

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

けんこう



図書館で学ぶいきいき健康講座
認知症について知ろう

中央図書館(中央区松城町) ☎456-0234

健康講座



市HP▶ [浜松 図書館 いきいき健康講座](#) [検索](#)

日時:3月6日(木)10:00~11:30◆申込:【窓口・電話・ホームページ】
2月15日(土)9:00から(先着順)

こころの健康相談

障害保健福祉課 ☎457-2213

こころの健康相談



市HP▶ [こころの健康相談](#) [検索](#)

開催日	時間	場所	申込
3月6日(木)	13:00	佐久間保健センター (天竜区佐久間町中部)	【電話】2月17日(月) 8:30から(先着順)
3月13日(木)	15:00	障害保健福祉課 (市役所本館2階)	

認知症相談会

高齢者福祉課 ☎457-2105

認知症相談会



市HP▶ [認知症相談](#) [検索](#)

日時:2月27日(木)、3月27日(木)14:00 ~ 17:00◆場所:聖隷三方原病院
よろず相談地域支援室(中央区三方原町)◆問合せ・申込:【電話】浜松市
認知症疾患医療センター(☎439-0006)へ。2月17日(月)から(先着順)

精神保健福祉センター

(中央区中央一丁目)☎457-2709

精神保健福祉センター



こだま



市HP▶ [精神保健福祉センター](#) [検索](#)

市HP▶ [ひきこもりサポートセンターこだま](#) [検索](#)

① 自死遺族わかちあいの会

日時:3月8日(土)14:00~16:30◆申込:【電話】3月7日(金)17:00締切

② 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 直

日時:3月8日(土)・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)

③ 摂食障害家族サロンひまわり

日時:3月22日(土)13:30~15:30◆場所:市民協働センター(中央区
中央一丁目)◆申込:【電話】3月21日(金)17:15締切

食と健康セミナー

「今から始める知的食生活のすすめ
~アクティブエイジングを目指して~」

中央健康づくりセンター(東) ☎424-0125

食と健康セミナー



市HP▶ [食と健康セミナー](#) [検索](#)

開催日	時間	場所	申込
2月25日(火)	9:30	可美公園総合センター (中央区増楽町)	【電話】2月17日(月) 8:30から(先着順)
3月12日(木)	11:30	天竜協働センター (中央区薬新町)	

※上記日程からどちらかを選択

おしらせ



令和8年度採用(令和7年度実施)
浜松市立小・中学校教員採用選考試験
出願サポートガイダンス 直

教職員課 ☎457-2414

出願サポートガイダンス



市HP▶ [出願サポートガイダンス](#) [検索](#)

日時:2月15日(土)10:00 ~◆場所:東小学校 体育館(中央区中央二丁目)

里親制度説明会

児童相談所(中央区中央一丁目) ☎457-2705

里親



市HP▶ [里親](#) [検索](#)

日時:3月14日(金)19:00~20:30◆申込:【電話・ホームページ】3月
13日(木)締切

福祉職場相談会・就職ガイダンス

福祉総務課 ☎457-2326

福祉人材バンク



市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 就職ガイダンス	2月20日(木) 3月6日(木)・ 13日(木)	9:00~9:30	福祉交流センター (中央区成子町)
② 介護のDVD視聴会 直	2月20日(木) 3月6日(木)・ 13日(木)	9:45~12:00	
③ 冬・SHIZUOKA福祉の就職相談会	3月2日(日)	13:00~15:30	サーラシティ 浜松 (中央区砂山町)
④ 福祉職場説明会 直	2月20日(木) 3月6日(木)・ 13日(木)	9:45~11:45	福祉交流センター

〈共通項目〉問合せ:福祉人材バンク(☎458-9205)◆申込:【窓口・電話・ファクス・Eメール】①開催日前日の17:00締切、③2月28日(金)17:00締切

3月9日は津波避難訓練

屋外スピーカーのサイレン吹鳴、
緊急速報メールの配信

危機管理課 ☎457-2537

自主防災隊



市HP▶ [自主防災隊](#) [検索](#)

日時:3月9日(日)※訓練のお知らせを8:50ごろに同報無線で放送

サイレン吹鳴 (一部沿岸部)	地震発生【9:00ごろ】	60秒間吹鳴
	大津波警報【9:05ごろ】	3秒吹鳴・2秒休止×3回 を2回実施します
緊急速報メール 【9:05ごろ】	中央区・浜名区の携帯基地局と通信中の携帯電話、 スマートフォンに配信 ※マナーモードでも鳴動する場合があります	

けんこう



アリーナ健康フェスティバル

浜松アリーナ(中央区和田町) ☎461-1111

スポーツ協会



市HP▶ [浜松市スポーツ協会](#) [検索](#)

日時:3月20日(木)9:00 ~ 15:00◆申込:【ホームページ】2月18日(火)
12:00から(先着順)



