

東日本大震災復興支援

小さな手 大きな手 みんなで築く宮前区

多くの人が参加するパレード



第30回 区民祭

10月16日

子どもに人気のキャラクターたち



区民祭もこととして三十回、子どもも楽しめる新たな催しもたくさんあります。みなさんもぜひお出掛けください。

宮前区キャッチフレーズ
人が好き 緑が好き まちが好き

宮前区シンボルマーク
宮前区 区の木 区の花

人口 220,506人 (H23.9.1現在)

世帯数 92,931世帯 (H23.9.1現在)

【総合案内】宮前区役所
(〒216-8570 宮前区宮前平2-20-5)
☎856-3113
URL <http://www.city.kawasaki.jp/69/69miyamae/miyamae/index.htm>
「宮前区」で検索できます

宮前消防ふれあいフェア

秋の火災予防運動(11月9日~15日)の一つとして、宮前消防ふれあいフェアを開催します。子どもたちが小さな消防士に変身してロープを渡ったり(写真左)、初期消火体験(写真右)ができます。起震車による地震体験、住宅耐震相談、住宅用火災警報器の展示・販売などもあります。消防局音楽隊とカラーガード隊によるドリル演奏も行います。

子どもから大人まで楽しみながら、いざという時のための備えをしましょう。

日時 11月5日(土) 午前9時~正午

雨天時は11月19日(土)に延期

場所 消防総合訓練場(犬蔵中学校隣)

☎宮前消防署予防課 ☎852-0119、☎862-2795



“小さな消防士”に変身して



行政相談所を開設

相談員が年金、登記など国の業務の相談を行います。日時 十月二十日(木)午後

一時~四時 場所 フレルさぎ沼二階自由通路(鷺沼駅前)

また、区民祭会場内でも出張行政相談を開設します。日時 十月十六日(日)午前

地域で仲間をつくりたい、地域で何かをしたいと考えている人の相談に、地域活動の経験豊富なシニアアドバイザーが答えます。日程 十一月九日、十六日、三十日の水曜、午前九時~正午

シニア本舗 向丘出張所

場所 北部市場(区民祭会場内) 宮前区役所地域振興課 ☎(856)31332、☎(856)31119

運動の秋



自然の中を楽しくウォーキング

ディスカバーウォークみやまえ

自然と触れ合いながら約2時間ゆっくりと歩き、ゲームなどを楽しみます。

日時 11月3日(祝) 午前9時半~午後3時 雨天中止(午前7時半~8時の間にご確認ください)

集合場所 白幡台子ども文化センター、蔵敷子ども文化センター

対象 区内在住の150人(小学3年生以下は保護者同伴)

持ち物 水筒、弁当、タオル、帽子、雨具、筆記用具など

歩きやすい服装、靴で参加してください。集合(解散)場所に駐車場はありません

☎10月21日まで(必着)に、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、直接、郵送、ファクスで〒216-0022宮前区平1-1-10宮前区役所向丘出張所(ディスカバーウォークみやまえ向丘地区実行委員会事務局) ☎866-6461、☎857-6453。[抽選]

歴史ガイドでまち歩き

宮前歴史ガイドを活用しながら生田緑地周辺を約3時間歩きます。

日時 11月7日(月) 午後0時半~3時半 雨天時は11月14日(月)に延期

集合場所 初山バス停

定員 25人

持ち物 飲み物、雨具など

主催 宮前区歴史文化調査委員会

☎10月24日から直接か電話で区役所地域振興課 ☎856-3125、☎856-3119。[先着順]

農家巡りウォーキング

稗原、蔵敷、菅生地区の農地を巡ります。

日時 10月31日(月) 午後0時半~3時半 雨天中止

集合場所 地域子育て支援センターが お

定員 25人

持ち物 飲み物、雨具など

主催 区まちづくり協議会

☎10月17日から直接か電話で区役所地域振興課(区まちづくり協議会事務局) ☎856-3125、☎856-3119。[先着順]

