

《特集》オープンガーデン～花と緑の庭めぐり～

春の庭を楽しもう♪ …2

《LOVE SPORTS》夢は言葉にすることで現実になる …6

《市長からのメッセージ》森林に新たな価値を …7

《三遠南信ふれあいウォーク》

南信州の春を感じよう！第39回 飯田やまびこマーチ …7

《わたしのハマライフ》

ちょっと背伸びができる居心地のいいまち …8

【今月の表紙】春の公開イベントに向けて準備を進める庭(浜名区)



市役所のどこへ電話したらよいか分からない場合

浜松市ホームページ



市民コールセンター ☎053-457-2111

浜松市役所  検索

区役所および行政センター総合案内(中央区役所は市民コールセンターと共通)

浜名区役所 ☎587-3111 天竜区役所 ☎926-1111 東行政センター ☎424-0111

西行政センター ☎597-1111 南行政センター ☎425-1111 北行政センター ☎523-1111

浜松市公式SNS

公式X (旧ツイッター)  
てんこち&浜松



公式フェイスブック  
ののら!



LINE公式アカウント  
しゃんべえ 情報局



YouTube公式チャンネル  
はままつ 動画チャンネル

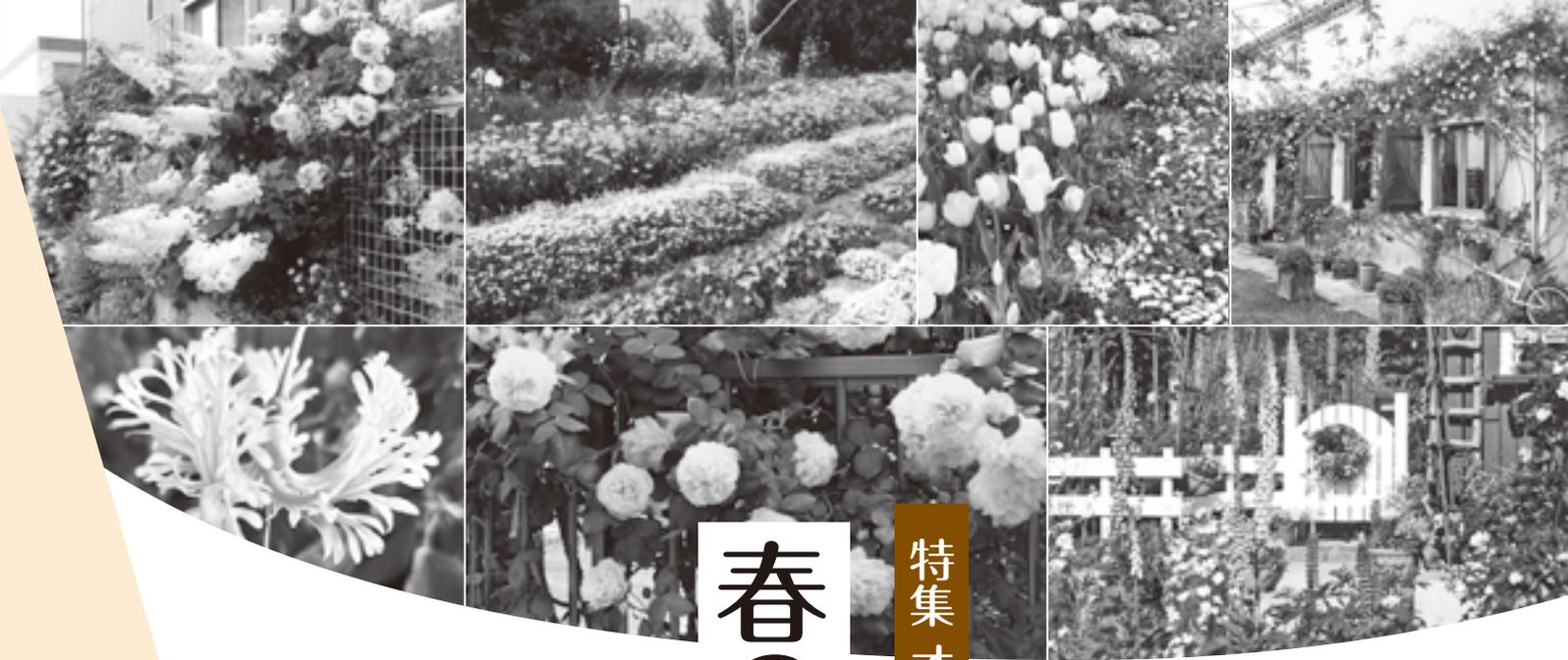


浜松市の情報を静岡朝日テレビのデータ放送で配信しています!

市からのさまざまなお知らせや災害情報などをリアルタイムで配信しています



押してみよう!  
リモコンの  
d ボタン



● 浜松花と緑の庭めぐり

庭(特に個人の庭)を一般公開する「オープンガーデン」は、ガーデニングの本場と言われるイギリスでおよそ90年前に始まりました。その後、世界的な広がりを見せる中で、浜松市でも、花を通じて地域を愛する心や交流を生む取り組みの一つとして、オープンガーデンを推進しています。ガイドブック「浜松花と緑の庭めぐり」では、個人や団体合わせ

て32カ所の庭を紹介しています。公開日や時間、予約が必要かどうかは庭によって異なるため、最新のガイドブック(入手方法は5ページに掲載)で確認してください。

● 春の公開イベント開催

オープンガーデンを広く知ってもらうため、毎年春と秋に予約不要の公開イベントを開催しています。今春も4月中旬と5月上旬に開催し

ます。この機会に春の花いっぱい庭を訪れてみてはいかがでしょうか。

\*

今月の特集では、ガイドブックに掲載しているいくつかのオープンガーデンを紹介します。庭づくりのきっかけや工夫、オープンガーデンの魅力などを皆さんに聞きました。心を込めて花や緑を手入れし、多様な花景色を表現している庭をのぞいてみましょう。

特集 オープンガーデン〜花と緑の庭めぐり〜

春の庭を楽しもう♪

芽吹き季節を迎え、オープンガーデンを巡る良い時季となりました。暖かい日差しの中、春の庭を散歩してみませんか。

garden 02

季節の花あふれる庭

杉浦由委子<sup>ゆいこ</sup>さんは、一年中何かしらの花が咲いて楽しめる庭づくりをしています。「家庭菜園にも挑戦しています」と話す通り、庭の一面には野菜や果樹も。収穫したユズをジャムにしたり、レモンをハチミツ漬けにしたりして食卓に取り入れているそうです。



表紙は、渥美たつ子さん(浜名区内野台)の庭です。春はバラやクレマチス、ゼラニウムの花が咲き誇ります。渥美さんは、「オープンガーデンをたくさんの人に知ってもらい、浜松の花の輪がさらに広がったらうれしいです」と話してくれました。



「秋が短かった影響か、今年は苗の成長に時間がかかりました。花が咲くと本当にうれしいです! 毎年、試行錯誤しながら育てています」と杉浦さん

## 木々が風にそよぐ庭

家の周りをぐるりと囲むように、樹木や宿根草<sup>しゅっこんそう</sup>、二年草<sup>にねんそう</sup>など多様な植物を育てている古橋<sup>ふるはし</sup>さんと江さん。春の初めはミモザ、6月ごろにはアナベル、夏はユリが開花し、見頃の花が移り変わっていきます。古橋さんは、「これからも四季折々に花を楽しめるような庭づくりを続けていきたい」と話してくれました。

## Q. 工夫しているところは？

鳥が遊びにこれるように、水場を作っています。鳥が運んでくれたこぼれ種でマンリョウの木が生えるなど、思いがけない贈り物も楽しんでます。

## Q. 庭を公開して良かったことは？

花という趣味を通じて、知り合いが増えることがうれしいです。県外から毎年訪ねてくださる人と、観光を兼ねて一緒に浜名湖ガーデンパークやはままつラワーパークに行ったのもいい思い出です。



古橋さと江さん  
(中央区富塚町)

高原のホテルに泊まった際、ロビーの窓から木漏れ日が入ってくる様子に感動して、自宅でもそんな庭をつくってみたいと思いました。木は、サルスベリやスモークツリーなど、浜松の気候に合いそうなものを育てています。夏は葉が茂って日よけになり、冬は葉が落ちて家の中に日が当たります。庭で四季を感じられることで心豊かに生活できます。



花や緑の彩り豊かな庭が道路からも見えます

浜松のオープンガーデン  
28年の歩み

浜松では、国内の他都市と比べて早くからオープンガーデンの活動が始まりました。ガーデニングが流行していた1997(平成9)年、花や緑を愛する人同士の交流を深めるために市民の自主的なオープンガーデンの団体が発足。その後、2004(平成16)年に大盛況で終えた「浜名湖花博」がきっかけとなり、オープンガーデンに興味を持つ市民が増えました。市民主導でオープンガーデンの活動が続けられ、現在に至っています。

花を育てる地域づくりを推進するため、市では、オープンガーデンの取り組みに対して看板の提供などの支援を行っています。

Q. どんな植物を  
育てていますか？

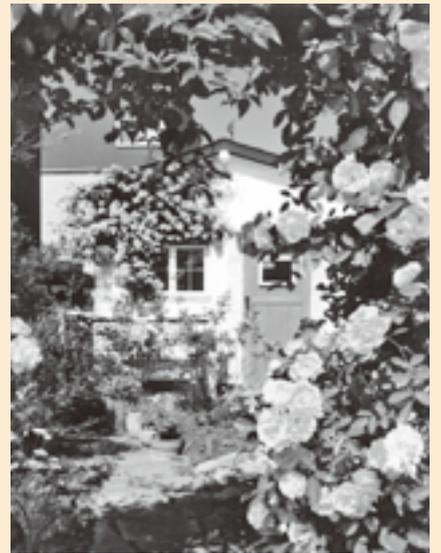
クリスマスローズなどの宿根草が多いです。市内外のガーデンを鑑賞して、いいなと思った花をいろいろ育てています。一年草は、ルピナスやジニアなど。冬は柑橘系の果実がなるのも楽しみです。

2004(平成16)年の浜名湖花博がきっかけで、自分の庭でも花を育ててみようかとガーデニングを始めました。花博のときは通しの券(全期間入場券)を買って、何回も通ったことを覚えています。みどりく(な(緑化推進センター)の園芸教室に参加して専門家の助言をもらいながら、庭の花を増やしてきました。



杉浦由委子さん  
(中央区佐藤三丁目)

garden 03



バラもDIYも楽しんで

「まだまだ始めたばかりの庭です」と話す清水恵子さん。バラを中心に、樹木や草花を育てています。モルタル造形の小屋をはじめ、鉄や木材を加工したガーデングッズなど、家族と一緒にDIYにも挑戦しています。「今後はバラをもっと充実させたい」と話してくれました。

Q. DIYを始めたきっかけは？

昔からクラフト展に行くのが好きで、いいなと思ったものをまねして作るようになりました。出来上がりを想像しながら、庭とセットで作っていくのが楽しいです。時には端材を買ったりもらったり。材料集めも楽しみの一つです。

庭づくりに憧れがあり、どのようにつくっていくかと悩んでいたところ、オープンガーデンを知り、庭巡りをしました。庭主さんから参考になるお話を伺って、庭づくりですてきたなと思い、我が家でも5年ほど前に庭づくりを始めました。ガーデニングを通じて交流も増えました。限られた敷地でも、四季を通して楽しめるような庭づくりを目指しています。

清水恵子さん  
(中央区寺脇町)



▲奥に見えるのはDIYで作った小屋  
◀小屋の中には手製の小物を飾り、家族や訪れる人との憩いの空間をつくっているそうです



garden 04

庄内協働センターを  
彩る草花

庄内協働センター(中央区庄内町)の入り口に、地域の花のボランティア団体「フラワーフレンドズ庄内」が手入れをしているプランターの花壇があります。庄内地区の8人のメンバーが育てた色とりどりの花が、訪れる人たちの目を楽しませてくれます。4月は一年草、5〜7月は宿根草が見頃を迎えます。

Q. 工夫しているところは？

種まきの時期を工夫して、切れ目なく花を楽しめるようにしています。例えば同じマリーゴールドの花でも、種まきの時期を早めと遅めに分けて、咲きそろったプランターと入れ替えています。入れ替えできるのはプランターの利点ですね。

Q. 花の魅力は？

外に出て作業をするとリフレッシュになります。コロナ禍でも「庭があったよかった」とメンバー同士で話しています。回覧板を回すときの、近所の人との話題にもなっています。



バックヤードのハウスでは100種類以上の苗が育てられています

春は、花壇が一年で最もきれいになります。近くを訪れた際にはぜひ寄ってみてください！  
私は50歳ごろに初めて種から花を育てたことがきっかけで、花作りにのめり込みました。花を通じて仲間ができて、楽しみながら活動をしています。一緒に活動したい人も気軽に声を掛けてください。



フラワーフレンドズ庄内  
代表 中村明彦さん

# ガーデン デザイナーに 聞きました!

暖かくなってきた!  
私も花を育てて  
みたいな



庭に植物を植え  
ようかな。何から  
始めれば?

