



公式LINE



Instagram



4 April

屋島コミュニティセンター通信

令和7年4月号

講座のお申込・参加について

注意事項 受付期間をご確認の上、必ず事前にお申込みをお願いします。

都合が悪くなった場合は早めにご連絡下さい。

要申込
先着順

4/14(月)9:00
受付開始

講座のお知らせ



講座名	講師 (敬称略)	日程	参加費	対象	備考	締切 定員
働く女性の為シリーズ 小さいボールを使った 体幹エクササイズ	NCA マスター コンディショニング インストラクター 木内 ひとみ	4/19・5/17 6/21・8/23 9/20(土) 9:30~11:00	200円 (全5回)	20代~50代 の女性	お仕事、家事、育児で忙しい世代の女性の為の 体操教室です。インナーマッスルを鍛えましょ う。【飲み物・ヨガマット or バスタオル・動きやすい 服装】	20名
楽しく健康体操 (前期)	高松市コスボ指導士 喜多 直美	4/23・5/21 6/18・7/16 8/20(水) 13:30~15:00	200円 (全5回)	どなたでも	毎回大人気の体操教室！気軽に楽しく健康寿 命を延ばしましょう。男性にもオススメです。 【飲み物・タオル・動きやすい服装】	30名
屋島男のいきいき講座 グラウンド・ゴルフ (現地集合・雨天中止)	ギター同好会 ハナミズキ講師 喜岡 淳	5月8日 (木) 10:00~11:30	年間登録 (100円/年) (全9回)	屋島在住の 60歳以上の 男性 ※年間予定 表は館内 チラシを確認	東部下水処理場にて実施。汗を流して親睦を 深めましょう。無料の道具レンタル有り。申込時 にお伝えください。初心者・新規の方、大歓迎で す！【飲み物・ゴルフ用マーカー(目印)】	5/2 (金) なし
		6月12日 (木) 10:00~11:30			青春時代にカムバック！あなたの思い出の曲を 申込時に教えてください。 ギターに合わせて一緒に歌いましょう♪ 【飲み物】	5/8 (木) なし
すくすくひろば+ (前期)	リミックインストラクター 尾形真貴子 高松市コスボ指導士 笠井 敏恵	5/20・6/3 6/17・7/1・7/15 (火) 10:00~11:30	400円 (全5回)	1歳半~ 未就園児と 保護者	初回はリミックとカエルの手形アート。 以降は親子体操やトランポリンなどのトリム遊 びを通して、親子で体を動かしましょう。 【飲み物・動きやすい服装】	10組
ふるさと研究講座 志度街道を 歩きましょう (館外学習)	まちかど漫遊帖 市民ツアープロデューサー 水野 さゆり	5月22日 (木) 9:30~12:00	年間登録 (100円/年) (全5回)	約4km 歩ける方	江戸時代、讃岐国にあった五街道の一つ、 志度街道跡をたどりながら、史跡と歴史に触れ てみませんか？詳細はチラシを確認ください。 【歩きやすい靴・飲み物・雨具・電車代】 ※年間予定表は館内チラシを確認	20名
よちよちひろば (前期)	だいすけ先生/ 小林 里梨子/ 矢部 りえ/ 尾形 真貴子/ 谷口 文	5/28・6/4・6/9 6/16・6/23 (月)or(水) 10:00~11:30	500円 (全5回)	誕生日がR6.7 ~R7.2月前後 の赤ちゃん と保護者	0歳児集合！パパの参加も大歓迎です。 ①未来がきらめくお金の話&お昼寝アート体験 ②赤ちゃんとパパ・ママの為の運動教室 ③ママのためのピラヨガ ④リミック&手形アート ⑤バランスボールでシェイプアップ！	10組
STM 健康体操	STM 倶楽部トレーナー 中村 知枝	5/29・6/5・6/19 7/3・7/17 (木) 10:00~11:30	200円 (全5回)	立って運動の できる方	前回好評だったため、今年度は5回で開催！ バランストレーニングやストレッチなど、立っ て行う体操が中心です。※イスに座っても可 【フェイスタオル・上靴・動きやすい服装・飲み物】	20名
健康チェック		6月25日 (水) 10:00~11:30	100円	どなたでも	①血圧②骨密度③血管年齢④足指力⑤握力 の測定と⑥落下棒検査⑦立ち上がりテスト ⑧バランス感覚テスト⑨数値の説明 ご自分の体や体力を知っておこう！ ※タイツ・ストッキング不可	30名

