

TSURUMI

つるみ

2026 No.339

広報よこはま・鶴見区版1月号

1



Photo by Hikaru Takahashi

はじまりの朝に、 心を澄ませて

鶴見七福神めぐり

毎年人気の「鶴見七福神めぐり」。今年のご開帳は1月4日～12日に行われます。各寺社のご朱印が押印された台紙を受け取り、参拝日時を自分で記入しながら巡ります。七福神と集いの小径をめぐり、歴史と福に出会える新春ならではの楽しみです。

鶴見七福神

横浜熊野神社、鶴見神社、大本山
総持寺、東福寺、正泉寺、安養寺、
松蔭寺
七福神集いの小径
慶岸寺

TOPICS

お年玉クイズに答えて 豪華賞品をもらおう!

ワックン賞(1人)



フォレスト賞(2組)



トレイル賞(2組)



ワクワク賞(11人)

詳しくは6ページへ▶

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、区民まつりをはじめ区内各所で多くのお祭りやイベントが開催され、にぎわいや活力はもちろん、それを支える日ごろからの地域の結束力の強さもあらためて感じた一年でした。そういった人と人とのつながりを大事にする「第5期鶴見区地域福祉保健計画(鶴見・あいねっ)」が4月からスタートします。「たすけあい」「支えあい」をさらに深めていくために、地域の皆さまとともに思いをこめて作った計画です。ぜひ、共に進めていきましょう。

いよいよ2027年の鶴見区制100周年まで1年となりました。また、昨年は大阪関西万博が大いににぎわいましたが、次は横浜でGREEN×EXPO 2027が開催されます。この大きな節目の年に向けて、地域や企業などの皆さまの期待や熱量も徐々に高まってきたと感じています。これらを原動力としながら、鶴見区が「いつまでも住み続けたいまち」となるよう励んでまいります。

鶴見区長 渋谷 治雄

謹賀 2026 新年



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 299,065
(2025年12月1日現在) 世帯数 153,504

新年お年玉クイズに答えて 豪華プレゼントをもらおう!

今年のお年玉クイズの賞品は、フォレストアドベンチャー・よこはまからの提供品やワックくんグッズなど盛りだくさん。ぜひご応募ください!

お年玉 クイズ

Q 鶴見区制100周年まであと何年?

① 1年 ② 2年 ③ 3年

ヒントは5ページ



【応募方法】1月30日までにWEBまたは必要事項(氏名、電話番号、住所、年齢、クイズの答え、希望の賞品)を明記し、A(当日消印有効)かfax

【宛先】〒230-0051 鶴見中央3-20-1 鶴見区役所広報相談係

・当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます

・応募は1人1通まで ・いただいた個人情報は、賞品・通知の発送以外には使用しません

申込みはこちら



ワックくん賞(1人)

区のマスコット
ワックくんぬいぐるみ
※約25cm



ワックくんファンには
たまらない! 超レア
非売品ぬいぐるみ

ワクワク賞(11人)

モバイルバッテリー
トートバッグ
ランチケース



お出かけが
楽しくなる
ワックくんグッズ

フォレスト賞(2組)

フォレストアドベンチャー・よこはま
ペア招待券(2人1組)

自然共生型アウト
ドアパーク。大人
も子どももフィー
ルドアスレチック
を楽しめます



トレイル賞(2組)

トレイルアドベンチャー・よこはま
ペア招待券(2人1組)

森の中をマウン
テンバイクなどで
走りながら自然を
楽しめるアクティ
ビティ



区役所広報相談係 ☎ 510-1680 fax 510-1891

鶴見区民デー開催決定! 今季B2リーグへ挑む横浜エクセレンスを応援しよう!

横浜エクセレンスvs岩手ビッグブルズのホームゲームに、鶴見区在住・在勤・在学の人をご招待またはご優待します!

🕒 ① 2月20日(金) 19時5分試合開始 ② 2月21日(土) 14時5分試合開始

📍 横浜武道館(中区翁町2-9-10)

👤 招待: 区在住・在勤・在学の人(抽 各日ペア100組)

※同一世帯の複数申込み不可、抽選結果は1月30日に発表

優待: 区在住・在勤・在学の人(先 会場定員に達し次第販売終了)