皆さんの家でも花や緑を育ててみませんか。ガーデンデザイナーのおぐらたまこ小倉珠子さんに、ガーデニングを楽しむための初心者向けのポイントを伺いました!

**ガーデンデザイナーのポイントを教えてください**  
草花を組み合わせるときは、花の色を同系色が2〜3色程度にして、花の形や草丈に変化を付けると、まとまりと立体感が出ます。葉を鑑賞する植物も組み合わせると花の少ない時期も楽しめます。植物を植える前に土作りをしっかりする(コンクリート)適切に水やりをすることが大切です。育てたい植物の自生地の環境に近づけてあげると枯れにくくなります。

まちに緑が増えると、チヨフなどの生き物も生息

しやすくなります。小さなスペースでもいいので、地域の景観や環境に貢献する気持ちで花や緑を育ててみてはいかがでしょうか。

**近年、注目されている植物はありますか?**  
「サステナブル」という観点から宿根草が注目され



小倉珠子さん

浜松市出身のガーデンデザイナー。はままつフラワーパークの宿根草のガーデンやモザイクカルチャー「森の仲間たち」を設計

つつあります。毎年花や種を付け、芽吹きから枯れゆく姿まで、四季折々の姿を長年楽しめます。水やりや肥料も比較的少なくても良いというメリットもあります。

オミナエシやキキョウなどの日本に昔からある花も宿根草で、浜松の気候に合うと思うのでおすすめです。

**夏の暑さ対策で悩んでいる人も多いと思います。気を付けるポイントは?**  
欧米との大きな違いが夏の湿度です。猛暑も問題ですが、暑さに強い植物でも日本の高温期の雨や湿度で蒸れて弱ることがあります。夏の前に切り戻しをして風通しをよくしておいたり、地面よりも少し高い位置で育てたりするといった対策が考えられます。

みどり～な「緑の相談所」 ☎426-2300  
庭づくりで困ったら、こちらへ! 緑の相談員が相談を受け付けます。植物の育て方や土作りなどを気軽に相談してください。

## information

### 花と緑のコンクールへの 応募をお待ちしています!

市では、園芸技術の向上と、花と緑のある暮らしの実践を目的として、個人や企業、地域、学校の花壇などを対象に「浜松市花と緑のコンクール」を開催しています。前回の様子を市ホームページで公開しているのでご覧ください。次回は6月ごろに募集を開始する予定です。ご応募お待ちしております。

市HP▼

浜松 花コン

検索



### オープンガーデンに行こう!



**ガイドブック販売場所:**  
一般財団法人浜松公園緑地協会(中央区上島三丁目)、みどり～な(中央区大塚町)、フラワーパーク(中央区舘山寺町)  
販売価格:300円

### 春の公開イベント

- オープンガーデンデー  
4月11日(金)～14日(月)
- 2025春のはままつ庭めぐり  
5月9日(金)～12日(月)

上のガイドブックに掲載している庭のうち、多くの庭が参加します。参加する庭の所在地や公開日時は、3月下旬ごろ浜松公園緑地協会のホームページに掲載予定です。

HP▼

浜松公園緑地協会

検索



※○はガイドブックに掲載している庭の場所を示しています

オープンガーデンは、庭の所有者の皆さんの厚意で実施しています。

- ・家やトイレに入らない
  - ・花や種をねだらない
- などのマナーを守って鑑賞してください。

# 夢は言葉にすることで 現実になる

静岡SSUポニータ

はっとりかのん  
**服部 花音** 選手

2004年生まれ

浜松市中央区出身

背番号 23、ポジション ディフェンダー



写真提供:静岡SSUポニータ



写真提供:静岡SSUポニータ

「見て面白いプレーをします！  
ぜひ試合を見に来てください」

静岡県を拠点に活動し、日本女子サッカーリーグ(なでしこリーグ)1部に所属するサッカーチーム、静岡SSUポニータ。ディフェンダーとして活躍する、中央区出身の服部花音選手にお話を伺いました。

— サッカーを始めたきっかけは？

4つ上の兄の影響でした。兄がサッカーを習っていて、私もやりたい！と体験に行ってみたら楽しくて、5歳で相生FCに入団し、それから15年間サッカー一筋です。サッカー選手を夢見たのは小学3、4年生の頃で、七夕の日、短冊に「サッカー選手になりたい」と書いていました(笑)。

— 最近、ポジションが変わったと聞きました。

去年の8月ごろ、ミッドフィルダーからディフェンダーに変わりました。初めは何もかも分からなくて大変でしたが、今はこのポジションが一番楽しいです。サイドの守備では1対1になる場面が多いので、相手を上回るプレーをしてボールを奪い取ることができたときはうれしいです

ね。オーバーラップ\*として攻撃に参加できるのも魅力です。  
\*オーバーラップ:後方のディフェンダーが前方へ上がって攻撃に参加すること

— 静岡SSUポニータはどんなチームですか？

静岡SSUポニータは、個人の技術で戦うというよりも、パスで相手を崩して攻撃するといったチームプレーを大切にしています。

個性豊かなメンバーが集まっていますが、選手同士コミュニケーションがしっかり取れているのでフィールド上での連携は抜群です。

— スポーツ選手として、普段から

気を付けていることはありますか？

お菓子やアイスを控えること、早寝早起きをする、朝ごはんをしっかり食べることを心掛けています。規則正しい生活で体調を整え、日々の練習に取り組んでいます。

また、ゴミが落ちていたら拾うなど、身の周りに気を使って生活しています。日頃の行いは、プレーの質につながり、重要な場面で結果を左右すると思います。

— 試合では緊張しますか？

いつも緊張します。ただ、程よい緊張はパフォーマンスを高めるために必要だと思います。静岡SSUポニータへの加入が決まった時、兄から「自分が一番うまいぐらいの気持ちでや

れば大丈夫」と言われたのを覚えています。この言葉を胸に、緊張したときは「自分が一番」と言い聞かせてプレーしています。

— 夢をかなえるために大切なことは何だと思えますか？

常に目標を口に出すことです。言葉にすることで責任が生まれ、行動につながります。家族でも、友達でも、身近な人に自分の夢や目標を伝えてみてください。

— 3月からシーズン開幕ですね。目標を教えてください。

チームとしての目標は、去年のリーグ7位という記録を超えることです。個人としては、守備だけでなく、アシストやゴールなど、得点に絡むようなプレーをしたいです。ぜひ、応援よろしくお願いします！

## 静岡SSUポニータ 開幕試合

3月16日(日) 13:00～

● 対戦相手

朝日インテック・ラブリッジ名古屋

● 会場

エコパスタジアム(袋井市愛野)

チケットの情報はこちら▶

静岡SSUポニータ公式ウェブサイト



浜松市公式noteでも「LOVE SPORTS」を読むことができます。

市長からの  
メッセージ

森林に新たな価値を

浜松市は全国の市町村の中で2番目となる、非常に広い市域を誇っています。そして、そのおよそ66%、10万ヘクタールが森林です。

本市の森林の特徴としては、私有林、特に人工林が多くを占めていて、スギやヒノキの割合が高くなっています。中でも、天竜区などに広がる森林は「天竜美林」と呼ばれ、日本三大人工美林の一つと称されています。

本市では、価値ある森林を共創するため、持続可能な森林経営・管理、森林でつながる循環型社会、森林と触れ合う市民の快適生活を目標として林業振興の取り組みを進めています。その取り組みの一つが「FSC®認証」の取得です。「FSC認証」とは、持続可能な森林の活用・保全を目的とした制度で、森林が環境に配慮して適切に管理されているか、違法伐採されていないかなど、国際基準に沿って審査されます。浜松市では2010（平成22）年に「FSC認証」を取得し、これまでにおよそ5万ヘクタールの森林が認証を受けていて、市町村別認証取得面積は全国1位となっています。

また、市内の製材工場などおよそ70事業体で「CO2認証」も取得しています。「CO2認証」とは、製材、加工、建築など

の事業者を対象としてFSC材の適切な管理・加工を認証する制度です。これにより、本市は丸太の産出だけでなく、建築物や家具、雑貨などFSC認証製品を作るサプライチェーンが全国で最も充実した地域の一つとなっています。

本市のFSC認証材は、その供給能力の高さを評価され、東京2020オリンピック・パラリンピック大会の関連施設で使用していただきました。また、市内の学校などの公共施設や企業でもFSC認証材が使われていて、最近では、佐鳴台保育園でFSC認証材を使った建て替えを行いました。さらに、今年の大阪・関西万博には、ポップアップステージを飾る丸太として提供しています。このように、市内外のさまざまな施設で木材を使用することにより、「FSC認証」を受けた天竜材の魅力を広く知っていただき、地産地消や地産外商につなげていきたいと考えています。

さらに、本市の森林によるCO2などの吸収量をクレジット化することで、木材生産以外の新規ビジネスの創出に向けた取り組みにも力を入れていきます。このように、森林の新たな価値を生み出すとともに、環境と共生する持続可能な都市を目指していきます。



三遠南信 ふれあいウォーク

《南信州地域277》

南信州の春を感じよう！  
第39回 飯田やまびこマーチ



《問い合わせ》

飯田市教育委員会生涯学習・スポーツ課  
飯田やまびこマーチ実行委員会事務局  
☎0265-21-3001

《主会場》

飯田中央公園  
(飯田中央通り一丁目29-1)

最新情報は飯田市公式HPをご覧ください



飯田やまびこマーチ 検索



「飯田やまびこマーチ」は、1987（昭和62）年に第1回大会を開催して以降、長年にわたり全国の皆さんに愛されてきたウォーキングイベントです。国内19カ所で行われている大規模なウォーキングイベントの中でも、埼玉県東松山市の日本スリーデーマーチに次いで歴史のある大会です。

今年は4月26日(土)・27日(日)に開催します。年齢・体力に応じて選べるように、さまざまなコースを準備しています。30kmや40kmなどの市内を周遊できるコース、2kmや3kmなどの歩きやすく距離の短いコースもあります。ぜひご家族、ご友人と参加いただき、春の南信州をお楽しみください。

