

マークの説明: 直 当日、直接会場またはウェブサイトへ

## けんこう



成人健康相談(7月)  
各区 健康づくり課

成人健康相談

オンライン相談



市HP▶成人健康相談

市HP▶オンライン相談

区	場所	日時	問合せ (★は健康づくり課)
中	中央保健福祉センター	3日(月)・10日(月)・24日(月)・31日(月)9:00~11:00	☎413-5577
東	東区役所	4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)9:30~11:30	☎424-0122★
西	舞阪保健センター 西部保健センター	11日(火)13:30~15:00 18日(火)9:00~10:30	☎597-1174★
南	南区役所	21日(金)13:30~16:00	☎425-1590★
北	細江健康センター 三ヶ日保健センター 引佐健康センター	3日(月)9:00~11:30 予約制(電話申込) 予約制(電話申込)	☎542-0857 (引佐健康センター)
浜北	浜北区役所	12日(水)・26日(水) 9:00~11:30	☎585-1120★
天竜	天竜保健福祉センター	10日(月)9:30~11:30	☎922-0075★
	龍山保健センター	予約制(電話申込)	
	水窪保健福祉センター	7日(金)9:30~11:30	☎982-0004
	佐久間保健センター	11日(火)9:30~11:30	☎966-0005
	春野協働センター	12日(水)9:30~11:30	☎983-0006
保健師・管理栄養士による オンライン相談 (1週間前までに、市ホームページから要予約)	3日(月)	9:00~9:30 10:00~10:30	☎453-6125 (健康増進課)
	21日(金)	14:00~14:30 15:00~15:30	

精神保健福祉センター  
(中区中央一丁目) ☎457-2709

精神保健福祉センター



市HP▶精神保健福祉センター

お酒を卒業したい人のつどい

(断酒会やアルコールリクス・アノニマスの人の話を聞く)

日時:7月4日(火)13:30~15:00◆申込:参加希望者は電話で問い合わせ

自死遺族わかちあいの会

日時:7月8日(土)14:00~16:30◆申込:【電話】7月7日(金)17:15締切

うつ病の家族教室(全3回)

日時:7月14日、8月18日、9月8日(全て金曜日)9:30~11:30◆申込:【電話】6月26日(月)9:00から(先着順)

摂食障害家族サロンひまわり

日時:7月22日(土)13:30~15:30◆場所:若者コミュニティプラザ(中区中央一丁目)◆申込:【電話】7月21日(金)17:15締切

こころのボランティア講座(全4回)

日時:7月24日、8月7日・21日、9月4日(全て月曜日)9:30~11:30

◆申込:【ホームページ】7月5日(水)9:00から(先着順)

がんでご家族を亡くされた方のつどい

日時:7月27日(木)13:30~15:30◆申込:【電話】7月27日(木)12:00締切

認知症相談会

高齢者福祉課 ☎457-2105

認知症相談会



市HP▶認知症相談

日時:6月22日(木)、7月27日(木)14:00~17:00◆場所:聖隷三方原病院よろず相談地域支援室(北区三方原町)◆問合せ・申込:【電話】浜松市認知症疾患医療センター(☎439-0006)へ。6月15日(木)から(先着順)

## 区役所に給水スポットを設置します

各区役所(中・東・西・南・北・浜北・天竜)にマイボトル、マイカップに給水可能なウォーターサーバーを設置します。マイボトル、マイカップを持参し、プラスチックごみを削減して、きれいな海岸を残していきましょう!

市HP▶マイボトル

環境政策課 ☎453-6149



## おしらせ

里親制度説明会

児童相談所 ☎457-2705

市HP▶里親

日時:7月2日(日)10:00~11:30◆場所:浜北文化センター(浜北区貴布祿)◆申込:【電話・Eメール】6月30日(金)締切

第26回浜松市花と緑のコンクール作品(写真)募集

緑政課 ☎457-2586

市HP▶浜松市花と緑のコンクール

申込:【窓口・郵送・Eメール】浜松公園緑地協会へ。8月25日(金)必着※2022(令和4)年9月10日(土)~2023(令和5)年8月25日(金)に撮影した花壇などの写真に限る(詳細は募集要項で確認)※募集要項は緑政課、各協働センター、浜松公園緑地協会、みどり~などで配布。ホームページからもダウンロードできます

第1回 看護専門学校説明会2023

看護専門学校 ☎455-0891

市HP▶学校説明会

日時:7月17日(月)①9:30~10:30、②11:00~12:00、③13:00~14:00、④14:30~15:30◆申込:【Eメール】6月15日(木)から(先着順)

福祉職場相談会・就職ガイダンス

福祉総務課 ☎457-2326

市HP▶浜松市福祉人材バンクのご案内

内容	開催日/時間/場所
介護のしごとDVD視聴会 <span style="background-color: #92d050; padding: 2px;">直</span>	6月22日(木)・29日(木)、7月6日(木)・27日(木)・29日(土)、8月10日(木)/9:30~11:00/福祉交流センター(中区成子町)
福祉職場説明会 <span style="background-color: #92d050; padding: 2px;">直</span>	6月22日(木)、7月6日(木)・20日(木)・27日(木)、8月10日(木)/9:30~11:30/福祉交流センター
ミニ福祉職場相談会 <span style="background-color: #92d050; padding: 2px;">直</span>	【南区】6月23日(金)、【西区】7月28日(金)/9:30~11:30/ハローワーク浜松(中区浅田町)
福祉のしごとガイダンス	6月27日(火)/13:00~13:30/みをつくし文化センター(北区細江町気賀) 7月4日(火)/13:00~13:30/浜北文化センター(浜北区貴布祿)
出張福祉職場相談会 <span style="background-color: #92d050; padding: 2px;">直</span>	【北区】6月27日(火)/13:00~15:30/みをつくし文化センター 【浜北区】7月4日(火)/13:00~15:30/浜北文化センター
フクシの職場相談会 <span style="background-color: #92d050; padding: 2px;">直</span>	6月29日(木)、7月29日(土)/10:00~12:00/福祉交流センター
就職ガイダンス	7月20日(木)、8月17日(木)/9:15~9:45/福祉交流センター
〈共通項目〉問合せ・申込:福祉人材バンク(☎458-9205)へ ※この活動は求職活動の範囲に含まれます	

