

発行 浜松市三ヶ日支所 / 三ヶ日まちづくり協議会（貸館管理運営・講座等開催事業 受託）

〒431-1495

浜松市浜名区三ヶ日町三ヶ日 500-1

生涯学習担当 TEL: 524-1512 FAX: 524-1519

地域振興担当 TEL: 524-1111 FAX: 524-1110

受講
無料

講座のご案内

申込開始

5/14(火)10時から

窓口にて先着順

文化セミナー

仲間と共にじっくりと学びを深めることができる通年講座です

ボールペン字講座

6/26, 7/10, 7/24, 9/11, 9/25, 10/9

水曜日 全6回 10:00～12:00

材料費: 350円 定員: 12名

毎年大人気のボールペン字講座。今年度は写経をします。前半は、漢字とかなの基礎を練習します。後半は、経の一節を台紙にしたため、作品に仕上げます。希望者は、つけペンにもチャレンジできます。
※希望者のみ別途、額代330円、つけペン代約600円かかります



美文字



前期講座

新たな趣味づくり・仲間づくりに気軽に参加できる短期講座です

手作りパン講座

6/7, 6/21, 7/5, 7/19

金曜日 全4回

10:00～13:00

材料費: 各回1000円

定員: 12名

毎回2種類のパンを作ります。

第1回目

ちぎりぱん
ほうじ茶あんぱん

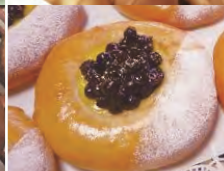
第2回目

塩クロワッサン
ブルーベリーカスタード

第3回目

チーズソーセージ
ホビーシードビーンズ

第4回目

米粉パン
クランベリークリームチーズ

やさしい呼吸法&ストレッチ

6/10, 6/24, 7/8, 7/22, 8/5, 8/26

月曜日 全6回 13:30～15:30

材料費: なし 定員: 10名

昨年度人気のあった椅子ヨガを今回も取り入れます。

呼吸法やストレッチを中心とした、初心者向けのヨガ講座です。お気軽にお申込みください。



はじめての浴衣着付け講座

7/2, 7/9

火曜日 全2回 10:00～12:00

材料費: なし 定員: 6名

浴衣をはじめて自分で着てみようと思われる方を対象にした講座です。ご自身の浴衣を、自分で着ることができるように、基本となる着方や帯の結び方を練習します。

※申込は、浴衣・半幅帯をお持ちの方に限ります



レディースセミナー

火曜日
コース

日程



6/25

7/23

9/24

10/22

1/28

2/18

毎年 大人気の、仲間づくりを目的とした通年講座(全6回)です
料理・体操・クラフトなど毎回違った講座を体験できます
新しい学び・体験で 自分磨きのきっかけに♪

今年も**火曜日コース**と**木曜日コース**の
2コースをご用意しました！

第1回 長い息は長生き♪楽しく歌って健康長寿

10:00～12:00

材料費：なし

呼吸を意識し、体操や発声、
ゲームを楽しみましょう。
誰もが知っている歌を、音程
は気にせず楽しく歌います。



第2回 100均材料で！簡単ラッピング

10:00～12:00

材料費：300円

手軽に揃えられる材料で、プレ
ゼントに喜ばれるキャンディ・
レイとお菓子のブーケを作ります。



第3回 大事な大事な お金の話

10:00～12:00

材料費：なし

NISAって何？老後の生活資金が
心配。相続対策を考えたいなど
みなさんが気になるお金のこと
を一緒に考えましょう。



第4回 コサージュをつくりましょう

10:00～12:00

材料費：1000円

ファー素材と、レースやビーズ
などを組み合わせて、使いやす
くて季節感のあるオリジナルコ
サージュを作りましょう。



第5回 簡単セルフケアで美と健康を保つ

10:00～12:00

材料費：なし

続けることができないセルフ
ケアではもったいない！
いつでもどこでもできる方法
をお伝えします。



第6回 知ってびっくり！ほうじ茶の魅力

10:00～13:00

材料費：800円

My ほうじ茶づくり&飲みくらべ
ほうじ茶クッキング
