

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

とつか



No.267

1月

戸塚区のマスコット「ウナシー」

広報とつか アンケート

お年玉プレゼント付き!

アンケートの全項目に答えてくれた人の中から
抽選で素敵な賞品をプレゼント!

2 帆船日本丸 横浜みなと博物館 入館券



国指定重要文化財の「帆船日本丸」と横浜港をテーマにした「横浜みなと博物館」の入館セット券

ペア3組

3 アンクル船長ピンバッジ



3人

4 横浜DeNAベイスターズ 前監督 中畑清 直筆サイン



3人

「オリンピック・パラリンピック関連企画」でアテネオリンピック野球日本代表監督を務めた中畑清氏のトークショーが区内で開催されました

アンケートに答えて素敵な賞品を当てよう!



1 横浜クルーズ×レストラン「ロイヤルウイング」乗船券・ランチバイキングペア食事券



1組

横浜港の景観を満喫しながら優雅なランチクルーズ【乗り場】横浜港大さん橋国際客船ターミナル2階【連休日】月曜(祝日除く)

5 とつか歴史ろまん



10人

とつかの歴史散策本 区内地区センターなどで販売中(650円)

6 ウナシーストラップとウナシーメモ



10人

7 ウナシー人形(20センチ)

3人

8 「よこはま動物園ズーラシア」入園券



ペア5組

※金沢動物園も利用可
地域や気候帯別に動物の生息環境を再現

9 「フォレストアドベンチャーよこはま」無料招待券



ペア2組

日本最大級の自然共生型アウトドアパーク 大人も子どもも楽しめます

10 防災セット



3人

防災への意識を高めよう

12 図書カード 500円分



20人

読書を楽しもう!

11 ヨコハマ3R夢グッズ エコバッグ



各5人

広げると... どれか1つ(品物と色の指定はできません)

問 区役所広報相談係 ☎ 866-8321 fax 862-3054

この用紙に記入し、はがきに貼って回答することもできます。 ※裏面の記事を読み終わってから、切り取ってください。

広報とつかアンケート

【1】戸塚区版(5~12ページ)についてお聞かせください。

- (1) どの程度読みますか? ①毎月読む ②時々読む ③ほとんど読まない
- (2) 紙面の文字の大きさはどうですか? ①大きい ②ちょうど良い ③小さい
- (3) 紙面の色づかいやデザインはどうですか? ①良い ②普通 ③悪い
- (4) 紙面の情報量はどうですか? ①多い ②ちょうど良い ③少ない
- (5) よく読む記事はどれですか?
①表紙(5ページ) ②コラム(6ページ) ③とつかのお知らせ ④特集 ⑤各施設から ⑥ケアプラザ通信 ⑦とつかっこ すくすく広場 ⑧健診・健康相談
- (6) 昨年とりあげた記事のうち、興味のあるものはどれですか。(複数回答可)
①防災 ②防犯 ③区内の「横浜みどりアップ計画」 ④女子スポーツ ⑤家庭での食中毒予防 ⑥健康診断 ⑦交通安全 ⑧公園情報 ⑨認知症に関する取組 ⑩ごみ問題

【2】戸塚区版で取り上げてほしい記事やご意見、感想をお聞かせください。

1月31日までに、アンケートの回答、〒住所、氏名(ふりがな)、年代、希望の賞品の番号を記入し、はがき、ファクス、Eメール、ホームページで区役所広報相談係へ(〒244-0003 戸塚町16-17 fax 862-3054 totsuka@city.yokohama.jp)

回答方法

HP 広報よこはま戸塚区 2020 お年玉 で検索

※重複応募不可 ※賞品当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。(2月下旬発送予定)



※回答の内容は当落に関係ありません。率直な意見をお聞かせください。※ご記入いただいた内容は、よりよい広報編集の参考にのみ使用し、法令に従い厳正に取扱います。なお、個人情報は賞品の発送目的にのみ使用し、賞品送付後速やかに破棄します。

✂ キリトリ線 (切り取ってご提示ください)

アンケート回答用紙

【1】

(1)	(2)	(3)	(4)
-----	-----	-----	-----

(5)	(6)
-----	-----

【2】

〒

住所

ふりがな

氏名

希望の賞品の番号

年代

①~10代 ②20代 ③30代 ④40代
⑤50代 ⑥60代 ⑦70代~

番外編



期間限定プラン 戸塚区版
【実施期間:1月18日~3月31日】

- ランチバイキング :大人 6,050円→4,950円、小学生 3,300円→2,750円
- 飲茶&スイーツ食べ放題プラン:大人 4,950円→4,125円、小学生 2,475円→2,063円
- ディナーバイキング :大人 8,250円→6,875円、小学生 4,675円→3,988円

※1枚につき5人まで ※他の割引との併用不可 ※コピー不可 ㈱ロイヤルウイング(☎662-6125)
※運休日:1月6日(月)~17日(金)、祝日を除く月曜 ※幼児のご利用料金はお問い合わせ下さい。

地域から広がれ! みんなのフ(和・輪)

今年度実施した「区民意識調査」の結果から、回答者の約6割の皆さんが、「**機会があれば地域のための活動に関わりたい**」とされていることがわかりました。

何か新しいことを始めてみたい

講座やイベントの情報を知りたい

地域のためにできることは...

地域での活動やグループについて知りたい

あなたのやりたいことは? きっかけがきっと見つかる! とつか区民活動センター

とつか区民活動センターでは、皆さんのボランティア活動、生涯学習活動を応援しています。

情報があります

戸塚区を中心に活動する団体・個人や講座、地域イベント、近隣施設の情報誌などを取りそろえています。また、ボランティア情報や仲間募集の情報なども掲示しています。

講座やイベントを開催しています

地域活動を始めるきっかけとなる講座やさまざまな活動を行っている皆さんが交流するイベントも定期的に開催しています

お昼のミニライブ
お昼の時間を活用してミニライブを開催しています。申込不要、参加費無料!

