

# TSURUMI つるみ

2023 No.314

広報よこはま・鶴見区版12月号



きみの住むまちを

守りたい

冬の風物詩

## 鶴見区消防出初式

令和6年鶴見区消防出初式は、鶴見公会堂と鶴見駅西口フーガ1前モールの2つの会場で開催します。木遣り・纏振込みや、消防車両の展示などを予定しています。ぜひお越しください。

※災害出場などの状況により、内容を一部変更する場合があります

令和6年 **1月6日** 土 10時～11時30分



詳細はこちら



子ども用消防服も体験できるよ



主な催し

子どもも楽しめる催しがあります。ぜひ家族で参加してください！

**会場01** 鶴見公会堂 (豊岡町2-1)

式典(表彰、祝辞など)、演技(木遣り・纏振込み、鶴見消防団・鶴見消防署による総合訓練など)

**会場02** 鶴見駅西口フーガ1前モール

消防ふれあい広場(消防車両の展示、子ども用消防服体験、起震車体験)



救助隊に会える



乗車体験で気分は消防団員

問 鶴見消防署総務・予防課 ☎ fax 503-0119

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(旧Twitter)で鶴見の情報発信

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・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 295,886  
(2023年11月1日現在) 世帯数 148,591

# 自分は大丈夫! の落とし穴

悪質な詐欺や消費者トラブルを他人事と思っていないか? 「自分は大丈夫」という過信は、非常に危険です。被害にあわないように日ごろから対策をしましょう。

## とある夫婦の体験談

詐欺と消費者トラブルの被害の体験談と対策を紹介します。



**CASE #01 還付金詐欺 — 始まりは1本の電話から**

区役所の職員を名乗る者から「医療費の還付金を振り込むのでATMで手続きをしてください」という電話がかかってきた。

知らない番号だな...

「はい」を押してください

振り込み実行

話を信じてしまい、電話の指示のとおりATMを操作。

後日、50万円を知らない口座に振り込んでしまっていることに気づき、詐欺だったことが発覚。

お支払い金額 -500,000

### 詐欺への対策

- 電話でお金のお話が出たら切る**  
電話で「還付金がある」「お金が戻ってくる」という言葉が聞こえたら、すぐに切って警察に相談してください。
- 防犯対策電話録音機を電話に取り付ける**  
区役所と鶴見警察署では、区在住の65歳以上の人に「防犯対策電話録音機」を貸し出しています。  
☎ 鶴見警察署生活安全課 (☎ 504-0110)

☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1687 fax 510-1892

**CASE #02 消費者トラブル — 「初回、特別価格!」の罠**

「初回、特別価格!」という化粧品の広告が目にとまり、軽い気持ちで申し込んでみた。

初回、特別価格! 0% off 2,980円 購入はこちら

あー、お得...

定期購入 12月のお届け

後日、商品と一緒に届いた書類を見ると、1年間の定期購入となっていた。2回目以降の請求額は高額となった。

解約しようと問い合わせたが、「途中解約はできない」と回答された。

大変恐れ入りますが、契約途中の返品・解約はできません。

### 消費者トラブルへの対策

- 注文の前に契約条件の小さい文字をしっかりと読み込む**  
スマートフォンやパソコンの場合、「最終確認画面」は、最後までスクロールしてしっかり確認し、スクリーンショットなどで保存しましょう。
- 困ったらすぐに相談**  
困ったら消費生活総合センターに相談しましょう。  
相談先：横浜市消費生活総合センター ☎ 845-6666 fax 845-7720

☎ 区民活動支援係 ☎ 510-1693 fax 510-1892

## column

### 未来につながる SDGs なハナシ

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?

回収した産業廃棄物を重機・手作業・分別機にて分別し、破碎や圧縮して可能な限りリサイクルしています。去年は、回収した2,300tのうち2,100tをリサイクルしました。試算すると二酸化炭素798tの削減に相当する量です。ごみの回収先は陸からだけではなく、海では自社船に乗り水中ドローンを使用して調査・収集を進め、安全・安心な海のため取り組んでいます。

#### 取組・技術への思いを教えてください

産業廃棄物を可能な限りリサイクルし、取引企業にも排出量削減の提案をすることで、まち全体での脱炭素、再エネルギー化などを進めることが、私たちができる地域への貢献と考えて取り組んでいます。