マークの説明: 直 当日、直接会場へ

こそだて

離乳食教室
 問い合わせは下記参照



HP▶ **ぴっぴ** 離乳食教室 検索
 対象: 2024(令和6)年10月生まれの子供の保護者(オンラインのみ
 2024(令和6)年9月、11月生まれも受講可) ◆**申込**:【ホームページ・
 LINE】2月15日(土)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	3月5日(水)	①13:30~14:25 ②14:50~15:45
東部協働センター	3月13日(木)	
積志協働センター	3月24日(月)	
入野協働センター	3月6日(木)	
三方原協働センター	3月14日(金)	
鹿玉協働センター	3月7日(金)	
オンライン	3月21日(金)	

もぐもぐ元気っこ教室
 問い合わせは下記参照



HP▶ **ぴっぴ** もぐもぐ元気っこ教室 検索
 対象: 2024(令和6)年7月・8月生まれの子供と保護者 ◆**申込**:【ホー
 ムページ・LINE】2月15日(土)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	3月27日(木)	10:00~11:15
東部保健福祉センター	3月13日(木)	
西部保健センター	3月5日(水)	
南行政センター	3月6日(木)	
浜北保健センター	3月14日(金)	
引佐健康センター	3月6日(木)	
天竜保健福祉センター	3月4日(火)	

【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▶ **ぴっぴ** 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

けんこう

成人健康相談(3月) 直
 問い合わせは表内参照



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)・ 24日(月) 9:00~11:00	☎413-5577★
	東行政センター	4日(火)・11日(火)・18日(火)・ 25日(火) 9:30~11:30	☎424-0122★
	舞阪保健センター	11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)
天竜	三ヶ日保健センター	予約制(電話申込)	
	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
	佐久間保健センター	11日(火)9:30~11:30	☎966-0005
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)	4日(火) 9:30~10:00 10:30~11:00 21日(金) 14:00~14:30 15:00~15:30	☎453-6125 (健康増進課)	

こそだて

児童手当
 子育て支援課 ☎457-2792



HP▶ **ぴっぴ** 児童手当 検索
 2月期分の手当【12月~1月分】を2月14日(金)に指定の口座に支払いま
 す ◆**問合せ**: 下表の問い合わせ先へ

問い合わせ先

中央子ども家庭センター	☎457-2035
東子ども家庭センター	☎424-0175
西子ども家庭センター	☎597-1157
南子ども家庭センター	☎425-1463
浜名子ども家庭センター	☎585-1121
北子ども家庭センター	☎523-2893
天竜子ども家庭センター	☎922-0023

マークの説明: ■ 当日、直接会場へ

イベント

はままつ北フェス2025 直

北行政センター地域振興担当 ☎523-1168

市HP▶ 検索

日時: 3月2日(日)9:30 ~ 15:00 ◆ **場所**: 都田総合公園(浜名区新都田一丁目)



天文台(五島協働センター 3階)

(中央区福島町) ☎425-9158

市HP▶ 検索



内容	開催日	時間	申込開始日
星空観望会	2月22日(土)	18:30~20:30	2月19日(水)
	3月1日(土)		2月26日(水)
	3月8日(土)		3月5日(水)
	3月15日(土)		3月12日(水)
太陽・昼間の星観望会	3月2日(日)	14:00~16:00	2月26日(水)
めざせ!望遠鏡マスター	3月8日(土)	17:30~18:30	3月5日(水)

<共通項目>申込:【ホームページ】各日13:00から(先着順)

市場せり見学会

中央卸売市場(中央区新貝町) ☎427-7406

市HP▶ 検索

日時: 4月12日(土)・26日(土)5:00 ~ 8:00 ◆ **申込**:【郵送・ホームページ】3月10日(月)17:00締切(抽選)



昔の暮らし体験館 直

博物館(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208

市HP▶ 検索

日時: 2月22日(土)・23日(日)9:15~11:00、13:15~15:00



青少年の家

(中央区住吉四丁目) ☎471-4725

HP▶ 検索



内容	日時
① 親子で楽しむ絵本とあそび(後期) 直	3月7日(金)10:30~11:00
② なかよしの森ようちえん	3月24日(月)9:30~15:00

申込:【ホームページ】②2月16日(日)~ 3月2日(日)締切(抽選)

雄踏文化センター

(中央区雄踏町宇布見) ☎596-1100

HP▶ 検索



内容	日時
① 雄踏文化センターまつり 直	2月16日(日)10:00~17:00
② おやじDEナイト 直	3月8日(土)18:00~21:00
③ クリスタルピアノコンサート	3月22日(土)10:00~12:00
④ 親子お菓子づくり教室	3月23日(日)13:00~15:00

申込:③・④【窓口・電話・ファクス】2月15日(土)9:00から(先着順)

こそだて

就学先ガイダンス

教育支援課 ☎457-2428

市HP▶ 検索



開催日	時間	場所
3月3日(月)	10:00 ↓ 11:30	西行政センター(中央区雄踏一丁目)
3月5日(水)		教育センター(中央区東三方町)
3月10日(月)		浜名区役所(浜名区貴布祢)
3月19日(水)		南行政センター(中央区江之島町)
3月21日(金)		アイミティ浜松(中央区船越町)
3月24日(月)		みをつくし文化センター(浜名区細江町気賀)