マークの説明:  当日、直接会場またはウェブサイトへ

**こそだて** 

**児童手当**  
 問い合わせは下記参照

**HP**▶ [ぴっぴ 児童手当](#) 

6月期分の手当(2月~5月分)を6月14日(木)に指定の口座に支払います

問い合わせ先(各区社会福祉課)		南区	☎425-1463
中区	☎457-2035	北区	☎523-2893
東区	☎424-0175	浜北区	☎585-1121
西区	☎597-1157	天竜区	☎922-0023



**発達相談**  
 健康増進課 ☎453-6117

**HP**▶ [ぴっぴ 発達相談](#) 

開催日: 7月20日(木)◆場所: 中央保健福祉センター(中区板屋町)◆申込: 【電話】7月6日(木)締切



**離乳食教室**  
 各区 健康づくり課

**HP**▶ [ぴっぴ 離乳食教室](#) 

対象: 2023(令和5)年2月生まれの子供の保護者(オンラインのみ2023(令和5)年1月生まれも受講可)◆時間: ①13:30~14:25、②14:50~15:45(オンラインは13:30~14:00)◆申込: 【ホームページ・LINE】6月15日(木)12:30から(先着順)※どこの会場でも受けられます



場所	開催日	問合せ(電話番号は下表を参照)
アイミティ浜松	7月5日(木)	※居住区の問い合わせ先へ
東部協働センター	7月20日(木)	中央保健福祉センター(中区)
積志協働センター	7月3日(月)	東区健康づくり課
入野協働センター	7月13日(木)	西区健康づくり課
三方原協働センター	7月14日(金)	南区健康づくり課
浜北文化センター	7月21日(金)	引佐健康センター(北区)
オンライン	7月26日(水)	浜北区健康づくり課
		天竜区健康づくり課

**もぐもぐ元気っこ教室**  
 各区 健康づくり課

**HP**▶ [ぴっぴ もぐもぐ元気っこ教室](#) 

対象: 2022(令和4)年11・12月生まれの子供と保護者◆時間: ①9:30~10:25、②10:35~11:30(南区役所・天竜保健福祉センターは②の時間のみ)◆申込: 【ホームページ・LINE】6月15日(木)12:30から(先着順)※どこの会場でも受けられます。天竜保健福祉センターは隔月開催



場所	開催日	問合せ(電話番号は下表を参照)
中央保健福祉センター	7月20日(木)	※居住区の問い合わせ先へ
東部保健福祉センター	7月27日(木)	中央保健福祉センター(中区)
西部保健センター	7月19日(水)	東区健康づくり課
南区役所	7月6日(木)	西区健康づくり課
引佐健康センター	7月6日(木)	南区健康づくり課
浜北保健センター	7月7日(金)	引佐健康センター(北区)
天竜保健福祉センター	7月20日(木)	浜北区健康づくり課
		天竜区健康づくり課

**【離乳食教室・もぐもぐ元気っこ教室】 問合せ**

中央保健福祉センター	☎413-5577	引佐健康センター	☎542-0857
東区健康づくり課	☎424-0122	浜北区健康づくり課	☎585-1120
西区健康づくり課	☎597-1174	天竜区健康づくり課	☎922-0075
南区健康づくり課	☎425-1590	-	-

**けんこう** 

**障害保健福祉課**  
 ☎457-2213

**こころの健康相談**  
**市HP**▶ [こころの健康相談](#) 

開催日	時間	場所
6月29日(木)	13:00	障害保健福祉課(市役所本館2階)
7月26日(水)		天竜保健福祉センター
7月7日(金)	15:00	天竜保健福祉センター
7月13日(木)		浜北区役所

申込: 【電話】6月15日(木)8:30から(先着順)



**統合失調症の家族教室(全4回)**  
**市HP**▶ [統合失調症 教室](#) 

日時: 8月10日(木)・29日(火)、9月26日(火)、10月24日(火) 13:30~15:30◆場所: 精神保健福祉センター(中区中央一丁目)◆申込: 【電話】6月16日(金)から(先着順)



**大人のための食育講座**  
**「健康づくりのために野菜をとろう！」**

問い合わせは下記参照

**市HP**▶ [大人のための食育講座](#) 



開催日	時間	場所	問合せ
7月13日(木)	9:30	クリエート浜松(中区早馬町)	☎413-5577(中央保健福祉センター)
	11:30	みをつくし文化センター(北区細江町気賀)	☎542-0857(引佐健康センター)

申込: 【電話】6月15日(木)から(先着順)

**こそだて** 

**中央図書館**  
 (中区松城町) ☎456-0234

**あかちゃんのための絵本講座**  
 (2022(令和4)年4月以降に生まれた子の保護者、妊娠中の人)

**HP**▶ [図書館 絵本講座](#) 

開催日	時間	場所
7月11日(火)	10:30	中央図書館(中区松城町)
7月13日(木)		浜北図書館(浜北区貴布祢)
7月14日(金)		城北図書館(中区和地山二丁目)
7月16日(日)	11:30	はまゆう図書館(西区大人見町)

申込: 【ホームページ】6月16日(金)9:00から(先着順)



**ブックスタート(7月~9月)**  
**HP**▶ [浜松 ブックスタート](#) 

読み聞かせやわらべうたの体験とアドバイス、おすすめの絵本1冊プレゼント◆対象: 6カ月~満1歳(誕生日当月まで)の赤ちゃんとその保護者◆申込: 【窓口・電話】各開催月の前月16日から※日時、申込先など詳細はホームページで確認



