

TOTSUKA 7 とつか

No.333

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

小学生の放課後の居場所

小学生が放課後を過ごせる居場所として、法人に運営され、各小学校に設置されている「放課後キッズクラブ(キッズ)」と地域などで運営され、民間施設に設置されている「放課後児童クラブ(学童保育)」があります。区内には27か所の放課後キッズクラブと14か所の放課後児童クラブがあるので、2つの活動内容などについてご紹介します。

📖 本紙2ページもチェック

放課後キッズクラブ(キッズ)

区内の全ての小学校にあり、「遊びの場」と「生活の場」を兼ね備えた放課後の居場所です。小学校内の専用ルームや校庭、体育館などでたくさんのお友だちと楽しい放課後を過ごすことができます。



対象	当該小学校の通学区内に居住する小学生
開所時間など	放課後から19時まで(16時以降は主に留守家庭児童が対象) ●土曜は8時30分から19時まで ●土曜を除く休業日、長期休業期間は8時から19時まで ●朝・夕の延長不可

次年度入所説明会は、2026年1月以降各キッズクラブで開催

放課後児童クラブ(学童保育)

民間施設にあり、昼間就労などで保護者がいない家庭の小学生が、放課後を過ごすことができます。「お帰り」と迎えてくれる指導員やたくさんのお友達と一緒に遊んだり、宿題をしたり、おやつを食べたりして楽しい放課後を過ごすことができます。



対象	昼間保護者がいない家庭などの小学生
開所時間など	放課後から19時まで ●土曜・長期休業期間はおおむね8時30分から19時まで ●朝・夕の延長可、時間は児童クラブにより異なる

次年度入所説明会は、10月頃から各児童クラブで開催

障害があるお子さんは、ほかに障害児通所支援事業(放課後等デイサービスなど)を利用できる場合がありますのでご相談ください。

☎ 区役所こども家庭支援担当 (Tel) 866-8485 (Fax) 866-8473



夏本番！食中毒に御用心

細菌のカンピロバクターと寄生虫のアニサキスが原因である食中毒の発生件数が増えています！十分注意して、食中毒を予防しましょう。

加熱不十分な鶏料理で多発

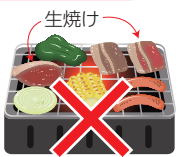
カンピロバクター



発生原因 加熱不十分な鶏料理
特徴 ニワトリなどの腸の中にある食中毒菌
少量の菌でも食中毒が発生
症状 食べた後、2～5日で下痢・腹痛・発熱など

対策

- 十分に加熱する
- 肉とそれ以外で調理器具は使い分ける
- 手をよく洗う



家庭でも食中毒が発生

アニサキス



発生原因 アニサキスが寄生した魚介類の生食
特徴 サバ・イワシなどの魚介類に寄生
酢やワサビでは死なない
症状 食べた後、数時間から十数時間で
激しい腹痛・嘔吐など

対策

- 十分に加熱する
- 冷凍処理されたものを使用する
- アニサキスを目視で取り除く

夏場のお弁当にも注意!!

気温が高く、食中毒菌が増えやすい夏場は、お弁当づくりに注意が必要です！



調理前

- せっけんで手を洗う
- 弁当箱は洗剤で洗い、よく乾燥させる

調理中

- おかずはしっかり中心部まで加熱する
- おかずの汁気をよく切り、野菜や果物は水分をふき取る

食べるまで

- 冷ましてから弁当箱に詰め、冷蔵庫や涼しいところに保管する
- 長時間持ち歩くときは、保冷剤を使う



食の安全について詳しく学ぼう

区役所食品衛生係 (Tel) 866-8474 (Fax) 866-2513

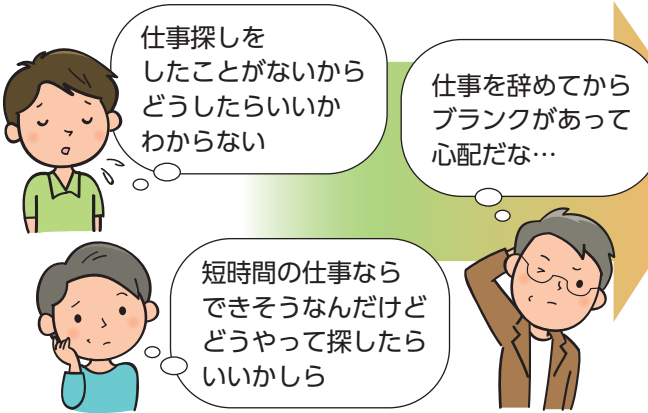
暮らしの「困った」、一人で悩まずご相談ください 生活困窮者自立支援制度

生活困窮者自立支援制度は、お困りごとの解決に向け、相談員と一緒に取り組んでいく制度です。生活費のやりくりなどの家計相談、仕事探しや中高生の学習支援などの相談ができます。相談例の一つ、**就労支援**について紹介します。

生活困窮者自立支援制度について▶



例えばこんなお困りごと...



「ジョブスポット」で就労支援ナビゲーターがサポートします!!



