



広報よこはま金沢区版

No.302

12月号



金沢区幸せお届け大使  
ぼたんちゃん

# かなざわ



なかしま  
福祉保健課 中島職員

## あなたの近くに！ 地域ケアプラザ

～金沢区地域ケアプラザのご紹介～



### 地域ケアプラザって??

地域ケアプラザは、地域の誰もが利用できる施設です。小さな子どもから高齢者まで、障害の有無にかかわらず誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な生活の相談窓口であるとともに、地域づくりのお手伝いとしてさまざまな人に向けた催しを行っています。今回は、金沢区内にある9つの地域ケアプラザの取組の一部をご紹介します。

#### 1 並木地域ケアプラザ

(富岡東2-5-31 ☎775-0707)

子育てサロンなみき

子育ての悩みや不安を、ボランティアに相談できます。読み聞かせ、ふれあい遊び、パネルシアター等も行っています。



#### 2 富岡東地域ケアプラザ

(富岡東4-13-3 ☎776-2030)

ポッチャ楽しむう

子どもから高齢者まで障害があってもなくても誰でも楽しめるポッチャを通じて、交流を深めています。



#### 3 富岡地域ケアプラザ

(富岡西7-16-1 ☎771-2301)

花だん隊

富岡小学校の3年生と地域の人の活動です。季節によって、花苗やじゃがいも、大根の種まきを行い収穫まで体験します。



#### 4 能見台地域ケアプラザ

(能見台東2-1 ☎787-0991)

にこにこ広場

未就園児の親子を対象とした遊びの広場です。手遊び、歌遊び、工作などで楽しく交流しています。



#### 5 泥亀地域ケアプラザ

(泥亀1-21-5 ☎782-2940)

いちばん星

障害のある人を対象とした活動です。体操の先生を講師としてお招きし、皆さんと身体を動かすことでリフレッシュの機会になっています。



#### 6 釜利谷地域ケアプラザ

(釜利谷南2-8-1 ☎788-2901)

ドッグセラピー

セラピー犬と遊んだり、お世話が出来る活動です。犬と触れ合うことで心が癒され、やすらぎの空間を提供します。



#### 7 西金沢地域ケアプラザ

(釜利谷南3-22-3 ☎788-2228)

大人の談話室

地域住民が講師となり、自身の知識や経験を生かし、さまざまなジャンルのテーマについて発表します。



#### 8 柳町地域ケアプラザ

(柳町1-4 ☎790-5225)

おひさま広場

障害児・者を対象とした事業です。偶数月はお菓子作りと動画鑑賞、奇数月は美術の講師と制作活動を行っています。



#### 9 六浦地域ケアプラザ

(六浦5-20-2 ☎349-5141)

学習支援 むうたん塾

小・中学生が対象の学習支援です。地域の元教員や大学生ボランティアが子どもに合わせた学習のサポートを行っています。



～六浦地域ケアプラザの電話・FAX番号変更のお知らせ～

10月4日から下記のとおり変更となっております。おかけ間違いのないようご注意ください。

新代表電話番号：349-5141  
新FAX番号：349-5119



#### 10 西柴地域ケアプラザ・西柴コミュニティハウス 新規開所のお知らせ

開所日 令和5年3月予定  
所在地 〒236-0012 柴町343番地の5

地域ケアプラザでは、福祉保健活動のための施設利用やボランティア活動の支援も行っています。また、福祉・保健の専門員が無料で相談を受け付けています。お気軽に、各地域ケアプラザにお問合せください。

地域ケアプラザをもっと知りたい人は… HP 横浜市 地域ケアプラザ 検索 または 事業企画担当まで

この記事に関する問合せ 事業企画担当(4階409) ☎788-7824 fax784-4600

12月の土曜開庁日10日・24日 9時～12時  
戸籍課、保険年金課、こども家庭支援課で一部業務を行っています。

金沢区のいま 区の人口 196,599人 (前年同月比1,163人減)  
令和4年11月1日 現在推計 世帯数 90,838世帯



【金沢区役所】〒236-0021 金沢区泥亀2-9-1 ☎788-7878(代表) 一 番号のお掛け間違いにご注意ください 一

# 私たちと一緒に スポーツで横浜と金沢を盛り上げましょう!

## ～金沢区スポーツ推進委員の活動を紹介します～



金沢区スポーツ  
推進委員連絡協議会  
会長 小池 護 さん

私たちスポーツ推進委員は、各種スポーツ大会の運営や競技指導などを通して、皆さんが元気に生き生きと生活できるよう、活動しています!  
横浜マラソンやワールドトライアスロンシリーズ横浜大会など大規模大会の運営に携わることができる点も魅力です!!

私たちは市内スポーツ大会の運営協力や、各地区でのスポーツイベントなど、さまざまな場所で活躍しています!!