「三遠南信ふれあいウォーク」は、浜松・豊橋・飯田の三市で共同制作しています。

# わたしの ハマライフ

ちょっと背伸びができる  
居心地のいいまち

～金澤 尚人さん、亜侑美さん～  
【徳島県→浜松市浜名区】



2018(平成30)年に徳島県から移住した金澤尚人さん。その後、亜侑美さんと結婚し、浜松での暮らし「ハマライフ」を送る二人にお話を伺いました。

## ― 移住のきっかけは

**(尚人さん)**就職をきっかけに、私に先に移住しました。それまで、浜松に来たことはなかったのですが、浜松は身近に感じていたまちでした。なぜなら、父が仕事で浜松に出張したとき、お土産に買ってきてくれる「うなぎパイ」がとてもおいしかったからです。

## ― 浜松の印象は

**(亜侑美さん)**都会もあって田舎もある、どちらの良さも併せ持った、バランスのいいまちだと感じています。人生初めての引っ越しで徳島県から浜松に移住した私でも、何の違和感もなく、住みやすいしちょっと背伸びができる、そんな居心地の良さが印象的です。

## ― いざ移住となって不安はありませんでしたか

**(尚人さん)**会社の寮があったので、住まいには全く心配なく移住できました。不便なことと言えば徳島と同じように生活には自動車が必要で、大きな通りが少し渋滞することが気になるくらい。このまち並みも田園風景も気に入っていてストレスなく通勤しています。

## ― 知人もなく心細かったのでは

**(尚人さん)**浜松に移住した人たちと交流し、そこで情報交換をして交友関係も広がっています。お話を聞くと、エネルギー問題に取り組みために移住したり、アボカドを育てるために移住したりと、皆さん、きっかけはさまざま。何かに「チャレンジ」している人たちに囲まれ、いつも元気をもらっています。

## ― 浜松の良さを感じた出来事は

**(亜侑美さん)**晴天の日が多い！暖かい！などたくさんありますが、何と言っても地域の皆さんの温かさです。ここで生活して初めて分かったことですが、皆さんが「世話を焼いてくれる」のです。他県から移住してきた私たちを、まるで昔からの知り合いのように包み込んでくれるのです。先日、全国的に米が不足するというニュースがあったとき「お米、買える？ 分けようか？」と心配してくれる浜松の友人に、心が温かくなりました。

## ― 趣味のカメラで新たなチャレンジをしていると聞きました

**(尚人さん)**私たちが通う近所のお店に依頼されてPR動画の撮影・編集をしました。また、近所のお宅で七五三のお祝いがあり、撮影のお手伝いをしました。自分の趣味が地域の皆さんの役に立ってるなんて思ってもみないことでしたし、とても



お気に入りの場所の一つ、弁天島海浜公園。「入籍日に来ました。夕景は感動的です」(金澤さん撮影)

れしく感じた瞬間でした。地域の皆さんとつながっていくことで浜松の魅力を発信し、多くの人に浜松を知ってもらおうきっかけづくりができたらしいです。

## ― 移住を考えている人にメッセージを(尚人さん、亜侑美さん)

浜松は「チャレンジ」できるまちだと思います。大都会から移住する人でも小さなまちから移住する人でも誰でも住みやすく、そして自分の可能性を発揮できる場所だと思います。

人に溶け込めるか、地域の輪に入っているか…そんな心配はいりません。浜松で暮らせば、周りには面倒を見てくれる人が必ずいます。市には移住コーディネーターもいますから、移住のことを何でも相談できます。ぜひ、身を任せてみてください。そして、胸に秘めていることを浜松で実現しましょう。





第59回

がんもどきの含め煮 ミカン風味



材料(2人分)

- ミカン: 1個
- がんもどき: 2個
- サヤインゲン: 2本
- ニンジン: 4分の1本
- 水: 300ml
- 砂糖: 大さじ2
- 顆粒カツオだし: 小さじ1
- みりん: 大さじ2
- しょうゆ: 大さじ2



A

作り方 【調理時間: 30分程度】

- ① 皮をむいたミカンを粗く切り、ミキサーにかけてペースト状にしたあと、裏ごしする。
- ② サヤインゲンの筋を取り、4等分に斜め切りする。
- ③ ニンジンの皮をむき、5mm 程度の輪切りにする。
- ④ がんもどきを2等分に切り、沸かしたお湯でさっとゆでて油抜きしたあと、冷まして水気を拭き取る。
- ⑤ 鍋にA、③、④を入れ、中火で5分ほど煮る。
- ⑥ 弱火にし、落としふたをしてさらに20分ほど煮る。
- ⑦ ⑥に①、②を入れて1分ほど煮たら完成。

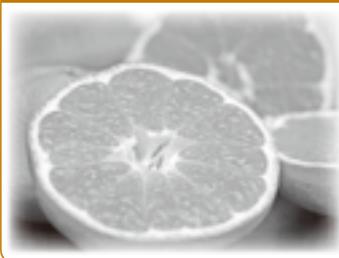
POINT

ミカンを煮詰めると香りがなくなるので、最後にさっと火を通す程度にしましょう。

レシピ提供者からひとこと

ミカンは、カツオだしやしょうゆのうま味成分と相性が良い食材で、料理の隠し味や風味付けにも使えます。15年ほど前に、小・中学生、高校生たちと一緒に、ミカンを使った料理の調査をしました。およそ200のメニューが集まり、皮をむいて食べる以外のミカンの利用方法の多さに驚きました。皆さんも、ミカンのさまざまな使い方を考えてみてください。

今月のパワーフード  
三ヶ日みかん



レシピ提供者

株式会社フードランド 代表取締役  
三ヶ日町観光協会 会長  
中村 健二さん

～今の仕事に就いた

きっかけは？～

祖父が精肉店を始め、私は3代目として今の仕事に就きました。「食べるものなら何でも」と取り扱う食材のジャンルを広げ、お客様である専門料理の調理師の人たちから学びながら、さまざまな食材の研究もしています。

## 令和6年度住民税非課税世帯に対する給付金

種類	住民税非課税世帯	こども加算
条件	2024(令和6)年12月13日に浜松市に住民登録がある世帯 ※住民税が課税されている人の扶養親族だけの世帯などは受給できません	左記に該当し、18歳以下の子供(2006(平成18)年4月2日以降に生まれた子供)がいる世帯
給付額	3万円 (1世帯あたり)	2万円 (18歳以下の子供1人あたり)
案内	1月中旬ごろから対象と思われる世帯へ案内を送付しています	
手続き	詳細は届いた案内を確認してください ※締切が迫っています。申請期限を過ぎると給付金を受け取ることができません。対象となる人は早めに手続きをしてください	
締切	2025(令和7)年3月31日(月)(当日消印有効)	
その他	以下の場合は浜松市重点支援給付金コールセンターに問い合わせてください (1) 離婚、死別などで、世帯全員が令和6年度住民税均等割非課税になった場合 (2) こども加算について、同一世帯に2024(令和6)年12月14日以降に生まれた子供がいる場合や、別世帯(単身で学校の寮に入っている場合など)で扶養している子供がいる場合 (3) 自分が対象だと思われるのに案内が届かない場合	
問合せ	浜松市重点支援給付金コールセンター ☎0120-034-053 自動音声案内後「1番」を選択 (8:30～17:15 土・日曜日、祝日を除く)	



令和6年度 非課税 給付金 検索



# 引っ越しをしたら住民票を移しましょう

市HP▶引っ越し 検索



～住所異動の届け出は、行政センター(旧区役所)や支所、協働センターなどでもできます～

3月10日(月)から4月14日(月)までの期間は

区役所の区民生活課窓口が**大変混雑**します

区役所以外の施設を利用し、窓口の混雑緩和にご協力をお願いします。



## 区役所・行政センター総合案内

問い合わせ先が分からない時は、各区役所・行政センター総合案内に問い合わせてください。

区役所	電話番号	行政センター(旧区役所)	電話番号
中央区役所(市役所内)	457-2111	東行政センター	424-0111
		西行政センター	597-1111
浜名区役所	587-3111	南行政センター	425-1111
天竜区役所	926-1111	北行政センター	523-1111

## 住所異動届を取り扱っている施設一覧 (区役所以外)

区	区分	施設名
中央区	行政センター	東・西・南
	支所	舞阪
	協働センター	東部・富塚・高台・佐鳴台・ 県居・曳馬・三方原・蒲・天竜・ 長上・笠井・積志・神久呂・ 入野・伊佐見・和地・庄内・ 篠原・南陽・五島・白脇
	市民サービスセンター	北部・駅前・高丘葵・飯田
浜名区	行政センター	北
	支所	引佐・三ヶ日
	協働センター	都田・中瀬・鹿玉
	市民サービスセンター	新都田
天竜区	支所	春野・佐久間・水窪・龍山
	ふれあいセンター	竜川・熊・上阿多古・下阿多古・ 浦川・山香・城西
	市民サービスセンター	鹿島

※施設によって取り扱いできない届け出がありますので、事前に問い合わせてください

【例1】 外国籍の人の住所異動の届け出(区役所、行政センターのみ受付可)

【例2】 マイナンバーカードまたは住民基本台帳カードへの新住所などの記載を伴う住所異動の届け出(区役所、行政センターおよび一部の協働センター、市民サービスセンターのみ受付可)

スマートフォンやパソコンで

**オンライン転出届**



市外への引っ越し(転出)の場合、マイナンバーカードを使ってオンラインで手続きすることができます。



市HP▶オンライン 転出届 検索

住所異動 届け出のための

臨時届出窓口を**日曜日**に開設します

中央区役所区民生活課 ☎457-2125

日時:3月30日(日)、4月6日(日) 9:00～11:30

場所:中央区役所区民生活課(市役所本館1階)

できること:異動する本人による転入・転居・転出の届け出

《以下の手続きは臨時届出窓口では届け出ができません。ご注意ください》

- ◆戸籍届(前々日閉庁時からの届を含む)を伴う異動の手続き
- ◆他市区町村や年金事務所などへの問い合わせを必要とする手続き など

注意:転入、転居は引っ越しが終わり、住み始めてから行う届け出です。転出の場合のみ、引っ越しの前に届け出ができます

## 届け出ごとに必要な持ち物

届け出	持ち物	
転入 (浜松市へ住所を移す)	<ul style="list-style-type: none"> <li>転出証明書(転入前の市区町村で交付された場合のみ)</li> <li>負担区分証明書(後期高齢者医療保険該当者のみ)</li> <li>在学証明書(小・中学生のみ、卒業生は卒業証明書)</li> </ul>	<p>《各届け出共通》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>本人確認書類(運転免許証やパスポートなど。または保険証や年金手帳などを2点)</li> <li>マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード(持っている人)</li> <li>在留カードまたは特別永住者証明書(外国籍の人)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>保険証など※1</li> </ul>	
転居 (浜松市内で住所を移す)	<ul style="list-style-type: none"> <li>在学証明書(小・中学生の転校手続きの場合)</li> </ul>	<p>※1 国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療保険のうち該当する証書</p>
転出 (浜松市外へ住所を移す)	<ul style="list-style-type: none"> <li>保険証など※1</li> <li>市民カード(持っている人)</li> </ul>	

※上記の内容は、臨時窓口開設時のものです

コンビニエンスストアの

**証明書交付**をご利用ください



マイナンバーカードがあれば、コンビニエンスストアに設置されたマルチコピー機を使って、証明書を取得することができます。

戸籍・住民票・  
印鑑証明交付→



市HP▶コンビニ交付 戸籍 検索

税務証明書  
交付→



市HP▶コンビニ交付 税 検索

あなたの子育てを応援します！

## 子育て応援コラム

ザザシティ浜松中央館にある「浜松こども館」では、保育士や助産師などによる、楽しみながら子育てを学ぶことができるさまざまなイベントが開催されていることをご存じですか？今回は、「音と遊ぼうリトミック」を紹介します。

1歳からOK!

