

TOTSUKA 11 とつか

No.337

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

～子どもたちの地域の見守り役～ 青少年指導員を知っていますか？

子どもたちが心豊かに成長できるよう、交流・体験活動を開催したり、見守り活動を行う「青少年指導員」が区内には192人います。今回は「青少年指導員」の素顔に迫るべく、大正地区青少年指導員協議会のイベントに参加し、お話を聞きました！



ジュニア体験講座

「子どももつくれる防災食作り」へ密着!!

大正地区青少年指導員協議会では、大正地区センターを拠点として毎月第3曜日に「ジュニア体験講座」を実施しており、日常ではなかなかできない体験などを企画しています。今回参加した子どもたちは災害時に役立つ湯煎でできるカレーライス作りに挑戦しました。



「お米とお水」、「カレーレーと具材」を湯煎できる袋にそれぞれ入れよう

講座の前に青少年指導員だけで当日の流れを確認！

9:45

9:15

袋の中に空気を残さないことがポイント

お皿は新聞紙がなくても紙袋でも作れるよ

10:00

年間予定表には楽しそうなイベントが盛りだくさん。来月はどんなイベントかな？ 楽しみ楽しみ♪

11:00

袋を使ってカレーもごはんも作れる！

お皿もカレーも完成！！

12:00

大正地区青少年指導員協議会 会長 羽太 聰さんへインタビュー♪



「子どももつくれる防災食作り」、いざという時の備えにもつながりますね！



参加した子どもたちがお家の人に今日のことを話してくればいいなと思います。今すぐに役立たなくても、「経験」として、「そういえばこんなことをやったな」と思い出してくれるといいですね。



年間予定表をみると、他にも楽しそうなイベントをたくさん企画されていますね。



「おかしの家」や「ミニ門松」作りはとても好評でした。イベントへの参加を通して、同じ地域でも違う小学校の子や他学年の子と関わるきっかけ作りになればと思っています。



羽太 聰さん

夏には夜間のパトロール活動を実施しました。他にも地区的イベントに「たい焼き屋」を出店したり、区内中・高校生対象の防災対応力強化研修に参加しています。



活動してよかったです！



活動にあたっては家族の理解も必要ですが、一緒に活動してくれる仲間の中には、いろいろな業種の人気がいて、得意なことや人脈を駆使して「これならできるよ！」と声をあげてくれます。そんな仲間との地域活動は仕事とは違ったおもしろさがあります。

【プロフィール】羽太 聰さん

趣味のキャンプをきっかけに青少年指導員に委嘱される。定年退職後、現在は放課後キッズクラブの支援員としても活躍し、子どもたちと関わる日々を送っています。

問 区役所地域活動係 (TEL 866-8415 FAX 864-1933)

防犯情報



その警察官、ホシモノですか？二七警察詐欺に注意!!

警察官を名乗り、「口座が犯罪に使われた」などと不安をあおり、預金調査の名目で金銭を振り込ませてだまし取る手口が増加しています。警察官が電話やメッセージアプリで検査対象になっているなどと伝えることは絶対にありません。

問 区役所地域活動係 (TEL 866-8415 FAX 864-1933)、戸塚警察署 (TEL 862-0110)

おかしいと思ったら
最寄りの警察署へ
相談を！



2025とつか宿場まつり

戸塚の歴史に触れて、学んで、遊べる

11月29日(土)・30日(日)9時30分~16時 戸塚区役所3階 申当日直接

魅力・歴史を知る

- ◆大人気！東海道3宿（戸塚・藤沢・保土ヶ谷）のジオラマ展示
- ◆戸塚宿を中心とした地域の歴史を紹介するパネル展

魅力・歴史を聞く

- ◆歴史講演会 11月30日(日)13時30分
～「平安末期から幕末までの戸塚あたりの変遷」～
横浜市八聖殿郷土資料館館長 相澤 竜次 氏
- ◆家族みんなで楽しめる腹話術や紙芝居も！
- ◆集まれ！とつかの子どもたち
- ◆浮世絵刷り体験、缶バッジ作りなど
- ◆戸塚の巨大地図の上でゲームもできるよ！

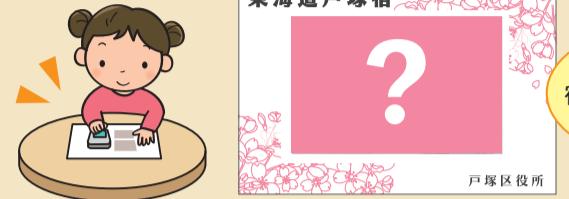
入場無料

申当日直接



会場内を回って浮世絵スタンプを完成させよう！

会場内5か所に設置されているスタンプを重ねていくと…
あの浮世絵が出現！



他にも
もりだくさん！
区WEBをチェック！



※同時開催の東海道シンポジウム戸塚宿大会も
こちらからチェック！

問 とつか宿場まつり実行委員会 (Tel 080-5970-7589)、区役所企画調整係 (Tel 866-8326 Fax 862-3054)

