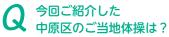
水・緑・花・人の出会うまち

タなかはら





【総合案内】お間違えのないように ជ744-3113



なかはらパンジー体操

ロジーちゃん体操 В

なかはら体操

※答えは区版1面か2面の中にあります



*

「新しい生活様式」で迎える新年。音楽に触れ、体を動かし、楽しくスタートしてみませんか。

動画で楽しむ インユニ

In Unity2021

アマチュアミュージシャン・ダンスチームが出演 する、ボランティアスタッフ手作りの音楽祭です。 コロナ禍で活動が制限されているアマチュア アーティストに発表の場を提供したいというボラ ンティアスタッフの熱意により、動画配信で開催

動画は2月中旬以降に公開予定ですので、お 楽しみに!!

圆区役所地域振興課☎744-3324™744-3346



昨年度の様子

最新情報は HPをチェック!

> PR動画 公開中



In Unity HP



撮影は等々力陸上競技場

事前 申込制

区役所コンサートin中原市民館

新型コロナウイルス感染症対策のため、定員を絞って開催します。 事前の申し込みが必要ですのでご注意ください。

日時 2月18日(水)12時10分~12時50分(開場11時半)

場所 中原市民館 定員 100人

申問1月15日から電話か区HPで区役所地域振興課

☎744-3324째744-3346 [先着順]



ミミケロはっぴぃダンス!

親子で一緒に体を動かして楽しめる体操です。 CD·DVDの貸し出しも行っています。



中原区子育てイメージキャ 「ミミ」と「ケロ」







祝10周年!

なかはらパンジー体操

ご自身の状況に合わせて無理なくストレッチや筋トレが できる中原区のご当地体操です。

間区役所地域支援課☎744-3261風744-3196

区HP

2面にも カラダを動かす講座などを お知らせしています



●発行:中原区役所 〒211-8570 中原区小杉町3-245 **13万4,636**世帯

●編集:中原区役所企画課(☎744-3149風744-3340)

2021(令和3)年 1月1日発行



地元商店から学ぼう!

新しい出会いが あるかも?

各商店の店主がさまざまな教室を実施します。

・ 問 1月25日(必着) までに往復ハガキ、FAX、電話で〒211-8570区役所地域振興課☎ 744-3161風744-3346 [抽選]

1 介護予防体操教室

「あきら鍼灸整骨院」から自宅でできる チューブを使った介護予防の体操を学びま す。**◎**2月19日儉14時~15時半■Re-トレ Akira(木月2-14-10モリタヤビル102) 🚹 10人¥600円



2 生活を明るく楽しくするセミナー

「占い部屋 うたたねこ」から風水の仕組みを学んで自宅で実践してみ ましょう。 2月25日 州10時~11時半 ■ 占い部屋 うたたねこ(新丸子 町767 セピアハイム3階)№6人

3 70歳以上・一人暮らしの方のための老後対策教室

「神谷司法書士事務所」から●老後の通帳の管理②死後の始末③相続・ 遺言について学びます。 ◎2月27日出10時~12時 ■丸子地区連合町内 会会館(丸子通2-667-2)₽12人

4 おいしいコーヒーのいれ方教室

「木戸口珈琲」から、おいしいコーヒーのいれ 方について学びます。◎3月2日以10時~11時 半■木戸□珈琲(今井南町7-45ガーデン・ニコル 1階) 16人¥1,000円



5 失敗しない家庭洗濯とシミの知識

「有限会社 トウヨコランドリー」から家庭での洗濯方法と シミの知識を学びます。◎3月5日(金)14時半~16時 丸子地区連合町内会会館(丸子通2-667-2)☎12人



区内にある 商店街についての 情報はこちら







なかはらメディアネットワーク

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

なかはらスマイル

イッツコムチャンネル(地デジ11ch)で放送中 水曜21:30~21:40/土曜16:00~16:10/日曜12:50~13:00 放送予定:なかはら子ども未来フェスタ、小杉駅前の 道路を活用した社会実験 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

タウンニュース

毎週金曜発行、朝刊折り込み、区内各所でも配布中。 区内の魅力やイベントを紹介します

なかはらメディアネットワーク

情報コーナー

情報コーナーでは、タウン ニュース中原区版、なかはらス マイル瓦版、かわさきFM番組 表などを配布しています

情報コーナー設置場所

区役所、市民館、中原図書 館、とどろきアリーナ、国際 交流センター、東急「武蔵小 杉駅」「元住吉駅」、JR「武蔵小 杉駅」「武蔵中原駅」「武蔵新城 駅」「平間駅」「向河原駅」、グラ ンツリー武蔵小杉など

間区役所企画課☎744-3149 ₹ 744-3340

◇区のお知らせ掲示林 申し込み方法は市版5面参照

市民健康の森

●竹林の手入れ(平台緑地) ②シイ タケホダ木作り◎■●1月17日(日)② 2月7日(日)、いずれも9時に市民健康 の森入口広場集合。雨天中止間中原 区市民健康の森を育てる会☎ (私)766-0855。区役所地域振興課☎744-3324FAX744-3346

