

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



戸塚区のマスコット「ウナシー」

# 2月

## つなく、広がる、 とつかハートプランの輪！

### 第4期計画策定に 向けて始動！！



こころん

こころんは、とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)のマスコットです。  
「みんなの心が温かくなるように」「心と心をみんなつないで」といった願いが込められています。

### とつかハートプランとは…

とつかハートプランは、戸塚区地域福祉保健計画の愛称で、「誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現」を目指し、地域の皆さんや地域ケアプラザ、区社会福祉協議会、区役所などが協力し合い、みんなでより良いまちづくりを進めていく計画です。

戸塚区地域福祉保健計画

区計画

地区別計画

区全体で取り組む区計画と、より身近なところで取り組む地区別計画が策定・推進されています。

第3期計画(平成28～令和2年度)

<基本理念>

誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現

<基本目標>

- ① 支えあいと助けあいのあるまち
- ② みんながふれあう場のあるまち
- ③ 安心・安全、人にやさしいまち
- ④ いつまでも元気で健やかに暮らせるまち

### とつかハートプランについて、区民の皆さんの声を聞いてみました！

#### 区民まつりでのアンケート

ハートプランの4つの基本目標の中で、特に大切だと思う目標は？…  
1番多かったのは「支えあいと助けあいのあるまち」、次に「安心・安全、人にやさしいまち」という結果でした。

ご協力ありがとうございました



### さまざまな活動が行われています(一部紹介)

親子対象のイベント  
夏休み子どもフェスタ



18地区情報共有連絡会



健康づくり



戸塚第三地区:とつ2ウォーキング

地域の居場所づくり



名瀬地区:桜カフェ

## 第4期とつかハートプラン(令和3～7年度)の策定に向けて

### 区計画

#### 策定・推進委員会・検討部会

地域団体、福祉保健医療の団体・事業者など(20団体)の代表者が集まり、ハートプランの基本目標

に関連した共通課題などについて、地域での活動や取組の情報共有・大切な視点やこれからの取組に関する意見交換が行われています。



検討部会の様子

多世代が交流し合える機会や活動が増えていくといいね。

「支えられ、支える」お互いさまの関係が大事だね。

相手に合わせた手段で情報発信が大切だね



### 地区別計画

#### 地区別推進組織

連合町内会、地区社会福祉協議会を単位とした各地区で、地域の活動に携わる皆さんを中心にハートプランの取組に関する話し合いが行われています。



大正地区  
社会福祉協議会  
萩谷会長

### ハートプランへの熱い思いをうかがってきました！

Q どんな地域にしたいですか

A みんながこのまちに住んでよかったと思える地域にしたいです。子どもが素直に安心して育っていけるように、「明るく挨拶を交わしあう」「困った時に助けを求められる」など、みんなが地域をよくするためにできることを少しずつ感じてもらいたいと思っています。

Q 大切にしていることや、取り組んでよかったことはどんなことですか

A 新たな視点やそれぞれの特技や魅力に気づき、協力し合える関係づくりを大切にしています。さまざまな人と出会うなかで、一人ではできないことがたくさんできるようになったことが良かったです。

### 地域の声

日頃から地域の身近なところでつながることが大切だね。

ハートプランを知ることで、活動への意識が高まり、活動の意味を再確認できました。

### これからの流れ

区民の皆さんのさまざまなご意見をうかがいながら、計画完成に向けて進めていきます。



お住まいの地区ごとのハートプランはホームページをご覧ください [HP](#) 第3期とつかハートプラン [検索](#)

☎ 区役所事業企画担当 (☎)866-8424 (☎)865-3963



# 令和2年度 補助金募集のお知らせ

※各事業は市会の2年度予算議決後に実施が決定されます。 ※それぞれ他の事業、行政機関などから補助を受けていないものに限りです。



## とつか区民の夢プロジェクト補助金

### ●対象事業

地域の魅力向上や課題解決につながる自主的な活動(例:文化芸術、スポーツ、国際交流、環境保全に関する事業など)

### ●対象団体(次の要件を満たす団体)

- ▶活動の拠点が区内である団体
- ▶団体構成員が5人以上で、半数以上が区内在住・在勤・在学の団体
- ▶政治・宗教・営利活動を目的としない団体 など

### ●補助内容

- ①スタートアップコース:申請時点で活動3年目までの団体 上限15万円、補助対象経費の4/5以内(1団体につき2回まで)
- ②ジャンプアップコース:活動を拡充させたい団体 上限30万円、補助対象経費の1/2以内(1団体につき原則3回まで)

### ●対象事業期間 4月1日～2021年3月31日

### ●審査方法 書類選考及びプレゼンテーション(3月13日)

### 【申込期間】2月3日～2月28日

【申込方法】詳細は応募要項(区役所3階情報コーナー・9階94番窓口・とつか区民活動センターなどで配布か、区役所HPからダウンロード)をご覧ください。



▲とつかの文化芸術祭 ▲戸塚区歴史探訪ウォーキング

### とつか区民の夢プロジェクト事業 活動報告パネル展

今年度「とつか区民の夢プロジェクト補助金」の交付を受けた団体による、活動報告パネル展です。

◎3月16日(月)～3月27日(金)9時～17時(最終日は12時まで) 区役所3階区民広間 当日直接

区役所地域活動係(☎866-8416 ㊟864-1933)

まずはご相談ください!



