むれ地区
コミュニティセンターだより

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３０年７月1日号

11月4日(日)　牟礼コミュニティセンターにて「むれコミュニティ祭り」を開催！

屋外ステージ発表　・フリマ＆マルシェ出店
参加者募集

「むれコミュニティ祭り」を盛り上げてくださる意欲的なグループ(個人も可)を募集します。 7月9日から各コミュニティセンターに申込み用紙を置いています。参加ご希望の方は、下記の内容をご覧の上、**7月9日(月)～7月20日(金)**の間に各コミュニティセンターまでお申込みください。

	屋外ステージ発表　参加希望者	フリマ＆マルシェ　出店希望者
対象者 (ｸﾞﾙｰﾌﾟ) 内容	年齢不問。ご家族、友達同士のグループなど、屋外ステージでコミュニティ祭りを盛り上げてくださる方。出演時間10分以内(出入り・準備を含む)	「お家の遊休品や自慢の手作り品を販売したい！」「物作りのワークショップをやってみたい！」など、コミュニティ祭りに出店して盛り上げてくださる方。
申込み	申込み用紙を牟礼コミュニティセンターに提出	申込み用紙を大町コミュニティセンターに提出
お問合せ	牟礼コミュニティセンター　℡ ８４５－４１１１	大町コミュニティセンター　℡ ８７０－１３０６

牟礼コミュニティセンター 講座　参加者募集！7月9日(月)9時～来館・電話共に受付スタート

申込み１回につき２名分の受付可(牟礼コミセンのみ)

No.	講座名・学習内容	講　師	日　時	定　員	持ち物・その他
1	**書を楽しむ ～大人も子どもも一緒に楽しく書こう～（全2回）** ①子ども達と同じ教室(こども教室と同時開催)で、大人は色紙作品を制作する。 ②作品を裏打ちして色紙に仕立て、掛け軸やタペスト	桜華書道会代表 塩田　桜華	①7月30日(月) ②8月　6日(月) A10:00～11:30 B13:00～14:30	今回は一般の方の募集各5名	書道用具(ある方) ※消耗品(半紙・墨)その他必要な材料は当日購入可
2	**「美の三大アーチ」を整えれば** 前半(座学)　『美の三大アーチ』とは？ 後半(実践)　『美の三大アーチ』があるかチェックし、	美容 カイロプラクター 佐藤　千鶴子	9月6日(木) 13:30～15:00	15名	タオル・飲み物 動きやすい服装
3	**笑いヨガ　～笑顔と感謝に満ちた人生を～** 誰でも簡単にできる笑いのエクササイズとヨガの呼吸法で健康・活力・感謝の心・喜びを手に入れます。	笑いヨガ マスタートレーナー 森岡　美智	9月20日(木) 10:00～11:30	30名	タオル・飲み物 動きやすい服装

ちびっこわくわく広場 参加者募集

ちびっこわくわく広場では１才～未就園児の親子を募集中です！お楽しみ会やプチ遠足、クリスマス会など、年間を通して親子でいろいろな体験をしながら子育てを楽しみませんか？

【７・８月予定】

・７月 ６日(金)10:00～11:00 英語リトミックあそび

・8月17日(金)10:00～11:30 夏休みお楽しみ会

※９月以降の予定表は後日配布予定

◆会　場　牟礼コミュニティセンター

こども教室開催
牟礼と大町の受付は別日です

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教室を用意しています。書道、ポスター、料理教室、館外学習など様々な企画が満載です。詳細については、６月中旬にお子様が学校より持ち帰ったピンク色の募集チラシをご覧ください。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。

大町コミュニティセンター講座　参加者募集！
7月10日（火）受付スタート

牟礼と大町の受付は別日です！ご注意ください

来館受付は　9時～（8時45分より受付順番号札を配布）
電話受付は　10時～　TEL 870-1306

申込み1回につき1名分の受付で（来館・電話ともに）本人・代理問いません。自己都合のキャンセルの場合は材料費等の返金がない場合があります。
材料費等は事前に釣銭のないようにお支払いください。できるだけ車以外でご来館ください。牟礼地区外の方は電話・来館ともに7月17日（火）9：00～受付スタート

H30年度「おやじ塾」（全11回）塾生大募集！

退職後の自由な時間、何をしよう。そんなあなたの時間を有効活用します！トレーニング、史跡探訪ウォーク、講演会など毎回さまざまな講座を受講しませんか。心と身体が元気な今、気持ちを新たに地域での一歩を踏み出しましょう。
（定員　駐車場利用なし15名：駐車場利用あり5名　計20名）

◆日　時　9月１１日から　8月を除く毎月第2,4火曜
　　2月１２日まで　１３:３０～１５:３０
◆対　象　牟礼地区在住の60～75歳ぐらいの男性
◆会　場　大町コミュニティセンター　大ホール
◆持ち物　上靴・飲み物・タオル・筆記用具
※昨年度の塾生も新規で申込みが必要です

