

TOTSUKA 6



GREEN×EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月~9月横浜・上瀬谷



No.344

戸塚ですくすく!

食事



& 歯と口



こどものすこやかガイド

※ここで紹介している内容は、あくまで目安です。子どもの成長のスピードやタイミングには個人差があります。周りとは比べすぎず、過度に心配せずにあたたかく見守ってあげましょう。

乳幼児期の食事やお口は、健康な体を作るうえでとても大切です。区では子どもの成長に合わせた歯みがきや離乳食開始の講座を開催するなど、切れ目のないサポートを提供しています。月齢ごとの子育てワンポイントとあわせてご紹介します。



おいしいね~
じょうずだね~

離乳食・歯みがき、どう始める?



👉4~6か月

戸塚ですくすく! はじめての歯ぴか教室

歯みがきや離乳食の開始に向けての講座
▶月1回実施



子育てポイント!



離乳食の開始は5・6か月頃が目安。個人差があるので、様子を見ながら焦らずに。



スキンシップで頬や口唇をやさしく触って、歯みがきのための「触られる経験」づくりを。

誕生!

3か月



6か月



9か月



12か月(1歳)



離乳食、これでいいのかな?



👉7~8か月

戸塚ですくすく! 離乳食教室

離乳食中期の進め方についての講座
▶月1回実施



子育てポイント!



舌と上あごでつぶせる触感を楽しめる時期。豆腐ぐらいの固さを目安に、形のある食事に少しずつステップアップ!



何でも口に入れたがる頃。歯みがきに「慣れる」ことを大切に。前歯が4本生えてきたら仕上げみがきも!

偏食、嫌がる歯みがき、どうしよう...



👉1歳~1歳6か月

戸塚ですくすく! 1歳からの食事と歯みがきレッスン

幼児食と歯みがきの習慣化に向けての講座
▶隔月実施



子育てポイント!



一度食べられなくても味付けや盛り付けを変えて再挑戦。食事に集中できる環境作りも大切。



奥歯も生えてくる時期。毎日の歯みがきでは、口の中がよく見える寝かせみがきの姿勢がオススメ。

食事や歯みがき、好きになってもらいたい!



👉1歳6か月~3歳

戸塚ですくすく! おいしいおはなし よみきかせ

「食べたらみがく」が楽しくなるよみきかせ会
▶年2回実施



子育てポイント!



お腹が空いて食事を迎えられるよう、規則正しい生活リズムを。料理のお手伝いを通して、食事への興味を広げて。



うがいや自分みがきも始めつつ、保護者の仕上げみがきでしっかりと! 「食べたら歯みがき」を習慣に。

教室受講者の声

歯や離乳食の基本を知ることができた



気になっていた小さなことにも丁寧に答えてもらった

個別相談もあります!

- こども食生活相談
- 乳幼児歯科相談



詳細はこちら!



▲市WEB

📄 次回の開催情報は本紙12ページをチェック!

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



大雨のシーズン到来！浸水への備えをしよう！

近年、各地で発生している豪雨などによる浸水被害。これから秋にかけては大雨が多く特に注意が必要です。浸水による被害から身を守るために、今からできる備えをしましょう！



自宅付近は浸水する？ **浸水ハザードマップ**でまずはチェック！

浸水ハザードマップでは、洪水と内水氾濫による浸水想定区域を確認できます。

【配布場所】
区役所9階91番窓口、
区内行政サービスコーナー

！うちの浸水を防ぐためにできること

- ✓ **側溝や雨水ますを日頃から点検しよう！**
ごみや落ち葉が詰まると排水ができず、道路浸水などが起こる原因に。日頃から点検して正常な排水ができるようにしましょう。
- ✓ **身近なもので浸水を防ごう！**
土のうはもちろん、身近にあるものを活用して浸水を防ぐことができます。

自宅が浸水想定区域に！どう備える？

- ✓ **避難場所を確認しよう！**
普段使用している道路が浸水しているかも。避難場所までの道順は複数確認！
災害の状況により、開設する避難場所は異なります。最新の情報は「横浜市避難ナビ(アプリ)」でチェック！
- ✓ **避難時の持ち出し品を確認しよう！**
持ち出し品の例
●食料 ●飲料水 ●タオル ●ラジオ ●懐中電灯 ●医薬品 ●ベビー用品 など
避難時の持ち出し品は日頃から準備し、すぐに持ち出せるように。できるだけ少なく、両手が空くリュックサックなどに収まる程度にするのがポイント。

