

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

とつか

2021

No.285

7

▶戸塚区のいま (令和3年6月1日現在)

人 □ : 284,489人

世帯数 : 123,264 世帯



戸塚区公式Instagram
パソコン、スマートフォン、
タブレット端末からご覧ください。

戸塚から 最高の舞台へ



戸塚区在住の飯東潮吹さん。
小さいころから江の島で練習を積んできた若者が、
その江の島の地で開催されるセーリング競技で
「オリンピック」という最高の舞台に出場します！

Interview

Q 参加する種目について教えてください

A ヨットにはいろいろな大きさやクラスがありますが、自分が乗っている「ナクラ17級^{*1}」は「空飛ぶヨット」の異名を持つほど速くて、セーリングのオリンピック実施種目の中で最速のスピードが出ます。「ヨットってこんなに速いものなんだ」という感じです。

Q 競技を始めたきっかけは？

A 海が好きな父の勧めで8歳の時にジュニアクラブに入会し、中学生まで所属していました。当初は遊び感覚でしたが、自分の頑張りや結果に結びつくこの競技が自分に合っていて、どんどんはまっていきました。高校は福岡にあるヨット競技の強豪校に進みました。

Q セーリングの楽しさは？

A スポーツとしては幅が広いと思います。楽しむためだけに乗ったり、競技としてのヨットだったり。また、ヨットの特性をしっかりと把握しコントロールしないと速くはならないし、さらに「ナクラ」はペアで乗るので連携がとても難しいです。でも、風の力だけで時速50キロも出せて、夏の青空の中で波の音や風を感じながら乗っているときはとても気持ちよくて楽しいです。

Q オリンピックを意識したのはいつから？

A 大学生のころからです。最初は470級^{*2}に乗っていましたが、圧倒的にスピード

が出る「ナクラ級」に魅了されて、大学の後輩と一緒にオリンピックを目指したいと思うようになりました。

Q 代表選手に決まった瞬間は？

A 今までに味わったことのない感情が湧いてきました。選考を勝ち抜くプレッシャーや、緊張や不安から解放されたという気持ちと、今までやってきたことが報われたという喜びとがぐちゃぐちゃになって涙があふれました。

家族だけでなく、多くの方々も喜んでくださいました。小さいころからずっと応援してくれている方たちに、晴れの舞台を見てもらえることはまた特別です。

Q 競技の見どころは？

A スピード感ですね。選手はスピードを出すために風を最大限に利用できるような帆のコントロールをしています。ヨットってこんなに速いものなんだということを知ってほしいです。

Q オリンピックに向けて、そして区民の皆さんへメッセージ

A 以前470級でオリンピックを目指したこともありましたが、当時は最終選考で落ちてしまい、その時の悔しさをバネに挑んできました。また、その時の失敗も今回に活かすことができたと思います。

いづか しづき
飯東 潮吹選手

(戸塚区在住)

2016リオデジャネイロオリンピックから採用された唯一の男女混合種目「ナクラ級」の日本代表。世界選手権の総合順位で日本勢トップの19位になり、日本セーリング連盟の選考基準をクリアして日本代表に決定。

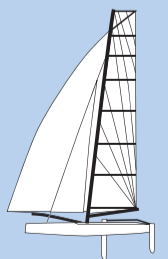


今回の経験から、夢を諦めずに追い続けることは決して無駄ではないし、もしダメだったとしてもその経験は必ず後に役立つということ、そしてやりたいことを一生懸命にやるのが大切だと実感しています。

オリンピックに出るからには、もちろんメダルを取りたいと思いますし、そしてそのメダルを皆さんに見てもらい、感謝の気持ちを伝えたいです。

^{*1} ナクラ17級は最速で時速50キロほどに到達し、オリンピック実施種目の中で最速のスピードを誇る。リオデジャネイロオリンピックから採用された唯一の男女混合種目(右図イラスト参照)。

^{*2} 470級は全長470cmのディンギーという小型のヨット。



問 区役所広報相談係 (☎866-8321 fax 862-3054)

戸塚区役所

〒244-0003 戸塚町 16-17

☎ 866-8484 fax 862-3054

HP 戸塚区役所 で 検索

▶7月の区役所土曜開庁日: 10日・24日(毎月第2・4土曜)

開庁時間: 9時~12時

取扱業務: 戸籍課、保険年金課、子ども家庭支援課(児童手当の申請・受付、母子健康手帳の交付のみ)

(※新型コロナウイルス感染症感染予防のため、発熱や咳症状がある場合の来庁は見合わせてください。)

戸籍課窓口混雑状況配信中!

※土曜開庁日は大変混み合います。平日の来庁にご協力ください。



新しい生活様式

テイクアウト&デリバリー利用時のポイント

食中毒予防編



新型コロナウイルス感染症の影響により、利用が増えているテイクアウト(持ち帰り)やデリバリー(宅配)。便利ではあるものの、食べるまでに時間を要するため、食中毒発生のリスクが高まります。特に気温や湿度が高くなる夏場は食中毒予防の徹底が重要です。

注文するとき

- 1回の食事で食べられる量を注文しましょう。



持ち帰るとき、デリバリーを受け取るとき

- 高温や直射日光に注意して、なるべく早く持ち帰りましょう。
- デリバリーは在宅時に届くようにし、屋外で食品を放置することがないようにしましょう。

宅配です



食べるとき

- 食べる前にはしっかりと手洗いをしましょう。
- テイクアウトやデリバリーした食品は、なるべく早く食べましょう。
- 温めなおすときには食品の中心部があつあつになるまでしっかり加熱しましょう。

