

り むれ地区





発行:牟礼コミュニティセンター・大町コミュニティセンター

平成26年7月1日号

準礼地区文化祭 作品展示・ステージ発表者

第490

10月25日(土)・26(日)の2日間、「牟礼地区文化祭」を開催いたします。 実行委員会では、作品展示出品者およびステージ発表出演者を募集いたします。 日頃の学習発表の場ですので、多くの皆さんのご応募をお待ちしております。



	作品展示の部	ステージ発表の部			
場所	牟礼コミュニティセンター	牟礼図書館 大ホール			
対象者	牟礼町にお住まいの方及び牟礼地区で活動している団体で、展示会場の設営・撤去及び作品展示・搬出等に協力していただける方及び団体。	牟礼地区で活動している団体及びステージ発表 の運営に協力をしていただける団体。 (応募者が多数の場合は抽選になります)			
出品数等	個人・団体ともに1人1作品	1団体約10分以内(出入り・準備を含む)			
参加費	1人200円	1人200円 1団体 2,000円			
受付開始	7月7日(月)~7月22日(火)				
申込方法	「文化協会むれ」に所属する団体の方は、「文化協会むれ」専用の申込書をご利用ください。 一般の団体または個人の方は、牟礼コミュニティセンター・大町コミュニティセンターにありま す申込書にご記入の上、各センターまで提出してください。				
お問合せ	牟礼コミュニティセンター派845-4111 大町コミュニティセンター派870-1306				



7月から各種健康診査、がん検診が 始まりました!

これからもずっと、一緒に暮らしていくあなたのから だです。病気を早期に発見・治療するための健康診査を 受けることをおすすめします。

実施種別	実施期間	実施場所	備考	
特定健康診査	平成26年 7月1日(火)~10月31日(金)	各医療機関	・検診当日は, <u>受</u> 診券をご持参くだ	
乳がん 個別検診	平成26年7月1日(火)~	市内の	さい。 ・診察時間・予約	
子宮頸がん 個別検診	平成27年2月28日(土)	1日足区原(成民	制の有無等は、各医療機関でご確認ください。	

●牟礼地区での肺がん・結核集団検診は11月,胃がん集団検診は平成27年1月,乳がん・子宮頸がん集団検診は2月に実施予定ですが,検診は高松市内であれば他地区の会場でも受けることが出来ます。 どの会場でも事前に予約が必要となりますので,御注意ください。 ¥ 牟礼コミュニティセンター

> 手話サークル萩 同好会無料体験教室

手話をしてみませんか?

手話で話をしている人を見たことがありますか?手話は耳が不自由な人にとって大切な言葉です。挨拶や自己紹介など,簡単な手話をしてみませんか?ぜひご参加ください。

●日 時

9月8日(月),11日(木) 26日(金) 19:30~20:30



●会 場

牟礼コミュニティセンター第3会議室

●お問い合わせお申込み 山田晃代 (Tel845-1816) まで

コミュニティセンター講座参加募集

◆対象: 牟礼地区にお住まい, お勤めの方 ◆受付: 来館・電話共に7月7日(月)9時~ ※材料費等は、必ず申込の際にお支払ください。入金後は原則返金できません。 (但し、講座の10日前までは返金可)

◆◆申込み先 大町コミュニティセンター Tel 870-1306◆◆

No.	講座名・学習内容	講師	日 時	定員	持ち物
	いざ中国へ!日本語講師ボランティア体験 高松市の友好都市「中国・南昌市」に日本語講師ボラン ティア事業として活動した内容や感想をお聞きします。 海外ボランティアに興味のある方もぜひどうぞ。	日本語 ボランティア講師 筒井 百合子	8月1日(金) 13:00~15:00	15名	なし
	初級ビーズアクセサリー教室 初めての方でも大丈夫!ロング・二連・三連のアレンジ ができる素敵なネックレスを作りましょう。サンプルを 見て好きな色を選んでください。 ※大町コミュニティセンターにサンプル展示中	ビーズクラフト講師 野口 仁美 ほか	8月4日(月) 13:30~15:30	10名	ハンカチ 1,500円 (材料代)
	インターネット「ここが知りたい!」 ウィルスセキュリティの最新情報や今話題の格安SIM カードの使用について詳しく説明します。この機会にあ なたにぴったりの利用プランを考えてみませんか。		8月5日(火) 10:00~12:00	15名	なし
4	初心者対象「ワード入門講座」 文字入力が出来るようになったら次は簡単な文書を作っ てみませんか?ワードの基本操作を学習し、読みやすい 文書作成に挑戦してみましょう。		8月19日(火) 10:00~12:00	10名	vista以上の パソコン 200円 (テキスト代)

◇◇申込み先 牟礼コミュニティセンター Tel 845-4111◇◇

No.	講座名・学習内容	講師	日 時	定員	持ち物
1	健康習慣づくりに挑戦 食事や生活習慣を見直し、より充実した毎日が送れるよう健康改善目標を立て、4日間実行します。これを機会に理想の生活習慣を身につけましょう。	食コンディショニング トレーナー 山本 美枝	①7月14日(月) ②7月18日(金) 10:00~11:30 ※両日参加 できる方	30名	筆記用具 飲み物・タオル 動きやすい服装
2	健康姿勢のためのゆっくりピラティスピラティスを通して若々しい健康姿勢を学びます。体が硬い方や、姿勢が悪くなり代謝が落ちてきたと感じる方にもぴったりです。年代問わずどなたでもどうぞ。	FTPマットピラティス インストラクター 山本 美枝	9月8, 22, 29日 (各月曜) 13:30~15:00	30名	ヨガマット またはバスタオル 飲み物
	正しい知識を! PM2.5とは? PM2.5について学習し、高松市の大気の状況や健康への影響について知り、どのようなことに気をつけて生活すれば良いかを考えます。	高松市 環境局環境指導課	9月12日(金) 10:00~11:00	20名	筆記用具

こども教室開催します!

これから夏本番! 牟礼・大町コミュニティセンターでは夏休みの子ども講座を用意しています。体力作り、茶道、囲碁、ダンス教室など様々な企画が満載です。詳しい内容については、お子様が学校より募集チラシを持ち帰りますのでご覧ください。お問い合わせは牟礼・大町コミュニティセンターまでお願いします。

健康チャレンジ2014

牟礼地区の皆様のご協力のもと優秀賞をいただいた健康チャレンジ2013。むれコミュニティ協議会は、今年も健康チャレンジに参加します。今年は、9月~11月の3箇月間コミュニティセンターで体操を行います。詳しくはコミュニティセンターだより(9月号)でお知らせします。ぜひご参加ください。