

TOTSUKA 12

とつか

No.326

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

親子で楽しもう！ 区内のさまざまな場所やイベントをご紹介します

区内の3つの地区センター プレイルームがリニューアル！

地区センターは区内に6か所あり、
全館にプレイルームを備えています。
そのうち3か所がリニューアル！



▲リニューアルした踊場地区センター

NEW

上矢部地区センター

舞岡地区センター

踊場地区センター

利用者の声

絵本やおもちゃが増えて
子どもが喜んでいます

踊場公園こどもログハウス

木のぬくもりを感じながら自由に遊べる施設です。のぼり棒・ネットはしご・地下迷路など冒険心を満たす仕掛けがいっぱい！

とつとの芽

地域で安心して子育てができるように、妊娠期から小学生未満の子どもを育てている人を応援する施設です。イベントもたくさん開催しています。

ほかにも

子どもが自由に遊んだり
親子で楽しく過ごしたり♪

施設情報は本紙10ページへ 子育て情報は本紙12ページへ

0歳から楽しめるコンサートにいきましょう！ 無料

子どもも大人も一緒に音楽を楽しめる音楽交流広場を開催

音楽交流広場



しましまのおんがくたい

クリスマスコンサート

日12月24日(火)

①11時～12時(10時30分開場)

②14時～15時(13時30分開場)

所 戸塚公会堂

子どもと保護者:先着各100組

※子ども3人、保護者2人まで

申 12月11日10時からWEBで受付※①②同内容

問 区役所地域活動係 866-8416 864-1933



利用者の声

動いても
大丈夫なのが
ありがたいです

生演奏デビューが
できました

ミニコンサート

下倉田地域ケアプラザコンサート

日 2025年1月11日(土) ①10時～10時30分 ②11時15分～11時45分
所 下倉田地域ケアプラザ 子どもと保護者:先着各20組※子ども3人、保護者2人まで
申 12月11日10時から下倉田地域ケアプラザへ 来館で受付※①②同内容
問 下倉田地域ケアプラザ 866-2020 860-0200

大正地区センターコンサート

日 2025年2月5日(水) ①10時～10時30分 ②11時15分～11時45分
所 大正地区センター 子どもと保護者:先着各20組※子ども2人、保護者1人まで
申 2025年1月6日13時30分から大正地区センターへ 来館で受付※①②同内容
問 大正地区センター 852-4111 852-1541

上矢部地域ケアプラザコンサート

日 2025年2月9日(日) ①10時～10時30分 ②11時15分～11時45分
所 上矢部地域ケアプラザ 子どもと保護者:先着各20組※子ども2人、保護者2人まで
申 2025年1月11日10時から上矢部地域ケアプラザへ 来館で受付※①②同内容
問 上矢部地域ケアプラザ 811-2442 811-2499

施設に関すること…区役所地域活動係 (Tel) 866-8415 (Fax) 864-1933)、とつとの芽 (Tel) 820-2885 (Fax) 825-6885)
コンサートに関すること…区役所地域活動係 (Tel) 866-8416 (Fax) 864-1933)

● 戸塚区のいま ●
戸塚区役所

人口:282,378人 世帯数:126,167世帯 (令和6年11月1日現在) ● 紙面中の電話番号、ファクス番号の市外局番は「045」です。
〒244-0003 戸塚町16-17 12月の区役所土曜開庁日:14日・28日(毎月第2・4土曜) 9時～12時
Tel) 866-8484 (Fax) 862-3054 戸籍課、保険年金課、こども家庭支援課(児童手当の申請・受付、母子健康手帳の交付)の業務のみ取扱います。
WEB) 戸塚区役所 検索 ※年末年始の閉庁日:12月28日(土)(上記の業務を除く)～2025年1月5日(日)

最新の戸塚区の
情報はこちら



わが町「戸塚」を守るため 戸塚消防団

日頃からの「災害への備え」の重要性が高まっている今、消防団は資機材の点検や訓練を定期的に行い、いざというときに備えるのはもちろんのこと、その「備え」を「継続」しています。