申込:【ホームページ】2月17日(月)9:00から(先着順)

発達相談

健康増進課 ☎453-6117

HP▶ 検索

日時: 3月13日(木) ◆ **場所**: 中央保健福祉センター(中央区板屋町) ◆ **申込**:【電話】2月27日(水)締切



浜松こども館

(中央区鍛冶町) ☎450-9111

HP▶ 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3月)
みんなでぐるぐる~!こまあそび 直	1日(土)14:00~15:00
おやつ作り~おたのしみクッキー~ ★	2日(日)11:00~11:45
音と遊ぼうリトミック 直	3日(月) ① 10:30~11:10 ② 11:20~12:00
いっしょにあそぼ! 直	① 4日(火) ② 5日(水) ③ 6日(木) ④ 10日(月) 各日10:30~11:30
① ねんね・ごろんの赤ちゃん&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 ハイハイ赤ちゃん	
助産師さんのベビーマッサージ 直	7日(金)10:30~11:30
親子でおやつ~おたのしみクッキー~ ★	7日(金)11:00~11:45
しょうぎに挑戦 直 ~初心者から上級者まで~	8日(土)13:00~15:00
よみかたりさん 直	9日(日)10:50~11:20
テノールとピアノのコンサート 直	11日(火)11:00~11:30
はじめてのゆびえのぐ 直	13日(木)10:30~11:30
助産師さんのベビーマッサージ in青少年の家 直	14日(金)10:30~11:30
はじめてのパン作り ★	14日(金)11:30~12:00
つくってあそぼうベビー&こどもじゃず 直	15日(土)11:00~11:30
パン作り~チョコ入りパン~ ★	16日(日)11:30~12:15
<MOCOBO>輪ゴム鉄砲を作ろう! 直	29日(土)10:15~15:15

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

イベント

イベント

かれやま
枯山で生きもの調査!
 ~ギフチョウをみつけよう~
 環境政策課 ☎453-6149



市HP▶環境 イベント 検索

日時: 3月22日(土)9:00~12:00※雨天中止 ◆**集合場所**: 渋川親水公園(浜名区引佐町渋川) ◆**申込**: [ホームページ・Eメール] 3月5日(水)締切(抽選)

産業振興課
 ① ☎457-2285 / ② ☎457-2096



① アクト通りふれあいデイ 直
市HP▶アクト通りふれあいデイ 検索

日時: 2月16日(日)9:00~12:00※雨天中止 ◆**場所**: アクト通り

② はままつ謎解き街巡り 直
HP▶浜松 謎解き街巡り 検索



日時: ~3月10日(月)9:00~17:00 ◆**スタート地点**: Any (中央区千歳町)

松韻亭
 (中央区鹿谷町) ☎473-4310



HP▶茶室 松韻亭 検索

内容	日時
茶席の【掛物】について学ぶ	3月22日(土)13:00~15:00
春の茶会	4月5日(土)10:00~15:00

<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] 2月15日(土)9:00から(先着順)

鴨江アートセンター
 (中央区鴨江町) ☎458-5360



HP▶鴨江アートセンター 検索

内容	日時
① 写真のワークショップ	3月23日(日)13:00~17:00
② k a c niche collection 友野可奈子展 直	~3月31日(月)9:00~21:30

申込: ① [窓口・電話・Eメール] 2月20日(木)9:00から(先着順)

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 検索

内容	日時
① みどりと花を愉しむ <small>たの</small> ノルディック・ウォーク 直	3月3日(月)・6日(木)・17日(月)・27日(木)・31日(月) 10:00~11:30
② ナチュラルハーブ講座 (紫根クリーム)	3月9日(日)10:00~12:00
③ 山野草初心者講座 「マツトセンノウの栽培方法」	3月15日(土)10:00~12:00
④ 季節のプリザーブドフラワーアレンジメント講座	3月25日(火)10:00~12:00

申込: ②~④ [窓口・電話] 2月15日(土)9:00から(先着順)

万葉の森公園
 (浜名区平口) ☎586-8700



HP▶万葉の森公園 検索

内容	日時
① 万葉植物等を描く絵手紙体験 直	2月23日(日)10:00~14:30
② 万葉菓子講座	3月2日(日)9:30~13:00
③ 季節の公園散策(解説付き) 直	3月2日・9日・16日・23日(全日曜日)11:00~(40分程度)
④ わたくり・わたつむぎ	3月8日(土) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00
⑤ 万葉文学講座「万葉集と松」	3月9日(日)13:30~15:00
⑥ 万葉草木染め体験「ツバキ」	3月16日(日)10:00~12:00
⑦ 舟橋弘子の万葉コンサート 直	3月22日(土) ①11:00~11:30 ②13:30~14:00
⑧ 花の宴 <small>うたげ</small>	3月23日(日)11:00~14:00

申込: [窓口・電話] ②・⑤・⑧ 2月16日(日)、④・⑥ 2月15日(土) 各日 9:00から(先着順)

