

ここから戸塚区版 5~12 ページです

80 戸塚区は 区制80周年

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

とつか



10月

80周年 記念イベント

第43回

戸塚ふれあひ区民まつり

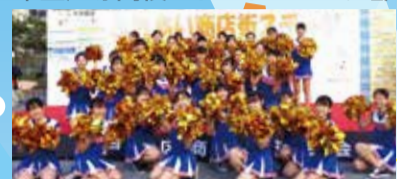
11月3日(祝・日) 9時30分~15時

※荒天中止

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

9時30分

オープニングパフォーマンス 市立戸塚高校バトントワリング部



東戸塚小学校グラウンド・体育館・中庭・日立製作所 (戸塚駅東口徒歩5分)

80周年 クロージングイベント!!

とつかクイズ大会

賞品もあるよ!

区制80周年記念事業コーナー

- パネル展(フォトモザイク、昔の写真など)
- 80周年記念カレンダーの配布
- とつか川柳

当日朝の開催確認

[エフエム戸塚(83.7MHz)] イベントインフォメーション6時55分、
[おはようサンデー] 7時54分、7時59分、8時54分、8時59分
[区役所代表電話] ☎866-8484 (8時から)

校庭

- ふれあい商店街ステージ
ステージパフォーマンス
- 子ども対象イベント
紙芝居屋さん、作って遊ぼう
- 団体・企業・行政PRコーナー
「とつか子ども起業塾」に参加した小・中学生が考えたオリジナル商品の販売もあります!
(協力:パティスリーリフィユ、ぎょうざの横濱黄河)

● リユース食器返却お楽しみダブル抽選会
会場では、繰り返し何度も使え、ごみにならない「リユース食器」を導入しています。リユース食器をエコステーションに返却すると、お楽しみダブル抽選会に参加できます。

抽選会景品 (協賛)

株式会社 ブリヂストン
自転車

株式会社 大倉陶園
モーニングカップ



◀ 型式ティービーワン p.xスノーホワイト
▼ ブルーローズ

● 模擬店コーナー ● 福祉のコーナー

中庭

- ふれあい青空市フリーマーケット

体育館

- 健康まつり
健康チェックや
楽しいブースがたくさん!



血管年齢
チェック中!

日立製作所

- はたらく車展



- ふわふわ



フードドライブ
やってます!

賞味期限が2か月以上残っている
缶詰めをお持ちください。

フードドライブとは...

家庭などで余った食品を集め、食べ物に困っている施設や人に届ける活動です。
☎ 寄付いただける場合は、戸塚区環境事業推進委員連絡協議会テントまで

第26回

戸塚ふれあひ文化祭

入場 無料

区制80周年 特別企画

天野聡絵、西本梨江
戸塚区制80周年
スペシャルコンサート

今年だけの
限定企画!

戸塚区ゆかりのソプラノ歌手とピアニストによるコンサートです。

10月12日(土)
13時~14時

曲 さくらプラザホール



ソプラノ 天野 聡絵

ピアノ 西本 梨江

特別 企画

日立製作所 横浜音楽隊による吹奏楽コンサート

地元企業の音楽隊演奏をお楽しみに。

10月12日(土) 10時~11時
(9時45分開場)

曲 さくらプラザホール



絵画、書道、華道、茶道、陶芸、手工芸などの展示、さまざまなジャンルの舞台発表で、芸術の秋を満喫しましょう。詳細は区役所3階情報コーナー、戸塚公会堂、区内地区センターなどで配布するプログラムをご覧ください。

展示

前半: 10月9日(水)~11日(金)
後半: 10月12日(土)~14日(祝・月)

10時~16時(各初日は13時から)
※前半と後半で展示内容が変わります。

曲 区役所3階多目的スペース大、戸塚区民文化センター
ギャラリー、アートコリドー、区民広間

舞台

10月12日(土) 10時~19時20分
13日(日) 10時~18時45分

曲 さくらプラザホール
(9時45分開場、終了時間は当日多少の変動あり)

10月19日(土) 10時~18時50分
20日(日) 10時~19時

曲 戸塚公会堂
(9時45分開場、終了時間は当日多少の変動あり)



【主催】戸塚区民まつり実行委員会 ☎ 区役所地域活動係 ☎866-8411・8416 ☎864-1933

そそそ気を付けて…

かからない うつさない

インフルエンザ **ノロウイルス**

手洗いのポイント

- 指先や爪の間
- 手首
- 指の間
- 親指の周囲
- 手のしわなど

チェック!
食事前、帰宅後の手洗い

チェック!
外出時のマスク

チェック!
十分な睡眠

免疫力を下げない!

チェック!
バランスのよい食事

体力をつける!

チェック!
具合が悪い場合は早めに受診

チェック!
予防接種を受ける

チェック!
流行時は混み合う場所には行かない

チェック!
食品は十分な加熱

85℃で1分30秒以上

適切な吐物処理にはコレ!

台所用塩素系漂白剤を薄めて作った液で消毒!
アルコール消毒は効かない!
★消毒するときは手袋、マスクも忘れずに!

運動が苦手な人でも楽しめる!!

