

ここから
戸塚区版
5~12
ページです

こころ豊かに つながる笑顔 元気なとつか

とつか



No.270

4月

令和2年度、横浜市などが実施する主な事業を紹介します。 もっと暮らしやすい戸塚区になるように…



道路

新しい道路をつくっています。

- 1 横浜環状南線**▶事業延長約8.9km
金沢区釜利谷町～戸塚区汲沢町
(区内:小雀町～汲沢町)



- 2 横浜湘南道路**▶事業延長約7.5km
栄区田谷町～藤沢市城南一丁目
(区内:小雀町、影取町～東俣野町)

国土交通省横浜国道事務所計画課
☎316-3536

- 3 横浜藤沢線(田谷小雀地区)**
▶事業延長1.4km(0.5km)
栄区長尾台町～戸塚区小雀町

- 4 桂町戸塚遠藤線(上倉田戸塚地区)**
▶事業延長1.0km
上倉田町～戸塚町

道路局建設課
☎671-2282 ☎663-8993

- 5 環状3号線(戸塚・南戸塚・汲沢地区)**
▶事業延長2.0km
日之出橋交差点～汲沢町

道路局建設課
☎671-2751 ☎663-8993

渋滞の解消を目指します。

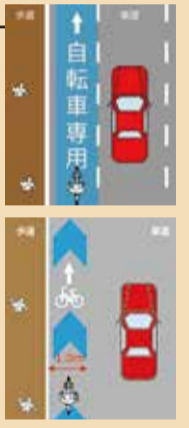
- 6 国道1号(不動坂工区)**
▶事業延長1.1km
柏尾町～上矢部町

道路局建設課
☎671-3526 ☎663-8993

安全な通行空間を設けます。

- 7 戸塚駅周辺自転車通行空間整備**
戸塚駅周辺

戸塚土木事務所
☎881-1621 ☎862-3501
道路局施設課
☎671-2731 ☎651-5443
主要地方道県道横浜伊勢原
(バスセンター前交差点～
日産前バス停付近)
850m
市道上永谷戸塚線(上倉田交
差点～舞岡熊之堂交差点)
850m

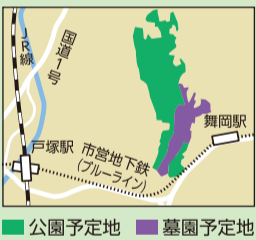


完成イメージ

公園、墓園

(仮称)舞岡町公園・(仮称)舞岡墓園の整備

環境創造局公園緑地整備課 健康福祉局環境施設課
☎671-4611 ☎671-2724 ☎671-4387 ☎664-6753



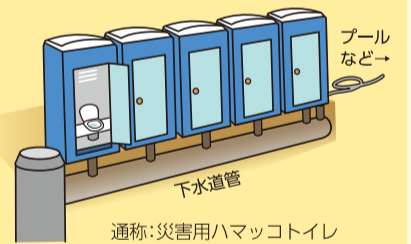
現況の自然環境を保全しつつ、多様なレクリエーションにも対応できる総合公園と緑豊かな公園型墓園を整備します。今年度は、公園の施設整備工事で墓園の造成工事などを実施する予定です。

防災

災害時下水直結式仮設トイレの整備

環境創造局管路保全課
☎671-2829 ☎641-5330

災害時において、トイレが使用できない状態となった場合に代替として使用できる下水直結式仮設トイレの整備を進めています。令和2年度は、川上北小学校、大正小学校、名瀬小学校、南舞岡小学校、柏尾小学校において整備する予定です。



通称:災害用ハマッコトイレ

さまざまな状況・年齢の区民の皆さまに寄り添う戸塚区であるために…

- 1 母子保健コーディネーターの配置**
区役所こども家庭支援担当

1人1人が安心して子育てができるよう、妊娠期から子育て期の切れ目のない支援をします。



- 2 放課後の居場所づくり**
区役所学校連携・こども担当

放課後キッズクラブ(区内の全小学校27校に設置)や放課後児童クラブ(区内15か所)の運営を支援します。



- 3 中学生のがん教育**
区役所健康づくり係

がんに対する正しい理解、健康と命の大切さについて、若年期から、主体的に考えることができるように、がん教育を実施します。



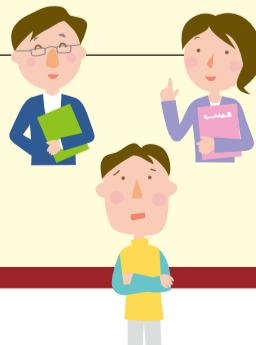
- 4 わたしのライフデザインノートの普及、啓発(戸塚区版エンディングノート)**
区役所高齢者支援担当

