

東海道・こぼれ話・其の44

【丹後山伝説には諸説ある-2】

吾妻鏡の記事に丹後内侍の名前が出ているが、この女性が頼朝の子供を産んだかどうかは解らない。これと同じ文治2年の記事に、常陸之介時長の娘で、殿中の女房として仕えていた女性が頼朝の子を産んでいる。この時も政子がこれを知って「厭い(い) 思すこと甚だし」かったので、産室での儀式は一切行われなかったと、記されています。その赤子は長門江太影国が預かって養育、再び政子の知るところとなり身の危険を感じた影国は赤子を抱いて深沢(鎌倉山の北西) 辺りに身を隠した。影国や赤子のその後の消息は分かっていない…。こちらの方が上矢部に近づいているが、さて？



戸塚見知楽会

おすすめの1冊

『ゴースト・フォレスト』
著：ピク・シュエン・フォン
訳：神崎朗子



1997年中国本土返還時、家族の為に香港に残り働き続ける決心をした父を残し、3歳半の時、家族と移住しカナダが故郷となった家族の物語。父が病床に伏した時、それぞれの胸中に甦る孤独、わだかまり、そして温かい想いを繊細で詩的な筆致で描いている。

絵本を紹介

『せんねん まんねん』
詩：まど・みちお
絵：柚木沙弥郎



皆に親しまれている童謡「ぞうさん」でも有名な詩人のまど・みちおさん。詩人であるまどさんの詩に布地へ型染めする技法を得意とされる柚木さんの絵が合わり、ユニークであり大きさも感じる絵本になりました。「せんねんまんねん」命のつながりを力強く描いています。

東海道御宿場印めぐり

御宿場印を集めながら、日本橋から京都三条大橋まで宿場を巡りませんか。歴史・自然・食・温泉・美術など自分だけの楽しみを見つけて、宿場の魅力を満喫しましょう。



御宿場印帳
●日本橋～京都三条大橋：3,000円
●日本橋～三島：2,800円

※交流広場とつかで販売中です

ちょこっと知っておこう

夏本番!! #7119 と #8000 の違い



近年、熱中症による救急搬送や死亡数が増えています。今年6月企業に対して熱中症対策の強化が義務付けられました。また、暑くなる前から暑熱順化を呼び掛けています。「暑さ指数、熱中症警戒アラート、熱中症特別警戒アラート」を活用し、エアコンの活用、こまめな水分や塩分の補給などの熱中症を防ぐ行動をおこしましょう。救急車を呼ぶかどうか？ 迷った時の電話相談：#7119 電話で症状など説明して「救急車を呼んだほうがいいのか」アドバイスを受けることができます。全年齢者が対象です。#8000 子供の急患に特化した子ども急病電話相談窓口です。0～15歳が対象です。

わくわく広場



「編集・発行」わくわく広場広報チーム

「交流広場とつか」はみんなが気軽に立ち寄り、出会い、ホッとする、また来たいと思える地域の居場所です
◆仲間ができる場 ◆みんながつながる場 ◆それぞれの思いが話せる場
ご利用者として、ボランティアとして…どうぞ「交流広場とつか」をご利用ください。

ご利用について

★カフェ：平日 11:00～15:30
<日替わりランチ(月・火・水)は12:00～>
暑い夏におすすめカフェメニュー



★カフェ以外のご利用：各イベント欄に掲載の日時で
平日、土日にも開館

シニアのための交流の場

★おひさまサロン開催<毎週火曜日 10>



同じ年代の方と共通の話をしたり、悩みが共感できたり、昔の懐かしい話で盛り上がり、参加者同士が語り合える場です。まずは近況報告から始まり、脳トレの問題を解き、音楽に合わせた簡単な体操で身体をほぐします。それからお楽しみのアナチエイジングプログラムです。毎回違った内容でワクワク感満載です。最後は皆さまにご好評をいただいている手作りランチで交流タイムとなります。申し込み不要です。是非一度ご参加下さい。

<7月のアナチエイジングの予定>

- ・1(火) うちわを作ろう
・8(火) 映像で見る「ものを売る人たち」～寅さんから紙芝居屋さんまで～
・15(火) 盆踊りを楽しもう！
・22(火) 穴埋め歌で脳トレ
・29(火) 朗読に挑戦

参加費：800円(参加費200円+ランチ代600円)

定員：18名 当日参加可 どなたでも

問合せ：交流広場とつか

主催：NPO法人くみんネットワークとつか

横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業(サービスB)です

七夕遊山箱スタンプラリー

七夕遊山箱スタンプラリー開催
日時：7/5(土)

