

いすみ

7月号

2019(令和元)年

泉区のいま

●人口—152,053人
●世帯数—62,111世帯
2019(令和元)年6月1日現在



特集1 仲間といっしょに地域で健康づくり!	8
特集2 食中毒を予防しよう	9
トピックス	5
泉区役所掲示板	6・7
泉区役所からのお知らせ ほか	10・11
施設からのお知らせ	12

5~12ページは泉区版です

トピックス

来て見て体験してみよう!

泉区役所 オープンデー 2019

8月1日(木) 10時~15時 場所 泉区役所 対象 小中学生

当日参加プログラム

お家の防災グッズなあに? クイズ
家庭の備蓄対策としてお家に備えておくべき防災用品の12品目を1分間で覚えて制限時間内に書き出し、全問正解したら、防災グッズ(ホイッスル)をプレゼント!

自慢しよう! 泉区のいいところ
水や緑が豊かで農作物の恵みが豊かな泉区。今まで知らなかった泉区の「いいところ」をクイズ等を通して学びます。

ヨコハマ3R夢プランを学ぼう! ~目指せ分別マスター!~
分別釣りゲームや大型タブレットでの分別ゲームを通して、ごみと資源の分別を楽しく学ぶことができます。

子どもを交通事故から守ろう!
交通安全に関するクイズ等を通して交通ルールを守る大切さを楽しく学んでもらいます。

自分の身は自分で守ろう ~楽しく学ぶ防犯~
防犯に関するプログラム体験を通して、子どもの安全・防犯について楽しく学びます。

ラグビーボールでスローインチャレンジ!
ラグビーボールでゴールを狙え! 小さなお子様でも体験できます。親子で撮影できるフォトスポットもあります!

知ってる? 「戸籍謄本」
戸籍謄本には、どのようなことが書かれているのか、出生届を例に学習します。

税金の仕組みを知ろう
税金についてのアニメ上映などにより、税金のしくみや大切さ、使いみちについて楽しく学びます。

ごはんの食べ方チェック!
料理カードを使って、元気なからだになるごはんの食べ方を楽しく学ぼう!

家にいるかも!? 身近な虫を見てみよう!
家や公園にいる虫を詳しく観察してみよう。よく見かける虫も登場予定。

みんなで体験!! 高齢者の暮らし
お年寄りはどんなことに困っているの? お年寄り体験や車いす体験を通じて、身近な福祉に触れてみよう!

赤ちゃんについて知ろう
お腹の中の赤ちゃんの成長を人形を使用して解説。新生児人形での赤ちゃんお世話体験。(抱っこ、オムツ交換)

仕事大発見! ~自分にぴったりのお仕事は何だろう?~
好きなことなど、いくつかの質問に答えさせていただきます。あなたにぴったりのお仕事探してみませんか?

健康保険のしくみを知ろう! ~ケガや病気のときの強い味方~
ケガや病気で病院にかかったときにお世話になる保険証。保険のしくみを分かりやすいイラスト等で解説します。

見て、着て、聞いて、触れて、消防署を体験しよう!!
消防車両等の展示、防火衣の試着、放水体験を通じて、消防士の仕事を体験し、消防士が読む防災紙芝居を聞き楽しく学ぼう!

~見る・知る・土木~ 泉土木のしごと紹介
パネルを見てクイズにチャレンジ! プレゼントもあるよ。きみの描いたぬり絵の遊具が区内の公園に現れるかも!

〈注意事項〉 ●天候等の不測の事態によりプログラム内容が変更または中止になることもあります。●中止の際は泉区役所ホームページに掲載します。●公共交通機関を利用してください。車で来場する場合は近隣の有料駐車場を利用してください。●当日の混雑状況により、入場制限を行うこともあります。●一時託児はありません。●後日、区役所のホームページ、広報よこはま等に当日の様子などを紹介するため、会場内で参加者の写真を撮影しますので予めご了承ください。

泉区役所 オープンデー2019 で 検索

固 広報相談係 ☎800-2335 fax 800-2506

泉区まちづくりみらい塾

~まちづくりを実践的に学び、地域づくりのネットワークを作るきっかけに~

泉区まちづくりみらい塾は、受講生同士のコミュニケーションを大切に、グループワークや現地見学、個人ワークを通じて「自分が地域で大切にしたいこと」「解決したいこと」を再確認し、自分の住んでいる地域に帰った時に、一歩踏み出せるよう具体的なチャレンジプランを考える実践的なプログラムです。

塾生募集



●プログラム ※保育付き

1	9月7日(土)	14:00~17:00	開講式・オリエンテーション
2	10月19日(土)	10:30~17:00	現地見学ツアー(都筑区北山田町内会)
3	11月9日(土)~17日(日)の間で実施	10:00~16:00	実習で現場を経験①
4	11月19日(火)~12月5日(木)の間で実施	10:00~16:00	実習で現場を経験②
5	12月7日(土)	14:00~17:00	実習報告・チャレンジプラン作成
6	2月1日(土)	14:00~17:00	チャレンジプラン発表・卒業式

対象 ●これから地域活動をしてみようと考えている方
●自治会町内会、各種委員、地域ボランティア、地域活動団体、NPOなどで活動している方、地域貢献活動に関心のある方

定員 15人程度
申込 8月2日までに応募用紙に記入して郵便かFAX、Eメールを地域力推進担当へ

※応募用紙は、区役所のほか、区民活動支援センター、泉区内の地区センター、コミュニティハウス、地域ケアプラザにあります。泉区ホームページからもダウンロードできます。

固 地域力推進担当 ☎800-2333 fax 800-2505

泉区役所

☎800-2323 (代表番号)
fax 800-2506

〒245-0024 和泉中央北五丁目1番1号

区役所 開庁日

●月~金曜日(祝休日・年末年始を除く) / 8時45分~17時
●第2・4土曜日 / 9時~12時
※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。

～izumi～
泉区役所 掲示板

マークの見方 ●費用の記載がない場合は無料 ●特に断りのないものは当日自由参加 ●今月11日以降の市や外郭団体などの事業を掲載しています

名氏名(ふりがな) ☎電話番号 📠ファクス番号 🏠〒住所 年齢 行 行事名
✉Eメール(アドレス) ¥費用 🏠ホームページ 申 申込み 問 問合せ

カレーとハンバーグを食べに 商店街へ出かけよう!

