

広報

# はままつ

2026

2



【今月の特集】はじめよう! はままつ農ライフ

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

浜松市  
ホームページ



広報プラス  
はままつ  
(電子版広報)



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

公式X  
(旧ツイッター)



公式  
フェイスブック



LINE  
公式アカウント



YouTube  
公式チャンネル



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



浜松  
パワーフード



ブロッコリーと  
新玉ネギのスープ

P.8

# はじめよう！ はままつ 農ライフ

家庭菜園からステップアップしたい。日々の暮らしを充実させたい。副業で農業を始めてみたい…。

1つでもピンと来たあなた、今がチャンスです！今月の特集では、“農”が身近にあるライフスタイル「農ライフ」を紹介します。



## 「農ライフ」って何？

毎日の暮らしのそばに「農」がある…。市では、農が身近にあるライフスタイルのことを農ライフと呼んでいます。

● 家庭菜園から本格的な農業まで

● 趣味からビジネスまで

● 個人から企業まで

農ライフのかたちは人それぞれ。市は、市民の皆さんの農ライフを応援しています。

## なぜ、今「農ライフ」？

浜松は、豊かな自然環境や温暖な気候に恵まれた全国でも有数の農業都市です。年間を通してさまざまな農作物が生産されていますが、農業従事者の減少や高齢化などにより、管理できない農地が増えているという見過ごせない課題もあります。特に、宅地化の進む地域では農業に活用されにくい、面積の小さな細切れの農地が増えています。

農地を取得する（買う、借りる）には、農地法に基づく許可が必要です。これまでは、農家でなければ農地の取得が難しかったのですが、2023（令和5）年4月の農地法改正※により、農地取得のハードルがぐっと下がり、農家でない人でも農地取得がしやすくなりました。これを機に農地取得者は急増中で、2024（令和6）年度は2022（令和4）年度の10倍以上、100人を超える人が市内で新しく農地を取得しています。まさに、今が「農ライフ」を始めるチャンスです！

※農地法の改正については、5 ページで紹介しています



「ブロッコリーの種、見たことあります？ 米粒よりずっと小さいんです。初めて見た時はびっくりしました。これがあるのに立派に育つんだって」そう語るのは、農ライフを始めて5年の杉谷由子さん。「小さい面積なら負担も少ないし、楽しく野菜作りができたならそんな思いで、夫婦二人三脚の農ライフはスタートしました。

育てる過程で失敗も経験し、食べ物の大切さを改めて実感したこと。暑さでスイカが枯れてしまったり、ソラマメがカラスに食べられたり…。毎年、試行錯誤の連続です」

失敗があるからこそ、収穫できた時の喜びは格別。今では、野菜作りが2人の共通の楽しみに。「自分たちで育てた新鮮な野菜は最高においしいです。無農薬で育てられるのもうれしいですね」

「食から健康」を合言葉に、いつまでも元気に農ライフを送りたい」と笑顔で話してくれました。

### CASE 1 食から健康 杉谷さん夫婦



すぎやとおる よしこ  
杉谷 透さん(左)、由子さん

知り合いが市民農園※  
ガルテンアットマークムトウ  
[GARTEN@610(中央区下飯田町)]を開園したことをきっかけに農ライフを始める。夏に採れる小玉のスイカが2人のお気に入り。

※市民農園では、小さい面積(20～50㎡程度)で野菜作りを楽しむことができます。詳しくは5ページで紹介しています

CASE 2  
人生の楽しみ  
沖松さん親子

「小さい頃、祖母が育てていたキュウリをよく食べていました。本当においしくて、大好きだったんです」沖松友美さんは、農ライフ1年目。「子供たちにも、採れたてのキュウリのおいしさを味わってほしい」その思いが、農ライフを始めたきっかけです。週末に、季節を感じながら、市民農園で野菜作りを楽しんでいます。市民農園のオーナーや他の利用者からアドバイスをもらい、年間10種類以上の野菜を育てる沖松さん。2人の子供たちも、畑に行きたい！と自ら手伝ってくれるそう。

「新鮮な野菜はおいしいのか、子供たちもよく食べてくれます。自分たちで育てているから、一段とおいしく感じるのかもしれない。一番好きな野菜はやっぱりキュウリ。ミニトマトやブロッコリーもよく食べてくれます」

農ライフを始めてから、生活が豊かになったとのこと。「私たち親子にとって、一緒に野菜作りをする経験は、かけがえないものです」今では農ライフが人生の楽しみの一つだそうです。



沖松 友美さん(中央)  
ひよりさん(左)、心陽さん

ひよりさんの通学路で市民農園を見かけ、興味を持つ。区画には子供たちの名前にちなんで名付けた「こはるびより畑」の看板が立つ。

農×○○!?  
それぞれのかたちで楽しむ  
「はままつ農ライフ」

農ライフのかたちは人それぞれ。しかし、皆さん「始めてよかった」と口をそろえます。

市公式noteでも、市内で農ライフを楽しむ人たちのストーリーを連載で紹介しています。

この特集で紹介した皆さんのより詳しいお話も公開予定です。ぜひご覧ください。

HP▶ 浜松市公式note 農ライフ 検索



大竹 峻さん(左)、佑さん

市内の企業に勤めながら副業として農業にチャレンジ。育てた野菜は畑の無人販売所や近所の神社で販売している。いつか挑戦してみたい作物は、レモン。



今月の表紙は、大根を収穫するお二人です。佑さんが率先して収穫する様子が印象的でした。

CASE 3  
野菜で広がるご縁  
大竹さん親子

8年前、広報はままつで「ユニバーサル農業※」の記事を読んだことがきっかけで、大竹さんの農ライフはスタートしました。

「長男の成長に少しでもプラスになればと、まずは市民農園を借りてみました」やってみると楽しくて、のめり込む大竹さん。程なく、野菜作りが生活の一部に。もっと広い畑でやりたい！と、新たに1000㎡ほどの畑を借り、今では副業として農業にチャレンジしています。

「毎朝、出勤前に畑で作業するのが日課です。長男も収穫が大好きで、週末は積極的に手伝ってくれます。白ナスやシナモンバジルなど、普段見かけない珍しい品種に挑戦するのが面白いんです」

思い切って神社の朝市に出店したことを機に、地域の人とのつながりも生まれました。野菜で広がるご縁が、大竹さんの農ライフをより豊かにしています。

「農ライフに興味があるけれど...という人。まずは市民農園、いやプランター一つからでも。ぜひ最初の一步を踏み出してみてください」

# 農×ビジネス

## CASE 4

### お茶から始まる みんなの笑顔

村松さん夫婦

創業87年。村松正浩さんは、3世代にわたり製茶業を営む(有)村松商店の3代目。創業当初は茶生産農家から茶葉を買い、製茶して卸していましたが、2代目が「自分たちで畑からおいしいお茶を作りたい」と茶生産をはじめます。

そんな環境で育った正浩さんにとって、農は身近な存在でした。今では、自分たちで育てたお茶を、自分たちで加工し、自分たちで売ることにこだわりの持っています。1年ほど前、新しい取り組みとして、店舗併設でカフェをオープン。お茶を使ったスイーツを販売しています。お客さんの年齢層が広がり、若い人や家族連れでにぎわうようになりました。

お茶作りとカフェの両立は苦労もありますが、うれしい面も。「多くの農家は、作物を出荷した後、加工や販売には携わりません。自分たちで販売することの魅力は、お客さんの顔を直接見られること。笑顔で『おいしかったよ』と言ってもらえた時は、カフェを始めてよかったと思いました」

「農を通じた村松さんの挑戦は、これからも続きます。」



まさひろ  
村松正浩さん(右)、  
えりか  
枝里香さん

正浩さんは、村松商店(中央区西山町)の3代目として、お茶の生産から販売まで全工程に携わる。カフェは枝里香さんが中心となって切り盛り。



## 今がチャンス！農ライフのはじめ方

小さい面積で気軽にはじめたい！

### 市民農園

市民農園は、市民が土に親しめる場として、市や農地所有者が運営しています。1区画20～50㎡程度の広さで、農業経験がなくても手軽に野菜作りが体験できる場所として人気が高まっています。市内には51の市民農園があります。

#### 市民農園の種類

市が運営：いきいき菜園

民間が運営：市民農園(市の許可で農地所有者が開設)

※右の農地取得要件に関わらず、誰でも借りることができます

※市民農園では、永年性作物・果樹類の栽培、工作物などの設置、営利目的の作物栽培はできません



市HP▼

いきいき菜園

検索



市HP▼

市民農園のすすめ

検索

市民農園より広い農地がほしい！

### 農地銀行

浜松市農地銀行では、ウェブサイト上に農地所有者から申し込みされた、「貸したい・売りたい」農地の情報を公開し、「借りたい・買いたい」人とのマッチングを行っています。地区ごとに検索でき、自宅や職場から通いやすい農地を探せます。

#### 農地取得要件

要件を満たせば誰でも取得可能！

□所有地を含め農地全てを耕作すること

□農業従事日数が一定以上であること

□周辺の農地利用に支障がないこと

これはダメ！

●投機や資産保有目的での農地取得

●短期間のうちに農地転用

HP▼

浜松市農地銀行

検索

### コラム●農地法の改正

法改正により、農地の取得がしやすくなっています。これまでの改正で特に大きなポイントを2つ紹介します。

#### ①下限面積要件の撤廃(2023[令和5]年改正)

一定以上の規模で農業を営む人でなければ農地を取得できないという要件が撤廃され、小規模な農業ができるようになりました。

#### ②企業の農業参入の規制緩和(2009[平成21]年改正)

規制のあった一般企業による農地のリースが全面自由化され、食品関連産業やサービス業、建設業など多様な企業の農業参入が増えています。

#### 農地の管理に困っている人へ

農地銀行への登録や、市民農園として活用することを検討してみたいかがでしょうか。農地に関する困りごとは、農業委員会事務局へ気軽にご相談ください。

※市民農園の開設方法については、農業振興課(☎ 457-2331)へ

# 年度末の手続き、もっとスムーズに その手続き、協働センターやオンラインなどで！

2月から4月は、区役所や行政センターが混雑しやすい時期です。特に、市役所本庁舎1階の中央区役所区民生活課は、毎年とても混雑します。区役所や行政センター以外の場所やオンラインもぜひ利用してください。



## マイナンバーカードの電子証明書の更新や、暗証番号の再設定

カード所有者本人が手続きする場合、区役所・行政センターの他に、下記施設でも手続きできます。

| 区 分               | 施設名                                |
|-------------------|------------------------------------|
| 支 所               | 舞阪・引佐・三ヶ日・春野・佐久間・水窪・龍山             |
| 協働センター            | 東部・高台・佐鳴台・曳馬・三方原・蒲・積志・長上・神久呂・白脇・中瀬 |
| 市民サービスセンター        | 駅前・北部・高丘葵・飯田・可美 <sup>※1</sup> ・新都田 |
| 郵便局 <sup>※2</sup> | 気多郵便局・熊郵便局                         |

代理人による手続きや外国籍の人の手続きは、区役所・行政センターでないとできません。

(※1) 4月1日(例)から

(※2) 現在の住民登録住所と、マイナンバーカードに記載されている住所が違ふ人(区再編を含む)は手続きができません  
例:旧区名や引っ越し前の住所が記載されている など

市HP▶電子証明書 更新手続き [検索](#)



### check 電子証明書について

有効期限が近づいた人には通知が届きます。

有効期限が切れると…?

