

# 葉梨地区交流センターだより

第456号 令和5年 3月20日発行

葉梨地区交流センター TEL 638-1376

藤枝市上藪田759番地  
Email:hanasi@city.fujieda.shizuoka.jp

『令和5年度 生涯学習講座・特別講座』受講生募集！  
新しいことにチャレンジしませんか！仲間づくり、自分磨きを応援します。



## 講座一覧(詳しくは次ページをご覧ください)

1	【新】音楽deリフレッシュ脳トレ	11	料理講座 健幸腸寿と食事
2	【新】エゴスキュー体操	12	からだリセットYOGA (託児あり)
3	【新】理学療法士が教える健活	13	楽しく作る一閑張
4	【新】己書 心和む筆文字アート幸座	14	パッチワークのある暮らし
5	【新】入門 基礎からの英会話	15	ペタンクを楽しもう！
6	スマートフォンの活用講座(初心者)	16	楽しく作ろう！親子でクッキング
7	紙バンドでバッグを作ろう！	17	親子で楽しい英語(託児あり)
8	健康ラジオ体操・みんなの体操	18	アガムのキッズ英語
9	ほっこりやさしいパンとスイーツ	19	土曜冒険クラブ
10	いきいきチャレンジスクール	No.15~19は特別講座(受講料は無料)です。	

## 募集のご案内

- 対象 市内に住んでいるか、市内に通勤・通学をしている人
- 申込期間 4月1日(土)～4月8日(土) 午前9時～午後9時  
(4月3日(月)は、休館日です。)  
※市のHPや右記の二次元コードから(4/1～)電子申請での申込みもできます。  
後日、メールで結果を返信します。  
(携帯電話では一部対応していない機種があります。)
- 会場 葉梨地区交流センター 集会室
- 持ち物 63円の郵便はがき(※はがきは1講座につき1枚必要です。)  
宛先(申し込む人の住所、氏名)を記入してお持ちください。
- 受講料 3,200円(8回分)または、2,400円(6回分) 開講日に納めていただきます。  
※講座によって別途費用(教材費・資料代等)が必要です。  
※託児(生後6ヶ月以上)は無料ですが、申込み時に申請してください。
- その他
  - ・初めての方を優先し、応募者が定員を超えた場合は抽選となります。
  - ・応募者が定員の半数に満たない講座は、開講しないことがあります。
  - ・はがきにて、開講のご連絡をします。(電子申請の方は、メールにて通知します。)
  - ・講座日は、交流センターの行事や講師の都合により変更となることがあります。
  - ・市内各交流センターの受講生募集は「広報ふじえだ3月20日号」をご覧ください。
  - ・講座日程は、新型コロナウイルス感染症対策等の社会情勢の変化により、延期または中止となる場合があります。
- 問合せ 電話 638-1376



講座申込はこちら↑

★4月の休館日・・・・・・・・・・毎週月曜日と第3日曜日・祝日  
※9日(日)は県議会議員選挙の場合は、投票所となるため休館日となります。

## NEW 1 音楽deliフレッシュ脳トレ

楽しみながら身体も脳もリフレッシュ♪  
季節の曲はミュージックベルで♪

受講日 第2木曜日 ほか  
時間 10:00~11:30  
講師 森川 恭子さん  
開講日 6月8日  
回数 6回  
定員 15名



6/8	7/13	8/3
9/14	10/12	11/9

## NEW 2 エゴスキュー体操

筋肉を再教育することにより正しい姿勢になり  
痛みが軽減する運動療法です！

受講日 第1水曜日  
時間 13:30~15:00  
講師 落合 圭子さん  
開講日 6月7日  
回数 6回  
定員 15名



別途教材費が必要

6/7	7/5	8/2
9/6	10/4	11/1

## NEW 3 理学療法士が教える健活

体の動きの専門家の理学療法士による  
介護予防のための講座です。

受講日 第3木曜日  
時間 10:00~11:30  
講師 三浦 良継さん  
開講日 5月18日  
回数 8回  
定員 20名



資料代 400円

5/18	6/15	7/20	8/17
9/21	10/19	12/21	1/18

## NEW 4 己書 心と筆文字アート幸座

字の上手い苦手は気にせず  
楽しく筆を進めてみよう!!