- ★受付開始：10時
★受付終了：14時
★受付場所：戸塚区役所3Fまたは湘南とつかYMCA
★ゴール 戸塚スポーツセンター
※ゴールおよび各店舗終了15時

遊山箱をもって
交流広場とつかを訪ねてみよう!!
詳しくは「とつか東口商店会」または「とつか駅前商店会」で検索



とつか夏まつり 2025

～まちの歴史や文化の継承
未来の子どもたちへ～
300年以上受け継がれてきた横浜市指定無形民俗文化財である戸塚の八坂神社の「お札まき」。氏子の男性が女装をし、ご利益があるとされるお札をまきながら練り歩く厄除けの神事が7月14日(月)に行われます。それに先駆けて12日に「とつか夏まつり」が開催されます。日時：7月12日(土) 12:00～20:00
内容：地元のお店や露天商など、家族で楽しめる縁日が多数出展!!
会場：戸塚小学校前近郊
主催：とつか夏まつり実行委員会
※当日の運営をお手伝いくださる&一緒に安心安全なおまつりを作ってくださいボランティア募集中!
ボランティアご参加申し込みはこちら →



交流広場とつか

利用時間：10時～16時(平日のカフェは11時～15時30分)

休館日：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

お知らせ

7月21日(月) 海の日 は休館いたします。

☆交流広場とつか7月イベント予定

◎健康づくり

★おひさまサロン 1P参照

毎日を「はつらつと」「元気に」!!
プログラムを楽しみながら、楽しく交流しましょう。
日 時：7/1、8、15、22、29 (火) 10:00~13:00
定 員：18名 参加費：800円 (昼食代を含む)
申 込：不要 当日どうぞ
主 催：くみんネットワークとつか

■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に相談もできます

日 時：7/4 (金) 10:00~10:45
18 (金) 10:15~10:45

参加費：無料
持ち物：汗拭き、飲み物 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)

◇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：7/18 (金) 11:00~12:00

講 師：岡崎明美
テーマ：朝食に関する真実と誤解
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

◇ふらっと健康講座～シリーズ NO.132

『ロコモトレニング』

運動機能を維持するために、一緒に体操しませんか。

日 時：7/5 (土) 10:30~11:30

参加費：300円 申込み：交流広場とつか
持ち物：飲み物、運動のできる服装、汗拭きタオル
申 込：不要 当日どうぞ
主 催：ふらっと ST 元気プロジェクト

◇イキイキ脳の健康教室

認知症予防のための脳トレーニングと交流

日 時：7/7、14、28 (月) 10:00~12:00

参加費：1カ月2,100円 体験：1回500円
問合せ：交流広場とつか

◎M&Aカルチャールーム

◇アート系趣味講座

毎月第2・3・4土曜日、第4日曜日

主 催：とつかアートプロジェクト

創作 (美術・手工芸) とダンスに特化したカルチャー教室
です。随時入講、引き続き受講可
<詳細はチラシをご覧ください>

～面白そう!と思ったらお気軽にご参加下さい～

★：法人主催 ◆：広場主催 ■：共催企画
◇：広場登録団体主催企画

◎親子で一緒に

◇おはなし会たまてばこ

日 時：7/10 (木) 10:00~11:00
対 象：赤ちゃん～未就園児親子
参加費：100円 定員：5組 (予約制)
参加予約とお問い合わせ：
E-mail: ohanashikaitamatebako20@gmail.com
○会場での検温 (37.5℃以上の方はご遠慮下さい)
○絵本の貸し出し 出席カード再開します

◎五感を使って楽しんで!

◇みんなの朗読

ジャンルを問わず読み物をお持ちください。
聞くだけでも参加可能です。沢山の作品に出逢えます。

日 時：7/2 (水) 10:00~11:30

参加費：100円 申込み不要 どなたでもどうぞ
開催場所：One for all 今月は会場を変更します
主 催：みんなの朗読

◇はらぺこ声体操 Season7

日時：7/17 (木) 10:00~11:30
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)
会場：交流広場とつか
申込：不要 当日どうぞ 主催：みんなの朗読

◆レコードキコ～会 ～第121回

7月のテーマ (疑問詞)

「ごった煮ヒットパレード」をお贈りします

日 時：7/13 (日) 13:30~15:00

参加費：100円
講 師：堀口修 問合せ：交流広場とつか

◇みんなの歌声カフェサロン

みんなで一緒に感染予防をして音楽を楽しみましょう♪

マスク着用をお願いします。当日参加可

※7月はお休み

次回：8/18 (月) 15:00~16:30

参加費：300円 対象：どなたでも
主催：みんなの歌声カフェサロン

◇英語の絵本であそぼう

日 時：7/9 (水)、23 (水) 10:10~11:00+ティータイム

参加費：無料

対 象：赤ちゃんからおとなまで どなたでも

申 込：labo.oshima.party@gmail.com
090-9964-8743 (おおしま)

◎体を動かしてみよう!