ワールドトライアスロン  
シリーズ横浜大会



### 活動内容をご紹介します!



地区の独自イベントや町内行事のお手伝いもしています!

金沢区スポーツ  
推進委員連絡協議会  
副会長  
おだわら みのる  
小田原 稔さん



世代交流ワクワクスポーツ大会(グラウンドゴルフ大会)  
(六浦西地区)



金沢まつり  
いきいきフェスタ(ペタンク)



夏季小学生  
ソフトボール大会



成人バレーボール大会  
(春・秋)

### 主催大会も!

新型コロナウイルス感染症の影響により中止が続いていましたが、主催大会も徐々に再開していきます!



金沢区スポーツ  
推進委員連絡協議会  
副会長 高島 雄二さん

### あなたもスポーツ推進委員になってみませんか?

地区行事や市内のスポーツ大会等に参加して一緒に横浜と金沢をスポーツで盛り上げましょう!

令和5年4月から活動するスポーツ推進委員の推薦を自治会町内会に依頼しています。

- ▶ 任期: 令和5年4月～令和7年3月(2年間)
- ▶ 対象: 新任は原則65歳未満の人  
再任は原則70歳未満の人

詳しくは、下記へお問合せください。

区内自治会町内会に推薦の依頼をしています!



金沢区スポーツ  
推進委員  
連絡協議会  
副会長  
ひぐち こういち  
樋口 浩一さん



皆さんと一緒に活動できることを楽しみにお待ちしております!

金沢区スポーツ  
推進委員  
連絡協議会  
副会長 森井 俊光さん

# 保存版 心肺蘇生法

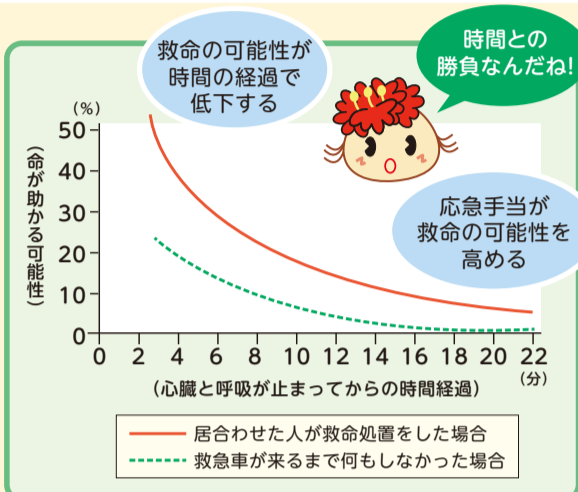
## 大切な人のためにあなたができること

もしも、あなたの大切な人(家族や友達など)が目の前で倒れ、心臓や呼吸が止まってしまったら・・・あなたならどうしますか？  
 何もしていないでいたら、「救える命」も救えなくなってしまいます。  
 このような時、その場に居合わせた人から、救急隊へ、そして医師へと救命の連鎖が行われたなら、命を救える可能性は高くなります。  
 大切な人の命を守るため、救命処置の仕方を覚えましょう！

### 周囲の安全確認



近寄る前に必ず自らの安全を確かめてください。



### 心肺蘇生 (乳児・小児除く※)

胸骨圧迫と人工呼吸の組合せを心肺蘇生と言います。  
 ※乳児・小児については下記二次元コードからご覧ください

### 人工呼吸 (省略可能)

傷病者の口を自分の口で覆い鼻をつまんで胸が軽くふくらむくらいの息を約1秒かけて吹き込みます。  
 これを2回行います。



30回の胸骨圧迫と2回の人工呼吸を繰り返す。



### 反応(意識)を確認

両肩をたたきながら呼び掛け反応(意識)があるかないかを調べます。



### 具合を尋ねる(必要な応急手当)

必要に応じて救急車を呼ぶか医療機関を受診しましょう。



反応(意識)あり

### 反応なし または判断に迷ったら

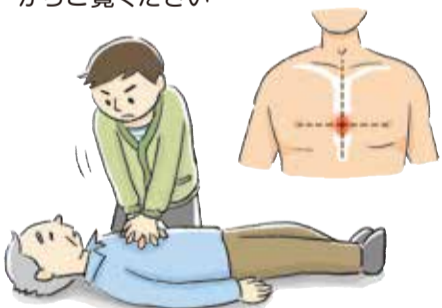
### 119番通報とAEDの依頼

大きな声で「誰か来てください。人が倒れています。」と助けを求めましょう。



### 胸骨圧迫 (乳児・小児除く※)

手のひらの付け根で胸の真ん中を  
 ・強く(胸が約5cm沈む程度)  
 ・速く(1分間に100~120回)  
 ・絶え間なく(中断を最小にする)圧迫します。  
 ※乳児・小児については下記の二次元コードからご覧ください