家庭でできる浸水防止対策の一例

- ごみ袋(45ℓ)を二重にし、中に半分くらい水を入れ、水のうを作ります。
- 水のうは段ボール箱に詰めることで、強度が増します。
- 水のうと長めの板などを組み合わせて、浸水を防ぎます。
- プランターを並べ、レジャーシートで包み浸水を防ぎます。

所有の^{へき}がけ、よう壁大丈夫？大雨は**土砂災害**も引き起こします

！令和8年度 戸塚区がけ地相談会

地盤品質判定士に、所有の^{へき}がけ地やよう壁(※)の不安・問題点の解決方法を相談することができます。
※ご自身が所有・維持管理する土地が対象

日7月11日(土)10時~17時
所 区役所8階
区内在住:抽選6組
申 6月25日までにWEBで受付

問 区役所防災担当 (Tel) 866-8307 (fax) 881-0241)

戸塚区ひざ痛予防体操でLet's フレイル 予防！

最近体力が落ちてきたな...忘れっぽくなったな...そう感じるときはありませんか？



フレイルってなに？

フレイルとは、年を重ねて、体や心のはたらきや社会的なつながりが弱くなった状態のことをいいます。

介護が必要になる主な原因の一つが、「**関節の痛み**」です。

心地よい音楽に合わせて **戸塚区ひざ痛予防体操** 体操しよう！

区オリジナルのひざ痛予防体操で、元気な毎日を目指しませんか？

無理なく やつたりと 行いましょう！

イスに座って簡単にできる！



フレイルを予防するには？

体・心・認知機能などの小さな変化や社会生活面での変化などさまざまな要素が互いに影響しあい、フレイルに至ります。

フレイルを予防するには早い段階から「運動」「口腔」「栄養」「社会参加」などに取り組むことが重要です。日頃の習慣を見直して、これからも活力に満ちた日々を送りましょう！

◀(WEB)で動画公開中

【ひざ痛予防体操リーフレット配布場所】
区役所2階9番窓口またはお近くの地域ケアプラザ

区ではフレイル予防の取組である「運動」に注目し、ひざ痛予防をきっかけに、元気に動ける体づくりをオススメしています。

問 区役所高齢者支援担当 (Tel) 866-8439 (fax) 881-1755)

地域の健康づくり推進役！ 保健活動推進員

保活さーん Vol.2

*保活*は保健活動推進員の略称です

「健康チェック」やってます!!

保活の活動として、健康への意識向上のきっかけづくりのため「健康チェック」を実施しています。健康まつりなど区のイベントのほか、地域でも行っていますので、見かけたらぜひ参加してみてください！

- 血管年齢測定**
機械で血管の柔軟性を測ります。血管は加齢のほか、運動不足や肥満、ストレス、喫煙などによって硬くなります。
- 立ち上がりテスト**
運動機能の低下で移動能力が衰えた状態である「ロコモ度」を判定します。
- 足指力測定**
足の親指と人差し指でつまみをグッとはさみます。足の指のはさむ力、曲げる力を測ります。この力は、体の前後方向の姿勢をコントロールする能力などに繋がっています。

◀詳細はこちら
戸塚区 保健活動推進員 検索

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

知ろう！行ってみよう！商店街!!

地域を支える **区内の商店街** をご紹介！

02 戸塚東口商店会

地域に寄り添い、活気ある交流の場づくりを目指して

戸塚東口商店会は、上倉田町、吉田町を中心に店舗や企業、個人が集まり結成している商店会です。

人と人が繋がる温かい町づくりのために もっと元気に もっと楽しく 活動していきます！

こんなイベントやってます！

- 夏市
さまざまなジャンルのステージと、バラエティ豊かな出店で町を盛り上げます。
- 遊山箱スタンプラリー
子どもたちが手作りの「遊山箱」を持って町をめぐります。七夕、ハロウィン、ひな祭りの年3回開催しています。

勝田会長

問 区役所地域活動係 (Tel) 866-8413 (fax) 864-1933)

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ウェブページ 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。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

募集

第50回戸塚ふれあい区民まつり ステージ出演者&出展者募集 日11月3日(火・祝)9時30分 所東戸塚小学校 ①ステージ出演:区内在住・在勤・在学か区内で活動している団体、個人 ②出展ブース:区に関係がある団体・企業、詳細はWEB※酒類販売禁止 日6月25日までにWEBで区役所地域活動係へ(Tel)866-8412 (Fax)864-1933

