

弦打 コミュニティ センター便り



令和7年5月発行(No.170)
 発行 弦打校区コミュニティ協議会
 〒761-8032 高松市鶴市町356番地3
 TEL/087-882-0285(FAX兼)、070-3796-0101
 開館 (月)~(金)9時~21時 使用日の1週間前までに
 (土)9時~21時 ※17時以降、予約がなければ閉館
 (日)9時~17時 ※祝日は休館
 弦打校区人口(4月1日現在)
 男 5,170人 女 5,262人 総数 10,432人 5,291世帯
 つるうちコミュニティセンター <https://tsuruuuchi.com>



令和7年度「幼児体操教室」、「子ども将棋教室」にLINEでお申込みいただいた方へ

「弦打コミュニティセンター講座」公式LINEでは、送信ができてでもコミセンには情報が届かないという不具合が発生しています。そのためLINEだけ送ったという方については、電話(音声)で受付をします。
TEL087-882-0285(平日9:00~17:00におかけください。)
 ご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。
 なお、子ども将棋教室の開始日は6月14日(土)になります。(5月は中止)



♪うたごえ広場

〈コミセン講座〉

今年度もやります、うたごえ広場!! 懐かしの、昭和歌謡曲をみんなで歌いませんか♪

日時 5月20日(火) 13:30~15:00 参加費無料

場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室

講師 溝口 勲さん(NPO法人ビットバレー高松代表理事)

対象 どなたでも参加できます。

定員 **先着30名**

申込 **5/13(火)までに、弦打コミュニティセンターまで。**
 (土日祝を除く9:00~17:00)

◆健康チャレンジ2025

〈保健委員会〉

「体を痛めず歩くコツ」を学びませんか。

日時 5月16日(金) 9:45~11:00
 (受付開始9:30~)

場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室

講師 青木 卓也さん(香川県姿勢調整師会会長)
 保健委員会(元気をひろげる人)

対象 どなたでも参加できます。**予約なしで直接お越しください。**

内容 「肩こりと姿勢」「歩行と姿勢」etc
 体組成計による測定、血圧測定、のびのび元気体操

お願い お茶、上靴、タオルを持参のうえ、運動しやすい服装でお越しください。 参加費無料

♪今さら聞けない! LINE入門

~コミセン講座・はじめてのスマホ教室~

LINE(ライン)を使って、無料で通話やメッセージを楽しんでみませんか。今回は、LINEの概要、プロフィール、友だち追加やブロック、注意点についての学習をします。

日時 5月20日(火) **10:00~11:00** 参加費無料

場所 弦打コミュニティセンター 2階大会議室

講師 西森 圭史さん(携帯電話会社のスマホアドバイザー)

対象 地域の男女 当日は、学習用のスマホの貸出しがあります。

定員 **先着15名**

申込 **5/13(火)までに、弦打コミュニティセンターまで。**
 (土日祝を除く9:00~17:00)

◆からだにやさしい料理教室

〈保健委員会〉

日時 5月21日(水) 10:00~13:00

場所 弦打コミュニティセンター調理室

講師 弦打地区食生活改善推進員

対象 地域の男女

費用 材料費実費**600円**を当日集金

申込 **5/17(土)までに食生活改善推進員 天弘(あまひろ)さんへ直接電話で申し込んでください。**

持参物 エプロン、ハンドタオル、三角巾等

子どもフラダンスメンバー募集

対象 幼児・小学生・中学生

活動日時 原則第1・2・3土曜日 16:00~17:00

場所 弦打コミュニティセンター2階大会議室

講師 井 久美子先生

月会費 1,000円

☆活動日の確認は、弦打コミュニティセンターまで!

