

TSURUMI

つるみ

2025 No.334

広報よこはま・鶴見区版8月号

8



お互いを知り、 共に生きる

ダバ駐日エチオピア特命全権大使と、留学生や市立サイエンスフロンティア高校の生徒たちとの交流
(横浜市国際学生会館)

外国人も多く暮らす鶴見のまちには、人々が支えあい、互いの文化を理解・尊重しながら、新たな文化を育ててきた歴史があります。

今月は横浜で「第9回アフリカ開発会議(TICAD9)」^{ティカッド}が開催されます。鶴見で暮らす外国人の生活を知り、多文化共生や国際平和について考えるきっかけにしてみませんか。



TOPICS

多文化共生連載企画

みんなが共に考える、 多文化のまち・つるみ

横浜国立大学大学院への留学を機に、エチオピアから来日し鶴見で暮らすアルラさんとご家族にお話を伺いました。



取材協力：カッサ アルラ アラヤさん(左)とご家族

鶴見での暮らしはどうか？

まちの皆さんは、日本語があまり話せない私たちにも気さくに声をかけてくれて、とても住みやすいです。
地域のお祭りでは御神輿^{おみこし}を担いでいます。みんなと一体になって盛り上げられるのが楽しいです。

オススメの地元の料理は？

ドロワット(鶏肉の煮込み料理)はスパイシーでとてもおいしいです。近くにエチオピア料理店はありませんが、妻が毎日おいしい料理を作ってくれるので感謝しています。



いつも支えてくれる鶴見の皆さんに心から感謝しています
特に国際学生会館の皆さんは、まるで家族のような存在です

◀ ウインタさんと1月に鶴見で生まれたマルケンくん
エチオピア伝統の刺繍“ティベブ”が織り込まれた民族衣装は、ウインタさん自身のデザイン。



エチオピアってどんな国？

面積が日本の約3倍、人口は約1億1千万人で、コーヒー発祥の地としても知られるアフリカ東部の国。



鶴見区多文化共生基本指針の詳細はこちら

問 区役所企画調整係

☎ 510-1676

☎ 504-7102



区ウェブページは
こちら



スマホアプリ・ウェブで広報紙が読める

カタログポケットで過去の発行分も閲覧できます。多言語への自動翻訳機能や音声読上げ機能も。



Xで情報発信中

区からのお知らせや区内イベント情報、災害情報などを発信しています。



ライン
LINEで市の最新情報を配信

ぜひ「友だち登録」してご活用ください。配信対象地域も設定できます。



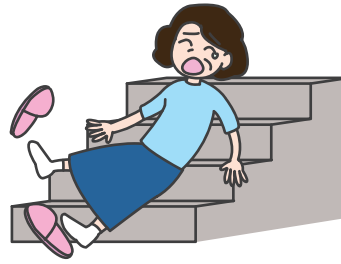
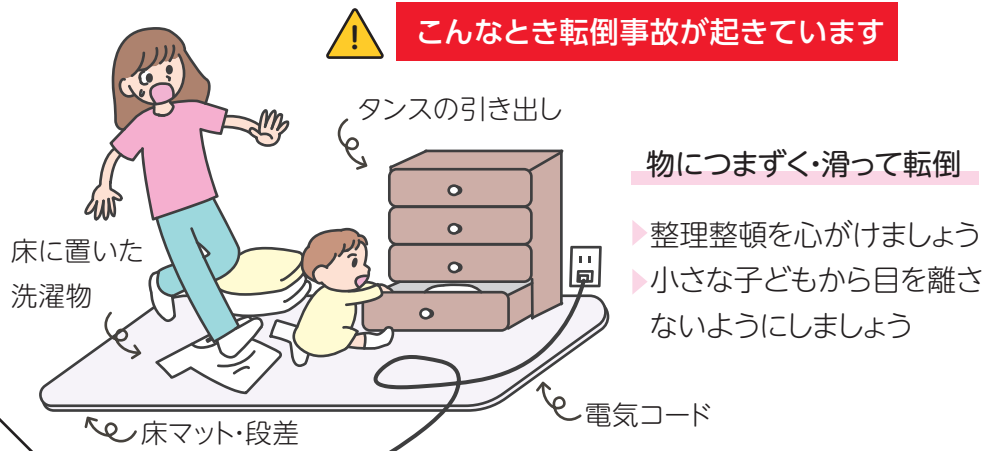
鶴見区役所は、第2・4土曜日(9時～12時)に戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部業務を行っています
紙面中、市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です
横浜市鶴見区役所 〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央3-20-1 ☎ 045-510-1818(代表番号)

鶴見区のいま 298,453
(2025年7月1日現在) 世帯数 152,861

topics

おうちの中でも! 転倒事故に注意

転倒による救急要請が増加しています。特に高齢者は、入院するような大けがになることも。次のようなことに気をつけて転倒を予防しましょう。



階段で転倒

- ▶ 階段など滑りやすいところには手すりを設置しましょう
- ▶ 靴やスリッパなどは滑りにくいものを履きましょう



暗い部屋で段差や物につまずき転倒

- ▶ 移動時は部屋を明るくしましょう

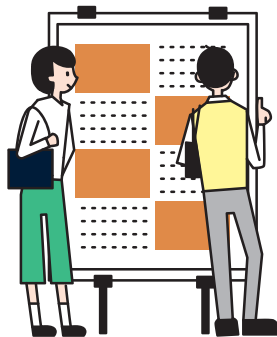
☎ 鶴見消防署予防係 ☎ fax 503-0119

知ることが、やさしさにつながる ～みんなで認知症について知ろう～

9月は「世界アルツハイマー月間」。区内各所で、認知症について理解を深めるためのパネル展や講座、イベントを開催します。「認知症って難しそう…」と思っている人も、まずは知ることから始めてみませんか。あなたのその一歩が、地域のやさしさにつながります。

