

ここから
戸塚区版
5~12
ページです



こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか



6月

令和元年度 戸塚区 運営方針

基本目標

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

暮らし・学び・働き・訪れる、とつかに関わるすべての人が、人のつながりを大切にして、いっそう元気で笑顔あふれる、安全・安心なまちとなりますように、との願いを込めています。

今年度のトピックス

■ 区制80周年から未来へ

区制80周年の節目に、「これからも住み続けたい」という気持ちを持ち続けていただけるよう、区民の皆様、関係団体など多様な主体と協働して、「とつからしさ」や「とつかの魅力」を生かした取組を進めます。

■ こころ豊かなまちを目指して

～とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)の推進～
福祉・保健、防災、防犯など、多岐にわたる地域の取組を組織横断で積極的に支援しながら、次期計画(令和3～7年度)の策定に取り組みます。

人と人がつながるまちづくり

- 自治会町内会をはじめとする地域のさまざまな団体・企業・施設などとの連携
- 地域の魅力アップや課題解決に向けた活動に対する連携・協働 など



「地域づくり大学校」現場訪問の様子

誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくり

- 子育て支援の充実、児童虐待の予防と対応、待機児童対策及び保育の質の確保
- 経済的に困窮している世帯の子どもの高校進学・中退防止の支援や、高校生世代への支援の拡大
- 地域包括ケアシステム構築の推進や障害者支援の充実
- 健康寿命の延伸を目指した、気軽に参加できる健康づくりの取組 など



油圧ジャッキを使用した瓦礫からの救出訓練

安全・安心を実感できるまちづくり

- 地域・学校・関係諸団体と連携した自助・共助の取組
- 自主防犯活動団体などと連携した、地域の防犯力強化
- 通学路の安全対策、交通安全・放置自転車対策
- 食中毒、感染症、薬物乱用による健康被害の防止 など



湘南医療大学の看護師体験

活気に満ちた魅力と豊かな自然あふれるまちづくり

- 旧東海道案内サインの更新や気軽に音楽に親しむ機会の提供など、文化芸術を軸としたまちの魅力づくり
- 区内の企業や商店街と連携した取組や、女子スポーツチームの応援
- 地域団体などと協働したエコライフの推進
- 地域・企業・商店街などと協働で進める、花できれいなまちづくりや美化活動 など



とつかストリートライブの様子

きめ細かなサービスによる親しまれる区役所づくり

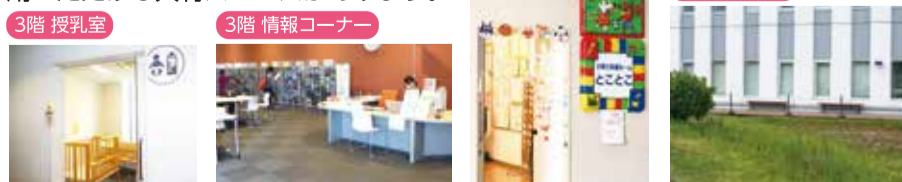
区役所などからの情報が、必要としている方への確に届くように、さまざまな媒体を効果的に用いて、いっそう分かりやすく情報を発信します。

また、日頃から、区民の皆さまの声に耳を傾け、区の取組に生かす視点を持ち、きめ細かなサービスにつなげます。

親しまれ利用しやすい区役所を目指し、さまざまなことに取り組んでいます。



●快適に過ごしていただけるように
区役所には、区民の皆さまに自由にご利用いただける共有スペースがあります。



3階 子育て応援ルーム とことこ

8階 屋上庭園



区役所企画調整係 (☎ 866-8327 fax 862-3054) HP 戸塚区運営方針 で 検索

耳カット知っていますか?

外にいる飼い主のいない猫の耳が、Vの字の形に切れているのを見たことはありますか。これは不妊去勢手術が済んでいるという目印です。



戸塚そと猫展



手術後も子ねこ達を見守るお母さんねこ

7月22日(月)～31日(水) 8時45分～17時(土日は9時から) 区役所3階区民広間

写真募集!!

