



こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

ととつか

2023 No.310 8

■戸塚区のいま■
人口:283,215人
世帯数:125,173世帯
(令和5年7月1日現在)

このままだとプラスチックごみが魚の量を上回る?!



世界全体で年間数百万トンものプラスチックごみが陸から海へ流出しており、いまこの瞬間も海洋プラスチックごみはどんどん増え続けています…このまま何もしなければ、2050年には海にいる魚の量よりも海洋プラスチックごみが多くなると予想されています。いま私たちは、何をすべきでしょうか。



▲市WEB

海洋ごみの半分以上を占めるプラスチックごみは長い間海の中を漂い続けることも…

捨てられた網にからまったウミガメ▶

私たちが暮らす街で捨てられたごみが川に流されてやがて海へ…

市内の海岸に打ち上げられたプラごみ

紫外線や波の作用で5ミリ以下になったマイクロプラスチックを魚が食べる

捨てられたごみはやがて私たちに戻ってくる?!



提供:横浜市環境科学研究所

さらに!!

プラスチックは燃やすと地球温暖化の原因となる温室効果ガス(CO2)が多く発生します。

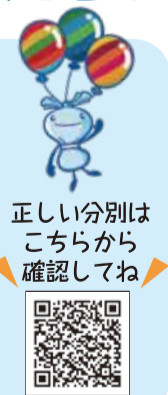


地球温暖化は、気温を上昇させるだけでなく、強い台風や集中豪雨などの異常気象を引き起こす一因であると考えられています。

SDGs 今、私たちにできること

ごみは正しく分別、ポイ捨てはしない

市内の家庭でのペットボトルの分別率は90%と高いのに対し、プラスチック製容器包装の分別率は60%台で推移しています。正しく分別することが大切です。



使い捨てのプラスチックは使わない



清掃活動などへ参加



みんなの海 みんなで守ろう

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

戸塚区役所

〒244-0003 戸塚町16-17
Tel) 866-8484 (Fax) 862-3054
WEB) 戸塚区役所 検索

8月の区役所土曜開庁日: 12日・26日 (毎月第2・4土曜) 9時~12時
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。
※土曜開庁日は、窓口が大変混み合います。時間に余裕を持ってお越しください。

最新の戸塚区の情報は



災害時
自宅で安心して
暮らすために

備えて! 3日分

あなたのお家では
何をどのくらい
準備すればいいか
確認しましょう。



とつかの防災キャラクター

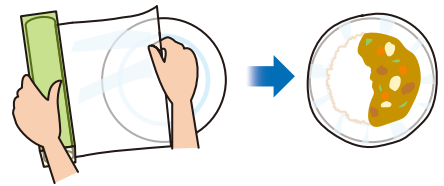
できれば1週間分!

水

飲み水だけでも、
1人1日3ℓ
3日分で9ℓ!



お皿にラップを敷
けば、洗うための水
を節水できます。

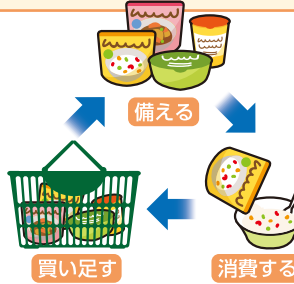


食べ物

家族構成に
合わせて
用意!



普段使う食材を多めに買
い、食べた分だけ買い足し
て備蓄しておきましょう。
賞味期限を切らさず、災害
時でも食べ慣れたものを
食べられます。



カセットコンロと
ガスボンベがある
と、調理の幅が広
がります。

ガスボンベは
1人1週間6本が
目安



トイレ

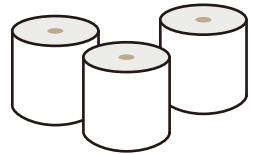
トイレパックは、
1人1日5回分
3日分で15回分!



トイレパックは
凝固剤と処理袋のセット。
凝固剤で固めて、
袋に入れば、
衛生的に捨てられます!



トイレットペーパーも忘れず
用意しましょう。
最近では「3倍巻き」という商品
もあり、比較的場所をとらずに、
備蓄できます。



備えと工夫を分かりやすく紹介した
子ども向け「防災ブック」

区役所9階でも配架中!