💰 招待: 無料

優待: 特別優待価格

📄 招待: 1月5日~26日に WEB

優待: 1月15日19時から WEB



詳細はこちら



席種	一般	高校生	中学生以下
タウンサイドスタンドE	2,000円	1,000円	500円
2階自由席	1,000円	500円	300円



スピード感と迫力にあふれるプレーをぜひ会場で

区 横浜エクセレンス ☎ 264-6424 fax 264-6425

topics

◆ #08 まちの電気屋さん、頼れる味方 ◆



社長 高塚 英輝 さん

給湯器や分電盤などの点検を装った詐欺業者が増えてきています。気になったら、近所の電気屋さんにご相談してみてください

潮田町で半世紀以上、地域の暮らしに寄り添ってきた「シンコウ電化」。創業者である父・伸男さんの思いを受け継ぎ、現在は二代目の英輝さんが店を守ります。「お役立ちをしよう」という変わらないポリシーのもと、電球ひとつの交換から家電販売、電気工事や修理まで、どんなことでも気軽に相談できるのが魅力。スタッフ全員で力を合わせ、お客様の困りごとを解決してきました。時代に合わせてDX化やSNS発信にも挑戦しながら、変わらないのは誠心誠意と正直さ。地域の皆さんに「困ったらシンコウ電化」と思ってもらえる、そんな温かいまちの電気屋さんです。

区役所地域振興係 ☎ 510-1688 fax 510-1892

商店街は
こだわりで
あふれている

……連載コラム……

区内の商店街の
お店のこだわりを
紹介します

潮田銀座協商会

専電館シンコウ電化

📍 潮田町3-137-1

🕒 9時~18時

📅 日・祝・第2・4水曜

☎ 502-7176



潮田町を中心に区内の電気・家電関係の悩みをトータルでサポートしてくれます。小さな困りごとでも気軽に相談できます。

NO!! 闇バイト ～大切な人を犯罪者にしないために、今こそ家族で話し合おう～

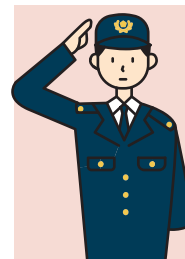
最近、闇バイトによる強盗事件や特殊詐欺事件が多く報道されています。闇バイトに関わると、犯罪の実行者として利用され逮捕されるなど、人生を大きく狂わせる危険があります。絶対に応募しないでください。家族や身近な人とも、この危険性についてぜひ話し合ってください。大切な人を守るために、情報を共有し、注意を呼びかけ合うことが重要です。 [詳細はこちら](#)



こんなバイトに注意！
 #高収入 #ホワイト案件
 #即日払い #運ぶだけ
 #渡すだけ



- 1 信頼できる求人サイトを利用する**
 信頼性の低いサイトやSNSでの募集には注意が必要。
- 2 高収入や簡単な仕事を強調する求人に注意する**
 魅力的な条件を強調する求人は警戒し、詳細を確認するまで応募しない。
- 3 個人情報を安易に提供しない**
 個人情報は使用方法を確認し、信頼できる相手でない限り提供しない。



迷わずに警察に相談

#9110 (警察相談ダイヤル)

闇バイトに応募して自分や家族に対する脅迫を受けても、犯罪を犯す前に警察に相談してください。

☎ 区役所地域振興係 ☎ 510-1687 ☎ 510-1892

多文化共生連載企画

みんなが共に考える、 多文化のまち・つるみ

区では、外国につながるのある子どもたちを対象に学習支援教室「T-Kids」を行っています。7月から、「サテライト」として、国際交流ラウンジに加えて鶴見大学での教室がスタートしました。今回は、参加された中国出身の魏さんご一家にお話を伺いました。



5月に家族を呼び寄せて生活をスタート

鶴見での暮らしはどうか？

来日後の日本語学校で、最初に「日本ではごみの分別に特に気を付けて」と言われたことが印象に残っています。鶴見で長く暮らしたいので、生活ルールやマナーにも気を付けています。(シユウさん/父)

T-Kidsサテライトに参加してみようですか？

・漢字は書けますが、ひらがな・カタカナが難しくて練習中です。教えてくれる先生はみんな優しく楽しいです。(ユエンシーさん/小1)
 ・いろいろな人と関わりながら、自由な雰囲気の中で勉強ができることが魅力です。子どもたちには、多くのことを学んでほしいです。(シユウさん/父) [T-Kidsの詳細はこちら](#)



宿題などをボランティア講師から教わります
(ユエンシーさん/小1)

[鶴見区多文化共生基本指針の詳細はこちら](#)

☎ 区役所企画調整係

☎ 510-1676

☎ 504-7102



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 ニッポン獅子舞紀行

著者は、コロナ禍で衰退の危機に瀕する獅子舞取材し、伝統を守ろうと熱い情熱を注ぐ人々と出会います。獅子舞の様々な基礎知識や、その土地に根差した人々の思いに触れる旅の醍醐味を、フルカラーで味わえる本です。

いなむら ゆきまさ
稲村行真/著 青弓社/発行



児童 おせち

お正月といえば、おせち料理。くろまめ、かずのこ、なます、こぶまき…。一つ一つに、新年の願いが込められています。美しい絵とリズムある言葉で、おせちが目の前に広がるよう。みんなで食べて、新年を祝いましょう。

