



かわさき市政だより 幸区版

発行: 幸区役所 〒212-8570 幸区戸手本町 1-11-1

☎ 556-6666 (総合案内)

12 月号

幸区統計データ (令和元年11月1日現在)

人口 17万543人 2019(令和元)年  
世帯数 8万1,563世帯 12月1日発行

自分は大丈夫と思っていないですか?

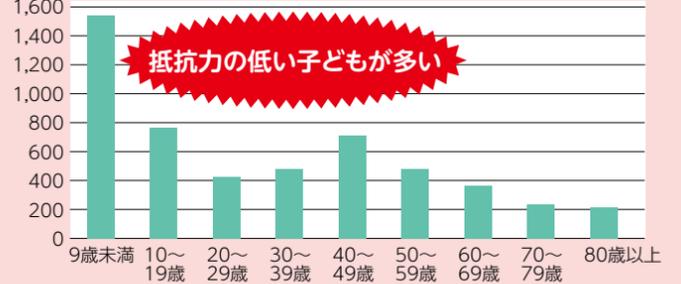
# 今からできるウイルス対策

寒くなると、インフルエンザウイルスやノロウイルスによる感染症の流行が本格化します。しっかりと対策をして、元気に年末年始を過ごしましょう。

☎ 区役所衛生課 ☎556-6682 FAX556-6659

2018年には、少なくとも約5,300人が  
区の医療機関でインフルエンザと診断されています。

(人) 区内インフルエンザ(A型・B型)総報告者数※(2018年)



※川崎市感染症情報発信システム「リアルタイムサーベイランス」に基づく

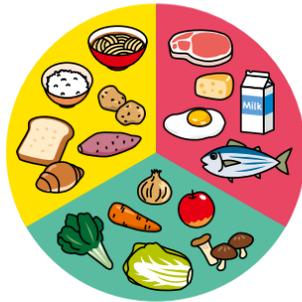
## 対策1 抵抗力を上げる

体の抵抗力が落ちると、さまざまな感染症にかかる可能性が高くなります。普段の生活習慣を見直す、予防接種を受けるなど、ウイルスに負けない抵抗力の高い体づくりをしましょう。

休養・十分な睡眠



バランスの良い食事



予防接種を受ける

予防接種を受けておくと、感染しても発症する可能性を減らしたり、重症化を防いだりできるといわれています。



高齢者は  
インフルエンザウイルス  
予防接種を一部公費負担で  
受けられます。

実施時期と回数 12月31日まで1回  
自己負担金 2,300円

※対象者や受けられる場所など、  
詳細はお問い合わせください  
☎ 区市予防接種コールセンター  
☎200-8181 FAX200-3928

## 対策2 ウイルスなど 感染源を寄せつけない

冬場は、乾燥・低温を好むウイルスが活性化します。消毒や換気などを効果的に行いましょう。

効果的な消毒



こまめな換気



湿度を保つ



室内では50~60%  
の湿度を保ちましょう。

## 対策3 感染経路を断つ

インフルエンザなどは、せきやくしゃみの飛沫や、さまざまなものを介して感染します。周りからウイルスをもらわない、また自分が感染を広げないためにも、次のことを守りましょう。

せきエチケット

せき、くしゃみが出るときはマスクをつけ、マスクがない時は、袖や上着の内側で覆いましょう。



できるだけ人ごみを避ける



正しい手洗い



食事の前や外出の後などは、石けんを使って、汚れの残りやすい爪や手首まで正しく洗い、手に付いたウイルスを洗い流しましょう。



区民のみなさんへ(衛生課)



感染症対策の基本は“手洗い”です。正しい手洗い6ポーズを知っていますか?手洗いは手のひらだけではありません。「手洗いハンドブック」では、正しい手洗いの仕方を掲載しています。ぜひご活用ください。

区役所3階で  
配布中



手洗い・せきエチケットのうたも載っています!





### 新春恒例 幸地区消防出初式

消防車両などの分列行進、一斉放水などを披露する他、市消防音楽隊レッドウィングスによる演技、御幸中学校による「よさこい」の演舞を行います。会場にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

**日時** 1月12日(日)10時～11時半  
**場所** 河原町グラウンド・体育館(河原町1、荒天時は体育館のみ)  
**問** 幸消防署予防課 ☎511-0119 FAX544-0119



子どもも楽しめる!