・肉巻きほうじ茶おにぎり
・ほうじ茶ぼた餅
・新海苔のかき玉スープ



木曜日
コース

日程



6/27

7/25

9/26

10/24

1/30

2/20

対象：成人女性

定員：火曜コース・木曜コース 各10名

各曜日コースともに、日程以外の内容はすべて同じです。お選びいただいた曜日コースを1年間受講となります。

持ち物・場所は随時お知らせします。

受講料は無料です。材料費が必要な場合はその都度 徴収します。

申込期間

5月14日(火) 10時から 各講座 先着順にて受付

5月14日(火) 9時45分から窓口前にお並びいただくことが可能です。それより早い時間にお並びいただくことはできません。

5月14日(火)10時の時点で定員を上回る申込があった場合は、その場で抽選とさせていただきます。

申込方法

下にある申込用紙に必要事項を記入し、浜松市三ヶ日支所 生涯学習担当窓口にご提出ください。

FAXでも順次受け付けます。ただし、窓口申込の方を優先とさせていただきます。(土・日・祝祭日は、窓口での受付ができません。)

受講料

無料。

ただし、材料費は実費となります。講座によっては材料の準備状況により、欠席の場合でも材料費をいただくことがあります。

対象

三ヶ日地区に在住・在勤の方。

定員に満たない場合には、三ヶ日地区外の方の受講も可能です。

《お申し込みの際の注意点》

※講座実施風景を撮影し、支所だよりやInstagram等に掲載掲示させていただくことがあります

※生涯学習講座の作品展示発表へのご協力をお願いします

以上、ご了承の上 お申込みください

お申込み・お問い合わせは 生涯学習担当窓口まで

TEL：524-1512 FAX：524-1519

(平日 8:30～17:15)

キ リ ト リ

申 込 用 紙

※ご希望の講座に
○を付けてください

ボールペン字講座		手作りパン講座		やさしい呼吸法&ストレッチ	
はじめての浴衣着付け講座		レディースセミナー			
		火曜日 コース		木曜日 コース	
住所	〒431-14_____		自宅	-	-
	三ヶ日町		FAX	-	-
			携帯	-	-
ふりがな			性別	男 ・ 女	年代
氏名					

ボランティア大募集!!

三ヶ日まちづくり協議会では、イベント時に一緒に参加してくれるボランティアさんを募集しています。永続的に参加できるようにボランティア内容に応じて謝礼も用意しています。
三ヶ日を盛り上げたい、人と関わるのが好き、地域貢献がしたい などなど一緒に楽しみながら参加できる方、ご連絡お待ちしております!



スタディ・ルーム

三ヶ日支所 3階 大会議室を、自主学习室として夏休みに開放する際に、子ども達の見守りをお願いしています。自主学习の場としてだけでなく、世代を超えた地域コミュニティの場としても活用しています。

三ヶ日ふれあいフェスタ

バルーンアートのプレゼントや、お菓子や景品の受け渡しなど、地域の子ども達との関りを楽しめる内容のお手伝いをお願いしています。
イベントの規模によっては、駐車場係なども募集します。



コチラも募集中!

講座講師

三ヶ日まちづくり協議会が主催する生涯学習講座の講師を募集しています。特別な資格等は必要ありません。「こんな講座やってみたい!」などの提案も大歓迎です。自分の得意なこと、好きなことを活かしてお仕事してみませんか?

学生ボランティア

ボランティアや地域づくりに興味がある、地域貢献や社会勉強がしたい、など一緒に楽しく三ヶ日を盛り上げてくれる学生さんを募集しています!
学校に提出できるボランティア実績の証明書を発行します。

詳しくはお気軽に
お問合せください

三ヶ日まちづくり協議会

浜松市三ヶ日支所 貸館業務・講座等開催業務 受託

TEL : 524-1512 FAX : 524-1519

(浜松市三ヶ日支所 生涯学習担当 平日 8:30 ~ 17:15)



三ヶ日まちづくり協議会
(浜松市委託先)
公式Instagram

 machikyo_mikkabi

三ヶ日まち協 | Q

いいね♡&フォロー
よろしくお願いします

