



古高松地区コミュニティだより

2024年
10月・11月

発行：古高松コミュニティセンター(☎841-6262)・古高松南コミュニティセンター(☎841-2186)
朝夕の風に秋の深まりを感じる季節となりました。10・11月の行事や講座をご案内します。

各コミュニティセンター 文化祭

【古高松コミセン】10/4(金)・10/5(土)・10/6(日)

【古高松南コミセン】10/11(金)・10/12(土)・10/13(日)

※詳細はチラシをご覧ください。

乳幼児プチ健診会

古高松 コミセン	11:30~ 12:00	10/17(木) 11/21(木)
古高松南 コミセン	11:30~ 12:00	10/16(水) 11/20(水)

古高松フェスティバル

(第27回 旧高松城まつり)

日時 10月27日(日)
9:30~14:30
場所 高松市東部運動公園

※詳細はチラシをご覧ください。

●協賛茶会●
喜岡寺にて
お茶会も開催
【問合せ】喜岡寺
☎843-0452



【各校区スポーツ・体育協会より】

古高松南校区 古高松校区歩け歩け大会
ふるさと探訪歩け歩け大会 11月23日(土・祝)
11月10日(日)

※行き先等詳細は別途ご案内します。



香川県シェイクアウト

県民いっせいで地震防災行動訓練

11/5(火) 10:00



時間になったら各自自主訓練をしてください

野菜たっぷり生活講座

～大根使い切りレシピ～

(コミセン講座 共催：古高松地区食生活改善推進協議会)

日時：11月19日(火)9:30~13:00

場所：古高松コミセン

定員：先着16名

内容：調理実習・試食あり

参加費：500円(当日集金)

持ち物：マスク・エプロン・三角巾・タオル・筆記用具

申込先：古高松コミセン ☎841-6262

申込必要 11/12 締切

【メニュー】

・大根と鶏肉のオイスター炒め

・大根を使った副菜2品 など

※詳細は10/15以降お問合せ下さい

保健委員会よりお知らせ

健康講座「健口寿命について」

日時：11月7日(木)10:00~11:30

場所：古高松コミセン

講師：いろのみ歯科 前田 直人 先生

健康チェックDAY

日時：11月30日(土)9:30~11:30

場所：古高松コミセン

内容：運動機能チェック

※詳細は回覧にてお知らせします

【コミセン講座ウォーキングのご案内】

レッツウォーキング

(共催：古高松地区保健委員会)

歩くのが好きな人集まれ！正しい歩き方を学びましょう

日時：11月18日(月)10:00~12:00

場所：屋島山上駐車場バス停前 集合

講師：千葉 辰徳

(健康運動指導士)

定員：50名(先着順)

参加費：無料

準備物：動きやすい服装・タオル・飲物

申込み：古高松コミセン ☎841-6262

※雨天時はコミセンにて軽い運動(上靴持参)



申込必要
11/11 締切

ルディックウォーキング(全2回)

専用ボールを使ったルディックウォーキングを体験します

日時：①11月15日(金)10:00~11:30

②11月29日(金)10:00~11:30

場所：①古高松南コミセン②高松市東部運動公園

講師：木内 ひとみ

(日本ルディックフィットネス協会A-シックインストラクター)

定員：15名(先着順) **申込必要**

参加費：700円(ボール別売2回分・保険料)(初回集金)

準備物：運動できる服装・タオル・飲物・上靴

申込み：古高松南コミセン ☎841-2186

※雨天時はコミセンにてボールを使っての体操



ビブリオバトル(知的書評合戦) IN 古高松

(主催：県青少年育成アドバイザー協議会)

共催：コミ協・地区青少年健全育成連絡協議会)

地域子どもたちが繰り広げる本の紹介コミュニケーションゲーム。

観覧ご希望の方は直接会場へお越しください。

日時：11/9(土)13:20~15:30 場所：古高松コミセン



第31回 ふるさと 伝承あそび

(主催：古高松地区社会福祉協議会)