イーブニング談話室
身近なテーマで会話を楽しむ場です。申込不要で気軽に参加できます。

やりたいことまつり!
ボランティアのいろは
ボランティアの入門講座。隔月で開催しています。

皆さんの「したい」ことのお手伝いをしています



中嶋センター長

相談できます

あなたに合った活動やグループは...お気軽にご相談ください。スタッフが一緒に考えます。

このほかにも申込不要、参加費無料のイベントが盛り沢山!

※イベントの詳細情報は「情報誌ゆめのたね」で紹介しています。区民活動センター、区役所9階94番窓口、とつか区民活動センターホームページでご覧になれます。※今月のイベント情報は本紙10ページをご覧ください

いつでも気軽に訪れてみてください



区役所3階情報コーナー

戸塚町16-17
【利用時間】月～金曜(8時45分～17時)
【休館】土・日・祝日、12月29日～1月3日

川上町91-1 モレラ東戸塚3階
825-6773 825-6774
【利用時間】9時～21時(土・日・祝日は17時まで)
【休館】毎週月曜、12月29日～1月3日
HP とつか区民活動センター で検索



こちらもチェック!!

緊急事態 プラスチックごみで地球が大変なことに

軽くて丈夫なプラスチック。私たちの生活の中でさまざまな製品や包装に利用されていますが...



Topic 知っていますか...? **Plastics Smart**
プラスチックスマートキャンペーン
ポイ捨てなどにより河川などを通じて海に流れ込む「海洋プラスチック」ごみ。この地球規模の環境汚染の問題解決に対して、個人・企業・団体・行政などが行っている取組をさらに広げていくため、環境省が応援しています。

海洋汚染
ポイ捨てなどで外に放置されたプラスチックが、風や紫外線などで劣化して飛散し、海や川に流出してしまい、海洋汚染につながっています。

地球温暖化
「プラスチック製容器包装」として正しく分別されればリサイクルできますが、まだまだ燃やすごみとして出されていることが多く、燃やすことで排出される温室効果ガスは「地球温暖化」につながってしまいます。

横浜市で排出される「プラスチック製容器包装」の年間重量 52,000 トンのうち 20,000 トン(約40パーセント)も量が燃やすごみに出されています!!!

今日から始めよう!
一人一人の小さな取組が大きな成果につながります!

マイバッグを持参してできるだけレジ袋をもらわないようにしましょう!

マイボトルを持ってペットボトルの使い捨てを減らしましょう!
正しい分別も大事だね!



地域活動係 鈴木 幹

資源化推進担当係長 富田 忠
区役所資源化推進担当(866-8411 864-1933)

マークの説明 ①日時・期間 ②会場 ③対象・定員 ④費用 ⑤保育 ⑥持ち物 ⑦申込み ⑧問合せ ⑨電話(番号) ⑩ファクス(番号) ⑪休館日 ⑫Eメール(アドレス) ⑬ホームページ

とつかのお知らせ

催し

♥**第75回区民広間コンサート**
区内で活動しているEl Cielo(フォルクローレ)とフライングキャンディ(ママさんバンド)の発表を行います。
①1月18日(土)12時～13時
②区役所3階区民広間 ③当日直接
④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)

募集

♥**戸塚区防災・人権啓発講演会 みんなが頼れる防災拠点づくり ～多様な視点での配慮～**
【講師】(株)危機管理教育研究所 代表 国崎信江氏
①2月25日(火)14時30分～16時(14時開場)
②男女共同参画センター 横浜(フォーラム)ホール
③300人(多数時抽選)
④2月14日までにホームページ、メール、ファクス(必着)、手話通訳、一時託児の希望、車椅子での来場の有無を記入)で区役所庶務係へ(866-8308 881-0241 to-jinken@city.yokohama.jp) ⑤「戸塚区 防災・人権啓発講演会」で検索)
♥**とつか区民活動センタースキルアップ講座 ～補助金&プロボノの支援で団体がアップした～**
利用した成果、苦心したことなどの体験談や活用事例を紹介しします。
※個人の知識やスキルを地域に役立てる活動【内容】①区の補助金の活用事例と体験談 ②プロボノによる支援と成果について【協力】①NPO法人リソーととつか、俣野公園プレイパーク ②NPO法人チルドレンズ・イングリッシュ・センター
③2月4日(火)13時30分～16時(受付13時)
④区役所8階大会議室 ⑤先着35人
⑥1月11日から、電話、Eメール(必着)を記入)か、直接とつか区民活動センターへ(825-6773 staff@totsuka-kumin-center.jp)
⑦とつか区民活動センターか区役所地域活動係へ(866-8416 864-1933)
♥**知って安心 成年後見制度**
①2月19日(水)10時～11時30分
②区役所8階大会議室
【講師】行政書士 石渡大介氏
③先着100人
④2月7日までにファクス(必着)、年齢を記入)で戸塚区女性部連絡会事務局(区役所地域活動係)へ(866-8415 864-1933)
♥**法律講座「知っておきたい暮らしとお金を守る制度～相続・遺言・遺産分割の基本～」**
相続・遺言・遺産分割について、残された家族が困らないための基本的な手続き方法や、高齢者や障害者の暮らしを守るための成年後見制度の概要を、法律的な観点から弁護士が分かりやすく解説します。
①2月20日(木)18時30分～20時
②区役所8階大会議室A
③区内在住、在勤、在学先着50人
④1月15日から電話、ファクス(必着)を記入)か直接区役所広報相談係へ(区役所9階93番窓口 866-8321 862-3054)