**2歳児歯科健康診査**  
 口腔保健医療センター ☎453-6129

**HP**▶ [ぴっぴ 2歳児歯科健康診査](#) 

※日程など詳細はホームページで確認



マークの説明: **直** 当日、直接会場またはウェブサイトへ

## イベント

**鴨江アートセンター**  
(中区鴨江町) ☎458-5360

**HP**▶ 鴨江アートセンター

菅澤薫のテンペラと油彩の混合技法ワークショップ -Hi again-  
日時:7月29日(土)10:00~16:00  
福よせ豆面をつくろう -Hi again- (全2回)  
日時:7月29日(土)、8月5日(土)10:00~12:00

**<共通項目>申込:【窓口・電話・Eメール】6月15日(木)9:00から(先着順)**



**木下恵介記念館**  
(中区栄町) ☎457-3450

**HP**▶ 木下恵介記念館

木下恵介作品上映会『今日もまたかくてありなん』 **直**  
日時:7月16日(日) ①10:00~、②14:00~(上映30分前に開場)  
講演会「木下恵介とその兄弟たち」  
日時:8月26日(土)14:00~16:00 ◆**申込:【窓口・電話・Eメール】6月15日(木)9:00から(先着順)**



**第29回 はままつ友愛のさとまつり 直**

はままつ友愛のさと ☎586-8800

**HP**▶ 浜松市発達医療総合福祉センター

日時:7月1日(土)10:30~15:30



**産業振興課**

① ☎457-2285 / ② ☎457-2319

① **アクト通りふれあいデイ 直**

**市HP**▶ アクト通りふれあいデイ

日時:6月18日(日)9:00~12:00 ※雨天中止 ◆**場所:アクト通り**

② **注染・ゆかた・和装展 直**

**HP**▶ 静岡県織維協会

日時:7月8日(土)・9日(日)10:00~17:00 ◆**場所:ギャラリーモール ソラモ(中区千歳町) ◆問合:静岡県織維協会(☎456-7222)**



**フラワーパーク**  
(西区館山寺町) ☎487-0511

**HP**▶ はままつフラワーパーク



内容	日時
① 新緑から夏至のころの自然観察会 <b>直</b>	6月24日(土)10:00~11:30
② 花のウォーキング <b>直</b>	7月8日(土)10:00~12:00
③ 名古屋式アサガオ展 <b>直</b>	7月22日(土)・23日(日)9:00~12:00
④ 葉っぱの不思議を探ろう	7月23日(日)13:20~14:00
⑤ 食虫植物教室	7月29日(土)・30日(日) ①10:00~10:50、②13:30~14:20
⑥ 【予約販売】そのまま使える園芸土「フラワーパークの土」	8月19日(土)~27日(日) 10:00~15:00
⑦ 【予約販売】混ぜるだけで土が再生できる「フラワーパークの有機堆肥」	8月19日(土)~27日(日) 10:00~15:00

申込:④【郵送・ファクス・ホームページ・Eメール】7月10日(日)必着(抽選)、⑤【電話】7月15日(土)9:00から(先着順)、⑥・⑦【窓口・電話・郵送・ファクス・ホームページ・Eメール】7月17日(日)必着(抽選)

## こそだて

**浜松こども館**  
(中区鍛冶町) ☎450-9111

**HP**▶ 浜松こども館

※申込開始日など詳細はホームページへ



内容【★印は要申込】	日時(全て7月)
作ってあそぼうペビー&こどもじゃず <b>直</b>	2日(日)11:00~11:30 3日(月)
音と遊ぼうリトミック <b>直</b>	①10:30~11:10 ②11:20~12:00
いっしょにあそぼう! <b>直</b>	① 4日(火) ② 6日(木) ③ 13日(木) ④ 18日(火) 各日10:30~11:30
① ハイハイ赤ちゃんと ② トコトコちゃんと ③ ヨチヨチちゃんと&(命のバトン浜松)熱中症のお話 ④ ねんね・ごろんの赤ちゃんと	
親子でおやつ~みかんパバロア~ ★	5日(水)11:00~11:45
助産師さんのベビーマッサージin 青少年の家 <b>直</b>	7日(金)10:30~11:30
ここみのおしゃべりサロン~妊婦さんもOK!親子にやさしいだっこ~ ★	7日(金)13:30~15:00
しょうぎに挑戦 ~初心者から上級者まで~ <b>直</b>	8日(土)・22日(土) 13:00~15:00
よみかたりさん <b>直</b>	9日(日)10:50~11:20
おやつ作り~桜エビしょうゆせんべい~ <b>直</b>	9日(日)11:00~11:45
チェロとピアノのコンサート <b>直</b>	11日(火)11:00~11:30
助産師さんのベビーマッサージ <b>直</b>	14日(金)10:30~11:30
お父さんと遊ぼう <b>直</b>	15日(土)10:30~11:30
HONDAの親子でダンボールクラフト ~ワゴン車・アシモ~ ★	16日(日) ①10:30~12:00 ②13:00~14:30
はじめてのこおりあそび <b>直</b>	19日(水)10:30~11:30
はじめてのパン作り ★	20日(木)11:30~12:00
親子でエクササイズ&おはなしかい <b>直</b> ~ママになってもきれいでいたいから~	21日(金)10:30~11:30
パン作り~チーズ入りパン~ ★	23日(日)11:30~12:15

**出張マザーズコーナー 保育就労相談会(託児あり)**

子育て支援課 ☎457-2793

**HP**▶ ぴっぴ 出張マザーズコーナー



開催日	時間	場所	申込締切日
8月31日(木)	10:00	中区役所	8月21日(月)17:00
9月7日(木)	12:00	天竜保健福祉センター	8月28日(月)17:00