### 呼吸の確認

10秒以内で胸や腹部の上がり下がりを見て普段通りの呼吸をしているかを判断します。



普段通りの呼吸なし または判断に迷ったら

普段通りの呼吸あり

### 回復体位

様子を見ながら、救急車を待ちます。



反応はないが普段通りの呼吸をしていたら、窒息しないように横向きに寝かせ、下あごを前に出して気道確保します。

### AEDが届いたら

- ①電源を入れる
- ②パッドを貼る
- ③心電図の解析
- ④電気ショックと心肺蘇生の再開
- ⑤心肺蘇生とAEDの繰り返し

※心肺蘇生を中止するのは  
 ①救急隊に引き継いだとき  
 ②傷病者が目を開けた場合や普段通りの呼吸をしたとき

AEDは電源を入れるとメッセージが流れます。ふたを開けると電源が入るタイプもあります。メッセージに従って操作してください。



横浜市消防局  
 マスコットキャラクター  
 ハマくん

心肺蘇生法の動画は、右記の二次元コードからご覧ください。  
 (乳児・小児の実施方法もご覧いただけます。)  
 また、実技の体験をご希望の場合は、下記までご連絡ください。



今月11日以降の記事を掲載 ※料金表示のない催しは無料

# 区役所からの お知らせ

区役所への郵便物は  
〒236-0021 金沢区泥亀2-9-1 金沢区役所〇〇係



- ☎ 電話
- 📠 ファクス
- ✉ Eメール
- 🏠 ホームページ
- 🕒 日時・期間
- 📍 会場
- 📄 内容
- 👤 対象・定員
- 💰 費用
- 👜 持ち物
- 📋 コース
- 👤 講師・出演者
- 🗨 問合せ
- 📅 要予約
- 📄 申込み
- 🪟 窓口
- 👤 当日直接(申込み不要)
- 🏠 休館日

**必要事項** 必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面)

新型コロナウイルス感染症拡大防止等のため、イベントなどは中止・延期となる場合がありますので、事前に問合先へ確認してください。イベントなどに参加の際は、マスクの着用にご協力ください。

▶旧川合玉堂別邸(二松庵)庭園  
1月開園日  
🕒1月7日(土)10時~15時(入園は14時30分まで) 📍 ※荒天時、中止する可能性あり 📍 富岡東5-19-22(「京急富岡」駅東口徒歩2分)  
🏢 企画調整係(6階602)  
☎788-7729 📠786-4887  
※当日連絡先:旧川合玉堂別邸  
☎080-1241-0910

▶親子のつどいの広場 あしたひろば  
並木地区に新たな「親子のつどいの広場」が12月上旬に開所します。  
※開所日など詳細は下記HPにてお知らせします  
●開所時間 毎週月・水・土曜日 9時30分~14時30分  
●休館日 祝日、12月23日(金)~1月10日(火)  
📍並木1-17 7号棟1階(並木ラポ内)  
👤未就学児と保護者、妊娠中の人  
🗨利用について: 親子のつどいの広場 あしたひろば 臺野 ☎353-3119  
📧info.ashitahiroba@gmail.com  
📍設置について: こども家庭係(4階404)  
☎788-7785 📠788-7794  
🏠HP あしたタウンプロジェクト 検索

▶金沢文庫駅・金沢八景駅周辺地区バリアフリー基本構想の進捗状況  
📍金沢文庫駅・金沢八景駅周辺地区バリアフリー基本構想(平成25年3月策定)の事業進捗についてパンフレットを作成しました。区役所(6階602)や泥亀地域ケアプラザなどに配架しています。詳細は下記HPへ。  
🗨道路局企画課  
☎671-4086  
📠651-6527



HP

## 金沢区休日救急診療所からののお知らせ

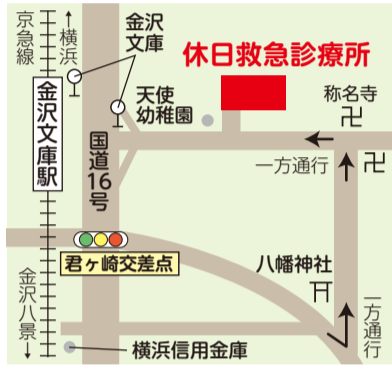
年末年始の急病の時にご利用ください。

**診療日** 12月30日(金)~1月3日(火)、日曜日、祝日  
**診療科目** 内科・小児科・歯科  
**診療時間** 内科・小児科: 10時~16時  
歯科: 10時~12時(年末年始は16時まで)  
※ともに受付は9時30分~

**持ち物** 健康保険証・公費医療証(持っている人)、お薬手帳、現金を持参してください。

※発熱のある人は、専用の待合場所でお待ちいただきます  
※横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター(☎0120-547-059、550-5530 24時間対応 土・祝日含む)でも、発熱や呼吸器症状のある人の受け入れが可能な医療機関をご案内しています  
※夜間の救急は16ページをご覧ください