☎ 区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

### #01 廃棄物のリサイクルからまち全体の脱炭素へ 丸忠建工株式会社



代表取締役社長 鈴木 哲也 さん  
環境管理マネージャー 宮 良実 さん

丸忠建工株式会社 ☎ 駒岡2-13-7  
事業内容：産業廃棄物収集運搬・中間処理、総合解体  
路面切削工事 等



詳細はこちら

目今の課題だけではなく、別の視点を持って、新しいアクションへつなげたい

# 大掃除で出た不用品、ごみじゃないかも? ゆずってリユース

使わなくなった家具や雑貨、食べ切れない食料品、読み終えた本など、捨てずに再利用することで、誰かの役に立ててみませんか? 区のリユースサービスをぜひ利用してください。

リユースできないものは  
ルールを守って捨てましょう

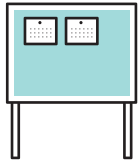


ごみ分別検索システム  
「Mictionary」



## ① 家具や雑貨は「リユース掲示板」

区役所1階のリユース掲示板で、ゆずり先を探せます。



### STEP1

ゆずりたい人が、ゆずりたいものの、希望金額、連絡先などを書いたカードを掲示板に貼り付ける

### STEP2

欲しい人がカードに書かれた連絡先に連絡し、金額などを交渉



## ② 食料品は「フードドライブ回収ボックス」

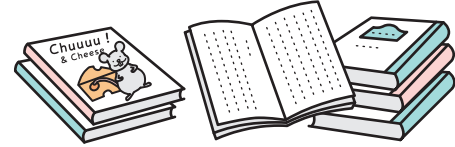
賞味期限が2カ月以上ある未開封の食料品※は、区役所5階のボックスで寄付できます。食料品は社会福祉協議会などを通じて必要な人に届けられます。



※米、乾麺、レトルト食品、缶詰、お菓子、アルコールを除く飲料など常温保存のもの

## ③ 読み終えた本は「リユース文庫」

鶴見図書館のリユース文庫では、寄付された本を希望する人にゆずるほか、図書館の蔵書として活用しています。



☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 fax 510-1892

# ネズミに注意! 住みつかせない環境づくりを

天井裏で音がる、食べ物がかじられている、小さなフンが落ちている——それはネズミのしわざかもしれません。一度侵入されると、駆除が難しく、手間と労力がかかります。日ごろからネズミが住みにくい環境を作ることが重要です。

## ① 食べ物を片づける

- 食べ物はかじられない硬い容器や冷蔵庫に入れる
- 生ごみはふた付きのごみ箱に入れる

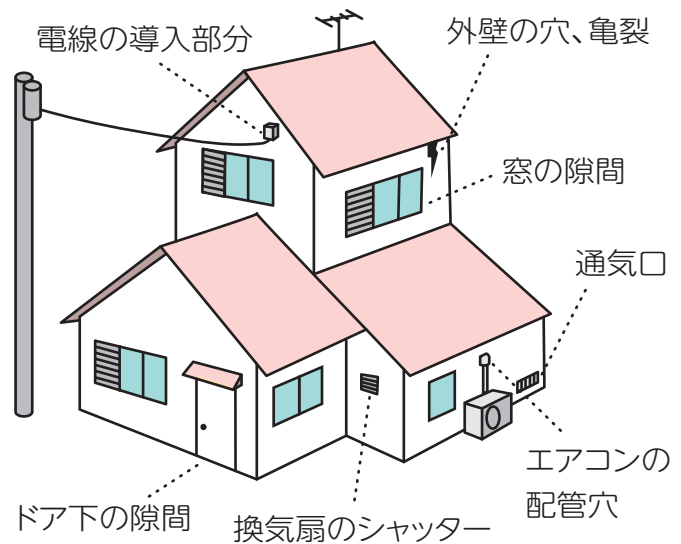


## ② 住みかとなる場所を作らない

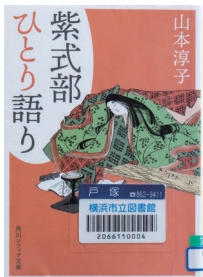
- 家の中を整理整頓し、隠れるスペースをなくす
- 巣の材料となる新聞、段ボール、ビニール袋などは処分する



## ③ 侵入しそうな隙間をふさぐ



☎ 区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 fax 510-1718



## 一般 紫式部ひとり語り(角川ソフィア文庫)

「源氏物語」の作者として有名な一方、人物像はあまりよく知られていない「紫式部」の評伝。日々の出来事や感じた思いを自身が語る形で書かれた文章を読むと、人間紫式部の姿が浮かび上がってくるようです。

やまもと じゆんこ 山本淳子 / 著 KADOKAWA / 発行

## 児童 楽しいスケート遠足

エベルトとアフケの兄妹は、スケート遠足に行くことになりました。凍りついた運河の上を、クラスみんなで滑っていくのです。途中で屋台に寄ったり、絵描きさんに会ったり。20世紀初頭のオランダが舞台です。