スロージョギング®deマラニック in 舞岡公園

歩く程度のゆっくりしたペースで走ります。

マラソン+ピクニック

11月30日(土)

①10時(9時30分受付) ②10時30分(10時受付)

※所要時間約2時間。約5kmをスロージョギング®します。

【集合場所】舞岡ふるさと村 虹の家(舞岡町2832)

①区内在住、在学、在勤の小学生～59歳・先着100人(小・中学生のみの参加不可。高校生は保護者の承諾を得ていること)

②動きやすい服装、タオル、リュック、飲み物、箸

③10月11日から、電話、ファクス(※詳細、年齢、メールアドレス、希望の参加時間を記入)、2次元コードか直接区役所健康づくり係へ(区役所6階62番窓口 ☎866-8426～7 ☎865-3963)

当日の開催確認はコチラ!!
(当日8時以降) ☎(戸塚区役所)で検索

雨天時は別メニュー
区役所3階多目的スペース
スロージョギング®のミニ講座とおいしいものとかブランドの試食会

【講師】日本スロージョギング協会認定アドバンスインストラクター 前野 彰 先生

「おいしいものとかブランド」の試食ができるよ!

健康について見直そう! 「がんクイズ」も…

1日に必要な野菜の量はどのくらい?

「おいしいものとかブランド」の試食ができるよ!

何が登場するかは当日のお楽しみ!

区役所健康づくり係 ☎866-8426～7 ☎865-3963

おいしいヘルシーウナシー

朝食は脳の動きを活発にするほか、胃腸の働きをよくして便秘を予防します。

※今年度は、未来の管理栄養士を目指す鎌倉女子大学の学生が、戸塚福祉保健センターで学外実習を行った際に考えた「おすすめの朝食レシピ」をシリーズで紹介しています。

このレシピはクックパッド「横浜市の公式キッチン」に掲載しています。 ☎(横浜市公式キッチン)で検索

区役所健康づくり係 ☎866-8426～7 ☎865-3963

まるごとトマトのスープ ●1人分のエネルギー:33kcal ●塩分相当量:0.6g

トマトは生で食べるだけでなく、加熱して食べても大変美味しくいただけます。そんなトマトを朝食向けに、電子レンジで丸ごとスープにしてみました。忙しい朝、着替えたり髪を整えたりしながら電子レンジでチン!ぜひお試しください。

▶材料(1人分)

- トマト…中1個 ●固形コンソメ…半分
- お湯…150cc ●乾燥パセリ…お好みで

▶作り方

- ①トマトはヘタを取り除く。
- ②耐熱のマグカップにコンソメ、トマトを入れて、お湯を注ぐ。
- ③ふんわりとラップをして、電子レンジ500Wで3分加熱する。
- ④パセリをふる。

料理初心者の方でも簡単に美味しく作れました! ポリュームもあって満足!

広報相談係 赤松 幸洋

●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 ☑問合せ ☑要予約 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。

とつかのお知らせ

催し

▼80歳以上の第72回 区民広間コンサート

区内で活動している悠音126(フルート・ピアノデュオ)と music*parcel(パロック音楽)の発表を行います。

☎10月19日(土)12時～13時

☑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 ☎864-1933)

スポーツ

▼「舞岡ふるさとの森から 上倉田への道」ふるさとの道ウォーキング

戸塚区スポーツセンター→舞岡ふるさとの森→横浜アイ工房→東戸塚小学校(戸塚区民まつり会場)をめぐるコースです。

☎11月3日(祝・日)9時～11時30分

☑区内在住、在学、在勤の小学4年生以上:80人

☑10月11日～25日までに、ファクス(※詳細、年齢、性別を記入)で区体育協会へ(☎869-2075 ☎869-2076 火・金曜の13時～16時)

▼第62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))

☎11月24日、12月1日・8日(日)・21日(土)9時～17時

☑金井公園テニスコート

☑区内在住、在学、在勤

▼1チーム4,000円

☑10月24日～11月7日までに、ファクスかEメール(※詳細を記入)で大石へ(☎826-0715

☑totsuka-ta@m7.gyao.ne.jp

※詳細は区テニス協会ホームページ参照

▼区民ソフトテニス大会

【種目】一般男女、シニア男女

☎11月10日(日)9時～17時

☑金井公園テニスコート

☑区内在住、在勤、在クラブの高校生以上

▼1ペア2,000円(1人申込可1,000円)

☑10月27日までに、ファクスか郵送(※詳細を記入)で高橋 智子へ(〒245-0066 俣野町1403-12-202 ☎851-4354)

▼区民ゴルフ競技会

☎11月12日(火)9時36分

☑清川カントリークラブ(愛甲郡清川村)

☑区内在住、在勤:8人2組

▼プレー費:16,400円、参加費:2,000円(賞品・パーティ代)

☑10月26日までに、ファクスかEメール(※詳細、生年月日、参加人員記入)で伏見幸枝事務所へ(☎443-5757 ☎443-5671 ☑office@fushimiyukie.com)

※詳細は後日参加者に郵送

募集

▼全日本学生音楽コンクール 1位入賞者によるコンサート

昨年度全国1位に輝いた才能あふれる学生たちの演奏会に無料でご招待。

☎11月16日(土)15時30分(15時開場)

☑さくらプラザホール

☑区内在住、在学、在勤:10組20人(未就学児も可、多数時抽選、当選者のみ11月上旬に通知)

☑10月23日までに、はがき(※詳細)と希望人数(2人まで)を記入)で毎日新聞社事業本部へ(〒100-8051 東京都千代田区一ツ橋1-1-1 毎日新聞社事業本部 クラシック・ヨコハマ事務局) ☎(671-3714 ☎663-5606)

▼家族と一緒に自然の宝物探し

五感を使いながら、家族で木の実や葉っぱを探しに出かけます。

☎11月16日(土)10時～12時

☑横浜市児童遊園地

☑市内在住、在勤の1～6歳の未就学児と保護者:15組30人(多数時抽選)

☑10月15日から、Eメール(※詳細)と年齢を記入)かホームページから環境活動支援センターへ(☎711-0635 ☎721-6356 ☑ks-kksj@city.yokohama.jp ☑環境活動支援センター)で検索)

