

## 第6期生涯学習講座 受講生募集案内

### ■募集講座(※詳細は裏面をご覧ください)

- 1 **健康づくり講座** ※浜松市と大学との連携事業  
～足腰を鍛えて健やかな毎日を～



- 2 **ゲームで脳トレ! カーレット**～卓上のカーリング～

- 3 **歴史講座III～若き日の徳川家康と浜松～** (2回講座)

※浜松市のホームページ「細江協働センターからのお知らせ」もご覧ください。

### ■申し込み方法(全ての講座申し込みに通じます)

- 募集期間内にインターネット【各募集内容にあるURLや四角い2次元コードで読み取り、必要事項を入力する】か、窓口・電話・FAXにて、北区役所まちづくり推進課へご連絡ください。  
※お名前・住所・電話番号・年齢をお伺いします。

- 先着順ではありません。応募者多数の場合は、抽選となります。

※その場合、細江地区在住の方が優先となりますのでご了承ください。

- 受講していただける方には締め切り後1週間ほどで、郵送で開催要項をお送りします。届かない場合は選に漏れたものをご理解ください。



申込用 URL・  
2次元コード



<https://logoform.jp/form/Savd/390140>

### ■募集期間 11月22日(水)～12月5日(火)

受付時間 8:30～17:00(土日祝日を除く)

北区役所まちづくり推進課生涯学習グループ  
〒431-1395 浜松市北区細江町気賀 305

☎ 523-2903 (FAX 050-3537-9144)

※受講にあたりコロナ感染症対策が変更されました。

- ①マスクの着用につきましては、個人の判断でお願いします。  
②講座会場の換気、消毒用アルコールのご利用等にご協力ください。



裏面をご覧ください

# 1 健康づくり講座～足腰を鍛えて健やかな毎日を～

※浜松市と大学との連携事業

- ① 令和5年12月13日(水曜日)
- ② 午後2時00分～3時30分
- ③ 内 容:転倒は健康にとって大いなる脅威です。  
転ばないための体力作りを体験しながら転ばない環境づくりを考えていきます。
- ④ 参加費:無料
- ⑤ 持ち物:動きやすい服装、タオル、飲み物
- ⑥ 講 師:聖隷クリストファー大学リハビリテーション学部  
理学療法学科 矢倉研究室の皆さん
- ⑦ 会 場:みをつくし文化センター 2階 大研修室
- ⑧ 定 員:成人20名



申込用 URL・2次元コード



<https://logoform.jp/form/Savd/390140>

# 2 ゲームで脳トレ!カーレット～卓上のカーリング～

- ① 令和6年2月7日(水曜日)
- ② 午前10時00分～12時00分
- ③ 内 容:冬のオリンピックで人気になったカーリング。これを室内のテーブルを使っていつでも誰でもができるゲームにしたのがカーレットです。笑顔いっぱい楽しく健康づくりをしましょう。
- ④ 参加費:無料
- ⑤ 持ち物:動きやすい服装・靴、タオル、飲み物
- ⑥ 講 師:鈴木隆之さん(雄踏カーレットクラブ代表)  
サブ講師:渥美徳之さん(雄踏カーレットクラブ副代表)
- ⑦ 会 場:みをつくし文化センター 2階 大研修室
- ⑧ 定 員:成人20名

申込用 URL・2次元コード



<https://logoform.jp/form/Savd/390140>



# 3 歴史講座Ⅲ～若き日の徳川家康と浜松～ (2回講座)

- ① 令和6年1月24日、31日(各水曜日)
- ② 午前10時00分～11時30分
- ③ 内 容:1月24日…徳川家康の北遠支配。若き日の浜松進出の足取りを探ります。  
1月31日…徳川家康と今川家の攻防～堀川城の戦い～今川家との熾烈な戦いを振り返ります。
- ④ 参加費:無料
- ⑤ 持ち物:筆記用具、飲み物
- ⑥ 講 師:坪井俊三さん(浜松市史跡調査顕彰会)
- ⑦ 会 場:みをつくし文化センター 2階 大研修室
- ⑧ 定 員:成人30名

申込用 URL・2次元コード



<https://logoform.jp/form/Savd/390140>



※諸事情により募集、内容等変更される場合がありますのでご了承ください。