

学びの庭

令和6年

2月号

令和6年3月・4月情報

磐田市内の交流センターで開催される講座やイベント情報



市のホームページでも内容をご覧ください →



豊岡東交流センター
TOYOOKAHIGASHI

住所 敷地1187-3
☎ 0539-62-6669
申込み：直接または電話受付

「季節の薬膳講座」(第6回目)春の養生食

3月3日(日) 10:00~11:30

講義時間帯のみの参加者募集です。年間受講生は定員となっています。
春の主な気候は「風」。風の影響を受けやすい「肝」を保養し、体内代謝の正常化と情緒の安定により食材とその効能を学びます。

対象：大人
定員：若干名(講義のみ受講の方)
費用：600円(受講料100円・資料代500円)
持ち物：筆記用具

豊岡東交流センター 申込み：2月3日(土) 8:30~

交流センターロビー展 【3月・4月】

【3月】3月7日(木)~31日(日)
【4月】4月2日(火)~30日(火)

【3月】磐田市歴史文書館巡回展 「大地を潤す寺谷用水」
令和4年に『世界かんがい施設遺産』に登録された寺谷用水。江戸時代に先祖が築いた農業用水「寺谷用水」がどのように守り続けられてきたかを知ることができます。是非ご覧ください。

【4月】「絵画展」 仲川勝彦

※ロビー展示希望者は、豊岡東交流センターへお問い合わせください。

豊岡東交流センター 皆さんのお越しをお待ちしています。

**春の装いが楽しくなる
「美色コーディネート体験講座」**

3月16日(土) 10:00~12:00

あなたの印象がグッと良くなる!効果的な色の使い方・配色を学び、色による顔映りの変化を体験してみましょう。「無難な色の服ばかり」「似合う色って何」という方におススメ。
ときめく春、自分に似合う色を見つけて、お出かけしてみませんか。

対象：大人
定員：10人
費用：1,000円(受講料100円、資料代900円)
持ち物：筆記用具

豊岡東交流センター 申込み：2月16日(金) 8:30~

**摘み草して…
「薬膳料理講座」**

3月24日(日)
10:00~13:00

暖かな春の日差しを浴びながら敷地川の堤防を散策して摘み草をします。それを料理して春をいっぱい感じてみませんか。

対象：大人
定員：10人程度
費用：1,100円
(受講料100円、材料代1,000円)
持ち物：マスク、エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具、持ち帰り容器

豊岡東交流センター
申込み：2月24日(土) 8:30~

**楽しく学ぼう!
「ドローン体験講座」**

4月28日(日)
10:00~12:00

ドローンは、年齢に関係なく幅広く人気があります。仕組みや飛行ルールを学びながら、ラジコン感覚で楽しく操縦してみましょう。ドローンを使った空撮映像も紹介されます。

対象：大人
定員：10人
費用：100円(受講料)
持ち物：筆記用具、室内シューズ
その他：体育館で実施。(デモ飛行は屋外)

豊岡東交流センター
申込み：3月28日(木) 8:30~

**令和6年度「季節の薬膳講座」
全6回 受講生募集**

4月14日・6月2日・7月21日・
10月6日・11月24日・3月2日
全て日曜日、10:00~13:00
※4月14日は10:00~12:00講義のみ

薬膳の基礎である「中医營養学」の食に対する見方や考え方、季節の気候と体の関係を知り、食べ物の効能を生かした食べ方や調理方法を学びます。

対象：大人
定員：15人
費用：6回分 8,600円(受講料600円・資料材料代8,000円)
持ち物：マスク、エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具、持ち帰り容器

豊岡東交流センター
申込み：3月21日(木) 8:30~

富岡交流センター
TOMIOKA

住所 加茂3
☎ 0538-34-4735
申込み：直接または電話受付

**富岡地域づくり協議会主催
認知症講座**

3月12日(火) 9:30~11:00

「認知症」ってなあに?認知症ってどんな症状なの。その時どう理解して接すればいいの?介護福祉士の方に「認知症」について教えていただきます。

対象：大人(磐田市在住の方)
定員：30人
費用：無料

富岡交流センター
申込み：2月14日(水) 9:00~



**終活 終活セミナー
いざと言う時の医療と介護**

4月23日(火) 10:00~11:30

突然の病気発症、介護。あなたはどのようにしてほしいですか?家族に伝えておきたいことを終活ライフケアプランナーと一緒に考えてみましょう。

対象：大人
定員：10人
費用：100円
持ち物：筆記用具

富岡交流センター
申込み：3月22日(金) 9:00~

わらべうたベビーマッサージ&手形アート

3月6日(水) 13:30 ~ 15:30

豊岡中央交流センター TOYOOKACHUO

住所 吉貫地76-5

☎ 0539-62-9130

申込み：直接または電話受付

わらべうた風のメロディーに合わせてベビーマッサージをします。覚えやすいメロディーと動きなのでお家でも続けられますよ。合わせて春らしい手形アートも作ります。

対象：2歳未満のお子様と保護者

定員：6組 費用：無料

持ち物：バスタオル

豊岡中央交流センター 申込み：2月6日(火) 8:30 ~

「とよおか学び舎」講座 講演会「社山城と地域の人々」

3月10日(日) 13:30 ~ 15:30

戦国時代直前に磐田市の北部・豊岡地区周辺を生活の場としていた人々の動静と、社山城について、文献から語っていただきます。

対象：大人 定員：70名

費用：無料 持ち物：筆記用具

講師：坪井俊三先生(磐田市文化財保護審議会委員)

