

# 1月

2019年  
休館日 第3月曜日  
(祝日の場合は翌日)

# 地区センターだより とつか

横浜市戸塚区戸塚町127  
戸塚センター 2階

電話 862-9314  
FAX 862-9315  
http://totsuka.chiiki-



公益社団法人とつか区民活動支援協会

## 1月受付の講座

### 野菜ソムリエと作るメタボ予防料理

一般

日時：1月29日(火) 10:00~13:00

定員：一般 15人(先着)

費用：1000円

申込：1月11日(金) 14:00から電話受付

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手ふき



☆管理栄養士でもある野菜ソムリエからメタボを予防する料理レシピを栄養的観点の話も交えて教わります。

共催：戸塚共立メディカルサテライト

### 大人のスイーツレシピ

一般

#### ～ポム(りんご)のチョコレートムース～

日時：2月9日(土) 10:00~13:00

定員：一般 15人(先着)

費用：1,700円

申込：1月11日(金) 14時から電話受付

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手ふき



### 戸塚おはなし広場

親子

日時：1月26日(土) 14時~14時45分

定員：幼児・小学生と保護者 20組(先着)

費用：無料

申込：当日受付



### シニア向けスマートフォン無料体験教室

一般

日時：2月25日(月) 14:00~16:00

定員：スマートフォンを持っていないシニアの方  
20人(抽選)

費用：無料

申込：往復はがき(お申し込み1人につき1枚)に  
①講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号  
⑥返信先住所・氏名をご記入のうえ、  
〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町127  
戸塚地区センター までお送りください。

※2月1日(金)必着

共催：KDDI株式会社



教材例

### 親子おたのしみ会

親子

#### ～節分～

日時：2月3日(日) 10:00~11:00

定員：3・4歳児と保護者 20組(先着)

費用：100円

申込：1月12日(土) 14時から電話受付



☆節分にちなんだ遊びや歌により、親子のふれあいを行います

### バレンタインのキッズクッキング

小学生

#### ハートのチョコケーキ

日時：2月11日(月・祝) 10:00~13:00

定員：小学生 12人/先着

費用：800円

申込：1月12日(土) 14:00から電話受付

持ち物：うわばき、エプロン、三角巾、ふきん、手ふき



### お茶を楽しむ会 〈会員合同席〉

小学生以上

日時：1月19日(土) 10:00~14:00

対象：小学生以上(先着) ※上記時間内で適宜入れ替え

費用：400円

申込：当日14時まで ※直接来館にて受付



### 生け花を楽しむ会 〈小原流〉

小学生以上

日時：1月19日(土) 10:00~12:00

定員：小学生以上 15人(先着)

費用：1,300円(花代込み)

申込：直接来館にて受付(電話でのお申込みはできません)

※1月16日(水)17時締切り

持ち物：花ばさみ、花を持ち帰るための袋か包み紙



**野菜ソムリエと作る大人気の沖縄料理**

★11月に戸塚共立メディカルサテライトさんのご協力で「大人気の沖縄料理教室」を開催しました。



★野菜ソムリエの称号を持つ管理栄養士さんがレシピだけでなく栄養的観点から沖縄料理の魅力を紹介

★もちろん作ったあとは試食。野菜たっぷり、健康的でおいしいと皆さん喜んでいました。



★大好評の「野菜ソムリエと作る・・・」シリーズは、次回1月29日に「メタボ予防料理を」開催します。申込は1月11日からです。是非、ご参加ください。

**ブログでサークル紹介します！**

★戸塚地区センターで団体登録をされているサークルの皆様の活動の様子やメンバー募集のお知らせなどを戸塚地区センターのブログに掲載できるようになりました。

★規定の申込用紙に必要事項を記入していただき、掲載したい画像などがあればJPEGデータで送って頂くだけ。

★詳しくは045-862-9314まで！

**ハロウィーンのキッズクッキング！**

★10月はハロウィーンにちなんで小学生がカボチャのチーズケーキ作りに挑戦。



★ビスケットを敷き詰めた型にかぼちゃとクリームチーズを混ぜ合わせた生地を流し込み、カボチャの皮で顔を飾ります。



★オーブンで焼く事30分。ハロウィーンならではの、おいしいスイーツができました。



★次回は2月11日に「バレンタインのキッズクッキング」を開催！ハート♡のチョコケーキを作ります！！申込は1月12日から。お楽しみに(^-^)-★

**グランドピアノを弾いてみよう！**

★戸塚公会堂のグランドピアノを広いホールで弾いてみませんか？個人またはグループの練習用に貸し出しています

♪スタインウェイD 2000円／1時間

♪ヤマハCF 1500円／1時間

ご予約・お問い合わせは戸塚公会堂まで

**045-862-3334**



**2月受付予定講座のご案内**

詳しくは広報戸塚区版かセンターだよりの2月号またはHP(1月下旬掲載予定)をご覧ください

講座名	開催予定日	参加費	定員他
生け花を楽しむ会(小原流)	2月16日	1300円	小学生以上 先着15人
お茶を楽しむ会(裏千家)	2月16日	400円	小学生以上 当日受付
戸塚おもちゃの病院	2月23日	無料※部品代は実費	幼児・小学生と保護者 先着18組
とつかエコ講座	3月5日	無料	一般 先着20人
赤ちゃんビクス(0歳児)	3月12日	各回200円	①9時30分:ハイハイ前 25組 ②10時30分:ハイハイ後 25組
ママのためのおしゃべりサロン~初めてママのお友達作り~	3月13日、27日	200円(全2回分)	0歳児(初めての赤ちゃん)とお母さん 先着12組
まずは聞いて話してみよう！ ~発達障害またはそうかもしれない人と家族のための支援・相談会~	3月19日、20日	無料	個別相談(先着8組)と自由相談(定員なし)の同時開催(年齢制限なし)
おもしろ科学体験塾 ~磁石と電気の不思議！モーターを作ってみよう~	3月23日	700円	小学4年生~中学2年生 先着24人
ふしぎ発見理科ひろば ~偏光万華鏡を作ってみよう~	3月26日	300円	小学生 先着24人