■油圧カッター
油圧の力で硬いものを切断でき、火花が出ないので火気厳禁の現場で使用できます。



■エンジンカッター
金属やコンクリートなど硬いものを切断する器具です。



▲資機材の点検・管理の様子



■機材を積んでいる消防団積載車



■チェーンソー
樹木や木材を切断します。けがをしないようしっかり装備し安全にも配慮しています。



■ポンプ
防火水槽や川などから水を吸い上げ勢よく放水するための機材です。

自分の命を守る「備え」



掃除のついでに♪



大山本部部长 戸塚消防団初の女性本部部长です

年末年始の大掃除のタイミングで、棚の掃除のついでに「家具や家電の固定」、窓ガラス掃除のついでに「飛散防止フィルムを貼る」などの対策を実施するのもおすすめです。大地震発生時には火災も発生します。各家庭に住宅用消火器を備え、火を小さいうちに消すこともとても重要です。

そして「継続」



使用期限も確認!!



吉原团长

定期的に転倒防止器具のゆるみがないか、落下・移動して危ないものはないか、また、消火器の使い方・使用期限・置き場所などを確認することも大切です。日頃からの、一人ひとりの防火・防災意識の継続を是非お願いします。

消防団員募集中!!

消防団って?

普段はそれぞれの仕事をもちながら消火活動、救助活動などを行う特別職の地方公務員です。

戸塚消防団は市内最大の消防団で約760名の団員が在籍しています。自分のできることを自分のできる範囲で私たちと一緒に活動してみませんか。区内在住、在勤、在学の18歳以上の人、男女問わず入団できます。
戸塚消防署 ☎881-0119



戸塚消防署からお知らせ

「これって119番通報？」

急な病気やけがで119番通報すべきか迷ったことはありませんか？
いざというとき迷わないための3ステップを救急要請割合の高い「シニア世代」「子育て世代」別に確認できます。

あんしん救急 知って予防!



今回は「シニア世代」向けの内容を少し紹介



備える

ステップ1 元気なうちにしっかり備える!

高齢者に多いけがは転倒です。転倒の原因のひとつに加齢や運動不足による身体機能の低下があります。転倒予防のために「ハマトレ」をしましょう。ハマトレについてはこちら



相談

ステップ2 困ったときは、まず相談!

急な病気やけがで救急車を呼ぶか迷ったらかながわ救急相談センター「#7119」へ電話しましょう。

通報

ステップ3 こんな時こそ急いで救急車!

意識障害、けいれん、物をのどにつまらせた、などの症状はすぐに「119番」へ電話しましょう。

年末年始の病気やけがは…

年末年始の急な病気やけが「今受診できる病院・診療所は?」「今すぐ受診したほうがいい?」

相談しよう! (24時間 年中無休)

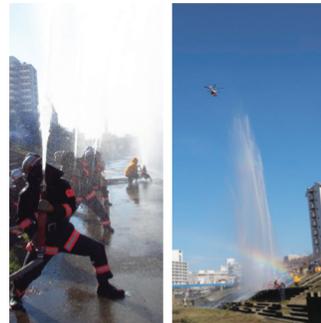
#7119 または 045-232-7119 045-523-7119

戸塚休日急患診療所(内科・小児科)

戸塚町4141-1
日曜、祝日、年末年始(12月29日~2025年1月3日) 10時~16時
☎861-3335

本紙16ページもご覧ください

令和7年 2025年 1月11日(土)
戸塚区 消防 出初式
■式典・防災コンサート 10時~11時40分 戸塚公会堂
■一斉放水 11時50分~12時10分 柏尾川河川敷



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ウェブページ 往復はがき はがき 変更とある場合は、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 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

詳しくはこちら▼

募集

■ 区民広間コンサート出演者大募集
毎月第3土曜日のお昼に区役所3階区民広間で手作りのミニコンサート
原則2025年4月～2026年3月の第3土曜12時～13時のうち25分間
区役所3階 区民広間
区内在住・在勤・在学か、区内で音楽活動を行っている団体、個人※営利目的での出演不可(会場での物販不可)
2025年1月6日までに出演申込書に必要資料を添えてWEB、(to-bunka@city.yokohama.lg.jp)、郵送(必着)か直接区役所地域活動係へ(結果は2月下旬ごろに代表者へ連絡します)※一緒に盛り上げる人も大募集!

