



戸塚区区民栄誉賞の受賞者が中村俊輔さんに決定！

区では、スポーツ、芸術、文化などの分野で、区民の皆さんに明るい希望と誇りを与えとともに、戸塚区の名を高めることに特に顕著な業績のあった人や団体の栄誉をたたえるため、「戸塚区区民栄誉賞」を贈っています。
令和4年度の受賞者は、**中村 俊輔** さんに決定しました。



プロフィール
中村俊輔さん 戸塚区出身
市立深谷小・中学校
桐光学園高等学校 卒業

長年に渡り日本を代表するプロサッカー選手としてワールドカップに出場するなど国内外で活躍し、昨年現役引退。引退後、横浜FCのコーチに就任し、次世代を育成するサッカーの指導者としても、活躍が期待されます。

今の気持ちは？

純粋にうれしいです。
幼稚園の小さなクラブチームから始めたサッカーですが、これまでお世話になった方々への感謝の気持ちが改めて湧いてきました。

戸塚区の思い出

幼稚園から中学校までを過ごしました。
深谷の通信所にあった広い空き地にはよく行きました。だいたいいつも友達だったり、他の学校の子だったり誰かしらいるから、そこでサッカーしていましたね。自転車と自転車の間をゴールにしたりして。昔は空き地がたくさんあったので、みんなそこに集まっていました。
深谷小学校時代は、昼休み中ずっと壁にボールを当てて練習していましたね。
今はもう無くなっていますが、すぐ近所にあったドリームランドは、夏はプール、冬はスケートも楽しめて好きな場所でした。

戸塚の子どもたちへメッセージを

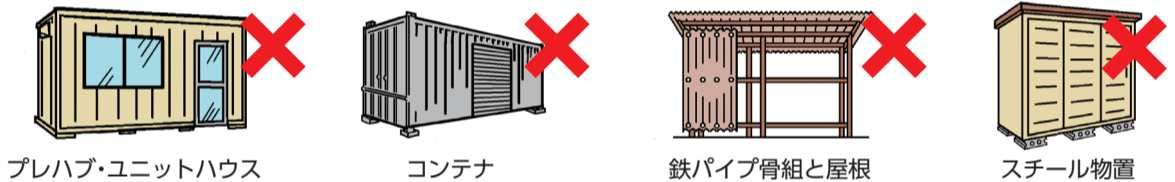
なんでもいいので自分が没頭できることを見つけてください。
それを応援してくれる人や仲間との時間はいい時間になりますし、人との関わり方の勉強にもなります。そしてその中で自分と向き合うことができれば、人間的にも成長できると思います。

問 区役所地域活動係 (☎866-8413 fax 864-1933)

市街化調整区域での建築にご注意を!!

横浜市は市内全域が都市計画法に基づく「市街化区域」と市街化を抑制する「市街化調整区域」のどちらかに指定されており、市街化調整区域内では、農業を営む人の住宅などを除き、原則として建築をすることができません。

市街化調整区域内では、例えば・・・このようなものも建築できません！



基礎の有無や材質によらず「屋根」と「壁もしくは柱」があるものは簡易的なものでも建築物になります

「簡易なものであれば建築しても大丈夫」と思い込み、市街化調整区域内で物置やコンテナなど設置し、違反建築物になってしまうケースが多く見受けられます。土地の売買や賃貸借などでのトラブルにも繋がります。簡易なものであっても建築することができないことを覚えておきましょう。



市内の市街化調整区域はこちらから確認できます。
横浜市行政地図情報提供システム (iマップー)

問 建築局違反対策課 (☎671-3856 fax 664-2667)

自分の「これからの暮らし」を書き起こしませんか？

年齢を重ねれば自分の健康や介護のことなど、人生の最期と向き合う機会が増えます。
これからの暮らしを考えるきっかけにわたしのライフデザインノート(戸塚区版エンディングノート)を書いてみませんか。

リニューアルして
書きやすくなりました！

私のこと▷これからの生き方を考えるきっかけに...

大切なもの・大切な思い出・大切な人

大切なもの・思い出・人	エピソード、保管場所、譲りたい人等

これまで大切にしてきた「こと」「想い」「夢」は？

大切な人へのメッセージ▷家族や友人など人とのつながりを意識するきっかけに...

ちょっと、ひと息...

大切な人へのメッセージや自分が大切にしてきたこと、自分の想いを記入してみましょう。

大切な人へ
ちょっと一言

資産のこと

生命保険・医療保険・損害保険など

あり なし

保険の種類 (保険の名称)		契約者	被保険者	受取人
保険会社				
証券番号				
連絡先				

介護予防▷ライフデザインを見直すきっかけに...

ここにチェックがつかないかも	10ページへ
● 以前に比べて歩く速さが遅くなってきたと感じますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● この1年間に転んだことがありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● 半年前に比べて重いものが食べにくくなりましたか (まさきい、たくあんなど)	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● お茶や汁物等でむせることがありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● 6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
● 1日3食きちんと食べていますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ

チェックリストで自分の健康を振り返る

その他

医療のこと、介護のこと、お願いごと など...

区役所2階9番窓口やお近くの区内地域ケアプラザで配布中

問 区役所高齢者支援担当 (☎866-8462 fax 881-1755)