



心豊かな一年になりますように!

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

とつか

2024 No.315

1

■戸塚区のいま■
人口:283,005人
世帯数:125,385世帯
(令和5年12月1日現在)



111人に当たる!

広報とつかアンケート

今年も広報よこはま戸塚区版をご覧いただき、ありがとうございます。

アンケートを通じて、広報へのご意見・ご感想をお寄せください。抽選で素敵なプレゼントが当たります!

<p>1 「よこはま動物園ズーラシア」 入園招待券(金沢動物園共通)</p> <p>ペア5組</p> 	<p>2 「フォレストアドベンチャーよこはま」 無料招待券</p> <p>ペア2組</p> 	<p>3 「トレイルアドベンチャー」 無料招待券</p> <p>ペア2組</p> 	
<p>4 「みなとぶらりチケット」 本紙7ページで紹介</p> <p>ペア10組</p> 	<p>5 「図書カード」 (500円分)</p> <p>20人</p> 	<p>6 下川町「とまとジュース10本セット」 &友好交流協定グッズ (クリアファイル・ボールペン)</p> <p>5人</p> <p>※北海道下川町と戸塚区は友好交流協定を結んでいます。</p> 	
<p>7 JR東日本 カレンダー</p> <p>10人</p>  <p>E8系つばさや特急列車など、魅力ある列車が東日本の美しい風景とともに1年を彩るカレンダーです。</p>  <p>▲JR東日本公式Instagram</p>	<p>8 消防Tシャツ(非売品) Mサイズ1枚 Lサイズ4枚 LLサイズ3枚 ※希望サイズも記入</p> <p>8人</p> 	<p>9 キッズ用 消防ハッピー&絵本(製作者サイン入り)</p> <p>2人</p>  <p>▲下川町イメージキャラクター「しもりん」</p>	
<p>10 うんこドリル(風水害編)& 消防局マスクキャラクター</p> <p>15人</p> 	<p>11 防災セット (ビスコ保存缶、トイレパック、ウェットティッシュなど)</p> <p>10人</p> 	<p>12 舞岡ふるさと村産 お米「はるみ」 1kg</p> <p>5人</p> 	<p>13 ウナシーとこころんの仲良しセット (携帯クリーナー、メモ帳など)</p> <p>17人</p> 

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

広報とつかアンケート

[1]「広報よこはま戸塚区版」でよく読むページは?(1つ選択)

- ①表紙(P5) ②コラムなど囲み記事(P6)
- ③区役所からのお知らせ(P7) ④特集(P8-9)
- ⑤施設から(P10-11) ⑥とつかっこ広場(P12)

[2-1]行政からの情報でもっと知りたいことは何ですか?
(複数回答可)

- ①防災 ②ごみの分別 ③公園 ④スポーツ ⑤子育て(乳幼児期)
- ⑥子育て(学齢期) ⑦認知症/介護 ⑧健康づくり ⑨防犯
- ⑩感染症対策 ⑪SDGs/環境 ⑫ペット ⑬施設イベント ⑭税金
- ⑮歴史/文化 ⑯地産地消 ⑰その他

[2-2] ([2-1]で選んだ)具体的に知りたいことは何ですか?(200字以内)

[3]「広報よこはま戸塚区版」の入手先は?(1つ選択)

- ①自治会・町内会 ②区役所 ③駅のPRボックス ④商業施設
- ⑤地区センターなどの区民利用施設 ⑥区ホームページで閲覧 ⑦その他

[4]広報よこはま戸塚区版や区公式X(旧ツイッター)などの行政広報へのご意見、ご感想などをお聞かせください。(200字以内)

[5]ご希望のプレゼント番号

回答方法

1月31日(必着)までに、アンケートの回答、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)、年代を記入し、はがき、ファクス、Eメール、または申込フォームで受付(〒244-0003 戸塚町16-17 ☎862-3054 ✉to-koho@city.yokohama.jp)

WEB 広報よこはま戸塚区版2024お年玉 検索 ※重複応募不可。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)



▲申込フォーム

※回答の内容は当落に影響はありませんので、率直なご意見をお聞かせください。

※ご記入いただいた内容は、これからの広報の参考にのみ使用し法令に従い厳正に取り扱います。なお、個人情報は賞品の発送のみに使用し、賞品送付後は速やかに破棄します。



躍動

二〇二四年
区長が選ぶ漢字

あけましておめでとうございます。

区民の皆さまにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年は、地域における運動会の開催や区民まつりでの模擬店の復活など、コロナ禍で止まっていたさまざまな活動や取組が再始動し、皆さまの笑顔とパワーを感じた一年でした。

今年は、あらゆる活動や取組が更に活発になり、発展・推進していけるよう「躍動」を合言葉に、全力で区政運営に取り組んでまいります。本年もどうぞよろしくお願いたします。

戸塚区長 國本直哉





もしもに備える防災レシピ

ポリ袋クッキング

かんたん焼きそば

フライパンを使わない

油を使わないので、さっぱりした食べやすい味になります。湯せん調理ができるポリ袋は、ポウルの代わりに使える便利な消耗品です。



▲区役所6階62番で配布中
 ◀ローリングストックレシピ集はこちら

災害が起きたとき、「食べ慣れているもの」を食べることができれば安心感につながります。いざという時に使える食材を日ごろから多めに用意して、ローリングストックで活用しましょう！

とつかの防災キャラクター

調理時間

15分

分量
(4人分)

- 水菜…1袋(200g)
- ピーマン…大2個(100g)
- 魚肉ソーセージ…1本(75g)
- 焼きそば…1袋(3玉ソース入り)
- ゆでるための水…1000cc



作り方

- ※熱の通りをよくするために、2つのポリ袋に分けて作ります。
- 1 水菜は食べやすい長さに切り、ピーマンはせん切りにする。魚肉ソーセージは薄切りにする。
 - 2 焼きそばを半分に分け、ポリ袋の中で軽くほぐす。
 - 3 ①とソースを半量ずつ②に入れ、混ぜる。軽くもむようにすると良い。
 - 4 ポリ袋に軽く空気が入っているくらいで口を縛る。
 - 5 鍋に水を入れ沸騰させ、ポリ袋を入れる。火を強火～中火で調整し、時々菜箸などで裏返しながらかき混ぜながら5分湯せんする。