♥**地域ケアプラザ指定管理者募集**
民間の能力を活用した、より効果的、効率的な管理運営を目的とした指定管理者制度が導入されている区内8施設について、令和3年度から管理運営を行う団体を募集します。
【指定管理期間】2021年4月1日～2026年3月31日
【対象施設】地域ケアプラザ(上矢部、東戸塚、上倉田、平戸、原宿、舞岡柏尾、南戸塚、下倉田)
①1月8日～2月28日に配布される公募要項(区役所6階61番窓口)で配布、区役所ホームページに掲載)をご覧ください。
②区役所事業企画担当(866-8424 865-3963)
♥**ハマヤク農園(分区分園)の利用者募集**
①4月1日から2021年3月31日(希望者は1年間の延長可)
②ハマヤク農園(深谷町ふれあい公園:深谷町1272-1)※駐車場なし
【区画】① 家族およびグループ用:49区画(1区画10㎡)、34区画(1区画15㎡)
② 団体用:6区画(1区画約50㎡)
③ ①10㎡:8,000円、15㎡:12,000円(年額) ④40,000円(年額)
⑤ ①区内在住で、徒歩圏内で利用できる家族が8人までのグループ(目安は2世帯程度) ②区内在住で、徒歩圏内で利用できる9人以上のグループ
③2月3日までに往復はがき(分区分園名、代表者 必着)、希望区画、①はグループ利用の有無②は団体名、学校名、自治会町内会名、保育園名などを記入)で(株)田澤園 分区分園担当へ(〒232-0066 南区六ツ川四丁目1234番地) ※①と②の重複申し込み不可。
④申込について:横浜市指定管理者(株)田澤園 分区分園担当 823-2121 824-4567)
分区分園について:環境創造局南部公園緑地事務所(831-8484 831-9389)

①1月8日～2月28日に配布される公募要項(区役所6階61番窓口)で配布、区役所ホームページに掲載)をご覧ください。
②区役所事業企画担当(866-8424 865-3963)
♥**ハマヤク農園(分区分園)の利用者募集**
①4月1日から2021年3月31日(希望者は1年間の延長可)
②ハマヤク農園(深谷町ふれあい公園:深谷町1272-1)※駐車場なし
【区画】① 家族およびグループ用:49区画(1区画10㎡)、34区画(1区画15㎡)
② 団体用:6区画(1区画約50㎡)
③ ①10㎡:8,000円、15㎡:12,000円(年額) ④40,000円(年額)
⑤ ①区内在住で、徒歩圏内で利用できる家族が8人までのグループ(目安は2世帯程度) ②区内在住で、徒歩圏内で利用できる9人以上のグループ
③2月3日までに往復はがき(分区分園名、代表者 必着)、希望区画、①はグループ利用の有無②は団体名、学校名、自治会町内会名、保育園名などを記入)で(株)田澤園 分区分園担当へ(〒232-0066 南区六ツ川四丁目1234番地) ※①と②の重複申し込み不可。
④申込について:横浜市指定管理者(株)田澤園 分区分園担当 823-2121 824-4567)
分区分園について:環境創造局南部公園緑地事務所(831-8484 831-9389)

福祉・保健

♥**第12回仕事見つける!知識身につく! 『福祉のしごとフェア』開催**
福祉の仕事相談、区内福祉施設、福祉団体による就職相談ブースの開催、福祉の仕事に関する情報閲覧など
①1月31日(金)10時30分～18時
②区役所3階多目的スペース大
【協力】フライング横浜、栄区社会福祉協議会 ③区社会福祉協議会(866-8434 862-5890)

スポーツ

♥**戸塚区ソフトテニス大会**
①2月23日(日)9時～17時
②金井公園 ③区体育協会
【種目】一般男女・シニア男女
④区内在住、在勤、在クラブ、在学(高校生以上)
⑤1ペア:2000円、1人申込可:1000円
⑥2月9日までにファクスか郵送(必着)を記入)で高橋智子へ(〒245-0066 俣野町1403-12-202 851-4354)

戸塚っ子いきいきアートフェスティバル

区内の小・中学生、高校生、特別支援学校の生徒が、音楽、美術の発表会を行います。日々の練習や創作の成果をぜひご覧ください。

合唱・吹奏楽・和太鼓・ダンス・パトーンなどの発表、絵画・陶芸作品などの展示
③当日直接 区役所地域活動係(866-8416 864-1933)
【主催】戸塚っ子いきいきアートフェスティバル実行委員会

第26回ステージ発表

①1月12日(日)
午前の部:9時30分～12時
午後の部:13時～15時45分
②戸塚公会堂



第13回作品展

①1月11日(土)～12日(日)
9時30分～18時(12日は17時まで)
②区役所3階アートコリドー・区民広間



レストラン「102Cafe」×戸塚高校のコラボ料理を食べてみよう!

戸塚高校調理部とレストラン「102Cafe」がコラボした期間限定メニュー「こまつなキッシュ」を提供! レシピは「第13回作品展」で展示します。
①1月8日(水)～19日(日)
②区役所3階レストラン「102Cafe」
③610円、910円(ドリンク付)



戸塚税務署からのお知らせ

令和元年分の申告・納税の期限は所得税は3月16日(月)、消費税は3月31日(火)です。

●**パソコン・スマホから確定申告**
●申告書は国税庁ホームページで作成できます。【確定申告】で検索
●申告書作成後e-Tax(電子申告)で送信して提出
①マイナンバーカードを使って送信 ②IDとパスワードで送信
(※)IDとパスワードはお近くの税務署で事前に取得。
(申告者本人が顔写真付きの本人確認資料を持参してください)

●**税理士による無料申告相談**
①1月28日(火)、29日(水)②2月5日(水)、6日(木)、7日(金)いずれも9時15分～15時45分
③①大正地区センター④栄公会堂(※各会場、車での来場はご遠慮下さい)
⑤確定申告に必要な書類(前年申告書などの控を含む)、筆記具、計算器具、印鑑およびマイナンバーに係る本人確認書類などの写し
●小規模納税者(平成30年分の所得金額が300万円以下の個人事業主)、年金受給者および給与所得者が対象です。●譲渡所得や住宅ローン控除1年目など計算が複雑な場合はご遠慮ください。●受付順に整理券を配付します。混雑状況などにより、受付を早めに終了する場合がありますのでご了承ください。
※申告書などの提出のみの場合は、直接税務署(郵送可)に提出してください。