フラワーパーク
 (中央区館山寺町) ☎487-0511



HP▶はままつフラワーパーク 検索

内容	日時
お花見箸をつくろう 直	3月2日(日)10:30~15:00
花のウォーキング 直	3月8日(土)10:00~12:00

ふじのくに祝祭 特別展覧「富士山展」 直
 賀茂真淵記念館(中央区東伊場一丁目)
 ☎456-8050



HP▶賀茂真淵記念館 検索

期間: 2月16日(日)~23日(日)9:30~17:00※2月17日(月)は休館

フルーツパーク時之栖
 (浜名区都田町) ☎428-5211



HP▶はままつフルーツパーク 検索

内容	日時
① サッカー ゴールキーパークリニック	3月16日(日) 小学生(1~3年生): 13:30~14:20 小学生(4~6年生): 14:30~15:20 中学生、高校生: 15:30~16:20
② いちごサミット 直	2月22日(土)~24日(月)11:00~15:00
③ ブルーベリー <small>せんてい</small> 剪定教室 直	3月2日(日) ①10:00~12:00、②13:30~15:30

申込: [ホームページ・電話] ①・③ 2月15日(土)から(先着順)

営業時間変更のお知らせ
 3月19日(水)まで9:00~17:00、3月20日(木)から9:00~18:00

木下恵介作品上映会『衝動殺人 息子よ』 直
 木下恵介記念館(旧浜松銀行協会)
 (中央区栄町) ☎457-3450



HP▶木下恵介記念館 検索

日時: 3月16日(日)①10:00~、②14:00~(上映30分前から開場)

マークの説明: 当日、直接会場へ

おんがく

ギネス世界記録に挑戦！最大の鍵盤ハーモニカアンサンブル挑戦者大募集！！

ギネス挑戦

北行政センター地域振興担当 ☎523-1168

市HP▶

日時:3月2日(日)13:00 ◆ **場所:**都田総合公園(浜名区新都田一丁目) ◆ **申込:**【ホームページ】2月28日(金)締切

音楽の広場

「ブラジルの伝統武術 カポエイラ」

楽器博物館(中央区中央三丁目) ☎451-1128

楽器博物館

HP▶

日時:3月9日(日)①11:00 ~ 11:30、②14:00 ~ 14:30

あいホール

(中央区幸三丁目) ☎412-0350

HP▶

浜松ジュニアジャズオーケストラ スイングキッズ成果発表会

日時:3月23日(日)10:00 ~ 11:00(9:45開場)

すずめの学校合唱部 第3回定期演奏会

「天まで響け!希望の歌声」

日時:4月13日(日)13:30 ~ 15:30(12:45開場) ◆ **場所:**アクトシティ中ホール(中央区板屋町) ◆ **申込:**【窓口】2月15日(土)10:00から

福祉交流センター開館40周年記念 第179回オルガン定期演奏会

福祉総務課 ☎457-2326

オルガン定期演奏会

市HP▶

日時:3月12日(水)19:00~20:30(18:30開場) ◆ **場所:**福祉交流センター(中央区成子町) ◆ **出演:**湊 彩花

浜松ジュニアプラス第4回定期演奏会

サーラ音楽ホール(浜名区新都田三丁目) ☎428-5700

サーラ音楽ホール

HP▶

日時:3月2日(日)14:00~16:00

ジュニアオーケストラ浜松・ジュニアクワイア浜松 団員臨時募集

アクトシティ(文化振興財団) ☎451-1150

JOJC

HP▶

内容	選考日	場所	申込締切日
オーケストラ	3月20日(木)	アクトシティ	3月9日(日)
クワイア		研修交流センター	3月16日(日)

〈共通項目〉申込:【ホームページ】

広報はままつ編集室のこぼればなし

紙面上では伝えきれなかった情報などを、編集メンバーがWEB記事でお届けします！

HP▶

イベント

まちむらリレーション市民交流会議

市民協働・地域政策課 ☎922-0200

まちむらリレーション

市HP▶

日時:2月28日(金)13:00~16:00 ◆ **場所:**天竜壬生ホール(天竜区二俣町二俣) ◆ **申込:**【窓口・電話・ホームページ・Eメール】2月27日(木)締切

浜松科学館(みらいーら)

(中央区北寺島町) ☎454-0178

浜松科学館

HP▶

内容	日時
MENKA Fair2025	~2月16日(日)9:30~17:00
ミニワーク「青色LED万華鏡」	2月18日(火)~3月2日(日) 13:00~15:30
夜の科学館 3月テーマ「旅」	3月14日(金)17:01~20:00
プラネタリウム「まわる星と、かわる季節」	~4月13日(日)14:30~15:25 ※土・日曜日、祝日、3月20日(木)~4月6日(日)は11:30 ~ 12:25も放映