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

つむぐ戸塚のいまむかし

vol.1

ちょっと昔の「とつか」のお話
 あの場所で昔あった、「あんなこと」「こんなこと」…
 地域の皆さんに聞きました

生まれも育ちも戸塚町！ 戸塚駅周辺の移り変わりをよく知る

湯川 仁さん(旭町通商店会会長・仁天堂薬局代表)



子どもの頃の思い出を教えてください。

60年くらい前、今のフォーラム(男女共同参画センター横浜)がある辺りは全部田んぼで、ザリガニ取りをしたよ。紐と「さきいか」だけとでとにかくいっぱい、100匹ぐらいとれたね。

小学生の夏休みには、今の戸塚図書館の場所にあったプールに行って、帰りに駄菓子屋さんでお菓子を買って帰ったよ。

昔は、戸塚郵便局の道路をはさんで向かいにバスセンターがあったんだけど、毎朝バスが着くと駅までの道が人でいっぱいになって、人の足音で目が覚めるような状態だったなあ。



旭町通商店街のことを教えてください。

今の姿になる前の商店街は景気も良く、商店街で行くじの景品が「海外旅行」。しかも商店街の人たちがお客さまを接待。これが大人気で、2007(平成19)年に戸塚駅周辺の再開発が始まる前までやっていたね。再開発といえば、もともと旭町通商店街に130軒ぐらいあった店が、再開発後も続いているお店は35軒ぐらいになってしまったんだ。場所を変えてやっていくのは大変だよな。

さらに、今はネットで注文した方が安く買えたりする時代。だから、お客さまには愛情をこめたコミュニケーションをとっていくことを大切にしているんだ。戸塚が好きだから、お祭りなどのイベントで盛り上げていきたいと思っているよ。新しく引っ越してきた人や若い人たちと、古くから住んでいるお年寄りをうまく融合させられたらいいね。



「わたしたちの横浜(戸塚区・平成8年度版)」より

問 区役所企画調整係 (Tel) 866-8326 (Fax) 862-3054

大切な情報は いつもここから

戸塚区 X (旧ツイッター)
 @yokohama_ttk



▲戸塚区Xへ

#ウナシーの心のつづきから
 #災害時の最新情報まで幅広く発信！



避難所情報もいち早くお知らせ！



とつかの防災キャラクター

戸塚駅周辺の商業施設などにも二次元コード！

- 【次の避難場所を開設しています】
- 地区センター (■町▲-▲)
 - 地区センター (◆町●●)
 - ▲▲中学校 (●●町●●)
 - ◆◆小学校 (▲町●●)
- 【次の避難場所を開設しています】
- 地区センター (■町▲-▲)
 - 地区センター (◆町●●)

とつかの魅力は ここから

戸塚区Instagram
 @totsuka_yokohama_official



▲戸塚区Instagramへ

戸塚のさまざまな魅力を写真と動画で。「こんな「とつか」もあったんだ」を投稿 ✨



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

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 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。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。

区役所からのお知らせ

催し

■ 戸塚っ子いきいきアートフェスティバル 第17回作品展／第34回ステージ発表
区内学校の児童・生徒による作品展とダンス、合唱、吹奏楽などの発表会

【第17回作品展】
日 1月13日(土) 9時30分～17時、1月14日(日) 9時30分～16時
所 区役所3階 区民広間、アートコリドー、多目的スペース(大)

【第34回ステージ発表】
日 1月13日(土) 午前の部／9時30分(9時15分開場)、午後の部／13時30分(13時15分開場) 所 戸塚小学校 体育館
甲 当日直接 問 実行委員会 杉野谷(TEL 090-8747-0467)

募集

■ ハマヤク農園の利用者募集
日 4月1日(月)～2025年3月31日(月)(希望者は1年間の延長可) 所 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10m)②34区画(1区画15m)③団体用6区画(1区画50m)

日 ①・②徒歩圏内で利用できる家族か8人までのグループ(目安は2世帯程度)③徒歩圏内で利用できる9人以上のグループ 費 年額①9,000円②13,500円③45,000円 甲 2月5日までにWEBの申込みフォームか往復の往信面に重要事項と希望区画(①か②か③)、③は団体名を書き、返信面に住所・氏名を書いて、

(株)春峰園(〒236-0042 金沢区釜利谷東8-3-20)
※①②③の重複申込不可
問 利用者募集について／(株)春峰園指定管理担当 ▲詳しくはWEB(TEL 783-8009 FAX 783-8019)、ハマヤク農園について／環境創造局 南部公園緑地事務所(TEL 831-8484 FAX 831-9389)

■ 令和5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～お金を知る未来を守る～
「債券と為替」をテーマにお金のプロによる、金融リテラシー向上を目的とした体験型の講座です。金融知識を身に付けて自分で考えて行動する力を養いましょう！
【講師】野村證券株式会社 戸塚支店
日 2月18日(日) 10時～12時

所 区役所8階大会議室
日 先着60人
甲 1月11日からWEBで受付
問 区役所地域活動係(TEL 866-8416 FAX 864-1933)
▲申込はこちら

スポーツ

■ 新春 区民初投げボウリング大会
[種目] シングルス戦
日 2月11日(祝・日) 10時～13時(9時30分集合) 所 湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤滝ノ沢698-10)
日 区内在住・在勤・在学
費 2,500円(靴代別途)
甲 1月31日までにTELかFAXで戸塚区ボウリング協会 松芳へ(TEL FAX 861-1935)

バスでお出かけしませんか？

みなとぶらりチケットで楽しもう
エリア内の市営バスと市営地下鉄が1日乗り放題！チケットの提示で、約110の提携施設・店舗でお得な特典サービスもご利用いただけます。

イルミネーションバス運行中！
横浜都心臨海部で開催される「ヨルノヨ」・「ヨコハマミライト」と時期を合わせて、特別イルミネーション装飾をした連節バス「BAYSIDE BLUE」と「あかいつつ」が、夜の横浜を運行中(2月29日まで)。ぜひご乗車ください。

問 交通局自動車本部営業課観光担当 (TEL 671-3211 FAX 322-3912)

戸塚税務署から「確定申告」のお知らせ

■ 税理士による無料申告相談～申告書を作成できます～
事前予約制

日 2月9日(金) 9時15分～15時40分
所 大正地区センター ※車でのご来場はご遠慮ください。
日 小規模事業者(所得300万円以下)、給与所得者、年金受給者 ※譲渡、住宅ローン控除は除く
甲 1月10日からWEBで受付
※WEB申し込みの操作方法はTEL 050-1808-7285へ