いっずんカレー、ガチハンバーグの
記事についての問合せ先

☎地域活動支援担当
☎800-2391 📠800-2507



いっずんカレー

令和元年夏! 泉区のマスコット「いっずん」が
カレーになりました。カレーを食べて暑い夏を乗り切ろう!
提供店舗: 7店舗 期間: 7月1日(月)～8月31日(土)

● 桐の家 (和泉商店会)

場所 和泉中央南3-7-1
(市営地下鉄立場駅から徒歩5分)
営業時間 11時30分～14時、
17時30分～21時
定休日 火曜(毎週)、月曜(月1回)
☎803-9880



1,240円(税込み)
(1日限定10食)

● 栃木屋 (なかだ商店会)

場所 中田東3-3-1
(市営地下鉄中田駅から徒歩1分)
営業時間 11時～14時30分、
17時～19時30分
定休日 木曜
☎802-0192



800円(税込み)

● 寿庵 (上飯田ショッピングセンター)

場所 上飯田町1331-6上飯田ショッピングセンター内
(神奈中バス児童公園前バス停)
営業時間 11時30分～14時、
17時～19時
定休日 月曜
☎803-1123



950円(税込み)
(店内提供のみ)

● リズム1 (中田中央商店会)

場所 中田東3-16-10 2階
(市営地下鉄中田駅から徒歩4分)
営業時間 19時～翌日2時
定休日 火曜
☎801-2787



800円(税込み)

● インディアンレストラン&バー チャイ立場店 (立場中央商店会)

場所 中田北1-1-3 2階(市営地下鉄立場駅から徒歩2分)
営業時間 11時～15時、
17時～22時30分
定休日 なし
☎800-6045



1,400円(税込み)
平日限定 (ランチはサラダ・ドリンク付き)

● 旬香菜館 (立場中央商店会)

場所 中田北1-1-5(市営地下鉄立場駅から徒歩2分)
営業時間 11時～15時、17時～23時30分
定休日 第1・3月曜
☎443-8781



カレーチャーハン
880円(税込み)

目玉焼きカレー
780円(税込み)

● 食彩ダイニング き～たんち(立場中央商店会)

場所 和泉中央南2-2-4 2階(市営地下鉄立場駅から徒歩5分)
営業時間 火～金曜 11時30分～14時、18時～23時、
土曜 17時～23時、
日曜 12時～21時
定休日 月曜、不定休
☎803-1533



1,274円(税込み)
(ランチはサラダ付き)

●仕入れの状況により食材が異なる場合があります。
●夏季休業等の休業日及び営業時間に変更する場合がありますため、
各店舗へ確認してください。

いっずんカレー で 検索



ガチハンバーグ!

毎年恒例「ガチ!」シリーズ!
泉区から2商品がエントリー
泉区のエントリー商品を食べ投票しよう

投票期間: 7月31日(水)まで

● キッチンマリーズ (なかだ商店会)

ハンバーグドミグラスソース 540円(税込み)

テイクアウト専門。
人気の惣菜はポテト
サラダにかぼちゃの
田舎煮など。ハン
バーグの付け合わせ
は日替わりで、たくさ
ん並んだケースの中
から〈好きなもの〉が
選べます!



場所 中田南2-15-41
(市営地下鉄中田駅から徒歩1分)

営業時間 11時～19時
定休日 日曜日 ☎803-4500

● 食彩ダイニング き～たんち (立場中央商店会)

ハンバーグステーキ
ランチ980円、弁当700円、
単品880円 全て税抜き

オリジナルデミグラス
ソースのハンバーグ!
大人気の一品です。シ
ンプルで丁寧な味つ
けは、家族みんな
で楽しんでいただけ
ます。キッズコーナ
ーあり。



店舗の情報はこのページのいっずんカレーの
提供店舗紹介記事を確認してください。

投票方法等詳しくはホームページで確認してください

ガチハンバーグ で 検索

「クリーンタウンいずみ推進功労者」表彰

スリム
泉区内の美化活動や緑化活動、3R夢推進活動に功績のあった皆さんが表彰されました。

● 表彰された皆さん 順不同

清潔で美しい街づくりの部 鈴木 誠一さん、保坂 加代子さん、横山 茂さん、稲垣 愛子さん

緑化の部 新水公園広場水辺愛護会

☎資源化推進担当 ☎800-2398 📠800-2507



以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。

泉区 小学校 だより ③ いずみ野小学校



今年度も4～6年生が協力して田植えを行いました

いずみ野小学校では、地域の農家や保護者の協力を得てサツマイモや稲などの生産活動を行っています。低学年が取り組むサツマイモづくりでは、3年生が1年生に苗の植え方を教えるなど、上級生から下級生に経験を伝えながら収穫期を迎えています。高学年の稲作は、種もみから苗を育てる本格的なもので、創立当初から約40年続けられています。

毎年300キログラム程の収穫があり、その米を使って、地域や保護者のみなさんと一緒に餅つき大会を行い、交流を深めています。また「学び隊」として、4年生以上の希望者が野菜づくりを行っており、育てた野菜を給食の食材としても活用するなど、自分たちで育てたものを自分たちで食べる貴重な体験を積んでいます。

農と食に関する活動を通して、食を生み出し食べることの大切さを実感し、環境問題、食糧問題、食文化などさまざまな分野への学びへつなげていく、持続可能な社会づくりの担い手を育む教育(ESD: Education for Sustainable Development)を進めています。

いずみ野小学校の活動など詳しくは

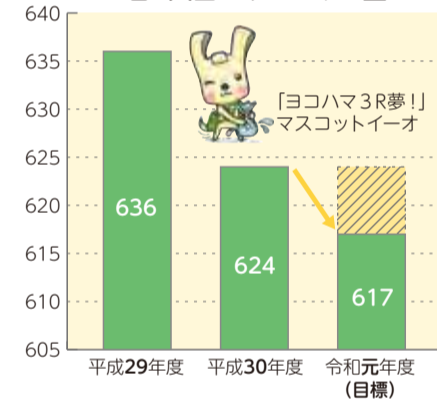


横浜市 いずみ野小 検索

☎ 広報相談係 800-2335 fax 800-2506

スリム 3R夢活動方針 ～令和元年度泉区の目標～

(グラム) 1日1人当たりのごみの量



リデュース(発生抑制)・リユース(再使用)・リサイクル(再生利用)の3R行動を推進し、環境負荷の低減や資源・エネルギーの有効活用と確保を目的とした「ヨコハマ3R夢プラン」を推進するため、泉区ではごみと資源の総排出量を1日1人当たりで換算し、昨年度より7グラム削減した617グラムを今年度の目標としました。