最期まで自分らしく生きることができるよう、これからの生き方を考えるきっかけとなる「エンディングノート」の普及、啓発を進めます。



- 5 ゲートキーパーを増やす取組**
区自殺対策庁内連絡会

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る、「ゲートキーパー」を増やしていきます。



- 6 さまざまな人が集える居場所づくり**
区役所広報相談係

地域の居場所やこども食堂、学習などの支援を必要とする人に寄り添った居場所づくりを関連機関と協力しながら運営します。

本紙
特集8、9ページでも、
戸塚区ならではの
取組を紹介します。



4月は窓口が大変混雑します。時間に余裕を持ってお越しください。

4月の区役所土曜開庁日: 11日・25日 (毎月第2・4土曜) 開庁時間: 9時～12時 取扱業務: 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み)

初心者向き！
運動が苦手な人でも
楽しく走れます！

ウォーキングと比較してカロリー消費2倍！辛い！

スロージョギング® 始めませんか？



講師：日本スロージョギング®協会
アドバイザー
前野 彩 先生

スロージョギング®って…？
隣の人と笑顔でお話できるような
ゆっくりしたペースで走ること。



運動はほとんど
してなかった私でも
無理なく始められ、
「横浜マラソン」を
完走しました！

スロージョギング®講座に
参加した久乃さん

まずは

仲間と一緒に
やってみよう!!

スロージョギング®講座 「柏尾川ナイトラン」 無料!!



希望者には、
横浜マラソン
チャレンジ枠も
あります!!

18時30分～20時30分

※各回グループワーク1時間+スロジョグ1時間(柏尾川沿いを走ります)

- 1回目/5月15日(金)……理論(スロージョギング®のポイント)と実践
- 2回目/5月22日(金)……理論(自分のペースを知ろう)と実践
- 3回目/5月29日(金)……栄養の話、実践
- 4回目/6月5日(金)……継続する秘訣と実践

受講して知り合った
仲間と今も
走っています!!

講座終了後にフォローアップ講座(7月、10月予定)もあります！

1～3回目/区役所3階多目的スペース 4回目/戸塚スポーツセンター 区内在住・在勤・在学
の高校生(要保護者の承諾)～59歳。初めての受講で全日参加できる人：先着40人 4月13日～5
月12日までに、電話、ファクス(住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレスを記入)か直接区役所
健康づくり係(区役所6階62番窓口 ☎866-8426～7 ☎865-3963)または2次元コードから申込み



(株)日産クリエイティブサービス 名瀬小学校PTA

出張講座も あります!!

～働き子育て世代の団体向け～

PTAや保護者会、会社などで「スロージョギング®」の講座をやってみませんか。
おおむね20人以上の団体であれば、講師を派遣して講座を実施します！
☎☎電話、ファクスで区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

☎ 区役所健康づくり係(☎866-8426～7 ☎865-3963)

確認!! 新型コロナウイルス感染症予防対策

飛沫感染

感染した人の咳やくしゃみに
含まれるウイルスを口や鼻か
ら吸い込むことで感染

うつさないために…

咳などの症状があるときはマスク着用!

3つの咳エチケット

●マスクは口と鼻を覆って!

●マスクが無いときは
ティッシュ・ハンカチで口と鼻を覆って!

●とっさの時は…
袖で口と鼻を覆って!



接触感染

感染者がウイルスが付着した手で触った
ドアノブ、手すりなどを触ることで、感染
していない人の手にウイルスが付着し、
その手で目・鼻・口を触ることで感染

うつらないために…

帰宅時や調理の前後、食事前などに、
せっけんでこまめに手洗いを!



