

新津協働センターだより

令和6年4月5日号
浜松市新津協働センター
浜松市中央区新橋町910番地
TEL 053-448-2449
No. 2
回覧
市委託中央区南第2号

第153回(2024年前期)浜松ヒューマンセミナー

心と身体を整えるイスを使ったヨガ体操

- 【期間】 6月10日～8月26日 毎週月曜日 全10回 午後1時30分～3時30分
【場所】 新津協働センター 2階 ホール
【費用】 基本受講料500円
【持ち物】 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、フェイスタオル(体操でつかいます)
【講師】 松下 晴美 先生(浜松ヨガ協会)
【定員】 15人(応募者多数の場合は、抽選です) ※運動のできる服装でご参加ください。

回	日程	学習内容	回	日程	学習内容
1	6/10 (月)	ヨガとは?	6	7/22 (月)	ヨガ体操⑤
2	6/17 (月)	ヨガ体操①	7	7/29 (月)	ヨガ体操で筋力アップ①
3	6/24 (月)	ヨガ体操②	8	8/5 (月)	ヨガ体操で筋力アップ②
4	7/1 (月)	ヨガ体操③	9	8/19 (月)	ヨガ体操で筋力アップ③
5	7/8 (月)	ヨガ体操④	10	8/26 (月)	アロマを使って全身を動かす体操・まとめ

☆ 申 込 み ☆

《申込期間》 4月17日(水)～5月8日(水)

● 窓口または電話での申込

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

受付できない日

4月21日(日)、28日(日)、29日(月)、5月3日(金)～6日(月)

● QRでの申込

申込期間最終日の午後5時15分まで受け付け

《当選確認》 5月15日(水)～5月22日(水)

● 窓口または電話で申込をされた方の確認方法

協働センターに直接お問い合わせください。

確認時間 午前8時30分～午後5時15分

確認できない日 5月19日(日)

● QR申込みの方の確認方法

協働センターからメールでお知らせいたします。5月15日(水)までにメールが届かない場合はお手数ですが協働センターにお問い合わせください。

新津協働センター ☎ <053> 448-2449



申込用QR

裏面もご覧ください

楽しいパン作り教室

柴原先生と一緒に手作りパンに挑戦してみませんか！！
ふっくら、やさしい味のパンが作れますよ。

日時: 5月13、27日(月) 全2回
9:30~12:30

場所: 新津協働センター 2F 料理教室

講師: 柴原 明子 先生
(一級製パン技能士)

定員: 8名 (応募者多数の場合は抽選)

費用: 1,600円 (2回分)

持ち物: エプロン、バンダナ、ハンドタオル、
マスク、飲み物、筆記用具

学習内容

5/13 ハムパン

5/27 シナモンロール

※全2回ご参加できる方のみご応募ください。
また作業の効率化のため、遅刻や途中退席なども
ご遠慮下さい。
※材料はひとり分ずつ小分けにしてご用意いたします。

申込み

以下のいずれかの方法でお申し込み下さい。

- ①協働センター窓口で申し込み…窓口へ直接お越しください。
- ②電話でお申し込み…053-448-2449 までお電話下さい。
- ②QRでお申し込み…右側のQRを読み取ってお申し込みください。 →→

【申込締切】4月26日(金)

【申し込み後の流れ】

定員をこえた場合→協働センターで抽選を行います。(コンピューター抽選)

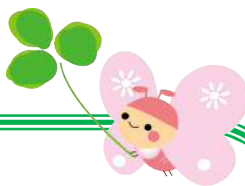
定員に達しない場合→締め切り後、先着順でのご案内となります。

材料代は講座当日に集金します。おつりのないようにご用意ください。

- ・当落、受講確認の連絡を4月下旬~5月上旬に致します(電話/メール)

メールでの連絡をご希望される方は、メール (shinzu-k@city.hamamatsu.shizuoka.jp) を
受信できるように設定をお願いします。

≪新津協働センター ☎053-448-2449 日曜日・祝日をのぞく午前9時から午後5時15分≫



申込用QR

裏面もご覧ください