- ・コンビニエンスストアで証明書を取得することができなくなります
- ・マイナンバーカードを健康保険証として利用できなくなります\*

※電子証明書の有効期限の属する月の月末から3カ月を経過した月末までに更新がない場合



## 引っ越しの手続き

### オンライン

市外への引っ越し(転出)の場合、マイナンバーカードを使ってオンライン

で手続きすることができます。 [市HP▶オンライン 転出届 検索](#)



### 支所や協働センターなどの窓口

区役所・行政センターの他に、[市HP▶住民票に関する届出 検索](#)  
下記施設でも手続きできます。

| 区   | 区分         | 施設名                                                               |
|-----|------------|-------------------------------------------------------------------|
| 中央区 | 支所         | 舞阪                                                                |
|     | 協働センター     | 東部・富塚・高台・佐鳴台・県居・曳馬・蒲・天竜・長上・笠井・積志・神久呂・入野・伊佐見・和地・庄内・篠原・五島・白脇・新津・三方原 |
|     | 市民サービスセンター | 駅前・北部・高丘葵・可美 <sup>※</sup> ・飯田                                     |
| 浜名区 | 支所         | 引佐・三ヶ日                                                            |
|     | 協働センター     | 都田・中瀬・鹿玉                                                          |
|     | 市民サービスセンター | 新都田                                                               |
| 天竜区 | 支所         | 春野・佐久間・水窪・龍山                                                      |
|     | ふれあいセンター   | 竜川・熊・上阿多古・下阿多古・浦川・山香・城西                                           |
|     | 市民サービスセンター | 鹿島                                                                |

※ 4月1日(例)から

施設によって取り扱いできない届け出がありますので、事前に問い合わせてください

【例1】外国籍の人の住所異動の届け出(区役所、行政センターのみ受け付け可)

【例2】マイナンバーカードに引っ越し後の住所を記載する手続きを伴う住所異動の届け出(区役所、行政センター、一部の協働センター・市民サービスセンターのみ受け付け可)

## コンビニエンスストアなどでの証明書の取得

マイナンバーカードを利用して、コンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機などの端末で証明書を取得できます。

利用できる時間が長く、窓口よりも安く証明書が取得できます。詳細は、市ホームページで確認してください。

| 種類                                 | 利用可能時間*        | 市HP                              |
|------------------------------------|----------------|----------------------------------|
| 印鑑登録証明書<br>住民票の写し                  | 6:30~<br>23:00 | <a href="#">市HP▶コンビニ交付 戸籍 検索</a> |
| 戸籍全部事項証明書<br>戸籍個人事項証明書<br>戸籍の附票の写し | 7:00~<br>21:00 | <a href="#">市HP▶コンビニ交付 税 検索</a>  |
| 市民税・県民税所得証明書<br>市民税・県民税課税証明書       | 6:30~<br>23:00 | <a href="#">市HP▶コンビニ交付 税 検索</a>  |

※ 12月29日~翌年1月3日と、システム休止日は利用できません

## 各施設で行うことができる手続きは市HPで確認！

区役所  
行政センター  
[市HP▶行政センター 手続き 検索](#)

協働センター  
支所など  
[市HP▶協働センター 手続き 検索](#)



## 区役所・行政センターの総合案内

担当課が分からない時の問い合わせ窓口です

| 区役所           | 電話        | 行政センター | 電話        |
|---------------|-----------|--------|-----------|
| 中央区<br>(市役所内) | ☎457-2111 | 東      | ☎424-0111 |
|               |           | 西      | ☎597-1111 |
| 浜名区           | ☎587-3111 | 南      | ☎425-1111 |
| 天竜区           | ☎926-1111 | 北      | ☎523-1111 |



チェック注目!!

わたしの  
ハマライフ 

## 心にゆとり、充実した毎日

～櫻澤 晃平 さん、陽香 さん、  
日菜子さん～

【東京都小金井市→浜名区細江町】



2022(令和4)年8月に東京都小金井市から浜名区細江町へ移住し、浜松での暮らし「ハマライフ」を送っている櫻澤晃平さん、陽香さんにお話を伺いました。

## ―移住のきっかけは

**晃平さん** 移住の話を書き始めたのは、新型コロナウイルスが流行する前でした。東京での暮らしにストレスを感じ、特に満員電車で揺られ1時間以上の通勤が嫌になっていた。ちょうどその時、東京で開催する「移住フェア」のことを知り行ってみました。そこで移住への憧れが現実的なイメージになりました。

**陽香さん** 東京で就職して10年くらい経っていたでしょうか。人混みに疲れてしまつて、故郷の群馬のように自然豊かな場所であつくりと働きたいと思つていました。

## ―浜松を選んだ理由は

**晃平さん** 東北や九州も含め、いろいろな地方の様子を調べました。雪国には抵抗があることや、親が暮らす関東から遠い場所も不安でした。移住フェアで浜松の人たちがとても親身になって話を聞いてくれたので、縁もゆかりもない場所でしたが、「ここだね」と二人の気持ち一致。この人たちがいる「浜松なら移

住しても安心だと思ったのです。

## ―住まいは浜名区に決めましたね

**陽香さん** 地域のことは全く分からなかったのですが、移住コーディネーターが市内を実際に案内してくれたおかげで雰囲気を感じることができ、イメージにあつた地域を選ぶことができました。特に「自然」や「通勤時間」などを中心に検討しました。

## ―浜松で実際に暮らして感じたことは

**晃平さん** 市内に都市部もあれば自然が豊かな場所もある。両方あるなんて贅沢ですね。それから、とても居心地がいいのです。地域の皆さんが親切で、散歩で行き交う皆さんもいつも声をかけてくれます。

また、二人とも車通勤になったことや通勤時間が短くなったことで、時間と心にゆとりができました。子供中心の忙しい毎日ですが充実しています。移住前の「ストレス」はかなり減りましたね。

## ―子育ての環境はいかがですか

**陽香さん** 公園が多くていいですね。特に都田総合公園は、広くて芝生も気持ちよく、安心して子供を遊ばせることができます。春には



都田総合公園で桜をバックに  
(晃平さん撮影)

桜もすてきで、お気に入りの場所の一つ。休日にはピクニック気分です。家族でゆったりと過ごしています。平日は仕事のため子供を保育園にお願いし、職場にも時短勤務など配慮いただきながら楽しく働いています。

## ―移住を考えている人へメッセージをお願いします

**陽香さん** 移住した先輩が「移住は人生で大きな決断だけど、まずは気軽に移住先へ行ってみて自分がどう思うかだよ」と言ってくれました。その通りだと感じます。ぜひ、一歩踏み出してみてください。

**晃平さん** 移住は、現状をリセットするといった「高いハードル」があると思われがち。迷っているなら現地へ行ってみる事です。浜松なら、移住コーディネーターや浜松商工会議所の皆さんが「リアルな浜松」を教えてください。気軽に声をかけて来てみてください。きっと、浜松の魅力が分かります。

●「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70回

ブロッコリーと新玉ネギの  
スープ



材料(2～3人分)

ブロッコリー：  
大1株(250～300g) 浜松  
パワーフード  
新玉ネギ：1/2個 浜松  
パワーフード  
バター：10g 浜松  
パワーフード  
水：200ml  
牛乳：150ml 浜松  
パワーフード  
生クリーム：50ml  
コンソメ：大さじ1  
塩：少々  
コショウ：少々

左の写真ではエディブルフラワー  
(食べられる花)を添えています

作り方 【調理時間：30分程度】

- ① ブロッコリーの房は2～3cm程度に切る。茎も皮を  
少し厚めにむいて同様に切る。新玉ネギは薄く切る。
- ② 鍋にバターを入れ、新玉ネギを弱火でゆっくり炒  
める。  
**POINT** 新玉ネギは色がつかないよう、弱火で柔らか  
くなるまで炒めることで、甘さがより感じら  
れます。
- ③ ②の鍋にブロッコリー、水、コンソメを入れて、10分  
ほど煮る。
- ④ 火を止め、粗熱をとりミキサーでなめらかにする。
- ⑤ ④を鍋に戻し、牛乳と生クリームを鍋に入れて温め、  
塩、コショウで味を整える。※沸騰させない

今月のパワーフード  
ブロッコリーと新玉ネギ



ブロッコリーはビタミンC  
が豊富です。先端の緑色の  
つぼみの部分だけでなく、  
茎にも甘みがあります。新  
玉ネギは、生で食べられま  
すが加熱すると甘みが増す  
ためスープにも最適です。

レシピ提供者から



身近な食材の良さを生  
かし、毎日の食卓で楽  
しめるよう仕上げた  
スープです。寒い季節  
に、体が温まる一杯に  
なればうれしいです。



レシピ提供者  
ドッグリハウス  
じねん浜松城店 副料理長  
鈴木 彩名 さん

～今の仕事に就いたきっかけは？～

人に喜んでもらうことが好きで、  
その思いを形にできる仕事とし  
て料理に魅力を感じました。海  
や山に恵まれた環境の浜松で育  
ち、身近に良い食材があること  
も理由の1つです。日常の中で  
ほっとできる時間を届けたいと  
思い、食材の力を生かす料理の  
道に進みました。

三遠南信 ふれあいウォーク

《南信州地域288》

国登録有形文化財  
旧山本中学校杵原校舎



▲雪におおわれる杵原校舎

旧山本中学校 きねはら 杵原校舎は、1949(昭和24)年に建築された木造校舎  
です。1985(昭和60)年に廃校となってからは、地元の皆さんが昭  
和の懐かしい学校の姿を大切に守り続けています。2005(平成17)  
年には、国登録有形文化財になりました。映画『母べえ』(2007[平成  
19]年公開)や、CMのロケ地としても使用されています。  
春には樹齢80年のしだれ桜が咲き誇り、校舎との美しいロケー  
ションを楽しむことができます。



▲樹齢80年のしだれ桜

問い合わせ 山本自治振興センター

☎ 0265-25-2001

場 所 長野県飯田市山本3378

外観の見学は自由に行  
うことができます

詳細は飯田市ウェブサイト  
で確認できます

HP ▶ 杵原学校



検索

東三河 遠州

南信州  
飯田市



攻撃面ではスピードと機動力、  
守備では粘り強さが強みです！

浜松市を拠点に活動するプロバレー  
ボールチーム、ブレス浜松の山本実奈  
選手にお話を伺いました。

―バレーボール(以下、バレー)を始  
めたきっかけは

姉2人が地域のバレーのチーム  
に入ったのがきっかけで、私も小学  
2年生の時に始めました。初めは人



## 「全員で勝ちに行く」

ブレス浜松

山本 実奈 選手

背番号 9 ポジション アウトサイドヒッター

写真提供:ブレス浜松

数合わせで参加していたのですが、  
その時に習っていたピアノが苦手  
で、「ピアノよりもバレーをやりたい  
！」と思いました。じっとしてい  
るより、動いていることが好きだっ  
たんです。

