

柏尾小コミュニティハウスだより

自主事業 紹介号 平成 26 年 5 月 25 日発行

柏尾町 1317 (柏尾小学校内)

TEL 825-4358 fax 825-4357

メール Sakurach46@yahoo.co.jp

ホームページもご覧ください QR→



布ぞうりを作ります

着なくなった衣類や使わなくなった布で作ります。おしゃべりしながら、布ぞうり作りを楽しみませんか。

◆ 日 時：平成26年7月8日(火)午前10時～午後4時

◆ 場 所：柏尾小学校コミュニティハウス 研修室

◆ 内 容：布でぞうりを作ります。(1日で1足を床に座ってつくります。)

◆ 講 師：けいしん会戸塚支部布草履作り会 佐々木與吉氏

◆ 対 象：床に座って作業ができる人ならどなたでも

◆ 定 員：10名(先着順 定員になりしたい締めきります。)

◆ 材料費：300円

申込み：電話か直接コミュニティハウスへ(6月31日まで) ☎ 825-4358

用意していただくもの

① 古布：不要になったシーツ、布団カバー、ワイシャツ、浴衣など木綿が最適です。

(伸縮する布は、不向きです。)

② ぞうり用布：7cm幅×2m (14本)

布団のシーツの幅(約110cm)を16等分したものです。

③ 鼻緒用布：7cm×90cmを半分に折り、袋状に縫ったもの(2本)



④ その他 針、糸、はさみ、定規、筆記用具、昼食、飲み物(昼をはさみます)



舞岡中学校だより

～ひそかに流れ来る深き響き～

平成26年4月9日

横浜市立舞岡中学校

校長 稲童丸克己

平成26年度のスタート

4月7日(月)、着任式、始業式、入学式が行われました。青空が広がる暖かな陽気で、桜も散らずに残っている状態でした。始業式の「校長の言葉」と入学式の「式辞」の生徒に向けた部分を紹介します。

始業式 可能性に挑戦し、あきらめないで継続しよう

今年みなさんに話すのは「可能性に挑戦し、あきらめないで継続してほしい」ということです。今年の目標として多くの人が「何かを頑張る、挑戦する」と考えていると思います。ですからその挑戦を最後まであきらめないでください。苦しくなったときはスピードを緩めたり、方法を変えてもいいと思いますが、「ネバーギブアップ」です。最後に目標に届かないこともあるかもしれませんが、最後まで全力を尽くしてほしいと思います。皆さんには、可能性があります。時間があります。

例えば、みなさんの将来を考えたとき、この中に、2020年の東京オリンピックに出場できる人がいるかもしれません。可能性は十分あります。しかし、何もしないでオリンピックに出場できる人はいません。毎日トレーニングを積み重ね、技術を高め、プレッシャーに負けない精神力を身に付けて初めて挑戦できるのだと思います。

また、苦手なことにも挑戦しなくてはなりません。時には、この学習が、練習が自分にとって「何になるのか」疑問に思うこともあると思います。しかし、そこであきらめたらあなたの可能性は狭くなります。学習、スポーツ、芸術、人とのかかわり方など、毎日のやるべきこと、やらなくてはいけないことは継続してほしいと思います。「継続は力なりです。」「自分で自分の道を広げ伸ばしてください。」「

入学式 友人を作ること・感謝する心・学習・可能性

今日から晴れて中学生となる皆さんに校長として3つのことをお話します。

まず、1つ目は信頼できる「友人を作ること」です。出身小学校にはこだわらず、同学年の人や先輩ともふれあい、人間関係を作ってください。中学校時代の友人は一生の友達になります。中学校を卒業し、進学や就職をするときには、まったく知っている人のいない集団に入ることもあります。大人になるということは世界が広がるということでもあります。

2つ目は、「感謝する心」です。私たちは自分一人だけでは、何もできません。友達や家族、家庭や地域、学校、社会があるからこそ毎日生活できます。世の中のだれかが頑張ってくれたことのおかげで生活できています。例えば、食べ物は農業の方、漁業の方、畜産業の方が作ってくれたり、捕ってくれたり、育ててくれないと私たちは食べることができません。もちろんその間に運んでくれる人、加工してくれる人もいます。また、ゴミも集めて処理してくれる方、再利用してくれる方がいなければ、ゴミだらけの街になってしまいます。一人ひとりが自分の役割を果たすことで世の中は成り立っているのです。そして、あなたのおかげで助かっている人もいます。今までは気がつかなかったいろいろなことにも「感謝する」ことができる人になってください。

