

水・緑・花・人の出会うまち

なかはら10月号



Q 「ムイビエン」とは
スペイン語でどういう意味でしょう？

- A とても良い・元気
- B とても悲しい
- C 眠い

※答えは区版1面か2面の中にあります。

第40回 なかはら

10/21日 10時～15時
等々力緑地

“ゆめ”区民祭

今年で第40回を迎える区民祭。「心のふれあう ふるさと中原」を
テーマとした楽しい企画が盛りだくさん!

区民祭実行委員会(区役所総務課内) ☎744-3124 FAX744-3340

体験ひろばで
待ってるよ!



第40回記念! クイズラリー

クイズに正解して景品をゲットしよう!
(景品の数に限りあり)



主なイベントやブース

- A ステージ…ダンスや合唱
 - B お祭りひろば…踊りや体操、ドリル演奏
 - C 模擬店ひろば…飲食ブース、展示・物販
 - D とどろきアリーナ…ゲーム・工作のブース、体力測定、行政相談などの相談・啓発コーナー
 - E 体験ひろば・コンサート…自衛隊・消防団の車両展示や学生によるコンサート
 - F ちびっこサッカーひろば…川崎フロンターレサッカー教室
 - G 市民ミュージアム…企画展等を開催(当日のみ無料)
- ※一部時間・人数・年齢制限あり

区役所コンサート

ピアノ・ドラム・ベースから構成される3人グループ「laid back bicycle(レイドバックバイシクル)」によるコンサート。



※当日は市民ミュージアムの開館記念企画も行っています(企画展料金 無料)

◎11月3日(祝)13時半開演 市民ミュージアム 逍遥展示空間

区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346

なかはらフォトコンテスト 作品募集

「あなたに知らせたい中原の魅力」をテーマとした作品を12月28日(金)まで募集します。



前回の最優秀賞作品

※応募方法など詳細は区役所・市民館などで配布中のチラシか区HPで

区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346



なかはらメディアネットワーク

区内の情報を発信し、地域交流促進や区のイメージアップを目指しているNMMNが仕事体験を実施します。あこがれの職業を体験してみませんか。

なかはらメディアネットワーク仕事体験 [検索](#)

ITSCOM ch テレビ

①あなたも
ニュースキャスター!
なかはらゆめ区民祭(上段記事参照)でキャスター体験ブースを設けます。一部体験の様子をなかはらスマイル(11月4日～17日)で放送します! ◎10月21日(日)10時～15時

なかはらスマイル(地デジ11ch)
水曜21:30～21:39 / 土曜16:00～16:09 / 日曜12:50～12:59

タウンニュース 地域新聞

②キッズ記者、いざ取材へ!
プロの記者に教わりながら、取材と記事作りを体験してみませんか。 ◎11月中の2日間(日程は当選者と取材先決定後に確定) ④タウンニュース川崎支社(下新城3-14-7)他 ⑤区内在住・在学の小学4～6年生3人 ⑥10月20日までに区HPで(取材したい場所・内容などを記入)(抽選)

タウンニュース
毎週金曜に新聞折り込み。Web版はスマホでも。

かわさきFM ラジオ

③中原区の魅力をラジオで発表しよう!
ラジオ生放送を通して自分の言葉で区の魅力を伝えませんか。 ◎31年1月4日(金)9時半～11時45分 ④かわさきFMスタジオ(小杉町1-403 武蔵小杉タワープレイス1階) ⑤区内在住・在学の小学4～6年生、各学年2人の計6人 ⑥11月14日までに区HPで(抽選)

Enjoy★なかはら(79.1MHz)
第1・3金曜11:00～11:30
※スマホからも聴けます

区役所企画課 ☎744-3149 FAX744-3340

みんなの地域包括ケア

筋力若返り! 元気はつらつムイビエン体操

地域の高齢者をさらに元気にすることを目的に始まった「ムイビエン体操」。ムイビエンとは、スペイン語で「とても良い」「とても元気」という意味です。区出身・在住のプロレスラー

大原はじめ選手の指導で、ペットボトルを使った体操や、いすに座りながらできる体操を、無理なく楽しく行っています。あなたもムイビエン体操で、もっと元気になりませんか。

開催日時 原則毎月第1・3火曜 10時~11時(開催日要確認)

場所 ごうじいこいの家(上小田中7-6-18)

問ごうじいこいの家 ☎FAX733-3608



関連情報

初心者・女性も大歓迎
大原はじめ流の筋肉づくりが学べます

プロレスラーとしてのノウハウを交え、ダイエットにも効果的な筋肉づくりのこつを教えます。

◎10月27日(出)15時~17時

☒リエトプラザII(中丸子112-3 リエトコート武蔵小杉内)

☒30人

☒問10月15日から電話かHPで区役所地域振興課 ☎744-3282 FAX744-3346 [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

募集・案内

中原区交通安全フェア

交通事故の再現、交通安全クイズ、バスの死角体験、白バイ乗車体験など。◎10月27日(出)15時~16時(開場14時45分)。雨天中止 ☒大戸小学校 ☒区役所危機管理担当 ☎744-3162 FAX744-3346