共催：とよおか学び舎 磐田市文化財課

その他：講演に先立ち社山城で採集した資料について紹介します。

豊岡中央交流センター 申込み：2月14日(水) 8:30 ~

第2弾 田舎こんにやく作り講座

3月10日(日) 13:30 ~ 16:00

11月の第1弾に続き、今回の第2弾もこんにやく芋から昔ながらの製法でぷりぷりのこんにやくを作ります。ゆずたっぷりのゆず味噌も作りますよ。

対象：大人(1回目を受講されていない方優先)

定員：12人

費用：500円(受講料100円・材料費400円)

持ち物：エプロン・マスク・三角巾・ふきん3枚

豊岡中央交流センター 申込み：2月9日(金) 8:30 ~

終活についてのお話&オーイエイ(遺影)写真会

3月12日(火) 13:00 ~ 14:30

元気なうちから「人生の最後にどう在りたいか」考えてみませんか?豊岡地域包括支援センターによる終活のお話と簡単なゲームを行います。また、素敵な写真をお一人ずつ撮影します。笑顔のあなたをご家族に残してみませんか?

対象：大人 定員：10人

費用：400円(受講料100円、撮影・データ代300円)

持ち物：筆記用具

その他：服装は自由です。写真データのお渡しは後日となります。

共催：豊岡地域包括支援センター

豊岡中央交流センター 申込み：2月20日(火) 8:30 ~

ひょうたんランプ作り講座

4月7日(日) 9:00 ~ 11:30

ひょうたんに下書きし、目打ちで穴を開けて、絵を描きます。光をとんとんと幻想的で、とっても素敵ですよ。

対象：大人

定員：10人

費用：1,000円(受講料100円・材料費900円)

持ち物：鉛筆・目打ち・消しゴム・単4電池3本

豊岡中央交流センター 申込み：3月7日(木) 8:30 ~

楽しくコミュニケーション 英会話

3月3・17・4月7・21日(日) 13:30~14:30

池田交流センター IKEDA

住所 池田407-1

☎0538-34-4737

申込み：直接または電話受付

固まってしまうと話せない・・・緊張して楽しめない・・・そんな苦手意識があるせいか踏み込めない英会話。そんな意識を外すためにまずは楽しむところから英語を身近に感じてみませんか?

対象：大人

定員：10名

費用：400円(受講料)

持ち物：筆記用具や水分補給のための飲み物

池田交流センター 申込み：2月14日(水) 9:00 ~

【全4回】

パソコンExcel初級講座

3月21・28・4月4・11日(木) 10:00~12:00

パソコンの基本的な用語から、Excelの基本的操作を学びます。Excelが使えると、日常の仕事や自治会で登場するほとんどすべての書類をつくることができます。まず入口を学びましょう。

対象：大人

定員：10名

費用：400円(受講料)

持ち物：お持ちのパソコン(MSExcel2013以降インストール済み)・筆記用具

池田交流センター

申込み：2月21日(水) 9:00 ~

赤ちゃん講座【全4回】

理学療法士ママによる発達を促す運動遊び

4月18日・5月9日・30日(木)・6月16日(日) 10:00~11:30

赤ちゃんから「体の軸」の土台作りが大切。生まれてからのお子さんの発達を専門家による視点から学んでいきます。将来の成長を踏まえ、体と心がどう結びついているのかを知るための講座です。

対象：令和5年10月~令和6年3月生まれの親子

定員：10名

費用：無料

持ち物：飲み物・タオル・動きやすい服装・赤ちゃんお出かけセット

池田交流センター

申込み：3月13日(水) 9:00 ~



青城交流センター SEIJO

住所 立野156
☎0538-35-9311
申込み：直接または電話受付

【全3回】初めてのスマートフォン 〈応用編〉

3月7・14日(木)・22日(金) 10:00～11:00

シリーズ第2弾は「応用編」です。①インターネットを利用してグーグルレンズや地図アプリなどの使い方②電子マネー(キャッシュレス決済)などスマートフォンならではの使い方を学びます。このシリーズを初めて受講される方もスマートフォンをお持ちでない方も大歓迎。

対象：一般
定員：15人
費用：無料
持物：スマートフォン(お持ちの方)、筆記用具

青城交流センター 申込み：2月17日(土) 9:00～

【全4回】 短歌づくりを楽しむ

4月10日・17日・24日・5月1日(水)
13:30～15:00

最近、短歌や俳句など日本文化の面白さが見直されているとか。基本知識や古典にふれながら、その瞬間に胸に起こった感動や想いを、あなたも31音のリズムと言葉で表現してみませんか。

対象：大人
定員：15人
費用：500円
(受講料400円・資料代100円)
持ち物：筆記用具

青城交流センター
申込み：3月10日(日) 9:00～

【全4回】 PC初心者講座 Excel編

4月18日・25日・5月2日・9日(木)
10:00～11:30

簡単な表作成・集計や図形の挿入など、Excelの基本機能を学びます。自治会・サークル等の役員になられたあなたに最適の講座です。

対象：文字入力できる方(遅くてもOK)
定員：10人
費用：600円
(受講料400円・資料代200円)
持ち物：パソコン(MS Excel2013以降インストール済)・筆記用具・USBメモリ(フォーマット済)

