

[ 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て、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



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、虫歯や歯周病予備軍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。健康な歯でお過ごしください。

宮治 俊朗 先生  
宮治 歯科 医院

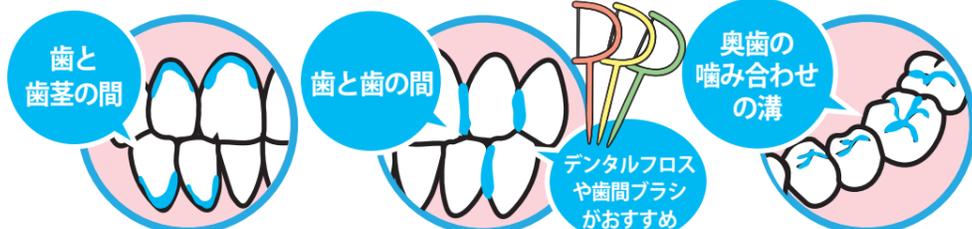


### 自分でもできる！歯周病セルフチェック

- 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



### 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



### 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

「けんこう」づくりのきっかけに！

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、平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せん。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  
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。



区役所地域振興係  
山口 遼

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ください。

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

# 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 ㊱持ち物 ㊲申込み ㊳問合せ ㊴電話 ㊵ファクス ㊶Eメール ㊷ホームページ ㊸保育あり ㊹区役所への郵送は「〒230-0051 鶴見中央3-20-1 鶴見区役所〇係」、そのほかは各施設へ

## 区役所から

### 催し・案内

#### 横浜音楽祭2019 横浜18区コンサート

毛利文香さん(バイオリン)、田原綾子さん(ピアノ)によるコンサート  
㊤10月15日(火)14時～15時(開場13時30分) ㊦鶴見区民文化センターサルビアホール 音楽ホール(鶴見中央1-31-2 シークレイン3階) ㊧2,500円 ㊨5月11日10時から ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

#### 2歳児・いやいや期の子育て講演会

講師は臨床心理士 森あずささん。2歳児の特徴や育て方、上手なかかわり方を学ぶ講演会です  
㊤7月8日(月)10時～11時30分 ㊦鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2 シークレイン2階) ㊧2歳児の保護者 ㊨30人※保育あり ㊩5月27日から ㊪か ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

## 施設から

詳細は、各施設にお問い合わせください

### 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タティングレースのネックレス ㊤6月7日・14日の金曜日(全2回)10時～12時 ㊦成人 ㊧10人 ㊨800円 ㊩5月24日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②心ふくらむ「おはなし屋さん」 ㊤5月17日(金)10時30分～12時 ㊦未就園児と保護者 ㊧10組 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③朝のヘルスアップ体操 ㊤5月18日(土)9時30分～10時50分 ㊦成人 ㊧35人 ㊨300円 ㊩飲み物、タオル、動きやすい服装 ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④子どもと若者のひろば“アンビバ”in末吉 ㊤6月1日(土)13時～18時 ㊦18歳以下 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑤わくわくおはなしポケット ㊤5月16日(木)10時30分～11時30分 ㊦未就園児と保護者 ㊧15組 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑥お家で出来るヘルスケア講座 ㊤6月15日・29日、7月20日・27日、8月3日・24日、9月14日・28日、10月12日・26日の土曜日(全10回)9時30分～11時30分 ㊦成人 ㊧20人 ㊨5,000円 ㊩5月18日11時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑦末吉パソコン相談室 ㊤5月15日、6月5日の水曜日13時30分～16時 ㊦18歳以上 ㊧各10人 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑧@クリエイティブで作るグリーンティンカード ㊤6月1日(土)10時～11時30分 ㊦小学生以上 ㊧10人 ㊨5月18日10時から ㊩



細長い紙を巻いて、紙に貼り付けて飾りを作ります

### 土壌混合法講習会

微生物の方で生ごみを土に変える方法を実演。土壌混合方法を普及させる3R夢サボーターも募集中  
㊤5月13日(月)13時30分～14時 ㊦区役所1階区民ホール ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



