

### 知って安心講座 生前整理 編

- 日時：9月21日(土) 13:30~15:00
- 場所：多目的ホール
- 内容：講演「人生が変わる生前整理」  
(株)ケアサービス、(株)ネクストサービス
- 定員：先着30名
- 費用：無料
- 申込み：受付中



### 1日3食しっかり食べよう!



幼児期から野菜の美味しさを知り、楽しく必要量の野菜が取れる工夫を中川地区のヘルスマイトと一緒に楽しく作って楽しく学んでみませんか♪  
(トーマスの人形劇もあるよ!!)

- ◆日時：10月23日(水) 10:00~11:30
- ◆対象：幼児(1~2歳くらい)とその保護者
- ◆定員：20組 ◆参加費：無料
- ◆場所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール
- ◆持物：エプロン・三角巾・マスク・飲み物
- ◆メニュー：3食ごはん(いりたまご・とりそぼろ・いんげん)ラタトゥイユ(たっぷり野菜)ベリーのババロア風おやつ(一緒に作ります)
- ◆申込み：9月25日(水) 10時より来館または電話にて

### 認知症ミニフォーラム ココロとカラダの変化~運転編~

日時：10月19日(土) 13:30~15:30  
場所：多目的ホール

- ①講演「認知症の症状と暮らし」  
講師：認知症看護認定看護師 岩本 由美子氏
- ②講演「高齢者の運転の特徴」  
講師：日吉自動車学校、都筑警察署
- ③情報提供  
「車のない生活を送るための移動手段について」  
※電動車イスを実際にご覧いただけます!



定員：先着30名 費用：無料  
申込み：9月10日(火) 10:00~  
来館または電話にて受付開始

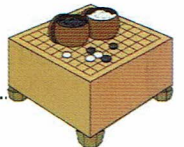
### なかなかサロン サロンdeランチ

日時 9月25日(水) 12:00~

毎回ご好評のお楽しみ昼食会♪いつものサロンと違った雰囲気です! 海外の日本大使館で腕をふるった元シェフが美味しい昼食を作ってくれます。  
・参加費：500円 ・場所：多目的ホール  
・申込：なかなかサロン内、来館にて受付中!

### 囲碁・将棋 開放デー

日時：毎月第1・3土曜日 9:30~11:45  
場所：ボランティアルーム  
申込：不要  
年齢問わずどなたでもご参加ください。



【日程】  
9月7・21 / 10月5・19 11月2・16  
12月7・21 / 1月4・18 / 2月1・15  
3月7・21

### 介護者のつどい

費用：無料

毎月第4木曜日 13:30~15:00

9月 9月26日(木)  
内容：茶話会 申込み：不要

10月 10月24日(木)  
ミニ講座「配食弁当試食会」+茶話会  
申込み：10月1日(火)  
来館または電話にて受付開始



(社福)若竹大寿会 横浜市中川地域ケアプラザ 〒224-0001 都筑区中川 1-1-1  
☎045(500)9321 地域包括支援センター / 地域活動交流 / 生活支援

HP：<http://www.nakagawa-c-waka.jp/>  
開館時間：9:00~21:00(日曜祝日：~17:00)  
休館日：毎月最終日曜(全館清掃点検のため)

担当地区 大棚町・大棚西・牛久保東・牛久保西  
牛久保・牛久保町・中川・中川中央・あゆみが丘

# 中川地域ケアプラザ イベントカレンダー

★地域 ◆高齢 ✿障がい ☆子育て 講講座 受受付日 申申込 定定員 参参加費 対対象 持持ち物



「防災の日」及び「防災週間」では、全国各地で防災訓練や防災意識を高め、防災知識を普及・啓発するための行事等が行われています。この機会に自分の周囲で起こる可能性がある災害や、身の回りの危険な箇所、また避難場所や避難経路等を確認して、災害にしっかり備えましょう。

月	火	水	木	金	土	日
						1 貸館 抽選日 9:30~
2	3 ★ヨガはじめました(椅子ヨガ) 15:15~ 参 持	4 	5 ◆Men's 倶楽部(麻雀) 12:30~ 参 対	6	7 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~ ☆父親育児はじめの一步&体を使った遊び 対 講 10:30~	8
9	10 ★ヨガはじめました(ヴィンヤサヨガ) 15:15~ 参 持 ★認知症ミニフォーラム ココロとカラダの変化~運転編~ 受	11 ★なかなかサロン 13:00~ 参	12 ✿傾聴サロン You & Me 13:30~ 参 対	13 ☆ひかりがおか公園で遊ぶ 10:30~ 対 ★ほっとカフェ なかがわ 10:00~	14 ★昔懐かしラチオ体操 10:00~ 持	15 
16 敬老の日 	17 ★ヨガはじめました(椅子ヨガ) 15:15~ 参 持 ☆親子で楽しむお話し会 対 10:30~	18 ★うたのWA 13:30~ 参	19 	20	21 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~ ★知って安心講座「生前整理編」 13:30~ 講 申 定	22
23/30 ★ほっとカフェ なかがわ 10:00~	24 ★ヨガはじめました(ヴィンヤサヨガ) 15:15~ 参 持	25 ★なかなかサロン 如のランチ 12:00~ 申 参 定	26 ◆中川健康麻雀サロン 12:30~ 参 ★介護者のつどい 13:30~ 対	27 	28 ✿みんなで 食べよう 12:00~ 申 参 定	29 全館 清掃日

情報ラウンジ作品展のご案内

9月2日(月)~9月28日(土)まで



ちぎりサークル白ゆり会 作品展

選りすぐりの作品を展示いたします。是非お立ち寄りください。

お問い合わせ・お申込み

☎045(500)9321

# 北山田地区センターたより

特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 横浜市北山田地区センター URL//www.tsuzuki-koryu.org <2019秋号>



## <地区センターをご存知ですか>

皆様の地域活動、趣味や学び、仲間作り、特技の活用、ボランティアなどの活動の場です。会議室、料理室、和室、工芸室などのお部屋は団体登録の上ご利用下さい。ロビー、幼児プレイルームは登録や予約なしでご利用いただけます。卓球、ダンス、バドミントン、コーラス、英会話、詩吟、ヨガなど会員募集中のサークルがたくさんあります！

