

つるみ

No.301
2022

11

おいしい商店街紀行
この味に出会いに

あんこの優しい甘さと
バターとの相性が抜群



黒糖風味の
ふんわり生地



【バターどら焼き】150円(税込)など

バターどら焼き

vol.8-

花 月総持寺駅のすぐそばで昭和3年から続く和菓子店がふくべです。名物のバターどら焼きは400個売れる日もある人気商品で、売れ行きを見ながら3代目店主の用田さんが次々に焼いていきます。「小麦も小豆もバターも北海道産で、添加物も使っていない」と優しい口調ながら素材への強いこだわりを教えてくださいました。近年あんことバターの組合せが流行していますが、ふくべのバターどら焼きは発売から約40年。自宅用のおやつからお土産まで、変わらぬおいしさで愛されています。

子どもや高齢者も
食べやすい安全で
おいしい和菓子
作り続けます



店主 用田 光由さん

花月園駅前通り花商会
ふくべ菓子舗
☎ 生麦5-9-4
📅 水曜、月2回火曜不定休

☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1688 📠 510-1892

Topics/Column

忘れていませんか? 住宅用火災警報器のこと

住宅用火災警報器は、火災の早期発見、被害の拡大や逃げ遅れの防止に効果があります。全ての住宅に警報器の設置が義務化されてから11年が経過し、義務化当初に設置された警報器の多くが交換の時期を迎えています。いざという時に命を守るため、定期的に警報器の点検・交換をしましょう。

機器の寿命は10年!
10年経ったら
交換しましょう

10年を目安に交換

古くなった警報器は、電池の消耗や部品の劣化から機能が低下します。10年を目安に本体ごと交換しましょう。

警報器は、家電量販店やホームセンターなどで販売されています。法令により一定の規格が設けられており、規格に適合したものは検定マークが表示されています。

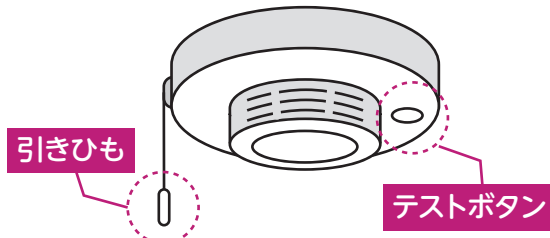
この検定マークが表示されたものを購入してください



年に2回の点検

警報器がきちんと作動するか次の手順で点検しましょう。

- ① 「テストボタンを押す」または「ひもを引く」
- ② 警報音(ブザーや音声)が鳴るか確認する



※警報器が鳴らない場合は交換しましょう

日頃のお手入れ

警報器がほこりなどで汚れると、火災を感知しにくくなります。汚れは乾いた布で拭き取るなど定期的に掃除しましょう。

鶴見消防署総務・予防課
石川 俊輝



取付が難しい人へ

警報器を購入したけれど、高い場所への設置が困難な高齢者世帯などに対し、取付けを支援しています。

消防職員が訪問し設置します

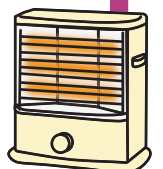


☎ 鶴見消防署総務・予防課 ☎ 503-0119

寒くなるこの時期は、ストーブの使い方も再確認!

冬季は火災が多発します。ストーブを正しく使って火災を防ぎましょう。

- 🔥 ストーブの上や周囲に洗濯物を干さない、置かない
- 🔥 消毒用アルコールやスプレー缶をストーブのそばで使わない
- 🔥 外出時や寝る時は必ずストーブを消す
- 🔥 ストーブをつけたまま給油しない



紙面に掲載しているイベントは、新型コロナウイルス感染症対策を行った上で開催しています。参加時は主催者の指示の下、感染症対策にご協力ください。※状況により、中止・延期・変更となる場合があります。事前に問合先へご確認ください。

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 295,366
(2022年10月1日現在) 世帯数 146,524

見逃さないで親子のたすけてサイン

ちょっとした不安、さまざまなストレス、焦り……気づいたら子どもにどなってしまった、手をあげてしまった。それは、決して特別なことではありません。子育てに行き詰まったら、1人で悩まず相談してください。親子で笑顔になれる方法を一緒に考えましょう。

子育ての悩み・心配な親子の相談窓口

- 区役所子ども家庭支援課 ☎510-1840
- 横浜中央児童相談所 ☎260-6510
- よこはま子ども虐待ホットライン ☎0120-805-240(24時間365日)
- 児童虐待対応ダイヤル ☎189
- かながわ子ども家庭110番相談LINE ID[@kana_kodomo110] お友だち追加はこちら



☎ 区役所子ども家庭係 ☎510-1797 ☎510-1887

子育て資源を有効活用!