### 青空福祉バザー

区内福祉施設の自主製品、雑貨、衣類、軽食の販売  
㊤6月6日(木)・7日(金)10時～13時30分 ㊦区役所前庭※雨天時は1階区民ホール ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 消費税の軽減税率制度説明会(事業者向け)

㊤5月20日(月)17時30分～19時 ㊦鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2シークレイン2階) ㊧事前に ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 白幡公園子どもログハウス ピッコロ

〒230-0077 東寺尾2-12 ㊤582-9944 ㊦第2・4月曜

①なんちゃってエアホッケー ㊤5月20日(月)～31日(金)10時～16時 ㊦中学生以下 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②おはなし会▶絵本、紙芝居など ㊤5月17日(金)11時～11時30分 ㊦未就学児と保護者 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③心ふくらむ「おはなし屋さん」 ㊤5月17日(金)10時30分～12時 ㊦未就園児と保護者 ㊧10組 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④朝のヘルスアップ体操 ㊤5月18日(土)9時30分～10時50分 ㊦成人 ㊧35人 ㊨300円 ㊩飲み物、タオル、動きやすい服装 ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 矢向地区センター

〒230-0001 矢向4-32-11 ㊤573-0302 ㊦573-0304 ㊧第2月曜

①父の日プレゼント企画 似顔絵教室の先生に教わる「親子で似顔絵に挑戦しよう!」▶親子でお越しください ㊤6月8日(土)13時30分～15時30分 ㊦小学生以上(保護者同伴) ㊧10組20人 ㊨500円 ㊩5月11日9時30分から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②『音楽体操』歌って踊って楽しく!健康長寿を目指そう! ㊤6月25日(火)10時～11時30分 ㊦65歳以上 ㊧10人 ㊨500円 ㊩5月25日9時30分から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③矢向おもちゃ病院 ㊤5月26日(日)10時～12時 ㊦18歳以上 ㊧各10人 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④@クリエイティブで作るグリーンティンカード ㊤6月1日(土)10時～11時30分 ㊦小学生以上 ㊧10人 ㊨5月18日10時から ㊩

### 相続税説明会及び税理士による無料相談

㊤5月17日(金)13時30分～15時30分 ㊦鶴見中央コミュニティハウス(鶴見中央1-31-2 シークレイン2階) ㊧事前に ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 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  
㊤5月15日(水)18時30分～20時30分(受付は18時30分～19時30分) ㊦鶴見公会堂(豊岡町2-1フーガ1 6階) ㊧8人 ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 税理士による無料税務相談会 in つるぎんドット来〜!!

所得税や相続税など税金のことなら何でも地元税理士会所属の税理士が解説します  
㊤5月25日(土)10時～14時 ㊦鶴見銀座商店街(ベルロードつるぎ) ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

## スポーツ・アウトドア

### 第39回春季鶴見区ソフトバレーボール大会

女子の部、男女混合、オーバー160(コート内の合計年齢が160歳以上)の部  
㊤6月9日(日)9時～18時30分 ㊦鶴見スポーツセンター(元宮2-5-1) ㊧区在住・在勤・在学の中学生以上 ㊨男女混合、オーバー160合わせて36組(※女子の部は定員なし) ㊩1,000円 ㊪5月20日までに専用申込書(㊫からダウンロード)を ㊬※6月1日(土)15時から鶴見スポーツセンターで抽選会・大会説明あり ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 第26回ジョイスアルビア卓球大会

㊤6月15日(土)9時～19時 ㊦鶴見スポーツセンター(元宮2-5-1) ㊧鶴見区卓球協会登録者 ㊨1組1,000円※持参または事前に振り込み ㊩6月1日17時までに専用申込書(鶴見スポーツセンター、区内地区センターで配布)を ㊪か ㊫または ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 駒岡地区センター