📍金沢町48(京急「金沢文庫」駅徒歩8分)  
☎782-8785



## 明るい選挙クイズに挑戦しよう!

正解者の中から抽選で10人に選挙啓発物品を進呈します。(賞品の発送をもって当選者の発表にかえさせていただきます)


**問題**  
投票日当日、用事で投票に行けない場合は、期日前投票を利用することができます。  
令和4年7月10日に執行された参議院神奈川県選出議員選挙の金沢区における期日前投票の投票率は、全体の投票率の何パーセントでしょうか。

1 18.95%

2 33.10%

3 41.22%

📍区内在住、在勤、在学の人  
📄はがきに、**必要事項**、年齢、クイズの答えを記入し、**12月28日(水)(必着)**までに下記へ。下記HPからも応募できます。  
🗨統計選挙係「選挙クイズ」担当(6階605)(〒236-0021 泥亀2-9-1)  
☎788-7712 📠786-0934 🏠HP 金沢区 明るい選挙クイズ 検索




金沢区選挙マスコット いこあら

## 令和4年度 金沢区人権啓発講演会

### 「だれもが自分らしく生きられる多様性と調和のある地域を目指して」

🕒1月31日(火)14時~16時(開場13時30分)  
📍金沢公会堂 講堂(区役所隣接)  
👤500人/応募者多数の場合は抽選  
👤栗栖 良依氏(認定NPO法人スローレーベル 理事長)  
📄12月19日(月)~1月17日(火)にHP内申込フォーム、  
📄または📠に **必要事項**、手話通訳・一時託児(👤1歳以上の未就学児)をご希望の場合はその旨を記入して下記へ  
🗨庶務係(6階603) ☎788-7706 📠786-0934  
📧kz-somukouen@city.yokohama.jp  
🏠HP 金沢区 人権啓発講演会 検索



栗栖 良依 氏

## 検診・検査・相談

🗨健康づくり係(4階408) ☎788-7840 📠784-4600

■HIV(エイズ)・梅毒検査 予  
🕒毎週火曜日10時~11時  
📍区役所5階 検査室(506)  
匿名・無料で受けられます。  
※相談のみは随時実施しています

■禁煙相談 予  
🕒1月6日(金)13時30分~15時30分  
📍区役所5階 健康相談室(503)  
👤喫煙者、年齢制限なし


■健康相談(生活習慣病等) 予  
🕒12月16日(金)  
9時~12時、13時30分~15時30分  
🕒1月6日(金)  
13時30分~15時30分  
📍区役所5階 健康相談室(503)

## 「とみおカーと」をぜひご利用ください!

京急電鉄と横浜市は、住みたい、住み続けたいと思えるまちづくりを推進する取組として、昨年度に引き続き、京急富岡駅の西側エリアで、乗合型移送サービス「とみおカーと」の実験運行を行います。  
今回は、ご要望のあった夕方以降への運行時間の拡大や定額運賃の導入等を行い、12月上旬から約1年間運行します。

**運行期間** 12月2日(金)~11月29日(水)(うち190日間)  
**運行時間** 月~水曜日、金曜日:9時55分~19時30分頃  
(木曜日、土・日・祝日、年末年始等運休)  
**利用方法** コース上であればどこでも乗車可能。車両を見かけたら、手を上げてご乗車ください。  
**運賃** ▶現金払い:大人200円、小人(小学生)100円(未就学児は無料)  
▶定額払い:3,000円/月、2,000円/11回  
※払戻しはできません  
**運行事業者** 京急横浜自動車株式会社  
※運行の詳細は右記ウェブサイト 🏠HP とみおカーと 検索

🗨京急ご案内センター ☎225-9696 📠225-9559  
都市整備局企画課 ☎671-2022 📠664-4539 協力:金沢区役所



## カナいき だより

### シニアの皆さんのセカンドライフを応援します!

地域で「働く・学ぶ・参加する」をお考えの人は、まずご連絡ください。

**生きがい就労支援スポットのセミナー情報**  
お仕事応援セミナー「シニアの就労、知っておきたいポイント!」  
🕒12月22日(木)14時~15時 📄10人先着  
📍いきいきセンター金沢3階 📄12月13日(火)から📠で下記へ  
(セミナーの開催日・内容は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。)

