

水・緑・花・人の出会うまち

なかはら12月号

なかはらエコ推進大使 ロジーちゃん
 中原区の木モモ
 中原区の花パンジー

【総合案内】 ☎744-3113
お問い合わせのないように

みんなの地域包括ケア
 地域で活躍する皆さんの活動を紹介します!

今井南町千歳会の「けん幸の会」は、みんなで脳トレやおしゃべりをして楽しく認知症予防をしています。生涯現役を目指しています。

☎744-3239 FAX744-3196

還付金詐欺

の被害にご注意ください!

区内の還付金詐欺被害状況

中原区では、還付金詐欺の被害が急増しています。28年度は0件でしたが、29年度10月時点で33件発生しています。

還付金詐欺の手口

区役所、税務署などの官公庁職員を装って電話をかけ、**医療費、保険料、税金**が還付されますなど、あたかもお金が戻ってくるかのように偽ります。

犯人は、事前に利用者が少ない、または係員がいないATM(現金自動預払機)の場所を調査しており、被害者にATMに行き電話を折り返すよう誘導します。

被害者がATMに到着し電話を折り返すと、犯人が「指示通りにATMを操作してください」などと言葉巧みに操作させます。被害者は、お金が還付されるものと思いながら操作しても、本人が気づかないうちに犯人の口座にお金を振り込んでしまいます。



被害に遭わないためのポイント

医療費等を公的機関が**還付**する名目で**ATM**に誘導することは絶対にありません。**携帯電話**や**スマートフォン**を持って**ATM**へと言われたら還付金詐欺です。

相手が指示した電話番号をうのみにせず、電話帳などで関係機関(官公庁など)の電話番号を確認しましょう。

☎区役所危機管理担当 ☎744-3141 FAX744-3346
 ☎中原警察署生活安全課 ☎FAX722-0110

中原地区消防出初式

消防出初式の前半は表彰式、後半は参加部隊の分列行進や一斉放水、幼年消防クラブの演技、住吉高校のチアリーディングなどを行います。

日時 1月7日(日)10時~11時半
 場所 等々力緑地 催し物広場
 ☎中原消防署予防課 ☎411-0119 FAX411-0238



消防団員募集

地域の安全・安心を守るため一緒に活動する人を募集しています。区内在住または在勤で、満18歳以上の健康な人。

☎中原消防署予防課
 ☎411-0119 FAX411-0238



なかはらのイチオシ!

地域で活躍するプロレスラー 大原はじめさんをご紹介します。

みんなが「ムイビエン」(スペイン語、「とても良い」という意味)な毎日を過ごせるために、プロレスリング・ノア所属のプロレスラーとして活躍する傍ら、地域での福祉活動、消防団員、高校生と4足のわらじを履いて活躍しています。

地域での福祉活動を始めたのは祖父母を介護した経験から、「プロレスラーとして健康をサポートしたい」と考えたことがきっかけです。母の助言もあり、2年前から生まれ育った中原区で福祉活動をするようになりました。月1回「中丸子老人いこいの家」と「ごうじ老人いこいの家」で「高齢者向けペットボトル体操」を開催し

の動かし方などを教えています。

“地域のために”と消防団にも所属しています。訓練を行い、実際に火災現場で消火の手伝いを経験しました。地域住民の命や財産を守るためにも、特に若者の消防団への加入を望んでいます。

地域活動を行う上で必要な福祉関係の資格取得の要件の多くが「高卒」であったため、今年4月から定時制高校に通い始め、ひと回り以上年の離れたクラスメイトと机を並べています。

これからもプロレスラーとして、エンターテイナーとして地域がよくなるよう活躍していきます。



☎区役所地域支援担当 ☎744-3308 FAX744-3196

冬に流行する感染症にご注意ください!



ノロウイルスをはじめとする感染性胃腸炎

<予防方法>

- ①手洗いの徹底...こまめに石けんで手を洗いましょう。特に調理や食事の前やトイレ後は重要です。
②便や吐物の適切な処理...患者の便、おう吐物は、マスク・エプロン・手袋などを着用して処理し、衣類や床などが汚染された場合は家庭用塩素系漂白剤で消毒しましょう。
③十分な加熱...食品は中心部まで十分加熱(85~90℃で90秒以上)しましょう。

<症状>

吐き気やおう吐、下痢、腹痛などの症状があらわれ、吐しゃ物などを介して感染者を広めてしまう危険性がある。

インフルエンザ

<予防方法>

- ①手洗いの徹底...こまめに石けんで手を洗いましょう。
②飛沫感染対策としての咳エチケット...周りの人にうつさないために、マスクを着用しましょう。
③適度な湿度の保持...室内では加湿器などを使用して、適度な湿度(50%~60%)を保ちましょう。
④人混みや繁華街への外出を控える...人混みや繁華街への外出を控えることも重要です。
⑤予防接種...効果が期待できるまで約2週間かかるといわれていますので、早めの接種を検討しましょう。

<症状>

突然の高熱(38℃以上)、咽頭痛、頭痛、筋肉痛、倦怠感などから、呼吸器症状まで。また、消化器症状を伴うこともある。

※最新の流行状況は 川崎市感染症情報発信システム 検索

区役所衛生課 ☎744-3280 FAX744-3342

フラッグフットボール小学生交流大会 & 体験会

安全に楽しめるフラッグフットボールの試合と体験会。雨天中止。

日時 2月18日(日)9時~14時 場所 法政大学川崎総合グラウンド(木月大町4-1) 対象 交流大会は4人制と3人制、体験会は個人。いずれも市内在住・在学の小学生。

