

TSURUMI

つるみ

2025 No.335

広報よこはま・鶴見区版9月号

9

自然のチカラが、
笑顔をつくる

横浜ストロベリーパーク

ジェラ
JERA横浜火力発電所に併設されたオール電化のハウスで、障害のある人が専門家の指導のもと、一粒一粒ていねいにイチゴを育てています。温度や日射量などを徹底して管理しているため、季節を気にせず一年中イチゴの摘み取りが楽しめます。施設内のカフェでは、イチゴを使ったドリンクやスイーツなども味わうことができます。



詳細はこちら

Photo by Hikaru Takahashi

TOPICS

事前に アプリやLINE、電話で予約して乗る
乗合型AIオンデマンドバス！

のるーと TSURUMI

2025年8月18日 実証実験運行開始！

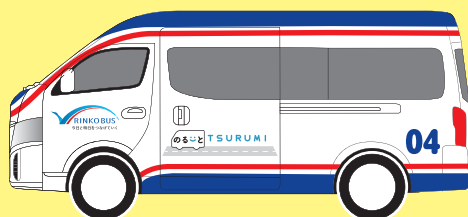
Point 1

乗合型運行で
リーズナブルに！

Point 2

予約制で
必ず座れる！

Point 3

都合の良い時間に専用の
乗降場所から乗降できる！

運賃:1回500円
(小児250円)
運行:平日・土曜
8時~19時
定員:最大8人

新しい交通「のるーとTSURUMI」が始まりました！

上の宮・馬場・獅子ヶ谷地域の一部および菊名駅などにて、川崎鶴見臨港バス株式会社がAIを活用した乗合型オンデマンドバス「のるーとTSURUMI」の実証実験運行を開始します(8年3月31日(火)までを予定)。ぜひご利用ください。

オンデマンドバスとは？

時刻表や決まった運行経路がない予約型の乗合バス。乗車・降車場所を選んで予約することで乗車できます(予約は5日前から可能)。

主な乗車・降車場所

川崎鶴見臨港バス(株)鶴見営業所、トレッサ横浜、横浜市馬場地域ケアプラザ、アクロスプラザ東神奈川、菊名記念病院、菊名駅ほか

予約・運賃の支払方法

専用のスマートフォン向け「のるーと」公式アプリや「のるーと臨港」公式LINEアカウントへの友だち登録、コールセンター(☎050-3097-6893)への電話から予約可能。

運賃の支払いは、交通系ICカードでの決済や専用アプリ・公式LINEを通じた事前キャッシュレス決済も使用できます。

公式アプリはこちら

アップルストア
AppleStoreグーグルプレイ
GooglePlayLINEの
友だち登録
はこちら

問 運行事業者・運行に関すること：川崎鶴見臨港バス株式会社 ☎044-280-3462

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み上げ機能も。



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。



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 298,597
(2025年8月1日現在) 世帯数 153,003

topics

地域とつながる元気な仲間づくり

「かがやきクラブ鶴見(老人クラブ)」では、健康づくりや仲間づくりを通じて、毎日をいきいきと過ごすための活動を行っています。公園や道路の清掃、防犯パトロールなどの地域貢献に加え、認知症サポーター講座、スポーツ大会、趣味のサークルなど、多彩なイベントを開催。経験や知識を生かし、地域の活性化にも貢献しています。新しい仲間と出会い、楽しく充実した時間を過ごしてみませんか？

スポーツを
したり

興味のある人には、
近くの老人クラブをご案内します
ぜひ気軽にお問い合わせください

交流を
楽しんだり

☎ かがやきクラブ鶴見事務局 ☎ 505-5581 fax 505-3003

topics

“なんとなく不調”が続く…それ、「結核」かも！

「年のせいかな…」「疲れが取れないだけかも…」そんな“なんとなく不調”が、実は結核のサインかもしれません。結核は過去の病気と思われがちですが、国内では1日に約28人の新しい患者が発生しています。結核は、一般的な風邪の症状と似ていますが、特に高齢者は典型的な症状が出にくく、気づかれにくいのが特徴です。“なんとなく不調”が2週間以上続いている場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

結核の症状

- ☐ せき、たん
- ☐ 微熱
- ☐ 体のだるさ

▼ 高齢者はこんな症状にも注意 ▼

- ☐ 体重が減ってきた
- ☐ なんとなく食欲がない
- ☐ 寝汗をかいている

結核の予防法は？

適度な運動



タバコを吸わない

十分な睡眠



バランスの良い食事

定期健診



健康的な生活が免疫力を高め、結核の予防につながります。また、早く見つけることが重症化を防ぎ、周囲への感染予防につながります。症状がなくても、年に1回は胸部レントゲン検査を受けましょう。