うちだ ゆみ
内田有美/文・絵
みつどめ くにこ
満留邦子/料理
みうら やすこ
三浦康子/監修
福音館書店/発行



防災の備えはトイレから

参考：内閣府「避難所におけるトイレの確保・管理ガイドライン」

災害が起きたときのために、水や食料の備えはしていても、トイレのこと忘れていませんか？ 災害時、流せない現実には想像以上に不便！ 防災の盲点は「トイレ」。暮らしの安心は、トイレから始まります。今こそトイレパックを備えて、いざというときの「困った!」をなくしましょう。

区役所危機管理・地域防災担当 ☎510-1656 ☎510-1889

災害発生！

もしもトイレが使えなくなったら？

災害時には、断水や排水管の破損によりトイレが使えなくなることや、水道をくみ上げるポンプが停電により動かなくなること、トイレの水が流せなくなる可能性があります。

でもトイレは我慢できないし

そんなとき役に立つのが、洋式トイレなどにかぶせて使うトイレパック。あなたは備蓄できていますか？ ちなみに区内で「3日以上トイレパックを備蓄している人」の割合は…

※ わずか 約25.8%!

まだ備蓄していない人も、今日から早速備蓄をはじめましょう。

※出典：「横浜市民の防災・減災の意識、取組に関するアンケート調査」

トイレパックを備蓄してないといふと……

1 衛生状態の悪化

排せつ物が適切に処理されないと悪臭が広がり、周囲の環境が不快になります。さらに、細菌やウイルスが繁殖し、感染症の原因となる危険性があります。

2 ストレス・プライバシー問題

安心してトイレが使えない状況は、強い不安や緊張を生みます。排せつを我慢することで体調不良や精神的負担が増し、避難生活の質が大きく低下します。

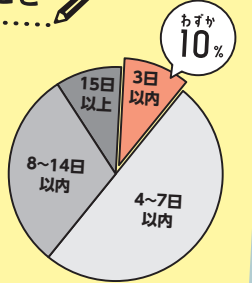
3 体調不良のリスク

排せつを我慢しようと水分摂取を抑える傾向があり、脱水症状や血流悪化を招きます。これにより、エコノミークラス症候群や便秘などの体調不良が発生しやすくなります。



能登半島地震で起きたこと

災害が起きたとき、避難所に十分な数の仮設トイレがすぐに行き渡るとは限りません。避難者の人数に対して、トイレの数が不足することもあります。実際、令和6年1月1日に発災した能登半島地震では、半島という地理的条件や道路の被災により、設置されるまでに時間を要しました。



3日以内に仮設トイレが設置された避難所はわずか10%。1週間以内50%、2週間以内30%、15日以上が10%でした。さらに、仮設トイレの多くが和式であり高齢者が使いづらい、男性用と女性用のトイレが区分けされていない、照明が設置されていない、手洗い設備が不十分であるなどの課題も多くみられました。

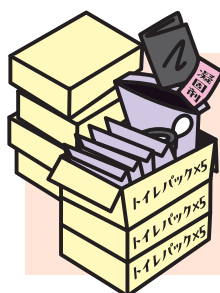
このように、過去の災害の事例からも、発災直後のトイレ問題に対応するためには、トイレパックの十分な備蓄と正しい使用方法を知ることが必要不可欠です。

※出典：能登半島地震における避難所トイレの被災状況調査（特定非営利活動法人日本トイレ研究所）、2024年6月24日

知って得する!? トイレパック備蓄Q&A

備えあれば憂いなし、小さなトイレパックが災害時には大きな安心に。トイレパック備蓄にまつわる気になる疑問をまとめて解決!

Q.どれくらい必要?



家族の人数
×
5個
×
3日分
(できれば7日分)

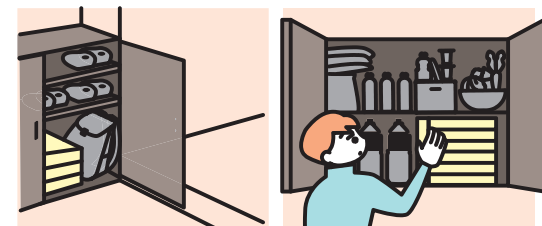
トイレパックは水や食料に比べ、コンパクトで場所をとらないものが多いです。最低3日分(人数×15個)、できれば7日分(人数×35個)を目安に準備しましょう。

Q.どこで買える?



ホームセンターの防災用品売り場やアウトドア用品売り場などで販売されています。ネット通販や百元ショップで販売されていることもありますので、各店舗にお問い合わせください。

Q.どうやって保管する?