## <ロビーのご案内・・・どなたでもご利用いただけるオープンスペースです>

- ・少人数のミーティングや軽作業、読書に、テーブル席を無料で利用できます。
- ・週3回「昼のひとときコンサート」でピアノの演奏がお楽しみいただけます。
- ・印刷機（有料）、コピー機（有料）、自動販売機（有料）が設置されています。
- ・新聞（日経・朝日・神奈川）の配架もあります。

飲食  
OK♪

ひきさて  
コーヒー  
100円

## 講座のご案内

<申込方法：電話、窓口にて受付>  
1か月前より受付開始（「骨・カルシウムセミナー」のみ10月1日）

<申込・問合せ>  
☎045-593-8200

## ♪ロビーコンサート♪

9月21日（土）13：30～14：30  
「秋のアコースティックコンサート」  
土曜日13：30～14：30  
（予約不要・無料）

## テーブルで戴く抹茶講座

日常に取り入れられる、気軽な抹茶レッスン  
10月2日（水）10：00～11：30  
参加費：1000円（お菓子代込み）

## 大人のハロウィン飾り作り

大人の工作教室へどうぞ♪  
10月5日（土）9：30～11：30  
参加費：1500円



## 親子でハロウィン☆ デコロール作っちゃおう

ロールケーキに自由にデコレーション。  
仕上げにラッピングもします。  
10月13日（日）9：30～12：00  
参加費：1500円 対象：小学生親子

## 世界のDining⑥ ～韓国料理～

10月12日（土）  
① 10：30～13：30 } 同じ  
② 14：00～17：00 } メニュー  
参加費：2000円  
メニュー：スンドゥブチゲ、チャプチェ、  
ナムル2種類

## 雪印メグミルク 「骨・カルシウムセミナー」

骨の役割・カルシウムの取り方を学びます。  
10月31日（木）10：00～11：00  
参加費：無料（お土産付き）  
注：申し込みスタート10月1日

## 北山田地区センターまつりを開催します！

【地区センまつり開催日程】10月27日（日）10：00～15：00  
利用団体による、パフォーマンス（音楽、ダンスなど）や作品展示（絵画、書道、手工芸など）  
そしてワークショップ（モザイクタイル、工作、ポンポンなど）に作品販売（アクセサリ、  
手編みバッグ、木工品など）。協力団体による飲食の販売（やきそば、豚汁、カレーなど）。  
キッズが遊べる、ゲームコーナーや体験コーナーもお楽しみに♪  
例年、来館者が2000人を超える人気イベントです。是非、お出掛けくださいね。

月

## ヨガ入門Ⅱ

ヨガ初心者クラス。  
体が硬い、運動苦手な方にも  
おススメ。体が柔軟になり怪我  
予防にもなります。  
＜インストラクター：布施千春  
SPJ パワーヨガインストラクター＞  
日時：9月2日 30日 10月7日  
21日 28日 11月18日  
25日 12月2日 16日  
(月曜全9回)  
9：30-10：20  
参加費：3600円 定員：35名  
※当日のみ参加可(参加費500円)

## 燃焼系アクティブヨガⅡ

ハードなヨガクラス。  
運動量が多く代謝も良くなる  
のでエクササイズ効果が高  
くなります。  
＜インストラクター：布施千春  
SPJ パワーヨガインストラクター＞  
日時：9月2日 30日 10月7日  
21日 28日 11月18日  
25日 12月2日 16日  
(月曜全9回)  
10：35-11：25  
参加費：3600円 定員：35名  
※当日のみ参加可(参加費500円)

### ＜申込み方法＞

開催1か月前より、メール、電話、  
受付窓口にて先着順  
＜申込み・問合せ＞  
北山田地区センター(グリーンラ  
イン北山田駅徒歩5分)  
☎：045-593-8200

✉：[kitayamata@tuzuki-koryu.org](mailto:kitayamata@tuzuki-koryu.org)  
プログラム名・参加者名・年齢・  
電話番号・住まい(区内・  
区外・市外)をお知らせください。  
＜当日のみ参加について＞

当日先着受付になります。連続参  
加者(30名)と当日のみ参加を合  
わせて(定員35名)になり次第、  
受付は終了します。  
該当プログラムはヨガとピラテ  
ィスです。

個人情報取扱に関する同意書(施設利用のために)(個人情報保護管理者)  
特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 個人情報保護管理者 事務局  
長(利用目的)1. お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する  
申込手続およびご連絡のため、2. 施設 PR のため、写真撮影等をする場合  
があります(個人情報の開示等に際して) 情報を提供されたお客様は、該当  
情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒  
否を要求いただける権利を有しております。\* 当協会の個人情報の取扱詳  
細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の「当協会にお  
ける個人情報の取扱について」に掲載しております。。

水

## 初めてのピラティスⅡ


テニスボールを使い、体ほぐしから  
スタート。ご自宅でも継続可能  
がうれしいプログラム。  
＜インストラクター：今野朋美  
FTP マットピラティス上級インス  
トラクター＞  
日時：9月11日 18日 25日 10月  
9日 16日 23日 11月20日  
27日 12月11日 18日  
(水曜日全10回)  
9：30-10：20  
参加費：3000円 定員：35名  
※当日のみ参加可(参加費500円)

## 体幹・体軸ピラティスⅡ

ピラティスで体幹・体軸を整え  
ていきます。理想的な姿勢や動  
作が学べます。  
＜インストラクター：今野朋美  
FTP マットピラティス上級インス  
トラクター＞  
日時：9月11日 18日 25日 10月  
9日 16日 23日 11月20日  
27日 12月11日 18日  
(水曜日全10回)  
10：45-11：35  
参加費：3000円 定員：35名  
※当日のみ参加可(参加費500円)

## スキルアップ卓球Ⅱ

カリキュラムに沿ったレッスンで  
1人1人が1ランクアップを  
目指します。  
＜講師：都筑卓球協会＞  
日時：10月9日 23日 11月13日  
27日 12月4日 18日  
(毎水曜日全6回)  
18：45-20：45  
参加費：3600円 定員：20名