手洗いの前に…

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう

混雑した場所は出来る限り避けましょう

☎ 横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター
☎550-5530 (9時～21時 土、日曜、祝日も含む)

マークの説明

- 🕒日時・期間 📍会場 👤対象・定員 💰費用 👶保育 🎒持ち物 📄申込み 🗨️問合せ
- ☎電話(番号) 📠ファクス(番号) 🏠休館日 📧Eメール(アドレス) 🌐ホームページ
- 📌要予約とある場合は、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。

*掲載のイベントについて
新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取組に伴い、
中止・延期になる場合があります。事前にホームページ
または各問合せ先にご確認ください。

とっかのお知らせ

催し

🌟元気に泳げこのぼり!

柏尾川にこのぼりを見に来ませんか
柏尾川近隣の小学生がデザインした色
とりどりの「このぼり」が新緑のなか
元気に空を泳ぎます。

📅4月25日～5月16日(土)(最終日は12
時ごろまで)

📍柏尾川桜橋(戸塚小学校東門近く)
📍柏尾川魅力づくりフォーラム 代表
島尻(☎821-0869)

🌟みんなで川をきれいに!「柏尾川大清掃」 参加者募集～第27回 戸塚駅周辺魅力 アップキャンペーンin柏尾川～

ボランティアグループ、企業、学校や個人
参加大歓迎。「このぼり」を見ながら清掃
し、柏尾川をもっと魅力的にしませんか。

📅5月16日(土)10時～12時(天候など
の理由で中止になる場合があります)
※9時45分に柏尾川桜橋下の河川敷内ス
テージ(戸塚小学校対岸)集合 ※前日12時
から横浜市コールセンター(☎664-2525)
で開催の有無をお知らせします。
【清掃範囲】高嶋橋から駒立橋まで(両岸

のプロムナード及び河川敷)
📍車手 ※屋外での行事のため、帽子や飲
み物を持参するなど体調管理にお気を
付けてください。📍当日直接
📍柏尾川魅力づくりフォーラム 代表
島尻(☎821-0869)

福祉・保健

🌟食生活等改善推進員(ヘルスメイト) 養成講座 受講生募集のお知らせ(全9回)

食育・健康づくりボランティアの養成講
座です。修了後は食生活等改善推進員と
なり、地域での健康づくりの案内役として
活動することができます。

【内容】食生活と健康づくりに関する学習、
ヘルスメイトの活動紹介、食事・栄養に関
するグループ学習、運動に関する実習

📅7月6日、8月3日、9月7日、10月5日、11
月30日(月)、2021年1月7日(木)、2月1
日、3月1日(月)13時30分～16時(11月
30日のみ11時～14時)【学習合同研修会】
12月1日(火)13時30分～16時

📍区役所5階 栄養相談室ほか
📍区内在住で、8回以上出席できる人で

講座修了後にヘルスメイトとして地域
活動ができる人:40人(応募多数時抽選)
¥1,210円(テキスト代)
📅5月22日までに、電話、ファクス(☎866-8426
～7 ☎865-3963)

🌟脳を鍛えるウォーキング講座(連続講座)

認知症予防には、「適度な運動」「頭を使って
考えること」を仲間と一緒に長く続けるこ
とが大切だと言われてます。一緒に「脳
を鍛えるウォーキング」を始めませんか。

📅5月14日・21日、6月4日・11日・18日・
25日、7月9日・16日・30日(木)
13時30分～15時45分
📍原宿地域ケアプラザ
📍65歳以上:先着20人程度
📍682円(全9回分テキスト代 ※外出時
は別途交通費)

🌟4月21日から、電話か直接原宿地域ケ アプラザへ(☎854-2291 ☎854-2299)

🌟やりたいことみつける!! ボランティアのいろは

①「助けられ上手・助け上手カード」でボ
ランティアを疑似体験しよう ②ボラン
ティア活動の心構え ③交流会
📅5月8日(金)10時～11時30分
📍福祉保健活動拠点(フレンズ戸塚)
📍ボランティア活動をしたい人、関心の
ある人:先着15人

4月16日(木)まで 個人市民税・県民税の 申告期限延長!

