



バックナンバー

つるみ区民活動センター情報紙

7・8月の
イベント情報満載！
詳しくは
次ページ以降チェック！

「あぶりお」はギリシャ語で
「あした」の意味
みなさんの学びと活動を明日へ
つなぐ鶴見区の活動情報紙です

掲載中のイベント等は中止・延期となる場合があります。事前に問合せ先へご確認ください。

鶴見・まちづくりゼミナール×つるみMACHI塾

鶴見愛で繋がろう！

地域と関わる あたらしい一歩

全 8 回
連続講座
参加無料
定員30名

活動のための
仲間やつながりが
ほしい♪



活動をスタートする
イメージを
ふくらませたい

1 オリエンテーション 2026 9/12 (土) 10:00~12:30 やりたい 活動を考えよう ✿	2 座学 公開講座 9/26 (土) 10:00~12:30 鶴見を知ろう ★	3 体験型講座 公開講座 10/17 (土) 10:00~12:30 鶴見の歴史を 学ぼう @生麦事件参考館 ※別途入館料がかかります	4 体験型講座 公開講座 10/24 (土) 10:00~12:30 鶴見の環境を 考えよう @師岡コミュニティハウス 二ツ池公園
5 座学 12/5 (土) 10:00~12:30 イベント発表の 計画を立てよう ✿	6 センター説明会 2027 1/16 (土) 13:30~15:30 イベントの概要を 知ろう ★	7 つるみ区民活動 センターまつり 2/14 (日) 9:00~16:30 イベントを成功 させよう @鶴見公会堂	8 修了式・交流会 2/20 (土) 10:00~12:30 地域で活動 しよう ✿

開催場所 ✿ つるみ区民活動センター ★ 区役所6階会議室

※公開講座のみの参加でも申込みできます
※交通費や訪問先の利用料等の実費は各自ご負担いただきます



活動現場
見学・体験
Week!

2026 11/1 ~ 11/30

実際の活動現場を訪問して学びます

※訪問先は、地域ケアプラザ、こども食堂などを予定しています

申込・詳細はこちら



9月1日 (火) までに
専用フォームから

問合せ先

つるみ区民活動センター(鶴見区役所2階)
TEL:045-510-1694 FAX:045-510-1716
Mail:tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.lg.jp



7/3 ~
(金)

自然の中で遊び生きる力を育む 冒険遊び場

つるみプレイパーク

ちびっこプレイパーク(セタかざりを作ろう) <無料>

日 時◆7/3(金) 10:00~14:00

場 所◆三ツ池公園

セタかざりを作ろう <無料>

日 時◆7/5(日) 10:00~15:00

場 所◆入船公園



水あそび<無料>

日 時◆7/25(土) 10:00~15:00

場 所◆入船公園

水あそび<無料>

日 時◆8/2(日) 10:00~15:00

場 所◆入船公園

水あそび<無料>

日 時◆8/7(金) 10:00~14:00

場 所◆三ツ池公園

水あそび<無料>

日 時◆8/22(土) 10:00~15:00

場 所◆入船公園

申込み◆当日直接

問合せ◆070-5543-0927(にしむら)

イベント内容など変更する場合があります。

詳しくは、つるみプレイパークのホームページ又は
Instagramをご覧ください。 スタッフ募集中♪



◀ホームページ



Instagram▶

本の病院 からのお知らせ

7/23(木)はお休みします。



今年度の予定 9/24(木)、11/26(木)
2027年1/28(木)、3/25(木)

製本ボランティア・舞鶴

7/25
(土)

歴史の中の鶴見・鶴見の中の歴史

潮田地区センター

～川・海・山・丘の町とそれぞれに分かれている鶴見の町の
100年間に起こった特徴的な出来事を伺います～

講師：鶴見歴史の会 酒井晴雄さん

日 時◆7/25(土)13:30~15:00

場 所◆潮田地区センター

対 象◆成人 定員20名

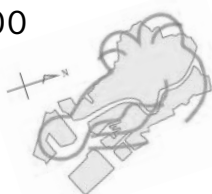
参加費◆300円

持ち物◆筆記用具

申 込◆窓口受付 6/13(土) 9:30~

電話受付 6/14(日) 9:30~

問合せ◆045-511-0765 潮田地区センター



7/19
(日)

