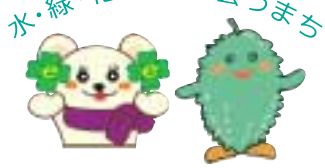


水・緑・花・人の出会うまち

かわさき市政だより

●発行: 中原区役所 〒211-8570 中原区小杉町3-245
●編集: 中原区役所企画課 (☎744-3149 (FAX) 744-3340)



なかはら区版



中原区シンボルマーク



区の花「ヒンジョー」

2013(平成25)年
9月1日発行

9月号

「なかはらエコ推進大使ロージーちゃん」(左)

中原区統計データ(平成25年8月1日現在)

人口: 23万9,130人

世帯数: 11万9,955世帯

【総合案内】 ☎744-3113
お間違えないように

始まります

なかはらメディアネットワーク

なかはらメディアネットワーク



9月5日から WEB



区の情報サイトを開設。区のニュース、地域情報、イベントガイド、スポーツニュースなどを発信します。

URL <http://nakaharanews.net/>

区内の情報をさまざまなメディアから発信していきます。

☎区役所企画課 ☎744-3149、(FAX) 744-3340

メディア連携による取り組み

9月から、区と地域メディアが連携して、区内のさまざまな情報を届けます。共通のロゴ(右上)を使って、地域情報番組の放送や区に関連した記事の掲載を行っていきます。

「なかはらメディアネットワーク」情報コーナー

区役所、区役所別館、中原市民館、中原図書館に「なかはらメディアネットワーク」情報コーナーを設置。各メディアの放送・掲載予定や発行する冊子などを置き、紹介します。放送・掲載予定は区ホームページでもご覧になれます。

10月4日から ラジオ



地域情報番組

「Enjoy なかはら」

武蔵小杉タワープレイス1階スタジオからの生放送。かわさきFMの放送はパソコンなどでも聴けます。毎週金曜...11時~11時半(再放送21時~21時半)

9月13日から 地域情報紙



区内の身近なニュースや生活情報を中心に発信します。【毎週金曜発行】(新聞折り込み)



9月15日から テレビ



ケーブルテレビ イッツコム ITSCOM Ch (地デジ 11ch) (デジアナ 9ch)

地域情報番組 「なかはらスマイル」

日曜...11時25分~11時半
月・火曜...21時55分~22時
土曜...10時10分~10時15分
内容は月2回(第1・3日曜)更新します。

秋号(10月)から 季刊誌



区内のイベントなど地域に密着した情報を中心に発信します。【年4回発行】

秋号(10月)から 季刊誌

「ママとKidsの街歩き」

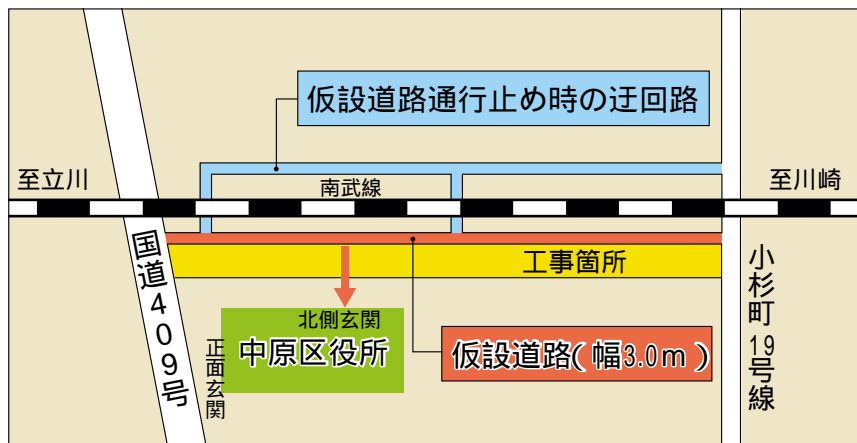
家族で出掛けて楽しい場所を中心に紹介します。【年3~4回発行】



発行 スーモ SUUMO 住宅展示場 SUUMO HOUSING PLAZA MUSASHIYOSUGI 武蔵小杉

区役所周辺道路工事のお知らせ

区役所周辺道路の拡幅工事のため周辺道路の一部が通行止めになります。工事の進捗により迂回路に変更が生じる場合があります。その際は、事前にホームページなどでお知らせします。工事完了予定は27年3月です。