鶴見区認知症パネル展の開催

🕒 日時	📍 会場
9月2日(火) ～11日(木)	鶴見図書館 (鶴見中央2-10-7)
9月16日(火) ～26日(金)	区役所1階 区民ホール



地域ケアプラザでのイベント

各地域ケアプラザで、パネル展や認知症サポーター養成講座、講演会など関連イベントを行います。

詳細はこちら



養成講座などの受講者には
限定ミニハンカチ
プレゼント



☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 fax 510-1897

topics



#06 いつまでも、ここと季節に寄り添って



夏はスイカやブドウ、プラムなど、みずみずしくてさっぱりした果物が人気です。ぜひ旬の味を楽しんでください。

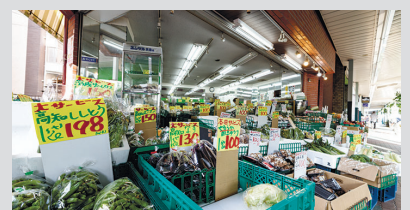
潮見橋を渡って本町通商店街のアーケードを進むと、つやつやの野菜や果物、「大サービス」と書かれた値札がずらりと並びます。二代目社長・木村康秀さんが家族で営む木村青果店では、今日も「今はこれがおいしいよ」「季節のものが安いよ」と、明るい声が響いています。「お客さんに寄り添うことにこだわり、50年以上お店を続けてきました。おすすめしたものを『おいしかったよ』と声をかけてもらえると本当にうれしいですね」と笑顔で語るのは、康秀さんの母・きよみさん。地域に根ざした個人店ならではのあたたかさが、長く愛され続ける理由です。

☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1688 fax 510-1892

本町通商店街協同組合

きむら せいけつてん 木村青果店

📍 本町通2-80
🕒 6時～19時
📅 日曜
☎ 502-1049



下ごしらえした野菜や焼き芋なども。お店まで来られない人には配達もしています。

topics

生ごみが肥料に!? 土壌混合法で緑や花を増やしませんか

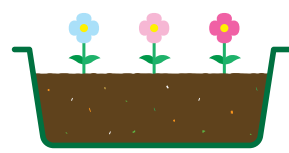
土壌混合法とは、生ごみと土を混ぜ、微生物の働きで生ごみを分解する方法です。ごみの量が減るので地球に優しく、分解後の土は家庭菜園などにもお使いいただけます。
三角コーナーのにおいが気になる人にもおすすめです。

手軽にできる・土壌混合法

① 穴に生ごみを入れて
乾いた土をかぶせます



② 約10日で生ごみの
分解完了!



CHECK 区役所で土壌混合法の講習会を開催します

- ・どんな生ごみを入れていい?
 - ・虫の発生を防止するには?
 - ・分解までどのくらい時間がかかる?
- などの疑問にお答えします。
ぜひご自宅で始めてみませんか



鶴見事務所職員が実演します

参加した人の感想



- ・自宅でもやってみたらにおいや虫も発生せずにできた
- ・土の中で生ごみがなくなるのが実験みたいで楽しい
- ・マンションのベランダでも問題なくできた

開催日時など詳細は10ページへ

☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 fax 510-1892

災害時、あなたのペットは大丈夫?

災害時にペットを守るため、日ごろからペットの避難用品の用意、基本的なしつけ、健康管理を行いましょう。自宅で飼えなくなったときの預け先を考えたり、地域防災拠点訓練などに参加してペット受入れ体制を確認したりして、備えましょう。

区のウェブページにはセミナー、勉強会の情報や、過去の実施報告などを掲載しています。



詳細はこちら

CHECK

災害時の備えの確認を

「鶴見区災害時のペット対策ノート」を活用し、災害時のペット対策がどれくらいできているか確認してみましょう。ノートは区役所で配布しています。



避難用品の用意



- ・ペットフード
- ・水(7日分)
- ・薬・トイレ用品
- ・ケージ など

基本的なしつけ



- ・待て
- ・おいで
- ・お座り
- ・伏せ など

健康管理



- ・狂犬病予防注射
- ・ワクチン接種
- ・不妊去勢手術
- ・ダニ・ノミの駆除 など

☎ 区役所環境衛生係(2階14番) ☎ 510-1845 fax 510-1718

topics

鶴見図書館から

本のひととき

鶴見図書館の司書がお薦めする書籍(一般・児童書)を紹介します。

☎ 鶴見図書館 ☎ 502-4416 fax 504-6635

一般 バッタを倒しにアフリカへ

表紙のバッタ男の正体は何と、昆虫学者である著者ご本人。アフリカで甚大な被害をもたらしているバッタの大群を研究しに、単身で乗り込んだモーリタニアでの日々が、ユーモアあふれる軽妙な文章で綴られる1冊です。