☎ 区役所健康づくり係 ☎ 510-1832 fax 510-1792

トコジラミに注意! 防除の3原則

近年、トコジラミの吸血による被害や相談が増加しています。トコジラミは一度増殖すると駆除が難しいため、家の中に持ち込まないように気を付け、存在を見逃さず、適切に対処しましょう。

トコジラミってどんな虫？

- ・成虫の大きさは5～8mm
- ・羽がなく、扁平・楕円形で赤褐色
- ・エサは人や動物の血液



どんな被害があるの？

夜間に肌の露出しているところから吸血します。繰り返し吸血されるとアレルギー反応でかゆみを引き起こします。

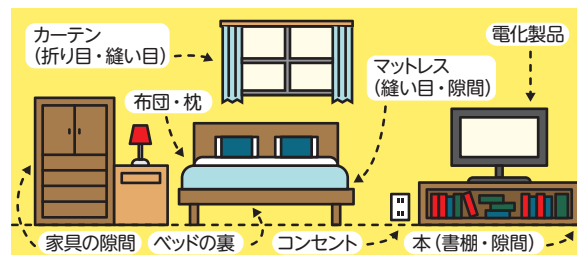
原則その1 持ち込まない!

- ・ホテルなど(特に海外)での宿泊時には、トコジラミがいないか確認し、荷物を床などに直接置かないようにしましょう。
- ・海外への旅行や出張などで使ったバッグは内部を調べ、血糞や脱皮の殻がないか確認しましょう。



血糞は吸血したトコジラミの糞で、黒いゴマのような見た目をしています

原則その2 見逃さない!



トコジラミは、昼間や部屋が明るい時には狭く暗い隙間に潜んでいます。潜み場所には血糞や卵、死骸などが見つかるようになります。刺された可能性がある場合や旅行先では、トコジラミが潜んでいそうな場所を確認してみましょう。

原則その3 やっつける!

- ・掃除機で吸い取り、ごみはすぐに処分しましょう。
- ・殺虫剤を使用する場合はトコジラミに有効なものか確認しましょう。



- ・個人での駆除が難しい場合は、専門の駆除業者に依頼することも検討してみましょう。

写真提供:一般財団法人日本環境衛生センター ☎ 区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 fax 510-1718

受講生
募集中まちを元気にするのはあなたの経験と好奇心!
鶴見・まちづくりゼミナール2025

鶴見を学び、「いつまでも住み続けたいまち・鶴見」をつくるための体験型講座です。経験豊富な講師や地域で活躍している先輩たちが、あなたの「何かしたい!」という思いの後押しをしてくれます。今年度はつるみMACHI塾やつるみ区民活動センターともコラボし、より楽しく、しっかり学べる講座になっています。

🕒日時		内容
第1講	10月17日(金) 10時～12時30分	座学
第2講	10月27日(月) 10時～12時30分	まち歩き
活動現場見学・体験ウィーク		
第3講	12月10日(水) 10時～12時30分	座学
第4講	8年2月15日(日) 10時～16時	体験
第5講	8年3月12日(木) 14時～16時30分	交流会

※第4講・第5講の時間は変更となる場合があります

- 📍 鶴見区役所ほか
- 🏠 区内で地域活動を始めたい人
- 👥 20人 ※全回受講できる人、初めての人優先
- 📅 10月1日までに WEB
- 💰 無料

申込みはこちら

探そう
始めよう
私に合った地域活動

☎ 区役所地域力推進担当 ☎ 510-1678 ☎ 504-7102

「消防団」はあなたの力を求めています!

「消防団」とは、普段は仕事や学業など別に本業を持つ地域住民によって作られる「消防組織」です! 常に消防署で働く「消防職員」とは違い、訓練や防災指導、災害時などの決められたタイミングで集合し「自分たちの地域は自分たちで守る」の精神の下、鶴見区の安全・安心のために活動しています。

鶴見消防団は「仲間」を大・大・大募集しています!

東日本大震災や能登半島沖地震などの例から、大規模災害発生時には消防職員のみでは対応しきれないことが予測され、消防職員とともに活動する「消防団員」の重要性は急速に高まっています。災害時にあなたの家族を、友人を、隣人を救えるのは、他でもない「あなた」だけかもしれません。消防団の仲間とともに、大切なものを守る術を学んでみませんか?

鶴見消防団は、皆さんの入団を心よりお待ちしております!