令和2年度は4月16日(木)まで
申告期限を延長します。
受付窓口:区役所税務課
(区役所7階72番窓口)・郵送も可
※所得税の確定申告書は税務署に提出して
ください。※3月17日以降に申告(所得税を
含む)した場合は、延長後の期限内でも市民
税・県民税の課税処理が遅れる場合もあり
ますのであらかじめご了承ください。
☎ 区役所市民税担当
☎866-8351～55 ☎865-4592

毎月第3土曜日は、とっか音楽の日!

～お買い物やお出かけの合間に、気軽に音楽をお楽しみください～

区民広間コンサート

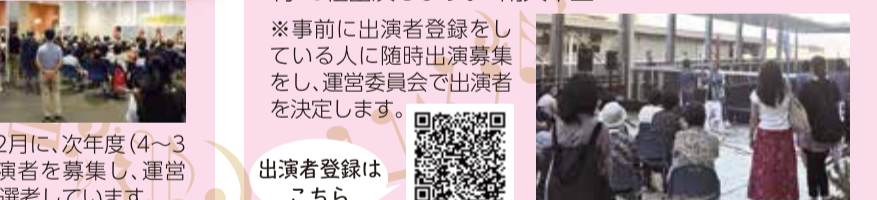
🕒12時～13時 📍区役所3階区民広間
区民による区民のための手作りミニコンサート
区内で音楽活動を行っている団体・個人が毎月2組
出演。自慢の楽曲を披露します。



※毎年12月に、次年度(4～3
月)の出演者を募集し、運営
委員会で選考しています。

とっかストリートライブ定期開催

戸塚駅西口ペDESTリアンデッキを中心に開催される、
ストリートミュージシャンによるライブ
ギターやピアノの弾き語りから、ウクレレ、ゴスペル、ア
カペラなど、さまざまなジャンルのアーティストが毎回
約10組出演します。※雨天中止



※事前に出演者登録をし
ている人に随時出演募集
をし、運営委員会で出演者
を決定します。

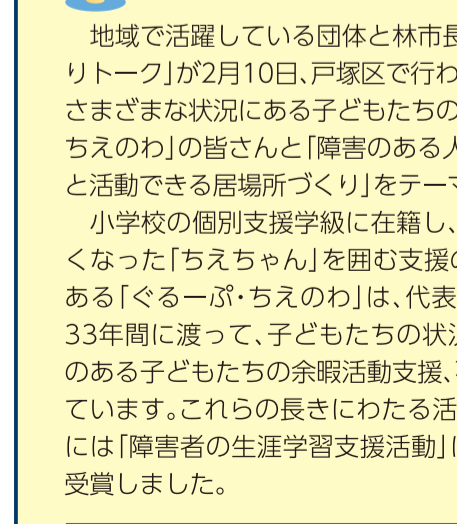
☎ 区役所地域活動係(☎866-8416 ☎864-1933)

今月の開催情報!

♪第77回 区民広間コンサート♪
区内で活動している湘南シンフォニック
ウィンド(吹奏楽)とフラワー東戸塚(手
話ダンス)の発表を行います。
📅4月18日(土)12時～13時
📍区役所3階区民広間 📍当日直接 ☎区民
広間コンサート運営委員会事務局(区役
所地域活動係 ☎866-8416 ☎864-1933)
♪とっかストリートライブ定期開催♪
ギターの弾き語り、ゴスペル、ハンドパン
演奏など、14組のストリートミュージ
シャンがライブを行います。
📅4月18日(土)11時～18時
(予定) 📍戸塚駅西口ペDEST
リアンデッキ ※観覧自由
📍とっ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
☎866-8416 ☎864-1933)

林市長のぬくもりトーク

地域で活躍している団体と林市長が意見交換を行う「ぬくも
りトーク」が2月10日、戸塚区で行われました。今回は、小雀町で
さまざまな状況にある子どもたちの支援を行う団体「ぐるーぶ・
ちえのわ」の皆さんと「障害のある人もない人も、共に生き生き
と活動できる居場所づくり」をテーマに意見交換をしました。
小学校の個別支援学級に在籍し、3年生の時に重い病気であ
った「ちえちゃん」を囲む支援の「輪」が活動のきっかけで
ある「ぐるーぶ・ちえのわ」は、代表の奥山雅子さんを中心に、
33年間に渡って、子どもたちの状況に応じた学習支援や障害
のある子どもたちの余暇活動支援、不登校児の支援などを行っ
ています。これらの長きにわたる活動が評価され、平成30年度
には「障害者の生涯学習支援活動」に係る文部科学大臣表彰を
受賞しました。