●**戸塚税務署内の申告書作成会場の開設期間**
①2月17日(月)～3月16日(月) 相談:9時15分(受付:8時30分～16時)
②土、日曜および祝日を除く。ただし、2月24日(月)、3月1日(日)は開設します。
※上記期間以外は、税務署の申告書作成会場は開設していません。
※混雑状況などにより、受付を早めに終了する場合がありますのでご了承ください。
※**駐車場は1月21日(火)から3月16日(月)まで使用できません。**
区役所税務署(〒244-8550 吉田町2001 863-0011)

【お知らせ】戸塚駅西口での交通社会実験について(予告)

送迎車の一時停車などで朝・夕方のラッシュ時に渋滞が発生している戸塚駅西口周辺の道路の一部区間に**駐車禁止区域(終日)**を設け、通行の流れを円滑にするための社会実験を実施します。【実施予定】2月下旬
詳細はホームページ参照
HP 戸塚駅西口 交通社会実験 で検索



※実験期間中の東路場所など、詳細については広報よこほま戸塚区版2月号でお知らせします。 区役所企画調整係(866-8326 862-3054)

とっか減災フェア

親子で体験! 2020年2/9(日) 無料

～楽しみながら災害に備えよう!～

時間・場所 各イベントをご確認ください

減災ってなんだろう?

「減災」という言葉を知っていますか? 「減災」は「災害による被害を“減らす”」という意味です。皆さん一人ひとりが備え(自助)、ご近所で協力(共助)することで、被害を“減らす”ことができます。ぜひ、とっか減災フェアで「自助・共助」を学び、子どもも大人も楽しみながら「減災」に取り組みましょう。

こども防災工作教室 事前申込

- 水で光る!防災ライトづくり
- 災害時に役立つ!ランタン機能付きライトづくり
- ①10時 ②11時 ③13時 ④14時 ⑤15時
- 小学1年生以上



防災クッキングアドバイザー 鈴木 佳世子 氏

区役所3階 各回先着6組 1月11日9時からホームページで受付

とっか減災フェア で 検索

体感型防災アトラクション 事前申込

- 仲間同士で防災クイズに挑戦して時間内の脱出を目指せ!
- ①9時 ②11時 ③13時30分 ※受付は20分前より開始
- 区役所8階 各回先着100人 ※推奨参加人数2~5人 ※1人場合は他の人とグループになっていただきます。 ※小学4年生未満は中学生以上の同伴が必要
- 1月11日9時からホームページで受付



戸塚区 体感型防災アトラクション で 検索

区役所庶務係 ☎866-8307 ☎881-0241

防災4Dシアター 当日直接

- 飛び出す!揺れる!360度3D+体感で災害を体験しよう! (大きな音が出ます)
- ①10時~16時 ※1回の体験に10分程度かかります。
- 区役所3階
- 4歳児以上(小学生未満は要保護者同伴)



防災に関するブース 当日直接

- 防災・減災グッズ、備蓄食料の展示販売 ※試食もあります。
- ちびっこ防火衣着用体験
- 団体、行政の活動紹介
- 10時~16時 区役所3階



ペットを飼っている人はこちら! 災害時のペットの対策を考えよう!

ペットを守るのは飼い主さんです。いざというときに慌てないために、日頃から準備をしておきましょう。

ペットと再会できるように.....

災害時にはペットと離ればなれになることもあります。迷子になったときすぐに見つかるように、鑑札(犬の場合)や迷子札を首輪などに着けておきましょう。マイクロチップの装着と飼い主情報の登録をおすすめします。



左:マイクロチップ

ペットが健康でいるために.....

ワクチン接種やダニ、ノミなどの駆除をしましょう。犬の場合は、狂犬病予防注射の接種は義務です。毎年必ず注射しましょう。



非常時に役立つついで.....

- 普段からケージに慣らしておく どの環境でもケージが落ち着ける場所になるように。
- さまざまな環境に慣らしておく 人や動物、さまざまな音・物に接することで、環境の変化に慣らしておきましょう。



災害時に必要な物を準備しましょう.....

ペットの世話に必要なものは飼い主が用意しなければいけません。

- ケージ ●フード、水、服用中の薬(少なくとも5日分)
- ペットシート ●首輪・リード(犬の場合)
- 飼育手帳など連絡先、ペットの写真、ワクチン接種状況などがわかるもの



区役所環境衛生係 ☎866-8476 ☎866-2513

★市では、災害時の対応をガイドライン「災害時のペット対策」にまとめています。

横浜市 ペット 災害 で 検索

特集

とっかの子育て情報について教えてほしい!

最新のイベント情報は?

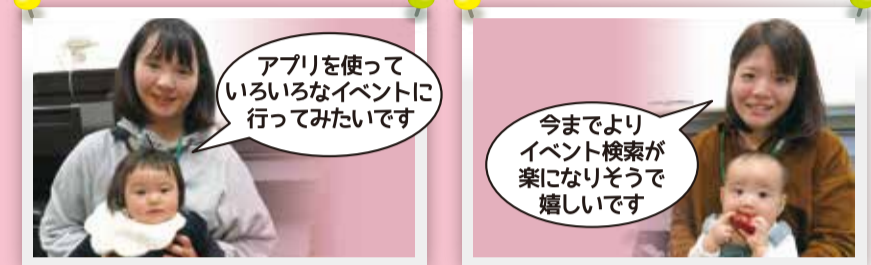
戸塚区子育て情報アプリ『とっつとあぶり』で!!(1月30日配信スタート!!)