区役所6階にハローワークの出先機関である「ジョブスポット戸塚」があります。予約制で一人ひとりに担当の就労支援ナビゲーターがつき、求人情報の検索・紹介、紹介状の交付などのサポートをします。

年間300人がジョブスポット戸塚を利用しています。
どんなお手伝いができるか一緒に考えますので、まずはご相談ください。

仕事探しに踏み出してみたい人、まずはご相談ください。利用には、生活困窮者自立支援制度の申し込みが必要です。申し込みは、区役所6階65番生活支援課まで

区役所生活支援課 (Tel) 866-8431 (Fax) 866-2683

わたしのまちのすてきなところ! Vol.5

戸塚区で暮らし、学び、働く人が「こんなまちにしたい」という思いを形にして、よりよいまちづくりを目指すための「とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)」を知っていますか？

そんなとつかハートプランにつながる18地区のすてきな活動とスローガンを数回にわたってご紹介します！



詳しくはこちら



とつかハートプランマスコット「こころん」

川上地区福祉発表会

川上地区

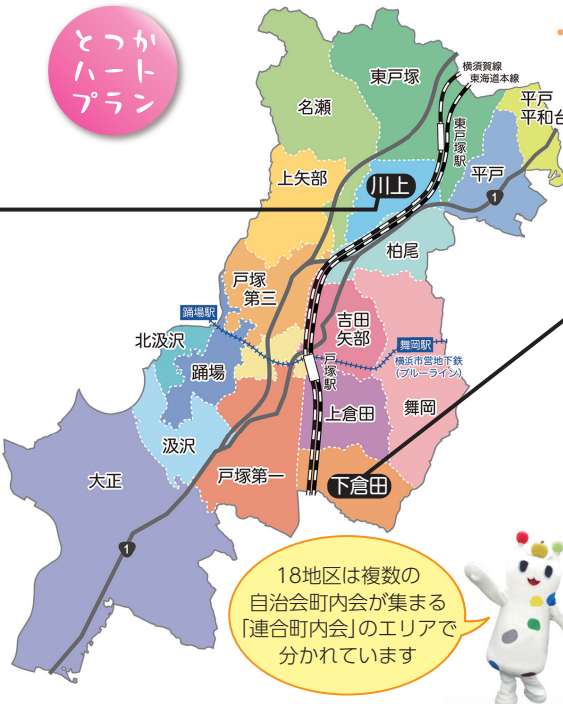
秋葉町内会館で**川上地区の福祉発表会**を開催しました。地域の人を含め多くの人の参加があり、各町内会・民生委員・主任児童委員・保護司などから計7件の発表がありました。日常活動が生き生きと報告され、各団体の創意工夫が見られた大変意義ある発表会になりました。



この地区のスローガンは

みんなでそなえ、育み、支え合うまち

とつかハートプラン



18地区は複数の自治会町内会が集まる「連合町内会」のエリアで分かれています

連合まつり～防犯・防災フェスティバル～

下倉田地区

連合まつり～防犯・防災フェスティバル～はとつかハートプランの普及啓発として、福祉保健活動や地域活動の活性化、担い手づくりにつながる催しです。「防犯・防災」をテーマに地震体験、煙小屋体験、防犯・防災グッズの展示のほか、「遊び」や「舞台発表」などを行っています。世代を超えて人と人がつながり、大きく輝くことができる場となっています。



この地区のスローガンは

思いやり 助け合うまち 下倉田

区役所事業企画担当 (Tel) 866-8424 (Fax) 865-3963

マークの説明 日日時・期間 所会場 対対象・定員 費費用 保保育 持持ち物 申申込み 問問合せ 休休館日 電電話番号 ファクス番号 Eメール WEBウェブページ 往復はがき はがき 必要事項とある場合は、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。締切日必着。

お知らせ ㊦ イベントや講座などが中止・変更になる場合がありますので、問合せ先へ確認してください。

区役所からのお知らせ

募集

■ 食品衛生責任者実務講習会

日①8月18日(月)②10月1日(水)③11月20日(木) 14時～15時30分(13時30分受付開始) 所①・③区役所8階大会議室B②区役所8階大会議室A 持食品衛生責任者証(票)、筆記用具 申問前日までに、電か電(希望日と営業所名、食品衛生責任者名を記入)で区役所食品衛生係へ(電866-8474 電866-2513)

スポーツ

■ 戸塚区ソフトテニス大会

[種目] 一般・シニア男女 日8月17日(日) 9時～17時 所金井公園テニスコート(栄区金井町315-2) 区内在住・在勤・在クラブの高校生以上 費1ペア2,000円 申問8月3日までに電か電送(必要事項を記入)で高橋智子へ(電電851-4354、〒245-0066 俣野町1403-12-202)

集まれ小学生!! 夏休み体験教室

小型生ごみ処理器「ミニ・キエーロ」講習会

土の中の微生物と風と太陽の力で、生ごみを分解する「キエーロ」について、考案者 松本信夫氏による講習会を開催します。生ごみの分解が進んだ土は栄養がたっぷりなので、家庭菜園やガーデニングなどに使えます。夏休みの自由研究にもおすすめです。体験教室終了後、このミニ・キエーロ(幅75cm×奥45cm×高35cm)をお渡しするね!