★ 報酬と入団要件

消防団は「ボランティア」ではなく、非常勤の「特別職地方公務員」です。階級や活動内容に応じ、報酬が支払われます。

🏠 入団要件

18歳以上の区在住、在勤、在学者



詳細はこちら



☎ 鶴見消防署消防団係 ☎ 503-0119

topics — 「令和7年度鶴見消防団消防操法技術訓練会」を開催します! 詳しくは11ページ

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 ☎ 504-6635

一般

しゃべらなくても楽しい! 認知症の人と一緒にできる
リズム遊び・超かんたん体操・脳トレ遊び

体を動かすのは良いことですが、つい面倒くさいと思いがち。この本では、認知症の人と一緒にできるよう、見本の動きを分かりやすいイラストで紹介しています。声かけの例もあり、楽しく体を動かしてみんなで健康づくりを!

さいとう みちお
斎藤 道雄 / 著 黎明書房 / 発行

児童

季節のごちそうハチごはん

岐阜県などの地域ではスズメバチの仲間の「ヘボ」を食べる習慣があります。ヘボをおびき寄せてから、土の中の巣を見つけ、持ち帰って10倍以上にも育てます。巣の中のハチの子を甘露煮にすると郷土料理のできあがり。

よこつか まこと
横塚 真己人 / 写真と文 ほるぷ出版 / 発行

カフェが結ぶ人とのつながり

認知症カフェは、認知症があってもなくても、誰もが気軽に集える居場所です。おしゃべりはもちろん、楽器やプログラムを楽しんだり、本格的なコーヒーを味わえたり、特色もさまざまです。身近な地域のカフェで楽しいひとときを過ごしませんか。

☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 ☎ 510-1897

おしゃべりと笑顔の花が咲く

① 豊岡ふらっとカフェ

豊岡第二・三会館



豊岡の民生委員が中心となり、ケアプラザや地域の薬局と協力して、毎回楽しいプログラムを企画しています。笑顔あふれる時間を過ごせます。



どんな年代の人でもふらっと気軽に立ち寄ってください。特技を披露してくれる人も募集してます

家にいるとテレビばかり見てしまうけれど、ここに来ると話が弾みます。来るたびに知り合いが増えて楽しいです



参加者の声

豊岡地区民生委員
金谷 みどりさん

☎ 第3土曜13時30分～15時(開催ない月あり)
☎ 豊岡町28-18
JR鶴見駅から徒歩6分
¥100円
☎ 鶴見中央地域ケアプラザ
☎ 508-7800



音色がつなぐやさしい時間

② もみの樹オレンジカフェ

有料老人ホーム
もみの樹・横浜鶴見



音楽講師と一緒に、みんなで懐かしの曲を聴いたり、歌ったりしています。ウクレレやハンドベルなどの楽器で簡単な演奏も楽しめます。



音楽を通じて癒やされ、楽しいひとときを過ごしましょう

皆で一緒に歌うのって楽しいですね。曲がきっかけでお隣の方と話が盛り上がりました



参加者の声

もみの樹館長
真壁 英次さん

☎ 毎月第2月曜14時～15時(月により変更あり)
☎ 北寺尾4-3-1
三ツ池口バス停すぐ
☎ もみの樹・横浜鶴見
☎ 580-7180



認知症カフェってどんなところ？

- ・認知症のある人もない人も、いろいろな方と交流ができ、顔なじみになります。
- ・ちょっとしたおしゃべりの中から、日頃の悩みを共有できます。
- ・医療や福祉の専門職が参加する機会もあり、気軽に相談ができます。

広がる「チームオレンジ」の活動

チームオレンジとは、認知症の人や家族とともに、誰もが暮らしやすいまちづくりに取り組む活動です。認知症になっても、趣味ややりたいことを続けたり、仲間と楽しく過ごせたりできるように地域で支援します。認知症カフェもこの活動のひとつです。

医療と地域をつなぐ居場所

③ オレンジカフェ鶴見

ふれあい鶴見ホスピタル



病院の中とは思えない居心地のよい空間。マスターが入れるコーヒーのアロマに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごせます。認知症の知識がある地域ボランティアが笑顔で迎えてくれます。