事前申し込みはこちらから
▲WEBから
▲LINEから
※電話での受付は行っていません

問 戸塚税務署 (TEL 863-0011)

とつか区民の夢プロジェクト補助金の募集

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 ● 団体構成員が5人以上で、その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
● 活動の拠点が区内の団体 など

補助内容 ①スタートアップコース:申請時点で発足から3年以内の団体に対し、上限15万円、補助率4/5(交付は2回まで)
②ジャンプアップコース:活動を拡大・充実させたい団体に対し、上限30万円、補助率1/2(交付は原則3回まで)

対象事業期間 4月1日～2025年3月31日
審査方法 書類及び質疑応答による審査(3月)
申込期間 1月15日～2月16日

※この事業は、市会の令和6年度予算議決後に実施が決定されます。

応募方法は区役所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する応募要項か区役所WEBから確認してください。

とつか 夢プロ 検索

問 区役所地域活動係 (TEL 866-8416 FAX 864-1933)

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
今月の出演:
アルテミス(ハンドベルアンサンブル)、桑山 千穂(ギター弾き語り)
日 1月20日(土) 12時～13時
所 区役所3階 区民広間
甲 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 1月20日(土) 11時～17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) 甲 当日直接

問 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)

予告 今春、戸塚駅西口の駅前道路が駐停車禁止になります

課題 戸塚駅西口前の道路混雑
2020年～ 交通社会実験実施
今春

改善するため、安全に送迎できる乗降場の利用促進を図りながら、駅周辺道路の一部区間を駐停車禁止にしました。実験結果から対応策の検討・調整を進めてきました。

次の2つを実施します。
① 安全に送迎できる乗降場の整備
利用しやすい送迎バスの乗降場や、乗降スペースを確保します。
② 区役所ロータリー(第2交通広場)の利用促進
わかりやすい案内の設置により認知度の向上や、朝夕の混雑対策を行います。

今春、駐停車禁止に

問 区役所企画調整係 (TEL 866-8326 FAX 862-3054)

区民意識調査

区民の皆さんの声を聞きました



戸塚区では、「区民意識調査」を5年に一度実施し、区民の皆さんの声を区政運営の参考とさせていただきます。今年度も多くの区民の皆さんにご協力いただきました。調査結果から見えてきたことをご紹介します。

調査概要

調査期間：2023(令和5)年6月19日～7月12日
調査対象：区内在住の18歳以上男女4,000人(無作為抽出)
調査方法：郵送によるアンケート(回答は郵送またはWEB)
回収数等：2,169件(回収率54.2%)
※小数点以下を四捨五入しているため、グラフの合計が100%にならない場合があります。

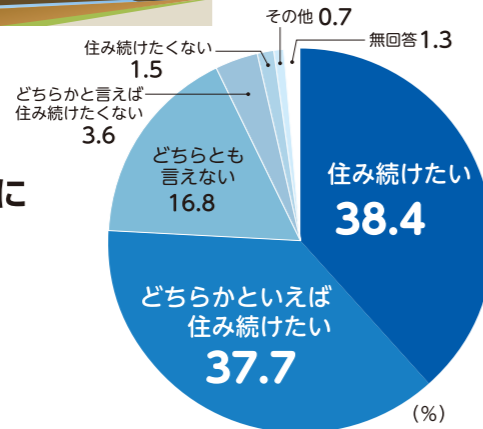


調査結果の詳細は区ホームページや区役所(9階93番窓口)で閲覧できます。



定住意識

あなたは、これからも戸塚区に住み続けたいと思いますか。

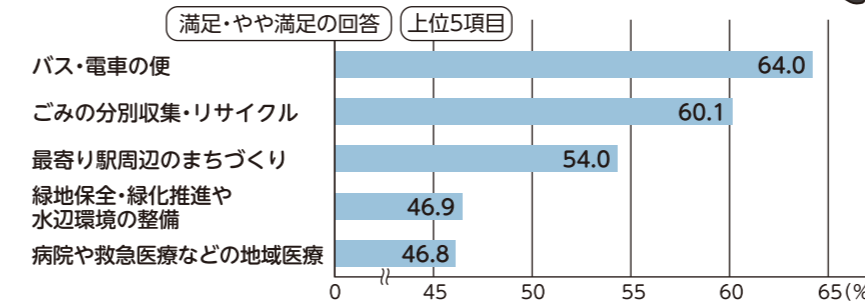


約75%の人が戸塚に住み続けたいと思っていますよ!

