

まなびかんづめ

No.255

2024年9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★

講座受講生募集

- ★受講料・材料費等の表示がない講座は無料です。
- ★申込・問合せ先に指定のない講座については、お電話又はご来館にてまなびCANへ、お申し込み・お問い合わせください。☎(811-6222)



飲み物OK

◆自主学習スペースを無料開放しています。



開放時間:火曜日から金曜日 18時から22時まで

土曜日 9時から22時まで

日曜日・祝日 9時から17時まで

Instagram QRコード



※施設のご利用状況等により、自主学習スペースを開放しない日、時間帯があります。開放日・時間(予定)はInstagram・ホームページでお知らせしています。

MANABICAN.OFFICIAL



“学びたい”あなたへ!まなび図鑑で講座を探そう!

『まなび図鑑』とは・・・高松市が開催している生涯学習に関連した講座一覧です。

- ・高松市で受講できる講座やイベントをお探しの方
- ・まなびCAN以外の施設の講座にも興味がある方
- ・何か新しいことを学んでみたい方 など

【毎月10日更新】の『まなび図鑑』で、あなたにぴったりの講座を探してみませんか。詳しくは、ホームページをご覧ください。



まなび図鑑QRコード

◆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

『むうぶ片原町』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)

年末年始(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 HPはこちら

ふろしきで包み、 エコバックの作り方を学ぼう！

風呂敷についてのお話と、基本の真結びの結び方や、いろいろな包み方にチャレンジしてみましょう。風呂敷でECOショルダーバックの作り方を実演いたします。



- 日 時…9月22日(日)
午前10時～11時30分
- 講 師…角田 真理子さん
(ふろしき研究会 会員 ふろしき包み指導者)
- 定 員…申込先着16人
- 受講料…500円
- 材料費…1,000円
(ECOショルダーバックの風呂敷)
- 持参物…ふろしき、バンダナ(あればご持参ください)

受付開始…9月4日(水)午前9時

英語の発音記号の講習 ～ネイティブに通じやすい発音 を習得しよう～(全2回)

8つの口の形、舌の位置を覚え発音記号の音を確認します。発音覚え歌に合わせて楽しく学びます。

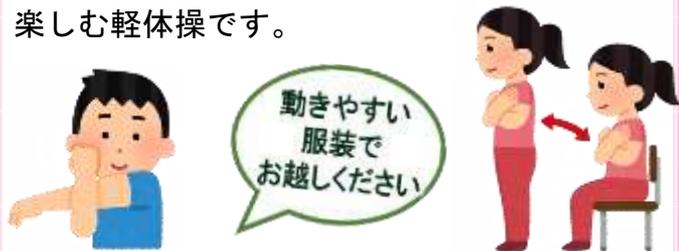


- 日 時…9月22日 10月27日
いずれも日曜日午後1時30分～2時30分
- 講 師…高橋 みどりさん
(ハミングバード同好会 代表)
- 定 員…申込先着14人
- 受講料…無料
- 持参物…手鏡、筆記用具

受付開始…9月4日(水)午前9時

心と体のリフレッシュ体操

椅子に座ってできる、笑って楽しむ軽体操です。



- 日 時…9月25日(水)
午後1時30分～3時
- 講 師…吉田 静子さん
(高松市コミュニティスポーツ指導員)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…500円
- 持参物…汗拭きタオル、水分補給の飲み物(マイボトルで!)※動きやすい服装でお越しください。

受付開始…9月4日(水)午前9時

安心・前向きな人生を送るための 金融教育セミナー～基本編～ (全2回)

9月28日「金融教育セミナーの目的」「家計管理」「生活設計」
10月12日「保障管理」「資産管理」「金融教育セミナーまとめ」



- 日 時…9月28日、10月12日
いずれも土曜日 午前10時～正午
- 講 師…岡本 時宗さん
(ジブラルタ生命保険株式会社 高松支社
アシスタントオフィース
マネージャー CFP)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具



受付開始…9月4日(水)午前9時

終活の始め方

～人生をよりよく生きるために～

終活とは、これからの人生をよりよく生きるために、自分の人生を一旦整理することです。終活の知識を学び、自分らしい人生を考える機会にしませんか？



- 日 時…9月28日(土)
午後1時30分～3時30分
- 講 師…香川 郁代さん
(NPO法人日本ファイナンシャル・プランナーズ協会香川支部会員)
- 定 員…申込先着45人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