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)
TEL 866-8416 FAX 864-1933

令和6年度 お金のプロに学ぶ 生涯学習金融講座マネーカレッジ ～未来のために今から備える 親子で学ぶ金融の基本～

お金の役割、お小遣い帳の活用方法、将来の夢とそれに必要なお金、その他金融リテラシー向上のために親子で一緒に学ぶ講座です
【講師】横浜銀行 東戸塚駅前支店
【日時】12月26日(木) 10時～11時30分
【場所】つつか区民活動センター会議室
【対象】小学校低学年と保護者:先着15組30人
【申込】12月11日からWEBで受付
区役所地域活動係
TEL 866-8416 FAX 864-1933

スポーツ

第37回 戸塚区民テニス大会 男女別団体戦

[種目] 男子1チーム(ダブルス2、シングル1)、女子1チーム(ダブルス2)
【日時】2025年1月11日(土)、2月15日(土)、3月8日(土)、3月16日(日) 9時～17時
【場所】東保野中央公園、金井公園テニスコート
【対象】区内在住・在学・在勤 男子1チーム8,000円、女子1チーム6,000円
【申込】12月19日までに戸塚区テニス協会
【WEB】(tennis.totsuka@gmail.com)で受付
戸塚区テニス協会

第10回 社交ダンス中級者講習会

[種目] ワルツ、ルンバ(2種目)
【日時】2025年1月20日・27日(月) 15時～17時(2回コース)
【場所】戸塚スポーツセンター2階 第3体育室
【対象】市内在住で社交ダンスの経験が3・4年以上の人、中級以上の技術向上を目指す人:先着40人 費1,000円(全2回分)
【申込】12月20日～2025年1月19日までに
【申込】または(変更事項)を記入)で大川 登志男(Tel 892-4713、climbman.okawa@docomo.ne.jp)か福岡 由美子へ(Tel 080-5194-8581)

ヒートショックに気を付けて

更衣所や浴室を暖めてから入浴しましょう
区役所健康づくり係(Tel 866-8426 FAX 865-3963)



戸塚駅東口駅前情報 vol.2 上倉田交差点の容量を増やして渋滞の緩和へ 年度末までに実施
「直進・左折する車」と「右折する車」の流れが滞ってしまい、長い渋滞列が発生!
【ケース①】直進・左折車が右折車を阻害するケース
【ケース②】右折車が直進・左折車を阻害するケース
【対策】右折レーンを延ばすことで流れを良くします
区役所企画調整係(Tel 866-8326 FAX 862-3054)、道路局道路政策推進課(Tel 671-4086 FAX 550-4892)

防犯情報 年末年始は空き巣に注意!!
多額の現金を自宅に準備したり、帰省や旅行で長期間自宅を不在にしたりする人が増える年末年始は空き巣にとって好条件。
地域のつながりで犯罪を抑止!!
ちょっとした外出でも必ず戸締りを
普通から、あいさつをかわすなど、他人への関心が高い地域ほど犯罪が起こりづらくなります。地域のつながりが犯罪を抑止することにつながります。
わんわんパトロール隊員募集中
普通の愛犬との散歩がてら地域のパトロールをしませんか?
区内で特殊詐欺被害増加中
今年是被害件数63件、被害金額1億2,134万円となっており(昨年同期間では件数36件、金額7,256万円)、被害が拡大しています。(10月中旬時点)
家族の絆で撃退しよう!!
電話でお金の話が出たら詐欺です。落ち着いて家族や警察へ相談しましょう。また、普段から詐欺手口などの情報に関心を持ち、防犯意識を高めましょう。
戸塚区犯罪・防犯情報メール配信中
区内で発生した空き巣やひったくり、特殊詐欺などの情報をお届けしています。登録はこちら▶

