



むれ地区



コミュニティセンターだより

発行：牟礼コミュニティセンター 大町コミュニティセンター

令和4年9月号

大町コミュニティセンター講座

受付開始日当日は来館申込み不可

◆申込み TEL 870-1306◆

◆問合せ専用(申し込み不可・コミセンからの連絡)080-6373-9097

9月12日(月)10:00～電話受付開始

牟礼町外の方 9月15日(木)10:00～受付開始

☆申込み1回につき一家族分の受付で本人・代理問いません。☆材料代等を徴収する際、自己都合の欠席は返金がない場合があります。
☆おつりの用意はありません。☆写真・動画撮影後にマスコミ関係、広報紙、SNS等へ掲載する可能性があります。不都合な場合はお申し出ください。
☆できる限り、公共交通機関をご利用ください。★感染症予防のため消毒、検温、マスクの着用とスリッパ・上靴・飲み物のご持参にご協力ください。

No.	講座名・学習内容	講師	日時	定員	持ち物・その他
1	初級英会話 (全6回)	ALT アルジョン フランシス フロレス	9/27 10/4,11,18, 10/25 11/1(毎週火) 14:00～15:30	8名	筆記用具・ノート 辞書
	自己紹介・買い物・電話の仕方・病院に行くなど、いろいろな場面ですぐに使える英会話を学びましょう。				
2	子育て支援 わらべうたベビーマッサージ	マミーズケア&サポート城下 助産師 城下 利香	9月29日(木) 10:00～11:30 <small>対象:生後2カ月からハイハイ イ期までの赤ちゃんと親</small>	親子 6組	200円(オイル代) 動きやすい服装 バスタオル・タオル
	心が落ち着くわらべうたに合わせて赤ちゃんを優しくマッサージして、親子のスキンシップを図ります。				
3	筋力アップトレーニング(全4回)	介護予防運動指導員 やまうち鍼灸院 山内 孝	10/4,18 11/1,15 (各火曜) 10:30～12:00	10名	動きやすい服装 上靴・タオル
	転倒しない身体を目指して手軽なトレーニングを初めてみませんか。年齢問わず誰でも大歓迎！				
4	おもしろ健康体操	えにし屋 出張トレーナー 宮本 憲治	10月 6日(木) 10:00～11:30	10名	動きやすい服装 フェイスタオル
	簡単な脳トレ体操や椅子に座ってできる体操を、一緒に笑いながら挑戦してみましょう。				
5	子育て支援 およこ広場 きらきら (全2回)	むれ子育て ふれあいセンター 出前広場	10月 7日(金) 11月 4日(金) 10:00～11:30	親子 6組	動きやすい服装 飲み物
	10月は身体を動かして遊ぼう(ミニ運動会)11月は道の駅源平の里で遊ぼう(予定)お楽しみに！				
6	ラクチン着付け教室 (全6回)	須賀着付け教室 きの和装学苑 高等講師 須賀 容子	10/13,20,27 11/10,17,24 (各木曜) 10:00～12:00	8名	着物・長襦袢・半幅帯 肌着・足袋・襟芯 コーリンベルト2本 補正用タオル2枚 腰紐・伊達締・帯板
	今どきの、ラクチンで綺麗に着られる前結びの着付けと一緒に学びましょう。※衣紋抜きが必要。無い方は事前注文で当日購入(275円)です。				
7	人権トークcafé	(公社)香川県社会福祉士会 上田 利枝	10月17日(月) 10:00～11:00	8名	筆記用具
	コロナ禍での人間関係、ちょっと不安に感じませんか。たまには真面目に差別について話し合ってみましょう。				
8	子育て支援 親子でのびのび脳力アップ!(全4回)	(株)ユナイテッドワン健康運動指導士 永峰 昭宏 めぐみ鍼灸治療院 永峰 めぐみ	10/17,24 11/7,14 (各月曜) 15:30～16:30	10組	動きやすい服装 対象:幼稚園児親子 (満3歳児も可) ※親子は別々に受講
	(子ども)自ら考えた自由遊びで脳力アップ!(親)子どもの脳と身体の発達について疑問を解決!				
9	子育て支援 よちよち赤ちゃん運動会	高松市出前保育事業 (牟礼保育所・田井保育所・庵治こども園)	10月20日(木) 10:00～11:00	親子 8組	飲み物 動きやすい服装
	保育士さんが考えた楽しい運動会!赤ちゃんの競技はもちろん、ママのお楽しみもあります♪				
10	陶芸教室 ～自由に好きなものを～(全2回)	陶芸「ゆるり」主宰 米田 祐	10月26日(水) 11月 9日(水) 10:00～12:00	6名	エプロン・手拭きタオル 1,500円(土1kg代金)
	食器や花瓶、置き物など自由に!1日目:成型 2日目:色付け・絵付け 会場:牟礼町牟礼941-1(現地集合・解散)				
11	みんなの活動 「みんな活」(全2回)	随時企画中	11月 2日(水) 11月16日(水) 13:30～14:30	若干名	上靴・タオル 動きやすい服装
	体操や話し方講座、世代間交流など楽しい講座を参加者と一緒に企画します。リピーター続出!				

