

新津協働センターだより

令和 5 年 4 月 20 日号
浜松市新津協働センター
浜松市南区新橋町 910 番地
TEL 053-448-2449
No. 3
各戸配布
市委託 南区 第2号

地域文化セミナー

歌とリズムとやさしいエクセサイズ

脳を刺激し、活性化！！リズムに合わせて、楽しく身体を動かしたり、呼吸筋を意識しながら歌ったりすることで健康維持を目指しましょう。

日時 6月7日(水) 9:30~11:30

場所 新津協働センター 2階 ホール

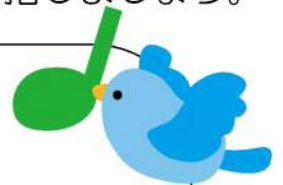
講師 田中 敦子 先生

定員 20名 ※定員を超えた場合は、抽選

費用 無料

持ち物 動きやすい服装、滑らない靴、タオル、水分補給用の飲み物

内容 簡単なエクセサイズ・筋トレ・ストレッチを行ったり、正しい発声・発音を心掛けながら歌を歌ったりします。



申し込み

以下のいずれかの方法でお申し込みください。このチラシを見た日からお申し込みができます。

- 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 までお電話ください。
- ③QR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。→→→→

【申し込み締切日】5月20日(土)

【お申し込み後の流れ】

定員を超えた場合→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。

- ・当落、受講確認の連絡を5月下旬までにいたします(電話/メール)。
- メールでの連絡をご希望の方は、協働センターからのメール

(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 ☎448-2449 日曜日・祝日をのぞく午前9時から午後5時15分〉



申し込み用
QR

裏面もご覧ください

新津ふれあいウォーク

参加者募集!!

主催：新津地区体育振興会 ※小雨決行



<p>日時</p>	<p>令和5年 6月 4日 (日) 【集合・解散場所】 JAとぴあ可新支店 【受付開始】 午前8時30分 【出発】 午前9時00分 【解散】 午後2時00分 ※中止の時は、各戸へ電話連絡します。</p>
<p>内容</p>	<p>☆可睡ゆりの園（可睡斎）を散策しましょう☆ 湖畔を中心とした散策コース お子様連れ、お年寄りの方も安心して楽しめます ※現地までは大型バスで移動します。</p> <p>◆ 定員：70名 【先着順】</p> <p>◆ 対象：小学生以上の新津地区在住者 ※小学生は保護者同伴</p> <p>◆ 参加費：1,000円 (小・中学生500円、幼児は無料)</p>
<p>持ち物</p>	<p>汗拭きタオル、お弁当 ★飲み物（お茶1本）は体育振興会で用意します。</p>
<p>注意事項</p>	<p>※お申し込みの前に必ずご確認ください※</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歩きやすい服装・靴でご参加ください。 ・当日、体調がすぐれない場合は、参加を見合わせてください。 ・感染症対策として、バス内はマスク着用をお願いいたします。
<p>申込み</p>	<p>5月17日(水) 午前9時から、新津協働センター窓口にて先着順で受け付けします。 ・受付は、月曜日から土曜日の午前9時から午後5時15分です。 ・申込時に参加費(1,000円)を集金します。おつりのないようにご用意ください。 【申込締切日】5月23日(火)</p>

☆申込書☆ 新津ふれあいウォーク

申込み期間：5月17日(水)～5月23日(火)

ふりがな			
名前	男 ・ 女	生年月日	(昭和・平成) 年 月 日 (小・中学生のみ記入→) 小・中学校 年生
住所	浜松市南区	電話番号	(固定) (携帯)