支援者や利用者の保護者など、20代から70代
まで幅広い年代のメンバーが集まり、「活動を通じ
て保護者が集まる場や利用者自身が心を安らかに
過ごせる場づくりを、将来にわたってつなげてい
きたい」「『ぐるーぶ・ちえのわ』は自分にとってと
ても大切な居場所」といった、それぞれの活動や団
体に対する思いをお話いただきました。
そして林市長からは、「最近ではダイバーシティ
や共生社会という言葉が一般的になりましたが、
みなさんはそれよりもずっと前から、障害のある
人もない人も関係ない、という原点に立って活動
されているんですね。立場も年代も違うみなさま
が得意分野を生かして活動しているのは、とても
素敵なこと。今後もみなさんが生き生きと活動で
けるこの場所を、継続していってください」と感想
を伝えました。

☎ 区役所広報相談係(☎866-8321 ☎862-3054)

特集

活気と魅力あふれるまち——とつか

戸塚区の特徴を生かし、区民の皆様のニーズに応じた取組！ ～令和2年度「個性ある区づくり推進費」自主企画事業～

戸塚区は、歴史の魅力や豊かな自然に恵まれ、世代を超えて、文化・スポーツも盛んで活気あふれるまちです。暮らし・学び・働き・訪れる、とつかに関わるすべての人が、人とのつながりを大切にして、一層元気で笑顔あふれるまちとなるよう、「とつからしさ」や「とつかの魅力」を生かした取組を進めます。

「個性ある区づくり推進費」自主企画事業とは

身近な区民サービスの拠点である区役所が、区の特性やニーズに応じて個性ある区づくりを推進するための経費(区民利用施設などの管理経費を含む令和2年度予算総額約7億3千万円)のうち、特に地域の身近な課題やニーズに迅速かつきめ細かく対応するための事業(約1億円)です。



1 人と人がつながるまちづくり

区民活動支援事業

予算額 797万円

市民活動・生涯学習活動・ボランティア活動など、地域の魅力づくり・課題解決につながる活動を支援します。



▲さまざまな分野の活動を紹介「とつかお結び広場」

スポーツ・レクリエーション振興事業

予算額 111万円

オリンピック・パラリンピックに関連した講演会を開催し、機運醸成を図るなど、区民の日常生活における生涯スポーツ・レクリエーション活動の振興を推進します。



▲サッカー体験教室

2 安全・安心を実感できるまちづくり

「災害に強いまちとつか」に向けた防災・減災強化事業

予算額 1,044万円

「防災・区民マップ」などの配布やイベントの開催など、防災・減災について啓発をするほか、地域防災拠点運営委員会への支援の充実、マンションなどの自助・共助を推進し、災害に強いまちを目指した事業に取り組みます。



▲防災マップ



▲ハザードマップ

▼マンション防災



▲親子で体験！とつか減災フェア

食と暮らしの安全・安心応援事業

予算額 111万円

食事提供施設などの衛生点検や講習会、ハチの駆除に関する相談対応のほか、食中毒・感染症・薬物乱用防止啓発に取り組みます。また、飼い主のいない猫対策、ペットの飼い主に向けた災害時の備えの啓発を進めます。



▲スズメバチの巣は大きくなる前に対応を！



▲飼い主のいない猫の耳カットは不妊去勢手術済のしるし



▲ペットと飼い主さんの安心手帳



ここに注目!!

【防災・減災】
30年以内に震度6弱以上、横浜82%

これは、2018年6月に政府・地震調査委員会から公表された数字で、全国的にも2番目に高い数字となっています。このように、いつ大地震が起こってもおかしくない状況の中で、お住まいのエリアや戸建てやマンションといった住居の形態など、それぞれの状況に合わせた事前の準備を確実にしておくことが、発災時の被害を最小限にとどめること(減災)につながります。自分自身で、そして周りの人と協力しながら普段から準備を行い、「防災・減災」への備えを進めましょう。

3 誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくり

とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)推進事業

予算額 664万円

「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」を目指して、とつかハートプラン(戸塚区地域福祉保健計画)を推進するとともに、区民の皆さんや地域団体・事業者・関係機関などとともに、これまでの取組や戸塚区の特性・地域課題を踏まえた第4期計画を策定します。

ここに注目!!