▲区WEBでも

本紙
15ページも
見てね

問 区役所庶務係 (Tel) 866-8307 (Fax) 881-0241

夏と青空と
おいしいパン

思わず誰かに
おすすめしたくなる

区民の皆様にご推薦いただき、「おいしいもの とつかブランド」として
認定した、戸塚区自慢の「おいしいもの」をご紹介します!

おいしいもの とつかブランド

● 東戸塚地域活動ホーム
ひかり



Menu くるみレーズン

費 150円(税込)
☎ 828-2820
所 川上町4-9
休 土・日曜・祝日・年末年始
回 9時30分~16時

● バゲット マジシェンヌ



Menu たっぷり自家製クリームパン

費 250円(税込)
☎ 813-0886
所 上矢部町771-4
カディス6ビル1階
休 月・火曜
回 9時~19時

● ぷちらぱん



Menu クリームホーン

費 280円(税込)
☎ 866-0310(本店)
390-0312(戸塚モディ店)
所 吉田町144(本店)
戸塚町10(戸塚モディ店)
休 日曜(本店)、無休(戸塚モディ店)
回 9時~18時30分(本店)
10時30分~20時(戸塚モディ店)

※各店舗の情報は、2023年7月時点のものです。
詳しくは各店舗にお問い合わせください。
※品切れなどでお買い求めいただけない場合があります。

「おいしいもの とつかブランド」は全40品!
ほかの認定品もチェックしてみてくださいね。



「おいしいもの とつかブランド」
ハンドブック

区役所9階93番窓口などで
配布しています。

WEB [おいしいもの とつかブランド](#) 検索



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

赤ちゃんとお出かけが
ちょっと便利に



区役所3階に
おむつ自動販売機が設置されました



おむつ(M,Lサイズ)
除菌ウェットシート
おしりふき
液体ミルク
ノンカフェイン麦茶



区役所3階
子育て応援ルーム
「とことこ」横に
あります

~子育てを応援できる社会を目指して~
「ウェルカムベビープロジェクト」



売り上げの一部が支援金として
「ウェルカムベビープロジェクト」に
寄付されます。

問 区役所予算調整係 (Tel) 866-8309 (Fax) 881-0241

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 回はがき 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。

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

■ オリンピック・パラリンピック種目を体験しよう!

スケートボードやポッチャ、フェンシングを体験しよう。体力測定やパラ競技用具の展示も。
日 10月15日(日) 10時~15時
※種目ごとに時間と定員が異なるため、詳細は区WEBで確認してください。募集上限を超えた場合は抽選とします。
所 戸塚スポーツセンター(上倉田町477)
区内在住・在学の小学生
申 9月13日までに区WEBで体験種目ごとに受付 区役所地域活動係 (Tel)866-8412 (Fax)864-1933



募集

■ 「し・め・じ」にご用心!

知ってトクする糖尿病予防セミナー
糖尿病の三大合併症、「し」神経障害、「め」目の症状(網膜症)、「じ」腎臓の障害。糖尿病は気づかないうちに進行する場合があります。この機会に糖尿病予防について一緒に考えてみませんか?
日 9月12日(火) 9時30分~11時30分
所 区役所5階 健康診査室
区75歳未満で血糖値が気になる人やその家族:先着20人
申 8月14日から区WEB(必要事項)を記入)で区役所健康づくり係へ (Tel)866-8426~7 (Fax)865-3963

■ マネーカレッジ

お金のプロに学ぶ生涯学習金融講座 ~お金を知る、未来を守る~
日 9月17日(日) 10時~11時30分
所 区役所8階 大会議室
先着60人
申 8月11日から31日までに区WEBで受付
区役所地域活動係 (Tel)866-8416 (Fax)864-1933



スポーツ

■ 第66回 戸塚区民テニス大会 男女別ダブルス

[種目] 男子ダブルス(一般・シニア60歳以上)、女子ダブルス(一般・シニア55歳以上)
日 9月2日、10月7日(土)・9日(祝・月)、12月10日(日)
所 金井公園・東俣野中央公園テニスコート 区内在住・在勤・在学
費 1チーム4,000円
申 8月17日までに区WEB(必要事項)を記入)で受付 (Tel)826-0715 (Fax)totsuka-ta@m7.gyao.ne.jp
区大石へ (Tel)826-0715
※詳細は二次元コード参照



