

水・緑・花・人の出会うまち

# なかはら 5月号



Q 次のうち生ごみの減量につながるものは？

- A めらして捨てる
- B 乾燥する前に捨てる
- C 水分を絞って捨てる



※答えは区版1面か2面の記事の中にあります。

## それってホントに ごみですか？

家庭から出る生ごみやプラスチック製容器包装は、ちょっとした工夫で量を減らせます。ごみを減らすために自分のできる行動について考えてみましょう。

☎区役所企画課

☎744-3163 FAX744-3340

### 3Rを心がけよう

ごみを減らすために身近でできる行動を表したキーワードです。

#### Reduce

(リデュース)  
ごみを出さない



#### Reuse

(リユース)  
繰り返し使う



#### Recycle

(リサイクル)  
分別して再生利用



### 3きり運動を実践してみよう

市内の燃やせるごみの約3割が生ごみです。1人1日ご飯茶碗1杯分(約134g)が食品ロス(手つかずの食材や食べ残しなど)として捨てられています。

#### 買ったものは「使いきり」



- ・冷蔵庫の中身をチェックし、不要な買い物を減らす
- ・食材などを切るとき、捨てる部分を少なくする
- ・冷蔵庫の中身を整理整頓する

#### 料理を残さず「食べきり」



- ・食べる分量を把握し、作りすぎない
- ・残り物は冷蔵、冷凍保存を活用する
- ・アレンジして新メニューに
- ・外食時は食べられる分だけ注文する

#### 生ごみの水分を「水きり」



- ・食材をできるだけぬらさない
- ・乾燥させてから捨てる
- ・三角コーナーや水切りネットを活用する

### 環境イベントに参加しよう!

等々力エコ暮らしフェアを開催します。かわさきエコキャラクイズラリー、触れてみよう!矢上川の生きもの、廃ガス管を活用した万華鏡づくり、防災エコグッズづくりなど楽しみながら環境について学べるブースがたくさん! ※荒天中止

日時 5月20日(日)11時~14時半

※各ブースの整理券配布は10時半から

場所 等々力緑地

☎区役所企画課☎744-3163 FAX744-3340



川崎市 分別  
ごみアプリ



Android



iOS

ごみの分別や収集日についてアプリで検索ができます。

### ゴーヤーの種配布

~緑のカーテンづくりに挑戦してみませんか~

配布 5月16日(水)から

※なくなり次第、配布終了

場所 区役所1階総合案内所

☎区役所企画課☎744-3163

FAX744-3340



ゴーヤーのカーテンとなかはらエコ推進大使ロージーちゃん

### 親子花植え体験

区役所敷地内の花壇で花植えを体験し、自然に触れることで環境について考えてみませんか。 ※雨天中止

日時 5月26日(土)10時~11時

場所 区役所正面玄関脇花壇

定員 30人(15組)

☎申5月15日から直接か電話で

区役所地域振興課☎744-3324 FAX744-3346 [先着順]



### 区民会議成果祭

~災害に強い、ユニバーサルなまちに!~

ロープ結び体験、非常食体験、簡易トイレ体験、車いす体験など、防災について学べます。防災クイズラリーでは景品も。

※荒天中止

日時 5月26日(土)11時~14時

場所 こすぎコアパーク  
(東急武蔵小杉駅南口前)

☎区役所企画課

☎744-3149 FAX744-3340



### 「お金」「ATM」「キャッシュカード」「暗証番号」と言われたら詐欺です!

30年1月~3月の区内特殊詐欺(オレオレ詐欺、還付金詐欺、架空請求詐欺、融資保証金詐欺)発生状況  
発生件数18件、被害額約2,300万円 ※暫定値

#### キャッシュカード交付型詐欺被害が続発!

警察、銀行協会などをかたて、犯罪に巻き込まれているなどの理由で暗証番号を聞き出し、キャッシュカードをだまし取る手口が多く発生しています。(30年1月~3月に区内で14件発生 ※暫定値)

☎中原警察署☎722-0110、区役所危機管理担当☎744-3162 FAX744-3346



こんな手口があります!

▶キャッシュカードを直接渡すように仕向ける

▶キャッシュカードを封筒に入れさせ、目を離した際に別のカードにすり替える



## まぢづくりサロン

～楽しく体を動かしませんか～

中原太極拳研究会、身体調整体操TOAクラブの協力の下、太極拳の基本動作や、いすに座っての調整体操を行います。

日時 6月13日(水)13時半～15時半

場所 区役所5階

申込 5月15日から直接、電話、FAXで区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346 [先着順]



太極拳



身体調整体操

## 洪水ハザードマップ改定説明会

水防法の改正や、新たな洪水浸水想定区域の指定・公表により、洪水ハザードマップの改定を行ったため説明会を開催します。

日時 第1回 6月13日(水)19時～20時半(開場18時半)

第2回 6月22日(金)14時～15時半(開場13時半)

場所 区役所5階 定員 当日先着70人

申込 建設緑政局河川課 ☎200-2904 FAX200-7703

## 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

#### 歩こう会

◎6月10日(日)8時～11時。雨天時は17日(日)反町駅集合～臨港パーク～日本大通り駅解散(約5km) 区役所地域振興課 ☎744-3323 FAX 744-3346。当日の問い合わせは6時半から区役所守衛室 ☎744-3192。