▼80歳以上の第14回戸塚区公園愛護会のつどい

公園の美化活動をボランティアで行っている公園愛護会を広く紹介します。

第1部:活動事例や活躍する団体の紹介

第2部:上矢部まちづくりの会・上矢部小学校による講演「まちづくりプランに向けて」

第3部:市立豊田中学校吹奏楽部による演奏

☎11月23日(祝・土)13時～16時(12時30分開場)

☑戸塚公会堂

☑先着500人 ☑当日直接 ☑戸塚土木事務所(☎881-1621 ☎862-3501)

福祉・保健

▼社会参加に困難を抱える若者について考えるセミナー&個別相談

～不登校・不就労の若者どう向き合うか～

不登校経験のある当事者の体験談

【コーディネーター】よこほま南部ユースプラザ施設長 渡辺 克美

☎10月17日(木)【セミナー】13時30分～15時(13時15分開場)

【個別相談】15時15分～16時15分

☑区役所3階多目的スペース

☑市内在住または支援関係機関の人

☑10月11日11時から、電話でよこほま南部ユースプラザへ(☎761-4323)

▼やりたいことみつめる!!

ボランティアのいろは

①「助けられ上手・助け上手カード」でボランティアを疑似体験しよう

②ボランティア活動の心構え ③交流会

☎11月10日(日)10時～11時30分

☑区社会福祉協議会(フレンズ戸塚)

☑ボランティア活動をしたい人、関心のある人:先着15人

☑10月11日から、電話で区社会福祉協議会へ(☎866-8483 ☎862-5890)

戸塚税務署からの お知らせ

事業所向け年末調整等説明会の開催について

☎11月8日(金)

▶用紙配布:13時～13時30分

▶説明会:13時30分～15時45分

☑戸塚公会堂 ☑当日直接

☑戸塚税務署 源泉所得税担当 (☎863-0011(内線314～5))

▼「災害時医療のぼり旗掲出訓練」☎10月28日(月)～30日(水)

診療・薬局開局時間内に災害時医療のぼり旗を掲出します!

大規模地震発生時などに診療・開局可能な医療機関・薬局が掲げる「診療中」「開局中」と記載されたのぼり旗。今回、戸塚区医師会・戸塚区歯科医師会・戸塚区薬剤師会が協力可能な機関が掲出訓練を実施します。

☑区役所運営企画係(☎866-8418 ☎865-3963)

第48回 全国消防救助技術大会出場

吉田特別救助隊 戸塚消防署吉田出張所の 精鋭たちの挑戦!

～区民を守る心強い存在がここにいる!～

日頃の訓練や活動のなかで築かれた信頼関係があるからこそ、結果にもつながったと思います

門前 博文 隊員

他都市の救助隊とのつながりもできました!

技術や知識の習得だけでなく、救助隊を通して人としても成長できていると感じています

千葉 研志 隊員 赤松 宏一 隊員

区役所健康づくり係 ☎(☎861-0119)

瓜の切り方ひとつでもロープの結び方に差が出るので気を付けています。

コンマ1秒の差で勝敗が決まります。

渡邊 優一 隊員

人のためにできる仕事に就きたい、と思っ救助隊を目指しました

技術だけでなく、災害現場で必要不可欠な結束力、団結力も高めることができ、部隊にとって、とてもいい経験になりました。

鈴木 修平 隊長

市大会、県大会、関東大会を突破して この夏、全国大会に出場し表彰されました!

区役所健康づくり係 ☎866-8426～7 ☎865-3963

特集 とつかエコフェスタ 子どもから大人まで環境や自然のことを楽しく学ぼう!

11月23日(祝・土) 10時~15時 参加無料

区役所3階区民広間 多目的スペース

事前申込 (昨年から申込方法が変わりました)

10月31日10時~11月21日17時までに、2次元コードまたは区ホームページから申込み
※定員に空きがある場合は、当日9時40分から受付を行います。

とつかエコフェスタ で 検索

ソーラカーづくり

13時~14時30分
先着30人(小学3年生以下は要保護者同伴)

動物の顔づくり&森の紙芝居

10時 12時30分
※各回約1時間30分
各回先着18人(要保護者同伴)

ハーブ石けんづくり

10時 11時 12時
30分※各回約30分
小学3年生以上:各回先着10人

北海道下川町PRコーナー ウナシー キーホルダーをつくろう!

10時 10時45分 11時30分 13時 13時45分 14時30分
※各回約30分 各回先着20人

海藻おしぼカードづくり

10時 11時
※各回約45分
各回先着24人(小学3年生以下は要保護者同伴)

当日随時(※事前申込不要)
※材料がなくなり次第終了となります。

●ビーズと納豆のふたで壁掛けづくり

ウナシー
●木の枝を使ったネームプレートづくり
●柏尾川の桜並木に掛けるナンバープレートづくり
……この他にもいろいろなメニューを用意しています……

※実施内容、時間は当日変更となる場合があります。

【共催】とつかエココーディネーター協議会
※区民の皆さんに向けた「エコ講座」、「省エネ相談」など、地球温暖化対策の普及啓発活動をしています。

SDGsパネル展 エコ関連イベント

11月18日(月)~23日(祝・土) 区役所3階区民広間
市内の企業や大学などのSDGsに関する取組をパネルで紹介します。

クイズに挑戦して景品をもらおう! 11月23日のみ実施

SDGs(持続可能な開発目標):2015年に国連サミットで採択された国際目標で、「地球上の誰一人として取り残さない」社会の実現を目指しています。

区役所企画調整係 ☎866-8327 ☎862-3054

特集 『このミステリーがすごい!』大賞 大賞受賞作家 戸塚区出身 倉井 眉介氏が語る 「僕はこうして作家になった」 講演会

読書の秋、今年は戸塚区出身作家による読書講演会を開催します。昨年、宝島社主催第17回『このミステリーがすごい!』大賞で大賞を受賞し、受賞作『怪物の木こり』が平成31年1月に刊行され作家デビューを果たした倉井眉介氏を講師に招きます。氏が小説家になることをあきらめず、作家デビューに至った道のりや自らの作品について語ります。ミステリーファン、読書好きな人はもちろん、今まで本に興味になかった人も作家を通して読書の新たな楽しみを見つけませんか。

