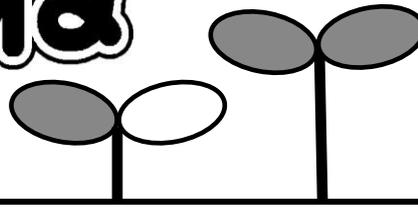


# ゆめのたね

第73号



【編集・発行】  
とつか区民活動センター  
〒244-0805  
横浜市戸塚区川上町  
91-1 モレラ東戸塚3階  
TEL 045-825-6773  
FAX 045-825-6774  
http://totsuka-kumin-center.jp  
MAIL:staff@totsuka-kumin-center.jp

★ゆめのたね★・・・みんなが自由に思い描く「しあわせのたね」

## センター事業のご案内

### 「認知症」とは何か？

治療方法は？本当に予防はできるのか？  
二人の専門家が分かりやすく解説します。  
【日時】5月28日（木）13:30～16:00  
【場所】とつか区民活動センター  
【申込】来館、電話で先着順【定員】40人  
【主催】超高齢者社会を楽しく過ごす会  
【協力】とつか区民活動センター

とつか区民活動センター・とつかボランティアセンター共催  
**やりたいことみつける!!**  
**ボランティアのいろは**

「助けられ上手・助け上手カード」を使って  
ボランティアの世界をのぞいてみませんか？  
【日時】6月10日（水）10:00～11:30  
【場所】フレンズ戸塚【定員】15人  
【申込】とつかボランティアセンターに電話、  
またはFAXでお申込みください。  
TEL 866-8483 FAX 862-5890

### 『ゆめたねガイド』に サークル活動を掲載しませんか

『ゆめたねガイド』は戸塚を中心とした地域で行われている市民活動や、生涯学習活動、サークル活動の情報を掲載し、これから何か始めたい方へのヒントになることを目指して、隔年で発行しています。サークル活動をされているみなさま、『ゆめたねガイド』に活動紹介を掲載してみませんか？

申込書を当センターまたは戸塚区総合庁舎3階情報コーナーなどで受け取り、ご記入の上、来所、郵送、FAX、Eメールなどでお送りください。締切は8月30日（日）です。お申し込みをお待ちしています。

下記は申込み不要、参加費無料。とつか区民活動センターが協力しています。

### 愛・あむ・クラブ

アクリルたわしを編みながら交流  
【日時】毎週木曜 10:00～12:00

### うちの茶の間 脳活き活きトレーニング!

「こころ」と「あたま」の柔軟体操  
【日時】毎週木曜 13:30～15:30

### パソコンワンポイントアドバイス

パソコン操作で困ったときの相談室  
【日時】毎週金曜 13:30～16:00

### 第31回区民が語ろう広場 昭和と演歌を熱く語ろう!

【日時】5月22日（金）17:00～18:00  
【主催】聴楽会



### とつかお結び広場

とつかお結び広場は、戸塚を中心にいろいろな分野で活動している団体と個人が集まり、活動内容を紹介する「人と人 人と地域を結ぶイベント」です。昨年度は戸塚区総合庁舎3階を中心に開催しました。出展者数132、来場者は4,260名にのぼり、大いに盛り上がりました。今年も新しい運営委員さんを迎えて、賑やかなスタートを切りました!



### 「超高齢者社会を楽しく過ごす会」 活動中！

この会は、当センター利用者対象の「利用者意見交換会」に出席したメンバーが「少子高齢社会の今、高齢者が楽しい豊かな暮らしができる地域を作りたい！」と、意気投合して発足しました。老後の暮らしに役立つ情報の講演会を企画・開催しています。

3月に開催した第1回目の「介護保険の基本知識」の講座は満員御礼でした！第2回目は認知症の予防・治療方法を解説した講演会を5月28日に開催予定。第3回目は「高齢者の文化活動啓発講座」を企画中です。

「利用者意見交換会」から生まれた「超高齢者社会を楽しく過ごす会」の今後の活動をセンターも応援しています！

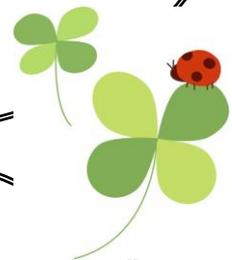


### センターと“声”でつながれます

エフエム戸塚の番組に「とつか区民活動センター」のスタッフが出演しているのをご存知でしょうか？毎週木曜日12時15分からの10分間の「ハートフルレシピ」で、パーソナリティーの方に助けられながら、慣れないトークですが、生の声で情報をお伝えしています。屋下がりのひととき、「センターに行ってみよう！」とだけ思っていたかのようにわかりやすく発信していきますので、ぜひ聞いてみてください！

