



✦屋島地区保健委員会 8月度行事予定

〈胸部 X 線結核・肺がん集団検診〉 8月3日(水)

9:30~11:00 屋島西コミュニティセンター
12:30~14:00 屋島東 〃
14:30~16:00 屋島 〃
18:00~19:00 屋島 〃 (夜間)

自己負担金 レントゲン撮影 無料
喀たん検査 800円 (免除の場合あり)

* 詳細は広報・チラシをご参照下さい



〈乳児相談〉 8月17日(水) 10:30~11:30

屋島コミセンホール 身体計測・保健師育児相談

〈健康教育〉 8月18日(木) 13:50~15:00 屋島コミセン

講師: 樋笠 靖先生 (樋笠クリニック)

内容: 「骨粗しょう症を予防について」



屋島東地区盆踊り大会 8月6日(土)

毎年恒例 ご参加ください! 17:30~21:00

会場: 屋島東小学校グラウンド

バンド演奏会・クイズ大会・盆踊り大会

* バザーは体育館にて行います。



8月女性教室 「屋島地区コミュニティ協議会・今後の展望」 & 「熱中症対策・大塚製薬」

地域コミュニティ組織が立ち上がって6年になりました。行政が目指すところのコミュニティを改めて学習し、我が屋島地区のコミュニティの現状と将来に向けた展望を佐々木コミュニティ協議会会長が講演 ご来場をお待ちします! 後半大塚製薬から熱中症対策の話もあります。

開催日: 8月3日(水) 10:00~12:00 コミセンホール

講師: 高松市地域政策課職員 2名

佐々木正隆屋島地区コミュニティ協議会会長
大塚製薬 藤田講師



✦高齢者教室 「骨折について」 普段思わぬことで簡単に骨折することがよくあります。予防と手当について指導を受けます。

日時: 8月19日(金) 13:00~14:30 コミセンホール

講師: 麓 篤敬 先生 (フモト接骨院)

図書分室からのお知らせ

図書の入替えをいたします。

8月30日(火) 午前中

* 夏休み中で恐れ入りますが
当日午前中図書室休館になります。
ご了承ください。



夏休み子ども教室 に多数の申し込みを頂きましてありがとうございました。定員の関係上お断りをしました。定員の関係上お断りをした皆様には、次年度以降又お世話になります。宜しくお願い致します。

8月 行事予定表

7月20日現在の予定です



たかまつ源平の里 祭りの夏
『2010光とあかりのファンタジー』

☆屋島夕夜景フェスタ

7月15日(金)～9月3日(土)の
毎週金・土開催 午後6時～9時
屋島山上
・れいがん茶屋 TEL:841-9636
・食事処屋島の宿桃太郎
(予約要) TEL:841-9464

☆第7回さぬき満月まつり

7月30日(土) 午後5時～9時30分
屋島山上県木園
・協賛チケット300円(抽選券・
屋島ドライブウェイ通行券付)

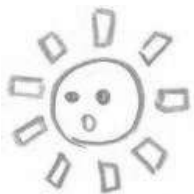
【サンセットライブ開催】

・東京銘曲堂
8/27(土)午後6時15分より開催
日本ジャズ界のトッププレイヤー
素晴らしい音色が瀬戸の夕暮れを包みます。

屋島夕景フェスタ開催期間中
臨時シャトルバス運行

この機会に光とあかりのあふれる魅力
いっぱい源平屋島地域に、みなさま
お誘いあわせのうえぜひお越し下さい。

日	月	火	水	木	金	土
	1 大正琴 太極拳 吟詠会 屋島社交ダンス	2 ヨーガクラブ 歌謡教室	3 移動図書 俳句 女性教室 めいどいんやしま めいどいんやしま 屋島陸上競技場説明会 肺がん・結核検診 キッズ空手/空手 体育協会	4 フォークダンスで 楽しく運動! めいどいんやしま キッズバレエ	5 生命の貯蓄体操 めいどいんやしま 屋島陸上競技場 説明会	6 書道・ペン習字 源平カラオケ
7 E太極拳 屋島陸上競技場 説明会	8 太極拳 吟詠会 屋島社交ダンス 肺がん・結核検診	9 ヨーガクラブ 保健センター 特定保健指導 歌謡教室	10 絵手紙 キッズ空手教室 空手	11 屋島保育所 いきいき体操	12 生命の貯蓄体操 テジカメ・ ビデオ講座 江差追分	13 大人のキーボード 源平カラオケ
14	15 大正琴 太極拳 吟詠会 屋島社交ダンス	16 歌謡教室	17 俳句 4ヶ月児童相談 乳児相談 キッズ空手教室 空手	18 暮しの見守り隊 屋島地区保健委員会	19 生命の貯蓄体操 高齢者教室	20 源平カラオケ
21 E太極拳	22 民謡で肩こり予防 太極拳 吟詠会 屋島社交ダンス	23 夏休み子ども お菓子教室 ヨーガクラブ 歌謡教室	24 親子館外学習 暮しの見守り隊 絵手紙 キッズ空手/空手 体育協会	25 屋島けんこう塾 キッズバレエ 学校開放 東部レク	26 生命の貯蓄体操 江差追分	27 歴史研究講座 大人のキーボード 書道・ペン習字 源平カラオケ
28	29 太極拳 吟詠会 日本産業 カウンセラー協会 屋島社交ダンス	30 図書入れ替え日 ヨーガクラブ 歌謡教室	31 夏野菜を使った料理 キッズ空手教室 空手			



