



大豆戸町内会だより

まめど 2025 年
6 月号

大豆戸町内会館

住所： 菊名7-8-8

TEL： 045-718-6558

FAX： 045-718-6548

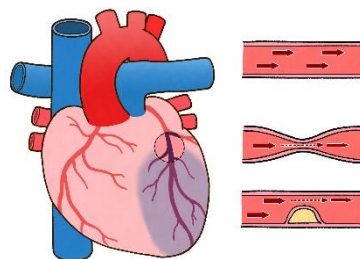
この QR コードから町内会ホームページにて
「まめど」電子版をご覧ください。

みんなで創る安全・安心な街

URL : <https://mamedo.yokohama/>

“ 心疾患による突然死を防ごう！ ”

心臓は、全身に血液を循環させて酸素と栄養を送る「ポンプ」として働いています。心臓自体が活動するためにも酸素と栄養が必要であり、心臓の動脈（冠動脈）が酸素と栄養を運んでいます。この動脈が縮んで塞がってしまうと、心臓に酸素と栄養が送られなくなり、心臓が停止してしまう(心不全)のです。動脈硬化だけではない心疾患の原因や冠動脈が塞がる原因は、動脈硬化や血栓などが挙げられますが、血管の異常な収縮も重要な要因の



一つです。血管の異常な収縮による代表的な症状は、以下のものがあります。

- ・冠動脈が塞がる時間が短い時 → 不整脈や脈飛びが起こります。
- ・冠動脈が塞がる時間がやや長い時 → めまいや胸痛が起こります。
- ・冠動脈が塞がる時間が長い時 → 心筋梗塞の疑いがあります。

○心疾患が疑われる症状があった場合次の7つの行動をとってください。

脳への障害や後遺症などを軽減する可能性があります。

- ① 心臓に負担をかけない為にしゃがむ、もしくは足を少し高くして横になる。
- ② 119番通報を行い、病院に行ってただちに治療を受ける。
- ③ アスピリンがあったら1錠かんで服用する。血液をサラサラにする効果がある。
- ④ 焦らずゆっくり深く呼吸をする。鼻から4秒吸い、口から6秒履く。
- ⑤ 家族や身近な人に連絡をする。重要な決断をするときの判断ができる。

普段から連絡先を冷蔵庫等に貼っておく。

- ⑥ 自分の車で病院には行かない。意識を失って他人を傷つけてしまう可能性がある。
- ⑦ 玄関の鍵を開けておく。救急車が到着するまで3分～5分かかる。

○自分の健康は自分で守る。健康への取り組みを、自分で調べてください、
学ぶことが養生（健康のために生活の中でできる工夫）につながります。

2 令和7年度 日本赤十字共同募金について

(社会福祉協議会と民生部より)

各組長さんに赤十字社募金の封筒(組数が書かれた封筒)を配布します。

募金の集金額その他、必要事項を回覧資料の共同募金領収書

に必要事項をご記入の上、現金と一緒に来月7/12(土)13(日)の
回覧資料配布日に提出をお願いいたします。



一世帯の目標額は300円です。強制ではありませんが、ご協力お願い致します。

回覧資料「共同募金集計表」のご利用につきましては、色々なご意見がありますが、
組長さんが集金の確認ができるように利用していただいています。

募金の集金方法については各組、工夫をしていただきますようお願い申し上げます。
ご協力いただいた募金は、港北区内の火災等の見舞金や13地区に対する地域防災資材
整備費の助成をはじめ、献血事業や世界各地で生ずる風水害や震災被害者の国際支援
などに活用されます。

○問合せ 民生部 部長 杉山義之

3 楽しく健康づくり体操/太極拳教室/認サポについて (保健活動推進部より)

毎月、保健活動推進部が中心となって行っています。どなたでも参加できます。
参加希望の方は保健活動推進部までご連絡ください。

【楽しく健康づくり体操教室】 菊名地区連合町内会主催 講師 羽草洋子先生

参加費 100 円 (飲み物、上履き、汗拭きタオル、マスクは各自ご持参下さい)

① 日 時 令和7年6月26日(木) 13:30~14:30

7月24日(木) 13:30~14:30

② 場 所 大豆戸地域ケアプラザ(2階) 多目的ホール

③ 内 容 スクワット(強い足腰を作る)のびのび運動



【スリーA体操教室】 大豆戸町内会主催 講師 福崎克代先生

参加費 100 円 (飲み物、上履き、汗拭きタオル、マスクは各自ご持参下さい)

① 日 時 令和7年7月3日(木) 13:30~14:30 8月はお休み

② 場 所 大豆戸町内会館2階

③ 内 容 椅子に座ったままで上半身や手指を動かして、リズムに合わせて
楽しむ体操です。初めての方、試してみませんか

【太極拳教室】 大豆戸町内会主催 講師 佐藤泰子先生

参加費 1 回 100 円 (飲み物、上履き、汗拭きタオル、マスクは各自ご持参下さい)