ヒルダ・ファン・ストックム / 作・絵 ふなとよし子 / 訳 福音館書店 / 発行



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)をご紹介します。

☎ 鶴見図書館  
☎ 502-4416  
fax 504-6635

Please tell us your troubles ! /

# ひとりで悩まないで あなたの「困った！」に 寄り添い一緒に考えます

生活困窮者自立支援の窓口でできること

生活するお金が足りない、仕事が見つからない、子どもの学力が心配……暮らしの困りごとを1人で抱えこんでいませんか？  
区役所には、そんな困りごとを相談して、解決策と一緒に考え、サポートする窓口があります。どんな困難も、解決するためにはあなたの力が必要です。まずは声をあげて、悩みや不安を聞かせてください。あなたらしく生きていくために何をすればいいか、一緒に考えましょう。

問 区役所生活支援係 ☎ 510-1785 fax 510-1899

## 窓口の特徴

お金はかかりません

Free

相談は無料です。



秘密を守ります

Keep Secrets

相談の内容や個人情報など、秘密は必ず守ります。



1人ひとりに寄り添います

Support For You

担当者が継続的に相談を聞き、解決策と一緒に考えます。



身近な機関と連携

Cooperation

関係機関と連携してサポートしていきます。



### ケース1 お金の困った!



生活費がうまくやりくりできなくて……借金もあるしもうどうしたらいいか……

それは不安でしたね  
まずは今の状況を整理しましょう

まずは1カ月の支出と一緒に確認！  
固定費を見直すだけでも支出はおさえられますよ

併せて無理のない債務返済計画について考えましょう

でも無理のない返済って一体どうすれば……

誰に何を相談したらいいか一緒に考えましょう

通信料見直し  
プランを見直したい

保健師相談

娯楽費の見直し  
うーん 解約するか

滞ってる支払いをどうしたらいいの……

支払いの相談

「収入」「支出」を改めて確認！  
このままだと毎月の収支が合いそうです！

その調子！  
しばらく収支のチェックを一緒に続けましょう！

**MEMO**  
お金の流れをまとめたキャッシュフロー表を作ることで現在のお金の状況と将来のライフプランを把握しやすくなります

まずは相談

方針の決定

一緒に取組

目標達成!

### ケース2 仕事の困った!



働けなさは思っているけど長いこと定職についてないから自信がなくて……

よく相談してくれました一緒にひとつずつ解決していきましょう

すぐに求職活動を始められることもありますが働くことに不安があるなら職場体験から始めることもできます  
どうしましょうか？

**MEMO**  
段階にあった支援のメニューを選べます

- ▶ 就労準備支援
- ▶ 就労訓練
- ▶ ジョブスポット など

体験はうまくいきましたね

今度はジョブスポットで自分なりにできる仕事を探していきましょう

この人のようですか？

**MEMO**  
ジョブスポットは区役所にあるハローワークの出張窓口です

- ▶ 完全予約・担当制
- ▶ 面接のアドバイス
- ▶ 職務経歴書・履歴書の書き方支援 など

来月からパートで働くことが決まりました!

まずははじめの一步ですね!

**採用通知**

ほかにもこんな相談ができます

子どもの学力が心配ですが、塾に通わせる金銭的な余裕がありません

主に中学生を対象に、無料の学習支援を週2回、夕方2時間程度行っています。学校に通いづらいお子さんも利用できます。見学もできますので、まずは相談してください。

仕事を辞めてしまい、家賃の支払いが厳しい状況です

次の仕事を探す間の家賃(賃貸住宅のみ)を補助する給付金があります。詳しい要件や期間については、お気軽にお問い合わせください。

ウェブはこちら ▶ [住居確保給付金 横浜市](#)

長い期間ひきこもっていて、外に出ることが不安です

まずは不安なことについて、あなたのペースで話してみてください。区役所に来るのが難しい場合は、電話でも大丈夫です。お話を聞いて、どうしても不安が解消できるか一緒に考えます。ご家族からの相談もお受けしています。

もっと詳しく知りたい人はこちら



横浜市生活困窮者自立支援制度ウェブページ

身近に困っている人がいたら活用してください

### 母国語での対応

区役所では、多文化共生総合相談センターによる電話通訳が利用できます(12言語対応)。母国語が日本語ではない人も、安心して相談できます。

### 制度案内・多言語対応リーフレット

窓口で制度案内のリーフレットを配布しています。やさしい日本語と7言語で書かれた多言語対応のものもあります。身近に困っている人がいる場合は、渡して相談のきっかけにしてください。



## 利用者の声

借金をしたことが恥ずかしく、誰にも話せず、家にひきこもってしまいました。通院先から勧められて相談してみたところ、否定をせずにいていねいに話を聞いてくれ、がんばる力をもらえました。(30代女性)

