



中面に平成30年度コミュニティセンター講座のご案内があります。

◆健康チャレンジ2018

〈保健委員会〉

計測&体操で4年目突入!

- 日時 4月20日(金) 10:00～11:00
(受付開始9:30～)
- 場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室
- 講師 保健委員会(元気をひろげる人)
- 対象 どなたでも参加できます。
- 費用 無料
- 申込 不要。当日直接会場へお越しください。
- 内容 「体組成計」による計測、のびのび元気体操、健康づくりウォーキングについて。
- 準備物 お茶、上靴、タオルを持参のうえ、運動しやすい服装でお越しください。



「健康チャレンジ2017」
皆勤賞を受賞された
山口輝代さん(右)です。
保健委員会会長と一緒に。

◆からだにやさしい料理教室

〈保健委員会〉

- 日時 4月25日(水)9:30～12:00
- 場所 弦打コミュニティセンター調理室
- 講師 食生活改善推進員
- 対象 地域の男女
- 費用 材料費実費(500円)を当日集金
- 申込 4/21(土)までに食生活改善推進員天弘(あまひろ)さんへ直接電話して申し込んでください。
- 備考 エプロン・ハンドタオル・三角巾等を持参



高松市ダイヤゾーンボール 大会で弦打校区がみごと 準優勝しました!

2月25日(日) 高松市総合体育館にて「第10回高松市ダイヤゾーン・ボール大会」が開催されました。
高松市内33の地区・校区が参加し、予選リーグを勝ち残った16チームによる決勝トーナメントの結果、優勝「大野校区」、準優勝「弦打校区」、3位「日新地区」となりました。

藤まつり開催のお知らせ

- 開催日 平成30年4月21日(土)～5月3日(木)
- 場所 岩田神社
- 今年も、ゆめづくりイベント実施の予定があります。

- ・ゆめづくり事業
- ・高松市ふるさと探訪
- ・お茶会
- ・大正琴演奏
- ・大江戸玉すだれ
- ・二胡演奏
- ・獅子舞
- ・音楽ライブ

ほか



※予定は変更になる場合がございます。

☆狂犬病予防注射

- 日時 5月26日(土)9:30～10:00
- 場所 弦打コミュニティセンター駐車場



『問合せ』高松市保健所 生活衛生課 動物愛護係
電話(839-2865)へ。

平成30年度 弦打コミュニティセンター講座のご案内 ～全7講座～

♪ 幼児体操教室 《全7回5月・6月+7月第1週》



内容 幼児の体操(鉄棒・飛び箱・マット運動・なわとび)

対象 弦打校区在住者又は弦打校区内の幼稚園・保育所の年中(4歳児)・年長(5歳児)
※申込多数が予想されるため弦打校区在住者を対象とします。ご了承ください。

申込 4/3(火)～4/20(金)の土・日を除く9:00～17:00に保護者が直接来館して保険料100円を添えて申し込む。
定員 先着20人

日時 5月、6月+7月第1週までの水曜日7回
14:00～15:30(5月9日開始)

場所 弦打コミュニティセンター大会議室
講師 笠井 敏恵さん、井口 英理さん
(高松市コミュニティスポーツ指導員)



費用 保険料として7回で100円、受講料無料
※保険料に過不足が出た場合は返還又は別途集金する場合があります。

昨年受講者(保護者)の声

楽しく体操をしているうちに、子どもたちは自然に積極性と協調性が身についたと思います。

♪ 子ども将棋教室 《全14回5月～12月》



内容 将棋の駒の動かし方を学び対局します。好評につき今年度は受講回数が2回増えます。

対象 小・中・高校生

日時 5月～12月の原則毎月第2・4土曜日の14回
9:30～11:30(5月12日開始、8月は休み)

講師 弦打囲碁将棋同好会の皆さん

費用 無料

申込 4/16(月)～5/1(火)の土・日・祝日を除く9:00～17:00に保護者が直接来館して申し込む。

申し込み無しでの参加は出来ません。
昨年受講された方も必ずお申し込み願います。

定員 先着20人

備考 スムーズで安全な教室になるよう、各回ごとに保護者の方に子供さんの見守りをお願いします。申込時にご説明します。



♪ ベビーマッサージ 《前期全4回5月～9月》

内容 乳児に保護者がオイルを使ったマッサージをします。

対象 生後10ヶ月まで(平成30年5月1日現在)の乳児と保護者

日時 5月～9月の毎月 原則第1火曜日の4回
10:30～12:00(5月1日開始、8月は休み)