まえの 前野 ウルド 浩太郎 / 著 光文社(光文社新書) / 発行

児童 はなびのはなし

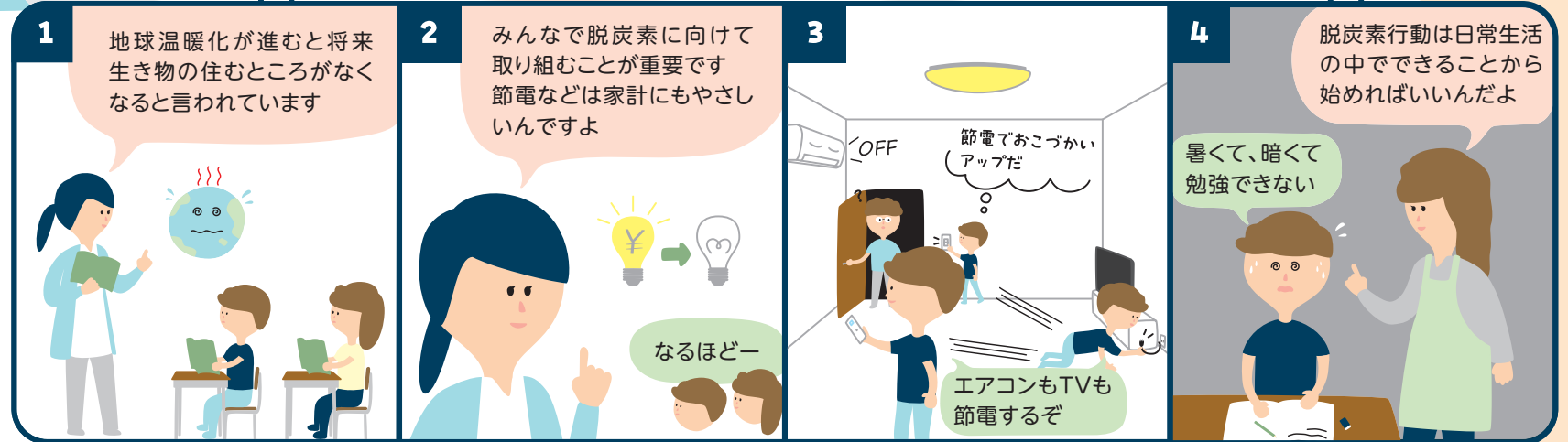
夏のよぞらに かがやく 打ち上げ花火。
冬のあいだから 山のふもとの工場で つくっているんだよ。どうやってつくっているのかな。どうして きれいな形になるんだろう。打ち上げ花火の ひみつをみてみよう。



たかとうしょうはち / 作 福音館書店 / 発行

この夏、はじめよう 脱炭素アクション

小学校で環境問題について学んだツルオくんは、自宅でできる脱炭素アクションに取り組もうと考えました。小さなことでも一人ひとりが取り組めば大きな効果があります。地球を守るために脱炭素アクションを始めましょう。

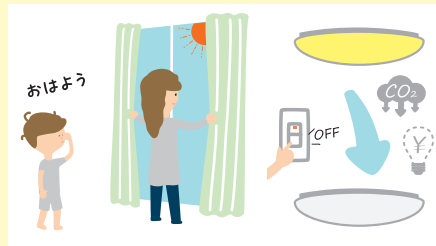


6:00

Action 1

照明は必要な時だけつけよう

朝はカーテンを開けて、太陽の光を取り入れよう。2部屋の照明(LED照明2灯)の点灯時間を1日1時間短縮すると、年間で約10.6kgのCO₂削減、約770円の節約に。リモコンだけではなく、壁スイッチ(主電源)もoffにするとさらに省エネ。



One More Action

調光機能付きの照明を活用する。点灯時間(LED照明2灯)を1日1時間50%に調光した場合、約5.4kgのCO₂削減、約380円の節約に。



8:00

Action 2

自転車や公共交通機関で移動しよう

なるべく環境に優しい移動手段を選ぼう。公共交通機関だけで行きにくいところは、カーシェアやシェアサイクルも合わせて活用。横浜にはシェアサイクルポートがたくさんあって便利。



One More Action

車を使う場合はスタート時に「ふんわりアクセル」を心がける。約97kgのCO₂削減、年間約5,970円の節約に。



12:00

Action 3

3Rに取り組もう

マイボトルを持ち歩こう。1週間に1本ペットボトルの購入を減らすと、年間で約5.2kgのCO₂削減、約8,320円の節約に。2025年4月からプラスチックの分別方法が変更に。正しい分別でCO₂削減。



One More Action

使わなくなったものは、リユースショップやフリーマーケットに出したり、リメイクして再利用する。



17:00

Action 4

キッチンでもエコな習慣を取り入れよう

冷蔵庫にもものを詰め込みすぎないようにしよう。スペースがあると効率的に冷却されるほか、冷蔵庫内が整理されていると開けている時間も短くなって節電に。年間で約24.4kgのCO₂削減、約1,550円の節約に。



One More Action

野菜(ブロッコリー、カボチャなど)の下ごしらえに、電子レンジを使用する。年間で約13kgのCO₂削減、約1,000円の節約に。



20:00

Action 5

エアコンの使い方を工夫しよう

家族で同じ部屋で過ごしてエアコンの使用時間を減らそう。1日1時間短縮した場合、年間で約9.2kgのCO₂削減、約580円の節約。また、月に1~2回のフィルター掃除で年間で約15.6kgのCO₂削減、約990円の節約に。



One More Action

省エネ性能の高いエアコンや家電を使用する。また、窓断熱など家の断熱性能や気密性能を高める改修をする。

はじめよう!
YOKOHAMA GO GREEN
10Action

YOKOHAMA GO GREEN

横浜市では、2050年の脱炭素社会の実現に向け、市と市民・事業者が一丸となって脱炭素・環境施策を推進するためのスローガン「YOKOHAMA GO GREEN」を掲げ、「環境にやさしい行動(GO GREEN)」を推進しています。

横浜の環境を未来に残すために、環境にやさしい行動をとることがとっても大切だよ。みんなにも10のアクションを実践してほしいな。



詳細はこちら

アクションの一部
を紹介するよ



脱炭素応援キャラクター パクパク
みんなの幸せのために、CO₂や怖い夢をパクパク食べる「パクパク」です。屋も夜も、相棒のCO₂センサーのモクモク(雲)と一緒にパトロール。

自宅の節電・省エネ

横浜産を選んで、地産地消

食品ロスを減らす



出典：YOKOHAMA GO GREEN 10Action (横浜市)

TSURUMI GO GREEN宣言! ～プレゼント企画～



10Actionの中から「すでに取り組んでいること」「これから取り組みたいこと」を選んで「TSURUMI GO GREEN宣言」をしよう! 応募者の中から抽選でオリジナルワックンクリアボトルを10人にプレゼント!