KITAYAMATA  
0才から100才の  
からだづくり  
プロジェクト 

# スポーツプログラムⅡ 其月



### ＜体育室個人利用について＞

個人利用の時間帯は卓球・バドミントン・バス  
ケットボールができます。ただし、30分交代  
で事前の予約はできません。

#### ■利用時間帯■

月・水・金：15：00-17：30  
火・木：15：00-20：30  
土：12：00-17：30  
日・祝日：12：00-16：30



# 中川中学校コミュニティハウス

9月のおたより

横浜市都筑区大榎町240  
045-591-3131

<http://www.tsuzuki-koryu.org/nakagawachu/>  
特定非営利活動法人(NPO) つづき区民交流協会



## 9/19 (木)

### 子どもの食生活相談

無料、予約不要

10時30分～11時30分

少食、偏食、かまない、遊び  
食べがひどい、おやつはどん  
なものをあげたらいいの？  
メニューがワンパターンに

何でもお気軽にご相談ください  
(都筑区福祉保健センター 栄養士)



## 9/29 (日)

### やさしい相続教室

無料、先着30名、事前申込制

10時30分～12時 セミナー

12時20分～15時 個別相談

～老後の不安・相続の対策～  
遺言、夫婦贈与、自宅名義  
介護費用、老後の生活設計

揉めない・損をしない相続の  
お話です(市川事務所司法書士)



## 毎週木曜

### 子育て支援(ママカウ)

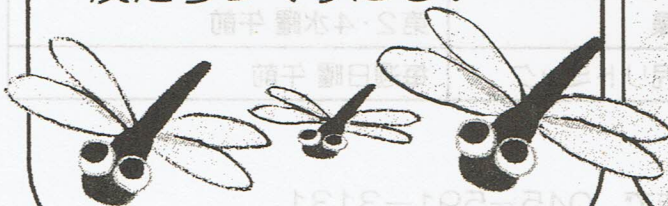
10時～12時、予約不要

乳幼児が遊べる和室で、  
都筑区子育て支援スタッ  
フに子育ての不安や悩み  
を話してみませんか？  
友だちづくりにも！



## 新着図書

直木賞 渦 妹背山 婦女 庭訓 魂結び (大島真寿美)  
芥川賞 むらさきのスカートの女 (今村夏子)  
通天閣 (西加奈子)  
サイレント・プレス (南杏子)  
さよならドビュッシー (中山七里)  
零れた明日 (堂場瞬一)  
心がバテない食薬習慣 (大久保愛)  
新章 神様のカルテ (夏川草介)  
天気の子 (新海誠)  
青い虚空 (ゾエリー・ディヴァー)  
その女アレックス (ピエール・ルメートル)  
ミレニアム 1 上下 (ステーク・ラーツ)  
ミレニアム 2 上下 (同)  
ミレニアム 3 上下 (同)



# 中川中学校コミュニティハウス

## < サークル紹介 >

	サークル名	活動内容	活動日
文化系サークル	Ｏ・Ｐ・Ｃ	油絵	第２・４土曜 午後
	歌友会	カラオケ	第１・３土曜 午後
	歌仲間	カラオケ	第１・３木曜 夜間
	美映会	カラオケ	第１・３月曜 午後
	菊瑞塾	日本舞踊	第２・４土曜 午後
	ひまわり会	民謡踊り	第１・２・３・４水曜 午後
	つづき鼓陽会	和太鼓	月２回 月曜 夜間
	吉野着付教室	着付	第１・３木曜 午後
	ぎんの鈴	大正琴	第２・４水曜 午後
	墨乃会	書道	第１・３月曜 午前
	筆ペンすみれ会	筆ペン習字	第２・４土曜 午前
	パピエ	シャドウボックス	第２月曜 午前、第３月曜 午前 第３水曜 午前・午後
	Mary's Room	英会話	第１・２・３・４水曜 午前
	神港鳶職組合	木遣	月１回 ２０日前後 夜間
健康・育児系サークル	大棚クラブ	卓球（ラージボール）	毎週月曜 夜間
	中川クラブ	卓球（ラージボール）	毎週火曜 午後
	T・K・Y	卓球	第２・４木曜 夜間
	水星会	卓球	第１・３水曜 夜間
	気功	気功	第１・３土曜 午後
	さつき会	健康体操	毎週木曜 午後
	スマイルヨガ	ヨガ	毎週水曜（月４回）午前
	ハイビスカス	ヨガ	第２・４月曜 午前
	都筑シルクロード 中川太極拳	太極拳	毎週水曜（月４回）午後
	中川スポーツダンス	モダン＆ラテンダンス	毎週火曜 夜間
	プアマエオレ	フラダンス	第１・２・３木曜 午後
	DS都筑	社交ダンス	毎週日曜 午前
	親子リズム	幼児の音楽遊び	第２・４火曜 午前
	ハイハイよちよち	ベビー体操	第２・４水曜 午前
	Happy English	英語の幼児リトミック	毎週日曜 午前