■ 第63回 戸塚区民秋季ボウリング大会

[種目] シングル戦
日 9月10日(日) 9時30分~12時
所 湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤滝ノ沢698-10)
区内在住・在勤・在学
費 2,500円(靴代別途)
申 8月11日から31日までに区WEB(必要事項)を記入)で戸塚区ボウリング協会 松芳へ (Tel)861-1935



参加者大募集 小型生ごみ処理器「ミニ・キエーロ」講習会
講習会終了後、ミニ・キエーロ(幅75cm×奥45cm×高35cm)をお渡しするよ!
土の中の微生物 + 風のカ + 太陽のカ = 生ごみを分解
生ごみの分解が進んだ土は栄養がたっぷりなので、家庭菜園やガーデニングなどに使えます。
日 9月13日(水) 13時~15時
所 踊場地区センター2階 小・中会議室
区内在住でアンケートに協力できる人:先着40人
※キエーロの利用開始後3か月をめぐに、使用状況に関するアンケートの回答をお願いします。
申 8月11日14時から踊場地区センターに区来館で受付
区 踊場地区センター (Tel)866-0100 (Fax)866-0101

生ごみが消えていく経過が面白い! ごみを出す量が減った! の声続々!
日 9月13日(水) 13時~15時
所 踊場地区センター2階 小・中会議室
区内在住でアンケートに協力できる人:先着40人
※キエーロの利用開始後3か月をめぐに、使用状況に関するアンケートの回答をお願いします。
申 8月11日14時から踊場地区センターに区来館で受付

音楽の街 とつかが 毎月第3土曜はとつかが音楽の日
TOTSUKA STREET LIVE とつがストリートライブ夏フェス2023 開催
戸塚ゆかりのアーティストが「夏うた」で盛り上げます!
日 9月9日(土) 11時~18時
多様なジャンルによるここだけの特別なライブ。ぜひ会場をめぐって一緒に音楽を楽しみませんか。
所 トツカーナ東急プラザデッキ(戸塚駅西口歩道橋)、トツカーナデッキ(戸塚駅西口バスセンター歩道橋)など戸塚駅周辺 ※雨天時、会場を変更して実施する場合があります。WEBをご確認ください。
申 当日直接
区民広間コンサート
地元で愛されている手作りコンサート
今月の出演:
エヌジーフォー(音璃い)(男声合唱カルテット)、フラオナホクオカラニ(フラダンス)
日 8月19日(土) 12時~13時
所 区役所3階 区民広間
申 当日直接

令和5年度「戸塚区地域づくり大学校」講座 全4回 参加者募集
仲間を作り、地域の「こうなったらいいな」を形に
まちに出向き、自分の目で見て、実践者の話を聞き感じて、活動を知ることからはじめませんか。地域とのつながりや仲間との活動を大切にしながら、住んでいてよかったと思える地域を自分たちの手で実現する手法を学んでいきます。
【第1講】10月7日(土)「地域の活動を始めよう」
【第2講】10月21日(土)「活動の楽しさを感じよう」 ~まち歩きと区内の活動現場訪問~
【第3講】11月25日(土)「地域活動のコツを知ろう」
【第4講】12月16日(土)「自分らしくはじめよう」 ~活動プラン発表~
日 10時~12時15分(第2講のみ15時まで)
所 戸塚区役所
区内在住・在勤・在学で地域活動をしている人、地域に興味がある人:先着20人
未就学児:先着3人(事前予約、第2講はなし)
申 8月14日から9月21日までに区WEBで受付 申込はこちら
区役所地域力推進担当 (Tel)866-8328 (Fax)862-3054 (Email)to-chiikiryou@city.yokohama.jp