※食中毒菌は20~50℃で増殖しやすくなります。やむを得ずすぐに食べられない場合には冷蔵庫(10℃以下)で保存するなど、室温で放置しないようにしましょう。



問 区役所食品衛生係 (☎866-8474 fax 866-2513)

熱中症予防編

ウナシーと一緒に

NG



マスク着用時の激しい運動は避けましょう

のどが潤いていなくても、こまめに水分補給をしましょう

マスクをしていると喉の渇きに気づきにくいかも



エアコン使用中もこまめに換気しましょう



マスク着用により、熱中症のリスクは高まります。暑さを避け、水分をとるなどの「熱中症予防」と手洗い、換気などの「感染症予防」を両立させましょう。

問 区役所健康づくり係 (☎866-8426~7 fax 865-3963)

オンモード

戸塚の女子スポーツ 2021シーズンはこの選手に注目!!



YOKOHAMA TKM (女子ラグビーチーム)

阪本 結花選手 (7人制:FW/15人制:SO、CTB)

オフモード

区内に拠点を置き、活躍する女子スポーツチーム(3チーム)の選手をシリーズでご紹介します。



プレースタイルの特徴は?

今シーズンの抱負は?

ディフェンスを引きつけるアタックやジャッカルという、ボールを取り返すプレーを得意としています。コンタクトプレーや仕事量に自信があります。

私自身、今年がTKMとして戦う初めてのシーズンになります。チームの一戦力となり、勝利に貢献できるように自分自身ができることを精一杯出して頑張ります。

区民の皆さんへのメッセージ
いつもYOKOHAMA TKMを応援していただきありがとうございます。今年は昨年分の思いも込めたプレーで皆さんにいい報告ができるよう取り組みます。これからもご声援をよろしくお願いします!



趣味やマイブームは?

趣味ではないですが、夕暮れ時に海でボートしながら黄昏れるのが好きです。身体の中がリセットされ、浄化されるような感じがして、明日からまた頑張ろうと思えるからです。

問 区役所地域活動係 (☎866-8415 fax 864-1933)

思わず誰かにおすすめしたくなる おいしいもの とつかブランド

区民の皆さんにご推薦いただき、「おいしいもの とつかブランド」として認定した、戸塚区自慢の「おいしいもの」をご紹介します!

※各店舗の情報は、2021年7月時点のものです。詳しくは各店舗にお問合せください。 ※品切れなどでお買い求めいただけない場合があります。

ひだぼくじょう 肥田牧場 アイス工房メーリア

ジェラート

¥1個:税込387円
☎825-2291
曲品濃町836-2
🕒平日:11時~18時
土・日・祝:10時~18時
※8月は19時まで営業
休火曜、1月は全休、年末



よこはま 横濱アイス工房

ジェラート

¥1個:税込400円
☎862-9753
曲上倉田町1457
🕒4月~9月:10時~18時
10月~3月:11時~17時
休4月~9月:無休
10月~3月:月曜(祝日の場合は翌火曜)



よしだや 吉田屋

お菓子な とつかとうふ

¥1個:税込151円
☎881-0138
曲戸塚町3960
🕒9時~17時
休火曜



問 区役所企画調整係 (☎866-8327 fax 862-3054)

飼い主のいない猫(のら猫)を増やさないために

不妊去勢手術をしないと



1頭の猫が...

1年後



20頭以上

数年後



こうなる前に...

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、イベントや健診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。

第5回戸塚区公園愛護会 展示会
 公園愛護会の活動を紹介します「写真展」
 ★今回のテーマは「コロナ」に気をつけながら「みんな一緒に公園愛護活動」
 ※今年3月順延分を開催します
 🕒 7月22日(木)～24日(土)10時～15時
 📍 区役所3階区民広間
 📞 戸塚土木事務所(☎881-1621 fax862-3501)
「第12回とつかお結び広場」
出展者募集
 区内や、近隣地域で活動しているさまざまな分野の市民活動・生涯学習活動・ボランティア活動を紹介し、新しいつながりを創ることを目指したイベントです。今年4つのプログラムで開催します。
 🕒 11月30日(火)～12月5日(日)

📍 区役所3階区民広間・アートコリドー
●出展方法
 ①パネル展示 ②講座・イベント企画 ③トークイベント参加 ④オンライン配信(とつか区民活動センターYouTube公式チャンネル「おむすびちゃんねる」)
 📄 7月11日～8月10日までに申込用紙(とつか区民活動センターのHPからダウンロード)に記入して📧で申込(☎omusubi2021@totsuka-kumin-center.jp)
 📍 とつか区民活動センター(☎825-6773 fax825-6774)
 区役所地域活動係(☎866-8416 fax864-1933)
エンディングノート書き方講座
 相続・遺言について弁護士の先生より学ぶ

🕒 8月24日(火) 14時～16時
 📍 区役所8階大会議室AB
 🧑 区内在住:先着30人
 📄 7月14日9時30分から📧か📠(☎866-8462 fax881-1755)
第64回戸塚区民テニス大会
男女別ダブルス
 [種目]男子ダブルス(一般・シニア60歳以上)、女子ダブルス(一般・シニア55歳以上)

🕒 8月1日(日)・21日(土)、12月12日・19日(日)9時～17時
 📍 金井公園テニスコート
 🧑 区内在住・在勤・在学
 💰 1チーム 4,000円
 📄 7月15日までに📧か📠(☎866-8462 fax881-1755)記入
 📧 totsuka-ta@m7.gyao.ne.jp
 📠 826-0715
 ※詳細は戸塚区テニス協会HP参照

区民まつり中止のお知らせ

10月に開催予定の「戸塚ふれあい文化祭」と11月に開催予定の「第45回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になりました。📍 区役所地域活動係(☎866-8412 fax864-1933)

<戸塚区防犯情報>

特殊詐欺多発中!!