―プロの選手にはどのようにしてなっ  
たのですか

大学卒業後は一般企業への就職も  
考えていましたが、地元静岡県のブ  
ロバレーボールチームで活躍したい  
と思い、そのトライアウト(入団テス  
ト)に挑戦したところ合格すること  
ができました。

―バレーの魅力は

バレーはボールをつなぐスポーツ

です。6人全員が1つのボールに集  
中して、ボールをつないでつないで、  
1点を取れた時の喜びが大きいとい  
ころが魅力だと思います。

―ブレス浜松は、どんなチームですか  
「スピードバレー」を目指して重点  
的に練習しています。選手一人一人  
の機動力を生かし、次々に攻めて得  
点を狙います。

また、今シーズンはそれにプラスし  
て「つなぐバレー」にも力を入れてい  
ます。パワーヒッターや特別背の高い  
選手がいるわけではないので、みんな  
でボールをつないで全員で勝ちにい  
くという気持ちで戦っています。

―うまくいかないときは、どのよう  
に乗り越えていますか

自分が何ができていて、何ができ  
ていないのか確認し修正します。た  
だ、自分が思っていることと、実際と  
がずれていることがあるので、自分  
だけで解決しようとせず、周りか  
ら自分のプレーがどう見えている  
か、他の選手やコーチなどからの意  
見を聞くようにしています。

―コンディションを維持するために  
気を付けていることはありますか

バランスのよい食事と十分な睡眠  
を取ることが大切だと思います。

家では基本的に自炊しているので  
すが、白米中心の食生活にしてい  
て、その方が調子がいい気がします。

―夢を叶えるためには、どんなこと  
が大切だと思いますか

小学生の頃に初めて見に行ったブ  
ロのバレーの試合を今でも覚えてい  
ます。こんなすごい世界があるんだ  
と。ぜひ興味のあることがあれば、ブ  
ロの試合やパフォーマンスを生で見  
て、肌で感じてほしいです。

―市民の皆さんにメッセージをお願  
いします

ブレス浜松は、市民の皆さんや市  
内のたくさんの方の企業に支えられて成  
り立っているチームです。3月末ま  
で続くリーグ戦ではファイナル(リ  
ーグ上位4チームで行われるトーナ  
メントの決勝戦)に残って優勝を目  
指します。ぜひ応援をよろしくお願  
いします。

浜松市民限定  
オリジナルグッズ付き無料観戦クーポンを  
抽選で100人にプレゼント！

2月28日(土)、3月1日(日)

- 対戦相手 リガーレ仙台
- 会場 浜松アリーナ(中央区和田町)
- 試合開始 14:00

申込方法 ①二次元コードから公式LINEに登録  
②応募フォームで必要事項を入力し送信

申込期間 2月15日(日)～27日(金)締切(抽選)  
※1アカウント(当選者)につき1人が無料

申し込み、詳細は二次元コードから

問い合わせ ブレス浜松 info@breath-hamamatsu.com



ブレス浜松



浜松市公式noteでも「LOVE SPORTS」を読むことができます。

日々の暮らしの中であなたがこれから意識したいデコ活を「デコ活チャレンジ宣言」として、言葉にしてみませんか。今日からできるデコ活を見つけて、始めてみましょう！

市HP▶ デコ活チャレンジ宣言 🔍

環境省HP  
デコ活  
くらしの中のエコろがけ



デカーボナイズーション(脱炭素)+エコ+活動・生活

### 「デコ活チャレンジ宣言」をしてみませんか？

皆さんの宣言は、市ホームページで紹介します。宣言をみんなで共有し、デコ活の輪を広げましょう。

1 宣言シートを入手し、記入  
市内のイベント会場(一部)や  
カーボンニュートラル推進課で  
配布しているほか、市ホームペ  
ージからダウンロードできます

2 窓口、メール・ファクスで提出  
提出先:カーボンニュートラル推進課  
場所:市役所本館6階(中央区元城町)  
メール:ene@city.hamamatsu.shizuoka.jp  
ファクス:050-3730-8104



### 例えば、こんなデコ活を宣言しよう！

- ・衣服を大切に長く使う
- ・食べ物を残さず食べる
- ・食材を無駄なく使う
- ・省エネ住宅に住む
- ・断熱リフォーム
- ・適切にエアコンの温度を設定する
- ・こまめに照明をOFFにする
- ・照明をLEDに交換する
- ・省エネ家電に買い替える
- ・シャワーをこまめに止めるなど、水を大事に使う
- ・公共交通機関を利用する
- ・徒歩や自転車を活用する
- ・エコドライブを心がける
- ・次世代自動車に乗り換える
- ・マイバッグ・マイボトルを利用する
- ・宅配便は1回で受け取る

### 宣言数ランキング

これまでに市民の皆さんから、3,317件の宣言が寄せられています(2026[令和8]年1月現在)。

- 1 食べ物を残さず食べる(769件)
- 2 マイバッグ・マイボトルを利用する(751件)
- 3 こまめに照明をOFFにする(456件)

### これまでの「デコ活」コラムの内容をおさらいできる冊子ができました！

環境にやさしく、お得な「デコ活」の取り組みを紹介しています。カーボンニュートラル推進課で配布しているほか、市ホームページでもPDF版を見ることができます。

市HP▶ デコ活 冊子 🔍



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

あなたの子育てを応援します！

## 子育て応援コラム

子育て支援ひろばは、妊婦さんや子育て中の保護者が気軽に集い、交流できる場所です。市内の25カ所で、それぞれ週5日から6日開催しています。

問合せ：子育て支援課 (☎ 457-2793)

### 子育て支援ひろばへ行こう

子育て支援ひろばには、子育ての知識や経験をもつスタッフが常駐しています。各ひろばの開催時間内に自由に参加できるので、気軽に訪れてみてください。



#### 「ぞうさん」(中央区小池町) 利用者の声

##### 来たいときに来られる場所

普段は、ふらっと来て子どもを遊ばせつつ、周りの保護者やスタッフさんと話しながら過ごすことが多いです。皆さんから公園や幼稚園など地域の情報を教えてもらえるので助かっています。

たまに、友人親子と待ち合わせて利用することもあります。午前中、ここに集合して、お昼まで子どもを遊ばせてから解散したり、そのまま一緒にランチに行ったりします。ベビーカーで散歩のついでに来たこともありました。誰かと話したいとき気軽に来られるところがいいと思います。  
(中央区にお住まいの2歳児の保護者)

#### 対象

妊婦、子育て中の保護者と子ども(おおむね3歳未満の乳幼児)

※「さわさわひろば」(中央区広沢三丁目)のみ、おおむね12歳までの児童が対象です。小学生以上は、子どもだけの利用もできます



子育て支援ひろばの一覧は、ホームページで確認してください。



HP▶ ぴっぴ 子育て支援ひろば 🔍 検索

#### どんなことができるの？

##### 交流

保護者同士、子ども同士の交流や仲間づくりができます。

##### 相談

子育てで困っていることや疑問に思っていることなどを、スタッフに相談できます。

##### 講座・イベント

離乳食・幼児食講座や、年齢が近い子どもとその保護者の交流会などに参加できます。

#### プラスサポート

地域の実情や利用者のニーズなどに応じて、より細やかな支援を行っています。実施する内容や開催日時は、各ひろばによって異なります。

例) ● 妊婦さんと家族のための講座(25カ所)…出産や産後の子育てについて助産師が話します

● 外国人支援(10カ所)…相談や他の利用者との交流を、通訳者がサポートします

● 一時預かり(4カ所)…顔なじみのスタッフが子どもを預かります

● 子育て応援コラムでは、子ども基本法の基本理念を踏まえて、ひらがな表記の「子ども」を使用しています

職員募集



会計年度任用職員(資格職等)

☎ 457・2081

人事課



業務内容

- ① 国保年金課での保健師業務
- 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
- ④ 天竜健康づくりセンターでの栄養指導業務
- ⑤ 健康増進課での心理相談業務
- ⑥ 口腔保健医療センターでの歯科衛生士業務
- ⑦ 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)

選考日 ①～⑥ 3月3日(火)、⑦ 3月4日(水)

任用 4月以降。任期は最長5年(週30時間勤務)

定員 若干名

申込 直接または郵送で人事課へ(2月26日(木)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



おしらせ



公共下水道事業計画変更案の縦覧

下水道工事課

☎ 474・7514



公共下水道の事業計画の変更にあたり、変更案を縦覧します。

期間 2月17日(火)～3月3日(火)

場所 下水道工事課(上下水道部住吉庁舎1階)

※案について、書面(任意様式)で意見を提出することができます。直接または郵送で下水道工事課へ(3月3日(火)必着)

市HP 詳細は市ホームページで確認  
下水道事業計画



防災井戸への登録にご協力をお願いします

危機管理課

☎ 457・2537



災害時に井戸水を無償提供していただける個人や法人を募集しています。

対象 市内に井戸を所有または管理している個人または法人

条件 現在使用している井戸

申込 ホームページから危機管理課へ【随時募集】

市HP 詳細は市ホームページで確認  
防災井戸



スポーツ推進委員の募集

スポーツ振興課

☎ 457・2421



内容

各種スポーツ教室や大会の開催、スポーツの実技の指導など、市主催のスポーツイベント(浜松シティマラソンなど)への協力、研究会などへの参加

任用 4月1日(木)～2028(令和10)年3月31日(金)

定員 若干名

申込 ホームページからスポーツ振興課へ【2月20日(金)締切】

市HP 詳細は市ホームページで確認  
スポーツ推進委員



点字・拡大文字によるお知らせサービスの新規利用者の募集

障害保健福祉課

☎ 457・2864



税情報などの一部情報を点字・拡大文字でお知らせしています。4月から新たにサービスの利用を希望する場合は、申請が必要です。

対象 視覚障がいのある人で、点字や拡大文字での通知を希望する人

申込 電話、Eメール、郵送で障害保健福祉課へ【2月27日(金)締切】

市HP 詳細は市ホームページで確認  
障害のある方へ



### 令和8年度市立幼稚園・小・中学校 市立高等学校の入学(園)式について

**幼保運営課**  
 ☎457・2117  
 教育センター  
 ☎439・3140



| 入園式・入学式 |            |
|---------|------------|
| 幼稚園     | 4月10日(金)午前 |
| 小学校     | 4月9日(木)午前  |
| 中学校     | 4月9日(木)午後  |
| 市立高等学校  | 4月8日(水)午前  |

※問い合わせは、幼稚園は幼保運営課、小・中・高等学校は教育センターへ

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 入園式 入学式

### 「くらしのガイド2025年度版」 を発行しました

広報課  
 ☎457・2021



行政情報や窓口サービスなどをまとめた「くらしのガイド2025年度版」を発行しました。希望する人には、市内の公共施設で配布します。

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 くらしのガイド



### 令和7年度浜松市社会福祉功績者

福祉総務課  
 ☎457・2326

長年にわたり浜松市の社会福祉の増進に貢献のあった人や団体を表彰しました。



#### 功績区分／保護司

- 生熊伸羊さん(浜名区平口)
- 高橋公匡さん(中央区龍禪寺町)
- 中島良子さん(中央区舞阪町浜田)
- 藤井博さん(浜名区三ヶ日町都築)