## とつかハートプラン補助金

とつかハートプランマスコット「こころん」

### ●対象事業

第3期とつかハートプランの推進を目的とし、その普及啓発に協力する事業(次の内容を満たすもの)

- ▶新規または内容を拡充する事業
- ▶連合町内会自治会・地区社会福祉協議会エリア程度から区内全域までを対象とする事業(ただし、小さなエリアでの活動が有効な場合は申請可能)

### ●対象団体(次の要件を満たす団体)

- ▶自主的な活動を行うことを目指し、活動の拠点が区内である団体
- ▶団体構成員が5人以上で、半数以上が区内在住・在勤・在学の団体
- ▶政治・宗教・営利活動を目的としない団体 など

### ●補助内容 上限10万円、補助対象経費の4/5以内(1団体につき、1年度に1回)

### ●対象事業期間 4月1日～2021年3月31日

### ●審査方法 書類選考及びヒアリング(5月頃予定)

### 【申込期間】3月2日～4月30日

【申込方法】事前相談の上、申請書類一式を直接区役所事業企画担当(6階61番窓口)へ。詳細は応募要項(区役所6階61番窓口、フレンズ戸塚、区内地域ケアプラザで配布か、区役所HPからダウンロード)をご覧ください。



▲地域でのスポーツイベント

区役所事業企画担当(☎866-8424 ㊟865-3963)



## 地域で育む青少年健全育成事業補助金

### ●対象事業

地域の特性を生かし、区内で自主的に活動している団体が青少年の健全育成を目的に実施する事業(次の内容を満たすもの)

- ▶おおむね学齢期から24歳までの青少年の健全育成を目的としている事業
- ▶区内全域または地域(地区連合単位以上)に広く参加を呼び掛けている事業であること(ただし、参加者が申請団体の構成員のみである場合は対象外)

### ●対象団体(次の要件を満たす団体)

- ▶構成員の1/3以上が区内在住者であり、主な活動拠点が区内の団体であること
- ▶政治、宗教、営利活動を目的としていない団体であること

### ●補助内容

- ①大規模事業コース:宿泊を伴う事業、または不特定多数が参加でき、おおむね1回300人程度を定員とする大規模な事業。上限20万円、補助対象経費の2/3以内
- ②一般事業コース:大規模事業コース以外の事業。上限7万円、補助対象経費の2/3以内

### ●対象事業期間 5月1日～2021年3月31日(申請は1団体につき1事業)

### ●審査方法 書類選考及びヒアリング(4月頃予定)

### 【申込期間】3月2日～3月27日

【申込方法】申請書類一式を直接区役所地域活動係(9階94番窓口)へ。詳細は、申込期間中に配布する募集要項(区役所3階情報コーナー、9階94番窓口、とつか区民活動センター、区内地区センターで配布か、区役所HPからダウンロード)をご覧ください。



▲地域でのイベント風景

区役所地域活動係(☎866-8415 ㊟864-1933)

※区社会福祉協議会のふれあい助成金は本紙7ページをご覧ください。

## 戸塚の老舗 VOL.8 区内の老舗をご紹介します

### 吉田屋

創業 大正3年(1914年)

戸塚町3960

昔は四季の行事や冠婚葬祭などの贈答品に多く和菓子が用いられていました。

今ではコンビニエンスストアでも気軽に買えるようになったので、昔ながらの慣習が薄れてきてしまいました。

最近では、ツイッターなどのSNS(ソーシャル・ネットワーク・サービス)を通して一つ一つ手作りした季節の和菓子を求める若いお客さんも増えてきました。

これからはSNSなども大いに利用して、日本独自の和菓子の文化を大切にしていきたいです。

吉田屋スタッフの皆さんのお話



▲昭和初期

### 理容室ミズノ

創業 明治45年(1912年)

戸塚町3981-12

再開前にはバスセンターの横にお店がありました。

鏡の中にバスセンターの車や人々の行き来が映りこんで、お客様は座っている間中退屈することはなかったようです。

最近では、ここが理容室としての機能だけでなく、来てくださったお客様(特に高齢者の皆さん)が気軽に話ができる場、「地域の憩いの場」としての役割も担っていると感じています。

4代目 水野 ひろみさんのお話



▲昔からの家具を今も大切に使っています

## おいレー・ヘルシー・ウナシー 18

トーストと飲み物だけでは栄養バランスがいまひとつ。具をたっぷりのせてごちそうトーストに!

### このレシピの生い立ち

このレシピは、未来の管理栄養士を目指す鎌倉女子大学の管理栄養学科の学生が、戸塚福祉保健センターで学外実習をおこなった際に「おすすめの朝食レシピ」として考えたものです。

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。HP 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)

### 巣ごもりトースト

●1人分のエネルギー:343kcal ●塩分相当量:1.9g

### ▶材料(1人分)

- 食パン…1枚 ●スライスチーズ…1枚 ●卵…1個 ●キャベツ…40g(ひとつかみ)
- ベーコン…10g ●塩、こしょう お好みで

### つくり方

- ①キャベツとベーコンを同じ太さに切る。
- ②①を600wのレンジで1分～1分半加熱する。
- ③食パンにチーズ、②を順にのせる。
- ④③の中央を空けて土手を作り、卵を割り入れる。
- ⑤オーブントースターで約5分焼き、塩こしょうで味をととのえる。



簡単に作れるのに半熟の卵がとろ～っとして美味しく、ぜいたくな朝食になりました!



広報相談係 武井 智也

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 必事項とある場合は、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。

# とっかのお知らせ


## 催し

♥**第76回 区民広間コンサート♪**  
区内で活動しているミュージックブーケ(フルートとコーラス)とVitamin G(ゴスペル)の発表を行います。  
📅2月15日(土)12時~13時  
📍区役所3階区民広間 甲 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)  
♥**第5回戸塚区公園愛護会 展示会**  
公園で美化活動のボランティアを行っている公園愛護会の活動紹介。今年のテーマは、公園を利用した健康づくり、健康維持(ミニ講座あり)。  
📅3月5日(木)~7日(土)9時~16時(最終日は15時30分まで)  
📍区役所3階区民広間 甲 当日直接  
📍戸塚土木事務所(☎881-1621 ☎862-3501)

