

[広報よこはま・鶴見区版]

毎月1日発行

t s u r u m i



No. 259
2019



鶴見区ツイッター
区内イベント情報を発信中。
ぜひ、フォローください!



特集

私、お口の健康には自信があります。小さい頃から虫歯もなく、歯痛もほとんど記憶にないんです。それは、ずっと昔に歯医者さんに教えてもらったブラッシング法で毎日歯みがきをしているからかも？でも、友だちは久しぶりに歯医者へ行ったら虫歯が見つかり、歯周病も進んでいたんだって。私も念のため、歯医者さんへ行ってみようかな・・・。
(8ページに続く)

けんこう 健口な毎日が 私の基本

～歯と身体の意外な関係。今どきのお口事情～

HEALTH/TOPICS

文化に親しみ 環境を考える

不要文具の交換

貧困・不登校等の
子を支援する団
体に寄付します

物々交換 まだ使える小物や
雑貨を物々交換!

廉天ぷら油の回収

フタの閉まる容器に入
れて、お持ちください

牛乳パックの回収

洗った牛乳パック5枚と
トイレトーパー1個
を交換します(先着300個)

三ツ池公園フェスティバル

【会場】県立 三ツ池公園 (三ツ池公園1-1)

区の三大祭りのひとつ、三ツ池公園(文化・環境)フェスティバルが今年も開催されます。区内最大級のフリーマーケットや模擬店、ステージ、こども遊びゾーンなど、多彩なイベントが集結! 新緑がまぶしい5月は、三ツ池フェスへゴー!

5/18 土

9:30~16:00
(荒天は翌日に順延)

JUSTで
エコ活!

フードドライブ

未開封で賞味期限
が2か月以上ある
缶詰・レトルト食品
等を集めます



はしご車
搭乗体験(抽選)
10:00~12:00



問 区役所区民活動支援係 ☎510-1693 fax 510-1892

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・こ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)

鶴見区のみま 291,611
(31年4月1日現在) 世帯数 139,035

違法な不用品回収業者にご注意ください



よく街で見かける「廃棄物を無料で回収する」という軽トラック。しかし、これらは市の許可を受けない違法業者のため、ご注意ください。家庭から出るごみは「一般廃棄物」にあたり、それを回収できるのは、市の許可を受けた事業者(車両に4桁の許可番号を表示)に限られます。それ以外の業者は使わないようにしましょう。

素朴なギモン

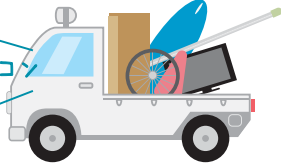
Q. 無料で引き取ってくれるのに、なぜ回収をお願いしてはダメなの?

A. これら業者が回収した製品は、適正に処理されるか確認できません。例えば家電製品はフロンや鉛など有害物質を含むため、適当なリサイクルや処理法が定められています。それら対策をせずに廃家電を不適正処理すると、有害物質が大気中に放出され、環境を悪化させてしまうからです。

よくあるトラブル

- 「無料で引き取ります」と街宣している軽トラックにごみ処理を依頼したら、「回収は無料でも処分料は有料」と言われ、高額な料金を請求された
- ポストにあった無料回収チラシを見てごみ処理を依頼したら、軽トラックに積込んだ後で作業料などと称して5,000円を徴収された

不要になったバイク、テレビ、パソコン何でも無料で回収します



区役所資源推進担当 ☎ 510-1689 ☎ 510-1892 (上記、許可業者に関すること) 資源循環局一般廃棄物対策課 ☎ 671-3814 ☎ 663-0125

鶴見区プラン改定原案へのご意見・ご提案を

昨年10月公表の「横浜市都市計画マスタープラン鶴見区プラン(鶴見区のみちづくり)」(改定案)で頂いたご意見を踏まえ、取りまとめた改定原案について、ご意見・ご提案を改めて募集します。今回のご意見を参考に今年度中に改定プランを確定します。

【「改定原案」等の閲覧】※区ホームページでも閲覧できます

- 4月19日(金)～5月21日(火)
 - 区役所企画調整係(5階3番 ※冊子等の配布も)、区内各地区センター、鶴見中央コミュニティハウス、鶴見図書館、市民情報センター(市庁舎1階)等
- 【改定原案意見募集】
- 5月7日(火)～21日(火)に郵送・ファクス・Eメール(tr-machirule@city.yokohama.jp)