場所 弦打コミュニティセンター和室

講師 末澤 久美さん(ベビーダンス・ベビーマッサージ&ベビーヨガ講師)

費用 オイル代として500円。受講料無料

申込 4/3(火)～4/20(金)の土・日を除く9:00～17:00に直接来館して500円を添えて申し込む。

定員 先着16組 持参物 バスタオル、必要な方はミルク・白湯等



コミュニティセンター講座の日程は都合により変更になる場合があります。

また、台風などの警報が発令された場合は、原則中止になります。

Welcome

♪ 中高年から始める

「らくらくピアノ講座」《全9回5月～10月》

内容 中高年初心者のために開発された、独自(簡単かつ上達が早い)の練習方法でピアノの弾き方を習得する。(練習曲に縛られず、知っている曲が早く弾けるようになることを目指す。)

対象 ピアノに興味のある方どなたでも

日時 5月～10月の原則毎月第1・第3月曜日の9回
10:00～12:00(5月1日開始、8月は休み)鍵盤

場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室

講師 妻鹿 玲子(めが れいこ)さん(ピアノ講師)

費用 講座開催期間中に教則本代金1,500円程度が必要になる。**受講料無料**

申込 4/3(火)～4/20(金)の土・日を除く9:00～17:00に直接来館して申し込む。

定員 15人程度  ▶キーボードや鍵盤ハーモニカ(お子さま、お孫さまのもの等)をお持ちの方はご持参ください。



らくらくピアノ/受講者が詠んだ川柳

- ・あら指が こんなに動く いつの間に
- ・むずかしい 曲に挑戦 ボケ防止
- ・おだてられ 今日も弾む 鍵盤が

らくらくピアノ講座はこんな方におすすめです。

- ・楽譜がまったく読めない方。
- ・楽しみながら指の運動をしたり、脳を活性化させたい方。
- ・中高年でピアノを始めるのが不安な方。

♪ 男性フラダンス (フラ体操)

《全32回 5月～3月》

内容 ハワイの情熱的な音楽に合わせて行う**体操**。

対象 地域の男性(地域外の男性も可。**高齢者特に大歓迎!**)

日時 5月～3月の原則毎週月曜日
19:00～21:00(5月7日開始)

場所 弦打コミュニティセンター大会議室

講師 井 久美子さん(プアニア・アロハ代表)

費用 保険料として150円、受講料無料
※保険料に過不足が出た場合は返還または別途集金する場合があります。

申込 4/3(火)～4/20(金)の土・日を除く9:00～17:00に直接来館し費用を添えて申し込む。

定員 40人程度

☆体幹とインナーマッスルが鍛えられ、足腰が丈夫になることやポッコリお腹に効果が期待できる体操です。

♪ 笑いヨガ《全4回5月～11月》

内容 笑いヨガの呼吸法を合わせた、新しい健康体操。声を出して笑うことでストレス発散・免疫力をアップを図る。

対象 どなたでも参加できます。

日時 5月16日(水)、7月25日(水)、9月12日(水)、11月14日(水)の全4回。いずれも13:30～15:00

場所 弦打コミュニティセンター 2階大会議室

講師 森岡 美智さん(認定笑いヨガ/ラフターヨガ)マスタートレーナー)

費用 無料

申込 4/16(月)～5/1(火)の土・日・祝日を除く9:00～17:00に直接来館して申し込む。

定員 40人程度



♪ いきいき健康講座《全9回5月～2月》

内容 生涯を健やかで心豊かに自分らしく自立して暮らすために、楽しくて心地よい運動に取り組みます。また、講話もあります。

対象 どなたでも

日時 5月～2月の毎月第2金曜日の9回
13:30～15:00(5月11日開始、8月は休み)

場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室

講師 増井 都乃さん(健康運動指導士)