医療や福祉の専門職もいるので、カフェでくつろぎながら、相談もできますよ

カフェが楽しみで、毎月の開催日に合わせて参加しています



参加者の声

ふれあい鶴見ホスピタル 副院長
石井 映幸さん

☎ 毎月第2火曜13時～16時
☎ 東寺尾4-4-22
京急生麦駅から徒歩10分
岸谷バス停すぐ
☎ ふれあい鶴見ホスピタル
☎ 586-1717



鶴見区認知症カフェ一覧



- 1 豊岡ふらっとカフェ
- 2 もみの樹オレンジカフェ
- 3 オレンジカフェ鶴見
- 4 いちばいききサロン
☎ 毎月第2木曜10時～12時
☎ 駄菓子屋カフェ「こどもの店」内
市場大和町8-2 京急鶴見市場駅すぐ
¥200円
☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775
- 5 メモリーカフェはなみずき
☎ 毎月第2木曜14時～15時30分
☎ 汐田総合病院 2階ラウンジぴゅあ
矢向1-6-20 汐田総合病院前バス停すぐ
¥100円
☎ コーヒー1杯無料(その他メニューは有料)
☎ 汐田総合病院 ☎ 574-1011
- 6 思い出喫茶 菜の花
☎ 毎月第1木曜13時30分～15時30分
☎ うしおだ診療所 本町通1-16-1
本町通1丁目バス停すぐ
☎ うしおだ診療所 ☎ 521-5147
- 7 オレンジ喫茶馬場谷
☎ 毎月第4水曜13時30分～15時30分
☎ 馬場2-7-16 1階 馬場谷バス停すぐ
¥100円
☎ 馬場地域ケアプラザ ☎ 576-4231
- 8 サンライズカフェ
☎ 毎月第2土曜14時～15時30分
☎ サンライズ・ヴィア横浜東寺尾
東寺尾1-38-27 宝蔵院前バス停すぐ
¥100円
☎ 東寺尾地域ケアプラザ ☎ 584-0129

カフェの開催状況などは変更になることがあります。事前に問合せ先にご確認ください。

ウェブページにカフェの紹介冊子
を掲載しています。



新たなカフェを追加した
新装版を作成中

3と4の認知症カフェは
YouTubeでも紹介されています。
『まちかどピクチャーズ』



美しい海をいつまでも

つるみちゅうみ★エコフェスタ

2025

10/4^土10/5^日鶴見区民
文化センター
サルビアホール

10時～18時

10時～17時

海の環境や脱炭素について、子どもから大人まで楽しく学べるイベントです。沖縄美ら海水族館による海の生きものに関する特別授業や、脱炭素に関するゲームやクイズなどのコンテンツが盛りだくさん。ぜひお越しください。



3D Okinawa Churaumi Aquarium & 3D 沖縄海中散歩



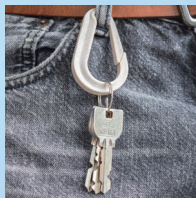
美ら海水族館のジンベエザメと沖縄の海の生きものの映像の2本立て

海の先生特別授業



「サンゴ」と「ウミガメ」をテーマに海の環境について学びます

カラフルキャップ大変身！アップサイクル体験 ※10/5(日)のみ



粉碎したペットボトルキャップを溶かしてカラビナなどを作る体験ができます
¥1回500円

サステナ古着回収



まだ使えるけれど着なくなった衣類をお持ちいただいた方にはノベルティをプレゼント

ほかにも楽しい体験があります
詳細はこちら



事前予約は9月10日から

topics

問 区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 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 ㊟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 WEB ウェブページ ㊟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

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

ミー・オー・イー・オつるみフェスタ

本物の収集車の助手席に乗り会場内を走る乗車体験、ごみクレーンの疑似操作体験など、この日だけの特別メニュー

㊟ 9月27日(土)10時～15時

㊟ 資源循環局鶴見工場
(末広町1-15-1)

㊟

問 資源循環局鶴見工場

☎ 521-2191



詳細はこちら

クレーンをうまく動かせるかな



薬草探索健康ウォーキング横浜

ウォーキングをしながら、薬剤師ならではの視点で身近にある薬草の解説をします

㊟ 11月2日(日)9時30分～12時30分

※雨天中止、小雨決行

㊟ 四季の森公園北口集合
(緑区寺山町291)

㊟ 市在住、在勤、在学者

㊟ 60人※1組4人まで

㊟ ¥500円(保険料・資料代)

㊟ 10月5日までに WEB

問 横浜市薬剤師会事務局

☎ 761-7840

fax 754-3000



申込みはこちら

「鶴見みどころガイドの会」と行く見どころ再発見!

地域ガイドのコツを学びながら総持寺を散策

㊟ 10月27日(月)10時～12時30分

㊟ 鶴見中央コミュニティハウス

(鶴見中央1-31-2)

㊟ 区在住、在学、在勤者優先

㊟ 20人

㊟ 動きやすい服装

㊟ 10月18日16時までに 必要事項(氏名、電話、メールアドレス、講座を知った理由を窓 ☎ または WEB

㊟ 問 つるみ区民活動センター

☎ 510-1694 fax 510-1716

㊟ tr-kuminkatsudouc

@city.yokohama.lg.jp



申込みはこちら

新しい鶴見の見どころが見つかるかも



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1

6・7階) ㊟ 12人 ㊟

問 神奈川県司法書士会

☎ 641-1372 fax 641-1371

ペット防災セミナー

発災時、あなたのペットは大丈夫? 日頃の備えやペットの避難について学んでみよう

㊟ 10月12日(日)14時～16時30分

㊟ 区役所6階 8～10号会議室

㊟ 60人※ペット同伴不可

㊟ 9月18日～10月8日に窓 ☎ または

WEB

問 区役所環境衛生係

(2階14番)

