

する 身近で始める
健康づくり

戸塚スポーツセンター

戸塚スポーツセンターは区民が気軽にスポーツを楽しめる施設として、幅広い世代に利用されています。人気のヨガ・ピラティス教室をはじめ、親子で楽しめる体操教室や高齢者向けの健康づくり教室など、初心者でも参加しやすいプログラムが充実しています。

スポーツを始めたいけど何から？という人は、ぜひ気軽にスポーツセンターまでお越しください。



戸塚スポーツセンター
後藤 所長



▲楽しい教室がいろいろ！

☎ 本紙10ページにも教室の情報を掲載！

ささえる 地域のスポーツ活動の
推進役

スポーツ推進委員

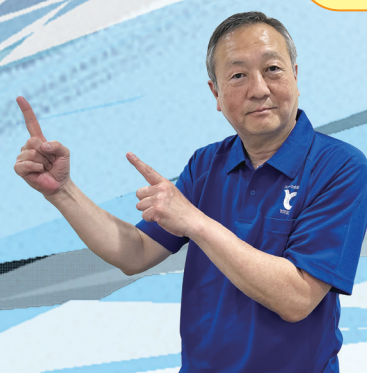
区のスポーツ活動を「ささえる」大切な役割を担っているのが、「スポーツ推進委員」です。区民の皆さんが安全に、そして楽しくスポーツに親しめるよう、地域のイベント運営や競技指導などさまざまな活動を行っています。

スポーツを「する」「みる」人の交流をつなぐ、まさに地域のスポーツの縁の下の力持ちです。



◀子どもたちにルールを説明中！

スポーツを通じた
さまざまな活動によって
交流が生まれたり、
元気な地域づくりに
つながったりするんだね！



参加された方々から「楽しかった！」のお声をいただけるよう、我々スポーツ推進委員も楽しみながら活動しています。

戸塚区スポーツ推進委員会
栗田 優 会長



つながる スポーツで人がつながり、
地域が元気に

スポーツでひろがる「ご近所の輪」



▲みんなでラジオ体操！(秋葉朝起き体操会)

スポーツは体を動かすだけでなく、人と人をやさしく結びつける「場」でもあります。自治会町内会でもラジオ体操やウォーキングなど、世代を超えて顔を合わせる機会が増えることで、「最近どう？」「困ったときは声をかけてね」といった自然な交流が育まれています。

仲間ができること、誰かと一緒に体を動かすことが暮らしの安心や心の元気にもつながっていきます。

Sports in TOTSUKA

戸塚区をスポーツで元気に！

スポーツの楽しみ方は人それぞれ。体を動かしたい人、応援したい人、活動を支えたい人。
この夏、あなたにぴったりの「スポーツとの関わり方」を見つけてみませんか？

「する・みる・ささえる・あつまる・つながる」 地域スポーツの輪

みる

あつまる

応援の力が
選手の力に！

戸塚の女子スポーツチーム

スポーツを「みる」ことは、選手の背中からエネルギーや感動がもらえる、もう一つの楽しみ方です。
区にゆかりのある女子スポーツチームをご紹介します。



2011年設立の戸塚区で活動するラグビーチームです。

チーム目標：グランドファイナル優勝

YOKOHAMA TKM



昨シーズン、たくさんの応援ありがとうございました。「凛とした」姿をグラウンド内外で体現できるように頑張ります。
今シーズンもYOKOHAMA TKMの応援よろしくお願いいたします。

キャプテン
永岡 萌 選手



1985年設立。日立製作所内のグラウンドを拠点とするソフトボールチームです。

チーム目標：超～Who dares wins～

日立サンディーバ



2026年シーズン、一人一人が強いひとつのピースになり、そしてそれを集結させた日立サンディーバで戦います。
今年こそ日本一になります。熱い応援をよろしくお願いいたします。

主将
笠原 朱里 選手



ニッパツ
YOKOHAMA FC
seagulls

2012年設立。横浜FC東戸塚フットボールパークを拠点とするサッカーチームです。

チーム目標：2026プレナス
なでしこリーグ1部優勝！

ニッパツ横浜FCシーガルズ



山本新監督のもと、8名の新加入選手を迎えた新生シーガルズ。新旧戦力がひとつに融合し、全員がハードワークを惜まず、最後までアグレッシブに闘い抜く姿勢を大切にします。
応援してくださる皆様とシーズンの最後に全員で笑顔になれるよう全力で挑みます。

キャプテン
中居 未来 選手