最後は、学習です。学校の最大の役割はみなさんに「学力」や「生きる力」をつけることです。しかし、やる気のない人、やろうとしない人、みんなのじゃまをする人がいれば、授業はよくなりません。また、時に「この学習は何の意味があるのか、役に立つのか」と疑問に思うことがあるかもしれませんが、こう考え





ることはできませんか。12歳・13歳の皆さんには、これからの学習や生き方によっていろいろな可能性があります。今の段階では何が必要で何が必要でないのかを判断するのは早すぎると思いませんか。50代の私と皆さんを比べてみましょう。オリンピックに出場する可能性はどちらが高いですか。また、発達する科学に適應できるのは皆さんのほうが上ですよ。そうです。皆さんにはいろいろな可能性があります。学ぶ前からあきらめたりその可能性を減らす必要はないと思います。自分から進んで学ぶ人になりましょう。

着任者紹介

本年度舞岡中学校に、2名の職員が異動で着任いたしましたので紹介します。

1年7組担任 山本真央教諭 社会科 港南区港南台ひの特別支援学校から異動。

用務員 遠山智恵子 栄区西本郷中から異動。

離任式

4月8日には、離任式が行われました。晴天に恵まれ、卒業生、保護者、地域の方にも見送られ、2名の職員が異動しました。

橘田武治教諭 本校に5年間英語科の教員として勤務し、文化発表会、修学旅行、女子バスケットボール部、剣道部の指導で活躍され、この度、南区藤の木中学校へ転勤いたしました。

小川君代用務員さん 本校に11年勤務され、花壇の手入れや、廊下ワックスがけ、施設・設備の修繕でお世話になりました。3月で定年退職され、再任用職員として、港南区の野庭すずかけ小学校に異動。



平成26年度職員組織

平成26年度 校長 稲童丸克己			副校長 平井克明					
1 年			2 年			3 年		
学級	教科	名前	学級	教科	名前	学級	教科	名前
1組担任	数学	神田章悟	1組担任	英語	古田秀昭	1組担任	数学	華輪 努
2組担任	社会	前田竜吾	2組担任	保体	大塚麻美	2組担任	保体	加茂英介
3組担任	国語	杉山 梓	3組担任	社会	滑川好之	3組担任	英語	須賀川京子
4組担任	数学	渡辺伸高	4組担任	国語	佐藤 諒	4組担任	理科	吉川真太郎
5組担任	保体	井上貴洋	5組担任	理科	小川 豊	5組担任	数学	梅澤美幸
7組担任	社会	山本真央	7組担任	保体	丸田弘幸			
学年主任	理科	宮崎裕明	学年主任	保体	土信田園子	学年主任	英語	丸山孝子
副担任	英語	森屋文乃	副担任	技家	高橋八重子	教務主任	理科	廣中隆子
副担任	音楽	大谷かおり	副担任	美術	沢登英希	進路主任	技家	宗倉利雄
			生指専任	数学	大賀直人	副担任	社会	佐藤哲哉
			養護教諭		三尾佳子	副担任	国語	木下ユミ子
事務職員 梶山香織			用務員 遠山智恵子 杉崎 明			スクールカウンセラー 三澤直子(木曜日)		

地域行事に参加しよう

ポスターの掲示と参加者募集

「地域で活躍する舞中生」を目指して、一昨年度から、積極的に生徒のみなさんに地域行事への参加を呼び掛けています。今までは、校長室前に小学校の学校便り、区役所、舞岡公園、地域ケアプラザのお便りを掲示していましたが、地域のポスターも貼りたいと思います。地域皆さまポスター等を待ちしております。下の募集や案内は、校内のポスターを見てください。

