

火曜日は、石川町、中区と南区の間で待っています・・・。

# 居場所『カドベヤで過ごす火曜日』



ちょっとほっとしたいとき、誰かに会いたいとき、話したいとき、皆で一緒にご飯を食べたいとき・・・いろんな「とき」があるけれど、中区と南区のちょうど境目で、新しい「時」を刻めたら・・・。火曜日の「カドベヤ」はそんな場所。2010年6月に生まれたみんなの居場所です。まずは学校の帰り、仕事の帰りにお茶でもいっぱいどうぞ。気に入ってもらえたら、もっとゆっくり一緒にいよう。

会場:カドベヤ (横浜市中区石川町5-209-3)

時間:足湯カフェ 17時30分～

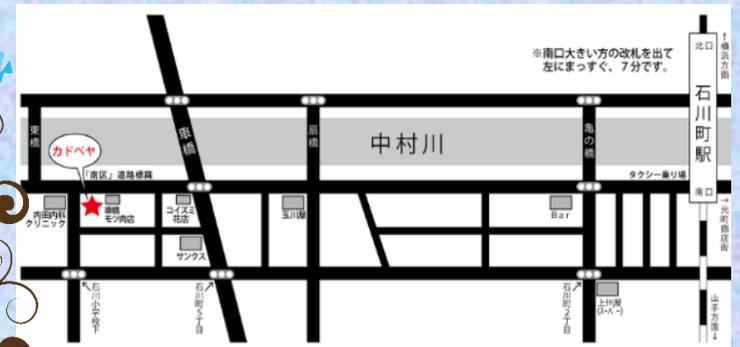
ストレッチと夕めし 19～21時

参加費:「足湯カフェ」は無料

「ストレッチと夕めし」はワンコイン 500円

予約不要。飛び入り歓迎♪ どなたでも気軽にお越しください。

お問い合わせ:居場所「カドベヤで過ごす火曜日」運営委員会代表  
慶應義塾大学 横山千晶 chacky@keio.jpまでお問い合わせください。



主催:居場所「カドベヤで過ごす火曜日」運営委員会

後援:慶應義塾大学教養研究センター

協力:コトラボ合同会社/認定NPO「さなぎ達」

一般社団法人「地唄舞普及協会」/黒沢美香 & ダンサーズ/  
「The Dance Times」

助成:横浜市地域文化サポート事業ヨコハマアートサイト 2016

詳しい情報は カドベヤ ホームページ <http://www.kadobeya2010.net/> まで。

活動のブログをやっています。

# 火曜日のカドベヤ 頭と体のストレッチ(19時から20時)のスケジュール (夕めしの献立はいらしてからの楽しみ！)

2017年

スケジュールは変更することがあります。詳しくはHPをご覧ください。



1月3日

横山千晶

(カドベヤの長女)

「書初め大会とカド鍋雑煮会」

いろいろなものを使って今年の希望を書初めしよう。そのあとはカドベヤ風のお雑煮大会。お餅はいくつ？

1月10日

「何にも用意しないけど何かする夕方」

今日は特別に何も用意しないから、どんなふうにご覧になりたいか、自分の気持ちで動いてみよう。お茶飲むのもよし、台所もよし。

1月17日

稲田奈緒美

(踊るダンス評論家)

〈コミュニティを知ろう シリーズ2〉  
「ダンス in コミュニティ その1」

コミュニティダンスについて造詣の深い稲田奈緒美さんに最近の動向をうかがいます。

1月24日

吉福敦子(ダンサー)+稲田奈緒美(踊るダンス評論家)

〈コミュニティを知ろう シリーズ3〉  
「ダンス in コミュニティ その2」

前週に引き続き、コミュニティダンスの実践者、ダンサーの吉福敦子さんをお迎えして現場のお話をうかがいます。

1月31日

小川美紀雄・小川一(はじめ)

(ハマジャンボウイズ・メンバー)

「やさしい歌の夕べ」

ハマジャンボウイズの小川美紀雄さんと一(はじめ)さんをお迎えして、歌う夕べ。みんなでカドジャンボウイズ&ガールズになろう！

2月7日

わたなべけいこ

(カドベヤ次女)

「カドベヤあったかスープの日」

2月は一番寒い月。こんな夜はカドベヤであったかいスープをみんなで作ってほっこり話そう。おしゃべりしたいことを持ち寄って。



2月14日

花崎三千花

(地唄舞花崎流舞方)

「和を嗜む」

地唄舞で「高砂」と会いましょう。和の所作でストレッチ、和の所作で自分を表現！



2月21日

花崎杜季女

(地唄舞花崎流舞手)

「お座敷芸をつくる」

新しいカドベヤお座敷芸を作ります！ 楽しみましょう。



2月28日

鈴木浩之(肥満予防健康管理士)

「ヘルシーでアクティブな生活を目指して！」

いつまでも健康で生き活きたした生活を送るためのちょっといいお話。正しい栄養習慣で本来の自分を取り戻しましょう！

3月7日

シリウ(ワンハンドマジシャン、日本では珍しい片腕の手品師です)

「手品、まずはここから」

トランプの簡単な手品をマスターしましょう！ 名ばかりの講座とは違います。必ず誰でもできる！ そんな手品を習ってみませんか？



3月14日

大関和子

(カドベヤの舞姫)

みんなでふらふらフラダンス

季節はまだまだ寒いけれど、心は常夏、ココナッツ！ 春の風にからだをまかせてみんなでハワイの波打ち際にひたひた！

3月21日

大崎晃伸(ダンサー見習い)

「不自由な絵」

不自由に絵を描いてみましょう。利き手ではない手で描いてみる。足の指、口、わきの下。使ったことのない身体でペンを持ち、描いてみましょう。新しい絵の世界がひらけるかもしれません。

3月28日

るみこ(朗読する人)

「朗読って日本語 読めれば誰でもできる？」

るみこの朗読ワークショップ その5です。横に寝ている文字を縦に起こして活かすことが朗読。3月の終わりにお会いしましょう。

4月4日

三枝まり

(道草セラピスト)

「種を蒔く日」

ベランダやお庭で、種を蒔いて育ててみませんか？ ハワイで始まったシェアシードの話。新しい時代を迎えて、心の種も育てよう。