応募の切は
8/31(日)まで! 応募はこちら



毎日行動したおかげで、
約180kgのCO₂削減、さ
らに1年間で約20,000円
もお得に!!

節約した分は私の
ランチ代にしよっと



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 ㊱ファクス
㊲Eメール WEB ウェブページ ㊳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

掲載中のイベント等は中止・延期・変更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

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

㊟ 毎月第3水曜18時30分～20時30分
㊢ 鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ16・7階) ㊣ 12人 ㊤
㊨ 神奈川県司法書士会
㊩ 641-1372 ㊪ 641-1371

税理士・弁護士による無料相談会inつるぎんどット来〜い!!

お困りの税金問題・法律問題に税理士と弁護士がお答えします

㊟ 毎月最終土曜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 詳細はこちら

税理士による相続・贈与税講習会
及びよろず無料税務相談会

㊟ 9月16日(火) ①相続・贈与税講習会：13時30分～14時30分 ②無料相談会：14時30分～16時
㊢ 鶴見青色申告会館1階(鶴見中央4-39-9)
㊣ ①30人 ②20人
㊤ 8月18日から ㊦
㊨ 鶴見青色申告会
㊩ 521-1145 ㊪ 502-0063

鶴見区脳卒中予防講演会

横浜市立脳卒中・神経脊髄センター認定看護師と管理栄養士が脳卒中の予防法を紹介

㊟ 9月30日(火) 14時～16時
㊢ 区役所6階会議室
㊣ 50人
㊤ 9月1日から 必要事項(氏名、町名、電話番号)を WEB
㊨ 区役所高齢者支援担当
㊩ 510-1775
㊪ 510-1897 申込みはこちら

鶴見区民文化祭出演者・出品者募集

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

内容	㊟ 日時	㊢ 会場
① ダンス&演劇	11月8日(土)	サルビアホール
② ホームコンサート(合唱、楽器演奏など)	11月9日(日)	
③ 芸能のつどい	11月30日(日)	鶴見公会堂
④ 区民作品展(絵画、手工芸、華道、書道など)	11月7日(金)～9日(日)	鶴見中央コミュニティハウス
⑤ 児童書道展	11月5日(水)～7日(金)	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※応募多数の場合抽選
㊤ 各500円(中学生以下・障害児者は無料)
㊥ 8月25日～9月16日に専用申込書(配布は鶴見区文化協会、区役所地域振興課(5階1番)、区内区民利用施設)を直接持込みか ㊦ または ㊧
㊨ 鶴見区文化協会事務局(豊岡町20-8-401)※火・木・金曜のみ
㊩ 582-0881 ㊪ ra38373@xa2.so-net.ne.jp

鶴見の魅力を見つけに行こう!
～講座&活動体験～

「多文化共生つるみの会」と鶴見の南米・沖縄タウンを学びながら散策

㊟ 9月13日(土) 10時～13時
㊢ 区役所1階 予防接種室
㊣ 区在住、在学、在勤者優先
㊤ 30人
㊥ 食事会参加希望の人は2,000円
㊦ 動きやすい服装
㊧ 9月6日16時までに 必要事項(氏名、電話、メールアドレス、講座を知った理由、食事会への参加の有無)を ㊨ ㊩
㊪ または WEB
㊫ 申込みはここに

南米・沖縄レストラン「エル・ボスケ」(講座終了後は希望者は食事会あり)



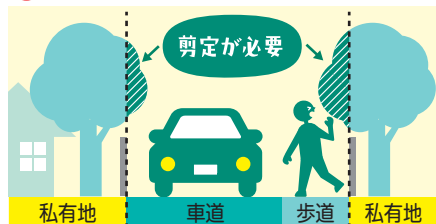
道路を安全で快適に利用するためのルールとマナーを守りましょう

① 道路の適正利用



- ・置き看板やのぼり旗、陳列商品を出さない
- ・自転車やバイクを放置しない
- ・段差解消ステップを置かない
- ・はみ出た樹木を放置しない

② 樹木の剪定



通行に支障がないよう、道路にはみ出た樹木は剪定してください。これが原因で事故が発生した場合、所有者は事故の責任を負う可能性があります。

㊨ 鶴見土木事務所 ㊩ 510-1669 ㊪ 505-1318

8月は「道路ふれあい月間」

普段使う道路の役割を再認識し、常に美しく、安全な道路利用を心がけましょう

土壌混合法講習会

生ごみを土にかえす方法を学べます。

参加者に花の種をプレゼント

㊟ 9月4日(木) 14時～15時
㊢ 区役所6階10号会議室
㊣ 20人
㊤ 8月12日から ㊦ ㊧ または ㊨
㊩ 区役所資源化推進担当
㊪ 510-1689 ㊫ 510-1892
㊬ tr-chishin@city.yokohama.lg.jp