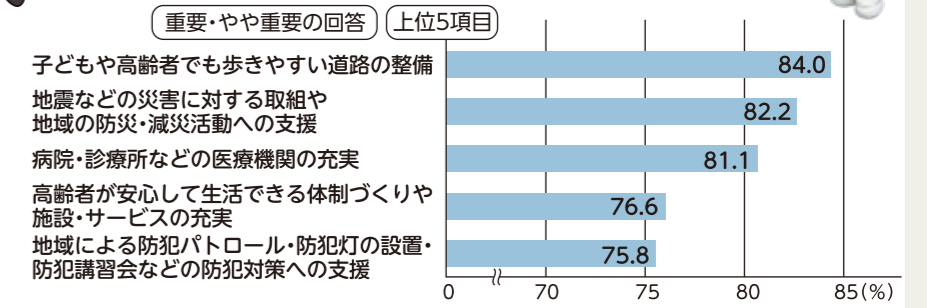


区政運営

区の取組について、お住いの地域において、現在、どの程度満足していますか。

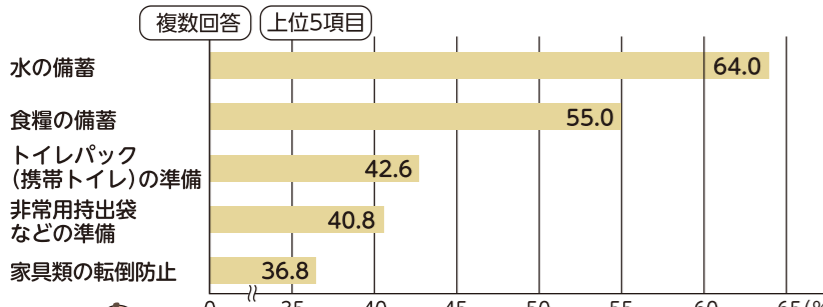


あなたが、今後、戸塚区が取り組むべきと思うものはなんですか。



防災

あなたの家で実施している防災対策は何ですか。



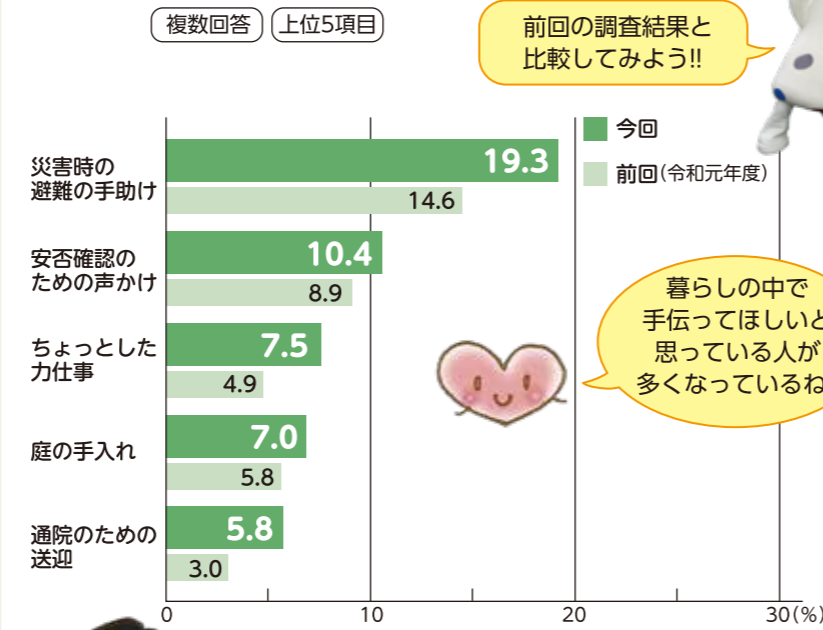
水や食料の備蓄と比べて、トイレパックの備蓄や家具の転倒防止をしている人がまだ少ないね。

「お家で避難」に向けて備えを進めましょう。

災害時に住み慣れた自宅での避難生活「お家で避難」をするには、日ごろからの備えが大切です。戸塚区版「お家で避難」リーフレットでは、家の中の安全対策としての家具の転倒防止やトイレパックなどの備えるべき備蓄についてご紹介しています。

福祉保健活動

あなたは日常生活の中で、お住いの地域の人に手伝ってほしいと思うことはありますか。



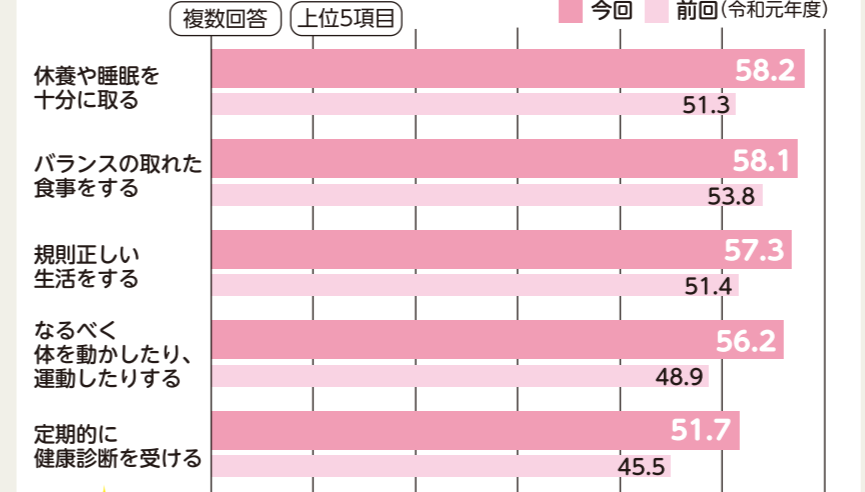
前回の調査結果と比較してみよう!!

暮らしの中で手伝ってほしいと思っている人が多くなっているね。

災害時には全ての年代で手助けを求める声が寄せられました。

健康づくり

あなたは、ご自身の健康のためにどのようなことに気を付けていますか。



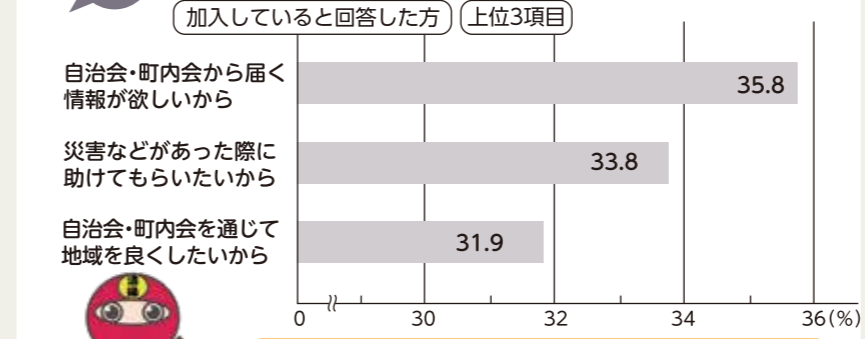
健康への関心と意識が高まっています。取組を継続することが健康づくりには大切です。