年金生活が不安で仕事探しの支援を受けました。未経験の職種でしたが、働いてみると面白味があり、今は充実した日々を過ごしています。(70代男性)

## 相談員から

お金、仕事、家族のこと。誰に何を相談したらいいの……そのような気持ちで窓口に来られる方も多いです。まずは一度ご相談いただき、何から始めたらよいか、解決の糸口を見つける機会となれたら、と考えています。ご家族や関係機関からの相談もお待ちしています。

相談窓口

鶴見区役所 生活支援係  
生活困窮者自立支援担当 (3階9番)  
☎ 045 - 510 - 1785  
月～金曜 8時45分～12時、13時～17時  
(祝日・年末年始を除く)


## 年末年始、区役所・行政サービスコーナーはお休みします

年末年始(12月29日～1月3日)は、区役所の窓口及び市内行政サービスコーナーがお休みとなります。なお、各施設では年末年始の業務時間が異なりますので、ご利用の際はご注意ください。各窓口の年末年始の業務時間は、右記のとおりです。

**コンビニ交付**

◇住民票の写し・印鑑登録証明書  
 (ただし、戸籍証明書及び戸籍の附票の写しは取得できません。印鑑登録証明書の発行ができるのは、市内で印鑑登録をされている人が対象)  
 ※マイナンバーカード及び利用者証明用電子証明書パスワード(数字4桁)が必要です

コンビニ交付の詳細はこちら



### 年末年始の業務時間

※斜線部は休業日

	区役所	行政サービスコーナー	コンビニ交付
12月28日(木)	8時45分～17時	7時30分～19時	6時30分～23時
12月29日(金)			//
12月30日(土)			//
12月31日(日)			//
1月1日(月)			//
1月2日(火)			//
1月3日(水)			//
1月4日(木)	8時45分～17時	7時30分～19時	//
1月5日(金)	8時45分～17時	7時30分～19時	//

問 区役所戸籍課登録担当 ☎ 510-1706 fax 510-1893

### 年末年始の休館日

#### 12月25日(月)～1月14日(日)

鶴見図書館(図書館情報システム更新による臨時休館を含みます)

#### 12月28日(木)～1月3日(水)

ふれーゆ

#### 12月28日(木)～1月4日(木)

各地区センター(末吉、潮田、寺尾、生麦、矢向、駒岡)、各コミュニティハウス(新鶴見小、上寺尾小、市場小、寛政中)、老人福祉センター横浜市鶴寿荘

#### 12月29日(金)～1月3日(水)

鶴見公会堂、各コミュニティハウス(潮田公園、鶴見市場、鶴見中央)、各地域ケアプラザ(潮田、矢向、寺尾、東寺尾、駒岡、鶴見市場、鶴見中央、生麦、馬場)、鶴見区社会福祉協議会、鶴見国際交流ラウンジ、横浜市国際学生会館、わっくんひろば、わっくんひろばサテライト、鶴見区民文化センターサルビアホール、白幡公園こどもログハウス、馬場花木園、みその公園「横溝屋敷」、入船公園、潮田公園

#### 12月30日(土)～1月3日(水)

鶴見スポーツセンター

(12月29日(金)は9時～17時、1月4日(木)は11時～21時の営業)

### 年末年始の急病は……

## 鶴見区休日急患診療所へ

健康保険証と現金をご用意ください

☎ 鶴見中央3-4-22 ☎ 503-3851

#### 診療科目

内科・小児科

#### 診療日

日曜、祝日  
 年末年始  
 (12月30日(土)～1月3日(水))

#### 診療時間

10時～16時  
 (受付時間は9時50分～15時30分)



※その他の医療機関などの案内は16ページをご覧ください

年末年始のごみと資源物の収集日程は16ページをご覧ください

## 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

#### 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

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 ☎ 事前に ☎

☎ 問 よこはま東部ユースプラザ(鶴見

中央3-23-8)

