

TSURUMI

つるみ

2025 No.336

広報よこはま・鶴見区版10月号

10



「ワクワク」と「ドキドキ」、
どっちも連れて出かけよう。

こどもの力がぐんぐん育つ!!
外あそびのキホン
丸わかりブック

親子で楽しめる外遊びの魅力をぎゅっと詰め込んだリーフレットができました。外遊びで育つ力、公園でできるいろいろな遊び方、ママ・パパの気になるQ&Aなど、子どもの成長に役立つヒントがいっぱい! お出かけのきっかけに、ぜひ手に取ってみてください。



詳細はこちら



外遊びの特集は8・9ページへ

TOPICS

つるみ臨海フェスティバル 10月18日(土) 開催

「つるみ大好き私のふるさとーみんなで創ろうつるみ臨海部」をテーマとした区民まつりです。
📅10月18日(土) 9時30分～15時30分(荒天中止、順延なし) 📍入船公園(弁天町3-1)



詳細はこちら

模擬店・PRブース

地元自治会町内会・企業・団体による
飲食・展示ブースが出店(約70店)

ステージイベント

地元の学校や団体による演奏・ダンス
などのステージパフォーマンス

ふれあい移動動物園

ウサギ、ヒヨコなどの小動物やヒツジ
と触れ合えるコーナー。ポニー乗馬
体験もあります

🕒①10時～12時②13時～15時

スポーツ・遊び体験

スポーツ・乗り物・昔遊びなど、家族
みんなで楽しめる体験コーナー

鶴見区友好交流都市ブース

石川県輪島市、福島県西会津町、福島
県棚倉町が特産品を販売

スタンプラリー

会場内の各ポイントにあるスタンプを
集めて、プレゼントをもらおう!

豪華景品が当たるお楽しみ抽選会

宅建協会鶴見支部提供の抽選会を開催



📞 区役所地域振興係 ☎ 510-1687 fax 510-1892

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。

ライン
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
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 🧑‍🤝‍🧑 298,742
(2025年9月1日現在) 世帯数 153,081

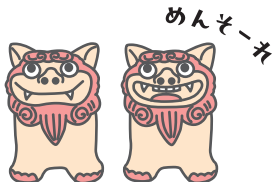
沖縄の食と文化の祭典「第10回 鶴見ウチナー祭」開催

区内の沖縄ゆかりの店舗や沖縄県からの出店も多数ある“沖縄の食と文化の祭典”。

沖縄そばやタコライス、泡盛などの沖縄グルメに加え、エイサーの演舞や三線の音色が会場を彩ります。記念すべき第10回目の今年は、2日目に「島唄」で知られる元THE BOOOMのボーカル、みやざわ かずふみ宮沢和史さんが登場します! ぜひご来場ください。

📅 11月1日(土)・2日(日)11時～17時

📍 入船公園(弁天町3-1)



詳細はこちら



沖縄民謡など沖縄の文化を満喫できます



宮沢和史さんが鶴見ウチナー祭に!

📍 鶴見ウチナー祭実行委員会 ☎ 504-7816(おきなわ物産センター) ✉ uchina.fes@gmail.com

topics

鶴見の秋といえば、文化・芸術に親しむ「鶴見区民文化祭」

今年も区内各所で文化・芸術に親しめる「鶴見区民文化祭」が開催されます。誰でも鑑賞を楽しむことができる場になっているので、気軽にご来場ください。

時間などの
詳細はこちら▶



鶴見区民文化センター サルビアホール

盆栽・山野草展 10月24日(金)～26日(日)

中学校音楽祭 10月25日(土)※観覧は関係者のみ

鶴見美術家協会展 11月6日(木)～9日(日)

ダンス&演劇 11月8日(土)

鶴見室内管弦楽 11月9日(日)

ホームコンサート 11月9日(日)

鶴見書人会役員展 11月21日(金)～24日(月・祝)

合唱のつどい 11月23日(日)

◎ 邦楽のつどい 12月14日(日)

(¥当日券2,500円、前売券2,000円※学生無料)



鶴見公会堂

◎ 楽翔祭 10月12日(日)(¥当日券2,300円、前売券2,000円)

鶴見区吟詠大会&芸能のつどい 11月30日(日)

鶴見中央コミュニティハウス

区民作品展(絵画、手工芸、華道、書道など) 11月7日(金)～9日(日)