けいれんしたら？

4歳児までに多い

1 慌てず、安全で平らな場所に仰向けに寝かせましょう。

吐きそうな場合は、吐いたものがのどに詰まらないように顔を横に向かせましょう。



2 けいれんが始まった時間を確認しましょう。衣服をゆるめて熱を測りましょう。



渡辺隊員

3 けいれんの状態を確認しましょう。

腕や足がガクガクしているのか、ギューツとしているのかなど体の動きに注意！



大声で呼ばない！ 体を揺すらない！

刺激となり、けいれんが長引く場合があります。

口の中に物を入れない！

熱性けいれんで舌を噛むことはほとんどありません。噛む力はかなり強いため、物や指を入れることは危険です。

10分以上けいれんが続く時は救急車を呼びましょう。

ポイント



救急救命士が教える

応急手当！

こんな時どうしよう？
救急車を呼んだほうが
いいかな？
そんな時にはまず応急手当！
救急救命士が教えます！



五十嵐隊員

市川隊員

のどに物を詰まらせたなら？

どの年代の人も気を付けて

動画はこちらから



まずは
背部叩打法

- ひざまずいて、傷病者を自分の方に向けて側臥位(横向きに寝た状態)にします。
- 手のひら(手の付け根に近い部分)で肩甲骨の間を何度か力強く連続して叩きます。
- 体位はほかに座位(座った状態)や立位(立った状態)による方法もあります。



佐藤隊員

効果がなければ

腹部突上法

※妊婦や1歳未満の乳児に行っては
いけません。

- 腕を後ろから抱えるように回します。
- 片手で握りこぶしを作り、傷病者のみぞおちのやや下方に当てます。
- その上をもう一方の手で握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように押し上げます。



ポイント

唇が紫色、呼吸ができない時は、
すぐに救急車を呼びましょう。



安心して夏を過ごすために 適切な応急手当を知っておこう

出血編

- 傷口に清潔なガーゼやきれいなタオルなどをあててしっかりとおさえて圧迫します。
- 頭の傷は出血量が多くなる場合がありますが、慌てずしっかりと圧迫しましょう。



やけど編

- やけどをしたら流水で冷やします。(氷で冷やすと悪化することがあります。)
- 水ぶくれは破らず、医師の判断以外で軟膏などは塗らないように。
- やけどの範囲が広い場合は、すぐに救急車を呼びましょう。



#7119と横浜市救急受診ガイドのお知らせ

この症状、このケガ、
…もしかして
救急車？



迷ったら…



電話で
#7119 または
045-232-7119

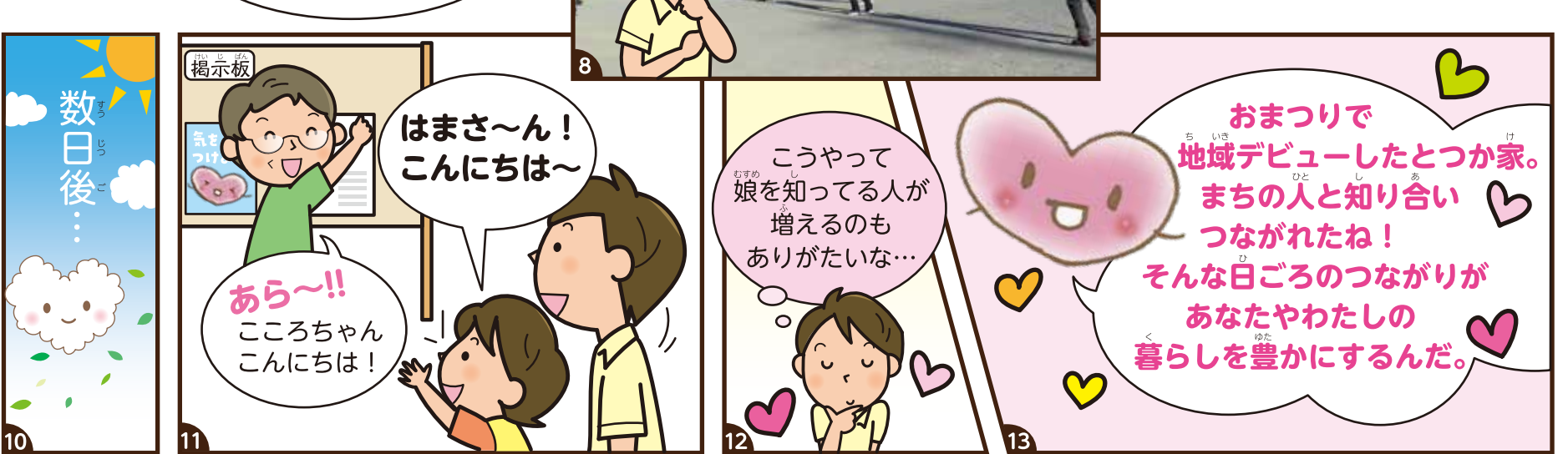


スマホやパソコンで

横浜市救急受診ガイド 検索



▲スマートフォン画面



つながるって、すてきだね!