- 「耳カット」が写っている「飼い主のいない猫」の写真
 - 「飼い主のいない猫」の「TNR+M」に関する写真(捕獲中、トイレ設置の様子など)
- ※写真の簡単な説明を添えてください
※人物が写っている場合は、個人が特定されないように補正します
※写真の返却は行いません ※展示されない場合もあります

写真の条件
応募方法

紙焼きまたは画像データ(データは3MB以内、**写真**とコメントを記入)を郵送、Eメールか、直接区役所環境衛生係へ(区役所6階64番窓口 to-tcat@city.yokohama.jp)

区役所環境衛生係 ☎ 866-8476 ☎ 866-2513

「飼い主のいない猫」と「地域」との共生へ向けて

TNR+M

1 Trap
捕獲して…
触れない猫は捕獲器を使う

2 Neuter
手術して…
獣医師による不妊去勢手術(麻酔中に耳カットも)

3 Return
元の場所へ…
捕獲した場所へ戻す

4 Management
管理する
ルールを決めて餌をあげる(場所・時間・後片付け) トイレを設置して管理する

●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 ●区役所への郵送は「〒244-0003 戸塚町16-17 戸塚区役所〇〇係」へ ●締切日必着
マークの説明 日時・期間 会場 対象・定員 費用 保育 持ち物 申込み 問合わせ 必着順 とある場合は、行名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、電話(番号) ファクス(番号) 休館日 Eメール(アドレス) ホームページ 往復はがきの場合は返信面を明記してください。

とつかのお知らせ

80周年記念 イベント オリンピック・パラリンピック 関連企画 中畑 清トークショー 「我が野球人生、大いに語る」

7月27日(土)10時～12時
戸塚公会堂(戸塚町127)
区内在住、在学の小中学生(コースごとの定員あり、多数時抽選)
6月21日までに、2次元コードの受付フォームから(要予約)、学年、希望の体験コース、メールアドレスを記入)
区役所地域活動係 ☎ 866-8413 ☎ 864-1933

7月29日(月)18時～19時30分
戸塚公会堂
区内在住、在勤、在学(小学生以下は要保護者同伴):500人(多数時抽選)
6月27日までに、はがき(要予約)、未就学児の参加の有無、同伴者氏名(4人まで)か2次元コードから区役所地域活動係へ(☎ 866-8415 ☎ 864-1933)
※当選の発表は入場券の発送をもってかえさせていただきます。

募集
戸塚区地域づくり大学校
「住んでいてよかったと思える地域」を自分たちの手で実現する手法を学び合います。市内の先進的なまちづくりの取組事例の見学や、地域の魅力や課題を皆で共有し、自分の地域で実現したい「夢プラン」を作成する全6講です。

7月27日(土)【開講式】地域づくりを考える ②8月17日(土)まちづくりの現場訪問 ③8月31日(土)現場訪問をみんなで共有 ④9月21日(土)みんなでまち歩き&マップ作り ⑤11月16日(土)自分の地域で実現したい「夢プラン」づくり ⑥2020年1月18日(土)【卒業式】夢プラン発表会&みんなでトークセッション

①13時～16時30分 ②9時30分～16時 ③④⑤9時30分～15時30分 ⑥9時30分～12時30分
区役所8階大会議室(ほか)
区内在住、在勤、在学で地域活動に携わっている人、これから新たに地域活動を行っていく意思のある人:先着40人程度
2,000円(全6講分)、学生は無料
6月11日～28日に、区役所9階93番窓口、各主催者窓口で配布する募集パンフレットを参照のうえ、参加申込書をEメール、ファクス、郵送か直接区役所地域力推進担当へ(☎ 866-8328 ☎ 862-3054)
to-chiikiryou@city.yokohama.jp
【主催】区役所、NPO法人くみんネットワークとつか、区社会福祉協議会

