とつか区民活動センター 情報紙

地域から広がれ！みんなのワ（和・輪）

ゆめのたね

2023年 9 月号 第173号

発行/とつか区民活動センター
横浜市戸塚区川上町91-1モレラ東戸塚3階
☎ 045-825-6773　FAX 045-825-6774

～戸塚を知る・戸塚で学ぶ・地域とつながる～

2023 とつカレッジ 参加者募集！

自分のまちを見て、聞いて、歩いて、感じて、楽しく学ぶ地域活動入門講座です

第１回
11／7(火)
①戸塚のプロフィール紹介
②防災講座
会場/戸塚区総合庁舎
13:30～16:30

第２回
11／14(火)
①中外製薬株式会社
中外ライフサイエンス
パーク横浜/見学
②交流広場とつか/訪問
9:30～13:00

第３回
11／28(火)
①消費者被害
未然防止講座
②健康講座
会場/戸塚区総合庁舎
10:00～16:00

第４回
12／12(火)
①歴史講座
旧東海道を歩く
（ウォーキング）
会場/東戸塚周辺
13:00～16:00予定

第５回
12／22(金)
①とつか区民活動センター紹介
②戸塚の環境講座
③グループワーク
④発表　⑤修了式
会場/とつか区民活動センター
13:00～16:00

【対象】原則として戸塚区在住・在勤・在学で全５回参加できる方
【定員】30名 （応募多数の場合は抽選となります）
【参加費】無料
【保育】第1回、第3回　保育（2歳以上未就学児）あり
【申込方法】①氏名(フリガナ) ②〒・住所 ③電話番号(携帯) ④Eメール ⑤保育希望の有・無を記入
Eメール、右記の2次元コードより電子申請、または直接、区役所地域活動係へ申込
【申込期間】９月19日(火)～10月23日(月)
【問合せ】戸塚区役所地域振興課 ☎ 866-8416　✉ to-kouza@city.yokohama.jp
※詳細はチラシ参照 （戸塚区総合庁舎３階情報コーナー、戸塚区役所9階94番窓口、
とつか区民活動センター、区内各地区センターなどで配布）
【主催】戸塚区役所地域振興課・とつか区民活動センター

※当日体調の悪い方（発熱、咳など）は参加をお控えください
※第４回の歴史講座は街中を３時間ほど歩きます

「活動内容を知ってほしい」「地域で活躍したい」「自分のスキルを活かしたい」

スキルアップ講座

とつか区民活動センターで、講座開催やお昼のミニライブで活動を披露してみませんか。

コロナ禍からのリスタートを応援します！

コロナ禍でお休みしていた方、自分を活かす場として地域を捉えなおしてみませんか！自分の関心・スキルを地域で活かす方法や、地域活動への参加を通して見えてくること、地域で活動するときの心得などを再認識してみましょう。

【日時】9月30日(土) 10:00～12:00
【会場】とつか区民活動センター 会議室 【参加費】無料
【講師】NPO法人 横浜市民アクト 理事長 福島 伸枝氏
【対象】スキルを活かして地域で活動したい団体や個人、
とつか区民活動センター登録団体・個人
【定員】先着15人
【申込】9月1日(金)～9月27日(水)までに電話・または左記の
２次元コードの申込フォームから
【問合せ】とつか区民活動センター ☎045-825-6773

とつか区民活動センターで定期開催　お問合せ ☎ 045-825-6773

やりたいことみつける!!　はじめの一歩を踏み出しませんか

ボランティアの い・ろ・は

【日時】10月10日(火) 13:30～15:00
【参加費】無料
【定員】先着５人
【持物】筆記用具
【申込】10月7日(土)までに電話
☎045-825-6773 または来館
【主催】とつか区民活動センター
とつかボランティアセンター

おしゃべりしながら一緒にスマホを学びましょう

スマホの交流サロン あぷり

【日時】10月13日(金) 13:30～15:00
※受付は13:15～13:30
【参加費】無料
【持物】スマートフォン・筆記用具
【申込】当日受付・先着10人
【主催】とつか区民活動センター
【協力】エンジョイtab、チームあぷり
※専門の講師ではありませんので
お答えできない場合があります