# 浜松こども館の「音と遊ぼうリトミック」に行ってみよう♪

### ◆リトミックとは？

全身を使って音楽と触れ合う体験を通して、子供の感性や潜在能力の発達を促す教育法です。

浜松こども館のリトミックでは、講師のピアノの音に合わせて、楽しみながら自然に体を動かします。



▲ピアノの音が聞こえてきた！ ▲白いカーフがひらひら。雪みたい

### ◆リトミックにはメリットがたくさん！

- ① 「聴く」「見る」「感じる」「想像する」「表現する」力が育つ
- ② 全身で表現することで、身体感覚が育つ
- ③ 親子のスキンシップが増える

### 参加者の声

家では大きな動きをして遊ぶことが難しいので、広い場所で自由に遊べてうれしかったです。娘は、音楽に合わせて雪玉を作るまねをする遊びが特に楽しかったみたいです。ぜひ、また参加したいです！

福島 磨耶 さん  
優芽 ちゃん(2歳)



▲雪玉を作るまね



### ◆4月から、1歳クラスを新設します！

これまでは2・3歳を対象としていましたが、新たに1歳クラスを開設します。4月の開催日時は、17ページをご覧ください。

### 講師からのメッセージ

「1歳」は成長の幅が広い時期です。歩く準備をしている子供でも、ピアノの音に合わせて手をたたいたり体を揺らしたり、その子の成長に合わせた動きで楽しめます。リトミックは正解を求めるものではなく、自分自身が感じたことを表現する喜び、そしてそれを分か

ち合うことを大切にしています。初めての参加でも安心して楽しんでいただけます。お子様の「できた！」を一緒に見つけましょう！



講師 高山 加織 さん 堀田 恵美 さん

- ◆場所: ザザシティ浜松中央館6・7階 (中央区鍛冶町100-1)
- ◆開館時間: 10:00~17:00 (土・日曜日、祝日は10:00~18:00)
- ◆休館日: 年末年始(12月29日~1月1日) ※臨時休館あり
- ◆利用料: 大人 200円、小・中・高校生 100円 就学前児童 無料(保護者同伴)
- ※イベントには有料のものがあります。申し込み方法など詳細はホームページで確認してください
- ◆駐車場: Pクーポン契約駐車場を利用した場合は、200円分のPクーポンを発行
- ◆問合: 浜松こども館 ☎450-9111

HP▶ 浜松こども館



家電製品を買い替えるときに省エネ性能の高いものを選んだり、製品の使い方を工夫したりすることで家計の負担軽減を図りながら、省エネを実現できます。

電気料金が値上がりしている今だからこそ、身近な家電製品に目を向けてみましょう。



デ+カーボナイズーション(脱炭素)+工+コ+活=動+生活

例えば、買い替えた場合に、どのくらいお得になるか試算してみよう！

10年前の製品と電気代を比べると…？

エアコン 年間でおよそ**3,000円**お得

冷蔵庫 年間でおよそ**6,000円**お得

HP▶[省エネ家電 デコ活](#)

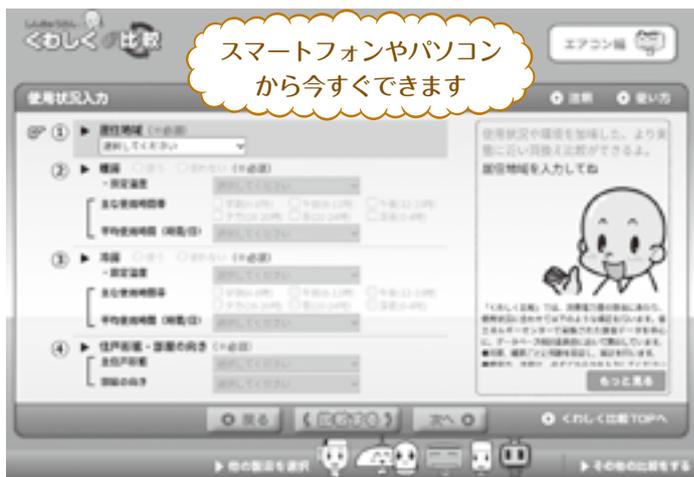


省エネ性能が高い、最新の家電製品に買い替えた時に、どのくらいお得になるかを省エネ製品買替ナビゲーション「しんきゅうさん」で試算できます。

● 試算できる家電製品

冷蔵庫、テレビ、LED照明、エアコン、  
温水洗浄便座

HP▶[しんきゅうさん](#)



スマートフォンやパソコン  
から今すぐできます

賢く家電製品を使って、お得に省エネ！

日々のちょっとした工夫で、省エネを実現できます。

● 電気ポットを長時間使わないときはプラグを抜く

電気ポットを満水(2.2ℓ)にして沸騰させ、半分を使った後に6時間保温した場合と、プラグを抜いて保温せずに再沸騰させた場合を比較すると、保温せずに再沸騰させた方が



年間で CO<sub>2</sub>を**52.4kg**削減  
およそ**3,300円**の節約 **お得**

● テレビをこまめに消す

テレビ(50V型)をつけている時間を1日当たり1時間減らすと



年間で CO<sub>2</sub>を**12.4kg**削減  
およそ**895円**の節約 **お得**

● 冷蔵庫にものを詰め込まない

ものを詰め込んだ場合と、半分にした場合を比較すると



年間で CO<sub>2</sub>を**21.4kg**削減  
およそ**1,360円**の節約 **お得**

そのほかの工夫は、資源エネルギー庁の省エネポータルサイト「家庭でできる省エネ」で確認できます。できることから取り組みましょう

HP▶[省エネポータルサイト](#)



カーボンニュートラル推進事業本部(☎457-2502)

# 知 つ ト ク 情 報



## 市職員

人事委員会事務局  
 ☎457・2201



第I類行政職員(対象:大学・大学院等)		
試験区分		採用予定人数
技術	土木	13人程度
	建築	3人程度
免許職	薬剤師	3人程度
	獣医師	3人程度

採用 2026(令和8)年4月1日予定  
 申込 インターネット【3月21日(金)13時  
 まで】

←詳細は市ホームページで確認  
 市HP 職員募集

## 介護認定調査員(個人委託)

介護保険課  
 ☎457・2861



内容 介護保険の要介護認定のための認  
 定調査

資格 事業所などに所属していない介護  
 支援専門員(介護認定調査員の実  
 務経験があること)

選考 随時(書類審査・面接)

任用 単年度  
 申込 直接または郵送で介護保険課へ

←詳細は市ホームページで確認  
 市HP 個人委託

## 会計年度任用職員(資格職等)

人事課  
 ☎457・2081



業務内容		
① 文化財課地域遺産センターでの発掘調査等埋蔵文化財関連補助業務(学芸員)	⑤	中央福祉事業所児童家庭課での家庭児童相談業務
② 保健環境研究所での微生物検査業務	⑥	【週30時間勤務】本庁、各区役所・行政センターでの事務、小中学校での学校事務(身体・精神の障害者手帳、療育手帳の交付を受けている人)
③ 浜名福祉事業所社会福祉課での女性相談業務	⑦	【週20時間勤務】本庁、各区役所・行政センターでの事務補助、小中学校での学校事務補助(身体・精神の障害者手帳、療育手帳の交付を受けている人)
④ 浜名福祉事業所社会福祉課での家庭児童相談業務		

定員 若干名  
 選考 ①〜⑤ 4月2日(水)、⑥ 4月3日(木)、  
 ⑦ 4月14日(月)

任用 5月以降、任期は①〜⑥ 最長5年  
 (週30時間勤務)、⑦ 最長3年(週20  
 時間勤務)

申込 直接または郵送で人事課へ  
 【3月26日(水)消印有効】

←詳細は市ホームページで確認  
 市HP 会計年度任用職員

## 浜松市医療公社職員

浜松医療センター人事課 人事係  
 ☎451・2703



職種	資格	申込締切
① 薬剤師	薬剤師免許(取得見込可)	4月4日(金)必着
② 看護師・助産師	看護師・助産師免許(取得見込可)	4月4日(金)必着 ※5月以降も募集の予定あり
<b>〈共通項目〉</b> 採用 2026(令和8)年4月1日 勤務 浜松医療センター 申込 郵送で浜松医療センター人事課人事係へ		

←詳細はホームページで確認  
 市HP 浜松医療センター採用情報

## 浜名湖ボートレース企業団職員(事務職)

産業振興課  
 ☎457・2281



定員 若干名  
 選考 4月20日(日)

採用 2026(令和8)年4月1日  
 申込 受験申込書を記入の上、直接または郵送で浜名湖ボートレース企業  
 団へ【4月9日(水)必着】

←詳細はホームページで確認  
 市HP 浜名湖ボートレース企業団

お知らせ



令和7年度固定資産課税台帳の  
縦覧・閲覧

資産税課  
☎457・2157

	縦覧(令和7年度分のみ)	閲覧
期間	4月1日(火)~30日(水) ※土・日曜日、祝日は除く	4月1日(火)~
対象	固定資産税(土地・家屋)の納税者 次の人も縦覧・閲覧が可能 上記対象者から委任を受けた人/法定代理人(代理権を証する書面が必要)	固定資産税の納税義務者
費用	無料	350円(年度・納税義務者ごと。縦覧期間中は令和7年度分のみ無料)
場所	資産税課(元目分庁舎・北行政センター・天竜区役所) /東・西・南行政センター/浜名区役所	
持物	身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証など)、 法人の場合は代表者印および社員証など	
HP	縦覧について 	閲覧について 

市HP 詳細は市ホームページで確認  
固定資産税の縦覧 閲覧 検索

排水設備工事指定工事人の  
申し込み受け付け

お客さまサービス課  
☎474・7913 

対象 新たに指定を希望する事業者  
申込 直接または郵送でお客さまサービス課、北部・天竜上下水道課(三ヶ日・春野・佐久間および水窪上下水道室へ)

【4月1日(火)~30日(水)締切】

※申込書は申込先で配布。市ホームページからもダウンロードできます

市HP 詳細は市ホームページで確認  
指定工事人 検索

上下水道の使用開始・中止の届出  
引越しシーズンは土・日曜日、  
祝日も受け付けます

お客さまサービス課  
☎474・7813 

申込 転居などの1週間~2日前まで  
※上下水道受付センターへ連絡してください

申込方法	受付時間
電話	☎0120-09-1132 (フリーダイヤル) ☎476-8100 ◆平日 8:00 ~ 19:00 ◆引越しシーズン (3月10日~4月10日)の土・日曜日、祝日 8:30 ~ 17:00
FAX	FAX 476-8101 (24時間受信可能)

※料金支払いは、便利な口座振替で。  
問い合わせは、総合案内(☎474-2511)へ

市HP 詳細は市ホームページで確認  
水道の受付 検索

可美市民サービスセンター一時休止

南行政センター  
☎425・1111 

期間 3月1日~2028(令和10)年5月31日(予定)

市HP 詳細は市ホームページで確認  
可美市民サービスセンター 検索

在宅の重度障害者(児)の  
紙おむつ購入費助成

障害保健福祉課  
☎457・2212 

助成	1人当たり年間3万円を限度
対象	2歳以上の在宅の重度障害者(児)で、常時紙おむつを必要とする人のうち、次のいずれかに該当する人 ・身体障害者手帳1級または2級 ・療育手帳A ・特別児童扶養手当1級受給者のうち、所得制限により支給停止者に監護されている状態に該当する20歳未満の児童 ※ただし、次のいずれかに該当する人は対象外となります ・前年度の介護者慰労金受給者に介護されている人 ・浜松市重度心身障害児扶養手当受給者に監護されている児童 ・他制度の紙おむつ支給対象者 ・日常生活用具の排せつ管理支援用具支給対象者 ※身体障害者手帳1級・2級、療育手帳Aを所持していても、特別児童扶養手当1級の支給を受けているときは対象となりません
申込	直接、各福祉事業所(区役所または行政センター内)へ