若者のための専門相談(予約制)
ひきこもり・不登校などの困難を抱える若者・そのほか家族の専門相談です

㊟ 毎月第2・4水曜13時30分～16時30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 ㊦
㊧ 区役所よこはま東部ユースプラザ(鶴見中央3-23-8)
㊨ 642-7001

ひきこもり等若者支援セミナー・相談会

ひきこもっていた私が前に進むきっかけになったこと～ひきこもり経験者に聞く～

㊟ 9月6日(土) ①セミナー：14時～15時30分(開場13時30分) ②個別相談：15時40分～16時30分
㊢ 鶴見中央地域ケアプラザ(鶴見中央1-23-26)
㊣ 市民
㊤ ①20人 ②4人(1組15分)※要予約
㊥ ①当日直接 ②9月5日19時までに 必要事項(氏名、個別相談の希望、電話番号)を ㊦ か ㊧
㊨ 区役所よこはま東部ユースプラザ
㊩ 642-7001 ㊪ ypt@sodateage.net
主催：よこはま東部ユースプラザ
後援：鶴見区こども家庭支援課

詳細はこちら



鶴見区自治連合会カレンダーの写真を大募集

令和8年版「鶴見区自治連合会カレンダー」に使用する区内各所の写真を募集します

㊥ 8月20日(水)までに 必要事項(氏名、住所、電話番号、メールアドレス)、写真(1人3枚まで※過去に撮った写真も可)、撮影場所、撮影時期、写真にまつわるエピソード(任意)などを記入し、①ウェブページから ②写真データを保存したCD-Rなどのメディアを ㊦ か ㊧
㊨ 鶴見区自治連合会事務局(区役所5階2番)
㊩ 510-1687
㊪ 510-1892 ウェブはこちら



7年版カレンダーの写真



表紙 スカイウォーク 11月 リバーサイドガーデン

第53回リサイクル・フリーマーケット
出店者募集

今回は最後の開催です。ぜひご参加ください

㊟ 9月28日(日) 10時～15時※雨天時は10月5日(日)に順延
㊢ JR鶴見駅西口モール前広場
㊣ 40組
㊤ 1,000円(1区画2m×2m)※車での搬入不可
㊥ 9月5日までに 必要事項(氏名、住所、電話番号)、販売品目を明記して ㊦ (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 豊岡商店街協同組合内) ㊩ 571-3795

施設から

詳細は各施設にお問い合わせください

潮田地区センター

〒230-0048 本町通4-171-23
㊩ 511-0765 ㊪ 511-0760
休第4曜



- ①わくわくリトミック ㊟ 9月8日(月) 10時～11時 ㊣ 未就学児と保護者 ㊤ 15組 ㊥ 600円 ㊦ タオル ㊧ 8月13日 9時30分から ㊨ (㊩ は14日から)
②銀幕ライフ～潮田の休日～▶「長屋紳士録」を上映します ㊟ 9月24日(水) 13時30分～16時 ㊣ 成人 ㊤ 30人 ㊥ 8月27日9時30分から ㊦ (㊩ は28日から)
③ヨコハマベイフィルコンサート▶アンサンブルやオーケストラの演奏をお楽しみください ㊟ 8月31日(日) 14時～16時 ㊤
④鉄道と街の歴史▶鶴見線旅客輸送開始・南武支線開業95周年 ㊟ 10月4日(土) 14時～15時30分 ㊣ 成人 ㊤ 20人 ㊥ 300円 ㊦ 筆記用具 ㊧ 9月6日9時30分から ㊨ (㊩ は7日から)

生麦地区センター
〒230-0052 生麦4-6-37
☎ 504-0770 ☎ 504-2662
休 第3月曜

- ①ミュージックベル ロビーコンサート
📅 8月23日(土)11時～12時 直
②黒船来航と横浜の街づくり～開港を
めぐる動きと生麦事件～📅 9月25日
(木)10時30分～12時 人 成人 先
20人 ¥ 300円 持 筆記用具 申 8月
12日9時30分から 窓 (☎は13時から)
③パン屋さんに教わるクロワッサン
📅 9月22日(月)11時～15時 人 成人
先 7人 ¥ 1,500円 持 エプロン、三角
巾、ふきん2枚、マスク 申 8月13日9時
30分から 窓 (☎は13時から)
④講演「生麦事件の日」・座談会▶共催:
生麦事件参考館リユースプロジェクト
📅 8月21日(木)10時30分～12時 直
※講演後、生麦事件参考館見学や事
件碑追悼祭参拝など開催

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こずえ先生のベビーマッサージ📅
9月9日(火)10時～12時 人 4カ月～
1歳半の子と保護者 先 10組 ¥ 500円
持 バスタオル 申 8月12日10時から 窓
②駒岡寄席📅 9月13日(土)13時30分
～15時30分 先 60人 申 8月15日10時
から 窓
③親子でメロンパン deコッタに挑戦
▶ハロウィーンのかわいいお化けパン
をつくろう📅 9月27日(土)11時
30分～13時30分 人 小学生～中学生
と保護者 先 8組 ¥ 1,000円 申 9月
6日10時から 窓