青城交流センター
申込み：3月17日(日) 9:00～

展示案内 四季の風景写真展

2月22日(木)～3月24日(日)
8:30～17:00

南御厨写真クラブの一員として活動しているこの地区在住の方の写真展です。花・紅葉・山・花火や夜景ライトアップなど、四季折々の風景を是非ともお楽しみください。

会場：会議室3
その他：会場は会議等で使用中の場合もありますが、ご自由にご覧いただけます。

お問合せ
青城交流センター



豊田東交流センター TOYODAHIGASHI

住所 高見丘99-1(豊田東小北側)
☎0538-86-3811
申込み：直接または電話受付

第9回 桜ウオーキング&クリーン作戦

3月30日(土) 10:00～12:00

豊田東地区の桜並木まで、お散歩しながらクリーン活動をする企画です。豊田東地区の春を満喫しましょう。

対象：どなたでも
持ち物：軍手・火ばさみ・水筒・マスク 申込み：不要
その他：開花時期により日程変更ありセンターにお問合せください。

豊田東交流センター 皆様のお越しをお待ちしております。

【全3回】新米パパ・ママさんの育児応援講座

4月12日(金)・14日(日)・21日(日)
①10:00～11:30 ②10:00～11:30
③10:00～12:00

赤ちゃんが生まれて成長を伴い離乳食など悩んでいませんか?栄養士から学ぶ時短料理は新米ママさんにピッタリ、イクメンを目指すパパさんにもおすすめです。育児を頑張っている家族を応援します。

【第1回】 離乳食講座(雪印ビーンスターク(株))
【第2回】 「普通食の応用」栄養士が教える離乳食
【第3回】 パパの子育てゲーム
ママの赤ちゃんマッサージ&手形をモチーフにした飾り作り

定員：6組
対象：4ヶ月～1歳頃迄の赤ちゃんと同親
費用：1,700円(受講料400円+②材料費300円+③1,000円)
持ち物：②エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
③赤ちゃんの手形・パスタオル・フェイスタオル



豊田東交流センター 申込み：3月12日(火) 9:00～

第9回 ありがとう音楽会

4月27日(土) 13:00～15:00

ありがとう音楽会は今回で9回目を迎えます。地区の皆さんや日頃センターを利用して下さっている方々へ感謝の気持ちを込めて開催致します。ゲストの演奏やセンターに通う団体さんの発表を楽しんでください。

対象：どなたでも
定員：なし
費用：無料
持ち物：飲み物
申込み：不要 直接豊田東交流センターへお越しください

豊田東交流センター 皆様のお越しをお待ちしております



井通交流センター IDORI

住所 弥藤太島500-1
☎0538-33-1350
申込み：電話受付

三色団子とみたらし団子

3月2日(土) 9:30~12:00

春は目前!! 今年は手作りのお団子を持って、お花見に出掛けませんか?
柔らかいお団子ではなく、昔ながらの上新粉を使ったお団子を作ります。(三色団子6本・みたらし団子1カップ〈10個程度〉をお持ち帰りいただきます)
対象：大人 定員：9人 費用：900円(受講料100円・材料費800円)
持ち物：エプロン・三角巾・ふきん2~3枚・手拭き用タオル・筆記用具・マスク

井通交流センター(電話のみの受付です) 申込み：2月2日(金) 9:00~

一言坂だけじゃない!! 井通の歴史、もっと深く学びましょう。

3月8日(金) 9:30~12:00

慣れ親しんでいる地元の歴史を学ぶ。家康ゆかりの地だけでなく、井通地区の歴史を学びながら一緒に歩きましょう。

※雨天中止・小雨決行。中止の場合は当日の朝8時までに電話連絡いたします。

対象：大人 定員：20人 費用：無料

集合場所：井通交流センター

持ち物：筆記用具・水分補給用飲料・小雨の場合は雨具(傘・合羽どちらでも可)

井通交流センター(電話のみの受付です) 申込み：2月8日(木) 9:00~

自分だけの書 己書講座

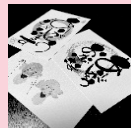
4月14日(日) 10:00~11:30

デジタルが主流になっている今、書くことがおっくうになっていませんか?
味のある文字や絵を楽しみながら書いてみましょう。

対象：中学生以上 定員：15人
費用：1,100円(受講料100円・材料費1,000円)

※中学生は材料費のみ

持ち物：筆記用具



井通交流センター(電話のみの受付です) 申込み：3月14日(木) 9:00~



竜洋交流センター RYUYO

住所 岡783-1
☎0538-66-9103
申込み：電話受付のみ

~耳つぼでセルフケア~ 耳つぼマッサージ講座

- ①4月10日(水) 10:00~11:30
- ②4月12日(金) 10:00~11:30

耳は全身のつぼが集まっていて、マッサージすることで全身の血流がよくなります。特に顔や首、肩の緊張がとれ、呼吸がしやすくなったり良い睡眠にもつながります。

対象：大人 定員：各12人

費用：100円(受講料)

持ち物：鏡(自立式)・筆記用具・あれば携帯

電話(耳の写真をとるため)

その他：初めての申し込みの方優先

竜洋交流センター

申込み：3月13日(水) 9:00~

春の行楽弁当を作ろう!