多くのサークルでメンバー募集中です

お問い合わせはコミュニティハウス事務室まで 045-591-3131

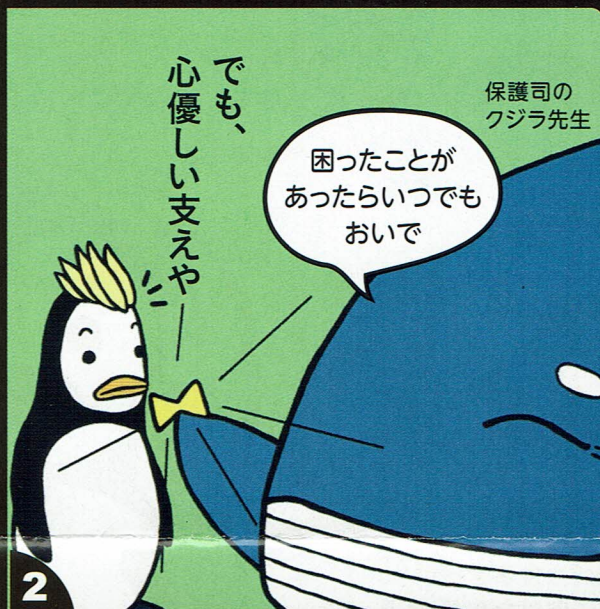
こ う せ い ほ ご

# 「更生保護」って なんだろう？

ホゴちゃんの  
更生物語



1



2



3



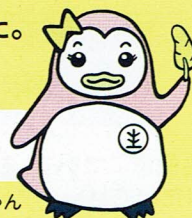
4

その後、ホゴちゃんは立ち直ろうとしている人を温かく見守る心優しいペンギンになりました。いつも、犯罪や非行のない明るい社会を願って活動しています。



しあわせ

「幸福の黄色い羽根」は、犯罪や非行のない幸福で明るい社会を願うシンボルです。



更生ペンギンのサラちゃん

## 地域のチカラで立ち直りを支える更生保護

# 犯罪や非行をした人の立ち直りを 社会の中で見守り、地域のチカラで支えていく。 それが「更生保護」です。

社会の中で必要な支援を受けられず、再び犯罪や非行を重ねてしまう人たちがいます。  
犯罪や非行からの立ち直りには、彼らを見守り支える地域社会のあたたかい心が必要です。  
皆さんの地域でも、様々な立場から立ち直り支援に協力する「更生保護ボランティア」が活動しています。



**“社会を明るくする運動”**  
～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人の改善更生について理解を深め、犯罪や非行のない地域社会を築くための全国的な運動です。  
「あなたも地域の行事に参加してみませんか？」

毎年7月は、“社会を明るくする運動”の強調月間及び再犯防止啓発月間です。

更生保護について、もっと  
知りたい方は…

更生保護

お問い合わせは  
お近くの保護観察所まで

保護観察所



法務省保護局 @MOJ\_HOGO  
[https://twitter.com/moj\\_hogo](https://twitter.com/moj_hogo)

保護局公式ツイッター

リサイクル適性   
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。





## 薬物乱用への甘い誘い

ちよっとだけ、  
ためしてみようよ



みんなやってるよ



やせられて、  
肌がきれいになるの



イライラがとれて  
スッキリするぜ



## 薬物の危険をさける3つのポイント

1. 薬物を誘われる危険性のある場所に行かない。
2. 薬物を誘われたら話題を変える。まったく違う話に変えてしまおう。
3. 誘われたら逃げる。人のいるところ、道の広い方、明るい場所に向かって逃げよう。

誘いの言葉にだまされない  
「嫌だ！」とキツパリ断る勇氣  
大切な自分を守るろう！



違法な薬物を  
1回でも使用すると

見せかけの元氣  
すごく幸せ



抑うつ地獄  
イライラ・疲労感



依存性、  
耐性、強迫的使用  
もう1本...もう1本...



## 「一度だけ」のもりが人生を破壊します

## 様々な問題をもたらします

### 凶悪な事件が発生する

薬物の乱用により、幻覚、妄想が現れ、殺人等の重大犯罪を引き起こしてしまうかもしれません。



### 重い罰を受ける

例えば、覚醒剤を違法に使用した場合、10年以下の懲役に処せられます。

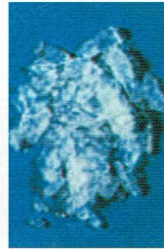


### 友達や家族を失う

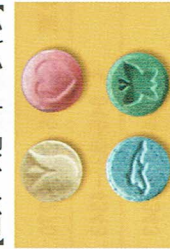
薬物におぼれ、人間関係の破壊により、友人、家族から孤立します。



## 乱用される薬物



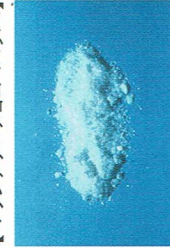
覚醒剤  
【エス・スピード・シャブ】



MDMA  
【エクスタシー・バツ】

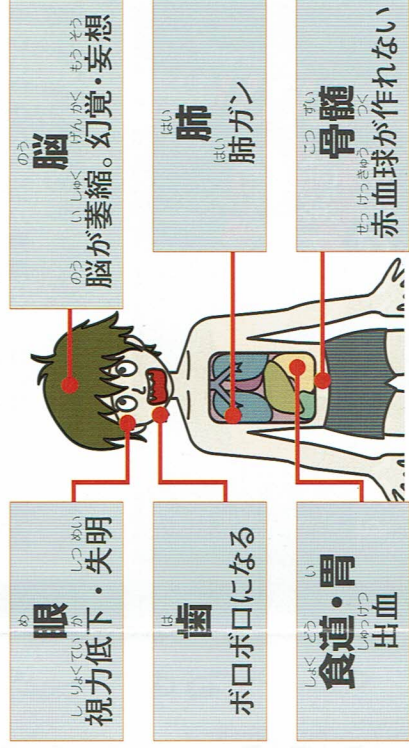


大麻  
【マリファナ・チョコ・ハッパ】



コカイン  
【クラック・コーク・スノー】

## 薬物乱用が心身に及ぼす影響



# 古い消火器危険です!!

横浜市防災機器販売協同組合

## 消火器にも寿命があります!!

●消火器は購入から、5年経ったら中身(薬剤)の詰替、8年(10年)経ったら廃棄しましょう

●粉末消火器

◎消火器の購入

1本 **5,200円**

※強化液タイプの消火器は裏面をご覧ください。

●新しく購入して頂いた消火器には、リサイクルシールが貼付されています。リサイクルシールが貼付してある消火器は、安く処分できます。



◎薬剤の詰替

**3,000円**

※加圧式粉末消火器(薬剤量1.5kgまで)

**薬剤詰替の目安は5年です。**

※使用期限(耐用年数)を過ぎた消火器は、詰替ではなく、買替(廃棄)になります。

- ・金額は全て消費税込みです。
- ・詳細は裏面をご覧ください。

※購入・詰替は各家庭へ訪問(配達)の場合、別途訪問(配達)料が1,000円掛ります。

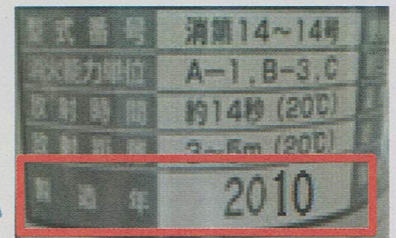
●古くなった消火器は、いざという時に使えなかったり、放置しておくと破裂事故につながります!新しい消火器に交換しましょう

