輝き人・もりあげ隊レポ

ちょいボラで楽しむ・輝く

「交流広場とつか」はたくさんのボランティアスタッフに支えられて運営しています
ここでは「ひろばもりあげ隊」として活躍しているボランティアスタッフメンバーの活動を紹介していきたいと思います。　題して「輝き人・もりあげ隊レポ」です
写真OKのメンバーは活動の様子も載せていきますので皆さんどうぞお楽しみに！！

【手づくりサークルの皆さん】　**ジャンルを問わず、好きな事、得意な事を各自自由に制作します**

コメント　みんなでワイワイ、気楽に気ままにやっています
好きなもの、作りたいものを自由に制作しています

主なボランティア内容は？
野菜のおもちゃや可愛いお人形、人気のキャラクター等手縫い
パッチワークなどの練習や、近隣子供施設からの依頼協力など
交流広場とつかの館内備品などにも制作協力しています

プラっと相談

ここで相談できて良かった！声多数　相談場所：交流広場とつか

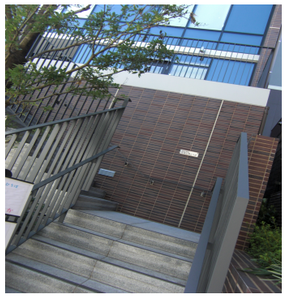
◆南戸塚地域ケアプラザ相談コーナー　南戸塚地域ケアプラザの職員がご相談に応じます

今月の相談日：１２月２０日（金）１３時～１６時の間でお気軽にどうぞ
ずっと自宅で、今のままで暮らしたい…誰もが思う変わらない生活についての相談など
また、地域のケアプラザに望むことなど、気軽にご意見もお聞きします
介護保険の申請についてのご相談もお受けします

地域交流施設「交流広場とつか」場所はここです

利用時間：10 時～17 時　休館日：毎週水曜日・年末年始等

バス通り、郵便局側入口



商店街側からの入口

商店街側からは２階へ

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：利用予約ができます（有料）　※事前に空室確認をお願いします
〒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　※駐車場・駐輪場はありません

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 交流広場とつか
１２月

◆地域交流施設「交流広場とつか」はどなたでもご利用できます◆

戸塚宿の歴史とふれあう場所、地域の皆さまが出会いつながる場所、仲間づくりができる場所として開所しています。どなたでも利用できる居心地のいい「みんなの居場所」です。
おしゃべり、あみもの、折り紙など「手づくり創作」を通して仲間をふやしたい、地域活動他、「何かやってみたい」の実現ができる場所としても活用下さい。
正面入口前にはエレベーターがあります。トイレは２ケ所、車椅子トイレも完備しています。
※駐車場・駐輪場はありませんので近隣の駐車場等をご利用ください

広場より

年末年始の休館日は 12 月 25 日～1 月５日までです

◆親子参加のクリスマスイベント開催します　おかしつり、おもちゃくじなど　申込制
開催日：１２月 15 日（日）時間：13 時～15 時 30 分　参加費：１人 300 円（子供のみ）
申込：11 月 30 日より　先着 15 組（30 名様迄）　電話か来館にてお申込みください
対象：幼児、小学生低学年と保護者　小学生は子供のみでの参加可能です
・おかしをつろう　・的あてでおもちゃを当てよう　・おりがみでサンタほかをおろう
・りんごのケーキが食べられます　ジュース付　（子供無料・大人 100 円）
詳細は館内チラシをご覧ください　※1 組：大人１名に子供３人の参加などは可能です
◆フリーマーケット開催　だれかの要らない＝だれか欲しいモノ　**※出展者募集します**
2020 年１月 19 日（日）時間：11 時～15 時　出展料：600 円　８ブースで締切多数抽選

「縁」の下のちからもち

M＆A週末カルチャールーム第３期始まります

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

昨年開所したての「交流広場とつか」を広く皆さまに知っていただく事、駅近い場所で質の高い講座を受けられる事を開講の目的とした協働事業としてスタート、引き続き、第３期が 2020 年１月より始まります。
申込、問合せは直接各講座の講師まで。詳しい内容についても聞くことができ、安心して受講できます

◆第３土曜（1/11・2/15・3/21・4/18・5/16・6/20）
・10：00～：手話ダンス　・12：00～：着物リメイク　・14：40～油絵基礎
◆第４土曜（1/25・2/22・3/28・4/25・5/23・6/27）
・10：00～：トールペイント／オルネフラワーetc.　・12：30：パンフラワー　・14：00～：ポーセラーツ
◆第４日曜（1/26・2/23・3/22・4/26・5/24・6/28）
・10：00～：トールペイント／書道教室　・13：00～：パステルアート・アーティストコース
・15：10～：ベリーダンス　**各コース共、館内に詳しいチラシがあります**

※M＆Aカルチャールーム：駅近、地元でミュージックとアートの多彩なプログラム展開

「交流広場とつか」イベントご案内

※申込み方法、参加の詳細は館内チラシや添付のイベントカレンダーをご参照下さい

広場セミナー

「学び」を楽しむ目からウロコの講座数々

◆12月のセミナーは？「姿勢測定会」は戸塚スポーツセンター主催

自分では気づきにくい「姿勢」を測定し、適切なアドバイスを受けましょう

横浜市体育協会　戸塚スポーツセンターの講師が、測定とアドバイスをおこないます

【日時】12月9日（月）13：15～14：45　【参加費】1020円（当日払）

※ 申込人数に達したため締切　問合先：862−2181 戸塚スポーツセンター

事前申込み済みの方は当日お忘れなく時間までに来館ください

◆令和２年１月のセミナーは？「ひろば寄席」噺家・柳家吉緑さん（落語協会二つ目）

にぎわい座に行かなくても？　地元で気楽に楽しむ「落語」　今回は平日に開催です
大師匠の人間国宝五代目柳家小さんの得意とした滑稽噺、人情噺、怪談噺まで多彩な落語でお客様大満足の高座です　吉緑さんを囲んで落語ミニセミナーも開催します