4月27日(日) 舞岡川鯉のぼりフェスタ飾り付けお手伝い募集中 8:30「かるがも橋」集合

5月 4日(日) 鯉のぼりフェスタイベント 9:30吹奏楽部演奏 10:00模擬店多数

5月11日(日) 柏尾ウォーク 9時 グリーンハイツ集合 柏尾⇒ (旧東海道) ⇒横浜駅東口



舞岡中学校だより

～ひそかに流れ来る深き響き～

平成26年5月1日

横浜市立舞岡中学校

校長 稲童丸克己

部活動大会進行中

4月30日までが、新入生の本入部期間でした。もう申し込みは済んだでしょうか。ゴールデンウィーク中に家庭の予定が入っているため、遅れている人もいるかもしれませんね。最近の部活動の様子を見ていると朝練に参加する1年生の姿を見かけます。また、大会の応援に参加する1年生の姿もありました。

3月後半から部活動の春季市大会等がスタートしています。抽選の都合でシード校と対戦したため敗退してしまった部活もありますが、選手も保護者の応援も頑張っていますので、紹介します。

サッカー部 3月に市長旗杯の戸塚区予選リーグ、決勝トーナメントが行われました。

結果 予選リーグ2位 決勝トーナメント1回戦 舞岡 0-1 ジュニオール (クラブチーム)

野球部 4月19日(土) 港南中学校会場で春季市大会1回戦が行われました。

結果 舞岡 1-2 上の宮 最終回ノーアウトからセンター前ヒットで追いつがるも惜敗。

女子バスケットボール部 4月26日(土) 公文国際学園で春季市大会中ブロック大会1・2回戦、4月29日(火)に3回戦が老松中学校で行われました。

結果 1回戦 舞岡 60-57 保土ヶ谷 大逆転勝利

2回戦 舞岡 53-37 大正

3回戦 舞岡 37-78 戸塚 シード校に善戦

ソフトボール部 4月26日(土) 岡津中学校会場、29日(火)に金沢中学校会場で春季市大会の1、2回戦が行われました。

結果 1回戦 舞岡 9-2 平戸 投打がかみ合い快勝

2回戦 舞岡 1-10 浜 1回に集中打とミスもあつて敗退

男子バスケットボール部 4月27日(日) 南戸塚中学校会場で春季市大会中ブロック2回戦が行われました。

結果 2回戦 舞岡 44-47 大正 最後の追い上げかなわず。

女子バレーボール部 4月27日(日) 万騎が原中学校会場で予選リーグが行われました。

結果 舞岡 0-2 万騎が原、舞岡 2-0 今宿、舞岡 2-0 平戸
2勝1敗で決勝トーナメント進出ならず。

男子バレーボール部 4月29日(火) 岩崎中学校会場で春季市大会が行われました。

結果 1回戦 舞岡 2-0 富岡

2回戦 舞岡 1-2 六ッ川 3セット目が23-25で惜敗

県大会出場決定(6月)

陸上競技部 4月29日・5月3日に三ツ沢陸上競技場で県選手権大会

剣道部 4月29日(火)に県立武道館で昇級、昇段試験実施。多数の昇級、昇段者決定

生徒もよく頑張っており、日頃の練習の成果を発揮しましたが、夏を目指してもう一歩力を伸ばしましょう。保護者の皆様も早朝から応援に来ていただき生徒を盛り上げていただきました。ありがとうございます。



地域で活躍する舞中生

舞岡川鯉のぼりフェスタ



4月27日(日)～5月10日(土)まで、舞岡川(舞岡小学校前を中心に)で「舞岡川鯉のぼりフェスタ」が行われています。27日には、地域の皆様、舞岡小学校の先生・保護者の皆様と一緒に本校の美術部の生徒19名が、鯉のぼりの飾りつけを行いました。写真はロープに鯉のぼりを取り付ける準備の様子です。美術部では鯉のぼり5匹の制作と横断幕の作成、絵画作品の展示等を行いました。鯉のぼりの制作、ポスターの制作など鯉のぼりフェスタ開始から協力してきましたが、年々協力できることが多くなり、作品を展示できる良い機会を与えてくださり地域に感謝いたします。また、5月4日(日)には吹奏楽部も演奏で参加いた