4月13日(土) 9:30~12:00

メニューは、オムライス弁当。
魚のアーモンド焼き、菜の花とカニカマのマヨネーズ和え、新じゃがの田楽、フルーツゼリーも作ります。

対象：大人 定員：16人
費用：1,000円(受講料100円・材料費900円)

持ち物：ふきん・エプロン・三角巾・マスク・水分補給用飲料水・お持ち帰り用容器(お弁当容器でも可)

竜洋交流センター

申込み：3月14日(木) 9:00~



福田中央交流センター FUKUDECHUO

住所 福田1587-1
☎0538-58-1111
申込み：電話受付のみ

夢とロマンあふれる 帆船模型展示会

3月17日(日)~3月30日(土) 9:00~16:30

帆(セイル)に風を受けて進む「帆船(はんせん、ほぶね)」。芸術的ともいえる帆を持つ、ロマンあふれる帆船模型の世界をご堪能ください。完全手作りの作品です。

会場：福田中央交流センター 展示室

福田中央交流センター 皆様のお越しをお待ちしております。

放課後子ども教室 キッズアート展

4月6日(土)~28日(日) 9:00~16:30

放課後子ども教室で学んだ生徒たちの作品をお楽しみください。

[講座]

坐禅を体験してみよう

3月10日(日) 10:00~11:30

瞑想して精神統一を行う坐禅を体験してみませんか。きっと身も心も軽くなったと感じられることでしょう。
《指導：平田泰忍禅師》



対象：どなたでも 定員：10人
費用：受講料・100円(中学生以下無料)
服装：リラックスできるジャージ等

福田中央交流センター

申込み：2月10日(土) 9:00~

教えて!ドローン

あれこれ体験講座

4月7日(日) 14:00~16:00

人気のドローン講座。しくみやルールを学び、操縦を体験します。

ドローンの飛ばし方を一緒に学んで楽しみましょう。



対象：おとな 定員：10人
費用：受講料100円 持ち物：筆記用具

福田中央交流センター

申込み：3月7日(木) 9:00~

[全3回]

吊り竹灯笼作り

4月13日,20日,27日(土) 14:00~16:00

柔らかな明かりで人気の竹灯笼から吊り下げタイプを2つ作成します
受付カウンターにサンプル展示しています。



対象：おとな 定員：10人
費用：1,200円(受講料・300円・材料費900円)
持ち物：滑り止め付手袋、雑巾(竹磨き)

福田中央交流センター

申込み：3月13日(水) 9:00~

福田南交流センター
FUKUDEMAMI

住所 福田5489-2
☎ 0538-55-3123
申込み：電話受付のみ

花と緑のある暮らし③ フラワーアレンジメント講座

3月12日(火) 10:00 ~ 11:30

今回はブーケタイプのアレンジメントになります。春の先取りをしませんか？

対象：大人
定員：10人
費用：2,000円（受講料100円・材料費1,900円）
持ち物：花切りばさみ・持ち帰り用袋

福田南交流センター 申込み：2月10日(土) 9:00 ~

**ふるさと再発見
第7回福田桜ウォーキング**

3月30日(土) 雨天順延3月31日(日)
9:00 ~ 12:00 受付後随時出発

マップ片手に桜を見ながら、福田の街をウォーキングをしませんか？
※引率希望の方は10時出発
※完歩された方には記念品と、出発到着時刻と写真入りのカードを差し上げます。



対象：どなたでも
定員：なし
費用：無料
持ち物：飲み物・帽子・連絡用携帯電話

福田南交流センター
申込み：不要 直接交流センターへ

**花と緑のある暮らし①
プロに聞く庭づくり**

4月13日(土) 10:00 ~ 11:30

「狭すぎるスペースで、どんなことができる？」
「広すぎるスペースをどうしたらいい？」樹木を熟知したプロが、花木やエクステリアについて、教えてください。この機会に自宅の庭づくりを考えてみましょう。

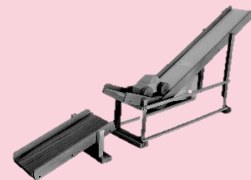
対象：大人
定員：20人
費用：300円
(受講料100円・資料代200円)
持ち物：筆記用具