11月は読書活動推進月間です

参加無料
事前申込が必要

11月9日(土) 13時~14時30分 (12時30分開場)

区役所3階多目的スペース(大)
先着200人(自由席)
10月16日9時30分から、2次元コードまたは区役所ホームページで受付

講演会参加者のうち当日先着30人を対象として、講演会終了後にサイン会を予定しています。サインを希望する人は著作『怪物の木こり』(宝島社刊)を持参してください。

戸塚区小・中・高・特別支援学校読書活動パネル展

学校で行われているさまざまな取組を各校手作りのパネルで紹介!します!

- 11月5日(火) 13時~10日(日) 17時 区役所3階区民広間、アートコリド
- 11月11日(月) 13時~15日(金) 13時 区役所3階区民広間
- 11月12日(火) 13時~18日(月) 13時 西武東戸塚店7階連絡通路
- 11月19日(火) 13時~25日(月) 13時 大正地区センター1階ロビー

※①は参加全校のパネルを展示します。②③④は①で使用したパネルを3会場に分けて展示します。

読書活動ステップアップ講座 子どもと本を結ぶ~中村 柊子さんの絵本講座~ 参加無料

元保育園園長の中村柊子さんに、乳幼児期の読書の大切さをお話していただきます。
11月27日(水) 15時~17時 戸塚地区センター会議室A
子どもの読書に関わる人(読書ボランティア、保育士、幼稚園教諭、子育て支援者など):先着60人
10月29日9時30分から、電話または戸塚図書館4番カウンターで受付 ☎862-9411

戸塚図書館 ☎862-9411 ☎871-6695、区役所地域活動係 ☎866-8416 ☎864-1933

特集 いろいろあります 就学前のお子さんの預け先

幼稚園に通わせながら働いている人いるのかな…
育児休暇中…いつ職場復帰できるかな
子どもを預けて働きたい…

認可保育所・認定こども園(保育利用) → 住所のある区役所へ申込

認可保育所

0~5歳児

国の基準を満たし、市が認可した保育所です。
※園によって受入年齢が異なります。

認定こども園(保育利用)

0~5歳児

学校教育と保育を一体的に提供する施設です。
※両方の機能を持つ「幼保連携型」と幼稚園が保育所的な機能を持つ「幼稚園型」があります。

小規模保育事業

0~2歳児

定員が6~19人の小規模な環境で、きめ細かな保育を行っています。

家庭的保育事業

0~2歳児

「家庭保育福祉員」の自宅などで、定員が3~5人の家庭的な雰囲気の中できめ細かな保育を行っています。

認可外保育施設 → 直接施設へ申込

幼稚園・認定こども園(教育利用)

満3歳~5歳児

学校教育を提供する教育施設
希望すれば夕方までの預かりを実施している園もあります。

認可外保育施設

0~5歳児

都道府県(市長)の認可を受けていない保育施設
※市の指導監督を受けます。
※施設によって受入年齢・保育料が異なります。

横浜保育室

0~2歳児

市が独自に設けた基準を満たし、認定されている施設
※所得に応じた利用料金の軽減助成などがあります。

市内の保育所情報が満載!
働くママ応援し隊

保育・教育コンシェルジュ
皆さんにとって最適な預け先が見つかるよう、お手伝いします。さまざまな保育サービスについてわかりやすくご案内します。
区役所2階8番窓口にあります。
お電話でも相談できます。

2020(令和2)年4月1日からの利用を希望する皆さんへ… 令和2年度 保育所・幼稚園などの利用申請が始まります

●認可保育所 ●認定こども園(保育利用) ●小規模保育事業 ●家庭的保育事業

※戸塚区以外の施設を希望する場合にも戸塚区役所に申請してください。

初めて申込をする人のための保育所などの利用説明会

利用案内配布開始	配布場所	受付期間	申請方法
10月11日(金) ※手続きに必要な「就労(予定)証明書」の用紙は、10月1日(火)から区役所2階8番窓口で配布、またはホームページからダウンロード ▲利用案内・様式	区役所2階8番窓口、戸塚・東戸塚駅行政サービスコーナー、区内認可保育所、認定こども園、小規模保育事業施設	10月11日(金)~11月1日(金) 消印有効(戸塚区民の郵送受付期間です)	原則郵送申請 専用封筒で「認定・利用調整事務センター」に申込

次の方は早めに区役所にご相談ください

- 障害児保育…障害や発達に心配がある場合は事前相談が必要です。電話予約のうえ、11月1日までに区役所にお越しください。
- 市外の認可保育所を希望…事前にお問い合わせください。
- これから出産予定(出産前申請)…仮申請となります。事前にお問い合わせください。