▼被害に遭わないためのポイント

- ・留守番電話設定にする
- ・知らない人に暗証番号を教えたりキャッシュカードを渡さない
- ・こんな電話がきたら、家族や警察に相談を!

📍 戸塚警察署 (☎862-0110)

健診・相談のお知らせ(要予約)

個別健康相談

- ・健康相談:高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの予防法をアドバイス
- ・禁煙相談:たばこをやめたい人へ個別に支援

🕒 7月20日(火)午後、8月6日(金)午前・10日(火)午後
 📍 区役所5階健康相談室 📍 市内在住
 📄 直接、区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 fax865-3963)

※電話申込ができない人は、📠可(☎866-8426)と相談内容を記入)

マイナンバーカードの受取場所が増えました 受取には予約が必要です

受取場所

※区役所での受取も予約が必要です

「戸塚区役所」
 区役所2階3番窓口
 平日
 8時45分～17時
 (祝日・休日・12月29日から1月3日を除く)
 毎月第2・4土曜
 9時～12時

🗓 **6月29日オープン!**
「上大岡マイナンバーカード特設センター」
 (ミオカリスト館2階)
 月・火・金曜
 11時30分～19時30分
 土・日・祝日 9時～17時



予約方法

【インターネット予約】 横浜市 マイナンバーカード 予約 🔍 検索

【電話予約・お問合せ】
 ☎0120-321-590(無料) 横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル
 月～金曜 8時30分～20時 / 土・日・祝・年末年始 9時～17時30分
 ※IP電話など繋がらない場合は☎550-5454
 ※聴覚、言語に障害のある人は📠350-8484

受取は本人がお越しください。

📄 交付通知書、通知カード、本人確認資料2点(運転免許証、健康保険証など) 住民基本台帳カード(所有者のみ) 詳しくはHPをご覧ください



横浜市 マイナンバーカード 受取 🔍 検索

📍 区役所登録担当 (☎866-8335 fax862-0657)

音楽



区では、活気に満ちた魅力あるまちづくりのため、区民の皆さんに音楽に親しんでもらう機会や、音楽活動をしている人へ演奏する場を提供しています。

毎月第3土曜日は、とつか音楽の日!
 戸塚駅周辺で2つの音楽イベントを開催

区民広間コンサート

区内で活動している、ゆのん126(フルートとピアノ)とアルテミス(ハンドベルアンサンブル)の発表を行います。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、座席数の制限をします。
 🕒 7月17日(土)12時～13時(11時から整理券配布。先着36人)
 📍 区役所3階区民広間 📄 当日直接
 📍 区民広間コンサート運営委員会事務局
 (区役所地域活動係 ☎866-8416 fax864-1933)

とつかストリートライブ

戸塚駅西口ペDESTリアンデッキで、ストリートミュージシャンによるライブを開催。
 📍 とつかストリートライブ運営委員会事務局
 (区役所地域活動係 ☎866-8416 fax864-1933)



📄 詳細はこちら

ホールでの音響は極上!

区民文化センター さくらプラザからのお知らせ



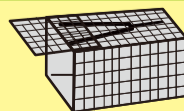
📄 さくらプラザHP

- **さくらプラザ オープンデー2021「真夏のこども探検隊」**
 「ともだち」をテーマにした、親子向けイベント!(一部要事前予約)
 🕒 7月25日(日)9時15分～14時30分頃
 💰 ホールのみ有料。📄HPから来館で受付
- **【共催】春風亭小朝独演会**
 毎年恒例の春風亭小朝による落語公演。
 【主催】有限会社 春々堂
 📄【出演】春風亭小朝(ほか)
 🕒 8月21日(土)13時30分開演(13時開場)
 💰 全席指定3,600円 📄 7月15日14時から📧で受付
- **【共催】木村大 ギター・コンサート “memory-go-round”**
 トップギタリスト木村大のデビュー20周年アルバム発売記念公演。
 【主催】東京音協/木村音楽事務所
 📄【出演】木村大(ギター)、木村 祐(ギター)
 🕒 9月11日(土)14時開演(13時15分開場) 💰 全席指定 一般 3,800円、横浜市民 3,000円、学生 1,000円
 📄 7月11日9時から来館で受付

📍 戸塚区民文化センター さくらプラザ 戸塚町16-17 ☎866-2501 fax866-2502 休第2火曜(7月14日・25日は17時閉館)

不妊去勢手術をして、猫を増やさないようにしましょう。
 手術すると、発情に伴う鳴き声やマーキング(尿をかけて縄張りをアピールする行為)が少なくなる傾向があります。
 雌だけでなく雄も去勢手術を受けましょう。

