

回 覧	南部協働センターだより	浜松市委託中央区中第3号 令和8年9月5日号	令和8年度 学習成果活用事業
-----	-------------	---------------------------	-------------------

4月に募集した「学習成果活用事業 あなたの知識を生かして生涯学習講座を開いてみよう!」で申し込みをいただき、企画した講座です。

経験・実績豊富なベテランの先生による講座に、皆さまの参加をお待ちしています!

足裏から健やかに



リフレクソロジーの優しいセルフケア

「薬に頼り過ぎない、気軽にできる、続けやすい」をテーマに、反射区表*を用いて、リフレクソロジーのセルフケア方法を学びます。

*「反射区」とは、主に足裏や手のひらにあるとされる体の特定の部位や内臓に対応すると考えられている場所のこと

【日 時】9月29日～10月27日(火曜日 全5回)

9月 29日	10月 6日	10月 13日	10月 20日	10月 27日
--------	--------	---------	---------	---------

午前9時30分～11時30分

【講 師】伊内 由樹 先生(世界リフレクソロジー普及協会 認定講師)

【会 場】南部協働センター 1階 和室「松」

【定 員】8人

【対 象】成人女性 全5回参加できる方

【持ち物】ヨガマット(ある方のみ)、タオル、筆記用具、水分補給用の飲み物

【その他】服装は膝上までまくることができるズボン(ワイドパンツ等)を着用してください。

素足で実技を行います。

申込期限

9月19日(土) 17時まで

申込方法

下記のいずれかの方法でお申し込みください。

① 南部協働センター窓口か電話で申込み ☎455-1501

(日曜・祝日を除く 9時～17時)

② 右記の二次元コードから申込み

※先着順ではありません。定員を超えた場合は抽選となります。



当選確認

9月24日(木)～25日(金) 当選された方にのみ電話にて連絡いたします。

二次元コードから申し込まれた方は、当落にかかわらずメールでお知らせします。

問合せ先

南部協働センター ☎455-1501 (日曜・祝日を除く 9時～17時)

※都合により、講座の内容を変更または中止とさせていただく場合があります。

※駐車場に限りがありますので、なるべく公共交通機関等をご利用ください。

※講座風景を撮影し、HP等で使用させていただきます。ご了承の上、お申し込みください。

裏面もご覧ください

回覧	南部協働センターだより	浜松市委託中央区中第3号	地域ふれあいフェスタ事業
		令和8年 9月5日 号	

南部協働センターまつり

開催
予告!

10月24日(土)・25日(日) の2日間

両日とも 10:00~14:00

恒例の南部協働センターまつりの時期が近づいてきました。

協働センターまつりは、同好会（地域活動団体等）の皆さんが日頃の活動成果を発表する貴重な場であるとともに、地域住民の交流の場、にぎわい創出の場づくりとして開催しています。

楽器演奏やコーラスなどの演技発表、絵画や生け花などの作品展示を行うほか、食品バザーや子どもコーナーなど、子どもから大人まで楽しめる様々なイベントを計画しています。

皆さまお誘い合わせの上、ご来場をお待ちしています（^▽^）/

演技発表

同好会の皆さんの日頃の成果をご覧ください

作品展示



お楽しみイベント♪

フリーマーケット、子どもコーナー（しゃてき・スーパーボールすくい 等）
物販（サンドイッチ・パン・カレーライス・みそまん・花の苗など）、お茶席（煎茶）
パトカー展示（交通安全啓発）等々..... お楽しみに（'▽'）



一部(★) 前売り券を販売します ※25日(日)分のみです

販売期間: 10月1日(木)~17日(土) 10:00~17:00(日曜・祝日除く)

~協働センター事務所に販売~

※当日販売分も予定していますが、数量に限りがあります。

★美味しい😊さつまいもの炊き込みご飯 300円

★みそおでん 300円 ★ゆでたまご100円

★煎茶席(お菓子付) 400円 ※その他、当日購入できる商品もたくさんあります。



※諸般の事情により、記載内容の一部、または全部が変更、中止になる場合があります。
※詳細は協働センターだより 10月5日号でお知らせする予定です。

うらもみてね!