

宮前区統計データ
(平成28年9月1日現在)

人口 22万7,134人
世帯数 9万6,032世帯



メロー 宮前兄妹 コスミン

人が好き 緑が好き まちが好き

みやまえ



宮前区シンボルマーク

2016(平成28)年10月1日発行

【総合案内】 ☎856-3113



区の木「さくら」
区の花「コスモス」

MIYAMAE

10

月号

かわさき市政だより宮前区版 ●発行: 宮前区役所 ☎216-8570 宮前区宮前平2-20-5 ●編集: 宮前区役所企画課 (☎856-3133 FAX)856-3119)



第35回 宮前区民祭

日時 10月16日(日) 9時～15時(雨天決行)
場所 区役所・市民館とその周辺



舞台でのパフォーマンス、各種団体の展示、屋台、大道芸など、ことしも盛りだくさんの内容で開催します。宮前区のまちなかにぎわい、人のつながりを感じながら、秋の1日を過ごしてみませんか。※当日は図書館を含め、すべての駐車場が利用できません

主なイベント

- ▷舞台公演(市民館ホール)
- ▷出店、各種団体の展示、大道芸
- ▷長野県佐久市と熊本の物産展
- ▷フォトコンテスト作品の展示(ギャラリー)
- ▷花苗の配布
- ▷体力テスト
- ▷キックターゲット(川崎フロンターレ)

問区役所総務課 ☎856-3123、FAX856-3119
※当日の開催の可否はテレドーム ☎0180-991-320

- ・古着と小型家電の回収
 - ・紙すき体験コーナー
- 問宮前生活環境事業所
☎866-9131、
FAX857-7045



近くの宮前平公園で
同時開催!

- ・移動動物園
- ・冒険遊び場

あそびにきてね

みやまえ子育てフェスタ2016

～織り成す絆～
見つけてほしいあなたの居場所

乳幼児をもつパパ・ママへの情報発信と、子育てグループなどの交流を目的としたイベント。子どもたちが楽しめる企画も盛りだくさんです。

日時 10月22日(土)10時～15時

場所 宮前市民館

内容 子育てグループによる遊びの紹介、絵本の部屋、工作、教えて!歯医者さん、絵の具で遊ぼう、親子クッキング、ふれあい動物園、コンサートなど
※授乳・オムツ替えスペースあり

問宮前市民館 ☎888-3911、FAX856-1436



昨年の様子(手形スタンプ)

第4回 すがお手つなぎまつり

～この子の手 あの子の手 ぬくもりいっぱいみんなの手～

「世代を超えた地域の人々の交流を通じて、手を取りあいながら楽しく子育てができるまちに」との願いをこめて開催します。会場へ直接お越しください。

日時 11月12日(土)10時～14時(雨天決行)

場所 地域子育て支援センターすがお、菅生分館、蔵敷こども文化センター

内容 菅生中学校吹奏楽部の演奏(オープニング)、まつりのハイライト、パラシュートあそび、模擬店、パラシュートであそぼう、マジックショー、コンサート、おもちゃ病院他
問菅生こども文化センター ☎FAX976-0444

※おもちゃ病院は要予約。申し込みは菅生分館 ☎977-4781、FAX976-3450



栄養士オススメ!
元気になるレシピ



宮前区は
ほうレンソウの
収穫量が市内
でNO.1!

～今回の主役 みやまえのほうレンソウ～

ほうレンソウと蒸し鶏のやみつきなムル

62kcal (1人分)

材料 (2人分)

- ほうレンソウ 1束 ●鶏むね肉 1/6枚
- A [●長ねぎのみじん切り 5cm分 ●おろしショウガ 少々
●しょうゆ 小さじ2 ●いりごま(白) 大さじ1 ●酢 小さじ1/2弱
●砂糖 ひとつまみ]

作り方 ①ほうレンソウはゆでて冷水にとり、水気をしぼり5cmの長さ
に切る。鶏肉は蒸して*火を通し、手でほぐす②Aを混ぜ合わせ①とあえる
※時短ポイント…耐熱皿に鶏むね肉、長ねぎの青み、ショウガの薄切りを入れる。酒大さじ
1をかけてふんわりとラップをし、電子レンジで約2分加熱するとしっとり仕上がる