CHECK! /

子育て応援ガイドブックとは

親子で利用できる区内の施設をエリア別に紹介した冊子です。相談機関や保育施設、医療関連情報なども掲載。子育て中のさまざまなお困りごとに応えます。

詳細はこちら



区役所1階 乳幼児健診会場の情報コーナーをリニューアル

鶴見区内にある子育てに関するいろいろな情報が探しやすくなりました。ぜひご利用ください。

☎ 区役所子ども家庭係 ☎510-1797 ☎510-1887

はばら だいすけ つるみ読書講演会 脚本家 羽原 大介 氏 『脚本家の仕事～「ちむどんどん」はこうして生まれた～』



毎年ご好評をいただいている「つるみ読書講演会」。今回は、脚本家・羽原大介さんをお迎えします。多くの皆さまのご来場をお待ちしています。

- 🕒 12月24日(土)14時～15時30分(開場13時30分)
 - 📍 鶴見大学会館(豊岡町3-18)
 - 👤 区在住・在勤・在学の人 抽 80人
 - 📄 11月30日までにWEBから電子申請
- ※申込に関するご相談は地域振興課(区役所5階1番窓口)まで

電子申請はこちら



◆羽原 大介(はばら だいすけ)

1964年生まれ。日本大学芸術学部卒。つかこうへいに師事し1992年脚本家デビュー。映画「パッチギ!」(日本アカデミー賞優秀脚本賞)映画「フラガール」(同賞最優秀脚本賞)、NHK連続テレビ小説「マッサン」、「ちむどんどん」ほか、ジャンルを問わず執筆活動を続ける。



☎ 区役所地域振興課「つるみ読書講演会」担当 ☎510-1692 ☎510-1892

いこう、SDGs な未来へ

連載コラム vol.2 環境にも人にも優しい包装箱 <キリンビール株式会社>

区内で「脱炭素」なサービスや技術開発に取り組んでいる企業を紹介します。

「脱炭素」のためにどんなことに取り組んでいますか?

キリンが独自に開発したコーナーカットカートン[®]は、従来のカートンの四隅から角を切り落とすとともに、缶の形に合わせて箱をカットすることで、強度を保ちながら紙の使用量を年間800トン削減することができました。また軽量化によって製造時や運送時のエネルギー消費量を抑え、温室効果ガス排出量を削減しています。

取組・技術への思いを教えてください

環境への負荷軽減を考えて段ボールの角を面にした結果、持ち運びやすくなりました。このように企業活動と社会課題の解決に同時に取り組む価値共創(CSV)を推進しています。今後もCSV活動に取り組むことで、お客様の幸せに貢献していきます。

※カートン…缶ビールなどの製品を入れる包装用の段ボール



キリンホールディングス㈱ やまぐち なのは パッケージイノベーション研究所 山口 菜穂さん

キリンビール 株式会社

☎生麦1-17-1

事業内容：ビールをはじめとする酒類の製造、営業、販売



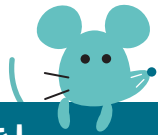
詳細はこちら

☎ 区役所企画調整係 ☎510-1676 ☎504-7102

脱炭素に取り組む企業をまだまだ募集中です。掲載を希望する場合はお問い合わせください

ネズミの被害にあわないために 侵入させない、住みつかせない環境づくりを

寒くなってくると、ネズミは暖かい場所と食べ物を求めて家に侵入することがあります。天井裏でゴソゴソ音がする、食べ物がかじられている、部屋に米粒のような小さなフンが落ちているなどの場合、ネズミのしわざかもしれません。1度侵入されてしまうと、駆除が難しく、手間と労力がかかります。日頃からネズミの住みにくい環境を作ることが重要です。



対策 ネズミの習性を知り、早めの対策を!

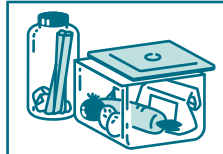
侵入しそうな隙間をふさぐ

- ・ネズミはわずかな隙間(1円玉ほどの穴)から侵入します。侵入口がないか点検しましょう
- ・侵入口があれば目の細かい金網や金たわし、穴埋めパテなどでふさぎましょう