## 募集

♥**空家無料相談会~専門家があなたの住まいのお悩みを解決します!~**  
①セミナー(全3回程度) ②法律・不動産などの専門家による個別相談  
📅3月6日(金)16時~20時  
📍区役所8階大会議室  
📍市内在住または市内に空家を所有している人:先着①各40人 ②50組  
甲 2月12日から、3月3日までに電話、ファクス(区役所配架のチラシ裏面に記入)、またはホームページで。  
HP [「空家無料相談会」](#)で検索  
(📍 建築局住宅政策課 ☎671-2922 ☎641-2756)  
♥**令和2年度 戸塚区社協ふれあい助成金説明会 開催のお知らせ**  
区社会福祉協議会のふれあい助成金説明会を開催します。申請予定の団体は、説明会に必ずご参加ください。(要予約)  
📅3月3日(火)①9時30分~11時 ②9時30分~11時  
3月5日(木)②9時30分~11時  
③14時~15時30分  
※①②③ともに同一内容となります。いずれかにご参加ください。  
📍福祉保健活動拠点「フレンズ戸塚」  
📍50人※1団体1人の参加でお願いします。  
甲 電話、ファクスで区社会福祉協議会へ(☎866-8434 ☎862-5890)

## 福祉

♥**やりたいことみつける!! 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  
📅3月10日(火)10時~11時30分  
📍福祉保健活動拠点「フレンズ戸塚」  
📍先着15人  
甲 2月12日から、電話で区社会福祉協議会へ(☎866-8434 ☎862-5890)

## 戸塚税務署からのお知らせ

●**医療費控除には明細書の提出が必要です!**  
平成29年分の確定申告から、領収書の提出の代わりに「**医療費控除の明細書**」の添付が必要となりました。(領収書の提出は不要です)。  
▶医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります。(税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません)

●**「ID・パスワード方式」で税務署に行くことなく確定申告ができます!**  
前回の確定申告などで「ID・パスワード方式の届出完了通知」によりIDとパスワードを受け取っている場合は、パソコンやスマートフォンでe-Tax(電子申告)の利用ができますので是非ご利用ください。  
■源泉徴収票などの添付書類は内容を入力すれば提出不要です。  
■「ID・パスワード方式の届出完了通知」をお持ちでない人は、住所にかかわらず全国の税務署で本人確認の後、即日発行します。確定申告期間中は、大変混雑しますので、ID・パスワード方式の申請はお早めをお願いします。  
詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。  
📍戸塚税務署(吉田町2001 ☎863-0011)



## 重要なお知らせ 戸塚駅西口周辺の交通社会実験の実施について

戸塚駅へは、できる限り公共交通機関をご利用ください。

戸塚駅西口周辺の道路では送迎車の一時停車などによる朝・夕のラッシュ時の混雑や、停車車両を追い越すため後続車両が対向車線へはみ出すなど危険な状況が発生しています。そこで、安全に送迎できる乗降場所の利用促進を図るとともに、通行の流れを円滑にするための社会実験を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

### 駅前の一部区間が駐停車禁止になります!(終日)

※駐停車をすると取締りの対象になります。

...規制区間(駐停車禁止)

### 実施期間 2月24日(月・休)~3月1日(日)

- 送迎の際は、第2バスセンターもしくは戸塚区総合庁舎1階の第2交通広場を乗降場所としてご利用ください。
  - 実施期間中は、一時待機場所として戸塚区総合庁舎駐車場及びトツカーナモール駐車場の減免措置があります。詳細はホームページでご確認ください。
  - 社会実験についてアンケート調査を実施する予定です。ご協力をお願いします。
- ※関係機関との調整により、実施内容の一部を変更する場合があります。



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

📍区役所企画調整係(☎866-8326 ☎862-3054)

## 戸塚区区民栄誉賞奨励賞の受賞者決定!

📍区役所地域活動係(☎866-8412 ☎864-1933)

戸塚区では、スポーツ、芸術、文化などの分野で、区民の皆さんに明るい希望と誇りを与えるとともに、戸塚区の名を高めることに特に顕著な業績のあった人や団体の栄誉をたたえるため、「戸塚区区民栄誉賞」を贈っています。また、「戸塚区区民栄誉賞」に準ずる業績があり、今後さらなる活躍が期待される人に贈る「区民栄誉賞奨励賞」と、スポーツ、芸術、文化などの振興に貢献又は意識の高揚に貢献した人に贈る「区民栄誉賞特別賞」があります。今年度は「戸塚区区民栄誉賞奨励賞」を二人が受賞しました。



まつもと たいすけ  
**松本 大典さん**

戸塚区在住  
第73回 国民体育大会において10mエア・ライフル(立射60発)競技少年男子の部で優勝。第74回大会では成年の部において立射・伏射ともに決勝進出するなど、今後のさらなる活躍が期待される。



くら い まゆ すけ  
**倉井 眉介さん**

戸塚区在住  
宝島社主催の第17回「このミステリーがすごい!」大賞で大賞を受賞。受賞作『怪物の木こり』で作家デビューを果たし、ミステリー作家として今後のさらなる活躍が期待される。

**特集「ものづくり」企業が大集合！自慢の技術をわかりやすくお見せします！**

# 戸塚ものづくり自慢展

スタンプラリーで  
記念メダルがもらえるよ



区内には、地域に根ざして市内経済を支える「ものづくり(製造業)企業」がたくさんあるのをご存知ですか。独自の技術や高度な技術を持った「ものづくり企業」が戸塚にあることを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！そんな思いから、「戸塚ものづくり自慢展」を開催します。

**2月28日(金)・29日(土) 10時～16時** 区役所3階(区民広間・多目的スペース・さくらプラザギャラリー)  
【主催】戸塚区役所、戸塚泉栄工業会、戸塚区消費生活推進員の会

## 企業展

区民広間

区内のものづくり企業が自慢の技術をお披露目。戸塚が世界に誇る高度な技術を身近に感じてみよう！

- 阿蘇工業株式会社
- 株式会社ショウワ
- 株式会社パイオラックス
- 株式会社大倉陶園
- 株式会社ナノカム
- 株式会社大倉陶園
- 株式会社京成電子
- 日本自働精機株式会社
- 株式会社三寶精機工業株式会社
- 日本貿易印刷株式会社