80周年記念 イベント 夏休みの宿題に… 親子で生ごみリサイクル! 生ごみブレンド

家庭から出る生ごみを減らしながら、環境について考えるきっかけとして親子で講習会に参加してみませんか?参加者には、「ミニ・キエーロ」をお渡しします。

【講師】キエーロ考案者 松本 信夫 氏
7月15日(祝・月)10時～12時 区役所8階大会議室A
区内在住の小中学生の親子:先着30組
6月11日から、ファクスかEメール(要予約)を記入)で区役所資源化推進担当へ(☎ 866-8411 ☎ 864-1933 to-shigen@city.yokohama.jp)

80周年記念 戸塚の老舗 VOL.3 区内の老舗をご紹介します

株式会社 茶碗屋 創業 明治2年(1869年)
戸塚町16-1 トツカーナモール2階
呉服店として創業してから150年です。その前は戸塚宿の旅籠でした。「茶碗屋」という屋号についてよく質問されます。伝えによると、もともと尾張出身の陶工であった先祖が、焼き物の技をさらに高めようと水戸に出てきたものの、途中、志を断念し、ここ戸塚宿に辿り着いて始めた旅籠の屋号を「茶碗屋」と命名したとのことです。その後、江戸末期になり、旅籠の役目も終わりに近づいたところに、まず初めに古着を商うようになり、明治2年(1869年)曾祖父の代で呉服店を始めたそうです。
4代目 加藤 巨草さんのお話 明治時代のお店

有限会社 豊田屋 創業 昭和2年(1927年)
戸塚町16-1 トツカーナモール3階
昭和2年(1927年)に祖父が乾物屋として創業しました。もともとは、鎌倉郡豊田村(現在の栄区田谷の辺り)の農家でした。豊田村からこの辺りに出てきたので「豊田屋」です。父の代から乾物のほかに果物を扱うようになりました。最近までは昔からのお客様のために乾物も置いていました。その後、駅前再開発など時代の流れの中で、これから果物だけで商売を続ける難しさを感じて、自社で作ったケーキも販売するようになりました。ケーキを販売するようになってからは若いお客様が増えました。
3代目 石井 正樹さんのお話 昭和39年(1964年)頃

働き・子育て世代のみなさんへ
～会社やPTA、保護者会などで「スロージョギング®」の講座をやってみませんか～

スロージョギングとは、歩くペースで走る走法で、消費カロリーはウォーキングの約2倍!運動初心者でも、無理なくできます。おおむね20人以上の団体であれば、講師を派遣して講座を実施します!
スロジョグしませんか?

☎ 電話、ファクスか郵送で区役所健康づくり係へ(☎ 866-8426～7 ☎ 865-3963)

戸塚のフォトジェニックな魅力を発信!
戸塚区役所公式Instagram 始めました!

戸塚には、まだまだ皆さんの知らない魅力がたくさんあります。そんな戸塚の魅力を「Instagram」で発信していきます!

戸塚区の公式アカウントをフォローして戸塚の魅力と一緒に発信してください!
公式アカウント【横浜市戸塚区役所】
[totsuka_yokohama_official]を検索して「フォローする」を押してフォロー
ステキな戸塚を見つけたら「#いいねフォトツカ」をつけて投稿してください。皆さんの写真が公式アカウントで紹介されるかも!

応募方法など詳しくはホームページをご覧ください ☎ 戸塚フォトコン で検索

あなたの写真がカレンダーに! 写真募集中!
80周年記念 イベント 戸塚のいいとこ発見! フォトコンテスト

戸塚で撮影した四季折々の風景写真を募集します! いただいた写真の中から、区民投票などで選ばれた写真を使って2020(令和2)年のカレンダーを作成します。

写真はデータ、紙焼き、InstagramからもOK!