食べ物を片付ける

- ・食料品はネズミにかじられない固い容器や冷蔵庫の中へしまいましょう
- ・生ごみはふた付きのごみ箱へ入れましょう



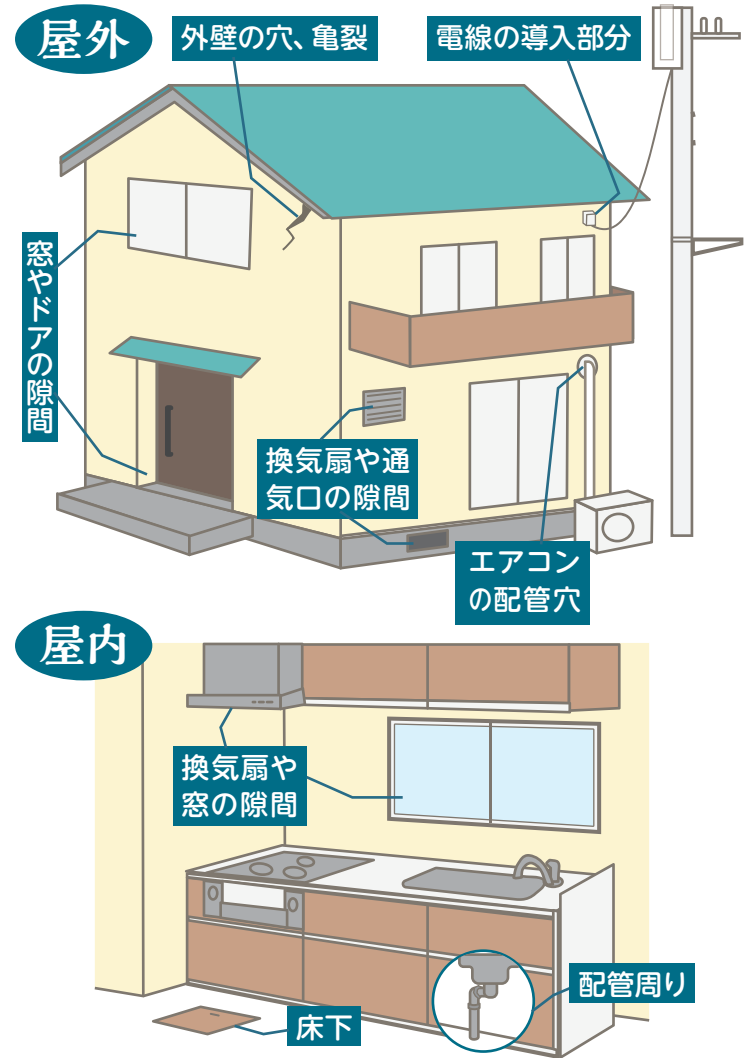
ネズミの住みかとなる場所を作らない

- ・家の中を整理整頓し隠れるスペースをなくしましょう
- ・巣の材料となる新聞、段ボール、ビニール袋などは処分しましょう



生活衛生課では駆除についての相談や捕獲用カゴの無料貸出しを行っています。
※区役所で駆除は行っていません

ネズミはこんな場所から侵入してくる



区役所環境衛生係 ☎510-1845 fax 510-1718



子どもへのまなざし

「育児は愛されることの喜びを与えるだけで十分」と児童精神科医の著者は語ります。本書は出版して24年経った今も色あせず、読み継がれています。育児に関わる人も関わらない人も必読です。続編もあわせてどうぞ。

ささき まさみ 佐々木 正美 / 著 福音館書店 / 発行

一般

ぼくらしく、おどる 義足ダンサー大前光市、夢への挑戦

ダンサー志望だった大前さんは、交通事故で左足のひざから先を切断しました。夢を諦めず、義足の痛みを耐えて踊っていたとき、仲間の言葉が彼の人生を大きく変えます。みんなと違って、これがぼくのダンスだ。

おおまえ こういち 今井 ヨージ / 著 今井 ヨージ / 絵 学研プラス / 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

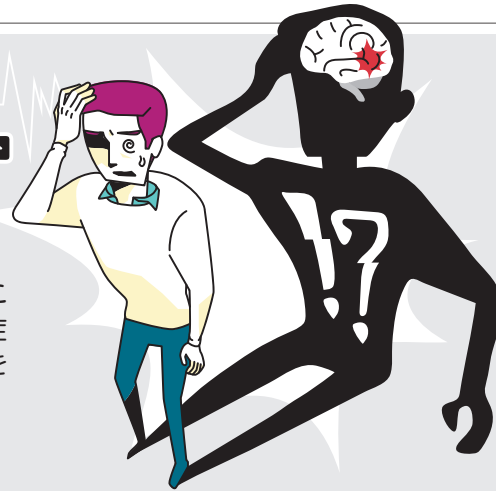
区 鶴見図書館 ☎502-4416 fax 504-6635

脳血管疾患は突然に。忘れないで、大切な人を守る合言葉。

サインはFAST

脳出血や脳梗塞、くも膜下出血……脳血管の疾患はいつ・誰に・どのようにして起こるか分かりません。脳血管疾患などの疑いがある時はどう対処すればよいか。後遺症が残った時でも自分らしく生きるためにはどうしたらよいか。自分自身や大切な人を守るためにできることは何か。一緒に考えてみませんか。

☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 ☎ 510-1897



<h2>Face</h2> <p>フェイス・顔のまひ 顔の片側が上がらない ゆがみがある</p> <p>☑CHECK! / うまく笑顔が作れますか?</p>	<h2>Arm</h2> <p>アーム・腕のまひ どちらか一方が 下がってきちゃう</p> <p>☑CHECK! / 両腕を上げたままにできますか?</p>	<h2>Speech</h2> <p>スピーチ・言葉の障害 ろれつが回らない 言葉が出てこない</p> <p>☑CHECK! / いつもどおりお喋りできますか?</p>
<p>何か変だ……おかしいな……そんなとき → ためらわず救急車を呼んでください!</p>		
<h2>Time</h2> <p>タイム・発症時間 どれか1つでも当てはまったら 発症時間を確認してすぐ119番</p> <p>☑FAST!!! / 一刻も早く受診を!</p>		

脳血管疾患の後遺症って?

