

TOTSUKA 7 ととつか

No.321

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

必見!!!

戸塚の女子スポーツチームのキャプテンにインタビュー!!

日立サンディーバ

スローガン **真化~Be the best~**

キャプテン **坂本 実桜** 選手

- Q ソフトボールの魅力とは
- A 沢山のひとと出会い、自身を成長させてくれるスポーツです。人生をより良いものにしてれています。
- Q 戸塚区民へメッセージ!
- A チームの強みを最大限発揮し日本一を目指して、皆さまに元氣と感動をお届けします! 熱い応援よろしくお願ひします!



ととつかの女子スポーツがんばれ!

YOKOHAMA TKM

スローガン **皆で力を合わせて前進! Awesome Together**

キャプテン **小島 碧優** 選手

- Q ラグビーの魅力とは
- A 激しい戦いの中に美しさがあるところです!
- Q 戸塚区民へメッセージ!
- A 柏尾川の河川敷にはチームメイトとよく行きます。春にはきれいな桜で癒やされ、とてもリラックスできる素敵な場所ですよ。これからも戸塚区の皆さんに感動と元氣を与えられる存在となれるよう、チーム一同頑張っています!



地域活動

朝の柏尾川の清掃活動や、能登半島地震の義援金の募金活動などを行いました。

ニッパツ横浜FCシーガルズ



ニッパツ **YOKOHAMA FC seagulls**

チーム目標 **2024プレナスなでしこリーグ1部優勝**

キャプテン **新井 翠** 選手

- Q サッカーの魅力とは
- A 1つのゴールに向かってチームの戦術や選手の個性がピッチ上で現れます。その中で色々な感情を味わえることが出来るスポーツだと思います。
- Q 戸塚区民へメッセージ!
- A 週末はサッカーの応援に!と思ってもらうことで、スポーツを通して戸塚を盛り上げていきたいです。これからもなでしこリーグ1部優勝!と戸塚を元氣に!を心に頑張っていきます。



イベント

ととつか区民デー

ホームゲームへご招待!!

2024プレナスなでしこリーグ1部 VS 伊賀FCノース三重
 8月31日(土) 16時キックオフ
 所ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川県三ツ沢西町3-1) 区内在住・在勤・在学(園)の人とその家族:先着500人
 受付中 所ニッパツ横浜FCシーガルズ(所828-0560)、区役所地域活動係(所866-8412 所864-1933)
 抽選で区民限定イベントも当たります!
 事前申込(抽選)
 ※チケット申込時に選択



▲申込みはこちら

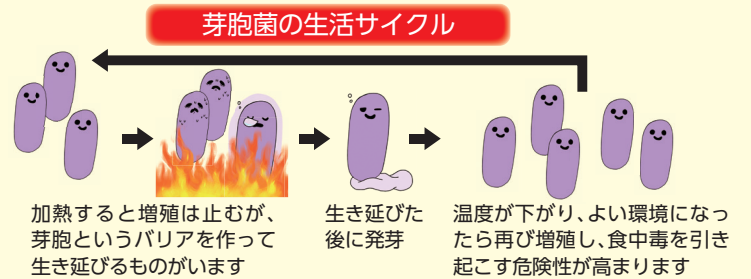
所 区役所地域活動係 (所 866-8412 所 864-1933)

最新の戸塚区の情報はこちら



夏は特に注意!! 加熱だけでは防げない食中毒...芽胞菌

食中毒を引き起こす菌の中には、「芽胞菌」と呼ばれる加熱だけでは防げない菌が存在します。今回は代表的な食中毒菌3種の攻略方法をご紹介します。



食中毒徹底攻略 ウエルシュ菌

危険度の高い食べ物
 ●大量に作ったカレー、シチュー、煮物

スピード 早い (人に攻撃するまでに6~18時間)

得意技 おなかへの攻撃(ゲリ、腹痛)

持久力 1~2日間攻撃が続く

食中毒徹底攻略 セレウス菌

危険度の高い食べ物
 おう吐型 ●チャーハン ●やきそば
 ゲリ型 ●おべんとう ●プリン

スピード おう吐型 とても早い (攻撃するまでに30分~6時間)
 ゲリ型 早い (攻撃するまでに6~15時間)