ぐっすり眠りたい人のためのエクササイズ

寝つきの悪さを解消し、睡眠の質を上げる方法を運動実技を通して学びます。

日時 11月21日(月) 午後2時~3時半

集合場所 区保健所1階第1相談室

定員 医師から運動を制限されていない20人

講師 井川正治(日本体育大学教授)

☎10月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎856-3266、☎856-3237。

[先着順]



第214回 みやまえ ロビーコンサート

秋風はハーブとフルーツのやさしい音楽にのって

日時 10月25日(火) 午後0時5分~0時45分

場所 区役所2階ロビー

出演 奥田恭子(ハーブ)、知沢由維(フルーツ)

曲目 ラベル「ハバナ形式の小品」他

☎区役所地域振興課 ☎856-3125、☎856-3119



奥田恭子 知沢由維

みやまえ読書の日
 みやまえ読書の日「本とお話の一週間」を開催します。教科書の今昔、小冊子作り、図書館クイズツアーなど、さまざまな催しを行います。
 日時 十月二十一日(金)～二十六日(水)、午前十時～午後四時
 会場 宮前市民館二階市民ギャラリー
 内容は毎日変わりますので、図書館などで配布しているチラシをご覧ください。

みやまえ読書の日

ごみ相談窓口が毎月第4土曜に
 区役所二階ロビーで実施している「ごみ相談窓口」を、今後は毎月第4土曜の午前九時～十一時に行います。
 「ごみと資源物の分け方・出し方」の紹介、ごみ集積所や不法投棄などの相談のほか、古着、新聞、雑誌、段ボール、牛乳パックの回収も行います。

か、お問い合わせください
 宮前図書館 ☎(888)3918、☎(888)5740

1歳児歯科健診

歯科健診・保健指導を行います。
 日時 11月2日(水) 午前9時～9時15分 午前9時45分～10時
 場所 区保健所1階歯科相談室
 対象 歯が上下それぞれ4本ずつ(計8本)以上生えている1歳3カ月未満の子ども30人

持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ
 11月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎856-3291、☎856-3237。[先着順]

お口の健康講座

口の健康についての講義と実技(体操)を行います。

いつまでも健康でいよう

日時 11月7日(月) 午前10時～正午
 場所 区保健所1階集団教育ホール
 定員 区内在住で50歳以上の30人
 講師 松木聡子(歯科衛生士)
 11月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎856-3291、☎856-3237。[先着順]

いきいき健康フェア

「身体にストレッチ、心にリラックス」をテーマに介護予防かわさき体操などを行います。
 日時 12月9日(金) 午前9時半～正午
 場所 宮前老人福祉センター4階
 定員 40人
 11月1日から直接か電話で宮前老人福祉(みやまえいきいき)センター ☎877-9030、☎877-9232。[先着順]

年末たすけあい見舞金

市・県民税非課税で、次のいずれかに該当する人は、申請すると見舞金を受けられます。

- 精神障害(1級)、身体障害(1・2級)、知的障害(療育手帳A)の手帳所持者
- 要介護4以上の高齢者(65歳以上)
- ひとり親世帯で児童扶養手当受給者
- 災害遺児等の福祉手当受給者
- 公害病認定患者(公害医療手帳所持者)

10月31日(消印有効)までに、区役所や区社会福祉協議会で配布中の申請書と手帳などのコピーを添付して直接か郵送で〒216-0033宮前区宮崎2-6-10福祉パルみやまえ宮前区社会福祉協議会 ☎856-5500、☎852-4955

宮前地区 青少年作品展

作品募集

十一月に開催する宮前地区青少年作品展に展示する作品を募集します。芸術の秋に制作したみなさんの力作をお持ち寄りください。

応募資格 宮前地区在住か在校生の小・中学生
 応募部門 絵画



応募をお待ちしています

の部、ちぎり絵の部、イラスト・デザインの部、書道の部、書道半紙の部
 応募方法 十一月十九日午前九時半～十時に区役所四階大会議室に応募作品を持参してください

課題、用紙サイズなど詳細はお問い合わせください
 区役所地域振興課(宮前地区青少年指導員会事務局) ☎(856)3135、☎(856)3119

認知症の介護教室

無理せずに介護を続けたいけるよう、認知症ケアの専門家がアドバイスをします。

一回目

内容 理解とケア
 日時 十一月二十九日(火) 午後一時半～三時
 講師 五島シズ(認知症介護研究・研修センター客員)

