



古高松地区コミュニティだより

古高松南
コミセン版

2025年
4・5月

発行：古高松南コミュニティセンター(春日町 782-2 ☎841-2186)

春風の心地よい季節となりました。日頃は当センター事業にご参加いただきありがとうございます。
今月号は内容が盛りだくさんの為、古高松ミサ(水色)・古高松南ミサ(ピンク色)でそれぞれ発行します。
申込方法などよくご覧の上、お申込みください。皆様のご参加をお待ちしています。

古高松南校区々民 **運動会** のお知らせ

5月11日(日)

古高松南小学校運動場にて
(雨天時体育館)



古高松地区
コミュニティ
協議会

ホームページ



古高松南
コミセン



Instagram



コミセン図書室より

令和6年度の古雑誌を
無料配布します。

5月7日(水) 9:00~
お一人様2冊まで



【令和7年度 古高松南「あすなろ」教室のご案内】

年齢・性別問わずどなたでも参加出来ますので、皆様お気軽にお越しください。
なお、下記講座に6回以上出席された方には、閉講式にて修了証書を授与します。
・予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

申込要!
無料!



★開 講 式★
6月13日(金)
13:30~14:30

「認知症と物忘れの違いについて」

講 師：サンライズ屋島 施設長 谷本 竜一

※ 開講式にて年間予定表をお配りします。受講希望者は必ずご出席ください。

7月

くらしのセミナー

「高齢者の医療保険制度について」



9月

終 活

「相続登記」



10月

くらしのセミナー

「住宅の耐震対策について」



10月

健康教室



11月

交通安全教室



12月

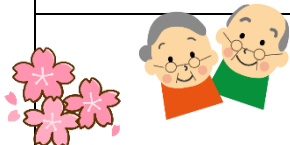
人権講話



1月

★閉 講 式★ 「健康講座」

※ 講話終了後、「閉講式・修了証書授与式」を行います。



古高松地区保健委員会 レクザムフィールドを歩こう!

(共催：古高松地区コミュニティ協議会)

日 時：5月26日(月) 10:00~12:00

場 所：屋島レクザムフィールド

正面入口付近 9:45集合

※雨天時は古高松コミセンにて軽い運動(上靴持参)

講 師：千葉 辰徳 (健康運動指導士)

定 員：50名(先着順)

準備物：動きやすい服装

タオル・飲物・帽子

参加費：無料

申込み：古高松コミセン☎841-6262

古高松南コミセン☎841-2186



申込必要
5/20(火)締切

無料住宅耐震相談会 (高松市主催)

住宅の耐震補助制度について、建築指導課職員や建築士に相談できます。

日 時：5月20日(火) 10:00~16:00

場 所：古高松南コミュニティセンター
1F 和室

申込み：高松市建築指導課

☎ 839-2488



申込必要 (先着順)



【令和7年度 古高松南コミセン講座のご案内】



- 各講座全てお申込みが必要です。
- 平日(月～金) 9:00～17:00 の間に古高松南コミュニティセンターまでお申込み下さい。
- 各講座全て必ずご来館の上、参加費等を添えてお申込みください。(電話申込はできません)
- 参加費等はお釣りのないようにご準備ください。
- 都合で予定が変更になる場合があります。詳しくは館内掲示の各チラシにて日程表をご確認下さい。

《申込開始日》4月11日(金) 9:00～(先着順)				
講座名	講師	内 容	定員	日程・費用・その他
楽しい健康 阿波おどり (全7回)	徳島市阿波踊り連 「娯座留連」 松浦 明子	健康的に阿波踊りを やりませんか? 基礎から学ぶので 初めての方も大歓迎	20 名	5～12月 月1回 金曜日 13:00～14:30 ※初回 5/2 保険代: 7回 100円 持ち物: あれば足袋・飲物 軽装・タオル
ストレッチ コンディショニング (全5回)	コンディショニング インストラクター 木内 ひとみ	背中と骨盤を整え、 美背中を作り、 疲れにくい身体を めざすストレッチ	20 名	5～10月 月1回 金曜日 10:00～11:30 ※初回 5/16 保険代: 5回 100円 持ち物: 飲み物・フェイスタオル・ ヨガマットかバスタオル 運動しやすい服装
シニア向け 転倒防止体操 (全4回)	NEW 全日本健康音楽研究会 歌遊び講師 中野 委稚子	懐かしい昭和の歌を楽 しみながら自分のペース で楽しく体操します。	20 名	5/20・6/3・6/17・7/1 全て火曜日 10:00～11:00 保険代: 4回 100円 持ち物: 運動しやすい服装・飲物 タオル・上靴 ※上靴を持ってない方は、安全 のため素足で行います
シニアのための スマホ教室 (全2回)	NEW 特定非営利活動法人 シニアネット かがわ	LINE や Youtube など スマホの便利な 使い方を 学びます。	16 名	6/21・6/28 全て土曜日 10:00～12:00 参加費: 無料 持ち物: 筆記用具 ※貸出スマホで実施します

《申込開始日》4月15日(火) 9:00～(先着順) ※申込者1名につきお子様1名申込が出来ます。(兄弟の場合複数可)				
講座名	講師	内 容	対象・定員	日程・費用・その他
ベビハグ☆ ママキラ <全8回>	コンディショニング インストラクター 木内 ひとみ	ベビちゃんとのふれあい & ママのための ストレッチヨガなど	乳児と保護者 5組	5～1月 月1回 水曜日 10:00～11:30 ※初回 5/21 保険代: 8回 100円
コアラ きょうしつ <全9回>	高松市コミュニティ スポーツ指導者 笠井 敏恵	親子で手遊びや トリム運動 など	未就園児(2・3歳児) の幼児と保護者 15組	5～2月 月1回 金曜日 10:00～11:30 ※初回 5/9 参加費(保険代含む): 9回 1,000円
ミニキッズ たいそう教室 <全9回>	高松市コミュニティ スポーツ指導者 笠井 敏恵	なわとび・マット・ 鉄棒などを使った 運動遊び	年少児と保護者 15組	5～2月 月1回 金曜日 15:00～16:30 ※初回 5/23 保険代: 9回 100円
子ども 硬筆教室 <全8回>	書道講師 北條 正行	鉛筆の持ち方・ ひらがなの書き方 のおけいこ	年長児 15名	5～1月 月1回 月曜日 15:00～16:00 ※初回 5/12 材料費: 8回 1,000円 準備物: 書き方用鉛筆・下敷き ・消しゴム・飲み物

一般講座(大人向け)

親子・子ども講座