

麻生区長寿日本一 ~その先へ~

冬の健康づくり

寒さで運動不足に陥りがちな冬の季節も、さまざまな場所で行われている健康づくりの取り組みがあります。暮らしに身近な運動を取り入れて、健康に一年を過ごしましょう。  
問区役所地域支援課 ☎044-965-5157 FAX 044-965-5169

※麻生区は「令和2年市区町村別生命表」(令和5年厚生労働省公表)で、男女とも平均寿命が全国で最も長いという結果になりました。

公園で

健康づくりや介護予防を目的に、公園で体操やウォーキングを行っています。当日気軽に参加ができ、仲間と一緒に継続するのも、自身のペースでのんびりやるのも自由です。  
地域のボランティアで運営されていて、ボランティアの募集もしています。※雨天、祝休日などは原則休み。

健康ウォーク

虹ヶ丘公園  
住所 虹ヶ丘1-21-1  
日時 毎週月曜日  
9時半~10時半

万福寺さとやま公園  
住所 万福寺5-19-1  
日時 毎週水曜日  
9時半~10時半

栗平東公園  
住所 栗平2-5  
日時 毎週金曜日  
9時半~10時半

千代ヶ丘第2公園  
住所 千代ヶ丘5-4-3  
日時 毎週火曜日  
10時~11時

片平2丁目公園※  
住所 片平2-469-6  
日時 第1・2・3・4火曜日  
9時半~10時半  
※公園工事のため現在休止中。

片平中村通公園  
住所 片平6-2-4  
日時 第1・2・3・4木曜日  
9時~10時

南黒川第1公園  
住所 南黒川15-1  
日時 第1・2・3・4水曜日  
9時半~10時半

健康はあなた自身がつくるもの。  
頑張りすぎず、  
さぼりすぎず、長く  
続けましょう。

あさお運動  
普及推進員の会  
成岡さん

スポーツクラブで

麻生区長寿日本一の記念事業として、区内スポーツクラブと区役所が連携した公開講座を実施しています。スポーツクラブのインストラクターによるレッスンを非会員の人でも無料で体験できます。

コナミスポーツ×麻生区役所

ヨガのレッスンと栄養士の講話でカラダのメンテナンスを。  
日時 2月10日(火)10時~11時  
場所 コナミスポーツクラブ新百合ヶ丘  
(麻生区上麻生1-18-1)  
☎1月15日から申し込みフォームで。[先着順]

スポーツセンターで

性別や障害の有無にかかわらず、みんなで楽しめる「ニュースポーツ」の体験会を毎月開催しています。ボッチャ、ファミリーバドミントンなど、初めての人にはスポーツ推進委員が教えます。  
日時 毎月第2土曜日、10時~12時(8月は休み)  
場所 麻生スポーツセンター小体育室  
問区役所地域振興課 ☎044-965-5223 FAX 044-965-5201

自宅でも

麻生区オリジナル体操を区のYouTubeチャンネルで紹介しています。  
自宅での運動や仕事の合間のリフレッシュにも取り入れてみてください。

同センター  
HP

ロコモ予防の  
ALEX体操

区HP

区YouTube

川崎フロンターレ、  
川崎ブレイブサンダース選手の “自分自慢” を区役所で展示中!

健康には「こころの豊かさ」や「自己肯定感」も欠かせません。麻生区では、健康寿命の延伸に向けた取り組みに加え、「地域」や「幸せ」に目を向けた活動を進めています。その一環として、皆さんから「自分自慢」を募集しました。川崎フロンターレ(サッカー)や川崎ブレイブサンダース(バスケットボール)の選手たちの「自分自慢」を展示しています。  
展示期間 1月28日(火)まで 展示場所 区役所2階ロビー

他の選手の  
自分自慢はこちら

区HP

川崎ブレイブサンダース選手の自分自慢

川崎フロンターレ選手の自分自慢

問区役所地域ケア推進課 ☎044-965-5303 FAX 044-965-5169



第41回麻生音楽祭2026 参加団体募集

①アンサンブルのつどい

楽器や声の生音での演奏をするアンサンブルグループによるコンサート。

開催日 7月4日(出)

