

屋島東コミュニティ通信 1月号

平成27年1月1日発行 屋島東コミュニティセンター
高松市屋島東町928 TEL/FAX 841-9931

本年もよろしくお願い申し上げます。今月も職員一同、皆様のお越しをお待ちしております。



平成27年コミセン講座&高齢者教室のお知らせ



講座名	講師	日時	時間	参加費	備考	定員
★高齢者教室★ 笑いのヨガ	矢野 久代先生	1月15日 (木)	10:00~ 11:30	無料	笑いヨガは誰でも理由なく笑える健康法です。 持ち物:タオル、飲み物	15名
3センター合同講座 野鳥観察	日本野鳥の会 中島 章先生	2月11日 (水・祝) 少雨決行	集合時間 9:30 解散時間 11:00	無料	「銀星の家」南側の公園に集合・解散 場 所:新川河口付近 駐車場:東部下水処理場	30名
★高齢者教室★ 落語会&閉講式	扇亭かしぼん 他1名	2月17日 (火)	13:30~ 15:00	無料	今年度の高齢者教室の締めくくりは落語になります。どなたでも参加できますので、ぜひお越しください♪	なし
コーヒー教室	コーヒービーンズ ショップ アロバー	2月25日 (水)	10:00~ 11:30	500円	おいしいコーヒーを楽しく淹れてみませんか? 一人一人風味が違っておもしろいですよ! 持ち物:エプロン、筆記用具	12名
春待ち べっぴん講座	池内 広子先生 (ビューティースタジオ ・ヒロ)	3月3日 (火)	10:00~ 12:00	500円	ワンポイントメイクのコツを教えてくださいます。 ほんのひと工夫でオシャレ度がアップ! 持ち物:筆記用具、普段使用のメイク道具、 卓上鏡(お持ちの方)	15名

食生活改善推進委員より野菜たっぷり生活講座~応用編~のご案内

- 日 時: 1月21日(水) 10:00~13:00頃
- 場 所: 屋島東コミセン調理室
- 参加費: 450円
- 持ち物: エプロン
三角巾、ハンカチ
筆記用具
- 定 員: 16名
- 締 切: 1月15日(木)

★メニュー★

- 冬野菜のつくね・白菜の胡麻和え
- 豆乳のお味噌汁・季節の果物・ご飯





1月の予定



屋島東コミュニティセンター 841-9931



日	月	火	水	木	金	土
※12月16日時点での予定です。 変更が生じることがございますので、あらかじめ ご了承下さいますようお願い申し上げます。				1 休館日	2 休館日	3 休館日
4 屋島 クリーン サンデー	5 午前：ヨーガ 午後：フォークダンス	6 Shall we dance? (13:30-15:00)	7 午後：俳画 夜間：太極拳	8 午前：フラダンス いけばな池坊 夜間：日常英会話	9 午前：コーラス 午後：大正琴	10 午後：ギター
11	12 休館日	13 楽しいウクレレ教室 ぴよぴよ絵本のひろば (10:00-11:30) 午後：健康体操 Shall we dance? (15:00~16:30)	14 夜間：太極拳	15 高齢者教室 笑いのヨガ (10:00-11:30) 午前：フラダンス 夜間：日常英会話	16 ピラティス (10:00-11:30) 午後：大正琴	17 チャレンジ囲碁・将棋・ オセロ(10:00-11:30) 午前：詩吟 午後：ギター
18	19 午前：ヨーガ 午後：フォークダンス	20 Shall we dance? (13:30-15:00)	21 食改主催「野菜たっぷ り生活講座」10:00~ このゆびとまれ (10:00-11:30) 午後：俳画 夜間：太極拳	22 午前：いけばな池坊 午後：フラダンス 夜間：日常英会話	23 午前：コーラス 午後：大正琴	24 チャレンジ英語 (低学年 9:30~ 高学年 10:40~) 午前：詩吟 午後：ギター
25	26 午前：ヨーガ 午後：フォークダンス	27 楽しいウクレレ教室 (10:00-12:00) 午後：健康体操 Shall we dance? (15:00-16:30)	28 夜間：太極拳	29 午前：フラダンス 夜間：日常英会話	30 	31 午後：ギター