します。当日は、模擬店も出店してお祭り気分が盛り上がります。生徒もみなさんも地域行事に参加してください。

5月11日(日)には、柏尾地区で柏尾ウォークが行われます。今年は、柏尾から旧東海道を横浜駅東口まで歩きます。詳しくは、校内に掲示のポスターをご覧ください。



生徒総会、修学旅行、校外学習

最善の準備を

4月に専門委員会が発足し、5月には各クラスで生徒総会の議案書の検討が行われます。現在各委員会で年間計画や予算案の原案作成中です。充実した学級での話し合いが行われることを期待します。

併せて校外学習、修学旅行の準備も進められています。1年生にとっては、三浦校外学習は初めての大きな行事です。ソレイユの丘で何を学ぶのでしょうか。班で協力して事前学習をすることになっています。準備は大切な学習です。行事の成功を目指してがんばりましょう

2年生の校外学習は、鎌倉です。修学旅行の練習として班行動で神社・仏閣、文化施設を見学したり、地引網の体験を行います。4月30日から事前学習が始まりました。去年の経験を生かして、学習発表までできるようにしましょう。

3年生はとってはさらに期待の大きい修学旅行が5月14日(水)～16日(金)、あと2週間に迫りました。班のコース作りは順調ですか。間もなく完成ですね。5月15日(木)の京都は「葵祭」当日のため、コースはタクシーの運転手さんに点検してもらうことになっているようです。2年生の時に、自分たちで調べてガイドブックを作りました。学習発表会も終わっています。丁寧に準備をしていると思います。旅の楽しみは、事前の準備と当日のサプライズです。学習の成果が確認できることを祈ります。

PTA総会・部活動保護者説明会近づく

5月9日(金)15:30～本校体育館でPTA総会が行われます。PTA委員選出方法の改善、ワンデースポーター制度の導入により、授業参観、学級懇談会、学校行事に参加していただける保護者の皆様が大幅に増えました。学校としては大変ありがたいことだと思っています。今後ともご協力をお願いします。

同日16:00からは、部活動保護者説明会全体会と各部の保護者会が行われます。本校の部活動は、教員の全員顧問制、生徒の希望と職員の協力、保護者・地域のご理解で成り立っています。顧問全員が技術指導ができるわけではありませんが、生徒の自己有用感、肯定感の育成のために頑張っています。今後とも温かいご支援をよろしくお願いいたします。ぜひ、説明会へのご出席をおねがいいたします。

舞岡地区センターだより

平成26年 5月発行

～ 館長から一言 ～

新緑が眩しい季節となりました。いつも当センターをご利用いただきましてありがとうございます。

さて、4月から当センターの職員・スタッフに異動がありました。長年、当センターに勤めていただいた中西副館長が、下郷小コミュニティハウス・子どもログハウスの館長に、変わって富山副館長が就任いたしました。また、午後のスタッフも、奥津、稲田の2人が新たに加わりました。

新たなメンバーで、地域の皆さんが、気楽に、楽しくご利用いただけるよう頑張っておりますので、よろしくお願いいたします。

トピックス

リユース文庫

～ご不用となった本をお預かりしています

お気に入りの本を見つけた方は、お持ち帰りください～
玄関ロビーに設置されている「リユース文庫」 昨年1年間で1264冊の本が寄せられました。 持込み・持出し共に1回10冊まで可能です。百科事典、自費出版本など、一部お預かりできない本もございますので、詳細は受付へお問い合わせください。



わんぱく夏まつり (裏面をご覧ください)

7月26日(土) 9:30～15:00

今年の わんぱく夏まつり は内容もりだくさん

- ・ふしぎ発見理科ひろば 簡単工作教室
- ・天然石やUVレジンを使ったアクセサリー作り ワークショップ
- ・マジックショー
- ・お店やさん 綿菓子、ゼリーすくい



舞岡地区センター

戸塚区舞岡町3020

電話：824-1915、1949

開館時間 平日：9:00～21:00

休館日：毎月第2月曜日(祝日の場合は翌日)

日祝日：9:00～18:00

地下鉄「舞岡駅」徒歩4分、江ノ電バス「桜堂」徒歩1分、神奈交バス「舞岡地区センター前」徒歩0分



自主事業のご案内

平成26年5月

おいしくできる 梅干しづくり

～地元生産者さんの梅をつかって～

日時 6月18日(水)