日時：12月8日(日)9:00~12:00

場所：古高松小学校体育館・運動場

参加費：無料 ※詳細はチラシをご覧ください。

コミュニティセンター講座のご案内



各講座全て**事前に申し込みが必要**です

両コミセンよりご案内 お申し込み・問い合わせは 各コミセンへ

「スマホ写真教室」 (全3回) 写真屋 カメラマン 川西 綾人	①10/21(月) ②10/28(月)	古高松コミセン 10:00~11:30	先着 20名	③11/5(火) ※③は春日神社にて合同撮影会	古高松南コミセン ①②13:30~15:00 ③ 10:00~11:30	先着 20名	④参加は各コミセンどちらかのみ スマホカメラでより良い写真を撮るコツをプロに教えてもらいます♪ 参加費：無料 準備物：お手持ちのスマホ

古高松コミュニティセンター お申し込み・問い合わせ ☎841-6262

講座名	講師	日程	定員	内容・費用など
気候変動と地球温暖化 (あすなる教室共催)	高松地方気象台	10/11(金) 10:00~11:30	先着 40名	地球温暖化などの気候変動や異常気象について学習します。 参加費：無料
音楽で運動を♪ (全3回)	健康運動実践指導者 小野川 秀佳	10/31・11/28・12/26 いずれも木曜日 9:30~11:00	先着 25名	音楽に合わせて歌い踊り楽しく身体を動かしましょう。 参加費：900円/3回分(初回集金) 持ち物：軽装・上靴・飲物
正しいがん情報はどこにある? (あすなる教室共催)	がん化学療法看護認定看護師 塩谷 美由紀	11/8(金) 10:00~11:30	先着 40名	巷にあふれるがん情報…正しい情報の集め方について学習します。 参加費：無料
粘土干支置物作り教室	紙粘土講師 川村 真利子	11/14(木) 10:00~12:00	先着 16名	紙粘土を使って、来年の干支(へび)のかわいい置物を作りましょう♪ 材料費：500円(当日集金) 準備物：おしぼり・小さめのハサミ・持帰りの箱・エプロン など 申込締切：11/7(木)
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	11/25・12/2・12/9・12/16 いずれも月曜日 10:30~12:00	先着 21名	LINE や PayPay について 参加費：無料 持ち物：筆記用具 ※貸出スマホで学習
気軽にチャレンジ! 俳句の作り方教室 (全3回)	俳句五月会同好会代表 田村 道明	11/11・12/2・1/6 いずれも月曜日 10:00~11:00	先着 10名	初心者から経験者まで受講出来ます。俳句作りを基本から学びます。 参加費：無料 準備物：筆記用具 ※できる方は初回に自作の俳句を3つ程持参
四国のお城入門 (全3回)	おも城ガイド代表 関本 健太	12/13(金)・1/10(金) 2/3(月) 10:00~11:30	先着 20名	四国のお城について基本から気軽に楽しく学習します。 参加費：無料

古高松南コミュニティセンター お申し込み・問い合わせ ☎841-2186

講座名	講師	日程	定員	内容・費用など
スマホあれこれ教室 (初心者の方向け)	NPO 法人ビットバレー 高松代表理事 溝口 勲	10/15(火) 13:30~15:00	先着 30名	・インターネットを見てみよう ・電子メールや地図アプリの使い方 ・LINE など SNS の使い方 ・オンラインショッピングの使い方 参加費：無料 準備物：お持ちのスマホ
紙粘土工作 スノーマンと星の子サンタ	紙粘土講師 川村 真利子	11/9(土) 10:00~12:00	先着 16名	クリスマス向けのかわいい置物を作ります。 材料費：300円(当日集金) 準備物：おしぼり、小さめのハサミ 豆腐の空パック(持ち帰り用)、粘土ペラ・ピンセット(お持ちの方) メガネ・エプロン(必要な方) 10/31 締切
自力整体 (全4回)	自力整体ナビゲーター にしう めぐみ	11/11・11/25 12/9・12/23 いずれも月曜日 13:30~15:00	先着 20名	自分の身体を自ら整えます。理想の体質、痛みのない身体づくり。 保険代：100円(当日集金) 準備物：ヨガマットかバスタオル・飲物
高齢者向け 交通事故防止教室 (あすなる教室共催)	香川県交通安全教育推進隊	11/22(金) 10:30~12:00	先着 30名	★参加者全員に啓発グッズをプレゼント ★交通安全教育車「まなぶちゃん」にてミニ歩行環境シミュレーター体験等(希望者先着順) 参加費：無料