問合・申込:【電話・ホームページ】認定NPO法人はままつ子育てネットワークぴっぴ(☎457-3418)へ ※応募者多数の場合、抽選

## イベント

**松竹大歌舞伎**

アクトシティ(文化振興財団) ☎451-1114

**HP**▶ はまかる

日時:9月5日(火) ①13:30~15:35、②17:30~19:35 ◆**場所:大ホール ◆申込:【HCFオンラインショップ・アクトシティチケットセンター(店頭販売のみ)】6月18日(日)10:00から**



マークの説明: ■ 当日、直接会場またはウェブサイトへ

**イベント**

**科学館(みらいーら)**  
 (中区北寺島町) ☎454-0178



**HP**▶ [浜松科学館](#) 検索

内容	日時
① 15分で化学実験 [12星座の3D模型を作ろう]	7月15日(土) ①10:30～、②11:00～、 ③11:30～、④12:00～
② ミニワーク [光は何色?分光万華鏡] <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	～ 6月25日(日) 13:00～15:30
③ 科学情報を調べる・整理する	7月9日(日) ①10:00～、②15:00～
④ 夜の科学館 7月テーマ <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span> [食:食べ物を食べずに見てみよう]	7月14日(金) 17:01～20:00
⑤ 夜の科学館 特別プラネタリウム [当日の星空+もうすぐ土用の丑! 幻のうなぎ座] <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	7月14日(金) 18:50～19:45
⑥ みらいーら自由に研究ラボ (実験機器の利用)	7月22日～8月6日の土・日曜日 ①10:00～、②13:30～

申込:【ホームページ】①7月2日(日)締切、③6月25日(日)締切、⑥7月8日(土)締切(全て抽選)

**ITロボットプログラミング教室**



日時:①7月22日、②9月23日、③11月25日、④2024(令和6)年2月3日(全て土曜日)【初級編】①9:00～10:10、  
 ②11:00～12:10、【中級編】13:30～14:40◆場所・問合せ:浜松城北工業高等学校(中区住吉五丁目)☎471-8341◆申込:【ホームページ】7月9日(日)締切(抽選)

**天文台(五島協働センター 3階)**  
 (南区福島町) ☎425-9158



**市HP**▶ [天文台](#) 検索

内容	開催日	時間	申込開始日
星空観望会	6月24日(土)	19:30～21:00	6月21日(水)
	7月1日(土)		6月28日(水)
	7月8日(土)		7月5日(水)
	7月15日(土)		7月12日(水)
めざせ!望遠鏡マスター	6月24日(土)	18:30～19:30	6月21日(水)
スマホdeムーン	6月30日(金)	19:30～20:30	6月21日(水)
太陽・昼間の星観望会	7月2日(日)	14:00～16:00	6月28日(水)
天文講座「ビデオと写真でつづる浜松市天文台40年史」	7月8日(土)	15:00～16:30	6月28日(水)
メシエウォーキング	7月16日(日)	19:30～21:00	7月12日(水)

〈共通項目〉申込:【ホームページ】各日13:00から(先着順)

**フルーツパーク時之栖**  
 (北区都田町) ☎428-5211



**HP**▶ [はままつフルーツパーク](#) 検索

内容	日時
くだもの収穫体験 <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	【モモ】:6月上旬～7月中旬 【スモモ】:6月中旬～7月上旬 【温室ブドウ】:6月中旬～下旬 【温室ナシ】:6月下旬
菌床アラゲキクラゲ栽培教室	6月25日(日)10:00～11:30
スカイランタンイベント	7月1日(土)18:30～
ぶどう、ブルーベリー栽培教室	7月2日(日)10:00～12:00

申込:【ホームページ・電話】※詳細はフルーツパークに問い合わせ

**イベント**

**緑化推進センター(みどり～な)**  
 (南区大塚町) ☎426-2300



**HP**▶ [みどり～な](#) 検索

内容	日時
① 夏の樹木管理・消毒・剪定講座 <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	6月24日(土)9:30～12:00
② 季節のプリザーブドフラワーアレンジメント講座	6月27日(火) 10:00～12:00
③ 押し花でつくる夏のカレンダー	7月1日(土)10:00～12:00
④ みどりと花を愉しむ ノルディック・ウォーク <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	7月3日(月)・6日(木)・13日(木)・ 17日(月)・20日(木)・31日(月) 10:00～11:30
⑤ プロが教える簡単おいしい スムージーの作り方	7月10日(月) 10:00～12:00
⑥ ナチュラルハーブ講座 [蚊取り線香作り]	7月16日(日) 10:00～12:00

申込:②・③・⑤・⑥【窓口・電話】6月15日(月)9:00から(先着順)

**万葉の森公園**  
 (浜北区平口) ☎586-8700



**HP**▶ [浜松公園緑地協会](#) 検索

内容	日時
① 万葉植物等を描く絵手紙体験 <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	6月25日(日)10:00～14:30
② 季節の公園散策(解説付き) <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	7月2日(日)・9日(日) 11:00～(40分程度)
③ そめであそぼう「タケ」	7月8日(土)9:30～11:50
④ 万葉食講座「作って楽しむ究極の健康食 万葉食(万葉時代の貴族の食事体験:夏メニュー)」	7月23日(日) 9:30～13:00
⑤ 舟橋弘子の万葉コンサート <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	7月22日(土) ①11:00～11:30 ②13:30～14:00

申込:③・④【窓口・電話】6月16日(金)9:00から(先着順)

**雄踏文化センター**  
 (西区雄踏町宇布見) ☎596-1100



**HP**▶ [浜松市雄踏文化センター](#) 検索

内容	日時(複数回の場合は初回日時のみ)
① Start Again Yuto 2023 <span style="background-color: #008000; color: white;">■</span>	6月25日(日)10:00～17:00
② 大ホールピアノ開放	7月2日(日)9:00～17:00
③ いきいき元気 チェアエクササイズ	7月3日(月)14:00～15:00
④ 0歳児のための音楽教室(全5回)	7月7日(金) ①10:00～10:45、 ②11:00～11:45
⑤ 親子で楽しく音楽あそびちよっぴん 1歳児(全5回)	7月13日(月)9:45～10:45
⑥ 大ホールバックヤードツアー	7月23日(日)9:30～12:00

