

ゆめのたね 5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



お昼のミニライブ ～ハワイアン&フラダンス～

ハワイの風をのせた曲とフラダンスの世界を。
申込不要、参加費無料、気軽にお立ち寄りください。
出演：ハワイアンクラブ(ハワイアンとウクレレ)
アロハナーブア(フラダンス)
秋葉キッズクラブ(フラダンス)
【日時】5月26日(日) 12:15～12:45
【場所】とつか区民活動センター

やりたいことをみつける!! 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
できるか見つけませんか?
【日時】6月9日(日) 10:00～11:30
【場所】とつか区民活動センター
【申込】当センターへ電話か来館・先着 15人

パステルシャインアート de 脳も心も健康に

パステルシャインアート体験。簡単! 楽しい!
癒される! 絵心は必要ありません。
【日時】5月28日(火) 10:00～11:30
【場所】とつか区民活動センター
【参加費】500円(材料費込み)
【申込】当日 9:45～受付開始・先着10人
【問合せ】0720.tamaki@gmail.com 山田
【主催】お絵描き工房 光
【協力】とつか区民活動センター

戸塚区総合庁舎の “情報コーナー”をご利用ください!

戸塚区総合庁舎3階の情報コーナーでは、
イベントや講座のチラシ、近隣施設の情報紙、
パンフレットなどたくさんの情報を取り揃えて
います。また相談カウンターでは、市民活動・
生涯学習活動・ボランティア活動の相談にも対
応しています。「何か新しいことを始めたい」
「地域での活動やボランティアについて知りたい」
など、お気軽にお声かけください。
春は戸塚に引っ越してきた方から区内施設の
お問い合わせも多く、様々な活動グループで打
ち合わせスペースも賑わっています。
情報コーナーは戸塚駅や商業施設と直結し、
大変便利です。とつか区民活動センター同様、
多くの方のご利用をお待ちしています。
※対応時間 平日 9:00～17:00

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。
【日時】5月28日(火) 19:00～20:30
【場所】とつか区民活動センター
【ゲスト】遠藤 君江さん
【話題】「予報士が語る気象の魅力」





下記は有志のグループが運営し、とつか区民活動センターが協力しています。
開催場所はとつか区民活動センター。申込み不要、参加費無料です。お気軽にどうぞ！

愛・あむ・クラブ



アクリル毛糸を使って、エコなたわしを
編みながら交流。
ほっとする居場所、楽しい語らいの場所。
初心者大歓迎！

【日時】毎週木曜 10:00～12:00

パソコンワンポイントアドバイス



パソコン操作で「ここがよくわからない」と困ったときの相談室。
パソコンは持込みください。

【日時】毎週金曜 13:30～16:00

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。
脳トレやストレッチで鍛えて、楽しいひと
ときを！

【日時】毎週木曜 13:30～15:30

区民が語らう広場 昭和と演歌を熱く語ろう！



ギターの弾き語りを聴いて、
あの頃のことを語り合しましょう

【日時】5月24日(金)17:00～18:00

【主催】きらくかい 聴楽会

センター事業のご報告



スキルアップ講座を開催しました

地域で活躍している皆さんの活動をより活発にし、知識や技術、人脈を得る機会になるよう、毎年「スキルアップ講座」を開催しています。昨年度は3回実施し、たくさんの方が参加されました。

- ◆ 2月7日「活動資金の集め方」～助成金、クラウドファンディングなどの種類や仕組み～
はじめて資金調達を計画している方、学びたいという方に向けて分かりやすく説明しました。
- ◆ 2月22日「居場所訪問」～地域交流拠点 にこにこハウス～
館内見学後、多世代交流サロンの「にこにこサロン」とボランティアグループの「平戸一寸ほうし」の活動を実践者から伺いました。
- ◆ 3月30日「SDGs入門講座」
最近様々なところで耳にするSDGs（Sustainable Development Goals 持続可能な開発目標）その成り立ちを知り、身近なところから自分たちでできるコトを考えてみました。

各講座とも参加者から活発な質問や意見が出されました。参加者の皆さま、ご協力いただいた関係機関の皆さま、ありがとうございました。

活動資金の集め方



SDGs 入門講座



居場所訪問



登録団体の紹介



MCC 戸塚(メンクッキングクラブ)

戸塚地区在住の中老年男子を対象に「日常の総菜程度の料理」の基本を習得し、また心身両面の健康維持のための活動を通じて地域の中老年の仲間づくり、生きがいづくりを目的とした発足 20 年の任意団体です。

料理については「横浜市食生活等改善推進員協議会」監修のカレンダーレシピを主に季節の食材を中心に 3~4 品を 4~5 人ごと調理し皆で試食しながら懇談。レシピは自宅に持ち帰り何時でも家庭で作れる程度の料理ですので好評です。

会の趣旨にもある中老年男子の健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりとして料理以外にも「健康長寿」の研修会や親睦会を開催しています。今年は 20 周年目の節目にあたり記念行事を検討中です。

ぜひ、ご参加ください。

【開催日】年 6 回(偶数月の第 1 水曜日)

【時 間】9:30~12:30

【場 所】戸塚地区センター2 階 料理室

【主催/問合せ】MCC 戸塚 ^{いみず} 射水

メール kuni1942@tbz-t.com.ne.jp

Tel/FAX 045-824-5039 (事前に連絡をお願いします。留守番電話に伝言を残してください。)