第33回 戸塚ふれあい文化祭 展示作品出展者、舞台出演者募集 (展示部門)絵画、書道、陶芸、手芸、工芸、彫刻など 日10月9日(金)~11日(日) 所さくらプラザギャラリーほか (舞台部門)吹奏楽、オーケストラ、ダンス、合唱、演劇など 日10月10日(土)~11日(日) 所戸塚公会堂※詳細は募集要項参照(申込多数時抽選) 日6月15日までに募集要項(WEB)掲載または区役所9階94番窓口、戸塚公会堂、区内各地区センター、コミュニティハウス、とつか区民活動センターで配布を参照し、参加申込書をWEB(推奨)か、郵送または直接区役所地域活動係へ

(Tel)866-8416 (Fax)864-1933 (E)to-bun-ka@city.yokohama.lg.jp



新任・就労予定ケアマネジャー研修 介護・医療・福祉に関わる関係機関の事業紹介、グループワークを行います 日7月22日(水)10時~12時 所区役所8階大会議室AB 日新任ケアマネジャーとして区内事業所での就労が2年以内か、1年以内に就労予定の人:先着20人 日7月8日までに区役所東戸塚地域ケアプラザ包括支援センターへ(Tel)826-0925 (Fax)824-8615

個別健康相談のお知らせ(要予約)

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

- 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
日6月12日(金)午前・16日・23日(火)午後 所区役所5階 健康相談室
日市内在住※電話申込ができない人は、区民活動センター(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



使用済み食用油を回収します

主催:とつかエココーディネーター協議会

日6月15日(月)・16日(火)10時~15時 所区役所3階 区民広間

回収方法

使用済の油:ペットボトルなどに入れて持参
未使用の油:容器のまま持参
※漏れないように、しっかりと蓋をしてください。
※ビンや紙パックの容器は回収できません。

回収した廃食油はこんなものになります



- クリーニング店のスチームアイロンや乾燥機用のボイラー燃料
ビニールハウス暖房用のボイラー燃料
ボイラー燃料に再生!

まずは知ろう!行ってみよう! 環境パネル展



日6月15日(月)~26日(金) 9時~17時(土日除く) 所区役所3階 区民広間

一緒に活動しませんか? 新規会員募集!!

とつかエココーディネーター協議会は、廃食油回収のほか、河川清掃やエコイベントへの出展、エコ講座の開催など、区役所と連携してさまざまな環境活動を行うボランティア団体です。



詳しくはこちら

日区役所企画調整係 (Tel)866-8327 (Fax)862-3054

食の安全クエスト 油断の6月編. Includes food safety tips, illustrations of bacteria, and a player status bar.

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

子どもから大人まで楽しめるミニコンサート
今月の出演:藤井 美旺(ピアノ)、イポレイフラスタジオ(フラダンス)
日6月20日(土)12時~13時(11時30分開場) 所区役所3階 区民広間
日当日直接



とつかストリートライブ

爽やかな空のもと、ストリートミュージシャンの演奏を一緒に楽しもう!
日6月20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) 日当日直接



日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

身近な厄介モノ対策事典

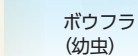
蚊



- ヒトスジシマカ(成虫)
特徴
ポウフラ(幼虫)
くねくねと動く
呼吸管であるしっぽが水面に出ており、頭を下にしている
ヒトスジシマカ(成虫)
体は黒色で白い縞があり、背面の中央に白い一本の縦線がある
体長は4.5mmほど
デング熱、ジカウイルス感染症など、さまざまな感染症を媒介する

発生源

- 植木鉢の受け皿
古タイヤ
空き缶の中



対策

- ポウフラ(幼虫)
小さな水たまりでも発生。水たまりの原因となるものは片付け、植木鉢の受け皿は、週に1度取りかえる。
ヒトスジシマカ(成虫)
草むらやヤブの中など、湿った風通しの悪いところに生息。雑草の草刈りなどの手入れを定期的にする。
蚊の多い場所に行くときは、長袖、長ズボンを着用し、肌の露出を避ける。
虫よけスプレーなどは、使用上の注意をよく確認してから使用する。

詳しくはこちら



日区役所環境衛生係 (Tel)866-8476 (Fax)866-2513

令和8年度市民税・県民税・森林環境税

納税通知書が届きます!!