募集团体数 12団体程度



区HP

②ポピュラーミュージックショー

ポップス、ジャズ、ロックなどのアンプ類、PAシステムを利用するグループによるコンサート。

開催日 7月11日(出)

募集团体数 10団体程度



区HP

■①②ともに2月6日までに区HPで。[選考]

■区役所地域振興課 ☎044-965-5116 FAX044-965-5201

※応募要項など詳細は区役所などで配布中のチラシ、区HPで。

区のお知らせ 掲示板  
申し込み方法は市版6面参照

区役所地域振興課

■申問 ☎044-965-5116 FAX044-965-5201

あさお芸術のまちコンサート 出演者募集

さまざまなジャンルの音楽と親しみやすい曲目で市民の皆さんと楽しむコンサートに出演しませんか。出演予定日・場所:①9月13日(日)新百合トウェンティワンビル②12月20日(日)麻生市民館ホール■3月3日までに区HPで。[選考]



区HP

あさお芸術のまちコンサート  
早春のハーモニー ～ For You～

「OTO(おと)で紡ぐあさおの人と人、心と心」をテーマに、出演者、子どもも大人もひとつになって楽しく歌う合唱団、プロの室内アンサンブルがそれぞれ演奏します。◎2月8日(日)14時半(14時開場)■麻生市民館ホール■当日先着800人。



同コンサート推進委員会 HP

川崎ブレイブサンダース観戦招待

プロバスケットボール無料観戦会。対象試合…2月7日(出)、8日(日) いずれも15時5分開場、琉球



©KBT

ゴールデンキングス戦■東急ドレッセとどろきアリーナ■麻生区在住の各日20人■1月20日までに同チームLINE、申し込みフォームで。[抽選]



申し込みフォーム

NECレッドロケッツ観戦招待

プロバレーボール無料観戦会。対象試合…2月28日(出)14時5分、3月1日(日)13時5分開場、群馬グリーンウイングス戦■東急ドレッセとどろきアリーナ■幸・多摩・麻生区に在住の各日100人(1人2枚まで)■2月1日までに申し込みフォーム



申し込みフォーム

申し込みフォームで。[抽選]

麻生市民交流館やまゆり

■申問 ☎215-0021麻生区上麻生1-11-5 ☎044-951-6321 FAX044-951-6467

麻生区地域コミュニティ活動支援事業の8年度助成事業募集

新たな地域コミュニティづくりにつながる事業を行う団体に、10万円(上限)を助成します。初めて応募する団体は、1月22日(木)または29日(木)の14時～16時に同館で行う募集説明会への参加が必要です。■区内で活動する5人以上の団体■2月2日～13日(必着)に区役所と同館で配布中の申請書を直接、郵送で。[選考]



同館HP

市民活動団体発表会

同館で活動する団体が展示・実演などを行います。◎2月8日(日)13時～16時。



同館HP

区役所企画課

■申問 ☎044-965-5112 FAX044-965-5200

8年度市民提案型協働事業募集

地域の身近な課題の解決に向け、市民活動団体などから提案を募集します。詳細は区HPで。■事前相談の上、2月16日までに区HP、区役所他で配布する提案書などを直接、郵送、区HPで。[選考]



区HP

サステナブルマルシェ  
～未来をつむぐ、“まちとひと”～

子ども×地域×未来をつなぐ体験型マルシェ。共創展示やワークショップなどを実施。◎2月7日(出)10時～16時■新百合トウェンティワンビルB1F・B2F。



区HP

岡上分館

■申問 ☎044-988-0268 FAX044-986-0472

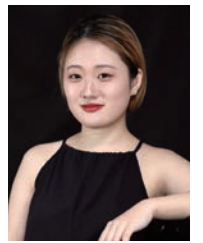
アニメ・マンガで学問する!  
「おかがみサブカル・カレッジ」

和光大学の先生と一緒に「学問の目」で人気作品を読み解こう! ①「鬼滅の刃」の神話学②「進撃の巨人」から見る現代社会◎2月28日(出)①14時～15時20分②15時40分～17時。ど