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ミニコンサート
今月の出演: Sylpheed(バンド)、フルートアンサンブル ティンカーベル(フルートアンサンブル)
12月21日(土) 12時～13時(11時30分開場)
区役所3階 区民広間 当日直接
とつかストリートライブ
街がにぎわうこの季節。ストリートミュージシャンの演奏を一緒に楽しもう!
12月21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)
とつかカーナ東急プラザデッキ(戸塚駅西口歩道橋) 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)

避難指示出てる? 避難場所は開設してる? ～災害時の避難情報はここから～
横浜市避難ナビ アプリ
横浜市防災情報ポータル Web
戸塚区公式X アプリ
エフエム戸塚 ラジオ
tvk(テレビ神奈川) テレビ
区役所庶務係(Tel 866-8307 FAX 881-0241)



無関係ではいられない。かけがえのない地球を守るための行動。

～ 今日から始めよう わたしの **STOP** わたしの **DO** ～

CO2を減らすことが、地球温暖化対策につながるよ！
まずはごみを減らす工夫が大切だね。



記憶に新しい今年の猛暑!! 地球温暖化は今も進行しています。横浜市で7、8月に記録された猛暑日(最高気温35℃以上)の日数は22日となり、観測史上最多を更新！(出典:気象庁過去の気象データ)
私たちの大切な地球を守るため、温暖化の原因といわれている**温室効果ガス(主に二酸化炭素CO2)**を減らすことが重要です。地球のために私たちができること…いつもの生活からスタート！



プラスチック資源
STOP 使い捨てのプラスチック製の容器は使わない

パーティだと、つい使い捨ての容器を使いがちちゃうよね

プラスチック資源
DO いつも使っている食器やフォークを使う！

プラスチック資源
DO プラスチックのみでできている製品は分別して「プラ資源」の収集日に出す

プラスチックを燃やすとCO2が大量に発生してしまうんだ

戸塚区は10月からプラスチックの分別が拡大するよ！

ヨコハマプラ5.3

横浜市は、2030年度までに燃やすごみに含まれる「プラスチックごみ」の量を2022年度と比べて1人あたり5.3kg/年削減する目標を掲げているよ！

食品ロス
STOP ごちそうを作りすぎない

お買い物は計画的に！

残りた食材は他のメニューに変身だ

市内の家庭から出される食品ロスは、市民一人当たり年間「おにぎり230個分」!! 「食品ロス」をなくせば、食材を作るときに使った水や電気などのエネルギーや、輸送や廃棄の際に排出される「CO2」を減らせるね！

食品ロス
DO 余った食材は違う料理にして食べきる

区役所9階 95番で配布中

食品ロス削減レシピを活用して食材を使い切る！

食品ロス
DO 生ごみを土にかえず(土壌混合)

土の中に入れて生ごみが、微生物と水と酸素と太陽の力で分解されて土にかえるんだよ

家庭でできる土壌混合

食品ロス
DO 生ごみはできるだけ水分を切る！

水を切って燃えやすくしよう

生ごみには水分が約80%も含まれているんだ。水を切れば、ごみの量も減るし、効率よく焼却できてCO2の排出量も減らせるね。

食品ロス
DO フードドライブを活用する！

使いきれない未使用の食品は「食」を必要としている人たちに届ける「フードドライブ」へ

詳細情報はこちら

その他資源
DO できるだけ地元で採れた食材を使う(地産地消)

地元の食材を使えば遠くからの輸送にかかるCO2を減らせるね！

その他資源
DO 包装紙は「古紙」に分別して、決まった収集日に出す

回収した古紙は、新たな紙に生まれ変わるよ

家庭から出される燃やすごみの約10%が古紙。分別すれば資源になるよね！

年が明けで...