電話で区役所こども家庭支援担当へ ☎866-8467

幼稚園の園児募集のご案内 ※募集の詳細は各幼稚園にお問い合わせください

募集要項配布開始日	配布場所
10月15日(火)	幼稚園・認定こども園

▲幼稚園・認定こども園一覧

10月1日から幼児教育・保育の無償化がスタートしました

幼稚園の預かり保育や認可外保育施設などの利用制度によっては、保育の必要性の認定が必要です。手続きや制度の内容、保育の必要性の認定に関する事など、詳しくは「幼児保育・保育無償化専用ダイヤル」またはホームページをご覧ください。

幼児教育・保育無償化専用ダイヤル ☎840-6064(8時~20時) ☎840-1132

▲幼児教育・保育の無償化

区役所こども家庭支援担当 ☎866-8467 ☎866-8473

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
※要領とある場合は、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。

戸塚地区センター

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

♥おもしろ科学体験塾
～マイオゴルフを作ろう～
📅11月23日(祝・土)13時30分～16時30分
👤小学4年～中学2年生:抽選24人
📍¥500円 📅10月11日14時～11月8日17時まで、ホームページから来館で受付

↓📅10月11日14時から、電話受付(先着)
♥**ハロウィーンのキッズクッキング**
～かぼちゃのパウンドケーキ～
📅10月27日(日)10時～13時
👤小学生:12人 📍¥800円
👜上履き、エプロン、三角巾、布巾、手拭き
♥**戸塚おもちゃの病院**
📅10月26日(土)9時30分～14時30分
👤幼児・小学生と保護者:18組
📍部品代実費

↓📅10月12日14時から、電話受付(先着)
♥**野菜ソムリエと作る多国籍ヘルシー料理**
📅11月26日(火)10時～13時
👤15人 📍¥1,000円
♥**子育てに教わる和菓子作り**
～秋の上生菓子と道明寺～
📅11月14日(木)13時～16時
👤先着15人 📍¥1,000円
👜エプロン、三角巾、布巾、手拭き

舞岡地区センター

〒244-0813 舞岡町3020
☎824-1915・1949 ☎824-1925
📅第2月曜日(祝日の場合翌日)

↓📅10月11日14時から、電話受付(先着)
♥**子育てママのための骨盤エクササイズ**
📅11月1日(金)10時～11時
👤15人 📍¥700円
♥**絵本のおやつを作ろう!～ホットケーキ～**
📅11月4日(祝・月)10時45分～12時45分
👤3～5歳児と保護者:6組 📍¥1,000円
♥**ヤドリギのクリスマス飾り**
📅11月7日(木)10時～12時30分
👤12人 📍¥1,700円
♥**プログラミングワークショップ**
～シューティングゲームを作ろう!～
📅11月10日、12月1日(日)13時～14時30分
👤5歳児～小学6年生:15人
📍¥3,400円(全2回分)
♥**秋の庭木剪定教室**
📅11月15日・22日・29日(金)13時30分～16時30分
👤20人 📍¥2,500円(全3回分)
♥**やさしいリズム体操**
📅11月27日、12月25日、2020年1月22日、2月26日、3月25日(水)10時～11時30分
👤60人 📍¥1,500円(全5回分)

大正地区センター

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

♥**大正地区男女混合チーム3ダブルス卓球大会 館長杯**
📅11月16日(土)9時～17時
👤中学生以上:先着100人 📍¥700円
📅11月8日までに、電話から来館で受付
♥**親子で楽しくリトミック**
📅11月5日・19日、12月3日・17日(火)①1歳児:9時30分 ②2歳児以上:10時30分
👤親子:先着各10組 📍¥1,400円(全4回分)
📅10月11日13時30分から、電話からホームページで受付

↓📅10月12日13時30分から、電話から☎で受付(先着)
♥**人気パン講師の 手軽に作れる季節のケーキ(冬)**
📅11月25日(月)9時30分～12時30分
👤12人 📍¥1,200円
👜エプロン、三角巾、手拭き
♥**カルトナージュでケーキ風小物入れ**
📅11月24日(日)10時～13時
👤12人 📍¥1,500円
👜はさみ、カッターナイフ、スティックのり、ボンド塗用筆
※詳細問合せ

踊場地区センター

〒245-0061 沢沢2-23-1
☎866-0100 ☎866-0101
📅第2月曜日(祝日の場合翌日)

♥**おもしろ科学体験塾**
～風に向かって走るウインドカー(風力車)～
📅11月9日(土)13時30分～16時30分
👤小学4年～中学2年生:抽選24人
📍¥800円 📅10月25日までに、来館からホームページで受付
♥**クリスマス向け工作～かわいい木製サンタ～**
📅11月16日(土)10時～11時45分
👤小学生以上:抽選15人(小学3年生以下は要保護者同伴) 📍¥600円
📅10月31日までに、来館からホームページで受付
♥**シニア健康体操(後期)**
📅11～2020年3月 第4月曜 10時～11時
👤60歳以上:先着50人 📍¥1,500円(全5回分)
📅10月14日14時から、電話で受付


↓📅10月11日14時から、電話受付(先着)
♥**午後のリラックスヨガ教室**
📅11～2020年1月 第1・3月曜 15時30分～17時
👤15人 📍¥3,000円(全6回分)
♥**大人のための楽しい陶芸教室Ⅱ期**
📅11月6日・13日・27日(水)9時30分～11時30分
👤10人 📍¥3,000円(全3回分)

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
☎825-1161 ☎825-1162
📅第2月曜日(祝日の場合翌日)

♥**ボールペン・小筆美文字講習体験会**
📅11月12日(火)10時～11時30分
👤20人 📍¥500円 📅10月24日12時まで、電話、来館からホームページで受付