☎ 642-7001 fax 642-7003

#### 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水曜 18時30分～20時

30分 ☎ 鶴見公会堂(豊岡町2-1

フーガ1) ☎ 12人 ☎

☎ 神奈川県司法書士会

☎ 641-1372 fax 641-1371

### 鶴見スポーツセンター

〒230-0004 元宮2-5-1 ☎584-5671 ☎584-5673 ☎第2月曜

#### 小学生の書初め教室

☎ 12月28日(木)9時30分～11時 ☎ 小学3～6年生 ☎ 12人

¥ 1,200円 ☎ 習字セット、学校から出されたお手本 ☎ 12月

12日9時から ☎ 窓 ☎ ☎



詳細はこちら

当日受付の教室【12月11日～6年1月10日】※状況により開催が中止となる場合があります

☎ 16歳以上 ¥ 610円 ☎ 動きやすい服装、タオル、室内履き ☎				
①SALSATION®	12月12日・19日の火曜	11時～11時50分	☎ 30人	
②骨盤リセット	12月13日～1月10日の水曜	15時10分～16時	☎ 30人	
③朝のすっきりストレッチ&トレーニング	12月16日・23日の土曜	10時～10時50分	☎ 20人	
④はじめてのエアロビクス	12月12日・19日の火曜	9時～9時50分	☎ 30人	
⑤ZUMBA®	12月12日・19日の火曜	10時～10時50分	☎ 30人	
	12月15日・22日の金曜	10時30分～11時20分		
⑥やさしいピラティス	12月12日・19日の火曜	12時～12時50分	☎ 30人	
⑦ヨガ	朝ヨガタイム	12月16日・23日の土曜	7時45分～8時45分	☎ 30人
	昼ヨガタイム	12月15日・22日の金曜	12時～12時50分	
	夜ヨガタイム	12月12日・19日の火曜	19時30分～20時20分	
⑧バランスボールタイム	12月15日・22日の金曜	9時15分～10時15分	☎ 30人	
⑨ストレッチポールde筋膜リリース	12月16日・23日の土曜	9時～9時50分	☎ 20人	
⑩ひきしめエアロビクス	12月16日・23日の土曜	10時～10時50分	☎ 30人	

### 施設から

詳細は各施設にお問い合わせください

#### 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正絹古布で作る「七宝毬」☎ 6年1月

29日(月)13時～16時 ☎ 成人 ☎

12人 ¥ 800円 ☎ 12月17日10時から

窓 ☎ ☎ は13時から



日本の伝統工芸の一種です

②ピアノとお話の世界 ▶ ピアノとお話

と映像、それぞれの世界の楽しさを味

わってください ☎ 12月25日(月)14時

～15時 ☎

**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

- ①年の瀬の心温まる朗読会 12月28日(木)18時~19時30分 成人先 20人 ¥200円 申 12月12日9時30分から窓(☎は10時から)
- ②七草がゆと鏡開きのおしるこ体験 6年1月7日(日)10時~12時 小学生以下先 10人 ¥100円 申 12月12日9時30分から窓(☎は10時から)
- ③あつまれ! 潮田キッズ 6年1月14日(日)10時~12時 小学生以下先 20人 申 12月12日9時30分から窓(窓は10時から)
- ④子どもと若者のひろば 12月24日、6年1月14日の日曜13時~16時 18歳以下 直

**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季節の和菓子作り ▶ねりきりを10個作ってお持ち帰り 6年1月19日(金)14時~15時30分 成人先 12人 ¥2,000円 持 エプロン、手ふきタオル、三角巾、あれば日本手ぬぐい 申 12月19日9時30分から窓(☎は20日から)
- ②簡単おやつ講座 基本のレアチーズケーキとスイートポテト 6年2月2日(金)14時~16時 成人先 8人 ¥1,200円 持 エプロン、手ふきタオル、三角巾、持ち帰り用袋 申 1月6日9時30分から窓(☎は7日から)
- ③潮田けん玉道場 ▶3月のけん玉認定会目指して頑張ろう 12月17日(日)10時~12時 直
- ④潮田はなしのお宿 12月21日(木)11時~11時30分 未就学児と保護者 直
- ⑤潮田子育て相談 12月13日・20日・27日、6年1月10日の水曜10時~12時 未就学児と保護者 直

**潮田地域ケアプラザ**  
〒230-0048 本町通4-171-23  
☎507-2929 ☎507-2930 第4月曜

クリスマス・ランタンフェスタ2023 12月16日(土)16時30分~19時※風雨の場合は17日(日)に延期  
潮田公園プール(向井町2-71) 直  
間クリスマス・ランタンフェスタ実行委員会事務局 ☎507-2929



プールの水面に幻想的に映るともしび

**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

鶴見鉄道物語「京浜急行線と市場」▶リレー講座 鶴見の魅力を見つけよう 6年1月26日(金)14時~16時 小学4年生以上先 20人 ¥500円 持 筆記用具 申 12月11日10時から窓か☎

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

- ①呼吸を深める初めてのヨガ 6年1月6日・20日、2月3日・17日、3月2日・16日の土曜(全6回)11時30分~12時30分 成人先 18人 ¥3,000円 持 ヨガマットまたは大きめのタオル 申 12月11日9時30分から窓(☎は13時から)