ハチに注意! 今の時期から早めの発見・対策を

ハチは春から巣を作り始め、夏から秋にかけて巣が大きくなり、危険が増します。巣が大きくなる前に発見できれば、比較的安全に駆除ができます。今の時期から家周辺を点検し、巣を見つけたら「①近づかない②揺らさない③騒がない」で、区役所へご相談ください。

※区役所ではハチの巣の駆除は行っていません

区役所環境衛生係 ☎ 510-1845 ☎ 510-1718

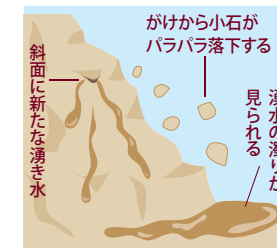
大雨への備えは、情報収集と臨機応変な判断が鍵～家庭で行える防災～

夏から秋にかけては、大気が不安定になることなどから、ゲリラ豪雨や台風など風や大雨による被害が起きやすくなります。一方、大きな被害は警報などを利用すれば被害を未然に防げることもあります。災害への備えを再度、各自で確認してみましょう。

1. 日頃からの情報収集と臨機応変な行動が大切

平日頃から土砂災害・洪水・内水ハザードマップを確認し、自宅周辺の危険度や避難場所への経路を把握しておきましょう。また、テレビやネットでの警報・注意報や、市が出す避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告などにご注意ください。ただし、がけ地近くなどで危険を感じた時は臨機応変な早めの避難が大切です。夜や浸水が始まっている際は、無理に外出せず、自宅2階など安全で高い場所に留まりましょう。

【がけ崩れの前兆現象】



2. 「屋外の備え」は大雨が降る前、風が強くなる前に!

- 側溝や排水口は掃除し、水はけを良くしておく
- 風で飛びそうな物は固定したり、家の中へ

3. 「家の中の備え」は非常用品の常備と室内の安全対策!

- 懐中電灯、ラジオ、乾電池、救急薬品、衣類、非常用品、貴重品等
- 飛来物に備えカーテン等は閉める
- 断水に備え飲料水、生活水(浴槽に貯水)を確保する

区役所危機管理・地域防災担当 ☎ 510-1656 ☎ 510-1889

古くなった下水道を再整備します。ご協力をお願いします

市では昭和40年以降、集中的に下水道を整備してきたため、現在老朽化した下水道管が増えています。そのため、計画的に下水道の再整備を進めています。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。

道路が陥没したり、生活に支障をきたします

地面の下には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

区役所土木事務所下水道・公園係 ☎ 510-1673 ☎ 505-1318

皆さんの「マナビ」と「ヤルキ」を応援します

「新しいことを始めたい」、「一緒に活動する仲間を見つけたい」、そんな思いを抱えている皆さんは、ぜひ当センターへお越しください。サークル情報や区民利用施設のイベント・教室情報などを取りそろえています。



生涯学習や市民活動を支援する機材や書籍の貸し出しなども行っています

区 鶴見区民活動センター ☎ 510-1694 ☎ 510-1716

料理膳 井上 「和膳ランチプレート」 1,200円(税別) 末吉商店街池下通り会 下末吉1-18-1 月曜日

多くの商店街から下末吉方面に10分程歩くとたどり着く「料理膳 井上」は、本格的な創作料理が食べられる店として、地元でも人気の食事処です。東京や藤沢で経験を積んだご主人が地元に戻って店を開き、今年で24年目。中でもランチ限定で食べられる「和膳ランチプレート」は、旬の食材をお得な価格で食べられると人気のメニューです。「内容はお任せですが、さしみやお肉、グラタンなど、バラエティーに富んだ料理を天然と旬の食材にこだわって出しています」とご主人。運が良ければ店主自らが釣った新鮮な魚も食べられることも。店内は座敷のほかカウンター席もあるので、ひとり食べにピッタリのお店です。

区役所地域振興係 ☎ 510-1688 ☎ 510-1892 店主 井上 力さん

今年6月から 「ガチ」が始まる!

鶴見区からは「喫茶タンゴ」(つくの商店街)が「あの逸品」で参戦!

詳細は、次号(6月号)でご紹介します。乞うご期待!

