



5月

地区センターだより とつか

新しい
出逢い。

5月の休館日
18日

5月受付の講座のご案内

お申し込みは裏面をご覧ください



各講座の詳細は、
← こちらの二次元コードから
ご覧ください。



赤ちゃんビクス(0歳児)

親子

日時：6月5日(金)

①9時30分～ ②10時30分～

定員：①(首がすわった)ねんね期の0歳児と保護者
②はいはい・おすわり期の0歳児と保護者
各回10組(抽選)

費用：400円/1組(当日支払い)

申込：5月11日10時～5月23日17時
ウェブサイトで受付

抽選結果：5月29日までにメール連絡予定

持ち物：バスタオル

ベビーマッサージや手遊びなどで親子の絆が深まります。

五感を、ひらく。



1歳児集まれ! ヨガレッチ

親子

日時：6月11日(木)

10時～10時45分

定員：1歳児と保護者 10組(抽選)

費用：400円/1組(当日支払い)

※双子、年子は600円

申込：5月11日10時～5月28日17時
ウェブサイトで受付

抽選結果：6月4日までにメール連絡予定

持ち物：水分補給の飲み物

保護者の方も動きやすい服装でご参加ください

ヨガベースのストレッチやベビーマッサージです。

一緒に、
笑顔。



Let's! コグニサイズ

シニア

日時：6月9日(火) 10時～11時

定員：概ね65歳以上20人(先着)

費用：無料

申込：5月19日14時～
電話で受付

持ち物：動きやすい服装、飲み物

【共催】南戸塚地域ケアプラザ



コグニサイズとは

「運動」と「脳トレ」を同時に行うことで、
脳を活性化させるトレーニングです。足踏み
しながら計算したり、しりとりしたり。

「あれ?できない!」と混乱して笑うとき、
あなたの脳は一番フル回転しています!

お茶を楽しむ会<江戸千家>

小学生
以上

日時：6月13日(土)

①10時～ ②10時30分～

③11時～ ④11時30分～

⑤13時～ ⑥13時30分～

定員：小学生以上 各回8人(先着)

費用：700円/1人(当日支払い)

申込：5月11日9時～6月12日17時
窓口・電話で受付

持ち物：(お持ちの方は)懐紙、黒文字(菓子楊枝)

7, 8, 9月は
お休みです



生け花を楽しむ会

小学生
以上

<MOA山月>

日時：6月20日(土)

定員：小学生以上20人(抽選)

費用：1,600円/1人(花代込み)

※当選者は6月17日15時までに支払い

申込：5月16日12時～6月3日17時
窓口・電話で受付

抽選結果：当選者のみ6月10日までに電話連絡

持ち物：花ばさみ・花を持ち帰るための包み紙や袋

開催予定の講座が急遽中止になる場合があります。

参加予定の講座については、ご来館前にウェブサイトをご確認ください。



Check our
website!



おもしろ科学体験塾

小4～中2

～鏡が作る不思議な世界 万華鏡を作ろう!～

日時: 6月27日(土)
13時30分～16時30分

定員: 小学4年生～中学2年生 20人(抽選)
費用: 800円/1人(当日支払い)
申込: 5月11日10時～6月12日17時
ウェブサイトで受付

抽選結果: 6月19日までにメール連絡予定
持ち物: 当選者に連絡
【共催】おもしろ科学たんけん工房



万華鏡の中で
どんなことが
おきているかな?

いきいきシニア体操

シニア

日時: 7月3日・17日
8月7日・21日
9月4日・18日(金)
10時～11時

定員: 概ね60歳以上30人(抽選)
費用: 2,400円(全6回)
※当選者は6月26日17時までに支払い
申込: 5月30日14時～6月13日17時
ウェブサイト・電話で受付

抽選結果: 6月20日までに連絡予定
持ち物: 室内用運動靴、動きやすい服装、
バスタオル、飲み物

無理せず楽しく
自分らしく
フレイル予防
始めましょう。



ご案内

5月22日(金)・23(土)・24(日)
『とつか文化・芸術祭』のため
自習コーナー・活動コーナーは
終日ご利用いただけません。

ご理解・ご協力のほど
よろしくお願いいたします。

随時募集中の講座

にほんご しょきゅう 日本語クラス(初級)

在住外国人
Foreign residents

Japanese Language Class for Beginners

日時: 5月1日・15日・6月5日・19日(金)
12時15分～13時30分
1st & 3rd Fri. (12:15～13:30)

費用: 無料 (Free)

参加方法: 開催時間に直接来てください

日本語でお困りの在住外国人の方のための初級クラス
です。身近に日本語でお困りの方がいらっしゃいましたら、
こちらの教室をご紹介ください。

おしゃれに日本舞踊

小・中学生

日時: 5月17日・6月21日(日)
9時45分～11時30分

定員: 小・中学生15人(先着)

費用: 400円/1人1回

申込: 窓口・電話で受付中

持ち物: 浴衣、帯、足袋(白靴下でも可)、紐2本
日本の伝統文化に触れ、礼儀作法も身につきます。

★ プレイルームのご紹介 ★

プレイルームは、幼児(小学校入学前)の遊び場です。受付で利用
人数を記入後、必ず保護者同伴で
ご利用ください。(定員30人)



遊び場・しゃべり場・ほっとタイム

毎週金曜日(祝日を除く)10:00～12:00

片付けの時間も含まれます。11:30頃までにお越しください。

地域の身近な相談役である子育て支援者さんが
来ています。おもちゃで遊んだり、おしゃべりし
たり、ほっとできる時間です。子育ての相談も
できます。お気軽にお出かけください。



～ 講座の申し込み・問い合わせ ～

公益社団法人 とつか区民活動支援協会

戸塚地区センター

045-862-9314

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

お申込は二次元コードもご利用ください >>>

横浜市戸塚区戸塚町127 戸塚センター2階

開館時間 月～土 9時～21時 / 日・祝 9時～18時

休館日 毎月第3月曜日(※祝祭日の場合は翌日)

