



【表紙の写真】大原浄水場(中央区大原町)

市役所のどこへ電話したらよいかわからない場合

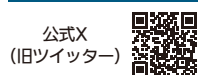
市民コールセンター ☎053-457-2111



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



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！

市からのお知らせ、
災害情報などを配信



ピリ辛ナス揚げ

P.8

特集

安全・安心な水を、これからも 〈浜松市の上下水道の取り組み〉



直径60cm、重さおよそ1tの水道管を、深さ1.2mの地中に埋設する工事現場。
重機で水道管を吊り上げながら、慎重に作業を進めます(中央区植松町)

「水」は、飲料水や入浴、トイレなど、私たちの暮らしに欠かすことはできません。

今月の特集では、これからも各家庭に安全・安心な水を届けるために、市が取り組んでいることや今後の方針について紹介します。

老朽化する水道管 頻発する漏水と震災による被害

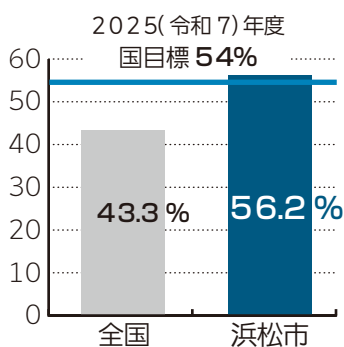
近年、全国各地で水道管の老朽化などによる漏水が頻発しています。公益財団法人日本水道協会の調査によると、全国で毎年およそ2万件もの漏水を含む管路事故が発生しています。管路事故が発生すると、数日間の断水を余儀なくされる場合もあります。

2024(令和6)年の能登半島地震では、最大でおよそ14万戸が断水し、建物倒壊地域などを除いて断水の解消に5カ月間を要しました。石川県七尾市など能登6市町や内灘町の水道管路1kmあたりの被害率は、近年で特に被害率の高かった兵庫県南部地震に匹敵するなど、甚大な被害が生じました。

耐震化を今後も着実に

市では、上下水道施設の老朽化対

2023(令和5)年度 水道基幹管路の耐震適合率



● 出典:国土交通省ホームページ

策に加え、耐震化を計画的に進めています。耐震化の現状を見てみると、損傷すると広範囲で長期間にわたって大規模な断水や濁水が発生する可能性が高い「基幹管路」と呼ばれる水道管の耐震適合率は56.2%であり、全国の平均をおよそ10%上回っています。また、2025(令和7)年度の国の目標もすでに達成しています。今後も引き続き着実な対策を進めていきます。



市の上下水道は このままで大丈夫？

浜松市上下水道部
職員のヨシズミさん
が、水道に関する疑問
に答えます。



「すいすいクラブ」
ヨシズミさん

上下水道の仕組みを紹介し
ている浜松市上下水道キッ
ズサイト「すいすいクラブ」



市HP▶すいすいクラブ 検索

水道管の老朽化対策と 耐震化

ここ数年、水道管からの漏水
などのニュースを見る機会が
増えたと思うけど、大丈夫？

水道施設は、産業経済の発展
などに対応するため、高度経済
成長期に整備されたものが多
く、全国に耐用年数（法定耐用
年数は40年）を過ぎた管が多く
埋まっています。

市では、2023（令和5）年
8月に、中央区伊左地町で水管
橋の空気弁の老朽化によって
漏水が発生し、30mもの水柱が

市内で発生した水道管の損傷による漏水



2023（令和5）年度に発生した、水管橋の空気弁の老朽化が原因の漏水（中央区伊左地町）



2024（令和6）年度に発生した、水道管の老朽化が原因の漏水（中央区東若林町）

噴き出しました。2024（令和6）年には中央区東若林町でも老朽化した水道管から漏水が発生し、道路が冠水しました。このような背景から、漏水のおそれがある水道管の更新を集中的に行っています。

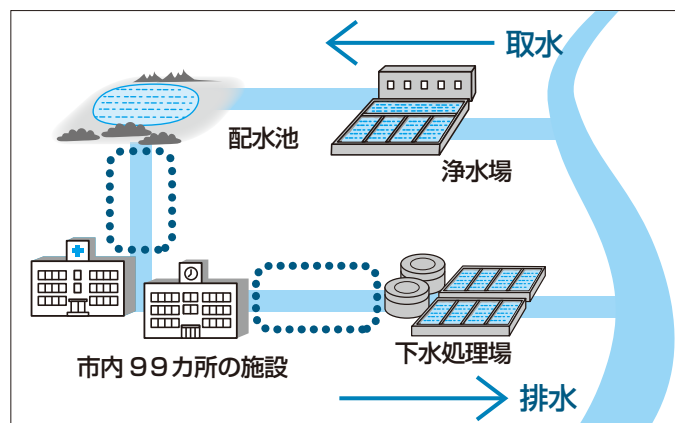
また、2019（令和元）年度以降、市内総延長およそ5500kmの水道管路について、5年間を目安に一巡するペースで漏水箇所の有無を確認する調査を行っています。これからも、デジタル技術を活用して調査の効率化を図りながら、漏水を早期に発見し、修繕を行うこ



とで、道路陥没など重大な二次被害の防止を進めています。

水道管の耐震化はどのように進めていくの？

災害時に救護所を併設した避難所になる学校や医療機関など、災害時にも水が欠かせない施設を市内に99カ所設定しました。今後10年間で、こうした施設につながっている水道管や下水道管などの耐震化を完了します（下図参照）。その他の部分も、計画的に耐震化を進めます。



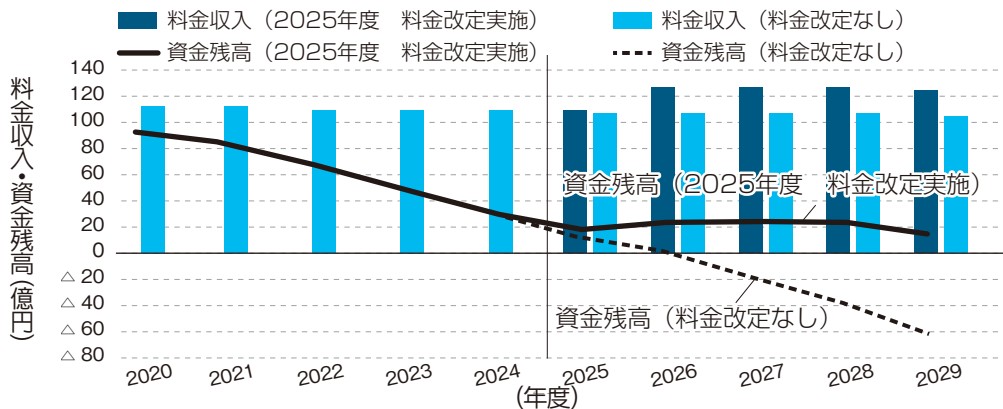
今後10年間で耐震化を完了する箇所（点線枠内）



水道管の老朽化対策や耐震化などを進めていくためには、費用もかかるのでは？

老朽化対策や耐震化の取り組みを含め、市の水道事業は、水道料金を主な収入源として運営しています。しかし、近年は人口の減少などによって水道料金が減少傾向にあります。市の水道事業は2022（令和4）年度以降、赤字が続いていて、収入と支出のバランスを見直さないと、2026（令和8）年度には、資金残高が底を

水道事業の料金収入・資金残高の推移



つき、会社という「倒産」と同じ状態となるおそれがあります(左グラフ参照)。

そこで、2025(令和7)年10月から水道料金を改定し、今後も安定した水道サービスを提供できるよう、計画的に事業を進めていきます。

水道料金の改定後はどうなるの？

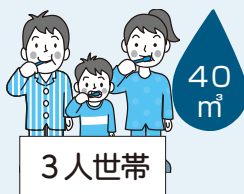
● 2カ月分支払額(税込)・口径13mmの場合

市では、水道料金と下水道使用料をまとめて、2カ月に1度請求しています。ここでは、代表的な3つのケースについて、改定後の料金を「2カ月分・税込」で紹介します。

- 改定は
10月1日から
- 改定(10月1日)から
半年間は料金を減額*
※ 官公庁を除く

減額期間

…2カ月分の使用水量



2025(令和7)年
9月使用分まで

10,208円
(水道4,312円)
下水道5,896円

2025(令和7)年
10月使用分から

10,484円
(水道4,588円)
下水道5,896円

2026(令和8)年
4月使用分から

10,904円
(水道5,008円)
下水道5,896円



5,522円
(水道2,200円)
下水道3,322円

5,600円
(水道2,278円)
下水道3,322円

5,888円
(水道2,566円)
下水道3,322円



68,816円
(水道35,156円)
下水道33,660円

72,050円
(水道38,390円)
下水道33,660円

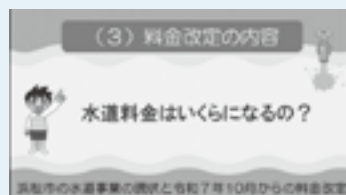
74,440円
(水道40,780円)
下水道33,660円

● より詳しく知りたい！

詳細な料金表を市HPに掲載しています。



市HP▶水道料金改定 検索



水道料金の改定について、動画でより詳しく説明しています。



市HP▶動画 水道料金改定 検索

コラム

～くらしと水のちょっといい話～

● 浜松の水道水は軟水？硬水？

2024(令和6)年度の水質検査では、大原浄水場(出口)の水の平均硬度は42mg/lでした。

また、常光浄水場(出口)の水も平均硬度は、47mg/lで、WHO(世界保健機関)では硬度120mg/l未満の水を軟水としていることから、どちらの浄水場から送られてくる水道水も、軟水に分類されます。ちなみに、軟水は一般的にくせがなく、飲みやすいと言われています。

● 和食には軟水、洋食には硬水が合う？

一般的に軟水は和風だしが良くとれることから和食に向いていて、硬水は肉を軟らかく煮ることができると洋食に向いていると言われています。また、肉がメインとなる洋食はミネラルが不足しがちになることから、硬水でミネラルを補っているとも言われています。

なお、コーヒーについては、軟水で抽出すると適度に酸味が引き立ち、硬水で抽出すると独特の苦味を楽しむことができると言われています。

● くらしにやさしい水道水

2lのミネラルウォーター※と同じ値段で、

水道水およそ850l

を作っています。

※2lのミネラルウォーターを117円として計算

ミネラル
ウォーター
2l



水道水
およそ
850l

安全・安心な水を届ける

市の水道水はどこで作っているの？



市で最大規模となる大原浄水場(中央区大原町)で、市全体のおよそ35%の水道水を作っています。水量が豊富な天竜川の表流水(河川の表面を流れる水)を主要な水源としているため、安定して水道水を供給することができます。

2番目に大きな浄水場の常光浄水場(中央区常光町)では、市全体のおよそ15%の水道水を作っています。主に天竜川の

伏流水(河川の底にある、砂利の層の内部を流れている水)を水源とし、季節を問わず水質は安定していて良好です。

水質検査は行っているの？



水道法に基づく水質基準51項目の検査(採水地点73カ所)をはじめ、原水の水質検査などを専門の技術職員が行い、水質の異常があれば即座に検知し、迅速に対応できる体制を整えています。2009(平成21)年には静岡県内初となる水道GLP(水道水質検査優良試験所規範)の認定を取得し、正確性