3R夢な暮らしのためのひと工夫

生ごみの水切り ぎゅっと絞って水分を減らす 	食品ロスの削減 ●「冷蔵庫10(イーオ)・30(ミーオ)運動」 毎月10日と30日に冷蔵庫の在庫食材のチェック。余分購入の抑制 ●家庭の調理の工夫 食材丸ごと使い切り、適正な保存など 	分別のさらなる徹底 燃やすごみの中にある資源 ●分別対象の古紙 約10.5% ●分別対象のプラスチック 約5.1% ●缶・びん・ペットボトル 約0.9% 	せんてい 剪定枝・草を乾燥させて排出する 2日間乾かす*と重量40パーセント減 ※袋の口を縛らず、置いておく
-------------------------------------	--	---	---

☎ 資源化推進担当 800-2398 fax 800-2507

防災知識の泉

備えておきたい 防災グッズシリーズ①

～カセットコンロ～

大地震が発生すると、ガスや電気の供給が止まることが考えられます。家庭の地震対策の一つとしてガス停止に備えた備蓄を行いましょう。

ガスなどの停止に備え、カセットコンロを備蓄することで、家にある加熱の必要な食品を調理して食べることができます。あわせてカセットボンベの備蓄も忘れないようにしましょう。



カセットコンロがあれば、災害時にも米や乾麺やレトルト食品など日頃から買い置きしているものを調理して食べることができるぞん。



カセットボンベ1本で約60分使用可能だぞん。
(使用する器具のガス消費量などによって異なります)

ワンポイント

カセットコンロを活用して、冷蔵庫、冷凍庫、戸棚の中にある食材を傷みやすいものから食べることで、一定期間の食事をまかなうことができます。

☎ 危機管理担当 800-2309 fax 800-2505

泉消防署からのお知らせ

高温、多湿の時期がきた! 熱中症に注意しましょう

今年もすでに熱中症が泉区内で発生しています。

熱中症はいつでも、どこでも、だれでもかかる危険性があります。

熱中症予防ポイント

部屋の温度調節 室内を適切な温度(自分が涼しいと感じる気温)に設定	こまめな水分・塩分補給 定期的にスポーツドリンクや経口補水液(食塩3グラム、砂糖40グラムを水1リットルに溶かしたもの)を補給	日頃の健康管理 栄養バランスのよい食事と体力づくりを
---	---	--------------------------------------

熱中症かなと思ったら

熱中症の症状(めまいや顔のほてり、立ちくらみ)が出たら、まず、

●涼しい場所に移動する ●衣服を緩める ●身体を冷やす ●水分を補給する
 といった行動をとってください。それでも症状が改善されない場合は、「横浜市救急相談センター」への相談や、「横浜市救急受診ガイド」を活用し、緊急性を判断してください。(意識がない、呼びかけに反応しない場合は救急車を要請しましょう)

横浜市救急相談センター〈年中無休・24時間対応〉
 #7119 または ☎232-7119

横浜市救急受診ガイド 横浜市救急受診ガイドで検索
 パソコンやスマートフォンで急な病気やけがの緊急性を確認できます



泉消防署では、「現在の救急情勢」や「救急車適正利用」さらに「急なケガや病気への対応方法」の周知のため「救急講座」を実施しています。受講を希望する団体は、泉消防署へお問い合わせください。

☎ 泉消防署警防課救急係 801-0119

特集1 食を通じて

仲間といっしょに地域で健康づくり!

泉区ヘルスマイト

ヘルスマイト(食生活等改善推進員会)は、「私達の健康は、私達の手で」を合言葉に食を中心とした健康づくりを広める全国的なボランティア団体です。

幼児から高齢者までを対象に、ケアプラザや学校など様々な場所で元気に活躍しています。活動の様子を一部紹介します!



定例会や地区活動で、会のメンバーと会えることが、楽しみのひとつです。

「紹介してもらったお料理作ったよ」「ありがとう」等、参加者からの声や笑顔がわたしたちの元気の源です。

区役所イベント「ごはんの食べ方チェック」



今年度役員

仲間との活動が楽しみです!

親子の食育教室



今日の朝ごはん、何食べてきたかな?

夫や子どもの健康にも役立っています

今年度新会員の皆さん



来年、会でお会いできるのをお待ちしております

災害時の備蓄食品アレンジ実演



妊婦さんと新米ママの「食」講座



会員募集中!

現在会員60人! あなたも仲間になりませんか?

“食生活等改善推進員養成セミナー”を受講・修了するとヘルスマイトになれます。

簡単においしくなりますよ!

僕は3年目会員です。男性も楽しく参加しています。

お味噌汁、だしはとってますか

活動に向けて、こんなことを学びます! ~セミナーの様子~



グループで調べたことを発表する機会も

和気あいあいと楽しく運動

みんなで作るといつもより美味しい

「変わりフレンチトースト」



講座の中で調理実習もします。



「いろいろ野菜のリング型シュウマイ」

食生活等改善推進員養成セミナー

この講座では、「食」や「運動」など健康づくりを中心に、食育や地域活動について学びます。まずはあなた自身や家族の健康づくりから、そしてご近所や地域へと伝えていくことがヘルスマイトの原点です。

- 日程 (全8回)いずれも木曜日の午前9時30分から12時①10月3日、②10月24日、③11月7日、④11月28日、⑤12月12日、⑥1月30日、⑦2月20日、⑧3月12日 ※8回出席した方に、修了証をお渡しいたします。
- 内容 健康づくりと食生活、生活習慣病予防、身体活動・休養、調理、食品衛生、食育、ヘルスマイトの活動について等