#### 功績区分／ボランティア活動

託児支援グループそれいゆ(浜名区細江町気賀)

『絵手紙のまち浜松』を育てる会(浜名区沼江町気賀)

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 浜松市社会福祉功績者

### 令和7年度浜松市医療奨励賞 受賞者

健康医療課  
 ☎453・6178



浜松市の保健・医療の普及と向上に貢献した医師などを表彰しました。

#### 浜松市医師会看護高等専修学校(代表) 長坂十郎さん

「浜松市における准看護師養成事業の実績と今後の課題」

#### 浜松赤十字病院循環器内科 神田貴弘さん

「トランスサイレチン型心アミロイドーシス(ATRCM)の早期診断に対する他科連携の臨床的重要性」

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 浜松市医療奨励賞

### 令和7年度津波避難訓練 緊急速報メール配信・サイレン吹鳴

危機管理課  
 ☎457・2537

訓練日 3月8日(日)



| 区分                | 時間     | 内容                                                    |
|-------------------|--------|-------------------------------------------------------|
| 同報無線              | 8:50ごろ | 訓練のお知らせ                                               |
| サイレン吹鳴            | 9:00ごろ | 【地震発生】<br>60秒間吹鳴                                      |
| サイレン吹鳴<br>(沿岸部のみ) | 9:05ごろ | 【大津波警報】<br>3秒吹鳴・2秒休止×3回<br>を2回実施します                   |
| 緊急速報<br>メール       | 9:05ごろ | 中央区、浜名区のエリアにある携帯電話などに対して一斉に配信<br>※マナーモードでも鳴動する場合があります |

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 自主防災隊のページ

### 防災マップを更新しました

危機管理課  
 ☎457・2537



防災マップに、高潮・内水ハザードマップを追加しました。もしもの時のために、まずは「災害リスク」を知ることから始めましょう。ご自身や大切な人を守るため、確認をお願いします。

市HP▶▶▶詳細は市ホームページで確認  
 防災マップ

お知らせ

物価高対応子育て応援手当

子育て支援課

☎457・2792



物価高の影響を受ける子育て世帯を応援するため、高校生年代までの児童一人当たり2万円を支給します。

令和7(2025)年9月分の児童手当を  
浜松市から受給している人

申請不要 → 1月28日(木)支給済み

令和7(2025)年9月1日以降に出生した児童で  
浜松市に児童手当の認定請求をした人

申請不要 → 市から通知後、順次支給します  
(児童手当の認定請求の情報を元に支給します)

公務員(所属庁から児童手当を受給している人)

申請が必要です。手続きはホームページで確認

市HP 詳細は市ホームページで確認  
子育て応援手当



令和8年度固定資産税・都市計画税  
第1期の口座振替申込期限

税務総務課

☎457・2261



期限 金融機関窓口:3月19日(木)  
ウェブ:4月15日(水)

市HP 詳細は市ホームページで確認  
市税 口座振替



令和7年度の浜松市国保特定  
健康診査・後期高齢者健康診査  
の受診期限は3月15日です

国保年金課

☎457・2638

国保特定健康診査について



後期高齢者健康診査について



対象 浜松市国民健康保険加入の40歳以  
上の人、静岡県後期高齢者医療保  
険加入の人

市HP 詳細は市ホームページで確認  
国保 特定健診

市HP 詳細は市ホームページで確認  
後期高齢者健診



市HP 詳細は市ホームページで確認  
後期高齢者健診



第52回市民アンケート調査結果  
の公開

広聴広報課

☎457・2023



市民の皆さんの生活意識や市政に対する関心・ニーズを把握するために市民アンケート調査を実施し、結果をホームページへ公開しました。

※市政情報室(市役所北館2階)、区役所、行政センター、図書館などでも閲覧できます

市HP 詳細は市ホームページで確認  
市民アンケート



都市計画原案の公聴会

都市計画課

☎457・2371



都市計画決定(変更)に関する都市計画原案について、皆さんの意見を反映し、よりよい計画にするために、公聴会を開催します。

公聴会について

|                 |                      |                         |                       |
|-----------------|----------------------|-------------------------|-----------------------|
| 内容              | ごみ焼却場の廃止<br>(南部清掃工場) | 市場、と畜場の廃止<br>(食肉地方卸売市場) | 道路の変更<br>(浜松湖西豊橋道路)   |
| 日時              | 3月13日(金)13:00～       | 3月13日(金)14:00～          | 3月13日(金)15:00～        |
| 会場              | 市役所北館1階101会議室        |                         |                       |
| 原案の閲覧について       |                      |                         |                       |
| 期間              | 2月27日(金)～3月6日(金)     |                         | 2月20日(金)～3月6日(金)      |
| 場所              | 都市計画課(市役所本館6階)       |                         | 三ヶ日支所<br>(浜名区三ヶ日町三ヶ日) |
| ※ホームページでも閲覧できます |                      |                         |                       |

※公聴会で意見を述べたい人は、公述申出書の提出が必要です。公述申出書を直接持参する場合は右表の閲覧場所へ、郵送の場合は都市計画課へ【3月6日(金)必着】

※傍聴希望者は直接会場へ

※公述人がいない場合は、公聴会を中止します

市HP 詳細は市ホームページで確認  
都市計画原案





そうだん



講座・教室



スポーツ



おんがく



イベント



こそだて



けんこう



かんきょう



おしらせ



職員募集

一般廃棄物対策課 ☎453-0011

## 4月1日から 充電式電池一体型の小型家電製品が 特定品目での収集に変わります

### 対象品目の例



デジタルカメラ



電気かみそり



携帯ゲーム機



電動歯ブラシ



手持式扇風機

※充電式電池一体型の小型家電製品とは、充電して繰り返し使える電池（リチウムイオン電池など）が一体となったもので、電池が取り外せない製品のことを指します

### 出し方

- 一辺の長さが60cm未満で、連絡ごみに該当しないものは、「特定品目（特定）」に出せます。  
蛍光灯以外のコンテナ（電池類と同じコンテナ）に出してください
- 電池類が取り外せる製品は、電池類を「特定品目」に、製品本体を「もえないごみ」に分別してください
- 一辺の長さが60cm以上のものは「連絡ごみ」です



市HP▶ 充電式電池一体型

検索

▼連絡ごみに該当するかどうかの確認はこちらから

市HP▶ 分別区分一覧

検索



### 使用済小型家電の回収BOX にも出せます



「使用済小型家電の回収対象品目」で、15cm未満×30cm未満×60cm未満のものは、各区役所、行政センター、支所、協働センター、ふれあいセンターなどに設置している「使用済小型家電の回収BOX」に出せます。

市HP▶ 使用済小型家電の回収

検索



### ご注意ください!

リチウムイオン電池を原因とした火災が全国的に増加しています!

### リチウムイオン電池による 火災事故を防ぐ3つのポイント

消防局予防課 ☎475-7541

#### ① 正しく購入する

- ・連絡先が確かなメーカーや販売店から購入する
- ・リコール対象ではないことを確認して購入し、購入後も常に最新の情報をチェックする
- ・安価な非純正バッテリーが抱えるリスクについて理解する

#### ② 正しく使用する

- ・高温下に放置するなど、熱を与えない
- ・強い衝撃を与えない

#### ③ 正しく対処する

- ・充電・使用時は時々様子を見て、異常を感じたらすぐに充電・使用を中止する
- ・万が一発火した場合は大量の水で消火し、可能な限り水没させた状態で119番通報する



モバイルバッテリーからの出火（再現実験）  
出典：独立行政法人製品評価技術基盤機構【NITE】

## あなたの 声 を市政に反映させる パブリック・コメント制度

| 案件                     | 公表期間      | 担当課（Eメール）                                         | 電話        |
|------------------------|-----------|---------------------------------------------------|-----------|
| 結果公表<br>浜松市生涯学習推進大綱（案） | 2月19日（木）～ | 創造都市・文化振興課<br>shogaigk@city.hamamatsu.shizuoka.jp | ☎457-2413 |

【閲覧方法】結果の内容は 市HP▶ パブコメ 検索 または、担当課、区役所・区振興課、行政センター、支所、協働センター、ふれあいセンター、市政情報室（市役所北館2階）、市民協働センター、中央図書館でも閲覧できます



パブコメ

マークの説明: ■ 直 当日、直接会場へ

## けんこう

### 認知症相談会

高齢者福祉課 ☎457-2105

**市HP**▶ 認知症 検索

日時: 2月26日(木)、3月26日(木) 14:00~17:00 ◆場所: 聖隷三方原病院 患者サポートセンター(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。2月16日(月)から(先着順)

認知症



### 医師による不妊相談(オンライン面談も可)

健康増進課 ☎453-6117

**市HP**▶ 不妊に関する相談 検索

日時: 3月12日(木) 13:30~16:30 ◆場所: 保健所(中央区鴨江二丁目) ◆申込: 【ホームページ】2月16日(月)13:00から(先着順)

不妊相談



## おしらせ

### 浜松宿泊・観光キャンペーン

観光・シティプロモーション課 ☎457-2295

**市HP**▶ 浜松宿泊・観光キャンペーン 検索

市内の宿泊施設や体験予約に使えるお得なクーポンキャンペーンを実施します。期間: 2月9日(月)~3月19日(木) ※予算がなくなり次第終了 ◆対象: 市内への旅行者(市内在住者含む) ※申し込み方法など詳細はホームページで確認

宿泊・観光  
キャンペーン



### 里親制度説明会

児童相談所(中央区中央一丁目) ☎457-2705

**市HP**▶ 里親 検索

日時: 3月13日(金) 19:00~20:30 ◆申込: 【電話・ホームページ】3月12日(木)締切

里親



### 動物園ボランティア募集説明会

動物園(中央区館山寺町) ☎487-1122

**HP**▶ わくわく はまZOO 検索

日時: 3月8日(日) 10:00~11:00 ◆申込: 【電話・ファクス・ホームページ・Eメール】NPO法人浜松市動物園協会(☎487-0087)へ。3月1日(日) 17:15締切

動物園



## ▶ 「市民への約束」評価月間アンケートの結果を報告します

2025(令和7)年11月に実施した「市民への約束」評価月間アンケートにご協力いただき、誠にありがとうございました。今年度は「満足」(87.7%)と「やや満足」(11.1%)を合わせて98.8%という結果になりました。今後も市民の皆さまにご満足いただけるよう取り組んでまいります。

「市民への約束」

に関するご意見は

人事課 ☎457-2088

### 回答総数

6,532件

### 回答者の年代別割合

10歳代以下: 1.7% / 20歳代: 4.2% / 30歳代: 12.9% / 40歳代: 15.4%  
 50歳代: 14.6% / 60歳代: 18.6% / 70歳代: 21.7% / 80歳代以上: 7.9%  
 年代未記入: 3.0%

▶ 回答区分

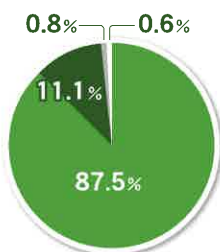
■ 満足

■ やや満足

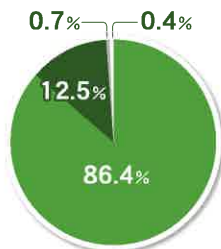
■ やや不満

■ 不満

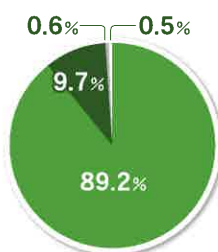
① 寄り添った  
対応でしたか?