戸塚区では誰もが安心して心豊かに暮らせる地域社会を目指して「とつかハートプラン」を進めているよ♪自分たちのまちをこんなまちにしたいという思いを形にするための計画なんだ! まんがを読んで、ころちゃんを見て、ちょっと気になったらぜひハートプランをチェックしてみてね!

詳しくはこちらから!

とつかハートプランマスコット ころちゃん

まんがにもころちゃんがたくさん隠れているよ、ぜひ見つけてね!


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)



- **戸塚おもちゃの病院**
おもちゃの修理を通して物を大切に
する心を育みます。
日 8月26日(土) 9時30分～14時30分
人 幼児・小学生と保護者:先着16組
持 壊れたおもちゃ
申 8月11日14時から☎で受付
- **親子おたのしみ会～お月見～**
季節の行事にちなんだ遊びや歌、工作
を親子で楽しめます。
日 9月3日(日) 10時～11時
人 3・4歳児と保護者:先着10組
費 200円
申 8月16日14時から☎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)



- ↓ 申 ☎かWEBで受付
- **インターネット被害未然防止講座**
貸し出しパソコンでネットトラブル
を疑似体験
日 9月15日(金) 9時30分～11時
人 先着20人 持 筆記用具
申 8月14日13時30分から
- **シニアのためのスマートフォン教室**
初心者向け、貸し出しスマホで学ぶ
※自身のスマホは使用不可
日 9月6日(水) 13時30分～15時30分
人 60～79歳:先着20人 持 筆記用具
申 8月11日13時30分から
- **本場英国の味バツェンバークケーキ**
日 9月29日(金) 10時～12時30分
人 先着12人 費 1,800円
持 エプロン、三角巾、手拭き、布巾
申 8月15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)



- **秋から冬の健康体操教室**
フレイル予防や健康増進のために
運動をしませんか。
日 ①ゆったりコース:10月～2024年
2月第1・3金曜10時～11時
②はつらつコース:10月～2024年
2月第2・4金曜10時～11時
人 ①体力に自信のない中高年齢者:抽
選70人②運動習慣のある中高年齢
者:抽選70人
費 3,000円(全10回分)
持 ヨガマット、タオル、飲み物
申 8月31日までに☎(☎要事項)を記入)か
WEBで受付
- **1歳の親子リトミック**
日 9月6日、10月4日、11月1日、12月
6日(水) 10時～11時
人 1歳児と保護者:抽選10組
費 1,600円(全4回分)
申 8月20日17時までに☎かWEBで受付
- **秋の和やか茶道入門**
お茶とお菓子を楽しみながら、作法、
お点前を学びます。男性歓迎!
日 9月13日・20日・27日、10月4日(水)
9時30分～11時30分
人 先着8人
費 4,000円(全4回分)
持 履き替え用白ソックス
申 8月12日13時30分から☎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)



- ↓ 申 8月11日9時から☎かWEBか来館で受付
- **英語deあそぼう**
日 9月9日、10月14日、11月11日、12
月9日(土) 13時
人 3～5歳児と保護者:先着16組
費 2,000円(全4回分)
- **人気講師のお菓子作り**
タルトショコラエンガディナーを作ろう
日 9月30日(土) 10時
人 先着12人 費 1,700円
持 エプロン、三角巾、布巾、空容器
- **年齢別親子体操講座**
①すくすく赤ちゃん体操
②上矢部せんた君
③かみやべ親子体操
日 ①9月8日(金) 10時、11時
②9月12日・26日(火) 10時
③8月28日、9月11日・25日(月) 9時
30分
人 ①0歳児と保護者:先着8組
②1歳児と保護者:先着20組
③2・3歳児と保護者:先着30組
費 ②800円(全2回分)
③1,200円(全3回分)
持 ①バスタオル③上履き、飲み物

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)



