

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)