水道法で定められた水質基準を満たしているかを検査する職員

や精度の面で一定水準以上の信頼性が確保されていることが認められています。また、近年は有機フッ素化合物(PFAS)測定用の分析装置を導入し、水質の監視体制をさらに強化しています。

「浜松市上下水道基本計画」の策定

市は、上下水道の現状や課題を踏まえ、2025(令和7)年3月に「浜松市上下水道基本計画」を策定しました。

10年後の理想の姿を実現するために、5つの基本方針に沿って事業を進めていきます。

10年後の理想の姿

安全・安心な上下水道が地域社会の中で健全な水循環に貢献している。

基本方針

- 1 施設強靱化等による防災・減災の推進
- 2 安全・安心なサービスの提供
- 3 環境負荷の低減
- 4 組織体制の強化
- 5 持続可能な経営の推進

財政収支
見通し

今後の
取り組み

現状と課題

市HP

上下水道基本計画

検索



通知が届いたら必ず確認を！

戸籍に「氏名の振り仮名」を追加します

改正戸籍法が5月26日に施行され、新たに戸籍に氏名の振り仮名が追加されます。戸籍に記載される振り仮名が、本籍を置く市区町村から郵送で世帯宛てに通知されるので、必ず確認してください。



戸籍制度
マスコットキャラクター
コセキツネ

チェック注意！！

浜松市に本籍を置く人は、8月に通知書が届きます。氏名の振り仮名が正しいか確認を！

通知書の振り仮名が・・・

正しい場合

誤っている場合

届出は不要

届出が必要
2026(令和8)年
5月25日(月)まで

戸籍に記載される氏名の振り仮名の通知書

戸籍法の改正により、戸籍に氏名の振り仮名が記載されます。この通知に記載された振り仮名を必ずご確認ください。記載されている氏名と異なる場合には、変更を希望する場合は、変更の申請を、必ず正しい氏名と振り仮名の届出をしてください。

届出をしないでも、変更を希望する場合は、この通知に記載された氏名と振り仮名をそのまま戸籍に記載されます。

氏名	氏名の振り仮名
太郎	タロウ
花子	ハナコ
三郎	ミサヲ
次郎	ジヤロウ
山田	ヤマダ

右のコードは住所のコードを意味する住所コードです。届出時には住所のコードが必要です。
（「E-Residence」アプリ/「E-Residence」アプリ）

通知書の見本

振り仮名が誤っている場合、届出の方法は？

おすすめ！

① マイナポータルを利用したオンライン届出

② 窓口での届出

事前準備 ① マイナンバーカード

② スマートフォン

③ 暗証番号

- ・利用者用電子証明書(数字4桁)
- ・券面事項入力補助用(数字4桁)
- ・署名用電子証明書(英数字6～16文字)

届出方法 マイナポータル「氏名の振り仮名の届出」のページから、必要事項を入力

HP ▶ 戸籍 振り仮名 マイナポータル 検索



受付場所 区役所区民生活課、行政センター、支所
(一部のふれあいセンター、協働センターおよび市民サービスセンターでも届出ができます)
※窓口に行けない場合、郵送による届出も可能

受付時間 平日8:30～17:15

持ち物 ① 本人確認書類
(運転免許証、マイナンバーカードなど)
② 通知書

市HP ▶ 氏名 振り仮名 検索



問い合わせ

市および国の戸籍の振り仮名に関するコールセンターへ

- | | |
|------|-----------------------------------|
| 電話 | 0120-500-370 |
| 市 時間 | 平日9:00～17:00 |
| 期間 | 8月6日(水)(予定)から2026(令和8)年3月31日(火)まで |
| 電話 | 0570-05-0310 |
| 国 時間 | 平日8:30～17:15 |
| 期間 | 2026(令和8)年5月26日(火)まで |

窓口混雑緩和に関するお願い

通知書が届いた直後の8月から9月は、窓口が混雑し、処理に時間がかかることが予想されます。2026(令和8)年5月25日(月)まで届出が可能ですので、時期をずらしての届出にご協力をお願いします。



わたしの
ハマライフ

「新しい出会いに充実感」

～石井 悠喜 さん～

【横浜市→浜松市中央区】

2023(令和5)年に横浜市から中央区へ移住し、浜松での暮らし「ハマライフ」を送っている石井悠喜さんにお話を伺いました。

―移住のきっかけは

生まれ育った横浜以外でこれまでに生活した経験がなかったため、他のまちの暮らしに興味がありました。また、都心の大学に通う毎日の満員電車にうんざりしていたこともあって、妻の実家がある浜松への移住を決めました。

―移住への不安はなかったですか

浜松へは何度か来たことがありましたが不安は全くなかったです。印象はとにかく「いいまち!」。「何が」と問われると答えに困りますが(笑)、とにかく居心地の良いまちなのです。

横浜から浜松へ来る時に見た夕日の美しさは今でも忘れられないワンシーンです。

―就職はどのように決めたのですか

ちょうどコロナ禍でしたので、移住も思うように進まないかと少し心配しましたが、浜松商工会議所のオンライン就職相談を利用するととても親身になって対応してくれました。そのおかげで、就職先も順調に決まりました。

―移住して趣味がさらに増えたようですね

アウトドアの趣味が増えました。ルアーフィッシングや溪流釣り、ビーチスポーツのSUPも楽しいですね。この前、浜名湖でSUPをしていた時、お寺の鐘が響き渡っていました。とても幸せな時間を過ごしているのだと感じた瞬間でした。家から30分もあれば海や川、山に行くことができるのは浜松の魅力の一つです。

―休日は子供たちに野球を教えていると聞きました

学童野球チームを2024(令和6)年1月に立ち上げ、毎週土曜日に小学生と一緒に練習をしています。チームのモットーは「めっちゃ楽しい!!」教員を目指した学生時代の経験を生かして子供たちと接しています。

何をするにも「楽しむ」ことは大事なことです。特に、周りの大人が楽しそうでなければ子供たちには響きません。自分が楽しんで何事にも全力で取り組む姿を見せることが子供たちの成長につながっていくと思います。

―毎日が充実しているようですね

浜松は本当に人が温かいまちです。人と人とのつながりが心地よく、いつも新しい出会いにワクワク

く、ドキドキしています。浜松に移住したからこそ味わうことができる充実感だと思っています。



小学生に野球を教える石井さん

―今後の夢を聞かせてください

自分のグラウンドを持つことです。そこは浜松の子供たちが挑戦できる場所。野球やいろいろなスポーツを通して、子供たちが幸せになってほしいと思っています。

―移住を考えている人へメッセージをお願いします

浜松は本当に暮らしやすいまちですから、とにかく一度来て肌で感じてください。

移住の支援で一番頼りになったのが市の「移住コーディネーター」です。何でも相談に乗ってくれて助かりました。移住した後困ったことを相談できるのは、移住者にとってとても安心できるサポートです。私も、移住コーディネーターにつなげていただいた人たちとご縁で、今も充実したハマライフを送っています。

※「わたしのハマライフ」のこれまでのインタビュー風景を動画で視聴できます。

詳しくはYouTube「ハマライフチャンネル」をご覧ください

※「わたしのハマライフ」は隔月で掲載します

市HP

ハマライフチャンネル

検索





第64回

＼農家おすすめレシピ！／
ピリ辛ナス揚げ



材料(2～3人分)

ナス:2本 浜松
パワーフード
片栗粉:大さじ3
うま味調味料:4振り
しょうゆ:大さじ3
一味唐辛子:お好み

A

作り方 【調理時間:10～15分程度】

- ① ナスをよく洗い、厚さ1cmほどの斜め半月切りにする。
- ② 切ったナスを水にさらし、あく抜きをする。
- ③ ナスの水気をよく切り、片栗粉と一緒にポリ袋に入れ、よく振って全体にまぶす。
- ④ 180℃の油で、ナスがくっつかないようにほぐしながらおよそ4分間揚げる。

POINT

揚げる時はきつね色にならないよう注意！
片栗粉は薄く均一にまぶすとおいしく揚げられます

- ⑤ 油を切りボウルに移し、Aを振りかけ、盛り付けたら完成。

レシピ提供者からひとこと

毎年妻が作ってくれる、お酒のお供にぴったりの夏の一品です。
ナスは張りが良く、ヘタのとげが鋭いものが新鮮です。
材料Aはアレンジが可能なので、気分に合わせて鰯かけやポン酢などでお召し上がりください。

～今の仕事に就いたきっかけは？～

米農家の家系で祖父が亡くなった際、父の手伝いで就農しました。それまで農業に興味はなかったのですが、今では、こうしたらよく育つのでは？おいしくなるようにするにはどうすればよいか？などと試行錯誤をすることが楽しいです。



レシピ提供者
鈴木農園 代表
やすな
鈴木 康央さん

今月のパワーフード
ナス



三遠南信

ふれあいウォーク

《南信州地域282》



▲しらびそ峠から南アルプスを望む



▲ラフティング



▲沢登り

大自然を満喫！
おいでよ夏の遠山郷

遠山川の深い谷間に沿って広がる遠山郷(飯田市上村・南信濃)には、最大傾斜38度の土地に人々が暮らす「下栗の里」や、3,000m級の南アルプスが眺望でき、夜には満点の星空を楽しめる「しらびそ高原」(標高およそ1,900m)など、豊かな自然を楽しむスポットがたくさんあります。

夏は遠山川でラフティングも体験でき、ゴムボートに乗ってのんびりと川下りをしたり、急流でスリルを楽しんだり。子供はもちろん、大人も楽しめます。沢登りや溪流釣り、キャンプなど、遠山郷で大自然の中の非日常をお楽しみください。

問合せ:遠山郷観光協会

(☎0260-34-1071)

HP▶信州遠山郷

検索



「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。

諦めずにあらゆる 可能性を探る

遠州ハママツモータース

おだ ゆうと
尾田 結都 選手



▶ 2007年生まれ

▶ 浜松市中央区出身

市立丸塚中学校→県立浜松工業高等学校在学中。2024年遠州ハママツモータース設立時から所属。個人では県代表として国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会eモータースポーツ部門U-18に出場(2020年から5年連続)。

— eモータースポーツを始めた経緯を教えてください

浜松を拠点に活動しているeモータースポーツチームの遠州ハママツモータース。チームのドライバードライバーとして活躍する尾田結都選手(18歳)にお話を伺いました。

もともとモータースポーツが好きで、小学6年生の頃に市内のサーキットでカート競技を習い始めました。

でも、サーキットで走れるのは週1日だけ……。ほかの6日間をどう有意義に過ごすかを考えて、家でレースゲームを使って練習することにしました。ゲームといってもプロのモータースポーツ選手が自主練習に使うほど精度は高いものです。これがバーチャル空間でのモータースポーツ(eモータースポーツ)との出会いです。

ちょうどその頃(2019「令和元年」)から、国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会(旧国体/以下、国スポ)の文化プログラムでeスポーツの全国大会が実施されることになりました。小学生で国スポの県代表になったらかっこいいな、挑戦しよう!という気持ちで取り組みました。

eスポーツとは……「エレクトロニクス・スポーツ」の略で、広義には、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピュータゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称(スポーツ庁ホームページより)

— eモータースポーツの魅力は

「アクセルを踏む」「ハンドルを切る」といった操作は実際の車と同じなので、親しみやすいところが魅力だと思います。

— チームでの活動は

UNIZONE(eモータースポーツの国内リーグ)に参加するほか、一般の人向けの体験会など地域の人にeモータースポーツを身近に感じてもらえるような活動をしています。

— どんな練習をしていますか

本番と同じコースと車両で走り込みをしたり、チームメンバーとオンライン上で模擬戦をしたりしています。eモータースポーツは、自分だけでなく他の選手の走行データも数字で確認できるので、それらのデータを比較して「自分はこの区間で苦手なんだな」「ここはもう少しアクセル踏み込めるな」と分析して技術を磨いています。

— 個人でもレースに出ていると聞きました

国スポと、車やゲームのメーカーが主催する大会などに出場しています。秋から冬にかけては国スポが中心になります。そのほかの大会は、年間を通じて出場しています。

— 国スポではどう感じましたか

予選を勝ち抜いて県でただ一人選

ばれたうれしさと同時に、代表としての責任を強く感じました。今年がU-18に出場できる最後の年なので、全国制覇を目指して頑張ります!