- 納期限をお確かめください
第1期:6月30日(火)
第2期:8月31日(月)
第3期:11月2日(月)
第4期:2027年2月1日(月)

納付方法

- スマホ決済 クレジットカード
ペイジー 口座振替
コンビニなど 金融機関、郵便局

詳しくはこちら



※3月17日以降に申告をした場合、申告の内容が反映されていないことがあります(申告内容が確認でき次第、反映後の納税通知書を順次発送します)
※令和8年度市民税・県民税課税証明書は6月1日から発行しています

日区役所市民税担当 (Tel)866-8351 (Fax)865-4592

暮らし、学び、働き、訪れる、戸塚に関わるすべての人が安心・安全を基本に、自分らしくいきいきと笑顔あふれ、暮らすことのできる「住みたい、住み続けたいと実感できるまち」を目指して

令和8年度戸塚区運営方針 **基本目標** **こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか**



戸塚区のマスコット
ウナシー

目標達成に向けて、予算編成を行い、次のとおり取組を進めます。

人と人がつながるまちづくり

予算:19,224千円



戸塚ふれあい区民まつり

地域との「協働」「共創」の推進

区民が主役の「ふれあい区民まつり」や「ふれあい文化祭」の開催など、活気ある地域交流の促進、区民の郷土愛を醸成します。



絵本の読み聞かせ

区民活動の推進

戸塚図書館リノベーションにより、本と人、人と人の出会いの機会を増やすとともに、地域と連携した読書関連イベントや、こどもに親しみやすい絵本展示などにより、区民の読書活動を推進します。

安心・安全を実感できるまちづくり

予算:27,890千円



マンション防災情報交換会

防災・減災に向けた取組

避難所運営のシミュレーションなどにより地域防災力の向上に取り組むとともに、区本身体制や医療体制などの強化により災害時の円滑な対応を目指します。



秋葉町・名瀬町ワゴン型バス

「出かけたくなるまち」実現に向けた取組

鉄道駅やバス停から距離のある地域における移動手段の確保について、身近なニーズを踏まえた地域交通の導入に向けた地域及び関係者との調整に取り組めます。



とつか宿場まつり

まちの魅力・にぎわいづくり

戸塚の歴史の魅力を冊子や動画で発信し、興味を持つきっかけづくりを行い、戸塚の歴史への理解を深め、郷土愛の醸成につなげます。



柏尾川桜並木

環境にやさしいまちづくり

地域の皆様と協働で柏尾川桜並木の保全・再生に取り組むとともに、ふるさと納税制度を活用した、財源確保にも取り組めます。

地域の特色や資源を生かした魅力的なまちづくり

予算:19,100千円



誰もが自分らしく健やかに暮らせるまちづくり

予算:30,740千円



新米パパ教室

こども・子育てで世代への切れ目なく力強い支援

妊娠期の両親教室や新米パパ教室、赤ちゃん教室など、子育てに関する環境づくりを充実させ、こどもの育ちを切れ目なく支援します。



わくわく健康フェア

幅広い世代の健康づくり

「スロージョギング®」講座や健康づくり関係団体と連携した「わくわく健康フェア」の開催などを通じて、区民の皆様の健康づくりの場・機会を創出します。

窓口サービスの向上

「待たない」窓口の実現に向け、新たな窓口発券システムを導入し、利用者満足度の向上を図ります。

効果的で分かりやすい広報

紙媒体やSNSなどの様々なメディア・ツールを複合的に活用し、あらゆる世代に身近で分かりやすい区政情報をお届けします。



区公式 X



区公式 Instagram

戸塚区に関する意見・アイデアをお寄せください!

「こんなまちになったらいいな」「こんなことができたらいいな」といった自由な意見・アイデアを募集中です。デジタルプラットフォーム「Surfvote(サーフポート)」から投稿を。

6月1日(月)10時~30日(火)
市民局区政イノベーション推進課
(TEL) 671-2088 (FAX) 664-5295



横浜グリーンエキスポ成功に向けた取組



保育園でのワークショップ

地域の様々な主体と連携しながら、区民の皆様へ届く広報PRを実施し、横浜グリーンエキスポの来場動機につながる期待感醸成に取り組めます。

第5期とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)の推進

令和8年度から5か年の計画です。「戸塚スタイルをまちぐるみで!」を合言葉に、区民の皆様と共に、「知る」、「つながる」、「組む」の3つのアクションに取り組み、誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現を目指します。



詳しくはこちら




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、問合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)




■ **戸塚公会堂バックステージツアー!**
舞台裏を見学し、照明や音響を体験
日7月31日(金)①10時30分~12時
②13時30分~15時 ①小学生(小学2年生以下は要保護者同伴)②小学5年生~高校生:抽選各回15人
費400円 持 筆記用具、飲み物、動きやすい服装、スニーカー※スカート、サンダル禁止 申 6月26日10時~7月17日17時にWEBで受付

■ **親子おたのしみ会~たなばた~**
七夕にちなんだ遊びや歌、工作
日6月28日(日)10時~11時 ①3~4歳児と保護者:先着10組 費300円(1組5人まで) 申 6月12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)