☎ 510-1845

fax 510-1718 詳細はこちら



鶴見区フレイル予防サポーター養成講座

自らの健康づくりに役立てるとともに、地域でフレイル予防を広める活動をしてみませんか

㊟ 10月8日(水)・24日(金)、11月

12日(水)〈全3回〉14時～16時

㊟ 区役所1階予防接種室

㊟ 区在住でおおむね75歳未満の人

※原則すべて出席できる人

㊟ 20人

㊟ 9月16日9時から WEB

問 区役所高齢者支援担当

☎ 510-1775

fax 510-1897 申込みはこちら



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

㊟ 10月2日(木)14時～15時

㊟ 区役所6階10号会議室

㊟ 20人

㊟ 9月11日9時から窓 ☎ または ☎

㊟ 問 区役所資源化推進担当

☎ 510-1689 fax 510-1892

㊟ tr-chishin@city.yokohama.lg.jp

鶴見区親と子ソフトテニス教室

㊟ 9月15日(月・祝)・24日(水)、10月4日

(土)・22日(水)、11月16日(日)・26日(水)・

29日(土)、12月7日(日)、8年1月10日

(土)、2月8日(日)、3月20日(金・祝)〈全11

回〉10時～12時30分※9月24日、10月

22日、11月26日は19時～21時㊟ 9月～

11月は潮田公園テニスコート(向井町2

-71-1)、12月～3月は入船公園テニスコ

ート(弁天町3-1) ㊟ 中学生以下 ㊟ 親15人、

子35人 ㊟ 親2,000円/人、子1,500円/人

㊟ ラケット、シューズ(小学生のラケットは

協会にて用意します) ㊟ 9月11日までに①

申込代表者の氏名、住所、電話、メール②

参加人数(親の人数、子の人数)を ☎

sports.inoue@gmail.com 問 鶴見区ソフ

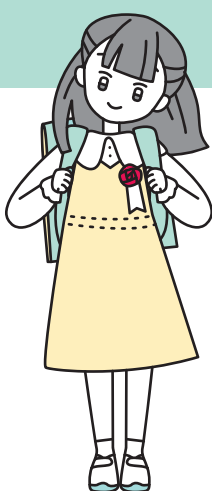
トテニス協会 ☎ 080-5428-1190(井上

来年4月に小学校へ入学するお子さんの「就学通知書」をお届けします

「就学通知書」は、お子さんが入学する市立小学校と健康診断の日時をお知らせするものです。来年(令和8年)4月に小学校へ入学するお子さんの保護者あてに、10月中旬にお送りしますので、ご確認ください。

外国籍のお子さんには…

鶴見区に住んでいる外国籍のお子さんの保護者あてには、9月上旬に入学案内をお送りします。市立小学校に入学希望の場合は、区役所(2階1番)に来てください。



問 区役所登録担当(2階1番) ☎ 510-1706 fax 510-1893

令和8年4月から保育所等への入所を希望される人へ

来年(令和8年)4月1日から保育所等の利用を希望する人に利用案内を配布します。

- 9/12 金 就労証明書の配布開始
- 10/1 水 市 WEB に利用案内・様式を掲載
- 10/10 金 利用案内・様式の配布と1次申請受付開始
- 11/6 木 申請締切(消印有効)

※原則、郵送申請またはオンライン申請となります

利用案内の配布場所

区役所、鶴見駅西口行政サービスコーナー、区内認可保育所等、区内地域ケアプラザ、わっくんひろば、親と子のつどいのひろば

障害のあるお子さんと医療的ケアが必要なお子さんの申込み

障害等の個別に支援が必要なお子さん、医療的ケアが必要なお子さんについては10月17日(金)までに、こども家庭支援課(☎ 510-1839)までご相談ください。



詳細はこちら

問 区役所保育担当(3階4番) ☎ 510-1816 fax 510-1887

税理士による相続・贈与税講習会 およびよろず無料税務相談会

🕒 10月20日(月) 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)

先 ①30人 ②20人

申 9月17日から ☎

申 岡 鶴見青色申告会

☎ 521-1145 ☎ 502-0063

税理士・弁護士による無料相談会inつるぎんドット来〜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) 直

岡 東京地方税理士会

鶴見支部

☎ 502-0780 詳細はこちら



令和7年度鶴見消防団消防操法 技術訓練会

区内8つの分団が、鍛え上げた放水技術の安全性・確実性・迅速性を競います!

