

宮前区統計データ  
(令和4年4月1日現在)  
人口 23万4,374人  
世帯数 10万4,246世帯



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



MIYAMAE

区の木「サクラ」  
区の花「コスモス」

2022(令和4)年 5月1日発行

【総合案内】☎044-856-3113

5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(☎044-856-3133 FAX)044-856-3119

宮前区  
オリジナル

区制40周年

## ♪ だいすき ♪ メロコス体操・ ダンスができました!



松本利夫さん(EXILE)



泉福寺ラジオ体操



川崎市消防音楽隊



警察官とピーガルくん・リリポちゃん



川崎フロンターレスクールとふろん太

コロナ禍での健康づくりや地域での多世代交流に取り組んでもらえるよう「だいすきメロコス体操・ダンス」を制作しました。広く親しまれている「宮前区ストレッチ体操～風の中で～」とも合わせて、体操・ダンスをして元気に過ごしましょう。

☎区役所地域支援課☎044-856-3302 FAX044-856-3237

### だいすきメロコス体操

幼児からシニアまで、幅広い世代を対象とした体操です。筋力向上につながる「しっかり編」(立位)と、座ったままでもできて運動機能回復につながる「ゆったり編」(立位・座位)の3種類があります。



「だいすきメロコス」という曲で、体操もダンスもできるよ!



区制40周年記念Tシャツを着たメロとコスミン

### だいすきメロコスダンス

大人も子どもも一緒に楽しめるダンスです。区内の幼稚園教諭などが振り付けを考えました。ダンス用にアレンジした楽曲「だいすきメロコス」にのって一緒に踊ってみませんか。



だいすきメロコスダンス

### 動画「だいすきメロコス体操 宮前区制40周年・みんなで体操編」の出演者

出演順に並べてみました

松本利夫さん(EXILE)→ボーイスカウト川崎第54団→区内小学生→鷺沼さわやか体操→泉福寺ラジオ体操→宮前区運動普及推進員→南平寿体操→認知症キャラバン・メイト(白幡劇団)→川崎市長(宮前区民)→宮前おやこの会 おひさま→宮前メロン農家→川崎フロンターレスクールとふろん太→冒険あそび場→赤ちゃん広場 宮崎→むかおかフェ実行委員会→MINAMIさんと地元ダンサー→「だいすきメロコス」音楽チーム→地域包括支援センター職員→川崎市消防音楽隊→HAPPYな音楽仲間 おとのわぐま→聖マリアンナ医科大学医学部生→区内保育園児・幼稚園児→障害者施設利用者→FSCウインドサーフィン→民生委員児童委員→宮前区長→向丘出張所職員→宮前区食生活改善推進員→かえるプロジェクト→北部市場で働く人→高齢者施設利用者→県立川崎北高等学校 生徒会→警察官とピーガルくん・リリポちゃん→生活環境事業所職員とかわるん→消防署職員と太助→図書館職員→主任児童委員  
宮前兄妹メロ・コスミン(たくさん出演!)

動画公開中

動画を宮前区公式YouTubeチャンネルで公開しています。「だいすきメロコス体操 みんなで体操編」は、区内30カ所以上の魅力スポットで撮影しました。市民文化大使の松本利夫さん(EXILE)など、区にゆかりのある約40の団体や個人が出演しています。



動画はこちらから

**DVD・CD貸出窓口** 区役所地域支援課☎044-856-3302 FAX044-856-3237  
体操・ダンスのガイド音声やカラオケ、川崎市消防音楽隊の演奏による「だいすきメロコス ブラスバンドバージョン」を収録したCDや、動画のDVDの貸し出しも行っていきます。川崎市消防音楽隊が編曲したブラスバンド用の楽譜を区HPで公開しています。

### 宮前区ストレッチ体操 ～風の中で～

ゆったりとした音楽に合わせて、全身の筋肉や腱を伸ばすことができる体操です。今回初めて動画を制作しました。



エコバッグをプレゼント!

体操やダンスをしている瞬間を撮影して送ると先着順でエコバッグがもらえるキャンペーンを実施中。画像データか写真をお送りください。区の広報に使う場合もあります。詳しくは区HPへ。  
☎区役所地域ケア推進課☎044-856-3300 FAX044-856-3237  
区HP



メロコスのイラスト入り



メロコスのイラスト入り

平瀬川は宮前区水沢を水源とした一級河川だよ。平瀬川は徳川家康が整備した二ヶ領用水とも深い関係があって、昔の平瀬川下流の一部が使用されていたんだって!

区制40周年



# 区制40周年事業

## 記念式典

区制40周年を祝し、「つながれ、ミライのまちへ」をテーマに開催します。宮前兄妹のメローとコスミンの披露や、太鼓、消防隊の音楽も。◎7月1日(金)14時～16時 宮前市民館大ホール 200人 申請  
5月20日から区HPで区役所総務課 ☎044-856-3123 FAX044-856-3119 [先着順]。  
※詳細はお問い合わせください。



区HP

## 「夏休み子どもあそびランド2022」あそびの達人募集

宮前市民館と市民広場を使って開催する「夏休み子どもあそびランド」で、子どもたちにあそびを教えてくれる人を募集します。◎8月20日(土)、21日(日)、10時～15時 ものづくりなどの特技や技術があり、8月20日、21日のどちらかに参加可能な人 申請 5月27日までに宮前市民館などで配布中の申込用紙を直接宮前市民館 ☎044-888-3911 FAX044-856-1436 [選考]



