

ゆめのたね 2月

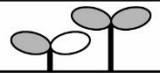
とつか区民活動センター情報紙



↑
ホームページへの
簡単アクセスはこちら

【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

センター事業のご案内



居場所訪問

～地域交流拠点 にこにこハウス～

にこにこハウス見学後、活動者からのお話を聞きます。

【日時】2月22（金）9:15～12:00

【場所】とつか区民活動センター集合後、路線バスで現地へ向かいます。（バス代各自負担）

【申込】電話、来館で受付中 先着 20 人

第14回「超高齢者社会を楽しく過ごす会」 ～高齢者の文化活動～

心豊かな老後を目指すあなたに！
ココロが健康になるお話です。

【日時】3月27日（水）14:00～16:00

【場所】とつか区民活動センター

【申込】2/12（火）から電話、来館で先着 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

GOOD

イーブニング談話室

新しい「出会い」に巡り合える場。

申込不要です。気軽にご参加ください。

【日時】2月26日（火）19:00～20:30

【ゲスト】菰方由美さん

【話題】「ゆる哲カフェを1年間やってみて」

なるほど、そうだったのか！ SDGs 入門講座

エスディージーズ

「SDGs」の成り立ちについて知り、自分たちでできることを考えてみませんか？

※SDGs（持続可能な開発目標）は2015年の国連サミットで採択された国際目標です。

【日時】3月30（土）10:00～12:00

【申込】2/12（火）から電話、来館で先着 40 人

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、何ができるか考えてみませんか？

【日時】3月10日（日）10:00～11:30

【場所】とつかボランティアセンター

【申込先】TEL 045-866-8483

◆2019年度 ロッカー・メールボックス

利用団体の募集について

利用期間:2019年4月1日～2020年3月31日

利用希望の登録団体は「ロッカー・メールボックス利用申込書」に記入のうえ、2/1～2/28までに当センターへ来館または FAX、郵送でご提出ください。申込多数の場合は抽選となり、結果は 3/15 以降当センターに掲示します。

下記は申込み不要、参加費無料です。
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
おしゃべりで交流



【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

★区民が語らう広場

昭和と演歌を熱く語ろう!

【日時】2月22日(金)

17:00~18:00

【主催】^{きらくかい}聴楽会



コーディネーター報告 つなげた輪 みんなの和



「戸塚区地域づくり大学校」卒業生のつながり

平成 26 年からスタートして、今年で 5 年目になる講座「戸塚区地域づくり大学校」には、卒業生が情報交換できるOB会があります。OB会では” Crew ” という情報誌を発行しており、さまざまな地域情報の紹介をしています。また、プロジェクトチーム「SDGs 勉強会」も発足し、当センターと一緒に 3 月 30 日に「SDGs 入門講座」(1 ページ参照)を企画開催することになりました。講座の卒業生がゆるやかにつながるOB会は、地域で活動するみなさんの心のよりどころにもなっているようです。

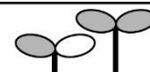


地域づくりのための情報誌
「Crew#5」
当センターに置いてあります

「東戸塚いきいきくらぶ」で健康体操♪

『地域の高齢者が、健康でイキイキとした生活が出来るように』介護予防の活動をしたいと相談にいらした方が、仲間を募って「東戸塚いきいきくらぶ」を立ち上げました。月 1 回の活動日には 15 名程度の参加があり、楽しい交流の場になっています。座ったまま出来るストレッチや筋トレは、高齢者の方が参加しやすいメニューで、体操の後は、お茶とお菓子でのんびり会話を楽します。閉じこもりや寝たきりの防止、認知症予防を目指した活動で、地域に輪を広げています。





「フードバンク横浜」の活動を紹介します。

昨年12月1日に日産スタジアムで、現在は毎月西武東戸塚店でフードドライブ（家庭や職場等でまだ食べられるのに、そのままになっている食品等を持ち寄ってもらう活動）を行っているフードバンク横浜です。フードドライブや企業団体や個人からの寄付で頂いた食品食材を使って、各種支援を行っています。主な活動として、ひとり親支援で中区・神奈川区・金沢区で、地域団体と協力して食品提供と各種相談。家計が大変な家庭で小中高生が居る家庭に対し、奨学米として毎月5*のお米を提供。街友（ホームレス）支援として、毎月第四金曜日に関内駅北口地下通路で食事や寝袋等を提供。子育て支援施設や子ども食堂等への食品提供。Eラーニングを使った小中学生を対象にした無料英才塾と食事支援を行っています。