地域活動

あなたは、自治会・町内会に加入していますか。



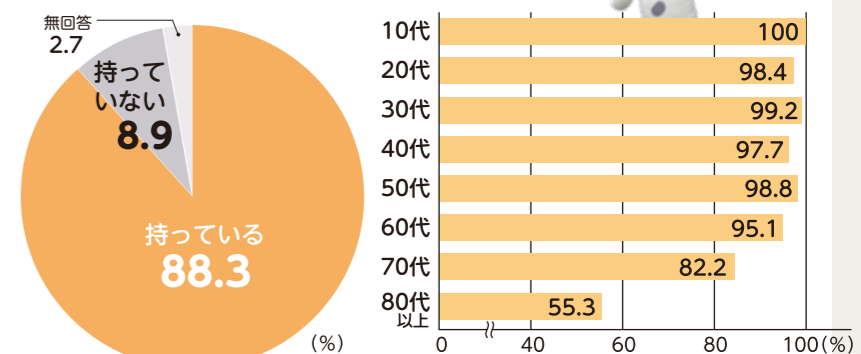
加入している理由は何ですか。



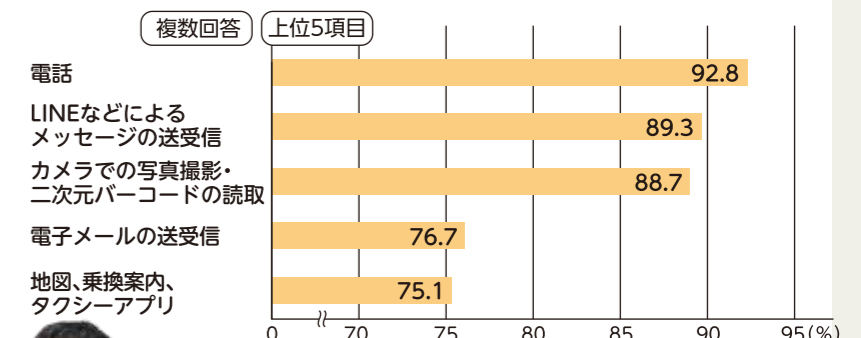
自治会・町内会を通じた地域活動への参加は、人やまちを知ることができ、安全・安心な暮らしにつながるね。

DX

あなたはスマートフォンやタブレットを持っていますか。



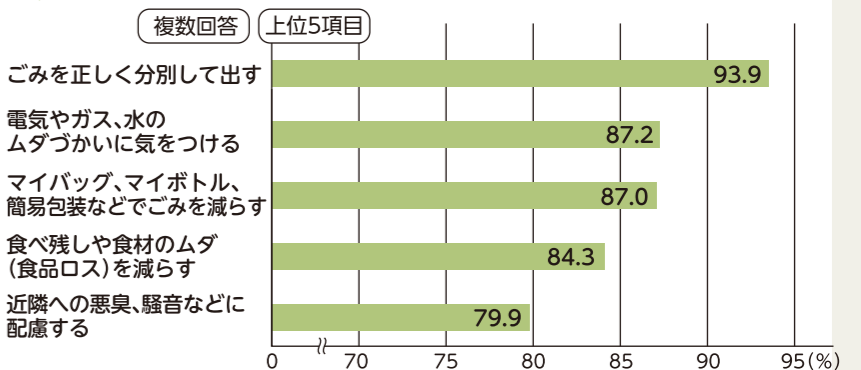
スマートフォンやタブレットのどのような機能を使っていますか。



「電話」のほか、「メッセージの送受信」や「二次元バーコードの読取」も約9割の人が活用しています。

環境・エコ・脱炭素化・SDGs

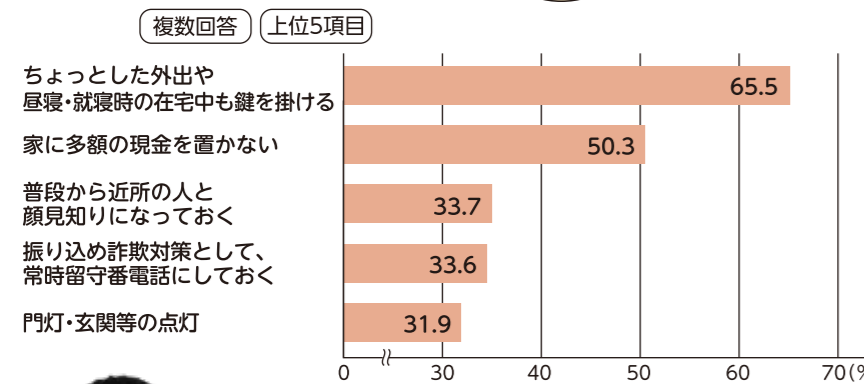
あなたが「環境」「脱炭素化」につながる行動で取り組んでいる内容は何か。



多くの人が環境につながる行動をしていることがよく分かるね。戸塚区では2024年10月からプラスチックごみの分別・リサイクルの拡大も始まります。引き続き正しい分別をお願いします!

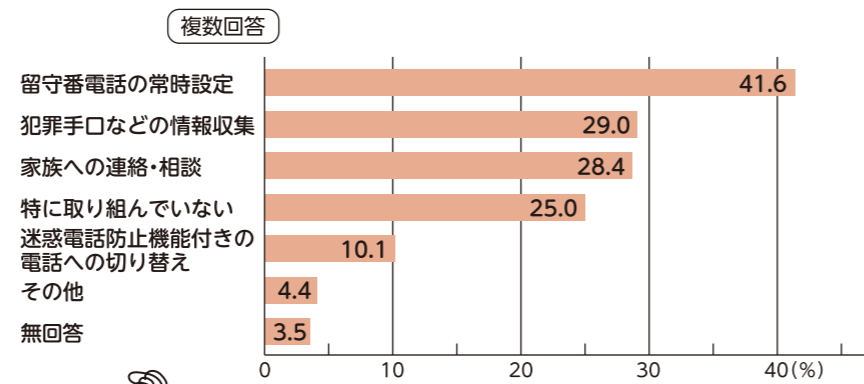
防犯

あなたが実施している防犯対策は何ですか。



一見、防犯対策が進んでいるように見えますが、「常時鍵を掛ける」「家に多額の現金を置かない」など、もっと防犯意識を高めていく必要があります。

あなたは、振り込め詐欺に遭わないために、どのようなことに取り組んでいますか。



4人に1人が対策していません!まずは自分事として考えることが大切です!固定電話を利用している人は、常に留守番電話を設定しておくとう効果的です!