受講日 第3火曜日 ほか  
時間 9:30~11:30  
講師 岩井 裕美さん  
開講日 6月20日  
回数 6回  
定員 15名



別途教材費が必要

6/20	7/18	8/22
9/19	10/17	11/14

## NEW 5 入門 基礎からの英会話

英会話に自信がない方や英語で話したことがない方  
向けの基本的なことを身につける講座です。

受講日 第2・4火曜日  
時間 9:30~11:00  
講師 富山 裕美さん  
開講日 6月13日  
回数 8回  
定員 10名



資料代 600円

6/13	6/27	7/11	7/25
9/12	9/26	10/10	10/24

## 6 スマートフォンの活用講座(初心者)

スマホの利用初心者を対象にLINE,写真  
メール、PayPayの活用などの実習をします。

受講日 第1・3火曜日  
時間 9:30~11:30  
講師 藤枝シニアパソコンクラブ  
開講日 6月6日  
回数 8回  
定員 20名



資料代 500円

6/6	6/20	7/4	7/18
8/1	8/15	9/5	9/19

## 7 紙バンドでバッグを作ろう!

初心者さん、びきつちゃんでも上手に作れるバッグです!

受講日 第3水曜日  
時間 9:30~11:30  
講師 北川 鈴子さん  
浦田 真理子さん  
開講日 5月17日  
回数 6回  
定員 15名



別途材料費が必要

5/17	6/21	7/19
8/16	9/20	10/18

## 8 健康ラジオ体操・みんなの体操

姿勢や血流が改善できる  
効率の良い有酸素運動です。

受講日 第2火曜日  
時間 10:00~11:30  
講師 小林 和子さん  
開講日 5月9日  
回数 8回  
定員 15名



資料代 100円

5/9	6/13	7/11	8/8
9/12	10/10	11/14	12/12

## 9 ほっこりやさしいパンとスイーツ

手ごねとこね機 両方で焼ける  
おいしいパンを作ります!

受講日 第1日曜日 ほか  
時間 9:30~12:00  
講師 大畑 志げ子さん  
開講日 6月4日  
回数 8回  
定員 12名



別途材料費が必要

6/4	7/2	8/6	9/3
10/1	11/5	12/10	1/14

# 10 いきいきチャレンジスクール

毎回違う内容のよくばり講座！  
内容はお楽しみに！

受講日 第3金曜日 ほか  
時間 9:30~11:30  
講師 毎回変わります  
開講日 5月19日  
回数 8回  
定員 20名



別途教材費が必要

5/19	6/16	7/21	9/15
10/20	11/10	12/15	1/19

# 11 料理講座 健康腸寿と食事

『食べる』というあたりまえな事を  
角度を変えて工夫して楽しくクッキング!

受講日 第1水曜日  
時間 9:30~12:00  
講師 塩澤 春美さん  
開講日 6月7日  
回数 8回  
定員 12名



別途材料費が必要

6/7	7/5	8/2	9/6
10/4	11/1	12/6	1/10

# 12 からだリセットYOGA

初めての方、身体がかたい方も  
安心して参加できます！

受講日 第4金曜日  
時間 10:00~11:30  
講師 牧野 智美さん  
開講日 5月26日  
回数 8回  
定員 20名



託児あり(無料)

5/26	6/23	7/28	8/25
9/22	10/27	11/24	1/26

# 13 楽しく作る一閑張

ざるやかごに和紙を貼り  
柿渋を塗って仕上げます。

受講日 第2木曜日  
時間 9:30~11:30  
講師 萩原 照代さん  
開講日 6月8日  
回数 8回  
定員 15名



別途材料費が必要

6/8	7/13	8/10	9/14
10/12	11/9	12/14	1/11

# 14 パッチワークのある暮らし

端切れ布から、暮らしを彩る便利な  
布小物をパッチワークで作ります。

受講日 第1木曜日 ほか  
時間 9:30~11:30  
講師 杉浦 ひとみさん  
開講日 6月1日  
回数 8回  
定員 20名



別途材料費が必要

6/1	7/6	8/3	9/7
10/5	11/2	12/7	1/11

# 15 ペタンクを楽しもう!

狙いを定めてボールを投げるだけという  
気軽に楽しめるボールスポーツです。

対象 小学校1~6年生  
受講日 第4日曜日  
時間 9:30~11:30  
講師 三浦 通広さん  
開講日 6月25日  
回数 6回  
定員 18名



資料代 100円

6/25	7/23	8/27
9/24	10/22	11/26

<<特別講座>>

<<特別講座>>

<<特別講座>>

# 16 楽しく作ろう! 親子でクッキング

お料理が楽しくなるようなメニューを  
親子で協力しながら作っていきましょう!

