



# いきいき健康づくり・子育てフェスタ

10/20 土

大人も子どもも元気に仲良く交流できる「いきいき健康づくり・子育てフェスタ」を開催します(写真)。子育てや健康づくりを支援している団体が一緒になって、さまざまなイベントを行います。

日時 10月20日(土) 午前10時～午後2時

場所 教育文化会館

区役所保健福祉サービス課

☎201-3214、FAX201-3293

区役所地域保健福祉課

☎201-3216、FAX201-3291



## イベント

### 目玉イベント

三味語り 人形芝居



### 製作

キャラクターメダルの製作、作業所の物づくりなど

### 体操

ほほえみ元気体操、リンパ体操など

### 体験・ゲーム

カラーボールプールや野菜計量ゲームなど

### 検査・測定

肌湿度、骨密度測定、虫歯菌チェックなど

## 区版



川崎区シンボルマーク

区の花・区の木



人口

217,219人

(H24.9.1現在)



世帯数

106,452世帯

(H24.9.1現在)

# かわさき

川崎区役所

(〒210-8570 川崎区東田町8)

【総合案内】☎201-3113

●川崎区のホームページ

URL <http://www.city.kawasaki.jp/61/61kawasakiku/index.htm>

# 地域で子どもを育てよう

区は、「川崎区こども総合支援計画～こども生き生きドリカムプラン～」に基づき、地域全体で子どもや子育てを支えるために、さまざまな取り組みを行っています。



## 地域でつながる「子育て支えあい隊」

子育て・保育ボランティア入門講座です。子どもとできる遊びを体験学習し、関わり方を学びます。

日時 11月8日～12月6日の木曜、

午前10時～正午、全5回

場所 教育文化会館

対象 全回参加できる20人

備考 保育あり(10人。保険料実費)

☎10月16日午前10時から直接か電話で教育文化会館☎233-6361、FAX244-2347。[先着順]



## 子育てグループ支援事業

子育て活動をする自主グループや、これから作ろうと考えている団体の活動支援のために、無料で講師の派遣を行います。詳細は、お問い合わせください。

☎10月31日までに申請書に住所、氏名、電話番号を記入し、直接かファクスで区役所保健福祉サービス課☎201-3214、FAX201-3293。[選考]。申請書は同課で配布中

## 「孫育て」からはじまる地域参加

孫育てや地域の子育てに目を向けてみませんか。調理実習でお菓子作りなどを子どもと触れ合いながら、今の子どもたちの環境に合わせた育て方を学びます。

日時 11月6日～12月18日の主に火曜。主に午前10時～正午、全8回

対象 おおむね50歳以上の全回参加できる20人

☎10月16日午前10時から直接か電話で教育文化会館☎233-6361、FAX244-2347。[先着順]



## パパもいっしょに ジョイフルサタデー

日ごろ仕事を持つ保護者(女性保護者も可)が子どもたちと楽しく過ごせるイベントです。

日程	11月10日(土)	11月24日(土)
時間	午前9時半～正午	
場所	渡田保育園	地域子育て支援センターむかい
内容	人形劇、ミニコンサート、親子工作コーナー	人形劇、簡単な離乳食調理体験講座
対象	未就学児と保護者	
問い合わせ先など	☎渡田保育園☎322-2226、FAX322-4372	☎10月15日午前10時から電話で地域子育て支援センターむかい☎FAX244-7730。[先着順]

## 自分らしく過ごせる居場所 ステップ&ゴー

「友達関係がうまくいかない」「学校に居場所が見つからない」など悩む子どもと保護者に合わせて居場所を提供し、音楽、スポーツ、学習などを通して社会参加を支援します。詳細はお問い合わせください。

曜日 毎週月曜、火曜、木曜

対象 小学1年生～18歳の子どもと保護者

☎区役所こども支援室☎201-3312、FAX201-3293



## 区制40周年記念事業

### 市民祭りで夢ライブ

地域の高校生バンドを中心としたコンサートを開催します。

日時 11月3日(祝)午前10時半～午後4時

場所 富士見軟式野球場(市民祭り会場)。雨天中止

出演者、時間など詳細はお問い合わせください ☎区役所地域振興課☎201-3133、FAX201-3209

### 市民祭りでアメフトを体験しよう

体験アトラクションや防具試着コーナーなどのアメフトイベントを開催します。

日時 11月3日(祝)午前10時～午後4時

場所 川崎球場(市民祭り会場)。雨天中止

☎区役所地域振興課☎201-3231、FAX201-3209

## かわさき区ピオラコンサート

日時 11月7日(水)午後0時10分～0時50分

場所 市役所第3庁舎1階ロビー

テーマ:「情景や想いを“音”で伝える」。出演:朝木春美千(ピアノ)。曲目:「追憶」「縁」他

☎区役所地域振興課☎201-3127、FAX201-3209

## 田中休愚生誕350周年記念講座と史跡めぐり

東海道川崎宿の発展の礎を築いた田中休愚の記念講座を開催します。休愚の業績についての講演の後、かわさき歴史ガイド協会の案内でゆかりの史跡を歩いて巡ります。

日時 11月11日(日)午後1時半～4時半

場所 区役所会議室、東海道川崎宿周辺

定員 50人 参加費 500円(資料代・保険料)