## 企業展ガイドツアー

28日(金) 11時、14時30分  
29日(土) 14時  
先着各10人程度  
当日直接



## 戸塚フードマルシェ

多目的スペース大

イートインスペース  
あります

思わず誰かにおすすめしたくなる「おいしいもの とつかブランド」認定品などと株式会社銚子屋の和菓子の販売を行います。どの商品が並ぶかは当日のお楽しみ！



**おいしいもの  
とつかブランド**

## 実演イベント

区民広間

戸塚が世界に誇る巧みの技を見てみよう！

### 大倉陶園のペインターによる描絵実演 ＜株式会社大倉陶園＞

高級洋食器メーカー大倉陶園の国家技能検定1級ペインターが、ケーキ皿の描絵を実演します。

28日(金) 13時～14時



### のこ引き&かんな掛けの実演・体験 ＜株式会社山田建設＞

木材のプロフェッショナル山田建設の大工が、のこ引きやかんな掛けの職人技を披露！体験もできます。

29日(土) 14時30分～16時



## 体験コーナー

多目的スペース

### 事前申込

2月10日 8時45分から2次元コードかホームページから申込

HP 戸塚ものづくり自慢展 で 検索



### こども理科工作教室(日立横浜理科クラブ)

衝突すると反対の方向に走りだす、スイッチバックカーを作ってみよう！

29日(土)  
第1回: 10時～12時  
第2回: 13時～15時

多目的スペース小

区内在住、在学の小学生: 先着各30人  
※3年生以下は要保護者同伴



### 大工さんのクラフト教室(株式会社山田建設)

珪藻土(化石でできた土)を使って、自分だけのアートボードを作ろう！

29日(土)  
第1回: 14時～15時  
第2回: 15時～16時

多目的スペース小

区内在住、在学の小学生: 先着各15人  
※3年生以下は要保護者同伴



### 当日直接

### コインみがき (阿蘇工業株式会社・有限会社工研)

記念コインや手持ちの硬貨を磨いてピカピカにしよう！

29日(土) 10時

多目的スペース小  
※小学3年生以下は  
要保護者同伴



## 消費生活展

さくらプラザギャラリー

「消費者被害未然防止」や「食品ロス削減」などにつながる消費生活に関する暮らしの知恵がいっぱい！安全で快適な消費生活推進のために活動している消費生活推進員が、日頃の活動や端切れなどでリメイクする方法などを紹介します。

### リメイク講習会 当日直接

#### あずま袋づくり

28日(金)  
13時30分  
(13時受付)  
先着20人  
¥300円



#### 古い傘の再利用バッグの 作り方講習

29日(土)  
13時30分  
(13時受付)  
先着20人



## トントンボイス相撲 戸塚場所

区民広間

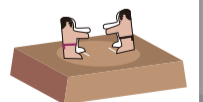
### 事前申込 「トントン」という声に合わせて紙相撲対戦！

29日(土)  
第1回: 10時  
第2回: 12時30分

各回先着8人  
※小学3年生以下は要保護者同伴

2月10日 8時45分から  
2次元コードかホームページから申込

HP 戸塚ものづくり自慢展 で 検索



## とつかものづくりの達人

区民広間

企業にだって負けない！趣味や特技で巧みな技術を持つ地域の「達人」の作品を展示します。

28日(金)



特集

とつかストリートライブ春フェス2020

入場無料

# 第1回 とつか紅白歌合戦

戸塚にゆかりのあるアーティストが紅白に分かれて、歌や演奏によるバトルを展開！  
記念すべき第1回！優勝の栄冠は紅白どちらの手に？！

審査員は会場の  
あなたです♪

🕒 **3月7日(土)13時(12時30分開場)** 📍 **区役所4階 さくらプラザホール**  
👤 **先着430人** 📄 **当日直接**

第1部(13時)

～同時開催～ **第4回とつかソングコンテスト**

予選を通過した8組が、自慢の楽曲で勝負！グランプリは誰の手に？

グランプリは  
「音楽の街とつか」の  
テーマソングに

アーティスト名(ジャンル)	曲名	アーティスト名(ジャンル)	曲名
<b>紅組</b>		<b>白組</b>	
・奏音一かのん (アコースティックユニット)	くまペン	・B.Nazki (ポップス<歌・ダンス>)	ミンナノウタ.
・グリーンティ (女性デュオ)	草原を渡る風	・マザ半 (ギター弾き語り)	シャボン玉
・達見 恵 (ギター弾き語り)	Space Miracle	・ヨシツグ (バンド)	メイさんとゆいさんと チューリップ
・葉下 桃真子 (ギター弾き語り)	がんばれよ!	・リバーサイド (弾き語り<ピアノ・ギター>)	ゆめ、とつかから

👑 **グランプリ:** 戸塚区出身のミュージシャンをはじめ、戸塚ゆかりの審査員により決定!

**オーディエンス賞:** 来場した皆さんの1票で決まります。

**ロッキントツカ賞:** 「第7回戸塚音楽祭Rockin' TOTSUKA81」に出演

第2部(15時)  
(予定)