費用 保険料として1年間150円。受講料無料
※保険料に過不足が出た場合は返還または別途集金する場合有り。

申込 4/16(月)～5/1(火)の土・日・祝日を除く9:00～17:00に直接来館して150円を添えて申し込む。

定員 先着20人程度

備考 当日は、運動ができる服装で。室内用シューズ・お茶などの飲み物を持参してください。

昨年受講者の声

この講座で特に体操をした日は身体が軽くなり夜よく眠れました。激しい動きはいっさいなくなるとにかく気持ちいい体操でした。(70代女性)



4月の行事予定

予定は3月20日現在のもので日時の変更や行事の追加がある場合があります。各団体において確認してください。

■コミュニティ協議会 ◆各種団体 ☆情報 ♪講座
※同好会や通常貸館は多数のため掲載しておりません。



日	月	火	水	木	金	土
1	2 ■スポーツ部 会	3 ◆障がい者の会	4 ◆おやこDE つるピー広場	5	6 ☆弦打保育所 入所式	7
8	9	10 ☆勝賀中学校 入学式 ◆交通安全街頭 大キャンペーン	11 ◆おやこDE つるピー広場 ☆弦打小学校入 学式	12 ☆弦打幼稚園 入園式	13	14
15	16 ■防災部会 ■生涯学習	17 ■保健福祉部会	18 ◆おやこDE つるピー広場 ■環境美化部会	19 ■交通安全防 犯部会	20◆健康チャ レンジ2018 ■◆校区内夜 間巡視(19:00 ~)	21 ☆岩田神社藤ま つり (4/21~5/3)
22	23 ■コミ協役員 会	24 ■青少年育成部 会	25 ◆おやこDE つるピー広場 ◆からだにやさ しい料理教室 ◆学校開放運営 委員会	26	27	28 ◆民生児童委員 定例会 ◆婦人会連合会 総会
29	30 休館日 (昭和の日の 振替休日)	 <h2 style="text-decoration: underline;">藤まつりお茶会開催のお知らせ</h2> <p>開催日 4月28日(土)~4月29日(日)10:00~15:00 費用 1席300円 場所 岩田神社  おいしいお茶とお菓子を藤の花の下で楽しみませんか♪</p>				

◆「交通事故死ゼロを 目指す日」街頭大キャン ペーン

日時 4月10日(火)
7:30~8:00
場所 市道木太・鬼無線、県道
176号産業道路交差点



☆健康チェックデー

※健康チャレンジ
と合同開催です。

日時 5月18日(金) 10:00~11:30
場所 弦打コミュニティセンター
内容 血圧測定、体脂肪率測定、骨密度測定、血管年齢測定、栄養士の講話など

☆予約が必要です。(4月16日(月)予約受付開始)

《ご予約・お問い合わせは》 勝賀保健ステーション電話(882-7971)へ。

 **弦打コミュニティセンター
では予約は出来ません。**

健康都市大高松

弦打校区コミュニティ協議会 まちづくり 協賛広告

平成27年より相続税が大幅に増税となっております。それにより、今まで相続税の心配がなかった方も、相続税が発生する可能性が高くなります。事前に生前贈与や相続税の節税対策を行うことが非常に大事となりますので、相続税についてお困りのことがございましたら、ぜひ一度ご相談ください。初回60分はご相談無料です。

川上智也税理士事務所 TEL 087-813-0166

高松市鶴市町1035番地7 鶴市ビル2階 営業時間 平日(月)~(金)9:00~17:00



広告募集中

広告欄の申込用紙は、「つるうち.ネット」でダウンロードすることができます。
なお、紙面の関係や、広告の内容によっては掲載できないこともあります。
くわしくは弦打コミュニティセンターまで。



園児募集中

0.12歳
児対象

開園
時間 7:30 ~ 18:30

土日も対応

保育士の人数が多いので！安心満足！

さくらの杜保育園は待機児童解消のため、内閣府が始めた企業主導型の保育園です。当保育園は認可保育所と同水準で運営され、地域の待機児童も利用できる施設です。延長保育・体調不良児保育が可能、提携小児科医院と看護師が対応いたします。入園希望・見学希望の場合は下記までご連絡下さい。http://sakuranomori-hoikuen.com

さくらの杜保育園 高松市郷東町 116-1 (平成レッグス株式会社) TEL 087-897-3917