脳血管障害が起きると、脳の細胞がダメージを負ってしまうため、適切に治療しても後遺症が残ることがあります。外見からは分かりづらい障害もあり、本人や家族も悩むことが多いため、後遺症について正しく知ることも大切です。症状は人によりさまざまですが、主に次のようなものが挙げられます。

<h3>手足のまひ</h3> <p>思うように動かすことができず、歩行や着替え、字を書くなどの動作がしづらくなる</p>	<h3>高次脳機能障害</h3> <p>物の置き場所を忘れる。新しいできごとを覚えられない。同じことを繰り返し質問する</p> <p>ぼんやりすることやミスが増える。2つのことを同時に行くと混乱する。作業を長く続けられない</p>
<p>触れている感覚が分からなくなったり、温度や痛みが分からなくなったりする</p>	<p>ちょっとしたことで落ち込んだり、興奮しやすくなったりする。欲求を抑えるのが苦手になる</p> <p>自分で計画を立ててものごとを実行するのが難しい。行きあたりばったりの行動が多くなる</p>

高次脳機能障害は目に見えませんが、

- ・ゆっくり具体的に話す
- ・情報をメモにする など

周りの人が関わり方を工夫することで生活しやすくなります

再発予防と社会参加のためにできること

脳血管疾患などにより後遺症が残り、「日常生活が不安」「どうやって社会復帰すればいいのかわからない」……そんな時、一人で悩む必要はありません。鶴見区では、さまざまな形で、自分らしい暮らしを取り戻すためのお手伝いをしています。



中途障害者活動支援センター ふれんどーる鶴見

仲間づくりや地域との交流、生活訓練などを通じて、脳出血や脳梗塞、くも膜下出血などの後遺症に悩んでいる人の再発予防と社会参加を支援しています。

リハビリ教室

退院後間もない人や外出の機会が欲しい人に、ストレッチ体操や健康講座などを行います。



活動センター ¥2,000円/月
作業やスポーツ、美術などの生活訓練や自主製品の製作・販売などを行います。

自主製品は「ふれんどーる鶴見」「ふれんどーる絆」で誰でも購入することができます!



※詳細は各施設にお問い合わせください

専門相談

高次脳機能障害に関する困りごとやこれからの生活・活動について、専門のスタッフに相談することができます。



高次脳機能障害がある人の活動支援は、「ふれんどーる絆」でも行っています。

ふれんどーる絆(地域活動支援センター)
☎ 月～金 10時～15時10分
☎ 鶴見中央4-37-37 リオバルデ鶴見2階
☎ 511-2223 ¥2,000円/月

脳血管疾患の人が利用できる制度

障害福祉サービス

障害者手帳を取得することで、障害の種類や程度に応じてさまざまな福祉サービスを受けることができます。手帳がない場合でも、障害区分判定を受けることで福祉サービスの利用が可能となります。



障害福祉についてはこちら

介護保険

40歳以上の脳血管疾患などの特定疾病の人が介護認定を受けることで利用可能です。要介護認定の申請は、鶴見区役所高齢・障害支援課か地域包括支援センターで行うことができます。



介護保険についてはこちら



地域包括支援センターについてはこちら

ひとりで抱え込まないで

鶴見区福祉保健センター 医務担当課長 飛鳥田 まり

脳血管疾患は再発しやすい病気です。再発予防のためには、薬を飲み忘れや、自己判断で服薬をやめたりしないことが大切です。禁煙や食事、運動など生活習慣を見直して健康的な生活を送ること、特に高血圧の管理は再発予防にとって重要なポイントです。

今この状態を低下させないために、日常生活で身体を動かすことや生活の不自由さを減らすための工夫をすることもリハビリになります。リハビリを続けるには根気が必要です。不安や悩みも出てきますが、一緒に取り組む仲間がいれば続けやすくなります。ひとりで抱え込まず、「ふれんどーる鶴見」などを活用してください。1歩ずつ、生活の中でリハビリを進めていきましょう。



1人ひとりが地域の中で、その人らしく生き生きと暮らせることを目指しています

☎ 脳血管疾患などの後遺症がある人※
・市在住のおおむね40～64歳
・1人で週2日以上通所可能な人

☎ 月～金 10時～15時10分
☎ 鶴見中央3-20-9 1階
☎ 504-2700

※脳外傷など脳血管疾患ではない人も利用が可能な場合があります。ご相談ください

NPO法人ふれんどーる 理事長 長谷川 勝一さん

また社会に参加できる喜び ~利用者の声~

倒れたのは2年前のことです。家にいる時、なんとなく腕がしびれているような気がして、そのうち言葉が出なくなって、救急車を呼んでもらいました。搬送先の病院で脳出血と診断され、急性期の治療からリハビリを経て、退院したのは9か月後でした。利き腕でもある右半身にはまひが残りました。力が入らず、ペットボトルのふたも自分で開けられない。これからどうやって生きていけばいいのか、とつらい気持ちになり、外出できない日が続きました。

そんな時、ケアマネジャーの紹介で「ふれんどーる鶴見」を見学しました。同じ病気の人がリハビリや生活訓練に取り組んでいる姿を見て、自分もがんばってみようと思いました。はじめはボールペンを握ることに苦労しましたが、今は字がうまくなったと言われます。その他にもできることが増えて、知らない間にリハビリになっていたようです。毎週通うようになって、おのずと人と話すことが増えました。社会に参加できる、こういう場所があって良かったと心から感謝しています。

後遺症の多くは目に見えず、周りから気付きにくいですが、困難を抱えている人が社会にいることをわかって欲しいです。長い人生、まだまだ不安はありますが、自分でできることをひとつでも増やしていきたいです。