みんなでつなぐ芸術・文化のまち Vol.10

川崎市アゼリア輝賞 田久保 萌夏さん

芸術・文化の分野などで活躍し、今後の活躍も期待される若手に贈られる「川崎市アゼリア輝賞」を1月に受賞したピアニストの田久保さん。国内外のコンクールで多数受賞歴があり、ショパン国際ピアノコンクールinASIAで1位になったときの曲をストリートピアノで弾くYouTube動画は200万再生を記録しています。小学3年生からレッスンで新百合ヶ丘に通



田久保萌夏さん



コンサートの様子

い始め、その後昭和音楽大学を卒業するまで、田久保さんは麻生区で音楽と長い時間向き合ってきました。令和6年の「出張サマーミュージア@しんゆり!」では母校で凱旋演奏を披露しています。「街を通して音楽の楽しさを身近に感じ、音楽を通して街の魅力を感じられる、そんな麻生区で培った音楽を世界に発信していきたい」と語ってくれました。

らかだけでも参加可能。■高校生・中学生(保護者も参加可能)各回25人■2月15日までに区HPで。[抽選]



区HP

区役所保育所等・地域連携担当

■問 ☎044-965-5220 FAX044-965-5207

地域子育て支援センターみなみゆりがおか「土曜開所DAY」

さんぽついでに予約なしで利用できます。◎毎月第3土曜日9時～16時半■地域子育て支援センターみなみゆりがおか■10歳から就学前の子どもと保護者。



区HP

区役所学校・地域連携担当

■問 ☎044-965-5306 FAX044-965-5207

外国につながる子どもの学習支援ボランティア募集

日本語を教えながら、小・中学生の学習支援をします。1回1～2時間程度。交通費相当分の謝礼、研修あり。■①日本語教師養成講座420時間修了者②日本語教育能力検定合格者③日本国教員免許取得者④教職課程在籍か日本語教育専攻(副専攻)者⑤登録日本語教員資格保持者のいずれかを満たす人。■3月31日までに電話、申し込みフォームで。



申し込みフォーム

消防局救急課

■問 ☎044-223-2627 FAX044-223-2619

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。◎①2月9日(月)9時～12時②

2月14日(出)9時～12時■麻生消防署■30人¥800円■①1月15日9時から②1月19日9時から申し込みフォーム、電話で。[先着順]



①申し込みフォーム



②申し込みフォーム

アートセンター

■問 ☎044-955-0107 FAX044-959-2200

イベント詳細は同センター HPで。

アルテリオ映像館上映情報

おくびょう鳥が歌うほうへ…ロンドンの大学院で学んでいたロナが故郷の自然あふれるスコットランド・オークニー諸島に戻り、逃れたい過去と向き合いながらも懸命に自分を取り戻していく再生の物語。◎1月17日(出)～30日(金)。

麻生老人福祉センター

■申問 ☎044-966-1549 FAX044-966-8956

囲碁大会

◎2月10日(火)9時半～13時■市内在住60歳以上50人■1月16日から直接、電話で。[先着順]

麻生区社会福祉協議会

■申問 ☎044-952-5500 FAX044-952-1424■asaoku@csww-kawasaki.or.jp

子育て支援講演会を開催します

子どもたちのインターネットやスマホ・ゲームへの依存について、久里浜医療センター松崎尊信氏による講演。◎2月17日(火)10時～11時40分■区役所第1会議室B■子育て中の人、子育て支援に関わる人50人■1月15日～2月6日にメール、FAXで。[先着順]

地域みまもり支援センター 健診・講座案内など

■区役所

事業名	日時	対象・定員	申し込み
そなえる認知症Ⅱ「認知症当事者のお話を聴き、共生社会を考える」	2月25日(木)14時～16時	会場60人、オンライン40人	申し込みフォーム
離乳食教室ステップ1	2月13日(金)、27日(金)9時45分～	5～6か月の子どもと保護者12組	申し込みフォーム

■問 区役所地域支援課 ☎044-965-5160 FAX044-965-5169