鶴見区役所

児童書道展 11月5日(水)～7日(金)

⚠ ◎は有料イベントです

📍 鶴見区文化協会(火・木・金10時～16時) ☎ fax 582-0881



topics

2025 周湯 スタンプラリー

2025

10.10 金 12.15 月



京急電鉄マスコットキャラクター
けいきゅん



鶴見区のマスコット
ワックン

大好評の「京急×横浜鶴見 周湯スタンプラリー」を今年度も開催します。区内の銭湯や温浴施設などを巡る、スマホを使って参加できるデジタルスタンプラリーです。応募コースや景品もさらに充実。見どころスポットや同時期に開催されるイベントも楽しみながら、“周湯”してイベント限定グッズをゲットしましょう。



詳細はこちら

デジタルスタンプを集めて応募しよう

先着1,000人 初級コース:ステッカー1種

抽選200人 中級コース:キーホルダー +ステッカー1種(全員)

抽選50人 上級コース:MOKUタオル+ステッカー1種(全員)

さらに、全商品をゲットできるコンプリート賞も!(先着30人)



※景品のイラストはイメージです

📍 区役所企画調整係 ☎ 510-1676 fax 504-7102

topics

食べきれない食品が誰かの役に立ちます! フードドライブをしてみませんか?

横浜市の家庭から出される生ごみの中には、食品ロスと言われる手つかずの食品が年間約2万4千トンも含まれています。フードドライブとはそういった食品を回収し、必要としている人に届ける取組です。

どこで回収しているの?

- 1 鶴見区役所5階にフードドライブ回収ボックスを設置しています。
🕒 平日8時45分～17時まで
- 2 つるみ臨海フェスティバルなどの区民まつりの会場でも回収しています。
🕒 10月18日(土)9時30分～15時30分
📍 つるみ臨海フェスティバル 資源循環局鶴見事務所ブース



横浜市資源循環局マスコット
イーオとミーオ

食べきれる量を買うのが1番!
それでも残ったら
フードドライブへ

参加者にワックン
カトラリープレゼント

先着
50人



☎ 区役所資源化推進担当 ☎ 510-1689 ☎ 510-1892

こんな食品があったらフードドライブへ!

未開封で賞味期限が2カ月以上残っており、常温で保存できる食品が対象となります。

例 缶詰、レトルト、お菓子、飲み物(お酒を除く)など

安いから、つい
買い過ぎた

自分には
辛すぎた

いただいたけど
食べきれない



鶴見区で新たなフレイル対策が始まりました

いますぐ 予防!! プログラム

ハマプロ

フレイルとは、健康な状態と介護が必要な状態の中間のことです。早いうちに介護予防に取り組むことで、状態の維持・改善が期待できます。鶴見区では、高齢者ができる限り自立した生活を送ることができることを目指し、6月から新たなフレイル対策を開始しています。

- 1 健康に関するデータから、フレイルやフレイルのリスクが高い人を把握し、該当する人に介護予防サービス(ハマプロ)のご案内を送ります。



フレイルに該当する人とは?

横浜市健康診査の結果や、市が実施するフレイルチェックシート※の結果などで、身体機能や栄養状態、口腔の機能の低下が心配される人です。※高齢者の健康状態を把握するための質問票のことです

- 2 案内が届いた人は、個人の状態に合わせて
 - 医療専門職によるハマプロの提供
 - 地域の介護予防活動の情報提供
 などが受けられます。



ハマプロって?

スポーツクラブなどで教室形式の講座とプロの指導者による手厚いサポートが受けられます。通うことが難しい人には家庭訪問などを行います。どちらも利用料は0円です。

☎ 区役所高齢者支援担当 ☎ 510-1775 ☎ 510-1897

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

マジカル博物館ツアー 不思議で珍しい、世界の個性派ミュージアム100

地球儀博物館、髪の毛博物館、砂の美術館、失恋博物館……。奇妙で美しい世界の個性派ミュージアムを、心躍る写真とともに紹介しています。芸術の秋、日常からしばし離れて不思議な博物館をのぞいてみませんか。



パトリック・ボー／著 ふじむら なおみ／訳 かながわ なつこ／訳
日経ナショナルジオグラフィック / 発行

児童

たのしいうんどう

きみは 運動するのは すき? きらい? 運動すると どんな いいことがあるんだろう? 遊びながらだったら 運動が きらいな人も たのしくできるかな。スポーツの秋、ちょっと体をうごかして たのしく 運動してみない?



