

12
月号

たま 区版

水と緑と学びのまち

発行: 多摩区役所

〒214-8570 多摩区登戸1775-1

総合案内 ☎044-935-3113

編集: 多摩区役所企画課 (☎935-3147 ☎935-3391)



ハナモスで覚えてね

2014 (平成26)年 12月1日 発行

多摩区統計データ (平成26年11月1日現在)

人口 21万4,032人

世帯数 10万5,260世帯

寒さに負けない体づくり

寒さ増すこの時季、ウォーキングや料理などで楽しく健康づくりしましょう。

多摩区健康ウォーク体験教室

健康づくりと介護予防を目指して、七福神を巡るウォーキング教室を開催します。新しい年の多幸を祈念しながら一緒に歩きませんか。

①観音寺→盛源寺→廣福寺→安立寺

日時 1月8日(木)9時10分～9時半に生田駅集合、12時半ごろ安立寺解散。※雨天時は1月15日(木)に延期

②香林寺→潮音寺→高石神社

日時 1月15日(木)9時10分～9時半に読売ランド前駅南口集合、12時ごろ百合ヶ丘駅解散。※雨天中止

定員など 両日参加できる40人。50円(保険料)。飲み物・タオル・雨具持参

围園12月15日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3294、☎935-3276。[先着順]

男の料理教室<講演と調理実習>

初心者でもできる料理の基本・おいしい料理

料理をしたことがない人大歓迎です。料理の基本を楽しく覚えましょう。

日程 ①1月23日(金)、30日(金) ②2月20日(金)、27日(金)

※①②とも全2回、内容は同じです

時間 いずれも9時半～13時半

場所 区役所保健福祉センター1階栄養室

対象 ①か②の全2回参加できる区内在住の男性、各16人

講師 金丸恵子(管理栄養士)、村松博(調理師)

費用 材料費(実費)

持ち物 エプロン・三角巾・布巾・タオル

围園12月17日から直接か電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3117、☎935-3276。[先着順]



長尾神社の「射的祭」

1月11日(日)に長尾神社(長尾3-10-1)で五穀豊穡や地域の安全を祈願して矢を射る伝統行事「マトー」が開催されます。1月9日(金)には子之神社(菅北浦5-4-1)で「お酌祭」が開催されます。

パサージュ・たま事業

障害に関する展示など。

日時 1月15日(木)10時～14時

場所 区役所1階アトリウム
区役所地域保健福祉課 ☎935-3267、☎935-3276

今月の市民健康の森

◆活動日時◆

12月21日(日)9時半～昼ごろ

雨天時28日(日)に延期

日向山の森(東生田緑地)

集合場所: 頂上広場

围園日向山うるわし会事務所(石郷岡)

☎944-1941(9時～18時)

区役所地域振興課

☎935-3131、☎935-3391

大人の女性が知っておきたい からだ講座

女性の体の基礎(性周期など)を学びながら、妊娠や出産(避妊も含め)というイベントを人生の中でどのように位置付けるかを考えます。

日時 1月30日(金)13時半～15時

場所 保健福祉センター1階第1相談室

対象 おおむね18歳以上の女性20人

講師 杉千恵(調布病院助産師)

围園12月15日から直接か電話で区役所児童家庭課 ☎935-3264、☎935-3119。[先着順]

多摩地区消防出初め式

消防隊・消防団による分列行進・一斉放水など、見応えのある新春恒例の行事を見に来ませんか。

※雨天時は区役所11階会議室で式典のみ実施します

日時 1月11日(日)10時～11時半

場所 ニヶ領せせらぎ館付近(多摩川河川敷)

区多摩消防署予防課 ☎933-0119、☎922-8161

インフルエンザ予防の 6つの対策

冬はインフルエンザが流行しやすい季節です。効果的な感染予防を心掛けましょう。

区役所衛生課

☎935-3310、☎935-3394

- ①ワクチン接種…毎年流行前に受けることが大切です。
- ②手洗い…帰宅後や食事前は、せっけんて手を洗いましょう。
- ③人ととの接触を減らす…不要な外出を控え人混みを避けることで感染の機会を減らします。
- ④せきエチケット…せきやくしゃみが出るときは、ティッシュペーパーなどで口や鼻を覆い、他の人がいない方を向きましょう。マスクの着用も大切です。
- ⑤抵抗力を付ける…バランスの良い食事と十分な睡眠を取りましょう。
- ⑥室温・湿度に注意する…室内は暖かく湿度を50～60%に保つことで、感染しにくい環境を作りましょう。