得意技 おう吐型 胃への攻撃(おう吐、吐き気)
 ゲリ型 腸への攻撃(ゲリ、腹痛)

持久力 おう吐型 攻撃は6~24時間続く
 ゲリ型 攻撃は12~24時間続く

食中毒徹底攻略 ボツリヌス菌

危険度の高い食べ物
 ●びんづめ ●かんづめ ●真空パック食品

スピード 早い (人に攻撃するまでに8~36時間かかる)

得意技 毒素を作って人の神経を攻撃 (ものが2重に見える、息ができなくなるなど)

持久力 病院で治療しても完治まで数か月かかる

攻略方法

- 作り置きしない
- 保存する時は鍋から小分けにして冷蔵庫へ!
- 温め直すときは、ぐつぐつするまで火を通しながら、よく混ぜることが大切

攻略方法

- 作り置きしない
- 保存する時は必ず冷蔵庫へ!

攻略方法

- ぱんぱんに膨らんだレトルト・真空パック食品、かんづめは食べない!

特に注意
 1歳未満の乳児がはちみつを食べると「乳児ボツリヌス症」になる場合があります。絶対にはちみつを食べさせないでください。

もっといろいろな食中毒攻略方法はここから

パンフレット▶ ▶ 動画▶

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

↓ この虫にピンときたら! 近年、横浜市でもトコジラミについての被害・相談が増えてきています。被害を防ぐためにはトコジラミを持ち込まないことが大切です。

注意!

5~8mm

トコジラミ

特徴

- 羽は持たず、形状は、扁平・楕円形で赤褐色
- 人や動物の血液を吸って生活する
- 主に夜間に活動
- 狭い隙間を好む

Q どこからくるの?

A 荷物などと共に外から持ち込まれます。旅行で使ったかばんや購入した中古家具などは内部にトコジラミがいないか確認しましょう。

Q どんなどころにいるの?

A **和室の場合** 掛け軸の裏、ふすまの隙間、柱の隙間、畳(裏・隙間)

洋室の場合 家具の隙間、カーテン(折り目・縫い目)、本(書棚・隙間)、電化製品、布団・枕、コンセント、マットレス(縫い目・隙間)、ベッドの裏、カーペットやじゅうたんの裏

Q 刺されたらどうするの?

A 繰り返し刺されるとアレルギー反応を起こし、痒みを引き起こす恐れも…。刺された後、痒みがおさまらない場合は、医療機関に相談を。

トコジラミによる炎症

Q 駆除方法を教えて!

A 掃除機で吸い取り、すぐに処分しましょう。殺虫剤を使用する場合、トコジラミに効果があるタイプか確認して使用しましょう。自主的な駆除が困難な場合、環境衛生係で専門駆除業者(団体)をご案内します。

※写真提供:一般財団法人 日本環境センター

問 区役所環境衛生係 (Tel) 866-8476 (Fax) 866-2513

マークの説明 日日時・期間 所会場 対象・定員 費用 保育 持ち物 申込み 問合せ 休館日 電話番号 ファクス番号 Eメール WEBウェブサイト 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 〻 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。

区役所からののお知らせ

催し

令和6年度 フレイル予防ボランティア養成講座(全6回)

フレイル予防(高齢者の身体機能を維持・向上させる体操など)について学び、介護予防ボランティアとして地域で活動するための講座を開催します
 日 9月3日・10日・17日・24日、10月1日・15日(火) 13時30分~15時30分(13時15分受付開始) 所 区役所8階大会議室A・B 〻 先着40人 申 7月16日9時~8月26日17時にWEBかか(必要事項)を記入)で区役所高齢者支援担当へ

区役所高齢者支援担当
 (Tel)866-8439 (Fax)881-1755



募集

食品衛生責任者指定講習会

日 ①8月15日(木)②9月6日(金)③10月30日(水) 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A②区役所8階中会議室2 〻 食品衛生責任者証(票)、筆記用具 申 前日までに、か(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(Tel)866-8474 (Fax)866-2513

