

マークの説明: **直** 当日、直接会場へ

おしらせ

福祉職場相談会・就職ガイダンス
福祉総務課 ☎457-2326

HP▶ 浜松市福祉人材バンクのご案内 **検索**

内容	開催日	時間	場所
① 介護のDVD視聴会 直	1月29日(水) 2月6日(木)	9:45～12:00	福祉交流センター (中央区成子町)
② 福祉職場説明会 直	1月29日(水) 2月6日(木) 2月13日(木)	9:45～11:45 9:30～11:30	
③ 就職ガイダンス	1月29日(水) 2月6日(木)	9:00～9:30	

〈共通項目〉問合:福祉人材バンク(☎458-9205) ◆申込:③【窓口・電話・ファクス・Eメール】開催日前日の17:00締切※この活動は求職活動の範囲に含まれます



けんこう

聞こえと補聴器なんでも相談会
障害者更生相談所 ☎457-2707

市HP▶ 聞こえと補聴器なんでも相談会 **検索**

日時:2月24日(月)10:30～16:00 ◆場所:福祉交流センター(中央区成子町) ◆申込:【電話・ファクス・Eメール】1月16日(木)9:00から(先着順)

健康増進課
① ☎453-6125 / ② ☎453-6117

① 夜間禁煙相談(オンライン面談も可)

市HP▶ 禁煙相談 **検索**

日時:2月27日(木)①19:00～、②20:00～ ◆場所:保健所(中央区鴨江二丁目) ◆申込:【電話】2月20日(木)締切

② 医師による不妊相談(オンライン面談も可)

市HP▶ 不妊に関する相談 **検索**

日時:3月6日(木)13:30～16:30 ◆場所:保健所(中央区鴨江二丁目) ◆申込:【ホームページ】2月3日(月)13:00から(先着順)

図書館で学ぶいきいき健康講座
おいしく食べて、元気でいよう
～歯と口の健康～
中央図書館 ☎456-0234

HP▶ 浜松 図書館 いきいき健康講座 **検索**

日時:2月16日(日)10:00～11:00 ◆場所:城北図書館(中央区和地山二丁目) ◆問合・申込:【窓口・電話】城北図書館(☎474-1725)へ。1月16日(木)10:00から(先着順)

こころの健康相談
障害保健福祉課 ☎457-2213

市HP▶ こころの健康相談 **検索**

開催日	時間	場所	申込
2月6日(木)	13:00 ↓	細江健康センター (浜名区細江町気賀)	【電話】1月15日(水) 8:30から(先着順)
2月14日(金)	15:00	障害保健福祉課 (市役所本館2階)	



おしらせ

里親制度説明会
児童相談所 ☎457-2705

市HP▶ 里親 **検索**

日時:2月1日(土)10:00～11:30 ◆場所:北浜南部協働センター(浜名区寺島) ◆申込:【電話・ホームページ】1月31日(金)締切

浜松市 こども園・幼稚園・保育園の
お仕事フェア **直**
幼保支援課 ☎457-2118

市HP▶ 幼稚園 保育園 お仕事フェア **検索**

日時:3月7日(金)13:00～16:00 ◆場所:アクトシティ コンgressセンター 4階(中央区板屋町)

いきいき菜園の利用者募集
緑政課 ☎457-2565

市HP▶ いきいき菜園 **検索**

利用期間:4月1日(火)～2026(令和8)年3月31日(火) ◆申込:【往復はがき】1月31日(金)消印有効(抽選)※必要記載事項など詳細はホームページで確認

若年者のための就職フェア! **直**
(おおむね45歳未満対象)
産業振興課 ☎457-2115

HP▶ 浜松わかものハローワーク **検索**

日時:1月24日(金)13:30～16:00 ◆場所:アクトシティ 展示イベントホール第2ブロック(中央区中央三丁目) ◆問合:浜松わかものハローワーク(☎540-2064)

動物園ボランティア募集説明会
動物園 ☎487-1122

HP▶ 浜松市動物園 **検索**

日時:3月2日(日)10:00～11:00 ◆場所:動物愛護教育センター(中央区館山寺町) ◆問合・申込:【電話・ホームページ・Eメール】NPO法人浜松市動物園協会(☎487-0087)へ。3月1日(土)17:30締切

令和7年度 浜松市浜北高等技能開発校造園科
訓練生・聴講生募集(2年間コース)
浜名区まちづくり推進課 ☎585-1116

HP▶ 浜松市浜北高等技能開発校 **検索**

日時	4月5日～2027(令和9)年3月27日の原則毎週土曜日 9:00～16:30
場所	浜北地域活動・研修センター(浜名区区呂)
問合	浜北商工会内開発校係 小畑・岡本(☎586-2171)または浜北地域活動・研修センター内担当 鈴木・岡本(☎090-8860-5199)
申込	【窓口・郵送】3月25日(火)消印有効 ※申込書はホームページまたは浜北商工会、浜北地域活動・研修センターで配布。申込書を持参の場合、浜北商工会は平日のみ、浜北地域活動・研修センターは土曜日のみ受け付け



