

浜名生きがい教室【なでしこクラス】

シニアの皆様が生きがいを求めて、積極的に学習する場として、浜名生きがい教室を開設いたします。本年度も、「はまゆう」「なでしこ」2クラスで募集いたしますので、多くの皆様のご参加を心からお待ちしております。

【開催日程】 別紙のとおり(全9回) 月1回 木曜日 午後 1時30分～3時30分

【開催会場】 浜名協働センター 2階ホールなど

【学習内容】 シニアの生きがいづくり、健康づくり、教養の向上

※ 別紙の『学習計画表』をご参照ください。

実施日については、その都度連絡いたしません。学習計画表を確認のうえ
忘れずにお越しください。

【対象】 市内在住・在勤の65歳以上の人

【定員】 20人

【費用】 無料(ただし、第2回、第7回、第8回は材料費、第4回は実費がかかります。)

【申込期間】 4月12日(金)～4月19日(金) 8:30～17:15 (4月14日(日)は除く)

【申込方法】 下の申込書に記入して、浜名協働センターにご提出ください。

(スマホ等のフォームから申込することもできます。)

フォームからの
申込はこちら



※ お申し込みの受付は、本人分のみとさせていただきます。(1人1枚の受付)

① 申込み受付時に受付番号票を発行しますので、紛失しないようお願いします。

② 応募者多数の場合は、締切後に抽選となります。

③ 1人1講座の申し込みとなりますので、複数の協働センターでのお申し込みは
できません。

【当選発表】 5月7日(火)～5月15日(水) (電話対応時間:午前8時30分～午後5時15分 日曜日を除く)

上の期間中、当選者の受付番号を掲示及びホームページで公開します。お電話でも
お問い合わせいただけます。(問合せ先 浜名協働センター TEL 053-587-4134)

※ 協働センターから抽選結果に関する連絡はいたしません。

講座の様子を撮影し、チラシ等に掲載させていただくことがあります。ご了承のうえ、お申し込みください。

掲載を望まない方は、お申し出ください。

令和6年度 浜名生きがい教室(なでしこ)受講申込書

受付番号	
------	--

ふりがな			年齢	歳
氏名				
住所	〒 _____ _____ 区		性別	男 女
電話番号 (携帯電話)	(_____ - _____)	申込クラスに落選した場合 「はまゆう」の申込を 希望しますか	希望する	希望しない
一緒に申し込んだ人が落選の場合 受講しますか	一人でも受講する 受講を辞退する	一緒に申し込んだ人の 氏名を記入してください		

※ 収集した個人情報は浜名生きがい教室の記録とし、他の目的には使用いたしません。

アクティブ・シニア講座

浜名生きがい教室【なでしこ】

学習計画表

受付番号

★月1回木曜日 13:30～15:30 浜名協働センター 2階ホール等★

※ 第4回「社会見学」は詳細が決まりましたらお知らせします。

※ 第2、7、8回 作品制作等の材料費は、当日集金します。

回	日時	学習内容	講師・学習方法	会場	持ち物・備考
1	5月16日 〈合同開催〉 第3木曜	〈開講式〉 『生きがい教室』について 生きがい教室の説明と社会見学について話し合いをします。	オリエンテーション	ホール	筆記用具
2	6月20日 第3木曜	気楽につまみ細工 作り 日本の伝統工芸 つまみ細工で作品を作ってみましょう。	久野 哲子 作品制作	ホール	筆記用具 材料費 500円
3	7月18日 第3木曜	ドローンの操作体験 『トイドローン』の操作方法を覚えて、飛ばしてみます。	ドローンサークル 『天竜ドローンカフェ』 実技	体育館	動きやすい服装
4	8月 木曜日 日程調整中 〈合同開催〉	社会見学 見学先は未定です。 第1回で決定した見学コースへ出かけて学習します。	現地学習		実費がかかります
5	9月 木曜日 日程調整中 〈合同開催〉	【出前講座】 博物館の楽しみ方 博物館の方に『博物館の楽しみ方』についてお話してもらいます。	浜松市博物館 講話	ホール	筆記用具
6	10月17日 〈合同開催〉 第3木曜	レクリエーション（ラジオ体操 他） 正しいラジオ体操を教えてください！ リズムに乗って大きくのびやかに行くと全身に効果大。	鈴木 隆幸 軽運動	体育館	運動のできる服装
7	11月21日 第3木曜	あんこのお話 あんこの原料小豆はアンチエイジング効果があるのでおすすめ。	石川 千代子 講話と調理実習	料理教室	筆記用具 材料費 300円
8	12月19日 第3木曜	紙ねんどで干支づくり 毎年恒例の干支の置物を作ります。来年は 巳 です!!	浜北の健康をささえる会 すこやか 作品制作	実習室	筆記用具 材料費 300円 持ち帰り容器
9	1月16日 第3木曜	お楽しみ音楽会 協働センターで活動されている同好会の楽器演奏を鑑賞します。 〈閉講式〉	コリンズハーモニー ハーブ・ライラック 浜名オカリナ同好会 音楽鑑賞	ホール	

※ 都合により日程・内容を変更する場合があります。ご了承ください。