☎まちづくり局小杉駅周辺総合整備推進室 ☎200-2741、(FAX) 200-3967。
区役所総務課 ☎744-3124、(FAX) 744-3340

ひとみ座の人形劇と川崎フロンターレ選手のおはなし会

図書館で開催しているおはなし会にフロンタ、ワルンタの人形劇が登場します。この他、川崎フロンターレ選手の読み聞かせも。
日時 10月13日(日)15時~16時
場所 中原図書館6階多目的室
対象 3歳~小学3年生と保護者100人
☎10月5日10時から申込書に記入し、直接中原図書館 ☎722-4932、(FAX) 733-7524。[先着順]。申込書は同図書館で配布中



中原区地域福祉計画普及啓発映画上映会 「毎日がアルツハイマー」

認知症になった母を撮り続けた記録です。これからの人生を家族や友人とどう関わっていくか考えませんか。
日時 9月25日(水)9時15分~11時20分(開場9時)
場所 中原市民館多目的ホール
定員 当日先着250人
☎区役所地域保健福祉課 ☎744-3252、(FAX) 744-3342

インユニオープンカフェ

区内で活動するアマチュアミュージシャンが演奏するオープンカフェが街角に登場。
日時 10月14日(祝)11時半~15時(雨天中止)
場所 川崎信用金庫新城支店駐車場(新城1-2-2)
☎区役所地域振興課 ☎744-3324、(FAX) 744-3346



地域福祉講座実施団体を募集

地域福祉の活性化やボランティアを養成する事業を実施する団体を募集します。地域の交流を目的としたイベントなどを実施しませんか。
応募資格 区内で福祉活動をしているか開始する団体
募集事業数 5事業 事業費 1事業あたり上限8万円
☎10月1日までに所定の計画書を直接、区役所地域保健福祉課 ☎744-3252、(FAX) 744-3342。[選考]。計画書は同課で配布中

Index 区版2面をご覧ください

- 「連載」防災マメ知識 ⑥
- 「地震に強い部屋づくり」
- お知らせ掲示板
- 総合型地域スポーツクラブ中原
- 元気クラブ活動日程
- 保健福祉センターの案内

区のお知らせ掲示板
申し込み方法は5面参照

イベント

◎第125回 区役所コンサート

9月27日(金)12時10分～13時(開場11時半) 区役所5階会議室で。出演・廣岡克隆(バイオリン/東京交響楽団アシスタント・コンサートマスター)他。保育あり(要予約)。区役所地域振興課 ☎744-3324、☎744-3346

◎マイペースな子の子育て講演会

9月30日(月)10時～11時半(開場9時50分) 区役所別館講堂で。2～5歳くらいの子どもの保護者、当日先着40人。保育あり(保育のみ9月17日から電話で予約)。区役所児童家庭課 ☎744-3308、☎744-3343

◎中原老人福祉センター(中原いきいきセンター)の文化祭

10月10日(木)、11日(金)10時～15時。中原老人福祉センターで。教室・クラブの活動紹介、展示・販売など。お風呂はお休み。同センター ☎777-6000、☎777-2833。

◎普通救命講習

10月10日(木)13時半～16時半。中原消防署講堂で。30人。区9月24日から直接か電話で中原消防署 ☎411-0119、☎411-0238。[先着順]

◎市民健康の森

①9月22日(日)...池の手入れ②10月12日(土)...矢上川クリーンアップ作戦。いずれも9時に市民健康の森入り口広場に集合。軍手、長靴持参。雨天中止。区中原区市民健康の森を育てる会 ☎788-6579。区役所地域振興課 ☎744-3324、☎744-3346。