特別展 秋野不矩と高畑郁子

かいこう - インドとの邂逅 -

秋野不矩美術館(天竜区二俣町二俣) ☎922-0315

秋野不矩美術館

HP▶

期間:~3月16日(日)9:30~17:00 ※入館は16:30まで

緑政課

☎457-2565

森守チャレンジ~森を知る森歩き~

森守チャレンジ

市HP▶

日時:3月1日(土)①9:00 ~、②10:30 ~、③13:00 ~ ◆ **場所:**幸四丁目の樹林(中央区幸四丁目) ◆ **問合:**(株)ナインスケッチ(☎435-1235)

みどりXまちづくり 事業構想公開プレゼンテーション

みどりの人財支援

HP▶

日時:3月1日(土)13:30 ~ 16:00 ◆ **場所:**クリエート浜松(中央区早馬町) ◆ **申込:**【ホームページ・Eメール】3月1日(土)締切(抽選)

子どもの恋愛について親が知っておくべきこと ~保護者のためのデートDV 予防講座(オンライン動画配信)

DV防止

UD・男女共同参画課 ☎457-2561

市HP▶

日時:2月14日(金)~3月14日(金) ◆ **申込:**【ホームページ】3月10日(月)締切

いのちをつなぐ手紙~明日へのメッセージ 2025~(ステージイベント・助産師講話など)

いのちをつなぐ手紙

精神保健福祉センター ☎457-2709

市HP▶

日時:3月2日(日)10:00~16:00 ◆ **場所:**プレ葉ウォーク浜北1階プレ葉コートほか(浜名区貴布祢)

伊左地のマルシェ

農村環境改善センター(中央区伊左地町) ☎486-1122

農村センター

HP▶

日時:3月16日(日)10:00 ~ 15:00

マークの説明:  当日、直接会場へ

スポーツ 

サーラグリーンアリーナ
 (浜名区平口) ☎585-1222



HP▶[サーラグリーンアリーナ](#) **検索**
アリーナ・スポーツ広場の一般開放(3月) 

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	12日(水)	9:00 ∩ 12:00	アリーナ
バウンドテニス	13日(木)		
卓球	19日(水)		
バスケットボール	26日(水)		
陸上	15日(土) 23日(日)	19:00 ∩ 21:00	スポーツ 広場

不登校の子が自由に“ホッ”と楽しく過ごせる場

開催日	時間	申込開始日
① 2月21日(金)	10:00~12:00	2月15日(土)
② 3月7日(金)		2月22日(土)

<共通項目>申込: [Eメール] 各日9:00から(先着順)

くるくるスポーツ体験会



問い合わせは下記参照

HP▶[サーラグリーンアリーナ](#) **検索**

内容	初回目	時間・問合・申込
体育(幼児・児童)	3月17日(月)	【窓口・電話】 サーラグリーンアリーナ (浜名区平口・☎585-1222) 2月19日(水)10:00から(先着順)
新体操	3月27日(木)	
チアダンス	3月27日(木)	
サッカー	3月26日(水)	【窓口・電話】浜北体育館 (浜名区西美園・☎585-1173) 2月19日(水)10:00から(先着順)
バドミントン		

**2025(令和7)年度 第1期(4~6月)
 プールプログラム**



北部水泳場(中央区高丘西四丁目) ☎438-0220

HP▶[浜松市北部水泳場](#) **検索**

内容	期間
① 成人プログラム・親子スイム	4月7日(月)~6月24日(火)
② 幼児・ジュニアスイム	

申込: ①【窓口】3月7日(金)から(先着順)、②【ホームページ】2月23日(日)締切(抽選)

新規受講生募集!!



令和7年度浜松市地域スポーツ指導者養成講習会
 浜松アリーナ(中央区和田町) ☎461-1111

HP▶[浜松アリーナ](#) **検索**

期間: 4月16日(水)~2026(令和8)年2月18日(水)◆申込: 【窓口・電話・ファクス・Eメール】2月17日(月)9:00から(先着順)

スポーツ 

**「ねんりんピック岐阜2025(10月開催)」
 浜松市代表選手選考会(60歳以上)**
 高齢者福祉課 ☎457-2789



市HP▶[「ねんりんピック」](#) **検索**

問合・申込: 区役所や行政センター、支所、協働センターなどで配布するチラシ(3月以降配布)またはホームページ(随時更新)で確認

浜松新電力テニスコート
 (中央区西丘町) ☎437-0605



HP▶[花川運動公園 スクール](#) **検索**

内容	初回目	申込開始日
ジュニア硬式テニス教室(全4回)	4月1日(火)	3月1日(土)
ジュニアソフトテニス教室(全4回)	4月2日(水)	3月2日(日)
中学生ソフトテニス教室(全8回)		2月23日(日)
中学生硬式テニス教室(全4回)		3月1日(土)
高校生女子硬式テニス教室(全4回)		

<共通項目>申込: 【窓口・電話】各日10:00から(先着順)

健康教室



舞阪総合体育館(舞童夢)
 (中央区舞阪町舞阪) ☎597-2800

HP▶[舞阪総合体育館 教室・イベント](#) **検索**

内容	初回目	時間
産後の体型もどし(全4回)	2月26日(水)	10:15~11:30
スポーツクリニック(健康講座)	2月28日(金)	10:00~11:30