## とつかで活躍するアーティストの競演

若手からベテランまでとつかで活躍する実力派アーティストが集結

紅組



**kaho\*** かほ  
戸塚発!誰もが好きになるメロディーセンスを持つテーマソングの女王!今までに40曲以上のテーマソングを制作。福島県小野町観光大使も務める。戸塚から全国を目指し活躍中!



**Megu-Band** メグ バンド  
結成10年目を記念とするNEWアルバム「碧い」を令和元年5月にリリース!!  
当たり前の事を、ナチュラルに、シンプルに...  
サラリと潮風のような湘南サウンド。



**moe** モエ  
1996年生まれ。大人も子どもも前向きになれる軽やかでpopな曲を、アコースティックギターの弾き語りで!街を明るく元気に!!



**the Firstar** ザファスター  
戸塚ダンススタジオUNISTA発!  
戸塚の小学4年生から中学2年生を中心に結成されたダンスボーカルユニット!

白組



**古山潤一** こやまじゅんいち  
優しく温かく突き刺さる歌声。第2回とつかソングコンテストで「この街」がグランプリを受賞し、戸塚の歌に...。2019年12月からエフエム戸塚にレギュラー出演中。



**THE OINARI3** ザオイナリサン  
60歳トリオ+54歳ドラマー、アラウンド還暦=アラカンオヤジバンド降臨。  
オヤジ達の未来にあるのは「天国への階段」か、それとも「地獄への坂道」なのか。



**クニトミ**  
横浜を中心に活動するシンガーソングライター2人によるアコースティックユニット。  
ボーカル森下邦太は俳優タレント業、ギター富岡大輝は昆虫Youtuberとしてマルチな活躍を見せる。



**田中和義 & T Street Band**  
たなかかずよし アンド ティーストリートバンド  
戸塚区在住のロックバンド。  
「背中を押す、ともに生きる」をモットーに日々活動中。

連携企画その1 **みんなの音楽学校**

申込不要・入場無料

📍 さくらプラザリハーサル室  
📄 当日直接

- ① 小さなお子さんも参加できるウクレレリトミック(リズム遊び)  
🕒 10時~10時45分 📄 先着20人程度
  - ② 初めてでも楽しめるウクレレ体験  
🕒 11時15分~12時 📄 先着20人程度
  - ③ ウクレレサミットin 戸塚(ウクレレコンサート)  
戸塚を拠点に活動する団体、サークルの皆さんが大集合!  
🕒 13時30分~15時 ※観覧自由
- 協力: 一般社団法人ウクレレサポート協会



連携企画その2 **ボイスサイズ®体験会**

要事前申込・無料

「ボイスサイズ®」の健康効果

- ・普段出さない大声を出し、免疫機能をアップ
- ・舌の筋肉や表情筋を鍛えることで、小顔効果やアンチエイジング
- ・横隔膜筋を鍛え、体のゆがみを整えます

【講師】加賀爪タッド(音楽プロデューサー)、森下邦太(シンガーソングライター)ほか

🕒 ①11時~11時40分 ②13時~13時40分 ③15時~15時40分

📍 さくらプラザ練習室ほか

👤 各回先着15人※空きがあれば当日参加可

📄 2月12日9時から、2次元コードかホームページから申込

📄 HP [とつか紅白歌合戦](#) で検索

声を出すことで健康に!  
人生を豊かに!



# 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  
●**重要事項**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。

**戸塚地区センター**  
〒244-0003 戸塚町127  
☎862-9314 fax862-9315  
休 第3月曜日(祝日の場合翌日)

♥親子でパン作り～春の三色フォカッチャ～  
📅3月1日(日)10時～13時

👤小学生と保護者:抽選8組 ¥1組:800円  
申2月11日10時～19日17時までに、📄か  
来館で受付 ※材料に小麦、大豆を使用します

♥未知のみなとみらいエリアを歩く  
～隠れた歴史とエピソードにふれる～

📅3月15日(日)9時30分～12時頃  
※JR桜木町駅前広場集合、中華街で解散  
(小雨決行、荒天中止)

👤高校生以上:先着12人 ¥300円  
申2月12日14時から、電話で受付

♥シニア向けスマートフォン無料体験教室  
📅3月23日(月)14時～16時

👤スマートフォンを持っていないシニア:  
抽選20人(おおむね70歳位まで)  
申3月1日までに、往復はがき(重要事項を  
記入)で受付

↓申2月11日14時から、電話で受付(先着)

♥戸塚おもちゃの病院  
📅2月22日(土)9時30分～14時30分

👤幼児・小学生と保護者:18組  
♥初めてママのお友達づくりサロン

📅3月11日・18日(水)10時～11時  
👤0歳児の親子:12組 ¥200円(全2回分)

**舞岡地区センター**  
〒244-0813 舞岡町3020  
☎824-1915・1949 fax824-1925  
休 第2月曜日(祝日の場合翌日)

♥東日本大震災復興支援イベント  
東北物産展、せんべい汁、三陸の海の幸  
などの飲食販売、よさこい演舞など  
📅3月8日(日)11時～14時

↓申2月11日14時から、電話で受付(先着)

♥踊ろう!よさこい!  
3月8日(日)の東日本大震災復興支援イ  
ベントが本番です。

📅3月1日(日)・7日(土)13時～15時  
👤30人 ※子連れ大歓迎!

♥まいちく みんなの食堂  
📅3月13日(金)16時～20時

♥絵本のおやつを作ろう!  
～白玉フルーツポンチ～

📅3月15日(日)10時30分～12時30分  
👤3～5歳児の親子:6組 ¥1,000円

♥つまみ細工～サクラ～  
📅3月24日(火)10時～11時30分

👤8人 ¥1,650円  
♥舞岡こめこめクラブ

～家族で田んぼ体験 事前説明会～  
📅3月29日(日)10時～11時

♥春の遠足～野毛山動物園へ行こう!～  
📅3月31日(火)9時～15時  
👤小学1～6年生:15人 ¥1,500円

**大正地区センター**  
〒245-0063 原宿3-59-1  
☎852-4111 fax852-1541  
休 第3月曜日(祝日の場合翌日)

↓申2月11日13時30分から、電話か  
📄で受付(先着)

♥ジュニア料理教室・お菓子作り  
📅3月29日(日)9時15分～12時45分

👤小学生:20人 ¥100円  
♥飲茶で温活!