ヨガで心身ともにリフレッシュ

- ②初めてのソロで踊るサルサ 6年1月12日・19日・26日、2月2日の金曜(全4回)19時~20時 成人先 15人 ¥2,400円 持 動きやすい服装と靴 申 12月12日9時30分から窓(☎は13時から)



楽しいリズムで踊りましょう

- ③体を整えるピラティス入門 6年1月18日、2月1日・15日、3月7日・21日の木曜(全5回)11時30分~12時30分 成人先 18人 ¥2,500円 持 ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル 申 12月14日9時30分から窓(☎は13時から)
- ④パソコン相談室 6年1月11日(木)13時30分~15時30分 成人先 10人(1人20分程度) 申 12月11日9時30分から窓(☎は13時から)
- ⑤はなしのお宿 6年1月11日(木)11時~11時30分 未就学児と保護者先 10組 直
- ⑥なまむぎ子育て相談 12月12日~6年1月9日の火曜※1月2日は除く10時~12時 未就学児と保護者先 8組 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クリスマスのごちそう・キッシュ▶1人1台(15cm)を作って持ち帰り 12月18日(月)10時~13時 成人先 8人 ¥1,800円 持 エプロン、三角巾、ふきん、マスク 申 12月12日9時30分から窓



パーティーの手土産にも

- ②わっくんひろばサテライトがやってくる▶親子で楽しく遊びましょう。相談もできます 12月20日(水)10時30分~11時30分 未就学児と保護者先 20組 申 12月12日15時30分から窓 申 間 わっくんひろばサテライト ☎642-5710
- ③矢向子育て相談 12月14日・21日(木)10時~12時 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 第4月曜

- ①ちりめんづくろめがねケース 6年1月16日(火)10時~12時 抽 12人 ¥900円 申 12月19日10時に窓
- ②我が家の味噌を手作りで 6年1月12日(金)①11時~13時②14時~16時③11時~13時④14時~16時 成人 抽 各8人 ¥各1,800円 持 味噌4kgが入る容器 申 12月15日10時に窓
- ③リフレッシュヨガA3・B3・C2 6年1月10日~3月13日の水曜(全10回)A 3:9時10分~10時10分 B3:10時25分~11時25分 C2:11時40分~12時40分 抽 各30人 ¥各2,500円 申 12月13日10時に窓
- ④プッチパラによるクリスマスコンサート▶サンタさんがやってきます。子どもにはプレゼントも 12月16日(土)14時~15時 直
- ⑤くりんくらのパネルシアター 6年1月10日(水)14時30分~15時10分 未就学児と保護者 直
- ⑥子どもと若者の広場アソビViva!! 12月16日(土)13時~18時 直
- ⑦おもちゃ病院 12月16日(土)10時~13時 小学生以下 申 12月11日10時から窓か☎

**みその公園「横溝屋敷」**  
〒230-0073 獅子ヶ谷3-10-2  
☎574-1987 ☎574-2087 第1・3月曜  
☎qq2h4dy9n@dance.ocn.ne.jp

七草がゆ▶コロナやインフルエンザを吹き飛ばしましょう 6年1月7日(日)11時~12時30分※10時30分から受付先 200人 ¥100円 直



地元でとれた七草のおかゆ

**駒岡地区センター**  
〒230-0071 駒岡4-28-5  
☎571-0035 ☎571-0036 第3月曜

- ①ZUMBA®ゴールド&ストレッチ 6年1月9日・23日、2月13日・27日、3月12日・26日の火曜(全6回)10時~11時 成人先 15人 ¥3,500円 持 動きやすい服装と靴、タオル 申 12月15日10時から窓
- ②大人の防犯講座 6年1月24日(水)10時~12時 成人先 12人 ¥300円 申 6年1月10日10時から窓
- ③手仕事サロン 12月15日(金)11時~13時 先 10人 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&ハンドマッサージ▶薬品を使わない全身に使える万能クリーム 6年1月20日(土)14時~16時 成人先 10人 ¥1,000円 申 12月11日9時30分から窓か☎

**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 第4月曜

- ①歴史講座 ロマンあふれる鶴見山の手物語 6年1月11日・18日・25日、2月1日の木曜(全4回)10時~11時30分 抽 20人 ¥1,600円 申 12月14日10時に窓
- ②パソコン相談室 12月16日(土)13時30分~15時30分 60歳以上先 4人(1人30分) 申 12月15日12時まで窓か☎
- ③ひざびざワックン体操 第3以外の火曜14時~15時30分 先 60人 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子どもと若者のひろば「アソビViva」in末吉 6年1月6日(土)13時~18時 18歳以下 直
- ②Xmasロビーコンサート▶マリンバトロンボーン・ピアノ・声楽によるXmasソング 12月22日(金)14時~15時 先 40人 直
- ③小中学生の書初め▶年の初めを書で始めよう 6年1月5日(金)①10時~②11時~ 小学生、中学生 抽 各5人 ¥各300円 持 書道セット、学校指定の半紙 申 12月11日10時から窓
- ④初心者向けスマホ体験教室▶スマホ貸出あり 6年1月30日(火)10時~12時 成人 抽 20人 申 6年1月9日10時から窓
- ⑤ハンドメイドタイム▶フォトフレームで作るペルメル 6年1月21日(日)①10時~②13時~ 抽 各6人 ¥各500円 申 12月17日10時から窓



