

ゆめのたね

2026年 1月号 第201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



平素より当センターの運営にご協力とご理解を賜り感謝申し上げます。
新しい年も、地域に安心できるあたたかな「場」や「つながり」がさらに広がるよう、スタッフ一同、力を合わせて取り組んでまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。
とつか区民活動センター センター長 依田 浩美



とつかの地域活動と あなたを結び 活動紹介展

『地域で活動している人』と『何か始めたい人』の出会いの場です。
1月は、東戸塚の2つの会場にて開催！是非足をお運びください♪

💡 パネル展 地域活動をしている50の団体・
個人が活動をパネルで紹介

日時 1月21日(水)～1月27日(火) 10:00～20:00
※21日(水)は13:00から、27日(火)は16:00まで
会場 西武東戸塚 S.C.7階 ファーストブリッジ（連絡通路）

昨年の様子

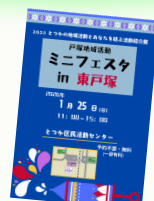


💡 ミニフェスタ in東戸塚

パネルだけでは伝えられない！
そんな出展者の方が大集結！

日時 1月25日(日) 11:00～15:00
会場 とつか区民活動センター
申込 当日直接・参加費無料（一部有料）

▶活動紹介ブース（8団体）
団体のメンバーに直接話を聞いてみよう！
▶ミニ体験講座（2団体）
実際に体験してみよう！



詳しくは、活動紹介展 ▲
特設ページをご覧ください

地域活動応援企画

お昼のミニライブ

落語

【日時】1月11日(日) 12:00～12:30
【会場】とつか区民活動センター
【申込】当日直接 【費用】無料
【出演】秋風亭借金
【主催】とつか区民活動センター
出演者から



「あな、まさか、これから、三食昼寝付きをやるんじゃないでしょうね」妻の警告に慄き、落語への取組を再開。爾来、増えるは人付合いと呑み会、減るは体重と無駄金。今まさに、『ゆめのたね』を増殖中。

やりたいことを見つける！！

ボランティアの い・ろ・は

地域でなにか始めたい。
そんな貴方を応援します！
はじめての一步を踏み出しませんか？

【日時】2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】2月7日(土)までに電話または来館
【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



スマホで交流 エンジョイ！スマホ・タイム

参加者同士で楽しく交流しながら
テーマについて話し合います

2月のテーマ カメラと写真機能について

【日時】2026年2月13日(金) 13:30～15:00
【対象】スマートフォンを使用している方で
通話や文字入力などが出来る方
【定員】先着10人※事前申込 【参加費】無料
【持物】スマートフォン、筆記用具
【申込】2月6日(金)9:00から電話で受付
【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

とつかお結びプロジェクト報告会 & 利用者意見交換会

地域で活動している人たちやセンター利用者と交流
しましょう♪みんなでワイワイ話しながら地域との
『つながり』を広げませんか。

【日時】2月15日(日) 14:00～16:00
【会場】とつか区民活動センター
【定員】先着40人程度 【参加費】無料
【対象】センター登録団体、個人、ボランティア、
利用者、活動紹介展出展者、運営ボランティア
【申込】1月11日(日)～2月10日(火)
右記2次元フォームまたは電話
【主催/問合せ】とつか区民活動センター

申込は
こちら▶



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

「ここがよく分からない」「どうすればいいの?」

パソコンの操作で困ったことがあれば

この「相談室」をお気軽にご利用ください

【日時】1月16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

※パソコンが持参できない場合は

当日ご相談ください

【申込】当日受付・先着10人

【主催】とつかパソコン交流会

ゆったりとした
時間を一緒に
過ごしませんか?



花の第四金曜日 ゆる〜りはなさん広場

ドリップ珈琲でほっと一息。懐かしい昭和歌謡を聴きながら、その時代に思いを馳せてみませんか。ゆっくり会話を楽しみましょう。希望者にはドリップレッスンもあります。

【日時】1月23日(金) 16:00~18:00

【会場】とつか区民活動センター ミーティングコーナー

【申込】当日直接

【参加費】無料 ※珈琲を飲む方は100円です

珈琲を飲む方は事前に受付します

☎070-5562-8353 男でいカフェ 阿部

【問合せ】とつか区民活動センター

【主催】とつかdeネット 男でいカフェ だん

戸塚見知楽会 とつか歴史講演会

【日時】1月24日(土)14:00~16:00

【会場】戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース 大

【定員】100人 【参加費】500円

【講師】横浜歴史博物館学芸員 文学博士 仲泉 剛氏

【申込】ハガキまたはメールで「とつか歴史講演会 参加申込み」と記載の上、

①参加者氏名(ふりがな) ②連絡先電話番号 ③住所(郵便番号のみで可) ④同行者の氏名(同行者がいる場合 複数可)を明記して下記まで

ハガキ:〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町4018-1 ザ・パークハウス戸塚701 1階 交流広場とつか

メール:tana@qb3.so-net.ne.jp

【主催/問合せ】戸塚見知楽会 ☎ 080-5970-7589 (9:00~17:00) ✉ totsuka15michi22@gmail.com



【通行者から見た戸塚宿の実像】

幕府の交通政策や宿場を通行する人々に焦点を当て、通行者との事件などをまじえながら「戸塚宿」の様子を明らかにします。

申込メール
2次元コードは
こちら▶



とつかdeネット講演会 認知症について知っておきたいこと

無料

だれしも不安を感じています。
「自分が、親が、認知症になったらどうしよう」
介護のプロが、お答えします。

気づきのポイント、相談機関や公的制度のしくみ など

【日時】2月1日(日)10:00~11:30

【会場】戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース 中

【講師】(株)ふるさと デイサービス
ブロック長 石司(いしづか) 大志氏

【定員】20人 どなたでも

【申込】1月25日(日)までに(受付9:00~17:00)

☎ 090-6116-0166 長山 または

☎ 090-3592-8397 福島 まで

【主催】とつかdeネット

MCC戸塚(メンクッキング倶楽部) 料理講座 新会員募集

戸塚区に在住又は縁のある中高年男子を対象に日常
役立つ料理を学びつつ健康維持と仲間づくりを大切
にして活動しています。
フレイル予防のために料理に挑戦しませんか?

【活動日】年6回(偶数月) 9:00~13:00

【会 場】戸塚地区センター 料理室

【募 集】戸塚近辺在住60歳以上の男性2~3人

【参加費】1回1000円/年会費2000円

【持ち物】エプロン、バンダナ、タオル

【問合せ】MCC戸塚 射水(いみず)

☎ 090-6316-4730

✉ kuni1942@tbz.t-com.ne.jp



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