深谷通信所跡地中央広場活用イベント

広々としたはらっぱで秋を満喫しよう！

広いはらっぱで、体を動かすスポーツ体験のほか、脱炭素に関する展示や地震体験車への搭乗も！
おいしい手作りパンやお菓子なども販売します。

11月22日(土)10時～14時(雨天中止)

戸塚区役所深谷通信所跡地中央広場 【アクセス】神奈中バス「通信隊前」下車 徒歩6分

●戸塚バスセンター 8番のりばから:立場ターミナル行

●市営地下鉄ブルーライン立場駅バスターミナル 4番のりばから:大船駅西口行 5番のりばから:戸塚バスセンター行

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。



▲当日のプログラムや雨天時の
開催確認など詳細はこちら



問 泉区企画調整係 (Tel 800-2331 Fax 800-2505)

あると便利な備蓄品！

災害時、自宅で安全が確保できれば、住み慣れた自宅での避難生活がおすすめです。

でも電気・ガス・水道などのライフラインは停止状態になる恐れがあります。

よりストレスを少なくお家での避難生活を送るための備蓄品をいくつかご紹介します。



モバイルバッテリー



情報を得るために有効なスマートフォンの電池切れを防ぐためだけでなく、USB充電式のライトなどの防災グッズにも使えるので、いくつあると便利です。
※安全基準をクリアした「PSEマーク」付のものを。

バッショナップ

ポータブル電源



非常用のポータブル電源があれば、停電が長引いた時でも、ヒーターや扇風機などの小型家電も使用できます。

カセットコンロ&ガスボンベ



お湯を沸かしたり、簡単な調理もできます。温かい食べものは不安な気持ちが和らぎます。

Point!

ガスボンベは一人1週間あたり6本を目安に！直射日光が当たらず、火気から離れた場所に、キャップをしっかりと保管しましょう。

ラップ、アルミホイル



食器に巻いて使えば洗わずに済むので、貴重な水の節約に！アルミホイルはフライパンに敷いてもOK。



歯磨きシート ボディシート 水のいらないシャンプー



水道が止まり、入浴や歯磨きができるないときの衛生管理に。慣れない避難生活の中では、体と心の健康も大切に。

バッショナップ

高密度ポリエチレン袋



耐熱性のポリ袋に食材を入れて湯煎して加熱すれば、洗い物を出さずに調理できます。

応用編

ラップはこんな使い方も！

けが（骨折）をした時の応急処置に！



「お家で避難」リーフレット

在宅避難の備えについて解説。



問 区役所防災担当 (Tel 866-8307 Fax 881-0241)

注意！

防ごう！ヒートショック

11月～3月に多くなる



ヒートショックとは？

暖かい部屋から寒い部屋への移動など、温度の急な変化による血圧の変動で体がダメージを受け、心筋梗塞や脳卒中の発症につながる恐れが…

予防方法 洗室・脱衣所



脱衣室や浴室を暖房器具で暖めておく



浴槽の湯をかき混ぜて湯気を立てる



おふろ入るよ
入浴前に家族に
一声かけておく



ヒートショックを
予防しながら
健康で
安全な生活を！



かけ湯をしてから
お湯につかる



入浴前に
水分をとる



お湯につかる時間は
10分以内を目安に

予防方法 トイレ



トイレ室内を
暖房器具で暖めておく



素足で触れる床に
マットを敷く

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

マークの説明 **日**日時・期間 **会**会場 **対**対象・定員 **費**費用 **保**保育 **持**持ち物 **申**申込み **問**問合せ **休**休館日 **電**電話番号 **fax**ファックス番号 **E**メール **WEB**ウェブページ
往往復はがき **は**はがき **必**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。

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。

区役所からのお知らせ

催し

■【展示】「広げよう 笑顔いっぱい あいさつの輪」

区内のほか、磯子区、金沢区、栄区、港南区の市立学校の子どもたちが「あいさつ」をテーマに描いたポスター展です

■12月4日(木)～8日(月)

所区役所3階 区民広間

問教育委員会事務局 南部学校教育事務所(TEL 843-6408 FAX 843-6358)