- 会場 泉区役所1階 母子健康相談室
- 対象 区内在住の方。ヘルスマイトとして地域活動に参加できる方。30人(応募者多数抽選)
- 費用 1,188円(テキスト代)
- 申込・問合せ 9月6日までに〒住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、①または②いずれかの方法で。
①ハガキまたはFAXで「健康づくり係「食生活等改善推進員セミナー」へ
②Eメールで。件名に「食改セミナー申し込み」と明記
☎800-2445 ☎800-2516 ✉iz-kenko@city.yokohama.jp

特集2 食中毒を予防しよう

生や、よく焼けていない鶏肉は家でもお店でも食べないで
～カンピロバクター食中毒を予防しましょう～



カンピロバクター
(国立感染症研究所HPより)

「新鮮だから安全」
ではありません。

横浜市内に流通している鶏肉を抜き取り検査した結果、
50%からカンピロバクターが検出されました。(平成30年度実績)

食中毒の主な原因食品

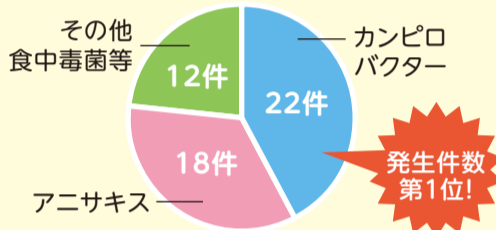
とり刺し

とりたたき

生焼けの焼鳥など
加熱不十分な鶏肉

症状

- 食べた後、1～7日(平均2～3日)で下痢、腹痛、発熱などを発症します。また、感染した数週間後に、手足の麻痺や顔面神経麻痺、呼吸困難などを起こす「ギラン・バレー症候群」を発症する場合があります。
- カンピロバクターは他の細菌と比べ、少ない菌数でも発症することがあります。



横浜市食中毒発生状況(平成30年)

近年、加熱不十分な鶏肉によるカンピロバクター食中毒が多発しています。平成30年に横浜市内で発生した食中毒のうち、カンピロバクターによるものが最多でした。

食中毒予防のポイント

お肉は中が**白く**なるまでよく**加熱**する



動画でチェック!

そのお肉ちゃんと焼けてる?カンピロバクター食中毒を防ごう!

横浜市 カンピロ 動画 で 検索



その他の食中毒菌については 厚生労働省 食中毒 で 検索

生で食べる食材と肉は、
包丁・まな板などを使いわける。
同じ器具を使う場合は、
作業ごとによく洗い、
熱湯などで殺菌する。

食中毒菌を
食材につけない



生肉を触った後は
石けんを使ってしっかり
手を洗う



おまつりなどでの食中毒予防のポイント

作業前に確認!

下痢、嘔吐、吐き気がするなど体調が悪い

いいえ

手指に傷がある

いいえ

準備を整え、調理にあたりましょう

- 爪は短くし、指輪などは外す
- 帽子やエプロンを着用し清潔に
- 石けんでしっかり手洗い
- 調理作業時は、使い捨て手袋を着用する



調理に
従事しない

ご本人だけでなく、
ご家族に胃腸炎症状が
ある場合にも、
調理に従事しない
ようにしましょう



○水道や蛇口つきのポリタンクなどを
準備し、水場を確保する



- 下処理は、自宅以外の設備の整った屋内で行う
- 当日に、現地で加熱調理したものを提供し、その場で食べてもらう。調理後、時間の経ったものは販売しない。
- 食品に直射日光が当たらないよう気を付ける
- 要冷蔵・冷凍品は、クーラーボックスなどでよく冷やす

泉区役所からの お知らせ

区役所への郵便物の宛先は → 〒245-0024 和泉中央北5-1-1 泉区役所 ○○○係
※往復はがきでの申込みは、返信先も記載

●費用の記載がない場合は無料 ●特に断りのないものは当日自由参加 ●区庁舎の駐車場は**有料**です ●今月11日以降の市や外郭団体などの事業を掲載しています

マークの見方

名氏名(ふりがな) ☎ 電話番号 ☎ ファクス番号 〒 〒・住所 齢 年齢 行 行事名
✉ Eメール(アドレス) ¥ 費用 画 ホームページ 申 申込み 問 問合せ

募集・案内

行政相談
行政相談委員として、町田ふみ子さん(再任)と長谷繁さん(新任)が総務大臣から委嘱されました。行政相談委員は、国の行政機関等の業務に関する苦情や意見、国の制度に関する身近な相談窓口です。
毎月第3木曜13時～16時。区役所1階区民ホールで 固 広報相談係
☎800-2337 fax800-2506

「泉味自慢」に掲載する直売所募集
とれたて野菜や季節の花等の直売所マップ「泉味自慢」へ掲載を希望する直売所を募集中 申 固 7月31日までに電話で企画調整係へ ☎800-2331 fax800-2505



講演・講座

**～世のため、人のため、自分のための～
きっかけづくり講座**
講演と交流会(講演:Meet The New World 世界は、きっかけであふれている。講師:(株)マザーハウス関東西エリアマネージャー 廣瀬翔太郎さん)。7月27日(土)10時～12時。区役所4階4ABC会議室で。抽選30人(区内在住・在勤・在学者優先) 申 7月19日17時までに名・日中連絡がとれる☎・✉・〒、年代、何で講座を知ったかを書いてFAXかEメールか、画の応募フォームか電話か窓口へ ※受講できない場合のみ7月23日までに連絡 固 いずみ区民活動支援センター(区役所1階104窓口) ☎800-2393 fax800-2518
✉iz-kuminkatsudou@city.yokohama.jp
いずみ区民活動支援センターで 検索

健康・相談

※会場の記載のない場合は区役所で実施

生活習慣改善相談(予約制)
○生活習慣相談
保健師・栄養士による健康相談、禁煙相談。7月25日(木)、8月6日(火)9時～11時
○食生活健康相談
栄養士による食事相談。7月25日(木)9時～11時、13時30分～15時30分
申 固 電話で健康づくり係へ ☎800-2445 fax800-2516

肺がん検診(エックス線撮影)
8月8日(木)9時～10時20分。40歳以上の人、先着50人(年度に1回)
¥680円
申 固 7月17日～8月6日の8時45分から電話で健康づくり係へ ☎800-2445 fax800-2516