西武東戸塚店のフードドライブは、7階ファーストブリッジで毎月第一日曜日、午前11時から午後6時迄行っていますので、是非お持ち寄り下さい。



特定非営利活動法人 フードバンク横浜
Tel 045-512-4965
<http://www.fb.yokohama.jp/>

とつか区民活動センター
12月～1月の新規登録団体

アトリエ SOUP …臨床美術
よこはま気象予報士サークル ひまわり
…環境教育・気象

「オニのパンツ」はいいパンツだったの？

後藤 彰



シリーズ
～地域で輝く退職後～vol.7

私は現在、読み聞かせと見守りのボランティアとして活動しています。絵本読みの初体験では子供たちは5分もたたないうちにオモチャで遊び始め、私は焦ってしまいました。

数日後、3回目のトライで絵本読みの前に私は思いきって「オニのパンツ」を歌いました。なんと、みんな一斉に私に注目してくれました。その空気を逃さないように絵本を手にとりました。今回はうまく運びました。子育て施設での見守りでは、私の顔を見ただけで大泣きす子供に戸惑ってしまいました。一方、稀に懐いてくる子供に救われることもありました。

そして赤ちゃんのお地藏さまのような寝顔に目頭が熱くなったことも。

あくびやこっくりしているおかあさん、そっとしておきましょう。

区民活動センターから推薦され、小学校で読み聞かせを行なうことになりました。とても嬉しいことでした。力を尽くして期待に応えたいと思いました。

果たして、あの「オニのパンツ」はいいパンツだったのでしょうか。

あれから9年目を迎えました。



情報掲示板

とつかキャラバンエコ講座

ストップ！地球温暖化！できることから始めよう！！
地球環境が悪化している今、温暖化防止のためにできることは何か？一緒に学んで行動しませんか？

【講座内容】

1部「家庭での楽々節電」

ワットアワーメーターを使い家電製品の上手な使い方体験

講師：エコ活・消費生活アドバイザーの会会員

2部①「ヨコハマ 3R 夢プラン」

講師：横浜市資源循環局 戸塚事務所所員

②「省エネ・健康・快適な住まいを実現するエコリノベーション」

講師：(株)佐々木設計事務所 佐々木 龍郎氏

【日時と場所】2部は会場により内容が下記①、②と異なります。

・2月7日(木)10:00～12:00 ①

大正地区センター Tel 045-852-4111

・2月17日(日) 10:00～12:00 ②

舞岡台自治会館 Tel 045-824-1936

・2月20日(水)13:00～15:00 ①

踊場地区センター Tel 045-866-0100

・3月5日(火) 10:00～12:00 ②

戸塚地区センター Tel 045-862-9314

・3月28日(木) 10:00～12:00 ①

上矢部地区センター Tel 045-812-9494

【参加費】無料

【申込み】直接上記会場へ電話にて申込み

【主催/問合せ】とつかエココーディネーター協議会

Tel 080-5040-6855 高嶋

戸塚歴史の会 歴史ウォーキングのご案内

【日時】2月17日(日)10:00 東京営団地下鉄・赤坂見附駅(11番出口)

『赤坂山王神社・大名屋敷を訪ねる』

3月31日(日)10:00 JR中央線・東中野駅西口改札前
『東京・中野周辺の寺社を訪ねる(吉良上野介・新見豊前守正興・新井白石墓等)』

【参加費】500円(資料代) 入場料等が別途発生する場合あり

昼食持参、小雨決行、現地集合、15:00頃解散です

【主催/問合せ】戸塚歴史の会

Tel 045-862-2931 小川

～スマホ・タブレットを楽しもう～

エンジョイ tab 4月生 会員募集

ゆっくり楽しく、スマホ・タブレットの基本操作、メール、ホームページや地図等の検索、写真撮影や整理、LINE等日常に便利なアプリの使い方を習得します。

【期間】4月～9月の第2、第4金曜日 10:00～12:00
第1回目は4月12日(金)

【場所】とつか区民活動センター

【OS】iOS(iPad・iPhone)及びAndroid(各機種)

【受講条件】①初期設定が完了していること

②文字入力ができること

【会費】9000円(全12回分受講料・教材費等を含む)

【定員】12人(応募多数の場合は抽選)

【主催/申込み】2月1日～3月22日の期間に下記へ電話にて申込み。

「エンジョイ tab」事務局

<http://n-hino.my.coocan.jp/kouza/Enjoy-bosyu2.html>

Tel 090-3683-7201 渡部

Tel 090-1430-4975 石井

Tel 090-9847-7400 後藤

地域から広がれ！

みんなの (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

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)

交通のご案内



JR 東戸塚駅西口から徒歩1分

お車の方はモレラ駐車場をご利用ください(有料)