**自営業から病院送迎ドライバーに転職した60代の男性を紹介します。**  
会社を30代で退職し独立。これまで頑張って働かれていましたが、膝を痛めたため、子に後を継がせる形で引退をされました。しかし、まだ60代前半で、収入を得るために仕事をする必要がありました。膝に負担が少ない仕事をどのように見つけられるだろうと悩んでいた時に、広報紙で「金沢区生きがい就労支援スポット」を知り登録されました。  
お話を伺う中で、車の運転は好きで自信があり、膝への負担も少ないとお話しされたことがきっかけで、自動車運転の仕事に方向性が定まりました。生きがい就労支援スポットが求人開拓した送迎ドライバーの仕事の中から、勤務時間と勤務日数が最も希望に近い病院送迎の仕事をご紹介したところ、即応募となり、面接などを経て、無事採用となりました。「通院が大変な患者さんの助けになっていることがうれしい」と、安心安全に心を配りつつ、親切な対応をモットーに患者さんの通院のサポートをされています。

🗨金沢区生きがい就労支援スポット(泥亀1-21-5 いきいきセンター金沢1階)  
☎370-8356 📠370-8379 🏠HP 生きがい就労支援スポット 検索 🕒毎週月・土・日、祝日





**フォーラム南太田**  
〒232-0006 南区南太田1-7-20  
☎714-5911 ㊟714-5912  
HP [フォーラム南太田](#) 検索  
休12月19日(月)・29日(木)~1月3日(火)

- ① **ママの骨盤セルフストレッチ**  
休1月17日・31日、2月7日・21日・28日、3月7日の火曜日(全6回)10時30分~11時30分 ㊟女性/18人先着  
¥4,200円(6回分)
- ② **女性としごと応援デスク**  
休(1)しごとと生活設計相談:1月21日(土)13時~、14時~、15時~(各50分)  
(2)キャリア・カウンセリング:1月14日(土)・27日(金)10時~、11時~、13時~、14時~(各50分)  
㊟女性/(1)3人先着(2)4人先着  
申①②12月11日(日)から①☎上記HPまたは㊟、②☎または㊟へ ※①②託児あり㊟、詳細は☎714-2665へ

**六浦スポーツ会館**  
〒236-0038 六浦南5-19-2  
☎・㊟788-5428  
休12月28日(水)~1月4日(水)

- ① **卓球教室**  
休1月11日~3月15日の水曜日(全10回)11時~13時 ㊟初・中級/16人/応募者多数の場合は抽選  
¥5,500円(10回分)
- ② **テニス教室**  
休1月18日~3月8日の水曜日(全8回、予備日3/15・22)11時~13時 ㊟初・中級/10人/応募者多数の場合は抽選  
¥8,000円(8回分)  
申①②往復はがきに **必要事項**、年齢を記入して12月18日(日)(**全て必着**)までに上記へ、または返信用はがきを添えて㊟へ

**金沢図書館**  
〒236-0021 泥亀2-14-5  
☎784-5861 ㊟781-2521  
休12月19日(月)・28日(水)(17時まで開館)・29日(木)~1月3日(火)・4日(水)午前(正午より開館)・10日(火)

- ① **定例おはなし会**  
休12月21日(水)15時30分~16時 ㊟1人でお話が聞ける子
- ② **本の福袋**  
休12月24日(土)~27日(火) ㊟本の福袋を借りてみよう。どんな本に出会えるかは、開けてからのお楽しみ。
- ③ **おひざにだっこのおはなし会**  
休12月28日(水)(1)10時30分~11時、(2)11時10分~11時40分  
㊟0歳からの乳幼児と保護者/各5組先着  
申③12月15日(木)9時30分から㊟または㊟へ

**金沢国際交流ラウンジ**  
〒236-0021 泥亀2-9-1(区役所2階)  
☎786-0531 ㊟786-0532  
✉klounge@shore.ocn.ne.jp  
休毎週日曜日、祝日、12月29日(木)~1月3日(火)

- 日本語ボランティア入門講座**  
休1月25日~3月22日の水曜日(全9回)18時30分~20時30分 ※別日に教室見学あり ㊟いきいきセンター金沢(泥亀1-21-5)(1/25、2/8、3/8は金沢公会堂(区役所隣接)) ㊟講座終了後、金沢国際交流ラウンジのボランティアとして活動できる人/22人抽選  
¥5,000円(9回分)  
㊟坂内 泰子氏、山崎 佳子氏  
申往復はがきに **必要事項** を記入して1月6日(金)(**必着**)までに上記へ  
※1月12日(木)に当選の連絡を発送

**金沢スポーツセンター**  
〒236-0011 長浜106-8 ☎785-3000 ㊟785-7000  
HP [金沢スポーツセンター](#) 検索 休12月26日(月)・30日(金)~1月3日(火)  
年末年始の  
開館時間 12月28日(水)、1月4日(水)9時~21時(最終受付20時)  
12月29日(木)9時~17時(最終受付16時)