■税理士会による無料税務相談

■11月12日(水)10時～16時

所戸塚法人会館2階 中小会議室(上倉田町449-2) **■**先着50人

申当日直接※先着順に整理券を配付

問東京地方税理士会戸塚支部(TEL 864-3300 FAX 871-7722)

募集

■ハマヤク農園の利用者募集

例年より募集時期が早まります

■2026年4月1日(水)～2027年3月31日(水)

所ハマヤク農園(深谷町1272-1) [区画] ①49区画(1区画10m²) ②34区画(1区画15m²) ③6区画(1区画50m²) **■**徒歩圏内で利用

できる①②家族か8人までのグループ ③9人以上のグループ **費**年額①9,000円②13,500円③45,000円

申11月21日までにWEBか窓の往信

面に必要事項、希望区画、③は団体名、返信

面に住所・氏名を記入の上(株)春峰園(〒236-0042 金沢区金利谷東8-3-20 TEL 783-8009 FAX 783-8019)へ

※①②③の重複申込不可

スポーツ

■第13回戸塚区ダンスフェスティバル

[種目] 社交ダンス(平服、プロデモなど)

■12月7日(日)11時30分～17時15分

所戸塚スポーツセンター第1体育室

申12月6日までにWEBか窓で安斎へ

(TEL 871-3178, FAX anzai.syt@tbz.t-co

m.ne.jp) **問**戸塚区スポーツダンス

協会 今井(TEL 070-4201-4073)、林(TEL 090-6021-7346)



HIV・エイズについて

～正しい知識と理解を～

12月1日は世界エイズデー

区役所では匿名でHIV検査を実施しています。

検査を受けてみませんか？

■水曜(原則月2回)9時30分～10時

※予約制 **問**区役所健康づくり係

(TEL 866-8426～7 FAX 865-3963)

皆さんの
献血が医療を
支えています。



献血へのご協力をお願いします

～献血は命をつなぐボランティア～

■11月11日(火)9時30分～15時30分(休憩時間11時30分～13時)

所区役所1階 荷捌き場(ハックドラッグ戸塚区役所店の横)

問区役所事業企画担当(TEL 866-8424 FAX 865-3963)



▲事前予約可

『横浜市収入証紙』の払い戻しはお早めに!!



期限: 2026年2月2日まで

横浜市収入証紙は既に取り扱いを終了しています。

ご自宅にお持ちでないか、
ご確認を!



【払い戻し方法】

区役所会計室(2階12番窓口)に
お持ちください。
※郵送をご希望の場合は
市役所会計室で対応し
ています。

▲詳しくはこち

問区会計室(TEL 866-8405)



～実証運行を始めました～

東戸塚駅から秋葉町・名瀬町地区を巡回します。

是非ご活用ください。

12歳以上: 400円 4～12歳未満: 200円
※4歳未満無料、敬老バスの提示で200円



▲ルートや時刻表など
詳しく述べるQRコード

問都市整備局地域交通推進課(TEL 671-3800 FAX 663-3415)

放課後児童クラブ(学童)入所希望者説明会



令和8年度放課後児童クラブ入所希望者説明会の情報を区WEBに掲載しています。日程や申込方法など詳細は、月～金曜午後に各クラブへ直接お問い合わせください。

放課後児童クラブとは

保護者が日中仕事などにより家を留守にする家庭の小学生が、安全で豊かな放課後を過ごすことができる施設です。

詳しくはこち



問区役所こども家庭支援担当(TEL 866-8485 FAX 866-8473)



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: YOSHIE(ピアノ弾き語り)、ティーハーモニー(ゴスペル)

■11月15日(土)12時～13時 所区役所3階 区民広間 申当日直接



とつかストリートライブ

秋空の下でストリートミュージシャンの演奏と一緒に楽しもう！

■11月15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)

所トツカーナ東急プラザデッキ(戸塚駅西口歩道橋) 申当日直接



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)



やってみたいが見つかるかも!

