

三方原協働センターだより

令和6年10月5日 発行 No.7
浜松市中央区三方原町 1179-5
三方原協働センター TEL 437-6522
講座専用 TEL 080-9481-7066

市委託
中央区中
第11号

業務受託者：浜松北地域まちづくり協議会

回 覧

地域文化セミナー

骨の健康講座

～バランスとは何かー転倒予防につながる知識～

高齢になると、わずかな段差でつまずいたり転倒したりする頻度が増えます。転倒すると、時には骨折など重大な外傷につながることも。転倒の原因と予防のお話を聞き、バランス力をつけるための軽い体操を教わります。

- 日 時 令和6年11月14日(木) 9:30~11:30
- 場 所 三方原協働センター 2階 講座室
- 定 員 20名(先着順 ※定員に満たない場合は、直前まで受付ます)
- 服 装 運動のしやすい服装
- 講 師 大塚博史さん(常葉大学健康プロデュース学部)
- 受講料 無料
- 受 付 10月21日(月) 午前8時45分～

三方原協働センター窓口で受付ます。

午前9時の時点で応募者多数の場合はその場で抽選を実施し、定員に満たない場合は10時から電話とメールでも受付ます。**メールでお申し込みの場合** ①件名「骨の健康講座 申込み」、②氏名、③氏名ふりがな、④性別、⑤住所、⑥電話番号、⑦年代(〇〇代)をお知らせください。



地域づくり講座

伊東要藏と地域の関り

軽便鉄道奥山線の創設に尽力した伊東要藏翁は、地域の殖産興業にも多大な功績を残しました。伊東家に残された新発見の資料をもとに、曾孫がその真相と素顔を語ります。

- 日 時 令和6年11月17日(日) 9:30~11:30
- 場 所 三方原協働センター 2F 講座室
- 定 員 25名(先着順 ※定員に満たない場合は、直前まで受付ます)
- 講 師 伊東真英さん(元細江町長・伊東要藏の曾孫)
- 受講料 無料
- 受 付 10月21日(月) 午前8時45分～

三方原協働センター窓口で受付ます。

午前9時の時点で応募者多数の場合はその場で抽選を実施し、定員に満たない場合は10時から電話とメールでも受付ます。**メールでお申し込みの場合** ①件名「伊東要藏と地域の関り 申込み」、②氏名、③氏名ふりがな、④性別、⑤住所、⑥電話番号、⑦年代(〇〇代)をお知らせください。



講座のお申込み・お問合せ先 ※受付時間は、日曜、祝日を除く 8:30~17:15



三方原協働センター業務受託者：浜松北地域まちづくり協議会
講座専用ダイヤル：080-9481-7066
メール：machikyou.koudou@outlook.jp
メールでお申し込みされる方は左の二次元コードをご利用ください。

裏面もご覧ください

スマホで撮った写真を大募集！

応募された作品は、三方原協働センターに展示します。

●今回のテーマは「秋」です。

秋を連想する風景、草花、食物などのスマホで撮った写真を募集します。

●写真は、A4版印画紙にプリントアウトしてください。

●応募期間 令和6年11月5日（火）～令和6年11月22日（金）

●応募方法 写真は封筒に入れて三方原協働センターに提出してください。

封筒に、題名、氏名、住所、連絡先を明記してください。



協働センターまつりを開催します！

令和6年12月8日(日) 9:30~15:00

今年も協働センターまつりを開催します。(まつりの詳しい内容は協働センターだより(11月5日号)でお知らせします)



古本を募集します！

協働センターまつり「古本市」に出品する古本を募集します。

不要になった本がありましたら、ぜひ無料にてご提供ください。

みなさんのご協力をお待ちしています。

《対象書籍》●文庫本 ●単行本（絵本、マンガを含む）

以下の書籍は受取りをお断りしています。持ち込みはご遠慮ください。

雑誌（週、月間誌など）、百科事典、全集、参考書、辞書、公序良俗に反するもの、汚れ・破損のひどいもの

本についてのホコリなどを払ってから協働センターまでお持ちください。

《受付期間》：11月5日（火）～29日（金）

