

宿場よもやま話 1月・2月・3月 開催

参加費：
各回 300円
福めぐりは無料

申し込み
不要

新春企画福めぐり

<満願成就 めぐって福を集めましょう>
2019年1月6日(日) 13時~16時
内容：戸塚七福神ウォーキング
集合：交流広場とつか

浮世絵へのいざない

- 2月9日(土) 10時~12時
内容：ようこそ浮世絵の世界へ
会場：交流広場とつか
- 3月9日(土) 10時~12時
内容：戸塚の浮世絵
会場：交流広場とつか

主催：戸塚見知楽会・交流広場とつか

【展示ギャラリー貸出開始】1スペース 3000円/月
あなたの作品を展示してみませんか？

手づくりの創作品などを展示する、作品展示スペースの貸出を2月から開始します。
期間は1ヶ月単位(最長3ヶ月まで) 応募多数時には抽選
ご希望の方は前月の15日までに電話か来館にてお申込み下さい。
抽選の場合には毎月20日に抽選を行い、結果を毎月25日までにお知らせ致します。
作品の売買に関しては、直接お願い致します。詳細はお申込み時に説明します。

交流広場とつか

利用時間：10時~17時
ランチ：11時30分~なくなり次第終了
※土日祝日はランチお休みです
貸会議室：貸会議室あります(有料)
休館日：毎週水曜日、年末・年始、夏休みなど
〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町 4018-1
ザ・パークハウス戸塚フロント 1階
TEL&FAX：045-865-4670



戸塚郵便局の駐車場側にある信号を渡った所が入口です。

地域交流施設「交流広場とつか」情報紙

ゆめ広場

「編集・発行」ゆめ広場広報チーム

コミュニティひろば



1月



明けましておめでとうございます

2018年、生まれたての「交流広場とつか」を沢山の皆さまにご利用いただきまして本当にありがとうございました。

又、平素はパークハウス戸塚フロントにお住まいの皆さま、医療関係の皆さまには当施設運営に際してのご理解、ご協力を賜りまして、心より御礼申し上げます。

まだまだ至らない点も多く、試行錯誤の日々ですが一日も早く地域の皆さまの居心地の良い「ひろば」となりますよう今年も努力してまいります。

どうぞ皆さま、ご健勝でお幸せな2019年となりますようお祈り申し上げます。

本年もどうぞ「交流広場とつか」をよろしくお願い致します。

交流広場とつか スタッフ一同

「縁」の下のちからもち

このコーナーは「交流広場とつか」にご縁が出来た「人」「出来事」「モノ」を紹介していきます

「ロゴマーク紹介」 とても温かみのあるロゴマークが誕生いたしました。

大人も子供も年齢や心身の状態に関係なくすべての方が、集い、語らい、交流できる居場所として「交流広場とつか」が大きな樹となる事を表しています。

このマークがほっとするスペース「交流広場とつか」のロゴマークとなります。どうぞ宜しくお願いします。



尚、制作デザインはTAP(とつかアートプロジェクト)の全面協力で誕生致しました。

「口福(こうふく)ランチ」 ひろばランチに思いを込めて

皆さま、毎日美味しくお食事を召し上がっていらっしゃいますか?新しい年、今年も健康第一でと誓った方も多いと思います。毎日、摂取する食事はとても重要です。

三食バランスよく召し上がって今年も心身共に元気で過ごしていきたいものです。

「交流広場とつか」のランチマネージャー郡司(ぐんじ)が心を込めて考案し、作るランチのおかずは全部手作りです。戸塚野菜もふんだんに皆さまの口福(こうふく)を願って作ります。今年もどうぞご賞味下さい。味、その他ご意見、ご感想もお待ちしております。