こもだて

浜松こども館

(中央区鍛冶町) ☎450-9111

こども館



HP ▶ 浜松こども館 検索

※申込開始日など詳細はホームページへ

内容【★印は要申込】	日時(全て2月)
お父さんと遊ぼう ■	1日(土)10:30~11:30
音と遊ぼうリトミック ■	3日(月)・17日(月) ① 10:30~11:10 ② 11:20~12:00
いっしょにあそび! ■ ① ハイハイ赤ちゃんとぐつすりねんねのお話会 ② ヨチヨチちゃんと ③ トコトコちゃんと ④ ねんね・ごろんの赤ちゃんと	① 4日(火) ② 5日(水) ③ 12日(水) ④ 18日(火) 各日10:30~11:30
ちっちゃな森あそびinこども館 ■	6日(木)10:30~11:30
親子でエクササイズ&交流会 ■ ~ママになってもきれいでいたいから~	7日(金)10:30~11:30
しょうぎに挑戦 ■ ~初心者から上級者まで~	8日(土)・22日(土) 13:00~15:00
よみかたりさん ■	9日(日)10:50~11:20
フルートとリコーダーのコンサート ■	11日(火)11:00~11:30
親子でおやつ~いちごジャムクッキー~ ★	13日(木)11:00~11:45
助産師さんのベビーマッサージ ■	14日(金)・28日(金) 10:30~11:30
おやつ作り~いちごジャムクッキー~ ★	16日(日)11:00~11:45
はじめてのパン作り ★	20日(木)11:30~12:00
ここみのおしゃべりサロン ★ ~妊婦さんもOK!親子にやさしいだっこ~	21日(金)13:30~15:00
<MOCOBO>輪ゴム鉄砲を作ろう! ■	22日(土)10:15~15:15
パン作り~2色パン ~ ★	23日(日)11:30~12:15
はじめてのかみりびり ■	25日(火)10:30~11:30
ハロー!みんなでABC ■	26日(水)10:30~11:15
楽器でこんにちは ~ピアノ・うた・よみきかせ~ ■	27日(木)11:00~11:30

こども版 市長へのご意見箱

みなさんの こま困っていること、もっとこうなるとい おしいなあと思うことなどを教えてください。

子供たちからの「浜松市への意見」をお待ちしています。郵送または市のホームページから送信できます。



市HP ▶ 市長へのご意見箱 検索

問合せ 広聴広報課
☎457-2023

けんこう



成人健康相談(2月) ■

問い合わせは表内参照

成人健康相談

オンライン相談



市HP ▶ 成人健康相談 検索

市HP ▶ オンライン相談 検索

区	場所	日時	問合せ (★は健康づくりセンター)
中央	中央保健福祉センター	3日(月)・10日(月)・17日(月) 9:00~11:00	☎413-5577
	東行政センター	4日(火)・18日(火)・25日(火) 9:30~11:30	☎424-0122★
	舞阪保健センター	4日(火)13:30~15:00	☎597-1174★
	西部保健センター	25日(火)9:30~11:30	
	南行政センター	21日(金)13:30~15:00	☎425-1590★
浜名	浜名区役所	12日(水)・26日(水) 9:00~11:30	☎585-1120★
	細江健康センター	3日(月)9:00~11:30	☎523-3121★ (細江健康センター内)
	三ヶ日保健センター	予約制(電話申込)	
天竜	引佐健康センター	予約制(電話申込)	
	天竜保健福祉センター	10日(月)9:30~11:30	☎922-0075★
	龍山保健センター	予約制(電話申込)	
	春野支所	19日(水)9:30~11:30	☎983-0006
	水窪保健福祉センター	7日(金)9:30~11:30	☎982-0004
保健師・管理栄養士によるオンライン相談 (1週間前までに、市ホームページから要予約)		3日(月) 9:00~9:30 10:00~10:30 10日(月) 9:30~10:00 10:30~11:00	☎453-6125 (健康増進課)

精神保健福祉センター

(中央区中央一丁目) ☎457-2709

①-③-④
こだま

② 精神保健福祉センター



①-③-④ **HP** ▶ ひきこもりサポートセンターこだま 検索

② **市HP** ▶ 精神保健福祉センター 検索

① 浜松市ひきこもり地域支援センターサテライト

ゆるりと浜名 市民啓発イベント

日時: 2月8日(土)10:00~16:00 ◆ 場所: コミュニティスペース和楽(浜名区小林) ◆ 申込: 【電話・ホームページ】1月15日(水)9:00から

② 自死遺族わかちあいの会

日時: 2月8日(土)14:00~16:30 ◆ 申込: 【電話】2月7日(金)17:00締切

③ 浜松市ひきこもり地域支援センターサテライト

ゆるりと浜名 家族茶話会 ■

日時: 2月22日(土)10:00~12:00 ◆ 場所: 浜北地域活動・研修センター(浜名区於呂)

④ ひきこもり講演会

日時: 2月28日(金)13:30~16:00 ◆ 場所: なゆたホール(浜名区貴布祢) ◆ 問合せ・申込: 【電話・ホームページ】ひきこもりサポートセンターこだま(☎453-8744)へ。1月15日(水)9:00から(先着順)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

こそだて



子育て支援課

☎457-2793

ひとり親などのための就業支援パソコン講座

HP▶[「ぼしずほーむ 技能取得講座」](#) [検索](#)

日時: 2月23日(日)・24日(月)10:00～16:00 ◆場所: 子育て情報センター(中央区中央三丁目) ◆申込: 【電話】ひとり親サポートセンター(☎054-254-1191)へ。1月15日(水)から(先着順)

赤ちゃんとのふれあい体験事業

親子ボランティア募集

HP▶[「ふれあいサポートネット ふわっと」](#) [検索](#)

日時: 2月27日(木)10:00～12:00 ◆場所: 芳川小学校(中央区芳川町) ◆問合せ: ふれあいサポートネット「ふわっと」(榊原☎090-1569-3608) ◆申込: 【ホームページ】1月15日(水)から(先着順)

第22回「子どものこころの発達研究」講演会 with ルピロ『発達障害と思春期』

HP▶[「子どものこころの発達研究センター」](#) [検索](#)

