


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 イベントなどは中止・変更となる場合がありますので、問い合わせ先に確認してください。

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)



■ **認知症予防クッキング**
管理栄養士から認知症予防に効果的な食材を使った料理を学ぼう
日 11月14日(火) 10時～13時
人数 先着12人 費 1,000円(申込時支払い)
持 エプロン、三角巾、マスク、布巾、手拭き
申 10月12日14時から来館で受付

↓申 ☎で受付


■ **元気!リフレッシュ!新舞踊教室**
歌謡曲で踊る新しい日本舞踊
日 11月2日・9日・16日・23日・30日(木) 13時30分～14時30分(23日のみ15時～16時) 人数 先着10人 費 1,500円(全5回分) 持 着物が浴衣、足袋、(任意)舞踊用扇子 申 10月13日14時から

戸塚おもちゃの病院

おもちゃを修理し大切にすることを学ぶ
日 10月28日(土) 9時30分～14時30分
人数 幼児・小学生と保護者:先着16組
費 部品代実費 申 10月11日14時から

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)



↓申 ☎かWEBで受付

■ **らくらく簡単!離乳食きほんのき**
栄養士による講話と実演・試食で学ぶ
日 11月22日(水) 10時～11時30分
人数 離乳期の赤ちゃんと保護者:先着10組
持 赤ちゃん用スプーン、だっこひも
申 10月11日13時30分から

親子で楽しくリトミックⅡ期


日 11月7日・21日、12月5日・19日(火)
①9時45分②10時45分(各40分)
人数 ①1歳児と保護者②2歳児と保護者:先着各10組 費 1,400円(全4回分)
持 タオル、飲み物、動きやすい服装
申 10月12日13時30分から

やさしい手づくりパン(後期)

日 11月～2024年3月の第2月曜
①9時30分～12時45分②13時30分～16時45分 人数 先着各8人
費 7,000円(全5回分)
持 エプロン、三角巾、手拭き、布巾
申 10月13日13時30分から

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
☎825-1161 ☎825-1162
休 10月9日(祝・月)、10日(火)



東戸塚地区センターまつり

展示、ステージ、模擬店など!9人編成のマーチングバンドによるパフォーマンスも
日 10月28日(土) 10時～16時
申 当日直接


↓申 10月11日13時30分から☎かWEBで受付

■ **免疫カアップレシピでクッキング**
旬の食材を使ったメニューで元気に!
日 10月25日、11月8日・22日、12月13日(水) 9時30分～12時30分
人数 先着各12人 費 各1,500円
持 エプロン、三角巾、マスク、布巾、筆記用具

■ **講演会「発達障がい子どもへの対応」**
講師:横浜市立大学附属病院児童精神科医 青木 芳子 氏
日 11月18日(土) 15時～16時30分
人数 先着35人

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)



■ **利用者の祭典「レインボーフェスタ」**
地区センターで活動しているサークルの素敵な展示や舞台発表
日 10月21日(土) 10時～17時・22日(日) 10時～15時(舞台発表は22日のみ) 申 当日直接

↓申 10月11日9時から☎かWEBで来館で受付

■ **おしゃれナイトコンサート**
秋の一夜をロマンチックなシャンソンで!


日 11月11日(土) 19時 人数 先着30人
費 700円(ワンドリンク付き)

「芸術の秋」子ども体験教室

①美大生によるデッサン教室
②楽しいイラスト講座
日 ①11月19日(日) 10時
②12月2日(土) 10時
人数 ①小学4年生～中学1年生:先着10人
②小学生:先着10人
費 ①600円②700円
持 ②鉛筆、消しゴム、色鉛筆、サインペン

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)



↓申 10月11日14時から☎で受付

■ **初心者向けお菓子作り**
煮リンゴ、バナナと粒ジャム、2種のマフィンを作ります

日 11月30日(木) 10時～12時
人数 18歳以上:先着6人 費 1,000円
持 マスク、三角巾、エプロン、手拭き、持ち帰り用の袋、飲み物

■ **ペーパーワイリング工作体験**
クリスマス向けの作品を作ります


日 11月23日(祝・木) 10時～11時30分
人数 小学生以上:先着8人(小学2年生以下は要保護者同伴)
費 800円 持 持ち帰り用の袋

■ **楽しくスポンジテニス(全2回)**
初心者でも簡単なルールでラリーが続くように練習します

日 11月16日・30日(木) 9時30分～11時30分
人数 18歳以上:先着8人 費 1,000円
持 飲み物、室内履き、ラケット(貸出あり)

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)



■ **庭のつくり方・観方**
庭木の種類ごとの剪定や道具の使い方や学び、最終日は鎌倉の庭園を鑑賞

日 11月3日・17日・24日、12月1日(金) 13時30分～17時 人数 抽選15人
費 3,000円(全4回分、交通費・拝観料は別途負担) 持 剪定道具、筆記用具、軍手、帽子
申 10月24日20時までに☎かWEBで来館で受付


