

伊佐見 協働センター	 だより	令和8年7月5日発行・第5号 伊佐見地区コミュニティ協議会 浜松市中央区伊左地町 45 番地 TEL053-523-7138	市委託 中央区西 第3号	回覧
---------------	--	---	--------------------	----



歴史講座

地域文化セミナー

“豊臣兄弟の光と影”



太陽のように明るい兄。月のように冷徹な弟。光が強ければ、影は濃くなります。

【講座日程・内容】



回	実施日	内容
第1回	9月1日(火)	墨俣築城と高松城の水攻め
第2回	9月8日(火)	関白秀吉と大納言秀長
第3回	9月15日(火)	三条河原と朝鮮出兵

◆時間：午前9時30分～11時30分 ◆定員：30人

◆会場：伊佐見協働センター 2階 講座室

◆対象：どなたでも参加可能

◆持ち物：水分補給用飲み物、筆記用具

◆講師：山下 智之先生(賀茂真淵翁遺徳顕彰会会長)

◆申込み：8月20日(木)まで



- ① 伊佐見地区コミュニティ協議会窓口又は電話(523-7138)
午前9時～午後5時まで ※日曜・祝日を除く
- ② スマホの場合は、右上のコードからお申し込みください。
- ③ 定員を超えた場合は、抽選を行います。受講の可否は、8月21日(金)以降に申込者全員に電話連絡をします。

伊佐見

協働センター



だより

令和8年7月5日発行・第7号
伊佐見地区コミュニティ協議会
浜松市中央区伊左地町 45 番地
Tel 053-523-7138

市委託
中央区西
第3号

回覧

地域文化セミナー

市民講座

食からはじまる健康づくり

「いつまでも、自分らしく、元気に暮らしたい」その願いを叶えるカギは、毎日の食事にあります。
今日からできる、小さな一歩を始めてみませんか？

内容

- ・皮膚カロテノイド測定
- ・管理栄養士による講話

測定時間約 10 秒で、野菜の
摂取状況を確認できます！

皮膚カロテノイド測定とは？

指の皮膚に白色 LED 光をあてて、皮膚の
カロテノイド量を短時間で測定するものです。
結果は「ベジスコア」と呼ばれる0～1200の
数値で表されて、特に緑黄色野菜の摂取状
況を反映します。



2026.9.11 金 10:00～11:00

【場 所】伊佐見協働センター 1階ホール

【講 師】浜松市中央健康づくりセンター(西) 管理栄養士

【募集人員】20名

【受 講 料】無料

事前に窓口、お電話または右のコードからお申込みください

申込期限:9月2日(水)

※受講の可否は 9/3(木)以降にメールまたは電話にて連絡致します。

主 催:伊佐見地区コミュニティ協議会

☎523-7138



伊佐見

協働センター



だより

令和8年7月5日発行・号外
浜松市伊佐見協働センター
浜松市中央区伊左地町 45 番地
Tel053-486-0034

市委託
中央区西
第3号

回覧



初めての 油彩画体験講座

【学習成果活用事業】



初心者の方でも安心して楽しく描ける絵画講座です。どなたでも気楽にご参加ください。お待ちしております！

回	実施日時	内容
①	8月7日(金) 18:00~21:00	1. 材料等の説明 2. 学習内容について 3. デッサン 4. 下塗り
②	8月21日(金) 18:00~21:00	1. 中塗り 2. 描写を進める
③	8月28日(金) 18:00~21:00	1. 上塗り 2. 描写 3. 仕上げ~完成 4. 講評会

【講師】青柳 孝 先生(アトリエ瞳会)

【人数】成人 10人

【参加費】2,000円(3回分)
(キャンバス、絵の具、オイル他)
1回目に集金します。

【持ち物】エプロン タオル 新聞紙

【会場】1階 エ芸実習室



お申込みについて

【申込期間】 7月13日(月)~7月30日(木)

- ① 伊佐見協働センター窓口または電話(☎486-0034)
月~金の午前9時~午後5時 (祝日を除く)
- ② スマホの場合は右のコードからお申込みください。



※定員を超えた場合は協働センターにて抽選を行います。

※受講の可否は7月31日(金)以降、電話またはメールにてご連絡します。

裏面もご覧ください

伊佐見田んぼアート

6月14日、こどもボランティアの皆さんと最終仕上げ(田植え)を行いました。現在、稲がすくすく育っています。



8月下旬から9月下旬、田んぼに小学生のデザインをもとにした絵が浮き上がり、見ごろとなる予定です。
お楽しみに！