■ **毎日食べたい中華ごはん**
季節の素材で楽しく調理
日7月4日(土)16時~18時30分 ①18歳以上:先着12人 費2,300円 持 エプロン、三角巾、手拭き、布巾 申 6月11日13時30分から☎かWEBで受付

■ **夏休み子どもワークショップ**
簡単で楽しい2つの工作
日7月26日(日)①12時30分~13時30分②14時~15時 ①3歳児~小学生:先着各15人(未就学児は要保護者同伴) 費各500円 持 手拭きタオル、持ち帰り用袋 申 6月12日13時30分から☎かWEBで受付

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)




↓ 申 ☎かWEBで受付

■ **大人のスイーツ講座~シフォンケーキ~**
ふんわりしっとりを目指しましょう♪
日7月11日(土)①10時~12時②13時~15時 ①高校生以上:抽選各8人 費2,000円 持 エプロン、三角巾、マスク、食器用布巾、持ち帰り用袋 申 6月22日17時まで

■ **おうちで薬膳料理**
体に優しい薬膳料理をご家庭で!
日7月7日(火)10時~13時 ①抽選12人 費1,500円 持 エプロン、三角巾、マスク、食器用布巾、筆記用具 申 6月18日17時まで

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 6月11日9時から☎かWEBで受付

■ **カブト虫の育て方**
カブト虫の育て方を学ぼう
日7月30日(木)13時30分 ①幼児~小学生:先着20人 費800円 持 飼育ケース
■ **夏休みわんぱく空手**
空手の基本を学ぼう
日7月22日(水)10時 ①幼児~小学生:先着30人 費600円 持 タオル、動きやすい服装、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)




↓ 申 6月11日14時から☎で受付

■ **食品サンプル講座~軍艦お寿司~**
本物そっくりお寿司マグネット作り
日7月25日(土)①10時~12時②13時~15時 ①小学2年生以上:先着各回20人(小学2年生は要保護者同伴) 費1,800円 持 飲み物、手拭きタオル、持ち帰り用袋
■ **インドアクラブ<ミニゲーム会>**
初心者も歓迎!新しいスポーツを体験
日7月5日(日)9時15分~11時30分 ①中学生以上:先着12組(4人1組、初級レベル) 費1組2,000円 持 室内履き、タオル、動きやすい服装、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)




■ **夏休み子ども陶芸教室(全2回)**
人形と茶碗などを作ってみよう!
日7月21日・28日(火)①9時15分~11時30分②13時15分~15時30分 ①小学3年生以上:先着各回8人 費4,000円(全2回分) 持 汚れてもいい服装、飲み物、手拭き 申 6月11日10時から☎で受付

■ **夏のデイキャンプA・B**
ダンスレッスンやパン作りを楽しもう
日Aコース:7月29日(水)、Bコース:7月31日(金)9時30分~15時 ①小学生:抽選各12人 費3,300円 持 飲み物、昼食、室内履き、エプロン、三角巾、マスク、手拭き、筆記用具、着替え、汗拭きタオル 申 6月11日9時30分~25日9時30分にWEB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



■ **エンジョイ!スマホ・タイム**
カメラ・写真機能について
日7月10日(金)13時30分~15時 ①スマートフォンで通話や文字入力など出来る人:先着10人 ②スマートフォン、筆記用具 申 7月2日9時から☎で受付
■ **ゆめたねギャラリー「水彩画の展示」**
水彩画サークル(みずえもん)の作品
日6月14日(日)~7月10日(金) ※開館中は自由にご鑑賞ください 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



■ **あしなが音楽会**
クラシックギターの音色を楽しむ
日6月27日(土)14時15分~15時15分 申 当日直接
■ **こねこねパン(あんこ&ハムチーズ)**
フライパンで簡単にできる絶品パン
日7月6日(月)10時~13時 ①先着5人 費500円 申 6月15日9時から☎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~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日でリスキング!パソコン基礎スキル講座**
日7月8日(水)~10日(金)・13日(月)・14日(火) ①女性:先着15人 費24,500円 申 6月16日9時30分から☎862-4496(火曜・金曜・土曜9時30分~12時、13時~15時30分※祝日を除く)かWEBで受付
■ **女性のしごとと生活設計相談**
仕事、経済状況、生活などに関する相談
日7月18日(土)①13時②14時③15時 ①女性:先着各回1人 申 6月11日9時から☎か来館で受付

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)




■ **漬物教室**

日7月12日(日)13時30分~15時 ①先着18人 費1,200円 申 6月13日9時から☎で受付
■ **夏休み親子押し花教室**
日7月26日(日)9時30分~12時 ①抽選12組 申 6月27日までに☎(furusatomura@maioka-nijinoie.jp)か☎(☎要事項)を記入)で受付