トピックス/コラム

おいしいパンや すてきな雑貨が区役所に大集合

12月の障害者週間に合わせ、福祉施設利用者による「鶴っこ」製品(雑貨やお菓子、パンなど)の販売や施設紹介などのパネル展示などを行います。ぜひご来場ください。

🕒 12月5日(月)～9日(金)10時～14時
📍 区役所1階区民ホール

12.8
↓
12.9
障害者週間



フェルトや布製品、文房具などの小物や雑貨、手作りのお菓子やパンも取りそろえています。
※パン類は11時頃から販売します。数に限りがありますので、お早目にお越しください

📍 区役所障害者支援担当 ☎ 510-1847 📠 510-1897

税を考える週間イベントを開催します

税に関する作品展、税理士会鶴見支部による無料相談を実施しますので、ぜひご来場ください。
※5年10月から開始するインボイス制度についても相談できます

🕒 11月15日(火)10時～16時
📍 LICOPA鶴見 1階GARDEN(鶴見中央3-15-30)

同時開催

横浜市によるマイナンバーカード申請サポート
約10分で申請書完成、顔写真撮影も無料です。



マイナンバーカード特設ページはこちら

11月11日～17日は「税を考える週間」です



国税庁ウェブページ内に「これからの社会に向かった」をテーマとした特設ページを設け、国税庁の取組を紹介しています。私たちの暮らしを支える教育、福祉などの「公共サービス」や、道路、公園などの「公共施設」にかかる費用は、税金によって賄われています。この機会に、税について考えてみませんか。



国税庁ウェブページ

国税庁の利便性向上への取組

- 確定申告書は自宅で e-Tax
- 国税の納付はキャッシュレスで
- 納税証明書はスマホやパソコンで
- インボイス制度のお手続きはお早めに



e-Taxについて



インボイス制度特設ページ

📍 鶴見税務署 ☎ 521-7141 (代表)

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、事前に問合せ先へご確認ください

区役所から

第65回鶴見区民弓道大会

🕒 12月18日(日) ① 中高生の部:9時30分から ② 一般の部:13時から(受付は各30分前から) 📍 市立東高校弓道場(馬場3-5-1) 📍 区在住、在学、在勤、在道場の中学生以上 先 150人 費 1,000円(中高生500円) 持 弓具一式、稽古着 申 11月27日～12月4日に 📠 か
申 区役所弓道連盟
☎ 571-5836 📠 585-6479
✉ tsurumi_kyudo@yahoo.co.jp

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、法律問題についてお答えします
🕒 毎月第3木曜日18時30分～20時30分 📍 鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2) 先 8人 直
📍 神奈川県司法書士会
☎ 641-1372 📠 641-1371



鶴見川バーチャルツアー第2弾

源流の森や川、生物などの自然環境、治水対策、体験学習施設の紹介動画を見ながら鶴見川や流域のことを楽しく学びます
🕒 12月11日(日)10時～12時 📍 オンライン 先 30人 申 11月21日～30日17時に 📠 か WEB
主催:ふれあって流域鶴見川実行委員会
申 区役所 ふれあって流域鶴見川2022 総合調整窓口:(株)ニデア
☎ 568-7159
✉ nidea@neo.nifty.jp



ウェブページはこちら

税理士による無料税務相談会

inつるぎんドット来～い!!
税に関するご相談に地元税理士がお答えします。後見制度や弁護士による法律に関するご相談(不定期)も併設します
🕒 11月26日(土)10時～14時 📍 鶴見銀座商店街(ベルロードつるみ) 直
申 東京地方税理士会鶴見支部
☎ 502-0780 📠 502-7425

使っていますか? ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品は、先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に販売された、同じ有効成分を持つ後発医薬品です



- 一般的には、先発医薬品より安価で経済的です。自己負担額の軽減、国民健康保険財政の改善につながります
 - 効き目や安全性は、先発医薬品とほぼ同じです。薬の形や色などは異なることがあります
 - すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。医師の治療方針や医療機関、薬局の在庫などにより、ジェネリック医薬品を用意できない場合もあります
 - ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師・薬剤師にご相談ください
- 📍 区役所保険年金課 ☎ 510-1810 📠 510-1898

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 申 事前に ☎
申 区役所よこはま東部ユースプラザ(鶴見中央3-23-8)
☎ 642-7001 📠 642-7003

放課後児童クラブ(学童保育)合同説明会

放課後を楽しく安全に過ごすための放課後児童クラブの説明会です
🕒 11月26日(土) ① 10時から ② 11時から(2部制) 📍 加瀬の貸会議室・鶴見駅前ホール(豊岡町3-28第二竹内ビル4階) 先 各60人 直
申 区役所学童保育合同説明会実行委員会(鶴見おひさま学童クラブ)
☎ 📠 504-7374

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 第4月曜

- ①年賀状とカレンダーを絵手紙で
11月24日、12月1日の木曜日(全2回)13時~15時 成人先12人 ¥500円 申11月11日10時から窓
- ②新そばでそば打ち体験 11月26日(土)13時30分~15時 成人先10人 ¥1,000円 申11月12日10時から窓
- ③冬の英国式ハンギング 12月4日(日)10時~12時 成人先10人 ¥3,000円 申11月13日10時から窓
- ④クリスマスリースからお正月飾りへ 12月2日(金)10時~12時 成人先12人 ¥2,500円 申11月18日10時から窓
- ⑤おはなし広場であそぼう 11月17日(木)10時30分~11時30分 未就園児と保護者 直
- ⑥こどもと若者の広場“アソViva!!” 11月19日(土)13時~18時 18歳以下 直
- ⑦よみきかせ・ブラックシアター・わらべうた 12月5日(月)11時~11時30分 未就園児と保護者 直
- ⑧おもちゃ病院▶小学生のおもちゃドクターも募集中 11月19日(土)10時~15時 小学生以下先15人(1人1点) 申10月11日10時から窓
- ⑨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 未就園児と保護者先各11人 直