あそびの王様

## 冠事業

### 宮前区フォトコンテスト作品募集

区の魅力をアピールすることを目的としたフォトコンテストを開催します。撮影技術以上に写真の内容やメッセージ性を重視します。表彰式は区民祭当日に行うほか、入賞者には副賞を贈呈します。また全ての応募作品を宮前市民館2階市民ギャラリーで展示します。

**撮影対象** 「知ってほしい風景」、「まちづくり活動の風景」、「地域課題に関する風景」

**応募数** 1個人、1団体につき2点まで

**応募方法** 詳細は区役所などで配架中のチラシか区HPで

申請 6月1日～7月29日(必着)に直接、郵送、区HPで。



宮前区文化協会会長賞「縄文土器の思い出」



区HP

### 農家巡りウォーキング 参加者募集

「農マップ」を活用して、野川・有馬方面の農家を訪問します。◎6月28日(火)9時半～12時。荒天中止 申請 アリーノ集合 15人 ¥100円 申請 5月16日から直接か電話で。[先着順]

申請 〒216-8570区役所地域振興課  
☎044-856-3125 FAX044-856-3280

## 協賛事業

### ロコ体操教室@さぎぬま

シニア向けにポールを使った体操とウォーキングの教室を開催します。◎6月7日～28日の火曜、14時半～15時半 フロントウンスギぬま 各日20人 ¥各日600円 申請 5月15日から直接か電話で。[先着順]。※空きがあれば当日参加可

### 区民限定オンラインエクササイズヨガ「おやすみヨガ-EARTH-」

◎6月3日～24日の金曜、21時～21時45分、全4回 区内在住・在学・在勤の15人 ¥1,100円 申請 5月15日から直接か電話で。[先着順]。※詳細はフロントウンスギぬまHPで

申請 フロントウンスギぬま(土橋3-1-1)  
☎044-854-0210  
区役所地域振興課  
☎044-856-3177  
FAX044-856-3280



同施設HP

## 地域子育て支援センター土曜開所

広い室内や庭でのびのびと遊ぶことができます。予約の上、遊びにきてください。◎6月18日(土)10時～12時半、13時～15時半 地域子育て支援センターすがお 就学前の子どもと保護者、各回31組(入れ替え制) 申請 5月30日9時から電話か区HPで区役所保育所等・地域連携担当 ☎044-856-3290 FAX044-856-3237 [事前予約制]



区HP

## 新たな魅力発見!!! 「大好きみやまえ展」～「ぐる〜っとみやまえ」発刊10周年記念展示会～

自分の暮らすまち、みやまえ、がもっと好きになる! オススメのスポット、グルメ、イベントなどなど。知る人ぞ知る、みやまえの魅力をたっぷりご紹介いたします。どうぞお気軽に、お立ち寄りください。◎6月17日(金)～22日(水)、11時～15時 ※20日(月)は休館日です 宮前市民館2階市民ギャラリー 区役所企画課 ☎044-856-3133 FAX044-856-3119

## 市民館講座企画委員募集

今年度開催する男女平等について考える講座の企画委員を募集します。誰もが個人として自立し、多様な個性を生かして協力しながら、責任をわかち合える社会を目指すにはどうすればよいのか考えてみましょう。申請 5月27日までに直接か電話で宮前市民館 ☎044-888-3911 FAX044-856-1436

## 宮前スポーツセンター送迎サービスのご案内

木曜 【迎え】宮前平駅12時、13時10分 犬蔵1丁目12時10分、13時20分  
金曜 【迎え】犬蔵1丁目12時  
【送り】犬蔵1丁目13時半(宮前SC発)  
当日先着各9人 ※詳細はお問い合わせください 宮前スポーツセンター ☎044-976-6350 FAX044-976-6358



同センターHP

## 人生100年時代 体ととのえ、健やかライフ! ～今を楽しみ、未来に備える～

年齢にともない、筋力や心身の活力が低下した状態(フレイル)を予防し、充実したシニアライフを送るヒントを学びます。◎6月2日、9日、16日、23日、30日の木曜、14時～16時、全5回 菅生分館ほか 原則、区内在住で全回出席できるおおむね50歳以上の20人 ¥保険加入料100円 申請 5月19日までに直接、電話、区HPで 菅生分館 ☎044-977-4781 FAX044-976-3450 [抽選]



区HP

地域まもり支援センター 教室・相談案内 申請 区役所地域支援課 FAX044-856-3237  
会場:表記なしは、区役所1階健診フロア ※電話予約は9時から受け付けます

教室・相談・イベント名	日時(受付時間)	対象	内容・持ち物他	申請[先着順]
初期食教室(離乳食)	◎6月14日(火) ◎6月20日(月) 10時～11時(9時45分～)	区内在住で4カ月以降の乳児の保護者各20人	離乳食の始め方や進め方について。母子健康手帳、筆記用具、バスタオル持参。※①②は同じ内容。子ども同伴可	いずれも5月17日から区HPで。 ※「宮前区 離乳食」で検索
中・後期食教室(離乳食)	6月6日(月) 10時～11時(9時45分～)	区内在住で6～10カ月ごろの乳児の保護者20人	2回食以降の離乳食の進め方について。母子健康手帳、筆記用具、バスタオル持参。子ども同伴可	
アレルギー相談	6月16日(木) 14時～(13時45分～14時)	区内在住で0～6歳の子どもの保護者10組	医師による気管支ぜんそく、アトピー性皮膚炎など、アレルギー性疾患についての相談	5月17日から電話で。 ☎044-856-3302
食育キャンペーン	6月6日(月)～10日(金) 9時～17時(10日は15時まで)	区内で食育に取り組む施設や団体の活動をパネル展示で紹介します。 会場:区役所2階ロビー		—