■ **大人のための楽しい陶芸教室Ⅱ期**
カップや皿などを作ります

日 11月4日・11日・25日(土) 9時30分～11時30分 人数 先着10人
費 3,000円(全3回分)
持 エプロン、筆記用具、タオル、新聞紙
申 10月12日14時から☎で受付

■ **おどりばサークルフェスタ**
踊場地区センターで活動するサークルの発表会、一部体験も
日 11月23日(祝・木) 10時～15時
持 室内履き、靴を入れる袋 申 当日直接

秋葉中学校コミュニティハウス

〒245-0052 秋葉町271-3
☎☎814-1985
休 金曜




■ **親子でリトミック**
体を動かし親子でリフレッシュ

日 11月6日・27日(月) 10時～11時
人数 未就学児と保護者:先着10組
費 500円(全2回分)
申 10月11日10時から☎か来館で受付

とつか区民活動センター

〒244-0805 川上町91-1
モレラ東戸塚3階
☎825-6773 ☎825-6774
休 月曜



↓申 当日直接

■ **スマホの交流サロン あぷり**
おしゃべりしながら一緒にスマホを学びましょう

日 11月10日(金) 13時30分～15時(13時15分～13時30分受付)


人数 先着10人
持 スマートフォン、筆記用具

■ **パソコンワンポイントアドバイス**
パソコン操作で困った時の相談室

日 10月20日(金) 13時～15時30分(13時～15時受付) 人数 先着10人
持 パソコン、筆記用具

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



■ **地図で横浜再発見(全2回)**
日 11月20日・27日(月) 11時50分～13時50分※27日は街歩き(雨天の場合は12月4日)

人数 市内在住の60歳以上:抽選12人
費 200円(テキスト代)

申 10月25日までに住所と年齢が確認できるものと☎を持参で来館で受付

■ **100年ライフ見える化ノート講座(全3回)**
やりたいことを実現するための知恵と勇気をわかりやすく学ぶ


日 11月11日・18日・25日(土) 9時30分～11時30分

人数 市内在住:抽選20人
費 1,000円(テキスト代) 持 筆記用具

申 10月23日までに住所が確認できるものと☎を持参で来館で受付

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



↓保 2か月～未就学児、予約制 ☎862-4750(詳細は要問合せ)


■ **女性のストレスケア&マインドフルネス**
日 ①自分の気づき編:12月16日(土) ②心の解放編:12月23日(土) 10時～11時30分

人数 女性:先着各22人 費 各1,000円
申 11月7日9時からWEBで受付

■ **エクセル中級講座**
仕事に使える関数や便利機能を学ぼう
日 11月11日(土)・12日(日) 10時～15時30分 人数 女性:先着15人
費 11,000円(全2回分) 申 10月17日9時30分から☎(862-4496)かWEB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)



↓申 10月13日9時から☎で受付

■ **舞岡野菜を使った料理教室**
日 11月26日(日) 10時～12時30分
人数 先着12人 費 1,900円
持 エプロン、三角巾、マスク

果樹の剪定入門

日 11月11日(土) 9時30分～12時

人数 先着12人


ふるさとの森自然観察会(雨天中止)

日 11月18日(土) 9時30分～12時

人数 先着14人

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～鍋敷き作り～**
日 11月12日(日) 9時30分～12時

人数 先着10組(小学生以下は要保護者同伴)※1組5人まで
費 1個500円※1組2個まで
申 10月25日9時から☎か来館で受付

↓申 当日直接 ※雨天中止

■ **まい作品展・秋**
舞岡公園を題材にした絵画、写真などの青空作品展です


日 11月3日(祝・金) 10時～15時

自然観察会～秋の美り～

日 10月22日(日) 13時～15時

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
☎862-2181 ☎881-6995
休 10月2日(月)



↓申 当日直接

■ **青空ヨガ(雨天中止)**
朝に青空の下で行うヨガ教室

日 10月22日・29日、11月5日・12日(日) 10時30分～11時30分

人数 16歳以上:先着15人 費 各600円
持 運動のできる服装、帽子

※雨天中止はWEBでお知らせ


■ **ZUMBA®**
ラテン系の音楽とダンスがミックスされたダンスフィットネス

日 10月17日・24日・31日、11月7日・14日・21日・28日(火)

20時5分～20時55分
人数 16歳以上:先着30人 費 各550円
持 運動のできる服装、室内用運動靴

戸塚区民文化センターさくらプラザ

〒244-0003 戸塚町16-17
☎866-2501 ☎866-2502
休 第2火曜



■ **らららん♪ドレミ シリーズ Vol.23**
歌のおねえさん「なおちゃん」こと安藤なおさんと一緒に音楽を楽しむ

日 12月9日(土) 11時(10時30分開場)

所 ホール 費 中学生以上:1,500円、0歳児～小学生:500円
申 10月12日14時から☎で受付