



古高松地区コミュニティだより

古高松南
コミセン版

2024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)

春の日差しが輝くころとなりました。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12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
5/15(水)
11:30~12:00

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5年度の古雑誌を
無料配布します。

5月7日(火) 9:00~
お一人様2冊まで

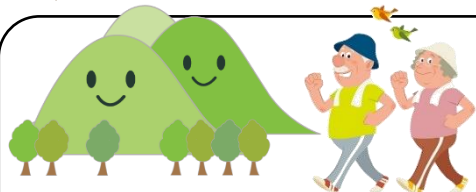


【令和6年度 古高松南「あすなろ」教室のご案内】

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!

<p>★開講式★ 6月18日(火) 10:00~11:00</p> <p>くらしのセミナー「地球温暖化と生活防災」 講師：香川県環境政策課 ※ 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。</p>		
<p>7月</p> <p>自分サイズで考える 手のひら de 食事バランス</p>	<p>9月</p> <p>くらしのセミナー 「悪質商法に騙されないために」</p>	<p>9月</p> <p>転倒防止体操</p>
<p>10月</p> <p>老後資金について</p>	<p>11月</p> <p>交通安全教室</p>	<p>12月</p> <p>人権講話</p>
<p>1月</p> <p>★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。</p>		



古高松地区保健委員会
久米の里山を歩こう!
(共催：古高松地区コミュニティ協議会)

申込必要
5/15(水)締切

日時：5月20日(月) 10:00~12:00

場所：久米石清水八幡宮

神明殿第2駐車場 9:45 集合

※雨天時は古高松コミセンにて軽い運動

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
・上靴 (雨天時のみ)

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







【令和6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12日(金) 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
親子・子ども講座 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 5/15 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 	走れるようになった1歳 ～未就園児と保護者 15組	5～2月 月1回 金曜日 10:00～11:30 ※初回 5/10 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 5/24 参加費(保険代含む):9回 1,000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 5/13 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

《申込開始日》4月15日(月) 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)	NHKカルチャー 教室講師 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 5/10 保険代:7回 100円 持ち物:あれば足袋・飲み物 軽装
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 5/17 保険代:5回 100円 持ち物:飲み物・フェイスタオル・ バスタオルやマット 運動しやすい服装
NEW スマホ教室 ～LINE・PayPay編～ (全4回)	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	スマホアプリで人気の 「LINE」と「PayPay」 について学びます。 	12名	6/10・6/24・7/8・7/22 全て月曜日 14:00～15:30 参加費:無料 持ち物:筆記用具 ※貸出スマホで実施します
NEW 姿勢教室 (全3回)	香川県 姿勢調整師会 青木 卓也	姿勢がなぜ大切 なのか。 猫背・腰痛・膝の痛 みと姿勢との関係 を学び、健康維持 に活かせましょう。 ※簡単な予防体操あり 	30名	6/17・6/24・7/1 全て月曜日 13:30～15:00 参加費:無料 持ち物:筆記用具・軽装

