

東戸塚地区センターだより

2024年

7月

発行:東戸塚地区センター 指定管理者:公益社団法人とつか区民活動支援協会

住所:〒244-0805 戸塚区川上町 4-4

電話:045-825-1161 Fax:045-825-1162

<https://higashitotsuka.chiiki-support.jp>

ブログ <https://easttotuka.hatenablog.com>



休館日
7月8日(月)

【臨時休館のお知らせ】 横浜市による衛生配管、冷温水配管、蓄熱槽等長寿命化工事のため、令和6年11月1日から令和7年1月31日(予定)まで休館いたします。ご理解、ご協力くださいますようお願いいたします。



7月に入り、東戸塚地区センターでは、『令和6年度東戸塚地区センターまつり』参加団体を募集しています。

まつり開催予定日は、令和6年10月26日(土)です。

日頃、東戸塚地区センターで活動されているサークルや団体の皆様の成果発表の場として、作品展示・ステージ発表・体験コーナー等を設け、また、近隣連合町内会様等による模擬店や飲食コーナー等もごさいます。

受付に参加申込用紙をご用意しておりますので、皆様お早めにお申し込みください。

利用者会議開催のお知らせ

より良い地区センター運営のために、広く皆様からのご意見・ご要望をお伺いする場として、利用者会議を開催いたします。併せまして、令和6年10月末に開催予定の『東戸塚地区センターまつり』についての説明会も行います。作品展示、ステージ発表出演をご検討されている団体の代表者様は、ぜひご参加ください。*利用者会議の参加申込用紙は受付にご用意しております。

日時:令和6年7月27日(土) 14時~16時(予定)

場所:東戸塚地区センター 2階 中小会議室

*地区センターまつりの参加申込用紙は、7月1日(月)より配布いたします。締切:8月31日(土)

★ 講座のご案内 ★

【申込必要講座】

幼児から
高齢者



共催:みらころ

多世代地域交流食堂みらころ

日時:7月18日(第3木曜日)

①17時 ②17時30分 ③18時 ④18時30分

⑤18時50分(各回30分) 定員:各8人

費用:おとな 300円、学生 100円

(中学生以下無料)*小学生は17時以降、中学生は18時以降要保護者同伴。

キッズタイム、学生応援タイム16時~19時(当日受付)もあります。

利用可能な小中学校等、詳細はみらころHPをご確認ください。

申込:開催10日前~6日前にみらころHP

<https://miracolo.crayonsite.net> または
地区センター電話(045-825-1161)で受付【抽選】

中高年齢者

健康体操教室 Ⅱ期

筋力の低下防止やフレイル予防、健康増進のために運動をしませんか。体力に合わせてコースをお選びください。

①ゆったりコース…ストレッチが中心のややゆっくりとした動き

②はつらつコース…音楽に合わせてできる限り体を動かし体力アップ

日程:9月~10月の毎週金曜 全8回

時間:①ゆったり:9時15分~10時15分 ②はつらつ:10時30分~11時30分

対象:①ゆったり:体力にあまり自信のない中高年齢者

②はつらつ:日ごろから運動習慣のある中高年齢者

定員:各70人 費用:2,400円(全8回分)

