

# 多肥コミセンだより

令和元年11月1日発行

多肥コミュニティセンター 889-4956  
(080)9836-2716  
高松市役所多肥出張所 889-4913  
山田保健ステーション(保健師) 848-6581  
<http://tahikomisen.com> Facebook(多肥コミュニティセンター・多肥コミセンだより)

多肥地区人口 14,713人(+17)  
男性 7,096人(+8)  
女性 7,617人(+9)  
世帯数 5,968世帯(-5)  
令和元年10月1日現在(前月比)

## 《コミセン講座のご案内》

### 粘土教室～干支の子作り～

毎年好評の干支の置物作り。来年の干支のかわいい子を作りますよ。

日時: 11月14日(木) 10:00～12:00  
場所: 2F 和室  
定員: 15名  
講師: 川村 真利子 先生  
材料費: 400円  
持ち物: おしぼり・櫛  
先の尖った小さめのハサミ  
持ち帰り用の箱(10×10cm)  
申込: 11月7日(木)までにお申し込みください。



### 片づけなさいと言わない暮らし

毎日の子育ての中で、ついつい言ってしまいう「片づけなさい」の言葉。片付けの方法や、お子さんにどう伝えていくかを学びますよ。

日時: 11月13日(水)  
10:00～11:30  
場所: 2F 和室  
定員: 10名  
講師: 整理収納教育士認定講師  
わきや さゆり 先生  
申込: 11月6日(水)までにお申し込みください。



### 木の实を使ったクリスマスツリー

もうすぐクリスマス。木の实を使って、かわいいクリスマスツリーを作ります。今年は、自分で作ったツリーを飾ってみませんか。

日時: 11月15日(金) 13:30～15:30  
場所: 2F 和室  
定員: 10名  
講師: 高崎 晶 先生  
材料費: 1,000円(当日集金)  
申込: 11月7日(木)までにお申し込みください。



### ハーバリウム教室

毎年大好評のハーバリウム。オイルで鮮やかさを増し、光に当たるとキラキラ。瓶とボールペンの2種類から選べます。好きな花や植物を選んで作ってみませんか。

日時: 12月2日(月) 13:30～15:30  
場所: 2F ホール  
定員: 20名  
講師: 白坂花店 フラワーコーディネーター 白坂 遼 先生  
材料費: 1個1,000円(作った数×1,000円になります)  
持ち物: 持ち帰り用の袋  
申込: 11月20日(水)までにお申し込みください。



### 初めての陶芸教室～土と遊ぼう～

陶芸に興味のある方、やってみたいけど難しそうだなと思っているあなた、新聞紙を使った簡単な陶芸にチャレンジしてみませんか。今回は「かわいいお雛様」を作ります。

日時: 12月10日(火) 13:30～15:30  
場所: 2F ホール  
定員: 10名  
講師: 土工房 和楽縁 田坂先生  
材料費: 1,500円(粘土・焼き代込、当日集金)  
持ち物: タオル(雑巾)、エプロン、汚れてもいい服装  
申込: 11月29日(金)までにお申し込みください。





## 《多肥地区体育協会より参加者募集！！》



### 第12回 日山へ登ろう会

日 時：11月17日（日）雨天中止 集合場所 彦作池公園 8時30分  
 場 所：三谷町日山（ひやま） 所要時間は2時間程度（体育協会未入会の方は、100円集めます）  
 申 込：11月13日（水）までに、コミュニティセンターにある「参加申込書」に記入してください。  
 ※ 駐車場はありません。できるだけ徒歩か自転車で参加してください。小学生以下の参加は必ず保護者同伴をお願いします。



### 地区グラウンド・ゴルフ大会



日 時：12月8日（日）9時30分開会式（受付9時より）  
 場 所：彦作池公園グラウンド  
 申 込：12月2日（月）までに、コミュニティセンターへお申し込みください。

## 野菜たっぷり生活講座～特別な日にも野菜で彩り豊かなテーブルを

多肥地区食生活改善推進委員会

みなさんはふだん、どのように野菜を食べていますか？今回は、野菜を使ったおもてなし料理をテーマに、ふだんよく食卓に登場する野菜も調理法や彩り、盛り付けにも少し工夫し、香りのよい野菜を組み合わせることで、おもてなしにも使えるようなよそ行きの装いになり、見た目も楽しめるようになります。ふだんの日も、少し特別な日もおいしく・楽しく・たっぷり野菜を食べましょう。

日 時：11月25日（月）9：30～12：30  
 場 所：1F 調理室  
 参加費：1人 450円（当日集金）  
 定 員：20人  
 持ち物：エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具  
 申 込：11月15日（金）までに、  
 コミュニティセンター窓口へお申し込みください。



～お品書き～

- ・三種のやさいおにぎり
- ・豚肉と大根の黒酢ソテー
- ・かぼちゃサラダ
- ・豆腐とおろしれんこんのお吸い物
- ・季節の果物



### ミニ健康講座

多肥地区保健委員会

今回は「防災講習」を行います。毛布でガウンを作ったり、いざというときに役立つ講習です。合わせて体組成測定も行います。予約はいりませんので、お気軽にご参加下さい。  
 日 時：11月7日（木）  
 13：30～15：00  
 場 所：2F ホール  
 内 容：防災講習・体組成測定



### 講演会「いのちの参観日」

多肥地区青少年健全育成連絡協議会

人と人のつながりや、いのちの大切さについて共に考えてみませんか？シンガーソングライターで、自死遺族でもある玉城ちはるさんがお届けする歌とトークの講演会。人種や性別を超えて共に生きる大切さ、すばらしさをお伝えします。

日 時：12月9日（月）19：00～20：30  
 場 所：龍雲中学校体育館  
 講 師：シンガーソングライター 玉城 ちはる さん  
 申 込：11月27日（水）までに、コミュニティセンターにお申し込みください。  
 ※ お車の方は、西門から入り運動場へ駐車してください。自転車・二輪の方は正門から入り、校舎南側へ駐輪してください。

## ☆きらきらひろば☆〈子育て支援〉のお知らせ 多肥保育所(TEL 889-0475)

地域の未就学児とその保護者を対象に、子育て支援の一貫として『きらきらひろば』を開催しています。保育所の職員が楽しい催しをします！！親子で楽しく過ごしながら、保護者の方向士で子育ての情報交換をしませんか？楽しい子育てのお手伝いができれば…と思っています。是非、お越しください。お待ちしてま～す♡(\*^-^\*)♡  
 日 時：11月12日（火）10：00～  
 場 所：多肥コミュニティセンター2F和室

・・・♡今日の遊び♡・・・

- ♪パネルシアター『いないいないばあちゃん』
- ♪絵本 『だるまさんと』
- 『ぞうさんのさんぽ』
- ♪布あそび『わらべうたであそぼう』



### 男の介護教室(多肥教室)

主催：中村歯科医院

～明日から身内の介護をするとなった時、  
 介護をする自信がありますか？～  
 参加資格は男性ならどなたでも。講演後はみんなで簡単なカレーライスを作ります。  
 日 時：12月1日（日）  
 10：00～14：30（予定）  
 場 所：多肥コミュニティセンター  
 参加費：500円  
 定 員：先着12名  
 講 師：阿部純也先生（香川県運動推進協会）  
 内 容：「腰痛・膝痛・転倒を防いで5年後  
 10年後も健康な体を」  
 締め切り：11月25日（月）  
 申し込み・問い合わせ：中村歯科医院  
 888-1211