とつかの地域活動とあなたを結ぶ
～活動紹介展～

区内(地域)で「まちづくり」「福祉」「文化・芸術」活動、子ども・青少年支援、国際交流とさまざまな分野で活動している50の団体や個人の活動をパネルなどで紹介！地域で活動している人たちとの出会いの場です。「何かを始めたい」「興味のある人」は訪れてみてください！

パネル展

団体・個人の活動をパネルで紹介♪

とつか区民活動センター 活動紹介展 検索



戸塚
会場

■11月18日(火)～26日(水)
9時～17時(11月23日(日・祝)は除く)
※11月18日は13時から、11月26日は15時まで
所区役所3階 区民広間

東戸塚
会場

■2026年1月21日(水)～27日(火)10時～20時
※1月21日は13時から、1月27日は16時まで
所西武東戸塚S.C. 7階ファーストブリッジ
(連絡通路)



とつか地域活動ミニフェスタ

出展者による対面紹介と体験講座♪

in戸塚

■12月2日(火)～5日(金)11時～15時
所区役所3階 区民広間

in東戸塚

■2026年1月25日(日)11時～15時
所とつか区民活動センター



問とつか区民活動センター(TEL 825-6773 FAX 825-6774)、区役所地域活動係(TEL 866-8416 FAX 864-1933)

健診・相談のお知らせ(要予約)

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

■11月18日・12月2日(火)午後、11月28日(金)午前

所区役所5階 健康相談室 **■**市内在住

※電話申込ができない人は、**可**(必要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



火災多発中！

市内火災発生件数590件！前年比103件増加！(9月末日値) 防火・防災への意識を高めよう！

秋の火災予防運動(11月9日～15日)

横浜市消防局マスコットキャラクター ハマくん

秋は火災の発生件数が増え始める時期。
この機会にみなさんも
防火・防災を考えてみませんか？



戸塚消防署長



点検しよう！よくある火災原因と対策

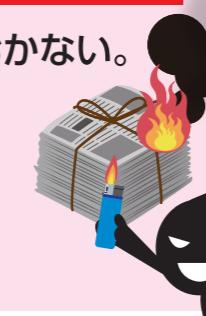
ストーブ火災

- ストーブの周囲に燃えやすいものを置かない。
- 寝る前と外出前にはストーブの電源を必ず切る。
- ストーブの上に洗濯物を干さない。



放火

- 自宅の敷地内には燃えやすいものを置いておかない。
- 家の周りに常夜灯や人感センサーライトを設置して暗い場所を作らない。



モバイルバッテリー(リチウムイオン電池)火災

- 衝撃を加えない。
- 外装が膨張したり変形しているものは使用しない。
- 使用済みの製品は、メーカーなどから構成される「一般社団法人JBRC」が設置している小型充電式電池リサイクルボックスに捨てましょう。

直近5年で
最多!!

※12月1日からリチウムイオン電池などの分別収集も始まります。

トラッキング火災

- 接触不良を避けるため、プラグはしっかり奥まで差し込む。
- 安全に流せるワット数の上限を超えて、電化製品を使用しない。
- 定期的にプラグを清掃し、樹脂の変色・荒れ・溶けを確認する。

※過負荷や接触不良により、コンセントやプラグが発熱し、発火に至る現象



トラッキング火災は
「ホコリ」だけでなく、
接触不良や過負荷が
原因の時も！



子どもの目線で考えてみた [戸塚区小学生防火・防災ポスター]

火事や災害が起きたらどうする？どうすれば安全に過ごせる？戸塚区の小学生たちが、自分たちの目線で「防火・防災」について考え、ポスターに思いを込めました。

このポスターを通じて、わたしたちも改めて「防火・防災」の大切さについて考えてみましょう。

防火・防災ポスター展 (全83作品展示)

日 11月17日(月)11時～26日(水)14時
前西武東戸塚S.C.7階ファーストブリッジ



入賞作品を活用した
防火・防災ポスターは
区内路線バスの車内や
地域の掲示板などに
掲示されます！

戸塚火災予防
協会長賞

最優秀

市立柏尾小学校4年
青木 優奈さん

<受賞者のコメント>

薄い色から濃い色へグラデーションでぬることで、本物の炎のような迫力と、火の怖さを表現しました。「後悔先に立たず」という言葉を通して、少しの気のゆるみが、大きな火災につながることを知ってもらい、もう一度、火の使い方について考えてほしいと思っています。



戸塚区長賞

最優秀

市立南戸塚小学校6年
内山 晴さん

<受賞者のコメント>

作品には、津波注意報が出たら早く高いところへ逃げてほしいという願いを込めて描きました。工夫したところは、空のグラデーションをきれいに表現するために、先に画用紙を水でぬらしてから絵の具でぬったところです。



戸塚消防団長賞

最優秀

市立東戸塚小学校5年
伊井 崇晃さん

<受賞者のコメント>

たばこによる火事が一番多いと聞いたのでこの絵にしました。また、たばこでも、火がついたらすぐにひろがるので、炎にこわい表情をつけました。最後に、たばこを吸うのなら責任をもって、火の始末をしてほしいです。