商店街人気店の教室

①未来に残す家族アルバム整理セミナー…「写真道場」店主から家族アルバムの整理術とこれからの写真の撮り方を学びます。◎11月21日(水)18時~20時 ☒写真道場(新丸子東1-825-101) ☒20人 ¥300円。

②変形性ひざ関節症の自分でできる体操法教室…「むさし新城整骨院」院長からひざの痛みの原因や自分でできる3分体操について学びます。

◎11月26日(月)、30日(金)、13時~14時半 ☒むさし新城整骨院(新城2-5-13石川ビル1階) ☒各回6人 ¥500円。☒問①②とも10月26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]

青少年吹奏楽コンサート

区内中学・高等学校の吹奏楽部とゲスト奏者「ファンクション」によるコンサート。生徒有志による合同演奏もあり。◎11月3日(祝)11時半~16時半 ☒エポックなかはら(総合福祉センター) ☒区役所地域振興課 ☎744-3160 FAX744-3346

市民健康の森

◎10月28日(日)9時から矢上川クリーンアップ。11月11日(日)9時からバザー、池の手入れ。※いずれも長靴持参、雨天中止 ☒市民健康の森入り口広場集合 ☒中原区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

自転車安全利用講習会

◎11月4日(日)10時~12時 ☒区役所5階 ☒50人。※子どもの一時預かりあり(要予約) ☒問10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]

花植えボランティア講座

家庭でも実践できる植え方講座です。◎11月13日(火)10時~12時 ☒区役所5階 ☒15人。汚れてもいい服装で ☒問10月16日から電話かFAXで区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346 [先着順]

寄せ植え講座

◎10月31日(水)13時半~15時 ☒区役所5階 ☒20人。ゴム手袋持参 ¥2,000円 ☒問10月16日から電話かFAXで区役所地域振興課 ☎744-3324 FAX744-3346 [先着順]

歩こう会

◎11月11日(日)8時~11時。雨天中止 ☒田園調布駅集合~区役所解散(約5km) ☒問区役所地域振興課 ☎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

中原区内認可保育園年長児作品展

◎11月8日(木)15時~17時、9日(金)~13日(火)9時半~17時、14日(水)9時半~12時。※12日(月)は休館日 ☒市民ミュージアム3階ミュージアムギャラリー



りー ☒問区役所保育所等・地域連携 ☎744-3285 FAX744-3196

中原区民総ぐるみスポーツ大会

アメフトゲーム、障害者スポーツ体験など、小学生以下を対象としたスポーツラリーを行います。◎10月28日(日)9時~14時半。雨天中止 ☒等々力緑地 催し物広場 ☒問区役所地域振興課 ☎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

介護予防なかはらパンジー体操
パンジー隊養成講座

◎11月1日(木)10時~11時45分 ☒福祉パルなかはら ☒30人 ☒問10月15日から直接か電話で区役所地域支援担当 ☎744-3308 FAX744-3196 [先着順]

ぜん息児健康回復教室

◎11月13日(火)14時~16時 ☒区役所別館1階 ☒50人 ☒問10月15日から直接、電話、FAXで区役所地域支援担当 ☎744-3308 FAX744-3196 [先着順]

孫育て講座

今どきの子育て事情を知り、子育て世帯のサポートをしたいと思っている人向けの講座です。◎11月29日(木)14時~16時 ☒区役所5階 ☒60人 ☒問10月16日から直接、電話、FAXで区役所地域支援担当 ☎744-3261 FAX744-3196 [先着順]

いだ地域交流会

ダンスや障害者スポーツの体験、

軽食の販売、車いす体験などを通じた交流会です。◎10月20日(出)10時~14時 ☒中部リハビリテーションセンター ☒問井田障害者センター ☎750-0686 FAX750-0671

16ミリ映写機を使って
地域の映画会を開こう

◎11月23日(祝)10時~13時、12月1日、15日、31年1月12日の土曜10時~12時、2月10日(日)13時~16時。全5回 ☒市民館 ☒20人 ☒問10月18日から直接、電話、FAX、市HPで区役所生涯学習支援課 ☎433-7773 FAX430-0132 [先着順]

遊びをつくるワークショップ

演劇づくりで用いられるワークショップをもとに、市民プラザの屋内広場の遊びを考え、みんなで遊びます。◎12月8日(出)10時~16時 ☒市民プラザ ☒小学生20人 ¥1,500円 ☒問11月2日までに直接か電話で市民プラザ ☎888-3131 FAX888-3138 [抽選]

年末たすけあい運動
「見舞金」申請受付開始のお知らせ

年末たすけあい運動の寄付金を障害者・高齢者世帯などへ配布します。詳細はお問い合わせください。☒問10月31日(消印有効)までに区役所などで配布中の申請書と証明書の写しを直接か郵送で〒211-0067今井上町1-34中原区社会福祉協議会 ☎722-5500 FAX711-1260 [選考]

平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程

教室名	日程	時間	場所	参加費
健康体操	11月3日(祝)	10時~11時半	平間小学校 体育館	500円
ヨガ教室	10月13日、11月10日、12月8日の土曜	10時~11時15分	藤行ビル3階 スタジオ (田尻町36、平間駅下車徒歩2分)	各600円
気功教室	11月24日(出)	10時~11時半		

※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。
※卓球広場は、平間小学校校舎改修工事のため年内お休みとなります。
☒問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