お正月用の食材も買いすぎに注意しよう！

賀正

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
☎862-9314 ☎862-9315
休 第3月曜(祝日の場合翌日)、
12月28日(土)～2025年1月4日(土)



■大人のスイーツレシピ

りんごとアーモンドのタルト作り
日 2025年1月11日(土) 10時～13時
高 高校生以上:先着12人 費1,900円
※申込時に支払い 持 エプロン、三角巾、布巾、手拭き、マスク、持ち帰り用容器
申 12月18日14時から来館で受付

■赤ちゃんピクス

ベビーマッサージや手遊びなど
日 2025年1月17日(金) ①9時30分②10時30分
高 ①ハイハイ前の0歳児と保護者②ハイハイ後の0歳児と保護者:抽選各10組 費1組300円
持 バスタオル 申 2025年1月6日17時までにWEBで受付

大正地区センター

〒245-0063 原宿3-59-1
☎852-4111 ☎852-1541
休 第3月曜(祝日の場合翌日)、
12月28日(土)～2025年1月4日(土)



↓申 ①かWEBで受付

■本格肉まん

せいろを使ったこだわり材料の肉まん
日 2025年1月12日(日) ①9時30分～12時45分②13時30分～16時45分
高 18歳以上:先着各8人 費各2,000円
持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、食器用布巾 申 12月11日13時30分から

■心と身体を癒すヨガⅡ期

ヨガで免疫力の高い身体づくり
日 2025年1月9日・23日、2月13日・27日(木) 10時～11時30分 高 18歳以上:先着12人 費2,400円(全4回分)
持 ヨガマット(バスタオルも可)、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装
申 12月12日13時30分から

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
施設衛生配管等長寿命化工事のため休館します
休 11月1日(金)～2025年1月31日(金)



■健康体操教室Ⅲ期

体力に合わせてコースを選べます
日 2025年2月～3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 高 中高年齢者:抽選各70人 費2,400円(全8回分) 持 室内用運動靴、ヨガマット、飲み物 申 12月27日17時までに①(②要事項)と希望コースを記入)かWEBで受付

上矢部地区センター

〒245-0053 上矢部町2342
☎812-9494 ☎812-9199
休 第3月曜(祝日の場合翌日)、
12月28日(土)～2025年1月4日(土)



↓申 12月11日9時から①かWEBか来館で受付

■音楽と落語の宅配便

濱乃 志隆さんの音楽と落語
日 2025年1月25日(土) 14時(13時30分開場) 高 先着50人 費500円

■週末クッキング

日 2025年1月18日、2月15日、3月15日(土) 10時 高 先着各12人 費各2,200円
持 三角巾、布巾、エプロン、持ち帰り用容器

舞岡地区センター

〒244-0813 舞岡町3020
☎824-1915 ☎824-1925
休 第2月曜(祝日の場合翌日)、
12月28日(土)～2025年1月4日(土)

↓申 12月11日14時から①で受付

■ストレッチ&リズム体操(全2回)

体を整えながら、楽しく体力づくり
日 2025年1月15日・29日(水) 10時～11時15分 高 18歳以上:先着16人 費1,500円(全2回分) 持 フェイスタオル、動きやすい靴・服装、飲み物

■のびのび親子ひろば(体育あそび)

大空間で思いきり体を動かそう!
日 2025年1月21日(火) 10時～11時 高 1～3歳児の親子:先着40組※幼児1人につき保護者1人が必要 費300円
持 飲み物、室内履き

踊場地区センター

〒245-0061 汲沢2-23-1
☎866-0100 ☎866-0101
休 第2月曜(祝日の場合翌日)、
12月28日(土)～2025年1月4日(土)

↓申 12月11日10時から①で受付

■はじめての陶芸教室(全2回)

マグカップかスープカップを作ります
日 2025年1月19日・26日(日) 9時15分～11時30分 高 18歳以上:先着6人 費3,600円(全2回分) 持 汚れてもいい服装、飲み物、手拭き

■楽しく書き初め体験

大きな紙と筆で楽しく書道します!
日 2025年1月8日(水) 15時～17時 高 小学生～中学生:先着12人 費800円
持 書道セット(貸出有)、飲み物

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、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