#### 市民健康の森(布草履作り)

◎5月27日(日)9時 井田病院2階会議室 ☎10人 ¥200円。古着のTシャツ2枚、布切りばさみ持参 申込 5月15日から電話かFAXで市民健康の森を育てる会 ☎FAX766-0855 区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346。[先着順]

#### スポーツデーレッスンプログラム

太極拳やヨガをベースとしたボディバランス講座が始まります。日程など詳細はとどろきアリーナHPをご覧ください。お問い合わせください。 区役所 ☎798-5000 FAX798-5005。

#### 支援が必要な子どものための就学児童保護者ミーティング

子どもの発達に不安や悩みを抱える小学生の保護者が対象です。◎5月15日、6月12日、7月10日、9月18日、11月13日、12月11日、31年2月12日の火曜、10時～11時半、全7回 区役所5階 区教育活動総合

サポートセンター ☎877-0553。区役所地域支援担当 ☎744-3293 FAX744-3196。

#### フラダンス教室

◎17月2日～9月10日の月曜(7月16日を除く)、16時～17時15分、全10回 27月4日～9月26日の水曜(8月15日を除く)、15時半～16時45分、全12回 市民プラザ ☎18歳以上の女性、各クラス15人 ¥110,800円 213,000円 申込 5月25日から直接か電話で ☎213-0014 高津区新作1-19-1 市民プラザ ☎888-3131 FAX888-3138。[先着順]

#### 中原市民館からのお知らせ

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

#### 保育ボランティア養成講座

市民館利用者の子どもの保育をしてみませんか。◎6月8日～7月13日の金曜(6月22日を除く)、10時～12時、全5回 同館 ☎20人 申込 6月1日までに直接、電話、FAX、区HPで。[抽選]

#### 春の子ども文化講座

1子ども生け花教室 2みんなで楽しくキッズダンス ◎16月2日～9月1日の第1土曜、14時～15時、全4回 26月9日、23日、7月28日、8月25日、9月29日の土曜、13時半～15時、全5回、12ともに発表会は10月27日(土) ※時間未定 同館 ☎1小学3年～中学生、20人 25～10歳、20人 ¥14,500円 21,000円 申込 5月15日から直接、ハガキ、FAXで。[先着順]

## 区役所コンサート

日時 5月16日(水)12時10分～12時50分(開場11時半)

場所 区役所5階

定員 当日先着300人

出演 川崎市消防音楽隊 ※子ども一時預かりあり(要予約)

申込 区役所地域振興課

☎744-3324 FAX744-3346。



## コスギンピック

スポーツを通して地域の交流を深めましょう。パラスポーツなどの体験コーナーや車いすダンスなどのステージが楽しめます。※荒天中止

日程 6月3日(日)9時～17時

場所 こすぎコアパーク (東急武蔵小杉駅南口前)

申込 小杉駅周辺エリアマネジメント

☎433-9180。区役所地域振興課

☎744-3282 FAX744-3346



チーム対抗の競技も観戦できます

検索

### 中原元気クラブ活動日程

検索

種目	日程	時間	場所
1 OTOアートフットボール	5月28日(月)	15時半～16時半	大戸小学校校庭
2 OTOサッカー		16時～17時	
3 Saturdayダンス	5月26日(土)	9時～9時50分	大戸小学校体育館
4 親子フラ&タヒチアン		10時～10時50分	
5 バドミントンtime		10時40分～11時40分	

※初回無料体験(1種目のみ)実施。会費は中学生以下3,000円/半年(4月～9月、10月～3月、途中入会は月割り)。詳細はクラブHPをご覧ください。お問い合わせください。

申込 中原元気クラブ事務局 ☎090-9852-6905(受付:各教室実施時) 区役所地域振興課 ☎744-3323 FAX744-3346



地域メディアと連携して区内のあらゆる情報を発信し、地域交流の促進や中原区のイメージアップを目指しています。

なかはらメディアネットワーク

#### なかはらスマイル

イツコムチャンネル(地デジ11ch)にて放送中  
水曜21:30～21:39 / 土曜16:00～16:09 / 日曜10:30～10:39  
放送予定: 中原市民館サークル祭、大相撲川崎場所、とどろき水辺の楽校 開会式 他

#### Enjoy★なかはら

かわさきFM(79.1MHz) 第1・3金曜 11:00～11:30  
ゲストを招き、区内の魅力やイベントを紹介します。スマートフォンからも聞けます。

区役所企画課 ☎744-3149 FAX744-3340

## みんなの地域包括ケア

### 参加者もボランティアも笑い声でいっぱい

井田山カフェは、坂の多い井田地区に「山の上にも通いやすいカフェを開きたい」という熱い思いから始まりました。養成講座を経てアマチュアバリスタになった十数人のボランティアがおいしい本格コーヒーを入れてくれます。美しい景色を眺めながら、楽しく和気あいあいとした雰囲気でおしゃべりが楽しめます。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

日時 毎月第2・4金曜 10時～11時半 場所 グラウンド日吉(井田2-15-6) 費用 100円



区役所地域支援担当 ☎744-3262 FAX744-3196