

ゆめ広場



2024年
1月

交流広場とつか

「編集・発行」ゆめ広場広報チーム

「交流広場とつか」は、みんなが気軽に立ち寄り、出会い、ほっとする地域の居場所です
 広がる＝仲間ができる場、広げる＝仲間が増える場、広まる＝地域に伝わる場
 という思いのこもる地域の皆様の「広場」です

あけましておめでとうございます。旧年中は多大なご支援ご協力をいただき
 ありがとうございました。本年もよろしくお願ひいたします。(スタッフ一同)

お知らせ

- 利用時間 カフェ利用：月・火・木・金曜日 11時～15時30分
 休館日：水曜日、祝日 ※土曜日・日曜日は一部イベントで開館します
 ＊ご参加可能なイベントについてはお問い合わせください
 ＊なお感染状況により変更の可能性があります
- ご利用に際しては発熱やせき等体調にご留意下さい。換気のためドアを開放する
 ことがあります。
- お食事の持込はご遠慮願ひます
- 会議室のご利用について
 平日および土曜・日曜のスペース貸出に
 ついてご相談を承ります



カフェ利用時間の会議室スペースは、パーティションの使用をお願いする事があります

年末年始休館のご案内

12月27日(水)～1月8日(月)
 は、お休みさせていただきます



★とつかお結びプロジェクト

～交流広場とつかも参加します～

戸塚区内・近隣の市民活動・ボランティア活動・生涯学習活動をチラシ展で紹介します。「何か始めたい人」と「地域活動」の出会いの場です。

【第3期】

日時：1/17(水)～1/26(金) 10時～20時
 会場：西武東戸塚SC 7階ファーストブリッジ
 主催：とつか区民活動センター



●手仕事ひろば(毎月第3月曜日)

《第8回：折紙の雛飾り》

～手芸やアートなど身近な趣味の作品を手作り

する、交流広場とつか主催の楽しい講座です～

日時：1月15日(月) 10時～12時

定員：8名(事前申込)

参加費：600円(材料費ケース付)

持ち物：なし

申込・問合せ：

交流広場とつか


第9回の予定：

2月19日(月)

10時～12時《エッグアート》



「交流広場とつか」1月の予定 (詳細はお問い合わせください)

 カフェ 11時～15時30分

月	火	水	木	金	土	日
1 休館	2 休館	休 館 日	4 休館	5 休館	6 休館	7 七福神めぐり (広場は休館)
8 休館	9  AM はらぺこ声体操 PM 窓のうえるかむ		11 	12 	13 M&A カルチャールーム 12時30分～	14 みんなの アトリエ 10時～12時
15 手仕事ひろば 10時～12時	16  骨盤底筋体操 10時～11時		18 	19 	20 M&A カルチャールーム	21 休館
22 	23  AM 骨盤底筋体操 PM 窓のうえるかむ		25 	26  ゆったりエイジ ングからだケア 10時～11時	27 M&A カルチャールーム	28 M&A カルチャールーム
29 	30  骨盤底筋体操 10時～11時		2月1日  広場カフェ 13時30分～	2 座って楽々 10時～	3 休館	4 みんなの アトリエ 10時～12時

- ：主催事業のお知らせ
- ◆：共催事業のお知らせ
- ★：利用団体からのお知らせ



◆宿場よもやま話

～よもやま話と語らい 気楽な交流の場～

日時：1月7日(日) 9時～12時30分ころ

内容：新春の「とつか七福神」をガイドとめぐります

集合：交流広場とつか 参加費：無料

定員：20名 申込：不要 当日どうぞ

問合せ：totsuka15michi22@gmail.com

080-5970-7589 (9時～17時まで)

主催：戸塚見知楽会

後援：戸塚区役所

共催：交流広場とつか



ご参加を
お待ちしております!

●広場カフェ

～「広場カフェ」は、交流広場とつか主催の
気軽な語り合いの場です。どなたでも
ご参加ください～

①おしゃべりしませんか(第1木曜日)

1月はお休み

次回：2月1日(木)

②歴史トーク(第2月曜日)

1月はお休み

次回：2月19日(月)