電話で区役所地域保健福祉課 ☎(856)3263、☎(856)3237。[先着順]

二回目

内容 介護者の対応方法
 日時 十二月十二日(月) 午後一時半～三時
 講師 平田裕子(都筑ハートフルステーション介護老人保健施設療養支援部長)

場所 いずれも区保健所一階集団教育ホール
 定員 各四十人
 10月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎(856)3263、☎(856)3237。[先着順]

区のお知らせ掲示板

申し込み方法は5面上参照

区役所地域振興課

☎各担当へ、☎856-3119

フォトコンテスト特別講座

過去のフォトコンテスト応募作品を振り返り、写真撮影のヒントを紹介する講座。10月30日(日)14時～16時(開場13時45分)。宮前市民館4階実習室。当日先着40人。講師：丸山幸一(多摩自然写真の会)。☎856-3125。

特設人権相談所の開設

いじめや体罰、子どもや高齢者への虐待、セクハラなどの相談に応じます。11月9日(水)13時半～16時。区役所4階第3会議室。☎856-3132。

区役所地域保健福祉課

☎856-3254、☎856-3237

電子レンジで簡単クッキング

ちょっとした電子レンジ料理の基本を実演・試食します。11月29

日(火)10時～12時。区保健所1階集団教育ホール。30人。持ち物：筆記用具。講師：渋川祥子(横浜国立大学名誉教授)。10月18日から直接か電話で。[先着順]

宮前消防署

☎216-0006 宮前区宮前平2-20-4 ☎852-0119、☎862-2795

普通救命講習会

心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の取り扱いについての講義と実習。11月17日(木)13時半～16時半。宮前消防署。30人。11月1日から直接か電話で宮前消防署救急係。[先着順]

市民プラザ

☎213-0014 高津区新作1-19-1 ☎888-3131、☎888-3138

梶が谷まちづくりコンサート

宮前ウィンドオーケストラや梶ヶ谷合唱団などによる音楽で、秋のひとときを楽しみませんか。11月6日(日)14時～16時(開場13時半)。市民プラザ。500人(全席自由)。1,000円。10月15日9時から電話かFAXで市民プラザ ☎888-3131、☎888-3138。梶が谷まちづ

くりコンサート係 ☎860-1919。[先着順]

宮前市民館

☎216-0006 宮前区宮前平2-20-4 ☎888-3911、☎856-1436

保育ボランティア講座

地域の保育ボランティアの育成と、保育スキルアップのための講座。11月8日～12月6日の火曜、13時半～15時半、全5回。宮前市

保健福祉センターの健診・検診案内

☎856-3237 電話予約は8時半から受け付けます

	日程	時間(受付時間)	対象	内容など	☎ 地域保健福祉課
39歳までの健診・保健指導	検査日 11月14日(月)	(9時～9時半)	健診機会がなく、24年3月31日までに18～39歳になる30人	血液検査、尿検査、血圧、腹囲測定など。1,220円 希望者には骨密度測定を行います	10月18日から電話で。[先着順] ☎856-3254
禁煙教室	11月11日(金)	13時半～(13時15分～13時半)	関心がある人、禁煙したい人 15人	尿中ニコチン検査、ニコチン依存度チェック、禁煙方法についての学習。無料	10月17日から電話で。[先着順] ☎856-3266
自宅で気軽にエクササイズ講座	11月17日(木)	13時～14時半(12時45分～13時)	20人 *保育はありませんが、子ども連れでも参加できます	「お気楽・継続のテク」講義と実習。無料	10月27日から電話で。[先着順] ☎856-3266

お願い ベビーカーについては、盗難防止のため、チェーンやカギを掛けるなど、自己管理をお願いします。