☎10月18日(消印有効)までに往復ハガキに全員の住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒210-8570川崎区役所地域振興課☎201-3136、FAX201-3209。[抽選]

## いきいきかわさき区提案事業

### ①「チョットの工夫で元気にすごす」講座

高齢者向けの簡単に作れるバランス食の試食や生活習慣自己チェックなどを行います。

日時 10月25日(木)午前11時半～午後1時半

場所 東鋼会館(鋼管通1-4-14)

定員 30人 参加費 100円

☎10月16日までに電話かファクスで神奈川県栄養士会川崎支部☎322-5358、FAX280-6550。[抽選]。☎区役所地域保健福祉課☎201-3217、FAX201-3291

### ②海風の森「森の楽園」

木の枝や葉を使ったリース工作などを行います。

日時 12月2日(日)午前10時～午後2時

場所 海風の森(浮島町公園)

対象 小学生と保護者25組 参加費 1人50円

☎10月15日から電話か、全員の住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入しファクスで区役所企画課☎201-3296、FAX201-3209。[先着順]

# いつまでもいきいきと元気に過ごすために

## ほほえみ元気体操を一緒に

ほほえみ元気体操推進員と一緒に、楽しく体操しませんか。介護予防・健康づくりに役立つ、座ってできる体操と立って行う体操を行います。体力に自信のない人も、普段の生活でなかなか身体を動かす機会のない人も、気軽に参加できます。

日程	11月6日(火)	11月20日(火)
時間	午前10時～11時	
場所	渡田こども文化センター	川崎休日急患診療所

区役所地域保健福祉課 ☎201-3216、FAX201-3291

## 公園ウォーキング

ウォーキング推進員と一緒に、気軽にウォーキングを始めませんか。「歩くのがゆっくり」「長い距離は歩けない」など体力に自信がない人におすすめです。約2.5kmのコースを歩きます。動きやすい服装と靴、帽子、飲み物を持参してください。

日程	10月24日(水)	11月13日(火)	11月15日(木)
時間	午前9時半～11時		
場所	小田公園	大師公園	富士見公園

区役所地域保健福祉課 ☎201-3216、FAX201-3291



緑がいっぱい。みんなで歩けばより楽しい

### ウォーキングガイドブック

いつまでも健康で過ごせるよう、ウォーキングガイドブック片手に散歩に出掛けましょう。市役所、区役所、支所、いこいの家などで配布しています。



## 「ほほえみ元気体操」「ウォーキング」推進員ボランティアを募集しています

介護予防の大切さや健康づくりに関する知識、普及方法などを学びます。修了後、各推進員として地域でボランティア活動ができます。

①ほほえみ元気体操推進員養成講座…11月9日(金)、19日(月)、11月26日(月)、12月7日(金)

②ウォーキング推進員養成講座…11月9日(金)、16日(金)、22日(木)、12月7日(金)

いずれも午前9時半～11時半(①の11月19日は午前9時～11時)、全4回。区役所7階会議室。全回参加できる各30人。

申込 10月17日から電話かファクス(住所、氏名、電話番号、年齢、希望講座を記入)で区役所地域保健福祉課 ☎201-3216、FAX201-3291。[先着順]。※11月9日と12月7日は①②合同開催です



## いきいき健康フェア

音楽に合わせて楽しく運動しながら、転倒防止のための筋力アップやバランス感覚について学びます。

日時 11月15日(木)午後1時半～3時半

場所 日進町老人福祉センター5階ホール

対象 市内在住で60歳以上の50人

申込 10月2日～16日午後3時までに、ハガキの宛先面に住所、氏名を記入し直接同センター ☎FAX233-5592。[抽選]

## お知らせ掲示板

申し込み方法は5面上をご参照ください

### 区役所地域振興課

☎201-3127、FAX201-3209

### ▼川崎宿麦わら細工を体験

「連連連・つなごうかわさき」の「東海道川崎宿2023」ブースで、麦わら細工の絵はがき作りを体験できます。10月20日(土)、21日(日)11時～15時。市役所本庁舎前駐車場。各日、当日先着30人。

### 区役所地域保健福祉課

☎各担当へ、FAX201-3291

### ▼～親子体操～若年運動講座

子どもと一緒に体を動かして、リフレッシュしませんか。11月8日(木)10時半～11時半。地域子育て支援センターふぁみいゆ田島。1歳～1歳半児と保護者15組。申込 10月22日から直接か電話で同センター ☎050-5551-5028。[先着順]