区役所地域振興係 ☎ 510-1688

わたしもじだいのいちぶです ～川崎本・ハルモ二たちがつづった生活史～

識字学級で初めて自分の名をつづる在日コリアン一世たち。70年を超える歳月が短い文に垣間見える。スタッフの暖かい解説が的確に歴史を語っている。老いの日常は民族を超えて読む人皆の共感となる。

康潤伊・鈴木宏子・丹野清人/編著 日本評論社/発行

ショッキングピンク・ショック! 伝説のファッションデザイナー エルサ・スキャパレリの物語

かわいらしい服を着て、おとなしくすわっていることにうんざりし、夢を持って自由に生きてみたい女性はスキャパレリの服にひきつけられた。紙の服や、箱のようなそでのついた服など、今の人にも影響をあたえている。

キョウ・マクア/文、ジュリー・モースタッド/絵、フレーベル館/発行

本のひととき

ここでは、鶴見図書館の司書が毎月お薦めする書籍(一般・児童書)をご紹介します

キッド (1921/米)

チャップリン初の長編無声映画。ある日、散歩中に道端に捨てられた赤ん坊を見つけた男。しかし、彼がその子を拾い上げた瞬間に警察官が通りかかったため、男は自分が捨てたと勘違いされぬよう赤ん坊を家に連れ帰ってしまう。以来、2人だけの生活が始まるが、5年経ったある日、2人の前に子どもの母親が現れて…。

喜劇(笑)と悲劇(涙)に加え、常に心の豊かさ、優しさを教えてくれるチャップリン作品。その中でも評価が高い本作は、百年近くたった今も人々に愛と笑いと感動を与えてくれる傑作です。(詳細はP11「老人福祉センター鶴寿荘」参照)

特集1

歯には自信がある私が
歯科健診に行ってきました！



けんこう 健口な毎日が私の基本

～歯と身体の意外な関係。今どきのお口事情～

① まずは先生の間診と診察



歯みがきはしっかりできていると思います

最初に先生に気になることを相談。先生の目でもチェックしてもらいます。

② 歯周病の説明とチェック



少し歯茎が腫れていますね

器具を使って、歯と歯茎の間の深さを調べます。

③ ブラッシング指導



一カ所ずつ丁寧に磨きます
力の入れすぎはだめですよ

歯の正しい磨き方を教わります。状況によりクリーニングもしてくれます。

④ お会計



次回の予約をお願いします

費用は約 3,500 円。内容によって金額が変わる場合もあります。

【健診後】ケアに自信があったので、虫歯や歯周病予防準備であることにビックリ！健診に行ったら良かったです。教えてもらったブラッシングでケアを頑張ります。



【医師から】健診も大切ですが、毎日のセルフケアも重要です。正しい磨き方を健診で教えてもらい、毎日ケアを行います。健康的な歯でお過ごしください。

宮治 俊朗 先生
宮治 歯科 院長

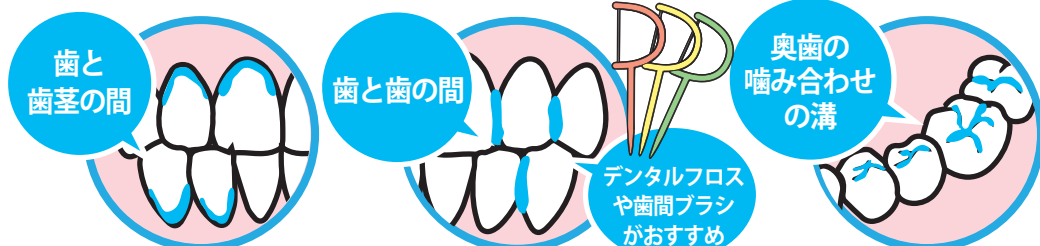


自分でもできる！歯周病セルフチェック

- 2つ以上は要注意！
早めに歯科医に相談しましょう
- こんな症状ありませんか？
 - 歯を磨くと血が出る
 - 歯肉が赤く腫れている
 - 歯肉がムズムズする
 - 朝、口内がネバネバする
 - 口臭が気になる
 - タバコを吸っている
 - 糖尿病である
 - 歯がぐらぐら動く