① 日 時 令和7年7月7日(月) 10:30~11:30

8月はお休み



② 場 所 大豆戸町内会館（2階）大会議室

③ 内 容 練功と二十四式太極拳

【認知症サポーター養成講座】大豆戸町内会主催

講師 本間克之先生

認知症サポーター養成講座は、認知症の方とどう向き合うかがテーマですが一般の方どうしの接し方にもとても役にたつ講座です。一度は参加してみてください。

参加費無料 毎月8日 13:00～大豆戸町内会館（2階）大会議室にて開催

次回は7月8日（火）です。

◎問合せ 介護福祉士 本間克之（町内会役員）

保健活動推進部 部長代理 福崎克代

4 港北区消防団・夏季訓練会の開催について

（消防部より）

港北消防団夏季訓練会が、つぎの日程で開催されます。この訓練会は、消防団員が必要とする基本的な知識・技術を習得し、大きな地震等の災害時に組織的な活動体制の確立と消火・救助技術の向上を図るために行われます。

どなたでも自由に見学が出来ます。皆様の応援をよろしくお願いします。

① 日 時 令和7年7月6日（日）10時～12時

② 場 所 横浜市交通局新羽車両基地（北新横浜1-12-1）

③ 参加消防団員数 消防団400人 小型ポンプ積載車39台

④ 実施項目 消火器本訓練、小型ポンプ操法、訓練礼式
資機材取扱訓練、応用送水訓練、一斉放水



◎問合せ 大豆戸町内会 消防部 部長 紺野 大助

4 令和7年度 小学生スポーツフェスティバルについて

（スポーツ推進より）

小学生スポーツフェスティバル（参加費無料）は未経験のスポーツを体験し、子ども達に体を動かす楽しさを知ってもらうイベントです。

① 日 時 7月27日（日） 午前の部 10:00～12:00

午後の部 13:30～15:30

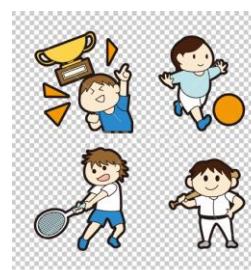
② 場 所 港北スポーツセンター

③ 対 象 原則、港北区内在住の小学生

④ 人 数 午前・午後とも250名（先着）

⑤ 募集期間 6月16日（火）～7月15日（水）

◎問合せ 港北区スポーツ協会事務局 ☎ 533-0865



お申し込みはこちらから



5 「納涼 盆踊り大会」開催のお知らせ

(町内会より)

町内会では、地域の思い出作り・地域のコミュニケーションづくりの一環としてつぎの日程で

「納涼 盆踊り大会」を開催します。

短いお時間ではありますが、ひとときをお楽しみください。

◎大豆戸町内会子ども会では「ファミリー盆踊り練習会」を
6月22日(日)14時～15時30分(受付13時40分)

港北スポーツセンターで行います。参加賞として光るうちわがもらえます。

踊った後は冷たいゼリードリンクももらえます。

持ち物：体育館履き(はだしOK) 水筒、汗拭きタオル

○大倉山ハイム・大豆戸町内会「第36回 合同盆踊り大会」

① 日 時 令和7年7月25日(金) 18:30～

(雨天の場合26日・両日雨天の場合中止)

② 場 所 大豆戸小学校 校庭

○大豆戸町内会主催 盆踊り大会

QRコードが難しい方は町内会へ

① 開催日時 令和7年8月15日(金)16日(土)18:30～

② 場 所 八杉神社境内 大豆戸町239番地

【近隣町内会の盆踊りの日程】

○新横浜町内会 7/25(金)7/26(土)新横浜駅北口西広場

○表谷町内会 8/9(土)8/10(日)篠原町表谷公園(バームハイツ前)

○菊名ハイツ 8/23(土)桜田公園

○菊名北町町内会 8/23(土)24日(日)菊名地区センター広場

◎問合せ 大豆戸町内会 副会長 福崎克代



練習会事前申込



6 資源集団回収:奨励金額の報告と美化の協力

(環境事業推進部より)

会員の皆様に毎月ご協力いただいている資源集団回収の
4月分は、66,180円です。入金された貴重な奨励金は、
有効に利用させていただきます。

今後も皆様のご協力をお願いいたします。



＜横浜市の街の美化の取組にご協力をお願いします＞

横浜市は、市内全域ポイ捨て禁止です。空き缶や紙くず、たばこの吸い殻などのポイ捨ては禁止されています。違反すると2万円以下の罰金を科される場合もあります。横浜市の「ポイ捨て防止条例」では、居住地域でゴミが散乱していた場合、ゴミの回収や散乱防止は市民の努力義務とされています。

◎問合せ 環境事業推進部 部長 立崎悦子

環境川柳まめ知語

ポイ捨てを
あなたの家で
できますか？

7 今年75歳になられる方の調査のお願い

(民生部より)

