある人の家族 ㊟8人 ㊟9月10日までに区役所障害者支援担当(鶴見中央3-20-1)へ申込書(区役所3階及び精神障害者生活支援センターで配布)を ㊟か ㊟

㊟家族会のぞみ ㊟090-4378-6528(田中)

㊟510-1897(区役所障害者支援担当)

募集・案内

相続税説明会及び税理士による無料相談

㊟8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) ㊟事前に ㊟

㊟鶴見税務署資産課税部門

㊟521-7141(音声案内2番→内線271)

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

㊟8月25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

施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください

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夏休みファミリーコンサート～ミュージカルの世界をたのしもう～㊟8月23日(木)11時～12時 ㊟

②お茶ソムリエに学ぶ日本茶の楽しみ方 ㊟10月1日(月)14時～15時30分 ㊟700円 ㊟12人 ㊟8月24日10時から ㊟(㊟は14時から)

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

㊟8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1 6階) ㊟8人 ㊟

㊟神奈川県司法書士会

㊟641-1372 ㊟641-1371

シニア結核健診

胸のX線検査を受ける機会のない人は無料で受けられます

㊟9月27日(木)9時～11時※30分単位で予約 ㊞

区役所1階一般健康相談室 ㊟

65歳以上で過去1年間胸部X線検査を受けていない人 ㊟30人 ㊟8月13日9時から ㊟か ㊟窓または ㊟必要事項、希望時間、生年月日を明記して ㊟

㊟区役所健康づくり係(2階12番)

㊟510-1832 ㊟510-1792

鶴見区民文化祭

出演者・出品者募集

10月～11月を中心に開催される区民文化祭への出演者・出品者を募集します

㊟①区民演劇&ダンス:10月28日(日)

②ホームコンサート(合唱、楽器演奏など):11月11日(日)③区民芸能のつどい(民謡、三味線など):11月18日(日)④区民作品展(絵画、手工芸、華道、書道など):11月9日(金)～11日(日)⑤障害者・児童作品展:11月14日(水)～16日(金) ㊞

サルビアホール、鶴見中央コミュニティハウス、鶴見公会堂、区役所1階区民ホール ㊟区在住・在勤・在学または区内に活動拠点を置く個人・団体 ㊟各500円(中学生以下・障害者は無料) ㊟8月28日～9月5日の10時～16時45分(9月1日は12時まで、9月2日は休み)に専用申込書(鶴見区文化協会、区役所地域振興課(5階1番)、区内地区センター、鶴見中央コミュニティハウスで配布)を ㊟

㊟鶴見区文化協会(豊岡町14-27鶴見ふれあい館)

㊟582-0881

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

エコクラフトで作るおでかけバッグ ㊟9月8日・15日の土曜日(全2回)13時30分～16時30分

㊟成人 ㊟10人

㊟2,000円 ㊟8月15日9時30分から

㊟(㊟は13時から)



形は2種類から選べます

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夏休み・親子でなかよく食育! ~お味噌を作ってみよう! ~ 8月25日(土)14時~16時 小学生と保護者 先10組 ¥1,300円 申8月11日9時30分から 窓(☎は12日から)
- ②夏のロビーコンサート~アンサンブルを楽しもう~ 8月26日(日)13時30分~15時15分 ③梅酒の梅を使ったパウンドケーキ 9月14日(金)10時~13時 成人 先12人 ¥800円 持エプロン、三角巾、手拭きタオル 申8月12日9時30分から 窓(☎は13日から)
- ④社交ダンス教室 10月3日~12月5日の毎週水曜日(全10回)13時30分~15時 成人 先20人 ¥1,000円 申9月1日9時30分から 窓(☎は2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子連れOKらくらくヨガ 9月13日・27日、10月11日、11月8日の木曜日(全4回)9時30分~10時30分 成人 先10組 ¥2,000円 申8月16日9時30分から 窓(☎は13時から)
- ②西郷さんゆかりの沖縄文化・鶴見のエイサーを見に行こう! 8月19日(日)15時50分~18時 成人 先10人 ¥200円(交通費別途) 申8月11日9時30分から 窓(☎は13時から)
- ③ふれあいあそび(リズムあそび) 9月27日、10月11日の木曜日(全2回)10時~11時 未就園児と保護者 先15組 ¥600円 申8月30日9時30分から 窓(☎は13時から)
- ④ロコモ予防体操~介護の要らない身体作り~ 9月10日~10月22日の第2・4月曜日(全4回)9時30分~11時 成人 先15人 ¥2,000円 申8月13日9時30分から 窓(☎は13時から)