空と山と海が美しい屋島西コミュニティセンター通信

Vol.17

平成23年 8月1日号

夏真っ盛りです。子供たちが夏休みに入って、お母さんたちはさぞかし忙しいことでしょう。イライラせずに、たまには家事をサボって子供と遊んでみては？さて、当センター2階ホールの床がきれいに修理されました。安心して素足で走っていただけます。皆様に大切に使用していただき、いつまでもきれいなセンターであってほしいですね。

8月はお休みの場合あり

今月のコミセン講座

☆ 静かな会話 手話講座

手や体を使う手話は、とても表現力豊かなことをご存知ですか？ぜひ体験してみてください。参加をお待ちしています。

日時：8月18日(木) 19:00~21:00

講師：井上 信二 通訳：佐々木 意子

☆ 子供パン教室

大人気のパン教室です。焼き立てパンの味は格別。先着順ですので、申し込みはお早めにね。

日時：8月22日(月) 9:30~



結核・肺がん集団検診のお知らせ

予約先：古高松保健ステーション ☎41-7681

日時：8月3日(水) 9:30~11:00

場所：屋島西コミュニティセンター

費用：レントゲン撮影は無料、喀たん検査 800円

詳しくは広報、配布チラシを！

お問い合わせ先：屋島西コミュニティセンター

〒761-0113 高松市屋島西町 2483-2

Phone&Fax:087-843-2961,

e-mail: yasimanisi-c@mc.pikara.ne.jp



高齢者教室

ピンボウリング

小学生と対抗戦です。熱くなり過ぎないように、Coolに クールに！！

8月23日(火)

13:00~15:00



今月の女性教室はありません。

ゴーヤの成長報告

6月に植え付けたゴーヤは皆様に見守られ、すくすく成長しています。先日の台風では強風にあおられ、いくつか実を落としてしまいました。葉は痛み茎が折れたりしましたが、頑張っています。コミセンにお立ち寄りのときはぜひ声をかけてやってください。



★編集者のつぶやき★

皆さん、女子サッカーW杯を見ましたか？連日寝不足気味だった人もあったのでは？なでしこたちの活躍とは裏腹に、活動環境は厳しいものでした。国のサポートが乏しい分、地域や市民で支えていきたいですね。カマタマーレも私たちの力でJリーグに昇格させましょう。

同好会だより

民謡	長く唄い継がれた民謡を三味線伴奏でお稽古しませんか？いつからでも入会OKです。 第1・3金曜 15:00~17:00
茶道	楽しくお話をしながらおいしいお菓子と抹茶を楽しみませんか？ 第1・3木曜 10:00~12:00
華道 煎茶	ご家庭でお客様をお迎えするときに役立ちますよ。見学大歓迎。 第2・4木曜 10:00~
詩吟	堅いイメージがありますが、メンバーは和気あいあい、楽しく練習しています。入会をお待ちしています。 毎週土曜 10:00~
同好会 カラオケ	健康維持・ストレス解消・ボケ防止にカラオケはいいですよ。好きな歌を歌いましょう。 毎週 火曜 19:00~21:00
書道 かな	実用書、かな書・・・みんなで楽しんで書きませんか？ 第1・3水曜 10:00~
癒し運動	骨盤を温め、スローな動きで体を動かし、しなやかな体を作りましょう。 毎週木曜 10:00~