スポーツ

戸塚区ソフトテニス大会

[種目]一般男女・シニア男女
 日 8月25日(日)9時~17時 所 金井公園テニスコート(栄区金井町315-2) 〻 区内在住・在勤・在クラブの高校生以上 費 1ペア2,000円 申 8月11日までにか(必要事項)を記入)で高橋智子へ(Tel)851-4354 〒245-0066 俣野町1403-12-202

とつかハートプランマスコットこころん

戸塚区役所での

献血のご協力をお願いします

~献血は命をつなぐボランティア~
 神奈川県内では、1日約900人の献血協力が必要です。

日 7月9日(火)9時30分~15時30分(休憩時間11時30分~13時)
 所 区役所1階 荷捌き場(ハックドラッグ戸塚区役所店の横)

ここから献血の事前予約ができます
 詳細はこちら



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

戸塚区内の公園をご紹介します

14か所の公園をたくさんの写真で魅せる「公園ブック」を9階93番窓口で配布中!



WEB版はこちら

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

大坂下バス停から徒歩1分 今年の夏も!

大坂下公園プール オープン!

日 7月13日(土)~9月1日(日)まで



所 戸塚町2974-1
 区 Tel (Fax) 881-3870 (期間中)



WEBはこちら

- ※お得な回数券をご利用ください。
- バイク・車でのご来場はご遠慮ください(駐車場がありません)
- 悪天候や水温・気温が低い場合は休業することがあります



	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)	9時~16時 (最終遊泳時刻は15時50分)
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

区(指定管理者)株式会社フクシ・エンタープライズ (Tel) 03-3681-0294 (Fax) 03-3681-0299

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手作りミニコンサート
 出演者:フルートアンサンブル 夢笛(フルート)、TENUTO(トロンボーンアンサンブル)

日 7月20日(土)12時~13時 所 区役所3階 区民広間
 申 当日直接



とつかストリートライブ

青空の下でストリートミュージシャンの演奏を一緒に楽しもう

日 7月20日(土)10時30分~18時(出演者数により変更有、最新情報はWEBへ) 所 トツカーナ東急プラザデッキ(戸塚駅西口歩道橋) 申 当日直接



区民広間コンサート運営委員会事務局、とつかストリートライブ運営委員会事務局(区役所地域活動係 Tel)866-8416 (Fax)864-1933

夏休みの自由研究に、集まれ小学生!

小型生ごみ処理器「ミニ・キエーロ」講習会



生ごみを自然の力で分解する生ごみ処理器「キエーロ」を知っているかな? 「キエーロ」は生ごみを土の中の微生物と風と太陽の力で分解するのじゃ。その土は栄養がたっぷりだから、家庭菜園やガーデニングにも使えるぞ!

そんな「キエーロ」をみんなのお家でできるように...
一緒に学ぶのじゃ!



参加者の声

- 分解される様子がおもしろい
- ごみに対して意識が高まった

夏休み体験教室

日 7月31日(水)10時~12時 [講師]キエーロ考案者 松本 信夫氏
 所 区役所8階大会議室

〻 区内在住でアンケートに協力できる小学生と保護者:抽選20組40人
 ※キエーロの利用開始後3か月をめぐり、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日までにか(必要事項)と事業名を記入)で区役所資源化推進担当へ (Tel)866-8411 (Fax)864-1933 to-shigen@city.yokohama.jp

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!



区役所資源化推進担当 (Tel) 866-8411 (Fax) 864-1933

自然 里山 せせらぎ 農 こんなに近くに大自然～舞岡に行ってみよう♪～

市営地下鉄舞岡駅を出ると、そこは別世界…懐かしい日本の里山風景が広がります。自然の魅力たっぷりの舞岡を紹介します♪

舞岡ふるさと森

あふれる緑の中、通り抜ける風の音や小鳥のさえずりを聞きながらの散策はいかがですか。1年を通してさまざまな植物や生き物にも出会えます♪



散策路を歩けば、小鳥の声を聞きながら自然を満喫できる。



舞岡公園 小谷戸の里

昔ながらの生活が再現された古民家が保存されています。季節の行事も楽しめます♡
◎9時～17時
休 第1・3月曜(祝日の場合は翌日)
☎824-0107

総合案内所 舞岡ふるさと村虹の家



農業・自然・農村文化の紹介や料理教室などのほか、「ウェルカムセンター」として森や自然に親しめるよう自然観察会なども開催しています。
◎9時～17時
休 火曜(祝日の場合翌日)
☎826-0700
☎826-0749