- **立川志の八落語会～舞岡座～**
大好評! 戸塚出身の立川志の八さん
の落語会を4年ぶりに開催します。
日 9月30日(土) 14時～15時40分
人 小学生以上:先着80人
費 1,500円 持 室内履き
申 8月11日9時から来館で受付
- **ハロウィン装飾inプレイルーム**
画用紙でハロウィンキャラクターを作って
プレイルームに装飾しましょう♪
日 9月29日(金) 10時～11時
人 未就学児と保護者:先着8組
費 300円
申 8月11日14時から☎で受付
- **大人向け体力測定 & 健康福祉相談会**
日 9月3日(日) 10時～13時
人 高校生以上 持 室内履き
申 当日直接

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)



- **赤ちゃんとのスキンシップ**
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 9月15日、10月20日、11月17日(金)
10時～10時45分
人 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 8月15日14時から☎か来館で受付
- **小学生放課後バドミントン教室**
日 9月20日、10月4日・18日、
11月1日・15日(水) 15時30分～17時
人 小学生:先着20人
費 2,000円(全5回分)
持 室内用運動靴、ラケット、飲み物、
タオル
申 8月17日14時から☎で受付

名瀬中学校コミュニティハウス


〒245-0051 名瀬町791-6
☎☎812-8405
休 金曜



- **親子リトミック**
音やリズムを感じて体を動かし
親子でリフレッシュ
日 9月12日・26日(火) 10時～11時
人 未就学児と保護者:先着10組
費 500円(全2回分)
申 8月14日10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



- **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 8月18日(金) 13時～15時30分
(13時～15時受付) 人 先着10人
持 パソコン、筆記用具 申 当日直接
- **スマホの交流サロン あぷり**
おしゃべりしながら一緒にスマホを
学びましょう。
日 9月8日(金) 13時30分～15時
(13時15分～13時30分受付)
人 先着10人 持 スマートフォン、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
☎865-3281 ☎865-3283
休 第3日曜



- **令和5年度後期 趣味の教室(10月～3月)**
①「笑いヨガ」
②「リエとめぐる日本の観光特産」
③ダンシングQueen & King
④音楽ノート～音楽を楽しみながら脳トレ
日 ①第4月曜14時30分～15時30分
(初回:10月23日)
②第3木曜10時～12時(初回:10月19日)
③第1・3水曜10時～11時(初回:10月4日)
④第2・4金曜9時30分～11時(初回:
10月13日)
人 市内在住の60歳以上の人:抽選①
15人②25人③20人④15人
申 8月11日から30日までに年齢・住
所が確認できるものと☎を持参で来
館受付※1人1講座の申込可
- **内科医から見たシリーズ「骨の話」**
日 9月28日(木) 10時～12時
人 先着25人 持 靴を入れる袋、筆記用具
申 8月11日から☎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
☎862-5052 ☎865-4671
休 第4木曜



- ↓ 保 2か月～就学前、予約制
☎862-4750(詳細は要問合せ)
- **ベビーヨガ&産後のアーユルヴェーダ**
日 10月10日・17日(火) 10時～11時30分
人 0歳児と産後の女性:先着16組
費 3,200円(全2回分、保育料込み)
申 9月1日9時からWEBで受付
- **女性起業家たまご塾第17期後期**
集客のためのホームページ設計コース
日 10月7日・21日、11月4日・25日、
12月9日(土) 10時～16時(12月9日
のみ17時まで)
人 女性:16人(選考あり)
費 30,000円(全5回分)
申 8月25日9時から9月13
日17時までに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)



- ↓ 人 先着14人
申 8月23日9時から☎で受付
- **クモの観察会(雨天中止)**
日 9月16日(土) 9時30分～12時
- **舞岡ふるさとの森散策会(雨天中止)**
日 9月30日(土) 9時30分～12時

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)




- **お月見会(雨天中止)**
つきたてのお餅を食べながらお月見
日 9月29日(金) 18時～19時30分
人 抽選60人
費 小学生300円、中学生以上500円
申 8月21日9時から9月4日17時まで
にWEBで受付
※中学生以下は要保護者同伴

- ↓ 人 小学生以下は要保護者同伴
- **竹細工～花器作り～**
日 9月24日(日) 9時30分～12時
人 先着10組 費 1個500円
申 9月5日9時から☎か来館で受付
※1組5人、1組2個まで
- **自然観察会～夏の里山～(雨天中止)**
日 8月27日(日) 13時～15時
申 当日直接

