

とつかっこ広場 親子でふれあう運動あそび お外でも家の中でも！遊具やおもちゃがなくても！体を動かしているいろいろなあそびができます♪

まわっこあそび

こんなこと こんなこと できますか？

大人がまねしてほしいポーズを子どもに見せてまねしてもらいましょう

こんなこと こんなこと できますか？

こんなこと こんなこと できますよ！

いろいろなポーズに挑戦しよう！

次々にテンポよくポーズを変えてまねっこしていくと楽しいですよ。慣れてきたら、先にポーズをとる側(大人)とまねる側(子ども)を交代してみましょう。

おとながうえんへようび!

ブランコがメリーゴーランドへ大変身

両脇をしっかりとって ゆらゆら

そのままぐるりと回ると...

トンネルをくぐってみよう

足の間をくぐって 行ったり来たり...

すべり台でビューン

イスに座って 伸ばした足をすべる

問 川上保育園 (Tel) 822-5926 (Fax) 822-8946)

横浜子育てサポートシステム 提供会員(預かる人)大募集!



【入会説明会申込・問合せ】

☎ 443-5384 (横浜子育てサポートシステム戸塚区支部)

【入会説明会日程・会場】

☎ 9月3日(火) とつとの芽、9月18日(水) とつとの芽サテライト、

9月26日(木) 区役所3階 多目的スペース中 いずれも10時30分~11時30分



地域の中で子育てのお手伝いをしてみませんか？まずはお問い合わせください！

問 とつとの芽 (Tel) 820-2885 (Fax) 825-6885)、とつとの芽サテライト (Tel) (Fax) 410-7010)

横浜市子育て応援アプリ **パマトコ** YOKOHAMA 横浜の子育てに必要なことがスマホで完結 WEB版公開中！アプリ版は秋ごろから開始予定 詳しくはこちら▶

健診・相談のお知らせ(要予約)

↓ 問 区役所健康づくり係へ (☎ 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

☎ 9月13日(金) 午前・17日(火) 午後、27日(金) 午前、10月1日(火) 午後 問 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(☎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)

↓ 問 区役所健康づくり係へ (☎ 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

☎ 10月2日・16日(水) 9時~11時 問 区役所5階 栄養相談室 持 母子健康手帳

☎ 9月11日9時から☎か☎(☎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

↓ 問 9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)

☎ 10月16日(水) 13時30分~14時30分 問 区役所5階 栄養相談室 市内在住の7~8か月児と保護者: 先着15組 持 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

☎ 10月18日(金) 10時~11時30分 問 区役所5階 市内在住の4~6か月児と保護者: 先着15組 持 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

「幼児の食育教室」 幼児食についての講話、実演(試食あり)

☎ 9月25日(水) 13時30分~14時30分 問 区役所5階 栄養相談室 市内在住の1歳6か月~2歳6か月児と保護者: 先着15組 持 食事用エプロン、子ども用スプーン・フォーク ※アレルギー確認あり 戸塚区役所 幼児の食育教室 で検索

SDGs with がんばれ! とつかのスポーツチーム!

今月のゼロカーボンアクション!



照明器具をLEDに取り替える

68Wの蛍光灯器具から34WのLED照明器具に交換(年間2,000時間使用)

年間のCO2削減量**29.2kg** 約**2,108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」

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

エコハマで お得に 取り替えよう!



YOKOHAMA TKM 鎌田 梨音 選手

横浜市限定! **エコハマ** 第2弾 横浜市 **エコ家電** 応援キャンペーン

横浜市 **エコ家電** 応援キャンペーン 第2弾!



詳しくはキャンペーンサイト▶

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