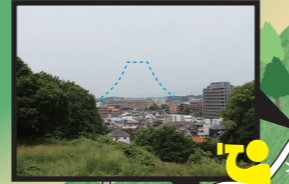


イベントについては本紙10ページもご覧ください



- 凡例
- トイレ
 - トイレ(車椅子用あり)

路上駐車はしないでね。



運がよければ富士山が見える♡



舞岡公園

「舞岡ふるさと村」に隣接する「舞岡公園」は昔ながらの谷戸の地形を生かした公園です。古民家を訪れれば、昔の世界にタイムスリップ!

◎駐車場(118台):2時間300円
※なるべく公共交通機関をご利用ください



稲穂が風にゆられて…秋には黄金色に輝きます。



4 舞岡川遊水地公園横の小川アメニティ
公園の横に流れている舞岡川では、希少な「ハグロトンボ」が見られることも…

舞岡ふるさと村

豊かな田園景観と貴重な水資源を含む山林が広がる農業地域です。年間を通してさまざまなイベントや収穫体験も開催しています。駅前の直売所では、新鮮な農畜産物の購入もできます。

舞岡の農

谷戸ではお米を作り、台地では野菜を栽培しています。直売所や収穫体験などを通じて、「農」を身近に感じてもらえたらうれしいです。



舞岡ふるさと村推進協議会 北見会長



2 ハム工房まいおか

直営農場で生産された豚肉やミートボールなど加工品を販売しています。
◎9時30分～14時
休 火曜、年末年始
☎822-5789



3 舞岡や



舞岡や 田中店長

「舞岡ふるさと村」で収穫した新鮮な野菜や果物、花などを販売しています。「四季の会」の漬物も人気です。
◎7時30分～12時
(土・日曜・祝日は14時まで)
休 火曜、年末年始
☎824-0075

一年中「舞岡野菜」

舞岡出荷組合長のオススメ♪



新鮮でおいしいよ! 小泉組合長



舞岡ふるさと村 イベント

- 4月 春まつり
- 6月 じゃがいもまつり
- 10月 さつまいもまつり
- 12月 年末大売出し

収穫体験

- 春夏 たけのこ、トマト、梅、たまねぎ、じゃがいも
- 秋冬 さつまいも、里芋、みかん、かぼちゃ、ヤーコン、ねぎ



イベント情報はこちら虹の家WEB

Topic!

「おいしいものつつかハンドブック」

「とつかの地産地消」がぎゅっと凝縮! 飲食店や生産者からのメッセージも…

区役所9階93番窓口で配布中



舞岡ふるさと村推進協議会の皆さん

GREEN x EXPO 2027 YOKOHAMA JAPAN

横浜で初めて行う国際博覧会

2027年 3月19日～9月26日開催

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 休 第3月曜
☎862-9314 ☎862-9315 (祝日の場合翌日)

■夏休み！戸塚公会堂舞台裏探検ツアー
舞台裏で照明や音響を体験

☎7月29日(月)13時～14時45分

👤小学生以上:先着16人※小学1・2年生は要保護者同伴 費500円

📎筆記用具、飲み物 申7月18日14時から☎で受付※長袖・長ズボン・スニーカーで参加

■ふしぎ発見理科ひろば

リニアエクスプレスJrを作るよ

☎8月20日(火)13時～15時

👤小学生:抽選25人※小学3年生以下は要保護者同伴 費500円 申8月6日17時まで☎で受付

大正地区センター

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

■夏休み子どもおたのしみ会

縁日やゲーム、ワークショップなど

☎7月28日(日)13時～15時

👤幼児・小学生:先着100人 費一部有料 申当日直接※詳細は要問合せ、ワークショップは要事前申込

■韓国語入門

ハングルの読み書きを学びます

☎8月9日・23日、9月13日・27日(金)10時～11時30分

👤18歳以上:先着15人 費2,000円(全4回分) 📎筆記用具 申7月13日13時30分から☎か☎で受付

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4 休 第2月曜
☎825-1161 ☎825-1162

