



# 浜松市ふれあい交流センター 可美だより

浜松市中央区増楽町1645番地の1

令和8年1月号

TEL 053-440-0571

FAX 053-440-0572

◎ 開館時間 9:00～16:30 休館日：毎週月曜日（こどもの日、敬老の日を除く）

◎ ご利用できる方：市内在住で60歳以上の人、中学生以下の子どもとその保護者、高齢者や子どもを支援する活動に関わる人。

## 教養講座のご案内《受講生募集》

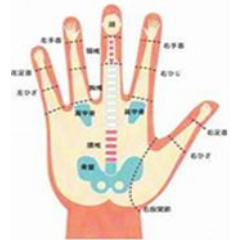


### ☆ 親子チョコレートを使ったおやつ作り

- ・開催日時 令和8年2月8日（日曜日） 午前10時～12時
- ・定員 10組（20人） ※応募者多数の場合は抽選
- ・対象者 市内在住の小学生とその保護者（親又は祖父母）
- ・持ち物 マスク、エプロン、三角巾、筆記用具、手拭きタオル、布巾、スリッパ、持ち帰り用タッパー等の容器（500ml程度）
- ・材料費 親子1組 1,000円

### ☆ 指ヨガお手軽健康法 ～手を刺激することで、心身を健康に？～

- ・開催日時 令和8年2月3日、17日（火曜日）午後1時30分～3時 全2回
- ・定員 15人 ※応募者多数の場合は抽選
- ・対象者 60歳以上の市民
- ・持ち物 マスク、水分補給用の飲み物、汗ふき用タオル、筆記用具
- ・受講料 無料



### ☆ 運動を行い生涯現役！

- ・開催日時 令和8年2月4日（水曜日） 午前10時～11時
- ・定員 15人 ※応募者多数の場合は抽選
- ・対象者 60歳以上の市民
- ・持ち物 マスク、水分補給用の飲み物、汗ふき用タオル
- ・受講料 無料

## ふれあい交流センター可美とのコラボ企画

### ☆ 子育てサポート『ぺあれんつ』豆まき会

- ・開催日時 令和8年2月1日（日曜日）午前10時～12時
- ・募集家族 30組×2クラス（0歳児～3歳児、4歳児～6歳児）  
※ 応募者多数の場合は抽選
- ・対象者 未就学児と保護者（父母並びに祖父母）  
※ 豆まき会終了後、可美中学生による人形劇

### 時間割

- 10:00～10:15 ペープサート
- 10:20～10:35 ふくろ作り
- 10:40～10:50 豆まき（0～3歳児）
- 10:55～11:05 豆まき（4～6歳児）
- 11:05～11:20 人形劇準備
- 11:20～12:00 人形劇

◎上記講座の募集期間 令和8年1月6日（火）～1月23日（金）

◎申込方法 電話（053-440-0571）または FAX（053-440-0572）、事務所窓口にてお申し込み

## お知らせ

健康講和テーマ『生活習慣病』 令和8年1月8日（木曜日）午前10時  
フードドライブ 令和8年1月4日～1月31日 皆さまからのご協力を！

## 文化展活動報告

作品展示、電車模型体験、遊びチャレンジ体験、活動発表会、  
地域の方と遊ぼう体験など 12月6日（土）、7日（日）



↓ カーズマン先生と運動あそび・ごうちん先生のからだのトリセツほか



みなさんこんにちは。  
**元気はつらつ教室です**

新年あけましておめでとうございます。良い正月を迎えられた  
ことと思います。気持ちも新たに今年も頑張りましょう！



- ♥ 巨大トランプ（七ならべ、神経衰弱）チームで戦略を練りました！
- ♥ クリスマス会：みんなでケーキを作りました。おいしく食べました！  
サンタさん、プレゼントをありがとう！
- ♥ 文化展に出展しました。 ♥ 心の詩歌（センター内の廊下に展示）