市HP 詳細は市ホームページで確認  
紙おむつ購入費 検索

**監査結果の閲覧**

監査事務局  
 ☎457・2391 

税金が正しく、また効率的に使われているか、予算の執行や契約などの財務に関する事務を中心に、行政事務全般にわたる監査を行っています。2月公表の報告書には、2024(令和6)年8月～2024(令和6)年12月に行った監査の結果を掲載しています。

※詳しくは、監査事務局(市役所本館8階)へ  
 ※市政情報室(市役所北館2階)、区役所、行政センター、支所、図書館で閲覧できます

市HP  監査結果 

**アイミティ浜松仮事務所開設**

産業振興課  
 ☎457・2115 

大規模改修工事のため、仮事務所受け付け業務などを行います。

開設日 4月3日(木)

場所 勤労会館(Uホール)内  
 (☎401・3566)

※アイミティ浜松は、2026(令和8)年4月に浜松市勤労福祉センターとしてリニューアルオープンを予定しています

市HP  勤労福祉施設 



**軽自動車税(種別割)に関する申告**

市民税課  
 ☎457・2077 

現在で軽自動車やオートバイなどを所有している人に課税となります(年度の途中で登録や廃車の申告をしても、月割計算での税金の課税や返還はありません)。3月31日(月)までに忘れずに申告手続きをしてください。

**対象** 廃車した人/車を譲ったり譲り受けたりした人/車を持って市内に転入または市外に転出した人/申告済み  
 の内容を変えなければいけない人

車種	申告先
① 原動機付自転車(排気量125cc以下)	市民税課(元目分庁舎)・各区役所(中央区を除く)・行政センター 軽自動車税担当または引佐・三ヶ日・佐久間・水窪・龍山・春野支所
② 特定小型原動機付自転車(排気量0.6kw以下)	※ナンバープレートがある場合の廃車手続きは、市民サービスセンター、協働センターなどでもできます(一部センターを除く)
③ 小型特殊自動車(農耕作業車・フォークリフトなど)	軽自動車検査協会 浜松支所(中央区貴平町) ☎050-3816-1777
④ 軽自動車(三輪・四輪・被けん引車)	浜松自動車検査登録事務所(中央区流通元町) ☎050-5540-2052
⑤ 軽二輪車(排気量125cc超～250cc以下)	
⑥ 二輪の小型自動車(排気量250cc超)	

**軽自動車税(種別割)の減免**  
 障がいのある人が使用する場合や車いす移動車などは、減免される場合があります。内容や等級により該当条件が異なります。

市HP  軽自動車税 種別割 

**外出支援助成券(バス・タクシー券など)の交付**

障害者保健福祉課  
 ☎457・2872

	外出支援助成券交付事業	視覚障害者等外出応援事業
内容	外出支援助成券(7,000円分)の交付 ※遠鉄バス・電車共通カード(ナイスパス)、タクシー利用券など6種類のうち希望する1種類を交付	外出応援タクシー利用券(20,000円分)の交付
交付期間	4月1日(火)～2026(令和8)年3月31日(火) 8:30～17:15 ※土・日曜日、祝日および年末年始(12月29日～2026(令和8)年1月3日)を除く	
対象	4月1日から交付申請日まで市内在住かつ自動車税または軽自動車税の減免を前年度(令和6年度)に受けていない人で以下のいずれかの手帳を持っている人※廃車などの場合には、手帳内の税減免スタンプの抹消手続きをしてください ・療育手帳A1～B1 ・身体障害者手帳1級～4級 ・精神障害者保健福祉手帳1級・2級 ・戦傷病者手帳、被爆者健康手帳	身体障害者手帳の以下の障害種別に該当する人 ・視覚障害1級・2級 ・肢体不自由1級(上肢、下肢、体幹、運動上肢・移動)
場所	通知または市のホームページで確認	
HP	外出支援助成券交付事業について 	視覚障害者等外出応援事業について 

市HP  外出支援 

お知らせ



令和7年度保育ママの登録と  
利用申し込み

天竜福祉事業所社会福祉課  
☎9222・0023 

保護者の就労などにより、保育を必要とする児童を保育ママの自宅などで保育する事業です。

保育ママの登録申請

対象 浜松市に在住し、天竜区内に保育場所の規定を満たす場所を確保できる人

資格 保育士、看護師などの有資格者または子育ての経験がある人

※市の認定が必要となります

※4月1日(火)から保育ママとして活動を希望する人は3月19日(水)までに申し込んでください

保育ママの利用申請

対象 次のいずれかに該当する小学4年生までの児童  
・天竜区内在住の児童  
・浜松市内在住で、保護者が天竜区内に就労している児童

申込 天竜福祉事業所社会福祉課、春野・佐久間・水窪・龍山支所へ【随時受付】

HP ▶▶▶ 詳細はホームページで確認 

旅券(パスポート)申請の変更

☎457・2870 

日時 3月24日(月)  
変更内容

- ①電子申請の対象拡大(新規申請など)
- ※受け取りは申請者本人が窓口で行う必要があります。また、内容の不備で窓口申請より時間がかかる場合があります。お急ぎの場合は窓口申請をお勧めします
- ②申請手数料の改正
- ・窓口申請：現在の金額より300円増額
- ・電子申請：現在の金額より100円減額
- ③旅券交付までの日数変更
- ・開庁日で11日目以降

市HP ▶▶▶ 詳細は市ホームページで確認 

狂犬病予防注射

動物愛護教育センター  
☎487・1616 

飼い犬の登録および狂犬病予防注射は法律で義務付けられています。飼い犬の登録は生涯1回ですが、予防注射は動物病院などで毎年必ず受けさせていただきます。市が行う集合注射は、天竜区のみ実施します。

HP ▶▶▶ 詳細はホームページで確認 



一般国道257号(金指西バイパス)が開通します

道路企画課  
☎457・2432 

日時 3月27日(木)(開通は15時を予定)

市HP ▶▶▶ 詳細は市ホームページで確認 

人権啓発センターの休館日と開館時間が変わります

人権啓発センター  
☎457・2031 

開始日 4月1日(火)

休館日 日曜日・祝日

市HP ▶▶▶ 詳細は市ホームページで確認 

令和7年度軽自動車税(種別割)の口座振替申込期限

税務総務課  
☎457・2261 

期限 金融機関窓口：4月18日(金)  
ウェブ：5月15日(木)

市HP ▶▶▶ 詳細は市ホームページで確認 

子ども食堂などのこどもの居場所づくりの助成します

子育て支援課  
☎457・2792 

対象 こども食堂など、こどもの居場所を運営する団体

申込 Eメールまたは郵送で子育て支援課へ

市HP ▶▶▶ 詳細は市ホームページで確認 

浜松科学館 館内一部リニューアル

3月20日(木) OPEN!

浜松科学館は、二期に分けて館内の一部をリニューアルします。第一期は3月20日にオープン。さまざまな「わたし」そして「みんな」が、思い思いに過ごしながら学びを楽しみ、交流できる場所を目指します。

音とカタチで遊ぶ「へんてこ楽器」が登場!



「みらいーらーるーム」で実験や工作のワークショップを開催!

浜松科学館 ☎454-0178

HP ▶▶▶ 浜松科学館 



マークの説明: 直 当日、直接会場へ

### けんこう



第40回市民いきいきトレーナー養成講座  
ベーシックコース(3級・2日間)

浜松市リハビリテーション病院  
(中央区和合北一丁目) ☎471-8332



いきいき  
トレーナー

HP▶  検索

日時:5月22日(木)9:30~15:30、23日(金)9:30~12:15 ◆申込:【電話・ホームページ】4月30日(水)締切(抽選)

### 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

市HP▶  検索

### 自死遺族わかちあいの会

日時:4月12日(土)14:00~16:30 ◆申込:【電話】4月11日(金)17:00  
締切

### がんでご家族を亡くされた方のつどい

日時:4月22日(火)13:30~15:30 ◆申込:【電話】4月22日(火)12:00  
締切

### こそだて



### 浜松子ども館

(中央区鍛冶町) ☎450-9111



子ども館

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4月)
音と遊ぼうリトミック 直	7日(月)・21日(月)
① 2・3歳クラス	① 10:20~11:00
② 1歳クラス	② 11:10~11:40
マリimbaとヴィブラフォンのコンサート 直	8日(火)11:00~11:30
いっしょにあそぼ! 直	① 9日(水)
① トコトコちゃんと	② 10日(木)
② ヨチヨチちゃんと	③ 15日(火)
③ ハイハイ赤ちゃんと&ぐっすりねんねのお話	④ 22日(火)
④ ねんね・ごろんの赤ちゃんと	各日10:30~11:30
助産師さんのベビーマッサージ 直	11日(金)10:30~11:30
しょうぎに挑戦 直	12日(土)・26日(土)
~初心者から上級者まで~	13:00~15:00
よみかたりさん 直	13日(日)10:50~11:20
親子でおやつ~2色クッキー~ ★	17日(木)11:00~11:45
ここみのおしゃべりサロン ★	18日(金)13:30~15:00
~妊婦さんもOK!親子にやさしいだっこ~	
お父さんと遊ぼう 直	19日(土)10:30~11:30
おやつ作り~2色クッキー~ ★	20日(日)11:00~11:45
親子でワークショップ~くれよん~ 直	23日(水)10:30~11:30
親子でパン作り ★	24日(木)11:30~12:00
親子でエクササイズ&交流会 直	25日(金)10:30~11:30
~ママになってもきれいでいたいから~	
<MOCOBO>輪ゴム鉄砲を作ろう! 直	26日(土)10:00~15:00
パン作り~プレーンパン~ ★	27日(日)11:30~12:15

### おしらせ



浜松ユニバーサルデザインマップの作成にご協力ください

UD・男女共同参画課 ☎457-2364



UDマップ

HP▶  検索

市内施設や店舗のユニバーサルデザイン情報を集めたマップを作成するため、市民からの情報投稿を募集します。

期間:3月15日(土)~ 8月31日(日)※新規掲載が1,000件になった時点で終了 ◆問合せ:㈱グレートバリュー (☎080-7494-6793)

### 近世・近現代コーナー展示の更新

博物館(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208



博物館

市HP▶  検索

博物館常設展の「近世・近現代コーナー」の展示が変わります。

日時:3月15日(土)9:00~ ※3月10日(月)~ 14日(金)は休館

### けんこう



### 成人健康相談(4月) 直

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▶  検索

市HP▶  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	7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月) 9:00~11:00	☎413-5577★
	東行政センター	10日(木)9:30~11:30	☎424-0122★
	舞阪保健センター	8日(火)13:30~15:00	☎597-1174★
	西部保健センター	22日(火)9:30~11:30	
	南行政センター	18日(金)13:30~15:00	☎425-1590★
浜名	浜名区役所	9日(水)・23日(水) 9:00~11:30	☎585-1120★
	細江健康センター	予約制(電話申込)	☎542-0857 (引佐健康センター)
	三ヶ日保健センター		
	引佐健康センター	7日(月)9:00~11:30	
天竜	天竜保健福祉センター	14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	16日(水)9:30~11:30	☎983-0006
	水窪保健福祉センター	4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)	14日(月) 9:30~10:00 10:30~11:00 24日(木) 9:30~10:00 10:30~11:00	☎453-6125 (健康増進課)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

こそだて



ブックスタート(4~6月)