〒230-0071 駒岡4-28-5 ㊤571-0035 ㊦571-0036 ㊧第3月曜

①身近な画材で梅雨(初夏)の植物・動物を描こう ㊤6月7日・21日の金曜日13時～15時 ㊦成人 ㊧12人 ㊨300円 ㊩5月24日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②笑いヨガでリフレッシュ ㊤6月1日・8日・22日・29日の土曜日(全4回)11時～12時 ㊦成人 ㊧12人 ㊨2,000円 ㊩5月21日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③「初夏の寄せ植え」～香りを楽しむ～ ㊤6月21日(金)10時30分～13時 ㊦成人 ㊧12人 ㊨1,600円 ㊩5月31日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 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

①キッズズンパ▶ステップは決まっていますが自由度の高いダンスです ㊤6月7日・14日・21日の金曜日(全3回)15時30分～16時30分 ㊦小学生 ㊧15人 ㊨1,500円 ㊩動きやすい服装、タオル、上履き ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②コットンパールでアクセサリー夏仕様のピアスとペンダント ㊤6月26日(水)10時～12時 ㊦成人 ㊧10人 ㊨500円 ㊩5月27日9時30分から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③ハマハグ市場▶ママたちの憩いの場。仲間作りに ㊤5月15日～6月5日の毎週水曜日9時～12時 ㊦未就学児と保護者が ㊧子育ての気になることや地域の情報などを教えてくれます ㊩5月15日～6月5日の毎週水曜日10時～12時 ㊪



ピアスをイヤリングに変更も可

### 寺尾地区センター

〒230-0076 馬場4-39-1 ㊤584-2581 ㊦584-2583 ㊧第4月曜

①ちりめんで作るつるしびな ㊤6月11日～10月8日の第2火曜日(全5回)10時～12時 ㊦成人 ㊧12人 ㊨3,000円 ㊩5月14日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②はじめての中国語 ㊤6月8日・22日、7月13日・27日、9月14日・28日、10月12日、11月9日・30日、12月14日の土曜日(全10回)11時～12時30分 ㊦成人 ㊧20人 ㊨2,000円 ㊩5月11日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③アロマで作る虫よけスプレー ㊤6月8日(土)10時30分～12時 ㊦成人 ㊧20人 ㊨800円 ㊩5月18日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④初めての手芸教室 ㊤6月20日～11月21日の第3木曜日(全6回)10時～12時 ㊦成人 ㊨1,000円 ㊩5月30日10時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑤子どもと若者の広場“アソビViva!!” ㊤5月18日(土)13時～17時 ㊦18歳以下 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

### 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ベビーマッサージ ㊤5月27日(月)10時～11時 ㊦2か月～1歳6か月児と保護者 ㊧10組 ㊨500円 ㊩バスタオル、子の飲み物 ㊪5月11日9時30分から ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②ママカフェ\*新鶴見▶おしゃべり・情報交換 ㊤6月3日(月)10時～11時30分 ㊦未就学児と保護者 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③包丁研ぎ&まな板削り ㊤6月9日(日)10時～15時 ㊦成人 ㊨300円 ㊩から(社会福祉協議会に寄付) ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④ハマハグ新鶴見▶開館日9時～12時 ㊦未就学児と保護者 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑤新鶴見子育て相談 ㊤5月17日～6月7日の毎週金曜日10時～12時 ㊦未就学児と保護者 ㊧