◎歩こう会

10月13日(日)武蔵新城駅改札に7時集合。10時ごろ解散。武蔵新城駅～影向寺～梶ヶ谷駅。約5km。当日直接。雨天中止。区役所地域振興課 ☎744-3138、☎744-3346。当日の問い合わせは6時半から区役所守衛室 ☎744-3192。

◎シフォンケーキ作り教室

10月16日(水)14時～16時。すなごけい(上新城1-2-1)で。12人。1,000円。区と商店街連合会が協働で開催する体験教室。区9月30日(必着)までに往復ハガキで〒211-8570区役所地域振興課 ☎744-3160、☎744-3346。[抽選]

◎自分を高める研修会

褒めて伸ばす指導法や体幹トレーニングエクササイズを学びます。①ペップトーク(やる気にさせる言葉)を学ぶ...10月19日(土)②体幹トレーニング実践...10月26日(土)。いずれも18時～20時半。各10人。とどろきアリーナで。区9月15日から電話かFAXで、とどろきアリーナ ☎798-5000、☎798-5005。[先着順]

◎アロマテラピー講座

10月3日、17日、31日の木曜、10時～12時、全3回。市民プラザで。20人。4,500円。効能効果など実習を交えて学びます。区9月15日から直接市民プラザ ☎888-3131、☎888-3138。[先着順]

◎わがまちふれあいコンサート
in 梶が谷

10月6日(日)14時～16時(開場13時半)。市民プラザで。489人。1,000円。市民合唱団によるコーラスなど。区9月15日から電話かFAXで市民プラザ ☎888-3131、☎888-3138。[先着順]

総合型地域スポーツクラブ中原元気クラブ活動日程

種目	日程	時間	場所など
① キッズボール教室(ボール運動など)	9月30日～11月11日の月曜(祝日を除く)	15時半～17時(11月は16時半まで)	大戸小学校校庭・体育館(いずれも対象は小学生)
② キッズアートフットボール教室	10月5日、11月2日の土曜	10時～11時半	
③ ラート体操教室	9月21日、10月26日の土曜		
④ 川崎観光サイクリング	9月22日、10月20日の日曜 自転車貸し出しあり。要予約	9時～12時	
⑤ ピラティス		11時～12時	
⑥ 健康体操	9月18日～11月13日の水曜	12時半～13時半	サイクルショップ中原(上小田中6-16-8)
⑦ ヨガ		19時～20時	
⑧ 骨盤調整ヨガ	9月20日～11月8日の金曜	11時～12時	
⑨ はじめてヨガ	⑧は要予約	12時半～13時半	
⑩ キッズラン	9月18日～11月13日の水曜	15時半～16時半	
⑪ Sundayダンス	9月15日、29日、10月6日、20日、11月10日の日曜	12時～12時50分	下小田中小学校校庭・体育館
⑫ キッズダンス		13時～13時50分	

初回無料体験(1種目のみ)実施。会員は中学生以下500円/月、高校生以上1,000円/月でどの種目でも参加できます。詳細はお問い合わせください。区中原元気クラブ事務局 ☎299-6466。(祝日、年末年始を除く、月・水・金11時～15時、水曜は19時まで) ホームページ(☎http://nakahara-genki.jimdo.com/)、区役所地域振興課 ☎744-3323、☎744-3346。[先着順]

区民会議発 防災マメ知識 6 地震に強い部屋づくり

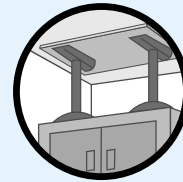
突然の地震に備えて、日ごろから家具類の転倒防止対策や家の中に安全な空間を確保するといった心掛けが必要です。