中央図書館 ☎456-0234

ブックスタート



**市HP**▶ [ブックスタート](#) 検索

読み聞かせやわらべうたの体験とアドバイス、おすすめの絵本1冊プレゼント◆**対象**:6カ月~満1歳(誕生日当月まで)の赤ちゃんとその保護者◆**申込**:【窓口・電話】各開催月の前月16日から(先着順)※日時、申込先など詳細はホームページで確認

ひとり親家庭等日常生活支援

子育て支援課 ☎457-2792

日常生活支援



**HP**▶ [ぴっぴ 日常生活支援](#) 検索

残業、病気、冠婚葬祭、学校行事への参加などで一時的に生活援助や保育が必要な場合に、家庭生活支援員を派遣し支援します※要事前登録。詳細はホームページで確認

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

イベント



フラワーパーク

(中央区舘山寺町) ☎487-0511

フラワーパーク



**HP**▶ [はままつフラワーパーク](#) 検索

内容	日時
① ザ・フラ・フェスティバル <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	3月30日(日)11:00~13:30
② 花のウォーキング <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	4月12日(土)10:00~12:00
③ さくらそう展 <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	4月12日(土)~20日(日)10:00~16:30
④ 春を呼ぶ花「さくらそう」(サクラソウの育て方教室)	4月13日(日)10:00~12:00
⑤ 八重桜を楽しもう <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	4月19日(土)10:00~11:30
⑥ 春のフジ見どころガイド <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	4月20日(日)13:20~14:10
⑦ 塚本こなみの園芸教室「美しいフジの咲かせ方」	4月29日(火)10:00~11:30
⑧ 夜桜ライトアップ <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">直</span>	3月下旬以降、開花状況に合わせて2週間程度

申込:【ファクス・ホームページ・Eメール】④3月31日(月)、⑦4月21日(月)、各日16:00必着(抽選)

浜名湖花フェスタ2025 直

期間:3月20日(木)~6月8日(日)

第12回はままつフラワーパーク感動フォトコンテスト作品募集

申込:【窓口・郵送】6月30日(月)16:00必着※浜名湖花フェスタ2025期間中にはままつフラワーパーク会場で撮影した作品に限る

離乳食教室

問い合わせは下記参照

離乳食教室



**HP**▶ [ぴっぴ 離乳食教室](#) 検索

対象:2024(令和6)年11月生まれの子供の保護者(オンラインのみ2024(令和6)年10月・12月生まれも受講可)◆**申込**:【ホームページ・LINE】3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
東部協働センター	4月2日(水)	①13:30~14:25 ②14:50~15:45
	4月10日(木)	
長上協働センター	4月7日(月)	①13:30~14:25 ②14:50~15:45
入野協働センター	4月3日(木)	
三方原協働センター	4月11日(金)	13:30~14:00
鹿玉協働センター	4月18日(金)	
オンライン	4月25日(金)	

もぐもぐ元気っこ教室

問い合わせは下記参照

もぐもぐ教室



**HP**▶ [ぴっぴ もぐもぐ元気っこ教室](#) 検索

対象:2024(令和6)年8月・9月生まれの子供と保護者◆**申込**:【ホームページ・LINE】3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	4月4日(金)	10:00~11:15
東部保健福祉センター	4月17日(木)	
西部保健センター	4月9日(水)	
白脇協働センター	4月8日(火)	
浜北保健センター	4月11日(金)	
引佐健康センター	4月3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	☎413-5577
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

2歳児歯科健康診査



**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

マークの説明: 当日、直接会場へ

## イベント

### 万葉の森公園

(浜名区平口) ☎586-8700

**HP**▶ [万葉の森公園](#)

万葉の森公園



内容	日時
① 万葉植物等を描く絵手紙体験	3月23日(日)10:00~14:30
② 季節の公園散策(解説付き)	4月6日(日)11:00~(40分程度)
③ 万葉花もちの販売	4月6日(日)10:30~(売り切れ次第終了)
④ 染めであそぼう「よもぎ」	4月19日(土)9:30~12:00

申込:【窓口・電話】④3月15日(土)9:00から(先着順)

### 博物館

(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208

**市HP**▶ [博物館](#)

博物館



内容	日時
新常設展示ギャラリートーク(近世・近代)	3月22日(土)10:30~11:00
春休み体験館	3月22日(土)~30日(日)9:00~15:30
小展示「佐久間町の片桐鍛冶店の道具」	3月22日(土)~5月25日(日)9:00~17:00

### 姫様道中

北行政センター ☎523-2903

**HP**▶ [浜松市姫様道中](#)

姫様道中



日時:3月29日(土)10:00~15:00◆場所:気賀関所・都田川桜堤(浜名区細江町気賀)◆問合:浜松市姫様道中実行委員会(☎070-8578-1335)

### 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](#)

フルーツパーク



内容	日時
① アーモンドフェスタ2025	3月22日(土)・23日(日)11:00~15:00
② 消防DAY&はたらくるま	4月13日(日)10:00~14:00
③ サッカーゴールキーパークリニック	4月20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

申込:【ホームページ・電話】③3月15日(土)から(先着順)

### フルーツパーク 春の写生大会

申込:【窓口】3月20日(木)~4月6日(日)18:00締切

2025年度フルーツパーク年間パスポート販売

※詳細はホームページで確認



## イベント

### 内山真龍資料館展示「真龍の旅」

内山真龍資料館(天竜区大谷) ☎925-4832

**市HP**▶ [内山真龍資料館](#)

内山真龍資料館



日時:3月21日(金)~6月8日(日)9:00~17:00(休館日:月曜日、火曜日、祝日)

### アクト通りふれあいデイ

産業振興課 ☎457-2285

**市HP**▶ [アクト通りふれあいデイ](#)

ふれあいデイ



日時:3月16日(日)9:00~12:00※雨天中止◆場所:アクト通り

### 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](#)

みどり~な



内容	日時
① オープンガーデンをノルディック・ウォークで見に行こう	4月3日(木)10:00~11:30
② 山野草展示会と苗の即売会	4月5日(土)11:00~16:00 4月6日(日)10:00~15:30
③ 初心者のためのバードウォッチング	4月6日(日)8:30~10:30
④ みどりと花を愉しむノルディック・ウォーク	4月7日(月)・10日(木)10:00~11:30
⑤ コンテナde家庭菜園種からミニトマトを育てよう(全2回)	4月19日(土)、6月7日(土)10:00~12:00
⑥ プリザーブドフラワーアレンジメント定期講座【前期・全3回】	4月20日、6月22日、8月24日(全て日曜日)10:00~12:00
⑦ 季節のプリザーブドフラワーアレンジメント講座	4月22日(火)10:00~12:00

申込:③・⑤~⑦【窓口・電話】3月15日(土)9:00から(先着順)

### パパママキャンプ

青少年の家(中央区住吉四丁目) ☎471-4725

**HP**▶ [浜松市立青少年の家](#)

青少年の家



日時:4月19日(土)11:00~20日(日)15:00◆申込:【ホームページ】3月22日(土)締切(抽選)

### 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](#)

天文台



内容	開催日	時間	申込開始日
① 星空観望会	3月22日(土)	18:30~20:30	3月19日(木)
	4月5日(土)	19:30~21:00	4月2日(水)
	4月12日(土)		4月9日(水)
② 太陽・昼間の星観望会	4月6日(日)	14:00~16:00	-

申込:①【ホームページ】各日13:00から(先着順)

### 動物園 春の写生大会

動物園(中央区館山寺町) ☎487-1122

**HP**▶ [わくわく はまZOO](#)

動物園



日時:4月12日(土)・13日(日)・19日(土)・20日(日)9:00~16:00

マークの説明:  当日、直接会場へ

**おんがく** 

**アクトシティ(文化振興財団)**  
 (中央区板屋町) ① ☎451-1151 / ②・③ ☎451-1114



**HP**▶ [はまかる](#) 

**①プロムナードコンサート(雨天中止) 直**  
 日時:4月12日(土)14:00~16:00◆場所:JR浜松駅北口広場「キタラ」  
 ◆出演:高台中学校、可美中学校&神久呂中学校、曳馬中学校、浜松南高等学校

**②アクト・ニューアーティスト・シリーズ2025 No.148**  
 西田翔(チェロ)

日時:5月25日(日)14:00~16:00◆場所:音楽工房ホール

**③アクト・プレミアム・シリーズ2025 vol.39**  
かしもとだいしん  
 榎本大進(ヴァイオリン)&アレッシオ・ボックス(ピアノ)

日時:6月9日(月)19:00~21:00◆場所:中ホール

**<②・③共通項目>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)】3月16日(日)10:00から**

**スポーツ** 

**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](#) 

内容	初回目	申込開始日
ジュニア硬式テニス教室(全4回)	5月8日(木)	4月15日(火)
ジュニアソフトテニス教室(全4回)		3月29日(土)
一般硬式テニス教室(全8回)	5月12日(月)	4月15日(火)
中学生硬式テニス教室(全4回)		
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**  
 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](#) 

内容	初回目	内容	初回目
室内サッカー	4月8日(火)	シェイプエアロピクス	4月10日(木)
リセットヨガ&ピラティス	4月8日(火)	心体すっきりピラティス	4月10日(木)
体幹ヨガ	4月8日(火)	はじめてのヨガ(金曜)	4月11日(金)
ラララサーキット・ライト	4月9日(水)	健康太極拳	4月11日(金)
ソフトエアロピクス	4月9日(水)	金曜体育	4月11日(金)
ジャンピング器械体操	4月9日(水)	はじめての大人ジャズダンス	4月11日(金)
新体操	4月9日(水)	快眠ストレッチ	4月11日(金)
バドミントン	4月9日(水)	キッズテニス	4月14日(月)
バランスヨガ	4月9日(水)	キッズトレーニング	4月14日(月)
はじめてのヨガ(水曜)	4月9日(水)	ワク楽体操	4月14日(月)
ズンバ	4月10日(木)	<b>&lt;共通項目&gt;申込:【窓口】3月15日(土)9:00から(先着順)</b>	
こどもジャズダンス	4月10日(木)		

**イベント** 

**木下恵介作品上映会『笛吹川』 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](#) 

日時:4月20日(日)①10:00~、②14:00~(上映30分前から開場)

**~茶DAYS~親子で祝う「端午の節句」**  
 松韻亭(中央区鹿谷町) ☎473-4310



**HP**▶ [茶室 松韻亭](#) 

日時:5月3日(土)~5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】3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](#) 

内容	日時
ケ-エ-シー ニッチ コレクション ① k a c niche collection 友野可奈子展 関連イベント 直 ドローイングワークショップ	3月15日(土)10:00~12:00
② 朝市「かもえのあさいち」と食文化のワークショップ	5月17日(土)9:00~13:00 (ワークショップは10:00~12:00) ※ワークショップのみ要申込

申込:【窓口・電話・Eメール】②3月20日(木)9:00から(先着順)

**春の特別展 東海道新幹線60周年企画**  
**「東海道新幹線ずかん」 直**  
 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:~4月6日(日)9:30~17:00

**おんがく** 

**第7回定期演奏会「すずめの学校 吹奏楽部」**  
 節目の10周年~音楽でつながる人の輪とこころ~  
 あいホール ☎412-0350



**HP**▶ [あいホール](#) 

日時:5月27日(火)19:00~21:00(18:15開場)◆場所:アクトシティ 大ホール(中央区板屋町)◆申込:【窓口】3月28日(金)10:00から(先着順)