とつか区民活動センター 2月~3月の新規登録団体

聞き書きボランティア グループはちまん

…聞き書き

MCC 戸塚(メンクッキングクラブ)

…中老年男子の健康維持、仲間づくり

ウクレレ ククイナッツ

…ウクレレ

神奈川鉱物研究会

…鉱物や地質の勉強

一般社団法人ハーモニーアイ

…演奏会

シリーズ ~地域で輝く退職後~vol.10

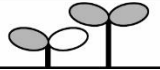
とつかパソコンナビゲータ

竹迫 勇

定年退職して、自由になる時間が出てきた。周りを見ると地域では知る人もなく、余暇時間を利用して地域に溶け込むには何をすれば良いか迷っていた時、ボランティアの PC 講座講師教育の区役所のパンフレットを見つけ、これだと参加、以来パソコン関係の講座、パソコン相談の活動が早 18 年。PC を利用すること、指導することの違いに戸惑いながらも、仲間と一緒に勉強をしながら、手探りで活動してきた。PC の機能も最初の事務機器としての活用から、インターネット時代となり、タブレット、スマホが出てきた。活用の幅が広がり戸惑いながらも何とか対応してきた。ボランティア活動を通じ、仲間と地域の方々との繋がりが出来、会社生活とは全く

異なる分野の方々との出会いのおかげで、皆さんに教えられ、自分の生活の幅が広がってきた。もし、ボランティア活動をしていなかったら、自分の第二の人生は無味乾燥なものになっていたであろう。





情報掲示板

新緑の肖像画教室

とりあえず絵の好きな人集合！実技中心の講座です。
孫や知人を描きたい人もいます。講師の実技プレゼンあり。
目からうろこ情報満載。

【日 時】5月9日(木)、16日(木)、23日(木)

いずれも 13:00～16:30

【場 所】とつか区民活動センター

【参加費】500円(3回とも参加 1100円)

リピーター300円(3回とも参加 700円)

【持ち物】6B以上の鉛筆と消しゴム、正面写真

【主催】肖像画デッサン会

Tel 090-1269-4370 河田

初心者のためのデジカメ教室

デジタルカメラを持っているけど、操作や撮り方が良く
分からない、でも写真を上手にきれいに撮れるように
なりたいと思う方の木曜日3回コースの教室です。

【日 時】①6月27日 13:10～16:00、②7月4日

9:10～11:45、③7月11日 9:10～11:45

【場 所】①戸塚公会堂②戸塚地区センター午後から
大船フラワーセンター実習③戸塚地区センター

【定 員】20人(多数時抽選)

【申込方法】往復ハガキ(1人1枚)の往信面の裏に、〒住所、
氏名(ふりがな)、連絡可能な電話番号、教室で使うカ
メラのメーカー及び機種名、取扱説明書の有無を、返信
面に申込者の郵便番号、住所、氏名を記入し、

〒244-8691 戸塚郵便局私書箱 41号「フォト夢とつか
デジカメ教室」へ、申込締切6月17日(月)必着

【参加費】3000円(初回徴収) 実習時の交通費、
入園料は自己負担

【主催・問合せ】フォト夢とつか 担当 伊藤

Tel 090-4125-2691(平日 9:00～17:00)

【後援】戸塚区役所

第9回 ぶち*だがしや楽校

おみせを出したり、お手伝いをして仮想紙幣“ぶち”を
もらい、会場内でお買物やワークショップ体験ができま
す。お子様から高齢者の方まで、どなたでも参加でき
る地域交流イベントです。

【日 時】5月19日(日)10:00～13:00

【場 所】東戸塚地域ケアプラザ多目的室及び駐車
場・東戸塚地区センター体育室

【主催/問合せ】ぶち*だがしや楽校実行委員会

petit_mail@mignon.pupu.jp(実行委員会スタッフに転送)

講演会 地域の外国の方たちと共に暮らすには

～相手に関心を持ち理解することから～

【日 時】6月16日(日)13:30～15:30

【場 所】とつか区民活動センター

【講 師】田中 則仁(神奈川大学経営学部教授)

【申 込】当センターに電話か来館で申込受付中

【定 員】先着 40人

【主 催】東戸塚「キララの教室」

【協 力】とつか区民活動センター

フラメンコ・チャリティコンサート

4名の女性フラメンコダンサーにより、フラメンコの踊りを中心
にお届けします。激しく床を踏み鳴らしリズムを刻む、フラメン
コの多彩な踊りを、踊り、歌、ギターの三位一体のステージで
お楽しみください。なお公演の収益は東日本大震災復興支
援活動に利用いたします。

【日 時】7月7日(日) 13:30開場 14:00開演

【場 所】戸塚区民文化センターさくらプラザホール

【出演者】望月美奈子、高関テラ、植木久恵 他

【料 金】前売券(全席自由)2000円

【申 込】ヒラルディージョ事務局へ電話かメール

または、さくらプラザ受付にて

【主催/問合せ】ヒラルディージョ事務局

Tel 070-6632-8367

メール info@giraldillo.org

地域から広がれ！

みんなの **ワ(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)