↓📅10月12日14時から、電話から来館で受付
♥**東戸塚おもちゃの病院**
～大切なおもちゃ修理します～
📅11月2日(土)10時～15時
👤幼児・小学生と保護者:20組
📍部品代実費
♥**講演会「不登校で身についた強さ」～当事者が語る不登校からの新しい人生～**
【講師】TOEIC講師 早川 幸治氏(Jay)
📅11月30日(土)15時30分～17時
👤先着35人
↓📅当日直接

♥**東戸塚フェスタ(地区センターまつり)**
📅10月26日(土)9時30分～16時45分
♥**大光寺 圭コンサート**
📅10月20日(日)12時15分～12時45分


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
📅第2月曜日(火)

↓📅さくらプラザホール
♥**新春さくらプラザ寄席～其の漆～**
【出演】橋家 文蔵、入船亭 扇辰、柳家 小せん、春風亭 ぴっかり☆、鏡味 味千代
📅2020年1月5日(日)13時30分
【チケット】一般3,000円、市民2,500円
📅10月25日14時から、電話で受付
♥**ピアノコンチェルトを弾き振りで! 気軽にモーツァルト!**
戸塚区出身ピアニストが自らタクトをとる!
【曲目】ピアノ協奏曲 第22番、第20番
【出演】野田 清隆(ピアノ・指揮)、さくらプラザオリジナルオーケストラ
📅2020年3月21日(土)15時開演
【チケット】一般3,500円、市民3,000円、学生1,500円、EX・見切れ1,000円
📅11月6日14時から、電話で受付
♥**こどものための芸術の学校**
ダンスシアターワークショップ
演劇とダンスの境界線で表現しましょう!
【講師】振付家・演出家 美木 マサオ
📅12月26日(木)～28日(土)10時～12時
※最終日のみ13時45分まで
📅小学4年生～18歳くらいまで:先着15人
📅10月19日14時から、電話で受付

上矢部地区センター

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

♥**レインボーフェスタ**
📅10月26日(土)10時～27日(日)15時
↓📅10月11日から、電話から☎で受付(先着)
♥**おしやれナイトコンサート(秋のシャンソン)**
📅11月9日(土)19時
👤30人 📍¥500円
♥**新企画 楊名時太極拳**
📅11月11日・25日、12月2日・9日・23日(月)10時
👤20人 📍1回400円
♥**かみやべ親子体操**
📅10月28日～12月23日 第2・4月曜 9時30分
👤2・3歳児と保護者:25組 📍¥1,750円(全5回分)
♥**月曜健康体操**
📅10月28日～12月23日 第2・4月曜10時50分
👤30人 📍¥1,500円(全5回分)
♥**本格和菓子①ハロウィン ②クリスマス**
📅①10月30日(水) ②12月6日(金)10時
👤各15人 📍各1,000円
♥**子育てママのリフレッシュソフトバレエ**
📅10月31日(木)10時
👤20人 📍1,000円(託児含む)
♥**ちびっこ体操(鉄棒・とび箱・マットなど)**
📅11月～12月 毎週金曜①3・4歳児:16時 ②4歳児～小学1年生:17時
👤各20人 📍¥2,800円(全8回分)

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
📅月曜日

♥**特別企画 いいね!とつか写真大募集**
「第10回 とつかお結び広場」の特別企画
「いいね!とつか」で展示するあなたの大好きな戸塚の風景、お祭り、動植物などの写真を募集します。
📅11月9日までに、来館からEメール、郵送で受付
※詳細はチラシからホームページを参照

↓📅当日直接
♥**昭和と演歌を熱く語ろう**
あの時代のことを話しましょう。
📅10月25日(金)17時～18時
♥**愛・あむ・クラブ**
📅毎週木曜 10時～12時
♥**うちの茶の間**
「こころ」と「あたま」の柔軟体操!
楽しくみんなで鍛えましょう!
📅毎週木曜 13時30分～15時30分
♥**パソコンワンポイントアドバイス**
操作でわからないことや困ったことがあるときに、ご利用ください。
📅毎週金曜 13時30分～16時
👜パソコン(貸出しあり)

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) 🏠休館日 📧Eメール(アドレス) 🏠ホームページ

老人福祉センター 戸塚柏桜荘

〒244-0003 戸塚町2304-5
☎865-3281 ☎865-3283
📅第3日曜日

♥**内科医からみたシリーズ「神経のはなし」**
📅10月24日(木)10時～12時
👤40人 📍電話から来館で受付
♥**あしなが音楽会「音楽の花束をどうぞ」**
コーロ・デリ・アミーチ・エ・ファミリエ
📅10月26日(土)14時15分～15時15分
👤100人 📍当日直接

↓📅市内在住の60歳以上 📅10月11日～25日までに、本人が年齢・住所の確認できるものを受付に持参(先着)
♥**秋の寄せ植え**
📅10月29日(火)10時30分～12時
👤24人 📍¥1,200円(材料費)
👜園芸用はさみ、ゴム手袋、ビニール手さげ、割り箸
♥**かわり纏みのバスケツ(紙バンド教室)**
📅11月4日・18日、12月2日・9日(月)9時30分～11時30分
👤12人 📍¥1,400円(材料費 全4回分)
👜定規、はさみ、ボンド、洗たくばさみ20個、おしぼり、鉛筆、目打ち
♥**囲碁大会～初心者から参加可～**
📅10月30日(水)9時30分～15時
👤50人

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉町477
☎862-2181 ☎881-6995

休館のお知らせ
📅2020年3月31日(火)まで(予定)
体育館の天井工事などにより、全館休館中。

戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127
☎862-9411 ☎871-6695
📅10月15日、11月5日(火)(定例休館日)