📅3月12日・26日(木)9時30分～12時45分  
👤12人 ¥2,900円(全2回分)

↓申2月12日13時30分から、電話で受付  
(先着) ※詳細問合せ

♥サークル体験会  
📅3月14日(土)

①日本舞踊  
📅10時～11時45分 👤10人

②空手&健康体操  
📅10時～11時30分 👤10人

③自彊術  
📅13時30分～14時30分 👤10人

④盆踊り  
📅13時～14時45分 👤10人

⑤いけ花 浦島流  
📅12時30分～14時30分 👤10人

¥1,200円  
⑥ヨガ  
📅15時30分～17時 👤15人

**踊場地区センター**  
〒245-0061 汲沢2-23-1  
☎866-0100 fax866-0101  
休 2月3日、3月9日(月)

↓申当日直接

♥子どもひな祭り茶会  
📅3月7日(土)13時～15時

👤30人 ¥300円、中学生以下100円  
♥おどりばサークルフェスタ

ステージ発表・作品展示・体験コーナーなど  
📅3月14日(土)10時～15時  
📍室内履き

↓申2月11日14時から、電話で受付(先着)

♥0歳からの絵本に親しむ講座  
絵本の選び方や楽しみ方を戸塚図書館  
司書がお伝えします。

📅3月4日(水)10時～11時  
👤0歳児と保護者:10組

♥大人のための楽しい陶芸教室Ⅲ期  
📅3月7日・14日・28日(土)9時30分～11時30分

👤10人 ¥3,000円(全3回分)

↓申2月12日14時から、電話で受付(先着)

♥行政書士会戸塚支部による無料相談会  
📅3月17日(火)9時15分～11時45分

👤5人  
♥地下鉄安全マナー教室と踊場駅見学会  
📅3月26日(木)9時15分～10時30分

👤幼児・小学生と保護者:10組

**東戸塚地区センター**  
〒244-0805 川上町4-4  
☎825-1161 fax825-1162  
休 第2月曜日(祝日の場合翌日)

♥サークル体験会  
地区センターを利用しているサークル  
の活動を体験していただけます。

📅3月1日～5月31日(日)  
※館内掲示・ホームページをご覧ください

↓申2月25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)

📅3月1日(日)11時～15時 ※詳細問合せ  
♥東戸塚地区センターこどもみらい塾  
生徒募集

ひとり親家庭の支援として小学4年生か  
ら中学3年生までを対象に、パソコン学  
習システムを使用し、学習を行います。

📅毎週水・金曜(祝日除く)  
小学生:16時25分～18時

中学生:18時～20時  
👤小学4年生～中学3年生:10人

↓申当日直接

♥行政書士による無料相談会  
📅2月15日(土)9時15分～12時

(毎月第3土曜)  
♥親子の遊び場ころりん広場

📅3月2日・16日(毎月第1・3月曜、祝日  
及び8月は除く)10時～12時

**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 fax866-2502  
休 2月11日(火)・12日(水)

♥名曲サロンシリーズ 年4回開催  
📅4月29日(祝・水)ヴァイオリンデュオ、  
6月18日(木)マリンバ、2021年1月7日  
(木)ソプラノ・ヴァイオリン・ピアノ

①11時30分②14時30分  
📍さくらプラザ リハーサル室 👤各70人

【チケット】全席自由:各800円  
ホール公演 クラリネット、チェロ、ピアノ

📅10月21日(水)14時  
📍さくらプラザ ホール【チケット】全席指定:  
1,500円 申2月29日14時から、電話で受付

↓申当日直接

♥ともだちや-あいつもともだち-  
劇団うりんこによる大人気の絵本「おれ  
たち、ともだち!」シリーズのお芝居

📅5月5日(祝・火)14時  
【チケット】全席指定:一般2,500円、小  
学生以下1,000円、親子ペア3,000円

申2月15日14時から、電話で受付  
♥若林 顕 ショパン:全ピアノ作品シリーズ

「ショパンを巡る旅2018～2020」ラストシーズン  
📅5月22日、7月3日、9月18日、11月6  
日、2021年2月26日(金)19時30分

【チケット】各回全席指定:一般2,500円、学生  
1,500円 申2月16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 fax812-9199  
休 第3月曜日(祝日の場合翌日)

♥放課後の居場所☆月イチカレーの日☆  
📅毎月第4金曜 16時

↓申2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☆  
～ちらし寿司、伊達巻、ごま団子、桜もち～

📅2月25日(火)12時  
👤20人 ¥大人500円

♥本格和菓子(おひなさま)  
📅2月26日(水)10時

👤12人 ¥1,000円  
♥地球を守る「エコ講座」

📅3月3日(火)10時  
👤20人

♥上矢部わくわく塾(英語体験)  
📅3月8日・15日・22日・29日(日)10時

👤小学生:10人 ¥2,000円(全4回分)  
♥わかりやすい「遺言・相続セミナー」

📅3月14日(土)14時  
👤20人

♥離乳食講座  
📅3月17日(火)13時

👤0歳児と保護者:12組 ¥300円  
♥上矢部算数塾(展開図から立体)

📅3月11日(水)①16時 ②17時  
👤小中学生:各10人 ¥300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 fax825-6774  
休 月曜日

♥防災講座  
「これが避難所のリアル!」

この5つの備えをやれば自宅で安心  
📅3月14日(土)13時30分～16時

👤先着30人  
申2月11日から、電話か来館で受付

↓申当日直接

♥イーブニング談話室～会話を楽しむ場～  
📅2月25日(火)19時～20時30分

♥昭和と演歌を熱く語ろう  
伝説のギター流しが、昭和の演歌を歌う。  
あの時代のことを話しましょう。

📅2月28日(金)17時～18時  
♥お昼のミニライブ

春の歌のアンサンブルをお楽しみくだ  
さい。

📅3月8日(日)12時15分～12時45分  
♥うちの茶の間

脳活生き活トレーニング!  
📅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  
パソコン操作で困ったときの相談室

📅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



「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

**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

- ♥️あしなが音楽会「ゴスペル」  
 🕒2月22日(土)14時15分～15時15分  
 📍100人 申当日直接
- ♥️内科医からみたシリーズ「肺疾患」  
 🕒2月27日(木)10時～12時  
 📍40人 申電話か来館で受付

📍市内在住の60歳以上 申2月11日～25日までに、本人が年齢・住所の確認できるものとはがきを受付に持参(抽選)