◎消火器の廃棄

1本 **1,100円**

- ・廃棄のみの自宅訪問の場合2,500円
- ・リサイクルシール貼付済の消火器の廃棄は、上記の価格より500円引になります。

- 消火器の製造年は、消火器本体のラベルに記載してあります。
- 古い消火器の耐用年数は製造年から約8年。(2011年製以降は約10年)



★製造年を確認しましょう

- 写真の製造年以前の消火器は、耐用年数がすぎています。
- すべての消火器には、本体に製造年が表示されています。

## 消火器購入・薬剤詰替・消火器廃棄申込書

氏名	住所	電話	購入		詰替	廃棄	自宅配達希望する方は○して下さい。
			粉末	強化液			
			本	本	本	本	希望する
			本	本	本	本	希望する
			本	本	本	本	希望する
			本	本	本	本	希望する
			本	本	本	本	希望する
			本	本	本	本	希望する

※お客様にご記入頂いた個人情報は、消火器事業以外には使用致しません。

区	自治会・町内会		班・組
担当者氏名・連絡先	氏名	電話番号	

# 消火器購入・薬剤詰替・消火器廃棄価格表

※金額は全て消費税込です。・価格は1本あたりの金額です。

※消火器の新規購入、薬剤詰替は各家庭へ訪問(配達)の場合、別途訪問(配達)料が1,000円掛ります。

消火器 購入		●粉末消火器	●強化液消火器
	自治会にまとめて配達	5,200円	7,400円



## ●粉末消火器

### ◇加圧式ABC粉末消火器

使用期限約10年間  
 消火薬剤 粉末1.2kg  
 放射時間 約14秒  
 総質量 約2.45kg  
 全高 約380mm

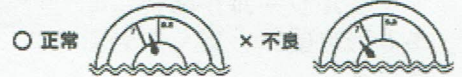


## ●強化液消火器

### ◇蓄圧式強化液消火器

使用期限約5年間(詰替は出来ません)  
 消火薬剤 強化液1.0リットル  
 放射時間 約12秒・総質量 約2.5kg  
 全高 約365mm

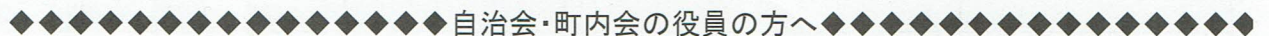
ゲージの針が緑色の部分にあれば正常です。



※仕様は機種によって若干異なります。

・粉末消火器(業務用消火器)は、一般家庭及び消防法上の設置対象のどちらでも設置できる消火器です。強化液消火器(住宅用消火器)は、一般家庭でのみ設置ができる消火器になります。ですので粉末消火器(業務用消火器)をご家庭に設置しても何の問題も御座いません。

薬剤の 詰替	薬剤は購入から5年を目安に詰替しましょう。	
	自治会・町内会へ訪問 まとめて詰替	未使用 3,000円
		使用済み 3,900円
※加圧式粉末消火器薬剤量1.5kgまで ※この他のサイズの消火器も詰替え致します。ご相談下さい。		
消火器 廃棄 (消火器の種類 によっては、廃 棄料金が異なる 場合がございます)	◎消火器の廃棄料金 ・買替時の廃棄 ・自治会・町内会でまとめて廃棄だけする場合 ・組合員店舗までお持ち頂いた場合	1,100円
	◎消火器の廃棄のみでご自宅まで取りに行く場合 ※2本目以降は、1,100円づつ加算になります。	2,500円
	※リサイクルシール貼付済みの消火器の廃棄は、上記の価格より500円引きになります。 ※2010年以降製造の消火器には、リサイクルシールが添付してあります。	



※自治会・町内会名、担当者の氏名・電話番号を明記して下さい。

※まとめて配達の場合、ご記入の担当者宛に連絡致します。(自宅配達の場合、各家庭に直接連絡致します。)

※連絡は担当組合員からになります。(担当組合員のお問い合わせは下記まで。)

## 横浜市防災機器販売協同組合

〒241-0005 横浜市旭区白根1-20-18

電話番号 045-954-5011

FAX番号 045-954-5014

※受付時間:平日9時~17時、土曜・日曜・祝日は休み

加入していて大正解でした!



あなたの街の

# 火災共済

我が家は大丈夫だと思っていたけど、やっぱり備えは必要!

トラブル1

隣家の火事でもらい火!



保障のおかげで、大切な我が家を修復できました!

トラブル2

上の部屋から水漏れ!



水浸しになったけれど、保障のおかげで修復できました!

トラブル3

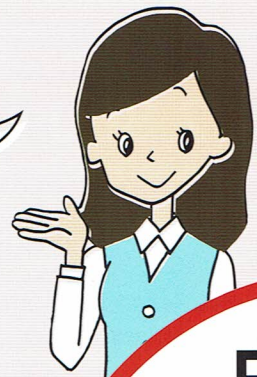
落雷によってテレビが故障!



修理代が不安でしたが、保障のおかげで修理できました!

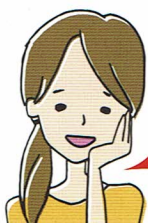
## 火災以外の損害リスクも保障!

建物だけでなく家財の保障もおすすめ!



掛金の負担も心配でした!

※イラストはイメージです。



年間でこの掛金は嬉しいわ!

(例) マンション等耐火専用住宅 ● 持ち家 / 家族3人 / 87㎡

年間掛金 **8,400円**

- 建物の保障 → 契約金額 1,400万円
- 家財の保障 → 契約金額 700万円



## 中面のハガキ

を切り離して資料請求・加入お申ができます!

火災だけじゃない!