問区役所企画課 ☎856-3133、FAX856-3119

第274回 みやまえ回ピーコンサート

「かわさきJAZZ2016連携コンサート」
～色づく秋とジャズの響きに心ときめく～

日時 10月25日(火)12時5分～

場所 区役所2階ロビー

出演 trigraph

曲目 My Favorite Things
ハナミズキ 他

問区役所地域振興課
☎856-3134、
FAX856-3280



trigraph

宮前区保育園年長児作品展

区内保育園の年長児が作った、元気いっぱいのかわいらしい作品をぜひご覧ください。会場へ直接。

日時 11月4日(金)12時半～17時、5日(土)・6日(日)10時～16時、8日(火)・9日(水)10時～17時

場所 宮前市民館ギャラリー
 区役所保育所等・地域連携

☎856-3290、FAX856-3237



宮前地区青少年作品展の作品募集

11月に区役所で開催する作品展の展示作品を募集します。

対象…宮前地区在住か
 在学の小・中学生

部門…絵画の部、ちぎり絵の部、イラスト・デザインの部、書道の部(書き初め用紙または書道半紙)

※課題、用紙サイズなどはお問い合わせください

11月11日(金)18時半～19時に区役所大会議室に応募作品を持参

区役所地域振興課☎856-3135、FAX856-3280



おいののcommunityづくり Cちゃん(C級グルメオリジナルキャラクター)

第8回みやまえC級グルメコンテスト

宮前産の野菜や果物を使ったオリジナル料理を募集します。書類選考の後、調理・試食審査を行います。入賞者には賞品も。詳細は区ホームページか、チラシをご覧ください。

応募 11月1日(火)～12月10日(土)

調理・試食審査 1月21日(土)10時～13時

区宮前市民館などで10月中旬から配布する応募用紙を12月10日までに直接、郵送、FAXで〒216-0006宮前区宮前平2-20-4宮前市民館☎888-3911、FAX856-1436。[選考]

前回コンテストの様子



区のお知らせ 掲示板

申し込み方法は市版5面参照

区役所保育所等・地域連携

区☎856-3290、FAX856-3237

保育園栄養士に学ぶ食育講座

子どもの苦手な野菜を食べやすく調理するコツを、実演を見ながら学びます。個別の食事相談も。11月15日(火)10時半～11時半。ティンクルくぬぎ坂保育園で。1歳6カ月～3歳未満の子どもと保護者10組。 10月20日9時から電話で。[先着順]

区役所高齢・障害課

区☎856-3304、FAX856-3163

学齢期のサポート～子どもたちの育ちを一緒に考えましょう～

発達に心配のある子どもの保護者、支援者、関心のある人向けに相談窓口やサービスなどの情報提供、個別相談を行います。10月24日(月)10時

～12時。区役所大会議室で。50人。手話通訳あり(要予約)。 10月17日までに電話かFAXで。[抽選]

区役所地域振興課

区☎856-3125、FAX856-3280

特設行政相談所

専門相談員が年金や登記など国の業務の相談を受けます。11月4日(金)13時～16時。フレルさぎ沼4階(鷺沼1-1)で。会場へ直接。

区まちづくり協議会「カフェ・サロン情報交換会」

11月25日(金)13時半～16時。区役所大会議室で。コミュニティカフェ(サロン)運営者や興味のある50人。 区役所などで配布中のチラシ裏面の申込書を10月17日から直接かFAXで。[先着順]

①農家巡りウォーキング
②まちづくりウォーキング

①「宮前区農産物直売所ガイドマップ」をもとに、神木・神木本町地区の農家を訪ねます。11月26日(土)10時～15

時(荒天中止)。10時に平4丁目公園(平4-17)に集合。25人。弁当・飲み物・雨具など持参。②まちづくりに関わる団体の活動や施設などを見学しながら、馬絹・宮崎地区を歩きます。11月10日(木)13時半～16時半(荒天中止)。13時半に宮崎台駅に集合。20人。飲み物・雨具など持参。 区①②いずれも10月17日から直接か電話で。[先着順]

区役所地域支援担当

区☎856-3267、FAX856-3237

健康づくりボランティア養成講座

食生活改善推進員や運動普及推進員など健康づくりに取り組むボランティアや、乳幼児健診などの保育ボランティアとして活躍しませんか。11月2日(水)13時半～16時:講義、9日(水)13時半～15時半:講義と実習、22日(火)9時半～13時:調理実習(実費)、30日(水)13時半～16時:講義、全4回。区役所保健福祉センター・集団教育ホール他で。30人。 10月17日9時から電話で。[先着順]

宮前市民館・菅生分館の催し(①②宮前市民館③菅生分館)