戸塚消防署長賞

最優秀

市立境木小学校6年
大桃 千紗さん

<受賞者のコメント>

この作品は、見る人にインパクトを与えることを目的としています。シンプルなデザインと配色に気を配りました。小学生の私も、毎日使うコンセント、身近で便利だからこそ、一人ひとりの注意が必要です。戸塚区の皆さん、家や職場のコンセントをチェックしてくれたらうれしいです。

おうちの中だけじゃなくて、外出先でも… 火災や災害はいつどこで起こるか分からない。「もしも」に備えて、防火・防災の意識をしっかり持っておこうね！

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
TEL 862-9314 FAX 862-9315
休 第3月曜(祝日の場合翌日)



■わいわいキッズデイ

子ども向け大イベント開催!
■12月14日(日)9時30分~15時
■幼児・小学生と保護者 費 イベントにより一部有料 持手提げ袋 申当日直接※事前申込が必要なイベントなどもあるため詳しくはWEBへ
■大人のスイーツレシピ
ブッシュドノエル作り
■12月6日(土)10時~13時 ■高校生以上:抽選9人 費3,500円※当選者は11月28日17時までに支払い
持エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル、マスク、持ち帰り用箱
申11月11日10時~20日17時にWEBで受付

大正地区センター

〒245-0063 原宿3-59-1
TEL 852-4111 FAX 852-1541
休 第3月曜(祝日の場合翌日)



■大正地区センターまつり

展示・舞台発表・ゲーム・模擬店など
■12月7日(日)9時30分~16時
■当日直接
■クリスマス親子クッキング
作って食べて楽しい時間を
■12月20日(土)10時~12時30分
■小学生と保護者:先着8組
費2,000円 持エプロン、三角巾、手拭きタオル、食器用ふきん 申11月11日13時30分からWEBで受付

東戸塚地区センター

〒244-0805 川上町4-4
TEL 825-1161 FAX 825-1162
休 第2月曜(祝日の場合翌日)



■健康体操教室Ⅲ期

体力に合わせてフレイル予防、健康増進
■2026年1月23日~3月13日の毎週金曜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 ■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 申12月14日17時までにWEBか来館で受付
■ふしぎ発見理科ひろば
ぶつからない迷路ロボットを作ろう!
■12月14日(日)9時20分~11時30分
■小学生:抽選30人※小学校3年生以下は要保護者同伴 費1,000円
持 持ち帰り用袋 申11月25日17時までにWEBで受付

上矢部地区センター

〒245-0053 上矢部町2342
TEL 812-9494 FAX 812-9199
休 第3月曜(祝日の場合翌日)



▼申11月11日9時からWEBか来館で受付

■ゆうさんの紙芝居パフォーマンス

パントマイムや紙芝居を楽しもう
■12月13日(土)11時~12時30分
■先着100人
■人気講師のお菓子づくり
クリスマスケーキを作ります
■12月20日(土)10時 ■高校生以上:先着9人 費3,500円 持エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り用容器

舞岡地区センター

〒244-0813 舞岡町3020
TEL 824-1915 FAX 824-1925
休 第2月曜(祝日の場合翌日)



▼申11月11日14時からWEBで受付

■舞岡クリスマスコンサート

今年はハンドベル! 皆で歌う時間も
■12月14日(日)13時30分(13時開場)
■先着100人 費1席:前売500円、当日600円(要事前予約) 持 室内履き
■ハッピークリスマス会
親子でカラダを動かし一緒に楽しもう
■12月19日(金)10時~11時 ■未就学児と保護者:先着20組 費1組500円

踊場地区センター

〒245-0061 汲沢2-23-1
TEL 866-0100 FAX 866-0101
休 第2月曜(祝日の場合翌日)



▼申11月11日10時からWEBで受付

■おどりばクリスマスコンサート

出演:戸塚中学校吹奏楽部
■12月13日(土)13時30分(13時開場) ■先着100人 費1席300円(事前支払い) 持 室内履き、外履き入れ
■親子でクリスマスリトミック♪
音楽に合わせて楽しく体を動かします
■12月6日(土)10時~11時 ■未就学児と保護者:先着50組 費1組500円 持 室内履き、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
TEL 825-6773 FAX 825-6774
休 月曜



■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ぼう
■12月10日(水)13時30分~15時
■先着5人 申11月11日9時~12月7日にWEBか来館で受付
■パソコンワンポイントアドバイス
毎月第3金曜日開催

■11月21日(金)13時~15時30分
(13時~15時受付) ■先着10人
持パソコン、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
TEL 865-3281 FAX 865-3283
休 第3日曜

■あしなが音楽会

デキシーランドジャズでクリスマス
■11月15日(土)14時15分~15時15分
申当日直接

■迎春盆栽ワークショップ

縁起の良い黒松の盆栽を作りましょう
■12月13日(土)11時~13時 ■市内在住:先着12人 費4,900円 申11月14日9時からWEB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
TEL 862-5052 FAX 865-4671
休 第4木曜



▼保2か月~未就学児、有料、4日前までに要予約 申子どもの部屋 ■862-4750 (9時~16時30分 木曜・日曜・祝日を除く) で受付

■5日でリスクリング!