■健康体操教室Ⅱ期

体力に合わせてコースを選べます

☎9～10月毎週金曜

①ゆったりコース:9時15分～10時15分②はつらつコース:10時30分～11時30分 📎中高年齢者:抽選各70人 費2,400円(全8回分) 📎室内用運動靴、ヨガマット、飲み物 申7月31日17時までに☎か☎で受付

■免疫カアップレシピでクッキング

旬の食材で作る家庭料理で元気に!

☎8月27日、9月10日・24日、10月8日(火)10時～13時 📎抽選各12人 費各1,500円 📎エプロン、三角巾、マスク、布巾、筆記用具 申8月10日17時までに☎か☎で受付

上矢部地区センター

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

■夏休み☆上矢部子どもまつり

世界のゲーム・マジックショーなど

☎7月28日(日)10時 📎幼児・小学生

申当日直接※詳細は☎で要問合せ

■ふしぎ発見理科ひろば

4足歩行リモコンロボットの工作

☎8月24日(土)13時

👤小学生:先着20人※小学3年生以下は要保護者同伴 費700円 📎筆記用具、持ち帰り用袋 申7月11日9時から☎か☎で受付

舞岡地区センター

〒244-0813 舞岡町3020 休 第2月曜
☎824-1915 ☎824-1925

■夏休みくわくわく親子工作教室!

くぼたまさとさんと作って遊ぼう!

☎8月4日(日)10時～11時

👤小学生と保護者:抽選25組 費1人1,000円 📎室内履き 申7月1日14時～15日14時までに☎で受付※7月16日以降に当選者のみに連絡

■まいおか太鼓教室(全5回)

和太鼓をたたいて発表会に参加しよう

☎8月10日・24日、9月14日・28日、10月12日(土)①12時15分～13時15分②13時30分～14時30分

👤小学生:先着各5人 費3,000円(全5回分) 📎飲み物 申7月11日14時から☎で受付

踊場地区センター

〒245-0061 汲沢2-23-1 休 第2月曜
☎866-0100 ☎866-0101

☎7月11日10時から☎で受付

■親子でバドミントン教室

元日本代表の井川里美さん指導です!

☎8月17日(土)12時30分～14時30分

👤小学生と保護者:先着12組 費1,600円 📎室内履き、飲み物、タオル、ラケット(貸出あり)

■白樺風かご作り

洗えるかごを自分で編んでみませんか

☎8月28日(水)9時10分～11時30分

👤18歳以上:先着8人 費2,000円 📎はさみ、洗濯ばさみ10個、30cm定規、持ち帰り用袋

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 休 月曜

■ボランティアのい・ろ・は

ボランティア活動の基礎知識を学ぼう

☎8月10日(土)13時30分～15時

👤先着5人 申7月11日9時から8月7日に☎か来館で受付

■パソコンワンポイントアドバイス

毎月第3金曜開催

☎7月19日(金)13時～15時30分

(15時最終受付) 📎先着10人 📎パソコン、筆記用具 申当日直接

老人福祉センター戸塚柏桜荘

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

■「夏休み!おいでよ!はくおうそう」

大人も子どもも楽しめるオープンデー

☎7月31日(水)10時～14時30分

申当日直接※詳細は要問合せ

■あしなが音楽会

弦楽四重奏の重厚な響きを楽しもう

☎8月10日(土)14時15分～15時15分

👤先着50人 申7月22日9時から☎か来館で受付

男女共同参画センター横浜

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

☎2か月～未就学児、予約制、☎862-4750(詳細は要問合せ)