— 夢をかなえるために大切なことは

「自分で無理だと思わないこと」だと思います。例えばモータースポーツを始めたいと思っても費用がたくさんかかると思って挫折してしまう場合もあると思います。でも、eモータースポーツなら比較的安く始めることができます。何かハードルがあっても、諦めなければどこかに可能性が転がっているかもしれません。それを見つけて、夢に近づけると思います。

近年ではeモータースポーツ選手がリアルなモータースポーツへ挑戦するという新しい流れもあつて、僕もまさにそこを目指しています。簡単な道ではありませんが挑戦を続け、僕の挑戦がさらに下の世代にもいい影響を与えられたらと思います。

遠州ハママツモータース information

- eモータースポーツ体験会・トークショー
8月23日(土) 11:00 ~ 15:00
遠鉄百貨店本館 8階中央ひろば
(中央区砂山町)
- UNIZONE 2025 最終戦
9月23日(火) 13:00 ~ 17:00
イタヤマチパル
(中央区板屋町)

詳細はウェブサイト▶



浜松市公式 note でも「LOVE SPORTS」を読むことができます。

あなたの子育てを応援します！

子育て応援コラム

「明日、学校に行きたくないな…」「居場所って学校以外にもあるのかな？」……そんな思いを持った子供たちへの寄り添い方を一緒に考え、保護者が楽しく子育てをしていくためのサポートをしています。

市HP▶ 不登校支援

検索

問い合わせ：教育支援課(☎457-2428)



不登校に関わる情報会や座談会で 思いを共有しませんか

市では、学校を休みがちな子供を持つ保護者向けに、専門家による講演や、座談会などを開催しています。情報収集や保護者同士の交流の機会にもなるので、気軽に参加してください。

情報会

学校内外の居場所支援に関わる支援者や有識者を講師として招く講演会です。(今年度は10月18日(土)に開催)

座談会

4～5人の小グループで、日頃感じていることや悩みなどを自由に話し合う会です。スタッフが案内役を務め、初対面の人同士でも話しやすい雰囲気をつくります。(次回は9月20日(土)に開催／年間4回)

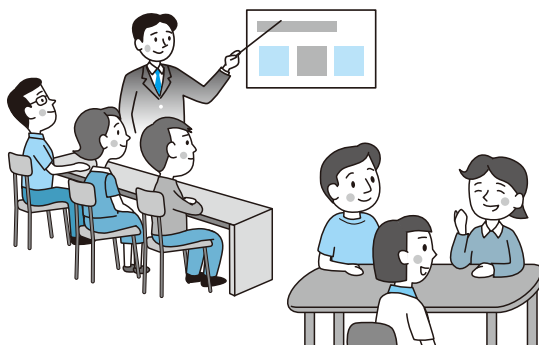
ペアレント・プログラム

子供の「行動」を客観的に理解する方法を学び、子供への関わり方のコツを見つけるワークショップです。(初回は9月29日(月)に開催／全6回)

※市内の小中学校に通う子供を持つ保護者が対象です

※日程や申し込み方法などの詳細は市ホームページへ。子供が市立小中学校に通っている場合は、市が「さくら連絡網」で配布するチラシでも詳細を確認できます

不登校やいじめ、友人関係、学習などの教育全般に関わる相談は、電話にて教育総合支援センター(☎457-2424)で受け付けています。(平日8:30～17:00)



講師からのメッセージ

浜松医科大学の社会貢献事業として、2年前から市と共に座談会とペアレント・プログラムを開催しています。

参加者からは、「同じような状況の人と話すことで、気持ちが軽くなり、情報も共有できて安心できた」「子供への声掛けに悩んでいたけれど、ペアレント・プログラムでヒントがつかめて、前より気楽に声を掛けられるようになった」などの感想をいただいています。

安心して参加してもらえるようにスタッフみんなでサポートしますので、どうぞリラックスしてお越しください。

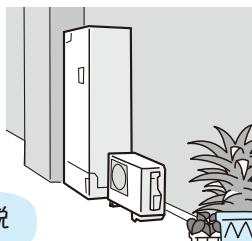
浜松医科大学
子どものこころの発達
研究センター
奥村 明美 特任助教



夏は暑さで体温が上がり、体がほてった状態になります。機器の見直しやちょっとした工夫をして、快適に入浴をしながら電気やガスなどのエネルギーの節約に努めましょう。

高効率給湯器に注目！

使っている給湯器が古くなっていたら、買い替えを検討してみてもいいかもしれません。



解説

従来の電気温水器から
エコキュートに買い替えた
場合……

電気消費量
およそ 1/3

給湯器は、家庭のエネルギー消費量のおよそ3割を占めます。エコキュートなどの高効率給湯器は、従来の給湯器に比べて、湯を沸かすために必要なエネルギーが少なく済むため、光熱費の削減につながります。

シャワーは不必要に流したままにしない

意外に多いシャワーの湯量。こまめに止めて「節湯」を心掛けましょう。



× 4人 × 4分間 = 1杯分

解説

1分間で12ℓの湯が流れます。家族4人が4分ずつシャワーを使うと、浴槽1杯分とほぼ同じになります。また、節水型のシャワーヘッドに交換することも効果的です。



環境省HP



デ カーボナイズーション(脱炭素) + エ コ + 活 動・生活

暑い日におすすめ「クールダウン浴」

体温よりやや低めの35℃前後の湯、およそ20～30分間の半身浴でクールダウン



解説

クールダウン浴をすると、体の深部までスムーズに体温を下げる事ができ、入浴後も汗をかきにくくなり、冷房の温度を下げ過ぎなくても快適に過ごせます。

※高齢者や子供は、時間を短くするなどして、冷やし過ぎないように気を付けてください

ドライヤーは短時間で

タオルでよく拭いてから使いましょう



解説

ドライヤーの消費電力(W:ワット)は、強風では1,200Wとなり、短時間でも多くの電力を使います。タオルで水気をよく拭き取ってからドライヤーを使いましょう。

カーボンニュートラル推進課 (☎457-2502)

※はじめよう「デコ活」は隔月で掲載します

第Ⅳ類行政職員(対象:民間企業等経験者)					
試験区分		採用予定人数	試験区分		採用予定人数
事務	学校事務	若干名	免許資格職	保健師	4人程度
				臨床心理士	若干名
技術	土木	5人程度		理学療法士	若干名
	建築	3人程度	試験:第一次試験 10月19日(日) 採用:2026(令和8)年4月1日予定 申込:インターネット【9月1日(月)13:00締切】		
免許資格職	幼稚園教諭 保育士 保育教諭	4人程度			
	学校栄養士	若干名			
	薬剤師	若干名			
	獣医師	若干名			

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	10人程度
	土木(テストセンター方式)	5人程度
	建築	4人程度
	造園	3人程度
免許職	薬剤師	若干名
	獣医師	3人程度
	保健師	若干名
試験:第一次試験 9月28日(日) 採用:2026(令和8)年4月1日予定 申込:インターネット【9月1日(月)13:00締切】		

市職員(第Ⅰ・Ⅳ・Ⅴ類)

人事委員会事務局
457・2201



職員募集



HP 詳細はホームページで確認
浜松市シルバー人材センター
検索

問合 シルバー人材センター本部(457・22031)
申込 8月18日(月)から直接または郵送でシルバー人材センター本部へ【9月16日(火)必着】
高年齢者福祉課
457・2789
検索

市HP 詳細は市ホームページで確認
職員募集
検索

市職員(自動車運転手)
内容 市内の清掃事業所での自動車運転などの業務
定員 5人程度
選考 第一次選考 9月6日(土)
採用 2026(令和8)年4月1日以降
申込 直接または郵送で人事課へ【8月26日(火)消印有効】
人事課
457・2081
検索

市HP 詳細は市ホームページで確認
職員募集
検索

第Ⅴ類行政職員(対象:障害者手帳などの交付を受けている人)		
試験区分		採用予定人数
事務	行政	若干名
選考:第一次選考 11月1日(土)・2日(日) 採用:2026(令和8)年4月1日予定 申込:郵送で人事委員会事務局へ【9月1日(月)消印有効】		

市HP 詳細は市ホームページで確認
会計年度任用職員
検索

定員 若干名
選考 ①～⑥ 9月2日(火)・⑦・⑧ 9月3日(水)・⑨ 9月8日(月)
任用 10月以降。任期は最長5年(週30時間勤務)
申込 直接または郵送で人事課へ【8月26日(火)消印有効】

業務内容		
① 国保年金課での保健師業務	⑦	中央福祉事業所生活福祉第一課(南行政センター)での就労支援相談業務(ポルトガル語の通訳・翻訳業務)
② 中央健康づくりセンターでの保健師業務		
③ 浜名健康づくりセンターでの保健師業務	⑧	収納対策課での通訳および相談業務(ポルトガル語の通訳・翻訳業務)
④ 健康増進課での心理相談業務		
⑤ 口腔保健医療センターでの歯科衛生士業務	⑨	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)
⑥ 中央福祉事業所生活福祉第一課(東行政センター)でのケースワーカー補助業務		

人事課
457・2081
検索

会計年度任用職員(資格職等)

会計年度任用職員(消防局)

消防総務課

☎475・7523



内容 一般事務および消防広報業務(消防音楽隊員として楽器演奏。カラーガード演技にも従事する場合があります)

資格 高校吹奏楽程度の演奏経験者(木管楽器、ホルン、ユーフォニアム、コントラバスのいずれか)

定員 5人程度

任用 10月24日金

選考 2026(令和8)年4月1日もしくは2026(令和8)年7月1日。任期は最長5年(週30時間勤務)

申込 直接または郵送で消防総務課へ
【9月12日(金)必着】

←詳細は市ホームページで確認

市HP 会計年度任用職員

検索

会計年度任用職員 (証明発行等業務)

人事課

☎457・2081



内容 本庁、区役所、行政センター、協働センター、市の機関および施設などでの業務

定員 200人程度

選考 9月28日(日)予定

任用 2026(令和8)年4月1日以降
申込 直接または郵送で人事課へ【8月26日(火)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

検索

会計年度任用職員の登録(看護師)

教育支援課

☎457・2428



内容 市立小中学校での医療的ケア児童生徒に対する看護師業務など

資格 看護師免許

定員 若干名

任用 8月25日以降(週19時間勤務)

申込 直接または郵送で教育支援課へ
【10月31日(金)必着】

←詳細は市ホームページで確認

市HP 会計年度任用職員

検索

会計年度任用職員の登録 (市立中学校部活動指導員)