かわいくておいしい
お化けをつくろう



矢向地区センター
〒230-0001 矢向4-32-11
☎ 573-0302 ☎ 573-0304
休 第2月曜

- ①福文字で応援うちわを作ろう▶押し活
応援。唯一無二のうちわをつくりませんか
📅 9月11日(木)10時～11時30分 人
成人 先 8人 ¥ 1,000円 申 8月13日
9時30分から 窓
(☎は14時から)
②小学生のあそびーば&ふれあいCafe
📅 8月24日(日)11時～15時 人 小学生
以下※未就学児は保護者同伴 直
③矢向にこにこリトミック体験会📅
9月26日(金)10時～10時30分 人 ひ
とり歩きができる子と保護者 先 10組
¥ 500円 申 8月24日9時30分から
窓 (☎は14時から)
④矢向スマホ・パソコン相談▶協力:鶴見
パソコンボランティア協会📅 9月18日
(木)13時30分～16時 人 成人 先 10人
※1人30分 申 8月21日9時30分から ☎
⑤矢向子育て相談📅 8月14日～9月
4日の毎週木曜10時～12時 人 未就
学児と保護者 直



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えいごであそぼうABC📅 9月2日・
9日・30日の火曜(全3回)11時～
11時40分 人 2～5歳の子と保護者
先 10組 ¥ 500円 申 8月12日10時
から 窓か ☎
②玉ねぎ染めでリサイクル▶玉ねぎの
外皮を使ってTシャツなどを染めます
📅 9月26日(金)10時～12時 人 成人
先 10人 ¥ 200円 持 玉ねぎの皮(4個
分)、Tシャツやスカーフなどの染めたい
もの、染めたもの(濡れた状態)を持
ち帰るビニール袋 申 8月29日10時
から 窓
③リズムステップエクササイズ 秋▶ス
テップを入れたエクササイズなど📅
9月5日～11月14日の金曜※10月
24日は除く(全10回)9時15分～
10時15分 人 成人 先 60人 ¥
3,000円 持 ヨガマット、室内履き、靴
袋 申 8月22日10時から 窓
④リフレッシュヨガ 秋📅 9月24日～
12月3日の水曜※10月29日を除く
(全10回)①9時10分～10時10分②
10時25分～11時25分③11時40分
～12時40分 人 成人 先 各30人 ¥ 各
3,000円 持 ヨガマット(大判タオル可)
申 9月10日10時から 窓
⑤子どもと若者の広場 アソビViva!!📅
8月16日(土)13時～18時 人 18歳以
下 直

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
休 火・木曜

- ①座ってフラ体験～昭和歌謡で楽しく～
▶体力に不安でもOK、フレイル予防も
📅 8月25日(月)13時30分～14時
30分 人 成人 先 10人 ¥ 500円 持 室
内履き 申 8月13日9時30分から 窓
か ☎
②しんつるおはなし会▶絵本の読み
聞かせ・パネルシアターなど📅 8月
25日(月)10時30分～11時 人 未就
学児と保護者 先 8組 持 室内履き 直
③新鶴見子育て相談▶親子の憩いの
場・情報交換の場としてどうぞ📅 毎
週金曜10時～11時45分 人 未就学児
と保護者 先 8組 持 室内履き 直
④よこはマスターハーモニックコンサ
ート▶若者によるミニ吹奏楽コンサート
📅 8月31日(日)14時30分～15時
先 30人 持 室内履き 直

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 休 第3水曜

- 和布で作る「ポシェット」▶手縫いで楽
しむハンドメイド📅 10月2日(木)・
3日(金)(全2回)13時～17時 抽
10人 ¥ 1,500円 持 裁縫道具 申 9月
2日10時から 窓
(☎は13時から)



サイズは使いやすい
14cm×24cm

末吉地区センター
〒230-0011 上末吉2-16-16
☎ 572-4300 ☎ 586-1229
休 第4月曜

- ①子どもと若者のひろばアソビViva in 末吉
📅 9月6日(土)13時～18時 人 18歳
以下 直
②初めての色鉛筆画体験▶今人気の
色鉛筆画を描いてみませんか📅 9月
30日、10月7日の火曜(全2回)10時
～12時 人 成人 先 10人 ¥ 1,200円
持 色鉛筆(12色以上) 申 9月2日
10時から 窓
③ゆるやか体幹トレーニング▶基本か
ら始めます。子ども連れ歓迎です📅
9月3日・10日・17日の水曜(全3回)
11時～12時 人 成人女性 抽 9人 ¥
2,100円 持 タオル2枚、ヨガマット(持
ち込み可) 申 8月13日10時から 窓
④ワンコイン夜のやさしいピラティス
ヨガ▶身体を整え、ヨガでリラックス
📅 8月27日、9月10日の水曜19時
15分～20時15分 人 成人 先 各20人
¥ 各500円 持 タオル2枚、ヨガマット
(持ち込み可) 直
⑤末吉スマホ・パソコン相談室▶スマ
ホの相談も受け付けます📅 9月3日
(水)13時30分～16時 先 10人 持 ス
マートフォン・ノートパソコン 申 当日ま
でに 窓か ☎

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 休 第2月曜

- ①パーソナルカラー講座▶自分に似
合う色を探そう📅 9月16日(火)13時
30分～15時30分 人 成人 抽 10人
¥ 500円 申 8月11日9時30分から
窓 (☎は10時から)
②秋のプリザーブドフラワー📅 9月
25日(木)10時～12時 人 成人 抽 8人
¥ 1,800円 申 8月11日9時30分から
窓 (☎は10時から)
③あつまれ! 潮田キッズ▶ギャラク
シーボトルを作ろう📅 9月14日(日)
10時～12時 人 小学生以下 抽 10人
¥ 200円 申 8月11日9時30分から
窓 (☎は10時から)



自分だけの宇宙を瓶
の中につめこもう

- ④敬老の日プレゼント作り📅 9月6日
(土)10時～12時 人 小学生以下 抽
10人 ¥ 100円 申 8月11日9時30分
から 窓 (☎は10時から)