🕒 9月14日(日)9時から※荒天延期(予備日9月28日)

📍 大本山總持寺 大駐車場(鶴見2-1-1)

直 駐車場はありませんので公共交通機関でお越しください

岡 鶴見消防署消防団係 ☎ ☎ 503-0119



優勝した分団は、11月の市大会へ出場します

施設から

詳細は各施設にお問い合わせください

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秋のドライフラワー 花束づくり 🕒 10月3日(金)10時～12時 人 先 10人 ¥ 3,300円 申 9月12日10時から20日12時までに ☎ (☎ は13日10時から)

②ナイトストレッチリラクゼーション 秋 🕒 10月16日～8年3月19日の第1・3木曜 ※8年1月1日は除く(全10回) 19時～20時 人 成人 先 20人 ¥ 3,000円 持 ヨガマット、フェイスタオル 申 9月18日10時から ☎ ☎

老人福祉センター 鶴寿荘

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



①留学生に学ぶ「ネパールの自然と文化」 🕒 10月29日(水)10時～11時30分 人 60歳以上 先 20人 ¥ 300円 申 10月1日10時から ☎ ☎

②映画で元気!青春帰郷「寺尾の休日」 ▶今回は「見上げてごらん夜の星を」を鑑賞します 🕒 9月16日(火)13時～15時30分 人 60歳以上 先 30人 ¥ 会員：300円 ※入会金2,000円、一般：500円 直

国勢調査の回答はインターネットがおすすめ 回答期間は9月20日(土)～10月8日(水)

国勢調査 2025

今年は5年に一度の国勢調査の年です。調査書類は、9月下旬頃から各世帯に配布される予定です。スマートフォンやタブレットでインターネット回答用の二次元コードを読み取ると、回答に必要なIDやパスワードが自動で入力されます。24時間いつでも利用でき、個人情報厳重に保護されているので、安心して回答できます。ぜひ便利で安全なインターネット回答にご協力ください。

☎ 区役所統計選挙係(5階4番) ☎ 510-1660 ☎ 510-1889

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私達の暮らしに深くかかわる鶴見川 ▶鶴見区100周年に向けて歴史を紐解く第2弾～鶴見川人道橋開設記念～

🕒 10月12日(日)14時～15時30分 人 成人 先 20人 ¥ 500円 持 室内履き 申 9月13日9時30分から ☎ ☎

②お煎茶産地比べと講話 ▶おいしいお茶を味わいましょう 🕒 10月25日(土) ①11時～12時 ②13時～14時 先 各10人 持 室内履き 申 9月19日9時30分から ☎ ☎

馬場花木園

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



①歴史講座 ▶横浜市内の古民家について学ぶ 🕒 10月19日(日)11時～12時 先 40人 申 10月3日10時から ☎ ☎

②十五夜のお月見会 🕒 10月5日(日) ①17時30分～18時 ②18時10分～18時40分 ③18時50分～19時20分 ④19時30分～20時 人 未就学児は保護者同伴 先 50人 ¥ 600円(抹茶・生菓子付) 申 9月21日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 🕒 10月12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 9月17日10時から ☎

②平日ボート教室 🕒 10月16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 9月24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 🕒 9月12日(金)～10月10日(金) 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

駒岡地区センター

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



①3B体操 🕒 10月24日、11月7日・28日、12月5日の金曜(全4回)10時30分～11時30分 人 成人 先 10人 ¥ 2,000円 持 タオル 申 9月26日10時から ☎

②秋の上生菓子教室 🕒 10月22日(水)13時30分～15時30分 人 成人 先 12人 ¥ 2,000円 持 エプロン、三角巾、手ぬぐい、マスク 申 9月17日10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



①アクセサリケース ▶リングクッション付き 🕒 10月29日(水)10時～13時 人 成人 先 10人 ¥ 1,200円 持 裁縫道具 申 9月17日9時30分から ☎ (☎ は13時から)

②折り紙で作る秋のつるし飾り 🕒 10月4日(土)13時30分～15時30分 人 成人 先 8人 ¥ 500円 持 液体のり、はさみ、糸糸用とじ針、持ち帰り用袋 申 9月12日9時30分から ☎ (☎ は13時から)

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



①手びねりde陶芸 ▶家族が笑顔になるはし置きを作ろう。作品は「秋のコミハ祭り」に展示後にお渡し

🕒 10月4日(土)10時～11時30分 人 小学生 ※1～2年生は保護者同伴 先 20人 ¥ 1,200円 持 汚れてもいい服装 申 9月13日9時30分から ☎ (☎ は13時から)

