

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



コミセン講座のご案内

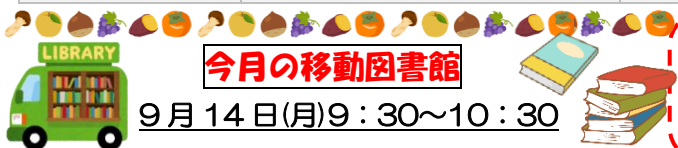
必ず事前申し込みをお願いいたします。 申込のない方の参加はお断りする場合がございます。今後も状況により講座を中止・変更する場合がございます。予めご了承ください。

開催日時	講座名・講師名	参加費	内容	定員・受付
9月3日(木) 9月23日(水) 13:30~15:00	足うらっこ体操 健康運動指導士 池田 陽子	50円	毎年大人気の足うらっこ体操！今年度も開催します。自分の足裏の形から体の癖を知りましょう。 ※足形をとるので10分前にお越しください。	先着15名 参加費を窓口
9月7日(月) 13:30~14:30	気軽に楽しく からだいきいき体操 (株)ユナイテッドワン代表 永峰 昭宏	100円 (3回/6回)	昨年度大人気だった、からだいきいき講座を今年度も開催します(▽▽) 永峰先生と楽しく体を動かしましょう！体操は14:30までです。	満席となりました お電話・窓口までお問い合わせください
9月24日(木) 10:00~11:30	揺すって解して体を楽に♪ ～自力整体はじめませんか？～ 自力整体ピケーター ふじい みき	50円	話題の「自力整体」 ゆったりとからだを動かし、心地よい刺激でコリや歪みを整えていきます。 ※動きやすい服装でご参加ください。 スカート・ジーンズ不可	満席となりました お電話・窓口までお問い合わせください
10月12日(月) 13:30~15:00	歪みチェック ～痛みのない身体づくり～ カイロプラクター 佐藤 千鶴子・川田 愛	50円	6月の人気講座をもう一度！知らず知らずのうちに歪んでしまっている身体。それが原因で足腰が痛いのかも？まずは自分の身体の歪みを知って、痛みのない身体づくりを始めてみませんか？	先着15名 参加費を窓口
10月16日(金) 13:30~14:30	音楽で心豊かな毎日を♪ 全日本音楽療法学会認定音楽療法士 児玉 令江子	無料	「音楽で健康」同好会でおなじみの児玉先生と明るく楽しい時間を過ごしましょう！ためになるお話も聞けますよ。	先着15名 お電話・窓口にて受付
10月28日(水) 13:30~15:30	和紙ちぎり絵(干支) 楨塚 安得	チラシをご覧ください	来年の干支「丑」の絵をちぎり絵で作ります。コミセン館内にて見本を掲載中！自作の絵を飾って新年を迎えませんか？ 準備物等詳しくはコミセンのチラシをご覧ください。	先着15名 参加費を窓口 9/15 受付締切

※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
9月4日(金) 10:00~11:00 ※10月はお休み	Ciao!子育て0・1・2・3 ゆうゆうクラブ	100円	概ね0歳~3歳の親子 集まれ~♪ 今月は「手形・足形ペタペタ」です。 ★布バックやTシャツなどペタペタするものをご持参ください。お子さんの手形や足形で記念のオリジナルグッズを作ろう！	先着8組 申込不要 直接会場に来てね
9月17日(木) 10:00~10:45	はじめての絵本と英語① ラボテューター 佐々木 嘉美	100円	対象:首が据わった4ヶ月頃~ハイハイ・タッチまでの親子 親子で英語の歌や絵本に触れてみませんか？遊びながら初めての英語を体験しましょう(o^-^o)	先着5組 参加費を窓口
9月17日(木) 11:00~11:45	はじめての絵本と英語② ラボテューター 佐々木 嘉美	100円	対象:あんよが上手になった子~未就園児の親子 親子で英語の歌や絵本に触れてみませんか？遊びながら初めての英語を体験しましょう(o^-^o)	先着5組 参加費を窓口
9月30日(水) 10:00~10:45	はじめてのリトミック① リトミック研究センター指導スタッフ 中條 由恵	100円	対象:首が据わった4ヶ月頃~ハイハイ・タッチまでの親子 親子でリトミックを体験してみませんか？音に合わせて体を動かしたり、楽器の音色に触れたりして親子のスキンシップタイム♪	先着8組 参加費を窓口
9月30日(水) 11:00~11:45	はじめてのリトミック② リトミック研究センター指導スタッフ 中條 由恵	100円	対象:あんよが上手になった子~未就園児の親子 親子でリトミックを体験してみませんか？音に合わせて体を動かしたり、楽器の音色に触れたりして親子のスキンシップタイム♪	先着8組 参加費を窓口



今月の移動図書館

9月14日(月)9:30~10:30

屋島手話学習会よりお知らせ

コロナウイルス感染症対策のため、活動日が**第1・3・5月曜日**に変更となりました。詳しい活動日は毎月のコミュニティセンター通信よりご確認ください。