福田南交流センター
申込み：3月9日(土) 9:00 ~

**ものづくり講座①
木工すべり台づくり**

4月28日(日) 9:30 ~ 11:30

お子さんやお孫さんに手作りの木のおもちゃはいかがい？
車がジャンプするすべり台。
キットになっているので、あとは釘を打つだけ！



対象：大人
定員：10人
費用：100円
(受講料100円・材料費無料)
持ち物：かなづち・定規

福田南交流センター
申込み：3月23日(土) 9:00 ~



豊浜交流センター
TOYOHAMA

住所 豊浜2921-1
☎ 0538-30-6628
申込み：電話受付のみ

素朴でくせになるあとひく美味しさ 味噌まんじゅう

3月2日(土)・3日(日) 9:30 ~ 12:00

ほのかに香る味噌と、うまみ豊かな黒コシアンと白アンの2種類の味噌まんじゅうを作り、蒸して持ち帰ります。
※どちらか1日の参加になります。

対象：大人
定員：8名
費用：1,100円(受講料100円・材料費1,000円)
持ち物：エプロン・マスク・三角巾・布巾・台ふき・手拭きタオル・筆記用具

豊浜交流センター 申込み：2月3日(土) 9:00 ~

鍼灸師によるお灸とツボ押し 花粉症の症状を和らげよう

4月10日(水) 10:00 ~ 11:30

初心者でも簡単に使える台座灸とツボ押しで、自宅でもできるセルフケアを学びます。万能ツボや花粉症の症状を和らげるツボでココロもからだも健康になりましょう。

対象：大人
定員：12名
費用：700円(受講料100円・材料費600円)
持ち物：筆記用具
※ひじやひざが出せる服装でお越しください

豊浜交流センター 申込み：3月12日(火) 9:00 ~

カーネーションアレンジメント

4月25日(木) 10:00 ~ 11:30

カーネーションを使ってかわいいブーデルを作ります。フラワーアレンジメントを飾ってお部屋を彩りましょう。



対象：大人
定員：8名
費用：2,000円(受講料100円・材料費1,900円)
持ち物：花切ハサミ・新聞紙・持ち帰りの入れ物(底のあるもの)・筆記用具

豊浜交流センター 申込み：4月4日(木) 9:00 ~



大藤交流センター OOFUJI

住所 大久保279-2
☎ 0538-38-0371
申込み：直接または電話受付

多肉植物リース作り

3月3日(日) 9:30 ~ 11:30

多肉植物を使ってリースを作ります。花が咲いたり、紅葉したり1年を通して楽しめるリースです。

対象：大人 定員：10人
費用：1,600円(受講料100円・材料費1500円)
持ち物：ハサミ・軍手・新聞紙・手拭き
その他：リース出来上がりサイズ約20cm



大藤交流センター 申込み：2月2日(金) 9:00 ~

みんなで健康体操 自彊術をやってみよう

3月16日(土) 14:00 ~ 15:30

健康な身体をつくる治病を目的とした運動療法でインナーマッスルを簡単に鍛えることができます。無理なく体を動かすので、運動が苦手な人も大丈夫!! ぜひ体験してみてください。

対象：大人 定員：10人
費用：100円(受講料)
持ち物：水筒・汗拭きタオル・ヨガマット又はバスタオル
その他：動きやすいゆったりとした服装

大藤交流センター
申込み：2月16日(金) 9:00 ~

かわいい、簡単キーホルダー ホイップデコ教室

3月23日(土) 10:00 ~ 11:30

シリコンでできたホイップでキーホルダーやヘアピンなどをデコって自分だけのオリジナルを作っちゃおう。



対象：園児・小学生
(3年生以下保護者同伴)
定員：15人
費用：400円(材料費)
持ち物：手拭き・新聞紙

大藤交流センター
申込み：2月24日(土) 9:00 ~

《全6回》 初心者のためのヨガ講座

4月4日・18日 5月16日・30日
6月6日・20日(木) 14:30 ~ 16:00

ヨガをやってみたいと思う方、簡単なヨガのポーズをわかりやすく、ゆったりと教えてくれます。自分のペースで無理なく楽しみながら心と体を整えましょう。

対象：大人
定員：10人
費用：600円(受講料)
持ち物：飲み物・汗拭きタオル・ヨガマット又はバスタオル
その他：動きやすい服装

大藤交流センター
申込み：3月5日(火) 9:00 ~



岩田交流センター IWATA

住所 匂坂上615-1
☎ 0538-38-0181
申込み：電話受付のみ

ホット一息つきましょ コーヒー講座

3月19日(火) 10:00 ~ 12:00

コーヒー豆の特徴やコーヒー器具などについて専門家からお話を伺って、コーヒーライフを楽しんでみませんか?2種類の銘柄のコーヒーをそれぞれ淹れて試飲します。

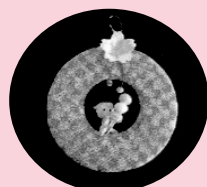
対象：大人
定員：16人
費用：1,000円(材料費)
持ち物：筆記用具

岩田交流センター 申込み：2月21日(水) 8:30 ~

暖かな春色を縫い合わせて… 初めてさんのちりめん手芸講座

3月17日(日) 13:00 ~ 15:00

ちりめん手芸初心者さん大歓迎。2時間でとってもかわいいお花見リースを完成させます。見本がセンターに展示してあります。



対象：大人
定員：10人
費用：1,100円
(受講料100円・材料費1,000円)
持ち物：裁縫道具・ボンド

岩田交流センター
申込み：2月17日(土) 8:30 ~

赤く輝くいちごジャム作り講座

4月11日(木) 9:30 ~ 11:30

甘いいちごの香りに包まれて、岩田地区のいちご農家さんからおいしいいちごジャムの作り方を学んでみませんか?ジャムを使った簡単おやつも作ります。

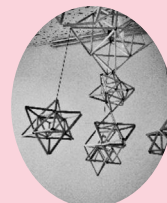
対象：大人
定員：10人
費用：700円程度
(受講料100円・材料費600円程度)
持ち物：エプロン・三角せん・筆記用具
その他：持ち帰り用の容器等はお用意します。

岩田交流センター
申込み：3月12日(火) 8:30 ~

春風にゆらめくヒンメリ講座

4月25日(木) 9:30 ~ 11:30

岩田故郷の会で育てたライ麦の麦わらを使って、フィンランドの装飾品「ヒンメリ」を作ってみませんか。風にゆれるモビールはとっても素敵です。



イメージ写真です

対象：大人
定員：10人
費用：500円(材料費)
持ち物：はさみ・糸通し(お持ちの方)・眼鏡(針に糸を通すので必要な方)
その他：針と糸はこちらで用意します。
※見本が交流センターに展示してあります。