国際理解講座 知ることから始めよう！

NPO法人こんにちは・国際交流の会

アジアから鶴見の日本語教室へ

～学習者の文化的背景～

“モンゴル、中国、ミャンマー、ベトナム”



日 時◆7月19日(日)13:30~15:30

場 所◆鶴見区福祉保健活動拠点 (社会福祉協議会)

定 員◆40人(申込順・参加費無料)

申込み◆名前(ふりがな)・住所・電話・メールアドレス
をハガキまたはメールでお願いします。

◇ハガキ宛先：〒230-0051

鶴見中央4-37-37 リオバルデ鶴声2F

鶴見区福祉保健活動拠点内

NPO法人こんにちは・国際交流の会

◇メール宛先：

mo06185fujitake@yahoo.co.jp

(ふじたけ)

問合せ◆メール宛先までメールで問合せ下さい。

8/9
(日)

牛乳パックで外輪船を作ろう

末吉地区センター

日 時◆8/9(日)10:00~12:00

場 所◆末吉地区センター

余暇コーナー

定 員◆抽選12組

対 象◆小学生 (小学3年生以下は保護者同伴)

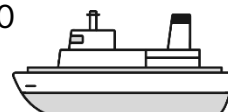
費 用◆500円

申 込◆窓口受付 7/12(日)10:00~

電話受付 7/13(月) 9:00~

問合せ◆045-572-4300

メール:c-sueyoshi@npo-ttk.jp



8/13
(木)

親子de pizzaを作ろう

末吉地区センター

日 時◆8/13(木)10:30~13:30

場 所◆末吉地区センター料理室

定 員◆抽選8組

対 象◆小学生と保護者

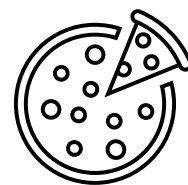
費 用◆1,500円

申 込◆窓口受付 7/11(土)10:00~

電話受付 7/12(日) 9:00~

問合せ◆045-572-4300

メール:c-sueyoshi@npo-ttk.jp



7/16~
(木)

①フレイル予防運動教室
② 赤ちゃんママの産後骨盤リカバリー
体力アップ

鶴見フレイル予防運動教室

日にち・場所◆

7/16(木) @鶴見公会堂 7階 2号会議室

7/23(木) @鶴見公会堂 7階 2号会議室

8/27(木) @鶴見公会堂 7階 1号会議室

時 間◆①フレイル予防 9:15~10:15

②産後骨盤リカバリー 10:30~11:30

対 象◆①フレイル予防 概ね65歳以上 先着20名

②産後骨盤リカバリー

親子(0歳児から歓迎)ペア 先着10組

費 用◆①フレイル予防 1回 300円

②産後骨盤リカバリー 1回 500円(親子ペア)

持ち物◆運動しやすい服装・タオル・飲み物

申 込◆直接会場にお越しください。

問合せ◆090-5204-4883 (河崎)

メール: youmeiziheqi@gmail.com



▲Instagram



▲LINE



7/29~
(水)

スマホ講座(Android限定)

鶴見パソコン・ボランティア協会

日 時◆7/29(水)・30(木)・31(金) 全3日
13:30~16:00

内 容◆スマホ(アンドロイド)基本操作、
LINEの初歩、
アプリ紹介(バスナビ、Googleレンズ、ChatGPT等)

場 所◆社会福祉協議会
2階 多目的研修室

定 員◆12名

費 用◆2,000円(教材費等)

申込み◆以下のいずれかの方法で

①右記申込みフォーム

②インターネットで

「鶴見パソコン・ボランティア協会」で検索

問合せ◆青柳(080-2514-2507)

Android限定です!



※9月講習会予定:インターネット・メール講座
9/20(日)23(水)27(日)



会員募集中!

講習会での講師やアシスタントが
できる方、募集中。
入会希望される方は右の二次元コード
からご連絡ください。



サルビアホールからのお知らせ

7/5
(日)

Special 歌謡コンサート

~世代を超えた演歌の饗宴

パク・ジュニョン、笹 みどり、松本あゆみ 出演~

日 時◆7/5(日) 13:30~16:00

場 所◆サルビアホール 4階ホール

定 員◆546名

対 象◆小学生以上

費 用◆一般: 前売4,500円/当日5,000円

バルコニー席: 前売3,500円/当日4,000円

※チケットはサルビア受付窓口のみの取扱いになります。



▲詳細

7/30
(木)

さるびあ落語 落語ワークショップ

~親子連れもシニアも大歓迎!