舞岡公園小谷戸の里

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




↓ 申 WEBで受付

■ **谷戸肝だめし**
日7月18日(土)19時30分~20時30分 ※雨天中止 ①抽選8組※1組5人まで(中学生以下は要保護者同伴) 費中学生以上500円、小学生300円 申 6月18日9時~21日17時

■ **夏休み竹細工~水鉄砲・竹のけん玉~**
日7月19日(日)9時30分~12時 ①抽選10組※1組5人まで・2セットまで(小学生以下は要保護者同伴) 費1セット700円 申 6月24日9時~28日17時

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)



■ **さわやかスポーツフェスティバル**
ポッチャ、モルック、輪投げなど
日6月27日(土)10時~12時30分(小学生以下は要保護者同伴) 申 当日直接
■ **ZUMBA**
ダンスフィットネスでストレス発散!
日6月16日・23日(火)20時5分~20時50分 ①16歳以上:先着25人 費各回560円 持 スポーツウェア、室内シューズ、蓋のある飲み物、タオル 申 当日直接(開始30分前~受付)

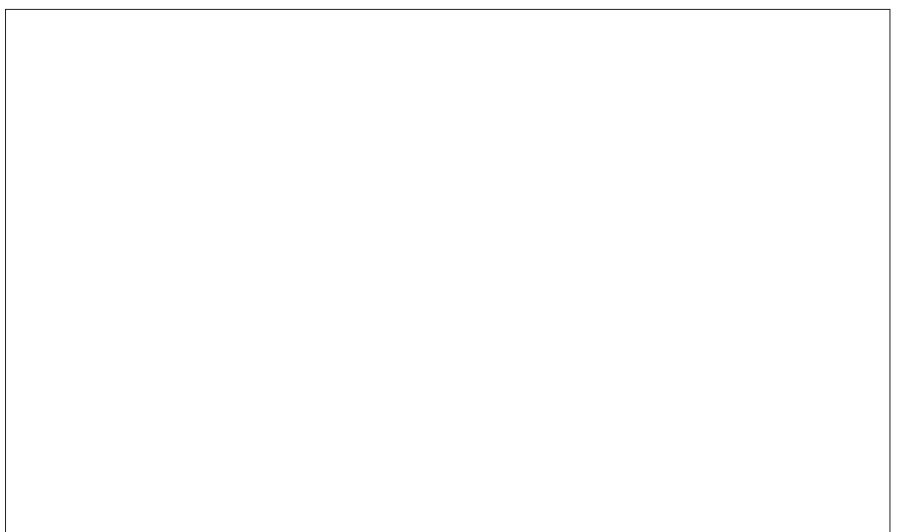
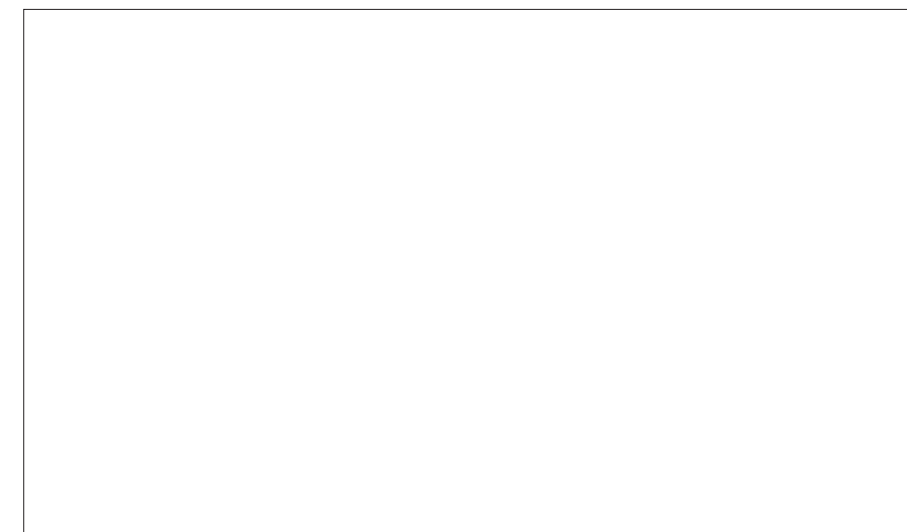
戸塚区民文化センターさくらプラザ