パソコン基礎スキル講座
■12月11日(木)・12日(金)・15日(月)・16日(火)・17日(水)10時~15時30分
■女性:先着15人 費24,500円(全5回分) ※経済状況により参加費免除制度あり、要問合せ 申11月15日9時30分から ■862-4496(火曜・金曜・土曜) で受付

■女の子のための理科実験教室

科学の力で“汚れ”的正体を探ろう!
■12月20日(土)13時30分~15時
■小学校4~6年生女子:先着24人
申11月17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
TEL 826-0700 FAX 826-0749
休 火曜(祝日の場合翌日)

■クリスマスリース作り

■12月7日(日)9時30分~12時
■先着24人※1家族2名まで
費1,000円 申11月21日9時からWEBで受付

■サロンコンサート

クラシック音楽
■12月21日(日)14時~16時
■先着100人 費前売り:大人1,000円、中学生以下500円、当日:大人1,200円、中学生以下600円(茶菓付き)
申11月23日9時からWEBか来館で受付

舞岡公園小谷戸の里

〒244-0813 舞岡町1764
TEL FAX 824-0107
休 第1・3月曜(祝日の場合翌日)



▼ ■抽選:各日10組

※1組5人まで、小学生以下要保護者同伴

■竹細工~ミニ門松~

■12月13日(土)・14日(日)9時30分~12時 費1個900円(1組2個まで)
申11月19日9時~22日17時にWEBで受付

■わら細工~正月飾り~

■12月13日(土)・14日(日)13時~15時 費1個600円(1組2個まで)
申11月23日9時~26日17時にWEBで受付

戸塚スポーツセンター

〒244-0816 上倉田町477
TEL 862-2181 FAX 881-6995
休 第2月曜(祝日の場合翌日)



■1月~3月期 定期スポーツ教室募集開始

3か月1クールの事前申込教室
申11月22日~12月6日にWEBか往(必要事項を記入)か来館で受付※空きがある場合は、12月22日10時から追加募集

■エアロボクシング(当日受付教室)

ボクシングの動きを取り入れた有酸素運動
■11月11日・18日・25日、12月2日・9日(火)14時~15時 ■16歳以上:先着各回40人 費各回610円 持スポーツウェア、室内履き、ふたのある飲み物、タオル
申当日直接(開始30分前から受付)

戸塚区民文化センターさくらプラザ

〒244-0003 戸塚町16-17
TEL 866-2501 FAX 866-2502
休 第2火曜、11月23日(日・祝)

■新春さくらプラザ寄席

出演:柳家小せん ほか4人
■2026年1月24日(土)13時30分開演
費全席指定:一般3,500円、市内在住3,000円 申11月17日9時からWEBか来館で受付

■さくらプラザのクリスマスツリー

ツリーの前で写真を撮って楽しもう!
■11月12日(水)9時~12月25日(木)17時 ■4階ホールステンドグラス前
申当日直接

踊場公園こどもログハウス

〒245-0061 汲沢8-11
TEL FAX 865-5869
休 第3月曜(祝日の場合翌日)

■クリスマス会

人形劇を楽しもう!
■12月6日(土)10時~11時 ■未就学児と保護者:先着30組 申11月11日から来館で受付

マークの説明 **日**日時・期間 **会**会場 **対**対象・定員 **費**費用 **保**保育 **持**持ち物 **申**申込み **問**問合せ **休**休館日 **電**電話番号 **fax**ファクス番号 **E**Eメール **WEB**ウェブページ
往往復はがき **は**はがき **必**必要事項とある場合は、行事名、日、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。

名瀬中学校コミュニティハウス

〒245-0051 名瀬町791-6 休 火・金曜
 Tel 812-8405

■親子リトミック

音やリズムを感じて体を動かします
日12月1日・22日(月) 10時~11時
会未就学児と保護者:先着10組
費600円(全2回分) **持**飲み物、タオル
申11月12日10時から^回か来館で受付