家族教室「統合失調症の基礎知識・ 治療と回復」

統合失調症の治療を受けている人 の家族や精神疾患ではないかと悩ん でいる家族向けの精神科医師による 講座。 ◎2月18日休15時~16時 ■ 区役所計15人申間1月15日から直接 か電話で区役所高齢・障害課☎744-3297麻744-3345[先着順]

コロナ禍のメンタルヘルス

うつ病についてや、コロナ禍でのこ ころの健康について精神科医師の話 を聞きます。 ●2月4日休16時~17 時■区役所計15人申問1月15日から 直接か電話で区役所高齢・障害課☎

ひろがるまちのひろば 出会いをつなげる。「いのちの授業」

丸子地区の子育てサロンでは、命の大切さを学びいじめや非行がなく なることを願い、上丸子・西丸子小学校で児童が実際に乳幼児と触れ合う

授業を実施しています。この授業で抱っこされて いた乳幼児が小学生になり、授業を受ける側に成 長していたことも。

この活動に長年携わってきた区社会福祉協議会 の青木会長は、他にも高齢者向けの会食を今まで に200回以上実施するなど、生まれ育った地域の ため、住民同士の出会いを大切に、さまざまな地 域活動に尽力。長年の地域活動への貢献がたた えられ、11月3日に旭日単光章を受章しました。

間区役所企画課☎744-3149₹2744-3340



旭日単光章を受章した 青木会長

今年も楽しく カラダを動かそう

中原元気クラブ活動日程

				a+ 55	10	
		種目	日程	時間	場所	
	0	OTOアート フットボール			大戸小学校 校庭	
	0	キッズラン	1/19、26 2/2、9、16 の火曜	17時半~18時15分	下小田中 小学校 体育館	
	8	Saturdayダンス	1 /22	9時~9時50分		
	4	ダンスエクササイズ	1/23 2/6、20 の土曜	10時~10時半	大戸小学校 体育館	
6	6	マット体操		10時半~11時		
	0	バドミントンtime	V/⊥™E	10時40分~11時40分		

※初回無料体験(1種目のみ)ਊ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)

申問中原元気クラブ事務局HP https://nakahara-genki.jimdofree.com/ 間区役所地域振興課☎744-3323 ₹ 744-3346

一時保育説明会

就労や就学、病気などで、保護者が一時的に子どもを保育できない場合に代わっ

	場所	日時	申問	締め切り日など
0	多摩保育園	2月13日出10時~12時	☎ 411-1122	2月10日例17時
0	木月保育園	1月18日(月)9時〜 2月12日(金)17時 ※動画配信のみ	☎ 433-1958	1月18日(月)~22日(金) 各日9時~17時 ※動画二次元コード配布
8	すみれ保育園	2月13日出10時~12時	☎ 430-5544	2月10日例17時
0	ももの里保育園	2月27日出13時~	☎ 753-2980	2月26日惍
6	(社福)長幼会 玉川保育園	2月13日出9時~9時半 ※資料配布のみ	☎ 555-1778	1月18日(月)~25日(月) 各日10時~17時
0	まんまる保育園	2月20日出9時~9時半	☎920-9700	2月1日(月)~12日(金) 各日13時~15時
0	木月ほほえみ 保育園	1月18日(月)9時〜 1月25日(月)16時 ※動画配信のみ	☎ 948-4483	1月18日(月)~22日(金) 各日9時~16時 ※動画二次元コード配布
3	にじいろ保育園 南平間	2月13日出 13時~13時45分	☎ 511-0010	1月27日(水)~ 2月5日(金)

● 36 は 6 カ 月 以上、 20 は 1 0 カ 月 以上、 46 は お お む ね 1 歳 以 上、 3 は 離 乳食完了後から。いずれも週3回以内。甲間各締め切り日までに電話で各園。 一時保育制度に関する問い合わせはこども未来局保育第1課☎200-2662風 200-3933。※267の詳細は各保育園のホームページで

普通救命講習 I

心肺蘇生法や、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。受講者に修了証を交付。 🖸 2月9日以9時~12時■中原消防署 ₩30人¥800円申1月19日9時から 電話で市消防防災指導公社☎366-2475 [12] 272-6699 [先着順]

生涯学習プラザからのお知らせ

〒211-0064今井南町28-41生涯学習財団 **☎**733-6626 **FAX**733-6697

冬の☆キラリ文化教室

2月から開催する●ビールの世界へ

ようこそ2コーヒーを楽しむ3カラー の使い方4色えんぴつ画入門6ス テップアップ!色えんぴつ画6メディカ 噌作りの参加者を募集します。詳細は 問い合わせください。■生涯学習プ ラザ他14820人(15歳以上※10のみ 20歳以上) 申間1月22日(必着)までに 直接、ハガキ、電話、HPで。[抽選]

ボクサdeエクサ (スポーツ教室特別講座)

◎2月5日、12日、19日の金曜、15時~15 時50分、全3回 ■生涯学習プラザ 140 人¥2,250円申問1月18日正午必着は でに直接、ハガキ、FAX、HPで。[抽選]