



かわさき市政だより なかはら区版

中原区統計データ (平成26年9月1日現在)



人口: 24万4,120人



世帯数: 12万2,532世帯

●発行: 中原区役所 〒211-8570 中原区小杉町3-245
●編集: 中原区役所企画課 (☎744-3149 FAX 744-3340)

2014 (平成26) 年
10月1日発行

10月号

【総合案内】 ☎744-3113
お間違えのないように

10/19日 なかはら“ゆめ”区民祭 おめでとう! 川崎市制90周年記念



日時 10月19日(日)
10時~15時(荒天中止)
場所 等々力緑地

内容 地域の団体や学校などによる演奏、各種パレード(写真)、模擬店、古着の回収など
園区民祭実行委員会(区役所総務課内) ☎744-3124、FAX 744-3340

迫力の演奏を間近でお楽しみください

なかはらフォトコンテスト

「もっと もっと知りたいなかはら!!」をテーマに募集した写真の展示と一般投票を行います。お気に入りの作品に投票してください。

日時 10月19日(日)10時~15時
場所 市民ミュージアム
園区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX 744-3346



お出掛けに心地よい季節を迎えました。この機会に、なかはらの秋を満喫しませんか。

合同行政相談と人権啓発

国の行政全般と、相続・遺言・成年後見相談、人権相談のPRなど。

日時 10月19日(日)10時~15時
場所 とどろきアリーナ
園区役所地域振興課 ☎744-3153、FAX 744-3346

まちづくりカフェ

新たな総合計画の策定に向けて、区民の皆さんから市の将来像についての意見を伺います。

日時 10月19日(日)10時~15時
場所 模擬店ひろば
園総合企画局企画調整課 ☎200-0372、FAX 200-0401

市民ミュージアム ボランティアデー

みる・きく・あそぶ
ミュージアムまるごと体験

展示ガイド、ワークショップなど、ミュージアムボランティアによるイベントの他、ミュージアムツアーを一日楽しめます。ボランティア相談コーナーも。

日時 10月19日(日)10時~16時
場所 市民ミュージアム
園市民ミュージアム ☎754-4500、FAX 754-4533

11/1土 なかはら福祉健康まつり

「であい ふれあい ささえあい」をテーマに、福祉や健康に関わる区内約50団体で行うイベントです。

日時 11月1日(土)10時~14時
場所 区役所5階会議室他
内容 福祉健康体験ウオークラリー、福祉・健康関係団体活動紹介、団体自主製品販売、バザー・模擬店、手話コーラス、パネル展示、食事バランスガイド・試食コーナー、リズム体操、ストレッチ、エクササイズ体験、コンサートなど

園なかはら福祉健康まつり実行委員会事務局(区社会福祉協議会内) ☎722-5500、FAX 711-1260。区役所地域保健福祉課 ☎744-3252、FAX 744-3342



なかはらパンジー体操を実演

11/8土 なかはら子ども未来フェスタ

「きて・みて・遊んで 支え合う笑顔の輪」をテーマに、子育て中の家族が楽しく交流できるイベントです。

日時 11月8日(土)10時~15時
場所 区役所5階会議室他
内容 ステージ(人形劇、チアリーディング=写真)、おもちゃ作り、おもちゃの病院、絵本の読み聞かせ、ミニ出店コーナー、展示コーナーなど
園区役所こども支援室 ☎744-3239、FAX 744-3196

新区長あいさつ

このたび、中原区長に就任した鈴木賢二です。

中原区は、等々力緑地や多摩川などの自然に恵まれ、文化・スポーツ・レクリエーションの拠点として市民ミュージアムや等々力陸上競技場などの施設を有する一方で、武蔵小杉駅周辺の再開発事業により都市機能の充実が図られ、新しいまちづくりが進められています。

