

川崎市は令和4年4月に区制50周年を、東海道川崎宿は令和5年に起立400年を迎えます!



区制50周年
記念ロゴマーク

かわさき区



東海道川崎宿
起立400年ロゴマーク

川崎市ランボルマーク

2022(令和4)年 9月1日発行

歴史文化と花のまち
かわさきく

◎発行: 川崎市役所
〒210-8570 川崎市東田町8

9月号

総合案内 ☎044-201-3113

◎編集: 川崎市役所企画課 (☎044-201-3267 FAX) 044-201-3209

川崎市統計データ (令和4年8月1日時点) 人口 23万540人 世帯数 12万4,396世帯

区オリジナル

ほほえみ元気体操

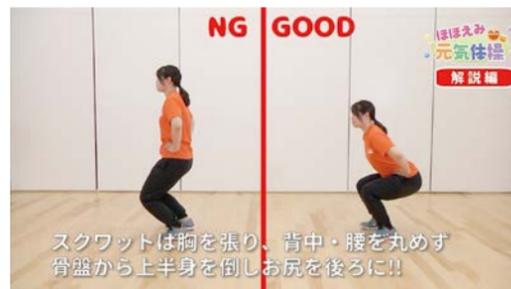
みんなで楽しく! 自宅で気軽に!
健康づくり♪

健康づくり・介護予防のために、健康づくりサポーターの皆さんと一緒に作成した区オリジナルの体操です。座位・立位編の他、足腰らくらく編、ラップバージョンがあり、子どもからシニア世代まで行えます。区内の各会場で気軽に体験できます。

☎区役所地域支援課 ☎044-201-3214 FAX 044-201-3293

＼ YouTubeで公開中! /

区公式YouTubeチャンネルで動画を配信しています。動画を見ながら自宅でも気軽に行えます。まずは解説付きの動画で試してはいかがでしょうか。その他、座位編やアップテンポバージョンの動画もあります。自分のペースや体調に合わせて、チャレンジしてみてください。



▲YouTube



▲区HP

🔍 ほほえみ元気体操 検索

【ほほえみ元気体操実施会場一覧】

会場	日時
旭町こども文化センター (旭町2-1-5)	第3木曜 10時半～11時半
渡田こども文化センター (渡田1-15-5)	第1・3火曜 10時～11時
小田中央町内会館 (小田4-6-12)	毎週金曜 10時～12時
京町いこいの家 (京町3-12-2)	第4火曜 14時～15時
大師いこいの家 (大師公園1-4)	第1～4月曜 ①9時半～10時半 ②10時半～11時半
藤崎いこいの家 (藤崎4-17-6)	第1～4金曜 10時～11時

参加を希望する人は、お問い合わせください。

☎区役所地域支援課

☎044-201-3214 FAX 044-201-3293

大師地区健康福祉ステーション

☎044-271-0145 FAX 044-271-0128

田島地区健康福祉ステーション

☎044-322-1978 FAX 044-322-1994

※上記会場以外にも町内会館、公園などで実施しています。



健康づくりボランティア養成講座を開催します!!

健康づくりサポーターと食生活改善推進員を募集します!

健康づくりや食育について学び、地域で健康づくりを進めるボランティアとして活躍してもらいます。受講後は地域での活動が続けられるようにフォロー講座なども開催します。

- 日時 ①10月21日(金)9時半～11時40分
②11月11日(金)9時半～11時
③11月12日(土)9時半～11時15分

対象・定員 全日参加できる区民、20人

場所 区役所7階会議室

申込 10月3日から電話かFAXで区役所地域支援課 ☎044-201-3214 FAX 044-201-3293 [先着順]



食事や運動を通して
川崎区を元気にしてくれる仲間を大募集!!