「戸塚区子育て支援拠点とっつの芽」と岩崎学園情報科学専門学校の学生が共同開発した、子育て情報アプリがついに完成!! ※現在配信されているメールマガジン「とっつの芽〜」「ぶれまめ」は6月16日号をもって終了します。



お子さんの年齢や居住地に合わせて情報を検索し保存できる!

実際に「とっつとあぶり」を体験していただきました。



アプリのダウンロードはこちら!(1月30日から)

Android版 iPhone版

Google Play から App Store から とっつとあぶり で検索

地域こそだてカレンダーで!!

戸塚区近郊の子育てイベント情報満載! お住まいの地域の知りたいイベントを検索して下さい!

地域こそだてカレンダー で 検索



子どもと遊べる公園ってどこにある? 子どもの預け先なども知りたいな...



遊びに来てね!

とっつとあぶり、地域こそだてカレンダーはいろいろな情報の中から、私達が発信しています!

「こまちカフェ」に行ってみよう

現役ママたちが運営するカフェ。平日ランチタイムは見守りのスタッフがいたので小さなお子さんがいても安心! 温かいお料理が食べられます。



戸塚町145-6 奈良ビル2F ☎070-5562-9555

【営業時間】月~土曜10時~17時 (日・祝・第二月曜定休)

子育て情報全般については?

チラシ・相談で!!

配架、相談場所は...

とっかの子育て支援ルーム「とことこ」

お子さんと遊びながら情報収集! お気軽にお立ち寄りください。



戸塚町16-17 区役所3階 ☎866-8472 ☎866-8743

月~金曜(区役所開庁日)9時~16時

戸塚区地域子育て支援拠点「とっつの芽サテライト」

情報コーナーにはブロックで遊べるテーブルがあり、お子さんを遊ばせながら情報収集できます。



上倉田町957-1ヴィラ桜1F (JR戸塚駅東口から徒歩6分) ☎410-7010

9時30分~15時30分 日、月、祝日、年末年始

戸塚区地域子育て支援拠点「とっつの芽」

遊びに来てね! お待ちしております。



川上町91-1モレラ東戸塚3階 (JR東戸塚駅西口から徒歩3分) ☎820-2885 ☎825-6885

9時30分~15時30分 日、月、祝日、年末年始

お近くの地区センター、地域ケアプラザなど(施設詳細は本紙12ページへ)



配架中の冊子いろいろあります



まっぴいで!!

お子さんとの生活に必要な情報を、「遊ぶ」「相談する」「預ける」「情報」、と目的別に目次から探したり、お住まいのエリアから探すことができます。公園情報や子育てに役立つ情報など盛りだくさんです。



「まっぴい」を手に、子育てがHAPPYな時間になりますように!

まっぴい座談会 参加者募集!

子育て中の生の声を、戸塚区の子育て情報発信に生かしてみませんか? まっぴいリニューアルに向けて、皆さんの声を集めています。

2月27日(木)10時~11時30分

区役所6階 中会議室1

妊娠中、0歳~未就学児の保護者:先着10人 (保育は先着5人)

1月11日から電話で区役所子ども家庭支援担当へ ☎866-8469 ☎866-8473

区役所子ども家庭支援担当 ☎866-8469 ☎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。

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)
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

♥戸塚おはなし広場
㊟1月25日(土)13時30分～14時15分
㊟幼児～小学生と保護者:先着20組
㊟当日直接

↓㊟1月11日14時から、電話受付(先着)

♥親子おたのしみ会～節分～
㊟2月2日(日)10時～11時
♥3・4歳児と保護者:20組 ㊟100円
♥大人のスイーツレシピ～トリフェルトルテ～
㊟2月8日(土)10時～13時
㊟15人 ㊟1,700円
㊟エプロン、三角巾、布巾、手ふき

↓㊟1月12日14時から、電話受付(先着)

♥バレンタインのキッズクッキング～チョコタルト～
㊟2月11日(祝・火)10時～12時
㊟小学生:16人 ㊟700円
㊟うわばき、エプロン、三角巾、布巾、手ふき
♥とつかエコ講座～家庭での楽々節電～
㊟2月19日(水)10時～12時 ㊟20人
♥野菜ソムリエと作るヘルシー多国籍料理
㊟2月25日(火)10時～13時
㊟15人 ㊟1,000円
㊟エプロン、三角巾、布巾、手ふき
※材料に小麦、卵、乳、えび、オレンジ使用

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)
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

↓㊟1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
㊟2月7日(金)10時～11時
㊟15人 ㊟700円
♥バレンタイン友チョコクッキー
㊟2月8日(土)10時～12時
㊟小学生:10人 ㊟500円
♥プログラミングワークショップ
～レースゲームを作ろう!～(全2回)
㊟2月9日、3月1日(日)13時～14時30分
㊟5歳児～小学生:8人
㊟3,400円
♥ひらめき工作教室!
㊟2月11日(祝・火)10時～11時30分
㊟5歳児～小学生:12人
㊟300円
♥みんなで楽しく歌いましょう♪
㊟2月19日(水)10時～11時30分
㊟20人 ㊟500円
♥みんなでならう認知症サポーター
㊟2月27日(木)10時～11時30分
㊟10人

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)
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

♥ヨコハマ・プリサ・アンディーナ
ニューイヤー フォルクローレ
ロビーコンサート
㊟1月30日(木)14時～14時45分
㊟当日直接

♥競技けん玉教室

㊟2月18日、3月3日(火)15時30分
㊟当日直接

↓㊟1月11日13時30分から、電話か㊟で受付(先着)

♥Scratchで楽しく・プログラミング的思考
㊟2月8日(土)
①小学1～3年生:13時～14時30分
②小学4～6年生:15時～16時30分
㊟小学生と保護者:各4組 ㊟300円
♥チョコレートを使ったお菓子
㊟2月10日(月)9時30分～12時30分
㊟12人 ㊟1,200円