申込:②～⑥【窓口・電話・ファクス】6月15日(日)9:00から(先着順)

**かわな宇宙教室☆夏(1泊2日)**  
 かわな野外活動センター ☎544-0219



**HP**▶ [かわな野外活動センター](#) 検索

日時:8月12日(土)14:30～13日(日)9:00◆申込:【はがき・ファクス・Eメール】6月21日(水)～30日(金)必着(抽選)

マークの説明: 当日、直接会場またはウェブサイトへ

## おんがく

**世界の楽器ミニコンサート**

楽器博物館 ☎451-1128

**HP**▶

内容	日時(各回30分)
ハワイアンダンス	6月25日(日) ①14:00～、②15:30～
ハーディ・ガーディとダンス音楽	7月2日(日) ①11:00～、②14:00～



## スポーツ

**2023年度第2期(9月～12月)プールプログラム**

北部水泳場 ☎438-0220

**HP**▶

内容	期間
① 成人プログラム、親子スイム	9月11日(月)～12月22日(金)
② 幼児・ジュニアスイム	

申込: ①【窓口】6月16日(金)から(先着順)、②【窓口・往復はがき】6月21日(水)必着(抽選)



**雄踏総合体育館**

(西区雄踏町宇布見) ☎597-3500

**HP**▶



内容	初回日	時間
ワク楽体操	7月3日(月)	9:15～10:15
キッズテニス①(年長～小学2年)	7月3日(月)	16:00～17:00
キッズトレーニング	7月3日(月)	16:30～17:30
キッズテニス②(小学3～6年)	7月3日(月)	17:00～18:00
からだケアストレッチ	7月4日(火)	9:30～10:30
やさしいルーシーダットン	7月4日(火)	10:45～11:45
体幹ヨガ	7月4日(火)	19:30～20:30
ラララサーキットライト	7月5日(水)	9:15～10:15
ソフトエアロビクス	7月5日(水)	10:40～11:40
はじめてのヨガ(水曜)	7月5日(水)	13:30～14:30
バランスヨガ①	7月5日(水)	18:30～19:30
バランスヨガ②	7月5日(水)	19:30～20:30
バランスヨガ③	7月5日(水)	20:30～21:30
のんびり健康	7月6日(木)	10:30～11:30
心体すっきりピラティス中級	7月6日(木)	13:30～14:30
心体すっきりピラティス入門	7月6日(木)	14:45～15:45
親子ジャズダンス	7月6日(木)	17:00～18:00
ズンバ	7月6日(木)	10:30～11:30
シェイプエアロビクス	7月6日(木)	20:00～21:00
はじめてのヨガ(金曜)①	7月7日(金)	9:30～10:30
はじめてのヨガ(金曜)②	7月7日(金)	10:40～11:40
健康太極拳	7月7日(金)	14:30～15:30
ボディメイクダンスサイズ	7月14日(金)	20:00～21:00

<共通項目> 申込:【窓口・電話】6月15日(木)9:00から(先着順)

## イベント

**特別展「アニメーション美術の創造者 新・山本二三展～天空の城ラピュタ、火垂るの墓、もののけ姫、時をかける少女～」**

美術館 ☎454-6801

**市HP**▶

日時:7月8日(土)～9月10日(日)9:30～17:00

内容	日時
① 講演会「山本二三の絵画解説」	7月8日(土)14:00～15:00
② キュレータートーク	7月23日(日)14:00～15:00
③ ワークショップ「ゾートロープをつくってみよう」(小学3年生以上)	8月6日(日) ①10:00～12:00、②14:00～16:00

申込: ①・②【窓口】当日13:00から整理券配布、③【ホームページ】7月6日(木)から(全て先着順)



**特別展「秋野不矩・金子富之が描くアジアの神々」**

秋野不矩美術館 ☎922-0315

**HP**▶

日時:6月17日(土)～7月30日(日)9:30～17:00



**青少年の家**

(中区住吉四丁目) ☎471-4725

**HP**▶



内容	日時(複数回の場合は初回日時のみ)
① 目指せ未来の夢仕事 (④小学1年～3年生、②小学4年～6年生)	7月24日(日) ①9:00～11:00、 ②13:00～15:00
② アウトドアクッキング① (小学4年～6年生)	7月29日(土)9:30～15:00
③ チャレンジキャンプ (3泊4日・小学4年～中学生3年生)	8月10日(木)11:00～13日(日)15:00 (保護者説明会 7月30日(日))
④ わんぱくひのつき一隊 (全5回・小学4年～6年生)	9月3日(日)9:00～15:00
⑤ のんびり自然あそび(特別支援学校小学部～高等部・特別支援学級の児童・生徒とその家族)	9月24日(日)9:30～15:00

申込:【ホームページ】①6月18日(日)～7月2日(日)締切、②6月24日(土)～7月8日(土)締切、③6月30日(金)～7月14日(金)締切、④7月1日(土)～15日(土)締切、⑤7月7日(金)～21日(金)締切(全て抽選)

## おんがく

**ゆるやかコンサート夏**

～音の煌めき フルートとハープの調べ～

浜北文化センター ☎586-5151

**HP**▶

日時:7月27日(木)10:30～11:20 ◆申込:【窓口・電話・ホームページ】6月20日(火)13:30から(先着順)



**シリーズ壬生の響きVol.4 秋夜のピアノリサイタル～ナイトマルシェ同時開催～**

天竜壬生ホール ☎922-3301

**HP**▶

日時:9月8日(金)19:00～20:15 ◆申込:【窓口】6月17日(土)10:00から(先着順)