☎ 区役所広報相談係 ☎ 866-8321 ☎ 862-3054

80周年記念 イベント 横濱音楽祭2019共催事業

オーケストラで音楽を聴こう♪ 奏でよう♪ 楽しもう!!
迫力あるオーケストラの生演奏を聴くだけでなく、一緒に演奏したり、楽器や指揮者の体験など、オーケストラを身近に感じて楽しもう!
8月24日(土) さくらプラザ

ワークショップ
楽器展示・体験、ミニコンサート、オーケストラについての展示など
12時30分～14時 さくらプラザ練習室、リハーサル室(ほか) 当日直接

オーケストラコンサート
【管弦楽】戸塚区民オーケストラ(ゲスト:kaho*)
【曲目】ドボルザーク 交響曲第9番「新世界より」
となりのトトロより「さんぽ」
おもちゃのシンフォニー(ほか)
15時(14時30分開場) さくらプラザホール
先着450人
7月1日9時から、2次元コードから申込(要予約)、楽器の持参の有無、持ち込み楽器、Eメールアドレスを記入) ※1回の申込につき5人まで

持参した楽器と一緒に演奏するコーナーや指揮者体験コーナーがあります。(座席に持ち込める楽器のみとします。大型楽器、電子音の出る楽器不可)

☎ 区役所地域活動係 ☎ 866-8416 ☎ 864-1933

特集

自分の「これからの暮らし」を考えてみませんか？

最期まで自分らしく生きるために…

区役所2階9番窓口でもらえるよ

わたしのライフデザインノート～戸塚区版エンディングノート～ができました

年齢を重ねれば自分の健康のことや介護のことなど、人生の最期と向き合う機会が増えます。これまでの人生の振り返りと、最期まで自分らしく生きるための一助となるように、エンディングノートを作成しました。「定年を迎えた」「これから定年を迎える」「老後について今から準備しておきたい」など、さまざまな人に手に取ってほしいノートです。これからの人生をより豊かにしていくためにも、ぜひ、エンディングノートを活用してください。



目次	ページ
1 わたしのこと	3ページ
2 家族	4ページ
3 遺言	5～6ページ
4 葬儀・通夜	7ページ
5 葬儀・通夜	8ページ
6 その他のお葬儀のこと	9～10ページ
7 介護についての希望	11～12ページ
8 葬儀についての希望	13ページ
9 葬儀	14ページ
10 お葬儀	15ページ
11 おわりに	16ページ

これからの暮らしを考えるきっかけとして活用してみよう



エンディングノートを書いてみよう

ポイント1

- 全てのページを埋める必要はありません
- 書きやすいところから書きましょう
- 自由に書き直しましょう
- 作成したことを大切な人に伝えましょう

ポイント2

エンディングノートを書くことで、いろいろ準備することや片付けることが見えてきます。定期的に内容を見直して、自分の今の思いを残しておきましょう。

ポイント4

このノートに記入しただけでは、法的な効力は発生しません。遺言書など法的な手続きについては、法律の専門家にご相談ください。

好きなことや、やってみたいこと、これからどうしていくのか自分で考えてみよう

ポイント3

大事にしまい込んでしまうと、ノートを活用できないことがあります。ノートの保管場所は家族と相談しておきましょう。

講演会～落語で笑って学ぶ！人生笑顔で！笑ンディングノート～

遺言をテーマにした創作落語を聞いて、終活について考えてみませんか。

【講師】生島 清身(行政書士・社会人落語家:天神亭きよ美)
 7月30日(火) 14時～16時(13時30分開場)
 男女共同参画センター横浜フォーラム
 区内在住:先着350人 当日直接

講師プロフィール

繁昌亭落語家入門講座修了時に高座名「天神亭きよ美」を授かる。その後、行政書士試験に合格し、行政書士事務所を開業。
 遺言をテーマに家族や人生について考える落語「天国からの手紙」を創作。2011年より落語を交えた、笑って学べる終活関連講演を各地で行う。



参加した皆さんに「わたしのライフデザインノート～戸塚区版エンディングノート～」をプレゼント!