<共通項目>申込: 【窓口・電話】2月15日(土)9:00から(先着順)

「サンライフ浜北」[浜北体育館]スポーツデー



問い合わせは下記参照

HP▶[サーラグリーンアリーナ](#) **検索**

内容	日時	場所
卓球・トレーニング室無料開放	3月2日(日) 9:00~16:30	サンライフ浜北 (浜名区菟南)
卓球・バドミントン一般開放、 エクササイズ教室体験など		浜北体育館 (浜名区西美園)

問合・申込: 【窓口・電話】サンライフ浜北(☎586-1881)、浜北体育館(☎585-1173)へ。2月15日(土)10:00から(先着順)

雄踏総合体育館



(中央区雄踏町宇布見) ☎597-3500

HP▶[雄踏総合体育館 イベント](#) **検索**

内容	開催日	時間
① 雄踏スポーツ祭り 	3月9日(日)	9:00~15:00
② ミズノ流忍者学校	3月22日(土)	9:00~10:30
		11:00~12:30

申込: ②【ホームページ】2月15日(土)9:00から(先着順)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

講座・教室

文芸館
 (中央区早馬町) ☎453-3933
 文芸館 

HP▶ 浜松文芸館 検索
 特別収蔵展「浜松ゆかりの女性作家 鷹野つぎ」展 直
 期間: 3月1日(土)～ 6月15日(日)9:00～17:00

文芸館 講座

内容	開催日	時間
俳句入門講座 I 春「俳句をはじめてみよう」 (全4回・毎週土曜日)	4月5日	9:30 ∩ 11:30
	4月12日	
	4月19日	
	4月26日	
『源氏物語』入門講座 「北村湖春の『源氏物語忍草』をよむ」 (全6回・毎週水曜日)	4月9日	9:30 ∩ 11:30
	4月16日	
	4月23日	
	4月30日	
	5月7日	
くずし字解読入門講座 『伊曾保物語(イソップ物語)』をよむ (全6回・毎月第2木曜日※8月は第1)	4月10日	13:30 ∩ 15:30
	5月8日	
	6月12日	
	7月10日	
『おくのほそ道』講座 「酒田・象潟・市振・金沢・小松」 (全6回・毎月第4金曜日)	4月25日	13:30 ∩ 15:30
	5月23日	
	6月27日	
	7月25日	
	8月22日	
『平家物語』講座 「いよいよ終末へ。巻十二～灌頂巻をよみます。」 (全6回・毎月第4日曜日※8月は第5、9月は第3)	4月27日	13:30 ∩ 15:30
	5月25日	
	6月22日	
	7月27日	
	8月31日	
川柳入門講座 「風刺やユーモアのセンスを磨こう」 (全5回・毎月第4日曜日※8月は第5)	4月27日	9:30 ∩ 11:30
	5月25日	
	6月22日	
	7月27日	
8月31日		

申込:【往復はがき】3月15日(土)必着(抽選)

いきいき菜園野菜づくり講座 直
 緑政課 ☎457-2565
 いきいき菜園 

市HP▶ いきいき菜園 検索

開催日	時間	場所
2月17日(月)	9:30～11:30	積志協働センター(中央区積志町)
	13:30～15:30	入野協働センター(中央区入野町)
2月21日(金)	9:30～11:30	緑化推進センター【みどり～な】 (中央区大塚町)