カルッツかわさき スポーツの日記念イベント

格闘技の動きを取り入れたエクササイズ「グループファイト」や親子体操など、運動を始めるきっかけ作りを目的にしたさまざまな運動プログラムが楽しめるイベントを開催します。

日時 10月10日(祝)9時～21時半 場所 カルッツかわさき

☎同施設 ☎044-222-5211 FAX 044-222-5122

主なプログラム

○大体育室

種目ごとに時間を区切り、無料でコートが使用できます。

【卓球、バドミントン、バスケットボール】

○小体育室

カルッツかわさきで人気のスポーツ教室を中心に、無料体験会を行います。

【太極拳、健康キャラバン、グループファイト、ZUMBA】



○武道室1・2

区スポーツ推進員協力のもと体力測定会などを行います。

【体力テスト会、カローリング・ボッチャ体験会】

○研修室1・2

子ども向けのスポーツ教室を中心に無料体験会を行います。

【よちよちパパ・ママ親子体操、わんぱくパパ・ママ親子体操、川崎ブレイブサンダースチアダンス体験、フラダンス】



※その他のプログラム、各プログラムの内容、開催・受付時間、対象・定員などの詳細は同施設HPで。



▲同施設HP

あの頃のかわさき区(第9回)

川崎区は4月に区制50周年を迎えました。そこで、区の歴史を写真とともに振り返ります。



▲ノリ養殖の様子
(市民ミュージアム所蔵)



▲記念碑
(川崎漁業ゆかりの地「碑」)

多摩川河口から鶴見川河口にいたる遠浅の海は「大師の海」と呼ばれ、魚貝類が豊富に採れる漁場でした。ノリ養殖は、明治4年に開始され、昭和9年頃には、400世帯の漁師がいたそうです。やがて川崎が工業都市化していく中で、埋立地が増加し、昭和48年、川崎の漁業は約100年の歴史に幕を閉じました。

現在、東扇島北公園内に、解散した川崎漁業協同組合の記念碑が立っています。また、川崎マリエン2階にある「川崎の海苔づくり資料室」では、ノリづくりの道具などが展示されています。

問 区役所企画課 ☎044-201-3267 FAX 044-201-3209
※本連載期間中は「発見!まちのひろば」は休載します。

区のお知らせ 掲示板
申し込み方法は市版6面参照

区役所危機管理担当
申 ☎044-201-3134 FAX 044-201-3209
E 61kikika@city.kawasaki.jp

川崎区子ども自転車大会出場者募集
自転車の知識と技能を競います。警察官や交通関係者の指導を受けることができます。◎10月15日(土)9時~13時。雨天中止 ☒向小学校 ☒10チーム。選手4人(区内在学の小学3~6年生)と保護者1人で1チーム。(個人参加可能。保護者の引率が必要) ☒9月26日まで(にFAXかメールで。[抽選])

教育文化会館
申 ☎044-233-6361 FAX 044-244-2347

はじめてのウクレレ入門講座 ~ウクレレで唄う昭和歌謡~
ウクレレに合わせて昭和歌謡を歌いながら、楽しく仲間づくりをしましょう。◎11月5日(土)、12日(土)、20日(日)、26日(土)、10時~12時、全4回 ☒同施設 ☒区内在住のおおむね60歳以上、8人 ☒10月7日10時から直接か電話で。[先着順]。*ウクレレは各自でご用意ください。

シニアの社会参加支援事業「健康で楽しく、安全・安心のシニアライフ」
元気に過ごすための秘訣、救命救急や避難所運営の方法、相続や生前整理など今後の備えを学びませんか。◎11月4日、11日、25日、12月2日、9日の金曜、10時~12時、全5回 ☒同施設 ☒全回参加できる区内在住のおおむね50歳以上、20人 ☒10月4日から電話で。[先着順]

プラザ大師
申 ☎044-266-3550 FAX 044-266-3554

クラシック音楽と読書のタベ
クラシック音楽を聞きながら読書を楽しみませんか。お気に入りの本を持参してください。早めに来場すれば図書館で借りることもできます(図書館貸出カードが必要)。◎10月29日(土)16時~18時 ☒同施設 ☒35人 ☒10月13日10時から電話で。[先着順]

プラザ田島
申 ☎044-333-9120 FAX 044-333-9770

東海林のり子講演会
コロナ禍でも、楽しく、明るく、元気に過ごしましょう。◎10月8日(土)14時~15時 ☒同施設 ☒会場50人、オンライン20人 ☒9月27日10時から電話かFAXで。[先着順]

元気!健康カフェ
日々の生活の中で運動を続けて元気に過ごす方法を学びます。講師:はなまる元気塾塾長小田祥大氏。◎10月7日(金)10時~12時 ☒同施設 ☒20人 ☒9月16日10時から電話かFAXで。[先着順]