【日時】1月24日（金）14：00～15：00　【参加費】1000円（当日払）

【申込】限定20名様にて締切　来館か電話にてお申込みください

健康・体力づくり

気楽に参加で健康増進　どなたでも参加できます

※各自飲料水を持参してご参加ください

◆カンタン椅子ヨガ　ヨガ初心者・膝の悪い方にも！　椅子に座って行なうカンタンヨガ

脚、腰に自信のない方もイスに座り着替え不要で無理なくカラダを動かし不調改善や体力低下を防ぐ教室です　※ヨガ終了後、ランチを食べたい方は注文が可能です

【日時】12月17日（火）、1月21日（火）　**※継続参加で効果アップ**

【時間】10：15～11：15　【参加費】1回５００円

【申込】各日電話か来館にて　※動きやすい服装、靴、細長いタオル持参　見学自由

【講師】ＲＹＴ200取得ＩＨＴＡ1級ヨガインストラクター　市原圭子さん

◆ニコニコ骨盤体操　大事なカラダの要・骨盤のゆがみを整えて不調改善、着替え不要

骨盤を整えることで代謝アップや体全体のコリの解消が期待できます

【日時】12月5日（木）、12日（木）　いずれも10：10～11：10

【参加費】1回1000円　【講師】高村和子さん　【申込】各日電話か来館にて　見学自由

◆丹田呼吸教室　呼吸法をはじめ健康になれるヒントがいっぱい

【日時】 12月5日、2月6日、3月5日　すべて木曜日　**※1月 休み**

【時間】すべて14：00～15：30　【参加費】1回５００円

【申込】不要　当日どうぞ　見学自由　【講師】吉原一郎さん（日野原重明記念かながわの会会長）

ほっとタイム

どなたでも気軽に参加できるあたたかい時間

◆窓のうえるかむ　精神保健、病気、障害の理解を深める啓発交流、情報交換の場です

【日時】12月10日（火）13：30～15：30

【内容】「おしゃべりタイム」　ゆったり気楽におしゃべりしましょう

【日時】12月24日（火）13：30～15：30

【内容】「クリスマス会」　歌とビンゴゲームで楽しみましょう

【申込】申込不要　直接どうぞ　　【参加費】無料

◆広場カフェ　　ほっとする時間をご一緒に！　①②いずれも14：00～15：30

【日時】①12月5日（木）テーマを決めずに自由におしゃべり　②12月24日（火）歴史トーク

【申込】不要　直接どうぞ　　【参加費】無料　　※カフェスペースにて開催

手づくりひろば

「季節の折り紙」 来年の干支を折りましょう

◆季節の折り紙講座　「来年の干支子（ねずみ）」を折ろう

新年に干支を飾って「福」を呼び込みましょう

折り紙で可愛いねずみ２匹を折り、縁起の良い赤い台座をつけて、玄関等に飾れる作品に仕上げます

【日時】12月2日（月）　【時間】10：10～11：50　【申込】先着１０名締切

【参加費】500円　【申込】来館か電話にて　　持ち物：ハサミ、のり、持ち帰り用の紙袋等

【講師】折り紙サークル「縁」の皆さま

活動ひろば

カフェタイムコンサート　トランペット演奏と歌

◆「楽団ひとり」主催　ジャズから青春ポップス、クリスマスにちなんだ曲など　一緒に歌う時間も？

電子トランペットの生演奏でランチ後のひととき、ひと足早くクリスマス気分を楽しみませんか？

時間になりましたら会議室側スペースにて演奏が始まります　途中参加、退席自由

【日時】12月20日（金）14：00～14：30　【対象】どなたでも　【参加費】無料

【申込】不要　　【トランペット奏者】　「楽団ひとり」布施晴造さん

交流・文化・カルチャー

交流とワンステップアップを楽しめる多彩なイベント

◆はらぺこ声体操　声出し体操＆朗読の会　気持ちよい声出し、大人気の講座です

大きな声をお腹から出したら、心も体もスッキリ　声出し体操してみたらお腹も空いてきた

【日時】12月20日（金）10：10～11：40　　【参加費】１回５００円資料代含む（当日払）

【申込】不要・当日どうぞ　　【講師】俳優・朗読・司会者 神保麻奈さん

◆宿場よもやま話　宿場よもやま話で気楽に伝説の世界へ　テーマ：「戸塚七福神を巡るお話」

由緒ある寺「八ヶ寺」の七福神のお話です　講座を聞いて新年には実際に七福神めぐりをしてみては？

【日時】12月8日（日）10：15～11：45　【参加費】３００円（当日払）　【募集人数】30名

【問合せ】戸塚見知楽会　Ｅメール：totuska15michi22@gmail.com　※ウォーキングではありません

電話 080-5545-4163（午前９時～午後５時まで）へどうぞ

【申込】不要・当日どうぞ　次回「宿場よもやま話」は１月12日（日）「戸塚の工業化」についてのお話

※1月7日（火）には実際に歩く「戸塚七福神巡りウォーク開催予定」←詳細は上記問合せ先へ