### 高齢者施設でのボランティア

東戸塚にある高齢者施設に、登録団体の「秋葉尺八倶楽部」の方々がボランティアに行きました。当日は日本舞踊の方が友情参加して一層華やかに！「さくらさくら」の曲に合わせて踊りの振りを教えて頂き、入居者は楽しそうに体を動かしていました。軽妙な司会進行と尺八、太鼓、三味線の生演奏と歌を楽しみ、アンコールはお馴染みの曲を全員で合唱しました。みなさん顔色が良くなり、笑顔がどんどん増えて「また来てください。」と、嬉しいお話もいただきました。



### 環境ボランティア団体のつながり

山梨県の道志の森を再生させる活動を進めている「NPO法人道志水源林ボランティアの会」の方が、打ち合わせのため当センターに来所しました。その日はちょうどとつかアースプロジェクトが定例会を行っていたので、急ぎ参加することになりました。とつかアースプロジェクトはいろいろな環境団体の集まりで、一緒に様々な意見交換をし、2日後に開催された温暖化対策の講演会や、後日予定されていた横浜市風力発電所ハマウィングにもメンバーの方と一緒に視察に行く運びとなりました。

センターで出会った自然・環境問題に取り組む団体同士、これからもつながりを強めて様々なコラボレーションができそうです。



## 地域情報 共働舎 (きょうどうしゃ)

社会福祉法人開く会が運営する、障がい者福祉サービス事業所「共働舎」は、知的障がいのある方たちがパン作り、陶芸、花苗育成を行う園芸、それらを販売する部門を通して地域の方たちと関わる作業所です。場所は地下鉄立場駅から徒歩5分ほどです。3月3日に当センター主催の活動現場見学バスツアーで訪問しました。



敷地内には、パンや陶芸作品を販売するショップや苗づくりをする温室などがあります。年5回程度のお祭りの開催や、隔週水曜日に開くパンのランチバイキングなど地域との交流も盛んです。現在約60人が近くにあるグループホームや自宅などから通所し、作業をしています。

昨年11月には開く会が、泉区の地下鉄下飯田駅近くに「ファール ニエンテ」というレストランとベーカリーのショップを開設しました。店舗に隣接する畑で小麦を収穫、自家製粉してその小麦粉でパンを作っています。障がいのある方たちが、いきいきと仕事をしながら地域と交流している素敵な施設です。

共働舎 所在地：泉区中田西 1-11-2 TEL：802-9955



## 登録団体の紹介

### NPO法人 ミュージック as パレット(略称MAP)

音楽を聴いたり演奏したりすると、自然と身体や心が動きます。音楽療法とはそのような音楽の力を活用してリハビリ、発達支援、介護予防などの分野で用いられています。

この音楽療法の臨床実践と研究会を二本柱としてMAPは12年前に団体設立、10年前にNPO法人として登録し、今に至っています。会員は80名余、各地での音楽療法の実践と、年6回の研究会での勉強と仲間作りをしています。今年度はMAPがNPOとなって10周年目を迎えますので、これを記念して音楽療法の分野で草分け的存在の松井紀和先生をお迎えして特別講演をお願いしました。これを機会と一緒に音楽療法に触れてみませんか。

#### MAP研究会

NPO10周年記念 松井紀和先生特別講演  
日時：5月17日(日) 13:30~16:30  
場所：渋谷 フォーラム8  
対象：音楽療法に関心のある方  
参加費等：会員1000円 会員外4000円  
申し込み・問い合わせ：NPO法人ミュージック as パレット (MAP)  
E-mail：VZV01372@nifty.com 担当：三宅  
HP：http://homepage3.nifty.com/MAP/

「身近な自然を楽しもう」



### —5月の山と卯の花—

俳句の季語に春の「山笑ふ」があります。草木が萌え始めた、のどかで明るい春の山の形容で、春の山を見ると何となく心が和みませんか。この「笑う山」は身近にある小山や林で、里山にあたるものでしょう。他には、夏の「山滴る」、秋の「山装ふ」、冬の「山眠る」の季語もあります。一方、『夏は来ぬ』という唱歌の一番は「卯の花の匂う垣根に 時鳥早も来鳴きて 忍音もらす 夏は来ぬ」です。卯の花はウツギのことで、旧暦の夏の始まりとされる卯月頃(新暦5月~6月)に咲き、「匂う」とは咲き誇る様ので、ウツギには香りがありません。その頃に「時鳥」(ホトトギス)がやって来て鳴き始め、「忍び音もらす」とは鳴き声が漏れるようにひそかに聞こえてくる様子で、その声を聞いたら夏が来たのだなあという意味です。俳句や唱歌での5月の自然を満喫してください。

(NPO 法人全国森林インストラクター  
神奈川会 田中真次)

# 情報掲示板

## 大人が遊び 大人が学ぶ アート・ドミトリ

「見えないものを見る～バリ島のフィールド・ワークから」 映像作家・人類学研究者の春日聡さんをゲストに迎えての映像とトークセッション。  
**【日時】**5月9日(土)13:40～15:30  
 5月23日(土)10:40～12:30 各回ごとの参加可  
**【場所】**ふらっとステーション・とつか  
**【参加費】**各回1000円 **【定員】**先着20人  
**【主催・申込・問合せ先】**アートの時間  
 Tel 080-5055-8319 Eメール artnojikan@yahoo.co.jp

