



せaside

回 覧

市委託  
東 区  
第 3 号

積志協働センターだより

令和 3 年 4 月 5 日 号

発行 積志協働センター

電話 4 3 3 - 3 7 1 5

『積志協働センターだより』は市ホームページでもご覧いただけます。

市HP

積志協働センターだより

検索

【アクティブシニア講座】

受講者募集

初心者

# シニアのための スマホ 教室

スマホがぐっと身近になるシニア世代のスマホ教室です。  
「わからないことばかりだから、基本操作を教えてほしい」  
「スマホに変えてみたけれど、操作が覚えられない」「身近に質問できる人もいない」とお困りのシニアの方、多いのではないのでしょうか。

そんな方は是非この教室に参加して、基本の操作方法から便利な使い方を学んでみませんか。



回	開催日	学 習 内 容
1	4月30日(金)	超初心者入門編 カメラ、アプリの使い方 等
2	5月 7日(金)	LINE の使い方



【日 時】 4月30日 ・ 5月7日 金曜日 (全2回)  
いずれも午前9時30分～11時30分

【会 場】 積志協働センター 3階 301 講座室

【費 用】 無料

【対 象】 積志地区にお住まいでスマートフォンをお持ちの60歳以上の男女

【定 員】 10人

【講 師】 ひらがね 平 包 歩美 先生

【持ち物】 筆記用具、画面が見えにくい方はメガネ  
お持ちのスマートフォン ※満充電(フル充電)にしてください



## 連絡事項

新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、安全を考慮して講座を中止する場合があります。また、次の点にご留意ください。

- ・ 講座に参加される方は、来館前に検温をお願いいたします。
- ・ 発熱や風邪の症状(咳、くしゃみ、鼻水)等がある場合は、出席を見合わせていただくようお願いいたします。
- ・ 受講の際は、マスクの着用、手洗い・手指の消毒にご協力をお願いいたします。

## 【講座の申し込み方法】

この講座のお申し込みは混雑(密)が予想されるため、申し込みは4月23日(金)の午前9時

00分～午後5時00分に、積志協働センター窓口または電話でお願いします。申し込み時に

- ・ お名前・連絡先電話番号をお聞きます。申込者が定員を超えた場合は抽選となります。

抽選は公開で4月24日(土)午前10時00分に協働センター事務所前で行います。当選者(受講決定者)には、連絡先電話番号に積志協働センターの電話番号(433-3715)から、24日午後4時までに連絡します。その際、年代、性別、住所をお聞きます。

問い合わせ及び申込み先：積志協働センター ☎ 4 3 3 - 3 7 1 5

日曜日・祝日・休日を除く月～土曜日 9:00～17:00

裏面もご覧ください

# 令和3年度浜松ヒューマンセミナー（前期）

## 無国籍料理教室

～世界の家庭料理を日本人に合うアレンジで本格的な味に～

世界各国の代表的な家庭料理にアレンジを加えることで、ご家庭で、お気軽に、本格的な味を美味しく召し上がっていただける料理方法を学びます。

第1回 《イタリア》		6月7日（月曜日）午前9時～午後0時 ピッツァ・イタリアンサラダ・シフォンケーキ	
第2回 《韓国》		6月21日（月曜日）午前9時～午後0時 キンパ（のり巻き）・チャプチェ・梨のデザート	
第3回 《スペイン》		7月5日（月曜日）午前9時～午後0時30分 パエリア・アヒーショ・ポルポローネ	
第4回 《中華》		7月26日（月曜日）午前9時～午後0時30分 えびチリソース・手作り皮の餃子・杏仁豆腐	
第5回 《ロシア》		8月16日（月曜日）午前9時～午後0時30分 ピロシキ・ボルシチ・コーヒーゼリー	
第6回 《日本》		8月23日（月曜日）午前9時～午後0時30分 豚のみそ角煮・玉子豆腐のすまし汁・抹茶ムース	

【場 所】 積志協働センター 2階 料理教室

【費 用】 基本受講料500円 + 材料費5,000円（6回分）

【定 員】 12名

【講 師】 山下 裕子 先生

【持ち物】 筆記用具、エプロン、布巾2枚、三角巾、持ち帰り用容器



### ヒューマンセミナー申し込み方法 \*受講者の決定は抽選で行います。

- ①確認 ヒューマンセミナーの申し込みには、「オレンジ色のまつぼっくりカード（カードの番号）」が必要です。上記カードをお持ちでない方は、積志協働センター窓口にて作成してください。
- ②申し込み 積志協働センター窓口または電話で申し込みができます。（市HPでも申し込みが可能です。）  
4月19日（月）～5月6日（木）午前8時30分～午後5時15分（日曜、祝日を除く）
- ③当選確認 積志協働センター窓口または電話で当選確認ができます。（市HPでも当選確認が可能です。）  
5月19日（水）正午～5月28日（金）午前8時30分～午後5時15分（日曜、祝日を除く）
- ④受講手続 当選された方は、基本受講料+材料費（合計5,500円）を5月28日（金）午後5時15分までに、積志協働センター窓口にてお支払いください。  
受付：午前8時30分～午後5時15分（日曜、祝日を除く）