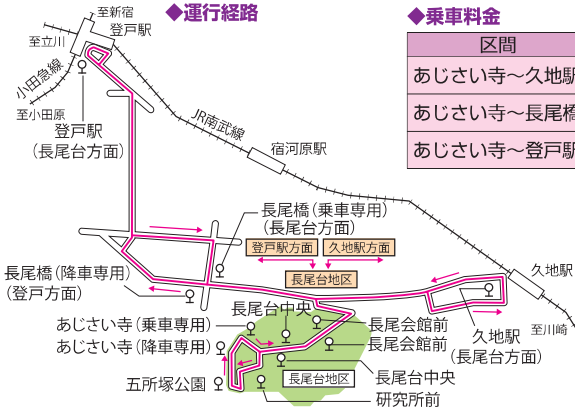
長尾台地区コミュニティバス「あじさい号」の本格運行を開始します

長尾台地区では、住民による「長尾台コミュニティ交通導入推進協議会」で、新たな交通手段の導入を検討してきました。このたび、コミュニティバス「あじさい号」の本格運行を開始します。また、運行開始に当たり、出発式をあじさい寺で行います。

運行開始日 12月13日(土)(始発:あじさい寺10時10分発久地駅行き)

運行経路 あじさい寺～久地駅、あじさい寺～長尾橋～登戸駅(経路図参照)

運行日・時間 平日6時半～22時20分、土曜10時10分～17時45分(日曜、祝日は運行なし)



住民票などは、登戸行政サービスコーナー ☎933-3000、菅行政サービスコーナー ☎945-2730へ。平日7時半～19時、土・日曜(祝日除く)9時～17時

生田緑地★情報 ふくふくミニ門松づくり 参加者募集

生田緑地の管理で発生した竹や松を使って、自分だけの「ふくふくミニ門松」を作ります。事前申込制です。※雨天時は屋内で行います
日時 12月20日(土)10時～12時、13時～15時
場所 生田緑地中央広場
費用 2,000円
 囲田12月15日までに電話で生田緑地東口ビジターセンター☎933-2300
 囲生田緑地整備事務所☎934-8577、FAX934-8578



手作りの門松で正月を迎えませんか

年末年始のごみ収集日程

資源物・普通ごみの収集日

年末は12月31日(水)まで、年始は1月5日(月)から、収集曜日通り収集を行います。

【資源物】と【普通ごみ】の収集日程

12月31日(水)まで	1月1日(木)～4日(日)	1月5日(月)から
収集曜日通りに収集します	資源物・普通ごみの収集はありません	収集曜日通りに収集します

※資源物はミックスペーパー・プラスチック製容器包装、空き缶・ペットボトル、空きびん、使用済み乾電池

小物金属の収集日

年末は12月26日(金)まで、年始は1月5日(月)から。
 ※収集日は月2回ですので、間違えないようお願いします

粗大ごみの申し込み【粗大ごみ受付センター】

☎930-5300、FAX930-5310(聴覚などに障害がある人専用)

- 年末の受け付けは、12月30日(木)まで。年始の受け付けは、1月5日(月)から
- 受付時間は、8時～16時45分(月～土曜)
- 申し込みは収集日の3日前(土・日曜、祝日を除く)まで
- 申し込みが多い場合は、次回の収集日になることがあります。早めに申し込んでください

※市ホームページ「ネット窓口かわさき」からも申し込みます(初めに利用者登録が必要)

囲多摩生活環境事業所☎933-4111、FAX934-8550

**区のお知らせ掲示板
 申し込み方法は市版5面参照**

★多摩スポーツセンター

〒214-0038多摩区菅北浦4-12-5
 囲☎946-6030、FAX946-6032

★冬休みこどもハンドボール教室

1月10日(土)、11日(日)、9時半～11時半、全2回。同センター大体育室で。両日参加できる小学3～6年生、10人。参加費1,000円。囲12月15日9時から電話で。[先着順]



みんなが楽しくハンドボール

●多摩老人福祉センター

〒214-0112多摩区中野島5-2-30
 囲☎935-2941、FAX935-5024

●ダンスパーティー参加者募集

社交ダンスやラウンドダンスを楽しみませんか。12月24日(水)13時半～15時10分。同センター3階ホールで。市内在住の60歳以上、80人。囲12月15日9時から直接か電話で。[先着順]