マークの説明:  当日、直接会場またはウェブサイトへ

**スポーツ** 

**浜松アリーナ**  
 (東区和田町) ☎461-1111

浜松アリーナ



**HP**▶

内容	日時
① スポーツ健康相談講演会	7月22日(土)15:00~16:30
② スポーツ塾 (各2回・小学1年~4年生)	[A]7月27日(木)・28日(金) [B]8月22日(火)・23日(水) 10:00~12:00
③ バスケットボールクリニック (経験1年以上の小学3年~6年生)	8月1日(火)10:00~12:00

申込: ①【窓口・電話・ファクス・Eメール】6月15日(木)9:00から(先着順)、【ホームページ】②6月15日(木)12:00から、③6月16日(金)12:00から(全て先着順)

**アリーナ・スポーツ広場の一般開放(7月)**   
 サラグリーンアリーナ ☎585-1222

サラグリーンアリーナ



**HP**▶

内容	開催日	時間	場所
バスケットボール	5日(水)	9:00 ↓ 12:00	アリーナ
卓球	12日(水)		
バドミントン・インディアカ・ファミリーバドミントン	19日(水)		
パウンドテニス	26日(水)	19:00 ↓ 21:00	スポーツ広場
陸上	1日(土)・9日(日)・15日(土)・23日(日)		

**講座・教室** 

**若者キャリアデザイン講座「自分らしいキャリアを描こう!~理系でGO!!シゴトのゲンバ inヤマハファインテック~」(中高生対象)**  
 あいホール ☎412-0351

若者キャリアデザイン講座



**HP**▶

日時:7月25日(火)14:00~16:00◆場所:ヤマハファインテック(株)(南区青屋町)◆申込:【電話・ホームページ】6月15日(木)10:00~7月14日(金)17:00必着※応募者多数の場合、抽選

**親子てならい教室**  
 賀茂真淵記念館 ☎456-8050

賀茂真淵記念館



**HP**▶

日時:7月29日(土)・30日(日)13:30~15:30◆申込:【ホームページ】6月15日(木)から(先着順)

**農村環境改善センター**  
 (西区伊左地町) ☎486-1122

農村環境改善センター



**HP**▶

内容	日時
① 停電断水時の水・トイレ利用術(全2回)	7月22日(土)、9月16日(土)10:00~12:00
② 夏休み子ども体操教室	8月10日(木)10:00~11:00

申込:【往復はがき・Eメール】①7月12日(水)、②7月27日(木)必着※応募者多数の場合、抽選

**スポーツ** 

**舞阪総合体育館(舞童夢)**  
 (西区舞阪町舞阪) ☎597-2800

教室  
イベント



**HP**▶

内容	初回日	時間
リトミック運動教室(全6回)	7月6日(木)	15:45~16:45
すっきり体操(全8回)	7月14日(金)	10:15~11:15
楽しい筋骨体操教室(全6回)	7月26日(水)	13:30~14:30
【無料体験】 骨盤底筋トレーニングヨガ(全1回)	7月27日(木)	9:30~10:30
【無料体験】 ビューティピラティス教室(全1回)	7月27日(木)	10:45~11:45
【無料体験】 身体ひきしめエクササイズ教室(全1回)	7月27日(木)	13:30~14:30

<共通項目>申込:【窓口・電話】6月15日(木)9:00から(先着順)

**スポーツ教室**  
 浜松市スポーツ協会 ☎411-8686

スポーツ協会



**HP**▶

内容	初回日	申込	内容	初回日	C
リズムフィットネス	7月2日(日)	不要	バレエエクササイズ(土曜・プレ中級)	7月1日(土)	C
ラジオ体操子どもリーダー講習会	7月8日(土)	不要	バレエエクササイズ(木曜・初級)	7月6日(木)	C
ジョギング	7月9日(日)	不要	バレエエクササイズ(木曜・中級)	7月6日(木)	C
アーチェリー	7月22日(土)	HP	はじめてのキッズバレエ(木曜)	7月6日(木)	C
合気道	8月1日(火)	HP	はじめてのキッズバレエ(土曜)	7月8日(土)	C
乗馬(一般)	8月3日(木)	HP	はじめてのキッズバレエ(土曜)	7月8日(土)	C
空手道(曳馬協働センター)	8月3日(木)	HP	テーマパークジャズ体験(年少~小学6年生)	7月26日(水)	C
乗馬(小学生)	8月5日(土)	HP	夏休みキッズフィールド	7月26日(水)	C
ボウリング	8月5日(土)	HP	リラックスヨガ	8月1日(火)	C
ちびっこ体操	8月5日(土)	HP	はじめてのエアロピクス(サンライフ浜北)	8月1日(火)	C
アーティストティックスイミング	8月7日(月)	HP	ウェーブリングdeストレッチ	8月3日(木)	C
少林寺拳法(米津)	8月8日(火)	HP	フィットネスヨガ	8月3日(木)	C
飛込	8月19日(土)	HP	エアロピクス	8月3日(木)	C
太極拳	7月15日(土)	A	背骨コンディショニング	8月3日(木)	C
吟詠	7月23日(日)	A	空手道体験	8月4日(金)	C
ミセスのかんたんエクササイズ	7月4日(火)	B	親子テニス	7月8日(土)	D
はじめてのエアロピクス(浜北体育館)	7月7日(金)	B	ジュニアテニス	7月25日(火)	D
からだ引き締めヨガ	7月7日(金)	B			

申込:【HP】ホームページ申込フォーム、【A】浜松アリーナ(☎461-1111)、【B】浜北体育館(☎585-1173)、【C】サラグリーンアリーナ(☎585-1222)、【D】スポーツ協会天竜支部(☎925-8061)