ビギナーズライブ 改め 先着5組限定
アコースティックLive 出演者募集
 in大町コミュニティセンター 観客(定員20名)も同時募集

楽器の種類はお申込時にお聞きます。代表タメ斎藤の弾き語りもお楽しみに!

先行受付 9月1日(木)12:30～電話受付開始 ※一組15分以内
 町外の方 9月8日(木)12:30～受付開始

●開催日:9月25日(日)13:00～15:00
 リハーサル12:20スタート・控室あり 開場 12:45
 ●出演料:1,000円(ひとり) 観客:200円(1ドリンクつき)
 駐車場は先着20台・出演者・家族は専用駐車スペースをご案内
 ※持ち込み用具、接続方法、マイク本数などを記入し事前提出

soundflavor 共催企画

https://sound-flavor.com/

大町コミセン×SteeP 食品ロス削減イベント ☆たまるもくよ～☆
フードドライブ活動 LOOP～つながる輪～笑顔の輪～

開催日9月17日(土) 13:00～16:00 会場:大町コミュニティセンター
 当日来られない場合9月12日(月)～9月16日(金)9:00～19:00 大町コミセン事務室

食べる予定のない食品を高松市社会福祉協議会を通して支援を必要とする方々へ寄付します。①常温保蔵可能②賞味・消費期限が1カ月以上残っている ③未開封 ①②③すべてに当てはまる食品のみ例:米、お菓子、飲料品、レトルト食品、乾物、缶詰等

(共催)香川大学学生ESDプロジェクトSteeP(ステップ) 次回の開催は令和5年3月18日(土)です

牟礼コミュニティセンター講座 参加者募集！◆申込み TEL845-4111◆

受付開始日当日は来館申込み不可

9月7日(水) 10:00～ 電話受付開始(コミセン講座・健康まるごとチェック)

