



学習成果活用事業

綺麗な姿勢ですっと元気に笑顔で美しく

～背骨の歪みは健康の赤信号～

健康で元気で過ごすこと、いつまでも綺麗でいるためには、骨盤や背骨の歪みが大きく関係していることをご存じですか？

その背景には、生活習慣が大きく影響していることもご存知でしょうか？

この機会に体についての勉強をしませんか？

- 【日程】 第1回 9月18日(水)：姿勢と健康、正しい姿勢の重要性
第2回 9月25日(水)：健康に必要な三大要素「睡眠・食事・体操」
- 【時間】 10:00～11:30
- 【場所】 佐鳴台協働センター
(第1回：講座室、第2回：児童室)
- 【講師】 植平 旭騎 先生
- 【費用】 無料
- 【定員】 10人(定員を越える場合は抽選)
- 【対象】 健康に関心がある方 姿勢や体の痛みに悩む方
- 【持ち物】 筆記用具、水分補給用飲み物



申し込み

★申し込み期限：8月30日(金) 17時まで

★申し込み方法 ①、②いずれかの方法

①佐鳴台協働センター窓口又は電話9:00～17:00(日曜・祝日除く)

②右の申込コード又は佐鳴台協働センターのHPからフォームで申し込み。

定員を越えた場合は、事務局で抽選いたします。先着順ではありません。



申込コード

★受講確認：9月6日(金)～9月11日(水) 9:00～17:00(日曜除く)

佐鳴台協働センター窓口もしくは電話にて当選の確認をお願いいたします。

②の方法でお申込みされた方には、結果をメールでお知らせいたします。

※9月6日(金)中にメールが届かない場合は、佐鳴台協働センターまでお問い合わせください。

★講座中の様子を撮影し、ホームページ等で写真を利用させていただきますのでご了承のうえお申込みください。

裏面もご覧ください

佐鳴台協働センターだより ☎447-4190



さなる台 協働センター
だより



回覧 2

令和6年8月5日号
市委託 中央区第7号

佐鳴台協働センターまつり

出店者募集

開催日:令和6年10月19日(土) 13:00~15:30

20日(日) 10:00~15:00

出店場所:(土)佐鳴台協働センター駐車場 佐鳴台第二公園

:(日)上記の場所+施設東側のレモンストリート

出店料:佐鳴台在住の方 無料

その他の方 土曜日 500円 日曜日 1,000円

出店内容:飲食物、物販、ワークショップなど

申込方法:申込コード、協働センター窓口まで

(日、祝日を除く 8:30~17:15)

申込期間:7月22日(月) 9:00~

8月23日(金) 17:00まで

出店確認:8月30日(金)以降に順次、連絡いたします

※出店申込が多数の場合は、実行委員会で選定します。

※実行委員会が不適切だと判断した場合、お断りすることがございます。



出店申込
コード





佐鳴台協働センターまつり ボランティア大募集！！

活動内容：駐車場整理、出店手伝いなど

私たちと共に協働センターまつりを盛り上げてくださる方募集中です

お手伝いしてくれる方は、直接協働センター窓口か、お電話にてお問い合わせください

佐鳴台協働センター TEL:447-4190(日、祝日を除く 8:30～17:15)

バザー用品募集します！

ご家庭で不要な贈答品などをお持ちください！ 今のうちからご準備を♪



受付期間： 9月11日(水)～9月30日(月)

受付場所：佐鳴台協働センター窓口(日、祝日を除く 8:30～17:15)