主催：夢励人プロジェクト　**申込み不要・誰でもwelcome♪**

ひとり３００円

キットパスであそぼう♪ むれびと　おびっこワールド

ガラスに描いて簡単に消せたり、手や顔に描いても安心・安全な魔法のチョーク「キットパス」を使って、お絵かき体験や手形アートで自分だけのお魚を作ろう！広いホールが一日だけのおびっこ（お魚）ワールドに早変わり♪夏休みの思い出作りにみんなで参加してね！

◆日　時　7月２２日（日）12:30～15:30 受付12:00～
◆会　場　大町コミュニティセンター　大ホール
◆駐車場　駐車場が満車の場合は牟礼小運動場（雨天不可）
　　又は牟礼総合センター駐車場（牟礼郵便局隣）

	講座名・学習内容	講　師	日　時	定　員	持ち物・その他
1	**ゆかた着付け教室（全2回）** 子ども又は大人のゆかたの着付け方を一緒に学びましょう。楽に着られて着崩れしないちょっとしたコツを知って、今年のおいでまい祭りはゆかたでGO！！！	神戸きもの学院師範 四宮　悦子	7月29日(日) 8月 4日(土) 10:00～11:30	10名	飲み物・ゆかた 帯（兵児帯も可） 腰ひも3本　前板 伊達締め1本
2	**親子で避難所体験（NPO法人いのちの応援舎共催）** 災害が起こった後の避難所での生活はどんなもの？目で見て体験して、防災意識を高めましょう。	NPO法人災害・危機対応支援センター 森西　康裕	8月 1日(水) 10:30～12:00	20組	飲み物・筆記用具 カメラ（必要な人）
3	**アコースティックギターで弾き語り（全4回）** 高校生から大人までを対象にギター教室を開催します。コードの読み方や弾き方を一緒に覚えましょう。	NPO法人 ビットバレー高松 溝口　勲	8月 1,7,15,21日 13:30～15:30	10名	ギター・ピック 飲み物・筆記用具 ※貸与ギターあり （1回200円）
4	**楽しく体力づくり～リズムに合わせて元気よく～** 脂肪燃焼・機能改善・筋力トレーニングを60分で効率よく行う贅沢なプログラムを体験しましょう。	健康運動指導士 永峰　昭宏	8月28日(火) 10:00～11:00	15名	飲み物・タオル 上靴
5	**知ろう！介護・認知症・地域コミュニティ（全3回）** これから歳を重ねていくための予備知識として、一緒に学んでみませんか。いつか役に立つ情報満載です。	一般社団法人 キラメキ社会福祉士事務所 上田　利枝	8月30日(木) 9月6,13日(木) 10:00～11:30	16名	筆記用具 **駐車場の利用は** **申込み先着5台まで**
6	**子育て中のママ集まれ！** **防災キホンの“キ”（NPO法人いのちの応援舎共催）** 子どもを持つ母親が災害に遭った時、どんな事に困るでしょうか。この機会に今から始める防災の基本を学びましょう。	香川大学 四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構 地域強靭化研究センター 高橋　真里	9月 5日(水) 10:30～12:00	20組	飲み物 筆記用具 おもちゃ・絵本など 子どもが遊べるもの
7	**ママとベビーのニコニコタイム（全10回）** 育児に忙しいママの応援と気分転換のお手伝い♪ ①②③ママとベビーの体操・ベビーマッサージ ④ベビーフォトレッスン＆撮影会 ⑤食育座談会Ⅰ（離乳食初期・中期） ⑥スクラップブッキング（写真3枚必要） ⑦乳幼児の病気　ママが出来る対処方法 ⑧ママの身体と心の話 ⑨育児中に災害！どうしよう ⑩食育座談会Ⅱ（離乳食後期・フォローアップ）	①②③(公社)日本3B体操協会公認指導者 太田 量子 ④フォトグラファー廣瀬英里子 ⑤⑩食育・料理研究家 くま子 ⑥スクラップブッキング講師 青木 麗子 ⑦⑧香川県立保健医療大学 ⑦舟越 和代　⑧石原 留美 ⑨NPO法人災害・危機対応支援センター　森西 康裕	① 9月20日（木） ② 9月27日（木） ③10月 4日（木） ④10月11日（木） ⑤10月20日（土） ⑥10月25日（木） ⑦11月 1日（木） ⑧11月 8日（木） ⑨11月15日（木） ⑩ 1月19日（土） 10:00～11:30	10組	2,000円(材料代) バスタオル 飲み物 動きやすい服装 初回時点で 生後3～5カ月対象
8	**エクササイズ用ポールで身体スッキリ体操** ポールの上に寝て身体を動かし全身のコリや緊張をほぐします。深い呼吸でストレス軽減を目指しましょう。 ※概ね50歳以下の健康な方対象　妊娠中の方は不可	健康運動指導士 池田　陽子	9月20日(木) 13:00～14:30 お子様連れの方はご相談ください	16名	飲み物・バスタオル ハンドタオル ヨガマット 動きやすい服装