講座の様子を Instagram 等の SNS に掲載しています。
ご協力をお願い致します。
ご都合の悪い方は事前にお申し出ください。



⚠️中止、または延期、内容が変更になる可能性があります。ご了承ください。

申込方法は裏面へ



講座の申込方法

(4/14(月) 9:00 受付開始)

窓口・電話、または公式LINEからお申込み可
 先着順受付。定員に達した場合、受付終了致します。
 (申込開始直後は回線が混み合います。ご了承ください。)



お申し込みは
LINEがおススメ!

お申込み!



待たずに24時間申込OK

公式LINEでお申込みの際は

①講座名 ②お名前 ③電話番号 ④ご年齢をご入力の上、送信ください。



このマークが目印!

屋島男のいきいき講座、ふるさと研究講座は年間登録が必要です。

①講座名 ②お名前 ③電話番号 ④ご住所 ⑤ご年齢

をご入力の上、送信ください。初回以降のお申し込みは、講座名のみで申込可能です。



屋島コミセン
公式LINE

※申込開始時間前の送信は無効となります。

コミュニティセンター通信5月号について

5月号は屋島地区3館の合同号となります。
 通常とは配布時期が前後しますのでご了承下さい。



屋島コミセン・図書館分室からのお知らせ

本や雑誌の貸出を行っています。
 ※雑誌は最新刊のみ貸出不可

【定期購読雑誌】(予定)

- ◎ESSE
- ◎暮らしの手帖(隔月)
- ◎きょうの健康



【ご利用方法】

お一人様15冊まで、貸出期間は14日間です。
 屋島分室の貸出しカードをお持ちになり、職員まで
 お声掛けください。(新規作成可)

夜間・土日の利用も可能です

屋島地区保健委員会主催「運動教室」のお知らせ

予約不要・直接会場にお越しください。

日時: 5/12・7/14・9/8・11/10・1/19・3/9

各(月) 10:00~11:30

場所: 屋島コミセン2Fホール

参加費: 無料

準備物: 飲み物・タオル・運動のできる服装

講師: TASS 伊勢 桂子 先生

問合せ: 屋島コミュニティセンター

☎087-841-6927

狂犬病予防接種

4/12(土)

10:20~10:50

屋島コミセン駐車場



GWの休館日のお知らせ

4/29(火)・5/3(土)・5/5(月)・5/6(火)は休館日です。

※5/4(日)は開館しています。

日	月	火	水	木	金	土
4月	1	2	3	4	5	
源平カラオケ 沖縄三線 結	ヨーガクラブ	おせっかい	阿波おどり	生命の貯蓄体操 おたっしゃクラブ ヒッポ多言語	三友吟詠会 屋島吹矢	
6	7	8	9	10	11	12
源平カラオケ 沖縄三線 結	色鉛筆道草会 太極拳	かな書道華の会 オカリナ ヨーガクラブ	絵手紙	おたっしゃクラブ	生命の貯蓄体操 ヒッポ多言語	三友吟詠会 屋島吹矢 狂犬病
13	14	15	16	17	18	19
源平カラオケ	色鉛筆道草会 太極拳 講座受付開始	ヨーガクラブ			生命の貯蓄体操 おたっしゃクラブ ヒッポ多言語	体幹エクササイズ 三友吟詠会 屋島吹矢
20	21	22	23	24	25	26
源平カラオケ 沖縄三線 結	色鉛筆道草会 太極拳	かな書道華の会 オカリナ ヨーガクラブ	楽しく健康体操		生命の貯蓄体操 おたっしゃクラブ ヒッポ多言語	屋島吹矢
27	28	29	30	※赤字はコミセン講座 黒字は同好会 □ はその他 同好会の見学は自由にお越しください。(申し出は不要)		
源平カラオケ 沖縄三線 結	色鉛筆道草会 太極拳	昭和の日 休館日				

※3月18日現在の予定です。変更が生じる場合がございますので、ご了承ください。