ひらお つよし 平尾 剛／監修 たけなみ ゆうこ／画 朝日新聞出版／編著
朝日新聞出版／発行

こどものココロとカラダが元気になる！ 外遊びのヒミツ、教えます

外で思いきり身体を動かすことは、子どもにとって最高の学びと成長のチャンスです。風を感じながら走ったり、自然にふれたりする体験は、心と身体を元気にしてくれます。「今日は何して遊ぼう?」そんなワクワクが、親子の時間をもっと特別にしてくれます。まずは一歩、外へ出てみませんか?

☎ 区役所こども家庭支援担当 ☎ 510-1840 ☎ 510-1887

ヒミツ1

生活リズムが整う



日中に光をいっぱい浴びて、夜は暗い部屋で寝ると、自然にリズムが整ってきます。元気に外遊びをするとお腹がすくので、よく食べ、よく眠れるようになります♪ 夜はブルーライトの強いスマホを見ないようにしましょう。

ヒミツ2

ココロと脳が育つ



外遊びの「やってみたい!」「こうしたらどうなる?」というワクワク・ドキドキ体験を通して、集中する力・考える力・表現する力が身につく、学習の土台を作ることができます。順番を待つなど人とのやりとりも学べます。

ヒミツ3

カラダが育つ



遊ぶことで、生きていくのに欠かせない身体を育てることができます。ブランコなどの遊具でいろいろな身体の使い方をすることで、体幹やバランス感覚を養い、きれいな姿勢づくりにもつながります!

ヒミツ4

幸せな気持ちが育つ



お砂場でジャンプしたり、走り回ったり…思いきり身体を動かすことで気持ちを発散でき、不安がやわらぎます。日光を浴びると、「幸せホルモン」と言われるセロトニンの分泌につながり、幸せな気持ちが育ちます!

外遊びで 人間力を豊かに

みやた ようこ
宮田 洋子
区役所こども家庭支援課
心理相談員

「うちの子、なかなか言葉が出なくて…」そんな心配の声を、乳幼児健診でもよく耳にします。絵本の読み聞かせなども大切ですが、外遊びが言葉の育ちを助けてくれることもあります。

水たまりに飛び込んだり、砂山を崩したり——五感をたっぷり使って遊ぶことで、脳や心・身体が刺激され、表現する力が育っていきます。お外で思いきり身体を動かして、お腹がすいてご飯を食べて、夜はぐっすり眠る。そんな生活リズムも、外遊びから生まれます。

スマホが手放せない今の時代だからこそ、自然に触れる時間が、子どもにとってかけがえのない体験になります。最初はほんの少しの時間でも大丈夫。おうちのドアを開けて、親子で外の空気を感じてみませんか? きっと、楽しい発見が待っていると思います。

CHECK!

外遊びのキホンがわかる
リーフレットができました



親子でできる身近な外遊び



・ 鶴見区地域子育て支援拠点 ・

わっくんひろばスタッフおすすめスポット・イベント

ゆらゆら～ バランス感覚がつくよ!



遊具

だんごやいしで筋力アップ!



大人が背中を押してあげよう

「まてまて～」パパやママに追いかけてもらうの大好き♡



追いかけてっこ

わあ、お花きれいね。どんな香り?



暑い日はプールが気持ちいい!



季節あそび



雨の日も長靴びしゃびしゃ♪



色とりどりの木の実や落ち葉



わっくんひろば
横浜子育てパートナー
おおかわ
大川 さん

親子で外に出て、自然にふれてみませんか?
皆さんのお気に入りのスポットも教えてください!

・・・ 横浜子育てパートナーとは ・・・
わっくんひろばの相談専門スタッフです。
地域で安心して子育てできるよう支援します。

鶴見花月園公園



見通しが良く安心して遊べます! 赤ちゃんの公園デビューにも♪

📍 鶴見1-1-1

潮田公園



木陰があり、ちょっとしたお散歩にも気持ちよくおすすめです。

📍 向井町2-71-1

つつみプレイパーク

生きる力を育み、子どもたちがのびのびと外遊びができる場を作りたいと願うボランティアの人が運営するイベントです。赤ちゃんから大人まで、みんなの笑顔が輝く遊び場です!