区役所では、不妊去勢手術のお手伝いをしています。
 ◎猫捕獲器貸出(条件あり)
 ◎手術費用の補助(1頭あたり最大5,000円)
 詳しくは、区役所環境衛生係へ



耳のV字カットは不妊去勢手術済のしるしです

📍 区役所環境衛生係 (☎866-8476 fax866-2513)

ご存知ですか？



見守りシール



認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのために……
認知症の行方不明者は年々増加傾向にあり、発見までかなりの時間がかかっています。
少しの気づきが、認知症の人や家族を助けることに繋がります。
認知症の人への温かい見守りの和を広げていきましょう。

認知症の人の早期発見に役立ちます



服の袖

パスケース

★見守りシール★



シールタイプとアイロンシールタイプの2種類
サイズは大・中・小の3種類

このシールを身に着けている人が困っていたら、話しかけてみよう！

見守りシールは、認知症で行方不明になってしまった人が早期にご自宅に戻れるよう、個人情報を守りながら身元を特定できるものです。

※シールをもらうには事前に申請が必要です。
申請方法などについては二次元コード参照
または区役所高齢者支援担当へ

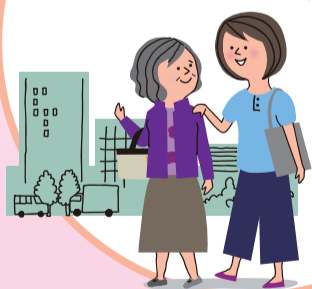


困っていそうな高齢者に遭遇したら…？

同じところを行き来してる…
不安そう？
季節外れの服を着ているなあ



まずは優しく
声をかけてみよう！



何かお困りですか？
どこかお探しですか？

道に迷っている方を
発見したんですが…

迷っていたら…



家族などの連絡先を書いた
ものを持っているとき
→連絡先か警察へ電話



見守りシールを
着けているとき
→二次元コードにアクセス

コールセンターに
ID番号を伝える
※場合によっては
警察にも連絡をお
願います。



家族もしくは警察が
到着するまで付き添っ
てあげてください。
できる範囲でのご協
力をお願いします。



行方不明になった認知症の人を早期に発見するには、地域での見守りが重要です。
認知症の人やその家族が安心して暮らしていくためにも、皆様のご協力をお願いします。

よかったね
お家に帰れるよ
コールセンターから
家族などへ連絡



問 区役所高齢者支援担当 (☎ 866-8439 fax 881-1755)

どうしよう...

ひとりで悩まず、 まずはご相談ください

お気軽に!



区役所では一人ひとりの状況に合わせたプランを作成し、解決へのお手伝いをしています。
困りごとが大きくなる前に一緒に解決の道を探しましょう。



一人ひとりに寄り添い、解決に向けてサポートします!

困ったら...

ここに電話

または ここを検索

☎ 866-8431

HP 横浜市 生活困窮者自立支援制度 で 検索



経済的な不安

何から手を付けていいかわからない...



- 収入が減ってしまい、生活に困っている
- 貯金を崩して生活しているので将来が不安

お仕事の相談

働きたいのに仕事が見つからない



- 一人では探す職種が限られてしまう
- 長い間仕事に就いていないので、すぐに仕事を始めるのは不安がある

家計のやりくり

家計のやりくりがうまくいかず、支払いが滞ってしまっている...



- 収入はあるが、やりくりがうまくいかず、税金や健康保険料の支払いが滞っている
- 借金の返済や生活費など、家計のやりくりで悩んでいる

こんなお手伝いができます!

課題の整理



現在の状況を整理し、解決に向けたプランを一緒に作ります。

誰に相談していいのかわかりましたが、困っていることを聞いてもらえ、解決方法を一緒に考えてもらったことで、不安が解消されました



お仕事探し



区役所内には、ハローワークの窓口である「ジョブスポット戸塚」があります。一人ひとりに担当者がつき、面接のアドバイスや求人情報の提供などのサポートをします。

担当者にアドバイスをもらって、より多くの職種の求人へ応募することで、仕事を決めることができました



家計の見直し



家計の専門相談員が、家計表作成のお手伝いや、収支バランスを見直し、収入に応じた返済計画を立てるなど、家計の立て直しについて、アドバイスします。

レシートの整理や収支の「見える化」をしたことで、生活費の見直しことができました



住居確保給付金

他にもこんな支援制度があります。



失業などにより、家賃のお支払いにお困りの人に対して、**住居**及び**就労機会の確保**に向けた**支援**を行います。
(収入や資産要件あり)

HP 横浜市 住居確保給付金 で 検索




各施設から

●申込み・問合せは各施設へ ●発行月の11日以降のものを掲載 ●費用の記載がないものは無料 ●締切日必着
●**必須事項** 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。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントの中止や開館時間が変更となる場合があります。詳細については、各施設にお問合せいただくようお願いいたします。

戸塚地区センター

〒244-0003 戸塚町127
☎ 862-9314 ㊟ 862-9315
休 第3月曜(祝日の場合翌日)




●**こども 科学捜査班**
実際の警察捜査でも行っている指紋採取やルミノール反応を体験します。
㊟7月30日(金)10時~12時 小学生(小学3年生以下は要保護者同伴):先着10人 ㊟500円 持 空のペットボトル(ラベルをはがさない)、筆記用具、ハンカチ ㊟7月11日14時から㊟で受付

●**DIYこども工作教室**
木片を使って自由に工作します。
㊟8月7日(土)10時~12時 小学生:抽選12人 ㊟200円 持 鉛筆3本、作品を持ち帰る大き目のレジ袋3枚 ㊟7月11日10時から24日17時まで㊟または来館で受付※7月28日までに結果連絡