2019年1月の「交流広場とつか」イベントご案内

※館内チラシや添付のイベントカレンダーもご参照下さい。

～窓のうえるかむ～ 毎回13時30分～15時30分です

精神保健、病気、障害の理解を深める啓発交流、情報交換の場として気軽にご参加ください

- 日時：1月12日(土) 新春 気楽なお茶会を楽しく 窓の会会員
- 日時：1月22日(火) 精神疾患とともに暮らす

～病院の地域生活支援室の視点から～

横浜丘の上病院 地域生活支援室 相談室
精神保健福祉士 安部 玲子氏
自立支援協議会

- 対象：どなたでもお気軽に ●参加費：無料 ●申込不要：当日直接どうぞ
- 場所：交流広場とつか ●主催：NPO法人 窓の会

交流

～よろず出張相談～ 南戸塚地域ケアプラザ相談コーナー

「この場所で相談できてよかった！」の声多数 ※1月は18日(金)です

毎月第3金曜日「交流広場とつか」にて相談コーナー開設

健康増進、生活、介護保険、権利擁護等について いつでもお気軽にご相談下さい

- 相談日：毎月第3金曜日 14時～16時に開設(30分単位の相談対応・予約可能)
- 南戸塚地域ケアプラザの職員がご相談に応じます
- 問合せ・予約等 南戸塚地域ケアプラザ 電話：865-5960
- 対象：どなたでもお気軽に ●場所：交流広場とつか

～栄養相談～

日本調剤
戸塚駅前薬局

毎月第3金曜日 14時～ 管理栄養士による栄養相談も開催して
また、寝たきりにならないヒント、栄養、お薬、体の不調などの相談OK
場所：交流広場とつか 「楽しい体験型健康維持セミナー」開催もあり

～広場カフェ～ ♡おしゃべりしませんか？

誰かと話をすることで気分が軽くなったり、
心がほっとしたり、元気になったと感じたことはありませんか？
また、不定期ですが、興味ある事をみんなで学んだり、お話ししたり
そんな企画もあります。例えば、1月22日は「歴史のお話」です。

交流広場とつかカフェスペースにて 毎回14時～15時30分

- 日程：①1月10日(木) ②1月22日(火)
- 対象：どなたでも ●参加費：無料 ●申込：不要 当日直接どうぞ

交流

～色鉛筆で描く水彩画の基礎～ ぬりえ方式で簡単に水彩アートを楽しもう

絵心がなくても簡単！ 水彩色鉛筆、水彩絵の具で季節の絵を描きましょう
丁寧にゆっくり進めていくので誰でも楽しめます。

- 日時：1月24日(木) 10時00～12時00分
- 持ち物：色鉛筆、水彩絵の具、筆、筆洗い等(持っている方のみ)
持っていない方も用意します。
- 対象：どなたでも ●参加費：500円 ●申込：先着10名締切
- アトリエおらんじゅ主催 井上秋子さん

創作

～第3回・手作りひろば～ 風邪予防に効果的 アロマスプレー作り

風邪の季節、インフルエンザ対策にも ●アロマセラピスト 東 恵美子さん
アロマを調合し、寒い季節に心をときほぐすアロマスプレーを作ります

- 日時：1月17日(木) 10時30分～11時30分 ●対象：どなたでも
- 材料費：800円(材料費込み) ●申込：先着10名締切(申込締切：1/13)
- 申込：先着10名締切 1/13迄に電話か来館にて

～新スタート～ 健康初心者優先健康マージャンフリース

～超初心者のための健康麻雀～ 1月14日・28日

- ①日時：1月14日(月) 祝日 13時00～16時00
- ②日時：1月28日(月) 14時00～16時45
- 全部で3卓 ※1卓は初心者の方、優先です(2卓はフリーとします)
- 先着12名締切 申込：電話か来館にて(1/7・10時より受付開始)
- 参加費：1人1回300円

健康

～椅子でおこなうカンタンヨガ～ 心身のバランスを整え代謝アップ効果も

どなたでも着替え不要で気軽にヨガを行なえます 軽く汗をかいたあとは
アフターカフェタイム 先生からいろいろなカラダのお話も聞けます

- 日時：1月17日(木) 14時00分～15時00分 ●参加費：500円
- 対象：どなたでもお気軽に ●申込：先着10名締切 電話か来館にて
- ヨガインストラクター 市原圭子さん

～ギター演奏会①～ ギター倶楽部の皆さん 参加無料 申込不要

- 日時：1月21日(月) 14時30～15時00 昭和歌謡・青春ポップス等

～ギター演奏会②～ BIG. Leafの皆さん 参加無料 申込不要

- 日時：1月25日(金) 13時30～14時30 クラシック・映画音楽・演歌等