- 令和2年度前期 趣味の教室(4月～9月)
- ♥️健康体操  
 🕒毎週火曜 9時50分～11時20分  
 📍20人
- ♥️ズンバ・ゴールド  
 🕒第4火曜 12時～13時  
 📍20人
- ♥️日本語という大河～その源流と流れを知る～  
 🕒毎月第2・4木曜 9時30分～11時30分  
 📍24人 ¥1,200円(テキスト代)
- サークル会員募集  
 ※申込随時・詳細問合せ
- ♥️「囲碁遊遊クラブ」  
 🕒毎月第2・4金曜 11時50分～13時50分
- ♥️「さくら会」(骨盤を意識した体操)  
 🕒毎月第2・4金曜 9時30分～11時30分

**戸塚スポーツセンター**  
 〒244-0816 上倉田町477  
 ☎️862-2181 📠881-6995

**休館期間のお知らせ(予定)**

天井などの工事をしています。

【休館期間】🕒5月31日(日)まで  
 【開館日】🕒6月1日(月)

**区内の公園情報**

**小雀公園** 📍📠853-1945

- 野鳥観察会  
 公園内を散策しながら、冬鳥を探して観察します。  
 🕒3月8日(日)9時～11時30分(雨天中止)  
 📍小雀公園レストハウス  
 🎒双眼鏡、筆記用具(双眼鏡の貸出しもありますが、数に限りがあります)  
 申当日直接

**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

- ♥️「私のしごと・手しごとマルシェ」開催!  
 45ブースが出店!手づくり作品の販売や体験コーナー、おいしいカレーもあります。  
 🕒2月22日(土)10時～15時
- ♥️女性のためのパソコン講座「エクセル初級」  
 表計算の基礎から関数・グラフ・データベースの基礎を学ぼう  
 🕒3月7日(土)・8日(日)10時～15時30分  
 📍女性:先着12人 ¥11,000円(全2回)  
 申2月15日9時から、専用電話(☎️862-4496)かホームページで受付
- ♥️女性としごと 応援デスク「キャリア・カウンセリング」  
 再就職・転職・今後のライフプランについて女性のキャリアコンサルタントが相談をお受けします。  
 🕒毎月第1・3・5の月・土曜  
 ①10時 ②11時 ③13時 ④14時  
 📍女性:各先着1人 申電話で受付

※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  
 📅2月17日(月)(定例休館日)

- ♥️戸塚区読み聞かせボランティア交流会  
 🕒3月12日(木)9時30分～11時30分  
 📍戸塚地区センター2階 会議室A  
 📍区内の学校や施設などで読み聞かせボランティアをしている人:先着30人  
 申2月13日9時30分から、電話か来館で受付

- 📍当日直接
- ♥️定例おはなし会  
 🕒2月19日(水)15時30分～16時  
 📍図書館絵本コーナー  
 📍4歳児～小学校低学年
- ♥️ちっちゃんおはなし会  
 🕒3月6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)

- ♥️親子手作りパン教室  
 🕒3月15日(日)13時～16時  
 📍小学生以上と保護者:抽選12組  
 ¥1,500円  
 申2月23日までに、往復はがき(必要事項を記入)かホームページで受付
- ♥️ふるさとの森散策会  
 🕒3月14日(土)9時30分～12時(雨天室内)  
 📍先着20人  
 申当日直接
- ♥️吊し雛展  
 吊し雛教室参加者による作品展示  
 🕒3月11日(水)～4月11日(土)  
 📍虹の家ホール

**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)

- ♥️竹細工～竹の鳥笛・箆・しゃもじ  
 🕒3月22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  
 申2月26日9時から、電話か来館で受付
- ♥️バードウォッチング  
 🕒3月8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  
 持あれば双眼鏡  
 申2月11日9時から、電話か来館で受付
- ♥️自然観察会～谷戸の目覚め～  
 🕒2月23日(日)13時～15時(雨天中止)  
 申当日直接、小谷戸の里大掲示板前へ



【書名】**県都物語 47都市空間の近代をあるく**  
 【著者】西村幸夫/著  
 【発行者】有斐閣  
 【発行年】2018年



「あらゆる都市には物語がある」という著者は、まちづくりの専門家。地図や古写真を手がかりに、47都市を歩き成り立ちを探ります。

横浜市の物語は、「不動の都市軸都市」。現在まで政治の中心地で在り続ける日本大通りを主役に語られます。全都市を制覇するもよし、気になる都市を拾い読みするもよし。見つけた都市の見え方が変わるかもしれません。

寒いこの季節、本でじっくり都市の過去と現在を旅してみませんか。

📍戸塚図書館 ☎️862-9411 📠871-6695

**とっかつ子伝言板**

- おひさまクラブI(全6回)  
 幼児と保護者の自然遊び教室(自然観察・野外ゲーム・クラフト・おやつ作りなど)  
 🕒4月8日・15日・22日、5月13日・27日、6月3日(水)14時～16時  
 📍こども自然公園青少年野外活動センター  
 📍4歳以上の未就学児と保護者:24組(多数時抽選)  
 ¥1組6,600円(追加 大人3,500円、子ども2,500円、3歳児以下300円)  
 申2月24日から3月9日までに往復はがき(必要事項、性別、年齢(学年)、Eメールアドレスを記入)かホームページで受付(〒241-0834 旭区大池町65-1 ☎️811-8444 📠812-5778  
 🌐http://www.yspc.or.jp/kodomo\_yc\_ysa/)
- 中高年英語入門教室受講生募集  
 アルファベットABCの初歩からスタートし、「ゆっくり着実に」をモットーに英語学習を通して、楽しい生涯学習を目指します。  
 🕒4月8日～2021年3月24日(水)15時～16時45分(毎月3回 水曜日・年36回)  
 📍松本ビル(戸塚町4001) 📍40歳以上:抽選24人 ¥1回1,400円(3か月分前納)  
 ※入会金別途1,200円  
 申📅3月5日までに、電話、はがき、ファクスかEメールで市シルバー人材センター港南事務所(〒233-0002 港南区上大岡西1-6-1 オフィスタワー13階 ☎️342-9600 📠847-1716  
 ✉️ysckonan@yokohamacity-silvercenter.or.jp)まで
- とっかつ災害ネット 防災フェスティバル～もし発災前に戻れるとしたら何を準備しますか?～  
 災害が起ってしまった後悔しいために備えておきたい防災・減災の知識や技を披露します。是非ご家族で身に付けてお役立てください。  
 🕒3月8日(日)11時～15時  
 📍総合庁舎3階多目的スペース大  
 申当日直接  
 📍小泉(戸塚区社協 ☎️866-8434 📠862-5890)