歯科衛生士さんが教える！歯みがきのキホン

汚れのこりやすい部分



- 歯垢（プラーク）は、歯ブラシの毛先を使い、軽く小刻みに動かすときちんと落とすことができます。
- 歯ブラシは、縦3列・毛はナイロン製で、柄が真っ直ぐのものを選びましょう。
- 歯と歯の間は歯ブラシが届きにくいので、デンタルフロスや歯間ブラシを使いましょう。



虫歯や歯周病の放置は 全身に影響を及ぼします

「普段しっかり磨いているから大丈夫」、という人に、虫歯や歯周病が見つかることは少なくありません。主な原因は、歯垢（プラーク）の中の細菌によるものです。また、18歳以上であれば歯周病菌に感染している可能性が高いので注意が必要です。虫歯や歯周病は放置すれば全身に影響を及ぼす怖い病気です。特に歯周病は、動脈硬化や心筋梗塞、肺炎、妊娠中の場合は早産などの原因となることが知られています。ですから、定期的に健診に行くことが健康長寿・介護予防への第一歩といえます。そして昨今話題の口腔がんも定期健診で発見されることがあります。定期健診を受ける習慣があれば、あらゆる病気の早期発見・早期治療に繋がります。「歯は痛くなってから歯医者に行く」とお思いの人こそ、定期健診を年に2回以上は必ず受けましょう。



鶴見区歯科医師会
さとう しんたろう 会長
佐藤 信二 会長

Action

40・50・60・70 節目の歳には 歯周病検診

- 人 満 40・50・60・70 歳の人
- ¥ 500 円 (満 70 歳の方は無料)
- 曲 市内歯周病検診実施医療機関
- HP 横浜市歯周病検診 検索
- 申 医療機関に直接申込み

親子わくわく 歯っぴい講座

- 曲 月 1～2 回 (予定は HP)
- 人 6 か月～1 歳 1 か月未満の子と保護者
- 申 下記連絡先へ事前予約
- ※詳細は 12 ページ「検(健)診・教室」へ
- HP 鶴見親子わくわく歯 検索

Event

歯と口の健康週間イベント

区では、「歯と口の健康週間」に合わせ、体験型のイベントを開催。無料で歯ブラシ指導や歯科健診を受けられます。ぜひお越しください。

6月2日(日) 10時～14時

区役所1階健診会場

内容
歯科健診
歯ブラシ指導
歯科相談

問合せ
下記連絡先へ

体内年齢チェック、
乳がん自己触診法、その他
クイズなどを同時開催！

※今年度からフッ素塗布は行いません

マンションだから 入ってよかった! 自治会町内会



- マンションに引っ越したけれど、地域の自治会町内会に入るべきなの? 管理組合があるからいいんじゃない?
- そんな声もよく聞きますが、実際マンションに住み自治会町内会に加入した人の本音はどうなのでしょう。そこで
- 今回、マンション世帯で自治会町内会に加入する人の声や町内会側の思いも交えて、お話を伺いました。

子どもを通し、自分の街がますます好きになった

かど じゅんこ
門 順子さん(加入歴10年)

私 が町内会とかかるわきかけは、子ども会でした。越して来て15年になりますが、当初は知り合いも少なく、子育てしながらも寂しく不安な日々を過ごしていました。マンションってある意味、独立しているので、地域との関わりが「気楽」な反面、「希薄」でもあるんです。その後、子どもが子ども会に入ったことで、地域のイベントに親子で参加するようになり、徐々に町内会とのかか

わりも増えていって。初めは町内会って敷居が高く思えたのですが、入ってみると皆さんとても気さくなんです。以来、子どもも地域の人と顔見知りになって、常日頃から見守っていただける関係性ができたことは本当に良かったです。今では私も会の集まりに積極的に顔を出し、皆さんに交じって楽しく活動しています。地域を少しでも良くしたいと参加したことがきっかけで、自分の街がますます好きになりました。



入ってよかった人①

日頃から顔の見える暮らしがあれば、災害時も安心

くどう しんじ
工藤 真司さん(加入歴17年)

町 内会には、マンション管理費に会費が含まれてたので引越と同時に加入しました。ただ、当初は全く興味がなく、5年前に知人に誘われ参加した町内会の集まりで、地域に興味を持つようになって。特にマンション外の人たちと知り合いになれたことで、街で声をかけられるなど、人脈が増えていったことが何よりうれしかったです。これは災害時も同じで、日頃から顔の