品物は未使用のものに限ります。手作りの作品はご遠慮ください。



ホコリなどはご自宅で拭き取ってからお持ち下さい。

古着、古本、商品のおまけ、賞味期限が令和6年11月末より短い食品等は

お受け取りできませんので、ご了承ください。

※職員が確認した上で、その場でお持ち帰りいただくこともございます。ご了承ください。



さなる台

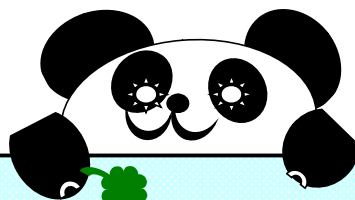
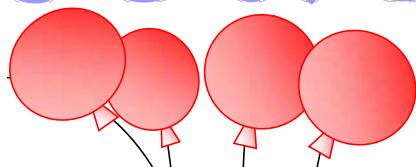
協働センター
だより



回覧 3

令和6年8月5日号
市委託 中央区第7号

はじめての人形劇♪



親子で見て、作って楽しもう!!

第1部 人形劇を見よう!

(公演: おたのしみ劇団ぱんだ、人形劇サークルかみふうせん)

0~3歳向けの人形劇やパネルシアター等の公演です。

お子さんをおひざに入れて…一緒にお楽しみください。

演目は、「ひなのうた」、「はらぺこあおむし」ほか…

第2部 遊べる人形を作ろう! (会場内におもちゃ等の託児場所設置)

とっても簡単で楽しい人形を作ってみましょう。

小さなお子さんがいても大丈夫! (人形劇協会のメンバーがお手伝いと託児をします。)

☆日 時: 10月3日(木)午前10時半~11時半

☆会 場: 佐鳴台協働センター 和室

☆講 師: 浜松市人形劇協会 有働 眞澄さん

☆対 象: 親子 15組 ☆費 用: 無料

※8月26日(月)午前9時より下記に電話でお申し込みください。

中央区まちづくり推進課: 電話 (☎457-2779)

- 先着順とさせていただきますのでご了承ください。
- 駐車場が少ないため公共交通機関をご利用ください。
- マスクの着用は各自の判断にお任せします。
- 体調不良の場合(発熱・咳・咽頭熱・味覚障害などの症状)は、ご参加を見合わせてください。
- 都合により内容を変更または中止する場合がありますのでご了承ください。

※参加者感想 1歳の娘が大好きな絵本なので声を上げて良く見ていて、あっという間の30分でした。人形作りは子供を託児してもらい安心して夢中に取り組みました。後で一緒に遊ぶのが楽しみです。

裏面もご覧ください



さなる台 協働センター
だより



回覧3

令和6年8月5日号
市委託 中央区第7号

さなるだいにんぐ ～開催のお知らせ～



日時：8月24日（土）11時30分～13時30分

場所：佐鳴台協働センター

内容：イートイン方式のみ（30食限定）

費用：中学生以下無料、高校生以上200円

対象：佐鳴台にお住まいの方

事前予約なし、当日先着順です。

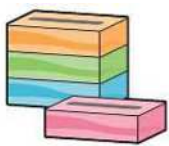
今回は、お昼の
開催です♪

※昨年より協働センターに見守られながら、住民主体で独立して活動を継続しています。
※調理ボランティア、食材提供に限らず、団体運営（資金集め、広報活動、地域企業への協力依頼などの活動）を支援していただける方を募集しています。

お問い合わせはこちらまで sanarudaining_ibasyo@yahoo.co.jp （担当：高橋）

ごみの中でも、大きな容積を占める雑がみを分別して、ごみ袋を小さく！
ごみ減量を試みませんか？雑がみを紙袋に入れてお持ちください。

「雑がみ」ってこんなもの！

ティッシュの外箱 	トイレットペーパーやラップの芯 	お菓子の箱 	 雑がみを紙袋に入れて、紙ひもでしばって
カレンダー 	封筒 	紙袋 	他にも ●包装紙 ●パンフレット ●ノート ●コピー用紙 など



くわしくは市HPへ！

集めた
雑がみは
カートへ！



このカートは雑がみ
専用です。

※ビニールや金属等、紙以外のものは取り除いてお出してください。

裏面もご覧ください

佐鳴台協働センターだより

☎447-4190