おうちに帰ってからでもキエーロを使っているよ!!

日8月2日(土) 10時～12時 所区役所8階大会議室AB 区内在住でアンケートに協力できる小学生とその保護者:抽選20組40人※キエーロ利用開始後3か月をめぐに、使用状況に関するアンケートの回答をお願いします 申7月16日までに電か電(必要事項)を記入)で区役所資源化推進担当へ(電866-8411 電864-1933 電 to-shigen@city.yokohama.lg.jp)

問 区役所資源化推進担当(電866-8411 電864-1933)

ニッパツ横浜FCシーガルズ (VS 日体大SMG横浜)

とつか区民DAYへ 無料 ご招待!

日8月31日(日) 16時キックオフ 所ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川区三ツ沢西町3-1) 区内在住・在勤・在学(園)の人とその家族:先着500人 申7月11日11時～8月30日15時までにWEBで受付

抽選で当たる!! 区民限定体験イベント

抽選で、試合当日のウォーミングアップ見学、エスコートキッズなど、選手を間近に感じられるイベントに当たります!(チケット申込み時に自動申込み)

問ニッパツ横浜FCシーガルズ(電828-0560)、区役所地域活動係(電866-8412 電864-1933)

音楽の街 とつか

毎月第3土曜はとつか音楽の日

♪区民広間コンサート 区民による区民のためのミニコンサート

今月の出演:戸塚ゴスペルJIK(ゴスペル)、フラ・オ・ナホクオカラニ(フラダンス)

日7月19日(土) 12時～13時(11時30分開場) 所区役所3階 多目的スペース(大) ※会場変更の可能性があります。最新の情報は、WEBを確認してください。 申 当日直接

問 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 電866-8416 電864-1933)

夏だ! プールだ! 大坂下公園プール オープン!!

今年も夏も

	25mプール	子ども用プール
営業時間	9時～18時(最終遊泳時刻は17時50分まで)	9時～16時(最終遊泳時刻は15時50分まで)
料金(1時間)	100円	60円
利用できる人	●小学2年生以上 ●幼児～小学1年生は水着着用の保護者(18歳以上)1人につき1人の利用可	●幼児～小学1年生 ●未就学児は水着着用の保護者(18歳以上)1人につき2人の利用可

※おむつ使用の幼児には幼児専用ビニールプールあり

日7月12日(土)～9月7日(日) 期間中無休

所戸塚町2974-1(大坂下バス停から徒歩1分) 問電電881-3870(期間中のみ)

●お得な回数券をご利用ください。
●駐車場はありません。バイク・車での来場はご遠慮ください。
●悪天候や水温・気温が低い場合はお休みをすることがあります。

▲WEBはこちら

問【指定管理者】東急スポーツシステム株式会社(電03-3477-8622 電03-3496-3406)

参議院議員選挙

当日投票日は「投票のご案内」や区WEB、ポスターで確認してください

横浜市長選挙

当日投票日時:8月3日(日) 7時～20時

のお知らせ

「投票のご案内」は世帯ごとに1つの封筒でお送りしますので、当日はご自分の「投票のご案内」をお持ちください。

期日前投票 「投票のご案内」が届く前でもOK!

投票日に仕事やレジャーなどの用事で、投票所に行けないと見込まれる場合は「戸塚区役所」と「西武東戸塚S.C.」で期日前投票ができます。2か所で投票できる期間と時間が異なりますのでご注意ください。

期日前投票所

アクセス

投票期間(土日含む)

投票時間

戸塚区役所3階 区民広間 (戸塚町16-17)	戸塚駅西口(JR・市営地下鉄) 徒歩2分 ※駐車場減免あり(60分)	公示日の翌日～投票日の前日	7月21日(祝・月)～8月2日(土)	8時30分～20時
西武東戸塚S.C.7階 ファーストブリッジ (品濃町537-1)	東戸塚駅東口(JR) 徒歩5分 ※駐車場減免なし ※駐車台数に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。	詳細は「投票のご案内」に同封されているチラシか区WEB、ポスターを確認してください。 投票日の8日前～投票日の前日		10時～20時

期日前投票の混雑状況をWEBからリアルタイムで確認できます

投票日が近づくにつれて大変混雑します。

参考:令和6年10月27日執行 衆議院議員選挙期日前投票者数(日別)

身体に重度の障害のある人や介護保険の要介護5の認定を受けた人で「郵便等投票証明書」を交付されている場合は、郵便による不在者投票ができます。※要事前申請 詳しくは戸塚区選挙管理委員会にお問い合わせください。

問 戸塚区選挙管理委員会(電866-8315 電881-0241)

健診・相談のお知らせ(要予約) 申問 区役所健康づくり係へ(電866-8426～7 電865-3963)

個別健康相談

- 健康相談:高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの生活習慣改善のアドバイス
- 禁煙相談:たばこをやめたい人へ個別に支援