見える暮らしをしていれば、いざという時も助け合ったり、声かけしたりしやすくなるはず。防災訓練には出られなくても、あいさつ程度の顔見知りが増えれば、災害時も安心です。だから、マンションに住む人こそ積極的に町内会の活動に参加して、知り合いを増やして欲しい。結局、最後は「人と人のつながり」です。そして、それが土壌になって、住みやすい街ができていくと私は思っています。



入ってよかった人②

みなさんと一緒に、地域を活性化していきたい

たわら としお
俵 利夫さん(鶴見下第三町会会長)

昨 今の自治会町内会が抱える課題は、どこも人材不足だと思います。中でも、高齢者と若年の間の中間層の不在が顕著で、その背景には「人手不足の中、入っても役員を任せられるだけでは?」という不安もあると思います。ただ、自治会町内会としては、新たに入ってきた人にそのようなことは求めています。それよりも、多くの人に入ってもらうことで、地域の顔がつながり、催しや活動が盛り上がる。

そうすることで地域が活性化して、結果、皆さんにとっても住みよい街になると思っています。実際、マンションに越して来た人が加入してくれることで会の活動も活気づいてくる。そうした新たな人たちの参加が、いかに地域の活性化に必要な実感しています。行事や活動もできる範囲で構いませんので、ぜひ参加して頂き、一緒に住みよい街を作っていきましょう。



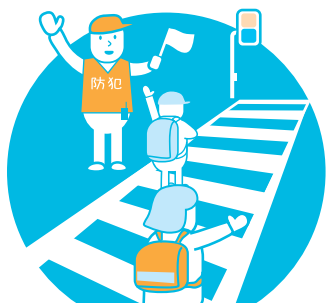
入ってもらってよかった人

暮らしやすい毎日のため
こんなこともあんなことも
自治会町内会が
やっています

自治会・町内会の日々の活動や役割を紹介します



災害に強い街に
防災訓練や災害時の避難所運営など



安全で安心な街に
子どもたちの見守りや防犯パトロールの実施など



誰もが元気な街に
高齢者の見守りや地域ぐるみでの見守りなど



きれいで清潔な街に
ごみ集積場所の清掃・管理や公園等の美化活動など



みんなが繋がる街に
祭りや運動会など異世代が交流できる場の提供など

区役所からのお願い

ぜひ一緒に住みよい鶴見を作りましょう!

近年、鶴見区では、マンション建設により人口が増えている一方、自治会町内会の加入率は減少傾向にあります。その背景には、マンション世帯の加入が進まないことがあります。つまり、マンションに住む人に自治会町内会へ参加してもらうことが、より住みよい地域づくりにつながると考えています。働きながらでもできますので、ぜひ一緒に住みよい鶴見を作っていきましょう。



区役所地域振興係
山口 遼

自治会町内会のことはコチラから

スマホで

電話で



区役所地域振興係 ☎ 510-1687
fax 510-1892

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
 HP サルビアホール 検索

①西澤安澄ピアノリサイタル 8月3日(土)14時～16時 先100人 区民・18歳以下・65歳以上・障害者(要証明)2,700円、一般3,000円 申5月16日10時から 窓(窓は14時から) ②サルビアホール室内楽シリーズ #7「大宮臨太郎バイオリン×ホルン×ピアノ」9月16日(月・祝)マチネ(昼公演):13時開演、ソワレ(夜公演):17時開演 先100人 区民・18歳以下・65歳以上・障害者(要証明)3,200円、一般3,500円 申6月9日10時から 窓(窓は14時から) ③サルビアアカデミー vol.50 インドムービーダンスワークショップ 7月20日(土)14時～16時 中学生以上 先20人 2,000円 持動きやすい服装、飲み物、足を拭くウェットティッシュ 申5月12日9時から 窓か 検索か HP



インド映画の見せ場でもある華やかなダンス

④学生のためのアートマネジメント・ワークショップ「コンサートをつくろう」(全4回+コンサート) 7月21日(日)14時～16時(第2～4回の日程は未定) 横浜市在住、在学の大学生で全回参加できる人 先15人 2,000円 申5月13日9時から 窓か 検索か HP

三ツ沢公園青少年野外活動センター
 〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
 ☎314-7726 ☎311-6444 第2月曜
 HP 三ツ沢野外活動センター イベント 検索