日時: 4月5日(土)14:00～16:00 ◆場所: 地域情報センター(中央区中央一丁目) ◆問合せ・申込: 【ファクス・Eメール】浜松医科大学子どものこころの発達研究センター(ファクス: 435-2291)へ。2月1日(水)～3月30日(日)必着(先着順)

絵本講座～おうちで読み聞かせを楽しもう～ (おおむね0～3歳の子の保護者) 直

中央図書館(中央区松城町) ☎456-0234

HP▶[「図書館 絵本講座」](#) [検索](#)

日時: 1月15日(水)、2月19日(水)、3月19日(水)11:00～11:30

イベント



天文台(五島協働センター 3階)

(中央区福島町) ☎425-9158

市HP▶[「天文台」](#) [検索](#)

内容	開催日	時間	申込開始日
星空観望会	1月25日(土)	18:30～20:30	1月22日(水)
	2月1日(土)		1月29日(水)
	2月8日(土)		2月5日(水)
	2月15日(土)		2月12日(水)
メシエウォーキング	1月26日(日)	19:00～21:00	1月22日(水)
太陽・星間の星観望会	2月2日(日)	14:00～16:00	1月29日(水)
双眼鏡講座	2月9日(日)	18:30～19:30	2月5日(水)
親子天文教室	2月14日(金)	18:30～20:00	2月5日(水)
天文ミニ講座	2月15日(土)	17:30～18:20	2月12日(水)
〈共通項目〉申込: 【ホームページ】各日13:00から(先着順)			

小展示「千支展 巳」 直

博物館(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208

市HP▶[「博物館 千支 巳」](#) [検索](#)

日時: 1月25日(土)～3月9日(日)9:00～17:00

こそだて



離乳食教室

問い合わせは下記参照

HP▶[「びっぴ 離乳食教室」](#) [検索](#)

対象: 2024(令和6)年9月生まれの子供の保護者(オンラインのみ 2024(令和6)年8月、10月生まれも受講可) ◆申込: 【ホームページ・LINE】1月15日(水)12:30から(先着順)※この会場でも受けられます

場所	開催日	時間
アイミティ浜松	2月5日(水)	①13:30～14:25 ②14:50～15:45
東部協働センター	2月13日(木)	
積志協働センター	2月10日(月)	
入野協働センター	2月6日(水)	
三方原協働センター	2月14日(金)	
鹿玉協働センター	2月21日(金)	13:30～14:00
オンライン	2月28日(金)	

もぐもぐ元気っこ教室

問い合わせは下記参照

HP▶[「びっぴ もぐもぐ元気っこ教室」](#) [検索](#)

対象: 2024(令和6)年6月・7月生まれの子供と保護者 ◆申込: 【ホームページ・LINE】1月15日(水)12:30から(先着順)※この会場でも受けられます。天竜保健福祉センターは隔月、そのほかの会場は毎月開催

場所	開催日	時間
中央保健福祉センター	2月13日(木)	10:00～11:15
東部保健福祉センター	2月20日(木)	
西部保健センター	2月19日(水)	
南行政センター	2月6日(水)	
浜北保健センター	2月7日(金)	
引佐健康センター	2月6日(木)	

【離乳食教室・もぐもぐ元気っこ教室】問い合わせ先 ※お住まいの地域に関係なく、どのセンターでも可能です

中央健康づくりセンター	☎457-2890
中央健康づくりセンター(東)	☎424-0122
中央健康づくりセンター(西)	☎597-1174
中央健康づくりセンター(南)	☎425-1590
浜名健康づくりセンター	☎585-1120
引佐健康センター	☎542-0857
天竜健康づくりセンター	☎922-0075

2歳児歯科健康診査

口腔保健医療センター ☎453-6129

HP▶[「びっぴ 2歳児歯科健康診査」](#) [検索](#)

※日程など詳細はホームページで確認

マークの説明:  当日、直接会場へ

イベント

緑化推進センター(みどり～な)

(中央区大塚町) ☎426-2300

HP▶ 

みどり～な



内容	日時
① 押し花でひな飾りづくり	2月1日(土)10:00～12:00
② みどりと花を愉しむ ノルディック・ウォーク 	2月3日(月)・6日(木)・13日(木)・ 17日(月)・20日(木)・27日(木) 10:00～11:30
③ バラのバレンタインアレンジ	2月8日(土)13:30～15:30
④ ナチュラルハーブ講座 (ピフ活用法)	2月11日(火)10:00～12:00
⑤ 初心者のお庭園の造り方 	2月15日(土)9:30～12:00
⑥ 初めての樹木手入れ講座	2月18日(火)13:30～15:30
⑦ 季節のプリザーブドフラワー アレンジメント講座	2月25日(火)10:00～12:00
申込:①・③・④・⑥・⑦ [窓口・電話] 1月15日(火)9:00から(先着順)	

夜の科学館(2月テーマ:恋)

浜松科学館(みらいーら)
(中央区北寺島町) ☎454-0178

HP▶ 

浜松科学館



日時:2月14日(金)17:01～20:00

青少年の家

(中央区住吉四丁目) ☎471-4725

HP▶ 

青少年の家



内容	日時
① 親子で楽しむ絵本とあそび (後期) 	1月24日(金)10:30～11:00
② おやつクッキングgoo!	2月24日(月)12:30～16:00
③ SDGs キャンプ	3月1日(土)13:00～2日(日)15:00
申込:【ホームページ】②2月2日(日)締切(抽選)、③2月1日(土)締切(抽選)	

あいホール

(中央区幸三丁目) ☎412-0351

HP▶ 

① ハラスメント



② フォーラム



内容	日時
① ちょっと待って!これってもしかしてハラスメント!? ～職場で起こりがちなハラスメントに気づく～	2月22日(土) 10:00～12:00
② 令和6年度あいホールフォーラム 脚本家吉田恵里 香トークイベント～「はて?」の先の未来をひらく～ (吉田恵里香さん/連続テレビ小説「虎に翼」脚本家)	3月8日(土) 13:00～14:30