【とつかハートプラン】
つながり・ふれあい・支えあい
とつかハートプランは、戸塚で暮らし、学び、働くすべての人が協力しながら進める計画です。少子高齢化や単身世帯の増加などの社会状況の変化や、生活習慣・価値観の多様化などを背景として、子育て世帯や高齢者の孤立化、ダブルケア、老々介護、生活のお困りごとなど、地域福祉保健に関する課題が増大しています。計画では、さまざまな取組を通じて、地域の人と人とがつながり、お互いを支えあいながら、「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。



▲とつかハートプランマスコット「こころん」

子育て応援事業

予算額 433万円

安心して子育てができるよう、戸塚区地域子育て支援拠点「とつとの芽」(東戸塚・戸塚)や子育て支援団体と連携して両親教室を開催するほか、養育者同士の仲間づくり支援や子育て情報の発信、育児支援講座など、子育て家庭を応援する事業に取り組みます。



▲お世話体験会(とつとの芽)



▲子育て情報アプリ

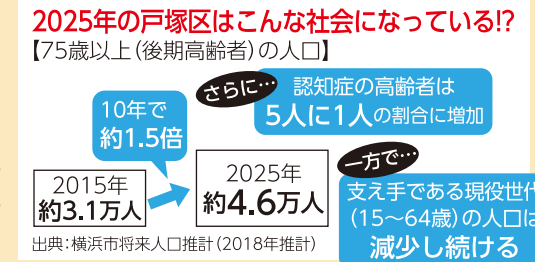
ほかにこんな取組も!

例年、親子でにぎわう「とつこフェスタ」と「親子で体験 ワクワクけんこうフェスタ」を同時開催し幅広い層の子育て世代が楽しみながらつながり、学びます。

戸塚区高齢者見守りネットワーク事業

予算額 328万円

一人暮らしの高齢者などが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、地域の皆さんや事業者、ケアプラザが連携して「見守り・声かけ」を行う仕組みづくりの充実を図り、地域包括ケアシステムの構築に取り組みます。



2025年の戸塚区はこんな社会になっている?
【75歳以上(後期高齢者)の人口】
さらに認知症の高齢者は5人に1人の割合に増加
10年で約1.5倍
2015年約3.1万人
2025年約4.6万人
一方で、支え手である現役世代(15～64歳)の人口は減少し続ける
出典:横浜市将来人口推計(2018年推計)



▲地域ネットワーク見守り事業(みまもりネット)連絡会

ここに注目!!

【地域包括ケアシステム】
「2025年問題」を聞いたことがありますか?
団塊の世代が全員75歳以上になる2025年には、要介護状態の高齢者や認知症の人がさらに増えることが見込まれています。そのような社会で、高齢者が自分らしく住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、医療や介護の充実に加え、これまで以上に住民同士の見守り、助けあい・支えあいが行われる地域づくり(「地域包括ケアシステム」)の構築が必要です。

4 活気に満ちた魅力と豊かな自然あふれるまちづくり

とつか環境未来エコライフ事業

予算額 132万円

地域・企業・大学などの皆さんと連携して、エコイベントやSDGsの取組を紹介するパネル展などを開催し、SDGsの視点を踏まえたエコの取組を推進します。



▲SDGsパネル展

とつか花できれいなまちづくり事業

予算額 185万円

「ガーデンネックレス横浜2020」と連携し、戸塚駅・東戸塚駅・舞岡駅・踊場駅周辺で、地域・企業・商店会などと協働した花植え活動などを行い、「花できれいなまちづくり」を進めます。



▲球根ミックス花壇づくり

5 区民に信頼され親しまれる区役所づくり

区民に身近な広聴・効果的で分かりやすい広報事業

予算額 166万円

区役所などからの情報が、必要としている人への確に届くよう、ホームページやツイッター、インスタグラムなどさまざまな方法を活用して情報を発信します。

ここに注目!!