いつでも見学OKです!
直接お越しください。



5月の行事予定

予定は4月20日現在のものです。日時の変更や行事の追加がある場合があります。各団体において確認してください。

■コミュニティ協議会 ◆各種団体 ☆情報 ♪講座

※同好会や通常貸館は多数のため掲載しておりません。



☆ごみ収集マーク 燃やせるごみ 破碎ごみ/有害ごみ プラスチック容器包装 缶・びん・ペットボトル 紙・布

日	月	火	水	木	金	土
				1 ◆放課後子ども教室運営委員会	2	3 休館日 (憲法記念日)
4	5 休館日 (こどもの日)	6 休館日 (振替休日)	7	8 ◆木曜つるピー教室	9 ♪幼児体操教室	10 ☆狂犬病予防注射 (10:50~11:30)
11 	12 ■スポーツ部会	13 ♪音楽で運動を!	14 ◆おやこDEつるピー広場 ◆連合自治会総会	15 ◆木曜つるピー教室 ◆衛生組合総会	16 ◆健康チャレンジ2025	17 ◆婦人会総会
18	19 ■防災部会 ■生涯学習部会	20 ♪スマホ講座 ♪はじめてのウクレレ ♪うたごえ広場 ■保健福祉部会 ■校区内夜間巡視(19:00~)	21 ◆からだにやさしい料理教室 ◆保健委員会総会	22 ☆浄化槽点検 ※駐車場利用制限あり(午前中) ◆木曜つるピー教室	15日(木) ☆職員避難訓練(A.M.)	
25	26 ◆コミュニティセンター等管理運営委員会 ■コミ協役員会	27 ■青少年育成部会	28 ◆おやこDEつるピー広場 ■環境美化部会校区内環境パトロール	29 ◆木曜つるピー教室 ◆自主防災会連絡会総会	30	31 ◆民生児童委員定例会

まずは今より10分多く身体を動かそう

〈弦打地区保健委員会からのお知らせ〉

今より毎日10分多く歩くことで、死亡リスクや慢性疾患・がん・ロコモティブシンドローム・認知症の発症リスクが減少するといわれています。体力の維持・向上のためには、1回あたり30分以上の運動を週2回以上行くと良いでしょう。まずは日常生活の中で、今よりも少しでも身体活動量を増やしてみませんか。

<p>外で</p> <p>目的地の一つ前の駅で降りたり、いつもと違う道を使ったり、歩く時間を10分(約1,000歩)増やす。</p>	<p>仕事場で</p> <p>エレベーターではなく、階段を使う。</p>	<p>自宅で</p> <p>散歩で歩く時間を、10分(約1,000歩)増やす。</p>
---	---	--

🌸 気温も暖かくなり外出しやすい気候になりました。できることから始めてみませんか。

引用:厚生労働省「身体活動量アップで健康維持!私のアクティブプラン2023年8版」

◆弦打地区民生委員・児童委員協議会からのお知らせ

5月12日(月)~5月18日(日)は「民生委員・児童委員活動強化週間」です。

民生委員・児童委員は、地域住民の身近な相談相手として、また支援機関へのつなぎ役として活動しています。子育て、高齢者の介護、健康医療などの生活に関する事で、心配事が出てきた時には気軽にご相談ください。秘密は厳守致します。

🌸 「支えあう 住みよい社会 地域から」

お問い合わせは、弦打コミュニティセンターまで。
(土日祝を除く9:00~17:00)

弦打校区コミュニティ協議会 まちづくり 協賛広告

平成27年より相続税が大幅に増税となっております。それにより、今まで相続税の心配がなかった方も、相続税が発生する可能性が高くなります。事前に生前贈与や相続税の節税対策を行うことが非常に重要となりますので、相続税についてお困りのことがございましたらぜひ一度ご相談ください。

尚、繁忙期につきましてはお受けできない場合もございますので、ご了承ください。

川上智也税理士事務所 TEL 087-813-0166

高松市鶴市町1035番地7 鶴市ビル2階 営業時間 平日(月)~(金)9:00~17:00



広告募集中

広告欄の申込用紙は、「つるうち.ネット」でダウンロードすることができます。
なお、紙面の関係や、広告の内容によっては掲載できないこともあります。
くわしくは弦打コミュニティセンターまで。