鶴見川漕艇場
〒230-0004 元宮2-6
☎ 582-8680
休 月曜

- ①初心者ボート教室📅 9月14日(日)
13時～15時30分 人 小学4年生以上
先 10人 ¥ 2,500円(中学生以下
1,500円) 持 着替え、帽子 申 8月
19日10時から ☎
②平日ボート教室📅 9月18日(木)
10時～12時30分 人 小学4年生以上
先 10人 ¥ 2,500円(中学生以下
1,500円) 持 着替え、帽子 申 8月
26日10時から ☎

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

- ワンダーレッスン▶当日受付の教室で
す詳細はウェブへ📅 8月19日(火)～
9月10日(水) 人 16歳以上 ¥ 620円
持 動きやすい服装、タオル、室内履き
直
火曜 はじめてのエアロビクス、ピラ
ティス、DALE MOVE®など
水曜 心と身体の軸を整えるヨガ
金曜 バランスボール、ZUMBA®, ヨガ、
ビギナーサルサなど
土曜 モーニングボクサ、ストレッチ
ポール de 筋膜リリースなど

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

- ①園芸講座▶シバザクラの育て方・楽
しみ方📅 9月21日(日)13時～15時
先 12人 ¥ 1,000円(持ち帰りの苗な
ど教材費) 申 9月3日10時から 窓か ☎
②重陽の節句▶古民家にて重陽の
節句の室礼を展示します📅 9月6日
(土)～11日(木)10時～16時 直

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

- ①三重奏で巡るJ-POPプレイリスト▶
フルート・チェロ・ピアノのトリオでお届け
📅 11月22日(土)14時～15時30分
人 小学生以上 先 100人 ¥ 2,200円
申 先行:8月11日10時～17日10時
に WEB、一般:8月18日10時から 窓
(WEB ☎は14時から)

多彩な音色を
使い分ける
モカリオ
"Mocha Trio"



- ②さるびあ落語 立川幸朝▶二ツ目の
噺家さんがたっぷり聞かせる1時間
📅 11月13日(木)14時～15時 人 小学生
以上 先 100人 ¥ 800円 申 9月2日
10時から 窓か WEB (☎は14時から)
③バンクアーティストライブ▶3館合
同オープンデー2025のイベント(コン
サート&パントマイム)📅 9月27日
(土)①11時30分から②12時30分か
ら③14時から④15時から 先 各80人
申 9月1日10時から WEB か 窓

**横浜市シルバー人材センター
神奈川事務所**
〒221-0063 神奈川区立町20-1
☎ 402-4832 ☎ 402-4835

- ①エクセル初級📅 9月8日(月)10時～
16時 人 成人 抽 8人 ¥ 5,550円 持
筆記用具 申 8月28日17時までに 窓
☎ fax または ☎
②初めてのワード📅 9月10日(水)
10時～16時 人 成人 抽 8人 ¥
5,550円 持 筆記用具 申 8月28日
17時までに 窓 ☎ fax または ☎
③初めてのエクセル📅 9月17日(水)
10時～16時 人 成人 抽 8人 ¥
5,550円 持 筆記用具 申 8月28日
17時までに 窓 ☎ fax または ☎

市場小学校コミュニティハウス

〒230-0004 元宮1-13-1
☎ 574-1972
休 火・木曜



夏のキッズ落語 ▶落語の楽しさを体験しよう📅 8月17日(日)14時30分～15時30分 画

ふれーゆ

〒230-0045 末広町1-15-2
☎ 521-1010 画 642-8150
休 第2火曜



- ①ふれーゆ縁日 ▶年に1度の開催! ゲームやおいしい食べ物で楽しもう📅 8月23日(土)・24日(日)10時～16時※景品がなくなり次第終了👉各ゲーム1回100円 画
- ②らくらく気功体操 ▶呼吸運動と全身運動で自発的に気の流れを向上📅 8月18日～9月8日の毎週月曜13時～14時 画 高校生以上 先 各15人👉各1,200円(現金のみ)※プールまたは大浴場当日券付き 持 室内履き、タオル 画
- ③リズム体操 ▶運動機能改善・介護予防のための体操です📅 8月18日～9月8日の毎週月曜11時15分～12時15分 画 高校生以上 先 各15人👉各1,200円(現金のみ) 持 室内履き、タオル 画

老人福祉センター 鶴寿荘

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



- ①いきいき美容教室 ▶化粧を通じて健康やかに日常生活を送ることをめざします📅 9月25日(木)15時～16時 画 65歳以上 先 25人 申 9月4日10時から 窓
- ②映画で元気! 青春回帰「寺尾の休日」▶今日は「老人と海」を鑑賞します📅 8月19日(火)13時～15時30分 画 60歳以上👉 会員:300円※入会金2,000円、一般:500円 画
- ③ヘルスメイトによる男の料理教室 ▶ 日常に活かす! おいしい「災害時の食」📅 9月20日(土)10時～13時 画 60歳以上の男性 先 12人👉 800円 持 エプロン、三角巾、タオル、マスク 申 9月6日10時から 窓
- ④写経で脳トレ 秋📅 9月23日～8年3月10日の第2・4火曜※11月25日、8年2月24日は除く(全10回)9時15分～10時45分 画 60歳以上 先 30人👉 1,000円 持 筆ペン、フェルトの下敷き 申 9月9日10時から 窓
- ⑤オータムコンサートお琴の調べを楽しむ📅 9月24日(水)14時～14時45分 画 60歳以上 先 70人 申 9月3日10時から 窓

