白脇協働センターだより

令和　7年　7月　20日
浜松市中央区寺脇町241番地
TEL　441－8088

回　覧
市委託
中央区南
第　3　号

令和7年度地域文化セミナー

包丁研ぎ講座

【日　時】　令和7年9月12日(金)
第一部　9:00～10:30
第二部　10:50～12:20

【場　所】　白脇協働センター　1階　料理教室

【定　員】　第一部・第二部ともに6名(計12名)

【講師】　齊藤　賢吾先生((株)くろがねや代表取締役)

【費用】　無料

【持ち物】　包丁1丁(鋼・ステンレス製のもの)
(セラミック製不可)、エプロン、タオル、
水分補給用飲物、筆記用具

※　包丁は、気を付けてお持ちください。

※　(第一部・第二部の振分けについては、当協働センターで振分け致します。尚、応募者多数の場合は抽選となります。)

【応募方法】 9月2日(火)17時まで
★　白脇協働センター窓口またはお電話・QRでお申し込みください。

【受講確認】 9月5日(金)～9月9日(火)
★　QRでお申し込みの方はメールにてお知らせ致します。

白脇協働センター　TEL　441－8088
(日曜・祝日を除く8:30～17:15)

同好会 会員募集のお知らせ

白脇ピラティス

１０年後、２０年後も楽しめる体作りをしていきませんか？
フォームローラーという道具を使い正しい姿勢、体の使い方を習得していきます。
体が硬い方や久しぶりに運動する、激しい運動が苦手な方でも楽しんでいただけます。
コツコツ、丁寧に心地良い体作りを楽しみましょう！！

〔活動日〕　第２・４木曜日　　１０時～１１時
〔場　所〕　白脇協働センター
〔講　師〕　山田　夏美　先生
〔持ち物〕　ヨガマット、水分補給用飲み物
　　汗拭きタオル
〔費　用〕　１回　1,000円
　　ローラーレンタル代　300円
〔その他〕　見学等の問い合わせは、事前に下記アドレスまでお願いします。
　　rose_leone@icloud.com

白脇絵手紙の会

【活動日】　毎月第２木曜日　１３:３０～１５:３０
【場　所】　白脇協働センター　２階　講座室
【会　費】　見学時に相談ください

見学は活動日にお越しください。歓迎します！！