

三方原協働センターだより

令和8年2月5日 発行 No.11
浜松市中央区三方原町 1179-5
三方原協働センター TEL 437-6522
講座専用 TEL 080-9481-7066

市委託
中央区中
第11号

業務受託者：浜松北地域まちづくり協議会

回 覧

地域文化セミナー

(全2回講座)

一人暮らし応援講座 簡単料理教室



春から一人暮らしを始める人のために、簡単でおいしいメニューをご紹介します。
一人暮らしの料理のヒントも満載です。

●日 時 令和8年3月11日(水)・18日(水) 9:30~12:30

1回目	3月11日(水)	基本のご飯を作りましょう♪ ☆鍋で炊くご飯(ツナそぼろと炒り卵の二色丼) ・簡単味噌汁・肉野菜炒め
2回目	3月18日(水)	電子レンジを活用しましょう♪ ☆蒸し鶏・かぼちゃのピーナッツバター和え ・もやしと小松菜のナムル風(ご飯付き)

●場 所 三方原協働センター 2F 料理教室

●定 員 12名(先着順 ※定員に満たない場合は、直前まで受付ます)

●講 師 山本裕子さん(パンとお菓子、料理の教室 Petit Copain 主宰)

●受講料 無料

●材料代 全2回講座で2,000円(3月11日に集金します)

●持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、ふきん(2~3枚)、筆記用具

●受 付 2月10日(火)午前8時45分~ 三方原協働センター窓口で受付ます。

定員に満たない場合は、10:00から電話・メールでも前日まで受付します。(次頁の上部枠内を参照)

地域文化セミナー

ポールを持って軽快に歩こう 春のノルディック・ウォーク体験会



中根金作が作庭した浜松工業高校の庭や門、長池の桜、信玄街道を学びながら歩きます。

約4kmの行程なので、ノルディック・ウォーク初心者でも安心です。

●日 時 令和8年2月28日(土) 9:30~12:00 ※雨天の場合は中止

※当日が桜の見頃でない場合もあります。

●集合場所 初南コミュニティホール駐車場 (初生町 1056-1)

●定 員 20名(先着順 ※定員に満たない場合は、直前まで受付ます)

●講 師 増田幸雄さん(元浜松市美術館長) 浜松北地域まちづくり協議会

●受講料 無料

●持ち物 ノルディックポール (※ポールレンタル 200円:必要な方はお申込み下さい)

●受 付 2月4日(水)午前8時45分~ 三方原協働センター窓口で受付ます。

定員に満たない場合は、10:00から電話・メールでも前日まで受付します。(次頁の上部枠内を参照)

「はたちの集い」を開催しました! もご覧ください



申込コード

お電話でお申込みの場合 講座専用ダイヤル：080-9481-7066

※受付時間は、日曜、祝日を除く9:00~17:15

メールでお申込みの場合 メール：machikyou.koudou@outlook.jp

①件名「簡単料理教室 申込み」「春のノルディックワーク体験会 申込み」

②氏名、③氏名ふりがな、④性別、⑤住所、⑥電話番号、⑦年代（●●代）

⑧<ノルディックの場合>ポールレンタルの有無をお知らせください。

令和8年「はたちの集い」を開催しました！

令和8年1月11日(日)、三方原中学校区は浜松市教育会館で、北星中学校区は北部協働センターで「はたちの集い」を開催しました。

式典では、来賓の皆様方からは温かな励ましや期待の言葉をいただき、代表の二人からは感謝と力強い決意の言葉が述べられました。交流会では和やかな雰囲気の中、恩師や同級生との久しぶりの再会を楽しまれていました。はたちの集い実行委員及び各種団体のご協力により、新たな門出にふさわしい集いとなりました。

浜松市教育会館の様子



北部協働センターの様子



三方原協働センターでは、 使用済みインクカートリッジ回収しています

使用済みインクカートリッジの回収をしています。
インクカートリッジ回収箱は、協働センター1階エレベーター東側に設置してありますので、ご利用ください。

回収対象メーカー（純正品が対象です）

brother

Canon

EPSON



「一人暮らし応援講座」もご覧ください