パソコン操作で困った時の相談室

パソコンワンポイントアドバイス

【日時】9月15日(金) 13:00～15:30
※受付は13:00～15:00
【参加費】無料
【持物】パソコン・筆記用具
【申込】当日受付・先着10人
【主催】とつかパソコン交流会
※パソコンが持参不可の場合は
当日ご相談ください

情報掲示板

横浜とつか笑いクラブ「笑いヨガ」に参加してみませんか

笑いの体操＝笑いヨガのクラブです。毎週金曜日に対面またはオンラインで開催しています。
「笑いは健康に良い」ことは知っているけど、なかなか笑う機会がない方も参加してみませんか？笑う理由を待つのではなく、笑う動作をする体操＝笑いヨガでココロもカラダもリフレッシュしませんか？体がかたくても運動が苦手でも大丈夫。一緒に笑いあいましょう♪

【開催】毎週金曜日
【会場】対面またはオンライン(Zoom)で開催
対面/戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース小
オンライン/Zoom　※どちらの会場かはお問合せください
【時間】対面/10:00～11:00
オンライン/10:00～10:20
【参加費】対面/500円　オンライン/無料
【持物】汗拭きタオル・飲み物（動きやすい服装でご参加ください）
【参加方法】対面/直接会場へお越しください
オンライン/開催時間にZoomアプリからミーティングID・パスワードを入力して入室してください
ミーティングID：787 4932 7093
パスワード：20170329
または公式LINEにて配信している参加URLをタップ
【主催】横浜とつか笑いクラブ
【問合せ】☎ 080-4001-3704 ✉ happy.seed.2016@gmail.com

LINE

▲
公式ラインはこちら

講座・講演

予防医学　第16回講演会

ヒトは30歳を過ぎると誰もが老化が始まります。健康を化学的に考えましょう。教本で一緒に学び、自分自身の健康管理が出来る様にしましょう。

講演会の様子

【日時】10月7日(土) 10:00～12:00
【会場】戸塚区総合庁舎3階　多目的スペース小
【参加費】500円（資料、冊子代金含む）
【定員】先着10人
【講師】NPO法人日本成人病予防協会認定
健康管理士　佐竹 薫氏
【主催】アンチエイジング究極の予防医学を考える会
【問合せ】☎080-5194-5287 (佐竹)

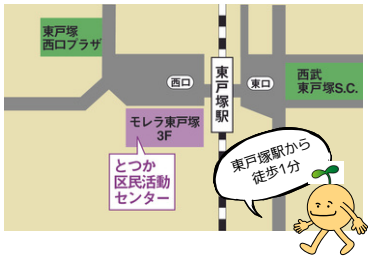
戸塚区のマネーカレッジ

お金のプロに学ぶ
生涯学習金融講座

～お金を知る、未来を守る～

戸塚区のマスコット
ウナシー

お金のことで慌てないためには、どんなお金が必要か把握したうえで、家計管理や資産形成を考えることが必要です。しかし「お金」については、学習する機会が少ないのが現状です。お金のプロから「お金」について学び、金融リテラシー向上を目的とした生涯学習講座を開催します。金融知識を身に付けて自分で考えて行動する力を養いましょう！

【日時】9月17日(日)　10:00～11:30
【会場】戸塚区総合庁舎8階 大会議室
【参加費】無料
【定員】60人
【講師】野村証券㈱戸塚支店 篠原 政司 氏
【申込方法】右記の２次元コードから
申込フォームを入力
【問合せ】戸塚区役所地域振興課
☎045-866-8416
✉to-kouza@city.yokohama.jp
【主催】戸塚区役所・とつか区民活動センター

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
☎ 045-825-6773　FAX 045-825-6774
https://totsuka-kumin-center.jp
開館 火～金/9:00～21:00
土日祝/9:00～17:00
休館 月曜 ※月曜が祝日の場合も休館