日7月11日、8月1日(金)午前 7月15日、8月5日(火)午後 所区役所5階 健康相談室 市内在住 ※電話申込ができない人は、電可(必要事項)と相談内容を記入)※1人あたりの相談時間は1時間以内

見せて聞かせて みんなの熱中症対策

子ども編 戸塚ふたば幼稚園

戸外活動や集団遊びを積極的に取り入れている幼稚園



夏の主な園庭遊びは「水遊び・泥遊び」です。園庭に複数のビニールプールを設置して、先生もびしょ濡れになりながら一緒に遊びます。園庭に水筒ボックスを置いて、10分～20分を目安に水分補給させています。

夏休み前には、『水分補給しないと具合が悪くなって倒れちゃうかも』『お外に出るときは帽子をかぶろうね』『しっかりごはん食べてしっかり寝て、熱中症に負けない丈夫な体をつくろうね』などの内容を子どもたちにもわかりやすいよう、先生の寸劇で伝えています。



夏になると園庭に設置されるミスト



園庭での水遊び



スイカ割りをして楽しく水分補給



★
ナイス
アイデア

夏季の園庭遊びには、カラー帽子を水で濡らして被らせています！乾いてきたら、再度水で濡らしての繰り返し!!

高齢者編 しらゆり園

140人の皆さんが暮らしている特別養護老人ホーム



涼しい浴衣を貸し出しています



年々、暑くなる時期が早まっているので、今年は4月下旬に冷房に切り替えましたが、中には暑がりの人、寒がりの人、エアコンを嫌がる人などさまざまなので、エアコンに風避けのシートを設置したり、服装で調整したりしています。水分は、1日3回の食事のほか、10時と15時のおやつ時間で、最低でも5回は摂取できるようにしています。一人ひとり食事や水分補給の記録をして、脱水にならないように気を付けています。食が進まない人には、そうめんなど、のど越しのいいものや、食事レクリエーションの中で、かき氷やパフェなどを提供して、涼をとっています。



グリーンカーテンになっているゴーヤをおいしくいただけます



体動センサー

体の下に敷くと、心拍数や呼吸数などの体の状態がリアルタイムでわかるので、熱中症予防にも繋がっています。



★
ナイス
アイデア

積極的に水分補給をしたがらない人には、清涼飲料水やゼリーなどを提供しています。



いよいよ夏本番です！

昨年、5月から9月までに熱中症で搬送された人は、市内で1,638人、区内では126人と、年々増加しています。熱中症のことを正しく知って、対策をすることが大切です。

熱中症予防のために、さまざまな工夫をしている皆さんの熱中症対策をご紹介します。

学校生活編 戸塚中学校



室内では大型扇風機やスポットクーラーを設置

部活動は、週のうち平日1日以上、土日1日以上「部活動休養日」があり、部活動の時間も平日は2時間程度、休日は3時間程度としています。昇降口にはミストシャワーを設置、体育館などには、大型扇風機やスポットクーラーなどの冷却装置を設置しています。部活動後に、プールに入ってクールダウンする部も。部活動内容も全員同じではなく、個々の体力に合わせた内容にしています。



暑さ指数がわかる機器を設置して熱中症の危険度をチェック！

小型の機器は部活動の顧問の先生がチェック！危険度が高い場合は活動中止



保健室に大型製氷機と塩分のタブレットを設置



★
ナイス
アイデア

部活動前に「手」「腕」「顔」「脚」を水で冷却、あてタオルなどでふき取らずに活動をしています。



学校生活の中での熱中症予防は…

体育館で行っていた全校集会を涼しい教室での校内放送に変えたり、生徒が自宅から持参する飲み物だけでは足りないこともあるので、校内に飲み物の自動販売機を置き、いつでも買えるようにしてあります。また、校内にポスターを貼って注意喚起もしています。



戸塚消防署作成熱中症ポスター



消防署編 戸塚消防署



夏季の火災や長時間活動を有する災害においては、訓練を重ねている消防士でも熱中症になることも。5月頃になると、防火装備や化学防護服などを着用しての走り込みや訓練を通して、熱に強い体作りをしています。その他にも、個々に筋肉トレーニングなどで熱中症に強い体力づくりもしています。

ミスト扇風機と飲料水

後方支援部隊が、大型のミスト扇風機や飲料水を積載し、現場へ行き、指揮隊と連携し、隊員の体調管理を行っています。



暑さに慣れるための暑熱順化訓練



熱中症が起こるのはなぜ？



高温多湿の環境に長時間滞在

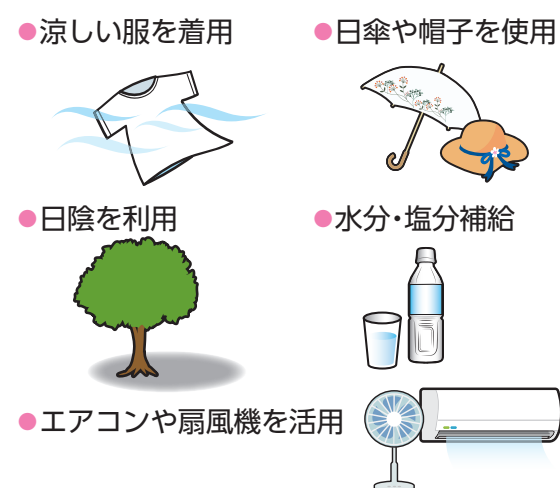


体温が上がり体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調整機能が働かなくなる



熱中症になる

主な熱中症対策



熱中症の症状と応急処置

- 筋肉のこむら返り
- めまい
- 立ちくらみ
- 大量の汗
- 倦怠感・高体温
- 頭痛・吐き気

氷のうなどで、首・脇の下・太ももの付け根を冷やしましょう

自力で飲める場合は、スポーツドリンクや経口補水液、塩あめなどを摂取させましょう。

こんな時は救急車!!