↓㊟1月12日13時30分から、電話か㊟で受付(先着)

♥和布でつくるつるし飾り
㊟2月4日・11日・18日(火)9時30分～11時30分
㊟15人 ㊟2,700円(全3回分)

踊場地区センター

〒245-0061 汲沢2-23-1
☎866-0100 ㊟866-0101
㊟12月28日(土)～2020年1月4日(土)
1月14日(火)、2月3日(月)

♥館長と井戸端会議～珈琲付き～
㊟1月31日(金)13時

㊟当日直接
♥第16回 踊場地区センターまつり
～令和新時代 支えあいまちづくり～
近隣学校ステージ・展示発表、健康づくり、
ゲーム、模擬店、野菜・パン・菓子販売、
バザー、抽選会など
㊟2月2日(日)10時～14時
♥親子でバレンタイン・チョコケーキ作り
㊟2月9日(日)10時～12時30分
㊟小学生と保護者:抽選9組
㊟900円
㊟1月26日までに、来館かホームページ
で受付

↓㊟1月12日14時から、電話受付(先着)

♥大根まるごと使い切りレシピ講座
～大根もち・大根のポタージュ他～
㊟2月4日(火)10時～12時30分
㊟15人 ㊟1,000円
♥エコ講座[第1部 資源の活用]
[第2部 SDGs]
㊟2月20日(木)13時～14時45分
㊟20人

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)
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

♥バレンタインのお菓子作り～ウーピーパイ～
㊟2月9日(日)10時～13時
㊟小学生と保護者:抽選6組
㊟1,500円
㊟1月24日12時までに電話・来館・ホーム
ページで受付

↓㊟当日直接

♥親子の遊び場ころり広場
㊟1月20日、2月3日・17日10時～12時
(毎月第1・3月曜※祝日及び8月は除く)
♥行政書士による無料相談会
㊟1月18日(土)9時15分～12時
(毎月第3土曜)
♥ウナシー子育て隊
～川上保育園の保育士さんと遊ぼう～
㊟2月21日(金)13時30分～14時

↓㊟1月28日までに電話で受付

♥子育てひとり親支援の応援イベント
(お茶会&食品支援)
㊟2月2日(日)11時～15時
♥こどもみらい塾見守りボランティア募集
㊟毎週水・金曜(祝日除く)16時～20時
※詳細問合せ

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
㊟12月29日(日)～2020年1月3日(金)、1月14日(火)
12月28日(土)、2020年1月4日(土)17時閉館

↓※各詳細は要問合せ

♥さくらプラザ 春の芸術祭2020
演奏・展示・体験など多彩なイベントが目白押し!
㊟2月20日(木)～22日(土)10時～17時
※時間・日時は会場により異なります
㊟さくらプラザホール、ギャラリー他
♥オペレッタ「ころもり」市民合唱募集
バリトン歌手の大山 大輔氏プロデュース
によるハイライトオペラに出演できる。
【指導者】松村 優吾(指揮者/合唱指導)、
大山 大輔(バリトン/演技指導)
【公演日】プレコンサート7月23日(祝・木)
／本公演11月21日(土)※両日14時開演
㊟4月～11月※全13回を予定。
㊟さくらプラザ リハーサル室 他
㊟1月16日～3月15日申込用紙必着
♥Él Cielo2020×アストル・ピアノ
ピアノのスペシャリスト集団として結成
されたバンドによるオールピアノ公演。
㊟4月24日(金)19時開演
㊟さくらプラザホール
【チケット】一般3,000円、ペア5,500円、
EX(補助・見切れ)1,500円、学生1,000円
㊟1月15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)
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

↓㊟1月11日から、電話か㊟で受付(先着)

♥みんなの居場所☆月イチランチ☆
～ピヤベース、サラダ、パン、ケーキ～
㊟1月28日(火)12時
㊟20人 ㊟大人500円
♥ファミリーで☆サタデーランチ☆
㊟2月8日(土)10時
㊟3家族 ㊟1,500円
♥簡単!おいしい!飲茶
㊟2月21日(金)10時
㊟12人 ㊟1,000円
♥子連れの骨盤エクササイズ
㊟2月21日(金)10時
㊟18人 ㊟500円
♥ちびっこ体操(鉄棒・とび箱・マットなど)
㊟2月7日～3月13日毎週金曜㊟3・4歳
児:16時②5歳児～小学1年生:17時
㊟各20人 ㊟2,100円(全6回分)
♥親子ヨガ
㊟2月18日(火)10時
㊟0～2歳児と保護者:15組 ㊟500円
♥修繕学校(家具・フローリングの傷直し)
㊟2月29日(土)14時
㊟20人 ㊟400円

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、12月29日(日)～2020年1月3日(金)

↓㊟当日直接

♥GOOD!イーブニング談話室
会話を楽しむ場
㊟1月21日(火)19時～20時30分
♥第10回とつかお結び広場ポストイベント
「出展ありがとう!パネル展」
昨年12月に開催した「とつかお結び広場」
の出展団体の活動紹介パネルを展示。
㊟2月1日(土)13時～20日(木)15時
㊟区役所3階アートコリドー
♥昭和と演歌を熱く語ろう
㊟1月24日(金)17時～18時

↓㊟1月11日から、電話か来館で受付(先着)

♥やりたいことみつけれ!
ボランティアのいろ・は
「助けられ上手・助け上手カード」を使って
何ができるか見つけませんか?
㊟2月9日(日)10時～11時30分
㊟15人
♥SDGs基礎講座
SDGsで地域を考える。持続可能な世界
に向けて、一歩を踏み出そう!!
㊟2月16日(日)14時～16時 ㊟40人

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 ㊟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
12月28日(土)～2020年1月4日(土)