区役所高齢者支援担当 ☎ 866-8462 ☎ 881-1755

横浜市国民健康保険に加入している 40～74歳の 人 必見!!

生活習慣病の早期発見や、定期的な健康チェックのために **無料**の健康診断(特定健康診査)を年度に1回受けましょう!

賞品が当たる! **早期受診キャンペーン実施中!** (応募不要 自動抽選)

9月30日(月)までに特定健康診査を受診した人
【賞品】クオカード、施設招待券など
詳しくはホームページ参照 ☑「早期受診キャンペーン」で検索



※1:横浜市国民健康保険に加入している40～74歳の人で、受診券が手元になく、交付または再交付を希望する人は横浜市けんしん専用ダイヤルにお問い合わせください。
 ※2:受診券に同封の医療機関一覧がホームページから選択、または横浜市けんしん専用ダイヤルにお問い合わせください。 ☑「横浜市 特定健診実施機関」で検索

- 職場の健康保険に加入している人は…加入している健康保険組合にお問い合わせください。
- 後期高齢者医療制度被保険者の人は…「横浜市健康診査」を受診できます。(年度に1回、受診券なし) ☑無料 ☑協力医療機関

特定健康診査・横浜市健康診査について:横浜市けんしん専用ダイヤル ☎ 664-2606 ☎ 664-2828
 生活習慣病について:区役所健康づくり係 ☎ 866-8426～7 ☎ 865-3963

鶏肉の食中毒

市内でも多発!! 食中毒予防のポイントを学ぼう!

魚介類の寄生虫

カンピロバクターとアニサキス

カンピロバクター 生・半生・加熱不十分な鶏料理で多発!

ニワトリなどの腸の中にいる食中毒菌。少量の菌でも食中毒が発生

症状 食べてから2～5日で下痢・腹痛・発熱・嘔吐など

原因食品

鶏刺し、鶏タタキ、半生の焼鳥など

- Q & A**
- Q 鮮度が良い鶏肉は大丈夫?
A いいえ、新鮮でも菌がついています。売られている鶏肉を検査した結果、50～60%の割合でカンピロバクターが検出されました。
 - Q 表面だけ焼けば大丈夫?
A いいえ、食中毒菌は肉の内部まで入り込むため、表面を焼く、さっと湯引きするだけでは死滅しません。

防ぐポイント

- 加熱する ～熱に弱い!～
中心部まで十分に加熱する。目安は赤色の肉が茶色になるまで。
- 調理器具は使い分ける ～他の食材と区別～
肉専用のまな板・包丁を用意。使用後はよく洗浄・消毒しましょう。
- 手をよく洗う
肉を触った手で、他の食材や調理器具を触らない。

アニサキス 自分でさばいた魚でも食中毒が発生!

サバ・イワシ・サンマ・イカ・カツオなどの内臓や身に寄生

症状 食べてから数時間から十数時間で激しい腹痛・嘔吐など

原因食品

アニサキスが寄生した生鮮魚介類

- Q & A**
- Q アニサキスは酢やしょうゆ、わさびで死ぬの?
A 酢やしょうゆ、わさびでは死滅しません。自分で調理したシメサバでも食中毒が発生しています。

防ぐポイント

- 取り除く ～よく見て確認!～
魚をさばく時はすぐに内臓を除去し、身の部分にアニサキスがいないかよく確認しましょう。
- 加熱する ～熱に弱い!～
約65℃で瞬時に死滅します。
- 冷凍された鮮魚を使う
-20℃、24時間以上冷凍すると死滅します。
※家庭用の冷凍庫ではアニサキスの死滅温度に達しないため、業務用の冷凍庫で冷凍されたものを使いましょう。