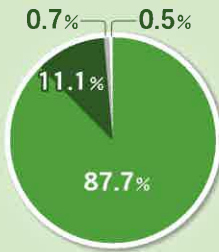
② わかりやすい  
説明でしたか?



③ 親切でていねいな  
応対でしたか?



全設問の集計結果



### 《市民への約束》

- ① 市民の皆様に寄り添って仕事をします。
- ② 市民の皆様にわかりやすく説明し、親切・ていねいに応対します。
- ③ 創意工夫しながら、コスト意識とスピード感をもって取り組みます。



**市HP**▶ 市民への約束 アンケート 結果 検索

マークの説明: [直](#) 当日、直接会場へ

## けんこう



### 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](#)

こころの健康相談



| 開催日      | 時間    | 場所                   |
|----------|-------|----------------------|
| 3月5日(木)  | 13:00 | 障害保健福祉課(市役所本館2階)     |
| 3月12日(木) | 15:00 | 佐久間保健センター(天竜区佐久間町中部) |
| 3月25日(水) |       | 障害保健福祉課(市役所本館2階)     |

申込: [電話] 2月16日(月)8:30から(先着順)

## こそだて



### 浜松こども館

(中央区鍛冶町) ☎450-9111

**HP**▶ [浜松こども館](#) [検索](#)

こども館



※申込開始日など詳細はホームページへ

| 内容【★印は要申込】                                | 日時(全て3月)          |
|-------------------------------------------|-------------------|
| おやつ作り～おたのしみクッキー～ ★                        | 1日(日)11:00～11:45  |
| みんなでくるくる～にまあそび <a href="#">直</a>          | 1日(日)14:00～15:00  |
| 音と遊ぼうリトミック <a href="#">直</a>              | 2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     |
| いっしょにあそび! <a href="#">直</a>               | ① 3日(火)           |
| ① ねんね・ごろんの赤ちゃんとかぐすりね                      | ② 5日(木)           |
| ねねのお話                                     | ③ 9日(月)           |
| ② トコトコちゃんと                                | ④ 16日(月)          |
| ③ ハイハイ赤ちゃん                                | 各日10:30～11:30     |
| ④ ヨチヨチちゃんと                                |                   |
| 親子でおやつ～おたのしみクッキー～ ★                       | 4日(水)11:00～11:45  |
| 助産師さんのベビーマッサージ <a href="#">直</a>          | 6日(金)10:30～11:30  |
| 親子で楽しむ絵本とあそび <a href="#">直</a>            | 6日(金)15:00～16:30  |
| つくってあそぼうベビー&こどもじゃず <a href="#">直</a>      | 7日(土)11:00～11:30  |
| よみかたりさん <a href="#">直</a>                 | 8日(日)10:50～11:20  |
| メゾ・ソプラノとピアノのコンサート <a href="#">直</a>       | 10日(火)11:00～11:30 |
| 親子でワークショップ～ゆびえのぐ～ <a href="#">直</a>       | 12日(木)10:30～11:30 |
| 助産師さんのベビーマッサージ in 青少年の家 <a href="#">直</a> | 13日(金)10:30～11:30 |
| しょうぎに挑戦 <a href="#">直</a>                 | 14日(土)13:00～15:00 |
| ～初心者から上級者まで～                              |                   |
| パン作り～2色パン～ ★                              | 15日(日)11:30～12:15 |
| こどもアドボカシーってなんだろう? <a href="#">直</a>       | 15日(日)13:30～15:00 |
| 親子でパン作り ★                                 | 17日(火)11:30～12:00 |
| <MOCOBO>輪ゴム鉄砲を作ろう! <a href="#">直</a>      | 28日(土)10:00～15:00 |

## けんこう



### 成人健康相談(3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                                  | 問い合わせ<br>(★は健康づくりセンター) |
|----|-----------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------|
| 中央 | 中央保健福祉センター                                    | 2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)9:00～11:00 | ☎413-5577★             |
|    | 東行政センター                                       | 12日(木)・26日(木)9:30～11:30             | ☎424-0122★             |
|    | 舞阪保健センター                                      | 10日(火)13:30～15:00                   | ☎597-1174★             |
|    | 西部保健センター                                      | 24日(火)9:30～11:30                    | ☎425-1590★             |
|    | 南行政センター                                       | 13日(金)13:30～15:00                   | ☎425-1590★             |
| 浜名 | 浜名区役所                                         | 11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              |
|    | 三ヶ日保健センター                                     |                                     | (引佐健康センター)             |
|    | 引佐健康センター                                      | 2日(月)9:00～11:30                     |                        |
| 天竜 | 天竜保健福祉センター                                    | 9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                                          | 18日(水)9:30～11:30                    | ☎983-0006              |
|    | 佐久間保健センター                                     | 10日(火)9:30～11:30                    | ☎966-0005              |
|    | 水窪保健福祉センター                                    | 6日(金)9:30～11:30                     | ☎982-0004              |
|    | 保健師・管理栄養士によるオンライン相談<br>(1週間前までに、市ホームページから要予約) | 13日(金) 14:00～14:30                  | ☎453-6125<br>(健康増進課)   |
|    |                                               | 15:00～15:30                         |                        |
|    |                                               | 25日(水) 9:00～9:30                    |                        |
|    |                                               | 10:30～11:00                         |                        |

### 精神保健福祉センター

(中央区中央一丁目) ☎457-2709

① **HP**▶ [ひきこもり こだま](#) [検索](#)

② **市HP**▶ [自死遺族わかちあいの会](#) [検索](#)

③ **市HP**▶ [摂食障害 家族サロン](#) [検索](#)



① 浜松市ひきこもり地域支援センターサテライトゆりと浜名家族茶話会 [直](#)

日時: 3月14日・28日(全て土曜日) 10:00～12:00 ◆ 場所: コミュニティスペース和楽(浜名区小林)

② 自死遺族わかちあいの会

日時: 3月14日(土)14:00～16:30 ◆ 申込: [電話] 3月13日(金)17:15締切

③ 摂食障害家族サロンひまわり

日時: 3月21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] 3月19日(木)17:15締切

**こそだて**

**児童手当**

子育て支援課 ☎457-2792

**HP**▶ **びっぴ 児童手当** 検索

2月期分の手当(12月・1月分)を2月13日(金)に指定の口座に支払います。◆**問合せ**: 下表の問い合わせ先へ

| 問い合わせ先      |           |
|-------------|-----------|
| 中央こども家庭センター | ☎457-2035 |
| 東こども家庭センター  | ☎424-0175 |
| 西こども家庭センター  | ☎597-1157 |
| 南こども家庭センター  | ☎425-1463 |
| 浜名こども家庭センター | ☎585-1121 |
| 北こども家庭センター  | ☎523-2893 |
| 天竜こども家庭センター | ☎922-0023 |

**口腔保健医療センター**

☎453-6129

**2歳児歯科健康診査**

**HP**▶ **びっぴ 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**

**HP**▶ **びっぴ 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

**イベント**

**元気アップ! 健康フェスティバル2026 直**

ウエルネス推進事業本部 ☎457-2129

**市HP**▶ **浜松ウエルネスプロジェクト** 検索

日時: 2月14日(土)・15日(日)10:00~16:00 ◆**場所**: イオンモール浜松志都呂(中央区志都呂二丁目)

**青少年の家**

(中央区住吉四丁目) ☎471-4725

**HP**▶ **浜松市立青少年の家** 検索

| 内容                                                                                    | 日時                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ① 親子で楽しむ絵本とあそび(午後の部)③ <span style="background-color: #008000; color: white;">直</span> | 3月6日(金)15:00~16:30        |
| ② パパママキャンプ                                                                            | 4月18日(土)11:00~19日(日)15:00 |
| <b>申込</b> : 【ホームページ】②3月21日(土)締切(抽選)                                                   |                           |

**春フェスタ2026 直**

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: 3月14日(土)13:00~16:00

**こそだて**

**発達相談**

健康増進課 ☎453-6117

**HP**▶ **びっぴ 発達相談** 検索

日時: 3月19日(木) ◆**場所**: 口腔保健医療センター(中央区鴨江二丁目)

◆**申込**: 【電話】3月5日(木)締切

**離乳食教室**

問い合わせは下記参照

**HP**▶ **びっぴ 離乳食教室** 検索

**対象**: 2025(令和7)年10月生まれの子供の保護者(オンラインのみ2025[令和7]年9月・11月生まれも受講可) ◆**申込**: 【ホームページ・LINE】2月15日(日)12:30から(先着順)※どの会場でも受けられます

| 場所        | 開催日      | 時間                           |
|-----------|----------|------------------------------|
| 東部協働センター  | 3月4日(水)  | ①13:30~14:25<br>②14:50~15:45 |
|           | 3月11日(水) |                              |
| 長上協働センター  | 3月9日(月)  |                              |
| 入野協働センター  | 3月5日(木)  |                              |
| 三方原協働センター | 3月13日(金) | 13:30~14:00                  |
| 鹿玉協働センター  | 3月6日(金)  |                              |
| オンライン     | 3月18日(水) | 13:30~14:00                  |

**もぐもぐ元気っ教室**

問い合わせは下記参照

**HP**▶ **びっぴ もぐもぐ元気っ教室** 検索

**対象**: 2025(令和7)年7月・8月生まれの子供と保護者 ◆**申込**: 【ホームページ・LINE】2月15日(日)12:30から(先着順)※どの会場でも受けられます。天竜保健福祉センターは隔月、その他の会場は毎月開催

| 場所         | 開催日      | 時間          |
|------------|----------|-------------|
| 中央保健福祉センター | 3月6日(金)  | 10:00~11:15 |
| 東部保健福祉センター | 3月19日(木) |             |
| 西部保健センター   | 3月4日(水)  |             |
| 白脇協働センター   | 3月3日(火)  |             |
| 浜北保健センター   | 3月13日(金) |             |
| 引佐健康センター   | 3月5日(木)  |             |
| 天竜保健福祉センター | 3月3日(火)  |             |

**【離乳食教室・もぐもぐ元気っ教室】問い合わせ先**

※お住まいの地域に関係なく、どのセンターでも可能です

|                |           |
|----------------|-----------|
| 中央健康づくりセンター    | ☎413-5577 |
| 中央健康づくりセンター(東) | ☎424-0122 |
| 中央健康づくりセンター(西) | ☎597-1174 |
| 中央健康づくりセンター(南) | ☎425-1590 |
| 浜名健康づくりセンター    | ☎585-1120 |
| 引佐健康センター       | ☎542-0857 |
| 天竜健康づくりセンター    | ☎922-0075 |