問合せ:【電話】浜松公園緑地協会(☎411-6687)へ

スポーツ

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

内容	初回目	申込	内容	初回目	申込
スクエアダンス	3月23日(日)	不要	やさしいエアロ	4月9日(水)	A
サイクリング	4月13日(日)	不要	ZUMBA	4月9日(水)	A
ラグビー	3月23日(日)	HP	かんたんダンス	4月9日(水)	A
空手道 (新橋体育センター)	4月1日(火)	HP	らくらくヨガ	4月9日(水)	A
少林寺拳法(米津)	4月1日(火)	HP	リズムエアロ	4月10日(木)	A
合気道	4月1日(火)	HP	足うらリフレッシュ	4月10日(木)	A
弓道(朝・夜)	4月3日(木)	HP	たのしくエアロ& ひきしめ	4月10日(木)	A
バドミントン	4月4日(金)	HP	やさしいヨガ	4月10日(木)	A
親子ボクシング	4月5日(土)	HP	サルセッション	4月11日(金)	A
健康乗馬	4月5日(土)	HP	すっきりヨガ(金)	4月11日(金)	A
空手道(武道館・ 東部協働センター)	4月5日(土)	HP	背骨コンディショニング	4月11日(金)	A
相撲	4月5日(土)	HP	シェイプヨガ	4月11日(金)	A
産後エクササイズ& ベビーマッサージ	4月7日(月)	HP	骨盤調整 エクササイズ	4月11日(金)	A
器械体操(リトル・ キッズ・ジュニア)	4月11日(金)	HP	いきいきレクスポ	4月18日(金)	A
アーチェリー	4月12日(土)	HP	リラックスヨガ	4月8日(火)	B
キッズ陸上(前半・後半)	4月12日(土)	HP	はじめての エアロピクス (サンライフ浜北)	4月8日(火)	B
年間ポート	4月13日(日)	HP	エンジョイテニス	4月9日(水)	B
社交ダンスシニア	4月3日(木)	A	ウェーブリングde ストレッチ	4月10日(木)	B
入門、初級太極拳	4月5日(土)	A	フィットネスヨガ	4月10日(木)	B
社交ダンス土曜	4月5日(土)	A	エアロピクス	4月10日(木)	B
入門、初級太極拳	4月6日(日)	A	はじめてのキッズバレエ (木曜/前半・後半)	4月10日(木)	B
社交ダンス可美	4月6日(日)	A	キッズソフトテニス	4月10日(木)	B
介護予防	4月6日(日)	A	キッズ硬式テニス	4月10日(木)	B
リラックスヨーガ	4月8日(火)	A	背骨コンディショニング (サンライフ浜北)	4月11日(金)	B
やさしい ピラティス(昼)	4月8日(火)	A	はじめてのキッズバレエ (土曜/前半・後半)	4月12日(土)	B
キッズダンス(4歳 ～8歳・7歳～12歳)	4月8日(火)	A	ミセスのかんたん エクササイズ	4月8日(火)	C
やさしいピラティス (月クラス・星クラス)	4月8日(火)	A	エアロ&ちょいトレ	4月9日(水)	C
親子 ワン・ツー・スリー (よちよち・てくてく)	4月8日(火)	A	はじめてのエアロピクス (浜北体育館)	4月11日(金)	C
はつらつ体カアップ	4月8日(火)	A			
ヨガ&ピラティス	4月9日(水)	A			

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】サーラグリーンアリーナ(☎585-1222)、【C】浜北体育館(☎585-1173)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

講座・教室

一般向け学習講座「生きていれば大丈夫
 ～震災から14年の今、想いを語り継ぐ～」
 防災学習センター ☎474-8555



HP▶ 浜松市防災学習センター 検索

日時:3月9日(日)10:00～12:30◆場所:福祉交流センター(中央区成子町)◆申込:【郵送・ホームページ】2月28日(金)必着(抽選)

西部清掃工場・えこはま
 (中央区篠原町) ☎440-0150



HP▶ えこはま 検索

内容	日時
包丁とぎ講座	3月1日(土)10:00～12:00
竹の苗ポットでヘチマの種まき	3月22日(土)10:00～12:00

〈共通項目〉申込:【電話・Eメール】2月15日(土)9:00から(先着順)

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

HP▶ 行政相談 受付窓口 検索

場所	日時	問合せ
中央区役所	2月20日(木)9:00～12:00	☎457-2121
東行政センター	3月4日(火)9:00～12:00	☎424-0153
西行政センター	3月11日(火)10:00～12:00	☎597-1115
	3月25日(火)10:00～12:00	
南行政センター	3月12日(水)9:00～12:00	☎425-1382
浜名区役所	2月20日(木)9:00～11:30	☎585-1112
	3月13日(木)9:00～11:30	
北行政センター	2月19日(水)9:00～12:00	☎523-1116 (北行政センター)
新都田市民サービスセンター	2月19日(水)9:00～12:00	
水窪支所	2月19日(水)13:00～15:30	☎982-0002

ライフサポートセンター無料相談(☎461-3715)
 産業振興課 ☎457-2115



HP▶ ライフサポートセンターしずおか 検索

日常生活で起こるトラブルや困ったことなどの相談窓口です(電話相談のみ)
 ◆日時:月～金曜日(土・日曜日、祝日を除く)9:00～17:00

浜松市広報TV 問合せ:広聴広報課 ☎457-2021

市HP▶ 推しはま 検索

〈2月号 番組構成〉

#推しはま! ～みんなの推しはままつ～
 「浜松ウエルネスプロジェクト特集!」

浜松ケーブルテレビで
 毎日放送中!!

第10回の放送は、浜松市が目指す予防・健康都市の実現に向けた「浜松ウエルネスプロジェクト」についてジョイマンが紹介します!

市HPからも
 見ることができます!



講座・教室

農村環境改善センター
 (中央区伊左地町) ☎486-1122



HP▶ 浜松市農村センター 検索

内容	日時	申込締切日
カラーコーディネート講座(全2回)	4月4日・18日(全て金曜日)10:00～12:00	3月15日(土)
～香木の香りで遊ぼう～香道入門講座(全4回)	4月9日・23日、5月14日・28日(全て水曜日)13:30～15:30	3月25日(火)

〈共通項目〉申込:【往復はがき・ホームページ】必着(抽選)