■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

☎8月5日(月)・6日(火)10時～15時30分

👤女性:先着15人 費11,000円(全2回分) 申7月16日9時30分から☎(862-4496)か☎で受付

■赤ちゃんを楽しむパパのセルフケア

パパと赤ちゃんが一緒に

エクササイズ

☎9月7日(土)10時～11時30分

👤生後2か月～210日までの乳児と父親:先着10組 費1,500円 申8月5日から☎で受付

舞岡ふるさと村虹の家

〒244-0813 舞岡町2832 休 火曜
☎826-0700 ☎826-0749

■親子押し花教室

☎7月28日(日)9時30分～12時

👤小学生以上の子と保護者:先着12組 申7月13日9時から☎で受付

■親子パン教室

☎8月4日(日)13時～16時

👤小学生以上:抽選12組24人 費1,700円 📎エプロン、三角巾、マスク 申7月21日までに☎か☎(☎事項)を記入)で受付

舞岡公園小谷戸の里

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

■わら細工～わら草履作り～

☎8月18日(日)9時30分～13時

👤先着10組※1組5人まで、小学生以下は要保護者同伴 費1個800円※1組2個まで 📎必要な人は弁当 申7月31日9時から☎か来館で受付

■案山子まっりの案山子募集

あなたが作った案山子を田んぼに!

☎8月3日(土)～9月8日(日)※制作期間

申7月20日から9月8日に☎か来館で受付

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477 休 第2月曜
☎862-2181 ☎881-6995

☎16歳以上:先着40人

申当日直接(開始30分前～)

■金曜にこここヨガ

やさしいポーズで身体と心を整えよう

☎7月12日・19日・26日、8月2日・9日・23日・30日(金)11時30分～12時20分

費各600円 📎運動着、ふたがある飲み物、タオル

■ラテンエアロ

お腹周りのシェイプアップに効果的!

☎7月12日・19日・26日、8月2日・9日・23日・30日(金)14時20分～14時50分

費各500円 📎運動着、室内用運動靴、ふたがある飲み物、タオル

戸塚区民文化センターさくらプラザ

〒244-0003 戸塚町16-17 休 第2火曜
☎866-2501 ☎866-2502
※7月14日(日)・20日(土)は17時閉館

■さくらプラザオープンデー2024

子ども向けのさまざまなイベントを開催

☎7月20日(土)9時45分～

15時45分頃 申各イベントによるため、詳細は☎か☎で確認

踊場公園こどもログハウス

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

■おたのしみ工作②

工作をたのしもう!

☎8月7日(水)15時～16時30分

👤小学生・幼児:先着35人 申当日直接

秋葉中学校コミュニティハウス

〒245-0052 秋葉町271-3 休 月曜、金曜
☎☎814-1985

■こども科学捜査体験講座

指紋検出など科学捜査を体験しよう

☎8月11日(日)13時～14時30分

👤小学生:先着12人※小学3年生以下は要保護者同伴 費700円 📎空のペットボトル(平の面があるもの)、筆記用具 申7月11日10時から☎か来館で受付

名瀬中学校コミュニティハウス

〒245-0051 名瀬町791-6 休 火曜、金曜
☎☎812-8405

■こども科学捜査体験講座

指紋検出など科学捜査を体験しよう

☎8月17日(土)10時～11時30分

👤小学生:先着12人※小学3年生以下は要保護者同伴 費700円 📎空のペットボトル(平の面があるもの)、筆記用具 申7月14日10時から☎か来館で受付

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 傳 ファクス番号 Eメール WEB ウェブページ 往 往復はがき 込 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。

汲沢地域ケアプラザ

〒245-0062 汲沢町986 電 861-1727 傳 861-3428

■ プレママ・プチママ集まれ！
手遊びやおもちゃ作りをしませんか？
日 7月31日(水) 13時～14時30分
対 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 室内履き、飲み物
申 7月11日10時から電で受付

原宿地域ケアプラザ

〒245-0063 原宿4-36-1 休 第3月曜 電 854-2291 傳 854-2299

■ 夏休み特別イベント 海のお祭り!!
ワークを通じて環境について考えませんか？
日 8月4日(日) 10時～15時※出入り自由 持 タオル、飲み物、着替え、おもちゃ※要記名 申 当日直接