📅 毎月2、3回開催
📍 入船公園・県立三ツ池公園



開催情報など
詳しくはこちら

お出かけわっくん～公園へ行ってみよう～

わっくんひろばでは「お出かけわっくん～公園へ行ってみよう～」として、地域の公園へ出かけています。「うまく遊べるかな」「慣れない場所は少し不安」そんな人にもおすすめ。お出かけわっくんは、子どもたちの成長を支える場であると同時に、大人たちもほっと一息できる場です。子育てのことも気軽にご相談ください。公園でお会いしましょう!



📅 毎月1、2回開催
📍 区内の公園



最新の情報は
こちらから確認

「つるみ区民DAY」Jリーグ横浜FCの試合を観に行こう!

横浜FC vs 京都サンガF.C.の試合に、先着1,000人をご招待またはご優待します! 当日は、区民限定の体験イベントの実施や、鶴見区ならではのブース出店も予定しています! ぜひお越しください!



対象試合 明治安田J1リーグ第37節 vs京都サンガF.C.

早期申込者限定! 試合当日の区民限定イベントに参加できるチャンス!

- 🕒 11月30日(日)14時キックオフ
- 📍 ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川区三ツ沢西町3-1)
- 👤 区在住・在勤・在学(在園)の人と家族
- 👥 先 1,000人
- 💰 一般:1,500円～、高校生以下:無料
- 📄 申込詳細はウェブから



詳細はこちら

選手のウォーミングアップ見学や選手入場時に区民DAYフラッグを持ってピッチに入場するフラッグベアラーなどに参加できるチャンスがあります! 詳細はウェブへ。

※抽選で当選した人のみ参加いただけます(横浜FCから当選メールをお送りします)

※状況によっては、開催の延期・中止、イベント参加不可などの場合がありますので、あらかじめご了承ください



©YOKOHAMA FC

スタジアムでしか味わえない迫力のプレー



勝利の感動とともに

©YOKOHAMA FC

📍 横浜FC ホームタウン担当 ☎ 443-6592

topics

お知らせ

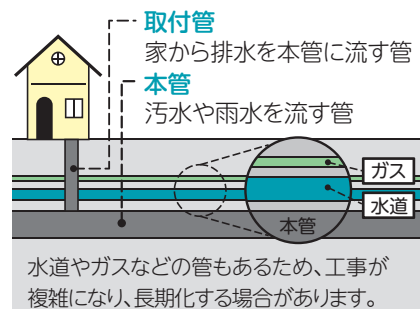
Information

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

古くなった下水道を再整備しています

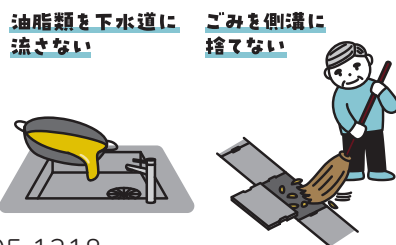
現在老朽化した下水道管が増加しているため、状態を確認しながら必要に応じて再整備工事を行います。住居の前を工事する場合や、宅地に入らせていただく場合がありますが、その場合は事前にお知らせいたします。



水道やガスなどの管もあるため、工事が複雑になり、長期化する場合があります。

下水道の適正利用にご協力をお願いします

私たちが普段何気なく利用している下水道は、日々の生活に欠かすことのできない大切なものです。ルールを守って大切に使いましょう。



📞 鶴見土木事務所 ☎ 510-1669 📠 505-1318

投票にイコット! キャンペーン

選挙啓発イベントを2カ所で2週連続で開催! 子どもから大人まで楽しめます

① つるみ臨海フェスティバル

🕒 10月18日(土)9時30分～15時30分 📍 入船公園(弁天町3-1) 📄

② 鶴見大学紫雲祭「写真コンテスト」

🕒 10月25日(土)・26日(日)10時～17時 ※26日は15時まで

📍 鶴見大学記念館1階大学食堂(鶴見2-1-3) 📄

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



鶴見税務署からお知らせ

毎年11月11日～17日は「税を考える週間」です

① 業務のデジタル化の進め方・補助金活用事例研修

🕒 11月11日(火)14時～15時 📄 40人

② 税理士による個人事業主が押さえておきたい税の勘所

🕒 11月14日(金)13時30分～15時30分 📄 30人

📍 鶴見青色申告会館1階(鶴見中央4-39-9)