「表情」や「仕草」から<落語>を学んで、楽しむワークショップ~

日 時◆7/30(木) 10:45~11:20

場 所◆サルビアホール 4階ホール

定 員◆先着50名

対 象◆小学生以上

費 用◆800円



▲詳細

7/30
(木)

さんゆうてい はなきん
さるびあ落語 三遊亭 花金

~古典落語一筋!丁寧な高座で聴かせます!~

日 時◆7/30(木) 12:00~13:00

場 所◆サルビアホール 4階ホール

定 員◆先着100名

対 象◆小学生以上

費 用◆800円



▲詳細

8/1
(土)

小久保 隆 トーク&ライブ
- 地球の癒しの音を求めて -

~アンビエント・ミュージック(環境音楽)の巨匠・小久保隆のホールコンサート
100席だけのプレミアム・コンサートをどうぞお見逃し・お聴き逃しなく!~

日 時◆8/1(土) 19:00~20:00

場 所◆サルビアホール 3階音楽ホール

定 員◆先着100名

対 象◆小学生以上

費 用◆前売3,000円、当日3,500円



▲詳細

チケット◆オンライン

またはサルビアホール窓口、電話

問合せ ◆045-511-5711

※詳細は各イベントの二次元コードで



オリジナル

ワッくんすごろく

を作っ、みんなで遊ぼう！

8.1土

時 間 13:30～15:00（受付13:00～）

会 場 つるみ区民活動センター（鶴見区役所2F）
※消防署側の夜間通用口からお入りください

参加費 500円（材料費）※小学生1人につき1キット

対 象 小学生 ※保護者同伴必須

定 員 12名 ※応募者多数の場合は抽選

申込み 7/25締め切り
電子申請/電話/メール
tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.lg.jp

お申込みは
こちら



プレイポンのお手製キットで
簡単にすごろくが作れるよ！

プレイポンとは？

“ボードゲームを広める”を
モットーに体験会やワークシ
ョップを行っている高校生の
団体です。



地域で活躍する団体を知り、
つながるきっかけに！

パネル展 スケジュール

つるみ区民活動センター
利用登録団体

1-30

9月

腕におぼえあり！
サポート活動の本格派

出展団体名

- ・動物介在活動ボランティアグループ
てくてくつるみ
- ・つるみ舞台スタッフ
- ・おっさんネットワークつるみ
- ・つるみサポーターズ
- ・鶴見パソコン・ボランティア協会

1-31

10月

趣味から始まる！地域活動の
学習活動

出展団体名

- ・鉄道模型と玩具を楽しむ会
- ・つるみ・おもちゃドクターズ
- ・鶴見鉄道倶楽部（略称「TRC」）
- ・花は咲く
- ・鶴見けんこう太極拳グループ

2-30

11月

心強い！子育ての応援団

出展団体名

- ・つるみ子育て・個育ちフォーラム運営委員会
- ・鶴見区保育ボランティア連絡会
- ・鶴見区子育て教育懇談会
- ・エンゼルの会
- ・鶴見少年補導員連絡会
- ・子どもと若者のひろばアソViva!!

10-1/9

12月

考えてみよう！共に生きる

出展団体名

- ・特定非営利活動法人 三者こころの福祉
- ・鶴見区精神障害者家族会 のぞみ
- ・鶴見ブラインドメイト「ワルツ」
- ・鶴見区視覚障害者福祉協会
- ・リハビリテーションスポーツクラブ「にこにこ会」
- ・鶴見七福神愛護会

発行／
問合せ

つるみ区民活動センター

鶴見区鶴見中央3-20-1 鶴見区役所2F
TEL:045-510-1694 FAX:045-510-1716
E-mail:tr-kuminkatsudouc@city.yokohama.lg.jp

利用時間 月～土曜日（祝日を含む）8:45～17:00 第3水曜のみ 8:45～21:00
休所日 毎週日曜日・年末年始（12/29～1/3）

活動情報紙「あぶりお」は
奇数月の1日発行、
偶数月の1日が原稿締切です。

ホームページ