午後2時～3時30分

定員 16人

参加費 2500円(材料費梅3キロ分を含む)

持ち物 ふきん2枚、持帰り用袋

受付開始 6月11日(水)午後2時から

やさしいヨガ

～無理なくゆっくりと。初心者向き～

日時 6月26日、7月3、10、24、31日

(木) 午後1時00分～2時30分

定員 20人

参加費 1000円(5回分)

持ち物 飲み物

受付開始 6月12日(水)午後2時から



体験サーチウォーク

～電柱を探すウォーキング競技～

日時 6月15日(日)

午前9時30分～12時

定員 20人

参加費 300円

持ち物 腕時計、飲み物、筆記用具

受付開始 6月11日(水)午前9時から



七夕飾りをつくろう

～折り紙で使った飾りを笹につけて～

日時 7月5日(土)

午前10時～11時30分

定員 20人

参加費 100円(笹かざりのおみやげ付き)

持ち物 ハサミ

受付開始 6月14日(土)午後2時から

舞岡おもちゃの病院

～壊れたおもちゃを直しましょう～

日時 7月12日(土)

午前10時～午後3時

定員 20人

参加費 無料(特別な部品は有料)

持ち物 修理して欲しいおもちゃ

受付開始 6月16日(水)午前9時から



楽しいジャム作り(ミニランチ付き)

～季節の旬のフルーツを使って～

日時 7月22日、8月19日、9月9日(火)

午前9時30分～12時

定員 12人

参加費 2500円(3回分)

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

受付開始 7月11日(金)午前9時から

わんぱく夏まつり ふしぎ発見理科ひろば

～夏休みの自由課題にもおすすめ

モーターで動くメリーゴーランドを作ろう～

日時 7月26日(土)

午前9時30分～11時30分

定員 18人(対象:小学生)

参加費 500円

受付開始 7月11日(金)午後2時から

わんぱく夏まつり マジックショー

～東京大学 奇術愛好会～

日時 7月26日(土)

午後1時～午後1時45分

定員 50人

参加費 50円(未就学児は無料)

受付開始 7月11日(金)午後2時から



自主事業とは、舞岡地区センターが企画・運営する、どなたにもご参加いただける講座です。

お申込みは電話・来館で先着順に受け付けます
舞岡地区センター 電話 824-1915、1949
(詳細はお問い合わせください)

県民のまもり

KANAGAWA PREFECTURAL POLICE

安全で安心して暮らせる地域社会の実現
～県民の期待と信頼に応える力強い警察活動の展開～
(平成 26 年神奈川県警察運営指針)

第 2 9 6 号

発行 平成 26 年 5 月
神奈川県警察本部
総務部広報県民課
電話 045-211-1212



<http://www.police.pref.kanagawa.jp/>

見破れ!!オレオレ

電話でお金を要求する

息子はサギ!?



息子などに電話で確認しよう!!

家族だけの合言葉(ペットの名前、孫の名前など)を事前に決めておこう!!

神奈川県警察 神奈川県防犯協会連合会

振り込め詐欺の被害が急増中

「鞆を忘れた。」「会社の人がお金を取りに来る。」「還付金があります。」「近くの ATM へ行ってください。」という電話は、振り込め詐欺!

現金を振り込む前、手渡す前に一度、気持ちを落ち着かせ、警察に相談してください。

「絆通帳作戦」に御協力を!

高齢者がお使いの預貯金通帳の余白部分に、警察官が「オレオレ詐欺撃退スタンプ」を押印し、ご家族の連絡先や家族の合言葉を記載していただきます。高齢者が金融機関で現金を引き出す際、金融機関の職員や警察官が、その内容を基にご家族に連絡を取り、オレオレ詐欺の被害防止を図るものです。(詳細は最寄りの警察署へお問合せください。)

回覧

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

「県民のまもり」の配布部数に関するお問合せは、お近くの警察署・交番・駐在所にお尋ねください。
「県民のまもり」は神奈川県警察のホームページにも掲載しています。

だまされるな その電話！ 電話の相手はにせものだ！

息子や孫を装ってお金を要求する電話は振り込め詐欺です！

● 昨年の振り込め詐欺の認知件数は、1,340 件で、前年比プラス 825 件と倍以上に増加しました。また、被害総額は約 41 億 2,300 万円に上っています。