区役所食品衛生係 ☎ 866-8474 ☎ 866-2513

マークの説明 日時・期間 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)
Eメール(アドレス) ホームページ 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。

ケアプラザ通信

※発行月の11日以降のものを掲載
※各施設のエリア(地域)在住の人が優先。
地域については各施設へお問い合わせください。

上矢部 地域ケアプラザ
☎811-2442 ☎811-2499

▶おしゃべりスポーツ喫茶
📅6月20日(木)13時30分~15時
👤おおむね65歳以上
📍当日直接

東戸塚 地域ケアプラザ
☎826-0925 ☎824-8615

▶活動実践者と学ぶ
ボランティア入門講座
📅7月10日(水)14時~16時
👤ボランティアに興味のある人
📍6月11日10時から、電話か来館で受付

上倉田 地域ケアプラザ
☎865-5700 ☎865-5711

▶あったまり場(★)
📅6月12日(水)14時30分~16時30分
(原則第2水曜)
📍当日直接

汲沢 地域ケアプラザ
☎861-1727 ☎861-3428

▶プレママ・プチママ集まれ!
手作りおもちゃ作りや保育士さんの歌遊び、絵本の読み聞かせなど
📅6月26日(水)13時~14時30分
👤妊娠中の人か生後10か月までの親子(いずれも第1子のみ)
📍電話か来館で受付

平戸 地域ケアプラザ
☎825-3462 ☎825-3464

▶介護者のつどい
懇談会・情報交換会など
📅6月25日(火)13時30分~15時30分
📍電話か来館で受付

★あったまり場:こころの病を抱える人や家族のフリースペース

原宿 地域ケアプラザ
☎854-2291 ☎854-2299

▶おしゃべりカフェ
📅7月4日(木)14時~16時(原則第1木曜)
💰お茶代100円(お菓子付き)
📍当日直接

舞岡柏尾 地域ケアプラザ
☎827-0371 ☎827-0375

▶舞クラス講演会「もっと知りたい! 発達障がいについて」
【講師】YMCA教育相談員 大沢 紅果氏
📅7月6日(土)13時30分~15時30分
📍舞岡地区センター 中小会議室
📍電話か来館で受付

南戸塚 地域ケアプラザ
☎865-5960 ☎860-0554

▶さくらんぼ ~介護者のつどい~
介護について話し合い、ほっと一息しませんか
📅6月17日(月)13時30分~15時
📍電話か来館で受付

下倉田 地域ケアプラザ
☎866-2020 ☎860-0200

▶キューピー「食」をテーマにした講演会
~楽しく食べて、健康に!~
シニア世代のための栄養講座
📅7月19日(金)10時~11時40分
👤先着50人程度
📍電話か来館で受付

名瀬 地域ケアプラザ
☎815-2011 ☎815-2014

▶みつこのカラオケ120%
カラオケをもっと上手になりたい人にぴったり!
📅6月26日(水)13時30分~15時
(毎月第4水曜)
💰200円 📍当日直接

深谷俣野 地域ケアプラザ
☎851-0121 ☎851-0122

▶ふかやまたのあったまり場(★)
📅6月15日(土)12時~14時
📍当日直接

とつかっこすくすく広場



3月にオープンしました!

地域子育て支援拠点
とつこの芽サテライトに遊びにきませんか

戸塚駅東口から徒歩6分



パパ大歓迎

おしゃべりしたり…
情報交換したり…
いつでも気軽に利用できる施設です。



☎上倉田町957-1 ヴィラ桜1階 ※駐車場はありません。
📅火~土曜 9時30分~15時30分(祝日・年末年始除く)
📍とつこの芽サテライト ☎☎410-7010