8月の臨時移動図書館



8月18日(木)9:30~11:00



8月の予定



屋島西コミュニティセンター 843-2961

日	月	火	水	木	金	土
	1 am 新舞踊 pm 初級英会話 音楽で健康 (13:00~15:00) pm 子供の体力アップ運動	2 am 着物着付け am ホームヨーガ ピョンピョン体操 (13:00~15:00) pm 韓国語講座 pm はじめての新体操	3 胸部X線集団検診 (9:30~11:00) am かな書道 am フラワー アレンジメント pm 屋島西フラダンス pm いきいき体操 pm 書道	4 am 茶道 am 癒し運動 pm ソシアルダンス pm 空手	5 折り紙教室 (10:00~12:00) am ちぎり絵 pm 民謡 pm 骨盤ストレッチ	6 子どもクッキング教室 (9:30~12:00) am 詩吟 pm 太極拳
7	8 はたらくきもちサポート am 新舞踊 pm 歌の会 pm 子供の体力アップ運動	9 am ホームヨーガ pm はじめての新体操	10 am フラワー アレンジメント am 屋島西フラダンス pm 篆刻	11 am 癒し運動 pm ソシアルダンス pm 空手	12 pm 骨盤ストレッチ	13 
14	15 	16 ピョンピョン体操 (13:00~15:00)	17 pm 屋島西フラダンス pm いきいき体操 pm 書道	18 臨時移動図書館 (9:30~11:00) am 茶道 am 癒し運動 pm ソシアルダンス pm 空手 手話講座 (19:00~21:00)	19 pm 民謡 pm 骨盤ストレッチ	20 英語でわっはっは (9:30~10:30) am 詩吟 pm 太極拳
21	22 子どもパン教室 (9:30~12:00) am 新舞踊 pm 歌の会 pm 初級英会話 pm 子供の体力アップ運動	23 am 着物着付け am ホームヨーガ 高齢者教室 ピンボウリング (13:00~15:00) pm はじめての新体操	24 3館合同バスツアー (9:00~) 屋島コミセン集合 am かな書道 am 屋島西フラダンス pm 篆刻	25 am 癒し運動 pm 煎茶・華道 pm ソシアルダンス pm 空手	26 am 絵手紙 pm 骨盤ストレッチ	27 男の料理遊び (10:00~13:00) am 詩吟 pm 太極拳
28	29 pm 子供の体力アップ運動	30 am ホームヨーガ pm はじめての新体操	31	お知らせ①・・・駐車場の片隅のさつまいもは先日の台風もなんのその、すくすくと成長しております。講座生の皆様、ご安心を！ お知らせ②・・・2階ホールの修繕工事期間中は大変ご迷惑をおかけしました。ご協力に感謝します。		

※コミュニティセンター講座、女性教室、高齢者教室および同好会などの予定(7月20日現在)をいれておりますが、変更が生じることがございます。あらかじめ、ご了承下さいますようお願い申し上げます。

屋島東コミュニティ通信

平成23年8月1日号

屋島東コミュニティセンター
高松市屋島東町928



8月、夏本番です。熱中症予防と節電、暑さとの上手な付き合い方が求められますが、くれぐれも無理をなさらずにこの夏を元気に乗り切りましょう。



夏のミニ敬老会より

6月18日(土)「夏のミニ敬老会」が催されました。女性福祉の会の方々が早朝より調理したおいしいうどんやいなりずしのご接待と、コミュニティセンターの同好会や地域の有志による芸能の発表もあり、来館された地域の大先輩たちは楽しい時間を過ごされた様子でした。

センターは休まず開館しております。夏休みの宿題や自習、読書に涼しい図書室をご利用下さい。



大正琴同好会の息のあった演奏



笑顔
誘う民謡



さわやかなフラダンス同好会

高松市保健センターからのお知らせ

<胸部エックス線(結核・肺がん)>集団検診

実施日:平成23年8月3日(水)

- 9:30~11:00 屋島西コミュニティセンター
- 12:30~14:00 屋島東コミュニティセンター
- 14:30~16:00 屋島コミュニティセンター
- 18:00~19:00(夜間) 屋島コミュニティセンター

自己負担金:レントゲン撮影 無料

喀たん検査 800円(自己負担金免除になる場合があります) ☆詳しくは広報・全戸配布のチラシをご参照下さい。

<乳児相談>

日時:8月17日(水) 10:30~11:30

場所:屋島コミュニティセンター 2階ホール

内容:身長・体重測定、保健師による育児相談

<健康教育>

日時:平成23年8月18日(木) 13:50~15:00

場所:屋島コミュニティセンター 2階ホール

講師:樋笠 靖 先生(樋笠クリニック)

内容:「骨粗しょう症を予防しよう」

※駐車場に限りがありますので、お近くの方は自転車や徒歩でお越し下さい。

<65歳からの元気いきいき教室のご案内>

日常生活を自立して、住み慣れた地域で楽しく生活するために、元気なうちから健康づくりに取り組んでみませんか?

内容:健康づくりのための運動とお話

講師:健康運動指導士・保健師・理学療法士

対象者:65歳以上の方(他の介護予防サービスを利用されていない方)

日時:6月~10月までの毎月第1・3金曜日 13:30~15:00(受付13:00~)

会場:屋島東コミュニティセンター 2階ホール

費用:無料

持ちもの:上靴、飲み物、必要な方はメガネ・補聴器(運動しやすい服装でお越し下さい。)お申し込み・お問い合わせ先 古高松保健ステーション 841-7681

※参加される方は事前にお申し込みをお願いします。



★6月10日(金)「地元を学ぼう」と題して、藤目の平畑先生に興味深い「大字・小字」についてのお話をいただきました。屋島東町の各地名の由来など、目からうろこが落ちるような内容で楽しいひと時を過ごしました。

★7月4日(木)お疲れさまでし(月)先月に引き続きまして、今年2回目のコミセン周辺清掃に23名の皆様がお集まり下さいました。汗を額ににじませながらの作業、本当にありがとうございました。お疲れさまでした。



清掃終了後、ゴミ袋の山ができました!