♥**ちっちゃなおはなし会**
📅11月1日(金)11時～11時30分
📍戸塚地区センター和室
👤1～3歳児と保護者
📅当日直接
♥**「二十四節氣」パネル展示**
📅10月16日(水)～11月4日(祝・月)
📍戸塚図書館展示コーナー
【協力】環境創造局

↓📅図書館絵本コーナー
👤4歳児～小学校低学年 📅当日直接
♥**土曜ニコニコおはなし会**
📅10月12日、11月9日(土)14時～14時30分
♥**定例おはなし会**
📅10月16日(水)15時30分～16時



詳細は各施設にお問い合わせください

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 上倉町435-1
☎862-5052 ☎862-3101
📅第4木曜日

♥**フォーラムまつり2019**
ハンドメイドの作品販売や製作体験、フリマなど、みんなで1日楽しめるお祭りです。
📅10月20日(日)9時30分～15時30分
♥**ママと赤ちゃんが一緒に楽しむ産後エクササイズ**
📅10月29日、11月5日(火)10時～11時30分
👤ハイハイ前の赤ちゃん和妈妈:15組
📍¥1,800円(全2回分)
📅10月11日9時から、電話、来館からホームページで受付
♥**女性のためのパソコン講座**
「速習パワーポイント」
プレゼン資料の作成に欠かせないスキルを身につけよう
📅11月16日・23日(土)10時～15時30分
👤女性:先着12人
📍¥11,000円(全2回分)
📅10月15日9時から、専用電話(☎862-4496)からホームページで受付

※すべて☑あり(0歳2か月～未就学児、予約制、有料、子どもの部屋へ(☎862-4750))



【書名】
平安女子の楽しい!生活
(岩波ジュニア新書)
【著者】川村 裕子
【発行所】岩波書店
【発行年】2014年



「シャブアーして、メイクして、ふんわりいい匂いがする着物を着た時の気持ち。そういう時は、誰も見ていない所でも、心のなかはわくわく気分!。」『枕草子』の「心ときめきするもの」の一節を現代風に訳したものです。現代の女子だって、そんな気分もありますよね。男女の手紙のやり取りはメール、日記はブログと思えば平安女子も身近に感じられます。平安貴族の生活、ファッションや、美人イケメンの条件など、中高生から楽しめる本です。

📍戸塚図書館 ☎862-9411 ☎871-6695

舞岡ふるさと村 虹の家

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

♥**舞岡ふるさと村さつまいも掘り(個人)**
📅10月19日(土)・20日(日)9時～11時30分
📍¥5株700円(5株単位)、入園料:大人200円、子ども100円
📅10月11日9時から、電話で受付
♥**そば打ち教室**
📅11月18日(月)14時～17時
👤12人 📍¥2,000円 📅10月29日までに、往復はがきからホームページで受付
↓📅10月12日9時から、電話で受付(先着)
♥**舞岡野菜の料理教室**
📅11月17日(日)10時～12時30分
👤18人 📍¥1,800円
♥**栗樹の剪定入門**
📅11月16日(土)9時30分～12時
👤20人
♥**落ち葉の中の虫観察会**
📅11月17日(日)9時30分～12時(雨天中止)
👤15人
♥**秋の植物観察会**
📅11月9日(土)10時～12時(雨天中止)
👤20人

舞岡公園 小谷戸の里

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

♥**わら細工～鍋敷き作り～**
📅11月24日(日)9時30分～12時
👤20人(小学生以下は要保護者同伴)
📍¥500円 📅11月1日9時から、電話から来館で受付
♥**自然観察会～秋の実り～**
📅10月27日(日)13時～15時(雨天中止)
📅当日直接、小谷戸の里大掲示板前へ
♥**「まい作品展・秋」出展作品募集**
舞岡公園を題材にした絵画・絵手紙・写真などの青空作品展です。
📅11月3日(祝・日)10時～15時(雨天中止)
※搬入・搬出は展示日当日
📅10月23日までに、電話から来館で受付



①**小雀公園**
☎☎853-1945
②**東俣野中央公園**
☎☎852-5432
●**初心者向け 青空ヨガ**
空の下で自然のパワーを感じながら、ヨガで心と体のバランスを整えましょう。
📅10月19日(土)
①10時～11時30分 ②13時～14時30分(雨天中止)
📍各公園①神明広場 ②空の広場
👤先着10人
👜ヨガマット(貸出の場合は200円)
👜ヨガマット、タオル、飲み物
📅10月17日までに、電話から来館で受付

俣野別邸庭園
☎852-8038 ☎852-8048
●**水と緑を学ぶ ～大人の社会科見学会～**
【見学先】西部水再生センター、俣野別邸庭園
📅11月26日(火)10時～15時(無料送迎バスはJR戸塚駅を9時発)
【当日のスケジュール】
午前:西部水再生センターを見学、その後展示室にて昼食
午後:俣野別邸庭園の紅葉や見どころの案内(地場野菜などの販売もあります!)
👤先着50人👜昼食、飲み物
📅📅10月25日から電話で西部水再生センターへ(☎852-6471)



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

▶ふれあいフェスティバル
模擬店販売、こどもコーナー、ステージ発表など
㊟10月27日(日) 10時～14時
㊟当日直接 ※車でのお来所はご遠慮ください。

東戸塚 地域ケアプラザ
☎ 826-0925 ㊟ 824-8615

▶東戸塚地域ケアプラザまつり
近隣施設と同時開催。楽しい催しものを用意してお待ちしています。
㊟10月26日(土) 10時～14時 ㊟当日直接

上倉田 地域ケアプラザ
☎ 865-5700 ㊟ 865-5711

▶介護者の集い～快楽の会～
㊟10月25日(金) 10時30分～12時
(原則毎月第4金曜) ㊟電話か来館で受付

汲沢 地域ケアプラザ
☎ 861-1727 ㊟ 861-3428

▶プレママ・プチャママ集まれ!
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
㊟10月30日、11月27日(水)、12月19日(木) 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