★講座に参加する際は、マスクの着用・検温・手指消毒等、感染症対策にご協力をお願いいたします。

No.	講座名・学習内容	講師	日時	定員	持ち物・その他
1	くらしのセミナー ウン知育教室	ヤクルト販売株式会社 管理栄養士 長尾志津代	9月9日(金) 10:00～11:00	15名	筆記用具
	腸内環境は整っていますか？健康のために「出す」ことについての知識を身につけましょう。				
2	甲冑の変遷 ～大鎧に始まり大鎧に終わる～	讃州甲冑会 十河 勲	9月17日(土) 16:30～18:00	20名	 筆記用具
	歴史好きな方、甲冑制作に興味がある方必見。時代による日本の甲冑の形状の変化を歴史の変遷とリンクしながら解説していきます。手作りの甲冑作品もご覧いただけます。				
3	ガラケーご利用者向けスマホ入門教室◎(全6回)	 スマホアドバイザー	9月26日 10月17日・24日・31日 11月14日・21日(月) 14:00～15:30	14名	飲み物 筆記用具
	ガラケーご利用の方～スマホ初心者の方対象。前半1時間は、デモ機を使って、電源の入れ方から基本的な操作を学ぶ体験教室。後半は個別相談をお聞きます。				
4	ふるさとウォーク①「白羽地区周辺の古道を歩く」	高松市 文化財保護協会 牟礼分会	10月13日(木) 10:00～12:00 白羽神社北側駐車場集合	20名	飲み物 動きやすい服装
	白羽神社→田井城主中村氏墓→時津風の墓→六萬寺→田井城跡→道休の墓を散策します。				
5	ふるさとウォーク②「八栗寺の歴史をDEEPIに探る」		11月17日(木) 10:00～12:00 八栗寺本堂前集合	20名	※少雨決行
	二天門→通夜堂→聖天堂→本堂→中將坊→多宝塔など、歴史を深く探ってみませんか。				
6	ペーパーデコレーション 講座	ペーパー デコレーション協会 伊藤梨永こ	10月14日(金) 10:00～12:00	10名	500円(材料代) 10/5入金締切 シャーペン・ケシゴム 木工用ボンド ハサミ・20cm定規
	BOXを開くと、中からかわいいお花が。ペーパーデコレーションでBOXとお花を作りましょう。BOXの中の装飾はお好みです。試作品はコミセン事務所前に展示しています。				
7	野菜たっぷり生活講座 ～おべんとう編～	高松市 食生活改善推進 協議会牟礼地区	10月19日(水) 10:00～12:00	12名	300円(材料代) 10/5入金締切 タオル・エプロン 三角巾 持ち帰り用タッパー
	野菜がおいしいおべんとうを作りましょう。メニューはレンコンと大葉のつくね・セミドライトマトのレンチンオムレツ・水菜の柚子胡椒ナムル・オレンジのキャロットラペ。(タッパーに入れて持ち帰り、調理後の試食はありません)				
8	人生100年時代 ～セカンドライフを楽しむために～	百十四銀行八栗エリア 三井住友海上 プライマリー生命 石田崇弘	10月21日(金) 10:00～11:00	15名	 筆記用具
	退職後のセカンドライフをゆとりをもって楽しむために、公的年金制度と、ご資産の寿命について考えてみませんか。				
9	中級者英会話 (全7回)	ALT アルジョン フランス フロレス	11月8日～12月20日 (毎週火曜) 14:00～15:30	12名	飲み物 筆記用具 
	ALTのアルジョン先生と楽しく会話をしながら英会話を身につけましょう！ ※英会話中級者対象				
10	東日本大震災活動記録「いのちを守る」	元消防士 佐藤誠悦	11月12日(土) 10:00～11:30	20名	飲み物 筆記用具
	宮城県気仙沼消防署指揮隊長として救命に奔走した講師の肉声から東日本大震災の教訓を再認識、各地で発生している災害を自分事として考えるきっかけにしませんか。				

むれコミュニティ祭り 健康まるごとチェック 11月6日(日)9:00～12:00 牟礼コミュニティセンターホール

主催:むれコミュニティ祭り実行委員会 共催:牟礼地区保健委員会・食生活改善推進協議会牟礼地区・香川県立保健医療大学

11	むれコミュニティ祭りの一環として、健康まるごとチェックを開催します。これからも元気で過ごすために、自分のからだの健康状態について知る機会をつくりませんか？ 3回に分散して実施しますので、興味・関心のある方は、事前申込みの上、お気軽にご参加ください。 <内容> 骨密度測定・血管年齢チェック・体組成測定など	いずれかの時間帯を選択してください			
		A	9:00～10:00	各 15名	マスク・飲み物 事前申込み 845-4111 分散して実施
		B	10:00～11:00		
		C	11:00～12:00		

★コロナウイルスの対応方針通知により、講座が実施できない場合もございます。予めご了承ください。