◇骨盤体操 (健美会) (女性のみ)

骨盤調整をして美姿勢を目指します。
日 時：7/9、16、23 (水) 13:30~14:30
参加費：月3回2,000円 初回参加500円、
お問い合わせ：交流広場とつか (当日参加可)

◇ストレッチ&ダンス

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：7/11、18 (金) 13:30~14:30
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、飲み物、タオル

◇ふらっとベリーダンス (女性のみ)

腰まわりを動かして、健康促進疲れにくい体作り
日 時：7/13 (日) 11:00~12:00
27 (日) 10:00~11:00
参加費：700円 講 師：Una (当日参加可)

◎手づくりワークショップ

◇折り紙でマクマクを作ろう

日 時：7/11 (金) 10:30~12:00
参加費：300円
持ち物：はさみ、のり
(材料はこちらで用意します)
定 員：10名 (当日参加可)
主 催：みんな違ってみんないい会

◇パッチワーク教室【コスモスの会】

日 時：7/25 (金) 10:30~12:30
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

◇手づくりサークル

～ウィービング作りを楽しんでいます～
日 時：7/17 (木) 13:00~15:00

◎一緒に楽しみましょう

◇バリアフリー造形教室みんなのアトリエ

(毎月第1日曜日)
障がいや病気をお持ちの小学生から大人の方を対象とした造
形教室です。障がいについてご理解があれば、一般の方もご参
加いただけます。
日時：7/6 (日) 10:00~12:00
月謝：4000円 (材料費・設備費込み)
初回体験1000円・見学無料
問合せ/申込み：ayano_atelier@yahoo.co.jp (白瀬)

◎ゆっくりお話ししましょう

◇Nプロ 認知症だっていいじゃない～103回

日 時：7/3 (木) 10:30~12:30
内 容：杉本さんの笑いヨガ～
笑いは健康に良いならば、笑う機会を待たずに体操として
笑う!誰でもできる健康体操です。一緒に笑って心身ともに
リフレッシュ♪ 動きやすい服装と靴で、飲み物持参
講 師：杉本由美 (笑いヨガ講師、介護福祉士)
◎8/7 (木) 10:30~12:30 104回予告
松本FPの「高齢者の暮らしとお金の管理」
～家計・資産の夫婦間及び親子間での情報共有について～
個人と家庭の危機管理、大事な情報の共有はできていますか?
参加費：200円 主 催：Nプロ (どなたでもどうぞ)

◇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～
日 時：7/8、22 (火) 13:30~15:00
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)

◆広場カフェ 気軽な語り合いの場です。

① おしゃべりしませんか (第1木曜日)
日時：7/3 (木) 13:30~15:00 次回：8/7 (木)
② 歴史トーク (第2月曜日)
日時：7/14 (月) 13:30~15:00 次回：8月は休み
事前申込は不要・どなたでもどうぞ
参加費：飲み物代 主 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：7/10、24 (木) 13:15~15:00 受付13:00~
参加費：無料 (期間限定) ※人数制限あり
持ち物：スマホ (無い方も参加可能)、筆記用具
問合せ：090-5097-1255 担当：ツルマツ

◎わくわくサロン

◇ふらっと名作劇場 第87回

【終着駅】
米国人の若い人妻メアリー・フォーブスは断ち切りがたい
想いを残してローマの中央駅にやってきた。彼女は妹の家に
身を寄せ、数日間ローマ見物をしたのだが、その間に一人の
青年と知り合い烈しく愛し合うようになってしまった。
日 時：7/20 (日) 13:00~15:30
定 員：先着15名 お 話：しゃらくさいとう
主 催：ふらっと名作劇場

■宿場よもやま話

日 時：7/12 (土) 10:15~11:30 (奇数月に開催)
内 容：横浜市の歴史的建造物～日本大通り界限～
参加費：300円 定 員：20名
申込：不要 当日どうぞ 主 催：戸塚見知楽会