



後期

地域文化セミナー

高台アラカルトレッスン♪

【日時】令和5年9月15日(金)～12月15日(金) 全4回
9:30～11:30(第4回のみ14:30～16:30)

【会場】高台協働センター

【定員】20名

【受講料】1,500円

普段の日常に
新しい刺激を♪

回	月日	時間	学習内容	講師
1	9月15日(金)	9:30～11:30	やさしい足つぼ	竹田 瞳先生
2	10月20日(金)	9:30～11:30	※Enjoy! バレトン	竹内 紀代美先生
3	11月17日(金)	9:30～11:30	花王健康講座 「血めぐり改善と睡眠講座」「代謝と脂肪」	野川 玲子先生 鈴木 正子先生
4	12月15日(金)	14:30～16:30	季節の寄せ植え ～クリスマス・お正月に向けて～	佐野 誉志照先生

※バレトンとは、フィットネス、バレエ、ヨガの要素を取り入れたエクササイズです。

お申込み期限: 8月25日(金) 17:00 まで

【お申込み方法】下記の方法でお申込みください。

①高台協働センター窓口またはお電話 ☎ 472-1468 9:00～17:00(日曜日・祝日を除く)

②右のQRから➡



【その他】

- 原則、全4回の出席が可能であることを前提にお申込みください。
- 応募者多数の場合は抽選とします。当選した方のみ8月29日(火)正午以降に当センターより連絡致します。
- 当選者の方は、9月2日(土)までに受講料を当協働センターまでお持ちください。(返金不可)
- 風邪の症状など体の調子が悪いときはご遠慮ください。
- 日程・内容などは、講師・協働センターの都合により変更する場合があります。
- 講座で撮影した写真を浜松市のHP等に掲載する事がありますので、ご了承ください。

裏面もご覧ください。

注意！！

9月17日(日)体育館一般開放について



9時～13時は一般開放を中止します。

13時～17時は通常どおり一般開放をします。



高台協働センター 2023年後半の講座紹介

高台協働センターでは2023 後半でも楽しい講座が盛りだくさん！！

「こども講座」

子育て教室

「アイシングクッキー作り！！」

10/21に開催。美味し手作りクッキーを作ってみよう！完成したクッキーはお持ち帰りしておうちで食べよう！

「ソーセージ作り！」

11/25に開催。ソーセージを実際に作ってみよう、完成したソーセージはお持ち帰りしておうちで食べよう！

「音楽あそび♪」

10/6に開催。親子揃って音楽に乗って踊ちゃおう♪動きやすい服装で参加してね！！

学習成果事業

大学連携講座

地域文化セミナー

「はじめての香道～徳川家康が愛した香木の香りを知る」

10/11、10/18、11/8、11/29の計4回開催。家康が愛したとされる香木の香りを実際に体験してみませんか？

「貴方のお金を守る！特殊詐欺すころく」

10/2に開催。近年の詐欺は特殊なものが多いです。詐欺についてすころくを通して学び知識を身に着けましょう！

「薬学講座」

1/17に開催。冬の養生食について学びながら、実際に調理体験してみましよう！

危険

これからの夏に気を付けて！！

日本の凶暴なハチ達！！

皆さん今年の夏はどうお過ごしになりますか？コロナによる規制が緩和された中、旅行やキャンプなどで外に出る機会が多くなると思います。しかし活発になるのは夏休みに入る我々だけではありません！

この7月～9月にかけて危険なハチ達がより凶暴化する時期に差し掛かり、被害報告が増加します！！

高台協働センターでは、ハチに対する知識を広めるため「高台地域 危険生物ミニ展示 スズメバチ特集」を展示中！簡単なトラップの解説もあります、ぜひお越しください。