↓申 当日直接

■ゆめたねギャラリー「パソコン絵画」

活動の中から生まれた作品を展示紹介
日 12月27日(金) 17時まで

■パソコンワンポイントアドバイス 毎月第3金曜開催

日 12月20日(金) 13時～15時30分(13時～15時受付) 高 先着10人
持 パソコン、筆記用具

老人福祉センター戸塚柏桜荘

〒244-0003 戸塚町2304-5
☎865-3281 ☎865-3283
休 第3日曜、12月28日(土)～2025年1月4日(土)

■あしなが音楽会

津軽三味線の音色と共に新年を祝おう
日 2025年1月11日(土) 14時15分～15時15分 高 市内在住 申 当日直接

■プラモデル講座

航空機の組み立てに挑戦しよう(全18回)
日 2025年2月～10月の第2・4木曜9時30分～11時30分※初回は2月13日(木) 高 市内在住60歳以上:抽選10人 申 2025年1月20日までに年齢・住所がわかるものと①を持参で来館で受付

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 上倉田町435-1
☎862-5052 ☎865-4671
休 第4木曜、12月29日(日)～1月3日(金)



↓保 2か月～未就学児、有料、4日前までに要予約、☎862-4750(木曜・日曜・祝日を除く)

■再就職・転職のためのPC基礎スキル講座

ワード・エクセル・パワポの基礎を習得
日 2025年1月16日(木)・17日(金)・20日(月)・21日(火)・22日(水) 10時～15時30分 高 女性:先着15人 費22,000円(全5回分)※経済的に困難な人向けに参加費免除制度あり。要問合せ 申 12月17日9時30分から①(862-4496)かWEBで受付

■心とからだを整える産後のセルフケア

赤ちゃんを楽しみながらリフレッシュ!
日 2025年2月18日・25日(火) 10時～11時30分 高 産後2か月～210日までの赤ちゃんと母親:先着16組32人 費1,700円(全2回分) 申 2025年1月10日9時からWEBで受付

舞岡ふるさと村虹の家

〒244-0813 舞岡町2832
☎826-0700
休 火曜(祝日の場合翌日)、12月29日(日)～2025年1月5日(日)

■入門バードウォッチング

日 2025年1月25日(土) 9時30分～12時 高 抽選14人 申 12月21日までに①(furusatomura@maioka-nijinoie.jp)か②(要事項)を記入)で受付

舞岡公園小谷戸の里

〒244-0813 舞岡町1764
☎☎824-0107
休 第1・第3月曜(祝日の場合翌日)、
12月29日(日)～2025年1月3日(金)

↓高 小学生以下要保護者同伴 申 ①か来館で受付

■鏡餅作り

日 12月21日(土) 10時～12時 高 先着15組 費1組1,200円※1組5人、1個まで 申 12月11日9時から

■竹細工～和風作りと風揚げ

日 2025年1月26日(日) 9時30分～15時 高 先着7組 費1個900円※1組5人、2個まで 持 昼食 申 12月25日9時から

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
☎862-2181 ☎881-6995
休 12月9日(月)、12月30日(月)～2025年1月3日(金)



↓申 当日直接(開始30分前から)

■金曜にこここヨガ

やさしいポーズで体と心を整えよう
日 12月13日・20日(金) 11時30分～12時20分 高 16歳以上:先着各40人 費各600円 持 スポーツウェア、ふたのある飲み物、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!
日 12月13日・20日(金) 14時20分～14時50分 高 16歳以上:先着各40人 費各500円 持 スポーツウェア、室内用運動靴、ふたのある飲み物、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
☎866-2501 ☎866-2502
休 第2火曜、12月29日(日)～2025年1月3日(金)(12月28日は17時閉館)

■名曲サロンシリーズ Vol.41

林 眞暎メゾソプラノ コンサート
日 2025年2月20日(木) 14時開演(13時30分開場) 費 全席指定:一般1,000円※未就学児入場不可 申 12月16日14時から①で受付