♥あしなが音楽会「津軽三味線」
㊟1月18日(土)14時15分～15時15分
㊟100人 ㊟当日直接

♥内科医からみたシリーズ「血液疾患」
㊟1月23日(木)10時～12時
㊟40人 ㊟電話か来館で受付

↓㊟市内在住の60歳以上 ㊟1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)

♥「紙バンド教室・巻きバラ飾りのバッグ」
(全5回)
㊟2月3日・17日、3月2日・16日・30日
(月)9時30分～11時30分
㊟12人 ㊟1,400円(材料費)
♥「はじめてのスマートフォンII」(全4回)
㊟2月12日・26日、3月11日・25日(水)
11時50分～13時50分
㊟10人 ※前回参加者は不可
㊟スマートフォンかタブレット
♥「JAXAへ行こう!」
㊟JAXA 宇宙科学研究所 相模原キャンパス
㊟2月13日(木)12時45分(現地集合)
㊟約20人
※詳細問合せ

戸塚公会堂

〒244-0003 戸塚町127 戸塚センター3階
☎862-3335 ㊟862-9315
㊟第3月曜日(祝日の場合翌日)

♥とつかアカペラコンテスト観覧者募集!!
観覧者のあなたも審査に加われます!
第一部:予選通過10組による音楽バトル
第二部:チキンガーリックステーキによる
コンサート
※日本初アカペラグループの素敵なハー
モニーをお楽しみください。
第三部:結果発表・表彰式
㊟3月8日(日)14時(13時30分開場)
㊟戸塚公会堂 講堂
㊟1,000円(自由席)
【チケット】1月11日から戸塚公会堂、戸塚
地区センター、チケットぴあ他
※未就学児の入場不可 ※詳細問合せ



ゲスト:チキンガーリックステーキ

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 上倉田町435-1
☎862-5052 ㊟865-4671
㊟第4木曜日
12月29日(日)～2020年1月3日(金)
※2020年1月4日(土)～19日(日)は
設備工事のため施設利用不可
(電話・ホームページでの受付のみ可)

♥女性のためのパソコン講座「速習パワーポイント」
プレゼン資料作成のスキルを身につけよう
㊟2月10日(月)・12日(水)10時～15時30分
㊟女性:先着12人 ㊟11,000円(全2回分)
㊟1月15日から専用電話(㊟862-4496)
かホームページで受付
♥ベビーヨガ&産後のアークルヴェーダ カップル編
赤ちゃんと一緒に家族でヨガ&リラククス
㊟2月11日(祝・火)10時～11時30分
㊟2か月～0歳児と子育て中のカップル:
先着8組
㊟1組2,300円
㊟1月14日9時からホームページで受付
♥セミナー 「わたしを大切にしながら
働くために知っておきたいこと」
求職のコツ、履歴書の書き方などを学びます。
㊟2月26日(水)10時～12時
㊟女性:先着7人
㊟1月15日9時から電話で受付

※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))

戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127
☎862-9411 ㊟871-6695
㊟12月29日(日)～2020年1月4日(土)12時
(1月4日は12時～17時まで開館)
1月14日(火)(定例休館日)
1月15日(水)、16日(木)(工事のため臨時休館)

↓㊟当日直接

♥土曜ニコニコおはなし会
㊟1月11日、2月8日(土)14時～14時30分
㊟戸塚図書館絵本コーナー
㊟4歳児～小学校低学年
♥定例おはなし会
㊟1月22日(水)15時30分～16時
※臨時休館に伴い日程変更
㊟戸塚図書館絵本コーナー
㊟4歳児～小学校低学年
♥ちっちゃなおはなし会
㊟2月7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

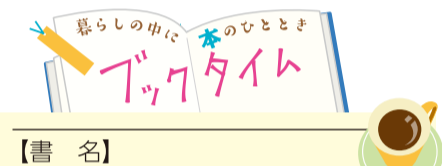
舞岡ふるさと村 虹の家

〒244-0813 舞岡町2832
☎826-0700 ㊟826-0749
㊟火曜日(祝日の場合翌日)
12月29日(日)～2020年1月3日(金)

♥入門バードウォッチング「舞岡から柏尾川」
㊟2月15日(土)9時30分～12時30分
(雨天中止)
㊟先着20人
㊟1月16日9時から電話で受付

↓㊟1月20日までに㊟か往復はがき
(郵便局記入)で受付

♥味噌づくり教室
㊟2月2日・9日(日)9時30分～12時30分
※各実施日の前日に豆洗いあり
(15時～16時の間で10分程度)
㊟抽選各24人
㊟3,900円
♥そば打ち教室
㊟2月17日(月)14時～17時
㊟抽選12人
㊟2,000円



【書名】
番ねずみの
ヤカちゃん
【著者】リチャード・ウィルバー／さく
松岡享子／やく
大杜玲子／え
【発行者】福音館書店
【発行年】1992年



今年はずみ年。絵本からひとり読み
に移行する子どもにぴったりの物語を
紹介します。
ドドさんの家にこっそり間借りをし
て暮らしているねずみの一家。その中
で、ヤカちゃんは、人間たちに見つかっ
てはいけないうのに、どうしても声を小
さくすることができません。そして、と
うとう、ドドさんはヤカちゃんの声を聞き
つけ、捕まえようとはしますが…。
ぜひご家族で声に出して読んでくだ
さい。きっと楽しい時間になりますよ。

㊟戸塚図書館 ㊟862-9411 ㊟871-6695

「横浜カレンダー」でもイベント情報を掲載
戸塚区 イベント で検索

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)
12月29日(日)～2020年1月3日(金)