HIV(エイズ)検査・梅毒検査(予約制)
匿名制。エイズに関する相談も。毎週月曜、9時～9時30分。
申 固 前の週の金曜16時までに電話で健康づくり係へ ☎800-2445 fax800-2516

横浜市健康診査
75歳以上。年度に1回。市内医療機関で 固 健康づくり係
☎800-2445 fax800-2516

認知症介護相談(予約制)
認知症専門の相談員による相談。7月18日(木)14時～
申 固 電話で高齢者支援担当へ ☎800-2434 fax800-2513

もの忘れ相談(予約制)
専門医による認知症などの相談。毎月第4木曜日14時～
申 固 電話で高齢者支援担当へ ☎800-2434 fax800-2513

女性の健康相談(予約制)
助産師による健康相談。月～金曜(祝日は除く)8時45分～17時
申 固 電話で子育て支援担当へ ☎800-2447 fax800-2513

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談(予約制)
若者の自立支援を行っている地域ユースプラザの職員による相談。毎月第2・4水曜13時30分～16時30分。15歳～39歳の人と家族
申 固 電話で学校連携・こども担当へ ☎800-2465 fax800-2513

今年の夏は参議院議員選挙が行われます

(投票日は、参議院選挙の公示後に郵送する「投票のご案内」、ポスター掲示板や国・県で実施するテレビ・ラジオ・新聞・インターネットなどの広報で確認してください。)

投票時間 7時～20時

●「投票のご案内」を持参してください
「投票のご案内」を世帯ごとに、ひとつの封筒に同封して郵送しますので、自分の「投票のご案内」を持参してください。窓口での受付が早くなります。

期日前投票 投票日に仕事やレジャーなどの用事で、投票所に行けないう見込まれる人は、期日前投票制度を利用してください。「投票のご案内」が届いていましたら、自分の「投票のご案内」を持参してください。窓口での受付が早くなります。また、「投票のご案内」の裏面に「請求書兼宣誓書」(期日前投票の際に必要な)を印刷していますので、記入して、持参するとスムーズに受付ができます。(「請求書兼宣誓書」は期日前投票所にも用意しています)区役所と立場バスターミナル内臨時投票所の2か所で期日前投票ができます。時間が異なりますので注意してください。

期日前投票所	投票期間(土日を含む)	交通	投票時間
泉区役所1階1A会議室	公示日の翌日～投票日の前日	相鉄いずみ野線 いずみ中央駅から 徒歩5分	8時30分～20時
立場バスターミナル内臨時投票所	投票日の8日前(土曜日～投票日の前日)	横浜市営地下鉄 立場駅から 徒歩1分	9時30分～20時

※衆議院議員選挙も同時に行われる場合、臨時投票所の場所が変更となることがあります。公示後に横浜市ホームページで確認してください。

不在者投票 出張先・旅行先、入院先(指定された施設)で不在者投票ができます。また、身体に重度の障害のある人や要介護5の人で「郵便等投票証明書」を持っている人は、郵便による不在者投票ができます。詳しくは、区選挙管理委員会に問い合わせてください。

固 泉区選挙管理委員会 ☎800-2315 fax800-2320 横浜市選挙管理委員会で 検索

医療費助成の医療証を持っている人へ

小児医療証、ひとり親医療証、重度障害者医療証など、医療費助成のための医療証を持っている人は、加入する健康保険、住所、氏名などに変更があった場合、届出が必要です。
届出の際には、医療証、健康保険証、身体・精神障害者手帳等(持っている人のみ)及び印鑑(朱肉を使うもの)を持参してください。
変更の手続きが遅れると、医療費の助成が受けられないことがありますので注意してください。

固 保険係(2階 206窓口) ☎800-2425 fax800-2512

地域包括ケアシステムで、高齢者が安心して暮らせる地域づくり

泉区では、2025年の75歳以上の人口が2015年に比べ約1.4倍になることが見込まれています。誰にでもやがて訪れる「高齢期」を安心して迎えるために、「年を重ねても安心していきいきと暮らせる泉区」を目指して、2025年までの目標と取組事項を「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた泉区行動指針」としてまとめています。

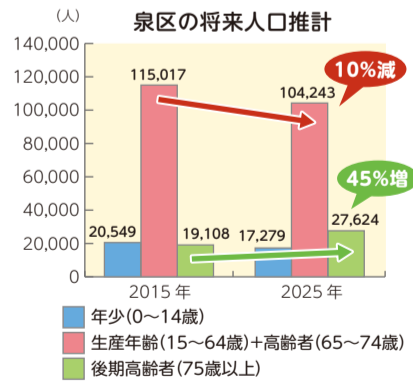
泉区行動指針の中では、「介護予防・健康づくり」、「地域活動支援」、「多様な主体による生活支援」、「在宅医療・介護連携」の4つを重点課題としてとらえて地域福祉保健計画と連携しながらさまざまな取組を進めています。

これから、この地域包括ケアの各取組について連載記事の中で紹介していきます。(11月号介護予防・健康づくり、2019年1月号在宅医療・介護連携、2019年4月号多様な主体による生活支援)

泉区行動指針の重点取組事項

- 介護予防・健康づくり
- 多様な主体による生活支援
- 地域活動支援
- 在宅医療・介護連携

固 高齢者支援担当 ☎800-2434 fax800-2513



区役所1F 区民ホールイベント情報

★展示日時について特に記載のないものは開庁日の開庁時間内に開催しています。
★発表会は12時～13時に行われます。
※公共交通機関を利用してください(駐車場は有料です)

- 7月23日(火)～25日(木) ラグビーワールドカップ2019™日本大会PR展示
- 7月29日(月) 男声合唱
- 7月30日(火) ウクレレ演奏
- 7月31日(水) 女声合唱
- 8月1日(木)10時～15時 泉区役所オープンデー(詳細は5ページに掲載)
- 8月5日(月)12時～9日(金)16時 書作展

子育て情報

区役所から

※会場の記載のない場合は、区役所で実施

▶ 乳幼児の食事相談(予約制)