- ☑ 意識がおかしい
- ☑ 自力で水分が飲めない

判断に迷う場合はこちら



#7119



救急受診ガイド

『あんしん救急』 知って予防！救急車

子育て世代向け



シニア世代向け



クールシェアスポットを活用しよう



冷房設備があり、外出時に一時的に暑さをしのげる施設があります。上手に利用しましょう。



クールシェアスポットの詳細や登録施設についてはこちら

市WEB

戸塚消防署 (Tel) 881-0119

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
TEL 862-9314 FAX 862-9315
休 第3月曜(祝日の場合翌日)

■SDGsを知ろう！キッズヨガ
SDGsについて楽しく学べるヨガ
回 8月4日(月) 10時～11時 人数 未就学児・小学生:先着12人※未就学児は要保護者同伴 費用 未就学児500円(保護者1人の費用含む)、小学生300円 持ち物 飲み物、ヨガマットか大きめのバスタオル 申込 7月18日14時からTELで受付

■DIYこども工作教室
木片を利用して自由に工作
回 8月7日(木) 10時～12時 人数 小学生:抽選20人 費用 600円 持ち物 レジ袋(大)3枚、鉛筆2本 申込 7月11日10時～23日17時にWEBで受付

大正地区センター

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

↓ 申込TELかWEBで受付

■海とマイクロプラスチック
海の問題とキーホルダー作り
回 8月7日(木) 10時～11時30分 人数 小学生:先着12人※小学2年生以下は要保護者同伴 費用 300円 申込 7月14日13時30分から

■子どもお菓子教室
ポップでかわいいチョコクッキー
回 8月23日(土) 10時～12時30分 人数 小学生:先着8人※小学2年生以下は要保護者同伴 費用 800円 申込 7月11日13時30分から

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
TEL 825-1161 FAX 825-1162
休 第2月曜(祝日の場合翌日)

↓ 申込TELかWEBで受付

■ふしぎ発見理科ひろば
風のパワーで動くプロペラカーを作ろう
回 8月3日(日) 9時20分～11時30分 人数 小学生:抽選30人※小学3年生以下は要保護者同伴 費用 300円 申込 7月22日17時まで

■ちいさな・ちいさなおはなし会
8月テーマ:あつ～い！自然と遊ぼう
回 8月17日(日) 10時30分～11時30分 人数 未就学児と保護者:先着20人 申込 7月11日13時30分から

上矢部地区センター

〒245-0053 上矢部町2342
TEL 812-9494 FAX 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
工作・マジックショーなど
回 7月27日(日) 10時 人数 幼児・小学生 申込 当日直接

■ふしぎ発見理科ひろば
メリーゴーランドを作ろう
回 8月10日(日) 13時 人数 小学生:先着20人※小学3年生以下は要保護者同伴 費用 700円 持ち物 筆記用具、持ち帰り用の袋 申込 7月11日9時からTELかWEBで受付

舞岡地区センター

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

↓ 申込7月11日14時からTELで受付

■心おだやかに～舞岡写経教室
自分の心と向き合う時間を過ごします
回 8月22日(金) 10時～11時30分 人数 18歳以上:先着15人 費用 1,200円

■ちびっこ夏まつり
ゲームや工作でまつり気分を楽しもう
回 8月18日(月) 9時30分～11時 人数 未就学児:先着30人※要保護者同伴 費用 300円 持ち物 飲み物

踊場地区センター

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

↓ 申込7月11日10時からTELで受付

■キッズ&学生向けバドミントン講座
元日本代表選手による指導です！
回 8月19日(火) ①10時～12時②12時45分～14時45分 人数 ①小学生:先着18人②中高生:先着18人 費用 各1,600円 持ち物 動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル、ラケット(貸出も有)

■くるくる回る水のおもちゃ作り
水中で浮き沈みするおもちゃ作りです
回 8月8日(金) 9時30分～11時 人数 小学生:先着15人 費用 550円 持ち物 はさみ、タオル、シールなど飾り付けたいもの、飲み物

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
TEL 825-6773 FAX 825-6774
休 月曜

■ボランティアのい・ろ・は
ボランティアの基礎知識を学びませんか
回 8月10日(日) 13時30分～15時 人数 先着5人 申込 7月11日9時～8月7日にTELで受付