● 振り込め詐欺は、子や孫を装い、身内の危難を救いたいという親心を利用して、多額の現金をだまし取る卑劣極まりない犯罪です。

● 電話で現金を要求する電話がかかってきたら、一度電話を切って警察に相談してください。

見知らぬ相手に現金を渡すのは絶対にやめましょう。



まだある、だましの手口

● 催眠商法

高齢者や主婦を会場に集めて、安価な商品や食料品などを無料で配布したり、安価な値段で販売したりして、商品を買わなければ損だというような雰囲気を作り上げた上で、高額な商品をあたかも安いように装って売りつける商法。



● 点検（危険）商法

「点検に来た。」等と言って来訪し「屋根瓦が緩んでいるので危険だ。白蟻の駆除をしないと柱が腐る。」等と脅かして、強引に点検や工事を行い高額な代金を取る商法。

● 不当請求

（アダルトサイト・出会い系サイト）

メール等で身に覚えのない有料サイトの情報料金などの請求書を送りつけ、「このままだと法的処理がなされます。」などといったメールで不安をあおり支払いを迫る。

こんな言葉にご用心！

「元本保証」

「高配当がもらえる」

「絶対損はしない」

あやしいぞ、人の懐聞く業者！

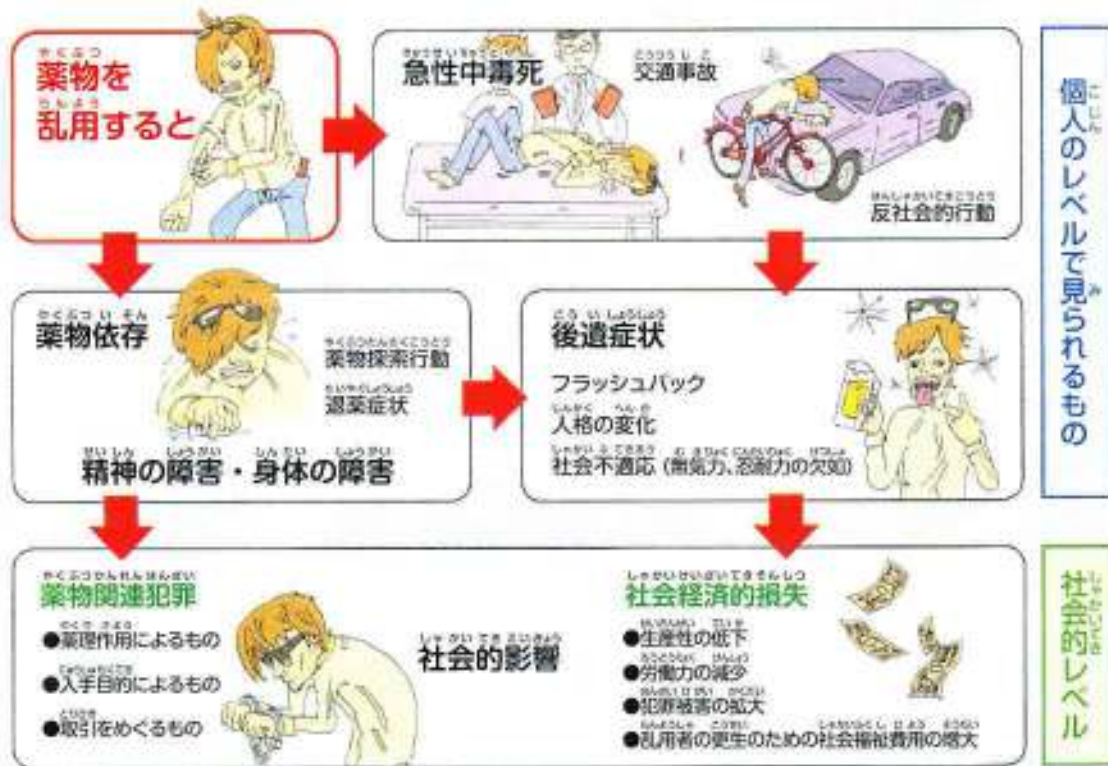
契約はその場で決めず、まず相談



薬物乱用はやめて！

覚醒剤、大麻、コカイン、MDMA などといった薬物のほか、合法ハーブ、お香などと呼ばれて販売されている脱法ドラッグの乱用が急速に広まっています。また、薬物乱用者によって起こされる事件や事故、時には死亡してしまうこともある健康被害なども大きな社会問題になっています。このような薬物は、たとえ1回使用しただけでも乱用になり、同時に犯罪になります。