かわいい花柄のペルメル。写真などが飾れます

- ⑥親子リトミック▶リズムに合わせて楽しく 6年1月26日(金・祝)9時30分~10時30分 未就園児と保護者先 12組 ¥600円 申 12月22日10時から窓

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

- ①お正月の室礼▶古民家に日本の伝統的なお正月を祝う室礼をします 6年1月4日(木)~8日(月)10時~16時 直
- ②人日の節句 七草粥の提供 6年1月7日(日)11時~13時 先 20人 ¥500円 申 12月17日9時から窓か☎
- ③お正月遊び▶こま・羽根つき・かるた取りなど 6年1月4日(木)10時30分~14時 直
- ④ミニ門松づくり教室 12月16日(土)13時~15時 先 10人 ¥500円 申 12月11日9時から☎

### ふれーゆ

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

①はじめてエアロビクス ☎ 毎週月曜 15時～16時 ☎ 高校生以上 ☎ 各15人 ☎ 各1,000円 ☎ 室内履き ☎

②ピラティス ☎ 毎週木曜10時30分～11時30分 ☎ 高校生以上 ☎ 各15人 ☎ 各1,000円 ☎

③はつらつ健康フラダンス ☎ 毎週木曜 ※12月28日を除く9時30分～10時15分 ☎ 高校生以上 ☎ 各10人 ☎ 各1,000円 ☎ パウスカートまたは膝丈のフリースカート ☎

④ゆず湯 ☎ 冬至の日はふれーゆのゆず湯で温まりませんか ☎ 12月22日(金) ☎


⑤手こぎいかだレース ☎ 大きな丸型ビート板に乗ってプール監視員と真剣勝負 ☎ 12月24日(日) ①10時～②15時～ ☎ 小学生 ☎ 各20人 ☎

⑥クリスマス会 ☎ 12月17日(日)14時～16時 ☎

⑦新春イベント ☎ 「ふれーゆ初め」の後、福引をお楽しみください ☎ 6年1月4日(木) ☎

⑧クリスマス飾りづくり ☎ クリスマスの飾りを作って、ツリーに飾りましょう ☎ 12月10日(日)～25日(月) ☎

⑨ふれーゆ縁日 ☎ 6年1月7日(日)・8日(月・祝) ☎

詳細はこちら 

### 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しんつるクリスマスコンサート ▶ ティンホイッスルの菅原貴司さんがやって来る ☎ 12月24日(日)10時30分～11時30分 ☎ 50人 ☎ 12月11日9時30分から ☎ 窓か ☎

②鶴見鉄道物語「貨物の大拠点 新鶴見操車場」▶ リレー講座 鶴見の魅力を見つけよう ☎ 6年2月12日(月・祝)14時～16時 ☎ 小学4年生以上 ☎ 20人 ☎ 500円 ☎ 筆記用具 ☎ 12月11日10時から ☎ 窓か ☎

③新鶴見子育て相談 ☎ 毎週金曜10時～11時45分 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 各8組 ☎

④しんつるおはなしかい ▶ 絵本・パネルシアターなど ☎ 12月25日(月)10時30分～11時 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 8組 ☎

### 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 ☎ 12月19日(火)10時～12時 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 7組 ☎

②ストレッチ&リンパマッサージ ▶ 伸ばしてすっきり ☎ 6年1月9日・23日、2月13日・27日、3月12日の火曜(全5回)15時30分～16時30分 ☎ 成人 ☎ 15人 ☎ 2,000円 ☎ 動きやすい服装(靴は不要) ☎ 12月12日10時から ☎

### 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 ☎ 日・月・祝

①横浜子育てサポートシステム事業 ▶ 「お子さんを預かる人募集」(随時)地域で子育て支援(有償)を行いますか? ☎ 横浜子育てサポートシステム鶴見区支部 ☎ 582-7610


②絵本のよみきかせ ☎ 12月28日(木) ①11時～11時15分 ②11時30分～11時45分 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 各6組 ☎ 12月21日15時30分から ☎ 窓か ☎