■ 親子であそぼう 音楽広場♪

親子と一緒に音楽を楽しみましょう
日 8月3日(土) 11時～12時
対 未就学児以下：先着10人※要保護者同伴 費 500円 申 7月11日9時からWEBで受付



舞岡柏尾地域ケアプラザ

〒244-0813 舞岡町3705-10 休 第2日曜 電 827-0371 傳 827-0375

■ 地域デビュー講座「男の教室R6」
歴史散歩、うどん打ち、門松作りなど
日 9月3日(火)・25日(水)、10月21日(月)、11月29日(金)、12月20日(金)各回10時～12時(12月は13時～16時)
対 男性：抽選10人 費 各500円(うどん打ちのみ700円) 所 持 各回による
申 7月16日9時から8月26日17時に電か来館で受付

■ 夏休みクラフト講座

クレイクラフトでさばてんを作ろう
日 7月30日(火) 13時～14時
対 幼児・小学生：先着10人※保護者同伴可能 費 1人300円 申 7月15日9時から電で受付

花の便り ノリウツギ

見頃 ▶ 7月上旬頃から8月下旬頃



戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127 電 862-9411 傳 871-6695 休 7月2日(火)～4日(木) 図書特別整理期間 7月16日(火) 施設点検日

■ 夏休みドキドキおはなし会

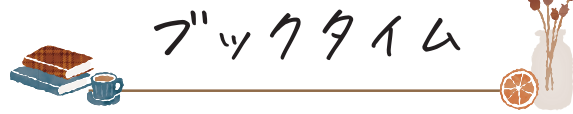
絵本のよみきかせやおはなし
日 7月31日(水)、8月1日(木)
①10時30分～11時②11時30分～12時
所 児童書絵本コーナー

対 未就学児～小学生 申 当日直接

■ 図書館deYES「マイクロプラスチックで万華鏡を作ろう！」

日 8月8日(木) 10時～11時30分
所 戸塚地区センター 会議室A
対 小学1～3年生：先着15人 持 筆記用具、飲み物 申 7月17日9時30分から電か来館で受付

● 暮らしの中に本のひととき ●



【書 名】アサガオをそだてよう

(LLブック：やさしくよめる)

【著 者】あかぎかんこ / 作 ふじいひでみ / 写真

【発 行】埼玉福祉会

【発行年】2017(平成29)年

戸塚図書館に「りんごの棚」ができました。りんごの棚とは、スウェーデンで始まった、すべての子どもに読書の楽しさを知ってもらうためのコーナーで、点字の本や大きい活字の本などがあります。今回はりんごの棚から「LLブック」を紹介します。

「LLブック」とは、文字を読むのが苦手な人のために絵や写真を多用し、難しい言葉は使わず、文章自体極力少なくしてある本です。こちらの本は、アサガオの成長を記録したのですが、ほかにもいろいろなLLブックがありますので、ぜひ、りんごの棚で手にとってみてください。



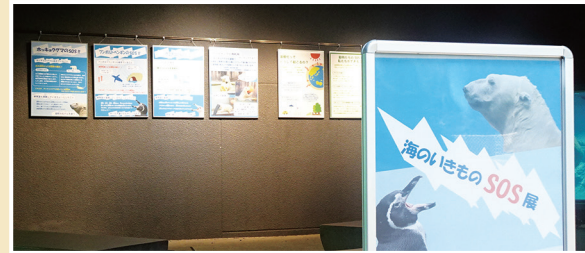
動物園だより

よこはま動物園ズーラシア

所 旭区上白根町1175-1 電 959-1000 傳 951-0777 日 9時30分～16時30分(入園は16時まで) 休 火曜

いきものSOS展

環境問題と動物について紹介します。
日 9月2日(月)まで



▲昨年の様子



金沢動物園

所 金沢区金利谷東5-15-1 電 783-9100 傳 782-9972 日 9時30分～16時30分(入園は16時まで) 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！」

日本産のカブトムシやクワガタ、身近な昆虫や生きものの生体展示とその生息環境を紹介するパネル展を開催します。今年の夏休みには身近な自然に暮らす生きものに目を向けて、彼らの暮らす環境についても学んでみてください。