●食生活健康相談
7月23日(火)9時~11時。乳幼児の保護者。☎電話で健康づくり係へ

●離乳食教室
7月23日(火)13時30分~15時。2回食頃の第1子。試食用スプーン、赤ちゃん用エプロン、お手拭き持参 ☎電話か、件名に「7月離乳食教室」、本文に参加者と子どもの名・月齢・☎を書いてEメールで健康づくり係へ ☎健康づくり係 ☎800-2445 ☎800-2516 ✉iz-kenko@city.yokohama.jp

▶ 乳幼児健康診査

各13時~13時30分受付。詳細は個別通知で確認を

〈4か月児〉
7月24日(水)、8月2日(金)

〈1歳6か月児〉
7月17日、8月7日の水曜

〈3歳児〉7月19日、8月9日の金曜

☎こども家庭係 ☎800-2444 ☎800-2513

▶子ども・家庭支援相談
乳幼児期から学齢期までの育児やしつけ、学校生活(不登校)などの子育てに関する相談窓口(電話・面談) ☎学校連携・こども担当 ☎800-2465 ☎800-2513

市立保育園から

▶和泉保育園
※☎は月~金曜(祝休日を除く)の9時30分~15時に電話で

●赤ちゃんコアラ
ふれあい遊び、誕生会など

〈ぴよぴよ〉
7月18日(木)10時~11時30分。6か月までの子と保護者

〈きらきら〉

7月25日(木)10時~11時30分。7か月~12か月の子と保護者

●育児講座
「あせらずたのしくおむつはずし」
9月2日(月)10時~11時。1歳6か月から未就学児の子と保護者
☎8月8日から ☎和泉保育園 ☎803-1483 ☎803-1137

泉区地域子育て支援拠点すきっぷから

〒245-0023 和泉中央南5-4-13-209
☎805-6111 ☎805-6122

すきっぷ 泉区 で 検索



▶栄養士さんの相談日
栄養士による乳幼児の「食」に関する相談。7月12日(金)10時~11時30分。未就学児と保護者、妊娠中の人

▶すきっぷディはじめての方、ようこそ♪
手遊び、ボールプールなど。7月24日(水)10時30分~11時30分。未就学児と保護者、妊娠中の人(既にご利用したことのある人も参加可)

夏はプールで涼しく健康的に過ごしませんか

しらゆり公園 プール 7月13日(土)~9月1日(日)(期間中無休)
中田東1-41(市営地下鉄中田駅またはバス停中田から徒歩5分)

プールの種類	営業時間	料金/1時間	利用できる人
25mプール ※1	9時~18時 (水浴は17時50分まで)	100円	小学2年生以上
子ども用プール ※2・3	9時~16時 (水浴は15時50分まで)	60円	幼児~小学1年生

※1 1年生以下は原則として利用できませんが、水着着用の保護者(18歳以上)1人につき1人の利用ができます。 ※2 未就学児は、水着着用の保護者(18歳以上)1人につき2人まで入場・利用ができます。 ※3 オムツが取れていない幼児は、水浴ができません。幼児専用のビニールプールを利用してください。

駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
水温・気温が低い場合は休業する場合がありますので、確認してください。
☎しらゆり公園プール指定管理者:丸誠・フクシ・エンタープライズグループ ☎803-2061(期間中)(期間外は、☎664-1102 ☎664-1105へ)

泉区社会福祉協議会からのお知らせ

〒245-0023 和泉中央南5-4-13 ☎802-2150 ☎804-6042

●読み聞かせグループ・ひだまり養成講座(全6回)

高齢者施設などを訪問し、本の朗読や紙芝居、歌、手遊び等を実施。9月6日(金)・17日(火)・24日(火)・30日(月)、10月4日(金)・16日(水)9時45分~12時(ほかに9・10月に施設訪問1~2回あり)。受講後メンバーとして活動できる人、選考25人 ¥3,000円 申7月11日~8月15日に行・〒・名・☎・論・志望動機を書いて往復はがきで(必着)

〈善意銀行〉○横浜市立いずみ野中学校個別支援学級 ○泉区福祉チャリティーコンサート実行委員会 ○キャンドル歌仲間愛好会 その他6人(敬称略) 以上の皆さまから寄附をいただきました。ありがとうございます。

泉図書館 から こんにちは



泉図書館 〒245-0016 和泉町6207-5
☎801-2251 ☎801-2256

※公共交通機関で
来館してください

泉図書館の児童書担当の司書が選んだ、 おすすめの本はいかがですか?

子どもに本を選びたいけれど、どんな本を選べばよいかわからない、という人のために、泉図書館で児童書の担当をしている職員が、年齢別のおすすめ本を用意しました。

0~1歳の子には、わらべうた絵本や電車の音を楽しむ絵本、ちょっと大きくなったらストーリーのある絵本、というように子どもの成長にあわせて選んであります。おいしいサンドイッチの絵で、トマトやキュウリが食べられるようになったお子さんもいるとか。いつでも借りられるように、カウンターにたくさんストックを用意してありますよ。



●夏休み連続おはなし会

プレゼントあり。7月24日~8月7日の毎週水曜11時~11時30分。小学生(保護者同伴可)

●なつやすみ図書館探検隊

カウンターの仕事体験や調べものクイズ、普段は入れない場所の見学など。8月1日(木)10時~12時。小学1~3年生、先着12人
☎7月12日9時30分から電話か窓口へ

●泉図書館 de YES 工作教室

ストップ! 地球温暖化 牛乳パックを有効活用しよう
8月2日(金)10時~11時30分。小学1~3年生、先着16人

▶講師 環境まちづくり市民の会 サステナブルあさひ

☎7月18日9時30分から電話か窓口へ

●小学生向けバックヤードツアー

普段は入れない図書館の裏側を案内。8月9日(金)10時30分~11時30分。小学生、先着20人 ☎7月19日9時30分から電話か窓口へ

移動図書館 はまかせ号 巡回バスで本の貸出・返却・予約サービスをします。

●日時 7月16日・30日の火曜15時10分~16時

●場所 緑園東公園

☎中央図書館サービス課 ☎262-0050



区民活動情報 あやめ通信

泉区に登録している団体や個人、ボランティアの皆さんの活動などを掲載するコーナーです。詳細は各主催者へ問い合わせください。今月11日以降の催しなどを掲載しています

掲載については広報相談係へ ☎800-2335 ☎800-2506
☎泉区あやめ通信 掲載基準 検索

●パソコン初級講座「暮らしに役立つワード」(全2回)