※2月は第3月曜日に開催します。

事前申込は不要
※参加費：飲み物代



◆とつか歴史探訪ウォーキング

～源義家、石巻五太夫、護良親王ゆかりの地を訪ねて～

コース：旧東海道を江戸方見付から王子神社へ

開催日：2月17日（土）

集合場所：戸塚区役所3階

受付時間：9時15分～9時30分

参加費：500円（中学生以下は無料）

定員：40名（定員になり次第締切ます）

申込：普通はがき（交流広場とつか宛て）、または
Eメール（tana@qb3.so-net.ne.jp） ※記載内容：

①氏名 ②電話番号 ③住所の〒 ④同行者氏名

問合せ：電話080-5970-7589（9時～17時）

主催：戸塚見知楽会 共催：交流広場とつか

後援：戸塚区役所



◆座って楽々げんき体操

～どなたでも参加できる体操～

健康や暮らしについて気軽な相談もできます

日時：1月5日（金）はお休み

※偶数月の第1金曜日は体操の前に

衛生についてのお話があります

1月19日（金）10時30分～

参加費：無料 会場：交流広場とつか

持ち物：汗拭き、飲物 動きやすい服装と靴で

問合せ・申込：南戸塚地域ケアプラザ

包括支援センター

電話：865-5960 月～金（9時～17時）

★ゆったりエイジングからだケア

～やさしいポーズで体の奥から疲れをリフレッシュ
リクエストに応じてポーズを調整します～

日時：1月26日（金）10時～11時

申込・問合せ：090-8112-1967

参加費：2500円（原則事前予約制、当日でもお気軽に）

主催：赤川まり（介護要望エンドウ指導員）

次回：2月9日（金）10時～11時

◆M&Aカルチャールームだより

《トールペイント》 石井 典子

～平筆に2色の絵の具をつけて描くペイント技法です

毎月第4土曜日10時～12時30分

受講料：2,000円/月（材料費込み）

持ち物：エプロン

申込み：090-9332-7759

※M&Aとは、美術・手工芸・ダンスに特化した
カルチャー教室です。

★バリアフリー造形教室 みんなのアトリエ

障がいや病気をお持ちの方を対象とした造形教室

日時：1月14日（日）10時～12時

参加費：4,000円/月（材料費、設備費込）

※初回体験1,000円、見学無料

申込：ayano_atelier@yahoo.co.jp（白瀬）

★手づくりサークル

～ウィーピング等小物作りを楽しんでいます～

日時：1月18日（木）10時30分～12時30分

★はらぺこ声体操 Season5

大きく息吸い あいうえお ♪

お腹の底から かきくけこ ♪

声と体をほぐす笑顔の発声練習

息を合わせてお手玉キャッチ ♪

息を合わせて声と体をほぐす笑顔の発声練習

日時：1月9日（火）10時～11時30分

会費：500円 動きやすい服装で、飲み物持参

※体験見学無料 資料貸出あり

講師：神保麻奈（俳優・朗読・司会）

申込：不要 当日どうぞ 主催：みんなの朗読



★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：1月9日（火）・23日（火）13時30分～

申込：不要 当日どなたでもお気軽に 参加費：無料

主催：NPO法人窓の会（865-5870 有賀）

★女性のための骨盤底筋体操

椅子に座ってスタート、膝に不安のある方も

日時：1月16・23・30日（火）10時～11時

参加費：1回800円（初回体験は500円）

持ち物：水分、汗拭き、動きやすい服装で

申込：不要 当日お気軽にどうぞ

問合せ：090-9822-4192（財津）

東海道・こぼれ話・其の29

【東海道中膝栗毛8～保土ヶ谷の留女～】

神奈川の宿を出た弥次さん、喜多さん、やがて保土ヶ谷の宿場へやってきました。日も傾く頃とあって、旅籠屋から大勢の「留女（とめおんな）」が出て熾烈な客引き合戦を繰り広げています。留女が「お泊りなさいませ」と旅人の手を強く引っ張ります。

旅人「コレ手がもげらア」、留女「手はもげてもようございます。お泊りなさいませ」と強引です。

旅人「エエいめえましい、はなさぬか」と振り切って行ってしまいます。

こんなやり取りを面白がって、弥次さんが狂歌を一首

「おとまりは よい程が谷と とめ女
戸塚前では（とっつかまえては） はなさざりけり」
二人はそのまま戸塚へ向かいます。 戸塚見知楽会



◆クラフトマルシェレポート

12月2日（土）クラフトマルシェが開催されました。M&A カルチャー、福祉施設、交流広場とつかのメンバーにより、温もりのある素敵な手づくり作品が出展されました。みなさんの笑顔があふれた一日でした。スタッフ手づくりのカレーも大好評でした！！



●手仕事ひろばレポート

第7回「可愛いチャーム」講座が12月18日（月）に行なわれました。毛糸を通した布のひもを編んで、ブローチやチャームに仕上げていきます。何回もやっていくうちに編み方にも慣れて、くるみやトンボ玉を付けて思い思いのデザインの作品ができました。



◆多世代地域交流食堂の報告

「交流広場とつか」と「みらころ」のコラボによる「多世代地域交流食堂」が12月17日（日）に開催され、多くの方で賑わいました。無添加、化学調味料不使用、フレッシュハーブと塩のみの優しい味付けのミネストローネやベーコンときのこのパスタに大満足でした。



交流広場とつか

利用時間：10時～17時

（当面カフェは11時～15時30分）

休館日：毎週水曜日、祝日、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

URL <https://yume-hiroba.net/>

〈運営団体〉NPO法人くみんネットワークとつか



※駐車場・駐輪場はありません
※当面の間、開館日と開館時間に
変更があります（詳細は表面）