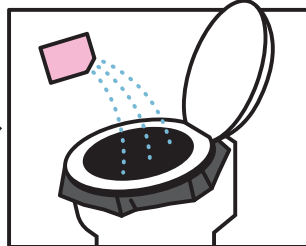
トイレパックには保存期間(多くは5～10年)があり、特に凝固剤は時間とともに吸水・消臭性能が低下します。手に取りやすい場所に正しく保管し、定期的な点検することで、非常時に安心して使える備えになります。

Q.どうやって使うの?

1 便座を上げ、ポリ袋をセットする



2 使用後に凝固剤を上から振りかける



3 ポリ袋は縛って燃やすごみに出す



! 便座が壊れて使えない場合や和式トイレしかない場合は、ポリバケツや二重に重ねた段ボール箱など、座っても壊れない頑丈な容器にポリ袋をセットすることで、簡易トイレとして利用できます。

もっと詳しく知りたい人は

災害時のトイレの使用可否の確認方法



使用可否を確認せずにトイレを流すと、流した水が建物の下の階からあふれて他の階や住戸に損害を与えるリスクがあります。使用前にトイレと周辺の状態を必ず確認しましょう。



詳細はこちら

在宅避難のすすめ

トイレパックのほかにも、在宅避難を行うために必要な備蓄や、家の中の対策、マンションならではの防災対策などを盛り込んだリーフレットはこちらからダウンロードできます。



詳細はこちら

横浜市地震防災戦略

被災地支援にあたった本市職員の声や、防災・減災に関する市民アンケートなどを踏まえ、市民の皆さんと心をつなげ、横浜を「災害に強靱なまち」としていきます。



詳細はこちら



被災地で実感した「トイレの備え」の大切さ

鶴見消防署警防課 澤田 大輔

発災から14日後、緊急消防援助隊として能登半島に派遣されました。現地では仮設トイレが整備され、バキューム車も定期的に来ていましたが、公衆トイレは衛生面に不安がありました。初期はテント内でトイレパックを使うしかなかったと聞いています。トイレ環境の悪化は健康被害にもつながるため、トイレパックの備蓄は災害対応において欠かせないものだ実感しました。どうか皆さんも、非常食や飲み水と一緒に、トイレパックの備えをしてください。ご自身の健康と、安心して過ごせる環境を守るために、今できる備えがきっと役に立ちます。

税理士による無料申告相談

年金受給者、給与所得者及び小規模納税義務者の所得税の申告書を作成できます。(土地、建物及び株式などの譲渡所得がある方、住宅借入金等特別控除等の適用を初めて受けられる人など相談内容が複雑な人や提出のみの方を除く)

🕒 開設期間	📍 会場及び所在地
2月4日(水)～2月10日(火)※土・日を除く 9時～12時、13時～16時 ※2月10日は15時まで(受付は14時30分まで) ※2月10日は税理士記念日独自事業	区役所6階 会議室

※混雑回避のため、オンラインによる事前申込を1月13日(火)から受け付けます。事前申込サイトについてのお問合せは
☎050-1792-4600🕒平日10時～12時、13時～16時

※当日、会場でも入場整理券の配付を行います、
無くなり次第終了となります(電話での事前申込は行っておりません)

※当日、9時から入場整理券の配付を行います
入場整理券の配付を受けられた人の相談開始時間は
原則13時以降となります

ライン
LINE事前予約

ウェブ事前予約

📍 東京地方税理士会鶴見支部 ☎ 502-0780

令和7年分申告書作成会場のご案内
会場が日石横浜ホールに変更となりました

※鶴見税務署に申告書作成会場はありません

所得税・消費税・贈与税の申告書は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用してご自宅から作成できます。

🕒 開設期間	📍 会場及び所在地
2月16日(月)～3月16日(月) 【受付】8時30分～16時 【相談】9時15分～17時 ※土・日・祝日は除く、ただし3月1日(日)は開場	日石横浜ホール (中区桜木町1-1-8) 日石横浜ビル1階) ※駐車場・駐輪場はありません

※会場では、原則 **スマホとマイナンバーカード** による申告となります
マイナンバーカードのパスワード2つが必要です。

- ① 利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)
- ② 署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)

※会場への入場にはオンライン事前予約が必要です
当日、会場でも入場整理券の配付を行います、
無くなり次第終了となります

※申告書等の提出のみの場合は、鶴見税務署に直接お持ちいただくか、
郵送で以下の宛先へ送付していただきますようお願いいたします

📍 〒236-8551 金沢区並木3-2-9『東京国税局業務センター横浜南分室』宛

📍 鶴見税務署 ☎ 521-7141 (代表)

ライン
LINE事前予約

保険料の「年間納付済額のお知らせ」を郵送します

横浜市では、国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療制度の納付義務者に、毎年1月下旬に「年間納付済額のお知らせ」を郵送しています。これは、昨年1年間(令和7年1月1日から12月31日まで)に横浜市に納付された保険料額をお知らせするもので、確定申告の時に社会保険料控除を記入する際の参考としてお送りしています(このお知らせを申告書に添付する必要はありません)。なお、確定申告に關することは鶴見税務署(☎521-7141(代表))にお問い合わせください。