③このとりのくらぶ(背守り) ☎ 12月19日(火)10時30分～11時30分 ☎ 初めての子を妊娠中の人 ☎ 6組 ☎ 12月12日15時30分から ☎ 窓か ☎

### 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 ☎ 第3水曜

住田一夢さんに好きな動物を描いてもらおう ▶ イラストレーターの住田さんとお話ししながら、好きな動物を描いてもらおう ☎ 6年2月23日(金・祝)～25日(日) ①11時～12時 ②13時～14時 ③15時～16時 ☎ 各9人(1人1時間まで) ☎ 各2,500円 ☎ 12月15日10時から ☎ 窓か WEB



作品は持ち帰れます 申込みはこちら 

### 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 ☎ 585-0051 ☎ 日・月・祝

①子サポ提供会員・両方会員入会説明会 ▶ 子どもを預かる人向け説明会 ☎ 12月26日(火)10時～11時 ☎ 市在住の20歳以上 ☎ 8人 ☎ 持筆記用具 ☎ 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栄養士相談 ☎ 12月15日(金)10時～11時30分 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 6組 ☎ 12月14日15時30分から ☎


③看護師相談 ☎ 6年1月4日(木)10時45分～12時 ☎ 未就学児と保護者 ☎ 5組 ☎ 12月28日15時30分から ☎

④はじめてわっくん ▶ 初回施設利用者のための施設案内とおしゃべりの会 ☎ 12月27日(水)13時30分～14時30分 ☎ 未就学児と保護者、妊娠中の人とパートナー ☎ 4組 ☎ 12月20日15時30分から ☎

### 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ピッコロのわくわくクリスマス ▶ 工作・ゲームなど日替わりで楽しめるイベントがあります ☎ 12月12日(火)～24日(日)10時～16時 ☎ 中学生以下 ☎ 工作のみ各20人 ☎



ぬりえやシールでカラフルに飾りましょう

②千支のおりがみプレゼント ☎ 6年1月4日(木) ☎ 100人 ☎

③ふれあいあそび ▶ 馬場保育園の先生と遊びましょう ☎ 12月13日(水)10時40分～11時 ☎ 未就学児と保護者 ☎

④おはなし会 ▶ 絵本、紙芝居、手遊びなど ☎ 12月20日(水)11時～11時20分 ☎ 未就学児と保護者 ☎

## 健(検)診・教室

\*原則として12月11日～6年1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
<b>【予約・問合せ】 こども家庭係</b> ☎ 510-1840 fax 510-1887	
乳幼児健診	4カ月児 12月12日・19日、6年1月9日の火曜 8時50分～10時10分受付
	1歳6カ月児 12月15日(金) 8時50分～10時10分受付
	3歳児 12月14日・21日の木曜 12時50分～14時10分受付
乳幼児・妊産婦婦科相談《未就学児・妊産婦》	12月14日(木) 9時30分～11時受付 <b>予約制</b>
<b>【予約・問合せ】 健康づくり係</b> ☎ 510-1827 fax 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 12月14日(木)・19日(火) ①9時～ ②10時～ ③11時～ ☎ 区役所2階栄養相談室 <b>予約制</b>
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 6年1月30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 ☎ 各10組 ☎ 6年1月4日8時45分から ☎ <b>予約制</b>
親子わくわく歯ぐい講座 《6カ月～1歳1カ月未満の乳幼児と保護者》	むし歯予防の話、歯みがきアドバイス、むし歯リスクチェック(保護者)など 6年1月19日(金) ①13時20分～②14時～③14時40分～ ☎ 各4組(個別対応) ☎ 12月11日8時45分から ☎ <b>予約制</b>
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 12月21日(木) ①9時～ ②10時～ ③11時～ 6年1月12日(金) ①13時～ ②14時～ ③15時～ <b>予約制</b>
幼児の食育教室 《1歳6カ月～2歳児と保護者》	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 6年2月13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 ☎ 各10組 ☎ 6年1月11日8時45分から ☎ <b>予約制</b>
<b>【予約・問合せ】 障害者支援担当</b> ☎ 510-1848 fax 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 1月9日(火)14時～16時 ☎ 区役所1階 母子健康相談室 <b>予約制</b>
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談	12月13日、6年1月10日の水曜 14時～16時 ☎ 区役所3階3番 <b>予約制</b>

※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…「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(2024年4月1日現在)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前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)

### 移動図書館 はまかせ号

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

☎ 12月14日(木)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 fax 231-8299

### 鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオバルデ鶴見2階  
☎ 504-5619 ☎ 504-5616

善意銀行への寄付 [9月1日～9月30日・敬称略]  
 株式会社 エスユーライフケア、上村政二、キッチンmatsui、高橋 智彦、吉兆グループ