

篠原協働
センターだより

さざんか

篠原協働センター

浜松市中央区篠原町20399番地の1 053-448-7859

市委託中央区西第5号 No.⑦
令和7年9月5日発行

回覧

地域文化セミナー

ゆるく続ける

らく

楽しくセルフケア



いつもからだを動かしていない人も簡単な体操で楽しく運動します。股関節・膝・骨盤など
気になる人、ゆるく続けて柔軟性を高めて健康寿命を延ばしましょう。

開催日

①11月18日(火) 股関節となかよし「膝」のケア

②12月 2日(火) 股関節となかよし「骨盤」周辺のケア

③12月16日(火) ノルディックウォーキング～ポールを使って歩く～

全3回 9:30～11:30

【会場】篠原協働センター ホール ほか 【定員】20名

【講師】天野 和美 先生

【参加費】無料

【持ち物】ヨガマット(バスタオル)、動きやすい服装、運動靴、飲み物



ネット申込は上のコードから

地域文化セミナー

スマホのき・ほ・ん



スマホを使って、孫と気軽にLINE・スマホでお得にお買い物、ネットで講座の申込みなどを体験して
みませんか? 当日は講座用のスマホを貸出します。スマホを持っていなくても受講できます。

【日時】11月17日(月)・12月17日(水)・令和8年1月13日(火)・2月9日(月)

全4回 10:00～12:00



【内容】入門編、LINE マスター編、スマホ決済、浜松市連絡ゴミのやり方、
防災情報、LOGO フォームで講座の申込みなど

【会場】篠原協働センター 203 講座室 【定員】15名

【講師】ソフトバンク株式会社認定講師 【参加費】無料

ネット申込は右のコード

【持ち物】筆記用具、飲み物 ※自分のスマホについて質問のある方は持参してください。



らく

楽しくセルフケア・スマホのき・ほ・ん について

【申込み】令和7年9月5日(金)～10月28日(火) 8:30～17:15

①篠原協働センター窓口・電話 448-7859(日曜日・祝日を除く)

②インターネット(24時間受付) ※ただし10月28日(火)は17:15まで

※応募者多数の場合は抽選になります。抽選結果は10月30日(木)までに当選者の方へ電話かメールにて連絡いたします。



篠原協働センターまつり



11月8日(土)・11月9日(日) 開催!

詳細は10月5日号に掲載!
お楽しみに!!



うら面(さざんかコンサート・太鼓の達人体験会)もご覧ください



第15回 さざんかコンサート開催



【日 時】 令和7年9月21日（日）12時10分～

【会 場】 篠原協働センター ホール

観覧
無料

地域の音楽団体の皆さまが出演するコンサートです。
今年はホール開催となります。すてきな歌声・演奏をお楽しみください！

出演団体		演奏内容	出演予定時刻
開 会 式			12 時 10 分
1	ルーシーズ	鍵盤ハーモニカ	12 時 15 分
2	Molto Piacere (モルト ピアチェーレ)	管楽器	12 時 35 分
3	弾夢弦気 (はずむげんき)	ギター弾き語り	12 時 55 分
4	べこぴ	ドラム	13 時 15 分
休 憩 ・ 換 気			13 時 35 分
5	にちようや	バンド	13 時 50 分
6	コール篠	コーラス	14 時 10 分
7	浜松ギター同好会	フラメンコギター	14 時 30 分
8	もりもり	バンド	14 時 50 分
9	浜松サクソフォンクラブ	サククス	15 時 10 分
閉 会 式			15 時 30 分

・出演順、各出演時刻は、進行等により変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。



地域文化
セミナー

eスポーツ入門

太鼓の達人体験会

篠原協働センター初開催となるシニア世代向け e スポーツ入門講座を開催します。
種目はテレビでもおなじみのリズムゲーム“太鼓の達人”です！テレビゲームに触れたことのない方も大歓迎です。



開催 10 月 29 日（水）9 時 30 分～11 時 30 分

【会 場】 篠原協働センター ホール

【定 員】 20人

【講 師】 静岡県eスポーツ連合 山崎智也 先生

【参加費】 無料

【募集期間】 9月5日（金）～10月17日（金）8:30～17:15

【申込方法】 ①篠原協働センター窓口・電話 448-7859（日曜日・祝日を除く）

②インターネット（24 時間受付）※ただし 10 月 17 日（金）は 17:15 まで

※応募者多数の場合は抽選になります。抽選結果は10月22日（水）までに当選者の方へ電話かメールにて連絡いたします。



おもて面（楽しくセルフケア・スマホのき・ほ・ん）もご覧ください