田島寄席
社会人落語家ユニット「落語野郎Kチーム」の娯楽落語会をぜひお楽しみください。◎9月17日(土)14時~15時40分 ☒同施設 ☒50人 ☒9月15日10時から電話かFAXで。[先着順]

区役所地域ケア推進課
申 ☎044-201-3203 FAX 044-201-3293

かわさき区子育てフェスタ2022
「あそべる! つながる! みんなともち!」をテーマに子どもも大人も楽しく交流します。◎10月29日(土)、①9時~②11時~③13時~ ☒教育文化会

カルッツかわさき ウィズ・ミュージックシリーズ

午後のひとときを気軽に楽しめる音楽コンサートですごしませんか。

大田佳弘ピアノリサイタル

日時 12月18日(日)13時半開演(開場13時)
場所 カルッツかわさき アクトスタジオ
出演 大田佳弘(ピアノ)
曲目 もみの木(J.シベリウス)、映像第1集(C.ドビュッシー)他
チケット 1,000円(18歳以下は600円)
定員 90人
申 ☒9月16日から直接、電話、HPでカルッツかわさき
☎044-222-5223 FAX 044-222-5122 [先着順]



▲同施設HP

「ポールウォーキング&ストレッチ」参加者募集!!

ポールウォーキングとは、2本のポールを使ったウォーキングです。「手軽な介護予防」として注目されています。

日時 毎週月曜 13時半~14時半
場所 富士通スタジアム川崎
回数券 7,000円(10回分)
対象・定員 運動制限のない50歳以上、各日20人
申 ☒直接か電話で富士通スタジアム川崎 ☎044-276-9133 FAX 044-276-9144 [先着順]
*初回のみ無料で体験できます。希望する人は前日までに電話で。



館 ☒各回50組 ☒9月26日から申し込みフォームで。[先着順]。おうちでフェスタ動画(同フェスタで放映する動画)は、10月24日~5年3月31日に区公式YouTubeチャンネルで見られます。



▲申し込みフォーム



▲YouTube

かわさき健康フェスタ2022~体と頭をつかって健康になろう!~

区民の健康維持、増進を目的に集まった団体が運営する「川崎おとな塾」主催のイベントです。健康体操、ポールウォーク体験、健康情報提供など。◎10月8日(土)10時~15時半(受け付け10時) ☒教育文化会館1階イベントホール ☒当日先着200人。

東海道かわさき宿交流館
〒210-0001本町1-8-4
申 ☎044-280-7321 FAX 044-280-7314

NHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」パネル展
登場人物の等身大パネルを展示します。◎9月14日~21日、9時~17時(初日は10時から、最終日は12時まで) ☒同施設1階「万年屋」コーナー
鉄道開業150年記念「川崎鉄道三題噺」
鉄道の歴史における川崎の重要性

や特質を紹介します。◎10月1日~11月27日、9時~17時 ☒同施設3階企画展示室。

アマチュア名人会
社会人落語家が、得意の演目を披露します。◎10月16日(日)13時 ☒同施設 ☒100人 ☒10月4日(必着)までに往復ハガキで。[抽選]

区役所衛生課
問 ☎044-201-3204 FAX 044-201-3291

結核予防週間
9月24日~30日は「結核予防週間」です。2週間以上長引くせきや微熱など気になる症状がある場合には、早めに医療機関を受診し、胸部エックス線検査を受けましょう。

市消防防災指導公社
申 ☎044-366-2475、044-366-8721
FAX 044-272-6699

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を行います。受講者に修了証を交付します。◎10月28日(金)9時~12時 ☒川崎消防署 ☒30人 ¥800円
申 ☒10月7日9時から電話で。[先着順]

地域まもり支援センター 10月の健診案内 (会場は区役所5階)

健診名	日程・受付時間	内容など	費用	申
HIV 即日検査	①4日(火) ②18日(火) 8時45分~9時45分	匿名で受けられます。感染の可能性があるときから3カ月経過した各10人	無料	①9月20日②10月4日から電話で区役所衛生課 ☎044-201-3204 FAX 044-201-3291 [先着順]