〈共通項目〉申込:【電話・ホームページ】1月15日(火)10:00から(先着順)

富士山の日記念ウォーク「いかまいか佐鳴湖」

観光・シティプロモーション課 ☎457-2295

HP▶ 

はままつ案内人



日時:2月23日(日)9:00～12:00 ◆場所:佐鳴湖公園(中央区大平台一丁目) ◆問合せ・申込:【往復はがき・ホームページ・Eメール】浜松観光ボランティアガイドの会(☎456-1303)へ。2月13日(木)必着(抽選)

イベント

フルーツパーク時之栖

(浜名区都田町) ☎428-5211

HP▶ 

フルーツパーク



内容	日時
サッカー ゴールキーパークリニック	1月19日(日) 小学生(1～3年):13:30～14:20 小学生(4～6年):14:30～15:20 中学生、高校生:15:30～16:20
いちごサミット 	1月25日(土)・26日(日)11:00～15:00
北地域De軽トラ朝市 	1月26日(日)9:00～11:00
みかん ^{せんてい} 剪定教室	1月26日(日) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30 2月2日(日)10:00～12:00
熱気球に乗ってみよう 	2月1日(土)18:30～20:00 2月2日(日)6:30～7:30
栗剪定教室	2月2日(日)13:30～15:30
桃栽培・剪定教室	2月9日(日) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30
〈共通項目〉申込:【ホームページ・電話】※詳細はフルーツパークへ問い合わせ	

フラワerpark

(中央区館山寺町) ☎487-0511

HP▶ 

フラワerpark



内容	日時
おひな様展とクラフトフェア 	2月1日(土)～11日(火) 10:00～16:00
館山寺総合公園Day 	2月2日(日)9:00～16:30
花のウォーキング 	2月8日(土)10:00～12:00
早春のうんちく散歩 	2月23日(日)13:00～15:00

第15回はままつグローバルフェア

浜松国際交流協会 ☎458-2185

HP▶ 

HAMAPO



日時:2月9日(日)11:00～16:30 ◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町)

万葉の森公園

(浜名区平口) ☎586-8700

HP▶ 

万葉の森公園



内容	日時
① 万葉植物等を描く絵手紙体験 	1月26日(日)10:00～14:30
② 季節の公園散策(解説付き) 	2月2日(日)11:00～(40分程度)
③ 椿の花を見立てた万葉特別食 「椿御膳」	2月11日(火)12:00～13:30
④ 万葉植物「紅花」を使って ～染める・食べる・遊ぶ～	2月22日(土)10:00～13:30

申込:【窓口・電話】③1月17日(金)、④1月15日(火)、各日9:00から(先着順)

マークの説明:  当日、直接会場へ

おんがく

Let'sステージ体験
～コンサートホールのステージを体験してみませんか～

勤労会館(Uホール)
(中央区城北一丁目) ☎474-3771

HP▶ 
 日時: 2月15日(土)・16日(日) 9:00～21:00 ※1区分1時間 ◆申込: 【窓口・ファクス】1月15日(木) 9:00から(先着順)



楽器博物館
(中央区中央三丁目) ☎451-1128

HP▶ 



内容	開催日	時間
寒さを吹き飛ばせ! サルサの体験ワークショップ 	1月18日(土)	11:00～11:30
		14:00～14:30
音楽の広場「女声合唱」 	2月11日(火)	14:00～14:30 15:30～16:00

アクトシティ(文化振興財団)

(中央区板屋町) ① ☎451-1150
② ☎451-1151 / ③ ☎451-1114

① **HP**▶ 
 ②・③ **HP**▶ 



①ジュニアオーケストラ浜松・ジュニアクワイア浜松
スプリングコンサート2025
 日時: 3月16日(日) 14:00～ ◆場所: 大ホール ◆申込: 【HCFオンラインショップ・アクトシティチケットセンター (10:00～19:00)】1月15日(木)から

②浜松吹奏楽大会2025

内容	日時	場所
① プロムナードコンサート 	3月22日(土) 10:00～	JR浜松駅北口広場「キタラ」
② 第13回全国中学生交流コンサート	3月22日(土) 14:00～	中ホール
③ 第37回全日本高等学校選抜吹奏楽大会	3月23日(日) 10:00～	大ホール
申込: 【HCFオンラインショップ・アクトシティチケットセンター (10:00～19:00)】②・③2月9日(日) 10:00から		

③アクト・ニューアーティスト・シリーズ2024 No.147 山下裕賀(メゾ・ソプラノ)

日時: 3月20日(木) 14:00～16:00 ◆場所: 音楽工房ホール ◆申込: 【HCFオンラインショップ・アクトシティチケットセンター (10:00～19:00)】1月19日(日)から



イベント

アクト通りふれあいデイ

産業振興課 ☎457-2285

市HP▶ 

日時: 1月19日(日) 9:00～12:00 ※雨天中止 ◆場所: アクト通り



ひな 雛祭り茶会

松韻亭(中央区鹿谷町) ☎473-4310

HP▶ 

日時: 2月24日(月) 10:00～15:00 ◆申込: 【窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】1月15日(木) 9:00から(先着順)



朝市「かもえのあさいち」と食文化のワークショップ

鴨江アートセンター(中央区鴨江町) ☎458-5360

HP▶ 

日時: 3月15日(土) 9:00～13:00 (ワークショップは10:00～12:00)
◆申込: 【窓口・電話・Eメール】1月15日(木) 9:00から(先着順) ※ワークショップのみ要申込



