

まなびかんづめ

No.244
2023年10月号

高松市生涯学習センター(まなびCAN)の毎月の情報がたくさん詰まっています！

★まなびCANからのお知らせ

片原町商店街で **書道パフォーマンスを披露します！**

まなびCANは、片原町東部商店街振興組合主催の「第9回片原町元気フェスティバル」の協賛イベントとして、片原町のまちかどで、書道パフォーマンスを開催します。

- ★日時：令和5年10月9日(月・祝)午後1時から約15分間
- ★場所：片原町東部商店街メインステージ(ことでん片原町駅前)
- ★出演：書道パフォーマンス スマイルリンク(県内のイベントや大会で書道パフォーマンスを通じて書道の魅力や笑顔を届けられるよう活動しています。)
- ★観覧料：無料



飲み物OK ◆自主学習スペースを無料開放しています◆



詳細はInstagramから

☆お気軽にご利用ください

時間：18時から22時まで。(日曜・祝日は17時まで)
(※開放する部屋・時間は日によって異なります。)

Instagram・ホームページで次週の予定をお知らせします。



Instagram QRコード



☆あなたの学びたいがきっと見つかる！高松市で開催される生涯学習に関連した講座が一目でわかる「まなび図鑑」。もうご覧になりましたか？

「まなびCAN以外の講座も受講してみたい!」「高松市にはどんな講座があるんだろう。」「学びたい、でもどこで?」

そんな声にお応えするべく、まなびCANは「まなび図鑑」をスタートしました。毎月10日更新「まなび図鑑」であなたにピッタリの講座を探してみませんか。まなび図鑑はこちらから



◆発行：高松市生涯学習センター(まなびCAN)

〒760-0040 高松市片原町11番地1

『むらぶ片原町』ビル内

TEL：087-811-6222

FAX：087-821-8022

<開館時間>火曜日～土曜日：午前9時～午後10時

日曜日・休日：午前9時～午後5時

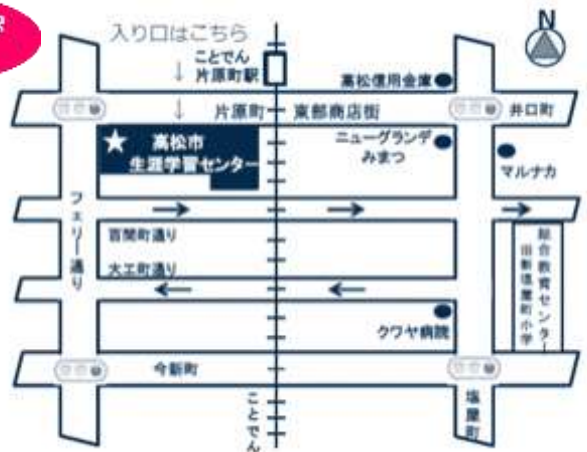
<休館日>月曜日(休日の場合はその日後の最も近い休日でない日)

年未年始(12月29日～1月3日)

<Eメール>can@city.takamatsu.lg.jp



ことでん片原町駅
下車すぐ!!



まなびCAN HPIはこちら

シニア世代とペットの暮らしについて

シニア世代になってもペットと幸せに暮らしていくために、必要なことを考えてみませんか。



●日 時…10月17日(火)

午後1時30分～3時

- 講師…高松市生活衛生課職員
- 定員…申込先着30人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具



受付開始…10月3日(火)午前9時

初心者のための

ワード&エクセル(全8回)

それぞれのソフトを使って、たいへん便利で役に立つ「コツ」を説明します。

●日 時…ワード10月18日、25日、11月1日、8日

エクセル11月15日、22日、29日、12月6日

いずれも水曜日午後1時30分～3時30分

- 講師…山下 卷太さん(有)デジタル・メディア・プランニング代表取締役)
- 定員…申込先着10人
- 受講料…4,000円(全8回)
初回全額支払い
- …資料代2,000円(全8回)
初回全額支払い
- 持参物…筆記用具※各自のパソコン持ち込み可

受付開始…10月3日(火)午前9時

スマートシティたかまつ ～多様な幸せを実現するために～

「スマートシティたかまつ」の実現に向け、デジタル化に取り組む意義を考えよう。



●日 時…10月19日(木)

