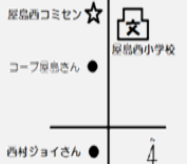




屋島西コミュニティセンター通信

高松市屋島西町 2483-2/TEL・FAX 843-2961

講座受付・お問合せ時間：平日 9:00 ~ 17:00



公式 LINE からの申し込みが便利です！！

公式 LINE はこちらから



公式 LINE から申し込みの際は必ず、ご希望の講座名・お名前・お電話番号を入力して送信してください。また、お申込開始日をご確認の上、送信をお願いいたします。

※公式 LINE は平日 9 時から 17 時の間のご対応となりますので予めご了承ください。



コミセン講座のご案内

必ず事前申し込みをお願いいたします。申込のない方の参加はお断りする場合がございます。今後も状況により講座を中止・変更する場合がございます。予めご了承ください。

開催日時	講座名・講師名	参加費	内容	定員・受付
5月10日(金) 13:30~14:30	よく効きます！ ホウ酸団子づくり	200円 もしくは 300円	暖かくなると現れる嫌なアイツによく効きます!! みんなで楽しくホウ酸団子を作りましょう！ ※当日参加の方 200 円、お持ち帰りのみの方 300 円の材料費を頂戴いたします。 <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着15名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始
5月17日(金) 13:30~15:00 (体操は60分)	屋島西男子塾 男性のための健康講座 ① ウォーキング 健康運動指導士 永峰 昭宏	200 円 (全 4 回)	屋島西男子塾全 4 回 男性のための講座です。第 1 回目は、永峰先生とウォーキングです。 <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u> 男性のみのご参加となります。	先着15名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始
5月23日(木) 10:00~11:30	揺すって解して体を楽に 自力整体ナビゲーター ふじい みき	200 円 (全4回)	5/23・6/27・7/11・8/22 の全 4 回 ゆったりとした動きで筋肉のコリをほぐし身体の歪みを整えます。※火曜日「自力整体」ご参加の方はご遠慮ください。 <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着10名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始
5月28日(火) 13:30~15:00	心とからだをゆるめよう！ 自力整体—前期— 自力整体ナビゲーター ふじい みき	250 円 (全5回)	5/28・6/25・7/23・8/6・9/10 の全 5 回 心も体も自分の力で整えましょう！ ※木曜日「揺すって解して」ご参加の方はご遠慮ください。 <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着20名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始
5月31日(金) 10:00~11:30	からだと心を休める セルフお灸講座 鍼灸師・せんねん灸セルフケアサポーター 松本 武司	600 円	はじめてのセルフお灸を学んで、おうちで癒し時間を過ごしませんか？ <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着15名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始
6月10日(月) 13:30~15:00 (体操は60分)	シニアのための元気体操 健康運動指導士 永峰 昭宏	200 円 (全 4 回)	6/10・7/8・8/26・9/30 の全 4 回 永峰先生と元気に楽しく体を動かしましょう！！ <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着15名程度 LINE・電話・窓口 4/22 受付開始
6月20日(木) 13:30~15:00	あなたもスマホデビュー！ 初めてのスマートフォン ソフトバンク講師	200 円 (全 3 回)	6/20・7/4・8/29・9/5 の全 4 回 デモ機を使用してスマートフォンの基礎、基本を学びます。これからスマートフォンをお考えの方もご参加可能です。 <u>詳しくはチラシをご覧ください。</u>	先着15名程度 LINE・電話・窓口 4/22~受付開始

※子供・親子向け講座



開催日時	講座名・講師名	参加費	内容	定員・受付
6月7日(金) 10:00~12:00	Ciao!子育て0・1・2・3 ゆうゆうクラブ	50 円/ 1 人	概ね 0 歳~3 歳の親子集まれ~♪ 6月は「おひるねアート」 パパの参加も大歓迎(▽)/ みんなで楽しい時間を過ごしましょう！	先着20組 申込不要 直接会場に来てね

屋島西図書分室からお知らせ

図書分室の古い雑誌をお譲りいたします！！



☆配布期間☆

4月23日(火)10時~なくなり次第終了



●屋島カレンダーについてのご案内

屋島カレンダーをご入用の方は、お近くのコミュニティセンターまでお越し下さい。
 ※数に限りがございます。ご了承ください。(屋島地区在住の方 1 世帯 1 冊まで)
 配布は、4 月以降の平日(月～金)9 時～17 時(お取り置きはできません。)



屋島西男子塾

コミセン講座

男性のための健康講座

① ウォーキング 編



日時：5月17日(金) 13:30～15:00

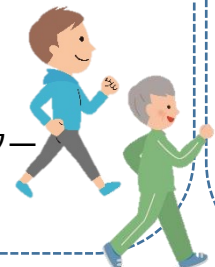
場所：屋島西コミュニティセンター 2Fホール

講師：永峰 昭宏(健康運動指導士)

参加費：200円(全4回)

◎問合せ先：屋島西コミュニティセンター

☎087-843-2961



屋島地区保健委員会からお知らせ

屋島地区保健委員会主催運動教室

日時：5/13・7/8・9/9・11/11・1/27・3/10
 全て月曜日 10時～11時

場所：屋島コミュニティセンター

参加費：無料

講師：健康運動指導士 佐藤 美穂 先生

※詳しくは屋島コミュニティセンター担当者まで
 お問い合わせください。

屋島コミュニティセンター ☎841-6927

日	月	火	水	木	金	土
				<p>今月の移動図書館 4月30日(火)9:20～10:30</p>		
	1 手話学習会	2 着物着付け ホーム・ヨガ	3 フラワーアレンジメント ティアラ作り いきいき体操 書道・篆刻	4 癒し運動 創真道空手教室 おいでまい屋島西	5 骨盤ストレッチ	6 ルナアラダツ
7	8 初級英会話	9 ホーム・ヨガ フラダンスキッズ	10 ティアラ作り 韓国語講座 書道・篆刻	11 癒し運動 のびのび体操 創真道空手教室 おいでまい屋島西	12 絵手紙 ピラティス 骨盤ストレッチ	13 狂犬病 予防接種 11:05～ 11:25
14	15 手話学習会	16 着物着付け ホーム・ヨガ 音楽で健康	17 フラワーアレンジメント ティアラ作り いきいき体操 書道・篆刻	18 癒し運動 創真道空手教室 おいでまい屋島西	19 ピラティス 骨盤ストレッチ	20 ルナアラダツ
21	22 初級英会話	23 ホーム・ヨガ フラダンスキッズ	24 ティアラ作り 書道・篆刻	25 癒し運動 のびのび体操 創真道空手教室 おいでまい屋島西	26 絵手紙 骨盤ストレッチ	27 ルナアラダツ
28	29 休館日 昭和の日 	30 移動図書館 ホーム・ヨガ	※令和6年3月19日現在の予定です。変更が生じる場合がございます。 予めご了承ください。			