



# 古高松地区コミュニティだより

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

古高松南  
コミセン版  
2025年  
4・5月

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。今回号は内容が盛りだくさんの為、古高松コミセン(水色)・古高松南コミセン(ピーコック色)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)



乳幼児プチ健診会  
5/21(水)  
11:30~12:00

## 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



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



## 【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
一般講座(大人向け)	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	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	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	5/20・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)	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

親子・子ども講座	《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	