受付開始…9月4日(水)午前9時

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方、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「こいのぼり」を作ります。



- 日 時…9月29日(日)
午前10時～正午
- 講 師…true.さん
- 定 員…申込先着15人
- 受講料…500円
- 材料費…2,000円 ※当日集金します。
※道具等は準備しております。
- 持参物…タオル(雑巾)、エプロン、汚れてもいい服装 ※作品は後日お渡しします。

受付期間…9月5日(木)午前9時～
9月25日(水)正午
※9月25日正午以降のキャンセルは
材料代2,000円をお願いします。

らくらくピアノ講座 ～1日体験編～

未経験者や初心者向け

すぐに弾ける「感動の音楽」らくらくピアノ。よく知っている名曲のメロディーにシンプルな伴奏をつけて素早く習得！ ①リズムに合わせて指タップネス運動②まねっこリズム③空中指さばきの術④曲にチャレンジ！指番号とコードネーム(ABC)で誰でも知っている曲があこがれのピアノで簡単に弾けますよ♪

- 日 時…10月1日(火)
午後1時30分～3時
- 講 師…妻鹿 玲子さん
(全日本らくらくピアノ協会
1級認定講師)
- 定 員…申込先着8人
- 受講料…500円
- 持参物…筆記用具、キーボードまたはピアノ
ニカ(お持ちであれば)



受付開始…9月5日(木)午前9時

姿勢改善！ ピラティストレーニング講座 (全4回)

ピラティスは正しい姿勢を保持する筋力をつけるエクササイズです。正しい姿勢でトレーニングすることで、効果的に筋力をつけましょう。受講者にあわせてメニューを決めるので、無理なくはじめられます。



- 日 時…10月4日・11日・18日・
25日 いずれも金曜日の午後7時から8時
- 講 師…大和 京子さん
(ピラティスインストラクター)
- 定 員…申込先着30人
- 受講料…2,000円(全4回で)
- 持参物…小タオル(長さ60cm以上)、ヨガ
マット(又はバスタオル)、飲み物(マイ
ボトルでご持参ください)五本指ソックス
(裸足でも可)

受付開始…9月5日(木)午前9時

初めてのフラダンス

ハワイアンフラの基本的なステップとハンドモーションを学び、音楽に合わせて楽しく踊ります。ハワイの文化に触れ、心豊かに体で表現することを目標に進めていきます。



●日 時… 10月6日 (日)

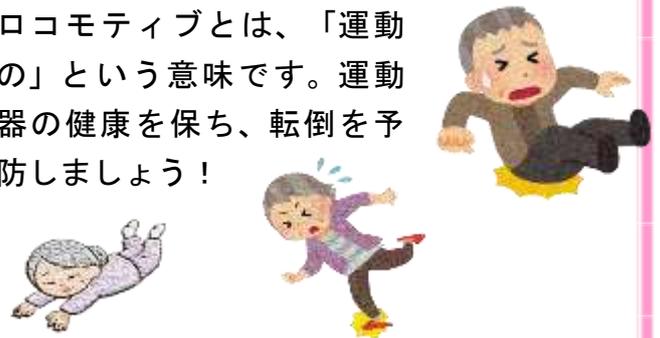
午前10時～11時30分

- 講師…山本 博子さん (フラスタジオ・メレアロハ・ホクラニ インストラクター)
- 定員…申込先着15人
- 受講料…無料
- 持参物…水分補給の飲み物、汗拭き用タオル。※動きやすい服装でお越しください。

受付開始…9月5日 (木) 午前9時

ロコモティブから考える 転倒予防

ロコモティブとは、「運動の」という意味です。運動器の健康を保ち、転倒を予防しましょう！



●日 時… 10月9日 (水)

午後1時30分～2時30分

●講師…富家 朋美さん

(高松赤十字病院看護師)

●定員…申込先着45人

●受講料…無料

●持参物…筆記用具、飲み物 (マイボトルで) ※動きやすい服装でお越しください。

受付開始…9月5日 (木) 午前9時

平面パズルを使って楽しく 「大人の脳トレ」 (全2回)

平面パズルを使って、いろいろな形を作り、楽しみながら脳トレをしましょう！様々な問題に挑戦することで、前頭葉が鍛えられ、思考力や行動力もアップします!!