**ミュージアムサロンコンサート**  
**「カラフルサウンド! ラテン音楽ツアー」 直**  
 楽器博物館(中央区中央三丁目) ☎451-1128



**HP**▶ [楽器博物館](#) 

日時:3月23日(日)①11:00~11:30、②14:00~14:30

**第9回みぶアーティストステージ**  
 (6月29日開催)出場者募集  
 天竜壬生ホール(天竜区二俣町二俣) ☎922-3301



**HP**▶ [天竜壬生ホール](#) 

申込:【窓口・ファクス・Eメール】4月1日(火)~15日(火)21:00締切※応募者多数の場合、選考

マークの説明: ■ 当日、直接会場へ

## スポーツ

**アリーナの一般開放(4月)** ■

サーラグリーンアリーナ(浜名区平口) ☎585-1222

**HP**▶



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	9日(水)	9:00~12:00	アリーナ
パウンドテニス	16日(水)		
バスケットボール	23日(水)		
卓球	30日(水)		
陸上	13日(日) 19日(土) 27日(日)	19:00~21:00	スポーツ広場

**くるくるスポーツ教室**

問い合わせは下記参照

**HP**▶



内容	初回目	時間・問合・申込
サッカー	4月9日(水)	【窓口】浜北体育館 (浜名区西美蘭・☎585-1173) 3月21日(金)10:00から(先着順)
バドミントン		
チアダンス	4月10日(木)	【窓口】 サーラグリーンアリーナ (浜名区平口・☎585-1222) 3月21日(金)10:00から(先着順)
体育(幼児・児童)	4月14日(月)	
新体操(幼児・児童)		

**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**▶



内容	初回目	時間
身体ひきしめエクササイズ無料体験	4月3日(木)	13:30~14:30
骨盤底筋トレーニングヨガ無料体験	4月3日(木)	9:30~10:30
ビューティピラティス教室無料体験	4月3日(木)	10:45~11:45
かんたんスポーツ教室(全10回)	4月4日(金)	10:00~11:30
ゆがみ改善ストレッチ(全10回)	4月7日(月)	9:30~10:30
楽しいステップエアロ教室無料体験	4月8日(火)	10:10~11:10
楽しい筋骨体操(全6回)	4月9日(水)	13:30~14:30
健康太極拳教室(全6回)	4月9日(水)	19:30~21:00
産後の体型もどし(全6回)	4月9日(水)	10:15~11:30
身体ひきしめエクササイズ(全8回)	4月10日(木)	13:30~14:30
骨盤底筋トレーニングヨガ(全8回)	4月10日(木)	9:30~10:30
ビューティピラティス教室(全8回)	4月10日(木)	10:45~11:45
楽しいステップエアロ教室(全6回)	4月22日(火)	10:10~11:10
キッズ運動教室無料体験	4月24日(木)	15:45~16:45

<共通項目>申込:【窓口・電話】3月15日(土)9:00から(先着順)

## スポーツ

**スポーツ協会**

(中央区和田町) ☎411-8686

**HP**▶



**スポーツ教室**

内容	初回目	申込	内容	初回目	申込
ジョギング	5月11日(日)	不要	バドミントン(小学生)	5月23日(金)	HP
ボウリング	4月12日(土)	HP	大人からはじめる大人バドミントン	5月23日(金)	HP
やさしいシェイプピラティス(前半・後半)	4月15日(火)	HP	卓球(小・中学生)	5月23日(金)	HP
初級ジュニアソフトテニス[夜間の部]	4月19日(土)	HP	介護予防	5月11日(日)	A
ゆったりヨガ(月曜)	4月21日(月)	HP	親子ワン・ツ・スリー(よちよち・てくてく)	5月13日(火)	A
リラックス&リセットヨガ(月曜)	4月21日(月)	HP	キッズダンス(HIPHOP)【年中~中学生】	4月7日(月)	B
ゆったりヨガ(木曜)	4月24日(木)	HP	ジャズダンス(年少~一般)	4月8日(火)	B
リラックス&リセットヨガ(金曜)	4月25日(金)	HP	テーマパークジャズ(年少~一般)	4月9日(水)	B
初級ジュニアソフトテニス[夕方の部]	4月26日(土)	HP	キッズフィールドスポーツ(小学1~3年生)	4月9日(水)	B
ジュニアダンススポーツ	4月26日(土)	HP	親子でハッピー(1歳4ヶ月~2歳・2歳~3歳)	4月10日(木)	B
ビーチボール普及交流会	4月27日(日)	HP	トランポリン	5月13日(火)	B
健康乗馬	5月1日(木)	HP	エンジョイ卓球	5月13日(火)	B
合気道	5月1日(木)	HP	はじめてのバドミントン	5月13日(火)	B
少林寺拳法(雄踏)	5月7日(水)	HP	のびのびシニア(水曜)	4月23日(水)	C
空手道(篠原協働センター)	5月7日(水)	HP	午後のストレッチ(水曜)	4月23日(水)	C
可美テニス	5月9日(金)	HP	のびのびシニア(金曜)	4月25日(金)	C
空手道(西山会館)	5月10日(土)	HP	午後のストレッチ(金曜)	4月25日(金)	C
空手道(和地協働センター)	5月17日(土)	HP	K-POPダンス(短期)【小学1年~6年生】	4月10日(木)	D
空手道(三方原会館)	5月17日(土)	HP			
ヨット	5月17日(土)	HP			
トランポリン☆体操(幼児・小学生)	5月23日(金)	HP			

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】浜松球場(☎473-3281)、【D】浜北体育館(☎585-1173)

**ラジオ体操指導士養成講座(全6回)**  
 日時:4月20日~9月21日の毎月第3日曜日10:00~12:00◆場所:東部協働センター(中央区相生町)◆問合:浜松ラジオ体操連盟(加藤 ☎090-3309-5143)◆申込:【Eメール】3月18日(火)10:00から(先着順)



マークの説明: 直 当日、直接会場へ

**講座・教室**



認知症家族介護者教室(全5回)  
 (認知症に関する悩みを抱える家族対象)  
 高齢者福祉課 ☎457-2105

認知症



**市HP**▶ 検索

日時:3月29日(土)、4月5日(土)・12日(土)・19日(土)・26日(土)10:00~12:00◆場所:聖隷三方原病院 地域障がい者総合リハビリテーションセンター(中央区三方原町)◆問合・申込:【電話】聖隷三方原病院(☎436-1251)から心理室へ。3月17日(月)から(先着順)

国際交流のための語学講座

浜松国際交流協会 ☎458-2185

HAMAPO



**HP**▶ 検索

内容	開催日	時間
インドネシア語(対面)	5月15日~7月31日	19:00
ポルトガル語(オンライン)	(毎週木曜日)	20:30

<共通項目>場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【ホームページ】3月15日(土)から(先着順)

農村環境改善センター

(中央区伊左地町) ☎486-1122

農村環境改善センター



**HP**▶ 検索

内容	日時	申込締切日
① <sup>すべて</sup> 素敵!アーテ&プリザード フラワーアレンジメント(全3回)	5月8日、6月12日、7月10日(全て木曜日) 9:30~11:30	4月20日(日)
② 絵手紙講座(全3回)	5月9日・16日・23日(全て金曜日) 10:00~12:00	4月24日(木)
③ 春の初心者ジョギング体験講座(全3回)	5月10日・17日・24日(全て土曜日) 9:00~11:00	4月25日(金)
④ 素敵な切り絵講座(全3回)	5月12日・19日・26日(全て月曜日) 10:00~12:00	4月24日(木)

<共通項目>申込:【往復はがき・ホームページ】必着(抽選)

文芸館

(中央区早馬町) ☎453-3933

文芸館



**HP**▶ 検索

内容	日時
① 松本茂講演会「一史実と小説の間」	5月10日(土) 13:30~15:30
② <sup>てんこく</sup> 篆刻初級講座(全6回)	5月17日・24日・31日、6月14日・21日・28日(全て土曜日) 9:30~11:30
③ <sup>つみこしがずよ</sup> 堤腰和余朗読会「澤田ふじ子を読む『宗巨狐』ほか」	5月18日(日) 13:30~15:00
④ 俳句入門講座Ⅱ初夏「俳句をはじめてみよう」(全4回)	6月7日・14日・21日・28日(全て土曜日) 13:30~15:30

申込:①・③【電話】3月20日(木)から(先着順)、②・④【往復はがき】4月15日(火)必着(抽選)

**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・③ **HP**▶ 検索
- ② **HP**▶ 検索
- ④ **HP**▶ 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)

①・③  
いたや  
江之島



②・④  
竜西・浜北



場所/問合	内容	開催日/初回目
① いたや(中央区板屋町) ☎413-5570	いたや絵本サロン <span style="float: right;">直</span>	4月2日(水)
② 竜西(中央区中郡町) ☎433-9045	親子であそぼう「ははは広場」 <span style="float: right;">直</span>	3月16日(日)
	こどものための読み聞かせ <span style="float: right;">直</span>	3月23日(日)
	パネルシアター <span style="float: right;">直</span>	3月23日(日)
③ 江之島(中央区江之島町) ☎425-9907	なかよしリトミック(1歳児コース/2歳児コース)	4月24日(木)
	オリジナルペン立て作り講座	4月5日(土)
④ 浜北(浜名区小林) ☎587-4830	親子であそぼう「ははは広場」 <span style="float: right;">直</span>	4月6日(日)
	こどものための読み聞かせ <span style="float: right;">直</span>	4月20日(日)

2025年度上期カルチャー教室

雄踏文化センター(中央区雄踏町宇布見) ☎596-1100

雄踏文化センター



**HP**▶ 検索

内容	初回目	内容	初回目
ベリーダンス	4月1日(火)	絵画造形教室「パレット」小学生	4月10日(木)
はじめての編み物	4月1日(火)	だれにでもできる太極拳	4月10日(木)
姿勢改善ヨガピラティス	4月2日(水)	はじめてみようフラダンス	4月10日(木)
骨盤調整ヨガ(B)	4月2日(水)	はじめての養生健身気功	4月10日(木)
絵画造形教室「くればす」幼稚園	4月3日(木)	0歳児のための音楽教室 10:00	4月11日(金)
鍵盤ハーモニカアンサンブル	4月4日(金)	0歳児のための音楽教室 11:00	4月11日(金)
ロックドラム講座	4月4日(金)	骨盤調整ヨガ(A)	4月11日(金)
肩こり・腰痛予防ピラティス	4月4日(金)	二胡を弾こう(昼)	4月12日(土)
シニアもヤングも楽しい脳トレ・リハビリ健康ドラム講座	4月7日(月)	着付け初級講座	4月12日(土)
歌とリズムとやさしいエクササイズ	4月7日(月)	こども英会話	4月14日(月)
楽しく踊ろうキッズダンス 16:00	4月8日(火)	絵画造形教室「くれよん」2歳児	4月14日(月)
楽しく踊ろうキッズダンス 17:00	4月8日(火)	体幹を鍛えて姿勢改善	4月14日(月)
親子でENGLISH	4月8日(火)	一人でも踊れる社交ダンス	4月14日(月)
二胡を弾こう(夜)	4月8日(火)	男の料理教室	4月19日(土)
はじめての津軽三味線	4月9日(水)	申込:【窓口・電話・ファクス】3月15日(土)9:00から(先着順)	

マークの説明: ■ 当日、直接会場へ

## 講座・教室

**応急手当の方法を学ぼう**  
 警防課 ☎475-7562

**市HP**▶

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	4月18日(金) 10:00~13:00 5月20日(火) 10:00~13:00 5月28日(水) 13:30~16:30	5月23日(金) 10:00~12:00 (ライブ講習)	4月23日(水) 9:00~12:00 5月16日(金) 13:30~16:30
普通救命講習Ⅲ	4月22日(火) 13:30~16:30	—	5月27日(火) 9:00~12:00
上級救命講習	5月15日(木) 10:00~19:00	—	4月17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~開催日前々日の正午必着(土・日曜日、祝日を除く)※ライブ講習は4月15日(火)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