このような中、子育てや高齢者の見守り、地域の安全・安心、新たな地域コミュニティの形成など、さまざまな課題もあります。これらの課題の解決に向け、地域の魅力ある資源や豊かな自然、新たな街並みを生かした特色あるまちづくりを、区民の皆さまと力を合わせて取り組んでいきます。



鈴木賢二
中原区長

区内の情報をさまざまなメディアが発信

なかはらメディアネットワーク



テレビ イッツコム なかはらスマイル (地デジ11ch、デジアナ9ch)
水・金曜 17:45~17:54 / 土・日曜 10:35~10:44
かわさきFM Enjoy ★ なかはら (79.1MHz)
金曜 11:00~11:30 / (再放送) 21:00~21:30

Web k-press 中原区ニュース
タウンニュース中原区版 毎週金曜発行
タマジン 年4回発行
ママとKidsの街歩き 年3回発行

園区役所企画課 ☎744-3149、FAX 744-3340

「秋のイベントラリー」実施

区内の秋のイベントに参加してスタンプを3つ集めよう。スタンプ台紙は、区役所・市民館などの情報コーナーで配布中の左記メディア発行物内にあります。詳細はスタンプ台紙が区ホームページをご覧ください。

10/26日 区民総ぐるみスポーツ大会



いろいろなゲームが楽しめます

日時 10月26日(日)9時~14時ごろ(雨天中止)
場所 等々力緑地内催し物広場
内容 子ども向けスポーツラリー(サッカーナイン、ピッチングゲーム、アメフトゲーム)
対象 小学生以下
園区役所地域振興課 ☎744-3323、FAX 744-3346。※当日の問い合わせは6時半から区役所守衛室 ☎744-3192

11/3祝 青少年吹奏楽コンサート

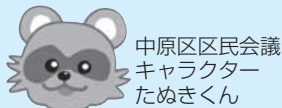
日時 11月3日(祝)12時~16時半(開場11時半)
場所 総合福祉センター(エポックなかはら)
出演 西中原・井田・玉川・宮内・平間・今井・中原・住吉中学校、川崎工科・住吉・法政大学第二高等学校、大西学園中学校・高等学校、橘高等学校(演奏順)。区内11校有志による合同演奏も
ゲスト 洗足学園音楽大学Get Jazz Orchestra
園中原区青少年吹奏楽コンサート実行委員会(区役所地域振興課内) ☎744-3160、FAX 744-3346



区民会議を傍聴しませんか

今期の検討テーマを決定します。皆さん、ぜひ傍聴に来てください。

日時 10月15日(水)14時～16時(開場13時半)
場所 区役所5階会議室 傍聴 当日先着50人
区役所企画課 ☎744-3149、FAX744-3340



区のお知らせ掲示板 の申し込み方法は市版5面参照

募集・案内

◎ゴスペルコーラス隊メンバーを募集

27年3月8日(日)に開催する区民手作りの音楽イベント「In Unity(イン・ユニティ)2015」で歌うゴスペルコーラス隊のメンバーを募集します。小学生以上で練習、本番に参加できる100人。練習日…12月14日、27年1月18日、2月8日、22日の日曜。3,000円(衣装代など)。囲11月28日(必着)までに区役所などで配布中の応募用紙に必要書類を添えて直接、郵送、区ホームページで〒211-8570中原区役所地域振興課「InUnity2015実行委員会」☎744-3324、FAX744-3346。[抽選]

◎こすぎコアパークでインユニミニライブ

区内で活動するアマチュアミュージシャンやダンスグループによるIn Unity(イン・ユニティ)のミニライブです。11月1日(土)11時～15時。こすぎコアパークで(小杉町3-1302)。雨天中止。区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。

◎なかはら まち探検～こどもも大人も体験ツアー

商店街などでまちの仕事を体験します。フォトブック制作も。11月15日(土)9時45分～12時半 ①新丸子コース ②小杉コース、13時半～16時 ③向河原コースのいずれか1コースと11月30日(日)10時～12時半、全2回。小年生以上、30人(小学生は保護者同伴)。囲10月16日9時から直接か電話で区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。[先着順]