📍 区役所保険係 ☎ 510-1808 fax 510-1898

共助のための防災活動支援事業

地域防災力の向上を目的とした、地域におけるさまざまな防災活動を支援します。

【補助上限額15万円】※対象経費の一部

🏠主に鶴見区民により組織され、鶴見区内を主な活動場所とする団体

📅1月13日から2月13日までに申請書を📄

※審査の上、交付の可否を決定します

※当年度予算に達し次第、受付終了となります



詳細はこちら

📍 区役所危機管理・地域防災担当(5階5番) ☎ 510-1656 fax 510-1889

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 先着順 🎟抽選 ¥費用 🏠はがき 📄往復はがき
📄必要事項(行名、〒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

区役所から

第21回鶴見パソコン祭

パソコン・スマホでAIを楽しもう

🕒3月7日(土)10時30分～15時30分

📍区役所6階 8号会議室

🏠区民

先60人

📅1月11日からWEBか必要事項と来場希望時間を記入して往

📄📄 鶴見パソコン・ボランティア協会(鶴見中央3-20-1 つるみ区民活動センター気付)

☎080-2514-2507



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1

6・7階)先12人直

📍神奈川県司法書士会

☎641-1372 fax 641-1371

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)

直

📍東京地方税理士会

鶴見支部

☎502-0780 詳細はこちら

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☎

📄📄 よこはま東部ユースプラザ(鶴見中央3-23-8) ☎642-7001

令和8年鶴見区二十歳を祝う会

二十歳を迎えた障害のある人とそのご家族を対象に、お祝いの会を開催します
主催:鶴見区二十歳を祝う会実行委員会(事務局:鶴見区社会福祉協議会)

🕒3月1日(日)14時～16時

📍鶴見市場地域ケアプラザゆうづる(市場下町11-5)

🏠区在住・在勤かつ平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの障害のある人とその家族

📄1月11日からWEB

📄📄 これつる編集部(浜田)

☎090-2459-6753 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

潮田地区センター

〒230-0048 本町通4-171-23

☎511-0765 fax 511-0760

休第4月曜



①わくわくリトミック6 ▶楽しい音楽に合わせて、みんなで体を動かしましょう
🕒3月14日(土)10時～11時 🏠未就学児と保護者 先15組 ¥600円
持タオル 📄2月9日9時30分から 📄(☎は10日から)

②留学生に学ぶ ▶簡単スパイスカレー
🕒2月14日(土)11時～14時 🏠成人 先12人 ¥1,000円 持エプロン、三角巾、筆記用具 📄1月14日9時30分から 📄(☎は15日から)

③姿勢歩き方教室 🕒2月12日・19日の木曜(全2回)14時～15時30分 🏠成人 先10人 ¥800円 持タオル、五本指ソックス 📄1月15日9時30分から 📄(☎は16日から)

④我が家のみそ作り 🕒2月21日、3月7日の土曜13時～16時 🏠成人 先各16人 ¥各2,000円 持エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り用容器(5kg入るもの) 📄1月24日9時30分から 📄(☎は25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近代文学講座「夢十夜」▶②は東京科学大学教授山本貴光氏の公開講座④は元NHKキャスターに音読を学ぶ☎①2月14日(土)10時～11時30分②2月21日(土)13時30分～15時③3月7日(土)10時～11時30分④3月28日(土)10時～11時30分(全4回)(②のみ参加も可能)先 20人 ¥ 1,500円 持 文鳥・夢十夜(新潮文庫)、筆記用具 申 1月11日13時から 窓 か ☎

②かんたん! おもちゃ工作▶親子でおもちゃを作って遊ぼう☎2月11日(水・祝)10時～11時30分 16歳以上の子と保護者 先 20組 ¥ 300円 申 1月11日13時から 窓 か ☎



作ったおもちゃで楽しく遊ぼう

③春を呼ぶシャンソンコンサート☎2月15日(日)13時30分～14時30分 先 30人 申 1月18日10時から 窓 (☎は13時から)

④健康ストレッチ体操☎2月27日(金)13時30分～15時 先 20人 ¥ 300円 申 1月25日13時から 窓 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子どもと若者のひろばアソビviva in 末吉☎2月7日(土)13時～18時 18歳以下 直

②真冬の朗読会▶音楽と森の物語「セロ弾きのゴーシュ」☎1月24日(土)10時45分～11時45分 先 24人 直

③すえよしキムチ作り▶切って混ぜるだけで本格キムチが完成☎2月5日(木)13時30分～15時30分 16歳以上 成人 抽 12人 ¥ 1,400円 持 エプロン、マスク、三角巾、タオル、ビニール手袋、持ち帰り用容器 申 1月15日10時から 窓