②ちびっこえいご 後期 ▶えいごでたのしくリトミック 🕒 10月22日・29日、11月12日・26日、12月10日・24日、8年1月14日・28日の水曜(全8回)15時30分～16時 人 2～6歳の未就学児 先 15人 ¥ 3,000円 申 9月12日9時30分から ☎ (☎ は13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 休 第2月曜



①好きな布でポシェットを作ろう 🕒 10月21日・28日、11月4日の火曜(全3回)10時～12時 人 成人 抽 10人 ¥ 800円 申 9月11日9時30分から ☎ (☎ は10時から)

②青空ヨガ 🕒 10月23日・30日の木曜11時～12時 人 成人 抽 各20人 ¥ 各500円 申 9月11日9時30分から ☎ (☎ は10時から)

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AnViva in 末吉

🕒 10月4日(土)13時～18時 人 18歳以下 直

②こどもも大人も将棋教室 後期 ▶小学生から大人まで、初心者・初級者中心の教室です 🕒 10月4日・18日、11月1日・15日、12月6日・20日、8年1月17日、2月7日・21日、3月7日の土曜(全10回)14時～15時30分 人 小学生以上 抽 12人 ¥ 1,000円 持 筆記用具 申 9月13日10時から ☎

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



①ストレッチ&リンパマッサージ ▶老廃物の排出を促し、筋肉の柔軟性を高め、血行が良くなります 🕒 10月14日・28日、11月11日・25日、12月9日、8年1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日の火曜(全10回) ①15時20分～16時20分 ②16時40分～17時40分 人 成人 先 各20人 ¥ 3,500円 持 動きやすい服装 申 9月23日10時から ☎

②親子ゆとり広場 お話会&相談会 ▶手遊び・絵本読み聞かせ・パネルシアター 🕒 9月16日(火)10時～12時 人 未就学児と保護者 先 7組 直

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矢向地区センター秋まつり ▶矢向小学校・矢向中学校・サークルによる演技発表、作品展、物品販売 🕒 ①10月11日(土)10時～17時 ②12日(日)10時～15時 直

②歴史文学講座 ▶あかねさす紫「額田王の生涯」 🕒 10月20日・27日、11月17日、12月1日・15日の月曜(全5回)10時～12時 人 成人 先 20人 ¥ 1,000円 申 9月20日10時から ☎

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角田健一ビッグバンドin鶴見 ▶華やかなビッグバンドで贈るクリスマスのひととき 🕒 12月20日(土)14時30分～16時30分 人 小学生以上 先 430人 ¥ S席4,300円、A席4,000円、ユースS席(18歳以下)2,500円、ユースA席2,000円、バルコニー席3,000円 ユースバルコニー席1,500円 申 先行販売：9月20日10時～9月24日10時に WEB 一般販売：9月25日10時から ☎ (☎ WEB は14時から)

②バブリン先生のしゃぼん玉ショー ▶【3館合同オープンデー2025】大興奮のしゃぼん玉エンターテイメント 🕒 9月27日(土)10時50分～11時20分 人 写真撮影は小学生まで 先 小学生以下80人、一般160人 ¥ 250円 ※小学生以下無料 申 9月11日10時から ☎ (☎ WEB は14時から)

潮田地区センター
〒230-0048 本町通4-171-23
☎511-0765 ㊟511-0760
休 第4月曜



①**潮田交流プラザ「秋まつり」**▶出店や活動サークルの成果発表。ワックンも来るよ㊟9月21日(日)10時30分～15時㊟

②**宇宙の話を聞こう2**▶電波で星を見る㊟10月25日(土)13時30分～15時
先 30人 ㊟300円 持 筆記用具 申 9月19日9時30分から 窓 (㊟は20日から)

ふれーゆ
〒230-0045 末広町1-15-2
☎521-1010 ㊟642-8150
休 第2火曜



①**ノルディックウォーキングエクササイズ**▶専用のポールを使い、体全体の筋肉を活用する全身運動です。椅子に座ったままでもできます㊟9月16日・30日の火曜13時～13時45分
㊟ 高校生以上 先 各8人 ㊟ 各1,200円※プールまたは大浴場当日券付き㊟

②**苦手克服スイミング**▶苦手の種目を重点的にレッスンします㊟9月22日・29日の月曜10時～11時 ㊟ 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 水着・水泳帽子㊟

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**風船ボールであそぼう**▶シュートを決めて高得点をゲットしてね㊟9月11日(木)～15日(月・祝)10時～16時 ㊟ 中学生以下㊟