📄 10月14日から ☎

📄 問 鶴見青色申告会 ☎ 521-1145

詳細はこちら



区役所から

鶴見川プロギング

ジョギングしながらごみを拾う新しいフィットネス(ワックンバッグプレゼント)

🕒 11月16日(日)9時15分～12時

📍 鶴見川周辺(集合は鶴見区役所)

👤 小学生以上(中学生以下は保護者同伴)

先 30人

持 動きやすい服装、運動靴、タオル

📄 11月7日までに WEB

📞 区役所健康づくり係

☎ 510-1832 📠 510-1792

はやめチーム(約3.6km)

ゆっくりチーム(約1.5km)

申込みはこちら

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16・7階) 先 16人 📄

📞 神奈川県司法書士会

☎ 641-1372 📠 641-1371

第14回鶴見区ボッチャ大会

🕒 11月15日(土)9時～12時30分

📍 鶴見スポーツセンター(元宮2-5-1)

👤 区在住・在学・在勤の小学生以上

先 25チーム(1チーム5人まで)

💰 1人200円※当日払い

📄 10月14日～26日に ☎ または 📧

📧 sawayaka@yspc.or.jp

📄 問 鶴見区さわやかスポーツ普及委員会事務局

☎ 640-0014

📠 640-0024

詳細はこちら

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)

📄

📞 東京地方税理士会

鶴見支部

☎ 502-0780 詳細はこちら



Autumn FES in Tsurumi 2025

区在住・在学の中高校生によるダンス発表会を開催します! ぜひご来場ください!

🕒 11月9日(日)11時～12時30分(予定)

📍 鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ16・7階) 📄

📞 鶴見区青少年指導員協議会事務局

☎ 510-1693

📠 510-1892

詳細はこちら



鶴見区医師会 市民向け公開講座

人生はのぼり坂、くだり坂、まさか…

～そんな時にかりつけ医～

講師は人気主婦ブロガー カータンさん

🕒 11月15日(土)14時～15時30分

📍 鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ16・7階)

先 350人

📄 10月11日9時～31日17時までに ☎ (土日祝除く) か WEB

📄 問 鶴見区医師会

在宅部門

☎ 503-1289



申込みはこちら

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30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

鶴見区エンディングノート講演会

終活の「意義」「はじめどき」など、専門家から分かりやすくお伝えします。もちろん鶴見区版エンディングノートを進呈!

🕒 11月7日(金)14時～16時

📍 区役所6階8・9号会議室 先 50人

📄 10月14日8時45分～31日17時までに ☎ または WEB

📄 問 区役所高齢者支援担当

☎ 510-1773

📠 510-1897

申込みはこちら



施設から

詳細は各施設にお問い合わせください

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鶴見の魅力をみつけよう▶浅野駅周辺の歴史と夕景・夜景を楽しむ㊟11月29日(土)14時45分～17時30分 ㊟尻手駅集合 ㊟成人 ㊟25人 ㊟¥500円 ㊟2,000円入ったICカード乗車券、動きやすい服装 ㊟11月1日10時から ㊟(㊟は14時から)
- ②矢向おもちゃ病院▶協力:横浜港北おもちゃドクターの会 ㊟10月25日(土)10時～11時 ㊟15点※1家族2点まで ㊟10月13日10時から ㊟引き渡しは14時から
- ③矢向スマホ・パソコン相談▶協力:鶴見パソコンボランティア協会 ㊟11月20日(木)13時30分～16時 ㊟成人 ㊟10人※1人30分 ㊟10月16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

- ①3館合同秋まつり(生麦地域ケアプラザ、ふれあいの家、生麦地区センター)▶作品展示、体育室での発表、物販など ㊟①11月8日(土)10時～17時、②11月9日(日)10時～15時 ㊟
- ②バランスのよい健康料理(共催:生麦第一地区ヘルスメイト) ㊟11月14日(金)10時～13時 ㊟成人 ㊟16人 ㊟¥1,000円 ㊟エプロン、三角巾、マスク、ふきん ㊟10月17日9時30分から ㊟(㊟は13時から)
- ③スノーマンの壁飾り ㊟11月28日(金)13時～15時 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥700円 ㊟裁縫道具 ㊟10月24日9時30分から ㊟(㊟は13時から)