木下恵介作品上映会『永遠の人』

木下恵介記念館(旧浜松銀行協会)
(中央区栄町) ☎457-3450

HP▶ 

日時: 2月16日(日) ①10:00～、②14:00～ (上映30分前から開場)



クリエートの冬まつり

クリエート浜松(中央区早馬町) ☎453-5311

HP▶ 

内容	開催日	時間
ギャラリー展示	1月24日(金)～26日(日)	10:00～16:00
演芸発表	1月25日(土)・26日(日)	



宿泊型イベント ロケットストーブを作ろう

バードピア浜北(浜名区尾野/根堅) ☎583-0443

HP▶ 

日時: 2月8日(土) 15:00～9日(日) 12:00 ◆申込: 【窓口・電話・ホームページ】1月20日(月) 締切 ※応募者多数の場合、抽選



第72回市展

美術館(中央区松城町) ☎454-6801

市HP▶ 

期間: 2月22日(土)～3月26日(木) 9:30～17:00 ※入館は16:30まで



浜名湖海苔つみ体験(小学生向け環境学習会)

環境政策課 ☎453-6149

市HP▶ 

日時: 3月1日(土) 13:00～16:00 ※荒天延期の場合は、3月2日(日) 同時刻実施 ◆場所: 南海荘(中央区村瀬町) ◆申込: 【ホームページ・Eメール】2月7日(金) 締切(抽選)



スポーツ

浜松新電力テニスコート
 (中央区西丘町) ☎437-0605

花川運動公園



HP▶ 花川運動公園 スクール 検索

内容	初回日	申込開始日
中学生硬式テニス教室(全4回)	2月3日(月)	1月15日(水)
高校生女子硬式テニス教室(全4回)	2月3日(月)	
ジュニア硬式テニス教室(全4回)	2月4日(火)	
一般硬式テニス教室(全8回)	3月1日(土)	2月1日(土)

<共通項目>申込:【窓口・電話】各日10:00から(先着順)

第73回天竜区・北遠駅伝大会
 水窪総合体育館 ☎982-0012

駅伝大会



市HP▶ 天竜区・北遠駅伝大会 検索

日時:2月23日(日)12:00～(9:30から受付開始)◆問合せ:第73回天竜区・北遠駅伝大会事務局(☎982-0012)◆申込:【窓口・ファクス・郵送】2月7日(金)消印有効

ミズノなわとび教室
 雄踏総合体育館(中央区雄踏町宇布見) ☎597-3500

雄踏総合体育館



HP▶ 雄踏 スポーツ なわとび 検索

日時:2月16日(日)年少～年長児:9:30～10:30、小学1年～3年生:11:00～12:00◆申込:【ホームページ】1月17日(金)9:00から(先着順)

スポーツ実技講習会
 「ジュニア期の筋力トレーニング方法」
 サラグリーンアリーナ(浜名区平口) ☎585-1222

サラグリーンアリーナ



HP▶ サラグリーンアリーナ 検索

日時:3月1日(土)18:30～20:00◆申込:【窓口・電話】1月15日(水)10:00から(先着順)

講座・教室

分譲マンション管理セミナー
 「外部管理者方式のメリット・デメリット
 ～建物の高経年化の対策と
 役員の担い手不足の解消に向けて～」
 住宅課 ☎457-2457

管理セミナー



市HP▶ マンション管理セミナー 検索

日時:2月8日(土)13:30～16:30◆場所:可美公園総合センター(中央区増楽町)◆申込:【窓口・電話・ファクス・ホームページ・Eメール】1月15日(水)から(先着順)※申込書はホームページまたは住宅課で配布※応募者多数の場合は管理組合の人を優先

こだわりのコーヒーを飲んでみませんか?
 ～フェアトレードコーヒーセミナー～
 くらしのセンター ☎457-2635

市民向け講座



市HP▶ 市民向け講座 フェアトレード 検索

日時:2月19日(水)13:30～15:00◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【ファクス・郵送・Eメール】2月2日(日)必着(抽選)

おんがく

浜松ジュニアプラス 第5期団員募集
 (小学3年～5年生対象)

サーラ音楽ホール(浜名区新都田三丁目)
 ☎428-5700

浜音協



HP▶ 浜音協 検索

申込:【ホームページ】3月23日(日)締切

天竜壬生ホール
 (天竜区二俣町二俣) ☎922-3301

天竜壬生ホール



HP▶ 天竜壬生ホール 検索

ステージ演奏体験Vol.28

日時:2月8日(土)10:00～20:30◆申込:【窓口・電話】1月18日(土)窓口は9:00から、電話は10:00から(先着順)

MIBUワークショップ〈ダンス・ミュージカル〉体験レッスン

日時:2月8日(土)・22日(土)◆申込:【窓口・電話】1月17日(金)9:00から(先着順)

MIBUワークショップ〈ダンス・ミュージカル〉新規受講生募集

申込:【窓口・電話・ファクス・郵送・Eメール】2月28日(金)必着※応募者多数の場合、抽選

スポーツ

アリーナの一般開放(2月) 直

サラグリーンアリーナ(浜名区平口) ☎585-1222

サラグリーンアリーナ



HP▶ サラグリーンアリーナ 検索

内容	開催日	時間	場所
バドミントン・インディアカ・ファミリーバドミントン	5日(水)	9:00～12:00	アリーナ
パウンドテニス	12日(水)		
バスケットボール	19日(水)		
卓球	28日(金)		

スポーツ教室

浜松市スポーツ協会 ☎411-8686

スポーツ協会



HP▶ 浜松市スポーツ協会 検索

スポーツ教室

内容	初回日	申込	内容	初回日	申込
いやしの乗馬	3月1日(土)	HP	産後エクササイズ&ベビーマッサージ	3月3日(月)	HP
少林寺拳法(中瀬)	3月4日(火)	HP	はつらつ体力アップ	2月18日(火)	A
合気道	3月3日(月)	HP	親子テニス	2月22日(土)	B