令和7年(2025年)に75歳以上の高齢者を対象とした調査を行います。高齢者の方が大変多くなりましたので今年の敬老会からの記念品は75歳以上の方へお配りすることに連合町内会で決まりました。そこで今年、75歳以上の人(昭和25年以前にお生まれの方)は、担当民生委員、または、町内会や組長さんへお申し出ください。詳しくは、回覧資料の調査書をごらんください。

◎問合せ 民生部 部長 杉山義之



8 「茶処 ま～め～ど」のお知らせ

(町内会より)

「茶処 ま～め～ど」 **どなたでも気軽に立ち寄りください。**

- ① 場 所 大豆戸町内会館 入館料(18歳以上100円)
- ② 日 時 毎週金曜日(祝日除く)14時～16時(ドリンク無料)
- 町内会館の有効利用と防犯・防災力の向上に欠かせない地域コミュニケーションづくりを目的に「茶処 ま～め～ど」の名称で会館を開放しています。憩いの場としてご利用ください。これまでの高齢者向けのサロンとしての役割に加え大豆戸町で暮らすみんなのサロンとしての活動にも取り組んでいます。「暮らしのこと、生活のこと子育てのこと」などスタッフが真剣にお話を聴き、行政の窓口へご紹介やご案内をします。
- スマートフォンの使い方講習、健康麻雀教室ほか
- 右の写真は、会館開放事業「ま～め～ど」で会館がにぎわっている様子です。



10 よこはまくらしナビ “月次相談リポート” (横浜市消費生活総合センターより)

「返金」のはずが「送金」に？ 「〇〇ペイで返金します」に注意！

ネット通販を利用する際は、キャンセル、返品、返金のルール

などを確認する！ 販売業者の所在地や電話番号を確認する！

決済アプリの操作は自分の意思で判断！

**ネット通販で古本を購入し、代金を振り込んだが、
「欠品のため、決済アプリで返金する」と連絡があり、
指示に従ったところ、1万円を**

送金させられてしまった。（相談者：50 歳代 男性）

ネット通販の返金手続を案内するふりをして、逆に送金操作をさせる手口が増えて
います。「〇〇ペイで返金します」と言われたら詐欺を疑い、その場ではすぐに応じ
ないようにしましょう。ひとり暮らしや高齢者のみの世帯には周囲の見守りや声か
けが大切です。お互いに一声かけて見守りを！

消費生活相談窓口 ☎ 845-6666

平日 9 時～18 時、土曜・日曜 9 時～16 時 45 分

◎ ホームページ <http://www.yokohama-consumer.or.jp/>



11-1 ご不幸のお知らせについて

(町内会より)

30-1 組

吉田 健二様 (61 歳) 令和 7 年 5 月 1 日

心より ご冥福をお祈りいたします。



11-2 組長さんへ 7 月の常会(回覧資料配布日)について

(町内会より)

① 日 時 7/12 (土) 13 時～19 時

7/13 (日) 10 時～15 時

② 場 所 大豆戸町内会館 1 階

今月は、日本赤十字社共同募金の提出があります。

組長さんは、集めていただきました募金をご都合の良いお時間に会館へお持ちくだ
さい。

会館は、毎日 10 時～13 時まで役員が交代で管理しています。(水曜日・祝日を除く)

◎問合せ 大豆戸町内会 副会長 田口 司

〃 牧野竜一



広告のひろば

大豆戸町内会の賛助会員さんをご紹介します。



DAIKAN

『創る』を支え環境と未来をひらく

株式会社ダイカン

〒222-0032 港北区大豆戸町477

TEL 045-433-5339 FAX 433-5389

Tosk 透水性樹脂舗装【天然化粒砂利】を使用した舗装

舗装面には色彩豊かな天然化粒砂利を使用し、豪雨でも歩行面に水たまりが出来にくいことから、安全で快適な歩行環境を実現し、強度があるので車両通行も耐えられます



「学校に通うのが難しい…」

「学力に自信がない…」



YGS高等部はそんな人のための学校です。

少しずつでも大丈夫。3年間で**高卒資格**が**取得**できます。

1人1人に合わせた授業で、確実に学習が身につきます。
神奈川県教育委員会指定

技能連携校

〒222-0011 港北区菊名7-7-5

YGS高等部 ☎045-421-4261

- ・複雑な相続手続き
 - ・正しい遺言書
 - ・不動産のお悩み
- 心をこめてお手伝いさせていただきます

秋山行政書士事務所

港北区大豆戸町931-1 B-106

045-834-7284

URL : <http://www.gyosei-akiyama.com/>



あなたの街のでんきやさん

パナソニックの店

ポシェット **あ〜くら**

〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町914-6

CO-OP生協大豆戸店となり

☎ **045-542-3630**

pochette@r3.dion.ne.jp

KÄRCHER

高圧洗浄機を始め、家庭用・業務用の清掃機器を
展示・販売中

全ての家庭用製品が体験できます

ケルヒャーセンター横浜

横浜市港北区大豆戸町639番3

電話 **045-438-1408** (土日も営業)

ケルヒャーセンター
ホームページ



賛助会員さんの広告は、無料で掲載させて頂いております。