岩田交流センター
申込み：3月26日(火) 8:30 ~



向笠交流センター MUKASA

住所 向笠竹之内372-1
☎ 0538-38-0216
申込み：直接または電話受付

向笠の里のいちごで いちご大福作り

3月17日(日) 9:30 ~ 11:30

向笠の里のいちごを使っていちご大福を作ります。ジューシーないちごとあんこの組み合わせが病みつきになる美味しさです。

対象：小学3年生以上(小学生以下は保護者同伴)

定員：12人

費用：500円(受講料100円・材料費400円)※中学生以下受講料無料

持ち物：エプロン・三角巾・手拭きタオル・持ち帰り用袋・お子さんは手のサイズに合ったポリエチレン手袋
※大人サイズはこちらで用意します。

向笠交流センター 申込み：2月25日(日) 9:00 ~

目指せ名人 将棋講座

3月23日(土) 13:30 ~ 15:30

将棋は年代や性別を問わず、真剣勝負が楽しめます。コミュニケーションや集中力・思考力を身につける場としても機能するでしょう。プロ棋士の藤井聡太さんの対局をテレビで見ても楽しめるようになりますよ。

対象：小学生以上(小学生以下は保護者同伴)

定員：10人

費用：無料

持ち物：筆記用具

向笠交流センター 申込み：3月3日(日) 9:00 ~

一緒に楽しみましょう グラウンドゴルフ講座

4月21日(日) 9:00 ~ 11:00

他のスポーツと違って、老若男女問わず楽しめるグラウンドゴルフ。気軽にゲームを楽しむことができます。向笠トポグラウンドゴルフクラブの皆さんが、上手にボールを打つコツを教えてください。趣味の一つに加えてみませんか？

対象：大人

定員：20人

費用：無料

持ち物：飲み物・汗拭きタオル

その他：動きやすい服装・運動靴・帽子着用

※道具はお貸しします。

場所：サンボスグラウンド

※場所がわからない方は向笠交流センターへお問い合わせください。

向笠交流センター 申込み：3月24日(日) 9:00 ~



田原交流センター TAHARA

住所 三ヶ野1045-3
☎ 0538-35-4269
申込み：直接または電話受付

子どもと自分の命を守る ママのための防災講座

3月7日(木) 10:00 ~ 11:30

子どもを守りながら災害を乗り越えるために必要なことを、紙芝居やクイズで学びます。また、普段使いのママバッグの中に入れておきたい防災グッズと一緒に考えてみましょう。

対象：未就園児を持つ保護者・祖父母他関心のある方

定員：10組

費用：100円(資料代)

持ち物：筆記用具



田原交流センター 申込み：2月8日(木) 8:30 ~

ご存じですか？相続登記が義務化されます！ 備えて安心 相続登記

3月17日(日) 10:00 ~ 11:30

これから不動産を譲り受ける予定の方、相続手続きをしていない不動産をお持ちの方向けに、相続登記とは何か、どう対応したらいいかなど、相続登記の基礎から説明します。

また、質疑応答の時間も設けます。

対象：どなたでも

定員：15人

費用：無料

持ち物：筆記用具

※講師 静岡県司法書士会所属司法書士



田原交流センター 申込み：2月18日(日) 8:30 ~

3月17日(日) 13:30 ~ 15:00

現在不動産をお持ちの方向けに、将来、相続人が困らないためのポイント、今のうちに出来ることを聞いてみませんか。(遺産分割協議、遺言等) また、質疑応答の時間も設けます。

対象：どなたでも

定員：15人

費用：無料

持ち物：筆記用具

※講師 静岡県司法書士会所属司法書士



田原交流センター 申込み：2月18日(日) 8:30 ~



御厨交流センター MIKURIYA

住所 鎌田1876
☎ 0538-32-3050
申込み：直接または電話受付

春だ！みんなで楽しく、「ふまネット運動」

3月8日(金) 10:00～11:30

ふまネット運動は床に置かれたネットを踏まないように歌いながら歩く脳トレ運動です。みんなが知っている童謡で楽しくステップしてみましょう🎵

対象：大人
定員：10人
費用：無料
持ち物：体育館シューズ・タオル・飲み物

御厨交流センター 申込み：2月4日(日) 8:30～

身近な材料で作ろう！ 「ビー玉万華鏡」

3月6日(水) 13:30～15:00

意外とできそうでできない「万華鏡」、チョコレートの空き筒と大き目のビー玉を使って作ります。きっときれいな景色が発見できますよ！

対象：大人
定員：8人
費用：100円(材料費)
持ち物：カッター・カッティングマット・マーブルチョコなどの空き筒大(22cmの長さの物)

御厨交流センター
申込み：2月7日(水) 8:30～

食育セミナー

「チョコレートの世界へようこそ！」

4月19日(金) 13:30～14:30

原料となるカカオの生産から出来上がるまでの道のりなど知られざるチョコレートの世界をご紹介します。テイasting体験もありますよ！

対象：大人
定員：30名
費用：無料
持ち物：筆記用具

御厨交流センター
申込み：3月15日(金) 8:30～

御厨交流センター展示 「水彩画」

4月2日(火)～30日(火)

