わくわく広場

2025年 8月

交流広場とつか

「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。

東海道・こぼれ話・其の45

【柏尾　史蹟への小径-１】

バス停「不動坂」近くにある井上眼科の横にある脇道の入り口に「史蹟への小径」と刻まれた道標があります。この小径は、約700年前、時の武士による政治から朝廷（天皇中心）による政治を取り戻すため、父である後醍醐天皇と共に鎌倉幕府打倒をめざした「大塔宮護良親王」にまつわる伝説の地です。柏尾の地にひっそり佇む「王子神社」は、鎌倉幕府打倒を成し遂げるも、最後は非業の死を遂げた「護良親王」をお祀りしています。（つづく）

戸塚見知楽会

絵本を紹介

『だいじ　だいじ　どーこだ？』
作：遠見　才季子
絵：川原　瑞丸

はじめての「からだ」と「性」のえほん。
自分の体は自分のもの。
ずっとずっと大事。
小さな子どもにもわかりやすいようにかわいいイラストで親子で楽しく学べる絵本です。日常のコミュニケーションの中で自分も自分以外の人の体も大切にすることを教えてくれますよ。

おすすめの１冊

『国　宝（上　青春篇、下　花道篇）』
著：吉田　修一

作者が3年間、歌舞伎の黒衣を纏い、楽屋に入った経験を血肉にして、この小説は書き上げられた。歌舞伎を舞台として、任侠一門に生まれながらも、歌舞伎の家に引き取られ、芸の道に人生を捧げた主人公の50年を描いた一代記。映画化され、6月より上映中。上映期間はお問合せのこと。

広場マルシェを開催しました！

6/29（日）の広場マルシェに、ご来場ありがとうございました。世界に一つのオリジナルの手づくり品、おうちで眠っていた品、手作りのクッキー、自然素材のキーホルダー…などが出品されました。作り方など話に花も咲きます。カレーライスのランチやスイーツも人気でした。掘り出し物は見つかりましたか？

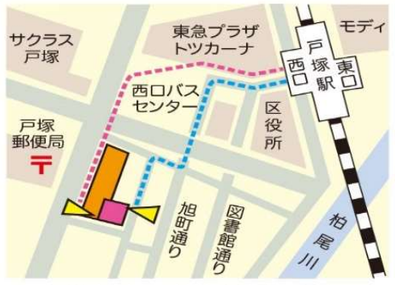
ちょこっと知っておこう

昭和レトロに学ぶ～幸せの再発見～

2025年は、昭和元年から数えて100年の節目にあたります。「昭和レトロ」ブームの中、当時のグルメや企画展が注目を集め、昭和の暮らしや地域のつながりを見直す機運が高まっています。こうした動きは「幸せのカタチ」を問い直す機会へと繋がります。また、自宅で当時の雰囲気を味わえる書籍『昭和が愛した言葉たち』（有隣堂）も登場。昭和の時代に使われていた100の言葉を、社会背景や文化とともに紹介し、人と人との関係に温もりがあった頃を伝えています。「思いやりや気づかい」にあふれた表現は、今も役立つことが多そうです。

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

夏休みのお知らせ

８月１０日（日）から１７日（日）まで
夏休みのため休館いたします。

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～＞
★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 10：00～13：00＞
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ったり、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ン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。

600円ランチ

<8月のアンチエイジングの予定>
・　５（火）懐かしい夏の思い出を語ろう
・１９（火）「喉トレ健康かるた」に挑戦
・２６（火）夏祭りゲームを楽しもう！
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

夏休みわくわく子ども体験2025

この夏、広場では子ども体験プログラムを企画しました！
みんなで楽しみながら暑い夏を乗り切りましょう

●８/４（月）10：00～16：00
10:30～12:00：畳表を使った作品づくり(※)
13:00～14:30：気づいたら英語で笑ってしゃべってる！
―― バイリンガル落語劇場 ――
●８/２５（月）10：00～16：00
10:30～12:00：マジックショー＆マジック体験
13:00～14:30：腹話術を見て、聞いて、やってみよう
●開催時間中は自分だけの缶バッチも作れます！

＜両日共＞
対　象：小中学生（未就学児の方は保護者と一緒に）
参加費：※は100円、それ以外は無料　定員：15名
昼　食：日替わりランチ（600円）を子どもは半額
申込み：交流広場とつかへ直接
またはＱＲコードから　⇒
主催：広場＆みんなちがってみんないい会