# 火災共済で“もしも”の事態に備えた安心を。

## そもそも火災共済って?

火災共済と聞くと、火災時の保障と考えがちですが  
実は、火災以外にも備えることができる保障なんです。

火災共済には2つの保障がございます。



### 建物の保障

たとえば、こんな時にお支払いします

- 火災によって全焼してしまった
- 隣家からの火災で外壁が燃えてしまった
- 盗難によって窓ガラスを割られてしまった



### 家財の保障

たとえば、こんな時にお支払いします

- 火災によって家財が全焼してしまった
- 水漏れによって家具が使えなくなった
- 落雷によって家電製品が壊れた

持ち家の方は建物、家財の2つの保障に加入することができます。

対象となる財産	🏠 建物	👁️ 家財
持ち家	○	○
借家	—	○
貸家	○	—

**加入資格・出資金について** 神奈川県内に居住されている方又は県内に勤務されている方  
[新規にご加入(契約)の際、組合員になっていただくため100円の出資金が必要です]

## どんな時に保障してくれるの?

地震見舞金等、保障とは別に「見舞金制度」がございます。

損害共済金



火災



盗難に伴う破壊



水漏れ



自動車の飛び込み



破裂・爆発



航空機の墜落



落雷

費用共済金



臨時費用共済金



残存物取片づけ費用共済金



失火見舞費用共済金



修理費用共済金



漏水見舞費用共済金

※イラストはイメージです。

## 掛金はいくらかかるの?

少しでも掛金を抑えたい方には、  
再取得に必要な条件でのご契約をおすすめしています。

家計に優しい!

加入限度額の70%以上の

## 安心おすすめプラン

〈再取得価額特約付帯〉

マンション等  
耐火専用住宅

借家 家族2人 43㎡

年間掛金 **2,800円**

■家財の保障(70口)→契約金額 700万円  
●1口/40円

マンション等  
耐火専用住宅

持ち家 家族3人 87㎡

年間掛金 **8,400円**

■建物の保障(140口)→契約金額 1,400万円  
■家財の保障(70口)→契約金額 700万円  
●1口/40円

木造・準耐火等  
非耐火専用住宅

持ち家 家族3人 68㎡

年間掛金 **14,400円**

■建物の保障(110口)→契約金額 1,100万円  
■家財の保障(70口)→契約金額 700万円  
●1口/80円

### 再取得価額特約とは?

建物及び家財の契約金額が加入限度額<sup>\*1</sup>の70%以上<sup>\*2</sup>ご契約の場合は、火災等の事故に対し契約金額を限度として、損害に遭った建物や家財と同程度のもを再築・修復・再購入するのに必要な額を共済金としてお支払いします。

※1 加入限度額は1㎡あたり23万円(1坪あたり約76万円) ※2 家財の再取得価額特約は加入限度額の70%以上または700万円以上の契約金額に付帯します。

●安心おすすめプランは、一例を記載したものです。ご加入は、契約金額が50万円から加入限度額(建物面積・家族人数による制限)の範囲内で、ご希望の契約金額でご加入いただけます。

※記載の内容は概要のご説明です。重要事項をご確認の上、ご契約となります。

「もっと詳しく知りたい!」  
「見積りが欲しい!」

など資料請求・加入お申込みをご希望の方は  
右記の3つの方法からお選びください

お電話で

0120-073-203

【受付時間】月～金/午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)  
横浜市民共済生活協同組合 事務局 横浜市中区日本大通58 日本大通ビル8階

HPで



<https://www.yokohamashiminkyosai.or.jp>

横浜市民共済 検索

ハガキで

右側のハガキ  
を切り取ってご記入  
ポストへご投函くだ

# 火災

そ

た  
●ソ  
●降  
●送  
加

ど

共

自動

掛

家計に優

●家  
●11  
●1  
●安

「もっと見積  
など資料  
右記の3

## 横浜市民共済は 神奈川県民のための火災共済です。



横浜市民共済はお約束します！

- 1 家計に優しい掛金で  
加入しやすく  
さらに築年数に関係なく  
同じ加入基準額でご加入いただけます。
- 2 70%以上の焼損は  
全焼扱い  
全焼時は契約金額の全額を  
素早く対応しお支払いします。
- 3 保障とは別の  
見舞金給付制度  
地震見舞金等、保障とは別に  
見舞金制度がございます。
- 4 割戻し制度で  
掛金の負担軽減  
剰余金は利用分量に応じて  
割戻しております。  
※剰余金が生じた場合のため、割戻率の変動や  
割戻金がなくなることもあります。

組合員の皆様が火災等に遭ったとき、互いに助け合う制度です。

## 横浜市民共済は 神奈川県民のための火災共済です。



横浜市民共済はお約束します！

- 1 家計に優しい掛金で  
加入しやすく  
さらに築年数に関係なく  
同じ加入基準額でご加入いただけます。
- 2 70%以上の焼損は  
全焼扱い  
全焼時は契約金額の全額を  
素早く対応しお支払いします。
- 3 保障とは別の  
見舞金給付制度  
地震見舞金等、保障とは別に  
見舞金制度がございます。
- 4 割戻し制度で  
掛金の負担軽減  
剰余金は利用分量に応じて  
割戻しております。  
※剰余金が生じた場合のため、割戻率の変動や  
割戻金がなくなることもあります。

組合員の皆様が火災等に遭ったとき、互いに助け合う制度です。

## 横浜市民共済は 神奈川県民のための火災共済です。



横浜市民共済はお約束します！

- 1 家計に優しい掛金で  
加入しやすく  
さらに築年数に関係なく  
同じ加入基準額でご加入いただけます。
- 2 70%以上の焼損は  
全焼扱い  
全焼時は契約金額の全額を  
素早く対応しお支払いします。
- 3 保障とは別の  
見舞金給付制度  
地震見舞金等、保障とは別に  
見舞金制度がございます。
- 4 割戻し制度で  
掛金の負担軽減  
剰余金は利用分量に応じて  
割戻しております。  
※剰余金が生じた場合のため、割戻率の変動や  
割戻金がなくなることもあります。