**鳥獣被害対策基本講座**  
 農業振興課 ☎457-2332

**市HP**▶

場所/問合	開催日	時間
北行政センター/①	4月17日(木)、9月4日(木)	10:00 ~ 11:30
浜名区役所/②	5月14日(水)	
天竜区役所/③	6月13日(金)、 2026(令和8)年1月30日(金)	
三ヶ日支所/④	7月10日(木)	
春野支所/⑤	8月8日(金)	
引佐支所/⑥	11月20日(木)	
龍山支所/⑦	10月10日(金)	
佐久間歴史と民話の郷会館/⑧	12月4日(木)	
水窪支所/⑨	2026(令和8)年2月13日(金)	

**問合・申込:**【窓口・電話】各開催日の30日前から(先着順)  
 ① 農業振興課 北部農業グループ(☎523-1113)  
 ② 農業振興課 浜北農業グループ(☎585-1117)  
 ③ 農業振興課 天竜農業グループ(☎922-0030)  
 ④ 春野支所(☎983-0001)  
 ⑤ 龍山支所(☎966-2111)  
 ⑥ 佐久間支所(☎966-0001)  
 ⑦ 水窪支所(☎982-0001)



**ユネスコ科学教室(全9回)**  
 創造都市・文化振興課 ☎457-2413

**市HP**▶

**開催日:**4月29日(火)~2026(令和8)年2月21日(土)◆**場所:**科学館、天竜川河原、佐鳴湖公園、天文台など◆**申込:**【ホームページ】4月11日(金)締切(抽選)



## 講座・教室

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

**市HP**▶

内容	日時
① 森林公園 自然観察会 <span style="background-color: #f96;">■</span>	4月12日~2026(令和8)年3月28日の毎月第2・4土曜日 10:30~12:00
② キッズ森遊び 森でおやつ作り	4月29日(火)10:00~14:30
③ はじめてのコケ コケに親しむ観察会<春>	5月12日(月)9:00~12:00

**申込:**②【ホームページ】3月29日(土)、③【窓口・電話・ホームページ】3月25日(火)、各日9:00から(先着順)



**令和7年度  
災害ボランティアコーディネーター養成講座**

浜松市社会福祉協議会 ☎453-0580

**市HP**▶

**日時:**6月14日(土)・21日(土)10:00~16:00※6月13日(金)までにオンデマンド配信の視聴が必須◆**場所:**福祉交流センター(中央区成子町)  
 ◆**申込:**【ホームページ】4月4日(金)から(先着順)



**障がいのある人のための講座**

はままつ友愛のさと ☎586-8800

**市HP**▶

内容	開催日	時間
① パソコン(全8回)	4月10日~6月19日の木曜日	10:30~12:00
② アート・アート(全8回)	4月15日~7月15日の火曜日	10:30~12:00
③ アイパッド(全6回)	4月17日~9月18日の木曜日	13:00~14:45
④ 書道講座A(全8回)	4月18日~7月11日の金曜日	9:30~11:30
⑤ 書道講座B(全8回)	4月18日~7月11日の金曜日	13:00~15:00
⑥ 編み物(全8回)	5月12日~7月28日の月曜日	9:30~11:30
⑦ 英会話(全5回)	5月13日~7月29日の火曜日	13:30~15:00
⑧ 親子英会話(全5回)	5月13日~7月29日の火曜日	15:30~16:30
⑨ アロマ(全3回)	5月21日~2026(令和8)年1月21日の水曜日	13:00~14:15

**申込:**【窓口・電話】①~⑤3月28日(金)締切、⑥~⑨4月24日(木)締切(全て抽選)



**西部清掃工場・えこはま**  
 (中央区篠原町) ☎440-0150

**市HP**▶

内容	日時
まわり裂き織	4月24日(木) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30
そつフィット 卒FIT(固定価格買取制度)&省エネ対策講座【ソーラー発電+蓄電池入門講座】	4月26日(土) 10:00~12:00

**<共通項目>申込:**【電話・Eメール】3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

**そう****だ****ん**

外国人のための相談会(無料)  
 多文化共生センター ☎458-2170



**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)	4月5日(土)	13:00 ↓ 16:00
弁護士相談	4月12日(土)・24日(木)	
社労士相談	4月17日(木)	
在留資格に関する相談	5月1日(木)	

場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【窓口・電話】3月15日(土)から(先着順)

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



**市HP**▶人権啓発センター

問合せ: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 ★	4月3日(木)、5月8日(木)	13:00 ~ 16:00
東行政センター ★	4月10日(木)	
西行政センター ★		
南行政センター ★	4月3日(木)	
ふれあい交流センター浜北 ★	4月10日(木)	10:00 ~ 12:00
佐久間支所	4月2日(水)	13:00 ~ 15:00
水窪支所	4月7日(月)	

〈共通項目〉申込:【電話】3月23日(日)17:00締切(5月8日(木)開催分のみ4月26日(土)17:00締切)※佐久間支所、水窪支所は当日受付も可。受け付けは終了時間の30分前まで

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

場所	日時	問合せ
中央区役所	3月21日(金)9:00~12:00	☎457-2121
東行政センター	4月1日(火)9:00~12:00	☎424-0153
西行政センター	4月8日(火)10:00~12:00	☎597-1115
南行政センター	4月9日(水)9:00~12:00	☎425-1382
三ヶ日支所	3月19日(水)9:00~12:00	☎523-1116 (北行政センター)
佐久間支所	4月2日(水)13:00~15:00	☎966-0002
龍山森林文化会館	3月19日(水)13:30~15:00	☎968-0331

**講座・教室**

令和7年度手話奉仕員養成講座  
 (開講式のほか、実技:全40回・講義:全6回)  
 障害保健福祉課 ☎457-2864



**市HP**▶手話奉仕員養成講座

内容	日程	時間	場所
昼の部①	開講式	4月17日(木)	9:30~10:30 市役所(北館)
	実技	4月22日~2026(令和8)年3月3日(毎週火曜日) ※数日休みあり	9:30 ↓ 11:30 北部協働センター(中央区葵東一丁目)
	講義	6月4日、7月2日、8月6日、9月3日、10月1日、11月5日(全て水曜日)	
昼の部②	開講式	4月17日(木)	9:30~10:30 市役所(北館)
	実技	4月24日~2026(令和8)年2月19日(毎週木曜日) ※数日休みあり	9:30 ↓ 11:30 篠原協働センター(中央区篠原町)
	講義	6月23日、7月28日、8月25日、9月22日、10月27日、11月17日(全て月曜日)	
夜の部①	開講式	4月16日(水)	19:00~20:00 市役所(北館)
	実技	4月22日~2026(令和8)年2月24日(毎週火曜日) ※数日休みあり	19:00 ↓ 21:00 南部協働センター(中央区海老塚二丁目)
	講義	6月13日、7月11日、8月8日、9月12日、10月10日、11月14日(全て金曜日)	
夜の部②	開講式	4月16日(水)	19:00~20:00 市役所(北館)
	実技	4月23日~2026(令和8)年2月25日(毎週水曜日) ※数日休みあり	19:00 ↓ 21:00 曳馬協働センター(中央区曳馬三丁目)
	講義	6月19日、7月17日、8月21日、9月18日、10月16日、11月20日(全て木曜日)	

〈共通項目〉申込:【ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】3月21日(金)必着(抽選)

文芸館出張講座「おくのほそ道」  
 第4期(全6回)  
 天竜壬生ホール(天竜区二俣町二俣) ☎922-3301



**HP**▶天竜壬生ホール

日時:4月24日~9月25日の毎月第4木曜日13:30~15:30◆申込:【電話・ホームページ】3月23日(日)10:00から(先着順)

宅建試験対策講座(全13回)  
 浜北地域活動・研修センター(浜名区於呂)  
 ☎588-2740



**市HP**▶浜北地域活動・研修センター 宅建

期間:5月18日(日)~8月10日(日)◆申込:【窓口・ホームページ】4月9日(水)9:00~18日(金)17:00締切(抽選)

不動産の無料相談会  
 土地政策課 ☎457-2365



**HP**▶静岡県不動産鑑定士協会

日時:4月4日(金)10:00 ~ 16:00◆場所:浜松商工会議所(中央区東伊場二丁目)◆問合せ:静岡県不動産鑑定士協会(☎054-253-6715)  
 ◆申込:【電話】3月17日(日)から(先着順)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

### 浜松市スポーツ・文化施設予約システム 「まつぼっくり」が新システムへ切り替わります

延期していた新システムは3月18日(火)12:00から利用できます。なお、切り替えに伴い、一時システム停止時間が発生します。

詳しい日時はまつぼっくりホームページや下記の市ホームページで確認してください。



市HP▶まつぼっくり 検索  
情報システム課 ☎457-2724



### そうだん

福祉職場相談会  
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 就職ガイダンス		9:15~9:45	福祉交流センター (中央区成子町)
② 福祉職場相談会 直	4月10日(木)	9:45~11:45	
③ 介護のDVD視聴会 直		10:00~12:00	

〈共通項目〉問合:福祉人材バンク(☎458-9205)◆申込:①【窓口・電話・ファクス・Eメール】4月9日(水)17:00締切※①と③に参加の上、②にて1カ所以上の事業所と相談した場合、求職活動になります

くらしのセンター  
(中央区海老塚町) ☎457-2635

税理士による無料税務相談(予約制)

HP▶東海税理士会浜松西支部 検索  
問合・申込:【電話】東海税理士会浜松西支部(☎453-1621)



開催日	時間	申込開始日(先着順)	受付時間
4月3日(木)	13:30	3月18日(火)	平日9:00~15:00
5月1日(木)	16:30	4月18日(金)	
6月5日(木)		5月20日(火)	

登記関連「相続・境界・農地転用」相談会(予約制)

HP▶静岡県土地家屋調査士会西遠支部 検索  
問合・申込:【電話】行政書士土地家屋調査士合同事務局(☎474-4848)※受付時間:平日9:30~16:00



開催日	時間	場所	申込開始日(先着順)
4月3日(木)	13:30	くらしのセンター	3月24日(月)
5月1日(木)	16:30		4月21日(月)
6月5日(木)			5月26日(月)
4月8日(火)	9:30	浜名区役所 (浜名区貴布祢)	3月24日(月)
6月10日(火)	11:30		5月26日(月)

市の人口と世帯数	男	女	総数	世帯数
	390,482人 (-393)	392,649人 (-400)	783,131人 (-793)	357,884 (-187)
中央区	301,609人 (-226)	302,314人 (-261)	603,923人 (-487)	282,268 (-98)
浜名区	76,790人 (-121)	77,655人 (-103)	154,445人 (-224)	63,873 (-59)
天竜区	12,083人 (-46)	12,680人 (-36)	24,763人 (-82)	11,743 (-30)

【住民基本台帳による】 2025(令和7)2月1日現在 / ( )内は前月比

### 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)

3月31日(月)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:3月5日(水)~31日(月)

市HP▶広報はままつ 検索



### はままつフラワーパーク 入場券 (抽選で5組10人)

はままつフラワーパーク

中央区館山寺町195  
☎487-0511  
9:00~17:00



### 浜名湖花フェスタ2025 開催! 3月20日(木)~ 6月8日(日)

「浜名湖花フェスタ」は、毎年「日本の春は浜名湖から」をキャッチフレーズに開催するイベントです。会場の一つである「はままつフラワーパーク」では、桜とチューリップの競演をはじめフジ、バラ、ハナショウブ、アジサイなどへの花のリレーを楽しむことができます。また、週末を中心に行われる音楽イベントやキッチンカーも魅力の一つとなっています。



▲桜とチューリップ



▲スマイルガーデン