マークの説明: 直 当日、直接会場またはウェブサイトへ

## 講座・教室

はまきた食育の会  
浜北区健康づくり課 ☎585-1171

**市HP**▶ [WELはままつお知らせ・イベント](#) 検索

食育ボランティア養成講座  
日時: 7月27日(木)~2024(令和6)年2月15日(木)9:30~11:30◆**場**  
所: 浜北区役所◆**申込**: [窓口・電話] 6月15日(木)から(先着順)

親子料理教室(年中~小学3年生とその保護者)  
日時: 7月22日(土)9:30~13:00◆**場所**: 鹿玉協働センター  
(浜北区宮口)◆**申込**: [電話] 6月15日(木)から(先着順)

音訳ボランティア養成講座  
中央図書館 ☎456-0234

**HP**▶ [浜松 図書館 イベント情報一覧](#) 検索

日時: 7月10日~2024(令和6)年2月19日の毎週月曜日(祝日、年末年始を除く)13:30~15:30◆**場所**: 城北図書館(中区和地山二丁目)  
※事前説明会(7月3日(月))への参加必須※講座参加希望者多数の場合、説明会終了後に抽選◆**説明会申込**: [電話] 6月16日(金)10:00から

キャンプ用の組み立てテーブルを作ろう(全4回)  
パードピア浜北(県立森林公園内) ☎583-0443

**HP**▶ [パードピア浜北](#) 検索

日時: [土曜コース] 7月1日~22日、[木曜コース] 7月6日~27日  
10:00~15:00◆**問合・申込**: [窓口・電話・ファクス・ホームページ] 6月22日(木)締切(抽選)

ふれあい交流センター  
問い合わせは下記参照

**1・2・3・4 HP**▶ [浜松市社会福祉協議会](#) 検索

**5 HP**▶ [ふれあい交流センター浜北](#) 検索

**申込**: 直マークのない講座は申し込みが必要。詳細はホームページまたは施設に確認(受講対象年齢が設けられている講座あり)

場所/問合	内容	開催日・初回目
<b>1</b> いたや(中区板屋町) ☎413-5570	大人と子どものふれあい体操教室 歴史講座(全4回)	7月29日(土) 8月6日(日)
<b>2</b> 可美(南区増楽町) ☎440-0571	親子で切り絵アートを作ろう! 親子でグミ&クッキー作り教室	7月2日(日) 7月23日(日)
<b>3</b> 青龍(南区青屋町) ☎422-2161	親子リトミック1・2歳児	7月19日(水)
<b>4</b> 萩原(北区初生町) ☎439-4178	家でも簡単に作れるスイーツ作り	7月4日(火)
<b>5</b> 浜北(浜北区小林) ☎587-4830	親子であそぼうははは広場 <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">直</span>	7月2日(日)
	子供のための読み聞かせ <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">直</span>	7月16日(日)
	パネルシアター <span style="border: 1px solid black; padding: 0 2px;">直</span>	7月16日(日)

障がいのある人のための講座  
はままつ友愛のさと ☎586-8800

**HP**▶ [はままつ友愛のさと 講座](#) 検索

内容	日程	時間
<b>1</b> 書道講座A(全8回)	7月28日~10月13日の金曜日	9:30~11:30
<b>2</b> 書道講座B(全8回)	7月28日~10月13日の金曜日	13:00~15:00
<b>3</b> 親子かき方(全3回)	8月1日~8月22日の火曜日	10:00~11:00
<b>4</b> 認知トレーニング(全5回)	8月1日~8月29日の火曜日	13:30~14:30
<b>5</b> アート・アート(全8回)	8月15日~11月28日の火曜日	10:30~12:00

**申込**: [窓口・電話] **1~4** 7月13日(木)17:15締切、**5** 7月25日(火)17:15締切

## 講座・教室

受け手に寄り添う情報提供  
~福島県民にとっての放射能リスクを考える~

防災学習センター ☎474-8555

**HP**▶ [浜松市防災学習センター](#) 検索

日時: 7月22日(土)10:00~11:30◆**申込**: [往復はがき・ホームページ] 7月14日(金)必着※応募者多数の場合、抽選

わかりやすい源泉所得税実務研修会  
税務総務課 ☎457-2141

**HP**▶ [浜松西青色申告会](#) 検索

日時: 6月29日(木)10:00~11:00◆**場所**: 地域情報センター(中区中央一丁目)◆**問合・申込**: [電話] 浜松西青色申告会事務局(☎454-2101)へ。6月16日(金)から(先着順)

写経の会~写経と「徒然草」から仏教の  
教えを読み解く~

松韻亭 ☎473-4310

**HP**▶ [茶室 松韻亭](#) 検索

日時: 7月14日(金)10:00~12:00◆**申込**: [窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール] 6月15日(木)9:00から(先着順)

分譲マンション管理セミナー  
「改めて管理組合運営の将来を考える  
~二つの老いとう向き合うか~」

住宅課 ☎457-2457

**市HP**▶ [マンション管理セミナー](#) 検索

日時: 8月5日(土)13:30~16:30◆**場所**: Uホール(勤労会館)(中区城北一丁目)◆**申込**: [窓口・電話・ファクス・郵送・ホームページ・Eメール] 6月20日(火)から(先着順)※申込書はホームページまたは住宅課で配布※応募者多数の場合は管理組合の人を優先

浜松文芸館(クリエート浜松 5階)  
(中区早馬町) ☎453-3933

**HP**▶ [浜松文芸館](#) 検索

**1** 特別収蔵展「没後三十年 藤枝静男が遺したもの」 直  
日時: 7月1日(土)~10月15日(日)

**2** 夏休み子供講座  
※右のQRコードからも申し込みできます

内容	日時
夏休み絵本づくり講座(小学3~6年生)	7月22日(土)13:30~16:00
夏休み読書感想文講座(小学4~6年生)	[A] 7月22日(土) [B] 7月29日(土) 9:00~12:00
楽しいお話づくり講座(小学1~3年生)	7月29日(土)13:30~15:30