上矢部地域ケアプラザ

〒245-0053 上矢部町2342 休 第3月曜
 Tel 811-2442 Fax 811-2499

■とつかパパ楽の会

だいこん掘り
日12月6日(土) 10時~12時 **会**未就学児と父親:先着15組 **費**1組200円
持軍手、持ち帰り用袋、飲み物 **申**11月11日10時から^回か来館で受付
 ※駐車場利用は申込時要問合せ

沢沢地域ケアプラザ

〒245-0062 沢沢町986 
 Tel 861-1727 Fax 861-3428

■パパのための育児支援講座

絵本の読み聞かせ&仕事と育児の両立
日12月13日(土) 10時30分~12時
会0歳~未就学児と父親(母親も可):先着15組 **持**室内履き、飲み物、お手持ちの絵本 **申**11月11日9時から^回か来館か^{WEB}で受付

原宿地域ケアプラザ

〒245-0063 原宿4-36-1 休 第3月曜
 Tel 854-2291 Fax 854-2299

■フレイル予防 調理体験と試食会

今日から始める健康寿命を延ばす秘訣
日12月10日(水) 10時~12時

会先着:20人 **持**エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具 **申**11月11日9時から^回か来館で受付

■フリースペース「SORA」

自由にゆっくり過ごせるみんなの居場所
日毎月第4火曜13時~15時 **会**小学生~高校生の親子(子どもだけの参加も可) **費**1人100円 **申**当日直接

保野別邸庭園

〒245-0065 東保野町80-1 
 Tel 852-8038 Fax 852-8048
日9時~17時 休 第3木曜

■写真教室～保野別邸庭園の紅葉～

紅葉で色づく植物を撮影します
日12月7日(日) 13時~15時
会18歳以上:先着15人
費1,000円 **申**11月22日9時30分から^回か来館で受付

舞岡柏尾地域ケアプラザ

〒244-0813 舞岡町3705-10 休 第2日曜
 Tel 827-0371 Fax 827-0375

▼申 11月11日9時から^回か来館で受付

■ふれあいサロン

災害時の調理アイディア
日11月27日(木) 13時30分~14時30分 **会**65歳以上:先着25人
持エプロン、バンダナ、手拭き

■まいまいクラブ

保育園の先生とクリスマス会
日12月4日(木) 10時~11時30分
会未就園児と保護者:先着15組
費きょうだい児参加可 **子**子ども1人100円

動物園情報

よこはま動物園ズーラシア

〒241-0001
 旭区上白根町1175-1
 Tel 959-1000 Fax 951-0777
 休 火曜(祝日の場合翌日)



■村田園長のとっておき写真展 with wizoo ~The Africa~

「アフリカ」をテーマに、村田園長と写真家の高野 洋さんが撮影した写真を展示します!
日11月5日(水)~12月1日(月)
会ころこロッジ
申当日直接

金沢動物園

〒236-0042
 金沢区金利谷東5-15-1
 Tel 783-9100 Fax 782-9972
 休 月曜(祝日の場合翌日)



■紅葉が見頃を迎えます

樹木の葉が色鮮やかになる季節。金沢動物園ではウォーキングしつつ紅葉や動物観察をお楽しみいただけます
日12月中旬まで



▲スヌーチョワンバーラルとイチョウ(昨年の様子)

戸塚図書館

〒244-0003 戸塚町127
 Tel 862-9411 Fax 871-6695
 休 11月25日(火) 施設点検日

▼申 当日直接

■ちっちゃんおはなし会

わらべ歌や絵本の読み聞かせ
日11月18日(火) 10時30分~11時
会戸塚地区センター和室

会0~3歳児と保護者:先着20組

■読書の日キラキラおはなし会

ボランティアによる絵本の読み聞かせ

日11月23日(日・祝) ①10時30分~11時 ②11時30分~12時

会児童書絵本コーナー

会未就学児~小学生

●暮らしの中に本のひととき ●

ブックタイム



【書名】数字のトリックを見ぬけ

はじめてのデータリテラシー
 全3巻

【著者】前田健太／監修

【発行】汐文社

【発行年】2024(令和6)年/2025(令和7)年

きれいに色分けされたグラフで表すと、データが見やすく分かりやすい。「こんなに急増しているのか」「これだけ差があるのか!」と驚くこともあります。でもそういう時は落ち着いて。グラフの縦軸・横軸の取り方や、立体グラフの見せ方にトリックがあって、特定の結論に誘導されていることがあります。この本は「給食の人気メニューランキング」など身近なエピソードを漫画で紹介しています。お子さんと一緒に、グラフのトリックを見抜く方法をマスターしてみませんか。

