



天竜 協働センターだより

2026
5月5日号

市委託中央区東第1号

回 覧 No.1

アクティブ・シニア講座

受講者募集

和田地区及び中ノ町地区の成人を対象に、健康で明るく生きがいのある生活を送るための「アクティブ・シニア講座」を天竜協働センターのホールで開催します。

令和8年度の各講座に共通するテーマは、「健康と生きがいづくり」です。

回	日 時	内 容	講 師
1	6月19日 (金) 13:30~15:30	休む力は、生きる力！ ～正しい休養の取り方～ 	保健師 南 恵美先生
2	7月17日 (金) 13:30~15:30	モルック講座 ～フィンランド発の気軽で楽しい木のスポーツ～ 	東地域コミュニ ティ担当職員
3	9月7日 (月) 13:30~15:30	歌声広場と笑いヨガ ～歌は人生の詩 笑って！うたおう!!～ 	石野裕子先生
4	10月16日 (金) 13:30~15:00	人生百年時代を若々しく過ごすための コツを学ぼう！ ～健康に過ごすための心構えと対処法～	ライフサポートオフィス松下 松下武浩先生
5	11月20日 (金) 13:30~15:30	椅子に座って健幸エクササイズ 	FoGrace 山崎久乃先生
6	12月18日 (金) 13:30~15:30	木下恵介監督作品の映画鑑賞 『檜山節考』1958 製作 98分 カラー 	木下恵介記念館

- 【学習内容】 内容等は変更になる場合もありますので、ご了承ください。
- 【募集人員】 50人（年間を通して受講できる方）※先着順
- 【受講料】 無 料
- 【持ち物】 筆記用具、飲み物（水分補給）
- 【申込み】 5月11日（月）～5月30日（土）（日曜日は除く）9:00～17:00 の間に、
天竜協働センター窓口及び電話にて受付（☎421-0379）

編集・発行／浜松市中央区天竜協働センター（〒435-0018 浜松市中央区葉新町 99）
お問い合わせ／TEL 053-421-0379 Eメール tenryu-k@city.hamamatsu.shizuoka.jp

地域活動団体

写団「風」による写真展示

展示期間

5月20日(水) 13時 ~7月15日(水)12時

場 所：天竜協働センター 1階 ロビー東側

展示品：和田・中ノ町地区の街並みや風景写真



写団「風」は昨年で10周年を迎えました。

スマホやコンパクトカメラ、一眼レフカメラ等で撮影した写真を講師からの好評や指導でひと味ちがうものに。

例会は毎月1回の第三水曜日(10時~12時)。

興味のある方はお気軽にご参加ください!

天竜協働センターに

お忘れ物はありませんか？

当センターを利用された方々の忘れ物を展示いたします。
心当たりのある方はお立ち寄りください。

★展示期間 5月1日(金)~5月31日(日)

★展示場所 1階 図書室前





地域文化セミナー

参加者募集!

親子リトミック 教室



開催
日時

6月20日(土) 午前9:30~午前11:30

場 所 天竜協働センター 2階 和室
対 象 市内にお住まいの1~2歳児と保護者様
講 師 鈴木 美加 先生(リトミック研究センターディプロマB 取得講師)
定 員 親子12組(1家族でお子様1名)

※お子様が2名以上参加をご希望の場合は協働センターまでご連絡ください

参加費 200円(講座当日集金)

※参加されるお子様の人数分集金させていただきます。

持ち物 汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

申込方法

申込期間 5月12日(火)~6月2日(火)

インターネットから申込みできます

申込み用コード



※申込み多数の場合は抽選となり、申込の結果を6月4日(木)以降
順次メールにて連絡いたします。

※当選後、当日欠席される場合は協働センターまでご連絡ください。