### 「はぴ☆フェス さいわい」を開催します

区内の市民活動団体による展示や活動の実演を行う他、工作・手話体験コーナー、スタンプラリー、バルーンパフォーマンスなど楽しい企画が盛りだくさん。

**日時** 1月11日(土)10時半～15時  
**場所** 幸市民館  
**問** 区役所地域振興課  
☎556-6606 FAX555-3130



### ご近所支え愛事業講演会

～病氣になっても安心して暮らせるまち～

医療の枠組では解決できない問題を、地域とのつながりで解決しようとする「社会的処方」の取り組みを進めている医師のお話を聞いてみませんか。

**日時** 1月24日(金)14時～15時45分  
**場所** 幸市民館大会議室  
**対象** 市内在住・在勤・在学の80人  
**講師** 西 智弘氏(プラスケア代表理事)

**申問** 12月16日から直接、電話、FAX、区HPで区役所地域ケア推進課 ☎556-6730 FAX556-6659 [先着順]



### 夢見ヶ崎の夢見るミニミュージカル

夢見ヶ崎動物公園(加瀬山)を舞台にした絵本『ゆめみがさきのふしぎにやトンネル』のミニミュージカルです。音楽・ダンスに合わせて歴史を学んでみませんか。

**日時** 2月1日(土)10時半～11時15分  
**場所** 河原町保育園ホール  
**対象** 幼児～小学生までの子どもと保護者40組

**出演** ソンデキューバ  
**申問** 1月8日から直接、電話、区HPで区役所企画課 ☎556-6612 FAX555-3130 [先着順]



### 区のお知らせ 掲示板

申し込み方法は市版5面参照

※講座などによっては区内在住の人が優先となる場合があります

#### 区役所企画課

**申問** ☎556-6612 FAX555-3130  
✉63kikaku@city.kawasaki.jp

#### ～つながる ひろがる～ ゆめみらい交流会 参加者募集!

活動団体の話を聞いたり、今後の夢見ヶ崎動物公園について意見交換しませんか。誰でも参加できます。  
◎12月23日(月)18時半からコトニアガーデン新川崎弥生テラス内地域交流室(北加瀬2-11-5) 申12月18日までに電話、FAX、メールで。[事前申込制]



#### 区役所地域振興課

**申問** ☎556-6606 FAX555-3130

#### 夢こんさあと

鍵盤ハーモニカの心弾む演奏をお楽しみください。出演:ピアノニマス

曲目:ミュゼットの女王 他◎12月19日(木)12時5分～12時45分

☎幸市民館大会議室  
☑当日先着160人。

※席数が限られているため、立ち見の場合があります。

#### さいわいテクノ塾 参加者募集 ～目指せ! 電車博士!!～

乗り鉄の講師による、鉄道を題材とした電気のイベントです。東芝未来科学館との協働により実施します。  
◎2月8日(土)14時～16時☎東芝未来科学館(堀川町72-34) ☑区内在住か在学の小学生30人(保護者同伴)¥300円 申1月10日までに区HPで。[抽選]。※抽選結果は1月末までに全員へ通知します。

#### 区役所地域ケア推進課

**申問** ☎556-6730 FAX556-6659

#### みんなで子育てフェアさいわい 中高生ボランティア募集

さいわいはっぴーボランティア オープニングセレモニーの司会や、受け付け、遊びのコーナーなどのお手伝いで地域の人と一緒にイベントを盛り上げてみませんか。◎2月22



子育てフェアの様子

日(土)9時～15時☎幸市民館☑区内在住か在学の中学・高校生 申1月15日までに申込書を直接、FAX、区HPで。[事前申込制]。※申込書は区HPからもダウンロード可。「はぴ☆ボラ」では他にもたくさんのメニューを用意しています。詳細は「はぴボラ」で検索。

#### おでかけ“ぼかぼか” 出張青空子育て広場

乳幼児と保護者が遊びながら交流できる場です。◎12月17日②1月14日、火曜、10時～13時☎①戸手第1公園(戸手本町1-76-1)、南加瀬けやき公園(南加瀬4-35-4)②小向第7公園(小向西町1-65)、南加瀬けやき公園。雨天中止。

#### 幸市民館

**申問** ☎541-3910 FAX555-8224

#### 腸活ですこやか100歳時代をつくろう ～やせる! 若返る! 病気を防ぐ! 腸のつくり方～

腸活を学び、健やかに暮らすヒントを得てみませんか。◎1月23日(木)、2

月27日(木)、13時半～15時半、3月19日(木)11時～13時、全3回☎幸市民館第1会議室他☑調理実習の材料費は実費負担☑20人 申12月19日10時から直接か電話で。[先着順]

#### 幸図書館

**問** ☎541-3915 FAX541-4747

#### 絵本の読み聞かせ

おはなしの時間(幼児～小学校低学年向け)…◎1月8日(木)15時～15時半  
エプロンおばさんの絵本の時間(乳幼児向け)…◎

- ①12月17日(火)
- ②1月7日(火)、11時～11時半。



#### 石川記念武道館

**申問** ☎FAX544-0493

#### 市民健康セミナー

#### 「初めてのかた向け太極拳」体験会

8つの動作を中心に入門者向けの太極拳を紹介します。タオル持参。動きやすい服装で。◎12月25日(木)13時半～15時☎石川記念武道館柔道場☑30人 申12月16日から直接か電話で。[先着順]

地域みまもり支援センター(福祉事務所・保健所支所)

### 健診案内

☎区役所3階☎区役所地域支援課 ☎556-6693 FAX555-1336

健診名	日程	受付時間	対象・定員	内容	申し込み
1歳児 歯科健診	1月7日 (火)	9:00 ～ 9:45	1歳前後 の乳幼 児30人	歯科健診と相談	12月16日から直接か 電話で地域支援課 ☎556-6693 [先着順]
生活習慣 病相談	1月27日 (月)	9:30 ～ 10:00	5人	保健師・栄養士・歯 科衛生士が個別相 談。健診データ持 参	12月16日から直接か 電話で地域支援課 ☎556-6648 [先着順]
禁煙相談			2人	個別禁煙相談	

※乳幼児健康診査は対象世帯に郵送でお知らせします

### パパッとサタデー

乳幼児と保護者が楽しいひとときを過ごせる場です  
**申問** 区役所保育所等・地域連携担当 ☎556-6672 FAX556-6659



日時	内容(対象)	場所	申し込み
1月18日 (土) 10:30～ 11:30	パパとベビーのヨガ (1歳までの子どもと 保護者15組)	夢見ヶ崎 保育園	12月16日9時から直接 か電話で保育所等・地 域連携担当[先着順]