〒244-0003 戸塚町16-17
☎866-2501 ☎866-2502
休 第2火曜



■ **オペラの楽しみ方+椿姫ハイライト**
天羽明恵、村上敏明ほか
日9月12日(土)14時開演 費全席指定:一般3,500円、市内在住3,000円、EX(補助席・見切れ席)1,500円、学生1,000円 申 6月11日14時から☎で受付
■ **春風亭小朝独演会**
大好評!春風亭小朝の落語をたっぷりと
日8月22日(土)13時30分開演 費全席指定3,800円 申 6月15日9時30分から来館で受付

以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。



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 注意事項とある場合は、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。

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)

おたのしみ工作① 空気砲ロケットを作って飛ばそう! 6月24日(水) 15時~16時30分 幼児・小学生:先着30人 当日直接 おはなし会② 読み聞かせ、手遊び、わらべうたなど 7月13日(月) 10時~10時45分 幼児と保護者:先着12組 6月22日から来館で受付

秋葉中学校コミュニティハウス 〒245-0052 秋葉町271-3 休 月曜・金曜 TEL FAX 814-1985 申込み来館で受付

沖縄空手と護身術体験 親子での参加もできます 6月21日・28日(日) 10時30分~11時15分 3歳児以上:先着15人(6歳児未満は要保護者同伴) 費700円(全2回分) 運動できる服装、タオル、上履き、飲み物 6月11日10時から 6足歩行回転ロボット 2モーターで自由に方向転換できます 7月12日(日) 13時30分~15時 小学生:先着20人(小学3年生以下は要保護者同伴) 費600円 持ち帰り用の袋 6月17日10時から

名瀬中学校コミュニティハウス 〒245-0051 名瀬町791-6 休 火曜・金曜 TEL FAX 812-8405 リニアエクスプレスを走らせよう 磁石と電磁石の働きでリニアが走る 7月18日(土) 10時~11時30分 小学生:先着20人(小学3年生以下は要保護者同伴) 費500円 持ち帰り用の袋 6月24日10時から 申込み来館で受付

原宿地域ケアプラザ 〒245-0063 原宿4-36-1 TEL 854-2291 FAX 854-2299 休 第3月曜 6月11日10時から

とつかパパ楽の会 水あそびを楽しもう! 7月5日(日) 10時~11時30分 未就学児と父親:先着15組 着替え、飲み物 申込みWEBで受付※駐車場利用は申込時要問合せ 読書感想文の書き方講座 7月30日(木) 10時30分~11時30分 小学4~6年生

:先着10人 費300円 筆記用具 申込みWEBか来館で受付

舞岡柏尾地域ケアプラザ 〒244-0813 舞岡町3705-10 TEL 827-0371 FAX 827-0375 休 第2日曜 費100円 申込み来館で受付

まいまいクラブ ママカフェ:ママ同士交流しましょう 7月2日(木) 10時~11時30分 未就園児と保護者:先着10組 6月11日9時から ふれあいサロン 音楽ケア体操:歌と音楽で体スッキリ 7月23日(木) 13時30分~15時 ※終了後、茶話会あり 先着25人 6月25日9時から

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)

いきものSOS展 日本に生息する野生動物の生態や取り巻く問題、当園の取組について紹介します 6月3日(水)~8月31日(月) 所 ホッキョクグマ水中ビュー



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)

環境月間パネル展 金沢動物園のシンボルマークであるオオツノヒツジ。野生下でどのように生き、どのような問題を抱えているのかをパネルにして紹介 6月2日(火)~30日(火) 所 オオツノヒツジ展示場付近



戸塚図書館 〒244-0003 戸塚町127 TEL 862-9411 FAX 871-6695 休 完全休館日:6月15日(月)、7月8日(水)・9日(木)

ちっちゃなおはなし会 わらべ歌や絵本の読み聞かせ 6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20組 当日直接

戸塚図書館 リニューアルオープン 7月10日(金)午前10時開館 7月9日(木)まではリノベーション施工のため休館します。 休館中は臨時窓口で一部サービス(予約本の受取、本の返却)をご利用いただけます。臨時窓口:7月7日(火)まで 所 図書館2階(戸塚地区センター会議室Aの隣)

Book review section for '図解 すごい立地戦略' (Illustrated Super Location Strategy). Includes title, author (榎本篤史), publisher (PHP研究所), and a short review of the book's content regarding retail location analysis.