組合員の皆様が火災等に遭ったとき、互いに助け合う制度です。

お気軽にお問い合わせください！

【受付時間】月～金/午前8時30分～午後5時15分  
(祝日、年末年始を除く)※FAXは24時間ご利用いただけます

東神奈川普及サービスセンター  
☎0120-073-237 FAX 0120-073-238

関内普及サービスセンター  
☎0120-073-208 FAX 0120-647-959

上大岡普及サービスセンター  
☎0120-073-209 FAX 0120-073-240

二俣川普及サービスセンター  
☎0120-073-204 FAX 0120-073-211

中山普及サービスセンター  
☎0120-073-206 FAX 0120-073-207

戸塚普及サービスセンター  
☎0120-073-277 FAX 0120-073-287

大和事務所  
☎0120-579-998 FAX 0120-589-938

お気軽にお問い合わせください！

【受付時間】月～金/午前8時30分～午後5時15分  
(祝日、年末年始を除く)※FAXは24時間ご利用いただけます

東神奈川普及サービスセンター  
☎0120-073-237 FAX 0120-073-238

関内普及サービスセンター  
☎0120-073-208 FAX 0120-647-959

上大岡普及サービスセンター  
☎0120-073-209 FAX 0120-073-240

二俣川普及サービスセンター  
☎0120-073-204 FAX 0120-073-211

中山普及サービスセンター  
☎0120-073-206 FAX 0120-073-207

戸塚普及サービスセンター  
☎0120-073-277 FAX 0120-073-287

大和事務所  
☎0120-579-998 FAX 0120-589-938

お気軽にお問い合わせください！

【受付時間】月～金/午前8時30分～午後5時15分  
(祝日、年末年始を除く)※FAXは24時間ご利用いただけます

東神奈川普及サービスセンター  
☎0120-073-237 FAX 0120-073-238

関内普及サービスセンター  
☎0120-073-208 FAX 0120-647-959

上大岡普及サービスセンター  
☎0120-073-209 FAX 0120-073-240

二俣川普及サービスセンター  
☎0120-073-204 FAX 0120-073-211

中山普及サービスセンター  
☎0120-073-206 FAX 0120-073-207

戸塚普及サービスセンター  
☎0120-073-277 FAX 0120-073-287

大和事務所  
☎0120-579-998 FAX 0120-589-938

夫婦で考える！

# 老後の不安・相続の対策

夫婦贈与

後見制度

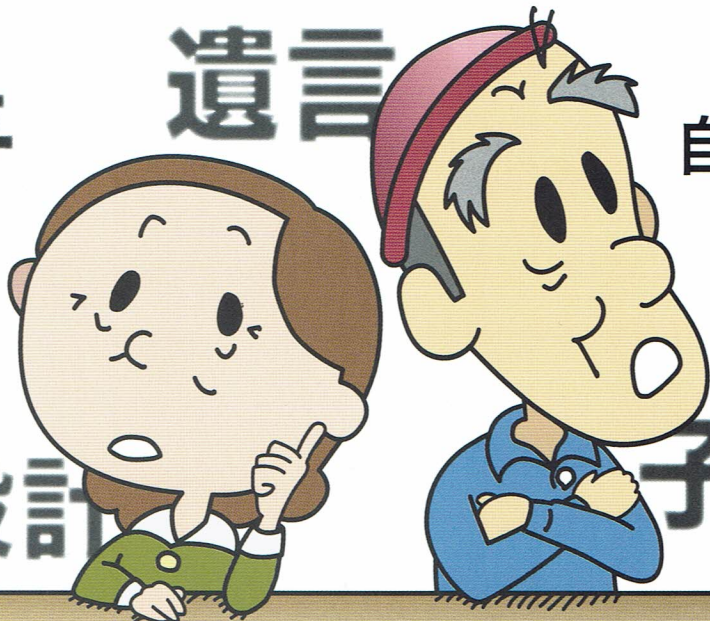
遺言

自宅の名義

介護費用

老後の生活設計

子の負担



事前申込制

セミナー

定員 **30**名  
(申込先着順)

## もし夫が倒れたら？ 慌てない、困らないために 今私ができること

講師：司法書士  
橋本雅美

もめない相続、負担のない介護を実現するには？  
相続や認知症で預金が凍結されないためには？  
夫婦を守る法制度のつかい方を事例で学びましょう。



事前申込制

個別相談

- **自宅とお金の名義** つれあいが困らないようにするために
- **認知症時の生活費、介護費** 預金が凍結されないようにするためには
- **子供のいない夫婦** 老後の手続き、遺産相続、頼りになる人をみつけない
- **子供に余計な負担をかけたくない** 夫婦でしておくべき準備と整理
- **夫婦間の生前贈与(おしどり贈与)** 自宅に妻の名義をいれてあげたい