申込:【HP】ホームページ申込フォーム、【A】浜松アリーナ(☎461-1111)、【B】浜松市スポーツ協会天竜支部(☎925-8061)

春の民謡・舞踊大会

日時:3月23日(日)13:00～15:00◆場所:可美公園総合センター(中央区増楽町)◆申込:【窓口・電話】浜松市民舞踊連盟 粉川 ^{こがわ}(☎453-6667)へ。1月19日(日)から(先着順)

マークの説明: 当日、直接会場へ

講座・教室

ふれあい交流センター

問い合わせは下記参照

- ① **HP**▶ふれあい交流センター竜西
- ②~⑤ **HP**▶浜松市社会福祉協議会
- ⑥ **HP**▶ふれあい交流センター浜北

申込: マークのない講座は申し込みが必要。
詳細はホームページまたは施設に確認(受講対象年齢が設けられている講座あり)

場所/問合	内容	開催日・初回日
① 竜西 (中央区中郡町) ☎433-9045	親子であそぼう「ははは広場」	1月19日(日)
	こどものための読み聞かせ	1月26日(日)
	パネルシアター	1月26日(日)
	ママのスイーツ教室	2月13日(木)
② 湖東 (中央区和地町) ☎486-0650	骨盤底筋体操とスクエアステップ講座	2月2日(日)
③ 可美 (中央区増楽町) ☎440-0571	親子ふれあい体操	2月2日(日)
	指ヨガお手軽健康法	2月4日(火)
	親子でバレンタインチョコ作り	2月9日(日)
④ 江之島 (中央区江之島町) ☎425-9907	パパママと赤ちゃんのための ベビーマッサージ講座	2月1日(土)
	第3期カーズマン先生と楽しく 体育遊び	2月9日(日)
	多世代交流 「災害時にも役立つコミュニケーション &身体作り体操」	3月1日(土)
⑤ 青龍 (中央区青屋町) ☎422-2161	親子バレンタインのお菓子づくり	2月11日(火)
	認知症予防講座	2月25日(火)
⑥ 浜北 (浜名区小林) ☎587-4830	親子であそぼう「ははは広場」	2月2日(日)
	こどものための読み聞かせ	2月16日(日)

はまきた食育の会

浜名健康づくりセンター ☎585-1171

市HP▶健康づくり イベント情報

内容	日時	場所
① ママさんクッキング	2月6日(月)9:30~13:00	浜名協働センター
② 子ども食育フェスティバル	2月16日(日)10:00~11:30	(浜名区小松)

<共通項目>申込:【電話】1月15日(水)8:30から(先着順)

文化財救済ボランティア講座(全2回)

文化財課 ☎457-2466

市HP▶文化財 講座

日時:2月15日(土)・22日(土)14:00 ~ 16:00◆場所:引佐支所(浜名区引佐町井伊谷)◆申込:【ホームページ】1月31日(金)締切(抽選)



1・6
竜西・浜北

2・6
湖東・可美
江之島・青龍

3・5
可美・増楽

4・5
江之島・青龍

5・6
青龍・小林

6・6
浜北・小林

7・6
浜北・小林

8・6
浜北・小林

9・6
浜北・小林

10・6
浜北・小林

11・6
浜北・小林

12・6
浜北・小林

1・7
浜北・小林

2・7
浜北・小林

3・7
浜北・小林

4・7
浜北・小林

5・7
浜北・小林

6・7
浜北・小林

7・7
浜北・小林

8・7
浜北・小林

9・7
浜北・小林

10・7
浜北・小林

11・7
浜北・小林

12・7
浜北・小林

1・8
浜北・小林

2・8
浜北・小林

3・8
浜北・小林

4・8
浜北・小林

5・8
浜北・小林

6・8
浜北・小林

7・8
浜北・小林

8・8
浜北・小林

9・8
浜北・小林

10・8
浜北・小林

11・8
浜北・小林

12・8
浜北・小林

1・9
浜北・小林

2・9
浜北・小林

3・9
浜北・小林

4・9
浜北・小林

5・9
浜北・小林

6・9
浜北・小林

7・9
浜北・小林

8・9
浜北・小林

9・9
浜北・小林

10・9
浜北・小林

11・9
浜北・小林

12・9
浜北・小林

1・10
浜北・小林

2・10
浜北・小林

3・10
浜北・小林

4・10
浜北・小林

5・10
浜北・小林

6・10
浜北・小林

7・10
浜北・小林

8・10
浜北・小林

9・10
浜北・小林

10・10
浜北・小林

11・10
浜北・小林

12・10
浜北・小林

1・11
浜北・小林

2・11
浜北・小林

3・11
浜北・小林

4・11
浜北・小林

5・11
浜北・小林

6・11
浜北・小林

7・11
浜北・小林

8・11
浜北・小林

9・11
浜北・小林

10・11
浜北・小林

11・11
浜北・小林

12・11
浜北・小林

1・12
浜北・小林

2・12
浜北・小林

3・12
浜北・小林

4・12
浜北・小林

5・12
浜北・小林

講座・教室

応急手当の方法を学ぼう

警防課 ☎475-7562

市HP▶救急講習

応急手当



内容/場所	防災学習センター (中央区山下町)	消防局 (中央区下池川町)	北消防署 (浜名区細江町三和)
普通救命講習Ⅰ	2月26日(水) 10:00~13:00 14:00~17:00 3月14日(金) 10:00~13:00 3月27日(木) 13:30~16:30	2月20日(木) 10:00~12:00 (ライブ講習)	2月18日(火) 9:00~12:00 3月12日(水) 9:00~12:00 13:30~16:30
普通救命講習Ⅲ	2月14日(金) 13:30~16:30	—	3月21日(金) 9:00~12:00
上級救命講習	3月25日(火) 10:00~19:00	—	2月27日(木) 8:30~17:30