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センターまつりのフリーマーケット出店者募集中 10月28日(日)10時~14時 先30組(審査あり) 申8月25日10時から 窓
- ②50才からのスッキリヨガ 9月1日(土)・13日(木)・27日(木)11時30分~12時30分 女性 先15人 ¥1,000円 持 飲み物、タオル、動きやすい服装 申8月25日10時から 窓
- ③うわさのボッチャ体験会&おたのしみボッチャ大会 体験:9月8日(土)13時30分~14時30分 大会:9月29日(土)9時30分~11時30分 先各30人 ¥各100円 持 動きやすい服装、上履き、飲み物 申 体験:8月18日 大会:9月8日 各日10時から 窓
- ④子どもと若者のひろば"AnViVa" in 末吉 9月1日(土)13時~18時 18歳以下 先20人 直

駒岡地区センター

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

- ①夏バテ防止料理を作ろう 9月4日(火)10時~13時 成人 先12人 ¥500円 申8月14日10時から 窓
- ②クラブバスケットを作ろう 9月19日・26日の水曜日(全2回)10時30分~12時30分 成人 先8人 ¥1,500円 申9月5日10時から 窓
- ③駒岡おはなしの会 9月27日(木)13時~14時 未就学児と保護者 先15組 申9月6日10時から 窓

寺尾地区センター

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

- ①③の 申は8月13日10時から 窓(☎は14日から)
- ①秋を呼び込む和菓子作り ▶秋の練り切り1種と錦玉10個持ち帰り 8月30日(木)13時30分~15時30分 成人 先16人 ¥1,500円
- ②Caféマン ▶親子でおしゃべり、お菓子・飲み物付き 8月21日(火)10時~12時 未就園児と保護者 ¥200円 直
- ③健康美体操 9月3日~12月10日の月曜日(全10回)10時~12時 成人 ¥2,000円
- ④おもちゃ病院 8月18日(土)10時~14時 小学生以下 申8月11日10時から 窓(☎は12日から)

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ウクレレ演奏と体験 9月8日(土)13時~15時 60歳以上 先60人 直
- ②らくらくスマホを使ってみよう 9月10日(月)11時~13時 60歳以上 先15人 申8月20日10時から 窓
- ③初心者向け盆栽教室~長寿梅~ 9月15日(土)10時~12時 60歳以上 先10人 ¥1,500円 申8月18日10時から 窓
- ④初めてさわるウクレレ教室 9月17日、10月1日の月曜日(全2回)11時~12時30分 60歳以上 先15人 ¥1,000円 申8月28日10時から 窓

鶴見図書館

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

- ①夏のつるたんつるぽんおはなし会 8月17日(金)14時~15時 3歳以上 直
- ②大人のための朗読サロン ▶朗読グループ「NEXUS」による短編小説などの朗読 8月25日(土)14時~15時 直
- ③絵本とわらべうたのおはなし会 8月28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 直
- ④土よう日のおはなし会 9月8日(土)15時~15時30分 未就学児~小学生 直

