

回 覧

会員様各位

令和8年1月24日

神木本町自治会

レクリエーション部 小倉静江

春のレクリエーション



モルックを楽しもう！

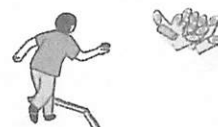


開催のお知らせ

会員の皆様におかれましては益々ご健勝の事とお喜び申し上げます。
春のレクリエーションで第3回モルック（ゲーム）大会の開催をお知らせします。
モルックは小さな子供から大人まで、幅広い年齢層の方が楽しめるスポーツです。
ご家族、ご近所お誘い合わせの上、お出かけ下さい。
多くの方々のご参加をお待ち致しております。

開催日時 3月7日（土） 雨天、降雪の場合中止
9時45分より受付開始 10時00分開始 13時00分終了予定

会 場 天満宮
受付場所 社務所にて設置予定
持 ち 物 暖かい服装、スポーツに適した履きなれた靴等
会 費 無料 参加人数、賞品数確定の為、事前に参加申し込みをお願い致します



参加申込方法

お名前（ご家族、グループでご参加の場合 全員のお名前）、住所、電話番号記入の上
理事に提出、またはe-mail にてお申込み下さい（用紙、書式は問いません）
2月27日（金）までの受け付けと致します。



参加申込・お問い合わせ レクリエーション部 小倉まで TEL090-9822-3257
e-mail shizuemaki66@gmail.com

申 込 書（例）

お名前	住所	電話番号



スマイルカフェ



毎月第1木曜日
午前10:00~12:00

会員の方ならどなたでも参加できます！
お茶を飲みながらおしゃべりしませんか？

場所：神木天満宮社務所

次回は 2月5日（木）
3月5日（木）





リチウムイオン電池等の収集について

家庭、電車、航空機内などで**リチウムイオン電池等による火災**が多発しており、それらの使用上の取扱いや適切な廃棄方法を行う重要性が呼びかけられています。普通ごみに混入されたリチウムイオン電池等により、**ごみ収集車の火災**も多発しています。川崎市では、リチウムイオン電池等は、小物金属で収集しますので、分別にご協力ください。

収集開始

2025 年 11 月から

収集日

小物金属の日（月 2 回） ※ 収集日は川崎市 HP 参照

対 象

家庭で使った充電式電池

【充電式電池（モバイルバッテリーや電動自転車のバッテリーなど、充電して繰り返し使用できるもの）リチウムイオン電池以外の、ニカド電池・ニッケル水素電池も対象です】



積層型・筒型乾電池（マンガン・アルカリ・リチウム一次電池）、リチウムコイン電池（型式番号 CR 及び BR）は従来どおり使用済み乾電池で出してください。

※ 電池が本体から外せないものも対象

家電製品から充電式電池を無理に取り外そうとすると、発煙・発火の可能性があり危険ですので、取り外さないまま出してください。



対象外

自動車用バッテリー、パソコン本体、ポータブル電源

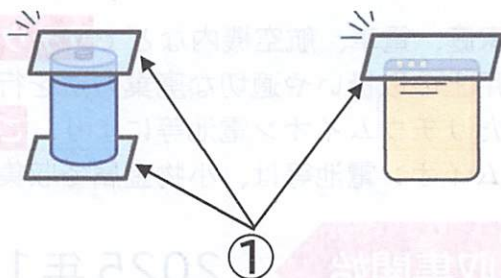
※ パソコンから外した電池は対象

処分方法は、川崎市のホームページを参照してください。



出し方

- ① 端子部に透明なテープを貼し、絶縁してください。



- ② 透明な袋に入れ、貼り紙をして資源物集積所に出してください。

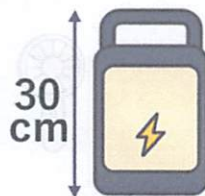
記載例：充電電池、リチウム、
モバイルバッテリーなど



※膨張・変形している充電式電池は、
他の電池と分けて透明な袋に入れ、
貼り紙をして出してください。



※一番長いところが30cm以上の
ものは「粗大ごみ」へ
(有料・申し込み制)



問い合わせ先 宮前生活環境事業所（電話）044-866-9131

詳しくは →





参加費
無料

避難生活・ 避難所を知ろう



大地震が起きた時、
避難所がどのように開設・運営
されるか知っていますか？

この講座では、避難所がどのような場所なのか、個々に避難生活を送るうえで
知っておくべきことは何か、ワークショップを交えて学びます。
昼食では備蓄用のおにぎり等を実際につけて食べる体験もできます。
地域のため、そして自分や家族を守るため。
一緒に「個々の避難生活・地域の避難所」について学びませんか？



2026

2.1 日 10:00-16:00

詳細は裏面を
ご覧ください

会場

宮前区役所4階 大会議室

〒216-8570 宮前区宮前平2-20-5

定員

50名 (抽選)