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)



- ↓ 人 16歳以上:先着40人
持 運動のできる服装、室内用運動靴
申 当日直接
- **ソフトエアロ・コンディショニング**
簡単なステップから始め、運動が苦手
な人でも参加可能!
日 8月23日・30日(水) 11時55分～
12時50分 費 各600円
- **金曜にこここヨガ**
日 8月25日(金) 11時30分～12時20分
費 600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



- **さくらプラザオープンデー2023
特別展示**
[バリアフリー造形教室みんなのアト
リエ]の生徒の作品展示
日 8月10日(木) 9時～31日(木) 21時
迄 4階練習室前

ほかにも
イベントが盛りだくさん!!
～市民利用施設イベント情報～




ここから
チェック
してね!

マークの説明 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。

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)

おたのしみ工作② 8月23日(水) 15時~16時30分 幼児・小学生:先着35人 当日直接 みんなであそぼう④ 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 9月12日(火) 10時~10時45分 幼児と保護者:先着12組 8月22日から来館で受付

東戸塚地域ケアプラザ 〒244-0805 川上町4-4 ☎826-0925 ☎824-8615 休 第2月曜

とつかパパ楽会「絵本をたのしもう」読み聞かせグループ「ことのは」のおはなし会 9月9日(土) 10時~11時30分 未就学児と父親:先着5組 8月11日10時から来館で受付

汲沢地域ケアプラザ 〒245-0062 汲沢町986 ☎861-1727 ☎861-3428

夏休みミュージックワークショップ 学校で教わらない? リズムのひみつ プラ容器で打楽器を作って演奏しよう 8月26日(土) 13時~15時 小学生以上:先着20人(小学2年生以下は要保護者同伴) 200円 室内履き、飲み物 8月11日10時から来館で受付

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

血管とコレステロール、食事での対策 講座の後は体成分測定、血管年齢測定、葉・栄養の個別相談会を開催! 9月9日(土) 14時~16時30分 先着25人 室内履き、お薬手帳(相談のある人のみ) 8月11日9時から来館で受付

戸塚図書館 〒244-0003 戸塚町127 ☎862-9411 ☎871-6695 休 8月21日(月) 施設点検日

ストーリーテリング講座(全2回) お話の覚え方・語り方などを伝えます。実習と講評もあります。 9月6日、10月4日(水) 9時30分~11時30分 戸塚地区センター会議室A 区内で読み聞かせの活動をしている人など:先着35人 8月15日9時30分から来館で受付



【書名】世界を変えた書物 【著者】山本貴光/著 橋本麻里/編 【発行者】小学館 【発行年】2022(令和4)年

暮らしの中に本のひととき ブックタイム 昔、書物は人の手で書き写されるものでした。15世紀にヨーロッパで活版印刷が普及すると、活字の書物がつくられるようになります。この本には、デカルト、ニュートンといったおなじみの人物が書いたものから、スペースシャトルの事故調査報告まで、さまざまな初版本が写真とともに紹介されています。1冊の書物がそれを読んだ誰かに刺激を与え、その人が書いた書物がまた別の誰かの思考に影響を与え...というように、科学の探求の歴史がめんどつと続いていきます。人と人をつないでいく、書物という媒体が持つ力を改めて感じることが出来ます。

動物園だより よこはま動物園ズーラシア 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(祝日の場合翌日) ナイトズーラシア 開園時間を延長し、普段見られない夜の動物たちの姿を見に来ませんか? 8月の土・日曜、8月11日(祝・金) 16時30分~20時30分 (入園は19時まで) 入園料のみ 金沢動物園 金沢区金利谷東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) 世界ゾウの日特別イベント「エレファント☆ナイト」 8月12日の「世界ゾウの日」にちなんで、外部団体によるガイドや売り上げの一部が野生動物の保全活動にあてられる物販を開催。ナイト金沢ZOO(8月の土・日曜・祝日)とあわせてお楽しみください。 8月11日(祝・金)・12日(土) 17時~19時30分 入園料のみ