●**戸塚公会堂バックステージツアー**
戸塚公会堂のステージ裏を探検。音響や照明も体験します。
㊟8月9日(祝・月)①10時~12時②14時~16時 小学生4年生~中学2年生:先着各10人 ㊟500円 持 動きやすい服、スニーカーで参加 ㊟7月12日14時から㊟で受付

大正地区センター

〒245-0063 原宿3-59-1
☎ 852-4111 ㊟ 852-1541
休 第3月曜(祝日の場合翌日)




●**こどもどうぶつパン(幼児~小学生向け)**
可愛い動物の顔のパンを作ります。
㊟8月29日(日)9時30分~12時30分 幼児~小学生:先着8組(小学2年生以下は要保護者同伴) ㊟800円 持 マスク・エプロン・三角巾 ㊟7月11日13時30分から㊟か㊟で受付

●**にこにこフリーマーケット 第2回**
地元野菜販売や福祉施設の手作り物品なども販売。
㊟7月24日(土)10時~15時 ㊟当日直接

●**放課後のけん玉教室**
けん玉協会指導員が持ち方から技まで丁寧に教えてくれます。
㊟8月3日、9月7日(火)15時30分~17時30分 小学生~中学生(小学2年生以下は要保護者同伴)。見学も可 持 けん玉(貸出あり) ㊟当日直接

上矢部地区センター

〒245-0053 上矢部町2342
☎ 812-9494 ㊟ 812-9199
休 第3月曜(祝日の場合翌日)




●**夏休み・上矢部こどもまつり(予約制)**
子ども造形(作った工作が動きます)、親子スポーツを楽しもう!
㊟7月25日(日)①10時②11時 幼児・小学生:先着各15人 持 親子スポーツ参加者は上履き持参

●**上矢部わくわく塾(算数・数学)**
プリント学習。計算は繰り返し練習し、文章題や図形問題はコツを習います。
㊟8月11日・25日(水)小学生算数:16時、中学生数学:17時 小学生:先着

10人・中学生:先着5人 持 筆記用具
●**上矢部わくわく塾(国語・習字)**
筆ペンを使って感想文の書き方を習います。
㊟8月1日・15日(日)10時 小学生:先着10人 持 筆記用具

舞岡地区センター

〒244-0813 舞岡町3020
☎ 824-1915 ㊟ 824-1925
休 第2月曜(祝日の場合翌日)




㊟7月11日14時から㊟で受付
●**プログラミングにチャレンジ!! ~オリジナルゲームを作ろう~**
㊟8月2日(月)・3日(火)10時~11時30分 小学生:先着15人 ㊟3,400円(全2回分)

●**美術の時間~色であそぼう!~**
全身を使ってダイナミックな絵の具遊びを楽しみます!
㊟8月20日(金)10時~11時 3~5歳児:先着10人 ㊟350円
●**お水で遊ぼう!キッズ運動会!!**
お水を使った運動会を行います。
㊟8月4日(水)10時~11時15分 3~5歳児:先着10人 ㊟100円

踊場地区センター

〒245-0061 汲沢2-23-1
☎ 866-0100 ㊟ 866-0101
休 第2月曜(祝日の場合翌日)



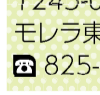
●**夏休み子ども陶芸教室**
㊟①8月1日(日)・17日(火)②8月2日(月)・17日(火)9時30分~11時30分 小学生以上:抽選各7人(小学3年生以下は要保護者同伴) ㊟3,000円(全2回分) 持 エプロン、タオル、筆記用具、新聞紙1日分、マスク ㊟7月13日14時から㊟で受付

●**星空さんぽ・天体観測**
戸塚から望遠鏡で見た土星などの解説をZoomで各家庭に配信します。
㊟8月14日(土)・16日(月)19時~20時30分 小学生以上:抽選10組 ㊟300円(全2回分) ㊟7月31日までに来館か㊟で受付

●**赤ちゃんピクス(0歳児)&ママのストレッチ**
ベビーマッサージおよび産後ママの健康維持のためのストレッチを行います。
㊟8月18日、9月15日(水)①生後7か月未満:9時30分②生後7か月~11か月:10時30分 0歳児と保護者:先着各5組 ㊟各回400円 持 バスタオル ㊟7月13日14時から㊟で受付

とつか区民活動センター

〒245-0805 川上町91-1
モレラ東戸塚3階
☎ 825-6773 ㊟ 825-6774 休 月曜



●**やりたいことみつける!!**
ボランティアのいろ・は
ボランティアの入門講座をオンラインで開催します。ボランティア活動と一緒に学んでみませんか。
㊟8月10日(火)10時~11時30分 小学生以上:先着5人 ㊟8月6日までに㊟で受付
●**地域活動に役立つ**
初めてのスマホ講座~LINE講座~
LINEを活用して情報を手に入れよう!

㊟8月20日(金)14時~16時 小学生以上:LINEに興味があり、文字入力ができる人:抽選12人 持 スマートフォン(シニア向けスマホを除く) ㊟7月31日までに往復はがき(必須事項、年代、使用機種、受講目的)で受付

老人福祉センター戸塚柏桜荘

〒244-0003 戸塚町2304-5
☎ 865-3281 ㊟ 865-3283
休 第3日曜



㊟市内在住の60歳以上
●**単発講座(4月~9月)**
①**紙バンド教室「浅型バスケット」**
リピーターが多い人気企画。クラフトかごで暮らしに彩りを!