### 入船公園

〒230-0044 井天町3-1 ㊤501-2343 ㊦無休

①ワンちゃんお散歩&マナー教室 ㊤5月26日(日)10時～11時30分※予備日6月2日(日) ㊦犬1匹につき飼い主1人 ㊧20組 ㊨5月11日9時30分から ㊪か ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②アロマ教室 ㊤5月18日(土)13時～15時 ㊦15人 ㊨万能クリーム500円、虫除けスプレー300円(両方も可能) ㊩5月11日9時30分から ㊪か ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③チューリップ球根掘り▶掘った球根は持ち帰れます ㊤5月25日(土)・26日(日)10時～12時 ㊦手袋 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④健康ノルディックウォーク▶終了後懇談会も ㊤5月14日(火)10時～11時 ㊨100円 ㊩運動できる服装、ポール※貸出あり(㊬15人) ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑤健康グラウンド・ゴルフ教室 ㊤5月20日(月)9時～11時 ㊨100円 ㊩クラブ、ボール ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑥つるみプレイパーク ㊤5月11日(土)、6月2日(日)・8日(土)10時～15時 ㊨デコベアを作ろう:300円(5月11日)、木のペンダントを作ろう:100円(6月2日) ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑦花壇づくり隊▶土作りから体験 ㊤6月9日・16日・23日・30日の日曜日(全4回)10時～12時 ㊩作業できる服装 ㊪

### 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

②～⑧の ㊩は5月11日9時30分から ㊪(㊫は10時から)  
①子どもと若者のひろば ㊤5月12日・26日、6月9日の日曜日13時～16時 ㊦18歳以下 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②ママカフェ特別版～子育て相談～ ㊤5月15日(水)10時～12時 ㊦未就学児と保護者 ㊧10組 ㊩アジサイ染め ㊤6月5日(水)13時30分～15時30分 ㊦成人 ㊧10人 ㊨500円 ㊩ペーパークラフト～芍薬を作る～ ㊤5月30日(木)9時30分～12時 ㊦成人 ㊧10人 ㊨2,500円 ㊩歌声ひろば～みんなで歌おう～ ㊤6月22日(土)13時30分～15時30分 ㊦30人 ㊩ちびっこルーム ㊤6月11日(火)10時～12時 ㊦未就学児と保護者 ㊧15組 ㊩父の日のプレゼントを作ろう ㊤6月15日(土)10時～12時 ㊦小学生以上 ㊧10人 ㊨大人は100円

### 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～初夏のねり切り～ ㊤6月15日(土)13時30分～16時 ㊦成人 ㊧15人 ㊨1,500円 ㊩エプロン、三角巾、手拭きタオル、日本手ぬぐい ㊪5月11日9時30分から ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②脳トレ麻雀教室 ㊤6月29日、7月6日・13日・20日の土曜日(全4回)10時～12時 ㊦成人 ㊧15人 ㊨400円 ㊩5月18日9時30分から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
③大人カジュアル プレズレット作り(初級) ㊤7月5日(金)13時30分～16時 ㊦成人 ㊧12人 ㊨1,000円 ㊩筆記用具、手拭きタオル、はさみ、定規 ㊪6月1日9時30分から ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
④潮田子育て相談 ㊤5月15日～6月5日の毎週水曜日10時～12時 ㊦未就学児と保護者 ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑤太極拳教室(火曜) ㊤6月29日、7月6日・13日・20日の土曜日(全4回)10時～12時 ㊦成人 ㊧15人 ㊨400円 ㊩5月18日9時30分から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
⑥けん玉道場 ㊤5月19日(日)10時～12時 ㊩

### 鶴見川漕艇場

〒230-0004 元宮2-6 ㊤582-8680 ㊦木曜

①～⑤の ㊩は、初心者で小学4年生～70歳くらいまで ㊪は、動きやすい服装、飲み物、着替え、帽子、濡れてもよい靴(①③は昼食も)  
①初心者からのボート教室 ㊤6月9日(日)10時～15時 ㊦20人 ㊨2,500円(中学生以下1,500円) ㊩5月21日9時から ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿  
②平日ドラゴンボート教室 ㊤6月11日(火)13時～16時 ㊦10人 ㊨1,500円(中学生以下1,00

**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 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
<b>【予約・問合せ】 こども家庭係</b> ☎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)
<b>【予約・問合せ】 健康づくり係</b> ☎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
<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 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