♥自然観察会～冬の谷戸～
㊟2月26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
♥わら細工～輪挿し～
㊟2月26日(日)9時30分～12時(雨天決行)
㊟先着20人(小学生以下は要保護者同伴)
㊟500円
㊟1月11日9時から電話か来館で受付
♥バードウォッチング
㊟2月9日(日)9時～11時(雨天中止)
㊟先着20人(小学生以下は要保護者同伴)
㊟中学生以上200円
㊟あれば双眼鏡
㊟1月21日9時から電話か来館で受付
♥竹細工～コマ作りと遊び～
㊟2月23日(日)9時30分～12時
㊟先着20人(小学生以下は要保護者同伴)
㊟500円
㊟1月30日9時から電話か来館で受付

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
☎862-2181 ㊟881-6995

休館延長のお知らせ
天井工事などの期間延長に伴い、全
館休館が2020年5月31日(日)まで
となります。(予定)
ご迷惑をお掛けしますが、ご理解を
お願いいたします。
開館予定日は、2020年
6月1日(月)となります。
詳細は、HPをご覧
ください。

とつかっ子伝言板

■子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)
☎811-8444 ㊟812-5778)
①あったかエコキャンプ
㊟3月14日(土)13時～15日(日)14時
30分
㊟小学1～6年生:抽選48人
㊟6,500円
㊟1月29日から2月12日までに往復は
がき(郵便局)、Eメールアドレス、保護者
氏名を記入)またはホームページで受付
②アロマ教室
㊟3月13日(金)10時30分～12時
㊟16歳以上:抽選10人
㊟2,000円
㊟1月31日から2月14日までに、往復は
がき(郵便局)、Eメールアドレスを記入)
またはホームページで受付

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) HP 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

▶ いいじいカフェ

☎2月3日(月)10時~12時(毎月第1月曜)
¥100円(コーヒー、お菓子)
☎当日直接

東戸塚 地域ケアプラザ

☎826-0925 ☎824-8615

▶ おもちゃの広場

「グッド・トイ」…“木のぬくもり”を感じることが
できるおもちゃなどを使って親子で遊びましょう
☎2月1日(土)10時~12時30分
☎おむね1~3歳児と保護者:先着20組
☎1月14日から電話か来館で受付

上倉田 地域ケアプラザ

☎865-5700 ☎865-5711

▶ 介護者の集い~快楽の会~

☎1月24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

▶ 0歳からの絵本読み聞かせ講座

戸塚図書館の司書さんが0歳児の絵本の
楽しみ方や絵本の選び方について
教えてください
☎1月30日(木)10時30分~11時30分
☎0歳児と保護者:10組程度
☎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
☎2月25日(火)13時30分~15時30分
☎介護をしている人、関心のある人
☎電話か来館で受付

原宿 地域ケアプラザ

☎854-2291 ☎854-2299

▶ あったまり場(★)

☎1月27日(月)14時~16時(毎月第4月曜)
☎当日直接

舞岡柏尾 地域ケアプラザ

☎827-0371 ☎827-0375

▶ あおぞら会

~明るく頭を使ってあきらめない~
頭と体を使った認知症予防教室。最
後に皆でお茶をします
☎1月15日、2月5日(水)9時30分~
11時30分(毎月第1・3水曜)
☎概ね60歳以上 ¥50円
☎当日直接

南戸塚 地域ケアプラザ

☎865-5960 ☎860-0554

▶ ハッピーソング♪カナリア

軽い体操後に、歌を楽しみましょう♪
歌謡・童謡・演歌・唱歌・叙情歌など
☎2月7日(金)14時~15時30分
☎電話か来館で受付

下倉田 地域ケアプラザ

☎866-2020 ☎860-0200

▶ ラジオ体操の会

ラジオ体操第1・第2・みんなの体操・
筋トレをやります
☎1月19日(日)13時30分~15時
☎当日直接

名瀬 地域ケアプラザ

☎815-2011 ☎815-2014

▶ 名瀬ワンコイン民謡教室

☎1月24日、2月14日(金)15時~17
時(原則毎月第2・4金曜)
¥各回550円
☎電話か来館で受付

深谷俣野 地域ケアプラザ

☎851-0121 ☎851-0122

▶ 精神障がいについての講演会 ~病気の理解と支え方のポイント~

【講師】湘南精神保健福祉士事務所
長見英知氏
☎1月31日(金)13時~15時
☎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

とつかっこすくすく広場



赤ちゃんのいるおうちの地震対策

知っておくと
安心♡

① 日頃から…

◆ 自宅の安全性を高めて おきましょう

赤ちゃんを転倒物や
落下物の下になるよ
うなところに寝かせ
ないように



◆ 食料や生活用品を備蓄して おきましょう(最低3日分)

- 飲料水
- 食料品(離乳食などのレトルト食品、
粉ミルク、お菓子、缶詰など)
- トイレパック、紙おむつ、お尻拭き

月齢に応じて、必要なものも
変わってくるので、こまめに
備蓄品も見直しましょう

② 地震が発生したら…

◆ 赤ちゃんとお母さんの身を 守りましょう

ベビー布団などで
パパ・ママの
頭を守ろう!

◆ 素早く火の始末をする

◆ ドアや窓を開けて出口を 確保する

おしりをしっかり
押さえる



☎区役所こども家庭支援担当 ☎866-8469 ☎866-8473

★プレママ・子どもの健診・相談 ※開催日または申込日:1月11日~2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

☎1月20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

年齢	実施日時	実施曜日
4か月児	1月14日・28日・2月4日	火曜午前
1歳6か月児	1月23日・30日・2月6日	木曜午後
3歳児	1月17日・24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

☎1月28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)

☎☎1月14日から、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

☎2月19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、歯みがきレッスン

☎2月28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

☎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

☎2月5日・19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:1月11日~2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)

☎2月27日(木)午前(後日案内送付) ☎区役所5階 健康診査室

☎4月1日時点で40歳以上:先着50人 ¥680円

☎☎1月27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

☎1月17日(金)午前、21日(火)午後、31日(金)午前、2月4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 280,737人(男137,232人 女143,505人)

世帯数 119,623世帯 (2019年12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

