

ゆめ広場



2025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います

- 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



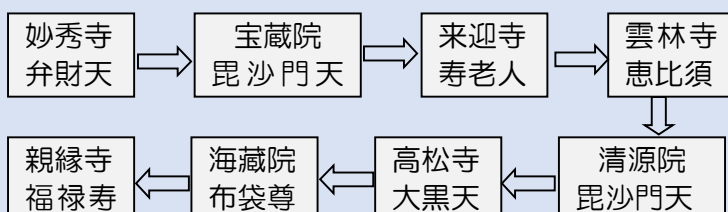
カフェ利用時間の会議室スペースは、パーティションの使用をお願いする事があります

年末年始休館のご案内
 12月28日(土)～1月8日(水)
 は、お休みさせていただきます



◆戸塚宿七福神めぐり

2014年に始まった戸塚宿七福神めぐりは、戸塚駅周辺のハケ所の寺院に祀られている七福神を巡るコースです。距離は約8.4km、徒歩で約2時間30分～3時間です。期間中は地元のボランティアの方々のガイドもあります。新春を迎え、戸塚の歴史をめぐる散策をお楽しみください



◆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5日(日)9時30分～(奇数月に開催)
 内容：～戸塚宿七福神めぐり(ウォーク)～
 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
 次回：3月8日(土)～「万葉かな」について～

●手仕事ひろば(毎月第3月曜日) 《第19回：『餃子のストラップ』》

日時：1月20日(月)10～12 ※詳細は2ページ

月	火	水	木	金	土	日
12月30日 休館	31日 休館	休 館 日	2 休館	3 休館	4 休館	5 休館 ※七福神めぐり ウォーキング
6 休館	7 休館		9 	10 	11 M&A カルチャールーム 12時30分～	12 みんなの アトリエ 10時～12時
13 休館	14  AM はらぺこ声体操 PM 窓のうえるかむ		16  AM 手作りサークル PM スマホ講座	17  座って楽々 10時15分～ PPK 大作戦 11時～12時	18 M&A カルチャールーム	19 休館
20  手仕事ひろば 10時～12時	21  骨盤底筋体操 10時～11時		23  英語の絵本 であそぼう 10時10分～	24 	25 M&A カルチャールーム	26 M&A カルチャールーム
27 	28  AM 骨盤底筋体操 PM 窓のうえるかむ		30  スマホ講座 13時30分～	31 	2月1日 休館	2 みんなの アトリエ 10時～12時
3 	4  骨盤底筋体操 10時～11時		6  広場カフェ 13時30分～	7  座って楽々 10時～	8 M&A カルチャールーム 12時30分～	9 休館

- ：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

どなたでもご参加いただけます。みなさまのお越しをお待ちしています！

●手仕事ひろば（毎月第3月曜日）

～手芸やアートなど身近な趣味の作品を手作りする楽しい講座です～

《第19回：『餃子のストラップ』

日 時：1月20日（月）10時～12時

定 員：8名

参加費：500円

持ち物：縫い針・糸（白）

はさみ

申込・問合せ：交流広場とつか



第20回の予定：折紙で作るブローチ

令和7年2月17日（月）10時～12時

●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月はお休みです

次回：2月 6日（月）13時30分～

②歴史トーク（原則第2月曜日）

1月はお休みです

次回：2月10日（月）13時30分～

事前申込は不要

参加費：飲み物代



◆宿場よもやま話

日時：1月5日（日）9時30分～（奇数月に開催）

内容：～戸塚宿七福神めぐり（ウォーク）～

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

※詳細は1ページを参照



★PPK 大作戦

～健康長寿を目指す健康セミナー～

未病改善の3つの柱である「食」「運動」「社会参加」について、毎月第3金曜日にセミナーを行います。

日時：1月17日（金）11時～ 講師：小林隆人

テーマ：悪い歩行習慣は良き歩行習慣で塗り変えよう

参加費：無料 申込：不要 当日どうぞ

主催：旭町通商店会・未病改善応援団

★手づくりサークル

～ウィーピング作りを楽しんでいます～

1月16日（木）10時30分～

★スマホ講座

～今更聞けないスマホのあれこれ～

初心者向けスマホ、タブレット教室

日時：1月16日（木）・30日（木）13時30分～

参加費無料（期間限定）

持ち物：スマホ・筆記用具（無い方も参加可能）

問合：090-5097-1255 担当つまつ

★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12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）

