

浜松ヒューマンセミナー2025 年後期

ブレッドベイキングクラスIII

楽しみながら、パンづくりを学べます！

●日時と内容

- | | |
|---------------|----------------------------|
| ① 9 / 11 (木) | ベーコンのうまみをきかせる
「ベーコンエピ」 |
| ② 9 / 25 (木) | シンプルイズザベスト
「塩パン」 |
| ③ 10 / 9 (木) | カレーとパンとの人気者コンビ
「カレーパン」 |
| ④ 10 / 23 (木) | パクパク食べれちゃう
「ウインナーパン」 |
| ⑤ 11 / 6 (木) | かわいい小さめの
「シナモンロール」 |
| ⑥ 11 / 20 (木) | 大人気、チョコがいっぱい
「チョコメロンパン」 |

ご家庭で自家製の
パンを作ってみませんか？



- 講師 柴原 明子 先生 助手 山本 悦子 先生
- 定員 12人 (応募者多数の場合は抽選)
- 費用 6,500円 (基本受講料 500円 + 材料費 6,000円)
- 持物 エプロン、ハンドタオル、筆記用具、布巾3枚、三角巾

申込について

①《抽選申込受付》7月15日(火)～8月4日(月)

【方法】◎協働センター窓口及び電話 (TEL: 425-9147) 8:30～17:15
◎市ホームページ ◎QRコード

※7月20日(日)・21日(月・祝)・27日(日)・8月3日(日)は、
職員不在のため、窓口・電話での受付はできませんのでご注意ください。

②《受講当選者発表日》8月12日(火)～20日(水)

【確認方法】◎協働センター窓口及び電話 (TEL: 425-9147) 8:30～17:15

※市ホームページ及びQR申込みの方はメールでお知らせします。8月12日(火)中
にメールが届かない場合は、お手数ですが協働センターにお問い合わせください。

※8月17日(日)は、職員不在のため窓口・電話での確認はできませんのでご注意ください。

③《費用の支払い》初回の9月11日(木)にお支払ください。



申込用QRコード

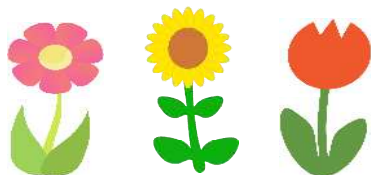
裏面もご覧ください。



★ 新しい仲間づくりに！！



興味のある方は五島協働センターまでご連絡ください TEL：425-9147



薫風

毎週木曜日 19:00～21:30

◆よさこい踊り◆

非日常を感じてみましょう！
新しい自分と仲間に出会えますよ。
初心者の方大歓迎！



アロハレディース

毎月第1・3木曜日 10:00～12:00

◆フラダンス◆

フラの音楽にのり楽しく踊ります。
健康維持、特に足腰の強化と
ストレス解消に
最適です。
初心者大歓迎です！



五島スローエアロビック

毎週月曜日 14:00～15:30

◆スローエアロビック◆

脳トレリズムダンスで体を動かし、
筋力低下を予防する、簡単なスロー
エアロビックです。
いつでも見学に
来てください。



南の星スクエアダンスの会

毎週水曜日 14:00～16:00

◆スクエアダンス◆

頭と体のバランスが良くなるダン
スです。
常時ビキナーさんを受け入れます。
いつでも見学に
来てください。



江南吹奏楽クラブ

月4回 土曜日または日曜日

9:00～12:00

◆吹奏楽◆

小学生から大人までみんな一緒に
楽しんで活動しましょう♪
いつでも見学を
受け付けています！



五島チューリップぐみ

毎週金曜日

◆親子ふれあいあそび◆

先生や友達と一緒に、親子で楽しい
時間を過ごしませんか。
一歳前後（抱っこやベビーカーでの
参加もOK）～幼稚園入園までのお
子さんが
対象です。



らくらく体操クラブ

毎月第1・3水曜日

13:00～15:00

◆健康体操◆

楽しくおしゃべりしながら、筋力・
持久力アップの体操を
しましょう。
見学の方大歓迎です！

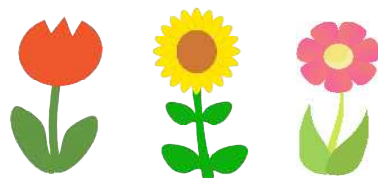


五島アートクラブ

毎月第2・3火曜日 13:00～16:00

◆油絵◆

あなたも一緒に油絵を始めてみま
せんか？初心者大歓迎です。
気軽に見学に
来てください！



五島三味線同好会

毎月第2・4火曜日

19:00～21:00

◆長唄三味線の練習◆

今いる会員も、全員初心者から始め
ました。一緒に三味線を
楽しみましょう！
見学の方大歓迎です。



はまなす江之島

毎月第1・3水曜日

10:00～12:00

◆健康体操◆

年齢を忘れ軽やかなリズムにのっ
て心地よい汗を流し、ストレス解消
しませんか？
見学の方大歓迎です！



ヨーガでリラックス

毎週月曜日 10:15～11:45

◆ヨーガ◆

ゆったりとした呼吸に合わせて体
を動かし、心と体のバランスを整え
ます。ストレス解消や疲労回復につ
なげましょう。
お気軽に見学に
いらしてください。



江南 G・G

月2～3回 火曜日

19:00～21:00

◆フットサル◆

おじさん達のゆる～いサークルで
す。
初心者の方大歓迎です。