## 日帰りバス旅行のご案内

新緑の5月、水郷佐原の街並みを訪ねませんか?  
**【日時とコース】**5月22日(金) 7:45 集合  
 戸塚タウンテレビ前～佐原の街並み～香取神宮～昼食～佐原水生植物園～戸塚 17:30 着予定  
**【参加費】**6800円 **【定員】**先着50人  
**【主催】**年金者組合戸塚支部 Tel 871-9288  
**【申込・問合せ先】**Tel 821-8680 木村幸造

## 歌声の集い 頬笑ほいえみ

懐かしい歌、思い出の歌、心に沁みる歌を、大きな声で唄いましょう! 花の街、野崎小唄 他全23曲  
**【日時】**5月29日(金)14:00～ (13:30開場)  
**【場所】**サンハート音楽ホール(相鉄線二俣川駅)  
**【参加費】**500円(施設使用料等) **【主催】**楽団 GHQ  
**【申込方法】**前日迄に電話予約。先着100人。  
**【申込先】**Tel 715-4074 山藤(さんどう)

## ぷち\*だがしや楽校

地域の人が集まり交流する場所です。おみせを出したり、お手伝いをして仮想通貨“ぷち”をもらい、会場内でお買物や体験ができます。お子様から高齢者の方までどなたでもご参加ください。  
**【日時】**5月30日(土)10:00～13:00  
**【場所】**東戸塚地域ケアプラザ Tel 826-0925  
**【主催・問合せ先】**mignon(ミニオン)  
 Eメール info@mignon.pupu.jp

## 東海道ウォーク・ボランティアガイド養成講座

東海道の歴史や文化に興味のある方、ボランティア活動によって、多くの人々にそれを伝えてみたい方、ガイドを通じてより多くの仲間づくりと、健康の保持をしたい方のご参加をお待ちしています。  
**【日時と内容】**全6回 時間は全て9:30～16:40  
 ①5月31日(日)開講式、川崎宿・神奈川宿の概要  
 ②6月7日(日)保土ヶ谷宿・戸塚宿・藤沢宿の概要  
 ③6月14日(日)平塚宿・大磯宿・小田原宿・箱根宿の概要  
 ④6月20日(土)日本橋 例会準備 現地実習  
 ⑤6月28日(日)日本橋 ガイド実習  
 ⑥7月5日(日) 発表会(1人1箇所)、修了式  
**【場所】**①②③⑥はかながわ県民サポートセンター、④⑤は日本橋現地  
**【定員】**10人 **【受講料】**5000円(資料代・会場費)  
**【主催】**NPO 法人神奈川東海道ウォークガイドの会  
**【申込方法】**下記問合せ先へ確認し、氏名・住所・年齢・電話番号と「養成講座参加」と書いて、5/25(月)までに下記口座へ受講料をお振り込みください。参加案内を送付します。郵便振込口座:00220-8-014055 神奈川東海道ウォークガイドの会  
**【問合せ先】**090-2736-1511 岩渕

## 横浜市の水道水源・道志村の間伐体験者募集

道志水源林の間伐作業は、休憩をはさみ約3時間程度。道志村へは無料バスで送迎します。未経験の方もインストラクターが付いていますので、安心してご参加ください。  
**【日時】**①6月12日(金)②6月27日(土)③7月8日(水)  
 7:45 集合 8:00 出発～19時頃 横浜駅西口/関内出発地に帰着  
**【集合場所】**JR 関内駅北口(新横浜通り向かい側・大通り公園入口付近) **【募集定員】**先着5人  
**【申込方法】**①は5/12～6/9、②は5/28～6/23、③は6/9～7/2に、下記へお申込みください。  
**【主催・問合せ先】**NPO 法人 道志水源林ボランティアの会 <http://www.doshi-suigenrin.jp>  
 Tel/Fax 664-3972(火・木曜日13:00～16:00のみ)  
 Eメール certe@doshi-suigenrin.jp

### 地域から広がれ!

#### みんなの7(和・輪)

とつか区民活動センターは、さまざまな市民活動・生涯学習活動・ボランティア活動の相談・情報提供や、講座・研修・交流会などの実施、会議室など活動拠点としての場の提供、印刷機・紙折機・コピー機・貸しロッカーなどの貸出しをしています。  
 運営:NPO 法人くみんネットワークとつか

### とつか区民活動センター

〒244-0805  
 横浜市戸塚区川上町91-1 モレラ東戸塚3階  
 TEL 045-825-6773 FAX 045-825-6774  
 URL <http://totsuka-kumin-center.jp>  
 MAIL [staff@totsuka-kumin-center.jp](mailto:staff@totsuka-kumin-center.jp)  
 開館時間:火～金曜日 午前9時～午後9時  
 土・日・祝日 午前9時～午後5時  
 休館日:月曜日(祝日と重なる場合でも休館)  
 年末年始(12月29日～1月3日)