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)、
2023年12月28日(木)~1月4日(木)

■親子おたのしみ会~節分~
節分にちなんだ遊びや歌、工作を楽しむ
日 1月28日(日) 10時~11時
定 3・4歳児と保護者:先着10組
費 200円 申 1月12日14時から☎で受付

■大人のスイーツレシピ
バレンタインのスイーツを作ります
日 2月10日(土) 10時~13時
定 高校生以上:先着12人 費 1,800円
持 エプロン、三角巾、布巾、手拭き、持ち帰り容器 申 1月13日14時から来館で受付※申込時に支払い

■バレンタインのおやつづくり
ブラウニーを作ります
日 2月11日(祝・日) 10時~12時
定 小学生:抽選12人 費 800円
持 エプロン、三角巾、布巾、手拭き、上履き 申 1月25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)、
2023年12月28日(木)~1月4日(木)

■エコ講座
SDGs身近なことから考えよう!
日 2月1日(木) 10時~12時 定 先着30人 持 筆記用具 申 1月11日13時30分から☎かWEBか来館で受付

↓申 ☎かWEBで受付

■バレンタイン子ども菓子教室
プレゼントにぴったり!チョコボールクッキー
日 2月3日(土) 10時~12時 定 小学生:先着12人(保護者の同伴不可) 費 800円 持 エプロン、三角巾、手拭き、布巾 申 1月12日13時30分から

■親子で楽しくリズムⅢ期
「音感」「リズム感」「運動能力」を養う
日 2月6日・20日、3月5日・19日(火)
①9時45分~10時25分②10時45分~11時25分 定 ①1歳児と保護者:先着12組 ②2・3歳児と保護者:先着12組 費 1,400円(全4回分)
持 飲み物・タオル・動きやすい服装 申 1月13日13時30分から

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
☎825-1161 ☎825-1162
休 第2月曜(祝日の場合翌日)、
2023年12月28日(木)~1月4日(木)

↓申 ☎かWEBで受付

■チョコレートの世界へようこそ!
チョコレートの知られざる世界を紹介
テイスティング体験も
日 2月5日(月) 10時~11時
定 先着30人 持 筆記用具
申 1月11日13時30分から

■バレンタイン♡簡単手作りスイーツ
日 2月4日(日) 10時~11時30分
定 小学生:抽選9人 費 400円
持 上履き、エプロン、三角巾、マスク、手拭き 申 1月25日17時まで

■赤ちゃんと一緒にリズム体操
日 2月20日(火) 10時~10時45分
定 お座りができる0歳児~よちよち歩きができる1歳児と保護者:先着10組

費 300円 持 汗拭きタオル、飲み物
申 1月11日13時30分から

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)、
2023年12月28日(木)~1月4日(木)

↓申 1月11日9時から☎かWEBか来館で受付

■赤ちゃんの初めて講座
①お口のお手入れ②離乳食講座
③ベビーマッサージ
日 ①2月5日(月) 10時②3月6日(水) 13時③3月8日(金) 10時 定 0歳児と保護者:先着各8組 費 ②③300円
持 ①③ハンドタオル、バスタオル②エプロン、三角巾、赤ちゃん用スプーン、スタイ※②調理中は保(要問合せ)

■楽しい手芸
①おしゃれなポーチ
②ちりめんかわいのおひなさま
日 ①2月13日(火) 10時②2月10日(土) 9時30分 定 先着各10人 費 ①1,000円②1,500円
持 ①洋裁道具②ピンセット、お手拭き

■誰でもできるやさしいストレッチ
日 2月5日(月) 13時 定 先着15人 費 500円 持 動きやすい服装

↓申 1月11日14時から☎で受付

■舞岡手作り味噌教室
舞岡スタッフ指導付き、美味しい味噌を3kg分作ります!
日 2月25日(日) 10時30分~12時
定 先着15人(小学生は要保護者同伴) 費 4,500円 持 マスク、エプロン、三角巾、手拭き、4ℓ以上の持ち帰り容器

■小学生バレンタインケーキ!
チョコとバナナを混ぜて10cm角のケーキを作ろう♪
日 2月3日(土) 10時~12時
定 小学生:先着8人 費 500円
持 マスク、エプロン、三角巾、手拭き、室内履き、飲み物

■イングリッシュ親子ひろば
日 2月6日(火) 9時30分~10時30分
定 1~3歳児と保護者:先着25組 費 300円 持 飲み物

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)、
2023年12月28日(木)~1月4日(木)

■立川志の八落語会
日 3月9日(土) 13時30分~15時30分
定 先着70人(未就学児入場不可) 費 2,000円 持 室内履き、靴を入れる袋
申 2月1日13時から窓口でチケット販売

■赤ちゃんとスキンシップ
首の座った0歳児とベビーマッサージや歌遊びなどを行います
日 2月16日、3月15日(金) 10時~10時45分 定 首の座った0歳児と保護者:先着各5組 費 各400円
持 バスタオル 申 1月19日14時から☎か来館で受付

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、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

■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時の相談室
日 1月19日(金) 13時~15時30分(13時~15時受付) 定 先着10人
持 パソコン、筆記用具 申 当日直接

■やりたいことみつける!
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ぶ
日 2月10日(土) 13時30分~15時
定 先着5人 持 筆記用具 申 1月11日9時~2月7日までに☎か来館で受付

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、2023年12月28日(木)~1月4日(木)

■生涯スポーツ「スポーツダーツ」体験会
プロのダーツプレイヤーから学ぶ
日 2月5日(月) 9時30分~11時30分
定 市内在住60歳以上:先着20人
申 1月11日から☎か住所・年齢がわかるものを持参で来館受付

■あしなが音楽会「青春の煌めき」
60~70年代のヒットソングを楽しもう
日 2月10日(土) 14時15分~15時15分
定 市内在住:先着50人 申 1月11日から☎か住所がわかるものを持参で来館受付

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、2023年12月28日(木)~1月3日(水)

↓保 2か月~未就学児、予約制
☎862-4750(詳細は要問合せ)

■心とからだを整える産後のセルフケア
赤ちゃんと一緒に体を整えるエクササイズ
日 2月13日・20日(火) 10時~11時30分
定 生後210日までの赤ちゃんと母親:先着16組 費 1,700円(全2回分)
申 1月11日9時からWEBで受付

■女性のためのこころのケア講座
テーマ:「Bさん(加害者)とは」
日 1月20日(土) 10時~12時
定 女性:先着25人 費 600円
申 当日直接(☎☎ 862-5058)

■ワード初級
定型文書とイラストを入れたチラシを作れるようになる
日 2月10日(土)・11日(祝・日) 10時~15時30分 定 女性:先着15人 費 11,000円(全2回分) 申 1月16日9時30分から☎(862-4496)かWEBで受付

舞岡ふるさと村虹の家

〒244-0813 舞岡町2832
☎826-0700 ☎826-0749
休 火曜(祝日の場合翌日)、
2023年12月29日(金)~1月5日(金)

