

まなびかんづめ

No.269

2025年11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10回片原町元気フェスティバル」の協賛イベントとして、書道パフォーマンスを開催します。ぜひ、お越しください。



- ★日時：令和7年11月3日(月・祝) 午後1時頃から約15分間
- ★場所：片原町東部商店街内メインステージ(ことでん片原町駅前)
- ★出演：高松桜井高校書道部 ★観覧料：無料

講座受講生募集

- ★受講料・材料費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)

◆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



飲み物OK



Instagram QRコード

※施設の利用状況等により、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。

◆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

市政まなび講座 「みんなで守ろう地域医療」

高松市の地域医療を守るため、医療体制の仕組みや上手な医療機関のかかり方などをお伝えするほか、もしもの時の医療機関の探し方も学べます。



- 日 時…11月14日(金)
午後1時30分～2時30分
- 講 師…高松市保健医療政策課職員
- 定 員…申込先着60人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具、
携帯電話（お持ちの方）

受付開始…11月5日(水) 午前9時

スローエアロビック体験教室 軽運動を生活に取り入れましょう！

シンプルで自然な動きを取り入れながら、身近な音楽に合わせて体をほぐすことで脳フィットネスを高め、前向きで意欲にあふれた毎日を過ごしましょう！！



- 日 時…11月21日(金)
午後2時～3時
- 講 師…塩津 陽子さん
(同志社大学非常勤講師・スポーツ健康科学博士・健康運動指導士)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…無料
- 持参物…ヨガマット（バスタオルなどでもよい）、上履き（運動ができるもの）、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…11月5日(水) 午前9時

自分で痛みを改善する 筋膜リリース入門

筋膜リリースとは？癒着した細胞同士を開放（リリース）して、筋膜や筋肉の柔軟性や伸縮性、強度の回復を促すものです。



※動きやすい服装でお越しください。

- 日 時…11月22日(土)
午前10時～11時30分
- 講 師…生西 聖治さん(一般社団法人日本トレーナー協会 代表理事)
- 定 員…申込先着14人
- 受講料…500円
- 持参物…汗拭きタオル、飲み物（マイボトルで！）、ヨガマット（バスタオルでも可）
※フォームローラーは貸出します。

受付開始…11月5日(水) 午前9時

初心者のための 楽しい やさしい マジック講座

初心者にもやさしい、簡単にできるマジックを体験しませんか？



- 日 時…11月24日(月・振休)
午後1時30分～3時30分
- 講 師…桂 弘太郎さん
(讃岐奇術クラブ)
- 定 員…申込先着15人
- 受講料…500円
- 材料費…1,000円
- 持参物…ハサミ、セロハンテープ、のり、両面テープ、筆記用具

受付開始…11月5日(水) 午前9時

来るべき南海トラフ地震に備えて

いつ起きてもおかしくないと言われている南海トラフ地震について説明し、今後「南海トラフ地震臨時情報」が出た場合、どのような対応をとればいいのかなど、地震津波への備えについてお話しします。



- 日 時…11月27日(木)
午後1時30分～3時
- 講師…鈴木 正敏さん(高松地方気象台
地震津波火山防災情報調整官)
- 定 員…申込先着60人
- 受講料…無料
- 持参物…筆記用具

受付開始…11月6日(木)午前9時

味のある^{おのれしよ}ヘタうま手書き 楽しい筆文字 己書 で年賀の言葉 を書いてみましょう

きれいに書くのではなく、自分の今の字を活かした味のある字を「書く」。書くことは楽しいと感じてほしいと思っています。



- 日 時…11月29日(土)
午前10時～11時30分
なかむら ともか
- 講 師…中邑 友香さん
(一般社団法人日本己書道場 公認師範)
- 定 員…申込先着16人
- 受講料…無料
- 材料費…800円
- 持参物…筆ペン中字(筆風フェルトペン不可・速乾不可)、筆ペンうす墨(速乾不可)、落款(細字赤ペン可)

受付開始…11月6日(木)午前9時

Green appleの クリスマス・リース

そのままドライになるグリーンや木の実、スパイスなどを使ってキラキラ光るクリスマス・リースを作ります。メインの青リンゴは本物ではありません。クリスマスが終わってもそのまま飾って楽しめます。



- 日 時…11月30日(日)
午前10時～11時30分
- 講 師…森 里美さん((公社)日本フラワーデザイナー協会名誉本部講師 1級フラワーデザイナー)
- 定 員…申込先着20人
- 受講料…500円
- 材料費…2,200円
- 持参物…作品を持ち帰る袋(作品の長さは30～40cmぐらい)

受付期間…11月6日(木)午前9時～
11月23日(日)正午

プロから学ぶ おいしい珈琲講座

南新町商店街にある「南珈琲店」のマスターからおいしいコーヒーの淹れ方を学びませんか?



