

木太南コミュニティ通信 (秋冬号)

後期コミセン講座のご案内です。みなさんの参加をお待ちしております！

講座受付日： 9月14日(月)
場 所： 木太南コミュニティセンター
申込受付開始： 13時30分～

9/15(火)以降の申し込みは平日9時～16時 来館にてお願いします。

受付は来館にてお願いします。

先着順となりますので定員になれば締め切らせていただきます。

参加費が必要な講座は受付時に集金しますのでおつりのないようお願いします。

自己都合の欠席は返金できませんのでご了承ください。

各講座の日程・持参物等の詳細は受付時にお渡しします。

講座の写真をSNS等に掲載することがあります。

お問合せは
木太南コミュニティセンター
☎865-4273



木太町コミセン
Instagram



一般講座

講座名	講師	日時	学習内容など
足うらっこ体操  20名	健康運動士 池田 陽子	9月25日(金) 10月29日(木) 13時10分～15時	足裏から自分の健康を考える2回シリーズの講座です。1回目は足形を取り、歩き方と靴の見直し、2回目は足指力を測定します。2回とも座ってできる足の体操をします。 【参加費 2回で200円】
口コモ体操  20名	健康運動 指導士 永峰 昭宏	9月29日(火) 10時半～11時半	足腰を鍛える口コモ体操で転倒を予防し、健康寿命を伸ばしましょう。運動不足や筋力低下による生活習慣病の予防にも役立つ体操です。 【無料】 (高齢者教室合同開催)
心と身体を整える 体操教室  20名	日本セルフお灸協会 松本 武司	10月 9日(金) 10時～11時半	椅子に座ってできる、やさしい体操教室。ボールや棒を使ったストレッチや軽い筋トレで身体をほぐし、レクリエーションで楽しくリフレッシュ。運動が苦手な方でも安心して参加できます。 【無料】
うたごえ  40名	うたごえバンド 宮脇 峰子他	10月13日(火) 10時半～12時	ピアノやギターなどの生演奏に合わせてみんなで懐かしい歌を歌います。 【無料】
紙ねんどの 干支づくり  16名	紙粘土講師 川村 真利子	10月22日(木) 10時～12時	来年の干支の羊を紙ねんどで作ります。楽しむことがモットーの講座です。 【材料費 500円】 ※見本あり

一般講座

講座名	講師	日時	学習内容など
特殊詐欺被害 防止教室  30名	香川県警本部 教育隊	10月23日(金) 13時半～14時半	自宅固定電話が危ない！無料で出来る 特殊詐欺対策をご紹介します。 【無料】 （高齢者教室合同開催）
スマホ講座  20名	ソフトバンク（株） スマホアドバイザー	① 10月19日(月) 13時半～15時 ② 11月17日(火) 10時半～11時半	貸出機を使用しますので、スマホをお 持ちでない方もご参加いただけます。 ①「ネットやアプリを使ってみよう」 「スマホ決済の仕方」 ②「初めての生成AI」+質問等 【無料】
手軽でおいしい ビビンバの料理教室  9名	料理講師 十河 絹子	11月10日(火) 10時～13時	フライパンで作る 手軽なビビンバをメ インに、あったかスープと 簡単デザー トを作ります。 【材料費 1200円】
 笑って話して 楽しく学ぼう！ 15名	薬剤師 片本 大貴	11月19日(木) 14時～15時	薬剤師でお笑い芸人さんが、まずは楽し いネタで笑わせてくれます。そのあと、 認知症のことを学びます。健康や薬の質 問にも答えてくれますので、聞きたいこ とを考えてきてください。 【無料】
心が届く コミュニケーション 講座  10名	社会教育士 片山 あゆみ	11月24日(火) 10時～11時半	「伝えるってむずかしい」そんな気持ち をふわっとほどくコミュニケーション講 座です。話すのが苦手な方も聞くだけで OK。 【無料】
ちぎり絵の ポストカード作り  10名	ちぎり絵講師 國長 信文	11月27日(金) 13時半～15時	新聞紙を指でちぎって貼り付けポスト カードを作ります。和紙のような風合 いで味のある仕上がりです。 【材料費 400円】 ※見本あり

こども講座

親子リトミック 1歳～未就園児と保護者 6組	リトミック講師 小西 寛子 子育てミュージックハート	10月～2月 第3月曜日 10時～11時	先生のお歌やピアノに合わせて体を動か したり、タンブリンなど楽器で遊んだ り。クリスマス会など楽しいイベントも ありますよ♪ 【参加費 5回で500円】
---	----------------------------------	----------------------------	---

育児サークル「ポケット」



0歳からの未就園児と保護者対象
第1月曜日 10時～11時半
(1月なし)

春日こども園の保育士さんと
絵本やおもちゃで遊びます
育児相談もできますよ
予約不要、参加費無料です。

廃油回収のお知らせ

11月24日(火)・2月24日(水) 9時半～11時半
家庭から出た廃食油に限ります。
容器はお持ち帰りください



小型家電(回収対象品) & 使用済み割りばし

回収ボックスを設置しています。
小型家電は投入口(40cm×20cm)に入るもの
月～金 9時～21時 土日 9時～17時