

# 回覧

市 委 託  
浜名区北  
第 4 号

## 令和7年度 細江協働センター だより

令和7年11月5日発行  
浜松市浜名区細江町氣賀 305  
〒431-1395 細江協働センター  
(北行政センターまちづくり推進内)  
TEL 523-2903 FAX 050-3537-9144

### 令和7年度 細江協働センター地域ふれあいフェスタ事業 細江市民文化祭【展示発表会】を開催します。

作品展示のほか、お茶席などもあります。ぜひお気軽にご来場ください。

- 日 時: 令和7年11月29日(土)正午~午後4時00分  
30日(日)午前9時00分~午後4時00分
- 会 場: みをつくし文化センター ホールほか



## 第6期生涯学習講座募集案内

### 1 【心と体を動かす音楽講座】 ~音楽は地上の心配事から解き放つ~

- 日 時: 令和8年 2月5日(木曜日) 午前10時00分~11時30分
- 会 場: みをつくし文化センター ホール
- 内 容: 日々の生活の中で仕事や家事に追われ、落ち着いた時間が中々持てません。そんな時、ふと立ち止まって自分を取り戻す時間が欲しくなります。本講座では、懐かしの音楽に合わせて身体を動かします。自分だけではなく、仲間と触れ合ったり、トーンチャイムという楽器をみんなで演奏したりして音楽によるコミュニケーションを楽しめます。
- 講 師: 平松なをみさん(常葉大学非常勤講師・芸樹音楽の森主宰)
- 参 加 費: 無料 ※軽く動ける服装で
- 持ち物: 水分補給用の飲料水、筆記用具等
- 定 員: 成人30名



URL: <https://logoform.jp/form/Savd/1235505>

### 2 【海馬を鍛えよう】 浜松市と大学との連携事業

#### ~体を動かし、頭を使って認知能力を楽しく伸ばしましょう~

- 日 時: 令和8年 2月6日(金曜日) 午後2時00分~3時30分
- 会 場: みをつくし文化センター ホール
- 内 容: 海馬は、脳の記憶を司る器官です。年を重ねると記憶力は自然に変化していきますが、適切な習慣によって脳の健康を保つことができます。この講座は、みなさまの認知症予防のために海馬を鍛える講座です。前半は、解説を通して記憶や脳のメカニズムについて理解を深めます。後半は、日常生活でもできる脳のトレーニングや軽い運動で脳を活性化させます。
- 講 師: 聖隸クリストファー大学リハビリテーション学部作業療法学科栗田研究室の皆さん
- 参 加 費: 無料
- 持ち物: 筆記用具、水分補給用の飲料水
- ※軽く動ける服装で
- 定 員: 成人20名



他の講座内容、申し込み方法については裏面をご覧ください。

### 3 【生き生き健康フラダンス】

- ① 日 時: 令和8年 2月12日、19日、26日(各木曜日)午後2時00分～3時30分
- ② 会 場: みをつくし文化センター リハーサル室
- ③ 内 容: フラを通じて健康維持、体力の増進を目指します。ハワイの音楽に癒されながら適度に体を動かします。楽しい人生の1ページに彩(いろどり)を添えましょう。
- ④ 講 師: 河合奈美さん(フライインストラクター)
- ⑤ 参加費: 無料 ※運動のできる服装で
- ⑥ 持ち物: 水分補給の飲料水、タオル、筆記用具、
- ⑦ 定 員: 成人15名 【学習成果活用事業】



### 4 【クラフトバッグ】便利な小物入れとバック作り

- ① 日 時: 令和8年 2月27日、3月6日、13日(各金曜日)午前9時30分～11時30分
- ② 会 場: みをつくし文化センター3階 講座室
- ③ 内 容: 紙のクラフトバンドを使った編み方の基本を学びます。  
日常生活の中でとても使いやすく、美しい小物入れとバッグを作つてみましょう。
- ④ 講 師: 材津俊子さん  
(一般社団法人クラフトバンドエコロジー協会認定講師)
- ⑤ 材料費: 1,500円
- ⑥ 持ち物: はさみ、メジャー(裁縫用)、洗濯ばさみ10個
- ⑦ 定 員: 成人10名 【学習成果活用事業】



## ■募集期間 11月27日(木)～12月8日(月)

※インターネットでは、11月5日から下記 URL, 2次元コードでお申込みいただけます。

## ■申し込み方法

- 募集期間内にインターネット【各講座の下記 URL や四角い2次元コードで読み取り、必要事項を入力する】  
か、窓口・電話・FAXにて、北行政センターまちづくり推進細江協働センターへご連絡ください。受付初日  
は、電話が通じにくい場合があります。お名前・住所・電話番号・年齢をお伺いします。  
※先着順ではありません。応募者多数の場合は、抽選となります。その場合、細江地区在住の方が優先と  
なりますのでご了承ください。ご参加いただける方には、締め切り後1週間ほどで郵送にて開催要項を  
お送りします。届かない場合は選に漏れたものとご理解ください。

申込み URL:

URL: <https://logoform.jp/form/Savd/1235505>



○浜松市ホームページ「細江協働センター」からもご応募いただけます。

※受付時間: 8:30～17:00(土日祝日を除く)

※連絡先: 浜名区北行政センターまちづくり推進 細江協働センターグループ

〒431-1395 浜松市浜名区細江町気賀305

TEL: 523-2903 FAX: 050-3537-9144

他の講座内容については表面をご覧ください。