※各教室の詳細や開催状況は、㊟または☎でご確認ください

**当日受付教室のご案内**

- ① **ヨガ&エクササイズの50~60分教室** ㊟ **¥1回600円**
- | 教室名                | 曜日 | 時間      |
|--------------------|----|---------|
| 姿勢コンディショニング(骨盤底筋編) | 月  | 9時~     |
| 月曜日のヨガ             |    | 10時~    |
| 健康体操               | 火  | 10時~    |
| 水曜日のエアロ60プラス       |    | 9時25分~  |
| 水曜日のボクサ            | 水  | 11時30分~ |
| 水曜日のヨガ             |    | 19時30分~ |
| 木曜日のヨガ             | 木  | 11時~    |
| らくらく骨盤体操           |    | 12時~    |
| ZUMBA GOLD®        |    | 9時~     |
| ZUMBA®             | 金  | 10時~    |
| 金曜日のエアロ60          |    | 11時10分~ |
| モーニングボクサ           | 土  | 9時30分~  |
- ② **ヨガ&エクササイズの45分教室** ㊟ **¥1回500円**
- | 教室名       | 曜日 | 時間      |
|-----------|----|---------|
| 水曜日のエアロ45 | 水  | 10時35分~ |
| 土曜日のエアロ45 |    | 9時15分~  |
| 土曜日のヨガ45  | 土  | 10時5分~  |
- ③ **ストレッチ30分教室** ㊟ **¥1回450円**
- | 教室名                    | 曜日 | 時間      |
|------------------------|----|---------|
| 姿勢コンディショニング(ストレッチポール編) | 金  | 12時20分~ |
- ㊟①~③16歳以上  
※教室開始30分前より受付

**リネツ金沢(金沢プール)**  
〒236-0003 幸浦2-7-1 ☎789-2181 ㊟789-2185 HP [金沢プール](#) 検索  
休12月29日(木)~1月3日(火)

**スタジオ教室のご案内**

教室名	定員(各回)	期間	時間	費用(各回)
初めてのヨガ	各20人	1月9日~3月27日の月曜	10時~11時	各1,000円
大人ヒップホップ			13時30分~14時30分	
子供ヒップホップ			16時~17時	
骨盤体操	各15人	1月10日~3月21日の火曜	9時45分~10時45分	900円
コアバランストレーニング			9時45分~10時45分	1,000円
フラダンス	各20人	1月12日~3月30日の木曜	9時45分~11時	1,100円
ヨガ			9時45分~10時45分	各1,000円
ピラティス			11時~12時	
ハワイアンチア	各20人	1月13日~3月31日の金曜	17時~18時	各1,000円
ベーシックヨガ			10時~11時15分	

㊟18歳以上の人(ハワイアンチアは年齢制限なし、子供ヒップホップは上記へお問合せください)/応募者多数の場合は抽選  
申12月16日(金)~26日(月)(**全て必着**)に㊟へ

**金沢 消防署 だより**

**地震による通電火災に注意!!**

大地震が発生した後に怖いのは通電火災です。阪神・淡路大震災では、地震発生後すぐに停電し、通電が再開されたときに、電気機器等からの出火が多く見られました。ポイントを抑え、大地震に備えましょう。

**通電火災を防ぐポイント**

- 停電時は、ブレーカーを切りましょう。
- 電気機器等のコンセントはすべて抜きましょう。
- 感震ブレーカーを設置しましょう。

感震ブレーカーとは、設定値以上の震度の地震発生時に自動的に電気の供給を遮断するものです。各家庭に設置することで出火を防止し、他の住宅等への延焼を防ぐことで、被害を大きく軽減することができます。分電盤タイプと簡易タイプがあり、簡易タイプは比較的安価なものが多く、工事が不要です。

**簡易タイプの場合**

平常時 → 地震発生 → ブレーカー-OFF

ブレーカーのスイッチに装着します → 揺れを感知すると動きます → バンドが下に伸び、ブレーカーを落とします

㊟金沢消防署 総務・予防課 ☎・㊟781-0119

**金沢区民活動センター ゆめかもん ニュース** **ゆめかもん** で検索

区役所2階 ☎788-7803 ㊟789-2147 休12月29日(木)~1月3日(火)・9日(祝・月)

✉ [kz-kumincenter@city.yokohama.jp](mailto:kz-kumincenter@city.yokohama.jp)

**区民ギャラリー** ㊟

休12月11日(日)~17日(土)お片づけの基本である「わかる」について考えてみませんか?/菊池 真美氏 (金沢区「街の先生」)

休12月18日(日)~24日(土)2022年度冬期 火曜会 絵画展/火曜会

休12月25日(日)~1月7日(土)「共同作品展」&「こどもの美術展」/飯村 さち子氏 (金沢区「街の先生」)