■戸塚区演奏家協会コンサート とつかのん Vol.10

日 2025年3月9日(日) 14時開演(13時30分開場) 費 全席自由:前売500円、当日800円※5歳以上入場可 申 12月12日9時から来館で受付

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ウェブページ 往復はがき 入はがき 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。

踊場公園こどもログハウス 〒245-0061 汲沢8-11 TEL 865-5869 休 第3月曜(祝日の場合翌日)、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

■ニャンとたのしい昔あそび こま回しなど昔のあそびを体験しよう！ 日 2025年1月19日(日) 10時30分～11時30分 対象 幼児と小学生:先着30人 申込み 当日直接

■おはなし会④ 読み聞かせ、手遊び、わらべうたなど 日 2025年1月21日(火) 10時～10時45分 対象 幼児と保護者:先着12組 申込み 12月19日から来館で受付

原宿地域ケアプラザ 〒245-0063 原宿4-36-1 TEL 854-2291 FAX 854-2299 休 第3月曜、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

■傾聴ボランティア養成講座 日 2025年2月19日、3月5日・12日・19日(水) ※3月5日のみ午前、他は午後開催 対象 先着20人 費用 1,000円(全4回分) 申込み 2025年1月10日から来館で受付

舞岡柏尾地域ケアプラザ 〒244-0813 舞岡町3705-10 TEL 827-0371 FAX 827-0375 休 第2日曜、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

花の便り 紅葉 見頃 ▶ 11月下旬頃から12月中旬頃

戸塚図書館 〒244-0003 戸塚町127 TEL 862-9411 FAX 871-6695 休 施設点検日12月16日(月)・臨時休館17日(火)・年末年始休館29日(日)～2025年1月3日(金) 2025年1月4日(土) 12時開館～17時閉館

■ちっちゃんおはなし会 わらべ歌や絵本の読み聞かせ 日 12月24日(火) 10時30分～11時 所 戸塚地区センター和室 対象 0～3歳児と保護者:先着20組 申込み 当日直接



暮らしの中に本のひととき ブックタイム 日本お菓子クロニクル 辰巳出版 2023(令和5)年 私たち日本人はずっと昔から、さまざまなお菓子を食べてきました。お米を材料とした「せんべい」や「あられ」、甘い「キャンディ」や「チョコレート」、洋風の「クッキー」や「ビスケット」、「ポテトチップス」を代表とするスナック類など…。この本では明治から大正、昭和、平成と私たちに長く愛され、普段普通に食べてきた日本生まれのお菓子達の歴史をパッケージと共に紹介しています。懐かしのお菓子だけではなく、今でも人気のロングセラーも掲載されています。皆さんが好きだったお菓子も、きっとこの本の中にありますよ。



よこはま動物園ズーラシア 旭区上白根町1175-1 TEL 959-1000 FAX 951-0777 日 9時30分～16時30分(入園は16時まで) 休 火曜、12月29日(日)～2025年1月1日(水)

25周年企画展 Back ZOO the Future

ズーラシアの25年間を振り返る企画展を行います。みなさんと歩んだ25年、一緒に思い出を振り返りましょう！ 日 12月4日(水)～2025年3月3日(月)



金沢動物園 金沢区釜利谷東5-15-1 TEL 783-9100 FAX 782-9972 日 9時30分～16時30分(入園は16時まで) 休 月曜、12月29日(日)～2025年1月1日(水)

オリジナルポスターカレンダーをプレゼント！

1枚でもステキなカレンダーですが、ズーラシア・野毛山動物園で配布するものと並べると絵柄が繋がります。集めてみませんか？ 日 12月1日から28日までの土曜・日曜と2025年1月2日(木)・3日(金)計10日間 対象 各日先着100人



▲昨年のカレンダー

公園情報 子ども自然公園 青少年野外活動センター 旭区大池町65-1 TEL 811-8444 FAX 812-5778 休 第3月曜(祝日の場合翌日)、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