7月23日(火)・24日(水)9時30分~11時30分。いずみ区民活動支援センターで。原則55歳以上の人、先着8人 ¥1,000円
☎7月11日~20日にFAXで泉区PC友の会へ ☎☎802-3079

●講演会:平井隆一氏「頼朝が幾何で造った都市・鎌倉」

7月27日(土)13時30分~。泉図書館で。当日先着40人 ¥500円
☎泉区歴史の会 石井 ☎814-3331

●子ども水泳教室

8月1日(木)~4日(日)9時30分~12時(荒天中止)。中田小学校プールで。区内在住の小学2~6年生、抽選100人 ¥3,000円
☎7月14日11時30分~12時に費用とともに中田小学校体育館前へ
☎中田地区スポーツ推進委員連絡協議会 渡部 ☎090-2442-5847

●泉区高齢者カラオケ大会出演者募集

9月18日(水)13時~15時30分。泉区民文化センターアトルフォンテで。区内在住・在勤・60歳以上の老人クラブ未加入者、抽選3人 ¥1,000円 申7月19日(祝日を除く月~金曜9時~15時)までに電話で☎泉区シニアクラブ連合会 ☎070-4031-9533

●和泉川中央水辺愛護会会員募集

和泉川や遊歩道の除草・清掃、花壇作りなど。毎月第2火曜・第4土曜(どちらか1日でも可)、5~9月:8時30分~10時30分、10~4月:9時~11時
☎☎和泉川中央水辺愛護会 寺田 ☎801-3880

施設からのお知らせ

今月11日以降の市や外郭団体の事業を掲載しています

- 費用の記載がない場合は無料 ●特に断りのないものは当日自由参加
- 往復はがきでの申込みは、返信先も記載
- 施設では休業日があります。事前にご確認ください。

泉区内の公共施設の情報は
泉区ホームページで確認できます



マークの見方 氏名(ふりがな) ☎電話番号 ☎ファクス番号 〒〒住所 年齢 行事名 ✉Eメール(アドレス) 費用 HP ホームページ 申込み 問合せ

泉スポーツセンター

〒245-0006 西が岡3-11
☎813-7461 ☎813-7463

■ 個人利用のご案内

事前予約不要。当日、お気軽にご利用いただけます。

●バドミントン・卓球

¥16歳以上120円/2時間

●トレーニング室

9時～20時50分(最終受付20時)

¥16歳以上300円/3時間

●弓道場

有段者を対象としたご利用になります。
※16歳未満の方のご利用やその他、
詳細はHPか電話で問合せを

泉スポーツセンターで検索

上飯田地区センター

〒245-0018 上飯田町3913-1
☎805-5188 ☎805-5189

■ 無料相続・遺言・登記相談

7月24日(水)13時～16時。先着4人
申7月11日9時～17時に窓口へ

■ 君も捜査官だ!!! 科学捜査教室

7月31日(水)10時～12時。小学生(2
年以下は要保護者同伴)、先着12人

¥500円 500ミリリットルペットボ
トル・手ふきタオル・筆記用具持参

申7月20日9時から費用を添えて窓口へ

■ 親子リトミックと読み聞かせ

8月3日(土)13時～14時30分。未就
学児と保護者。上履き持参

■ メタル昆虫を作って友達に 自慢しちゃおう!!

8月8日(木)13時30分～15時30分。
小学3年以上、先着10人 ¥800～
1,200円(製作物による)

申7月20日9時～31日に費用を添え
て窓口へ

下和泉地区センター

〒245-0022 和泉が丘1-26-1
☎805-0026 ☎805-0028

■ ふしぎ発見理科クラブ

リモコンカーを作ろう《電子部品と
モーター》

7月21日(日)10時～12時。先着20人
(低学年は保護者同伴) ¥500円

申7月11日10時から電話か窓口へ

■ ぶちハンドメイド“ハワイアン柄 で簡単カードケースと紙幣入れ”

7月26日(金)12時30分～14時30
分。先着10人 ¥600円

申7月12日10時から電話か窓口へ

■ デジタル一眼レフ入門 ～身近なものから～〈全3回〉

7月26日、8月9日・23日の金曜15時～
17時。先着15人 ¥1,000円(お茶
つき)

申7月12日10時から電話か窓口へ

■ いきいきメイクセミナー

7月29日(月)10時～12時。おおむね
60歳以上、先着20人

申7月15日10時から電話か窓口へ

立場地区センター

〒245-0012 中田北1-9-14
☎801-5201 ☎805-1954

■ 小中学生の夏休み将棋教室(全8回)

7月23日・25日・30日、8月1日・6日・8
日・20日・22日の火・木曜13時～14時
30分、小中学生、先着16人 申7月
13日～21日に電話か窓口へ

■ 木片を自由に組み合わせて こども工作教室

7月29日(月)10時～12時。小学生、
先着18人 申7月12日～25日に電
話か窓口へ

■ 苦手克服! スポーツチャレンジ

7月29日(月)かけっこ、7月30日(火)縄
跳び、7月31日(水)ボール、8月1日
(木)鉄棒。各9時30分～10時30分。各
回小学生、先着20人 ¥300円/日

申7月11日～20日に電話か窓口へ

■ おもしろ化学「人工イクラを作る」

8月21日(水)10時～12時。小学生(小
学3年以下は要保護者同伴)、先着12人
¥300円 申7月13日～27日に電話
か窓口へ

中川地区センター

〒245-0007 桂坂4-1
☎813-3984 ☎813-3986

■ おはなし会

7月19日(金)11時から。幼児(保護者同伴)

■ 第127回クラシックコンサートと 音楽アラカルト

7月27日(土)14時～15時15分。70
人 ¥大人1,000円、中学生300円

申7月11日9時から電話か費用ととも
に窓口へ

■ タイルで作るオリジナルコースター

8月18日(日)10時～11時30分。小学
生、抽選15人 ¥500円 申7月28日
10時～10時15分に費用とともに窓口へ

■ 東工大サイエンス工作教室

●ばねで進む車 ゼンマイカーを作ろう!
8月31日(土)11時～12時30分。小学
1年～3年生、抽選30人 ¥50円

●風に向かって進む車 ウインドカーを作ろう!
8月31日(土)13時30分～15時。小学
3年～6年生、抽選30人 ¥150円

申8月3日10時～10時15分に費用と
ともに窓口へ

申7月11日10時から電話か窓口へ

新橋コミュニティハウス

〒245-0009 新橋町33-1
☎392-5538 ☎392-5548

■ ロビー展 羊毛フェルト

7月12日(金)～8月21日(水)

■ 夏休みコミハで遊ぼう!