㊟8月16日・30日、9月6日・20日(月)9時30分~11時20分(全4回) 抽選12人 ㊟1,500円(材料費) ㊟7月31日までに年齢・住所のわかるものと、はがきを持参で来館受付※持ち物などは、当選はがきでお知らせ
②**JAZZとコーヒーで「ひとり時間」**
セルフサービスのコーヒーを飲みながら、悠々の時をお楽しみください。
㊟7月22日(祝・木)28日(水)12時30分~15時30分 ㊟当日直接


音楽動画配信中!

音楽会 ▶あしなが
セルフ喫茶 ▶うたごえ



男女共同参画センター横浜

〒244-0816 上倉田町435-1
☎ 862-5052 ㊟ 865-4671
休 第4木曜




㊟すべて ㊟あり(0歳2か月~未就学児、予約制、有料、4日前までに子どもの部屋へ☎862-4750(9時~16時30分木、日曜・祝日を除く))

●**理科っておもしろい!女の子のための実験教室**
普段食べているものを使って、たんぱく質の秘密を知ろう!
㊟8月22日(日)13時~15時30分 小学生4年生~6年生の女子:先着15人 ㊟7月15日から㊟か㊟で受付
●**女性起業家のための「ネット集客の基礎知識」**
ビジネスに必要なかつ効果的なWeb、SNSでの広報を学びます。
㊟9月4日(土)10時~11時30分 女性:先着22人 ㊟1,500円(テキスト代含む) ㊟7月17日から㊟か㊟で受付

●**心とからだを整える産後のセルフケア~カップル編~**
赤ちゃんを抱っこした状態でバランスボールを使い、パートナーと一緒に運動します。
㊟8月28日(土)10時~11時30分 生後210日までの赤ちゃんと子育てカップル:先着8組 ㊟1,700円 ㊟7月15日9時から㊟で受付

舞岡ふるさと村 虹の家

〒244-0813 舞岡町2832
☎ 826-0700 ㊟ 826-0749
休 火曜(祝日の場合翌日)




●**パン教室**
㊟8月8日(日)13時~16時

小学生以上:抽選12人※小学生は保護者も要申込 ㊟1,600円 ㊟7月21日までに往復はがき(必須事項)を記入)または㊟で受付

舞岡公園 小谷戸の里

〒244-0813 舞岡町1764
☎ ㊟ 824-0107
休 第1・3月曜(祝日の場合翌日)




●**わら細工~わらざり作り~**
㊟8月22日(日)9時30分~12時 小学生以下は要保護者同伴) ㊟800円 ㊟7月31日9時から㊟か来館で受付

●**夜の里山生きもの探検**
㊟7月25日(日)18時45分~20時 ※雨天中止 小学生以下は要保護者同伴) ㊟中学生以上500円、小学生200円 ㊟7月17日9時から㊟か来館で受付※一回の申込みにつき3人まで

●**自然観察会~盛夏の谷戸~**
㊟7月25日(日)13時~15時※雨天中止 小学生以下は要保護者同伴) ㊟7月14日9時から㊟か来館で受付※一回の申込みにつき3人まで

踊場公園 こどもログハウス

〒245-0061 汲沢8-11
☎ ㊟ 865-5869
休 第3月曜(祝日の場合翌日)



●**ログリンピック2021**
ボランティアのお兄さんお姉さんと記録に挑戦しよう!

㊟8月5日(木)、6日(金)10時~11時45分(9時45分開場) 幼児・小学生:先着各50人 持 マスク着用、飲み物 ㊟当日直接


●**0歳からの絵本に親しむ講座**
絵本の選び方や楽しみ方を戸塚図書館の司書がお伝えします。

㊟7月15日(木)10時15分~10時45分(10時開場) 子どもと保護者:10組 持 マスク着用、バスタオル ㊟来館で受付

●**ふれあい体操**
親子でリズム遊びや体操を楽しみましょう!
㊟7月14日(水)10時~10時45分(9時50分開場) 2、3歳児と保護者:10組(20人)※子ども1人につき大人1人の付き添いが必要。 持 マスク着用、飲み物、着替え(必要であれば) ㊟来館で受付

上倉田地域ケアプラザ


〒244-0816 上倉田町259-11
☎ 865-5700 ㊟ 865-5711
休 第2月曜



●**障がいを知ろう**
㊟7月19日(月)10時~11時30分 小学生以上:先着20人 ㊟㊟で受付

汲沢地域ケアプラザ

〒245-0062 汲沢町986
☎ 861-1727 ㊟ 861-3428
休 第4月曜



●**プレママ・プチママ集まれ!**
7月は「赤ちゃんの誤嚥」について、人形

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 HPホームページ

また、各施設ご利用の際は、マスクの着用など、感染予防にご協力をお願いします。

での実演で対応を学びます。

7月28日(水)13時~14時30分
 生後10か月までのお子さんとお母さん、現在妊娠中の人(いずれも第1子のみ):先着8組程度 持室内履き
 申 来館で受付
 ●夏の!ぐみクラフトアート“おとなも子どももいっしょにかわいいもの作りましょ!”
 毎月開催の「ぐみクラフトアート」を夏休み期間中にたくさん開催します!
 詳しくはHPをご覧ください。
 小学2年生以下は要保護者同伴
 持室内履き、飲み物 申 来館で受付

原宿地域ケアプラザ

〒245-0063 原宿4-36-1
 ☎ 854-2291 ☎ 854-2299
 休 第3月曜

●傾聴ボランティア養成講座

8月18日、9月8日・15日・29日(水)
 9月15日のみ認知症サポーター養成講座。(認知症当事者も登場)13時30分~15時30分頃 120人 ¥1,000円(全4回分)※認知症サポーター養成講座のみの参加も可(無料) 持筆記用具
 申 7月15日9時から 来館で受付

下倉田地域ケアプラザ

〒244-0815 下倉田町1951-8
 ☎ 866-2020 ☎ 860-0200
 休 第3月曜

●健康朗読講座“声を出すってこんなに大切!”