①～③の申は5月29日までに 窓か HP
 ①鉄板料理教室 6月22日(土)・23日(日)10時～14時 家族・グループ 抽各80人 中学生以上2,220円、小学生1,800円、未就学児1,000円(3歳以下100円)
 ②ふれあい親子クラブ・夏見つけ隊▶自然探検など 7月3日・10日・17日・24日の水曜日(全4回)14時30分～16時30分 年中・年長相当児と保護者 抽16組 2人1組5,000円(追加1人2,000円、2歳以下200円) ③わくわくおてんば探検隊(夏) 7月7日(日)10時～15時30分 小学1～3年生 抽48人 3,000円

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

①茶道体験教室 5月11日(土)11時～15時 先20人 400円 抽



初めての人でも和菓子付きです

②紙芝居教室 5月14日(火)10時30分～11時30分 抽 ③初級俳句教室 5月17日(金)13時～16時 先18人 抽 赤・黒のボールペン、あれば歳時記または季寄せ 抽

鶴見図書館
 〒230-0051 鶴見中央2-10-7
 ☎502-4416 ☎504-6635 月1回
 [6月4日～6日は休館です]※返却ホストは使えません

①つるみっこ絵本広場協力スタッフ養成講座 ▶乳幼児健診時に絵本とわらべうたの紹介をするボランティア養成講座 5月31日(金)14時～16時、6月11日(火)・14日(金)9時～11時(全3回) 抽6月11日・14日は鶴見区役所 先10人 申5月14日9時30分から 窓か 抽 ②読み聞かせボランティア講習会(初心者向け)▶初めて小学校などで読み聞かせを始める人向けの講習会 6月21日(金)10時～12時 先20人 申5月21日9時30分から 窓か 抽 ③展示「読んでみようこんな本」▶小中学生向けに司書がおすすめる本の紹介 開催中～5月21日(火) 抽 ④土曜日のおはなし会 5月11日(土)15時～15時30分 抽 未就学児～小学生以下 抽 ⑤絵本とわらべうたのおはなし会 5月28日(火)①10時30分～11時 ②11時～11時30分 抽 ①0歳児と保護者 ②1歳以上の子と保護者 抽

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

横溝屋敷の田んぼで行われる田おこし・田植えを見学しませんか?▶年間を通して開かれる稲作教室の田おこし・田植えを見学できます 田おこし:6月1日(土)9時30分から、田植え:6月2日(日)9時30分から 抽

ふれーゆ
 〒230-0045 未広町1-15-2
 ☎521-1010 ☎521-1099 第2火曜

①②の申は5月29日までに 窓(窓持参)または 必要事項を記入して 往 ※休館日および祝祭日は休講※各教室の日時や掲載以外の教室については施設へ(無料送迎あり)
 ①第2期スポーツ教室(6月～8月) ①やさしいヨガ:6月～8月の月金土 ②医療体操ラフイーラ:6月～8月の月 ③ZUMBA:6月～8月の水 ④親子ヨガ:6月～8月の土※月曜日(全7回)、水・金・土(全8回) 抽 60歳以上優先 抽 各20人 月曜日4,900円、水・金・土5,600円 ②第2期キッズダンス教室 6月～7月の日曜日(全8回)①10時～11時 ②11時～12時 抽 ①年長相当児～小学3年生 ②小学4年生～中学生 先各15人 各8,400円 持運動のできる服装、タオル ③パーソナルレッスン(プール) ①5月21日・28日、6月4日の火曜日16時～16時30分、16時30分～17時 ②5月12日・19日・26日、6月2日の日曜日10時～10時30分、10時30分～11時、13時～13時30分、13時30分～14時 抽 小学生以上 先各1人 各3,240円 持水着、水泳帽、ゴーグル、タオル 申5月11日から 窓か 抽 ④健康麻雀教室 毎週火曜日 ①10時～12時30分 ②14時～16時30分 抽 60歳以上優先 先各16人 各1,500円 抽 ⑤初心者健康麻雀教室 毎週木曜日 ①10時～12時30分 ②14時～16時30分 抽 60歳以上優先 先各16人 各1,500円 抽 ⑥コーラス教室▶みんなで歌おう懐かしの曲 毎週火曜日10時～12時 抽 60歳以上優先 先各20人 各1,000円 抽 ⑦色を楽しむ塗り絵教室 5月27日、6月10日の月曜日10時30分～12時 抽 60歳以上優先 先各15人 各500円 申5月11日から 窓か 抽 ⑧手づくりソーイング教室 5月18日(土)11時30分～14時 抽 60歳以上優先 先10人 1,500円 申5月11日から 窓か 抽