★7月7日(木) 檀の満幼稚園園児との七夕行事を通しての交流が行われました。前日に竹やぶから形の良い竹をとって幼稚園に運び、当日は園児とともに短冊に願いをたくし、飾りを作ってつりました。笑顔が絶えない楽しいひと時でした。

高松市広報広聴課の取材班の姿も!



屋島東小 家庭教育学級より

本年度第1回目の7月5日(火)に、**第1部**として、高松消防局より、震災発生直後に東北に赴いた救助隊隊長を講師としてお招きし、現地で実際に見たこと・感じたことをお話いただきました。未曾有の被災状況を目のあたりにして、4か月ちかく経った今でも、その時の情景が思い起こされ胸が熱くなるおっしゃっていました。参加者20名、皆、震災のおそろしさを覚え、今後の防災力を養う機会となったのではないのでしょうか。



『力強く復興し、以前の美しい海岸線を取り戻したこの地を再度訪れたい。がんばれ東日本! がんばれ日本!』と講師の大上さん(綾上分署長)に結びいただきました。

第2部では、当コミセン職員の進行のもと、非常時に備えて、簡易トイレについて考え、実際に持ち寄った物で作ってみました。おむつや新聞紙はもちろん、消臭効果も抜群な猫砂など、身の回りにあるもので、可能な限り快適に用を足せる簡易トイレが作れることを実感した貴重な体験でした。



バケツにレジ袋を中に開き入れ、その中に下から新聞紙、おむつ、猫砂をいれました。その上に、写真(左)のように子ども用浮き袋を置き、座ってみました。この簡易トイレを部屋の隅に配置し周りをふすまで囲い出来上がり。

実際に簡易トイレを使用した感想:匂いがしない!猫砂の威力はすごい!

コミセン講座より

6月24日に「**ひがしパンクラブ**」を実施しました。ヨーヨーパン(風船ヨーヨーに似た形のあまいパン)と黒ゴマプリンを作りました。夏日とあり、自然発酵も進みホッペがおちそうなおいしいパンに焼き上がりました。参加者は少なめの8名でしたが、パンが焼き上がるまでの間、様々な情報交換ができて楽しかった!との感想をいただきました。



われらが同好会

今月は「**ヨーガクラブ**」の紹介です。現在会員数11名 年会費は500円 毎週月曜日(月4回)10時~11時30分 私達同好会は、ラジカセを聞きながら行っています。最初にラジオ体操で体をほぐしてからヨーガに入ります。皆さんその日の体調に合わせて、座っている人、横になっている人と動きは様々です。そんな肩の張らない同好会です。体が硬くて少し運動したいと思う方におすすめです。余談になりますが、最近山に餌が少ないのか猿が下りて来て墓地近くの畑で西瓜を食べていました。2回目は隣家の屋根の上をウロウロしていたのを全員がガラス越しに見て、会話に花が咲き楽しいひと時でした。興味のある方は一度見学に来てみませんか。お待ちしております。



8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 午前: ヨーガ 午後: フォークダンス	2 夜間: 民謡教室	3 肺がん・結核検診 (12:30~14:00) 夜間: 太極拳	4 午前: フラダンス 夜間: 英会話	5 いきいき教室 (13:00~) 午前: コーラス 午後: 大正琴	6 屋島東小学校 盆踊り
7	8 午前: ヨーガ 午後: フォークダンス	9 ウクレレ (10:00~) 夜間: 民謡教室	10 午前: 籐工芸 夜間: 太極拳	11 午前: フラダンス 夜間: 英会話	12 午後: 大正琴	13 午後: ギター
14	15 午前: ヨーガ	16 夜間: 民謡教室	17 夜間: 太極拳	18 午後: フラダンス 夜間: 英会話	19 いきいき教室 (13:00~)	20 
21	22 午前: ヨーガ 午後: フォークダンス	23 ウクレレ (10:00~) 夜間: 民謡教室	24 3館合同バスツアー 午前: 籐工芸 夜間: 太極拳	25 午前: フラダンス 夜間: 英会話	26 午前: コーラス 午後: 大正琴	27 午後: ギター
28	29 午後: フォークダンス	30 	31	※平成23年7月20日現在の予定です。変更が生じる場合がございます。あらかじめご了承下さい。		