■お昼のミニライブ
何だか楽しくなる腹話術
回 7月27日(日) 12時～12時30分 人数 当日直接

老人福祉センター戸塚柏桜荘

〒244-0003 戸塚町2304-5
TEL 865-3281 FAX 865-3283
休 第3日曜

■おいでよ！はくおうそう
誰でも楽しめる柏桜荘オープンデー
回 7月30日(水) 10時～14時45分 申込 当日直接

■クレイフラワーの世界ようこそ
生花そっくり水換え不要粘土の花作り
回 8月25日、9月1日(月) 13時～15時 人数 市内在住60歳以上:抽選8人 費用 1,500円 申込 8月7日までにTELで受付

男女共同参画センター横浜

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

■初めてでもわかるパソコン入門
初歩的操作からワード・エクセル体験
回 8月5日(火)・6日(水) 10時～15時30分 人数 女性:先着15人 費用 12,100円(全2回分) 対象 2か月～未就学児、有料、4日前までに要予約、子どもの部屋へTEL 862-4750(9時～16時30分、木曜・日曜・祝日を除く) 申込 7月15日9時30分からTEL 862-4496かWEBで受付

■木曜ひろば
手遊びや絵本読み聞かせ、工作など
回 8月7日(木) 10時～12時 人数 0歳～未就学児と保護者:先着10組(1組保護者2人まで) 費用 1組300円 申込 8月4日9時から子どもの部屋TEL 862-4750(9時～16時30分、木曜・日曜・祝日を除く)で受付

舞岡ふるさと村虹の家

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

↓ 申込7月25日までにTELかFAX(必要事項を記入)で受付

■夏休み親子観察会
生き物最強のクマムシを探してみよう
回 8月3日(日) 9時30分～12時 人数 抽選5組10人

■親子パン教室
回 8月24日(日) 13時～16時 人数 抽選12組24人 費用 1組1,700円

舞岡公園小谷戸の里

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

↓ 申込TELで受付

■わら細工～わら草履作り
回 8月17日(日) 9時30分～13時

人数 先着10組※1組5人まで(小学生以下は要保護者同伴) 費用 900円※1組2個まで 持ち物 必要な人は弁当
申込 7月30日9時から

■案山子まつりの案山子募集
自然に還る材料を使って案山子を作り田んぼに立てましょう
回 8月2日(土)～9月7日(日)※製作期間 申込 7月19日～9月7日

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
TEL 862-2181 FAX 881-6995
休 第2月曜(祝日の場合翌日)

↓ 申込当日直接

■ZUMBA
ダンスフィットネスでストレス発散！
回 7月15日・22日・29日(火) 20時5分～20時50分 人数 16歳以上:先着25人 費用 各回560円 持ち物 スポーツウェア、室内履き、ふたのある飲み物

■さわやかスポーツフェスティバル
ポッチャ、モルックなど
回 8月9日(土) 10時～12時30分 持ち物 室内履き、ふたのある飲み物
※小学生以下は要保護者同伴

戸塚区民文化センターさくらプラザ

〒244-0003 戸塚町16-17
TEL 866-2501 FAX 866-2502
休 第2火曜 ※7月14日(月)・19日(土)は17時閉館

■さくらプラザオープンデー2025
子ども向けのさまざまなイベントを開催
回 7月19日(土) 9時45分～15時30分 申込 詳細はTELかWEBで確認

■假屋崎 省吾×横山 幸雄
ピアノと花の華麗なる世界
回 9月14日(日) 14時開演 費用 全席指定:一般5,800円、市内在住5,000円、EX(補助席・見切れ席)2,000円、学生1,500円 申込 7月24日14時からTELで受付

踊場公園こどもログハウス

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

■おたのしみ工作②
みんなで作品をつくってあそぼう！
回 8月6日(水) 15時～16時30分 人数 幼児・小学生:先着30人 申込 当日直接

マークの説明 日 日時・期間 所 会場 人 対象・定員 費 費用 保 保育 持 持ち物 申 申込み 問 問合せ 休 休館日 電 電話番号 ファクス番号 Eメール WEB ウェブページ 往 往復はがき は はがき 要 要事項 とある場合は、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。締切日必着。

秋葉中学校コミュニティハウス

〒245-0052 秋葉町271-3 休 月・金曜
Tel Fax 814-1985

申 7月12日10時から 往 来館で受付

■ リニアエクスプレスジュニア

磁石、電磁石の働きで新幹線を走らせる
日 7月19日(土) 10時～11時30分 人 小
小学生:先着15人※小学3年生以下は要保
護者同伴 費 400円 持 持ち帰り用の袋

■ 電子レンジで宝石体験講座

試薬とプラズマでルビーの合成に挑戦
日 7月23日(水) 10時～12時
人 小学生:先着12人※小学3年生以下は
要保護者同伴 費 900円 持 筆記用具

名瀬中学校コミュニティハウス

〒245-0051 名瀬町791-6 休 火・金曜
Tel Fax 812-8405

申 7月12日10時から 往 来館で受付

■ 電子レンジで宝石体験講座

試薬とプラズマでルビーの合成に挑戦
日 7月28日(月) 10時～12時
人 小学生:先着12人※小学3年生以下は
要保護者同伴 費 900円 持 筆記用具

■ 4足歩行リモコンロボット

リンク機構の4足歩行ロボを作ろう
日 7月13日(日) 10時～11時30分 人 小
小学生:先着15人※小学3年生以下は要保
護者同伴 費 500円 持 持ち帰り用の袋

