

## 2025年度講座案内

高松市屋島東町928 TEL/FAX: 087-841-9931

講座名	講師	日時	初回	参加費	内容	定員	お申込み
大人も子供も集まれ 絵本の広場	遠藤 由美	6/17・8/19 10/21・12月未定 10:00~11:30	6/17	100円 (全4回)	大人だけの参加大歓迎です 心がほんわかする時間を一緒に過ご しませんか。単発参加也大歓迎	なし	申し込み 開始 4月14日 9:00~ 
チャレンジ! 子どもクッキング!	蓮井 聖美	6~2月 全6回 (土曜日) 9:30~12:00	6/14	3600円 材料費 (全6回)	<b>対象: 小4~小6</b> 友達と作った料理は美味しいよ~詳 しい内容は小学校から配布します。	16名	
屋島東 トライアングル こども広場	第1火曜日 外遊び (小学校運動場) 第3火曜日 英語&ヨガ (コミセン) 14:30~16:00	5/13	1000円	<b>対象: 屋島東小児童</b> 屋島東校区に暮らす子ども達が、安心 安全に過ごせる居場所を目的として、月 に数回子供たちがのびのびと活動できる 広場です	なし	申込 受付中	
心と身体を整える体操 教室	松本 武司	5月~3月 (概ね第1金曜日) 10:00~11:30	5/2	500円 (全11回)	実際に病院でしているリハビリの体操 をします。体操後、万能のツボの見つ け方や押さえ方などを学びながらセル フケアします。	20名	申し込み開始日 4月14日 月9時~  LINE 電話 窓口
セルフお灸ルーム	松本 武司	6/20・10/17 2/20 (金曜日) 10:00~11:30	6/20	700円 (1回)	肩こりや腰痛など身体の痛み、内臓 疾患や女性特有の不調をやわらげ たり、ストレスによる自律神経を整え ます。 <b>実際にお灸をします。</b>	15名	
健康体操 1 2 3	喜多 直美	5月~3月 (概ね第2水曜日) 10:00~11:30	5/14	500円 (全11回)	椅子に座っての体操です、どなたでも 参加できます。 <b>当館人気NO1講座です!!</b> 男性も沢山参加してます。	30名 申込 受付中	
男の料理教室	月により 変更します	6/21・9/20 11/29・2/21 (土) 10:00~11:30	6/21	材料費1回 700円程度	<b>昨年好評のため開催決定</b> ~人生100年時代~料理が初めて の方も得意な方も大歓迎です。	12名	
らくらく ウォーキング	なし	5/28・11月 1月・3月 10:00~11:30	5/28 (水)	無料	楽しくウォーキングがしたい方大募集 コミセン周辺や琴電に乗ってお出かけ <b>!!興味がある方はメンバー登録お願 いいたします。</b>	なし	
歌声広場	溝口 勲	5/21・7/16 9/17・12/17 (水) 13:30~15:00	5/21	無料	先生の素敵なギターで、皆さんで懐 メロを口ずさんでみませんか。	なし	
自力整体	石橋 仁美	5月~12月 (概ね第2金曜日) 10:00~11:30	5/23	500円 (全8回)	毎日が忙しい生活の中で自分のから だと向き合う大切な時間をつくってみ ませんか。	20名	
ホウ酸団子作り	コミセン職員	5月20日 (火) 10:00~11:00		当日参加 250円 持ち帰り 350円	毎年良く効く手作りホウ酸団子で サクッと撃退! ※玉ねぎの価格で参加費が変動す る場合があります。	なし	

LINEでお申し込みの際は①講座名 ②名前 ③連絡先 ④学年 (子供講座) を入力の上、送信下さい。

定員になり次第締め切ります。ご了承ください。

屋島東コミセン周辺  
ボランティア

# 一斉清掃



いつもコミセン活動にご協力いただき、  
誠にありがとうございます。

■ 日時：6月3日(火)  
9時から 1時間程度

※雨天時の、予備日は6月27日(金)

■ 場所：屋島東コミセン周辺

お忙しいとは思いますが、  
一人でも多くの方のご協力  
をお願い申し上げます。



## 健康長寿 講座



### すぐできる認知症と介護予防

～健康寿命を延ばすポイントを知ろう～

日時：6月25日(水)  
10:00～11:00

屋島東コミセン 2階ホール

対象：どなたでも  
参加費：無料



### 屋島地区保健委員会主催 運動教室

たのしく皆さんで体操しましょう!

予約不要

日時：5/12・7/14・9/8・11/10・1/19・3/9  
(月曜日・全6回)

10:00～11:30

屋島コミュニティセンター 2階ホール

対象：どなたでも  
参加費：無料

準備物：飲み物、タオル、運動のできる服装

問合せ先

屋島コミュニティセンター ☎ 841-6927

### 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がご了承下さい。

日	月	火	水	木	金	土
4月		1	2	3	4	5
		コーラス同好会ひばり 太極拳クラブ		リリレフア フラダンス 日常英会話	おせっかい屋島 琴城流大正琴	屋島クラシックギター フォークギターハナミズキ グリュックス・シュヴァイン
6	7	8	9	10	11	12
ヨ-ガクラブ フォークダンス屋島カトリア		ウクレレ同好会 健康体操いきいき教室	太極拳クラブ	リリレフア フラダンス 日常英会話	琴城流大正琴	屋島クラシックギター フォークギターハナミズキ グリュックス・シュヴァイン
13	14	15	16	17	18	19
	ヨ-ガクラブ フォークダンス屋島カトリア	ウクレレ同好会 健康体操いきいき教室	コーラス同好会ひばり 太極拳クラブ	いけばな池坊 リリレフア フラダンス 日常英会話	琴城流大正琴	屋島クラシックギター フォークギターハナミズキ グリュックス・シュヴァイン
20	21	22	23	24	25	26
	ヨ-ガクラブ フォークダンス屋島カトリア	ウクレレ同好会 健康体操いきいき教室	太極拳クラブ	リリレフア フラダンス 日常英会話	琴城流大正琴	屋島クラシックギター フォークギターハナミズキ
27	28	29	30	GWの休館日のお知らせ		
	ヨ-ガクラブ フォークダンス屋島カトリア	休館日 昭和の日		4/29(火) 5/3(土) 5/5(月) 5/6(火) は休館日です。		