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
休 火・木曜

- ①私の手仕事1「～午年～羊毛フェルトで作る干支」▶玄関飾りなどにいかがでしょう ㊟11月1日(土)13時30分～16時 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥1,000円 ㊟室内履き ㊟10月13日9時30分から ㊟か ㊟
- ②しんつるおはなし会▶絵本の読み聞かせ・パネルシアターなど ㊟10月27日(月)10時30分～11時 ㊟未就学児と保護者 ㊟8組 ㊟室内履き ㊟
- ③新鶴見子育て相談▶親子の憩いの場・情報交換の場としてどうぞ ㊟毎週金曜10時～11時45分 ㊟未就学児と保護者 ㊟8組 ㊟室内履き ㊟

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

秋のコミハまつり▶舞台上サークルの発表・作品展示、販売など盛りだくさん ㊟①11月8日(土)10時～17時②9日(日)10時～14時 ㊟

駒岡地区センター

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

- ①駒岡音楽祭▶出演^{カルテット}Quartet Lilas、^{リラ}YOKOHAMA JAZZ EGGS、^{ジャズ}SHAKUHARP ㊟11月3日(月・祝)12時～15時 ㊟200人 ㊟室内履き ㊟
- ②折り紙教室 ㊟11月5日(水)10時～11時30分 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥300円 ㊟
- ③Xmasスワッグ ㊟11月26日(水)13時～15時 ㊟成人 ㊟16人 ㊟¥2,500円 ㊟11月3日10時から ㊟

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新そばでそば打ち体験 ㊟①11月29日(土)13時30分～15時30分②12月2日(火)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟各10人 ㊟¥各1,200円 ㊟エプロン、三角巾、タオル ㊟11月1日10時から ㊟
- ②南米文化とスペイン語を学ぼう 秋 ㊟11月18日、12月9日・23日、8年1月13日・27日、2月10日、3月10日の火曜(全7回)11時15分～12時45分 ㊟成人 ㊟15人 ㊟¥1,400円 ㊟10月28日10時から ㊟(㊟は29日から)
- ③韓国語と韓国の今 秋 ㊟11月22日～8年3月14日の第2・4土曜(全8回)15時15分～16時50分 ㊟成人 ㊟20人 ㊟¥1,600円 ㊟11月8日10時から ㊟(㊟は9日から)

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歌って健康!▶みんなで歌って元気に ㊟11月22日(土)10時～11時30分 ㊟20人 ㊟¥300円 ㊟10月26日10時から ㊟(㊟は13時から)
- ②上寺尾ブックカフェ▶神奈川近代文学館企画担当者から展示作家(三島由紀夫や中島敦など)や文学の魅力を伺う ㊟11月29日(土)13時30分～15時 ㊟20人 ㊟11月2日10時から ㊟(㊟は13時から)
- ③いきいき美容教室▶資生堂ジャパン株式会社による化粧療法のお話 ㊟11月10日(月)10時～11時 ㊟65歳以上 ㊟25人 ㊟敏感肌の人は自分の化粧品一式 ㊟10月11日から ㊟か ㊟ ㊟馬場地域ケアプラザ ㊟576-4231

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

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・子育て相談 ㊟10月21日(火)10時～12時 ㊟未就学児と保護者 ㊟7組 ㊟

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 ㊟10月11日(土)～11月10日(月) ㊟16歳以上 ㊟¥620円 ㊟動きやすい服装、タオル、室内履き ㊟

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

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歩いて知ろう。鶴見川の河岸と水運▶末吉橋～新鶴見橋～森永橋～鶴見川橋を巡る歴史散策 ㊟11月7日(金)8時50分～12時 ㊟鶴見駅集合～バスで末吉橋に移動～散策 ㊟60歳以上 ㊟30人 ㊟¥300円※バス代別途 ㊟10月23日10時から ㊟(㊟は24日から)
- ②笑いヨガ ㊟11月12日・26日、12月3日の水曜(全3回)14時30分～15時30分 ㊟60歳以上 ㊟40人 ㊟¥300円 ㊟10月22日10時から ㊟(㊟は23日から)
- ③モルックを始めよう ㊟11月8日(土)13時～15時 ㊟60歳以上 ㊟16人 ㊟帽子、タオル ㊟10月18日10時から ㊟か ㊟

