

東戸塚地区センターだより 2024年 4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
4月8日(月)
4月28日(日)

4月になり、地区センターでは新年度の講座がスタートします。
どの講座も、皆さん初回は少し緊張した面持ちで参加されますが、回を重ねるにつれ、和気あいあいとした会話が交わされるようになり、たくさんの笑顔がセンターに集います。
講座のお申し込みについては、広報よこはま戸塚区版の他に、地区センターだより、館内ポスター、地区センターホームページでさらに多くの情報を掲載しております。
ぜひご覧いただき、お気軽にお申し込みください。お待ちしております。



ロビーに
東品濃小学校6年生の
作品を展示しました



布をリサイクルして作ったティッシュボックスケース



小さな“まちの写真”を貼り合わせたフォトモザイクアート



総合学習の成果を地域の皆様にご覧いただき、児童の皆さんは大きな達成感を得られたことでしょう。
感想カード、アンケートにご協力くださりありがとうございました。

みらころ食堂主催者からの おねがい

地域の方との関わりを大切に、食事を提供している「多世代地域交流食堂みらころ」ではボランティアを募集しています。地域食堂に関心のある方は、メールにてお問い合わせください。

【日時】毎月第3木曜日 17:00~20:45

【内容】調理補助 【場所】東戸塚地区センター

【問合せ・申込】 miracolokiseki@gmail.com



臨時休館のお知らせ

受変電設備改修工事による全館停電のため、下記日時は休館いたします。

4月28日(日)終日

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力くださいますようお願いいたします。

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。

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レシピをご紹介します。健康な体作りにお役立てください。

日時：①5月14日(火) ②5月28日(火)
③6月11日(火) ④6月25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

申込：4月11日(木)13時30分から

電話・HPで受付【先着】

*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。

【メニュー】

- ①鶏と独活の煮物、鹿尾菜と桜えびの
甘辛煮、露の塩昆布煮
- ②冬瓜の治部煮風、鶏セロリナッツ炒め、
鹿尾菜の辛子酢和え
- ③冬瓜と海老しんじょう煮、
小豆のポターージュ 他一品
- ④牛と木耳炒め、銀耳と枸杞のデザート
他一品

一般



椅子を使って楽しく運動

椅子に座った状態でのストレッチやボール、タオルなどを用いた足腰への負担が少ない運動で体を動かしましょう。

日時：5月16日・30日、6月6日・27日(木)
10時～11時

定員：15人 費用：2,000円(全4回分)

持物：運動靴(外靴で可)、フェイスタオル、
飲み物 *必ず運動靴でご参加ください

申込：4月30日(火)17時まで

電話・HPで受付【抽選】

0歳児と
保護者

ベビータッチでスキンシップ

オイルを使ったベビーマッサージを
実践します。ゆったりとふれあいの
時間をお楽しみください。

日時：5月21日(火)
10時～10時50分

定員：0歳児と保護者 10組

費用：1組 450円

持物：バスタオル、飲み物

申込：4月11日(木)13時30分から

電話・HPで受付【先着】

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：4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：前日の4月17日(水)

13時30分から電話で受付【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。

～4月のプログラム～ こいのぼりを作ろう

日時：4月22日(第4月曜日)
10時～12時

定員：未就園児と保護者 16組

費用：無料

申込：4月13日(土)13時30分から

電話で受付【先着】

一般

主催：NPO 法人
フードバンク横浜子育てひとり親支援の
応援イベント“ブレイクタイム”

子育て中のひとり親家庭の方々に支援
します。食品等をお受け取りください。

日時：4月13日(毎月第2土曜)

※ 曜日が変更になりました

11時30分～15時【予約制】

申込：開催3日前までに、下記に直接
お申込みください。

Tel.045-512-4965

☐ thanks@fbyokohama.jp

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：4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】

【ご予約不要】

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：4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)