マークの説明: **直** 当日、直接会場へ

## イベント

木下恵介記念館映画上映会『この天の虹』 **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:3月15日(日)①10:00~、②14:00~(上映30分前から開場)

木下恵介  
記念館



雄踏文化センター

(中央区雄踏町宇布見) ☎596-1100

**HP**▶浜松市雄踏文化センター **検索**

雄踏文化  
センター



| 内容                     | 日時                  |
|------------------------|---------------------|
| ① 雄踏文化センターまつり <b>直</b> | 2月22日(日)9:30~17:00  |
| ② おやじDEナイト <b>直</b>    | 3月1日(日)18:00~21:00  |
| ③ 親子お菓子づくり教室           | 3月7日(土)13:00~15:00  |
| ④ クリスタルピアノコンサート        | 3月21日(土)10:00~12:00 |

申込:【窓口・電話・ファクス】③・④2月15日(日)9:00から(先着順)

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 星空観望会               | 2月21日(土) | 18:30~20:30 | 2月18日(水) |
|                       | 2月28日(土) |             | 2月25日(水) |
|                       | 3月7日(土)  |             | 3月4日(水)  |
|                       | 3月14日(土) |             | 3月11日(水) |
| ② めざせ!望遠鏡マスター         | 2月28日(土) | 17:30~18:30 | 2月25日(水) |
| ③ 太陽・昼間の星観望会 <b>直</b> | 3月1日(日)  | 14:00~16:00 | —        |
| ④ 皆既月食観望会             | 3月3日(火)  | 18:30~22:30 | 2月18日(水) |
| ⑤ 天文ミニ講座              | 3月14日(土) | 17:30~18:20 | 3月11日(水) |

申込:①・②・④・⑤【ホームページ】各日13:00から(先着順)

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**

フルーツパーク



| 内容                  | 日時                                         |
|---------------------|--------------------------------------------|
| ① いちごサミット <b>直</b>  | 2月21日(土)~23日(月)<br>10:00~15:00             |
| ② 子育て応援DAY <b>直</b> | 3月11日(水)                                   |
| ③ ゴールキーパーククリニック     | 3月15日(日)                                   |
|                     | 小学1・2年生:12:30~13:20                        |
|                     | 小学3・4年生:13:30~14:20                        |
|                     | 小学5・6年生:14:30~15:20<br>中学生、高校生:15:30~16:20 |

申込:③【電話・ホームページ】2月15日(日)から(先着順)

## イベント

徳川家ゆかりの資料展示収蔵施設についての  
タウンミーティング

企画課 ☎457-2241

**市HP**▶徳川 タウンミーティング **検索**

タウン  
ミーティング



| 開催日                     | 場所                          | 申込締切日    |
|-------------------------|-----------------------------|----------|
| 2月20日(金)<br>18:00~19:00 | 市役所北館101・102会議室<br>(中央区元城町) | 2月16日(月) |
| 2月28日(土)<br>14:00~15:00 |                             | 2月24日(火) |

申込:【ホームページ】(全て抽選)

アクト通りふれあいデイ **直**

産業振興課 ☎457-2285

**市HP**▶アクト通りふれあいデイ **検索**

日時:2月15日(日)9:00~12:00※小雨決行◆場所:アクト通り

ふれあいデイ



鴨江アートセンター

(中央区鴨江町) ☎458-5360

**HP**▶鴨江アートセンター **検索**

鴨江アート



KAMOE HYGEE プロジェクト レコードコーナー **直**

開館中、1階ロビーにて、レコードプレーヤーを無料で利用できます

BOOK FOR\_ **直**

開館中、1階ロビーにて、アートやデザインなどにまつわる書籍を無料で閲覧できます

松韻亭「春の茶会」

松韻亭(中央区鹿谷町) ☎473-4310

**HP**▶茶室 松韻亭 **検索**

松韻亭



日時:4月4日(土)10:00~15:00◆申込:【窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】2月15日(日)9:00から(先着順)

科学館(みらいーら)

(中央区北寺島町) ☎454-0178

**HP**▶浜松科学館 **検索**

科学館



| 内容                                                         | 日時                                                            |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| ワークショップ<br>「色変わりスライムをつくろう」 <b>直</b>                        | 2月10日(火)~23日(月)<br>13:00~15:30                                |
| みらいーらみなくるマーケット <b>直</b>                                    | 2月23日(月)10:00~16:00                                           |
| MENKA Fair 2026関連企画<br>ちょこっと体験「種取り体験」 <b>直</b>             | 2月25日(水)~3月8日(日)<br>10:00~12:00                               |
| MENKA Fair 2026関連企画<br>ワークショップ「綿花でシマエナガ<br>をつくろう」 <b>直</b> | 2月25日(水)~3月8日(日)<br>13:00~15:30                               |
| MENKA Fair 2026関連企画<br>「MENKAツアー」 <b>直</b>                 | 2月28日(土)~3月8日(日)(土・日<br>曜日限定)<br>①10:30~、②15:30~(各回<br>20分程度) |
| 夜の科学館「江戸」 <b>直</b>                                         | 3月13日(金)17:01~20:00                                           |

マークの説明: ■ 当日、直接会場へ

## イベント

緑化推進センター(みどり～な)  
 (中央区大塚町) ☎426-2300

みどり～な



HP▶ ■ みどり～な ■ 検索

| 内容                                                                                         | 日時                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| ① みどりと花を愉しむ<br>ノルディック・ウォーク <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span> | 3月2日(月)・5日(木)・16日(月)・<br>19日(木)・26日(木)・30日(月)<br>10:00～11:30 |
| ② 窓辺de野菜づくり                                                                                | 3月7日(土)10:00～12:00                                           |
| ③ ナチュラルハーブ講座(ピワの活用法)                                                                       | 3月10日(火)10:00～12:00                                          |
| ④ 山野草初心者講座「オケラの育て方」                                                                        | 3月14日(土)10:00～12:00                                          |
| ⑤ 家庭菜園での畑作りの基本                                                                             | 3月15日(日)10:00～12:00                                          |
| ⑥ 季節のプリザーブドフラワーアレンジメント講座                                                                   | 3月24日(火)10:00～12:00                                          |

申込: ②～⑥ [窓口・電話] 2月15日(日)9:00から(先着順)

スプリングフェスタ サンクスデー ■

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: 3月15日(日)10:00～15:00※一部のワークショップは事前申し込みが必要。詳細はホームページで確認

親子で楽しむ食育体験プログラム  
 伝えよう! 浜松・浜名湖地域のふるさとの味  
 「日本一早い! 浜松産の新玉ねぎでオニオンブレッドを作ろう!」

農業水産課 ☎457-2334

食育体験プログラム



市HP▶ ■ 伝えようふるさとの味 ■ 検索

日時: 3月8日(日)10:00～13:00◆申込: [ホームページ] 2月21日(土)締切(抽選)※詳細はホームページで確認

博物館

(中央区蛸塚四丁目) ☎456-2208

博物館



市HP▶ ■ 博物館 ■ 検索

昔のくらし体験館 ■

日時: 2月21日(土)・22日(日)9:15～11:00、13:15～15:00

文化財を未来へつなぐワークショップ

「屏風の中に眠っている古文書を見つけ出せ」

日時: 3月21日(土)13:00～15:00◆申込: [郵送・ホームページ] 3月11日(水)締切(抽選)

## おんがく

第182回オルガン定期演奏会(無料) ■

福祉総務課 ☎457-2326

オルガン定期演奏会



市HP▶ ■ 福祉交流センター オルガン ■ 検索

日時: 3月11日(水)19:00～20:30※18:30開場◆場所: 福祉交流センター(中央区成子町)◆出演: 川越聡子

## イベント

万葉の森公園

(浜名区平口) ☎586-8700

万葉の森公園



HP▶ ■ 万葉の森公園 ■ 検索

| 内容                                                                              | 日時                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| ① 万葉植物等を描く絵手紙体験 <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span> | 2月22日(日)10:00～14:30                         |
| ② 季節の公園散策(解説付き) <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span> | 3月1日・8日・15日・22日・29日<br>(全て日曜日)11:00～(40分程度) |
| ③ 万葉菓子講座                                                                        | 3月8日(日)9:30～13:00                           |
| ④ 四季の集い<br>「おとものやかも」<br>「大伴家持と春の花々」                                             | 3月14日(土)13:30～15:30                         |
| ⑤ 万葉文学講座                                                                        | 3月15日(日)13:30～15:00                         |
| ⑥ 花の宴                                                                           | 3月22日(日)11:00～14:00                         |
| ⑦ 舟橋弘子の万葉コンサート <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>  | 3月28日(土)<br>①11:00～11:30<br>②13:30～14:00    |

申込: [窓口・電話] ③・⑥2月15日(日)、④・⑤2月17日(火)、各日9:00から(先着順)

第73回浜松市市展 ■

美術館 (中央区松城町) ☎454-6801

美術館



市HP▶ ■ 浜松市美術館 ■ 検索

期間: 2月22日(日)～3月4日(水)9:30～17:00※入館は16:30まで◆場所: クリエイト浜松(中央区早馬町)

特別展 京都市立芸術大学芸術資料館所蔵

「京都の日本画」—京都画壇の俊英たち— ■

秋野不矩美術館 (天竜区二俣町二俣) ☎922-0315

秋野不矩美術館



HP▶ ■ 秋野不矩美術館 ■ 検索

期間: ～3月8日(日)9:30～17:00※入館は16:30まで

ふじのくに祝祭 特別展覧「富士山展」 ■

賀茂真淵記念館 (中央区東伊場一丁目)

☎456-8050

賀茂真淵記念館



HP▶ ■ 賀茂真淵記念館 ■ 検索

期間: 2月15日(日)～23日(月)9:30～17:00

企画展「古代のはままつと須恵器」 ■

地域遺産センター (浜名区引佐町井伊谷)

☎542-3660

地域遺産センター



市HP▶ ■ 地域遺産センター ■ 検索

期間: 2月21日(土)～5月6日(水)9:00～17:00

フラワーパーク

(中央区舘山寺町) ☎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 春の花をより美しく撮る撮影教室                                                           | 3月1日(日)10:00～12:00  |
| ② お花見簪をつくろう <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span> | 3月1日(日)10:30～12:00  |
| ③ 花のウォーキング <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>  | 3月14日(土)10:00～12:00 |

申込: ①【ファクス・ホームページ・Eメール】2月23日(月)16:00締切(抽選)

マークの説明: 当日、直接会場へ

## おんがく

### お母さんのためのゆるやかコンサート春

浜北文化センター (浜名区貴布祢)

☎586-5151

**HP**▶ [浜北文化センター](#)

日時: 3月30日(月)10:30~11:20 ◆申込: 【ホームページ】2月17日(火)13:30から(先着順)