### ▼むし歯のない子に育てよう

虫歯予防の話、フッ化物の体験、

歯磨き実習などを行います。11月21日(水)10時～11時半。地域子育て支援センターふぁみいゆ殿町。乳幼児と保護者25組。申込 11月2日から直接か電話で同センター ☎050-5551-5646。

### ▼お口の健康から始まる介護予防

介護予防のための口腔ケアの実習や「健口体操」で、口の機能を向上させましょう。口の状態をいつまでも若く保つための講話や希望者には、かむ力の測定も。11月30日(金)13時半～15時。区役所5階。30人。申込 10月19日から電話かFAXで ☎201-3212。[先着順]

### 区役所こども支援室

☎201-3269、FAX201-3293

### ▼不登校を考える保護者の会

不登校に関する悩みを話してみませんか。臨床心理士の支援を受けながら、同じ立場の保護者同士が対処方法を考え合います。詳細はお問い合わせください。10月25日(木)、12月13日(木)、いずれも13時半～15時半。旭町こども文化センター。

### 川崎消防署救急係

☎223-0119、FAX223-2819

### ▼普通救命講習会

心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の取り扱い方法などの講義と実習を行います。11月21日(水)13時半～16時半。川崎消防署。40人。申込 11月6日8時半から直接か電話で。[先着順]

### プラザ田島

☎210-0835 川崎区追分16-1  
☎333-9120、FAX333-9770

### ▼雑学サロン

①葬儀のおはなし…葬儀に関する基本的な知識を、専門家から学びま

す。10月30日(火)14時～15時半(開場13時半)。

②漢方薬のおはなし…漢方薬の特徴や健康生活に役立つ使い方などを、専門家から学びます。11月15日(木)。14時～15時半(開場13時半)。いずれもプラザ田島。各日、当日先着80人。

### 川崎図書館

☎200-7011、FAX200-1420

### ▼おはなしキャラバン

ボランティアグループが、絵本の読み聞かせや紙芝居などを行います。10月21日(日)13時～14時。教育文化会館イベントホール。

## 保健福祉センター 11月の健診・検診案内

FAX201-3291

健診名	対象・内容など	費用	日程・当日受付時間	申込
HIV相談・検査	匿名で受けられます。感染の可能性のあるときから3カ月経過した15人 ※27日は臨時検査のため2回開催(各回15人)。27日のみ区役所4階	無料	①16日(火) 8時40分～10時10分 ②20日(火) 8時40分～10時10分 ③27日(火) 13時～14時半	申し込みは電話で ①10月23日②11月6日 ③11月13日から ☎地域保健福祉課 ☎201-3216。[先着順]
39歳までの健診・保健指導(キッズスペースあり)	生活習慣病予防に関連した検査と保健指導。運動実技あり。他に健診の機会がなく両日参加できる18～39歳の25人	1,220円	14日(水) 9時～9時15分 30日(金) 9時～9時15分	申し込みは電話で 10月16日から ☎地域保健福祉課 ☎201-3216。[先着順]
1歳児歯科健診	前歯が上下4本ずつ計8本以上生えた1歳2カ月までの乳幼児40人	無料	16日(金) 8時45分～10時	申し込みは電話で 随時 ☎地域保健福祉課 ☎201-3212
禁煙相談	禁煙の仕方をアドバイス。禁煙開始後3カ月まで、面接と電話で支援します。①②各2人	無料	21日(水) ①9時半～10時15分 ②10時20分～11時05分	申し込みは電話で 随時 ☎地域保健福祉課 ☎201-3216
生活習慣病予防相談	保健師、管理栄養士がメタボリック症候群予防のための相談を受けます。10人	無料	29日(木) 15時～15時半	申し込みは電話で 10月16日から ☎地域保健福祉課 ☎201-3216。[先着順]

会場の記載がない場合は区役所5階。3カ月児・1歳6カ月児・3歳児健診は対象世帯に郵送でお知らせします。☎区役所保健福祉サービス課 ☎201-3206、FAX201-3293

## 音楽のまち・かわさき情報

### ランチタイムコンサート 第206回

10月17日(水)午後0時10分～0時40分。市役所第3庁舎1階ロビー。出演: <ムージカ・アンジェリーカ>石田尚子・大津香名美・田中千晶(ソプラノ)、有馬裕子(ピアノ)。曲目: モーツァルト作曲オペラ魔笛より「童子の三重唱」、山田耕筰作曲「からたちの花」他  
☎市民文化パートナーシップかわさき ☎813-1550。  
ミュージア川崎シンフォニーホール ☎520-0200、FAX520-0103