健康的に声を出すための基礎トレーニングと民話のリレー朗読など。
 有限会社げんごろう(言語朗)・NPO法人声とことばの力 平尾麻衣子氏 9月7日・14日・21日・28日、10月5日(火)(全5回分)12時45分~14時30分 65歳以上:20人程度 申 来館で受付

南戸塚地域ケアプラザ

〒244-0003 戸塚町2626-13
 ☎ 865-5960 ☎ 860-0554

●つまみ細工で髪飾りもしくはブローチづくり教室

7月25日、8月1日(日)10時~12時
 15人(小学2年生以下は要保護者同伴) ¥500円(全2回分 材料費)
 申 来館で受付

公園情報

昆虫観察会

公園にはどんな虫がいるのか、落とし穴や網でつかまえて観察をします。

小雀公園

小雀町681-3 ☎ ☎ 853-1945
 7月27日(火)10時~12時※雨天中止
 小雀公園レストハウス
 小学生以下:先着5人
 持筆記用具、虫かご、虫取り網など
 申 7月25日までに 来館で受付

東俣野中央公園

東俣野町864 ☎ ☎ 852-5432
 8月3日(火)10時~12時※雨天中止
 東俣野中央公園レストハウス
 小学生以下:先着5人
 持筆記用具、虫かご、虫取り網など
 申 8月1日までに 来館で受付

発熱等の症状のある方の参加はご遠慮ください。熱中症対策の飲み物や帽子、感染症予防対策をお忘れなく。

子ども自然公園青少年野外活動センター

旭区大池町65-1
 ☎ 811-8444 ☎ 812-5778
 アウトドアクラブII野遊び、野外料理を中心とした野外活動体験
 9月11日・25日、10月9日・23日、11月6日・20日(土)(全6回) 小学生以上と保護者:12組※定員を超えた場合は抽選 ¥1人4,600円、4歳~未就学児2,000円、3歳以下500円 申 7月23日~8月6日までに、往復はがき(郵便)、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢(学年)、住所・電話番号、アドレスを記入)か、HPで受付

戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127
 ☎ 862-9411 ☎ 871-6695 休 7月12日(月)8月10日(火)(定例休館日)

今月のおしらせ

戸塚地区センター2階和室


●ちっちゃなおはなし会
 わらべ歌や絵本の読み聞かせをします。
 7月27日(火)
 ①10時30分~11時
 ②11時15分~11時45分
 0~3歳児と保護者:先着各8組
 申 7月13日9時30分から来館または 来館で受付

●夏休みドキドキおはなし会
 絵本の読み聞かせやおはなしをします。
 8月12日(木)・19日(木)・20日(金)
 ①10時30分②15時30分
 小学生:先着各10人
 ※ひとりでおはなしを聞ける幼児も参加できます。
 申 7月14日9時30分から来館または 来館で受付

暮らしの中に本のひととき
ブックタイム
 Book Time

『ケロリンピック(こどものとも絵本)』

【著者】大原悦子/文 古川裕子/絵
 【発行者】福音館書店
 【発行年】令和2(2020)年



カエル村の村長さんの号令で始まったのは、かえるの、かえるによる、かえるのためのオリンピック、その名も「ケロリンピック」! かんかん照りの中、草むら会場で行われるのは、小枝を使った棒高跳びや、小石の重量あげ。かえるの選手たちは暑さにバテバテ。観客は「フレー、フレー」と応援に力が入ります。すると、その声を聞きつけたお天気の様子が、「降れ、降れ」と聞きまちがえ、雨をどんどん降らせませす。さあ、ケロリンピックはどうなるでしょう?

よこはま動物園ズーラシア

旭区上白根町1175-1
 ☎ 959-1000 ☎ 959-1450
 9時30分~16時30分(入園は16時まで)
 休 毎週火曜(祝日の場合翌日)
 ※土日祝日は事前予約が必要です

金沢動物園

金沢区釜利谷東5-15-1
 ☎ 783-9100 ☎ 782-9972
 9時30分~16時30分(入園は16時まで)
 休 毎週月曜(祝日の場合翌日)

アフリカに生息するリクガメの紹介

ベルセオレガメは、背中に蝶番のような部分があり、しっぽや後ろ足など外敵から身を守ることができる特徴があります。一方、ハウシャガメは、ドーム型の甲羅に黄色い放射状の模様が入った「世界で最も美しいカメ」と言われています。ぜひ展示場でご覧ください。

ベルセオレガメ▶



ハウシャガメ▶



身近ないきものを知ろう!