浜北文化センター



### あいホール

(中央区幸三丁目) ☎412-0350

**HP**▶ [あいホール](#)

浜松市やらまいか大使本多厚美とともに歌おう  
世界のLove Songs

日時: 3月8日(日)14:00~16:30※13:30開場 ◆会場: アクトシティ 中ホール(中央区板屋町) ◆申込: 【窓口】2月15日(日)10:00から(先着順)

浜松ジュニアジャズオーケストラ

Swing Kids成果発表会

日時: 3月22日(日)10:00~11:00※9:45開場

あいホール



### Uホールコンサート THE FINAL

勤労会館(Uホール)

(中央区城北一丁目) ☎474-3771

**HP**▶ [Uホール](#)

日時: 3月29日(日)14:00~16:00※13:30開場 ◆申込: 【窓口・電話】2月15日(日)9:00から(先着順)

Uホール



## スポーツ

### 「ねんりんピック彩の国さいたま2026(11月開催)」

浜松市代表選手選考会(60歳以上)

高齢者福祉課 ☎457-2789

**市HP**▶ [ねんりんピック](#)

問合・申込: 区役所や行政センター、支所、協働センターなどで配布するチラシ(3月以降配布)またはホームページ(随時更新)で確認

ねんりんピック



### 「サンライフ浜北」「浜北体育館」スポーツデー

問い合わせは下表参照

**HP**▶ [サラグリーンアリーナ](#)

サラグリーンアリーナ



| 内容                                                                 | 初回目                   | 時間                 |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------|
| 卓球、トレーニング室無料開放                                                     | 3月8日(日)<br>9:00~16:30 | サンライフ浜北<br>(浜名区竜南) |
| 卓球・バドミントン一般開放、<br>エクササイズ教室体験など                                     |                       | 浜北体育館<br>(浜名区西美園)  |
| 申込: 【窓口・電話】サンライフ浜北(☎586-1881)、浜北体育館(☎585-1173)2月15日(日)10:00から(先着順) |                       |                    |

## おんがく

### 「NHKのど自慢」公開生放送

観光・シティプロモーション課 ☎457-2293

**HP**▶ [のど自慢 NHK 浜松](#)

日時: 4月5日(日)11:50~※開場は11:00、放送予定時間は12:15~13:00(生放送) ◆場所: 浜北文化センター 大ホール(浜名区貴布祢)  
◆問合: NHK静岡放送局(☎054-654-4000) ◆申込: 【ホームページ】[出場] 3月2日(日)締切(200組程度を上限に選出のうえ予選会を実施)、[観覧] 3月6日(金)締切(抽選)

NHK静岡



### 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](#)

壬生ホール



### みぶ絵手紙展

日時: 3月6日(金)~15日(日)9:00~21:00(15日(日)は15:00まで)※絵手紙無料体験教室を3月15日(日)10:00~13:00に開催。希望者は直接会場へ

### 第10回みぶアーティストステージ《出演者募集》

日時: 5月23日(土)13:30~16:00 ◆申込: 【窓口・電話・Eメール】3月17日(火)21:00締切(応募多数の場合選考のうえ決定)

### アクトシティ(文化振興財団)

(中央区板屋町)

①・② ☎451-1150/③・⑤ ☎451-1114

① **HP**▶ [JOJC](#)

② **HP**▶ [アクトシティ音楽院](#)

③・⑤ **HP**▶ [はまかる](#)

①JOJC



②音楽院



③・⑤



### ①ジュニアオーケストラ浜松・ジュニアクワイア浜松 第33期団員臨時募集

| 内容           | 選考日      | 場所                  | 申込締切日    |
|--------------|----------|---------------------|----------|
| オーケストラ       | 3月14日(土) | クリエート浜松<br>(中央区早馬町) | 3月8日(日)  |
| クワイア         | 3月28日(土) |                     | 3月15日(日) |
| 申込: 【ホームページ】 |          |                     |          |

### ②アクトシティ音楽院

保科洋の吹奏楽楽曲分析・解釈講座 聴講生募集

日時: 4月5日(日)10:00~17:00 ◆場所: あいホール(中央区幸三丁目)

◆申込: 【ホームページ】2月15日(日)10:00から

### ③ハンガリー国立歌劇場「魔笛」

日時: 6月24日(火)18:30~21:30 ◆場所: 大ホール ◆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)、ほか】2月21日(土)10:00から

### ④アクト・プレミアム・シリーズ2026 ~世界の名演奏家たち~ Vol.43 ネマニャ・ラドゥロヴィチ(ヴァイオリン)

日時: 6月30日(火)18:45~20:45 ◆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)】2月22日(日)10:00から

### ⑤イル・ド・フランス国立管弦楽団 with 石井琢磨

日時: 7月16日(木)19:00~21:00 ◆場所: 大ホール ◆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)、ほか】2月21日(土)10:00から

スポーツ

雄踏総合体育館

(中央区雄踏町宇布見) ☎597-3500

HP▶雄踏総合体育館

検索



| 内容                              | 開催日      | 時間                          |
|---------------------------------|----------|-----------------------------|
| ① 雄踏スポーツ祭り 直                    | 3月8日(日)  | 9:00~15:00                  |
| ② ミズノ流忍者学校                      | 3月21日(土) | ①9:00~10:30<br>②11:00~12:30 |
| 申込:②【ホームページ】2月15日(日)9:00から(先着順) |          |                             |

新電力テニスコート

(中央区西丘町) ☎437-0605

HP▶花川運動公園 スクール

検索



| 内容                       | 初回日     | 申込開始日    |
|--------------------------|---------|----------|
| ジュニア硬式テニス教室(全4回)         | 4月1日(水) | 2月22日(日) |
| 中学生硬式テニス教室(全4回)          |         |          |
| 高校生女子硬式テニス教室(全4回)        |         | 2月28日(土) |
| ジュニアソフトテニス教室(全4回)        |         |          |
| 中学生ソフトテニス教室(全8回)         |         | 3月1日(日)  |
| 申込:【窓口・電話】各日10:00から(先着順) |         |          |

新規受講生募集!!

浜松市地域スポーツ指導者養成講習会

浜松アリーナ(中央区和田町)

☎461-1111

HP▶浜松アリーナ

検索



日時:4月15日(水)~2027(令和9)年2月17日(水)◆申込:【窓口・電話・ファクス・Eメール】2月17日(水)9:00から(先着順)

スポーツ広場の一般開放(3月) 直

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



| 内容                 | 開催日                            | 時間          |
|--------------------|--------------------------------|-------------|
| スポーツ広場<br>(陸上利用のみ) | 8日(日)・14日(土)・22日(日)・<br>28日(土) | 19:00~21:00 |

2026(令和8)年度 第1期(4~6月)

プールプログラム

北部水泳場(中央区高丘西四丁目) ☎438-0220

HP▶浜松市北部水泳場

検索



| 内容                                             | 期間               |
|------------------------------------------------|------------------|
| ① 成人プログラム・親子スイム                                | 4月6日(月)～6月23日(火) |
| ② 幼児・ジュニアスイム                                   |                  |
| 申込:①【窓口】3月8日(日)から(先着順)、②【ホームページ】2月20日(金)締切(抽選) |                  |

スポーツ

スポーツ教室

スポーツ協会 ☎411-8686

HP▶浜松市スポーツ協会

検索



| 内容                     | 初回日      | 申込 | 内容                            | 初回日      | 申込 |
|------------------------|----------|----|-------------------------------|----------|----|
| スクエアダンス                | 3月22日(日) | 不要 | エンジョイテニス                      | 4月8日(水)  | B  |
| サイクリング                 | 4月12日(日) | 不要 | ウェープリング<br>deストレッチ            | 4月9日(木)  | B  |
| ラグビー                   | 3月29日(日) | HP | フィットネスヨガ                      | 4月9日(木)  | B  |
| 卓球(可美)                 | 4月1日(水)  | HP | エアロビクス                        | 4月9日(木)  | B  |
| 弓道(朝・夜)                | 4月2日(木)  | HP | はじめてのキッズ<br>バレエ(木曜・前半<br>/後半) | 4月9日(木)  | B  |
| 少林寺拳法(有玉)              | 4月2日(木)  | HP | キッズソフトテニス                     | 4月9日(木)  | B  |
| 健康乗馬                   | 4月4日(土)  | HP | キッズ硬式テニス                      | 4月9日(木)  | B  |
| 相撲                     | 4月4日(土)  | HP | はじめてのキッズ<br>バレエ(土曜・前半<br>/後半) | 4月11日(土) | B  |
| ジュニアダンス<br>スポーツ        | 4月4日(土)  | HP | エアロ&ちょい<br>トレ                 | 4月8日(水)  | C  |
| 飛込体験                   | 4月7日(火)  | HP | はじめてのエアロ<br>ビクス(浜北<br>体育館)    | 4月10日(金) | C  |
| アーチェリー                 | 4月11日(土) | HP | ピラティス(初級)<br>+ストレッチポール        | 4月13日(月) | C  |
| ボウリング                  | 4月11日(土) | HP | リラックスヨガ                       | 4月7日(火)  | D  |
| キッズ陸上(前<br>半・後半)       | 4月11日(土) | HP | はじめてのエアロ<br>ビクス(サンライ<br>フ浜北)  | 4月7日(火)  | D  |
| 年間ボート                  | 4月12日(日) | HP | 背骨コンディショ<br>ニング(サンライ<br>フ浜北)  | 4月10日(金) | D  |
| アーティスティック<br>スイミング     | 4月13日(月) | HP |                               |          |    |
| 器械体操(リトル・<br>キッズ・ジュニア) | 4月17日(金) | HP |                               |          |    |
| ビーチボール                 | 4月26日(日) | HP |                               |          |    |
| 太極拳(土)                 | 4月4日(土)  | A  |                               |          |    |
| 太極拳(日)                 | 4月5日(日)  | A  |                               |          |    |
| 介護予防(4月)               | 4月5日(日)  | 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】サーラグリーンアリーナ(☎585-1222)、【C】浜北体育館(☎585-1173)、【D】サンライフ浜北(☎586-1881)

ラジオ体操指導士養成講座(全6回)

日時:4月19日~9月20日の毎月第3日曜日10:00~12:00◆場所:東部協働センター(中央区相生町)◆申込:【メール】浜松ラジオ体操連盟(森野 ☎090-6403-3465)へ。3月1日(日)から(先着順)



マークの説明: 当日、直接会場へ

## 講座・教室

### 文芸館

(中央区早馬町) ☎453-3933

**HP**▶ 浜松文芸館

特別収蔵展 俳人松島十湖没後100年記念

「旧派の十湖・新派の加藤雪陽」二人展

日時: 3月1日(日)～ 6月14日(日)9:00～17:00

文芸館 講座

| 内容                                                 | 開催日   | 時間                  |
|----------------------------------------------------|-------|---------------------|
| 『おくのほそ道』講座「山中温泉～大垣」<br>(全6回・毎月第4金曜日)               | 4月24日 | 13:30<br>↓<br>15:30 |
|                                                    | 5月22日 |                     |
|                                                    | 6月26日 |                     |
|                                                    | 7月24日 |                     |
|                                                    | 8月28日 |                     |
| 『源氏物語』講座「桐壺～若紫」<br>(全6回・毎月第4日曜日※8月は第5)             | 4月26日 | 13:30<br>↓<br>15:30 |
|                                                    | 5月24日 |                     |
|                                                    | 6月28日 |                     |
|                                                    | 7月26日 |                     |
|                                                    | 8月30日 |                     |
| 川柳入門講座<br>「風刺やユーモアのセンスを磨こう」<br>(全5回・毎月第4日曜日※8月は第5) | 4月26日 | 9:30<br>↓<br>11:30  |
|                                                    | 5月24日 |                     |
|                                                    | 6月28日 |                     |
|                                                    | 7月26日 |                     |