多世代地域交流食堂

多世代交流食堂～地域のこども食堂～　この夏も開催！
日時：８/９日（土）11：30～14：30
対象：どなたでも　会場：交流広場とつか
利用料金：こども（小・中・高校生）：無料
大人：300円
メニュー：KFCチキンのハヤシライス、スープ他
※アレルギー対応はしていません
申　込：小中学生・高校生予約なし
一般（ファミリー・大人）予約制
申込開始：７/２２（火）から先着順
詳細は交流広場とつかにお問い合わせください
※お席は基本ご相席となります
問合せ：交流広場とつか（045-865-4670）
主催：交流広場とつか　協力：みらころ　後援：旭町自治会

☆交流広場とつか８月イベント予定

～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

◎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：８/５、１９、２６（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～

健康やくらしについて気軽な相談もできます
日　時：８/１（金）10:00～10:45
参加費：無料
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）

◇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：９/１９（金）11:00～12:00　※８月はお休み
講　師：湯川　仁
テーマ：在宅医療とお家に帰る
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

いつまでも元気に、自分の脚で歩きたい！

『ロコモトレーニング』
運動機能を維持するために、一緒に体操しませんか。
日　時：８/２（土）10:30～11:30
参加費：300 円　申込み：交流広場とつか
持ち物：飲物、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　※８月はお休み

認知症予防のための脳トレーニングと交流
日　時：９ /１、８、２２、２９（月）10:00～12:00
参加費：1 カ月 2,800 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
※８月は第１・４・５土曜日、第４日曜日開催
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＞

◎親子で一緒に

◇おはなし会たまてばこ

日　時：８/２１（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
〇会場での検温（37.5℃以上の方はご遠慮下さい）
〇絵本の貸し出し　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：８/６（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：交流広場とつか
主　催：みんなの朗読

◇はらぺこ声体操　Season7

日時：９/１８（木）10:00～11:30※８月はお休み
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 122 回

８月のテーマ（踊り）
「ごった煮ヒットパレード」をお贈りします
日　時：８/３（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♪
マスク着用でお願いします。当日参加可
　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：８/２７（水）10:30～11：30+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：８/６、２０、２７（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：８/２２（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：８/３（日）11:00～12:00
　　２４（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

◇折り紙でカメを作ろう！

日　時：８/８（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：８/２２（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：８/２１（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

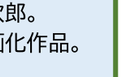
（毎月第１日曜日）
障がいや病気をお持ちの小学生から大人の方を対象とした造形教室です。障がいについてご理解があれば、一般の方もご参加いただけます。
日　時：８/３（日）10:00～12:00
月　謝：4000 円(材料費・設備費込み)
初回体験 1000 円・見学無料
問合せ／申込み：ayano_atelier@yahoo.co.jp(白瀬)

◎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～104 回

日　時：８/７（木）10:30～12:30
内　容：　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～
講　師：松本由紀夫（1 級ファイナンシャル技能士）
参加費：200 円　　主　催：Ｎプロ(どなたでもどうぞ)
◎次回 105 回　９/４日（木）10:30～12:30
戸田さんの健康体操「みんなの体操アレンジで股関節・肩甲骨・腰回りの可動域を高めよう」姿勢変換とステップ運動で骨密度強化！　無理せず体調に合わせ運動後の爽快感が実感できるはず！　皆様のご参加をお待ちします。
講　師：戸田正久（健康体操インストラクター）

◇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：８/２６（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：８/７（木）13:30～15:00　次回:９/４（木）
②　歴史トーク（第 2 月曜日）
　日時：９/８（月）13:30～15:00　※８月はお休み
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：８/２８（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 88 回

【白い巨塔】
1966 年（昭和 41 年）10 月 15 日公開の日本映画。
大映製作・配給。監督は山本薩夫、主演は田宮次郎。
医学界の内幕を描いた山崎豊子の同名小説の映画化作品。
主演の田宮次郎の代表作となった。
日　時：８/３１（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：９/１３（土）10:15～11:30（奇数月に開催）
内　容：平安時代の歌人藤原実方らゆかりの「実方塚」～
参加費：300 円　定　員：20 名　※８月はお休み
申込：不要　当日どうぞ　主　催：戸塚見知楽会