●日 時… 10月10日、24日

いずれも木曜日 午前10時～11時30分

●講師…村上 保代さん
(さじえず積木教室 代表)

●定員…申込先着20人

●受講料…無料

●持参物…筆記用具

受付開始…9月6日 (金) 午前9時

思い出のメロディ あの歌この歌 歌声教室 (全4回)

人生の節々で出会ったたくさんの歌、懐かしい歌はあなたの思い出もよび戻してくれます。童謡・唱歌から昭和の歌まで、歌声伴奏者と共に歌いましょう。リクエストも受け付けますよ。



●日 時… 10月11日、25日

11月8日、22日

いずれも金曜日 午後1時30分から3時

●講師…吉田 千恵さん (歌声伴奏者)

●定員…申込先着20人

●受講料…2,000円 (全4回)

●本代…1,430円

受付開始…9月6日 (金) 午前9時

「組手（くで）障子」の技法で作る 籠目模様の箸置き

香川の伝統工芸「組手（くで）障子」の技法を用いて、籠目模様の箸置きを作ります。（籠目模様には昔から“魔除け”の力があると信じられています。）木と木が隙間なくびたりと組み合わせる感覚をぜひ味わってみませんか？

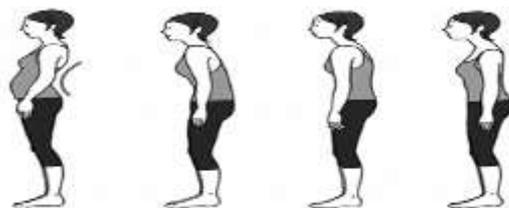


講師作品

- 日 時… 10月13日（日）
午前10時～11時30分
- 講師…^{あみ}網 一郎さん（組手障子職人）
- 定員…申込先着30人
- 受講料…500円
- 材料費…1,100円（1個につき
素材：ヒノキ）
- 持参物…筆記用具

受付開始…9月6日（金）午前9時

健康につながる正しい姿勢を知ろう



正しい姿勢を習得することで、腰痛や膝痛等の予防につながります。あなたも正しい姿勢を身につけ、健康で楽しい人生を過ごしませんか？

- 日 時… 10月19日（土）
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60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…9月6日（金）午前9時



9月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
8（日）	初めての篆刻講座	10:00～ 12:00
11（水）	☆まなび映画CAN⑪「スカイ・キャプテン」（13時開場）	13:30～ 15:10
14（土）	その税金、しくみを理解して払っていますか？	13:30～ 15:30
19（木）	ふれあい出前講座◆なるほど！環境エネルギー◆電気安全と停電対策	13:30～ 14:30
22（日）	☆ふろしきで包み、エコバックの作り方を学ぼう！	10:00～ 11:30
	☆英語の発音記号の講習～ネイティブに通じやすい発音を習得しよう～ （1回目/全2回）	13:30～ 14:30
25（水）	☆心と体のリフレッシュ体操	13:30～ 15:00
	☆まなび映画CAN⑫「老後の資金がありません！」（18時開場）	18:30～ 20:25
28（土）	☆安心・前向きな人生を送るための金融教育セミナー～基本編～ （1回目/全2回）	10:00～ 12:00
	☆終活の始め方 ～人生をよりよく生きるために～	13:30～ 15:30
29（日）	☆陶芸教室 ～土と遊ぼう～	10:00～ 12:00