■あったかエコなデイキャンプ SDGsをテーマにした野外炊事やゲーム ほか 日 2025年2月16日(日) 9時30分～15時30分 対象 小学1～6年生:抽選42人 費用 3,400円 申込み 2025年1月10日までにWEBか往(必要事項、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢(学年)、☑を記入)で受付



▲まだまだ見頃です

俣野別邸庭園 〒245-0065 東俣野町80-1 TEL 852-8038 FAX 852-8048 日 9時～17時 休 第3木曜、12月29日(日)～2025年1月3日(金)

■イヤーエンドコンサート ギターとバイオリンのデュオ 日 12月22日(日) 15時～16時 対象 18歳以上:先着30人 費用 1,000円 申込み 12月14日9時30分から来館で受付

とつかっこ広場



子育て支援者が
待っています

遊び場・しゃべり場・ほっとタイムへ
行ってみよう 無料 予約不要 入退室自由

週1回、未就学の子どもと保護者が遊んだり、おしゃべりしたり、ほっとできる場所です。「おやこであそびたい!」「どうやってあそんだらいいのかわからない!」「子育てのこと、自分のこと、誰かと話したい!」こんなとき、子育ての先輩である子育て支援者(※)に相談できる遊び場・しゃべり場・ほっとタイムへ行ってみませんか?

※子育て支援者:子育ての経験や情報を持った身近な相談役として横浜市が委任しています。

子育て支援者からの
メッセージ



子育て支援者さんと
いっぱい話せて
リフレッシュできました。



地区センターやケアプラザなどで、おもちゃや地域の子育て情報をご用意してお待ちしています。
遊びに来るだけでもOK! ママやパパだけでもOK!
短い時間でもOK!
好きな会場に遊びに来てください。
一緒に遊びながら、おしゃべりしましょう!



▲開催時間などの
詳細はこちら

	会場名	曜日
1	下倉田地域ケアプラザ(下倉田町1951-8)	月曜 (第3月曜のみ翌日)
2	舞岡柏尾地域ケアプラザ(舞岡町3705-10)	月曜(祝日・奇数月第2月曜は翌日)
3	名瀬地域ケアプラザ(名瀬町791-14)	火曜
4	大正地区センター(原宿3-59-1)	火曜
5	平戸地域ケアプラザ(平戸2-33-57)	火曜
6	上矢部地区センター(上矢部町2342)	第1・3・5火曜 木曜
7	汲沢地域ケアプラザ(汲沢町986)	水曜
8	南戸塚地域ケアプラザ(戸塚町2626-13)	水曜
9	東戸塚地域ケアプラザ(川上町4-4)	木曜 (第3木曜を除く)
	東戸塚地区センター(川上町4-4)	第3木曜
10	踊場地区センター(汲沢2-23-1)	木曜
11	舞岡地区センター(舞岡町3020)	木曜
12	原宿地域ケアプラザ(原宿4-36-1)	金曜
13	秋葉中コミュニティハウス(秋葉町271-3)	金曜
14	戸塚地区センター(戸塚町127)	金曜

区役所こども家庭支援担当 (Tel) 866-8472 (Fax) 866-8473

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へ支援

12月13日(金)午前・17日(火)午後・27日(金)午前
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、(可)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

2025年1月8日・22日(水)9時~11時 区役所5階 栄養相談室 母子健康手帳
12月11日9時から(可)(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

12月11日9時から WEBで受付

「離乳食教室」 離乳食(2回食)の講話、実演(試食あり)

2025年1月22日(水)13時30分~14時30分 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 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)の講話

2025年1月17日(金)10時~11時30分 区役所5階 区内在住の4~6か月児と保護者:先着15組 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。



with がんばれ!
とつかのスポーツチーム!

YOKOHAMA GO GREEN



省エネで
身体も気持ちも
温かく!



▲戸塚区のSDGsはこちら

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

今月の
ゼロカーボン
アクション!



電気カーペットの設定温度は低めに

3畳用で、設定温度を「強」から「中」にした場合(1日5時間使用)
年間のCO₂削減量90.8kg 約5,770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」

日立サンディーバ
堀口 佳乃 選手

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