午後1時30分～3時

- 講師…高松市デジタル戦略課職員
- 定員…申込先着30人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

受付開始…10月3日(火)午前9時

たまにはサイエンスかふえ

人類はこれから太陽系で何をを目指すか？

今注目されている人工衛星や月探査計画等、宇宙の話題は盛りだくさん。今回はロケット技術や人工衛星に焦点を当てて、地球周辺の話題や宇宙開発についてガヤガヤと考えてみましょう。



●日 時…10月21日、11月25日、

12月16日、令和6年1月13日
いずれも土曜日 午後1時30分～3時30分

- 講師…かがわ宇宙教育推進協議会員・その他(変更の可能性あり)
- 定員…申込先着各回20人
- 対象…小学5年生以上
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

受付開始…10月3日(火)午前9時

初めての篆刻講座

石の土台に名前の一文字を彫って自分だけの印を作りましょう。 ※彫りたい一文字を10月17日(火)正午までにお知らせください。



- 日 時…11月10日(金)
午前10時～正午
- 講 師…北山 讚舟さん(篆刻家)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…500円
- 材料費…1,500円
(道具レンタル料を含む)

受付期間…10月3日(火)午前9時
～10月17日(火)正午

健康につながる正しい姿勢を知ろう 腰痛と姿勢編 膝痛と姿勢編

正しい姿勢の知識を習得することで、腰痛や膝痛等の予防につながります。

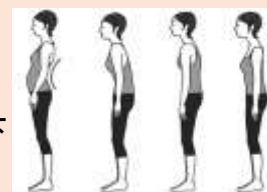
なぜ姿勢が悪いと腰痛や膝の痛み等が起こるのか「姿勢科学」という物理学の視点からわかりやすく説明します。

- 日 時…10月22日(日)腰痛と姿勢編
11月11日(土)膝痛と姿勢編
午後1時30分～3時

●講師…青木 卓也さん
(香川県姿勢調整師会 会長)

- 定 員…申込先着各回50人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

※動きやすい服装でお越し下さい。



受付開始…10月4日(水)午前9時

頭も身体も元気になろう！ 骨盤底筋体操とシナプソロジー

「最期まで自分の足で自立した生活を送ること」を目標とし、脳の活性化を交えながら、骨盤底筋体操を中心とした体幹を鍛えるトレーニングを行います。

- 日 時…10月24日(火)
午後1時30分～3時
 - 講 師…八田 奈緒美さん
(健康運動実践指導者、看護師)
 - 定 員…申込先着20人
 - 受講料…500円
 - 持参物…飲み物、汗拭きタオル
- ※動きやすい服装、靴でお越しください。



受付開始…10月4日(水)午前9時

ふるさと文学の魅力を知ろう！

香川にゆかりのある作家や、香川を舞台にした作品を紹介し、ふるさとの文学、魅力発見のためのきっかけを作ります。

- 日 時…10月25日(水)
午前10時～11時30分
- 講 師…高松市中央図書館 司書
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具



受付開始…10月4日(水)午前9時

和紙ちぎり絵教室

～来年の干支「龍」を作りましょう～

新たな一年の始まり。如意宝珠をつかむ龍で運氣上昇を招きましょう。指先を使って和紙をちぎりますので、脳の活性化を促す利点もあります。手漉き和紙の風合いと美しい色彩を活かしたものの作りが体験できます。



- 日 時…10月25日(水)
午後1時30分～3時30分
- 講 師…石川 清子さん
(和紙ちぎり絵講師)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…500円
- 材料費…1,850円 *道具(でんぷんのり、ハサミ等)はこちらで準備いたします。

受付期間…10月4日(水)午前9時～
10月18日(水)正午

高齢者の医療保険制度について

～上手な病院のかかり方と健康に暮らすコツ～

医療保険制度を持続していくため、適切な受診の方法や体を健康に保つ取組について、紙芝居を見たり、体を動かしたりしながら一緒に楽しく学びましょう。



- 日 時…10月26日(木)
午後1時30分～2時30分
- 講師…香川県医務国保課国民健康保険室 職員、
高松市国保・高齢者医療課 職員
- 定 員…申込先着45人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

受付開始…10月5日(木)午前9時

民俗への招待②

「さぬきの伝承説話」



- 日 時…10月31日(火)
午前10時～11時30分
- 講 師…谷原 博信さん
(香川民俗学会名誉会長)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…500円
- 持参物…筆記用具