上矢部地域ケアプラザ

〒245-0053 上矢部町2342 休 第3月曜
Tel 811-2442 Fax 811-2499

■ 夏休み特別企画！かみやベスクール

日立横浜理科クラブの指導で
サイクリングロボットを作ります
日 8月23日(土) 10時～12時 人 小
学生:先着15人※小学3年生以下は要保
護者同伴 費 600円 持 筆記用具
申 7月11日9時から 往 来館で受付

汲沢地域ケアプラザ

〒245-0062 汲沢町986
Tel 861-1727 Fax 861-3428

申 7月11日9時から 往 来館で受付

■ プレママ・プチママ集まれ！

救命救急講座
日 7月30日(水) 13時～14時
30分 人 生後10か月までの乳児と母
親か現在妊娠中の人(いずれも第1子
のみ):先着8組 持 上履き、飲み物

■ どれみの森のお友だち

親子いっしょにリトミックあそび
日 8月4日～2026年3月2日
(月) 10時30分～12時
※原則第1月曜開催(1月休み)
人 先着15組 費 1,600円(全7回分)

戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127
Tel 862-9411 Fax 871-6695
休 7月22日(火)施設点検日

申 往 来館で受付

■ ショートショートを書いてみよう！

参加者の作品を講師(小説家・岩井圭也氏)が講評
日 7月24日(木) 13時～15時 所 戸塚
地区センター 工芸室 人 高校生(市
内在住か市内高校に通学):先着10人
申 7月11日9時30分～23日17時

■ 図書館deYESたのしい海藻おしばづくり

海の環境学習と海藻おしば作り
日 8月7日(木) 10時～11時30分 所 戸塚
地区センター 会議室B 人 小学1～3年
生:先着15人 申 7月16日9時30分から

原宿地域ケアプラザ

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

■ みんなあつまれ 海のお祭り

環境・防災について楽しく学びませんか
日 8月3日(日) 10時～15時 費 ワー
クショップ100円～ 申 当日直接

舞岡柏尾地域ケアプラザ

〒244-0813 舞岡町3705-10 休 第2日曜
Tel 827-0371 Fax 827-0375

申 7月11日9時から 往 来館で受付

■ ふれあいサロン

ゴスペルコンサートin舞柏
日 8月28日(木) 13時30分～14時30分
※終了後、茶話会あり 人 先着25人
費 100円

■ 星空さんぽ

夏の天体観望会(星座盤の組立あり)
日 8月2日(土) 19時～20時30分
人 先着15組 費 150円

■ 昆虫観察会 公園で昆虫をつかまえて観察しよう

↓ 人 小学生以下:先着10人 持 筆記用具、虫かご、虫とり網、歩きやすい靴、長ズボン、帽子、飲み物 申 7月11日～31日に 往 来館で受付

小雀公園 東俣野中央公園
〒244-0004 小雀町681-3 〒245-0065 東俣野町864
Tel Fax 853-1945 Tel Fax 852-5432
日 8月5日(火) 10時～12時 日 8月6日(水) 10時～12時

こども自然公園 青少年野外活動センター
〒241-0834 旭区大池町65-1 Tel 811-8444 Fax 812-5778 休 第3月曜(祝日の場合翌日)

↓ 人 16歳以上:抽選30人 費 8,400円(全14回分)
申 7月28日までに 往 (要事項) を記入) か WEB で受付

■ ピラティス&有酸素運動Ⅱ エアロビクスダンスなどの有酸素運動
日 9月3日・10日、10月1日・8日・15日・22日・29日、11月5日・12日・19日・26日、
12月3日・10日・17日(水) 10時～11時

■ からだ“美”チューニングⅡ 健康増進のための姿勢調整
日 9月2日・9日・30日、10月7日・14日・21日・28日、11月4日・11日・18日・25日、
12月2日・9日・16日(火) 10時45分～11時45分

公園情報

暮らしの中に本のひととき

ブックタイム

【書 名】ぼうはんクイズえほん
【著 者】国崎信江／監修
ドーリー／絵
【発 行】日本図書センター
【発行年】2023(令和5)年

もうすぐ夏休み。子どもが家にいる時間も長くなり、おでかけの機会も多
くなります。この本は、クイズやさがし絵で、留守番・おでかけ・外遊びな
どの防犯のポイントを説明しています。取り上げている事例やアドバイ
スも実践的なので、親子で一緒に読んで確認できます。本の中に書いてあ
りますが、「図書館は安全な場所」です。ぜひ図書館にも来てください！

ぼうはんクイズえほん

動物園情報

金沢動物園

〒236-0042
金沢区釜利谷東5-15-1
Tel 783-9100 Fax 782-9972
休 月曜(祝日の場合翌日)