家具類の転倒防止

家具などが転倒しないよう壁にL型金物や突っ張り棒で固定する(イラスト)家具などの下に耐震マットをはさみ込む

安全な空間の確保

出入り口や通路、高い家具の上に物を置かない
懐中電灯など防災用具の置き場所を確認しておく
窓などのガラスには、飛散防止フィルムを貼る



区役所危機管理担当 ☎744-3141、☎744-3346

中原市民館からのお知らせ
区 ☎433-7773、☎430-0132
〒211-0004新丸子東3-1100-12

◎市民自主学級「ノーマライゼーションの世界を作ろう」

障害のある人も障害のない人も同じように暮らすための考え方を学びます。10月12日(土)12月1日(日)26年1月26日(日)2月19日(水)3月9日(日)13時半～16時、全5回。中原市民館で。20人。区9月21日10時から電話、FAX、区ホームページで。[先着順]

◎のびのび子育て、育ち合い学級

10月10日～11月28日の木曜(11月14日を除く)10時～12時、全7回。中原市民館で。2、3歳児の保護者20人。保育あり(15人、保険料1,000円、要予約)。区9月25日(消印有効)までに往復ハガキ、FAX、区ホームページで。[抽選]

◎なかはら平和セミナー「3.11から考えよう日本の戦後史～平和と人権の視点から～」

11月6日～26年3月26日の水曜、18時半～20時半、全10回。中原市民館で。40人。日程など詳細はお問い合わせください。区10月9日10時から電話、FAX、区ホームページで。[先着順]

◎40代からの人生の楽しみ方講座～他人に優しく、自分に甘く～

10月5日、12日、19日、11月2日、

16日の土曜、14時～16時(11月2日のみ10時～12時)全5回。中原市民館で。25人。詳細はお問い合わせください。区9月21日10時から電話、FAX、区ホームページで。[先着順]

区役所地域保健福祉課からのお知らせ

区 ☎744-3261、☎744-3342

◎パーキンソン病の基礎知識と最新治療の話

10月17日(木)10時～11時半。区役所会議室で。80人。区9月17日から直接か電話で。[先着順]

◎めざせ健康長寿～いつまでも自宅で健康に過ごすために

10月7日、21日、11月18日の月曜、13時半～15時、全3回。新城中央会館(上新城2-212-2)で。40歳以上の50人。区9月17日から直接か電話で包括支援センターこだなか ☎798-2332、☎754-7613。[先着順]

◎ヘルシーライフ講座

運動を始めるきっかけ作りや栄養について学びます。①運動編...10月10日(木)11月14日(木)10時～11時半。15人②栄養編...12月12日(木)9時半～11時半。10人。500円。いずれも18～49歳。区役所別館で。保育あり(1歳以上、10人、要予約)。区9月17日から直接か電話で。[先着順]

保健福祉センターの案内

区役所地域保健福祉課 ☎744-3261、☎744-3342

名称	日程	対象・費用他	申し込み
歯周病予防相談	10月3日(木)受け付け 9時30分～11時半	20歳以上の区民。歯や歯肉の状態を知り、自分に合った歯磨きの方法を実習します。12人	9月17日8時半から直接か電話。[先着順]
生活習慣病予防・禁煙相談	10月7日(月)受け付け 10時45分～11時	区民。生活習慣病予防のために、各専門職員が相談に応じます。禁煙に向けてたばこ検査も受けられます。5人	
39歳までの健診・保健指導	10月コース 検査日10月1日(火) 結果説明日15日(火) 11月コース 検査日11月5日(火) 結果説明日19日(火) 受け付け 9時～9時15分	18～39歳の区民(26年3月未までに40歳になる人、妊娠中や出産1年以内の人、通院加療中の人を除く)。各コース20人。身体計測・血液検査(脂質、糖、肝機能)など。1,220円 検査当日は朝食を抜いてください	9月18日8時半から直接か電話。[先着順]

会場は保健福祉センター(区役所別館)。健診を受診できるのは年度に1回です。