■味噌作り教室
国産大豆を使って味噌作り(約5kg)
日 2月11日(祝・日)①9時30分~12時②13時30分~16時
2月12日(祝・月)③9時30分~12時④13時30分~16時
※各前日に豆洗い作業あり(16時15分~17時の間で10分程度)

定 18歳以上で前日と当日に参加可能な人:抽選各12人 費 4,200円
持 味噌を仕込む容器 申 1月21日までにWEBか☎(☎☎)を記入)で受付

↓申 1月12日9時から☎で受付

■漬物教室
ぬか床・大根の調味漬け・白菜漬けを作ろう
日 2月4日(日) 13時30分~15時
定 先着18人 費 1,100円

■入門バードウォッチング
舞岡から柏尾川にかけて
日 2月24日(土) 9時30分~12時
※雨天中止 定 先着14人

舞岡公園小谷戸の里

〒244-0813 舞岡町1764
☎☎ 824-0107
休 第1・3月曜(祝日の場合翌日)、
2023年12月29日(金)~1月3日(水)

↓申 ☎か来館で受付
※小学生以下は要保護者同伴

■竹細工~こま作りと遊び~
日 2月25日(日) 9時30分~12時
定 先着10組 費 1個500円 申 1月29日9時から※1組5人まで、2個まで

■原木シタケ菌類体験
日 2月18日(日)①13時~14時②14時~15時 定 先着各20組
費 1組500円 申 1月24日9時から※1組5人まで、1本まで

■バードウォッチング
日 2月11日(祝・日) 9時~11時※雨天中止 定 先着20人 費 中学生以上:200円、小学生:100円 持 双眼鏡
申 1月16日9時から※1回の申込みにつき5人まで

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
☎862-2181 ☎881-6995
休 第2月曜(祝日の場合翌日)、
2023年12月30日(土)~1月3日(水)

↓持 動きやすい服装、室内用運動靴
申 当日直接

■ラテンエアロ
お腹周りのシェイクアップに
教室前後3時間トレ室使用可!
日 1月12日・19日・26日、2月2日・9日・16日(金) 14時20分~14時50分
定 16歳以上:先着各40人 費 各500円

■骨盤エクササイズ
冷え症、腰痛、肩こりなどに効果的
日 1月16日・23日・30日、2月6日・20日・27日(火) 14時10分~14時50分
定 16歳以上:先着各30人 費 各550円

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、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

■さくらプラザ春の芸術祭2024
区民参加型イベント!音楽・芸術作品・体験コーナーなど盛りだくさん!
日 2月16日(金)~18日(日)
費 一部有料 申 当日直接(一部予約制)
※詳しくはWEBか☎で問合せ

■坂巻貴彦おしゃべりコンサート
若手ピアニスト坂巻貴彦による
トーク付きピアノコンサート
日 3月24日(日)①11時開演②14時30分開演(各回30分前開場) 費 各回全席自由:一般2,000円、学生1,000円
申 1月11日から来館で受付

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。

「とつかの未来地図」ワークショップ
今の戸塚から10年後どんな街になっているかをみんなで描く
2月11日(祝・日)10時~13時
区内在住の小学生と保護者:先着5組
1月11日から@c来館で受付

踊場公園こどもログハウス

〒245-0061 汲沢8-11
☎☎ 865-5869
休 第3月曜(祝日の場合翌日)、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

ニャンとたのしい昔あそび
昔の遊びを地域の人と体験しよう!
1月21日(日)10時~12時(入替制)
幼児~小学生:先着40人
当日直接

おたのしみ工作④
輪ゴムを使ったおもちゃを作ろう!
2月7日(水)15時~16時30分
幼児~小学生:先着35人
当日直接

みなんであそぼう⑧
絵本の読み聞かせ、絵本のテーマに沿った遊び、アートプログラム
2月13日(火)10時~10時45分
幼児と保護者:先着12組
1月23日から来館で受付

汲沢地域ケアプラザ

〒245-0062 汲沢町986
☎ 861-1727 ☎ 861-3428
休 2023年12月29日(金)~1月3日(水)

パパのための育児支援講座
パパの絵本読み聞かせ講座&仕事と育児の両立について
1月20日(土)10時30分~12時
0歳~未就学児と父親(母親も可):先着15組
上履き、飲み物、(任意)絵本
1月11日10時から@c来館で受付

図書コーナー
絵本や話題の新刊などを用意しています
月~土曜9時~18時、日曜・祝日9時~17時
当日直接

原宿地域ケアプラザ

〒245-0063 原宿4-36-1
☎ 854-2291 ☎ 854-2299
休 第3月曜、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

とつかパパ楽の会
世界のおもちゃで遊ぼう
2月4日(日)10時~11時30分
父親と未就学児:先着15組
1月11日9時から
ママさんヨガ教室~初心者からOK~
2月10日、3月2日・16日(土)14時~15時(全3回)
育児中の母親:先着10人
費各500円
時ヨガマットかバス

タオル、飲み物、上履き、動きやすい服装
1月14日9時から
初めてのクッキー作り
美味しいチョコチップクッキーを作りますか
2月3日(土)13時~15時30分
小学生~中学生:先着5人(小学校1・2年生は要保護者同伴)
費500円
エプロン、三角巾、マスク、布巾、飲み物、プラスチックの容器
1月11日9時から

舞岡柏尾地域ケアプラザ

〒244-0813 舞岡町3705-10
☎ 827-0371 ☎ 827-0375
休 第2日曜、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

ママのための自分力アップ講座
参加者同士の話し合いとワークから自分なりの子育てを見つけませんか?
2月20日・27日、3月5日(火)10時~11時30分(全3回)
0歳~未就学児を子育て中の母親:先着6人
0歳~未就学児、申込時に要予約
1月29日9時から@cで受付

下倉田地域ケアプラザ

〒244-0815 下倉田町1951-8
☎ 866-2020 ☎ 860-0200
休 第3月曜、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

ポールウォーキング体験会
講義と施設内や周辺をウォーキング。腰膝の負担軽減。雨天時は室内のみ
2月22日(木)10時~12時
65歳以上:先着20人
上履き、タオル、飲み物
1月11日9時から@c来館で受付

花の便り ニホンスイセン
日本では古くから親しまれており、俣野別邸庭園では、年明けからやさしい芳香とともに楽しみいただけます。
俣野別邸庭園
所 東俣野町80-1
☎ 852-8038 ☎ 852-8048
休 第3木曜(祝日の場合翌日)、2023年12月29日(金)~1月3日(水)