【快適に過ごしていただけるように】



▲授乳室、離乳食スペース(3階、5階)

▲情報コーナー(3階)

▲屋上庭園(8階)

マークの説明 日時・期間 会場 対象・定員 費用 保育 持ち物 申込み 問合せ 電話(番号) ファクス(番号)
Eメール(アドレス) ホームページ 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。

*掲載のイベント・健診について 新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取組に伴い、中止・延期になる場合があります。事前にホームページまたは各問合せ先にご確認ください。

ケアプラザ通信

※発行月の11日以降のものを掲載
※各施設のエリア(地域)在住の人が優先。
地域については各施設へお問い合わせください。

次回5月号から、各地域ケアプラザからのお知らせは、10～11面に掲載します！

上矢部 地域ケアプラザ
☎811-2442 ☎811-2499

▶「いいじいカフェ」
☎5月4日(祝・月)10時～12時
(原則毎月第1月曜)
¥100円(コーヒー代など)
申当日直接

東戸塚 地域ケアプラザ
☎826-0925 ☎824-8615

▶めいめい庵(介護者のつどい)
介護について、同じ経験をもつ人同士
で話してひと息いれましょう。
☎5月14日(木)10時～11時30分
申当日直接

上倉田 地域ケアプラザ
☎865-5700 ☎865-5711

▶介護者の集い～快楽の会～
☎4月24日(金)10時30分～12時
(原則第4金曜)
申電話か来館で受付

汲沢 地域ケアプラザ
☎861-1727 ☎861-3428

▶ぐみカフェ ケアプラザ店
子ども用コーナーあり
☎4月15日(水)13時30分～16時
(原則毎月第3水曜)
¥200円(飲み物、お菓子付き)
申当日直接

平戸 地域ケアプラザ
☎825-3462 ☎825-3464

▶あったまり場(★)
☎4月17日(金)15時～17時
(毎月第3金曜) 申当日直接

原宿 地域ケアプラザ
☎854-2291 ☎854-2299

▶原宿コグニサイズの会
認知症予防に効果のあるコグニサイズ
や脳トレを行います。
☎4月11日、5月9日(土)10時～11時
(毎月第2土曜) ¥100円(保険代含む)
持上履き、飲み物、動きやすい服装
申当日直接

舞岡柏尾 地域ケアプラザ
☎827-0371 ☎827-0375

▶母の日に贈ろう！親子クッキーづくり
☎5月9日(土)10時～12時
未就学児とお父さんもしくは祖父、
祖母：先着10組
※空きがあればお母さんとの参加も可
¥子ども1人につき：300円
持エプロン、三角巾、あれば上履き
申4月11日から、電話か来館で受付

南戸塚 地域ケアプラザ
☎865-5960 ☎860-0554

▶よこはまシニアボランティア
登録研修会
☎4月24日(金)13時30分～15時30分
20人程度
申電話か来館で受付

下倉田 地域ケアプラザ
☎866-2020 ☎860-0200

▶アランチャ
認知症の人も障害のある人も誰でも
参加できるサロン
☎4月18日(土)9時30分～11時30分
(毎月第3土曜)
¥100円(お茶代)
申当日直接

名瀬 地域ケアプラザ
☎815-2011 ☎815-2014

▶あったまり場(★)
☎4月24日(金)15時～16時30分
(原則第4金曜)
申当日直接

深谷俣野 地域ケアプラザ
☎851-0121 ☎851-0122

▶あったまり場(★)
☎5月8日(金)14時～15時30分
申当日直接

★あったまり場：こころの病を抱える人や
家族のフリースペース

とつかっこすくすく広場



新生活が始まる春。戸塚区役所3階、
とつかの子育て応援ルーム「とことこ」を
利用してみませんか？

子育て情報コーナー

子育て情報が
欲しい

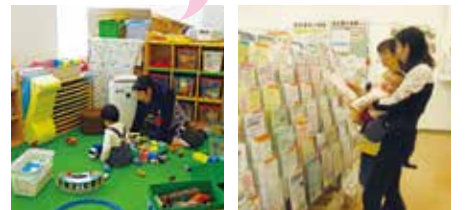
ちょっと
ひと休みに

情報
コンシェルジュが
ご案内

お子さんを遊ばせながら遊び場や
幼稚園のことを調べることができます。
地域のママたちのクチコミを貼ったマップなどもあり、
引越してきたばかりのパパママにも好評です。