受付開始…10月5日(木)午前9時

男女共同参画

～多様な性を考える～

誰もが互いに人権を尊重し、多様性を認め合う共生社会の実現を目指して、多様な性を皆で考えます。

- 日 時…11月2日(木)
午後1時30分～2時30分
- 講 師…高松市男女共同参画・協働推進課
職員
- 定 員…申込先着30人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具



受付開始…10月5日(木)午前9時

シニアのための セルフメンテナンス教室

人生100年時代を迎えた今、健康な毎日のため、自分でできる心と身体のメンテナンスとして、お灸やツボを紹介します。正しいツボのを見つけ方や押さえ方、貼るはりを使ったセルフケアの方法を説明します。



- 日 時…11月3日(金・祝)
午後1時30分～3時
 - 講 師…松本 武司さん
(日本セルフお灸協会 鍼灸師)
 - 定 員…申込先着20人
 - 受講料…無料
 - 材料費…300円
- ※手首、足首が出しやすく動きやすい服装でお越しください。

受付開始…10月5日(木)午前9時

高松城下図の世界を歩く (全3回)

- ①明治～戦前昭和期の高松市街図を読み解く
- ②皇太子(昭和天皇)御成婚記念高松城内貫通臨海道路を歩く
- ③皇太子御成婚記念道路(玉藻町～兵庫町)を歩く



- 日 時…11月7日、21日、28日
いずれも火曜日
午後1時30分～3時30分
 - 講 師…田中 健二さん(香川大学名誉教授)
 - 定 員…申込先着20人
 - 受講料…1,500円(全3回)
 - 持参物…筆記用具
- *②と③は約1.5kmを歩きます。歩きやすい服装でお願いします。

受付開始…10月6日(金)午前9時

高松中央卸売市場から見据える 再開発について

高松市中央卸売市場から見据える再開発構想、まちづくりについてや、卸売市場のこれからの取り組みを解説します。

- 日 時…11月8日(水)
午後1時30分～3時
- 講 師…高松市市場管理課職員
- 定 員…申込先着30人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具



受付開始…10月6日(金)午前9時

身近な科学の不思議を体験しよう (全2回)

身近な科学の扉を開いて、体験したり、実験したり、確かめたりして、楽しんでみませんか。

- 11/9…分光器を作って光の正体を探ろう。静電気を体感しよう。
- 11/16…物理のおもちゃ、センサーを使ってうそ発見器を作ってみよう。



- 日 時…11月9日、16日
いずれも木曜日 午前10時～11時30分
- 講 師…水野 忠彦さん(元県立高校勤務、現私立幼稚園勤務)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…1,000円(全2回)
- 持参物…筆記用具

受付期間…10月6日(金)午前9時

館内展示のご案内

終活

～何から始めたらいいのかわからないとき～

むつかしく考えず、今日からでも始めましょう。気負わず・気軽に、お部屋の片づけと同じ気持ちで進めましょう。

家族にも構えることなく、何気ない会話の中で伝えていきましょう。



●日 時…11月9日(木)

午後1時30分～3時

●講 師…糸瀬 佳滋子さん

(2級ファイナンシャルプランニング技能士・終活カウンセラー)