休1月8日(日)~1月21日(土)うさぎ跳ぶ2023~アートの玉手箱~「街の先生」・登録団体によるコラボ展示/日高 祐美子氏、中澤 璣光氏、佐原 千佳子氏、藤井 香織氏、堀越 富子氏 (金沢区「街の先生」)、金沢区書道協会  
※1月21日(土)13時~14時頃お箏とチェロのコンサート~春を紡ぐ~「街の先生」・登録団体によるコラボコンサート/琴アンサンブル金沢桐韻会、目黒 末由佳氏 (金沢区「街の先生」)を同時開催します

**展示ケース** ㊟

休12月1日(木)~28日(水)懐かしい小さな世界/光岡 佐輝子氏 (金沢区「街の先生」)

催しの申込みなどにより収集した個人情報は、目的以外に使用、第三者に提供することはありません。

第19回

# 横浜金澤七福神スタンプラリー



横浜金澤七福神\*は、令和5年1月で19回目を迎えます。スタンプラリーは一日限定開催のイベントです。各寺社で配布される「スタンプラリーシート」にスタンプを押しながら、七福神巡りをお楽しみください。7箇所全てのスタンプを押ししたら、ゴールの横浜・八景島シーパラダイスへお持ちください。先着1,000人に記念品(1人1点限り)を差し上げます。  
 ※御開帳期間は、1月1日(祝・日)～8日(日)です

**日時** 1月8日(日) 9時～16時 ※荒天時中止  
**費用** 参加費無料(なお、七福神の色紙500円、御朱印300円/1箇所)



**コース例** ※回る順番は自由です  
**スタート** 「富岡八幡宮(蛭子尊)」▶「長昌寺(布袋尊)」▶「京急富岡駅」▶「京急「金沢文庫」駅」▶「正法院(福祿寿)」▶「伝心寺(毘沙門天)」▶「龍華寺(大黒天)」▶「瀬戸神社(弁財天)」▶「シーサイドライン「金沢八景」駅」▶「シーサイドライン「海の公園柴口」駅」▶「寶蔵院(寿老人)」▶ **ゴール** 横浜・八景島シーパラダイス  
 ※なお、横浜金澤七福神巡りは一年中お楽しみいただけます

**マップ配布場所**  
 各七寺社、横浜・八景島シーパラダイス、区役所、区内地区センター、区内京急線各駅、シーサイドライン金沢八景駅・八景島駅・新杉田駅、一般社団法人横浜金沢観光協会(洲崎町1-18)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、感染症対策を十分に施して開催します。御開帳並びにスタンプラリーに参加する際は、マスクの着用や手指消毒などのご協力をよろしくお願いいたします

**開催の可否について(当日7時30分～)** ☎050-3159-6791(一部の携帯、PHSからはかけられません)

☎ 一般社団法人横浜金沢観光協会 ☎780-3431 ☎ 349-7035

# 金澤歴史万華鏡

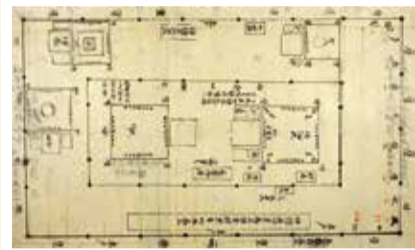
県立金沢文庫へのいざない

## 第五十五回 法会への招待

県立金沢文庫 学芸員 三輪 眞嗣

日本に仏教が伝来して以降、教義を伝える、修学を深める、現世利益を祈るなどさまざまな目的のもとで仏教儀礼、すなわち法会が行われました。中世には朝廷や寺院にとどまらず、幕府、神社、各地の都市や村まで、至る所で多彩な法会が催されました。説法に親しみ、芸能を楽しむ場でもあった法会は、中世人の文化と生活に深く根付いていたのです。

現在開催中の特別展「法会への招待」では、主に称名寺伝来の資料から、中世に花開いた法会の姿を読み解いていきます。この展示会の会期は年末年始にあたりませんが、年末に二年の過ちを懺悔する仏名会、年始に玉体安穩や鎮護国家を祈る後七日御修法、五穀豊穡や国土の安穩などを願う修正会などの関連資料も紹介します。



国宝 宮中記 鎌倉時代  
 称名寺所蔵・神奈川県立金沢文庫管理

この年末年始はぜひ金沢文庫へお越しください、中世法会の豊穡な世界をご堪能ください。

真言院で行われた後七日御修法の会場の図面です。金沢文庫で管理する「称名寺聖教」にはこうした法会の会場や僧侶の所作を記した図面がたくさん伝わっています。

### 特別展 法会への招待

☎12月2日(金)～1月29日(日) 9時～16時30分(入館は16時まで)  
 ¥一般500(400)円、20歳未満・学生400(300)円、65歳以上200(100)円、高校生100円 ※中学生以下・障害者は無料 ※( )内は20名以上の団体料金  
**休** 毎週月曜日(ただし1月9日は開館)、12月28日(水)～1月4日(水)・10日(火)