■ 夏休み企画「身近ないきものを知ろう!」

夏に活動する虫の代表カブトムシや
クワガタなど、身近な生き物の生体を
展示するほか、これまで金沢動物園で
記録として残してきた、さまざまな身
近な生き物の標本を展示公開します。
夏の学習にお役立てください。
日 7月19日(土)～8月24日(日)

イグチ

よこはま動物園ズーラシア

〒241-0001
旭区上白根町1175-1
Tel 959-1000 Fax 951-0777
休 火曜(祝日の場合翌日)

■ いきものSOS展

さまざまな環境で暮らす生きものた
ちに起きていることについて、日本に
生息する動物や動物園での取り組み
を中心にご紹介します。
日 9月1日(月)まで 所 ホッキョクグマ
水中ビュー 申 当日直接

花の便り

エキナセア

見頃 ▶ 6月下旬から7月下旬

侯野別邸庭園

〒245-0065 東俣野町80-1
Tel 852-8038 Fax 852-8048
日 9時～18時30分 休 第3木曜

■ リビングコンサート

弦楽器で奏でるクラシック&ポップス
日 7月26日(土) 16時～17時
人 18歳以上:先着30人 費 1,000
円(入館料含む) 申 7月18日9時
30分から 往 来館で受付

とっかっこ広場



戸塚区地域子育て支援拠点

とっとの芽

はじめてさん
いらっしやい!

初めて来館した人に、
お子さんの足型の
カードをプレゼント♪



「とっとの芽」は、0歳から未就学児のお子さんとその保護者、これからパパママになる人が無料で利用できる施設です。
初めて利用する人も安心して過ごせるよう、施設のスタッフが皆さんをサポートします。ぜひ一度足を運んでみてください♪

これから赤ちゃんを迎える家族向け
赤ちゃんとの初めてののおでかけ向き

赤ちゃんタイム



初めて赤ちゃんを迎えた家族向け
オンラインプログラム
ハッピー☆ファミリー

9月に開催

全4回
連続講座

赤ちゃんとの過ごし方、自分の時間の
作り方、ふれあい遊びなど、
夫婦で参加できる
連続プログラムです。
最終回は対面で開催します。

詳細や申込は「とっとの芽」WEBへ
(申込は8月1日から受付開始)

「とっとの芽」が初めての人向き
はじめてとっと





とっとの芽のひろば
デビューの人同士
で、まずは研修室で
おしゃべり♪
そのあと一緒にひろ
ばに参加します。

ひろば利用が初めての人、まだ慣れていない人

- とっとの芽
8月20日(水)10時集合
- とっとの芽サテライト
7月24日(木)、8月8日(金)10時集合

とっとの芽

所 川上町91-1 モレラ東戸塚3階
Tel 820-2885 Fax 825-6885

とっとの芽サテライト

所 上倉田町957-1 ヴィラ桜1階
Tel Fax 410-7010

【開館日】 火～土曜(9時30分～15時30分)
日・月曜、祝日、年末年始



問 とっとの芽 (Tel 820-2885 Fax 825-6885)、とっとの芽サテライト (Tel Fax 410-7010)、区役所こども家庭支援担当 (Tel 866-8472 Fax 866-8473)

子どもの相談・教室(要予約)

区役所健康づくり係へ (Tel 866-8426～7 Fax 865-3963)

乳幼児食生活相談

区内在住の0歳～未就学児の食生活などの個別相談

8月6日・20日(水)9時～11時 区役所5階 栄養相談室 母子健康手帳

7月11日9時からTelかFax(※要事項)と相談内容を記入)で区役所健康づくり係へ ※相談時間は45分以内

「離乳食教室」 離乳食(2回食)の講話、試食

8月20日(水)13時30分～14時30分 区役所5階 栄養相談室

区内在住の7～8か月児と保護者:先着15組 持 子ども用エプロン・スプーン

戸塚区役所 離乳食教室 で検索

「はじめての歯びか教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)の講話、実習

8月22日(金)10時～11時30分 区役所5階 健康診査室

区内在住の4～6か月児と保護者:先着18組 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)

戸塚区役所 はじめての歯びか教室 で検索

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。

柏尾川桜物語



～戸塚の桜を未来へつなぐ～ 「みんなの思いがテーマソングに」

「柏尾川桜並木」への皆さんの思いや、心に残る素敵な思い出が歌になります♪

区民の皆さんから、柏尾川桜並木の
思いやエピソードを募集し、
たくさんの応募がありました♪
(募集期間:3月25日～5月23日 応募数500人超!!)

いただいた皆さんの思いをもとに、戸塚密着型シンガーソングライターkaho*さんと
「柏尾川桜並木テーマソング」を制作します♪秋ごろにお披露目予定です♪お楽しみに♪

戸塚区のシンボルであり、区民の皆さんの憩いの場でもある柏尾川桜並木のテーマソングを作る機会をいただき、
大変嬉しく、身が引き締まる思いです。皆さんから頂いた桜の思い出をもとに、未来に繋がるような曲を作ります!

区役所企画調整係 (Tel 866-8327 Fax 862-3054)

編集・発行 区役所広報相談係 (Tel 866-8321 Fax 862-3054)