●定 員…申込先着45人

●受講料…無料

●持参物…筆記用具

受付開始…10月6日(金)午前9時

多肥コミュニティセンター

さぬき墨彩画作品展



●展示期間…10月3日(火)から

15日(日)午後3時まで

※10日は休館日

●入場料…無料

●展示場所…1階エントランスホール

館内展示のご案内

亀阜コミュニティセンター

書道同好会

さざなみ

楽浪グループ書展



●展示期間…10月18日(水)から

29日(日)午後3時まで

※23日は休館日

●入場料…無料

●展示場所…1階エントランスホール

メールマガジン 好評配信中



☆まなびCANの講座やイベントの最新情報を、あなたに直接お届けします♪

☆配信は月に1回。配信のタイミングは前月末頃の予定です♪

☆パソコン・携帯電話、どちらのアドレスでも、その両方でも、登録が可能♪

☆購読料は無料(通信料金を除く)です。詳しくは、まなびCAN(☎811-6222)へ



10月の行事一覧



開催日	講座(行事)名	時間
3(火)	コミュニケーション講座～音楽で健康に～	10:00～11:30
4(水)	民俗への招待①「さぬきの伝承説話」	10:00～11:30
6(金)	スローエアロビック体験教室A (1回目/全4回)	14:00～15:00
8(日)	アロマテラピー教室～とっても簡単!～アロマバスソルト作り～	13:30～15:00
11(水)	老化と血管について考えてみませんか?	13:30～15:00
	☆まなび映画CAN⑬「ウォーナーの謎のリスト」 (13:00開場)	13:30～15:25
12(木)	高松の魅力発見!ぶらり歴史探訪～玉藻公園編～ 雨天決行	13:30～15:00
13(金)	思い出のメロディ・あの歌この歌 歌声教室 (3回目/全4回)	13:30～15:00
	スローエアロビック体験教室A (2回目/全4回)	14:00～15:00
17(火)	☆シニア世代とペットの暮らしについて	13:30～15:00
18(水)	☆初心者のためのワード&エクセル (1回目/全8回)	13:30～15:30
19(木)	☆スマートシティたかまつ～多様な幸せを実現するために～	13:30～15:00
20(金)	スローエアロビック体験教室A (3回目/全4回)	14:00～15:00
21(土)	☆たまにはサイエンスかふえ 人類はこれから太陽系で何をめざすか? (1回目/全4回)	13:30～15:30
22(日)	☆健康につながる正しい姿勢を知ろう ①腰痛と姿勢編	13:30～15:00
24(火)	☆頭も身体も元気になろう!骨盤底筋体操とシナプソロジー	13:30～15:00
	☆まなび映画CAN⑭「私の恋」 (18:00開場)	18:30～20:20
25(水)	☆ふるさと文学の魅力を知ろう!	10:00～11:30
	☆和紙ちぎり絵教室～来年の干支「龍」を作しましょう～	13:30～15:30
	☆初心者のためのワード&エクセル (2回目/全8回)	13:30～15:30
26(木)	実用の書～楽しみながら書に親しもう～ (3回目/全3回)	13:30～15:00
	☆高齢者の医療保険制度について～上手な病院のかかり方と健康に暮らすコツ～	13:30～14:30
27(金)	思い出のメロディ・あの歌この歌 歌声教室 (4回目/全4回)	13:30～15:00
	スローエアロビック体験教室A (4回目/全4回)	14:00～15:00
31(火)	☆民俗への招待②「さぬきの伝承説話」	10:00～11:30



11月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
1（水）	☆初心者のためのワード&エクセル (3回目/全8回)	13:30 ~ 15:30
2（木）	☆男女共同参画～多様な性を考える～	13:30 ~ 14:30
3（金）	☆シニアのためのセルフメンテナンス教室	13:30 ~ 15:00
7（火）	☆高松城下図の世界を歩く（全3回） (1回目/全3回)	13:30 ~ 15:30
8（水）	☆高松中央卸売市場から見据える再開発について	13:30 ~ 15:00
	☆初心者のためのワード&エクセル (4回目/全8回)	13:30 ~ 15:30
9（木）	☆身近な科学の不思議を体験しよう (1回目/全2回)	10:00 ~ 11:30
	☆終活～何から始めていいのかわからないとき～	13:30 ~ 15:00
10（金）	スローエアロビック体験教室B (1回目/全4回)	14:00 ~ 15:00
	☆初めての篆刻講座	10:00 ~ 12:00
11（土）	☆健康につながる正しい姿勢を知ろう ②膝痛と姿勢編	13:30 ~ 15:00
15（水）	☆初心者のためのワード&エクセル (5回目/全8回)	13:30 ~ 15:30
16（木）	☆身近な科学の不思議を体験しよう (2回目/全2回)	10:00 ~ 11:30
17（金）	スローエアロビック体験教室B (2回目/全4回)	14:00 ~ 15:00
21（火）	☆高松城下図の世界を歩く（全3回） (2回目/全3回)	13:30 ~ 15:30
22（水）	☆初心者のためのワード&エクセル (6回目/全8回)	13:30 ~ 15:30
24（金）	スローエアロビック体験教室B	14:00 ~ 15:00
25（土）	☆たまにはサイエンスかふえ 人類はこれから太陽系で何をを目指すか？ (2回目/全4回)	13:30 ~ 15:30
28（火）	☆高松城下図の世界を歩く（全3回） (3回目/全3回)	13:30 ~ 15:30
29（水）	☆初心者のためのワード&エクセル (7回目/全8回)	13:30 ~ 15:30