戸塚図書館
〒244-0003 戸塚町127
☎ 862-9411 ☎ 871-6695
休 2023年12月25日(月)~1月14日(日)
図書館の臨時休館のお知らせ
1月14日(日)まではシステム更新のため
①市立図書館全館、②東戸塚図書取次所(東戸塚駅行政サービスコーナー隣接)、③移動図書館「はまかせ号」、④蔵書検索ページなどが利用できません。
※市立図書館の返却ポストは1月4日から使用可
ちっちゃなおはなし会
わらべ歌や絵本の読み聞かせ
1月23日(火)10時30分~11時
所 戸塚地区センター 和室
0~3歳児と保護者:先着12組
1月16日9時30分から@c来館で受付
暮らしの中に本のひととき
【書名】おとうさんがおとうさんになった日
ブックタイム
【著者】長野ヒデ子/作
【発行】童心社 【発行年】2002(平成14)年
これからパパになる人に読んでほしい絵本を紹介します。もうすぐ三人目の赤ちゃんが産まれるお父さん。お兄ちゃんとお姉ちゃんから質問攻めに遭います。「お父さんは、いつ、お父さんになったの?」「赤ちゃんを産まないのにどうやってお父さんになったの?」。お父さんはポリポリ頭をかきながら話し始めます。初めて赤ちゃんをだっこした時震えたこと、そして、いつもの景色が輝いてまるで違って見えたこと。姉妹編に『おかあさんがおかあさんになった日』『おばあちゃんがおばあちゃんになった日』もあります。

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
☎ 959-1000 ☎ 951-0777
9時30分~16時30分(入園は16時まで)
休 火曜、2023年12月29日(金)~1月1日(祝・月)※1月2日(火)は開園
千支展~たつ年の達人~
3月4日(月)まで
千支である辰にちなんだパネル展を行います。
金沢動物園
所 金沢区釜利谷東5-15-1
☎ 783-9100 ☎ 782-9972
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)、2023年12月29日(金)~1月1日(祝・月)※1月2日(火)は開園
毎日開催!わくわくタイム
飼育員が担当動物の解説をします。

公園情報
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
休 第3月曜(祝日の場合翌日)、2023年12月29日(金)~1月3日(水)
1月26日~2月9日にWEBか@c(必要事項)、参加者の氏名(ふりがな)、年齢(学年)、☎を記入)で受付
@c当選者に案内
あったかエコなデイキャンプ
エコを意識した野外炊事、野外ゲームなど
3月10日(日)9時30分~15時30分
小学生:抽選42人
費3,300円
ファミリークッキングBBQ E・F
バーベキューグリルと炭火のバーベキュー
①E:3月17日(日)10時~14時、②F:3月20日(祝・水)10時~14時
8人以内の家族:抽選各12組
費中学生以上2,700円、小学生2,200円、4歳~未就学児1,200円、3歳以下100円

とっかっこ広場

妊娠、出産、子育てを **パパ** も一緒に過ごすために

「父親であることを楽しむためのコツ」を知って、ママと一緒に子育てしましょう



Webサイトで

ヨコハマダディ



「はじめはパパも赤ちゃんと一緒に、みんな0歳からのスタートライン。」
そんなあなたを応援する横浜発ヒト、コト、モノをまとめたパパ向けお役立ち情報発信サイトです。



▲詳しくはこちら

冊子で



これまで横浜市で子育てしてきたパパたちによる心得や育児を楽しむ姿など、これからパパになるあなたに伝えたい情報が載っています。



▲ダウンロードはこちらから

戸塚区にお住まいの人へ

母子健康手帳の交付時に「妊娠出産子育てマイカレンダー」をお渡ししています。

お渡しの際には、カレンダーを使って、ママの妊娠中の過ごし方や必要な手続き、おすすめの講座をプランニングします。



▶さらに

マイカレンダーには「パパカード」がついています。先輩パパからのメッセージ、心得5か条、パパが学べるお役立ちサイトを紹介しています。ぜひ、お名前のあるところには、パパの名前を書いてみてください。



▶他にも

区内で開催されるパパも参加できる教室もあります。ぜひお問合せください。

問 区役所こども家庭支援担当 (Tel) 866-8470 (Fax) 866-8473

健診・相談のお知らせ(要予約)

↓ 申問 問で区役所健康づくり係へ (問)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個別に支援

問 1月19日(金)午前・23日(火)午後、2月2日(金)午前・6日(火)午後

問 区役所5階 健康相談室 問 市内在住

※電話申込ができない人は、問可(問事項)と相談内容を記入
※1人あたりの相談時間は1時間以内

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。

子どもの相談・教室(要予約)

↓ 申問 問1月11日から 問か問(問事項)と相談内容を記入)で区役所健康づくり係へ (問)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

問 2月7日・21日(水)9時~11時 問 区役所5階 栄養相談室 問 母子健康手帳
※1人あたりの相談時間は45分以内

「離乳食教室」 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食あり)

問 2月21日(水)13時30分~14時30分 問 区役所5階 栄養相談室 問 区内在住の7~8か月児と保護者: 先着14組 問 だっこひも、赤ちゃん用エプロン、赤ちゃん用スプーン

「はじめての歯みがき教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

問 2月9日(金)10時~11時30分 問 区役所5階 問 区内在住の4~6か月児と保護者: 先着15組 問 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)



あなたがつくる みんなの未来!

今月の目標

17 パートナリープで目標を達成しよう



目標17: パートナリープで目標を達成しよう

SDGsの目標17では、あらゆる人の協力でSDGsのさまざまな目標の達成を目指すことを掲げています。国や自治体だけではなく、企業、地域、学校、家庭、そして私たち一人ひとりが関心を持ち、行動することが目標を達成するために必要です。SDGsは地球で暮らす私たち全員に関係があり、無関係でいることはできません。まずは、自分にできる身近なことから取り組みましょう。

SDGsとは?

世界中すべての人が、この地球で暮らし続けていくために、17の目標と169のターゲットから構成される、2030年までに達成すべき目標です。



問 区役所企画調整係 (問)866-8327 (Fax)862-3054)

編集後記

あけましておめでとうございます。お年玉アンケート、ぜひぜひ、ご応募ください!



編集・発行

区役所広報相談係 (問)866-8321 (Fax)862-3054)