指導課

☎457・2411



内容 市立中学校で、部活動顧問教員と同等に生徒に対する部活動指導(単独指導含む)のほか、大会や練習試合などの引率など

定員 【平日および休日】若干名
【主に休日のみ】5人程度

申込 直接または郵送で指導課へ【9月4日(木)必着】

←詳細は市ホームページで確認

市HP 会計年度任用職員

検索

おしらせ

大店立地法届出書類の閲覧

産業振興課

☎457・2285



店舗 (仮称)フィール浜松高丘店

期間 9月22日(月)まで

時間 9時～17時

場所 市政情報室(市役所北館2階)

←詳細は市ホームページで確認

市HP 大店立地法 大規模小売店舗立地法

検索

8月21日は県民の日 次の施設は無料で利用できます

企画課

☎457・2241



施設名	電話
楽器博物館	☎451-1128
賀茂真淵記念館	☎456-8050
木下恵介記念館 (旧浜松銀行協会)	☎457-3450
重要文化財 中村家住宅	☎597-1117
浜松まつり会館	☎441-6211
気賀関所	☎523-2855
浜松城	☎453-3872
博物館	☎456-2208

※常設展以外は有料の場合があります

←詳細は市ホームページで確認

HP 静岡県 県民の日

検索

お知らせ



食品寄贈にご協力を

福祉総務課
☎457・2032



生活困窮者などへの支援食品を集めます。寄贈する食品は、設置するフードボックスへ直接入れてください。

期間 8月1日(金)～29日(金)(土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分)

場所 市役所本館1階市民ロビー付近

条件 賞味期限が2025(令和7)年11月以降で、かつ未開封の食品であること

対象外 生鮮食品、酒類(ノンアルコール製品を含む)、健康食品・介護用食品・サプリメント、水(保存水を含む)、砂糖・塩

問合せ 認定NPO法人フードバンクふじのくに
(☎054・270・7301)

詳細はホームページで確認

HP フードバンクふじのくに



細江健康センターの大規模改修工事に伴う事務所移転について

浜名健康づくりセンター
☎523・3121



改修工事期間中は、仮設事務所窓口業務を行います。

仮設事務所 北行政センター駐車場内

期間 9月22日(月)～2026(令和8)年6月中旬頃まで(予定)

詳細は市ホームページで確認

市HP 細江健康センター



女性が安心して活躍できる環境づくり事業費補助金

UD・男女共同参画課
☎457・2561



市内に所在する事業者に対し、女性が安心して活躍できる環境づくりに要した経費を補助します。

対象 女性特有の健康課題を解決するための製品購入費や理解促進のための研修費など(その他要件あり)

申込 直接または郵送でUD・男女共同参画課へ【11月28日(金)必着】

※予算上限に達し次第受け付け終了

詳細は市ホームページで確認

市HP 女性が安心して活躍できる環境づくり



令和7年度まちなか定住促進・子育て応援環境づくり補助金

住宅課
☎457・2457



「浜松市ハマライフ住宅取得費等助成事業費補助金」または「浜松市結婚新生活支援事業補助金」の交付決定者のうち、新たに居住誘導区域(まちなか)に住む人に、住宅新築・取得・増築・改修などにかかる費用を最大で50万円助成します。

※申し込み前に必ず手引き・要綱を確認してください

※予算上限に達し次第受け付け終了

詳細は市ホームページで確認

市HP まちなか子育て補助金



子ども見守りボランティアの募集

健康安全課
☎457・2422



地域で子供たちの「ながら見守り」ができる人を募集しています。時間帯、場所に決まりはなく、報告義務もありません。

申込 直接または郵送、ファクス、ホームページで健康安全課へ【随時受付】

詳細は市ホームページで確認

市HP 子ども見守りボランティア



全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達試験

危機管理課
☎457・2537



国から市が受ける緊急情報を市民の皆さんへ迅速に伝えるため、市内の同報無線(屋外スピーカー・戸別受信機)を用いた全国一斉の情報伝達試験を行います。

日時 8月20日(水)11時

詳細は市ホームページで確認

市HP Jアラート



市民税・県民税

納期限
令和7年度
第2期

9/1月



納税は便利な口座振替で

市HP 市税 納期限



【問い合わせ先】

納付について…税務総務課 ☎457-2261
課税内容について…市民税課 ☎457-2145

お知らせ

里親制度説明会

児童相談所 ☎457-2705

市HP ▶ 里親

(検索)

日時:9月7日(日)10:00~11:30 **◆場所:**雄踏文化センター(中央区雄踏町宇布見) **◆申込:**【電話・ホームページ】9月5日(金)締切

里親



【参加者募集】第10回小・中学生理科研究 プレゼンテーションコンテスト

創造都市・文化振興課 ☎457-2413

HP ▶ トップガン理科

(検索)

対象:県西部在住または在学の小学5年~中学生の個人・グループ
◆問合せ:トップガン教育システム協議会事務局(☎456-1331) **◆申込:**【ホームページ】9月11日(木)12:00締切 **※一次審査(書類選考)**を通過した人は決勝大会に参加できます **※決勝大会**は10月26日(日)9:50から浜松科学館(みらいーら)で開催予定

トップガン



「浜松市民文芸」第71集の作品募集

文芸館 ☎453-3933

HP ▶ 浜松文芸館

(検索)

申込:【窓口・郵送】9月1日(月)~11月20日(木)必着 **※応募票付き募集**要項は、文芸館、文化振興財団、中央区まちづくり推進課(市役所2階)、協働センター、図書館などの公共施設で配布。浜松文芸館のホームページからも印刷できます

浜松文芸館



内面重視! Metaバース恋活 ~浜松好き集合!~

こども若者政策課 ☎457-2795

市HP ▶ 浜松市婚活イベント

(検索)

日時:9月13日(土)13:00~15:00 **◆対象:**25歳から45歳までの独身男女 **◆申込:**【ホームページ】8月31日(日)締切(抽選)

婚活
イベント



かんきょう

浜名湖環境調査隊! (小学生向け体験学習会)

環境政策課 ☎453-6149

市HP ▶ 環境イベント

(検索)

日時:9月6日(土)9:00~12:00 **※荒天の場合は**9月27日(土)13:00~16:00へ延期 **◆場所:**海湖館および新居弁天海水浴場(湖西市新居町新居) **◆申込:**【ホームページ・Eメール】8月22日(金)締切(抽選)

環境
イベント



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)

生物多様性講座

えこはま



内容	日時
トンボの標本を作ってみよう!	9月13日(土)10:00~11:30
バッタとあそぼう!	9月13日(土)13:00~14:30
〈共通項目〉申込: 【電話・Eメール】8月15日(金)9:00から(先着順)	

お知らせ

第2回 看護専門学校説明会2025

看護専門学校(中央区佐鳴台五丁目) ☎455-0891

市HP ▶ 学校説明会

(検索)

日時:9月15日(月)①9:15~10:30、②10:45~12:00、③12:45~14:00、④14:15~15:30 **◆申込:**【ホームページ】8月15日(金)から(先着順)

看護専門学校



高齢者福祉課

☎457-2789

①「第58回浜松市高齢者の作品展」開催 および作品の募集

市HP ▶ 高齢者の作品展

(検索)

高齢者の
作品展



期間	11月15日(土)~17日(月)9:00~16:00(最終日は14:00まで)
場所	福祉交流センター(中央区成子町)
対象	2026(令和8)年3月31日時点で年齢が60歳以上(1965[昭和40]年3月31日以前生まれ)の市内在住者が、おおむね1年以内に創作した未発表作品(絵画、彫刻、書、写真、手工芸)
出品申込:	【窓口】9月30日(火)締切 ※ 各福祉事業所長寿支援課・長寿保険課または引佐・三ヶ日・春野・佐久間・水窪・龍山支所へ ※ シニアクラブ(老人クラブ)に加入している人は、シニアクラブ浜松市(浜松市老人クラブ連合会)を通じて募集します

②「第36回静岡県すこやか長寿祭 スポーツ・文化交流大会」の開催および参加者募集

HP ▶ 第36回すこやか長寿祭 さいたま

(検索)

スポーツ・文化
交流大会



期間	8月28日(木)~2026(令和8)年3月31日(火)
場所	県内各地
対象	原則2027(令和9)年4月1日時点で年齢が60歳以上(1967[昭和42]年4月1日以前に生まれた人)で県内在住者
参加申込:	【電話・ホームページ】 ※ 競技ごとに開催日・申込期限が異なります。詳細はホームページを確認してください ※ 一部の種目では、2026(令和8)年11月7日(土)~10日(火)に開催される「ねんりんピック彩の国さいたま2026」の浜松市代表選考会を兼ねています

③「第29回静岡県すこやか長寿祭美術展」の 開催および作品募集

HP ▶ 第29回すこやか長寿祭美術展 さいたま

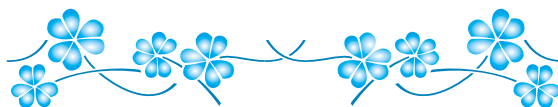
(検索)

美術展



期間	〈日本画・彫刻・工芸・書・写真〉11月20日(木)13:00~24日(月)15:00 〈洋画〉11月26日(火)13:00~30日(金)15:00
場所	静岡県立美術館 県民ギャラリー(静岡市駿河区谷田53-2)
対象	2027(令和9)年4月1日時点で年齢が60歳以上(1967[昭和42]年4月1日以前に生まれた人)で県内在住者のアマチュアの人が創作した未発表作品
出品申込:	【ホームページ】8月20日(火)~9月30日(火) ※ ねんりんピック彩の国さいたま2026美術展の選考会を兼ねます

〈②・③ 共通項目〉問合せ:公益財団法人しずおか健康長寿財団(☎054-253-4221)



マークの説明: 直 当日、直接会場へ

けんこう

高齢者福祉課

☎457-2105

認知症講演会「認知症の人やその家族が安心して暮らせるまちを目指して」

市HP▶認知症講演会 検索

日時:9月13日(土)14:00~16:00 **◆場所:**遠鉄百貨店新館8階 えんてつホール(中央区旭町) **◆問合せ:**(株)中日アド企画(☎452-0556) **◆申込:**【ホームページ・ファクス・Eメール】8月15日(金)から(先着順)

認知症相談会

市HP▶認知症相談会 検索

日時:8月28日(木)、9月25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】認知症疾患医療センター(☎439-0006)へ。8月15日(金)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
9月12日(金)	13:00	障害保健福祉課(市役所本館2階)
9月25日(木)	15:00	天竜保健福祉センター(天竜区二俣町二俣)

◆申込:【電話】8月15日(金)8:30から(先着順)

健康増進課

☎453-6116

神経系難病医療相談会

市HP▶難病医療相談会 検索

日時:9月13日(土)・20日(土)9:30~11:30 **◆場所:**保健所(中央区鶴江二丁目) **◆申込:**【電話】8月20日(水)から(先着順)

大人のための食育講座

市HP▶大人のための食育講座 検索

日時:9月30日(火)9:30~11:30 **◆場所:**天竜協働センター(中央区葉新町) **◆問合せ・申込:**【電話】中央健康づくりセンター(東)(☎424-0122)へ。8月15日(金)から(先着順)