相談をご希望の方は、事前のお申し込みをお願いします。

# 9/29 日

セミナー 10:30~12:00

個別相談 12:20~15:00

会場 ● 中川中学校コミュニティハウス 研修室 参加費 ● 無料

市営バス(302系統)・東急バス(綱44、綱45、綱48、綱71)「中川中学校前」下車徒歩3分

お申し込み  
お問い合わせ

## 中川中学校コミュニティハウス

# 045-591-3131

横浜市  
都筑区大榎町240

▶ お問い合わせ・お申し込みはお気軽に、お電話または直接来館にてお願いします。

▶ 開館時間 9:00~21:00 (土・日曜日は17:00まで) ▶ 毎週火・金曜日休館



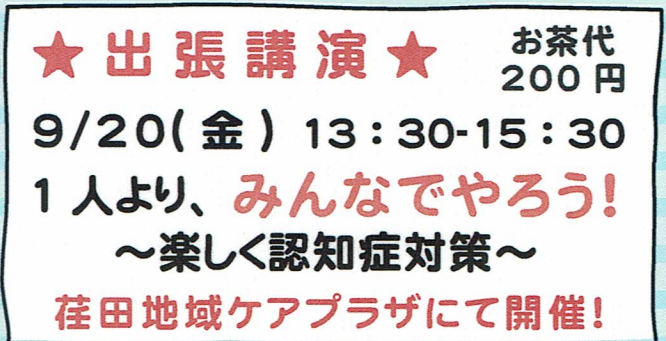
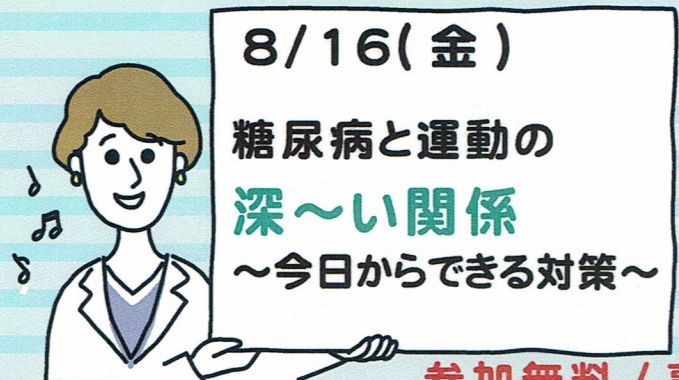
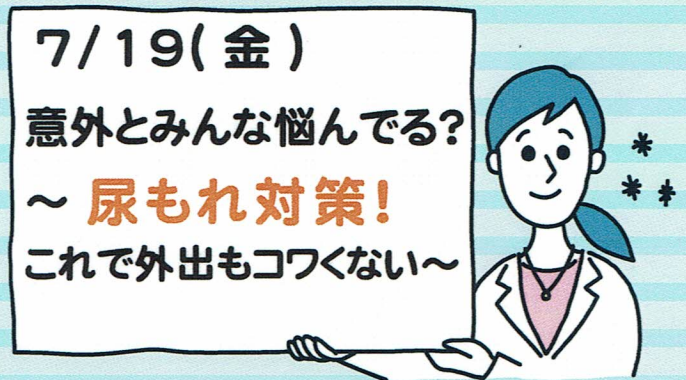
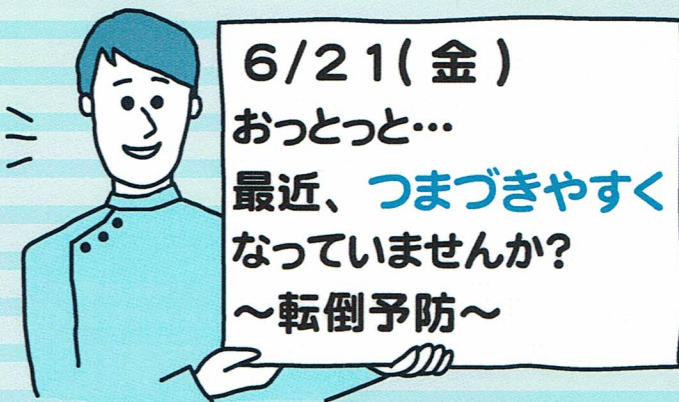


# 運動教室

会場 ▶ 当院3F カンファレンスルーム  
〒225-0013 横浜市青葉区荏田町433

時間 ▶ 13:15 ~ 14:15

健康測定がございますので、10分前までにご来場ください。



参加無料 / 事前予約不要

しっかり体を動かします!  
動きやすい服装でお越しください。

最寄りバス停【江田ドエル前】

江田駅 12:54 発 → 江田ドエル前 12:57

江田ドエル発 14:31 → 江田駅 14:37 着

# 胸部症状（痛み・ドキドキ）から 起こる脳梗塞を予防しよう!! ～脳と心臓を両方ケアする重要性～

2019年 **10/5** (土)

13:00 ~ 16:00 (開場 12:00)

## 会場 青葉公会堂

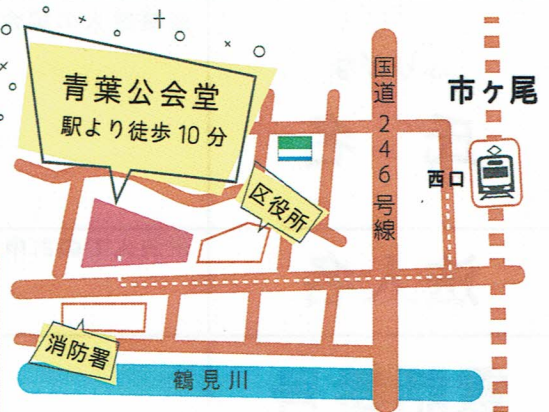
横浜市青葉区市ヶ尾町31番地4

参加無料 / 予約制



市が尾駅(西口)⇄青葉公会堂 無料送迎バスあり

- ① 講演前 11:30 ~ 13:30
- ② 講演後 講演終了後随時



### 講演内容

1

## 心臓が原因の脳梗塞に対する 最先端の予防と治療

講師：脳神経外科医師 院長 森本 将史



2

## 楽しく続けて元気なカラダへ! かんたん□□モ体操

講師：理学療法士 森村 勇喜



3

## 放っておくと怖い“不整脈” ～心房細動を知ろう!～

講師：循環器内科医師 津田 泰任



申込方法

① TEL  
045-911-8115  
(地域医療連携室)


② FAX  
裏面をご確認ください。

③ WEB



IMS(イムス)グループ 医療法人社団明芳会  
横浜新都市脳神経外科病院

後援：横浜市青葉区・青葉区医師会  
横浜市病院協会・tvk(テレビ神奈川)



FAX 045-910-1562

横浜新都市脳神経外科病院 地域医療連携室 宛

## 第16回市民公開講座 参加申込書

ふりがな 氏名	※複数人の場合、全員のお名前をご記入ください
法人名	※法人でのお申し込みの場合、ご記入ください
電話番号	
申込人数	名（うち、車椅子でのご来場者 名）
お住いの地域 いずれかを○で囲むか地域名 をご記入下さい	【横浜市】青葉区・都筑区・緑区・港北区・旭区・その他横浜市 【川崎市】宮前区・高津区・麻生区・中原区・その他川崎市 上記以外の地域（ ）
当講座をどちらでお知り になりましたか？	1. 当院内のチラシ・ポスター 2. ダイレクトメール 3. 自治会の回覧板・掲示板 4. 新聞記事・折込チラシ 5. インターネット 6. 紹介（当院職員 / 家族・知人等） 7. 当院以外で設置されたチラシ・ポスター 8. その他（ ）

- ・ご記入いただいた個人情報、当院市民公開講座以外には使用いたしません。
- ・申し込み後、受付完了などの返信は致しませんので、あらかじめご了承ください。
- ・キャンセルされる場合は、お早めにご連絡くださいますようお願いいたします。

当講座について  
のお問い合わせは

045-911-8115 (地域医療連携室)

■電話受付時間 平日 8:30～17:30 土曜 8:30～12:30