

三方原協働センターだより

令和8年9月5日 発行 No.6-2
浜松市中央区三方原町 1179-5
三方原協働センター TEL 437-6522
講座専用 TEL 080-9481-7066

市 委 託
中央区中

業務受託者：浜松北地域まちづくり協議会

回 覧

「おうち薬膳」 (全3回)

学習成果活用事業

身近な食材を使って心と身体を整えよう

難しそうに思われがちな薬膳ですが、特別な材料を使わずいつものスーパーで買える身近な食材で簡単に美味しい料理が作れます。心も体も整う「おうち薬膳」を一緒に楽しく学びませんか！！

回	開催日	講座内容
1	10/21(水)	【座学】初めての薬膳 薬膳って何！ 【メニュー】薬膳ガパオライス
2	11/18(水)	【座学】自分の体質を知ろう 【メニュー】薬膳スパイスカレー
3	12/16(水)	【座学】季節の薬膳 【メニュー】炊き込みごはん和風シチュー

●時 間 10:00～13:00 ●場 所 三方原協働センター2F料理教室

●定 員 成人女性 16名 ●講 師 西脇 祐子(薬膳コーディネーター)

●持ち物 エプロン、三角巾、マスク、食器拭き用ふきん、筆記用具
手拭きタオル、水分補給の飲み物

●受講料 3,600円(3回分材料代) ※10月21日(水)初回時にご用意ください。

申込方法 ①窓口または電話(053-437-6522)での申込受付します。
日曜、祝日及び夜間(17:15以降)受付できません。

②オンラインでの申込

下記URLまたはQRからお申し込みください。

URL: <https://logoform.jp/form/savd/1620557>

申込期間 9月14日(月)から9月30日(水)

- ・定員を超えた場合は協働センターにて抽選を行います。
- ・当選された方にのみ、10月7日(水)までに電話連絡いたします。
- ・定員に満たない場合は、10月9日(金)まで電話受付します。



おうち薬膳のお申込み・お問合せ先

※受付時間は、日曜、祝日を除く 8:30～17:15



三方原協働センター

電 話: 053-437-6522

メール: mikatahara-k@city.hamamatsu.sizuoka.jp

メールでお申し込みされる方は左の二次元コードをご利用ください。

これからの講座のご案内・三方原協働センターからのお知らせもご覧ください。

<これからの講座のご案内>

※ 詳細は、三方原協働センターだより10月号、11月号に掲載します。

●地域づくり講座

昭和を語る ～三方原・気賀・金指～ 11月14日(土) 9:30～11:30

講師：中村敏之さん(金指歴史同好会)・柴田宏祐さん(浜松北地域まちづくり協議会)

●子育て講座

0歳からのオーケストラ 11月29日(日) 10:00～11:00

講師：オーケストラあんふぁん

●地域文化セミナー

骨の健康講座 ～膝関節のお話～ 12月3日(木) 9:30～11:30

講師：大塚博史さん(常葉大学健康プロデュース学部講師)

クラフト工芸 干支飾りを作る 12月17日(木) 9:30～11:30

講師：尾上弘さん(クラフト工芸作家)

三方原協働センターからの
お知らせ

三方原協働センター**附設体育館**の **大規模改修工事**について

工期(予定)：令和8年11月1日～令和10年3月31日まで

※工期は見込みです。10月上旬の入札を予定しています。

入札結果により工事着手日が変わる場合があります。

工事には、附設体育館大規模改修工事に伴う浄化槽移設新設工事などもあり、**駐車場制限**がかかります。

工事期間中は、**体育館を閉館**します。また駐車場に制限がかかるため、**貸館の利用も制限**いたします。

詳細につきましては、わかり次第、お伝えします。

学習成果活用事業もご覧ください。



三方原協働センターだより

令和 8 年 9 月 5 日 発行 No.6-1
浜松市中央区三方原町 1179-5
三方原協働センター TEL 437-6522
講座専用 TEL 080-9481-7066

市 委 託
中央区中
第 11 号

回 覧

業務受託者：浜松北地域まちづくり協議会



三方原協働センターまつり 出店者募集

R8 年度も、三方原協働センターまつりを開催します。
詳しい内容は協働センターだより（10 月 5 日号）でお知らせします。
イベントと一緒に盛り上げてくれるお店を募集します。

日時：11 月 3 日（火・祝） 9:30～15:00

場所：三方原協働センター

＜出店に関する条件＞

【出店場所】 三方原協働センター敷地内（駐車場等）

【出店料】 1,000 円 【募集数】 5 店舗

【販売品目】 飲食物、物販、ワークショップ等

（ただし、酒類の販売はご遠慮ください）

- ① 出店区画のみの提供となります。
- ② 電源・水など必要な資材等は各自で準備してください。
- ③ 必要に応じて、出店に関して事前に保健所への届け出をしてください。
- ④ 出店に伴い発生したゴミは、各自で回収し、持ち帰ってください。
- ⑤ 火気取扱いの場合には、必ず消火器を設置してください。
- ⑥ 宗教活動、政治活動、公序良俗に反する行為は禁止します。

＜申し込み方法＞窓口へ直接お申込みください。

（申し込み多数の場合は抽選とさせていただきます）※先着順ではありません。

＜申し込み期間＞9 月 25 日（金）～10 月 16 日（金）

受付時間（日曜・祝日を除く 9:00～17:15）

＜当選連絡＞ 10 月 19 日（月）・20 日（火）※抽選結果を電話にてお知らせいたします。

＜お問合せ先＞ 三方原協働センター業務受託者 浜松北地域まちづくり協議会

浜松市中央区三方原町 1179-5

（TEL：080-9481-7066）日曜・祝日を除く 9:00～17:15

☆富岡品・古本の募集、法多山園子のご案内もご覧ください。

三方原協働センターまつり「富用品市 in 三方原」に出品する 富用品を募集します！

～あなたにとっては不要品でも、それが必要な人にとっては富用品！～

＜受付期間＞10月9日（金）～10月23日（金）日曜・祝日を除く9：00～17：00

＜受付場所＞三方原協働センター 貸館窓口

＜受付できないもの＞

- ・60cmを超えるもの
- ・食品、刃物、薬品、化粧品、スプレー缶（新品でも×）、下着、
- ・有料ごみ など。

＜受付料＞ 無料

三方原協働センターまつり「古本市」に出品する 古本を募集します！

不要になった本がありましたら、
ぜひ無料にてご提供ください。
みなさんのご協力をお待ちしています。



チューオーオレンジ
三方原地区の
キャラクターだよ！

＜受付対象書籍＞●文庫本 ●単行本（絵本、マンガを含む）

※本についたホコリなどは払っておいてください。

＜受付期間＞10月9日（金）～10月23日（金）日曜・祝日を除く9：00～17：00

＜受付場所＞三方原協働センター 貸館窓口

＜受付できないもの＞雑誌（週、月間誌など）、百科事典、全集、参考書、
辞書、公序良俗に反するもの、汚れ・破損のひどいもの

法多山だんご 前売り券の販売について

法多山だんごの販売を行います。前売り 150 箱、当日 150 箱の計 300 箱。
当日販売は混み合うことが予想されます、是非前売り券をお買い求めください。
1 箱 700 円です。

前売り券は、10月8日（木）9：00～ 三方原協働センター1F 講座室
で販売を開始します。（1人2箱まで）

予約予定数（150箱）に達した時点で終了します。

問い合わせ先 三方原協働センター 080-9481-7066

（日曜・祝日を除く 8：30～17：15）

★センターまつり出展者募集のご案内もご覧ください！