【9月は健康増進普及月間】

健康増進課 ☎453-6125

2025ベジアップ推進月間

野菜をおいしく食べて生活習慣病の予防や健康づくりに取り組みましょう。
期間中、市とはままつ食de元気応援店が協働で、野菜を摂取しやすい食環境づくりに取り組みます。
期間:~9月30日(火)

市HP▶ベジアップ推進月間 検索

第21回健康はままつ21講演会 直

日時:9月27日(土)13:30~16:00(受付12:30から)
場所:アクトシティ 中ホール(中央区板屋町)

市HP▶健康はままつ21講演会 検索

けんこう

成人健康相談(9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▶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	1日(月)・22日(月)・29日(月) 9:00~11:00	☎413-5577★
	東行政センター	11日(木)9:30~11:30	☎424-0122★
	舞阪保健センター	9日(火)13:30~15:00	☎597-1174★
	西部保健センター	16日(火)9:30~11:30	☎425-1590★
	南行政センター	19日(金)13:30~15:00	☎425-1590★
浜名	浜名区役所	10日(水)・24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	1日(月)9:00~11:30	
	引佐健康センター	8日(月)9:30~11:30	☎922-0075★
天竜	天竜保健福祉センター	8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	17日(水)9:30~11:30	☎983-0006
	水窪保健福祉センター	5日(金)9:30~11:30	☎982-0004
	佐久間保健センター	9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)		8日(月) 9:30~10:00 10:30~11:00 25日(木) 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

市HP▶浜松市精神保健福祉センター 検索

うつ病の家族教室

日時:9月12日・10月10日・11月7日・12月5日(全て金曜日)9:30~11:30 **※**申し込みなど詳細はホームページで確認

自死遺族わちあいの会

日時:9月13日(土)14:00~16:30 **◆場所:**市民協働センター(中央区中央一丁目) **◆申込:**【電話】9月12日(金)17:00締切

摂食障害家族サロンひまわり

日時:9月27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】9月26日(金)締切

こころのサポーター講座

日時:10月9日(木)~11月20日(木)9:30~11:30 **◆申込:**【電話】8月15日(金)9:00から(先着順)

第41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・全2日間)

リハビリテーション病院
(中央区和合北一丁目) ☎471-8332

市HP▶いきいきトレーナー 検索

日時:10月9日(木)9:30~15:30、10日(金)9:30~12:15 **◆申込:**【電話・ファクス・ホームページ】9月17日(水)締切(抽選)

こもだて



こども若者政策課

☎457-2795

ファミリー・サポート・センター 子どもを預かるための講習会(全5回)

HP▶ ぴゅぴゅ ファミサポ 検索

日時:10月10日(金)・17日(金)・23日(木)・27日(月)・11月4日(火)10:00 ~ 16:00 **◆場所:**浜北文化センター(浜名区貴布祢) **◆問合・申込:**【窓口・電話・ホームページ】ファミリー・サポート・センター(☎457-2900)へ。8月18日(月)9:00から(先着順)

子育てと仕事両立支援講座

HP▶ ぴゅぴゅ 子育て教室 検索

日時:10月18日(土)10:00 ~ 12:00 **◆場所:**子育て情報センター(中央区中央三丁目) **◆問合・申込:**【窓口・電話・ホームページ】子育て情報センター(☎457-3415)へ。10月7日(火)17:00締切(抽選)

ファミサポ



子育て教室



令和8年度新入学児童の健康診断

健康安全課 ☎457-2422

市HP▶ 就学時健康診断 検索

2026(令和8)年4月に小学校へ入学する子供の保護者宛てに「就学時健康診断通知書」を10月上旬に郵送します **◆対象:**2019(平成31)年4月2日~ 2020(令和2)年4月1日生まれの子供

就学時健康診断



令和8年度新入学児童

公設放課後児童会の入会申し込み

教育総務課 ☎457-2423

HP▶ ぴゅぴゅ 放課後児童会 入会申し込み 検索

「新入学児童の健康診断」の際にお知らせします。入学予定の小学校以外で健康診断を受ける場合も、入会に関する手続きは入学予定の小学校の放課後児童会で受け付けますので、入学予定の小学校の放課後児童会へお問い合わせください。**※**新入学児童以外で2026(令和8)年4月から新たに入会を希望する場合は、在籍小学校の放課後児童会へ直接お問い合わせください

放課後児童会



口腔保健医療センター

☎453-6129

2歳児歯科健康診査

HP▶ ぴゅぴゅ 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

楽しく口を育てる教室 あっぷぷぷ

HP▶ ぴゅぴゅ 楽しく口を育てる教室 検索

※日程など詳細はホームページで確認

2歳児歯科健康診査



楽しく口を育てる教室



発達相談

健康増進課 ☎453-6117

HP▶ ぴゅぴゅ 発達相談 検索

日時:9月18日(木) **◆場所:**口腔保健医療センター(歯の健康センター)(中央区鴨江二丁目) **◆申込:**【電話】9月4日(木)締切

発達相談



ひとり親家庭のための登録販売者講習会(全7回)

子育て支援課 ☎457-2792

HP▶ ぼしずぼーむ 登録販売者 検索

日時:12月13日(土)~2026(令和8)年3月21日(土)9:30~16:30 **◆場所:**大原学園 浜松校(中央区板屋町) **◆問合・申込:**【電話】ひとり親サポートセンター西部支所(☎452-7107)へ。9月30日(火)締切**※**選考あり

ぼしずぼーむ



こもだて



浜松こども館

(中央区鍛冶町) ☎450-9111

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

こども館



内容【★印は要申込】	日時(全て9月)
いっしょにあそぼ! 直	
① ヨチヨチちゃんと	① 1日(月)
② ねんね・ごろんの赤ちゃんと	② 16日(火)
③ トコトコちゃんと&ぐっすりねんねのお話会	③ 24日(水)
④ ハイハイ赤ちゃんと	④ 25日(木)
親子でワークショップ~こおりあそび~ 直	2日(火)10:30~11:30
親子でおやつ~バナナマフィン~ ★	3日(水)11:00~11:45
ちっちゃな森あそびinこども館 直	4日(木)10:30~11:30
助産師さんのベビーマッサージ 直	5日(金)・26日(金) 10:30~11:30
みんなでくるくる~!!こまあそび 直	6日(土)14:00~15:00
おやつ作り~バナナマフィン~ ★	7日(日)11:00~11:45
音と遊ぼうリトミック 直	8日(月)・22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
孫とおいでよWeeks 直	8日(月)~21日(日)
ヴァイオリンとピアノのコンサート 直	9日(火)11:00~11:30
親子でパン作り ★	11日(木)11:30~12:00
助産師さんのベビーマッサージ 直 in青少年の家	12日(金)10:30~11:30
しょうぎに挑戦 直 ~初心者から上級者まで~	13日(土)・27日(土) 13:00~15:00
パン作り~プレーンパン~ ★	14日(日)11:30~12:15
よみかたりさん 直	14日(日)10:50~11:20
ハロー!みんなでABC 直	17日(水)10:30~11:15
楽器でこんにちは 直 ~ピアノ・うた・よみきかせ~	18日(木)11:00~11:30
ここみのおしゃべりサロン ★ ~歯科衛生士とあかちゃんの歯のこと話そう~	19日(金)13:30~15:00
お父さんと遊ぼう 直	20日(土)10:30~11:30
<MOCOBO>輪ゴム鉄砲を作ろう! 直	20日(土)10:00~15:00
プレパパプレママ教室 ★	21日(日)・28日(日) 10:00~12:00
こどもアドボカシーってなんだろう? 直	21日(日)13:30~15:00



マークの説明: 直 当日、直接会場へ

イベント

科学館(みらいーら)

(中央区北寺島町) ☎454-0178

科学館



HP ▶ [浜松科学館](#) 検索

内容	日時
ちょこっと体験 「ピコピコカプセル」 直	～8月17日(日) 10:00～12:00
触れるミクロな動物園 直	～8月31日(日) 9:30～18:00
ワークショップ 「メタリックスライム」 直	8月12日(火)～24日(日) 13:00～15:30
特別コラボサイエンスショー ～ひんやりサイエンス涼しさの ヒミツ教えます～ 直	8月17日(日) ①13:00～13:30 ②14:30～15:00
ワークショップ 「回して見よう月の満ち欠けゴマ」 直	8月26日(火)～9月7日(日) 13:00～15:30
ちょこっと体験 「しかけ絵本でサイエンス!」 直	9月13日(土)～9月15日(月) 10:00～12:00
夜の科学館「建物」 直	9月19日(金) 17:01～20:00
さがして ためして みらいーら4 直	～2026(令和8)年3月31日 9:30～17:00 ※なくなり次第終了

キッズマーケットの出店者募集

対象:小学3年～中学3年生 ◆申込:【窓口・ファクス】8月31日(日)締切

大ホールピアノ開放

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 ▶ [浜松市雄踏文化センター](#) 検索

日時:9月15日(月)9:00～17:00 ◆申込:【窓口・電話】8月15日(金)9:00から(先着順)

天竜二俣駅前マルシェ 直

天竜区まちづくり推進課 ☎922-0033

二俣駅前
マルシェ



市HP ▶ [天竜二俣駅前マルシェ](#) 検索

日時:9月15日(月)9:30～15:30 ◆問合せ:天竜二俣駅前マルシェ実行委員会事務局(天竜区まちづくり推進課内 ☎922-0033) ◆場所:天竜二俣駅西公園(天竜区二俣町阿蔵)

月見の会～秋の夜長を楽しもう～ 直 お月見のお話し会とワークショップ

気賀関所(浜名区細江町気賀) ☎523-2855

気賀関所



HP ▶ [気賀関所](#) 検索

日時:9月6日(土)17:00～18:00

アクト通りふれあいデイ 直

産業振興課 ☎457-2285

ふれあいデイ



市HP ▶ [アクト通りふれあいデイ](#) 検索

日時:8月17日(日)17:30～20:00 ◆場所:アクト通り※小雨決行。通常と開催時間が異なりますのでご注意ください

イベント

レッツゴー!ちびっこ探検隊

青少年の家(中央区住吉四丁目) ☎471-4725

青少年の家



HP ▶ [浜松市立青少年の家](#) 検索

日時:10月5日(日)10:00～15:00 ◆申込:【ホームページ】8月31日(日)～9月14日(日)締切(抽選)

第3回日帰り天体観望会

かなわ野外活動センター(浜名区引佐町川名)

☎544-0219

かなわ野外
活動センター



HP ▶ [かなわ野外活動センター](#) 検索

日時:9月6日(土)19:00～21:00 ◆申込:[Eメール]8月24日(日)から(先着順)

上下水道フェスタ2025 直

～「すいすいクラブ」でSDGsを学ぼう～

上下水道総務課 ☎474-7011

上下水道
フェスタ



市HP ▶ [上下水道フェスタ](#) 検索

日時:9月7日(日)10:00～15:00 ◆場所:プレ葉ウォーク浜北(浜名区貴布祢)

浜松まつり会館サマーフェスタ 直

浜松まつり会館(中央区中田島町) ☎441-6211

浜松まつり
会館



HP ▶ [浜松まつり会館](#) 検索

日時:8月30日(土)10:00～15:30

鴨江アートセンター

(中央区鴨江町) ☎458-5360

鴨江アート



HP ▶ [鴨江アートセンター](#) 検索

内容	日時
① ケー-ジ ニ ッ チ コ レ ク シ ョ ン kac niche collection あおしまさもん 2025 青島左門展 直	8月23日(土)～10月26日(日) 9:00～21:30
② 光と影のモビール	10月5日(日) 10:00～12:00
申込:【窓口・電話・Eメール】②8月20日(火)9:00から(先着順)	