小雀公園 〒244-0004 小雀町681-3 TEL FAX 853-1945 七夕まつり~短冊を書いて飾ろう!~ ヨーヨー釣りなどお楽しみもあります 6月27日(土)10時~12時※短冊、ヨーヨーなどはなくなり次第終了、雨天時はレストハウス内で実施 当日直接

侯野別邸庭園 〒245-0065 東侯野町80-1 TEL 852-8038 FAX 852-8048 9時~17時 休 第3木曜(祝日の場合翌日)

花の便り セイヨウアジサイ 見頃▶6月上旬~下旬

絵手紙体験教室 手作りの絵ハガキを作ります 6月28日(日) 10時~12時 18歳以上:先着10人 費500円 6月13日9時30分から 申込み来館で受付



以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。



お子さんと一緒に確認しておこう！

強い雨が降っているときに気を付けること

強い雨が降ると、まちに水があふれたり、崖が崩れたりする被害が出ることがあります。自分の命を守るために気を付けるポイントを覚えておきましょう。

地上からあふれた水が流れ込んでくる！地下には行かないで！地下にいたら地上へ逃げて！

慣れた道でも、水があふれてマンホールのふたがはずれているかも…泥水で見えなくなっているから落ちないように気を付けて！

小さな川でも水があふれてせまってくる川には近づかないで！

雨が降ると山や崖が崩れてくるかも…近づかないで！

大雨が降りそうになったら早く家に帰しましょう

戸塚区防災キャラクター

区役所防災担当 (Tel) 866-8307 (Fax) 881-0241

子どもの相談・教室(要予約) ↓ 区役所健康づくり係へ (Tel) 866-8426~7 (Fax) 865-3963

- こども食生活相談** 区内在住の0歳～未就学児の食生活などの個別相談
- 日 7月1日・15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 6月11日9時から回か回 (※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
 - ↓ 申 6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 7月15日(水) 13時30分～14時30分 所 区役所5階 栄養相談室
 - 日 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
- 「はじめての歯ぴか教室」** はじめての歯みがきと離乳食(1回食)の講話、実習
- 日 7月24日(金) 10時～11時30分 所 区役所5階 健康診査室 日 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 はじめての歯ぴか教室]で検索
- 「1歳からの食事と歯みがきレッスン」** 乳児食から幼児食への移行についてや歯みがきの講話と試食
- 日 7月2日(木) 10時～11時30分 所 区役所5階 健康診査室 日 区内在住の1歳～1歳6か月児と保護者:先着16組 持 母子健康手帳、子ども用歯ブラシ・エプロン・スプーン・フォーク [戸塚区役所 1歳からの食事と歯みがきレッスン]で検索

夕方の小児初期診療開始のお知らせ

医療機関の診療時間外の急病時にご利用ください

日 0～15歳

日 月～土曜 18時～20時、日曜・祝日 16時～20時

所 国立病院機構 横浜医療センター(※)
(原宿三丁目60-2)

※救急・重症患者の治療を担う医療機関のため、紹介状のない受診の場合、原則として選定療養費(自費)が必要になります。

日 国立病院機構 横浜医療センター (Tel) 851-2621

急病時の相談や救急医療機関についてはコチラ

救急車を呼んだ方がいい? 受診した方がいい?

受診できる医療機関は?

▲市WEB

防犯情報

戸塚区わんわんパトロール 隊員募集

空き巣などの侵入者は、声をかけられたり、姿を見られることを嫌います。「あいさつ」や「犬の散歩」「ジョギング」などは地域の防犯に効果的です。これからは「防犯」をちょっと意識しながらお散歩しませんか。

日 区内在住で犬の散歩をする機会のある人

申 WEBで登録用紙に(※要事項)を記入し (to-wanwan@city.yokohama.lg.jp) または直接区役所地域活動係(9階94番窓口)へ

隊員になるとお散歩用ミニトートバッグをお渡しします

▲WEB登録用 ▲登録用紙など詳細はこちら

区役所地域活動係 (Tel) 866-8415 (Fax) 864-1933

柏尾川桜物語

～戸塚の桜を未来へつなぐ～

あなたの思いを柏尾川桜並木へ

第2弾 7月1日まで

大好きな桜並木を未来に残していきたいな

GCF®型ふるさと納税実施中

(GCF:ガバメントクラウドファンディング)

区では区民の皆さんに長く愛され、親しまれてきた柏尾川桜並木の景観を将来に引き継いでいくための、保全・再生に取り組んでいます。皆様のご支援が目標額に達した第1弾に引き続き、今年もGCF®型ふるさと納税を実施しています。引き続き皆様のご協力、よろしくお願いいたします。

桜の保全・再生にむけて

倒木の危険がある木を伐採

ジンダイアケボノを植樹

特典

寄附額:10万円以上 寄附額:1万円以上

柏尾川沿いにご芳名板を設置

区WEBに氏名を掲載

※在住場所に関わらず特典は受けられます

目標金額 700万円

▲ふるさと納税ポータルサイト ※書面での手続きを希望する場合は図まで

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

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

以下は広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。