ボランティア募集

庭で遊ぶ子どもたちのために、水やりや雑草取りなどお庭のお手入れボランティア大募集!
※施設の見学も可。まずは電話でお問い合わせください。

★プレママ・子どもの健診・相談... ※開催日または申込日:6月11日~7月10日

☎区役所5階

妊産婦健康相談 要予約 妊娠、出産、産後の健康相談

📅7月8日(月)13時30分~15時30分

👤妊娠中から産後の人 📍母子健康手帳

📍☎電話で区役所こども家庭支援担当へ(☎866-8470 ☎866-8473)

乳幼児健康診査 詳細は対象となる人へお送りする個別通知をご覧ください

4か月児	6月11日・25日、7月9日	火曜午前
1歳6か月児	6月13日・20日・27日、7月4日	木曜午後
3歳児	6月14日・21日、7月5日	金曜午後

☎区役所こども家庭支援担当へ(☎866-8466 ☎866-8473)

乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談 要予約

📅6月11日、7月9日(火)13時30分~14時45分

👤0歳~未就学児、妊娠中か産後1年未満の人:先着25人(妊産婦は5人まで)
📍母子健康手帳、コップ、歯ブラシ

📍☎前日までに、電話で区役所こども家庭支援担当へ(☎866-8466 ☎866-8473)

📍☎6月11日から、電話かファクスで区役所健康づくり係へ(☎866-8426~7 ☎865-3963)

離乳食教室 要予約 離乳食(2回食)に関する講話、実演、試食

📅7月17日(水)13時30分~15時

👤区内在住の7~8か月児と保護者:先着36組

📍だっこひも、離乳食用スプーン、スタイ

はじめての歯ぴか教室 要予約 はじめての歯みがきと離乳食のお話、親子体操(②のみ)、歯みがきレッスン

📅①7月16日(火)、②7月26日(金)10時~11時45分

📍①聖母の園保育園(※親子体操なし) ②区役所5階 栄養相談室

👤区内在住の4~6か月児と保護者:先着25組

📍母子健康手帳、あれば子ども用の歯ブラシ(いつも使用しているもの)

乳幼児食生活相談 要予約 0歳~就学前のお子さんの食生活などの個別相談

📅7月3日・17日(水)9時~11時 📍区内在住の0歳~未就学児の保護者

📍母子健康手帳

健診・相談のお知らせ

※開催日または申込日:6月11日~7月10日
※来庁はなるべく公共交通機関をご利用ください。

がん検診 要予約 費用が無料になる場合あり(要問合せ) 📍市内在住

■受診は年度1回 ■医療機関でも受診可

●肺がん(エックス線検査)

📅7月18日(木)午前(後日案内送付)

📍区役所5階 健康診査室 📍40歳以上:先着50人 💰680円

📍☎6月18日から、電話で区役所健康づくり係へ

(☎866-8426~7 ☎865-3963)

個別健康相談 要予約 📍市内在住

📍区役所5階 健康相談室

📍☎電話か直接、区役所健康づくり係へ(☎866-8426~7 ☎865-3963)

※電話申込みができない人は、ファクス可(必要事項と相談内容を記入)

●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

📅6月14日(金)午前、6月18日(火)午後、6月28日(金)午前

7月5日(金)午前、7月9日(火)午後

戸塚区役所 〒244-0003 戸塚町16-17

☎866-8484 ☎862-3054 📍戸塚区役所 で 検索

編集・発行 区役所広報相談係(☎866-8321)

人口 280,353人(男137,085人 女143,268人)

世帯数 119,111世帯 (2019年5月1日現在)

戸塚区ツイッター

戸塚区ツイッター で 検索



戸塚区役所の公式アカウントです。2次元コードからもアクセスできます。

戸塚区犯罪・防犯情報メール

戸塚区 防犯メール で 検索



登録すると、戸塚区役所から、犯罪や防犯情報のほか、緊急時に災害情報が届きます。

エフエム戸塚

「とつか区役所通信」、

「戸塚区役所インフォメーション」などを

83.7MHz

で放送中!

読み終わったらリサイクル