花の便り ノリウツギ 見頃 ▶ 7月中旬頃から8月下旬頃 アジサイ科の落葉低木。樹液を和紙作りの糊に使用したため、この名が付けました。目立つ花には、ハナカミキリや、ハナムグリなどの訪花性の昆虫が集まります。 俣野別邸庭園 東俣野町80-1 ☎852-8038 ☎852-8048 休 第3木曜(祝日の場合翌日)

公園情報 こども自然公園 青少年野外活動センター 〒241-0834 旭区大池町65-1 ☎811-8444 ☎812-5778 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 夏のぼのファミリーキャンプ 秋 自然遊び、フィールドゲーム、クラフト、野外炊事、夜の集い 9月30日(土) 13時~10月1日(日) 15時 保護者を含む6人以内の家族:抽選18組 中学生以上6,000円、小学生5,500円、4歳~未就学児4,000円、3歳以下500円 当選者に連絡 8月11日から25日まで デジカメテクニック C 公園の自然を教材にデジカメの基本操作とテクニックを学ぶ 10月14日(土) 9時30分~12時 小学5年生以上:抽選10人 1,000円 当選者に連絡 8月25日から9月8日まで

小学生の放課後の居場所

放課後 キッズクラブ

学校内で過ごす

対象 当該小学校区内に居住する小学生 (私立小学校に通学する児童も可)

開所時間 放課後から19時
※土曜は8時30分から19時まで
※土曜を除く休業日、長期休業期間は8時から19時まで
※朝・夕の延長不可

費用 保険料800円以内/年

【利用区分1】 わくわく区分

「遊びの場」としての利用 放課後から16時まで無料
※新型コロナウイルス感染症防止などやむを得ない事情により利用できない場合があります。
※1日800円+おやつ代(実費)で19時まで利用可

【利用区分2】 すくすく区分

「遊びの場」と「生活の場」としての利用

- ゆうやけ…17時まで利用可(2,000円/月+おやつ代(実費))
※7・8月は2,500円 ※1日400円で19時まで利用可
- ほしぞら…19時まで利用可(5,000円/月+おやつ代(実費))
※7・8月は5,500円

申込 令和6年1月以降、各放課後キッズクラブ指定の時期に登録。または入学後、随時登録可。申し込みは直接、各放課後キッズクラブへ。

とっかっこ広場

地域で過ごす

対象 昼間保護者がいない家庭などの小学生

開所時間 放課後から19時
※土曜・長期休業期間は8時30分から19時まで

費用 利用料5,500円~36,000円/月程度、ほかおやつ代

申込 秋頃より説明会を実施。その後申込手続。ほか、年間を通じて空きがあれば随時入所可能。申し込みは直接、各児童クラブへ。

放課後児童クラブ (学童クラブ)

各クラブで異なることがあります。詳細は直接各放課後児童クラブへ。

障害がある子どもは、ほかに障害児デイサービスが利用できる場合がありますのでご相談ください。

☎ 区役所こども家庭支援担当 (Tel) 866-8485 (Fax) 866-8473

健診・相談のお知らせ(要予約)

☞ 区役所5階 健康相談室

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
- ☎ 8月18日(金)午前・22日(火)午後、9月1日(金)午前
- ☞ 市内在住
- ☞ ☎か直接、区役所健康づくり係へ (Tel) 866-8426~7 (Fax) 865-3963

※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

子どもの相談・教室(要予約)

☎ 8月14日から ☎か☎(☎事項)と相談内容を記入)で
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

☎ 9月6日・20日(水)9時~11時 ☞ 区役所5階 栄養相談室 ☞ 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)

☎ 9月20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14組 ☞ だっこひも、赤ちゃん用エプロン、赤ちゃん用スプーン

「はじめての歯ぴか教室」 はじめての歯みがきと離乳食(1回食)のお話

☎ 9月29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)

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。

今月は本紙5ページの海洋プラスチックごみ問題について考えてみるよ

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。

目標12: つくる責任 つかう責任

自然分解されることがほとんどないプラスチックは、不法投棄やポイ捨てなどにより、自然界に流出してしまうと、最終的には海にたどり着きます。私たちの大切な海を守るために、3R(リデュース、リユース、リサイクル)についてももう一度考えよう。

目標14: 海の豊かさを守ろう

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

編集後記

戸塚の川の終点は相模湾。川をきれいにすることが海を守ることにつながるんですね。

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