フラワーパーク

(中央区館山寺町) ☎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 「オオオニバス」に乗ってみよう! 直	8月30日(土)～9月7日(日) 10:30～11:30、13:00～14:00 ※土・日曜日、祝日のみ開催
② 遠州の自然展 直	9月5日(金)～9月30日(火) 9:00～17:00
③ 花のウォーキング 直	9月13日(土)10:00～12:00
④ 葉脈標本づくり	9月28日(日)10:00～11:00
⑤ 和ハーブ講座 どんぐり ～いろいろなどんぐりの楽しみ方～	10月4日(土)10:00～11:30
⑥ 花の和紙づくり	10月5日(日)10:00～11:00
申込:【ファクス・ホームページ・Eメール】④9月15日(月)、⑤9月6日(土)、⑥9月8日(日)全て16:00締切(抽選)	

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

イベント

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 りんご(つがる)収穫体験 直	8月中旬～8月下旬
② いちじく収穫体験 直	8月中旬～10月上旬
③ ランタンイベント 直	8月16日(土)19:00～20:30
④ ナイトパブルショー 直	8月17日(日)19:00～19:30
⑤ キッズダンスイベント 直	8月31日(日)12:00～12:30
⑥ KATANAミーティング 直	9月7日(日)10:00～13:00
⑦ 栗栽培教室	9月7日(日)10:00～12:00
⑧ 浜松市立高校吹奏楽演奏 直	9月14日(日) ①11:30～、②13:30～
⑨ ゴールキーパーククリニック	9月21日(日) 小学校(1年～3年生):13:30～14:20 小学校(4年～6年生):14:30～15:20 中学生、高校生:15:30～16:20

申込:⑦・⑨【電話・Eメール】8月15日(金)から(先着順)

フルーツパーク



所蔵品展 創造の眼Ⅲ～慧眼～ 直

秋野不矩美術館 (天竜区二俣町二俣) ☎922-0315

HP▶ 秋野不矩美術館 検索
期間:～8月31日(日)9:30～17:00(入館は16:30まで)

秋野不矩
美術館



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 万葉の森公園の季節の公園散策(解説付き) 直	9月7日(日)11:00～(40分程度)
② 四季の集い「山上憶良と秋の七草」	9月15日(月)13:30～15:30
③ 万葉食講座「作って楽しむ究極の健康食万葉食(万葉時代の貴族の食事体験:秋メニューまこも膳)」	9月21日(日)9:30～13:00
④ 舟橋弘子の万葉コンサート 直	9月27日(土) 11:00～11:30、13:30～14:00
⑤ 万葉植物等を描く絵手紙体験 直	9月28日(日)10:00～14:30

申込:【窓口・電話】②・③8月15日(金)9:00から(先着順)

万葉の森
公園



博物館

(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208

市HP▶ 博物館 検索

県民の日イベント「蛸塚遺跡ガイドツアー」 直

日時:8月21日(木)10:30～11:30

現地見学会「堀留運河ゆかりの地をめぐる」

日時:9月15日(月)10:00～11:00 ◆ 申込:【郵送・ホームページ】8月31日(日)締切(抽選)

博物館



イベント

歴史講演会「浜松城は本当に出世城なの？」

東行政センター ☎424-0164

市HP▶ 歴史講演会 梓澤要 徳川 家康 検索

日時:10月11日(土)13:30～15:00 ◆ 場所:総合産業展示館(中央区流通元町) ◆ 申込:【窓口・電話・ホームページ】8月25日(月)から(先着順)

歴史講演会



ナイトズー NIGHT ZOO 2025 直

動物園(中央区館山寺町) ☎487-1122

HP▶ わくわく はまZOO 検索

日時:9月6日・13日・20日・27日(全て土曜日) ※開園時間を20:30まで延長(最終入園は20:00まで)

動物園



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

天文台



内容	開催日	時間	申込開始日
① 天文ミニ講座	8月23日(土)	18:30～19:20	8月20日(水)
② 星空観望会	8月23日(土)	19:30～21:00	8月20日(水)
	8月30日(土)		8月27日(水)
	9月6日(土)		9月3日(水)
	9月13日(土)		9月10日(水)
③ ソムリエ観望会(伝統的七夕)	8月29日(金)	19:00～21:00	8月20日(水)
④ めざせ!望遠鏡マスター	9月6日(土)	18:30～19:30	9月3日(水)
⑤ 太陽・星間の星観望会 直	9月7日(日)	14:00～16:00	—
⑥ 天文講座「宇宙と半導体 Revised Vision」	9月27日(土)	15:00～16:30	9月10日(水)
⑦ 天文講演会	10月26日(日)	14:00～15:30	9月3日(水)

申込:①～④・⑥・⑦【ホームページ】各日13:00から(先着順)

クリエート浜松

(中央区早馬町) ☎453-5311

HP▶ クリエート浜松 検索

浜松市民文化フェスティバル「絵・写・書・茶・花」展 直
日時:8月22日(金)～24日(日)10:00～16:00 ※華道は8月22日(金)午後から、茶道は23日(土)から

クリエートの夏祭り 直

日時:8月24日(日)10:00～16:00

クリエート
浜松



美術館

(中央区松城町) ☎454-6801

市HP▶ 浜松市美術館 検索

大ガラス絵展 ギャラリートーク 直

日時:①8月24日(日)、②9月14日(日)14:00～14:30

大ガラス絵展 講演会 ガラス絵の技法と修復 直

日時:9月21日(日)14:00～15:30

美術館



マークの説明: 直 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・②451-1151

③・④ ☎451-1114 / ⑤・⑥ ☎451-1150

① HP ▶ プロムナードコンサート 検索

② HP ▶ 浜松市民文化フェスティバル 検索

③・④ HP ▶ はまかる 検索

⑤ HP ▶ JOJC 検索

⑥ HP ▶ 浜松市アクトシティ音楽院 検索

①プロムナード
コンサート



②市民
フェスティバル



③・④
はまかる



⑤JOJC



⑥音楽院



① プロムナードコンサート(雨天中止) 直

日時	出演	場所
9月6日(土)16:30~	北星中学校&西部中学校、浜松北高等学校、浜松開誠館中学校・高等学校	JR浜松駅北口広場「キタラ」
9月13日(土)16:00~	与進中学校、浜松大平台高等学校、浜松東高等学校	

② 浜松市民文化フェスティバル

内容	日時	場所
①民謡と舞踊の集い 直	9月13日(土)13:30~	大ホール
②バレエ・ダンスの祭典	10月19日(日)15:00~	

※②の申し込みなど詳細はホームページで確認

③ オルガンミニコンサート 直

内容	日時	場所
Vol.117	8月15日(金)14:00~14:30	中ホール
Vol.118	9月11日(木)12:30~12:50	

④ 手島葵 CONCERT 2025

日時:12月21日(日)15:00~17:00 ◆場所:中ホール ◆申込:【チケットぴあ、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)他】8月17日(日)10:00から

⑤ ジュニアクワイア浜松・

ジュニアオーケストラ浜松第33期団員募集

内容	選考日	場所	申込締切日
クワイア	10月4日(土)	クリエート浜松(中央区早馬町)	9月15日(月)
オーケストラ	10月5日(日)	あいホール(中央区幸三丁目)	9月22日(月)

〈共通項目〉申込:【ホームページ】

⑥ 子ども音楽セミナー (全4回)

内容	日程
洋楽教室 みんなであうたおう!~リズムを感じて歌って踊ろう!~ (小学1年~小学4年生対象)	10月5日(日)~25日(土)
吹奏楽教室【中学生クラス】 ~大合奏の楽しみを体験しよう!~ (中学1年生対象)	11月16日(日)~12月14日(日)
吹奏楽教室【小学生クラス】 ~楽器の楽しみを体験しよう!~ (小学3年~小学6年生対象)	11月22日(土)~12月14日(日)
邦楽教室 ~いい音色!お箏で楽しく合奏しよう!~ (小学2年~中学3年生対象)	12月7日(日)~21日(日)

※申し込み方法など詳細はホームページで確認

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 検索

みどり~な



内容	日時
① みどりと花を愉しむ ノルディック・ウォーク 直	9月1日(月)・4日(木)・18日(木)・25日(木)・29日(月) 10:00~11:30
② ナチュラルハーブ講座 (クワの活用)	9月9日(火)10:00~12:00
③ パラ農家から学ぶパラ管理講座 【9月の管理】	9月11日(木)14:00~15:30
④ 畑がなくてもできる大根づくりに挑戦	9月13日(土)10:00~12:00
⑤ みどり~な環境教室 「秋の昆虫・植物を観察しよう」 直	9月20日(土)9:30~12:00
⑥ 親子でバードウォッチング 直	9月21日(日)8:30~10:30
⑦ 季節のプリザーブドフラワー アレンジメント講座	9月23日(火)10:00~12:00
⑧ 山野草初心者講座 石垣スミレの植え替えなど	9月27日(土)10:00~12:00

申込:②~④・⑦~⑧【窓口・電話】8月15日(金)9:00から(先着順)

シニア向け現役応援就職フェア

労働政策課 ☎457-2115

HP ▶ 浜松 シニア 就職フェア 検索

日時:9月25日(木)14:00 ~ 16:00 ◆場所:浜北文化センター 大会議室他(浜名区貴布祢) ◆問合せ・申込:【電話・ファクス・ホームページ】(株)東海道シグマ(☎424-5121)へ。9月24日(水)締切

木下恵介作品上映会「新釈四谷怪談」 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:9月21日(日)①10:00~、②14:00~(上映30分前から開場)

おんがく

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 検索

天竜
壬生ホール



ステージ演奏体験 Vol.30

日時:9月23日(火)10:00 ~ 20:30 ◆申込:【窓口・電話】8月24日(日)窓口は9:00から、電話は10:00から(先着順)

第7回MIBU吹奏楽フェスティバル

日時:11月2日(日)14:00 ~ 17:00 ◆申込:【窓口】8月20日(水)9:00から(先着順)

2025プラタナスコンサート 直

中央区まちづくり推進課 ☎457-2779

HP ▶ 2025プラタナスコンサート 検索

プラタナス
コンサート



日時:8月15日(金)18:00 ~ 19:30 ◆場所:ギャラリーモール(ソラモ)(中央区砂山町)

