



浜松市ふれあい交流センター 湖南だより 令和8年7月号



〒431-0203 浜松市中央区馬郡町3805-1 電話・FAX (053) 596-1866

Email : csw-konan@helen.ocn.ne.jp

- ◆ご利用できる方：市内に居住する60歳以上の方、市内に居住する中学校の生徒以下の方及びその保護者
- ◆開館時間：午前9時00分～午後4時30分(使用料は、無料)
- ◆休館日：毎週月曜日(こどもの日、敬老の日を除く)、年末年始(12月29日～1月3日)
- ◆子育て世代を応援します。キッズコーナー、授乳室等も完備しております。

教養講座 開催報告

メンズクッキング講座 6/23(火)

柳田美智子先生を講師に、夏の料理「鰻の炊き込みご飯・なすとトマトのサラダ・ピーマンとじゃこのカリカリ炒め・みずまんじゅう」などを作りました。

受講者たちは積極的に手際よく手を動かしていました。完成した料理を皆さんで食べながら、「思ったよりおいしくてきて満足だよ。」とご満悦の様子でした。



受講者募集

◆親子でクールなおやつ作り

- 日時： 7月24日(金) 午前10時～正午
- 内容： ・氷じるこ(白玉団子入り) ・夏色フルーツゼリー
・食材に関するミニ講座
- 対象者： 市内在住の小学校低学年の児童及び保護者
- 定員： 4組(先着順)
- 参加費： 800円(材料費)
- 講師： 管理栄養士 岩崎 優子 先生
- 持ち物： エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、布巾3～4枚
お持ち帰りの方は、保冷バッグ(タッパー)及び保冷剤
- 申込期間： 令和8年7月1日(水)～7月19日(日)



◆浜名湖の自然環境講座 ～浜名湖の自然を知る・守る～

- 日時： 8月29日(土) 午前10時～11時30分
- 対象者： 市内在住の小学生(保護者同伴可)
- 定員： 20人(先着順)
- 参加費： 無料
- 講師： NPO法人 浜名湖フォーラム 佐々木 雄一 氏
- 持ち物： 筆記用具
- 申込期間： 令和8年7月28日(火)～8月22日(土)



※ お申し込みは、電話・FAX・Emailまたは、湖南事務室まで
※ 受講される方は、「ふれあい交流センター利用証」が必要となります。お持ちでない方は、交付申請をお願いいたします。(運転免許証・保険証・マイナンバーカード等の本人確認書類をご持参ください。)



元気はつらつ教室（6月の活動報告）

オセロ



駒を何処に置こうか、後半になるにつれ慎重になってきました。「考えろ…考えろ…」一生懸命戦略を練りますが迷ってしまいます。「誰か知恵を貸してー。」と叫ぶ声に、「ほらあそこが良いんじゃない。」とすぐにアドバイスが聞こえてきます。ここに置けばこうなって…と先の先を読みながらのアドバイスのお様子です。脳が活性化されて、認知症の予防効果があったかな？

カエル VS かたつむり



表には「カエル」、裏には「かたつむり」が描かれているカードがあります。それぞれ上を向けて10枚ずつ置かれています。それを20秒間にお互いに裏返して、どちらの絵が多く上を向いているかの勝負です。スタート前には、お互いに目も合わせないほど集中しています。スタートの合図と同時に手が入り乱れ、夢中になって裏返していました。どちらが勝っても負けてもあっぱれ、あっぱれ。

ベンチサッカー



歓声を上げながらボールを蹴り、夢中になってゴールを狙っています。湖南はつらつサッカー場でも、ワールドカップさながらの熱戦を繰り広げました。

壁画 すいれんの池



利用者さん一人ひとりが、心を込めて作った睡蓮の花。フランスの画家モネが描いた「睡蓮の池」のように、素晴らしい作品ができました。

花園幼稚園との交流会



園児をまねてエビカニクスを踊る利用者の皆さん。皆さん笑顔いっぱい楽しそうに踊っていました。



ちょちょ電車が出てくる～ 次の駅は～ほっぺー。園児にくすぐられる利用者さん。