申込: 往復はがき 3月15日(日)必着 (抽選)

### ふれあい交流センター

問い合わせは下記参照

① **HP**▶ ふれあい交流センター竜西

② **HP**▶ 浜松市社会福祉協議会

③ **HP**▶ ふれあい交流センター浜北

申込: 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/問合せ                        | 内容                            | 開催日・初回日  |
|-------------------------------|-------------------------------|----------|
| ① 竜西<br>(中央区中郡町)<br>☎433-9045 | 親子であそぼう「ははは広場」                | 2月15日(日) |
|                               | 第6回 フェスタ竜西作品展                 | 2月19日(木) |
|                               | 第6回 わくわくチャレンジ開催               | 2月21日(土) |
|                               | こどものための読み聞かせ                  | 2月22日(日) |
|                               | パネルシアター                       | 2月22日(日) |
| ② 萩原<br>(中央区初生町)<br>☎439-4178 | 初めてのやさしいヨガ(全2回)               | 3月4日(水)  |
|                               | 親子であそぼう「ははは広場」                | 3月1日(日)  |
| ③ 浜北<br>(浜名区小林)<br>☎587-4830  | こどものための読み聞かせ                  | 3月15日(日) |
|                               | パネルシアター                       | 3月15日(日) |
|                               | ～食と出会い、食を極める☆ふれあい食堂～食マイスターへの道 | 3月30日(月) |
|                               |                               |          |

## 講座・教室

### いきいき菜園野菜づくり講座

緑政課 ☎457-2565

**市HP**▶ いきいき菜園

日時: 2月17日(火)9:30～11:30 ◆場所: 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)

### 一般向け学習講座

「能登半島地震への復旧・復興支援」

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

日時: 3月14日(土)10:00～11:30 ◆申込: 【郵送・ホームページ】3月3日(火)必着(抽選)

### 高齢者福祉課

☎457-2105

認知症家族介護者教室(全5回)

(認知症に関する悩みを抱える家族対象)

**市HP**▶ 認知症

日時: 4月4日・11日・18日・25日、5月2日(全て土曜日) 10:00～12:00 ◆場所: 聖隷三方原病院 地域障がい者総合リハビリテーションセンター(中央区三方原町) ◆問合せ・申込: 【電話】聖隷三方原病院(代表 ☎436-1251)から心理室へ。2月20日(金)から(先着順)

認知症サポーターステップアップ講座

**市HP**▶ 認知症サポーターステップアップ

日時: 3月9日(月)14:00～16:00 ◆対象: 過去に認知症サポーター養成講座を受講した人 ◆場所: 市役所 101会議室(中央区元城町) ◆申込: 【ホームページ・電話】2月16日(日)から(先着順)

### 図書館で学ぶいきいき健康講座

「介護予防ってなあに? 何をどうすれば?」

中央図書館(中央区松城町)

☎456-0234

**HP**▶ いきいき健康講座

日時: 3月9日(月)10:00～11:30 ◆問合せ・申込: 【窓口・電話・ホームページ】2月17日(火)9:00から(先着順)

### バードピア浜北(県立森林公園内)

(浜名区尾野ノ根堅) ☎583-0443

**HP**▶ バードピア浜北

| 内容                        | 日時                                    |
|---------------------------|---------------------------------------|
| ①  糸鋸体験教室<br>五月節りを作ろう     | 3月1日・8日・15日・22日(全て日曜日)<br>10:00～15:00 |
| ② キッズ森あそび<br>森で秘密基地をつくろう! | 3月20日(金)10:00～14:00                   |
| ③ ボランティア説明会2026           | 3月21日(土)13:00～14:00                   |

申込: ①【窓口・電話・ファクス・ホームページ】2月20日(金)締切(抽選)、②【ホームページ】2月16日(月)9:00から(先着順)、③【窓口・電話・ファクス・ホームページ】2月16日(月)9:00から(先着順)

## そうだん

登記関連「相続・境界・農地転用」相談会(予約制)

くらしのセンター(中央区海老塚町)

☎457-2635

市民無料相談



HP▶静岡県土地家屋調査士会西遠支部 検索

日時:3月5日(木)13:30~16:30◆問合:行政書士会土地家屋調査士会二会合同事務局(☎474-4848)◆申込:【電話】2月24日(火)9:30から(先着順)

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春・SHIZUOKA福祉の就職相談会 | 3月1日(日) | 13:00~15:30 |                  |
| ②就職ガイダンス            |         | 9:15~9:45   | 福祉交流センター(中央区成子町) |
| ③福祉職場相談会 直          | 3月5日(木) | 9:45~11:45  |                  |
| ④介護のDVD視聴会 直        |         | 10:00~12:00 |                  |

問合:福祉人材バンク(☎458-9205)◆申込:【窓口・電話・ファクス・Eメール】①2月28日(土)、②3月4日(水)、各日17:00締切※③に参加の人は求職活動になります

## 広報はままつ

読むことができるアプリ「広報プラスはままつ」

- ・「子育て」や「健康」など、カテゴリーごとに閲覧可能!
- ・キーワード検索で、目的の記事に素早くアクセス!
- ・100以上の言語に自動翻訳可能!
- ・記事の読み上げ機能あり!
- ・過去の記事も読める!

ダウンロードはこちら



詳しくは、市HPをご確認ください

市HP▶広報プラス 検索



広聴広報課 ☎457-2021

## 講座・教室

松韻亭

(中央区鹿谷町) ☎473-4310

松韻亭



HP▶茶室 松韻亭 検索

| 内容                                        | 日時                  |
|-------------------------------------------|---------------------|
| 茶花栽培入門<br>~暮らしに花を~ <sup>つばき</sup> 「椿を育てる」 | 3月25日(水)10:00~11:30 |
| 「茶道具」を学ぶ                                  | 3月28日(土)13:00~15:00 |

申込:【窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール】2月15日(日)9:00から(先着順)

## そうだん

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          | 場所              |
|------------------------------------|-----------------|-------------|-----------------|
| 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) | 3月7日(土)         |             |                 |
| 社労士相談                              | 3月12日(木)        | 13:00~16:00 | クリエート浜松(中央区早馬町) |
| 弁護士相談                              | 3月14日(土)・19日(木) |             |                 |
| 在留資格に関する相談                         | 4月2日(木)         |             |                 |

申込:【窓口・電話】2月16日(月)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                 |
|---------------|---------------------|--------------------|
| 中央区役所         | 2月19日(水)9:00~12:00  | ☎457-2121          |
| 東行政センター       | 3月3日(火)9:00~12:00   | ☎424-0164          |
| 西行政センター       | 3月10日(火)10:00~12:00 | ☎597-1115          |
| 南行政センター       | 3月11日(水)9:00~12:00  | ☎425-1382          |
| 浜名区役所         | 2月19日(水)9:00~11:30  | ☎585-1112          |
| 北行政センター       | 2月18日(水)9:00~12:00  | ☎523-1116(北行政センター) |
| 新都市市民サービスセンター | 2月18日(水)9:00~12:00  |                    |
| 天竜区役所         | 2月18日(水)13:30~15:30 | ☎922-0019          |
| 佐久間支所         | 2月18日(水)13:00~15:00 | ☎966-0002          |
| 水窪支所          | 2月18日(水)13:00~15:30 | ☎982-0002          |



## 浜松市広報TV

浜松ケーブルテレビで  
毎日放送中!!

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。



### 〈2月号 番組構成〉

#推しはま通 ～みんなの推しはままつ～  
「住まいの断熱化」について

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

第10回の放送は、快適性だけでなくさまざまなメリットがある「住まいの断熱化」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<br>と世帯数 | 男                  | 女                  | 総数                 | 世帯数               |
|--------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------|
|              | 388,250人<br>(-271) | 390,096人<br>(-266) | 778,346人<br>(-537) | 360,312<br>(-104) |
| 中央区          | 300,061人<br>(-161) | 300,599人<br>(-169) | 600,660人<br>(-330) | 284,179<br>(-80)  |
| 浜名区          | 76,351人<br>(-72)   | 77,052人<br>(-68)   | 153,403人<br>(-140) | 64,426<br>(+7)    |
| 天竜区          | 11,838人<br>(-38)   | 12,445人<br>(-29)   | 24,283人<br>(-67)   | 11,707<br>(-31)   |

〔住民基本台帳による〕 2026(令和8)年1月1日現在 / ( )内は前月比

## 〈第10回〉舞阪

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～



### 35年以上続いている町の運動会「舞輪ピック」

舞阪地区体育振興会は、「スポーツで健康づくりと地域づくり」を合言葉に、地域の小学生以上なら誰でも参加できる舞輪ピックを主催しています。1989(平成元)年、当時の教育委員会と共に、地域の話題をつくろうと始めました。

ボッチャや輪投げ、ペタボード(ディスクと呼ばれるコマを棒で押し出し、得点を競うゲーム)などを高齢者も障がいのある人も一緒に楽しんでいます。審判などのボランティアを募ったら「何もできないけど行くよ」と理由も聞かずに協力してくれる人たちがいて、そういうところが舞阪らしいなと思います。幅広い年齢の間での交流が生まれ、地域の楽しみが増えるよう、これからもアイデアを出しながら続けていきたいです。



かずお  
和久田 一夫さん profile

舞阪地区体育振興会事務局長。  
舞阪生まれの84歳。ペタボードは私が考案しました。新しい種目も考えています。おすすめのグルメは釜揚げシラスやノリなど。ぜひ味わってください。

◎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〕

2月5日(木)～28日(土)

### 〔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)

### 2月28日(土)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



## 「浜名湖花めぐり集印帳」& 「花のキーホルダー」 (抽選で10人)

「日本の春は浜名湖から」をテーマに開催される浜名湖花フェスタ2026(3月20日～6月7日)の開催を記念して、「浜名湖花めぐり」特別デザインの集印帳と天竜材で作られた可憐な花のキーホルダーをセットでプレゼント。

集印帳はスタンプ台帳や旅の記録などと使い方は自由自在。花のキーホルダーは、かばんや鍵につけるだけで日々の暮らしに小さな彩りを添えてくれます。はままつフラワーパークをはじめ、浜名湖周辺の花スポットを巡ってみませんか。

(公財)浜松・浜名湖  
ツーリズムビューロー

中央区板屋町596 EAST ITAYA25 1階  
☎458-0011

9:00～18:00(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)



▲浜名湖花めぐり集印帳

花のキーホルダー▶