マークの説明: 直 当日、直接会場へ

スポーツ



スポーツ教室
スポーツ協会 ☎411-8686

スポーツ協会



HP▶ 検索

内容	初回目	申込	内容	初回目	申込
ソフトテニス	9月4日(木)	HP	親子ワン・ツー・スリー (よちよち・てくてく)	10月7日(火)	A
ゆったりヨガ(月曜)	9月29日(月)	HP	リラックスヨーガ	10月7日(火)	A
リセットヨガ&ピラティス	9月29日(月)	HP	やさしいピラティス(昼)	10月7日(火)	A
実践! 若返りウォーキング	9月29日(月)	HP	ヨガ&ピラティス	10月8日(水)	A
リラックス&リセットヨガ(月曜)	9月29日(月)	HP	やさしいエアロ	10月8日(水)	A
浜松卓球	10月1日(水)	HP	ZUMBA	10月8日(水)	A
少林寺拳法(上西)	10月2日(木)	HP	かんたんダンス	10月8日(水)	A
楽しく学べるレスリング	10月3日(金)	HP	らくらくヨガ	10月8日(水)	A
空手道 (浜松城北工業高校)	10月3日(金)	HP	リズムエアロ	10月9日(木)	A
アーチェリー	10月4日(土)	HP	足うらリフレッシュ	10月9日(木)	A
親子ボクシング	10月4日(土)	HP	たのしくエアロ&ひきしめ	10月9日(木)	A
ジュニアダンススポーツ	10月4日(土)	HP	サルセーション	10月10日(金)	A
健康乗馬	10月4日(土)	HP	すっきりヨガ(金)	10月10日(金)	A
相撲	10月4日(土)	HP	背骨コンディショニング	10月10日(金)	A
合気道	10月2日(木)	HP	シェイプヨガ	10月10日(金)	A
産後エクササイズ&ベビーマッサージ	10月6日(月)	HP	骨盤調整エクササイズ	10月10日(金)	A
やさしいシェイプピラティス(前半・後半)	10月7日(火)	HP	入門、初級太極拳(日)	10月12日(日)	A
ゆったりヨガ(木曜)	10月9日(木)	HP	キッズフィールドスポーツ(小学1年~4年生)	9月10日(水)	B
背骨コンディショニング	10月9日(木)	HP	ウェーブリングdeストレッチ	9月11日(木)	B
リラックス&リセットヨガ(金曜)	10月10日(金)	HP	フィットネスヨガ	9月11日(木)	B
社交ダンスシニア	10月2日(木)	A	エアロピクス	9月11日(木)	B
社交ダンス土曜	10月4日(土)	A	親子でハッピー1歳4ヶ月~2歳	9月18日(木)	B
入門太極拳(土)	10月4日(土)	A	親子でハッピー2歳~3歳	9月18日(木)	B
かんたんステップ	10月4日(土)	A	リズムトレーニング体験会(小学4年~6年生)	9月27日(土)	C
すっきりヨガ(土)	10月4日(土)	A	はじめてのエアロピクス(浜北体育館)	10月3日(金)	C
ピラティス&骨盤体操	10月4日(土)	A	エアロ&ちよいトレ	10月8日(水)	C
社交ダンス可美	10月5日(日)	A	リズムトレーニング(小学4年~6年生)	10月11日(土)	C
脂肪燃焼&ひきしめ	10月6日(月)	A	のびのびシニア(水曜)	10月8日(水)	D
すっきりヨガ(月)	10月6日(月)	A	午後のストレッチ(水曜)	10月8日(水)	D
キッズダンス(4歳~8歳)	10月7日(火)	A	のびのびシニア(金曜)	10月10日(金)	D
キッズダンス(7歳~12歳)	10月7日(火)	A	午後のストレッチ(金曜)	10月10日(金)	D
やさしいピラティス月クラス	10月7日(火)	A			
やさしいピラティス星クラス	10月7日(火)	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] サラグリーンアリーナ(☎585-1222)、[C] 浜北体育館(☎585-1173)、[D] 浜松球場(☎473-3281)

おんがく



楽器博物館

(中央区中央三丁目) ☎451-1128

楽器博物館



HP▶ 検索

音楽の広場 ミニコンサート

内容	開催日
雅楽 直	8月26日(火) ①11:00~11:30、②14:00~14:30
二胡とピアノ 直	9月7日(日) ①11:00~11:30、②14:00~14:30

キャップ尺八「キャップachくん」を吹いてみよう! 直

日時: 8月24日(日) ①10:30~11:30、②13:30~14:30、③15:00~16:00

第2回雄踏吹奏楽フェスティバル

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

日時: 9月23日(火) 10:00 ~ 17:00 ◆申込: [窓口・電話] 8月15日(金) 9:00から(先着順)

スポーツ



くるくるスポーツ教室

問い合わせは下記参照

HP▶ 検索

サラグリーンアリーナ



内容	初回目	時間・問合・申込
体育(幼児・小学生)	10月6日(月)	【窓口】サラグリーンアリーナ(浜名区平口・☎585-1222) 9月12日(金)10:00から(先着順)
新体操(幼児・小学生)	10月6日(月)	【窓口】浜北体育館(浜名区西美園・☎585-1173) 9月12日(金)10:00から(先着順)
サッカー(幼児・小学生)	10月8日(水)	【窓口】浜北体育館(浜名区西美園・☎585-1173) 9月12日(金)10:00から(先着順)
バドミントン(小・中学生)		
チアダンス(小学生)	10月9日(木)	【窓口】サラグリーンアリーナ(浜名区平口・☎585-1222) 9月12日(金)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

教室イベント



HP▶ 検索

内容	初回目	時間
楽しい筋骨体操(全8回)	9月3日(水)	13:30~14:30
産後の体型もどし(全8回)	9月3日(水)	10:15~11:30
キッズ運動教室(全6回)	9月11日(木)	15:45~16:45
楽しいステップエアロ教室(全6回)	9月9日(火)	10:10~11:10
ゆがみ改善ストレッチ(全10回)	9月22日(月)	9:30~10:30

申込: [窓口・電話] 8月15日(金)9:00から(先着順)

講座・教室



一般向け学習講座

「珠洲のこれからを支えていくために」

防災学習センター(中央区山下町) ☎474-8555

HP▶ 浜松市防災学習センター (検索)

日時:9月28日(日)15:00 ~ 16:30 ◆申込:【往復はがき・ホームページ】9月16日(火)必着(抽選)



外国人学習支援センター(U-ToC)

(中央区雄踏町宇布見) ☎592-1117

HP▶ HAMAPO (検索)

① 浜松版生活日本語コース(もみじクラス)

プロジェクトワーク発表会

日時:8月24日(日)16:00 ~ 17:30 ◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町) ◆申込:【ホームページ・電話】8月15日(金)から

② U-ToC日本語教室

浜松版生活日本語コース(もみじクラス)

日時:10月16日(木)~2026(令和8年)9月の毎週月・火・木・金曜日(全150回)9:30 ~ 13:30

③ U-ToC日本語教室 読み書きクラス

日時:10月21日(火)~2026(令和8年)3月12日(木)の毎週火・木曜日(全40回)14:00 ~ 15:30

〈②・③共通項目〉申込:【窓口】8月15日(金)から(先着順)※事前テストあり。申し込み前に電話してください



多文化共生センター

(中央区早馬町) ☎458-2170

HP▶ HAMAPO (検索)

外国人材の常同家族向け新生活オリエンテーション

日時:9月26日(金)10:00~16:00 ◆申込:【窓口・ホームページ・Eメール】

国際理解教育ファシリテーター養成講座【全4回】

日時:9月7日(日)、12月7日(日)10:00 ~ 17:00、10月26日(日)、11月16日(日)13:00 ~ 17:00 ◆申込:【ホームページ】

〈共通項目〉場所:クリエート浜松(中央区早馬町) ◆申込:8月15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(浜名区高蘭) ☎586-8800

HP▶ はままつ友愛のさと (検索)



内容	日程	時間
① 親子スポーツ(全8回)	9月17日~11月5日の水曜日	15:30~16:30
② 水泳(全12回)	9月25日~2026(令和8年)1月22日の木曜日	13:00~15:00
③ 親子水泳(全12回)		15:00~16:30
④ アイパッド(全6回)	10月9日~2026(令和8年)3月12日の木曜日	13:00~14:45

申込:【窓口・電話】①~③9月4日(木)締切、④9月18日(木)締切(全て抽選)

朗読会 小泉八雲を読む

文芸館 ☎453-3933

HP▶ 浜松文芸館 (検索)

日時:10月19日(日)13:30 ~ 15:00 ◆場所:クリエート浜松(中央区早馬町) ◆申込:【電話】8月20日(火)から(先着順)



スポーツ



浜松アリーナ

(中央区和田町) ☎461-1111

Bリーグ 親子で絆ボランティア

HP▶ 浜松市スポーツ協会 (検索)

日時:10月25日(土)・26日(日)10:00 ~ 15:30 ◆申込:【ホームページ】8月15日(金)12:00から(先着順)

ラージボール卓球大会

HP▶ 浜松アリーナ (検索)

日時:11月19日(火)9:00 ~ ◆申込:【郵送】8月15日(金)から(先着順)



第26回静岡県市町対抗駅伝競走大会

選手選考会

スポーツ振興課 ☎457-2421

HP▶ 駅伝 選手選考会 (検索)

日時:9月14日(日)14:00 ~ 17:00 ◆場所:四ツ池公園 陸上競技場(中央区上島六丁目) ◆申込:【ホームページ】9月5日(金)締切



キッズトレーニング(2歳~小学6年生)

雄踏総合体育館(中央区雄踏町宇布見)

☎597-3500

HP▶ 雄踏 スポーツ教室 (検索)

日時:9月1日(月)~12月22日(月)の毎週月曜日(全12回)16:30 ~ 17:30 ◆申込:【窓口】8月15日(金)9:00から(先着順)



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)

スポーツ広場の一般開放(9月) 直

内容	開催日	時間
スポーツ広場 (陸上利用のみ)	6日(土)・14日(日)・ 20日(土)・28日(日)	19:00~21:00



ナイトヨガinはまきた

HP▶ 浜松市スポーツ協会 (検索)

日時:9月27日(土)、10月11日(土)19:30 ~ 20:30 ◆申込:【ホームページ】9月1日(日)9:00から(先着順)



講座・教室



「はて？孫育てこれでいいの？」~みんなが
幸せになるために 自分も孫もママパパも~
(託児無料)

あいホール(中央区幸三丁目) ☎412-0351

HP▶ あいホール (検索)

日時:9月27日(土)10:00 ~ 12:00 ◆申込:【電話・ホームページ】8月15日(金)10:00から(先着順)



楽しい手作り講座 あんこでお花絞り体験

なゆた・浜北(浜名区貴布祢) ☎585-0611

HP▶ なゆた浜北 (検索)

日時:9月27日(土)13:30 ~ 15:30 ◆申込:【窓口・電話・ホームページ・Eメール】8月18日(日)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

ふれあい交流センター

問い合わせは下記参照

- ①・③・⑥ HP
▶ 浜松市社会福祉協議会
検索
- ② HP
▶ ふれあい交流センター竜西
検索
- ⑦ 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	内容	開催日・初回日
① いたや (中央区板屋町) ☎413-5570	笑って楽しむ認知症予防「コグニサイズ」講座	8月26日(火)
	世界のダンス体操	9月11日(木)
	親子リトミック	9月12日(金)
	「ふくろうずの親子で楽しむ歌あそびと秋のリース作り」参加者募集	9月23日(火)
② 竜西 (中央区中郡町) ☎433-9045	親子であそぼう「ははは広場」 直	8月17日(日)
	こどものための読み聞かせ 直	8月24日(日)
	パネルシアター 直	8月24日(日)
	親子防災講座	9月20日(土)
③ 江之島 (中央区江之島町) ☎425-9907	健康麻雀講座	9月4日(木)
	カーズマン先生と楽しく体育遊び(第1期)	9月7日(日)
	第2期高齢者健康づくり教室	9月17日(火)
	健康レクリエーション講座	9月20日(土)
④ 可美 (中央区増楽町) ☎440-0571	知っておきたい遺言相続・不動産の話	9月25日(木)
	骨ナビ・健康リンパ体操講座	10月1日(火)
⑤ 青龍 (中央区青屋町) ☎422-2161	はじめての親子将棋教室	8月24日(日)
	世代間交流レザークラフト体験講座	8月24日(日)
	ひめトレ&スクエアステップ	9月5日(金)
	親子で体幹ストレッチ講座	9月7日(日)
	わらべうたと絵本の読み聞かせ	9月12日(金)
⑥ 萩原 (中央区初生町) ☎439-4178	親子でわくわく音楽遊び(全3回)	9月30日(火)
	親子であそぼう「ははは広場」 直	9月7日(日)
⑦ 浜北 (浜名区小林) ☎587-4830	高齢者のための防災講座	9月9日(火)
	こどものための読み聞かせ 直	9月21日(日)
	パネルシアター 直	9月21日(日)
	高齢者歴史教室	10月8日(火)