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 検索

②～④ **HP**▶ 浜松市社会福祉協議会 検索

⑤ **HP**▶ ふれあい交流センター浜北 検索

申込: 直 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/問合せ	内容	開催日/初回目
① 竜西 (中央区中郡町) ☎433-9045	親子であそぼう「ははは広場」 直	2月16日(日)
	第5回フェスタ竜西作品展 直	2月20日(木)
	こどものための読み聞かせ 直	2月23日(日)
	パネルシアター 直	2月23日(日)
② 江之島 (中央区江之島町) ☎425-9907	からだのトリセツ～あそび編～	3月16日(日)
	子どものための食育講座	3月19日(水)
③ 青龍 (中央区青屋町) ☎422-2161	日本茶満喫講座	2月25日(火)
	甘酒スイーツ講座	3月4日(火)
④ 萩原 (中央区初生町) ☎439-4178	親子で楽しく英語を使って遊ぼう	3月23日(日)
	親子であそぼう「ははは広場」 直	3月2日(日)
⑤ 浜北 (浜名区小林) ☎587-4830	こどものための読み聞かせ 直	3月16日(日)
	パネルシアター 直	3月16日(日)
	ベビーマッサージ	3月18日(火)

バードピア浜北(県立森林公園内)
 (浜名区尾野/根堅) ☎583-0443



HP▶ バードピア浜北 検索

内容	日時
① デスク用サイドテーブルを作ろう(土曜コース・木曜コース)	【土曜コース・全4回】3月1日～22日 【木曜コース・全4回】3月6日～27日 各日10:00～15:00
② ボランティア説明会	3月15日(土)13:00～14:00
③ キッズ森遊び 森で秘密基地をつくろう!	3月20日(木)10:00～14:00

申込: ①【窓口・電話・ファクス・ホームページ】2月21日(金)締切(抽選)、②【窓口・電話・ファクス・ホームページ】2月16日(日)9:00から(先着順)、③【ホームページ】2月17日(月)9:00から(先着順)

浜松市スポーツ・文化施設予約システム「まつぼっくり」の新システムへの切替を3月中旬に延期します

1月16日(木)に新システムへの切替を予定していましたが、切替日を3月中旬へ延期します。

現行のまつぼっくりは、3月中旬の新システム切替まで、通常通り稼働します。

切替日は広報はままつ3月号でお知らせします。



※詳細は市ホームページで確認できます

市HP▶まつぼっくり

情報システム課 ☎457-2724



そうだん

成年後見制度無料相談会

福祉総務課 ☎457-2326

市HP▶成年後見 無料相談

日時:3月13日(木)13:00~17:00◆場所:福祉交流センター(中央区成子町)◆問合・申込:【電話】浜松市社会福祉協議会権利擁護支援センター(☎450-7151)へ。2月17日(月)から(先着順)



外国人のための相談会(無料)

多文化共生センター ☎458-2170

市HP▶HAMAPO



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)	3月8日(土)	13:00 \$ 16:00
社労士相談	3月13日(木)	
弁護士相談	3月15日(土)・27日(木)	16:00
在留資格に関する相談	4月3日(木)	

場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【窓口・電話】2月15日(土)から(先着順)

登記関連「相続・境界・農地転用」相談会(予約制)

くらしのセンター ☎457-2635

市HP▶静岡県土地家屋調査士会西遠支部

問合・申込:【電話】二会合同事務局(☎474-4848)

※受付時間:平日9:30~16:00



市の人口と世帯数	男	女	総数	世帯数
	390,875人 (-347)	393,049人 (-254)	783,924人 (-601)	358,071 (-117)
中央区	301,835人 (-235)	302,575人 (-163)	604,410人 (-398)	282,366 (-88)
浜名区	76,911人 (-86)	77,758人 (-55)	154,669人 (-141)	63,932 (-7)
天竜区	12,129人 (-26)	12,716人 (-36)	24,845人 (-62)	11,773 (-22)

【住民基本台帳による】 2025(令和7)年1月1日現在 / ()内は前月比

日時	場所	申込開始日(先着順)
2月22日(土)13:30~15:30	雄踏文化センター(中央区雄踏町宇布見)	2月17日(月)
	みをつくし文化センター(浜名区細江町気賀)	
	二俣ふれあいセンター(天竜区二俣町二俣)	
3月6日(木)13:30~16:30	くらしのセンター(中央区海老塚町)	2月25日(火)

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 (郵便番号と課係名のみで届きます)

2月28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:2月5日(水)~28日(金)

市HP▶広報はままつ



海の湖 教科書 1セット

(魚介編、お祭り編、野菜・果物編、花木編) (抽選で10人)

(公財)浜松・浜名湖

ツーリズムビューロー

中央区板屋町596 EAST ITAYA25 1階

☎458-0011

9:00~18:00(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)



「海の湖教科書」は、地元の小学生向けに、浜松・浜名湖地域における食材や花木などの特産品や、歴史文化などをわかりやすく紹介した冊子です。小学生だけでなく、大人も楽しめる海の湖教科書、ぜひシリーズでご覧ください。



▲海の湖 教科書(魚介編、お祭り編、野菜・果物編、花木編)

(公財)浜松・浜名湖ツーリズムビューローなどで購入可能です。(1冊550円[税込])