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

▶「いいじいカフェ」  
☎3月2日(月)10時~12時(毎月第1月曜)  
¥100円(コーヒー、お菓子付き) 申当日直接

**東戸塚 地域ケアプラザ**  
☎826-0925 ☎824-8615

▶ユニチャーム「からだあるある講座」  
年齢問わず起こる、からだのあるあるな悩み。今回は尿漏れについて少しでも軽くするヒントが見つかります。  
☎3月6日(金)10時~11時30分  
☎35人程度 申電話か来館で受付

**上倉田 地域ケアプラザ**  
☎865-5700 ☎865-5711

▶あったまり場(★)  
☎2月12日、3月11日(水)14時30分~16時30分(原則第2水曜)  
申当日直接

**汲沢 地域ケアプラザ**  
☎861-1727 ☎861-3428

▶子育て中のママさん、  
一緒におしゃべりしましょ  
母子別室にて、仲間作り・グループワーク・ティータイムなど  
【講師】矢野 令子氏(横浜市子育て支援者)  
☎2月28日、3月6日・13日(金)10時~11時30分(全3回)  
☎生後2か月~未就学児の保護者:6~12組(多数時抽選)  
申2月17日までに、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(★)  
☎2月21日(金)15時~17時  
(毎月第3金曜) 申当日直接

**原宿 地域ケアプラザ**  
☎854-2291 ☎854-2299

▶うたごえサロン  
懐かしの歌をみんなで歌って楽しいひとときを過ごしましょう。1人での参加も可。  
☎2月22日(土)14時~15時30分(原則第4土曜)  
☎40人程度 ¥100円(保険代など)  
申電話か来館で受付  
※ボランティアも同時募集。詳細問合せ

**舞岡柏尾 地域ケアプラザ**  
☎827-0371 ☎827-0375

▶講演会「考えよう!災害時の支えあい」  
災害時、障害のある人へどのような配慮が必要でしょうか、一緒に考えてみましょう。  
【講師】戸塚区自立支援協議会  
☎2月20日(木)10時~11時30分  
申当日直接  
※終了後に個別相談も承ります。

**南戸塚 地域ケアプラザ**  
☎865-5960 ☎860-0554

▶南戸塚シネマ「くじけないで」  
☎3月13日(金)10時~12時  
☎50人程度 ¥200円  
申3月10日までに、電話か来館で受付

**下倉田 地域ケアプラザ**  
☎866-2020 ☎860-0200

▶誰でもゆったりと過ごせるサロン  
「アランチヤ」  
☎2月15日(土)(毎月第3土曜)9時30分~11時30分  
☎認知症の人でも障害のある人でも誰でも参加できます。  
¥100円(お茶代) 申当日直接

**名瀬 地域ケアプラザ**  
☎815-2011 ☎815-2014

▶シネマカフェ「妻よ薔薇のように(家族はつらいよⅢ)」  
☎3月5日(木)13時30分~16時  
☎先着50人 ¥200円(茶菓子代)  
申2月12日から、電話か来館で受付  
※映画は変更になる場合あり

**深谷俣野 地域ケアプラザ**  
☎851-0121 ☎851-0122

▶玉城先生の医療相談  
☎2月13日、3月12日(木) ①13時~13時20分 ②13時25分~13時45分  
☎各回1人  
申電話か来館で受付

★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



### 親子で体験!防災ワークショップ

風呂敷で抱っこ、災害用伝言ダイヤルの使い方、備蓄品展示など

【主催】NPO法人 コドモト  
☎2月29日(土)13時30分~15時  
☎とつこの芽サテライト  
申当日直接  
☎地域子育て支援拠点 とつこの芽サテライト  
(上倉田町957-1 ヴィラ桜1F ☎☎410-7010)



### 妊娠中、出産や子育てについての悩み事、困りごとありませんか?

#### とつかの子育て応援ルーム とこどこ

子育てパートナー、母子保健コーディネーターによる  
個別相談を行っています!

#### 子育て パートナー相談

☎原則第4金曜  
9時~12時

戸塚区地域子育て支援拠点  
「とつこの芽」専任スタッフが、  
相談者の気持ちに寄り添い、  
情報を調べたり、支援機関の  
紹介なども行います。

#### 母子保健 コーディネーター 相談

☎原則第4金曜  
13時30分~15時

保健師、助産師の  
資格を持つ専門職が、  
妊娠期から産後の相談を  
お受けします。

☎区役所こども家庭支援担当  
(☎866-8470 ☎866-8473)

申込不要なので、  
お気軽に  
いらしてくださいね!



### ★プレママ・子どもの健診・相談... ※開催日または申込日:2月11日~3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

☎2月10日、3月9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

申☎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	2月18日、3月10日	火曜午前
1歳6か月児	2月13日・27日、3月5日	木曜午後
3歳児	2月14日・21日・28日、3月6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

☎2月18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

申☎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)

☎申☎2月12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

☎3月18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

☎3月27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

☎3月4日・18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

## 健診・相談のお知らせ

※開催日または申込日:2月11日~3月10日  
※来庁はなるべく公共交通機関をご利用ください。

### 個別健康相談 要予約

☎市内在住

☎区役所5階 健康相談室

申☎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

☎2月14日(金)午前、2月18日(火)午後、2月21日(金)午前、  
3月3日(火)午後、3月6日(金)午前

戸塚区役所 〒244-0003 戸塚町16-17

☎866-8484 ☎862-3054 HP 戸塚区役所 で 検索

編集・発行 区役所広報相談係(☎866-8321)

人口 280,733人(男137,246人 女143,487人)

世帯数 119,663世帯 (2020年1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