④すえよしみそ作り▶美味しい味噌を仕込みましょう☎2月16日(月)13時30分～15時30分 16歳以上 成人 抽 16人 ¥ 1,900円 持 エプロン、マスク、三角巾、タオル、ビニール手袋、持ち帰り用容器(4kg入るもの) 申 1月19日10時から 窓

⑤インド刺繍リボンのポシェットづくり▶好きな刺繍リボンを選びポシェットにデザイン☎2月28日(土)10時～12時 16歳以上 成人 抽 10人 ¥ 1,500円 持 裁縫セット、はさみ 申 1月31日10時から 窓

⑥免疫力アップヨガ▶ヨガの動きをはじめとする健康ストレッチ☎2月4日・18日・25日、3月4日・11日・18日・25日の水曜(全7回)9時30分～10時30分 16歳以上 成人 抽 30人 ¥ 3,500円 持 タオル2枚、ヨガマット 申 1月14日10時30分から 窓

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



①スポーツ医事講話▶健康の秘訣を学びましょう。横浜スポーツ医会の高木医師による特別講話☎2月7日(土)15時～17時 先 20人 申 1月15日から 窓 か ☎

②ワンダーレッスン▶当日受付の教室です詳細はウェブへ☎1月14日(水)～2月10日(火) 16歳以上 ¥ 620円 持 動きやすい服装、タオル、室内履き 直 火曜 はじめのエアロビクス、ピラティス、DALE MOVE®など

水曜 ストレッチポール&ヨガ
金曜 バランスボール、ZUMBA®、ヨガ、サルサZUMBA®

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

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矢向・江ヶ崎子どもフェスタ2026▶昔あそび体験・学習発表会・多文化交流など盛りだくさんのイベントです☎1月25日(日)10時～14時 直

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☎2月21日(土)10時～11時 先 15点※1家族2点まで 申 1月21日10時から 窓

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☎2月19日(木)13時30分～16時 16歳以上 成人 先 10人 ※1人30分 申 1月15日10時から 窓

④絵本とわらべうたであそぼ▶協力:ボランティアサークル「絵本とともだち」による読み聞かせ☎2月18日(水)10時30分～11時 16歳以上 未就学児と保護者 直

⑤矢向子育て相談☎2月12日～3月5日の毎週木曜10時～12時 16歳以上 未就学児と保護者 直

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鶴見の歴史講座▶①両親の遺したもの 父のシベリア、母の満州②鶴見区の鉄道栄枯盛衰③幕末10年間の鶴見生麦往来事情④歴史の中の鶴見☎2月5日～2月26日の木曜(全4回)10時～11時30分 16歳以上 先 20人 ¥ 1,600円 申 1月15日10時から 窓 (☎は16日から)

②姿勢改善体操 冬☎2月13日・20日・27日の金曜(全3回)10時30分～12時 16歳以上 先 40人 ¥ 300円 申 1月23日10時から 窓 (☎は24日から)

③映画で元気! 青春回帰「寺尾の休日」▶今回は「フレンチ・カンカン」を鑑賞します☎1月20日(火)13時～15時30分 16歳以上 ¥ 300円※入会金2,000円、一般500円 直

④ひざひざワックン体操☎第3以外の火曜14時～15時30分 16歳以上 直

⑤パソコン スマホ相談室☎2月7日(土)13時30分～15時30分 16歳以上 先 6人 申 1月11日10時から 窓 か ☎

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



留学生との交流会(日本語と英語による)▶留学生と話してみませんか☎①日本語のみ:1月24日(土)13時30分～15時②簡単な英語:1月31日(土)13時30分～15時 先 各30人 ¥ 各300円(茶菓付き) 申 WEB※定員になり次第締切り

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



①そば打ち▶2人1組で作業します☎1月25日(日)10時～13時 16歳以上 成人 先 12人 ¥ 1,500円 持 持ち帰り用容器(25～30cm程度)、エプロン、三角巾、ふきん2枚、マスク 申 1月13日9時30分から 窓 (☎は13時から)

②おうちで味噌作り▶作り方の説明と材料のお渡し☎2月10日(火)11時～12時 16歳以上 成人 先 20人 ¥ 1,700円 持 持ち帰り用袋、筆記用具 申 1月15日9時30分から 窓 (☎は13時から)

③季節の上生菓子 春☎2月25日(水)14時～16時 16歳以上 成人 先 12人 ¥ 2,000円 持 エプロン、三角巾、ふきん2枚、マスク 申 1月28日9時30分から 窓 (☎は13時から)

④呼吸を深める初めてのヨガ6☎2月14日・28日、3月14日・28日の土曜(全4回)11時30分～12時30分 16歳以上 成人 先 18人 ¥ 2,000円 持 ヨガマットまたは大きめのバスタオル 申 1月17日9時30分から 窓 (☎は13時から)

