



可美協働センターだより

回覧

発行：浜松市可美協働センター 令和8年4月5日発行 第1号
〒432-8062 浜松市中央区増楽町 1723-1 TEL 440-0007

市委託 中央区
南第5号

地域文化セミナー
(旧可美女性学級)

可美ライフアップセミナー

仲間づくりをしたい！ おしゃべりしたい！色んなことを学びたい！
老若男女の垣根を越えて集う場です♪



5月13日(水)

「いきいき脳活ライフ」～心と体で守る認知症予防～

・最新の脳トレについて、学びと実践を通して知見を得る。

6月10日(水)

「休む力は、生きる力」～正しい休養の取り方～

・医学的に正しい休養方法を学び、身体回復の方法を学ぶ。

7月8日(水)

「健診結果の見方を学ぼう」～健康を守るための第一歩～

・健康診断結果の数値の意味を学び、自身の体の状況を把握し生活習慣の見直しを図る。

9月9日(水)

高齢者の為の住まいと施設について

・高齢期の生活拠点について学び、ゆとりある生涯設計ができるようになる。

11月11日(水)

椅子ヨガ&ストレッチ

・座ってできるヨガ・ストレッチを通し、運動不足・ストレスの解消を図る。

12月9日(水)

椅子ヨガ&ストレッチ2

・座ってできるヨガ・ストレッチを通し、運動不足・ストレスの解消を図る。



↑ WEBからの
申込はこちら

申込期間 令和8年4月3日(金)～4月24日(金)

申込方法 【WEB】右記の申込みフォームよりお申し込みください

【電話】(053) 440-0007

【窓口】可美協働センター窓口でお申し出ください

(電話・窓口) 受付時間 午前8時30分～午後5時15分(日曜・祝日を除く)

会場 可美協働センター 講座室(2階)又はホール(1階)

定員 25名(定員を超えてお申し込みがあった場合は、抽選となります)

時間 午前9時30分～午前11時30分

費用 無料

受講確認 受講いただける方には、4月27日以降に、電話又はメールでご連絡いたします。

協働センター新規職員のお知らせ よろしくお願ひします！

職員：加藤 祥啓(南陽協働センターより)

お世話になりました。三田

可美協働センターだより

回 覧

発行：浜松市可美協働センター 令和8年4月5日号 第2号
浜松市中央区増楽町1723-1 TEL 440-0007

市委託 中央区
南第5号

2026年前期「浜松ヒューマンセミナー」

陶 芸

～暮らしを彩る器と雑貨づくり～

土と遊び、暮らしの中で使える“わたしの器”を作ります。



日 程	内 容	日 程	内 容
5/25 (月)	ミルクピッチャー&シュガーポット、小鉢、陶印 【作成方法：手びねり】	7/6 (月)	茶椀・湯呑み 【作成方法：電動ろくろ】 自由制作 【作成方法：手びねり他】
6/1 (月)	作品の仕上げ	7/13 (月)	
6/8 (月)	タタラ皿、小鉢 【作成方法：タタラ成形】	7/27 (月)	作品の仕上げ
6/22 (月)	タタラカップ・花器 【作成方法：タタラ成形】	8/3 (月)	作品の絵付けと釉薬掛け
6/29 (月)	仕上げ、小物 【作成方法：タタラ成形】	8/17 (月)	講師の指導及び講評 作品の絵付けと釉薬掛け

【講 師】 山口 利恵先生 (利白窯)

【日 時】 上記日程の9:30~11:30

【費 用】 10,500円 (基本受講料500円+材料費10,000円)

※講座初日の5月25日(月)にご持参ください

【会 場】 可美協働センター1階・工芸室

【定 員】 15名 (※申込者多数の場合は抽選となります)

【持ち物】 汚れてもよい服装・エプロン等、手拭きタオル、筆記用具、水分補給用の飲み物

【申込期間】 4月15日(水)~5月7日(木)

【申込方法】 ▶ 可美協働センター窓口 (月~土 8:30~17:15 祝日除く)

▶ 電話 (053) 440-0007 (月~土 8:30~17:15 祝日除く)

▶ オンライン申込 (右のQR) ※5/7(木)の17時15分まで



【当選確認】 5月15日(金)~5月22日(金)

・申込者が窓口又は電話で確認 8:30~17:15 (日曜日を除く)

・オンラインでお申し込みの方にはメールアドレス宛に結果をお送りいたします。

【その他】 当選後に受講を辞退される場合は、5月22日(金)までにご連絡ください。

手打ちそば教室

自分で打つこだわりの蕎麦は格別です！！

	日 程	内 容
1.	R8. 5/30 (土)	各回、粉（そば粉、小麦粉）の配合やつなぎを変えて様々な手打ち蕎麦に挑戦します。 「水回し、こね、のし、切る」基本の技術を習得しましょう！
2.	6/27 (土)	
3.	7/25 (土)	
4.	8/29 (土)	
5.	9/26 (土)	
6.	10/24 (土)	
7.	11/28 (土)	
8.	12/26 (土)	
9.	R9. 1/30 (土)	
10.	2/27 (土)	

【講 師】 大石 好孝 先生

【日 時】 上記の日程の9：00～11：30

※申込者が10名を超えた場合は2部制となります。

当選者には受講確認の際にご案内します。

1部 9：00～／2部 10：30～

【費 用】 材料費 1,000円（各回）

※講座当日にお支払ください。

【場 所】 可美協働センター 1階 工芸室

【定 員】 20名（申込者多数の場合は抽選となります）

【持ち物】 エプロン、三角巾、マスク、大きめのタッパー（持ち帰り用）、手拭きタオル



【申し込み】

- 電話（440-0007）（月～土 午前9時～午後5時 祝日除く）
- 協働センター窓口（月～土 午前9時～午後5時 祝日除く）
- QRからお申込み（スマートフォン等）

※いずれかの方法で、「氏名」「住所」「電話番号」等をお知らせください。

締切は4月25日（土）です。

当落、受講確認の連絡を5月11日（月）以降にいたします。（メールもしくは電話）



申込 QR

（表面）は「ライフアップセミナー」のお知らせ

あなたの知識を生かして 生涯学習講座を開いてみよう!

地域の伝統を
子どもに伝えたい



世代間交流のできる
講座を企画・運営
したい



上手な読み聞かせを
学ぶために講座を
企画・運営したい



申込期間

2026(R8)年4月15日(水)~5月20日(水)

申込方法

「学習成果活用事業申請書」、「事業提案書兼申込書」に記入し、実施を希望する生涯学習施設の窓口へ提出してください。提出時に、必要経費等について職員がヒアリングをします。

※ 学習成果活用事業申請書及び事業提案書兼申込書は、市ホームページからダウンロードするか、生涯学習施設の窓口でお受け取りください。

■申込、内容の条件（市のホームページをご覧ください、お問い合わせください）

○浜松市の生涯学習活動の担い手を育成するため、以下を対象とします。

・市内で活動する個人及び団体、もしくは今後、市内で活動していく意思のある個人及び団体

○同一個人及び同一団体による提案は、当該年度につき1回に限ります。

○浜松市の主催事業として開催するため、以下の内容は実施できないのでご注意ください。また、公平性・中立性を保つ内容であるようご配慮ください。

×営利活動（宣伝等を含む）を目的とした内容

×特定の政党や宗教を支持、宣伝普及することを目的とした内容

×公共の秩序や健全な風俗等に反する内容

×公共の福祉を害する内容