②**ふれあいあそび**▶馬場保育園の先生と遊びましょう㊟10月8日(水)10時40分～11時 ㊟ 未就学児と保護者㊟

みその公園「横溝屋敷」
〒230-0073 獅子ヶ谷3-10-2
☎ 574-1987 ㊟ 574-2087
休 第1・3月曜



竹とうろうまつり・お月見▶竹林に幽玄な世界を醸し出す竹とうろう㊟9月20日(土)17時～20時※雨天順延 先 600人 ㊟100円 ㊟ あやの会の皆さんのおどり18時～、縁日:お月見団子300円スーパーボールすくい・お菓子釣り100円ほか
※茅葺き屋根工事のため、園内は足元が悪くなっていますのでお気を付けください

竹林内の竹とうろう



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**マタニティストretch**▶ストレッチの後は先輩ママとのお話やひろばの見学㊟9月20日(土)13時30分～14時30分
㊟ 安定期に入った妊娠中の人 先 6人 持 動きやすい服装 申 前日までに WEB
②**マザーズハローワーク講話**▶「おさえておきたい! 収入の壁」㊟9月12日(金)10時30分～11時 ㊟ 未就学児と保護者、妊娠中の人 ㊟ ※講話終了後、個別相談(当日先着3組)できます

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



①**助産師相談**▶授乳や赤ちゃんの健康のことなど相談できます㊟9月12日(金)10時～11時30分 ㊟ 未就学児と保護者、妊娠中の人 先 8組 ㊟
②**マザーズハローワーク講話**▶「おさえておきたい! 収入の壁」㊟9月18日(木)10時30分～11時 ㊟ 未就学児と保護者、妊娠中の人 ㊟ ※講話終了後、個別相談(当日先着3組)できます

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**横浜鉄道遺産めぐり**▶幕末の横浜と鉄道の史跡を訪ねる 講師:小野田滋氏(工学博士)㊟11月8日(土)10時～12時 ㊟ JR東神奈川駅集合～横浜駅周辺 ㊟ 中学生以上 先 15人 ㊟ 1,000円 持 携帯電話※外出企画のため 申 9月20日10時から 窓 (㊟は13時から)

②**楽しく書いたら喜びいっぱい「福文字」**▶味わいのある文字や絵を楽しめます㊟10月17日、11月21日、12月19日 の 金 曜(全3回)10時30分～12時 ㊟ 成人 抽 10人 ㊟ 1,500円 申 9月20日10時から 窓 (㊟は13時から)

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



①**音読塾体験講座**▶心とカラダいきいき!音読をみんなで楽しみましょう㊟9月24日(水)14時30分～16時 先 16人 申 9月12日9時30分から 窓 か ㊟

②**ようこそ! 朗読マラソン**▶好きな作品を持ち寄って、みんなで朗読します㊟10月26日(日)13時～16時 ㊟ 成人 先 30人※朗読したい人20人、聞きたい人10人 申 9月26日9時30分～10月10日19時に 窓 か ㊟ ※聞くだけの人は ㊟

健(検)診・教室

*原則として9月11日～10月10日の予定 * **予約制** は電話、ファクス、ウェブ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 ㊟ 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	9月16日、10月7日の火曜 8時50分～10時10分受付
	1歳6カ月児	9月12日・19日、10月3日・10日の金曜 8時50分～10時10分受付
	3歳児	9月11日・18日、10月2日・9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》		10月3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 ㊟ 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 9月30日(火)、10月9日(木)①9時～ ②10時～ ③11時～ ㊟ 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 10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 10月17日(金) 13時30分～15時 先 16組 申 事前に WEB  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 10月10日(金)①13時30分～ ②15時～ 10月24日(金)①9時15分～ ②10時45分～

【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 10月7日(火)14時～16時 ㊟ 神奈川区役所 本館4階 第3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	9月10日(水)14時～16時 ㊟ 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 ㊟582-7591



①**横浜子育てサポートシステム鶴見区支部**▶地域で子育てをお手伝いしてくださる「提供会員」・「両方会員」の研修会㊟9月18日(木)10時～17時10分 ㊟ わっくんひろば(豊岡町38-4) ㊟ 市在住の20歳以上の人 先 20人 申 9月13日までに 窓 ㊟ または WEB

㊟ 3人(生後57日～5歳)

※受講前に入会説明会参加必須のためお問い合わせください

②**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
9月19日(金)	わっくんひろば (豊岡町38-4)
9月30日(火)	
10月10日(金)	

㊟ 10時～11時 ㊟ 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 ㊟ 504-5616

善意銀行への寄付 [7年6月1日～6月30日・敬称略]

松緑神道大和山 横浜教区婦人会、吉兆グループ、神奈川土建一般労働組合 横浜鶴見支部