

# 区役所からのお知らせ

マーク  
の説明

🕒 日時・期間 🗨️ 講師・出演者 📍 会場 🎯 対象・定員 💰 費用 🏠 保育 🧴 持ち物 📄 申込み 📞 問合せ ☎️ 電話番号 📠 ファクス番号 🏠 休館日  
✉️ Eメール 🌐 ホームページ 📅 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を明記してください。

📣 **お知らせ** 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントや講座などが中止になる場合があります。また、発熱や咳症状などがある人の参加はご遠慮ください。

## 「社会参加に困難を抱える若者について考えるセミナー&相談会」

～つなぐ、つなげる、つながる～

不登校・ひきこもりの若者を抱える家族への講演と個別相談会

📅 11月11日(木)

①セミナー:13時30分～15時

②個別相談:15時15分(1組25分)

📍 市内在住または支援関係機関の人

📄 ①セミナー:当日直接 ②個別相談:10月11日11時から📞でよこはま南

部ユースプラザへ(☎761-4323)

※毎月第2・4水曜に、ひきこもりなど専門相談を行っています。詳細はお問合せ

ください。

📍 区役所生活支援課

(☎866-8431 📠866-2683)

## 思春期講演会

「こどもの恋愛にどう向き合う?」

～思春期の心と性の理解～

📅 11月15日(月)13時30分

～15時(13時から受付)

📍 区役所5階健康診査室

📍 区内在住の思春期の子を持つ保護者

または関係者:先着①来場参加25人

②Zoom参加20人

📄 10月22日～11月8日に①📞で受付

②二次元コードから受付

📍 区役所子ども家庭支援担当

(☎866-8470 📠866-8473)



## 市民向け在宅療養普及啓発講演会

「人生会議」を知っていますか?

～「縁起でもない」ではなく話し合おう!

自分らしく生きるために～

📍 医療法人社団晃徳会横山医院在宅・

緩和クリニック院長 横山 太郎 氏

📅 11月20日(土)14時～16時(13時

30分から受付)

📍 男女共同参画センター横浜フォーラム

📍 先着100人

📄 10月11日9時～29日17時に📞ま

たは📠で区役所高齢者支援担当へ

(☎866-8439 📠881-1755)

## 戸塚区ソフトテニス大会

【種目】一般男女・シニア男女

📅 11月7日(日)9時～17時

📍 金井公園テニスコート

📍 区内在住・在勤・在クラブ・在学(高校

生以上)

💰 1ペア2,000円※1人申込可(1,000

円)

📄 10月24日までに📠または郵送で

受付(☎📠851-4354 〒245-0066

俣野町1403-12-202 高橋智子 宛)

## 区民まつり 中止のお知らせ

例年10月開催の「戸塚ふれあい文化祭」と例年11月開催の「戸塚ふれあい区民まつり」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止が決定されています。

📍 区役所地域活動係(☎866-8412 📠864-1933)

### 2021とつか宿場まつり

東海道を中心とした戸塚区の歴史をパネルで紹介。特別展示日には、区内歴史団体によるパネルや宿場のジオラマなどを展示します。

📅 10月26日(火)～31日(日)  
(特別展示日:10月30日(土)15時～17時  
31日(日)9時～16時)

📍 区役所3階区民広間、アートコリドー  
(特別展示日のみ多目的スペース大でも展示)

【主催】とつか宿場まつり実行委員会

📍 とつか宿場まつり実行委員会 (☎080-5970-7589)  
📍 区役所企画調整係 (☎866-8326 📠862-3054)

### 戸塚区役所で献血を実施します

～献血は命をつなぐボランティア～

県内では、1日約900人の献血協力が必要です。患者さんがいつでも安心して輸血を受けられるよう、献血へのご協力をお願いします。

📅 11月9日(火)9時30分～15時30分(休憩時間11時30分～13時)

📍 区役所1階 荷捌き場(ハックドラッグ戸塚区役所店の横) ケンケツ シテミル?

コロナワクチンを接種したあと、48時間経過すれば献血できるよ

とつかハートプラン マスコット「こころん」

📍 区役所事業企画担当 (☎866-8424 📠865-3963)

### 戸塚区内で活躍する 女子スポーツチームを紹介!!

#### ニッパツ横浜FCシーガルズ

10月17日に今シーズンのプレナスなでしこリーグ1部最終戦を迎えます。最後まで勝ちにこだわり、ひとつひとつの試合を大切に全員で戦っていきます。皆さんの応援は私たちのパワーの源です。これからも応援よろしくお願いします!

キャプテン こそだりな MF #16 小須田 璃菜 選手

📍 区役所地域活動係 (☎866-8415 📠864-1933)

### withコロナ 接触感染にご注意を!

目 3回  
鼻 3回  
口 4回

1時間に平均23回 無意識に顔を触っています。そのうち、目、鼻、口などの粘膜は、約44%を占めています!

「水」と「ハンドソープ」で手を洗おう!!

手洗いなし ウイルス約100万個

※手洗いの効果のイメージです

流水で15分 約1万個

流水とハンドソープで10秒もみ洗い+流水15秒 数百個

流水とハンドソープで10秒×2もみ洗い+流水15秒×2 きれいに!!

※厚生労働省のホームページを参照

📍 区役所健康づくり係 (☎866-8426～7 📠865-3963)

### 口の体操①

「あ」、「い」、「う」と発音するように、口を大きく動かします。

### 口の体操②

頬を膨らませた後、すぼめるという動きを数回します。

### 唾液腺のマッサージ

耳の下、顎の下やほほをさすったり、揉んだり押ししたりして動かします。

これらに当てはまったら、歯科医院で早めに相談しましょう

- ☐ むせる、食べこぼす
- ☐ 滑舌が悪い、舌が回らない
- ☐ 食欲がない、少ししか食べられない
- ☐ 口が乾く、ニオイが気になる
- ☐ 柔らかいものばかり食べる
- ☐ 自分の歯が少なく、あごの力が弱い

📍 区役所健康づくり係 (☎866-8426～7 📠865-3963)