鶴見川漕艇場

〒230-0004 元宮2-6
☎582-8680 第3月曜

- ①ボート教室 9月9日(日)10時~15時 小学生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 申8月21日9時から 窓
- ②カヌー教室 9月17日(月・祝)10時~15時 小学生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、動きやすい服装、着替え、帽子、濡れてもよい靴 申8月28日9時から 窓

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

- 留学生に日本語を教える家庭教師(ボランティアチューター)のための指導法講座&懇親会 9月1日(土)13時30分~16時30分 18歳以上の市内在住・在勤・在学者 先40人 ¥300円 申8月18日9時から 窓か 窓

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1
☎☎585-6552 第3火曜

- ①プレイルームオープン 8月28日(火)9時30分~15時30分 直
- ②書を楽しむ講座 9月6日(木)10時~12時 先25人 ¥1,000円(お茶・お菓子付き) 申8月11日から 窓か 窓
- ③紙芝居教室 8月14日(火)10時30分~11時30分 直
- ④茶道体験教室 9月1日(土)11時~15時 先20人 ¥400円 直

入船公園

〒230-0044 弁天町3-1
☎☎501-2343 無休

- ①つるみプレイパーク ①水遊びをしよう: 8月11日(土・祝) ②キラビー(きれいなビー玉)を作ろう: 9月2日(日) ③マシュマロを焼こう: 9月8日(土)各日10時~15時 ¥2のみ100円 持 着替え、帽子(①は水鉄砲、水着も) 直
- ②ノルディックウォーク教室 8月14日(火)10時~11時(雨天順延) 持 ポール※貸出あり(先15人 ¥100円) 直
- ③トンボとり大作戦 8月18日(土)、9月2日(日)9時~11時 小中学生 持 帽子、飲み物(アミ貸出あり) 直

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
秋季定期教室(10月~12月)

①②は全8回、③⑥⑦⑧⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒は全10回、その他は全11回 記載のないものは16歳以上 持 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内履き 申8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 ☎か HP

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
①骨盤エクササイズ教室 9時30分~10時30分 抽30人 4,320円	②ヨガ教室(月曜) ※☎ 12時~12時50分 抽30人 4,320円(☎4,320円)	③バドミントン教室(中級) 9時~10時45分 抽55人 9,700円	④減量教室 パラ 9時15分~10時45分 抽各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 抽100人 4,070円	⑥太極拳教室(火曜) 13時15分~14時45分 抽75人 5,400円
⑦卓球教室(水曜) 9時~10時45分 抽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 抽50人 4,070円	⑨ピラティス教室 11時30分~12時20分 抽30人 5,940円	⑩転倒予防教室(水曜) 13時30分~14時45分 60歳以上 抽40人 4,070円	⑪太極拳教室(木曜) 9時~10時30分 抽125人 5,400円	⑫健康美体操教室 10時45分~12時5分 女性 抽100人 4,730円
⑬社交ダンス教室(初級) 11時5分~12時15分 抽各50人 各5,900円	⑭社交ダンス教室(中級) 12時20分~13時30分 抽各50人 各5,900円	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 抽各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 抽30人 4,070円	⑰Q-Ren&ヨガ教室 13時40分~14時50分 抽60人 5,900円	⑱ナイトバドミントン 19時~20時45分 抽22人 9,700円
⑲バドミントン教室(初級) 9時~10時45分 抽33人 9,700円	⑳卓球教室(金曜) 9時~10時45分 抽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 抽100人 4,070円	㉒転倒予防教室(金曜) 13時30分~14時45分 60歳以上 抽40人 4,070円	㉓姿勢デザイン教室 11時20分~12時10分 抽14人 10,800円	㉔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 抽30人 4,730円

掲載以外に、当日受付の教室も開催します。詳細はお問い合わせください

矢向地区センター

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

①夏休み子どもひろば ▶ ①臨港バス創立80周年記念ラッピングバスがやってくる! ②新キャラ「りんたん」と写真を撮ろう! など
☎8月19日(日) 13時~16時