▶あったまり場(★)
㊟10月18日(金) 15時～17時(毎月第3金曜)
㊟家に引きこもりがちなたと、誰かと話したい人、うつ病・統合失調症の人
㊟当日直接

原宿 地域ケアプラザ
☎ 854-2291 ㊟ 854-2299

▶おかげさまで20周年!
原宿ケアプラザ文化祭
各種団体発表、ワークショップ、健康チェック、軽食販売、野菜販売、陶器販売、大型紙芝居など
㊟11月16日(土) 10時～15時
㊟当日直接 ※車でのお来所はご遠慮ください。詳細問合せ

舞岡柏尾 地域ケアプラザ
☎ 827-0371 ㊟ 827-0375

▶ベビーマッサージ体験と茶話会
㊟10月30日(水) 10時～12時
㊟生後3～7か月児くらいまでと保護者:10組(多数時抽選) ㊟500円
㊟10月19日までに、電話か来館で受付

南戸塚 地域ケアプラザ
☎ 865-5960 ㊟ 860-0554

▶みんな大好き
未就学児向けにホールを開放します。自由に遊んでください!
㊟10月12日・26日(土) 10時～12時
㊟当日直接
※受付にお声がけください

下倉田 地域ケアプラザ
☎ 866-2020 ㊟ 860-0200

▶ノルディックウォーキング
夕暮れ前にひと運動!
㊟11月7日・14日・21日(木) 15時～16時30分(雨天の場合は室内体操)
㊟2km程度の通常歩行ができる人(なるべく3回とも参加できる人):20人程度
持タオル、飲み物、リュックかウエストポーチ(両手があくように)
㊟電話か来館で受付 ※ポール貸出無料

名瀬 地域ケアプラザ
☎ 815-2011 ㊟ 815-2014

▶名瀬サンシャインフェス2019
名瀬地域ケアプラザ感謝祭!!
模擬店販売、ステージ発表、福祉ブースなど
㊟11月24日(日) 11時～14時
㊟特別養護老人ホーム 太陽の園(名瀬町1566) ㊟当日直接

深谷俣野 地域ケアプラザ
☎ 851-0121 ㊟ 851-0122

▶おなか元気教室
健康長寿をテーマにしたおなかの話と体操
㊟10月17日(木) 13時30分～14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

健診・相談のお知らせ

※開催日または申込日:10月11日～11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)
㊟11月15日(金)午前(後日案内送付) ㊟区役所5階 健康診査室
㊟2020年4月1日時点で40歳以上:先着50人 ㊟680円
㊟10月15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

㊟10月18日(金)午前、10月29日(火)午後、11月1日(金)午前、11月5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 280,514人(男 137,179人 女 143,335人)

世帯数 119,361世帯 (2019年9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。

とっかっこすくすく広場

とっか公園あそび隊2019 後期のお知らせ **申込不要**

大人も子どももいっしょに公園であそびましょう!!
はじめてでも安心して参加できます。
開催時間(㊟10時～11時30分)

10月2日(水)	前田町公園	前田町514-3
10月18日(金)	舞岡公園	舞岡町1703
	名瀬下第二(ネオポリス)公園	名瀬町785
10月24日(木)	踊場公園	汲沢8丁目11
10月25日(金)	新沢池公園	戸塚町3572-3
10月29日(火)	下倉田花立公園	下倉田町1897-170
10月30日(水)	深谷町えのき公園	原宿3-45
10月31日(木)	吉田町公園	吉田町823-2
11月6日(水)	東俣野中央公園まめの木ひろば	東俣野町864
11月8日(金)	柏尾町第2公園	柏尾町1411-36
11月18日(月)	矢部配郷公園	矢部町1283-28
11月29日(金)	名瀬下第二(ネオポリス)公園	名瀬町785

※雨天中止です。当日朝9時に、とっかの芽ホームページにて開催の有無をお知らせします。㊟ 戸塚区地域子育て支援拠点 とっかの芽(☎ 820-2885 ㊟ 825-6885)

外遊びにはいいことがいっぱい!!
天気の良い日は公園やお散歩にでかけましょう!
外遊びはエネルギーを発散させ、**子どもの気持ちが安定**します。
また自然に触れることは、感じる心・驚きの心・科学する心を育て、そして生命に触れる経験ができる貴重な時間です。小さな赤ちゃんでも、**風を感じたり、でこぼこの感触、鳥の鳴き声**なども十分な刺激になります。
小さい頃にたくさん出会わせたい「**経験**」が自然の中にはいっぱいあります。
子どもが「**おもしろい!**」と思うポイントを一緒にみつしましょう。

★プレママ・子どもの健診・相談 ※開催日または申込日:10月11日～11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
㊟11月11日(月) 13時30分～15時30分
㊟妊娠中から産後の人 持 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	10月29日、11月12日	火曜午前
1歳6か月児	10月17日、11月7日	木曜午後
3歳児	10月18日・25日、11月1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
㊟10月29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)
持 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)

㊟電話かファクス(㊟必要事項)と食生活相談については内容記入)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
㊟11月20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
持 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、歯みがきレッスン

㊟11月22日(金) 10時～11時45分
㊟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
持 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
㊟11月6日・20日(水) 9時～11時 ㊟区内在住の0歳～未就学児の保護者
持 母子健康手帳

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
「とっか区役所通信」、「戸塚区役所インフォメーション」などを **83.7MHz** で放送中!