**申込**: [ホームページ・往復はがき] 6月20日(火)~7月10日(月)必着(抽選)

**3** 講演会「藤枝静男邸を訪ねた作家たち」  
日時: 8月6日(日)13:30~15:30◆**申込**: [電話] 6月20日(火)から(先着順)

浜北地域活動・研修センターの  
パソコン教室(基礎・全7回)

浜北地域活動・研修センター ☎588-2740

**市HP**▶ [研修センターのパソコン教室](#) 検索

日時: 7月7日~28日までの毎週水・金曜日9:30~11:30◆**申込**: [往復はがき・ホームページ] 6月23日(金)必着※応募者多数の場合は在職者・求職者などを優先

マークの説明:  当日、直接会場またはウェブサイトへ

**そう****だ****ん**

**くらしのセンター**

(中区海老塚町) ☎457-2635

相談会のお知らせ



税理士による無料税務相談(予約制)

**市HP**▶相談会のお知らせ

問合・申込:【電話】東海税理士会浜松西支部(☎453-1621)へ(先着順)※受付時間:平日9:00~15:00

開催日	時間	申込開始日
7月6日(木)	13:30~16:30	6月15日(木)
8月3日(木)		7月18日(火)
9月7日(木)		8月17日(木)

登記関連相談会(予約制)

**HP**▶静岡県土地家屋調査士会西遠支部

問合・申込:【電話】二会合同事務局(☎474-4848)へ(先着順)※受付時間:平日9:00~16:00



開催日	時間	場所	申込開始日
7月6日(木)	13:30~16:30	くらしのセンター	6月26日(月)
8月3日(木)			7月24日(月)
9月7日(木)			8月28日(月)
8月8日(火)	9:30~11:30	浜北区役所	7月24日(月)

暮らしなんでも無料相談(☎461-3715)

産業振興課 ☎457-2115

**HP**▶ライフサポートセンターしずおか

日時:4月3日(月)~2024(令和6)年3月29日(金)9:00~17:00(土・日曜日、祝日、年末年始は除く)◆場所・問合:ライフサポートセンター西部事務所(東区上西町・☎461-3715)



外国人のための相談会(無料)

多文化共生センター ☎458-2170

**HP**▶HAMAPO



内容	開催日	時間
行政書士相談・外国人と日本人との間のトラブルの調停(行政書士ADR)	7月8日(土)	13:00 ↓ 16:00
弁護士相談	7月15日(土)・27日(木)	
社労士相談	7月20日(木)	16:00
在留資格に関する相談	8月3日(木)	

場所:クリエート浜松(中区早馬町)◆申込:【窓口・電話】6月15日(木)から(先着順)

**市制施行112周年記念式**

市勢功労者表彰、ジュニアオーケストラ浜松、ジュニアクワイア浜松による市制記念コンサートなど

**日時:7月1日(土)13:00~15:00**

**場所:アクトシティ浜松 大ホール**

※入場無料。当日、直接会場へ

**市HP**▶市制記念式

秘書課 ☎457-2070



**講座・教室**

アマモ場で生きもの観察!  
(小学生向け浜名湖自然学習会)

環境政策課 ☎453-6149

**市HP**▶環境イベント

日時:7月29日(土)9:00~12:00※荒天延期の場合は、7月30日(日)9:00~12:00◆場所:南海荘(西区村瀬町)◆申込:【ファクス・ホームページ・Eメール】7月4日(火)締切(抽選)



環境学習指導者養成講座(全7回)

環境政策課 ☎453-6149

**市HP**▶環境学習指導者

日時:7月11日(火)~11月17日(金)※時間は講座より異なる◆場所:鴨江分庁舎(中区鴨江三丁目)※他市内各所◆申込:【窓口・ファクス・ホームページ・Eメール】7月4日(火)必着(抽選)※申込書はホームページからダウンロードできます



西部清掃工場・えこはま

(西区篠原町) ☎440-0150

**HP**▶えこはま



内容	日時
生物多様性講座『昆虫に触ってみよう!』	7月22日(土)10:00~11:30
生物多様性講座『昆虫の不思議と実践(鱗粉転写)』	7月22日(土)13:00~14:30
地球温暖化について考える『あたたまる地球(地球温暖化のナゾを解く)』	7月29日(土)10:00~12:00
シュレッダーの裁断くずを利用したフォトフレームづくり	7月30日(日) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00

<共通項目> 申込:【電話・Eメール】6月17日(土)9:00から(先着順)

シニア向けスマートフォン教室

情報システム課 ☎457-2722

**市HP**▶シニア向けスマホ教室

日時:7月20日(木)13:30~15:30◆場所:地域情報センター(中区中央一丁目)◆申込:【往復はがき・ホームページ】6月30日(金)必着(抽選)※往復はがきの場合「住所・氏名・年齢・電話番号・返信用の宛名」を書いて、〒430-0929 浜松市中区中央一丁目12-7 情報システム課「スマートフォン教室係」へ



**そう****だ****ん**

行政相談委員による行政相談 

問い合わせは下記参照

**HP**▶行政相談 受付窓口



場所	日時	問合(★は区民生活課)
中区役所	6月15日(木)9:00~12:00	☎457-2121★
東区役所	7月4日(火)9:00~12:00	☎424-0164★
西区役所	6月27日(火)、7月11日(火) 10:00~12:00	☎597-1115★
南区役所	7月12日(水)9:00~12:00	☎425-1382★
北区役所	6月21日(水)9:00~12:00	☎523-1116★
三ヶ日総合福祉センター	6月21日(水)9:00~12:00	☎523-1116 (北区区民生活課)
浜北区役所	6月15日(木)9:00~11:30	☎585-1112★
水窪協働センター	6月21日(水)13:00~15:30	☎982-0002