12月の行事一覧



開催日	講座（行事）名	時間
1（金）	スローエアロビック体験教室B (4回目/全4回)	14:00 ~ 15:00
6（水）	☆初心者のためのワード&エクセル (8回目/全8回)	13:30 ~ 15:30
16（土）	☆たまにはサイエンスかふえ 人類はこれから太陽系で何をを目指すか？ (3回目/全4回)	13:30 ~ 15:30



令和6年1月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
13（土）	☆たまにはサイエンスかふえ 人類はこれから太陽系で何をを目指すか？ (4回目/全4回)	13:30 ~ 15:30

☆ は、先月号の行事一覧に記載のなかった講座です。

まなびCANを利用しませんか？

生涯学習センター(まなびCAN)では、市民の皆様の生涯学習と交流の場を提供するために、研修室・音楽室・実習室・和室など、それぞれの目的にあった部屋の貸し出しを行っております。

☆「小研修室」「和室」「実習室」「音楽室」「視聴覚室」の5室は、**1時間単位**でご利用いただけます。
☆Wi-Fiが無料で使用できます。(多目的ホール・大研修室・小研修室・視聴覚室)

●使用料一覧

使用単位 施設名	午前	午後	夜間	午前・午後	午後・夜間	全日	1時間当たり	
	9~12時	13~17時	18~22時	9~17時	13~22時	9~22時	9~18時	18~22時
多目的ホール	14,510	20,670	24,730	35,180	45,400	54,000		
大研修室	5,930	8,010	9,670	13,940	17,680	21,190		
小研修室	2,200	2,960	3,610	5,160	6,570	7,910	800	960
和室	1,200	1,530	1,860	2,730	3,390	4,170	420	510
OA実習室	2,410	3,300	3,830	5,710	7,130	8,570		
実習室	2,410	3,300	3,830	5,710	7,130	8,570	860	1,040
音楽室	2,410	3,300	3,830	5,710	7,130	8,570	860	1,040
視聴覚室	2,200	2,960	3,610	5,160	6,570	7,910	800	960

●利用開始日の属する月の5か月前から利用申し込みができます。

お問い合わせ先 高松市生涯学習センター ☎087-811-6222



まなび映画CAN⑬

「ウォーナーの謎のリスト」



❖上映日… 10月11日（水）午後1時30分～3時25分

（開場 午後1時）

❖内 容… 米国人美術家ラングドン・ウォーナーは、第二次世界大戦下の日本において空爆すべきでない文化財のリスト「ウォーナー・リスト」を作成した。

それを巡る人達の証言を集めた歴史ドキュメンタリー。

❖定 員…当日先着220人 ❖入場料…無料

❖会 場…生涯学習センター 3階 多目的ホール

※観覧希望者は当日直接会場へ。

夜間開催

まなび映画CAN⑭



「私の恋」

恋愛映画の巨匠、イ・ハン監督が贈る恋愛3部作 完結編

※韓国語で上映・日本語字幕付き

❖上映日… 10月24日（火）午後6時30分～8時20分

（開場 午後6時）

❖内 容…地下鉄運転手のセジン（カム・ウソン）は風変わりなジュウォン（チェ・ガンヒ）を愛している。ソヒョン（イ・ヨニ）は片想いの先輩ジウ（チョン・イル）を飲みを誘い、焼酎1本飲めるようになるまでお酒を教えて下さいと頼む。広告代理店勤務のスジョン（イム・ジョンウン）は、コピーライターでシングルファーザーのジュンソク（リュ・スンリョン）に想いを寄せるが、ジュンソクは亡き妻の面影を引きずっていた。ジンマン（オムテウン）は別れた恋人と再会するため、6年ぶりに帰国する。一生で一度見ることができると言われる皆既日食の日に向けて、4つの愛の物語が切なくも美しく紡がれていく……。

❖定 員…当日先着220人 ❖入場料…無料

❖会 場…生涯学習センター 3階 多目的ホール

※観覧希望者は当日直接会場へ。