遊ばせながら情報収集ができます。



月齢ごとに役に立つ情報が満載！

区役所利用時の一時託児(無料)

☎月～金曜 9時～16時(託児は最長2時間) 生後6か月～未就学児
※予約不要。預かり状況により、順番待ちやお預かりできない場合もあります。
また、乳幼児健診のきょうだい児預かりはできません。詳細はご確認ください。
☎区役所こども家庭支援担当(☎866-8472 ☎866-8473)

★プレママ・子どもの健診・相談... ※開催日または申込日：4月11日～5月10日

☎区役所5階

妊産婦健康相談 要予約 妊娠、出産、産後の健康相談

☎5月11日(月)13時30分～15時30分

☎妊娠中から産後の人 持母子健康手帳

申☎電話で区役所こども家庭支援担当へ(☎866-8470 ☎866-8473)

乳幼児健康診査 詳細は対象となる人へお送りする個別通知をご覧ください

4か月児	4月21日	火曜午前
1歳6か月児	4月16日・30日	木曜午後
3歳児	4月17日・24日、5月1日	金曜午後

☎区役所こども家庭支援担当へ(☎866-8466 ☎866-8473)

乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談 要予約

☎4月21日(火)13時30分～14時45分

☎0歳～未就学児、妊娠中か産後1年未満の人：先着25人(妊産婦は5人まで)

持母子健康手帳、コップ、歯ブラシ

申☎前日までに、電話で区役所こども家庭支援担当へ
(☎866-8466 ☎866-8473)

☎申☎4月13日から、電話かファクス(必要事項と食生活相談については内容記入)
で区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

離乳食教室 要予約 離乳食(2回食)に関する講話、実演、試食

☎5月20日(水)13時30分～15時

☎区内在住の7～8か月児と保護者：先着36組

持だっこひも、離乳食用スプーン、スタイ

はじめての歯ぴか教室 要予約 はじめての歯みがきと離乳食のお話、
親子体操、歯みがきレッスン

☎5月22日(金)10時～11時45分

☎区役所5階 栄養相談室

☎区内在住の4～6か月児と保護者：先着35組

持母子健康手帳、あれば子ども用の歯ブラシ(いつも使用しているもの)

乳幼児食生活相談 要予約 0歳～就学前のお子さんの食生活などの個別相談

☎5月13日・20日(水)9時～11時 ☎区内在住の0歳～未就学児の保護者

持母子健康手帳

健診・相談のお知らせ

※開催日または申込日：4月11日～5月10日
※来庁はなるべく公共交通機関をご利用ください。

がん検診 要予約 費用が無料になる場合あり(要問合せ) ☎市内在住

■受診は年度1回 ■医療機関でも受診可

●肺がん(エックス線検査)

☎5月28日(木)午前(後日案内送付) ☎区役所5階 健康診査室

☎2021年4月1日時点で40歳以上：先着50人 ¥680円

申☎4月23日から、電話で区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

個別健康相談 要予約 ☎市内在住

☎区役所5階 健康相談室

申☎電話か直接、区役所健康づくり係へ(☎866-8426～7 ☎865-3963)

※電話申込みができない人は、ファクス可(必要事項と相談内容を記入)

●健康相談 高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの予防法をアドバイス

●禁煙相談 たばこをやめたい人へ個別に支援

☎4月17日(金)午前、4月21日(火)午後

戸塚区役所 〒244-0003 戸塚町16-17

☎866-8484 ☎862-3054 ☎戸塚区役所 で 検索

編集・発行 区役所広報相談係(☎866-8321)

人口 280,639人(男137,191人 女143,448人)

世帯数 119,659世帯 (2020年3月1日現在)

戸塚区ツイッター

戸塚区ツイッター で 検索



戸塚区役所の公式
アカウントです。
2次元コードからも
アクセスできます。

戸塚区犯罪・防犯情報メール

戸塚区 防犯メール で 検索



登録すると、戸塚区役所
から、犯罪や防犯情報の
ほか、緊急時に災害情報
が届きます。

エフエム戸塚

「とつか区役所通信」、
「戸塚区役所インフォ
メーション」などを

83.7MHz

で放送中!

読み終わったら
リサイクル