矢向地区センター

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

- ①福文字で年賀状を描こう▶福文字とかわいい千支の手描きの年賀状 12月1日(木)10時~12時 先10人 ¥1,000円 申11月11日9時30分から窓
- 大切な人へ福を届けます
- ②矢向に第九がやってくる~ヨコハマバイフィルハーモニーによる「第九コンサート」▶迫力のある生演奏を聞きに来てください 12月11日(日)14時開演(13時30分開場) 先100人 申11月11日9時30分から窓
- ③矢向おもちゃ病院II▶横浜港北おもちゃドクターの会 12月17日(土)10時~11時(引き渡しは14時から) 先15点(1家族2点まで) 申11月17日9時30分から窓
- ④矢向パソコン相談▶つるみパソコンボランティア協会 12月14日(水)13時30分~16時 成人先10人(1人30分) 持パソコン持込可 申11月15日9時30分から窓
- ⑤絵本とわらべうたであそぼう▶ボランティアおはなしサークル「絵本とともだち」による楽しいよみきかせ 11月16日(水)10時30分~11時 未就学児と保護者先10組 直
- ⑥矢向子育て相談▶毎週木曜日10時~12時 未就学児と保護者先各10組(1組1時間) 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ポップアップカードでクリスマス 12月3日(土)10時~12時 小学生以上(小学1・2年生は保護者同伴) 先12人 ¥300円 持はさみ、色鉛筆、スティックのり 申11月12日10時から窓(☎は13日から)
- ②お正月のフラワーアレンジメント 12月27日(火)10時~12時 成人先12人 ¥3,000円(花材・花器付き) 持花切はさみ、持ち帰り用袋 申11月29日10時から窓(☎は30日から)
- ③ちりめんで作る千支ウサギ 12月2日(金)13時~15時 成人先12人 ¥1,000円 持筆記用具、はさみ、持ち帰り用袋 申11月11日10時から窓(☎は12日から)
- ④お正月リース 12月10日(土)10時~12時 成人先10人 ¥800円 持はさみ、持ち帰り用袋 申11月19日10時から窓(☎は20日から)
- ⑤子どもと若者のひろば“アソViva”in末吉 12月3日(土)13時~18時 18歳以下 直
- ⑥ハンドメイドタイム▶水引きで作る富士山のプレート&ポチ袋 12月18日(日) ①10時から ②13時から 成人先各5人 ¥500円 持はさみ 申11月20日10時から窓(☎は21日から)
- ⑦ナイトヨガ▶心身のリラクセスと質の良い睡眠へ 11月30日(水)19時15分~20時15分 成人先20人 ¥500円 持汗ふきタオル、あればヨガマット 直



水引きで作るプレートとポチ袋

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

- ①クリスマスコンサート 12月17日(土)14時~15時 先30人 申11月19日10時から窓(☎は13時から)
- ②クリスマスアドベントカレンダー作り 12月10日(土)13時30分~15時 小学生先15人 ¥100円 申11月12日10時から窓(☎は13時から)
- ③子育て中ママ応援 馬場育児教室ポニー 12月5日(月)10時~11時30分(時間についてはお問い合わせください) 1歳未満の子と保護者、妊娠中の人とパートナー 先12組 持母子手帳、バスタオル 申鶴見区赤ちゃん会ウェブページから予約



歌とバイオリンとピアノ

ウェブページはこちら



生麦地区センター

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

- ①体を整えるピラティス入門 12月1日・15日の木曜日(全2回)11時30分~12時30分 成人先20人 ¥600円 持ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル 申11月11日9時30分から窓(☎は13時から)
- ②ウサギの編みぐるみ 12月8日(木)12時30分~16時 成人先8人 ¥500円 持毛糸用かぎ針7号、毛糸用とじ針 申11月15日9時30分から窓(☎は13時から)
- ③千支ウサギ 12月12日(月)13時30分~15時30分 成人先10人 ¥1,000円 持裁縫道具 申11月16日9時30分から窓(☎は13時から)
- ④はなしのお宿 12月1日(木)11時~11時30分 未就学児と保護者先10組 直
- ⑤パソコン相談室 12月8日(木)13時30分~15時30分 成人先10人(1人20分) 申11月11日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑥なまむぎ子育て相談 11月15日~12月6日の毎週火曜日10時~12時 未就学児と保護者先各8組(1組1時間) 直