☆ は、先月号の行事一覧に記載のなかった講座です。



10月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
1(火)	☆らくらくピアノ講座 ～1日体験編～	13:30～ 15:00
4(金)	☆姿勢改善！ピラティストレーニング講座 (1回目/全4回)	19:00～ 20:00
6(日)	☆初めてのフラダンス	10:00～ 11:30
9(水)	☆ロコモティブから考える転倒予防	13:30～ 14:30
10(木)	☆平面パズルを使って楽しく「大人の脳トレ」 (1回目/全2回)	10:00～ 11:30
11(金)	☆思い出のメロディ・あの歌この歌 歌声教室 (1回目/全4回)	13:30～ 15:00
	☆姿勢改善！ピラティストレーニング講座 (2回目/全4回)	19:00～ 20:00
12(土)	☆安心・前向きな人生を送るための金融教育セミナー～基本編～ (2回目/全2回)	10:00～ 12:00
13(日)	☆「組手（くで）障子」の技法で作る籠目模様の箸置き	10:00～ 11:30
18(金)	☆姿勢改善！ピラティストレーニング講座 (3回目/全4回)	19:00～ 20:00
19(土)	☆健康につながる正しい姿勢を知ろう	13:30～ 15:00
24(木)	☆平面パズルを使って楽しく「大人の脳トレ」 (2回目/全2回)	10:00～ 11:30
25(金)	☆姿勢改善！ピラティストレーニング講座 (4回目/全4回)	19:00～ 20:00
	☆思い出のメロディ・あの歌この歌 歌声教室 (2回目/全4回)	13:30～ 15:00
27(日)	☆英語の発音記号の講習～ネイティブに通じやすい発音を習得しよう～ (2回目/全2回)	13:30～ 14:30



11月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
8(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
22(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

☆ 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。

学習会やサークル活動など、たくさんの方々に利用いただいております。

「集まりたいけれど、場所がない」、「頑張ってきた成果を発表したい！」

そんな時には、ぜひお問い合わせください。

例えば・・・

☆3階 「多目的ホール(定員220人)」

演劇・演奏・講演などに。グランドピアノや照明装置を完備しています！

☆3階 「市民ギャラリー(66㎡)」

自慢の作品の個展やグループ展などに。パネルレイアウト自由です！

☆「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)

●各施設の使用料一覧

施設名	使用単位		夜間 18~22時	午前・午後 9~17時	午後・夜間 13~22時	全日 9~22時	1時間当たり	
	午前 9~12時	午後 13~17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	7,360	9,950	11,980	17,310	21,930	26,300	—	—
小研修室	2,710	3,650	4,450	6,360	8,100	9,750	980	1,180
和室	1,200	1,530	1,860	2,730	3,390	4,170	420	510
OA実習室	2,990	4,100	4,730	7,090	8,830	10,610	—	—
実習室	2,960	4,050	4,670	7,010	8,720	10,480	1,050	1,260
音楽室	2,960	4,050	4,670	7,010	8,720	10,480	1,050	1,260
視聴覚室	2,710	3,650	4,450	6,360	8,100	9,750	980	1,180

※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。

《備考》使用者が、営利を目的として使用するとき、又は入場料若しくはこれに類するものを徴収するときの使用料は、この表に規定する額の3倍の額となります。

●お問い合わせ

詳しくは、ホームページをご覧ください。ご来館もしくはお電話でお問い合わせください。



まなび映画CAN⑪



「スカイ・キャプテン」

驚愕の革新映像で描くアクションアドベンチャー大作！

英語上映・日本語字幕付き

☆上映日… 9月11日（水）午後1時30分～3時10分（開場 午後1時）

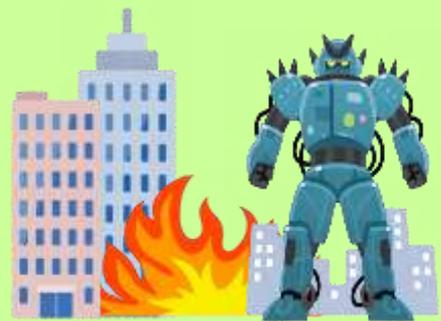
☆内 容…突如、摩天楼の群を謎の巨大ロボット軍団が襲う。世界を滅亡から救うためスカイキャプテンの戦いが始まる！

監督・脚本：ケリー・コンラン

キャスト：ジュード・ロウ グウィネス・パルトロウ アンジェリーナ・ジョリー ほか

☆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CAN⑫



「老後の資金がありません！」

人生100年時代、老後資金に2,000万円必要？

痛快！お金のコメディ・エンターテインメント！

☆上映日… 9月25日（水）午後6時30分～8時25分（開場 午後6時）

☆内 容…主婦・後藤篤子は、困っていた。節約をモットーに、老後の資金をコツコツ貯めてきたはずなのに・・・親の葬式に330万円、こどもの派手婚に300万円！そんな中、夫が失職！と次々とお金の災難が襲い掛かる！

出演：天海 祐希 松重 豊 新川 優愛 瀬戸 利樹

加藤 涼 柴田 理恵 ほか

☆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。