⑤パソコン・スマホ相談室☎2月12日(木)13時30分～15時30分 16歳以上 成人 先 10人(1人20分) 申 1月11日9時30分から 窓 (☎は13時から)

⑥はなしのお宿☎2月5日(木)11時～11時30分 16歳以上 未就学児と保護者 先 10組 直

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子どもと若者のひろば アソビviva!☎1月17日(土)13時～18時 18歳以下 直

②よみきかせブラックシアターわらべうた☎2月2日(月)11時～11時30分 16歳以上 未就学児と保護者 直

③おもちゃ病院▶おもちゃドクターが壊れたおもちゃをなおしてくれます☎1月17日(土)10時～13時 16歳以下 ※1人1点 先 15人 直

④えいごでわくわくストーリータイム▶英語のよみきかせや歌などプレイルームで楽しめます☎1月20日(火)11時～11時30分 16歳以上 未就学児と保護者 直

⑤笑顔届けのおはなしやさん☎1月22日(木)10時30分～11時30分 16歳以上 未就学児と保護者 直

⑥子育て相談▶子育て支援者による育児相談☎毎週水曜①10時～10時50分②11時～11時50分 16歳以上 未就学児と保護者 直

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



①音読塾体験講座▶心とカラダいきいき! 音読をみんなで楽しみましょう☎1月28日(水)14時30分～16時 先 16人 申 1月15日9時30分から 窓 か ☎

②うきうき冬の紙芝居まつり▶つるかめ座による紙芝居おはなし会☎1月24日(土)11時～11時30分 16歳以上の未就学児と保護者 先 15組 直

③大人のための朗読ライブラリー▶朗読グループネリコによる朗読会☎2月4日(水)14時～15時30分 直

④絵本とわらべうたのおはなし会▶絵本とわらべうたで赤ちゃん楽しい時間を過ごしましょう☎1月27日(火)①10時30分～11時②11時15分～11時45分 16歳以上の子と保護者②1～2歳の子と保護者 先 各10組 直

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スティールパン! ファミリーコンサート▶カリブ海の島トリニダード・トバゴで、ドラム缶から生まれた楽器、スティールパンの音色を体全体で感じましょう☎5月16日(土)11時～12時 先 300人 ¥ 0～15歳:500円、16歳以上:1800円 申 1月25日10時～31日10時に WEB (☎は2月1日10時から、☎は14時から)



伊澤陽一「音を浴びにきてください」

②Tシャツデザイン展特別ワークショップ▶消しゴムはんこで彩るオリジナルTシャツ! 人気作家TOMORUFUさんと世界にひとつのTシャツを作ろう☎2月14日(土)①10時～12時②13時～15時 16歳以上 小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 先 各10人 ¥ 各1,500円※材料費込、Tシャツは材料費に含まれません 持 Tシャツ(綿100%、白色か生成色、ハンカチや巾着などの布製品でも可) 申 1月11日10時から WEB

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



①節分の豆まき▶古民家の縁側から豆まきをします☎2月1日(日)10時30分～12時※雨天中止、豆が無くなり次第終了 直

②花木園の季節を生ける▶ワークショップ☎2月14日(土)11時～12時 16歳以上 先 8人 ¥ 1,000円※花器・花代込み 申 1月23日10時から 窓 か ☎

③梅まつり▶①季節を味わう昼食会②地産地消パネル展☎①2月18日(水)11時～13時②2月17日(火)～23日(月・祝) 先 ①8人 ¥ ①9,000円 申 ①1月26日10時から 窓 か ☎ ② 直 ※その他詳細は WEB

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春のお祝い膳 ㊟2月24日(火)10時30分～12時30分 ㊞成人 ㊟12人
¥2,500円 ㊟エプロン、三角巾、マスク ㊟1月30日10時から ㊟
- ②中国健康気功体操 ㊟2月13日・27日、3月13日・27日の金曜(全4回)9時30分～11時 ㊞成人 ㊟15人 ¥1,200円 ㊟室内履き ㊟1月16日10時から ㊟
- ③駒岡丘の上春祭りフリーマーケット出店 ▶出店スペースは約2畳分 ㊟3月15日(日)10時～14時 ㊞成人 ㊟20組 ㊟室内履き ㊟1月17日10時から ㊟

ふれーゆ

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

- 〈施設休館のお知らせ〉
1月26日(月)～31日(土)は電気設備改修のため休館となります
- ①和太鼓演奏会・体験会 ▶新春の幕開け。かがり火のように、希望を照らす一打を ㊟1月11日(日)12時30分～13時 ㊟
- ②ふれーゆ節分イベント ▶ふれーゆに鬼が出現! 福豆を投げて鬼退治しよう ㊟2月1日(日)①11時30分～11時40分 ②15時30分～15時40分 ㊟