ウサギ全長10cm

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銀幕ライブ~潮田の休日~「どぶ」 12月15日(木)13時~15時 成人先20人 申11月17日9時30分から窓(☎は18日9時30分から)
- ②ヨコハマバイフィルハーモニー第九コンサート 12月18日(日)14時~15時 先100人 持室内履き 申11月18日9時30分から窓(☎は19日9時30分から)
- ③書き初め教室 5年1月5日(木)13時~15時 小学生先10人 ¥400円 持習字道具 申12月1日9時30分から窓(☎は2日9時30分から)
- ④潮田けん玉道場 11月20日(日)10時~12時 先21人 直
- ⑤潮田はなしのお宿 11月17日(木)11時~11時30分 未就学児と保護者先12人 直
- ⑥潮田子育て相談 11月16日・30日、12月7日の水曜日 ①10時から ②11時から 未就学児と保護者先各5組 直

駒岡地区センター

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

- ①Xmasスワッグ 11月24日(木)10時~12時 成人先12人 ¥2,000円 申11月12日10時から窓
- ②Xmas菓子シュートレン 12月9日(金)10時~13時 成人先12人 ¥1,500円 申11月25日10時から窓

駒岡地域ケアプラザ

〒230-0071 駒岡4-28-5
☎570-6601 ☎570-6602

- ①健康チェック(血流測定)▶65歳以上の人には「暮らしづくりチェック」も行います。「健康づくり講座」などの定期イベントも紹介しています 11月28日(月)13時~15時 曲イオン駒岡店正面向口横(駒岡5-6-1) 成人 直

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

- *②~⑤の申は11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 11月13日・27日、12月11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 12月11日(日)10時~12時 小学生以下(未就学児は保護者同伴) 先20人
- ③子どもクリスマス工作 12月10日(土)10時~12時 小学生以下(未就学児は保護者同伴) 先10人 ¥100円
- ④ペーパークラフトで千支作り 12月20日(火)10時~12時 成人先10人 ¥100円
- ⑤お正月の寄せ植え 12月22日(木)10時~12時 成人先10人 ¥2,500円

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秋のコミハまつり 作品展▶コミハで活動中のサークルの作品発表、簡単な工作などの体験があります 11月12日(土)9時30分~15時 直



3年ぶりの開催です

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

- ①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 未就学児と保護者先各4組 直
- ②新鶴見文化祭▶作品展・パフォーマンス発表。野菜の販売もあり ①11月19日(土)9時30分~13時30分 ②11月20日(日)9時30分~12時 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 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~ 11月15日(火)10時~12時 未就学児と保護者先5組 直

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 第2・4月曜

- ①おはなし会▶絵本、紙芝居、手遊びなど 11月16日(水)11時~11時20分 未就学児と保護者 直
- ②いっしょにあそぼう会▶どろんこ保育園の先生と遊びましょう 11月30日(水)10時40分~11時 未就学児と保護者 直

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

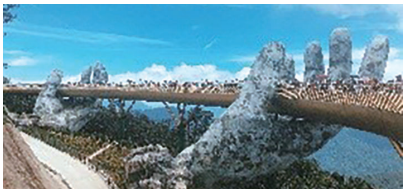
- アロマでつくる万能クリーム&リップクリーム▶乾燥した冬のお肌にアロマの香りの万能クリーム&リップクリーム 12月3日(土)14時~16時 成人先10人 ¥1,000円 申11月12日9時30分から窓

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シーグレイ内
☎ 511-5711 ☎ 511-5712 休 第3水曜
WEB サルビアホール 検索

第12回サルビア子ども絵画展 ▶ 子どものための絵画展。サルビア賞には特典あり ☎ 5年2月17日(金)～20日(月)10時～18時 ①しぜん ②自由テーマ作品募集 ☎ 小学生以下先 250人 申 11月11日～5年2月10日に窓か郵

横浜市国際学生会館
〒230-0048 本町通4-171-23
☎ 507-0121 ☎ 507-2441 休 第4月曜

留学生による文化講座～今とっても気になるベトナム～ ☎ 12月3日(土)13時30分～15時 ☎ 中学生以上先 20人 ¥600円(高校生以下300円)飲み物・お菓子付き 申 11月11日9時から ☎ か ☎ (☎の場合は 必要事項、件名に「ベトナム文化講座希望」、オンライン開催の場合の参加可否を記載)※新型コロナウイルス感染状況によってはオンライン開催(参加費は無料)になります ☎ yish@yoke.or.jp



ベトナム・ダナンの新名所「ゴールデンブリッジ」

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

①**歴史講座** ☎ 12月1日・8日・15日、5年1月19日・26日の木曜日(全5回)10時～11時30分 ☎ 60歳以上先 25人 ¥2,000円 申 11月11日10時から窓 ②**ちりめんで作る千支ウサギ** ☎ 12月6日(火)10時～12時 ☎ 60歳以上先 12人 ¥1,000円 申 11月15日10時から窓 ③**折り紙でお正月飾り** ☎ 12月10日(土)13時～15時 ☎ 60歳以上先 12人 申 11月19日10時から窓 ④**留学生に学ぶ「オーストリア ウィーンの魅力」** ☎ 12月10日(土)10時～11時30分 先 20人 申 11月19日10時から窓 ⑤**サロンやまのて** ☎ 11月11日(金)10時～12時 ☎ 60歳以上先 35人 ¥100円 ☎ ⑥**Caféふらっと** ▶ 子ども～高齢者までの居場所づくり ☎ 11月24日(木)10時～13時 ¥150円 ☎ ⑦**パソコン相談室** ☎ 11月19日、12月3日の土曜日13時30分～15時30分 ☎ 60歳以上先各8人(1人30分) 申 前日の12時までに窓 ⑧**びざびざワックン体操** ☎ 第3以外の火曜日14時～15時30分 ☎ 60歳以上先各60人 ☎