水彩画サークル「悠美会」の皆さんの作品を展示します。



御厨交流センター
皆様のお越しをお待ちしております



西貝交流センター NISHIKAI

住所 西貝塚1377-5
☎ 0538-32-4853
申込み：直接または電話受付

中日新聞東海本社協賛 新聞ちぎり絵講座

3月16日(土) 9:30～11:30

新聞のカラー紙面を指でちぎって貼り付け、味のある作品を作ります。紙を細かくちぎる作業は、指の運動にもつながります。中日新聞東海本社から講師をお招きします。

対象：大人
定員：24人
費用：300円(教材費)
持ち物：飲み物・鉛筆・消しゴム・ウエットティッシュまたはお手拭きタオル・落款(お持ちの方)
その他：小中学生は、ご相談ください。

西貝交流センター 申込み：2月17日(土) 8:30～

春休み子どもピザ教室

3月22日(金) 10:00～11:30

生地作りから焼き上がりまで行います。包丁で具材を切って、たっぷりチーズを乗せてオーブンへ。焼き上がりの匂いがたまりません。

対象：小学生(2年生以下は保護者同伴)
定員：8人
費用：600円(材料費)
持ち物：エプロン・三角巾・マスク・ふきん3枚程度・ピザ持ち帰り用の直径30cm程度の皿またはお盆・飲み物・上靴

西貝交流センター
申込み：2月22日(木) 8:30～

ドローン体験講座

4月21日(日) 10:00～12:00

最近色々な分野で活用されているドローン。ルールや仕組みを学んだ後は、操縦体験をしてみましょう。講師による、デモンストレーション飛行も、ご覧いただけます。

対象：大人(中高生も可)
定員：10人
費用：100円(受講料)中学生は無料
持ち物：筆記用具・体育館シューズ・飲み物
その他：体育館とグラウンドで行います。

西貝交流センター
申込み：3月21日(木) 8:30～

可愛いペーパーウェイト講座

4月13日(土) 13:30～15:30

下地を塗った石に、デコパージュで模様を付けパールやストーンなどの可愛いパーツを貼り、ペーパーウェイトを作ります。紙押さえとして西貝交流センターでも使っています。可愛いので置物にもなります。2つ作ります。

対象：大人
定員：15人
費用：700円(受講料100円・材料費600円)
持ち物：水を入れる容器・平筆または中筆・クッキングシート・布切りはさみ・新聞紙・雑巾またはペーパータオル

西貝交流センター
申込み：3月13日(水) 8:30～

南御厨交流センター MINAMIMIKURI

住所 東新屋613
☎ 0538-35-0982
申込み：直接または電話受付

ノルディックウォークで元気に歩こう！ [全4回]

4月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金) 10:00~11:30

春を全身に感じながら、颯爽と歩いてみませんか？ポールを持って歩くことにより、上半身もほぐれ姿勢もよくなります。ポールを使った準備運動もたっぷり行います。

対象：大人
定員：15人
費用：400円(受講料)
持ち物：体育館シューズ・飲み物・汗ふきタオル、外用の歩きやすい靴と服
その他：ポールはお貸ししますがある方はご持参ください。

南御厨交流センター 申込み：3月8日(金) 8:30~



見付交流センター MITSUKE

住所 見付 2385-10
☎ 0538-32-0322
申込み：直接または電話受付

満車時は

- 見付駐車場(磐田北幼稚園跡地)
 - 中川沿い駐車場
- をご利用下さい。



ロビー展示

- ①2月25日(日)~3月31日(日)午前
- ②4月2日(火)~5月11日(土)

①磐田絵の会
油彩画、水墨画、日本画の展示です。

②カットクラブ
切り絵の展示です。



見付交流センター 皆様のお越しをお待ちしております。

知らないともったいない 新NISA

3月2日(土)

- ①10:30~12:00 ②13:30~15:00

共催：見付地区社会福祉協議会

- ①【新NISAって何?】
そもそもNISAって?今迄と何が違うの?
どういう仕組み?怖くないの?
- ②【新NISAの活用術】
どうして人気があるの?
どうやって始めるの?注意点は?

その他：見付地区社会福祉協議会が募集する参加者との合同開催の為、当日参加者は25人より増える場合があります。

対象：どなたでも
定員：各回25人
費用：各回100円(受講料)
持ち物：水分補給用の飲み物・筆記用具

見付交流センター 申込み：2月7日(水) 9:00~

木版画

3月5・12日(火) 13:30~15:30

長い歴史を持つ木版画、彫刻刀を使い、独特の味わいがある作品を完成させませんか?

対象：大人
定員：10人
費用：2,200円(受講料200円・材料費2,000円彫刻刀代金含む)
持ち物：水分補給用の飲み物、ボールペン1本か芯の固い鉛筆1本、
絵の具3色(赤、青、黄)墨汁(小さめ)

中泉交流センター 申込み：2月8日(木) 9:00~

マジックの世界ようこそ

3月9日(土) 10:00~11:00

あなたの目の前で、驚く手品を披露いたします。ハラハラドキドキ・・・
素敵なステージショーをごらん頂いた後、
実際にマジックに挑戦してみませんか?