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末吉地区センターまつり▶展示・発表・子ども縁日と企画盛りだくさん! 26日はケアプラザによる認知症VR体験あり ㊟①10月24日(金)14時～17時②25日(土)9時～16時③26日(日)9時～14時 ㊟持 靴袋、室内履き ㊟子ども縁日は小学生以下対象(未就学児は保護者同伴)
- ②子どもと若者のひろばAnsoViva in 末吉 ㊟11月1日(土)13時～18時 ㊟18歳以下 ㊟
- ③鶴見の魅力をみつけよう▶弁天橋駅周辺の歴史と夕景夜景を楽しむ ㊟12月5日(金)15時30分～17時30分 ㊟鶴見駅集合 ㊟成人 ㊟25人 ㊟¥500円 ㊟2,000円入ったICカード乗車券、運動靴 ㊟11月7日10時から ㊟(㊟は8日から)



昭和扇橋や扇町など散策します

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ピッコロの森であそぼう▶クイズ、ゲーム、工作など ㊟11月3日(月・祝)10時～12時 ㊟ログハウス前広場 ㊟中学生以下 ㊟100人 ㊟エコバッグ ㊟※雨天の際は中止(館内で工作の一部を行います)
- ②ハロウィンのモンスターバッグ工作▶お菓子が入るオリジナルバッグを作ろう ㊟10月25日(土)・26日(日)10時～12時 ㊟中学生以下 ㊟各15人 ㊟当日9時から ㊟



お菓子を入れておでかけしよう

- ③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 ㊟10月22日(水)10時40分～11時 ㊟未就学児と保護者 ㊟

鶴見図書館

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

- ①わらべうた・読み聞かせ実践講座▶ボランティア向けの、実践を学び理解を深める講座 ㊟11月21日(金)10時～11時45分 ㊟区内で活動するわらべうた・読み聞かせのボランティア ㊟20人 ㊟11月4日9時30分から ㊟か ㊟
- ②講座「行政書士に聞く終活って何?」▶エンディングノートを用いて相続、遺言、成年後見制度などを解説(個別相談あり) ㊟11月13日(木)14時～16時 ㊟18歳以上 ㊟20人※個別相談は先着6組 ㊟10月28日9時30分から ㊟か ㊟または WEB ㊟申込みはこちら ㊟
- ③うきうき秋の紙芝居まつり▶つるかめ座による紙芝居おはなし会 ㊟10月25日(土)11時～11時30分 ㊟3歳以上の未就学児と保護者 ㊟15組 ㊟

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利用サークル作品展 ㊟11月1日(土)・2日(日)10時～17時※最終日は15時30分まで ㊟
- ②花咲く書道で年賀状 ㊟11月27日(木)14時～16時 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥1,000円 ㊟10月11日9時30分から ㊟(㊟は10時から)
- ③お座りサンタ人形を作ろう ㊟11月12日・19日の水曜(全2回)13時30分～15時30分 ㊟成人 ㊟10人 ㊟¥800円 ㊟10月11日9時30分から ㊟(㊟は10時から)



クリスマスの飾りつけに

馬場花木園

〒230-0076 馬場2-20-1
☎ 585-6552
休 第3火曜



- ①園芸講座▶ギボウシの育て方・楽しみ方 ㊟11月8日(土)13時～15時 先 12人 ㊦1,000円(持ち帰りの苗など教材費) 申 10月20日10時から 窓か ㊧
- ②茶道体験教室 ㊟10月25日(土)11時～15時 先 20人 ㊦550円 申 10月11日10時から 窓か ㊧
- ③秋まつり(旧オートムフェア)▶囲炉裏で焼いたお餅(あんこ・きな粉)を販売(事前申込制) ㊟11月16日(日)①11時～11時30分②12時～12時30分 先 各15人 ㊦500円 申 10月27日10時から 窓か ㊧ その他、書道・茶道体験、物販など

ふれーゆ

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



ふれーゆ恐竜展▶子どもから大人までワクワク・ドキドキする恐竜の世界を体験しませんか ㊟①10月12日(日)10時～18時②13日(月・祝)10時～18時 ㊦前売1,000円(3歳～中学生500円)、当日1,200円(3歳～中学生700円) 申 10月11日17時までに 窓か WEB

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さるびあ落語真打版▶柳家三三・三遊亭歌奴の真打公演。講談師と大神楽曲芸と内容盛りだくさん ㊟8年1月24日(土)14時～16時20分 ㊧小学生以上 先 400人 ㊦前売3,800円、当日4,000円(全席指定) 申 先行販売:10月11日10時～17日10時までに WEB、一般販売:10月18日10時から 窓 (㊧ WEBは14時から)



初めて聴く人もおススメ!
大笑い間違いなし!

