



屋島東コミュニティセンター通信

10月号

高松市屋島東町9 2 8 TEL/FAX : 087-841-9931

■コミネット高松 : <http://www.takamatsu.genki365.net/>



※講座のお問い合わせやお申し込みは、平日9時～17時でお願いします。

講座名	講師	日時	次回	参加費	内容	定員	お申込み
ぴよぴよ 絵本のひろば	遠藤 由美	10～2月 全5回 火曜日 10:00～11:30	10/20 (火)	200円	絵本の読み聞かせを中心に、楽しい歌や手遊びをして過ごしませんか？ ※対象：未就園児とその保護者	あと 若干名	随時 電話または 窓口にて
このゆびと～まれ	新田 利枝	10～2月 全5回 水曜日 10:00～11:30	10/21 (水)	300円	先生やお友達と一緒にた～くさん体を動かして笑って、楽しい時間を過ごしましょう。 ※対象：未就園児とその保護者	10組	随時 電話または 窓口にて
うたごえ広場「冬」	溝口 勲	12月15日(火) 13:30～15:00		無料	あの日あの頃を思い出しながら懐かしい歌を口ずさんでみませんか？	あと 若干名	随時 電話または 窓口にて
本の楽しみをみなさんにおとどけしま～す。	本のソムリエ	10月16日(金) 10:00～11:30 大人向け講座		無料	こんな面白い本があったんだ、この物語にはこんな秘密が隠されていたんだ、読書の世界への興味が広がります。	20名	随時 電話または 窓口まで
大人のお針子教室 がま口ポーチ作り。	安野 留美	10月7日(水) 10:00～12:00		700円 布代こみは 1000円	口金をつけるだけで手作りとは思えない仕上がりになります。	あと 5名	随時 電話または 窓口まで
足裏つこ体操	池田 陽子	9月30日(水) 1回目 10月28日(水) 2回目 全2回13:30～15:00		100円	1回目は、フットプリントを使って足型を取ります。2回目は、足の指筋力を測定。	あと 若干名	随時 電話または 窓口まで
予告	和三盆 作り体験	豆花工房	12月2日(水) 予定	1000円	香川県の工芸品の菓子木型を使って 和三盆作り体験をしてみませんか。	10名	10月1日 から受付 窓口にてお 願いたしま す。
	姿勢の 本当の話	青木 卓也 姿勢科学士	1回目 11月4日(水) 予定 2回目 11月25日(水) 予定	100円	目からウロコ！猫背・腰痛のホントの話。 もっと詳しく第2弾ホントの話。	20名	

本の楽しみをみなさんにおとどけしま～す。

今話題の本や面白い本の紹介をしてさせていただきます。読書の世界への興味が広がります。

10月16日(金)
10:00～11:30

秋の夜長にピッタリの本を見つけて おこもりしてください。

姿勢のホントの話。

【講座内容】

- 1、目からウロコ！猫背・腰痛・のホントの話。
- 2、どうしたら良くなるのか？
- 3、正しい知識を身につけて健康維持に！

姿勢には足首も大切らしいですよ。