運転席にも座れます

②話題のエクササイズ「ひめトレ」入門 ☎9月5日・19日、10月3日の水曜日(全3回) 10時30分~11時30分 先15人 ¥1,000円
③上生菓子づくり ☎9月13日(木)13時30分~15時30分 先15人 ¥1,500円 ④ガラスビーズのネックレス作り ☎9月22日(土)10時~12時 先12人 ¥1,500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

②~④の 申は8月11日9時30分から ☎(☎は10時から)

①パソコン講座~ワードステップアップ~ ☎10月2日(火)~5日(金)(全4回)13時30分~16時 成人 先15人 ¥2,000円 ②藍染教室~初心者~ ☎8月20日(月)13時30分~15時30分 成人 先10人 ¥1,000円 ③ハーブの寄せ植え ☎9月13日(木)13時30分~15時30分 成人 先10人 ¥800円 ④ペーパークラフト(ハイビスカス作り) ☎8月28日(火)9時30分~12時 成人 先10人 ¥300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

②~④の 申は、8月11日9時30分から ☎
①ママカフェ*新鶴見 ▶ 飲み物・お菓子付き ☎9月3日(月)10時~11時30分 未就学児と保護者 ☎ ②Let's enjoy! はじめてのえいごII ☎9月10日~31年3月11日の月曜日(全12回)10時~10時40分 2~3歳児と保護者 先15組 ¥4,500円 ③わくわくりズム☆リトミック ☎9月19日~12月19日の第3水曜日(全4回)10時~10時40分 1歳6か月~2歳6か月児と保護者 先10組 ¥2,000円 ④体験ベビトレヨガ ☎9月5日(水)10時30分~11時30分 1~3歳児と保護者 先8組 ¥500円

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

①②③の 申は8月11日10時から ☎(☎は13時から)
①秋を装う! 和布deネックレス ☎9月3日(月)13時~16時 成人 先10人 ¥800円 ②夏の終わりのスキンケア"お肌の老化防ぎましょう" ☎9月12日(水)10時~12時 成人 先10人 ③秋に向けて! こそえ先生の「ベビーマッサージ」 ☎9月14日・28日の金曜日(全2回)11時~12時 4か月~1歳前後の子と母親 先10組 ¥500円 ④子育て中ママ応援! 「馬場育児教室ポニー」 ☎9月3日(月)10時~11時30分 1歳未満の子(第1子)と母親 先10組 持バスタオル

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

【4階ホール休止期間のお知らせ】
天井改修工事の間4階ホールが利用休止となります
※4階ホール以外は使用できます
期間: 31年7月1日~32年3月31日
詳細はお問い合わせください

①古楽の興IV 三宮正満 オーボエリサイタル
バロック~ロマン派 ☎11月17日(土)15時~17時 先100人 ¥ 区民・18歳以下・65歳以上・障害者(要証明)2,700円、その他3,000円
②わたしはピアニスト ☎9月20日(木)~21日(金)10時~21時(約1時間) 各日11組 ※18歳未満は保護者の承諾書が付添いが必要 ¥各2,000円 ③サルビアアーティストバンク2019オーディション ▶ 当館主催のコンサートなどで演奏していただく、サルビアホール登録アーティストを募集します。詳細はサルビアホール HP をご覧ください
市内中心に活動するプロのアーティスト及びプロを目指す学生など ④8月16日から10月31日必着で審査書類を ☎か郵

鶴見国際交流ラウンジ

〒230-0051 鶴見中央1-31-2
☎511-5311 ☎511-5312 第3水曜

日本語ボランティア入門講座 ▶ 区内でボランティア活動をしたい人向け ☎10月4日~12月13日の毎週木曜日(全11回)18時30分~20時45分 先25人 ¥6,000円 ④8月11日9時から ☎か ☎

