北部協働センターだより　令和６年６月５日号（回覧）

編集・発行　浜松市北部協働センター（市委託　中央区　第４号）
浜松市中央区葵東一丁目１５番１号　　TEL：053-436-5931

中央区内の協働センターの各種情報は浜松市公式ホームページ内の「中央区協働センター通信」にてお知らせしています。『中央区協働センター通信』で検索してください。

地域文化セミナー

夏の養生食薬膳

～薬膳について、楽しみながら学んで、家庭の食医を目指しましょう～

夏の主な気候は「昇」、暑さに弱い心を補養し体内を涼しくする食材とその効能を学ぶ講義及び実習を行います。

※薬膳とは･･･「旬の食材」や漢方の材料となる「食薬（しょくやく）」を組み合わせて作る健康に良い料理のことです。

＜日　時＞　**令和6年8月6日（火）　午前10時～午後1時**

＜会　場＞　北部協働センター　１階　料理教室

＜講　師＞　種茂ゆき枝先生（中医営養学薬膳研究　枸杞の会）
　　廣　かほり先生（中医営養学薬膳研究　枸杞の会）

＜定　員＞　１５名

＜受講料＞　1,８００円（資料、食材代）

＜持ち物＞　筆記用具、エプロン、布巾（３枚程度）、三角巾

講座の申し込みは、こちらから

申込方法	申込期間
◎電話（☎053-436-5931）又は窓口	**配布日～7月23日（火）** **※午前９時～午後５時まで（日曜・祝日・夜間を除く）**
◎インターネット 浜松市 HP→北部協働センター「講座・セミナー・イベントのお知らせ」からご希望の講座を選択し、申込フォームよりお申込みください。	**配布日～7月23日（火）** **午後 11 時 59 分まで** **※24H申込可能**

① **先着順ではありません。**　定員を超えた場合は電子抽選ソフトで厳正なる抽選を行います。
② 申込結果は**7月29日（月）までに当選者にのみ電話**または**メール**で順次ご連絡いたします。
③ 定員に達しない場合は申込締切後も電話または窓口で先着順に受付いたします。
④ 空き状況は、北部協働センター「講座・セミナー・イベントのお知らせ」の各講座のページをご覧ください。インターネット接続環境がない場合は、電話・窓口に直接お問い合わせください。

『調理ボランティアの募集』

北部ジュニア公民館運営スタッフへの昼食を提供するため、調理ボランティアを募集しています。

【参加日時】　８月３日（土）・４日（日）　10：00 集合　14：00 解散
【募集人数】　15 人/日（高校生以上）
【会　　場】　北部協働センター１階　料理教室
【支　　給】　ネームホルダー、エプロン、キャップは貸与します。
　　昼食カレーライス、ペット茶を提供します。
【持 ち 物】　マイ上履き、飲み物、タオル等
【申　　込】　７月１０日（水）までにこちらからお申し込みください。▸▸▸▸▸▸▸▸

2024こども食堂「つどい」実行委員会

夏季こども食堂「つどい」
ボランティア募集案内

日時：8月24日（土）／会場：北部協働センターホール・料理教室		
	子ども交流ボランティア	カレー調理ボランティア
募集人数	15人（高校生以上どなたでも）	25人（高校生以上どなたでも）
集合/解散	11：00（集合）／15：00（解散）	10：00（集合）／14：00（解散）
ボランティア内容	会場で子どもたちと会食して、レクレーション交流する	カレーライス”およそ200食”調理

＊＊＊「こども食堂」の5つの機能＊＊＊

“どなたでもどうぞ”と多世代交流型で、人を選別せず、誰でも来られるので、

子どもと高齢者が一緒に集える地域づくりの機能を担っています

（1）にぎわいづくり、地域活性化　（2）貧困の連鎖を断ち切る　（3）食育・孤食対応

（4）子育て支援、虐待防止　　（5）高齢者の健康づくり

支給	★参加者全員にネームホルダーを貸与します ★調理ボランティアにはエプロン・キャップを貸与します ★参加者全員にカレーライスとペット茶を提供します	その他	★主催者負担で保険加入します ★動きやすい気軽な服装

申し込み方法　いずれかの方法で申し込んでください

① 北部協働センター事務所で申し込み（葵東1丁目15-1）

（参加申込書を用意しています）

②7月末日までにこちらからお申込みください▸▸▸▸▸▸▸▸▸▸▸

問い合せ先

葵・高丘地区社会福祉協議会 事務局　菅沼 邦安　TEL 090-1983-5328