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押し花で作るぶっくり箸置き ㊟2月13日(金)10時～12時 ㊞成人 ㊟10人
¥1,000円 ㊟1月11日9時30分から ㊟(☎は10時から)



- オリジナルの箸置きを作しましょう
- ②季節の和菓子作り ㊟2月10日(火)13時30分～15時30分 ㊞成人 ㊟10人 ¥2,000円 ㊟1月11日9時30分から ㊟(☎は10時から)
- ③キムチ作り ㊟2月3日(火)13時30分～15時 ㊞成人 ㊟16人 ¥1,400円 ㊟1月11日9時30分から ㊟(☎は10時から)
- ④ワックンカルタ大会 ㊟2月22日(日)13時30分～15時30分 ㊞小学生以下 ㊟20人 ㊟1月11日9時30分から ㊟(☎は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
休 日・月・祝

- ①パパ講座 ▶ふれあい遊び&パパの交流会 ㊟1月31日(土)13時30分～15時 ㊞0～3歳の子と保護者 ㊟10組 ㊟前日までに WEB
- ②双子・三つ子ちゃんあつまれ! ㊟1月17日(土)10時30分～11時30分 ㊞未就学の多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の人とパートナー ㊟5組 ㊟前日までに ㊟か ☎
- ③保健師相談 ▶こどもの発達やママの健康など個別に相談できます ㊟1月29日(木)10時30分～11時30分 ㊞未就学児の保護者、妊娠中の人 ㊟4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 休 第3水曜

- しょうけんこ
正絹古布で作る「うさぎ袋」 ㊟2月27日(金)13時～17時 ㊞成人 ㊟10人 ¥1,500円 ㊟裁縫道具 ㊟1月30日10時から ㊟(☎は13時から)



かわいいうさぎの巾着袋です

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マザーズハローワーク講話 ▶私らしさって何? 自己分析&自己PRのコツ。講話終了後、個別相談(3組)できます ㊟1月30日(金)10時30分～11時 ㊞未就学児と保護者、妊娠中の人 ㊟
- ②保健師相談 ▶こどもの発達やママの健康など個別に相談できます ㊟1月28日(水)10時30分～11時30分 ㊞未就学児と保護者、妊娠中の人 ㊟4組 ㊟
- ③アラフォーママのおしゃべり会 ㊟1月15日(木)14時～15時 ㊞1歳以上の子を育てている40歳前後の母親 ㊟

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ピッコロでホッケー ▶卓球台がホッケーに変身 ㊟1月14日(水)～18日(日)10時～16時 ㊞中学生以下 ㊟
- ②ベランダで豆まき ㊟2月3日(火)10時から ㊞中学生以下 ㊟30人 ㊟
- ③いっしょにあそぼう会 ▶どろんこ保育園の先生とあそびましょう ㊟1月28日(水)10時40分～11時 ㊞未就学児と保護者 ㊟
- ④ふれあいあそび ▶馬場保育園の先生とあそびましょう ㊟2月4日(水)10時40分～11時 ㊞未就学児と保護者 ㊟
- ⑤おはなし会 ▶絵本・紙芝居・手遊び ㊟1月21日(水)11時～11時15分 ㊞未就学児と保護者 ㊟

健(検)診・教室

*原則として1月11日～2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 ☎ 510-1840 ☎ 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	1月13日・20日、2月3日の火曜 8時50分～10時10分受付
	1歳6カ月児	1月23日、2月6日の金曜 8時50分～10時10分受付
	3歳児	1月22日、2月5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》		2月5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 1月27日(火)、2月12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 予約制 2月24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
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 予約制 2月20日(金)13時30分～15時 ㊟16組 ㊟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 予約制 2月19日(木)①9時15分～ ②10時45分～ 2月27日(金)①13時30分～ ②15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 2月3日(火)14時～16時 ☎ 南区役所 4階 401会議室(南区浦舟町2-33)
鶴見区精神障害者家族会「のぞみ」による相談		1月14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

🕒 10時～11時 先各8組

持スマートフォン、本人確認書類
利用会員(子どもを預けたい人)

🕒 日時	📍 会場
1月16日(金)	わっくんひろば (豊岡町38-4)
1月29日(木)	
2月5日(木)	
1月22日(木)	わっくんひろば サテライト (尻手1-4-51)

🏠 市在住の生後57日～小学6年生の子がいる人 申前日12時までに☎☎またはWEB

鶴見区社会福祉協議会

〒230-0051 鶴見中央 4-37-37 リオパルデ鶴声2階
☎504-5619 ☎504-5616

善意銀行への寄付 ㊟7年10月1日～10月31日(敬称略)
東寺尾北部町内会、WAKN2016、
山川 晃弘、吉兆グループ