当選後に受講を辞退される時は、④の時間までに積志協働センターへ必ずご連絡ください。

積志協働センター 電話433-3715





せきし

回 覧

市委託  
東 区  
第3号

市HP

積志協働センターだより  
令和3年4月5日号  
発行 浜松市積志協働センター  
電話 433-3715

積志協働センターだより

検

『積志協働センターだより』は市ホームページでもご覧いただけます。

令和3年度 積志生きがいづくり教室 前期 &lt;春の部&gt;

# 健悠サロン 受講生募集!

— アクティブ・シニア —

令和3年度の健悠サロン受講生を募集いたします。

講座を通して、いきいきと心豊かな生活を送るきっかけを見つけてみませんか！  
年齢・性別不問です。男性のご参加、初めてのかたのご参加も大歓迎です。

◆ 日 時 : 5月26日(水)～8月18日(水) (全4回) 9:30～11:30

(3回目のみ9:30～12:30)

◆ 定 員 : 20名(積志地区にお住まいの成人のかた)

◆ 受講料 : 1,800 円



	日 程	講 座 内 容	講 師
1	5/26 (水)	☆ 開講式 ☆ ☆ コーヒーの美味しい淹れ方講座 ☆ 珈楽庵から美味しいコーヒーの淹れ方を教わります。	珈楽庵 オーナー 河合 哲也 氏
2	6/30 (水)	☆ 自分でできる温灸 ☆ ペットボトルを使って体にあるツボを押したり、お灸について学びます。 ペットボトルにお湯を入れてセルフケアしませんか。	ののはな鍼灸院 伊藤 尚子 氏
3	7/21 (水)	☆ パン作り ☆ この講座は3時間の講座になります。柴原先生からパン作りを 学んでお持ち帰りしましょう!! ご家族と一緒にどうぞ。	一級製パン技能士 柴原 明子 氏
4	8/18 (水)	☆ 交通教室 ☆ ☆ 閉講式 ☆ 交通安全協会浜松東地区支部の交通安全指導員に交通事故に遭わないための交通講和を聞きます。	交通安全協会 交通安全指導員

## お申し込み方法

5月12日(水) 10:00から積志協働センター101講座室で番号札を配ります。

10:10の時点で20人を超えた場合はその場で抽選となります。

代理の申し込みは、ひとりで一人分です。

費用 1,800 円をお持ちください。おつりのないようにご協力ください。

申し込み用紙は当日配布いたします。

定員に余裕のある場合は、13:00より電話でも受け付け致します。

新型コロナウイルス感染拡大予防のためマスクの着用をお願いいたします。

問い合わせ先: 積志協働センター ☎433-3715 日曜・祝日を除く月曜～土曜 9:00～17:00

裏面もご覧ください

令和3年度



浜松市

# 始めよう！市民力 ～学習成果活用事業～

自分で講座の講師をしてみたい、

講座や教室を企画・運営してみたい方を募集します！

「始めよう！市民力～学習成果活用事業」とは、市民の皆さんが主体となって講座や教室を企画・運営する事業です。ご自身の知識や技術・技能等を周りの人に伝えたり、地域の課題解決のために生かしたりすることができます。浜松市は、学びの成果を自立的・持続的に生かす仕組みをつくり、市民の皆さんの夢や学びを育てるお手伝いをします。

申込期間

令和3年4月14日(水)～5月31日(月)

応募資格

○浜松市の生涯学習活動の担い手を育成するため、以下を対象とします。

- ・市内で活動する個人及び団体
- ・今後、市内で活動していく意思のある個人及び団体

○同一個人及び同一団体による提案は、当該年度につき一回に限ります。

○浜松市の主催事業として開催するため、以下の内容は実施できないのでご注意ください。

また、公平性・中立性を保つ内容であるようご配慮ください。

- ×営利活動（宣伝等を含む）を目的とした内容
- ×特定の政党や宗教を支持、宣伝普及することを目的とした内容
- ×公共の秩序や健全な風俗等に反する内容
- ×公共の福祉を害する内容

お問合せ

浜松市 市民部 創造都市・文化振興課

〒430-8652 浜松市中区元城町 103 番地の2 電話 (053) 457-2413

浜松市 積志協働センター

〒433-3114 浜松市東区積志町 1 8 2 5 番地 電話 (053) 433-3715