◎なかはらの魅力発信講座

中原街道など区の歴史を学び、現地を歩きます。①11月17日 ②12月8日 ③27年1月5日 ④2月23日 ⑤3月30日の月曜、全5回。①④…講座、13時半～15時半、②③⑤…まち歩き(荒天中止)、②⑤10時～12時、③9時半～15時。区役所他で。全回参加できる30人。囲11

総合型地域スポーツクラブ 平間スポーツレクリエーションクラブ活動日程

種目	日程	時間	場所	参加費
卓球広場	10月25日(土)	10:00～12:00	平間小学校 多目的教室	高校生以上200円 中学生以下100円
ヨガ教室		10:00～11:30	平間小学校 特別活動室	500円

※予約・用具不要(ただし、ヨガマットは数に限りがあります)。飲み物は各自持参。運動に適した服装で。区平間スポーツレクリエーションクラブ(滝口) ☎070-6980-7949。区役所地域振興課 ☎744-3323、FAX744-3346

月4日(必着)までに往復ハガキで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。[抽選]

◎親子で一緒にパフェ作り教室

喫茶店のスタッフからパフェの作り方を学びます。11月8日(土)14時～16時。喫茶店いーはとーぶで(木月2-4-1)。10組20人。1人800円。囲10月29日(必着)までに往復ハガキで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3161、FAX744-3346。[抽選]

◎ハンギングバスケット作り講座

季節の花を飾って楽しめるハンギングバスケットを作ります。11月26日(水)13時半～15時半。区役所5階会議室で。20人。2,500円。ゴム手袋持参。囲10月31日(必着)までに往復ハガキで〒211-8570中原区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。[抽選]

◎市民健康の森

①10月19日(日)下草刈り ②11月9日(日)どんぐり工作会。いずれも9時に市民健康の森入り口広場集合。軍手持参。雨天中止。区中原区市民健康の森を育てる会 ☎788-6579。区役所地域振興課 ☎744-3324、FAX744-3346。

◎歩こう会

11月9日(日)元住吉駅改札に8時集合、8時半出発。11時ごろ解散。元住吉駅～国際交流センター～区役所。約5^分。当日直接。雨天中止。区役所地域振興課 ☎744-3323、FAX744-3346。※当日の問い合わせは6時半から区役所守衛室 ☎744-3192。

◎親子連続講座「ミミケロひろば」

11月5日(水)、12日(水)、29日(土)、12月3日(水)、10時～11時、全4回。中丸子保育園で。24年4月～25年3月生まれの子どもと保護者10組。囲10月16日9時から直接か電話で区役所こども支援室 ☎744-3288、FAX744-3196。[先着順]

◎年末たすけあい運動「見舞金」申請のお知らせ

年末たすけあい募金に寄せられた寄付金を在宅の障害者のいる世帯などへ配布。要件・審査などあり。詳細はお問い合わせください。囲10月31日(消印有効)までに区

健康ワンポイント 第7回 自分の健康は自分でつくる!

少子高齢化が進む現代社会。膨らみ続ける医療費を抑えるカギは、ずばり「生活習慣病予防」。あなたの健康をつくるのは、あなた自身です。



健康的な生活習慣を身に付けるためのススメ

- ☆主食・主菜、副菜をそろえ、1日3食しっかり食べる。
- ☆早寝早起きで規則正しい生活と質の良い睡眠を取る。
- ☆適度な運動で適正体重を維持する。
- ☆禁煙と適正飲酒。
- ☆定期的に健康診断や歯科検診を受診し、自分の健康をチェックする。
- ☆健康づくりの事業やイベントを通して、地域とつながりをもつ。