7月20日(火)~8月29日(日)
 身近ないきもの館、動物園内各所

「身近ないきもの館」での日本産カブトムシやクワガタの展示や、園内各所での身近ないきものとその生息環境を紹介するパネル展示などを開催。

ミヤマクワガタ▶



とつかに 広場



お子さんと一緒に出かけてみませんか?

～ vol.1 親と子のつどいの広場～

感染症対策を
行いながら、
開放して
います!



区内には、親子のお出かけにおすすめの場所や、子育てをサポートしてくれる人がたくさん♪おうちの近くの、「親と子のつどいの広場」で、子育ての仲間を見つけてみませんか?そんな「親と子のつどいの広場」をご紹介します。 ※利用料やイベント申込については、各広場をご覧ください。

ゆうゆうひろば

一時
預かり
あり

人気のイベント・講座

リトミック、英語であそぼを毎月行っています。助産師、保健師、子育てパートナーの相談日があります。



曲 矢部町1252-12
ロイヤルシャトー河原105
☎ 864-1101
🕒 月～金曜 10時～15時

こんなところ

マンション1階にあります。いろいろな年齢層のスタッフが迎え、アットホームな広場です。

～パパママへのメッセージ～

子どもと楽しく遊びたい、引っ越したばかりで友だちを作りたい、大人とおしゃべりしたい、子育ての困ったことを聞いてほしい…そんな時、ゆうゆうひろばにぜひお越しください!!



つどいの広場 きらきら

一時
預かり
あり

人気のイベント・講座

赤ちゃんタイム、ペーパークラフト、園長先生の日、歌とおはなし会、リズム遊びほか、保育園園庭の利用もできます。



曲 原宿4-17-1 大正小学校内
☎ 080-2213-2585
🕒 月・水・木・金曜 10時～16時

こんなところ

満10年を迎えました。大正小学校の空き教室で、安心して子育てを楽しみながら、支え合い共感し、育ち合う広場です。

～パパママへのメッセージ～

「笑顔あふれ、笑い声が心地よい広場」、「親子がつどい笑顔で帰り、また来たいような広場」です。ぜひ遊びに来てください。



親と子の休憩室 はあとハウス

人気のイベント・講座

交流会やリトミック、お誕生日会などお子さんの成長を共に喜び合える楽しいプログラムを用意しています。



曲 戸塚町4253-1 サクラス戸塚1F
☎ 866-3377
🕒 月～金曜 10時～16時

こんなところ

グループでなく個人の参加が多いアットホームな広場です。クラフトや足形などで小さな成長を伝えています。

～パパママへのメッセージ～

「子育てって楽しいよね」が伝わるようなプログラムをそろえています。プログラム参加をきっかけに広場に遊びにきてもらいたいです。



おやこの広場 ぽっぽの家

一時
預かり
あり

人気のイベント・講座

毎月の誕生を祝う会では、スタッフ手作りの写真入りカードをプレゼント!赤ちゃんタイムやベビーマッサージなど、ご家族でもお楽しみください。



曲 泉区下和泉1-10-33
☎ 800-5760
🕒 月～土曜 9時30分～15時30分

こんなところ

駐車場があり、お隣の保育園園庭を借りて外遊びも楽しめる泉区と戸塚区の境にある広場です。もう一つのわが家のような、親子でゆっくり過ごせる居場所です。

～パパママへのメッセージ～

パパママだけでなく、おじいちゃん、おばあちゃん、プレパパ、プレママもぜひ遊びに来てください。困ったときは一人で悩まずどんな小さなことでもご相談ください。ホームページやInstagramもご覧ください。



☎ 区役所子ども家庭支援課 (☎ 866-8472 fax 866-8473)

パパママへ

暑い日が増えていきますが、子どもはもちろん、大人の水分補給も忘れずに!!



新型コロナウイルス感染症予防対策のため、発熱や咳症状などがある人の参加はご遠慮ください。その他の注意事項など、詳細は区役所ホームページをご確認ください。

子どもの相談・教室

☎ 区役所5階 申問 7月12日から ☎ か ☎ (必要事項と相談内容を記入)で区役所健康づくり係へ (☎ 866-8426～7 fax 865-3963)

乳幼児食生活相談(予約制)

区内在住の0歳～未就学児の食生活などの個別相談

🕒 8月4日・18日(水) 9時～11時 持 母子健康手帳

「離乳食教室」

離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食は無し)

🕒 8月18日(水) ①13時30分 ②14時45分

☎ 区内在住の7～8か月児と保護者: 先着各10組 持 だっこひも

「はじめての歯びか教室」

はじめての歯みがきと離乳食のお話

🕒 8月20日(金) 10時～11時30分

☎ 区内在住の4～6か月児と保護者: 先着18組

持 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)



とつかの魅力を共有しませんか? ★とつかの写真募集中★

“自分だけが知っている戸塚のこんなスポット”みんなで共有しませんか?いただいた写真を区HPやInstagramなどで紹介させていただきます。
※応募の際にいただいた個人情報は当事業のみに使用します。



写真を撮る



メールを送る



区役所公式Instagramや区ホームページなどで紹介



みんなで戸塚の魅力を共有

編集後記

「自分だけで持っているのはもったいない!区内の写真」をぜひ区役所公式Instagramで紹介させてください。(職員T)

[応募方法] ☎ (totsuka@city.yokohama.jp) に写真を添付して区役所広報相談係まで
※写真(7MB以内) ※氏名、電話番号を記入

編集・発行

区役所広報相談係 (☎ 866-8321 fax 862-3054)