公園情報

小雀公園

〒244-0004 小雀町681-3 Tel Fax 853-1945

■クリスマスリース作り

針葉樹や木の実などで飾り付けます

日11月29日(土) 10時~11時 **会**先着8人 **費**1,000円

持直径30cmが入る持ち帰り用袋 **申**11月11日から^回か来館で受付



■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 Tel 811-8444 Fax 812-5778

休 第3月曜(祝日の場合翌日)

▼申 WEBか窓で受付

■のしもち作り お正月用ののしもち作り(1組3kg)

日12月27日(土) A:10時~12時、B:13時~15時 **会**抽選:各16家族

費1家族4,700円 **申**11月24日まで

■アウトドアクラブ 野外遊び、野外料理を中心とした体験

日2026年1月10日・24日、2月7日・21日、3月7日・21日(土) 10時~12時

会小学生以上と保護者:抽選20組 **費**1人5,000円(全6回分) ※4歳以下が参加する場合は、4歳~未就学児2,500円、3歳以下500円 **持**当選者に連絡 **申**12月8日まで

花の便り

ツワブキ

見頃 ▶ 11月上旬から下旬

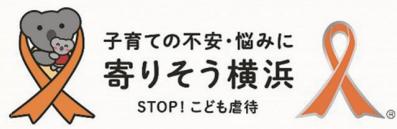




とつかっこ広場

みんなで育てる 未来の笑顔

11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間です。



小さな声かけが、大きな支えに。

子育てに不安を感じたり、相談できる相手がいないことで、保護者自身が悩みを抱え、時にはそれが虐待につながってしまうこともあります。

そんなとき、周囲の「ここにちは」「大丈夫?」といった、やさしくあたたかな声かけが、保護者の気持ちを軽くし、安心感を与えてくれることがあります。みんなで子育てを支え、あたたかい未来の笑顔をつくっていきましょう。



相談窓口

秘密は守ります
匿名でも
かまいません

横浜市こども虐待防止
キャラクター「キャッピー」● 区役所こどもの権利擁護担当 **TEL** 866-8388

月～金曜 8時45分～17時(祝日・年末年始除く)

● 南部児童相談所 **TEL** 349-0122

月～金曜 8時45分～17時(祝日・年末年始除く)

周囲に気になる親子はいませんか?

もしかしたら虐待かも?あなたの声が親子を助けます。
心配な様子に気付いたとき、まずはご連絡ください。

子どものSOS

- 泣き声がいつもより激しい
- 服や体が不衛生な状態
- 家に帰りたがらない
- 傷やあざがあるなど



保護者のSOS

- 暗い表情や子育てに悩んでいる様子
- 遅くまで子どもを置いて出かける
- しつけと称して暴言、暴力をふるうなど

問 区役所こどもの権利擁護担当(**TEL** 866-8388 **FAX** 866-8473)

子どもの相談・教室(要予約)

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

日 12月3日・17日(水)9時～11時 所 区役所5階 栄養相談室 持 母子健康手帳

申 11月11日9時から **TEL** か **FAX** (必要事項) 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

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。

↓問 区役所健康づくり係へ(**TEL** 866-8426～7 **FAX** 865-3963)↓申 11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、試食

日 12月17日(水)13時30分～14時30分 所 区役所5階 栄養相談室

申 区内在住の7～8か月児と保護者:先着15組 持 子ども用エプロン・スプーン

戸塚区役所 離乳食教室で検索

「はじめての歯びか教室」はじめての歯みがきと離乳食(1回食)の講話、実習

日 12月19日(金)10時～11時30分 所 区役所5階 健康診査室 申 区内在住の4～6か月児と保護者:先着18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 はじめての歯びか教室で検索



～戸塚の桜を未来へつなぐ～ 柏尾川桜並木保全・再生工事(植樹の準備編)

皆さんからいただいた寄附と市の予算を活用して桜並木の保全・再生工事を8月から行っています。

今回は植樹するまでの準備についてご紹介します。

まずは今ある桜の切株を取り除くんだよね。
草むしりみたいにスッと抜くのかな?大きく根の
張った切り株専用カッターで
切削する残った根を
除去する

大きな桜はその分、根も大きくなるから
スッと抜くのはとても難しいんだ。
だから機械で切株を細かく切ったり、
削ったりして、根を掘り出すんだよ。

BEFORE



AFTER

きれいに取り除く
ことができたね!

舗装が持ち上がりやすいう、
根上がり対策などを行って、植樹の準備が完了!
植樹は12月から2月頃にかけて
行います。

編集・発行 区役所広報相談係(**TEL** 866-8321 **FAX** 862-3054)