あなたを夢の世界にお連れします。

対象：小学校3年生迄のお子さん、保護者の付き添い1人をお願いします。
定員：15組
費用：無料
持ち物：水分補給用の飲み物

見付交流センター 申込み：2月10日(土) 9:00~



中泉交流センター NAKAIZUMI

住所 中泉2404-1
☎ 0538-35-3356
申込み：直接または電話受付

春に咲くお花たちで作る 春色ハーブリース

3月3日(日) 13:30~15:00

春のお花を使った色とりどりのハーブリース作り。生花を使うため花の種類は仕入れによって色々。どんな花があるか当日のお楽しみになります。

対象：小学生~大人(小学生は保護者同伴) 定員：8人
費用：2,100円(受講料高校生以上100円・材料費2,000円)
持ち物：花切りはさみ・作品を持ち帰る袋(底が広い大き目のもの)

中泉交流センター 申込み：2月10日(土) 8:30~

スマートフォン災害伝言ダイヤル 171体験講座

3月15日(金) 10:00~11:30

簡単に安否確認ができ東日本大震災の時にも多くの方に利用されました。もしもの時に備えるおすすめの体験学習です。

対象：大人
定員：10人
費用：200円(受講料100円・資料代100円)
持ち物：スマートフォン・筆記用具

中泉交流センター 申込み：2月16日(金) 8:30~

紙バンド講座 子どもの日のミニ兜作り

3月30日(土) 9:30~11:30

端午の節句に飾れるミニ兜作り。紙バンドで作ったキットを組み立てていきます。

対象：小学生~大人(小学生は保護者同伴)
定員：8人
費用：600円
(受講料高校生以上100円・材料費500円)
持ち物：はさみ・速乾木工用ボンド・えんぴつ・洗濯ばさみ・ウエットティッシュ



中泉交流センター 申込み：3月3日(日) 8:30~



南交流センター MINAMI

住所 下岡田142-1
☎ 0538-32-9623
申込み：直接または電話受付

成長の記録を残そう 楽しく手形足形アート

3月10日(日) 1部 10:00~11:00 2部 11:00~12:00

お子さんの今を残せる手形足形アート。手形足形をシールやペンで装飾して、おしゃれに可愛らしく、アート作品に仕上げます。

対象：0歳から小学生までと保護者(必ず保護者同伴で申請してください)
定員：1部、2部 各5組
受講料：100円/組
材料費：1,000円(手形または足形2つ分)追加等相談により可能
その場合別途料金あり
持ち物：飲み物・お出かけセット(必要に応じて)
その他：参加人数が多い場合、午後の開催をする場合もあります



南交流センター 申込み：2月7日(水) 9:00~

シニアリフレッシュ健康体操 【全3回】

4月11日・18日・25日(木) 10:00~11:00

体を動かしてリフレッシュしましょう。ストレッチ・ながら運動・健脳体操・スローエアロビク・貯筋運動と、元気に過ごすための体づくりを目的とした講座です。

対象：大人(概ね60歳以上) 会場：体育館
定員：30人 持ち物：飲み物・ヨガマット(バスタオルでも可)・体育館シューズ
費用：300円

南交流センター 申込み：3月12日(火) 9:00~



ふれあい交流センター FUREAI

住所 国府台493-1
☎ 0538-32-5028
申込み：直接または電話受付

子ども料理教室

3月3日(日) 9:30~11:30 受付9:00~

作って楽しい、食べておいしい、とても簡単なお弁当メニューを予定しています。みんなで楽しくお料理をしましょう。

対象：小学生
定員：12人
費用：500円(材料費)
持ち物：ふきん、エプロン、マスク、三角巾、上靴、持ち帰り用容器

ふれあい交流センター 申込み：2月3日(土) 8:30~

まちの保健室

～ 交流センターで育児相談・健康相談・健康チェック～

「まちの保健室」は、赤ちゃんから高齢者までどなたでも気軽に健康づくりについて相談できる場所です。まちの保健室は原則予約制で行っております。詳細の日程や予約方法については下記をご覧ください。

予約方法

◎WEBまたは電話で予約

WEB予約：予約を希望する月の前月1日～末日までに予約

(例 3月の日程を予約する場合→2月1日～2月29日までが予約期間)

電話予約：予約希望日の前日までに電話で予約

予約・問合せ：健康増進課 (0538-37-2013)

予約用アドレス・二次元コード：<https://logoform.jp/pr/Z1rPT>



(予約用二次元コード)

日程

とき	会場	中学区	内容
3月8日(金) 9:30～11:00	岩田交流センター	向陽中学区	健康相談(保健師・歯科衛生士)・乳幼児の計測 骨密度測定・血管年齢測定
3月12日(火) 9:30～11:00	青城交流センター	豊田南中学区	健康相談(保健師・歯科衛生士)・乳幼児の計測 骨密度測定・血管年齢測定
3月14日(木) 9:30～11:00	豊浜交流センター	福田中学区	健康相談(保健師・栄養士)・乳幼児の計測 インボディ測定・ストレスチェック
3月15日(金) 9:30～11:00	豊岡中央交流センター	豊岡中学校区	健康相談(保健師・心理士)・乳幼児の計測 骨密度測定・血管年齢測定
3月19日(火) 9:30～11:00	西貝交流センター	東部地区 (主に神明中学区)	健康相談(保健師・歯科衛生士)・乳幼児の計測 骨密度測定・血管年齢測定

「暴風警報」発令時の対応について ・午前開催の「まちの保健室」は、午前7時時点で発令の場合は中止となります。

学びの庭

令和6年

2月号

令和6年3月・4月情報

磐田市自治デザイン課施設管理グループ

〒438-8650 磐田市国府台3-1

TEL 0538-37-4870 FAX 0538-32-2353