鶴見図書館

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



- ①大人のための朗読サロン ▶朗読グループ「NEXUSきずな」による朗読会📅 8月30日(土)14時～15時 画
- ②絵本とわらべうたのおはなし会 ▶赤ちゃん楽しい時間を過ごしましょう📅 8月26日(火)①10時30分～11時②11時15分～11時45分 画 ①0歳の子と保護者②1～2歳の子と保護者 先 各10組 画

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音読講座『山月記』編 ▶山月記を音読し、神奈川近代文学館で開催の中島敦の手紙展の見学📅 9月6日(土)・13日(土)・21日(日)〈全3回〉10時30分～12時 画 高校生以上 先 15人👉 500円※別途入館料 持 筆記用具、『李陵・山月記』新潮文庫 申 8月11日10時から 窓 (☎は13時から)
- ②夏休みお楽しみ会「出前寄席」▶子ども向け落語など📅 8月22日(金)13時45分～14時45分 画

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 画 582-7591
休 日・月・祝



- ①9月1日(月)開館します! ▶月曜ですがひろばをオープン。遊びに来てください📅 9月1日(月)9時30分～15時30分 画 未就学児と保護者、妊娠中の人 画
- ②工作の会 ▶絵の具遊び📅 8月15日(金)14時～14時30分 画 2歳以上の未就学児と保護者 先 8組 持 汚れてもよい服装 画
- ③女性相談 ▶女性による女性のための何でも相談📅 8月19日(火)13時30分～14時 画 未就学児の母親、妊娠中の人 申 当日までに 窓 か ☎
- ④パパのための相談日📅 8月23日(土) 画 子育て中の父親、パートナーが妊娠中の人 画

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 画 585-0051
休 日・月・祝



- ①9月1日(月)開館します! ▶月曜ですがひろばをオープン。遊びに来てください📅 9月1日(月)9時30分～15時30分 画 未就学児と保護者、妊娠中の人 画
- ②双子・三つ子ちゃんあつまれ!📅 8月30日(土)10時30分～11時30分 画 多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の人 先 5組 申 前日までに 窓 か ☎
- ③保育・教育コンシェルジュ相談📅 8月27日(水)10時～11時30分 画 未就学児と保護者 先 6組 申 8月20日12時から WEB
- ④手遊びわらべ歌📅 8月21日(木)①10時30分～11時②11時～11時30分 画 ①ねんね期～おすわり期の子と保護者②はいはい期～あんよ期の子と保護者 先 各7組 画

健(検)診・教室

※原則として8月11日～9月10日の予定 ※ 予約制 は電話かファクスでの予約が必要です
※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

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		☎ 510-1840 画 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カ月児	8月19日、9月2日・9日の火曜 8時50分～10時10分受付
	1歳6カ月児	8月22日、9月5日の金曜 8時50分～10時10分受付
	3歳児	8月21日、9月4日の木曜 12時50分～14時10分受付
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》		9月5日(金)13時30分～15時受付 予約制
【予約・問合せ】 健康づくり係		☎ 510-1827 画 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 8月26日(火)、9月11日(木)①9時～ ②10時～ ③11時～ 画 区役所2階栄養相談室 予約制
離乳食教室 《7カ月～9カ月児と保護者》		2回食からの離乳食のすすめ方の話、調理実演など ※保護者のみの参加も可 予約制 9月30日(火)①13時15分～14時15分 ②14時45分～15時45分 画 区役所2階栄養相談室 先 各10組
親子わくわく歯っぴい・食育講座 《1歳2カ月未満の乳幼児と保護者》		むし歯予防の話、歯みがき練習、保護者の唾液テスト(むし歯・歯周病)、 離乳食から幼児食の話、食事例の展示、試食、個別相談など 予約制 9月19日(金) 13時30分～15時 先 16組 申 事前に WEB 画 詳細・予約はこちら
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 9月12日(金)①13時30分～ ②15時～ 9月25日(木)①9時15分～ ②10時45分～
【予約・問合せ】 障害者支援担当		☎ 510-1848 画 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2日(火)14時～16時 画 神奈川区役所 本館1階 第2会議室(神奈川区広台太田町3-8)
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談		8月13日(水)14時～16時 画 区役所3階3番 予約制
※胃がん・肺がん・子宮頸がん・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・・・「マイナ保険証や資格確認書、有効期限内の保険証等」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中国残留邦人等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(2026年4月1日現在)の人・・・マイナ保険証や資格確認書、有効期限内の保険証など年齢が確認できるものをお持ちください ⑤前年度(令和6年度)市民税県民税の非課税世帯・均等割のみ課税世帯の人・・・事前に健康づくり係(☎510-1832)で免除申請を行ってください(本人確認書類をお持ちください)		

横浜子育てサポート
システム鶴見区支部

☎ 582-7610 画 582-7591



横浜子育てサポートシステム入会
説明会▶お子さんを預けたい人

📅 日時	📍 会場
8月13日(水)	わっくんひろば (豊岡町38-4)
8月21日(木)	
9月5日(金)	
8月29日(金)	わっくんひろば サテライト (尻手1-4-51)
9月10日(水)	

📅 10時～11時 画 市在住の生後57日～小学6年生の子がいる人 先 各8組 持 スマートフォン、本人確認書類 申 前日12時までに 窓 ☎ または WEB

鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央 4-37-37 リオベルデ鶴声2階
☎ 504-5619 画 504-5616

善意銀行への寄付 [7年5月1日～5月31日・敬称略]

公益社団法人 鶴見法人会、鶴見区
更生保護女性会、キッチンmatsui、
吉兆グループ