

# 東戸塚地区センターだより 2025年 12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>



休館日:12月8日(月)  
12月28日(日)~1月4日(日)

地区センターまつり フォトギャラリー たくさんのご参加、ご協力ありがとうございました



2025年10月25日

## 講座のご案内

東戸塚地区センターホームページ『講座・イベント一覧』からお申込みできます



子どもと  
保護者

主催:戸塚区役所  
~0歳から楽しめるコンサート~  
**音楽交流広場**



出演はどやどや楽団のみなさん!  
楽しい時間をお届けします。

日時:1月25日(日)

①10時~10時30分②11時15分~11時45分

対象:子どもと保護者 各20組 費用:無料

申込:12月11日(木)13時30分から

WEBサイト・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。

~1月のプログラム わらべうた~

日時:1月5日(月)10時~12時

定員:未就園児と保護者 16組

費用:無料

申込:12月20日(土)13時30分から

27日(土)まで電話で受付【先着】







# 講座のご案内



2025年 12月号

一般

## 横浜の歴史講座

横浜の草創期の歩みを学びます



- 第1回：横浜の新田開発とコメ取引  
第2回：黒船来航とペリーの見た日本  
第3回：横浜の怪物～高島嘉右衛門

日時：1月24日・2月7日・14日(土)  
13時～14時30分

定員：30人

費用：900円(全3回分)

申込：11月25日(火)10時～1月7日(水)  
17時まで電話・WEBサイトで受付【抽選】

一般

## Wの刺激～脳と足裏～

青竹踏みと脳トレの“欲張りエクササイズ”です。青竹を踏みながら左右で違う動きをするなど、脳に刺激を与えて活性化しましょう！

日時：1月20日・27日・2月3日・10日  
17日・24日(火) 10時～11時

定員：30人

費用：1,800円(全6回分)

持物：ヨガマット、靴下、汗拭きタオル

申込：12月11日(木)13時30分から  
電話・WEBサイトで受付【先着】



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遊びながら、乳幼児期の体の動かし方を学びます。ベビーマッサージや保護者の筋トレ、ストレッチなどもご紹介します。

日時：1月19日(月) 10時～10時45分

定員：お座りのできる0歳児～よちよち歩き  
のできる1歳児と保護者 10組

費用：400円 持ち物：汗拭きタオル

申込：12月11日(木)13時30分から  
電話・WEBサイトで受付【先着】

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：12月11日(木)

- ① 17時 ② 17時30分 ③ 18時  
④ 18時30分 ⑤ 18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

\*詳細はみらころホームページをご確認ください。

申込：開催10日前～6日前にみらころホームページ

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

※2026年1月8日(木)開催日のセンターでの  
申込は1月5日(月)より電話で受付【抽選】



一般

共催：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を支援します。食品等をお受け取りください。

日時：12月13日(第2土曜日)

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



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

申込  
不要

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…お気軽にどうぞ。

日時：毎週木曜日

10時～12時

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

申込  
不要

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：12月20日(第3土曜日)

9時15分～12時

場所：小会議室2

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)



【申込・問合せ】 東戸塚地区センター 電話：045-825-1161  
<https://higashitotsuka.chiiki-support.jp>



・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、Web申込の方はメールにて当落をご連絡いたします。