◆多摩消防署

〒214-0032多摩区枳形2-6-1
 囲☎933-0119、FAX922-8161

◆普通救命講習会

心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の使用方法を講義や実技で学びます。1月29日(木)13時半～16時半。多摩消防署3階講堂で。市内在住・在勤・在学の30人。囲1月13日から直接か電話で。[先着順]

▼多摩市民館

〒214-8570多摩区登戸1775-1
 囲☎935-3333、FAX935-3398

▼多摩ふれあいまつり実行委員募集

6月21日(日)開催の「多摩ふれあいまつり」の実行委員を募集します。多摩ふれあいまつりでは「わたしとあなたとこの街と」をテーマに、障害のある人や支援団体が日ごろの地域で行っている活動に関する情報などを発信します。企画や当日の運営を通じて、一緒に祭りを盛り上げませんか。毎月第2木曜、18時～20時。多摩市民館で。高校生以上。囲1月31日までに電話かFAXで区社会福祉協議会☎935-5500、FAX911-8119。

市民ミュージアム 学芸員研究ノート

市民ミュージアム美術館部門の学芸員が、絵画、写真、映像などにおける調査研究の成果を、市民の皆さんに発表する連続シリーズです。興味のある回だけの参加もできます。

◆日程・内容

月日	時間	内容
1月17日(土)	11時～12時半	写真の保存について
	14時～15時半	少女マンガのルーツをたずねて～手塚治虫から水野英子まで
1月24日(土)	11時～12時半	美術としての映画について～映画メディアと表現の変容
	14時～15時半	多摩に生きた画家、田中岬～その色と絵肌
1月31日(土)	11時～12時半	収蔵品をひも解く～日清・日露戦争の写真記録
	14時～15時半	映像で見る昭和の時代～関東大震災の記録と復興、戦前から開戦まで、敗戦と終戦直後まで

会場 区役所6階601会議室

定員 各回50人

囲各開催日の1週間前(必着)までに、往復ハガキかFAXに参加者の氏名、住所、電話番号、FAX番号(FAXで申し込む場合)、参加人数、希望する回を記入し〒211-0052中原区等々力1-2市民ミュージアム「学芸員研究ノート」係☎754-4500、FAX754-4533。[抽選]。ホームページ(☎http://www.kawasaki-museum.jp/)からも申し込みます。



新しい発見をしてみませんか

**野良猫の世話は
 ルールを守って行おう**

野良猫が地域住民の生活に被害を与えているという相談が、多く寄せられています。「かわいそう」「かわいい」と思い餌を与えることが、かえって野良猫のためにならないことがあります。市では、猫との共生の方法の一つとして「川崎市猫の適正飼養ガイドライン」の中で「地域猫活動の基本ルール」を定めています。

地域住民の合意…餌を与えるには、地域住民の納得と合意が大切です。給餌者を明確にして、活動内容についてよく話し合いましょう

給餌方法…餌は、土地所有者の了承を得た場所で与え、片付けまで行い、清潔にすることを心掛けましょう

トイレ…猫に餌を与えていれば、トイレの問題が生じます。土地所有者に了承を得てトイレの設置や清掃などを行いましょ

不妊去勢手術…これ以上増えないように不妊去勢手術を受けさせましょ

被害防止のために

猫が敷地に入りづらくする対策として、超音波発生装置(ガーデンバリア)の貸し出しを行っています。ご相談ください。

囲区役所衛生課☎935-3310、FAX935-3394

保健福祉課の健診案内 囲区役所地域保健福祉課☎935-3276

	日程	受付時間	内容・対象など	囲[先着順]
39歳までの健診・保健指導	検査日 12月24日(水)	9時～9時20分	身体・血圧・骨密度測定、尿・血液検査と結果指導。両日とも受けられる18～39歳の区内在住の25人。1,650円。※妊婦・産後1年以内の人、年度内に40歳を迎える人、国民健康保険に加入の「35～38歳健診」対象者は、受けられません	12月17日から電話で☎935-3301☎935-3294
	指導日 1月28日(水)	10時～10時半		
	検査日 1月28日(水)	9時～9時20分	1歳～3歳健診対象者は、受けられません	
	指導日 2月25日(水)	10時～10時半		
1歳児歯科健診	1月8日(木)	①9時～9時半 ②9時半～10時	歯科健診と歯科相談。1歳3カ月未満で歯が生えている乳幼児、各回15人	12月15日から電話で☎935-3301

※電話受付時間は8時半～12時、13時～17時15分
 ※会場は区役所保健福祉センター。車での来場はご遠慮ください