申込:【ホームページ・窓口・郵送・ファクス】開催月1日の正午~開催日前日の正午必着(土・日曜日、祝日を除く)※ライブ講習は1月15日(水)正午からホームページのみ申し込み可(全て先着順)
※消防署・出張所の窓口への申し込みも可
※救命講習受講申請書はホームページからダウンロード可

外国人学習支援センター(U-ToC)

(中央区雄踏町宇布見) ☎592-1117

HAMAPO



HP▶HAMAPO

日本語教室 浜松版生活日本語コース さくらクラス
プロジェクトワーク発表会

日時:2月9日(日)10:00 ~ 12:30◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【窓口・電話】1月15日(水)から(先着順)

聞こう!話そう!ワクワクドキドキ天竜日本語教室
(ICTクラス)発表会&交流会

日時:2月9日(日)13:00 ~ 15:00◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【電話・ホームページ】1月15日(水)から(先着順)

外国につながる子どもの日本語を絵本で伸ばそう!

日時:2月11日(火)13:00 ~ 16:00◆場所:中央図書館(中央区松城町)◆申込:【ホームページ】1月15日(水)から(先着順)

松韻亭

(中央区鹿谷町) ☎473-4310

松韻亭



HP▶茶室 松韻亭

内容	日時
京都 相国寺 平塚景堂老師講演会 「茶席の禪語」	2月16日(日)15:00~17:00
菓子から学ぶ日本の行事 ~菓子作り講座~	3月7日(金)10:00~12:00

<共通項目>申込:【窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】1月15日(水)9:00から(先着順)

都田郷土講座「都田古墳巡りウォーク」

中央図書館 ☎456-0234

郷土講座



市HP▶都田図書館 古墳

日時:2月10日(月)9:30 ~ ※小雨決行。延期の場合は2月17日(月)同時刻実施◆場所:都田図書館(浜名区都田町)◆問合・申込:【窓口・電話】都田図書館(☎428-0011)へ。1月15日(水)9:00から(先着順)

そうだん

人権擁護委員による特設相談
(偏見や差別、ハラスメントなど)

人権啓発センター ☎457-2031

人権啓発
センター



市HP▶人権啓発センター

検索

問合: 静岡地方方法務局浜松支局 (☎454-1396)

場所 【★印は完全予約制、予約がない場合は開設しません】	開催日	時間
中央区役所 ★	2月6日(木) 3月6日(木)	13:00 ~ 16:00
東行政センター ★	2月6日(木)	
西行政センター ★		
南行政センター ★		
春野支所	2月6日(木)	9:00 ~ 11:00
佐久間支所	2月12日(水)	13:00 ~ 15:00
龍山森林文化会館	3月19日(水)	13:30 ~ 15:00

〈共通項目〉申込:【電話】1月26日(日)17:00締切※春野支所、佐久間支所、龍山森林文化会館は当日受付可。受け付けは終了の30分前まで

8士業(弁護士、公認会計士、司法書士、税理士、不動産鑑定士、社会保険労務士、土地家屋調査士、弁理士)による無料合同相談会 直

くらしのセンター ☎457-2635

静岡県
弁護士会



HP▶無料合同相談会

検索

日時: 2月1日(土)10:00 ~ 15:00 ◆場所: 市民協働センター(中央区中央一丁目) ◆問合: 静岡県弁護士会 (☎054-252-0008)

外国人のための相談会(無料)

多文化共生センター ☎458-2170

HAMAPO
イベント



HP▶HAMAPO

検索

内容	開催日	時間
行政書士相談・外国人と日本人との間のトラブルの調停(行政書士ADR)	2月15日(土)	13:00 ↓
社労士相談	2月20日(木)	
弁護士相談	2月27日(木)	16:00
在留資格に関する相談	3月6日(木)	

場所: クリエイト浜松(中央区早馬町) ◆申込: 【窓口・電話】1月15日(水)から(先着順)

市長への ご意見箱

市政への建設的なご意見・ご提言をお待ちしています。ぜひご意見をお寄せください。

「市長へのご意見箱」は、郵送または市のホームページから送信できます。



市HP▶市長へのご意見箱

検索

問合 広聴広報課
☎457-2023

【お詫びと訂正】12月号3ページに掲載した学校名に誤りがありました。正しくは「浜松学芸高等学校」です。お詫びして訂正します。

講座・教室

動物愛護教育センター

(中央区館山寺町) ☎487-1616

動物愛護
教育センター



HP▶浜松市動物愛護教育センター

検索

内容	日時	申込締切日
愛犬のしつけ方教室	2月16日(日)10:30~11:30	2月9日(日)
ワンニャン飼い方相談会	3月19日(水)10:00~11:30	3月12日(水)

〈共通項目〉申込: 【窓口・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】必着(抽選)

樹林管理ボランティア(もりメイト)育成講座

緑政課 ☎457-2565

樹林管理
ボランティア



市HP▶樹林管理ボランティア

検索

開催日	時間	場所	申込締切日
1月19日(日)	9:30~12:30	幸四丁目の樹林 (中央区幸四丁目)	1月16日(木)
2月8日(土)		高林・住吉地区市民の森 (中央区住吉四丁目)	2月6日(木)
2月15日(土)		幸・曳馬市民の森 (中央区幸二丁目)	2月12日(水)
3月1日(土)		富塚川平地区市民の森 (中央区富塚町)	2月25日(火)