区役所地域保健福祉課 ☎744-3261、FAX744-3342

社会福祉協議会で配布中の申請書と証明書の写しを直接か郵送で〒211-0067中原区今井上町34和田ビル1階(福祉パルなかはら内)区社会福祉協議会 ☎722-5500、FAX711-1260。

◎普通救命講習

11月10日(月)13時半～16時半。中原消防署講堂で。30人。囲10月28日から直接か電話で中原消防署救急係 ☎411-0119、FAX411-0238。[先着順]

◎は～あとまつり2014

療育体験、出店、ステージ企画、ゲーム、地域の情報コーナーなど。10月18日(土)10時～14時。中央療育センターで。区中央療育センター ☎754-4559、FAX788-9263。

◎いきいき健康フェア

元気で生き生きとした生活を送るため、認知症予防に関する講話と運動を行います。11月7日(金)14時～15時半。中原老人福祉センター(中原いきいきセンター)で。60歳以上。区中原老人福祉センター ☎777-6000、FAX777-2833。

中原市民館からのお知らせ

区 ☎433-7773、FAX430-0132
〒211-0004新丸子東3-1100-12

◎区文化協会文化祭

◎芸能・茶会・展示の部…10月25日(土)、26日(日)、10時～17時。中原市民館で。ギャラリー展は29日(水)まで。茶会の部のみ菓子代300円。
◎菊花展…10月29日～11月16日、9時～16時。等々力緑地で。11月3日(祝)に審査会を実施。詳細はお問い合わせください。

◎親子でボディパーカッション

12月6日(土)。中原市民館で。①10時15分～10時45分、1歳児と保護者15組 ②11時15分～11時45分、

2歳児と保護者15組。囲11月14日(消印有効)までにハガキ、FAX、区ホームページで。[抽選]

区役所地域保健福祉課からのお知らせ

区 ☎744-3261、FAX744-3342

◎健康づくりのための生活習慣病予防シリーズ①「身近な高血圧予防」

10月23日(木)、11月12日(水)、13時半～15時、全2回。区役所5階会議室で。60人。囲10月16日から直接、電話、FAXで。[先着順]

◎39歳までの健診・保健指導

検査…11月4日(火)、結果説明…11月18日(火)。いずれも受け付け9時～9時15分。区役所別館で。区内在住で健診の機会がない18～39歳の20人。1,650円。囲10月16日から直接か電話で。[先着順]

◎禁煙相談

11月17日(月)10時45分～11時。区役所別館で。20歳以上。事前予約制。囲11月15日までに直接か電話で。

◎元気のための第1歩!～腰・膝痛を防いで介護予防

10月30日(木)14時～15時半。区役所5階会議室で。60歳以上、60人。囲10月16日から直接か電話で。[先着順]

◎元気のための第1歩!～口から始める介護予防

11月5日(水)14時～15時半。区役所5階会議室で。60歳以上、60人。囲10月16日から直接か電話で。[先着順]

◎高齢者の見守り・支え合いについて考えるワークショップ

11月20日、12月4日の木曜、13時半～16時、全2回。区役所5階会議室で。60人。囲10月20日から直接か電話で。[先着順]

とどろきアリーナ 第3期スポーツ教室

	教室名	期間	時間	費用
①	シェイプエアロ&イーリートレーニング	1/7～3/25(2/4、11を除く)の水曜	13:30～14:30	5,500円
②	やさしいヨガ		12:15～13:15	
③	シェイプアップボクシング	1/9～3/27(1/23、2/6、20を除く)の金曜	18:30～19:45	6,800円
④	ラテンエアロ		10:45～11:45	
⑤	フィットネスヨーガ	1/9～3/27の金曜	17:00～18:15	9,000円

※いずれも15歳以上(中学生を除く)で、定員20人。詳細はお問い合わせください。囲12月8日(必着)までに往復ハガキに、必要事項と教室名を記入し〒211-0052等々力1-3とどろきアリーナ ☎798-5000、FAX798-5005。[抽選]