持物:上履、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、汗拭きタオル

申込:7月31日(水)17時までホームページまたは来館で受付【抽選】

結果:8月中旬頃に抽選結果をお知らせします。

ホームページ申込の方はメールにて当落をご連絡

来館申込みの方は館内とホームページに当選番号を掲出

*代理でのお申込みはご家族のみに限らせていただきます。

*体育室には冷暖房設備がありません。ご了承の上お申し込みください。

*公共の交通機関をご利用ください。



講座のご案内

- ・荒天時、講師都合等、講座が中止変更になる場合もございます。
- ・欠席・キャンセル等は事前にご連絡くださいますようお願いいたします。

申込・問合せ
東戸塚地区センター
Tel.045-825-1161



<https://higashitotsuka.chiiki-support.jp>



【申込必要講座】

抽選の場合、申込締切後 1 週間以内に、電話の方は当選のみ、HPの方はメールにて当落をご連絡いたします。

小学生



共催:
日立横浜
理科クラブ

ふしぎ発見理科ひろば

～リニアエクスプレス Jr を作ろう～

磁石と電磁石、リードスイッチの働きで動く新幹線を作ります。どんな仕組みなのかな？

日時:7月28日(日)9時30分～11時30分

定員:小学生30人

*3年生以下は要保護者同伴

一緒に工作をしていただきます

費用:500円 持物:持ち帰り用の袋

申込:7月17日(水)17時まで

電話・HPで受付【抽選】

未就学児と
保護者

協力:
読み聞かせボランティア
森の絵本ひろば

ちいさな・ちいさなおはなし会

〈テーマ〉大切な命、そだつ命

地域の読み聞かせボランティア団体による絵本の読み聞かせを行います。

日時:8月18日(偶数月第3日曜日)

①10時～10時30分

②11時～11時30分

定員:①0歳～3歳児と保護者 28人

②3歳児～未就学児と保護者 28人

費用:無料

*小学生以上のお子様の同伴につきましてはご相談ください

申込:7月11日(木)13時30分から

電話・HPで受付【先着】

未就園児と
保護者

共催:NPO 法人
こどもと未来
～おひさまでたよ～

ころりん広場

保育士資格を持つ保育者と一緒に、親子のふれあい遊びやかんたんな季節の工作などを行います。

～7月のプログラム～

プラコップでじょうろを作ろう(外遊び)

日時:7月22日(月)10時～12時

定員:未就園児と保護者 16組

費用:無料

持物:お子様の着替え、タオル

申込:7月13日(土)13時30分から

電話で受付【先着】

一般



免疫力アップレシピでクッキング

免疫力を高めて元気に! 身近にある旬の食材を使った、家庭料理を作ります。健康な体作りにお役立てください。

日時:①8月27日(火) ②9月10日(火)

③9月24日(火) ④10月8日(火)

10時～13時

定員:各12人 費用:各1,500円

持物:エプロン、三角巾、マスク、

食器用布巾、筆記用具

【メニュー】

- ①胡瓜の翡翠炒め
銀耳のゆかり和え
 - ②胡瓜とザーサイのご飯
塩鯖のレモンマリネ
 - ③ハト麦の炒め物レタス包み
木耳入り中華風カレー
 - ④白菜の味噌ナムル
木耳入りなめ茸
- 各回 他に1～2品

*メニューは変更になる場合がございます。

*食物アレルギー対応は行っておりません。ご了承ください。

申込:8月10日(土)17時まで

電話・HPで受付【抽選】

0～2歳児と
保護者

共催:NPO 法人
こどもと未来
～おひさまでたよ～

0.1.2歳児
発達と子育てのサポートクラス

0～2歳児親子の遊びと学びの講座です。臨床発達心理士や保育士の方々が、言葉の発達を促す遊びなどをお伝えしながら、親子の笑顔が増えるようにサポートします。

日時:8月26日、9月2日、

10月7日・21日(月)10時～12時

定員:6か月～3歳未満のお子様と保護者
12組

費用:3,000円(全4回分)

*お子様2人の場合は+1,200円

申込:8月10日(土)17時まで

電話・HPで受付【抽選】

0・1歳児と
保護者

赤ちゃんと一緒にリズムあそび

赤ちゃんと一緒にリズムにのって、楽しく体を動かしましょう!

日時:8月28日(水)10時～10時45分

定員:お座りができる0歳～よちよち歩きができる1歳までの赤ちゃん
と保護者 10組

費用:300円

持物:汗拭きタオル、飲み物

申込:7月11日(木)13時30分から

電話・HPで受付【先着】

【ご予約不要】

未就学児と
保護者

共催:戸塚区

遊び場・しゃべり場・ほっとタイム

地域の子育て支援者と一緒に、おもちゃで遊んだりおしゃべりしたり…ほっと一息つきませんか? 子育ての不安や悩みを相談することもできます。

日時:7月18日(第3木曜日)

9時30分～11時30分

定員:未就学児と保護者 16組

費用:無料

申込:当日プレイルームにお越しください。

一般



行政書士による無料相談会

相続・遺言など、身の回りのお悩みに神奈川県行政書士会戸塚支部の行政書士の方が、無料で相談に応じます。

日時:7月20日(第3土曜日)

9時15分～12時

場所:2階 小会議室

持物:相談に必要な書類

申込:当日会場にお越しください。

(ご相談は1人30分以内でお願いいたします)