ふれーゆ

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

※祝祭日は休講 ※無料送迎ワゴンあり
※各教室の日時などの詳細や掲載以外の教室については施設へ

①健康麻雀教室 ☎8月14日~9月4日の毎週火曜日 ①10時~12時30分 ②14時~16時30分 先60歳以上優先 先各16人 ¥各1,500円 ②初心者健康麻雀教室 ☎8月16日~9月6日の毎週木曜日 ①10時~12時30分 ②14時~16時30分 先60歳以上優先 先各16人 ¥各1,500円 ③コーラス教室 ▶ みんなで歌おう懐かしの曲 ☎8月14日~9月4日の毎週火曜日10時~12時 先60歳以上優先 先各20人 ¥各1,000円 ④色を楽しむ塗り絵教室 ☎8月13日・27日、9月3日・10日の月曜日11時~12時30分 先60歳以上優先 先各15人 ¥各500円 ④8月11日から ☎か ☎

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大人かわいいナチュラルメイク ☎9月21日、10月19日の金曜日(全2回)10時~11時30分 成人 先10人 ¥800円(1回のみ500円) 化粧道具(ファンデーションは付けてくる) ②空手体験教室 ☎9月23日・30日の日曜日(全2回)13時~15時 年少相当児~小学生 先15人 ¥200円 動きやすい服装 ③市場キッズ寄席 ☎8月22日(水)13時30分~14時30分 ④ベビーマッサージ ☎9月29日(土)10時~11時 2か月~1歳児と保護者 先10組 ¥500円 持バスタオル ④8月29日9時30分から ☎(☎は13時から)

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
☎qq2h4dy9n@dance.ocn.ne.jp

①開館30周年記念絵画・写真展の作品募集 ▶ 横溝屋敷にまつわる作品を募集します ☎ ②浴衣を着てトレッサ横浜へ盆踊りにゆきませんか? ▶ 浴衣をレンタル、着付けもお手伝いします ☎8月17日(金)17時から(浴衣レンタルは14時から) 先10人 ¥2,000円(レンタル浴衣、返却時1,000円返却) ④8月11日9時30分から ☎

鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオヘダ館2階
☎504-5619 ☎504-5616
HP 鶴見区 社協 検索

災害時高齢者生活支援講習 ▶ 災害が高齢者に及ぼす影響、気をつけたい病気や症状など ☎8月27日(月)10時~12時 区民優先 先40人 ④8月13日9時から ☎

善意銀行への寄付
【5月19日~6月18日・敬称略】

小野 輝子、吉兆グループ、前川 和彦、神奈川土建一般労働組合横浜鶴見支部

健(検)診・教室

*原則として8月11日~9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	4か月児 8月21日・28日、9月4日の火曜日 9時~ 9時45分受付 1歳6か月児 8月24日、9月7日の金曜日 9時~ 9時45分受付 3歳児 8月23日、9月6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)	9月7日(金)13時30分~15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	9月①3日(月)午後②10日(月)午前③10日(月)午後④25日(火)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 ☎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 8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(離乳食の話、調理実演、試食など) 《7か月~8か月児(2回食)と保護者》	9月25日(火)①13時15分~14時15分②14時45分~15時45分 予約制 区役所2階栄養相談室 先各回20組 ④9月3日8時45分から ☎
親子わくわく歯つばい講座 《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 9月28日(金)①10時~11時②13時30分~14時30分 先 ①20組②15組 ④9月5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 8月20日(月)13時~14時~15時~、9月6日(木)9時~10時~11時~
幼児の食育教室(幼児食の話、食育絵本、試食など) 《1~2歳の幼児と保護者》	9月11日(火)13時30分~15時 予約制 先 20組 ④8月13日8時45分から ☎
肺がん検診《40歳以上》	年度内に1度受診可能 予約制 8月30日(木)午前 受付時間は申込時お知らせ 先45人 ¥X線受診料:680円
【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 予約制 9月4日(火)14時~16時 区 神奈川区役所本館2階中会議室

※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

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 ☎045-510-1891