- ②市民ギャラリーに学ぶ展示空間の作り方▶横浜市民ギャラリーより講師を招き、展覧会開催や展示空間づくりについて学びます ㊟12月13日(土)14時～15時45分 ㊧展覧会を企画したい人 先 30人 ㊦800円 申 先行販売:10月14日10時～20日10時までに WEB、一般販売:10月21日10時から 窓 (㊧ 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わくわくリトミック3 ㊟11月10日(月)10時～11時 ㊧未就学児と保護者 先 15組 ㊦600円 持 タオル 申 10月15日9時30分から 窓 (㊧は16日から)
- ②脳トレ教室▶みんなで楽しく、ゲームのような脳トレーニングです ㊟11月13日(木)14時～15時30分 ㊧成人 先 20人 ㊦300円 持 筆記用具 申 10月16日9時30分から 窓 (㊧は17日から)
- ③スノードームを作ろう ㊟12月6日(土)10時～11時30分 ㊧小学生(1、2年生は保護者同伴) 先 10人 ㊦600円 持 持ち帰り用袋 申 11月8日9時30分から 窓 (㊧は9日から)

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



修繕工事のお知らせ▶8年3月23日まで園内の蚕小屋・穀蔵の茅葺き葺き替えを行っております※見学はできますがお気をつけてお越しください。詳細はウェブをご確認ください。

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親子で楽しむわらべうたと絵本の時間▶おはなし会を通して親子のふれあいを学ぶ参加型の講座 ㊟11月8日(土)14時～14時40分 ㊧0～2歳の子と保護者 先 10組 申 10月28日12時から WEB
- ②たんぽぽの会▶ダウン症の子のパパ・ママのおしゃべり会 ㊟11月8日(土)10時～11時 ㊧ダウン症の子の保護者 ㊧※就学児の兄弟を連れての参加はご相談ください
- ③手遊びわらべうた ㊟11月5日(水)①10時30分～11時②11時～11時30分③11時30分～12時 ㊧①ねんね期の子と保護者②おすわり期～はいはい期の子と保護者③あんよ期の子と保護者 ㊧

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
休 日・月・祝



- ①赤ちゃんあつまれNext Step▶月齢の近い子とパパ・ママたちのおしゃべり会 ㊟10月21日(火)10時30分～11時30分 ㊧7カ月～1歳ごろの子と保護者 持 バスタオル ㊧
- ②手遊びわらべ歌 ㊟10月23日(木)①10時30分～11時②11時～11時30分 ㊧①ねんね期～おすわり期の子と保護者②はいはい期～あんよ期の子と保護者 先 各7組 ㊧
- ③赤ちゃんとふれあうベビーマッサージ ㊟11月7日(金)10時30分～11時30分 ㊧1～5カ月の子と保護者 先 7組 持 バスタオル 申 10月24日12時から WEB

健(検)診・教室


*原則として10月11日～11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	10月14日、11月4日の火曜 8時50分～10時10分受付
	1歳6カ月児	10月17日、11月7日の金曜 8時50分～10時10分受付
	3歳児	10月16日、11月6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》		11月6日(木)9時30分～11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 10月28日(火)、11月13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 11月25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 予約制
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 11月14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 11月6日(木)①9時15分～ ②10時45分～ 11月27日(木)①13時30分～ ②15時～ 予約制
【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 11月4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) 予約制
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談		10月8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



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
10月22日(水)	わっくんひろばサテライト(尻手1-4-51)
10月24日(金)	わっくんひろば(豊岡町38-4)
10月30日(木)	
11月6日(木)	

㊟ 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7月1日～7月31日(敬称略)

株式会社 日工、東寺尾図書館、食事サービス連絡会、吉兆グループ