対象 小学校1~6年生とその保護者  
受講日 第2日曜日 ほか  
時間 9:30~12:00  
講師 高野 麻衣さん  
開講日 5月14日  
回数 8回  
定員 親子8組



別途材料費が必要

5/14	6/11	7/9	8/13
9/10	10/8	11/26	12/24

# 17 親子で楽しい英語

歌って踊って親子でゲーム!  
楽しく英語に親しみましょう。

対象 H29.4.2~R2.4.1生まれの園児  
と保護者  
受講日 第4土曜日 ほか  
時間 9:30~11:00  
講師 北川 エレインさん  
開講日 6月24日  
回数 8回  
定員 親子15組



託児あり(無料)

別途教材費が必要

6/24	7/22	8/26	9/30
10/28	11/25	12/23	1/27

# 18 アダムのキッス英語

季節に合わせたえいご遊びで楽しみながら  
ネイティブ講師と英語になじんでいきます。

対象 小学校3・4年生  
受講日 第1日曜日  
時間 9:30~11:00  
講師 ホーガン・アダムさん  
開講日 6月4日  
回数 8回  
定員 12名



別途教材費が必要

6/4	7/2	8/6	9/3
10/1	11/5	12/3	1/7

# 19 土曜冒険クラブ

毎回違うテーマの講座！  
いろいろなことを学んでみよう。

対象 葉梨小と葉梨西北小 4年～6年  
※申込書は、学校を通して配布します。

- |   |        |              |
|---|--------|--------------|
| ① | 5月20日  | 開講式 子ども電気教室  |
| ② | 6月17日  | バルーンアート      |
| ③ | 7月15日  | 磯の生き物        |
| ④ | 8月19日  | ペットボトルロケット作り |
| ⑤ | 9月16日  | 出前講座         |
| ⑥ | 10月21日 | バス           |
| ⑦ | 11月25日 | 生き物①         |
| ⑧ | 12月16日 | 生き物②         |
| ⑨ | 1月20日  | ピザ作り         |

受講日 第3土曜日(11月は第4土曜日)  
時間 9:30～11:30  
開講日 5月20日  
回数 9回  
定員 25名 別途教材費が必要

★定員になり次第締め切らせていただきます。



## 折り紙 梨の会 メンバー募集!

季節に合わせた折り紙や生活に合わせた小物  
をおしゃべりしながら楽しく制作しています。  
手先を動かし、脳トレにもなります！  
一緒に折り紙を楽しみましょう♪

とき：第2火曜日  
9時～11時30分

ところ：葉梨地区交流センター  
会費：1000円/入会時

問合せ：大塚 則子 090-4856-2810



## ふじてら 子ども食堂

日時 3月25日(土) 午前11時～  
(70食 なくなり次第終了)

メニュー ちらしずし

場所 ふじてら(魚栄さんの裏)

駐車場 時ヶ谷第2町内会館

連絡先 090-2924-1869(石川)

※のぼり旗が目印です!



## 春の作品展が開催されました

2月25日、26日に交流センター講座や  
自主グループで活動されている皆さんや幼稚園児の  
作品を展示しました。

おはなし会や折り紙体験にも  
大勢の方に来ていただき、  
賑やかな作品展になりました。



# 4月 葉梨こども広場

新型コロナウイルス感染症など社会情勢の変化により、  
中止となる場合があります。

## れんげそう

～すてきな絵本とお話の世界へ～

\* おはなしのこみち \*

12日 キリンですけど (絵本) 他  
19日 ちいさなねこ (絵本) 他  
26日 アリからみると (絵本) 他

とき 水曜日  
午後3時～3時30分

ところ 研修室 3

連絡先 小林さん 090-1724-9528



## 琴であとぼう ～和の楽器にふれてみましょう～

とき 19日(水曜日)  
午後3時30分～4時30分

ところ 集会室

指導 鈴木 美津子さん



4月

## 藤枝市地域子育て支援センター 葉梨わくわく広場

予約事業は、新型コロナウイルス感染状況により、  
中止または内容の変更をさせていただく場合があります。

《わくわくタイム》

毎週水曜日 午前10時30分～・午後2時30分～

《すみれおはなし会》

14日(金) 午前10時30分～11時

(わらべうたと絵本の読み聞かせ)

《わくわく製作の日》

4月22日(土)～28日(金)

『こどもの日』にちなんだ製作をします。(未就学児対象)

## 開館時間変更のお知らせ

令和5年4月1日(土) から

午前9時～午後4時

問合せ先

葉梨わくわく広場

TEL/FAX 054-638-5500