〈共通項目〉申込: [Eメール]

そうだん

行政相談委員による行政相談 直

問い合わせは下記参照

行政相談



HP▶行政相談 受付窓口

検索

場所	日時	問合
中央区役所	1月16日(木)9:00~12:00	☎457-2121
東行政センター	2月4日(火)9:00~12:00	☎424-0153
西行政センター	2月25日(火)10:00~12:00	☎597-1115
南行政センター	2月12日(水)9:00~12:00	☎425-1382
浜名区役所	1月16日(木)9:00~11:30	☎585-1112
引佐支所	1月15日(水)9:00~12:00	☎523-1116 (北行政センター)
天竜区役所	2月12日(水)13:30~15:30	☎922-0019
春野支所	2月6日(木)9:00~11:00	☎983-0001
佐久間支所	2月12日(水)13:00~15:00	☎966-0002

まちづくり×みどりの座談会

緑政課 ☎457-2565

みどりの
人財支援



HP▶みどりの人財支援プロジェクト

検索

日時: 2月24日(月)13:00~16:00 ◆場所: 市民協働センター(中央区中央一丁目) ◆問合・申込: 【ホームページ・Eメール】(有)スマイルプラスへ。1月16日(木)から(先着順)

浜松市広報TV

浜松市広報TV(#推しはま!～みんなの推しはままつ～)は、浜松市政にまつわる身近な話題を、分かりやすくお届けする20分の市政情報番組です。

浜松ケーブルテレビで
毎日放送中!!



〈1月号 番組構成〉

・#推しはま!～みんなの推しはままつ～
「はままつ農ライフ特集!」

ジョイマン、うるとらブギーズが“推しになる”浜松の情報をたっぷりとお届けする市政情報番組!
第9回の放送は、誰でも気軽に農業を楽しむことができる「農ライフ」についてジョイマンが紹介します!

・浜松市長のイチ推し!

「浜松の森林・林業～新たな価値創出に向けて～」

ケーブルテレビ「チャンネル・ウィンディ(地デジ12CH)」内で放送しています。

放送時間帯(毎日)

- ①11:00～11:20、②17:00～17:20
③21:00～21:20(③は月～金曜日のみ放送)

問合:広聴広報課 ☎457-2021

市HP▶推しはま

市ホームページからも
見ることができます!



市の人口 と世帯数	男	女	総数	世帯数
	391,222人 (-204)	393,303人 (-212)	784,525人 (-416)	358,188 (+41)
中央区	302,070人 (-129)	302,738人 (-149)	604,808人 (-278)	282,454 (+25)
浜名区	76,997人 (-53)	77,813人 (-33)	154,810人 (-86)	63,939 (+29)
天竜区	12,155人 (-22)	12,752人 (-30)	24,907人 (-52)	11,795 (-13)

【住民基本台帳による】 2024(令和6)年12月1日現在 / ()内は前月比

令和7年度 地域力向上事業

「市民提案による住みよい地域づくり助成事業」の提案募集

市民協働・地域政策課 ☎457-2094

地域で抱えている課題を解決する事業や地域の魅力を活用する事業に対して、経費の2分の1以内の額(上限200万円)を助成します。

◆応募資格◆

3人以上で構成され、市内に住所を有する、または市内で活動する団体

◆対象事業◆

- ① 地域コミュニティづくりに関する事業
- ② 安全安心な地域づくりに関する事業
- ③ 生活改善および生活環境の向上に関する事業
- ④ 文化・スポーツ・生涯学習の振興に関する事業
- ⑤ 健康・福祉の向上に関する事業
- ⑥ 地域の特性を活かしたまちづくり事業

※2026(令和8)年3月31日までに終了する事業が対象

◆応募方法◆

所定の事業提案書などに必要事項を記入して、各区の区振興課または行政センターへ提出してください。

【1月31日(金)必着】

※応募要項・様式は、市ホームページからもダウンロードできるほか、各区区振興課・行政センター・支所および協働センターでも配布しています

問い合わせ先		
中央区	区振興課	☎457-2210
	東行政センター	☎424-0115
	西行政センター	☎597-1112
	南行政センター	☎425-1120
浜名区	区振興課	☎585-1141
	北行政センター	☎523-1168
天竜区	区振興課	☎922-0013



市HP▶地域力向上事業

今月のプレゼント

はがきに

- 郵便番号、住所、氏名、年代、電話番号
- 広報はままつに関するご意見、ご感想、取り上げてほしいテーマ

を記入し、下記宛先に送ってください。

【宛先】

〒430-8652 広聴広報課 プレゼント係
(郵便番号と課名・係名のみで届きます)

1月31日(金)締切(消印有効)

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます

市ホームページからも応募できます!

応募期間:1月5日(日)～31日(金)

市HP▶広報はままつ



あらたまの湯 ペア入浴招待券

(抽選で5組10人)

ゆっくり、ゆったり、癒やしの温泉時間

あらたまの湯の源泉はナトリウムを多く含んだ炭酸水素塩泉です。肌を滑らかにする効果があることから「美肌の湯」と言われています。浴場は、黒と石がテーマの「石庭の湯」、白と木がテーマの「森林の湯」の2つに分かれています(男女週替わり)。地元で採れた農作物を販売する物産店や、豊富なメニューをそろえたレストラン、売店コーナー、漫画コーナー、足湯などもあり、温泉以外もお楽しみいただけます。



露天風呂(石庭の湯)



大浴場(森林の湯)

美肌の湯 天然温泉
あらたまの湯



浜名区四大地9-921/☎582-1126
9:00～21:00(受付終了は20:00)
休館日:月曜日