「1回くらいなら大丈夫。」という軽い気持ちで薬物に手を出すのは絶対にやめましょう。



平成25年中、神奈川県では1,016人の薬物乱用者が検挙されています。

また、脱法ドラッグ乱用者の取扱いは180人で、そのうち、118人が意識障害や呼吸困難に陥り病院に運ばれたりし、5人が死亡しました。

性犯罪の被害から身を守りましょう！

「自分は大丈夫！」と思っても、性犯罪の被害に遭ってしまうこともあります。女性が犯罪から身を守るため、次のことを心掛けましょう。

○ 帰宅時のポイント

- ・ 夜間の帰宅は、タクシーを利用するなど一人歩きは避けましょう。
- ・ 帰宅する際には、時折周囲を見回して警戒しましょう。
- ・ イヤホンで音楽を聴いたり、携帯電話で通話やメールをしながら歩いたりするのはやめましょう。

○ 戸締りのポイント

- ・ 家に入るときは、周囲に不審な人がいないか確認しましょう。
- ・ 在宅時でも、玄関には必ず鍵を掛けましょう。
- ・ 高層階に住んでいても、窓には必ず鍵を掛けましょう。

○ 日常生活でのポイント

- ・ 不用意に他人に携帯電話番号やメールアドレスを教えないようにしましょう。
- ・ 防犯ブザーなどの防犯器具を身に付けましょう。
- ・ 来訪者には、安易にドアを開けずに相手を確認してから対応しましょう。



自転車の交通ルールへの遵守とマナーの向上

～自転車も のれば車の なかまいい～

○ 道路交通法の一部改正による自転車の新ルール

5月は自転車マナーアップ強化月間です

- 自転車などの軽車両は、路側帯を通行するときは、道路の左側にある路側帯を通行しなければなりません。
- 警察官がブレーキ不良と認められる自転車を停止させて、ブレーキを検査することができるようになりました。

また、ブレーキ不良の場合には、安全のために必要



な応急措置をとること、運転を中止することを命じることができ

※ 平成 25 年 12 月 1 日施行

自転車安全利用五則

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - ・ 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - ・ 夜間はライトを点灯
 - ・ 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用

○ 自転車運転中の携帯電話等の使用、自動車等運転中のイヤホン等の使用禁止

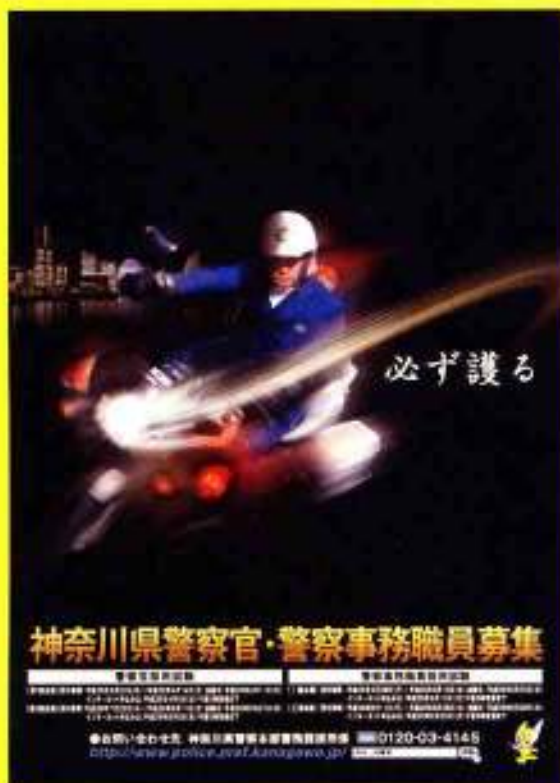
以下の行為は神奈川県道路交通法施行細則で禁止されています。

- 携帯電話等を手で保持して、通話、操作、画像を注視しながら自転車を運転する行為
- 大音量やイヤホン等を使用して音楽を聴くなど、安全な運転に必要な音又は声が聞こえない状態で自動車（原付、自転車を含む）を運転する行為

