



新年おめでとうございます



コミセン講座募集!



申込み開始 1月6日(木)～ TEL 866-3405

足裏マッサージ教室

～セルフケア教室～

ぐりぐり棒を使った足裏マッサージで全身リフレッシュ! 免疫力を高めて冬の寒さに負けない身体づくりをしませんか!

■日時 1月26日(水) 2月16日(水)
10:00～11:30

■講師 足もみセラピスト 乃上博美氏



■定員 20名(先着順)

■準備物 タオル、飲物(白湯もしくはお茶か水)

■申込み 1月21日(金)までにコミセンへ

※足裏マッサージで使用するぐりぐり棒は貸出ができます。

ご自身用に購入希望の方は660円をご用意ください。

「人権DVD鑑賞」& 「リフレッシュ体操」

人権DVD鑑賞 人権のヒント

街の喫茶店「カフェ・ヒューマンライツ」で繰り広げられる人間模様。身近な人権を考えるドラマです。

リフレッシュ体操

冬の寒さでかたまった体を体操でほぐしましょう!

■日時 2月1日(火) 13:30～15:00

・DVD鑑賞 13:30～

・リフレッシュ体操14:00～

(健康運動指導士 六車 尚子氏)

■定員 25名(先着順)

■申込み 1月28日(金)までにコミセンへ

素敵なひな飾り



桃の節句をオリジナル作品で祝いませんか?アーティシャルフラワー(造花)を使って華やかに作ります。プレゼントにもなる素敵なひな飾りです!

■日時 2月3日(木) 10:00～11:30

■講師 雑花 kotoyuyu 主宰 中村 敏子氏

■定員 10名(先着順) ■材料費2500円

■準備物 持ち帰り用の袋

■申込み 1月25日(火)までにコミセンへ

山中美妃子先生の

テイクアウト料理教室 「気軽に作れる和食のごちそう」

白身魚の柚香蒸し

海老^{しんじょ}真薯汁

黒豆とお芋のおこわ



■日時 2月9日(水) 10:00～11:30

■講師 ジュヌヴィエーブ主宰 山中美妃子氏

■定員 8名(先着順) ■材料費 800円

■準備物 エプロン、三角巾、ハンカチ
筆記用具、タッパー

■申込み 2月3日(木)までにコミセンへ

1月の行事・講座予定

			時間	行事
7	21	金	13:30~	のびのびすこやか教室
17	月	9:30~	移動図書館 ララ号	
25	火	19:00~	学校開放	

日	時間	コミセン講座
11	火	10:00~ たんぽぽルーム
13	木	10:00~ はじめての韓国語
13	木	13:30~ コーラスをはじめよう
18	火	10:00~ なかよしランド
29	土	10:00~ キッズくらぶ

高松南警察署より(お知らせ)

1月10日は「110番の日」です。

- 事件・事故 緊急ダイヤル110番
110番は事件・事故等があった時の緊急通報専用電話です。
- 警察の相談ダイヤル #9110
緊急性のない各種相談等は、警察相談専用電話【#9110】をご利用ください。

※110番、119番へのいたずら電話は犯罪に該当する場合があります。絶対にやめましょう。

【お問合せ先】

高松南警察署 電話087(868)0110

老人クラブ

世代間交流 「小学1年生と昔の遊び」

■1月19日(水) 8:30~11:00

■林小学校体育館



保健委員会

のびのび すこやか教室

■1月 7日(金) 13:30~

1月21日(金) 13:30~



キッズくらぶ

森のつみ木広場

■日時 1月29日(土)10:00~11:30

■準備物 水筒、動きやすい服装

コミュニティ協議会 ふれあい交流事業

好評
開催中

イルミネーション「星のひろば」!!



同時開催
イベント

星のカードに願いをこめて夜空のボードを飾ろう!

コミセン事務室で「星のカード」をもらい願いごとを書いてボードに貼ってください。

「光るグッズ」とお菓子を先着順にプレゼント!

※開催期間中の17時~20時の間に保護者同伴でお越しください。

残りわずか!

開催期間 令和4年1月15日(土)まで17時~20時 ※日曜・祝日・12月29日~1月3日除く
場 所 林コミュニティセンター