☎ 県立金沢文庫(金沢町142) ☎701-9069 ☎ 788-1060

## ネズミに要チュー意!

ネズミは、サルモネラなどの食中毒菌や感染症を媒介する場合や、家の電気コードやガス管をかじり、火災の原因を作ることなどがあるため、家に侵入させないことが大切です。

この3種類に要注意!		ネズミの種類と特徴について		
種類	ドブネズミ	クマネズミ	ハツカネズミ	
体長	20～25cm	17～20cm	6～9cm	
生息場所	下水周辺・床下・庭	屋内・天井裏・ビル内	人家・農耕地・農村	
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>耳と目が小さい</li> <li>泳ぎが得意</li> <li>比較的、寒さに強い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>耳と目が大きい</li> <li>警戒心が強く、学習能力が高い</li> <li>寒さに弱い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体の均整がとれている</li> <li>身体が小さく、手のひらに乗る程度の大きさ</li> </ul>	

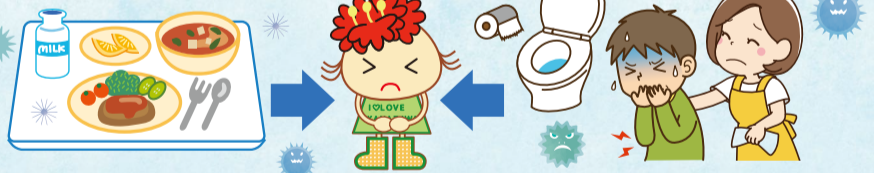
### ネズミ対策のポイント

- すみにくい環境にする**
    - ▶ 餌になりそうなものを片付ける  
→ 食料品やペットの餌、生ごみはふた付きの丈夫な容器に入れましょう。
    - ▶ 入り口をつくらない(ネズミは1cmの隙間があれば侵入できます)  
→ 通気口や排水口は金網などを取り付けましょう。  
→ 配管やエアコンのパイプなど、壁との隙間や穴をパテ等の食いちぎられない素材でふさぎましょう。
    - ▶ 巣を作らせない  
→ ネズミの巣は天井裏だけではなく、押し入れ・引き出しの奥などにも巣を作ります。日頃の整理整頓や掃除が大切です。  
→ 新聞紙、段ボール、ビニール袋などは巣の材料になります。小まめに片付けましょう。
  - ネズミがすみ着いてしまったら**
    - ▶ 粘着シートによる方法  
→ ネズミは壁に沿って歩く習性があるので、壁際に設置しましょう。  
→ 侵入口の近くに設置しましょう。
    - ▶ 捕獲用カゴによる方法  
→ ネズミの通り道などに3日以上続けて仕掛けます。  
→ 餌にはサツマイモやさつま揚げなどを使用します。
- 環境衛生係では、駆除についての相談や、捕獲用カゴの貸出し(無料)を行っています。(実際の駆除作業は行っていません。ご自身の駆除が難しい場合には専門業者をご案内します。)

☎ 環境衛生係(4階407) ☎788-7873 ☎ 784-4600

## ノロウイルスによる食中毒・感染症を予防しましょう

ノロウイルスによる感染症・食中毒は特に冬に多く発生します。ノロウイルスは手指や食品から口に入ることによって感染し、おう吐や下痢、腹痛、発熱などを引き起こします。通常は軽症で回復しますが、子どもや高齢者等は重症化する恐れもあります。



### 予防のポイント

- 1 しっかり手洗い・消毒**  
 外出やトイレの後、調理や食事をする前には、必ず手を洗いましょう。石けんを使い30秒以上かけて、丁寧に2回手を洗い、よく水分を拭き取ってから消毒用アルコールで手指を消毒しましょう。
- 2 食品はしっかり加熱**  
 中心部まで85～90℃で90秒以上加熱することで、ノロウイルスの感染力をなくすることができます。(特に、カキなどの二枚貝はノロウイルスを持っていることがあるので、しっかり加熱して食べましょう)
- 3 調理器具や汚染が疑われる場所の消毒**  
 自宅でも台所用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)で消毒液を作ることができます。手袋をして、消毒液を染み込ませたキッチンペーパー等で拭き、数分後に水拭きしましょう。消毒用アルコールでは、ノロウイルスには効きにくいといわれています。また、換気も十分行いましょう。

**消毒液の作り方**

ペットボトルを使って市販の台所用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム濃度約5%の場合)を水で薄めて作ります。  
 ※各製品の使用上の注意を守りましょう

水 2ℓ	キャップ 2杯弱	通常の消毒 0.02%
漂白剤	キャップ 2杯	おう吐物やふん便の付いた汚れている場所の消毒 0.1%

☎ 食品衛生係(4階406) ☎788-7871 ☎ 784-4600