◎ 罰則 5 万円以下の罰金



神奈川県警察官・警察事務職員募集



「神奈川県警察のホームページ」から「採用情報」を選んでご覧ください。

- 各種採用試験の詳細
- 業務体験会の開催状況
- 警察各部門の活動

等を分かりやすく紹介しています。

電話でのお問い合わせは・・・

（フリーダイヤル）

おまわりさんよいしごと

0 1 2 0 - 0 3 4 1 4 5

神奈川県警察本部警務課採用係

Tel 045-211-1212

内線 2642～2649

Healthy life in Totsuka ♡

2014 6.7 (土)



さあ 走り出そう！

とつかスロジョジョ プロジェクト 遂に始動！！

目指せ！



戸塚区福祉保健課健康づくり係
共催：公益財団法人 横浜市体育協会



スロージョギング

講演会 & 講座実施！

テレビや雑誌にも
多数ご出演中！

講演会詳細

ひろあき

人気テレビ番組にも出演されている田中宏暁先生
による講演会を開催します。

【内容】「スロージョギングの効果と走り方の5つ
のポイント」や「スロージョギングを続けるコツ」
など実技を交えながらご指導いただきます。

【日時】平成26年6月7日(土)

午前10時～12時(9時15分受付開始)

【場所】戸塚スポーツセンター第1体育室
戸塚区上倉田町477番地

【定員】150人 ※多数時抽選(在住・在勤20～50歳代優先)

生活習慣病予防に向けて運動習慣を早いうちから持つことを
目的としています。ご了承ください。

【備考】運動のできる服装で、室内履きを
お持ちください。

【申込】5月23日(金)までに、下記
申込先にお申込みください。

※FAXを除く受付は開庁日のみになります。

スロージョギングの提唱者で、

「NHK ためしてガッテン」

「日本テレビ世界一受けたい

授業」などにご出演された

田中宏暁先生です！



ジョギングは「ツライから私にはでき
ない…」と思っていませんか？ジョギ
ングといっても「ゆっくり、歩くペ
ースで走るだけ」のスロージョギングな
ら、初心者でも楽に走れるうえ、たい
へん高い健康効果があります。これま
でのジョギングの常識を捨てて、ぜひ
はじめてみませんか(^^)

消費エネルギーは
ウォーキングの約2倍！

お天気が良ければ
夜の柏尾川河川敷を走ります！
大人気講座を今年も実施！

広報や戸塚区HP
もチェックしてね



ランニングステーション

会社帰りに
走れるね！



いざ走ろう！と思ったとき、荷物や着替えで
お困りになったことはありませんか？

ランニングステーションはそんなランナーを
サポートするため、通常会員とは別の設定で
施設のシャワー・ロッカー・更衣室等を利用
させてもらえる施設です。(費用はかかります)

ランニングステーションは今後、柏尾川
ランマップとともに、戸塚区役所近隣を中心
に街中で入手できるようにしていきます！

※Z-CARDという保存性に優れ、携帯に便利なカード型の印刷物
になります。是非、ゲットしてください！

★柏尾川ナイトラン～スロージョギング講座～★

スロージョギングの正しい走り方やランナーにおすすめの食事につ
いての指導後、天気が良ければ柏尾川河川敷などを走ります。

【日時】①第1回(全3回):6/27、7/18、8/22(金)

②第2回(全3回):9/26、10/24、11/28(金)

【時間】全て18時～20時

【場所】区役所、戸塚スポーツセンター、柏尾川河川敷 ほか

【定員】区内在住・在勤、①②各30人 ※多数時抽選(20歳～30歳代優先)

【申込】①6/16②9/16までに、6/7の講演会で配布する申込書に
ご記入の上、郵送、FAXか直接下記申込先窓口へご持参ください。

★講演会に参加できない方はお問合せください！★

お問合せ
お申込み: 戸塚区福祉保健課健康づくり係 区役所6階62番窓口 電話045(866)8426 FAX045(865)3963