横浜市国際学生会館
 〒230-0048 本町通4-171-23
 ☎507-0318 ☎507-2441 第4月曜

アメリカ・カナダ大学連合日本研究センターの外国人研究生による研究発表会 & 交流パーティ 6月8日(土)13時30分～16時15分 抽 中学生以上 先50人 1,000円(中高生は500円) 申5月25日9時から 窓か 抽

鶴見区社会福祉協議会
 〒230-0051 鶴見中央4-37-37 リオパルテ鶴声2階
 ☎504-5619 ☎504-5616
 HP 鶴見区 社協 検索

つるみサマーフレンド2019▶夏休みはボランティアと一緒に楽しく過ごしましょう! 7月22日(月)～8月23日(金)※開催時間はコースにより異なります 区内在住の障害のある小学生～高校生 抽1～10人※コースにより異なります 各1,000～3,000円 申詳細は6月7日までにHPか 窓で問合せ《ボランティア募集》 抽 高校生以上 申詳細は6月7日までにHPか 窓で問合せ

善意銀行への寄付(2月19日～3月13日・敬称略) 前川 和彦、吉兆グループ、特定非営利活動法人 あしほ、平林 恵美子、匿名5件

編集・発行 横浜市鶴見区役所広報相談係
 〒230-0051 鶴見区鶴見中央3-20-1
 ☎045-510-1680 ☎045-510-1891

健(検)診・教室

*原則として5月11日～6月10日の予定 *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 *予約制は電話かファクスでの予約が必要です

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 ☎510-1850 fax 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か月児 5月14日・21日、6月4日の火曜日 9時～ 9時45分受付 1歳6か月児 5月17日・24日、6月7日の金曜日 9時～ 9時45分受付 3歳児 5月16日・23日、6月6日の木曜日 13時～ 13時45分受付
乳幼児・妊産婦歯科相談《未就学児・妊産婦》	6月6日(木) 乳幼児:9時30分～11時受付 妊産婦:10時45分～11時受付 予約制
母親教室(全3回) 《安定期(5か月～6か月)の妊婦》 ※4回目は両親教室	6月①10日(月)午後②17日(月)午前③25日(火)午前 ①13時30分～16時(13時15分から受付) ②③9時45分～12時(9時30分から受付)
【予約・問合せ】 健康づくり係 ☎510-1832 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栄養相談 5月28日(火)9時～10時～11時～ 抽 区役所2階栄養相談室 予約制
離乳食教室 《7か月～8か月児(2回食)と保護者》	離乳食の話、調理実演、試食など 6月25日(火)①13時15分～14時15分②14時45分～15時45分 抽 区役所2階栄養相談室 先 各回20組 申6月3日8時45分から 窓
親子わくわく歯っぴい講座 《6か月～1歳1か月未満の乳幼児と保護者》	むし歯予防の話、歯みがき実習、歯周病リスクチェックなど 6月28日(金)10時～11時、13時30分～14時30分 先20組 申6月5日8時45分から 窓 予約制
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 5月17日(金)13時～14時～15時～ 30日(木)9時～10時～11時～ 予約制
肺がん検診《40歳以上》	年度内に1度受診可能 5月13日(月)午前 受付時間は申込時お知らせ 先45人 抽 X線受診料:680円 予約制
【予約・問合せ】 障害者支援担当 ☎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 6月4日(火)14時～16時 抽 区役所1階一般健康相談室 予約制

※胃がん・肺がん・子宮がん・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市県民税非課税世帯・均等割のみ課税世帯の人…あらかじめ健康づくり係(☎510-1832)で減免申請を行ってください

広報よこはま鶴見区版
 HP 広報よこはま鶴見 検索

区役所からの情報は、
 鶴見区ホームページもご覧ください
 HP 横浜市鶴見区 検索

イベント情報満載!
 横浜カレンダー(鶴見区版)
 HP 鶴見区お届け便 検索