「ミニ縁日」と模擬店

7月25日(木)11時～13時。小学生、
幼児(保護者同伴)、先着150人

申7月13日10時から窓口へ。先着順
で参加チケット配布(子どものみ)

■ 電子工作教室

「プログラミング走行車」

8月3日(土)10時～12時。小学生、抽
選20人 ¥1,000円(材料費込)

申7月20日10時～10時15分に窓口へ

■ 夏休み子ども工作

「スノードームパラダイス」

8月5日(月)10時～12時。小学生、抽
選20人 ¥500円(材料費込)

申7月22日10時～10時15分に窓口へ

中田コミュニティハウス

〒245-0014 中田南4-4-28
☎802-2244 ☎802-4960

■ 中田おひさまサロン

保育ボランティア“マミー”と一緒に遊ぼう!
7月19日～3月20日の第3金曜10時30
分～11時30分。先着40組 ¥100円/組

■ 発砲スチロールカップで作る 夏休み工作“カップDE風鈴♪”

7月11日～8月28日の開館時間内。小学生。

西が岡コミュニティハウス

〒245-0006 西が岡3-12-11
☎☎814-4050

■ おもしろ科学実験室

7月26日(金)10時～12時。小学生、
先着40人 申7月11日9時30分から
電話か窓口へ

■ ポーセラニアーツの体験

8月29日(木)か9月14日(土)の10時～
12時。抽選15人 ¥700円～900円
(希望の素材によって変動) 申8月8日
9時30分～45分に費用とともに窓口へ

みなみコミュニティハウス

〒245-0016 和泉町987
☎☎805-3339

■ 初めてのおカリナ〈全6回〉

7月25日、8月8日・22日、9月12日・
26日、10月10日の木曜12時30分～
14時30分。先着15人 ¥1,500円
(オカリナ代別) 申7月11日10時か
ら電話か窓口へ

■ 紙コップで動物をつくろう

7月28日(日)10時～12時。先着45人
申7月11日10時から電話か窓口へ

いずみ中央地域ケアプラザ

〒245-0024 和泉中央北5-14-1
☎805-1700 ☎805-1798

■ 救急のプロが教える!

心肺蘇生法とAEDの使用法

7月30日(火)10時～11時30分。区内
在住・在勤の50歳以上の男性、抽選20
人 申7月23日までに☎☎☎☎☎☎
を書いてEメール、FAXか電話、窓口へ
izumichuo-hp@hama-wel.or.jp

こどもログハウス

〒245-0016 和泉町6209-1
☎☎803-2270

■ キラキラ万華鏡を作ろう

7月27日(土)10時～12時。幼児(保護
者同伴)～小学生。当日先着30人。(受
付9時50分から)

天王森泉館

〒245-0016 和泉町300
☎☎804-5133

■ 水辺で遊ぼう生き物観察会

8月4日(日)9時30分に境川遊水地公

園情報センター集合。5歳以上(小学3
年生以下は要保護者同伴)。先着15組。
濡れてよい服装で、着替え、水中スニ
ーカー等持参。 申7月20日から電話で

老人福祉センター 横浜市泉寿荘

〒245-0006 西が岡3-11
☎813-0861 ☎813-0862

※各60歳以上対象

■ 日曜日は楽しく筋力アップ!

7月14日(コアコンディショニング)・
28日(筋力脳力アップ体操)、8月4日
(ヒップホップで有酸素運動)の日曜
14時15分～15時30分。各抽選20人

¥100円 申各当日12時までに電話
か窓口へ

■ みんなで歩こう

ノルディックウォーキング

7月17日(水)13時～15時。抽選30人
¥100円 申7月15日までに電話か窓口へ

■ 歌声ひろば

懐かしい歌、青春の歌を歌いましょう
7月29日(月)13時～15時。当日先着80人

■ 映画鑑賞会「用心棒」

昭和36年製作
7月30日(火)13時～15時。当日先着80人

その他

■ よこはま動物園ズーラシアで

●クールビZOO
ドライミストで真夏の動物園を涼しく
過ごそう! 9月30日(月)まで

●ズーラシアスクール(全7回)
9月～3月までの毎月第3土曜13時～
15時。小学4～6年生、抽選30人

¥1,000円 申7月16日～8月16日
(必着)(詳細はHPで確認を) 問合せ
よこはま動物園ズーラシア ☎959-1000
☎959-1450 ズーラシアで 検索

■ こども自然公園 青少年野外活動センター

●ヨガ&ボディチューンⅡ(全15回)

8月27日、9月10日・17日・24日、10月1
日・8日・15日・29日、11月5日・12日・19
日・26日、12月3日・10日・17日の火曜
10時～11時30分。16歳以上、抽選30
人 ¥8,250円 申7月19日～8月2日。

●自然を写そう! デジカメテクニックC
8月31日(土)9時30分～12時。小学5
年生以上、抽選10人 ¥1,000円
申7月22日～8月5日。

●アウトドアクラブⅡ(全6回)

9月7日・21日、10月12日・26日、11月9
日・30日の土曜10時～12時。小学生と
保護者、抽選12組 ¥1人4,500円(追
加4歳以上の未就学児2,000円、3歳以
下500円) 申7月26日～8月9日。

●おひさまクラブⅡ(全7回)

9月11日・18日・25日、10月2日・9日・
16日・30日の水曜14時～16時。各4
歳以上の未就学児と保護者、抽選24
組 ¥1組7,350円(追加大人4,000
円、子ども3,000円、3歳以下300円)

申7月22日～8月5日。各詳細、申込方
法は電話かHPで確認を。 問合せ
こども自然公園青少年野外活動センター
☎811-8444 ☎812-5778

こども自然公園青少年で検索