★はらぺこ声体操 Season6

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 ♪

日時：1月14日（火）10時～

会費：500円 動きやすい服装で、飲み物持参

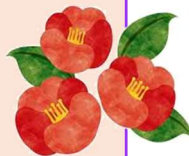
※体験見学無料 資料貸出あり

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

※次回2月11日（火）は祝日のため、会場は地域交流

スペース「ON FOR ALL」となります



◆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17日（金）10時15分～

※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

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・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）

◆M&Aカルチャールームだより

《ベリーダンス》講師：富澤 裕子

むずかしそうに見えるベリーダンスをやさしく紐とい
て解説します。運動が苦手でもこれならできそうと思
ってもらえるはず。体幹強化・姿勢改善につなげまし
ょう。

体験日：毎月第2・3土曜日の15時～16時

体験受講料：1,500円 予約：各日前日まで電話

服装Tシャツ、ジャージなど動きやすい服装、飲物

申込：090-6160-1571

おすすめ
体験講座

★英語の絵本であそぼう

日時：1月23日（木）10時10分～11時

参加費：無料

対象：こどもからおとなまで どなたでも

申込：大島尚子（ラボ・テューター）

090-9964-8743

★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14日（火）13時30分～

1月28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21・28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：財津幸代（介護予防運動指導委員）

090-9822-4192

【影取池のおはん物語り】

遊行寺の近く、森と言うお金持ちの蔵に「おはん」と名付けられた大蛇が飼われていた。戦などで森家が傾いてしまったことを知ったおはんは蔵から逃げだし戸塚に近い池に住み着いた。お腹の空いたおはんは、水面に映る人影を飲むと満腹をおぼえ、そのうち人影を飲んで暮らすようになった。やがてこの池のそばを通ると影を取られ、命を失うという噂が広がり、困った村人たちは鉄砲打ちに頼んで退治してもらった。この後、付近の人々はこの池を「影取池」と、鉄砲打ちの小屋を「鉄砲宿」と呼ぶようになった。

今でも影取町の名前とバス停「鉄砲宿」の名に残っている。

戸塚見知楽会



★とつかの地域活動とあなたを結ぶ活動紹介展

～見て！知って！ここからあなたの人生がかわるかも！？～

東戸塚会場 日時：1月15日(水)～1月21日(火)

10時～20時 初日は13時～ 最終日は16時まで

会場：西武東戸塚S.C 7階 ファーストブリッジ

WEB会場：2025年3月31日(月)まで

主催：とつか区民活動センター 戸塚区役所



●手仕事ひろばレポート（12月）

第18回「筆を使って漢字一文字」の講座が12月16日に行なわれました。久しぶりに筆を持ってお手本を見ながら、お習字に挑戦しました。静寂の中、心を落ち着かせて、美しい文字の世界へ入っていきます。最後に色紙へ漢字一文字を書きました。



●広場カフェの紹介

交流広場とつかへ来ていただくきっかけのひとつとして、どなたでも気軽に参加できる「広場カフェ」を開催しています。

毎月第1木曜日は、「おしゃべりしませんか」 特にテーマを決めずにわいわいとお話しています。

毎月第2月曜日は「歴史トーク」 戸塚の身近な歴史から大河ドラマまで、話題はいろいろです。

リピーターの方から初めての方まで、つながりが広がっています。時間はいずれも13時30分～15時。ご参加をお待ちしています。

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/>

E-mail koryuhirobatotsuka@gmail.com

〈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）