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提供会員・両方会員向け入会説明会** ▶ 入会説明会参加後、3日間の研修会参加必須 ☎ 12月3日(土)10時～11時 ☎ 市在住の20歳以上先 15人 持 筆記用具 申 前日までに窓か ☎ (☎ 横浜子育てサポートシステム鶴見区支部 ☎ 582-7610) ②**看護師相談** ☎ 11月18日(金)10時30分～11時30分 ☎ 未就学児と保護者先 4組 申 11月17日15時30分から ☎ ③**ベビーマッサージ** ☎ 12月2日(金)10時30分～11時30分 ☎ 4カ月以上の子と保護者先 6組 持 バスタオル 申 11月25日15時30分から ☎

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

①**看護師さんのミニ講話「胃腸炎について」** ☎ 12月1日(木)10時30分～10時45分 ☎ 未就学児と保護者 ☎ ②**看護師相談** ▶ 子どもの健康、発育などを相談できます ☎ 12月1日(木)10時45分～11時30分 ☎ 未就学児と保護者先 5組 申 11月30日15時30分から ☎ ③**手遊びわらべうた** ☎ 11月25日(金)10時30分～11時 ☎ ねんね期～おすわり期までの子と保護者先 7組 申 11月18日15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 横浜の歴史を活かした街づくり** ▶ 講師 西脇敏夫:都市デザイナー、元横浜市都市デザイン室長 ☎ 11月19日(土)11時～12時 先 30人 申 11月11日から窓か ☎ ②**園内ガイド** ☎ 11月26日(土)13時～14時(雨天決行) ☎ ③**ボランティア募集** ▶ 園内の除草作業・田舎裏の火入れ。熟練スタッフがサポートします 申 11月14日から窓か ☎

入船公園
〒230-0044 弁天町3-1
☎ 501-2343 ☎ 710-0727

①**アロマで美肌クリーム作り** ☎ 11月12日(土)10時～12時 先 10人 ¥800円 申 11月10日17時までに窓か ☎ ②**入船スケッチ会** ☎ 11月26日(土)10時～12時 先 15人 ¥500円 申 11月21日17時までに窓か ☎ ③**入船ランタン音楽祭** ☎ 12月10日(土)9時～19時 ☎

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

①**大人のための朗読サロン** ▶ [NEXUS ~ぎずな~]による朗読会 ☎ 12月3日(土)14時～15時 ☎ 18歳以上先 15人 申 11月18日9時30分から窓か ☎ ②**全国火災予防運動(企画展示)** ▶ 火災予防に関する資料を展示(共催:鶴見消防署) ☎ 12月16日(金)まで ☎ ③**絵本とわらべうたのおはなし会** ☎ 11月29日(火) ①10時30分～11時 ②11時15分～11時45分 ☎ ①0歳の子と保護者 ②1～3歳の子と保護者先各5組 持 小さなレジャーシート 申 11月15日9時30分から窓か ☎ ④**テアトル図書館へようこそ!宮沢賢治「どんぐりと山ねこ」** ▶ チェロと俳優2人で上演します。皆さんもセリフで参加する音楽劇です ☎ 12月4日(日)11時～11時50分 ☎ 小学生以下と保護者先 15人 申 11月17日9時30分から窓か ☎ ⑤**ティーンズ秋のPOP祭り(企画展示)** ☎ 11月30日(水)まで ☎



約3,000冊の本を載せて巡回します。本の貸出・返却・予約ができます ☎ 11月17日、12月1日の木曜日10時20分～11時40分(荒天中止) ☎ 矢向一丁目公園(矢向1-2) ☎ 中央図書館サービス課 ☎ 262-0050 ☎ 231-8299

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 [8月1日～8月31日・敬称略]
吉兆グループ

健(検)診・教室

*原則として11月11日～12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 ☎ 510-1850 ☎ 510-1887	
乳幼児健診	4か月児 11月15日、12月6日の火曜日 8時50分～10時10分受付 1歳6か月児 11月11日・18日、12月2日・9日の金曜日 8時50分～10時10分受付 3歳児 11月17日・24日、12月1日・8日の木曜日 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》	11月18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 予約制 11月29日(火)、12月8日(木) ①9時～ ②10時～ ③11時～ ☎ 区役所2階栄養相談室
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 ※保護者のみの参加も可 予約制 12月20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 申 12月1日8時45分から ☎
親子わくわく歯つっぴい講座 《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 予約制 12月9日(金) ①13時30分～ ②14時～ ③14時30分～ 先各4組(個別対応) 申 11月11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 11月15日(火) ①9時～ ②10時～ ③11時～ 12月8日(木) ①13時～ ②14時～ ③15時～
【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 12月6日(火)14時～16時 ☎ 南区役所4階401号(南区浦舟町2-33)

※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(2023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

WEB 広報よこはま鶴見区 検索



区役所からの情報は、鶴見区ウェブページもご覧ください

WEB 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