申込 12月22日から2月2日(必着)までに区役所で配布中の申込用紙を直接、郵送、FAX、区HPで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3323 FAX744-3346。



1月25日(休)15時~16時 区役所5階 ☎15人 12月21日から直接か電話で区役所高齢・障害課 ☎744-3381 FAX744-3345。[先着順]

年初めワンダフルダブルレッスン

①ボディコンバット。1月6日(出)9時半~10時半、②ボディパンプ。10時50分~11時50分 当日先着30人 ¥500円 とどろきアリーナ ☎798-5000 FAX798-5005。

普通救命講習I

①1月10日(休)9時~12時 ②1月27日(出)9時~12時 中原消防署 ☎各30人 ¥各800円 12月27日から ①1月12日から電話かFAXで市消防防災指導公社 ☎366-2475 FAX272-6699。[先着順]

中原市民館からのお知らせ

☎433-7773 FAX430-0132 〒211-0004新丸子東3-1100-12

男女平等推進学習Ⅱ期

現代の結婚事情を学び、人生設計を考えるきっかけをつくりたい。1月13日~2月24日の全4回、10時~12時 同館 ☎25人 12月15日から直接、電話、FAX、区HPで。[先着順]

パパとママは道しるべ

小学校のことや子どもの発達について学びたい。1月18日~3月4日の全5回、10時~12時 同館 ☎20人。保育あり10人(要予約) ¥1,000円。保育ありは2,000円 1月5日(消印有効)までにハガキ(第一子の年齢も記入)、区HPで。[抽選]

平和・人権学習

子どもが直面する虐待やいじめ・犯罪などの実情と支援方法を学びます。1月19日~3月23日の金曜、全10回、14時~16時 同館 ☎25人 ¥500円 1月5日までに直接、電話、ハガキ、FAX、区HPで。[抽選]

妊娠・出産で変わる体の変化を知ってトラブルを防ごう

妊娠・出産で変化する体のトラブル対処法とセルフケアを学びます。1月26日(金)、2月2日(金)、全2回、10時~12時 同館 ☎20人。保育あり10人(要予約) ¥1,000円 12月15日から直接、電話、FAX、区HPで。[先着順]

友達づくりの音楽発表会

音楽を通じて世代を越えた友達を作りたい。1月13日~3月17日の全5回、13時半~16時 同館 ☎20人 12月18日から直接、電話、FAX、区HPで。[先着順]

市民プラザからのお知らせ

☎888-3131 FAX888-3138 〒213-0014高津区新作1-19-1

クリスマスお楽しみ会

クリスマスソングを中心としたコンサートとバルーンショー。12月15日(金)16時半~18時(開場16時) 同プラザ ☎当日先着500人

大人の3カ月教室

スタジオプログラムやアクアプログラムを3カ月単位で行うスクールレッスンです。日程、申込方法などはお問い合わせください。

平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程

Table with 5 columns: 教室名, 日程, 時間, 場所, 参加費. Rows include 健康体操, ヨガ教室, 気功教室, 卓球広場.

※予約・用具不要(ヨガマットは数に限りがあります)。飲み物は持参。運動に適した服装で。『健康体操』は室内履き(スリッパ不可)を持参。平間スポーツレクリエーションクラブ(滝口) ☎070-6980-7949(555-9140も可)。区役所地域振興課 ☎744-3323 FAX744-3346

区のお知らせ 掲示板 申し込み方法は市版5面参照

募集・案内

春の花バスケットアレンジメント教室

平間銀座商店街の「花重(はなしげ)」のスタッフから春の花を使ったフラワーアレンジメントを教わりたい。1月18日(休)14時~16時 カーブリーナーオオタニ(上平間1700-1) ☎16人 ¥2,000円。花切りばさみとタオル持参 12月28日(必着)までに往復ハガキで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3161 FAX744-3346。[抽選]

市民健康の森

花苗の植え付け。12月24日(日)9時から。雨天中止 市民健康の森入り口広場集合。軍手持参 中原区市民健康の森を育てる会 ☎FAX788-6579。区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346。

なかはらの魅力発信講座

川崎七福神を巡ります。1月5日(金)10時~15時 ☎10人 ¥100円 12月18日から直接か電話で区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346。[先着順]

歩こう会

1月14日(日)8時~11時。雨天時は

21日(日) 多摩川駅集合~等々力緑地~神明神社解散(約5km) 区役所地域振興課 ☎744-3323 FAX744-3346。当日の問い合わせは6時半から区役所守衛室 ☎744-3192。

冬休み特別企画区役所コンサート

①伝統人形芝居「乙女文楽」②コンサートの2部構成で行います。12月20日(水)(11時半開場) ①11時45分~11時55分 出演:乙女文楽教室修了生 ②12時10分~12時50分 出演:Ya! Voices 国際交流センター。保育あり(要予約) 区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族の支援方法を学びたい。1月24日(水)13時半~15時半 区役所5階 ☎80人 12月15日から直接、電話、FAXで区役所地域支援担当 ☎744-3293 FAX744-3196。[先着順]

家族教室

家族にうつ病のいる人を対象に講習会を開催します。2月1日(休)15時半~17時 区役所別館2階 ☎10人 12月21日から直接か電話で区役所高齢・障害課 ☎744-3381 FAX744-3345。[先着順]

精神保健福祉講座

「うつ病」をテーマに講演を行います。

Advertisement for NMMN (なかはらメディアネットワーク) featuring ITSCOM ch 11 and Enjoy★なかはら radio services.