

ゆめ広場



2025年
2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

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

休館のご案内

2月11日（火）建国記念の日
 2月24日（月）振替休日

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20回：『折紙で作るブローチ』

日 時：2月17日（月）10時～12時

定 員：8名

参加費：500円

持ち物：必要ありません

申込・問合せ：交流広場とつか

※見本のどちらか一点を選んでいただきます。



第21回の予定：ウェルカムボードを作ろう
 令和7年3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）

日時：2月 6日（木）13時30分～

次回：3月 6日（木）13時30分～

②歴史トーク（第2月曜日）

日時：2月10日（月）13時30分～

次回：3月10日（月）13時30分～

事前申込は不要

参加費：飲み物代





月	火	水	木	金	土	日
		休館			1 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
10 広場カフェ 13時30分～	11 休館		13 スマホ講座 13時30分～	14 	15 M&A カルチャールーム	16 休館
17 手仕事ひろば 10時～12時	18 AM 骨盤底筋体操 PM 窓のうえるかむ		20 手作りサークル 10時30分～	21 座って楽々 10時15分～ PPK 大作戦 11時～12時	22 M&A カルチャールーム	23 M&A カルチャールーム
24 休館	25 AM 骨盤底筋体操 PM 窓のうえるかむ		27 AM 英語で遊ぼう PM スマホ講座	28 AM コスモスの会 PM S&D	3月1日 ロコモ トレーニング 10時30分～	2 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



◆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：2月7日（金）10時～
※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
日時：2月21日（金）10時15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・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）

★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：2月21日（金）11時～ 講師：石黒芳樹
テーマ：避難生活を健康で快適に！
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

★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：2月4・18・25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

●広場カフェ ※詳細は1ページ

- ①おしゃべりしませんか（第1木曜日）
日時：2月6日（木）13時30分～
- ②歴史トーク（第2月曜日）
日時：2月10日（月）13時30分～

●手仕事ひろば（毎月第3月曜日）

《第20回：『折り紙で作るブローチ』》
日時：2月17日（月）10～12時
※詳細は1ページ

◆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：3月8日（土）10時15分～（奇数月に開催）
内容：「万葉かな」について 参加費：300円
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

★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：2月13・27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）
問合せ：090-5097-1255 担当つるまつ

★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：2月18日（火）13時30分～
2月25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）

★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：2月2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）

★英語の絵本であそぼう

日時：2月27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・チューター）
090-9964-8743

おすすめ
体験講座

◆M&Aカルチャールームだより

《トールペイント》講師：岡田 実枝子
下絵がありますので、ぬり絵感覚でステキな
小物が仕上がります。
※今回の教材はトートバック
体験日：毎月第4土曜日の10時～12時
体験受講料：500円（教材費込）
持ち物：エプロン 予約：各日3日前までお電話で
申込：080-4298-2054

★手づくりサークル

～ウィーピング作りを楽しんでいます～
2月20日（木）10時30分～

★パッチワーク教室【コスモスの会】

日時：2月28日（金）10時30分～12時30分
持ち物：糸、針、ハサミ
参加費：1ヶ月2000円+材料費
（材料はこちらで用意します）
講師：清水江美 申込：☎090-1999-8942

★ストレッチ&ダンス（S&D）

軽快なリズムにのって楽しくカラダを動かしましょう！
日時：2/28（金）13時30分～14時30分
参加費：700円 対象：どなたでも、当日参加可
持ち物：運動しやすい服装と靴、飲物、タオル

★ロコモトレーニング

ふらっと健康講座～シリーズ NO.122
手軽におうちでできるトレーニングです。運動機能を維持するために、一緒に体操しませんか。
日時：3月1日（土）10時30分～11時30分
参加費：300円 申込み：ふらっとST
持ち物：飲物、運動のできる服装、

★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：2月11日（火）10時～
会場：地域交流スペース「ON FOR ALL」
※会場は交流広場とつかではありません
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

東海道・こぼれ話・其の40

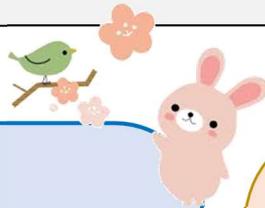
【影取池のおはんは人々の人情の上に】

昔から「蛇は水神の使い」として地域で大切にされてきた。大事にされていた「おはん」は主人の家が傾くと自らその家を出た。そして人の影を飲むことで飢えをしのをいでいた。

「影」には人の面影とか、影の薄い人、また旅に出た人が飢えないように留守宅で影膳を備えることなどあります。影取の伝説はこうした影に対する人の心から生まれたものでしょう。

「おはん」と昔の名前を呼ばれると主人が迎えに来たと思いき喜んで水面に出てしまったのです。影取池の跡は国道1号線と藤沢バイパスの分岐点の東南の谷あいの処で、百年ほど前までは田植え時の満水の時には東海道の並木の松影を映していたそうです。

戸塚見知楽会



◆多世代地域交流食堂開催！

昨年の12月25日にクリスマスイベントとして、地域のこども食堂が開かれました。交流広場とつか×みらころ×旭町通商店会によるトリプルコラボ、旭町自治会の後援もいただきました。学校の終業式だったため、子ども同士の参加は少なかったですが、ファミリーがたくさん来てくれて大賑わいでした。メニューは一蘭のチャーシュー丼に唐揚げとコロケ、スープに可愛いケーキと盛りだくさん。みな大満足でした。



●手仕事ひろばレポート（1月）

第19回「餃子のストラップ」の講座が1月20日に行なわれました。まわりをぐるりと縫って綿を入れ、目と口をつけて出来上がり。餃子たちは目と口の位置で表情がみな違い、キュートで美味しそうな餃子に思わず食べたくなりました。



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/>

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）