日 7月20日(土)～8月25日(日)



▲園内で保全しているミヤマクワガタ

公園情報

こども自然公園 青少年野外活動センター

旭区大池町65-1 電 811-8444 傳 812-5778 休 第3月曜(祝日の場合翌日)

申 WEB 申込(要事項、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢(学年)、Eメールを記入)で受付

■ おひさまクラブII 野遊び・クラフト・おやつ作りなど

日 9月4日・11日・25日、10月2日・9日・16日・23日・30日(水) 14時～16時(全8回) 対 未就学児(4歳以上)と保護者：抽選20組 費 1組9,200円(追加の場合 大人4,700円、子ども3,500円、3歳以下300円) 申 8月2日まで

■ 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 8月28日、9月4日・11日・25日、10月2日・9日・16日・23日・30日、11月20日・27日、12月4日・11日・18日(水) 10時～11時 対 16歳以上：抽選30人 費 8,400円(全14回分) 申 7月26日まで

■ 昆虫観察会 公園にすむ昆虫を観察してみよう

対 小学生以下：先着10人 持 筆記用具、虫かご、虫取り網、歩きやすい靴、長ズボン

小雀公園 〒244-0004 小雀町681-3 電 853-1945

日 7月26日(金) 10時～12時 申 7月11日～24日までに電か来館で受付

東俣野中央公園 〒245-0065 東俣野町864 電 852-5432

日 8月2日(金) 10時～12時 申 7月11日～31日までに電か来館で受付

とつっこ広場

おうちのお風呂や
ベランダで♪

水は子どもの感覚を育む万能素材です♪
夏は水あそびがおすすめ!

**子どもの熱中症に
注意!**

肌の気持ちいい刺激♡

事故防止のため必ず大人がついて見てみましょう。外で遊ぶ時は熱中症にも注意!

開放的な気分…

水は自由に形を変えられるから、たくさんの驚き・発見が!!

ペットボトルに穴をあければジョウロになるよ

※安全のため切り口にビニールテープを巻きましょう

子どもは自分で予防ができません。
涼しく過ごせるよう、**大人がしっかり見守って!**

子どもは大人より身長が低いので、地面から照り返しの影響を強く受けてしまいます。水分をこまめにとり、暑い時間帯の外出をさけるようにしましょう。また、保冷剤や冷感グッズを利用するなどの対策をしましょう。

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

健診・相談のお知らせ(要予約)

↓ 区役所健康づくり係へ
(Tel) 866-8426 ~ 7 (Fax) 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を支援

日 7月12日(金)午前・16日(火)午後・26日(金)午前、
8月2日(金)午前・6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、(Fax)可(※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

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

日 8月7日・21日(水)9時~11時 所 区役所5階 栄養相談室 時 母子健康手帳
日 7月11日9時から(Fax)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

↓ 日 7月11日9時から(Web)で受付

「離乳食教室」 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食あり)

日 8月21日(水)13時30分~14時30分 所 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 時 赤ちゃん用エプロン、赤ちゃん用スプーン [戸塚区役所 離乳食教室]で検索

「はじめての歯ぴか教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

日 8月23日(金)10時~11時30分 所 区役所5階 区内在住の4~6か月児と保護者:先着15組
時 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 はじめての歯ぴか教室]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。

SDGs with がんばれ! とつこのスポーツチーム!

できることから
取り組むことが
大切だね♪

区役所で
シーガルの
サイン会を
行います!

**今月の
ゼロカーボン
アクション!**

エアコンのフィルターを月に1回か2回清掃する

フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)のフィルターを清掃した場合
年間のCO₂削減量 **15.6kg** 約**990円**の節約

出典: 経済産業省資源エネルギー庁「省エネポータルサイト」

区役所企画調整係 (Tel) 866-8327 (Fax) 862-3054

ニッパツ横浜FCシーガルス
田村 かのん 選手
©YOKOHAMA FC SEAGULLS

日 7月21日(日)
所 区役所3階 区民広間
詳しくはこちら

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