	日時・場所・対象・費用他	区☎[先着順]
①公園でコミュニティづくり講座「みんなで公園に行こう」	公園のパワーを最大限に生かす方法を学び、コミュニティづくりのイベントを体験します。11月5日、12日、12月3日、10日、17日の土曜、10時～12時、全5回。この他、植栽の剪定実習を11月に予定。宮前市民館他で。20人	10月15日10時から直接、電話、ホームページで宮前市民館☎888-3911、FAX856-1436
②寺子屋コーディネーター養成講座「みんなでつくろう地域の寺子屋」	平日の放課後や土日に、子どもたちの学習支援や体験活動を行う「寺子屋」の運営に関わってみませんか。11月10日(木)、24日(木)、12月1日(木)の14時～16時と、11月16日(水)12時半～14時半、26日(土)9時半～12時、全5回。宮前市民館他で。20人	10月15日10時から直接、電話、ホームページで宮前市民館☎888-3911、FAX856-1436
③すがお学びのサロン「コットン人形を手づくり」	世界に一つだけの人形を手作りしてみませんか。11月28日、12月5日、12日の月曜、13時半～15時半、全3回。菅生分館で。15人。1,200円	11月8日10時から直接か電話で菅生分館☎977-4781、FAX976-3450

保健福祉センター 教室・健診案内

区☎区役所地域支援担当FAX856-3237※電話予約は9時から受け付けます

	日時(受付時間)	対 象	内容・費用他	区☎[先着順]
プレママプレパパクッキング	11月10日(木)9時45分～13時(9時半～9時45分)	妊娠20～33週ごろで体調の整った妊婦とパートナー10人	妊娠期に必要な栄養を取ることが出来る献立の調理実習。離乳食への応用方法も。材料費500円程度	10月21日から電話で。☎856-3291
離乳食教室	①11月8日(火)②21日(月)、いずれも10時～11時半(9時半～)	4～5カ月児と保護者各回40組	離乳食の始め方や進め方について。試食あり。母子健康手帳、筆記用具、抱っこひも持参。※①②は同じ内容	①10月18日②24日から電話で。☎856-3291
お悩み解決! 離乳食マル特講座	11月14日(月)9時半～12時(9時～9時半)	7～11カ月児と保護者20組	離乳食の献立や進め方、時短方法について。歯科相談、保護者の骨密度測定も	10月31日から電話で。☎856-3291
幼児食教室	11月1日(火)10時～11時(9時45分～)	1～1歳6カ月児と保護者30組	幼児期の食生活について。おやつを試食、歯科相談あり	10月20日から電話で。☎856-3291
1歳児歯科健診	11月8日(火)9時～12時(9時15分～9時半、10時～10時15分)	1歳3カ月未満の乳幼児30人	歯科健診・歯科相談	10月18日から電話で。☎856-3264
禁煙相談	11月4日(金)13時半～	禁煙したい人4人	呼気CO検査、ニコチン依存度チェック、禁煙方法についての学習など	10月17日から電話で。☎856-3263
宮前区栄養士研修会	11月4日(金)14時15分～17時(14時～14時15分)	区内在住・在勤の栄養士・管理栄養士(休職中、未経験の人も可)	和食を活かした食育についての講演会。参加者同士の交流の場も	10月19日から電話で。☎856-3291

宮前区社会福祉協議会

区☎〒216-0033宮前区宮崎2-6-10☎856-5500、FAX852-4955

運転ボランティア(福祉有償運送運転者)養成講習

公共交通機関の利用が困難な人に対し、車両での移送サービスを行う運転ボランティアの養成講座。12月3日(土)10時～16時半、4日(日)9時半～16時50分、全2回。福祉・パルみやまえで。社会福祉協議会やNPO法人などでの活動を希望する30人。3,000円。 11月2日までに電話かFAXで。[抽選]

宮前スポーツセンター

区☎〒216-0011宮前区犬蔵1-10-3☎976-6350、FAX976-6358URLwww.miyamae-sc.com

初級/中級卓球教室

12月5日～3月13日の月曜(休館日と祝日を除く)、全10回。初級:9時～10時半、中級:10時35分～12時5分。6,470円。詳細はホームページか電話で。 10月31日(必着)までに往復ハガキに必要事項(市版5面)を記入し郵送で。[抽選]

市民プラザ

区☎〒213-0014高津区新作1-19-1☎888-3131、FAX888-3138

JAPAN DAY 写経体験/座禅体験

11月27日(日)①写経:10時～12時②座禅:13時半～15時半。市民プラザで。いずれも18歳以上の15人。各1,500円。 10月15日から直接か電話で。[先着順]

アリーノ(有馬・野川生涯学習支援施設)

区☎〒216-0002宮前区東有馬4-6-1☎853-3737、FAX853-3746

アリーノファミリーコンサート

ピアノ、マリンバ、ソプラノで「ドレミの歌」や「剣の舞」など。10月30日(日)11時～12時。アリーノ集会室で。 10月15日から直接か電話で。[先着順]

市消防防災指導公社

区☎☎366-2475、FAX272-6699

普通救命講習会I

心肺蘇生法やAEDの取り扱いを学びます。11月20日(日)9時～12時。宮前消防署で。30人。 11月8日から電話で。[先着順]