申込

申込フォーム、FAX、直接窓口
にてお申し込みください。

締切

2026 1.26 月 【必着】

FAXの方は裏面、
申込フォームの方は
下記二次元コードから
お申込みいただけます



問合せ先

宮前区自主防災組織連絡協議会 事務局 (川崎市宮前区役所危機管理担当)
電話：044-856-3114 FAX：044-856-3280
メールアドレス：69kikika@city.kawasaki.jp

FAX送付

参加申込用紙



宮前区役所危機管理担当 宛て

FAX番号：044-856-3280

締切日：1/26(月)必着

フリガナ	
申込者の氏名	
連絡先 ※1 (日中連絡がつく電話番号)	※1 申込の内容確認や当日の急な用件で連絡する場合があります。
メールアドレス ※2 (申込結果などの送付用)	※2 「~@city.kawasaki.jp」からのメールが受信できるメールアドレスを御記入ください。

<個人情報の利用目的>

- ・御参加いただくみなさまの個人情報は、当該イベントに係る運営、連絡と情報提供、統計資料の作成のみに使用させていただきます。
- ・当日は、実施内容の記録の為写真を撮らせていただきます。また、その写真は区内の防災啓発活動に使用させていただきます場合があります。

令和8年2月1日 開催

避難生活・避難所を知ろう プログラム

時間	コマ	研修内容	講師
10:00 ↓ 10:30	講義1 (30分)	・研修目的の共有 ・宮前区の避難所と在宅避難について	宮前区役所 危機管理担当職員
10:30 ↓ 12:00	講義2 (90分)	・避難所での性別、立場による課題への理解と生活環境の整備 ・避難所に必要なスペースと機能	防災士 上園 智美さん
12:00 ↓ 13:00	休憩 (60分)	・5年保存できるおにぎりを自分で作って食べます（長期保存味噌汁・お茶付）。	
13:00 ↓ 14:00	講義3 (60分)	・災害時のトイレ事情とその対策 ～携帯トイレの使い方体験あり～	女性の視点でつくる かわさき防災プロジェクト メンバー
14:00 ↓ 15:30	講義4 (90分)	・避難所における安全・安心 ～治安と暴力防止について～	川崎市男女共同参画 センター職員
15:30 ↓ 16:00	振り返り ・ 修了式	・研修の総括と振り返り ・修了証の授与式	 長期保存のクッキーや レトルトカレーなど お土産を多数ご用意！

向丘地区連合自治会プレゼンツ



筋力アップ講座参加者募集!!



～体力作りへ、健康キャラバンを開催～

最近、体力が落ちていませんか？

いつまでも自分の足で歩ける力をつけるためにも、筋力アップ講座に参加しませんか。

日時) 令和8年2月25日(水)
10:00～11:30

講師) NPO 法人ファンズ アスリートクラブ
理事長 井上秀憲

場所) 向丘出張所 (バス停「向丘出張所」下車徒歩2分)

(宮前区平1-1-10)

定員) 30名 (先着順、無料)

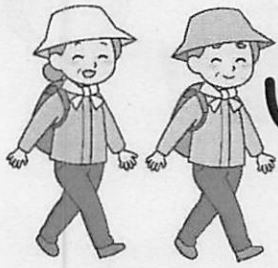
申込日) 令和8年2月10日(火) 9時から

(来所または電話にてお申込みください)

申込先) 向丘出張所 044-866-6461

※申込時の注意事項は裏面をご覧ください。

主催：向丘地区連合自治会



坂の多い向丘地区で いつまでも歩けるための 筋力アップ講座

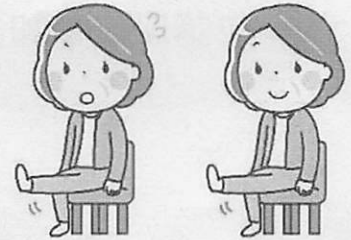


《坂道や階段の上り下りは平地で歩く時の筋肉負荷の2～3倍！！》

《正しく体を使わないとひざ痛や腰痛の原因になりやすい！》

■講座内容

歩く時のアクセル・ブレーキ・足の持ち上げ・ハンドル・負荷をかけない
この5つのポイントで筋トレやストレッチを行います。
歩くための体の部位を知り、その部位のパワーアップや
使い方を知り、元気に向丘地区で生活できる体を手に
入れましょう。



■講師紹介

井上秀憲(NPO 法人ファンズアスリートクラブ 理事長)

- ・日本スポーツ協会公認クラブマネージャー
- ・ジムスティックノルディックウォーキングアドバイザー
- ・サービス介助士 準2級
- ・川崎市障害者スポーツ協会 運営委員
- ・ウインドサーフィン日本代表 5選手 トレーニングサポート



【申込時の注意事項】

- ・お名前、住所、年齢、連絡先を確認します。
- ・先着順となりますので、定員に達した場合は申し込みをお受けできない（キャンセル待ち可）場合があります。
- ・複数人での申し込みの場合は空き状況によっては全員の申し込みをお受けできない場合があります

【当日の注意事項】

- ・動きやすい服装でご参加ください。
- ・水分補給をしますので、各自水分をご持参ください。