素敵な切り絵講座(千支)

農村環境改善センター(中央区伊左地町)
☎486-1122

HP▶ 浜松市農村環境改善センター 検索

日時: 10月3日(金)・10日(金) 10:00 ~ 12:00 ◆申込: 【窓口・郵送・ホームページ】9月19日(金)必着(抽選)

①・③・⑥
いたや・江之島
可美・青龍・萩原



②・⑦
竜西・浜北

講座・教室

ミドル世代・シニア世代のための スマートフォン安全講座

情報システム課 ☎457-2722

市HP▶ スマホ安全講座 検索

日時: 9月17日(火) 13:30 ~ 15:30 ◆対象: スマートフォンの安全な利用法について学びたい市民(おおむね40歳以上の人) ◆場所: 地域情報センター(中央区中央一丁目) ◆申込: 【往復はがき・ホームページ】8月29日(金)必着(抽選) ※往復はがきの場合「住所、氏名、年齢、電話番号、返信用の宛名」を書いて〒430-0929 中央区中央一丁目12番7号 情報システム課「スマートフォン安全講座係」へ

松韻亭

(中央区鹿谷町) ☎473-4310

HP▶ 松韻亭 検索

月見茶会

日時: 10月7日(火) 17:00 ~ 19:00

~茶DAYS~シニアからの茶道入門

日時: 10月14日(火)・21日(火)(全2回) 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】8月15日(金)9:00から(先着順)

中央図書館

(中央区松城町) ☎456-0234

ストーリーテラー養成講座

市HP▶ 浜松 図書館 イベント情報一覧 検索

日時: 9月18日(木)~2026(令和8)年1月15日(木)の第3木曜日(全5回) 9:30~11:30 ◆申込: 【窓口・電話・ホームページ】8月15日(金)9:00から(先着順)

図書館読み聞かせボランティア養成講座

市HP▶ 浜松 図書館 イベント情報一覧 検索

日時: 9月16日(火)~ 11月18日(火)の毎週火曜日(9月23日および10月21日を除く) 10:00 ~ 12:00 ※事前説明会(9月9日(火))への参加が必要。説明会終了後、講座申し込みを受付 ◆説明会申込: 【窓口・電話・ホームページ】9月8日(月)17:00締切

点訳ボランティア養成講座

市HP▶ 浜松 図書館 イベント情報一覧 検索

日時: 9月17日(火)~2026(令和8)年2月18日(火) 13:30~15:30 ◆場所: 城北図書館(中央区和地山二丁目) ※事前説明会(9月3日(火))に参加が必要。説明会終了後、講座申し込みを受付 ◆説明会申込: 【電話】8月15日(金)から

ママさんクッキング

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 検索

日時: 9月4日(火) 9:30~13:00 ◆申込: 【電話】8月15日(金)8:30から(先着順)

認知症サポーター養成講座

高齢者福祉課 ☎457-2105

市HP▶ 認知症サポーター 検索

日時: 9月19日(金) 13:30 ~ 15:30 ◆場所: 天竜区役所(天竜区二俣町二俣) ◆問合・申込: 【電話】天竜福祉事業所(天竜区役所)・長寿保険課(☎922-0130)へ。8月15日(金)から(先着順)

スマホ
安全教室



松韻亭



中央図書館



読み聞かせ



点訳



ママさん
クッキング



認知症
サポーター



マークの説明: ■ 当日、直接会場へ

そうだん

令和7年度子ども・若者のさまざまな
悩みに個別に応じる合同相談会

青少年育成センター ☎457-2418

合同相談会



HP▶ 静岡県 合同相談会 (検索)

日時:10月5日(日)10:30 ~ 15:30 **◆場所:**浜北文化センター (浜名区
貴布祢) **◆申込:**【電話・ホームページ】8月18日(月)~10月1日(水)締切

外国人のための相談会(無料)

多文化共生センター ☎458-2170

HAMAPO



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)	9月6日(土)	13:00 ~ 16:00
弁護士相談	9月13日(土)・25日(木)	
社労士相談	9月18日(木)	
在留資格に関する相談	10月2日(木)	
場所:クリエート浜松(中央区早馬町)◆申込:【窓口・電話】8月15日(金)から(先着順)		

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	問合せ
中央区役所	8月21日(木)9:00~12:00	☎457-2121
東行政センター	9月2日(火)9:00~12:00	☎424-0164
西行政センター	9月9日(火)10:00~12:00	☎597-1115
南行政センター	9月10日(水)9:00~12:00	☎425-1382
浜名区役所	8月21日(木)9:00~11:30	☎585-1112
北行政センター	8月20日(水)9:00~12:00	☎523-1116
新都田市民 サービスセンター	8月20日(水)9:00~12:00	☎523-1116 (北行政センター)
天竜区役所	8月20日(水)13:30~15:30	☎922-0019
佐久間支所	8月20日(水)13:00~15:00	☎966-0002
水窪支所	8月21日(木)13:00~15:30	☎982-0002

福祉職場相談会

福祉総務課 ☎457-2326

福祉人材
バンク



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月11日(木)	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		9:45～11:45	
③ 介護のDVD視聴会 直		10:00～12:00	
〈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】①9月10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			

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

県立森林公園



HP▶ バードピア浜北 (検索)

内容	日時
① 収納棚を作ろう (木曜コース・全4回、 土曜コース・全4回)	【木曜コース】 9月4日~25日10:00~15:00 【土曜コース】 9月6日~27日10:00~15:00
② 60周年記念講演 「ランと食虫植物から見た森の姿」	9月23日(火)13:00~15:30
③ 初心者バードカービング教室 (全4回)	10月9日~30日の毎週木曜日 10:00~15:00
申込: ①【窓口・電話・ファクス・ホームページ】8月22日(金)締切(抽選)、 ②【ホームページ】8月16日(土)9:00から(先着順)、③【窓口・電話・ファクス・ホームページ】8月15日(金)9:00から(先着順)	

人権いきいき市民講座

「『べき』を捨て、心を自由に！
～あなたは、自分らしく生きていますか？～」

人権啓発
センター



人権啓発センター ☎457-2031

市HP▶ 人権啓発センター (検索)

日時:9月9日(火)10:00 ~ 11:30 **◆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】8月15日(金)から(先着順)

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
8月25日(月)	9:30 ~ 11:30	東部協働センター(中央区相生町)
	13:30 ~ 15:30	篠原協働センター(中央区篠原町)
8月29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: 浜松公園緑地協会(☎411-6687)へ		

女性のための就活セミナー(対面・オンライン)

労働政策課 ☎457-2115

就活セミナー



HP▶ はままつ 女性 サスネット (検索)

内容	開催日	時間	申込締切日
女性のためのキャリア&マネープランセミナー	9月2日(火)	10:00 ゝ 11:30	8月27日(水)
ウェルビーイング思考からはじめるキャリアの見つけ方	9月5日(金)		9月1日(月)
よくわかる「年収の壁」制度変化の影響	9月12日(金)		9月8日(月)
パート・アルバイト・派遣社員・正社員、それぞれの働き方	9月19日(金)		9月12日(金)
「社会保険」自分に合った選択肢を見つけよう	9月26日(金)		9月19日(金)
＜共通項目＞場所：クリエート浜松(中央区早馬町)◆問合せ・申込：【電話・ホームページ】(株)サスネット(☎424-8811)へ(先着順)			

浜松市広報TV

浜松市広報TV（#推しはま通～みんなの推しはままつ～）は、浜松市政に関する身近な話題を、楽しく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!!

〈8月号 番組構成〉

#推しはま通 ～みんなの推しはままつ～
「浜名湖の水産資源回復に向けた取り組み」特集！

ジョイマン、うるとらブギーズが“推したくなる”浜松の情報を
たっぷりとお届けする市政情報番組！

第4回の放送は、浜名湖の水産業の現状と、アサリやウナギなどの
水産資源回復に向けた取り組みについて、ジョイマンが紹介
します！

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▶推しはま通 (検索)

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
	388,901人 (-206)	391,129人 (-172)	780,030人 (-378)	359,538 (+81)
中央区	300,479人 (-183)	301,307人 (-121)	601,786人 (-304)	283,642 (+71)
浜名区	76,461人 (-31)	77,270人 (-32)	153,731人 (-63)	64,155 (+3)
天竜区	11,961人 (+8)	12,552人 (-19)	24,513人 (-11)	11,741 (+7)

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

〈第1回〉春野地域

天竜川・浜名湖地域合併20周年記念

20年、これからもずっと

～12地域を連載で紹介します～



町民劇団の活動を通して、もっと大きな交流を

人口が減り続ける天竜区春野町を、舞台の力で元気にしたい
と立ち上げた春野町民の劇団「限界集落」。初公演は 2022（令
和4）年3月、春野文化センターが満員になるほどの皆さんが集
まってくれました。「がんばったね」「やってよかったね」公演後、
劇団員や地域の人たちのあふれる笑顔がとても印象的でした。

私が生まれ育った大好きな春野町は、いつも声を掛けてくれる
地域の人の温かさや、四季の移り変わりを肌で感じられる
すてきなまち。この劇団の活動を通して、地域の人たちの交流
を深め、その交流が地域を超えてさらに広がっていったら…と
思っています。町民手作りの舞台ですが、限界を感じさせない
私たちの舞台の「これから」にご期待ください。



まつい まみ
松井 菜未さん profile
春野町の住民有志で構成する劇団「限界
集落」の主宰者。東京の音楽大学を卒業後
春野町にUターンし、音楽を通じた地域
貢献活動が続けている。春野町のおすす
めスポットは春埜杉（春野町花島）。

◎地域で活躍する人たちの取材を通して、12地域の魅力をお届けします。

今月のプレゼント

- 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

を記載し、はがき、または市ホームペー
ジから応募してください。

【応募期間】

8月5日(火)～31日(日)

【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)

8月31日(日)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

プレゼント応募



「はままつ健康クラブ」 不織布トートバッグ& 保冷トートバッグセット (抽選で10人)

「はままつ健康クラブ」は、スマートフォン
に内蔵されている歩数計機能と連動し、毎
日の歩数が自動で記録できる浜松市公式の
アプリです。

日々のウォーキングや市の健康イベントへ
の参加、体重・血圧の記録などの健康活動
を行うと、ポイントが付与されます。貯まった
ポイントで浜松の特産品やデジタルギフト
が当たる抽選に参加することができます。
ぜひアプリを活用してみてください。

ダウンロードはこちらから



ウエルネス推進事業本部
☎457-2129



▲不織布トートバッグと
保冷トートバッグ