- 日 時…12月6日(土)
午後1時30分～3時
- 講 師…南 憲治さん
(有)南珈琲店 マスター)
- 定 員…申込先着12人
- 受講料…無料
- 材料費…1,000円
(コーヒー豆のお土産付き)

受付開始…11月7日(金)午前9時

若返り健康体操



簡単な運動や体幹運動、腹式呼吸を使って若返ってみませんか？運動することで心も体もピツ

カピカ!!中国武術世界チャンピオンの先生が楽しく指導してくれます。



- 日 時…12月12日(金)
午前10時～11時30分
 - 講 師…金森 庸二さん
(NPO法人日本香川精武体育会 会長)
 - 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!) 運動ができる上履き
- ※動きやすい服装でお越しください。

受付開始…11月7日(金) 午前9時

香川県独立の父 中野 武営 ～今、注目される偉人 中野 武営～

香川の発展に大きく貢献した人、この人の活躍がなければ、県都高松はなかった。「近代香川、高松の礎を築いた人」その人物について、お話します。



- 日 時…12月13日(土)
午前10時～11時30分
- 講 師…稲毛 清和さん
(公益財団法人松平公益会 事務局長 中野武営顕彰会 コーディネーター)
- 定 員…申込先着30人
- 受講料…500円
- 持参物…筆記用具

受付開始…11月7日(金) 午前9時

音楽の持つ力 音楽が私を助ける時②

毎日生活していく中で、うまくいかない時、心が疲れた時が誰にでもあります。そんな時、音楽の中に身を置くことで楽になることもあります。少し体験されませんか？

※「音楽の持つ力 音楽が私を助ける時①」に参加された方でもお楽しみいただける内容です。



- 日 時…12月17日(水)
午後1時30分～3時
- 講 師…児玉 令江子さん
(音楽療法センター「フロイデ」センター長)
- 定 員…申込先着15人
- 受講料…500円
- 持参物…筆記用具

受付開始…11月7日(金) 午前9時



☆「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の一覧です。高松市で受講できる講座やイベントをお探しの方、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

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

館内展示のご案内

※月曜日は休館日

■ 1階エントランスホール

花園コミュニティセンター 文化祭作品

展示期間… 11月18日(火)午後2時～11月24日(月)午後3時まで

新塩屋町コミュニティセンター 新塩屋町地区文化祭における作品展示

展示期間… 11月26日(水)正午～11月30日(日)午後5時まで

■ 3階市民ギャラリー

令和7年度 高松市小・中学生 環境保全ポスターコンクール入賞作品展

展示期間… 10月29日(水)～11月11日(火)



11月の行事一覧

開催日	講座(行事)名	時間
5(水)	初心者のためのワード&エクセル (1回目/全6回)	13:30～15:30
6(木)	姿勢改善ピラティストレーニング～正しいフォームでエクササイズを～ (1回目/全4回)	10:00～11:00
7(金)	関節痛の予防について～肩・腰・膝～	13:30～14:30
11(火)	かぎ針でかんたん編物～クリスマスのオーナメントを編んでみませんか?～ (1回目/全2回)	10:00～11:30
	楽しく奥深い合唱を楽しみましょう (1回目/全4回)	13:30～15:00
	歴史講座 高松藩領の絵図を読む (2回目/全3回)	10:00～12:00
12(水)	よりよく生きるための終活セミナー (2回目/全3回)	13:30～15:30
	初心者のためのワード&エクセル (2回目/全6回)	13:30～15:30
	☆まなび映画CAN⑮「スワンソング」 (開場:13時)	13:30～15:20
14(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
	☆市政まなび講座「みんなで守ろう地域医療」	13:30～14:30
18(火)	歴史講座 高松藩領の絵図を読む (3回目/全3回)	10:00～12:00
	かぎ針でかんたん編物～クリスマスのオーナメントを編んでみませんか?～ (2回目/全2回)	10:00～11:30
	楽しく奥深い合唱を楽しみましょう (2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。



11月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
19(水)	初心者のためのワード&エクセル (3回目/全6回)	13:30 ~ 15:30
20(木)	姿勢改善ピラティストレーニング～正しいフォームでエクササイズを～ (2回目/全4回)	10:00 ~ 11:00
21(金)	☆スローエアロビック体験教室	14:00 ~ 15:00
22(土)	たまにはサイエンスかふえー地震に関する話題あれこれー (2回目/全4回)	13:30 ~ 15:30
	☆自分で痛みを改善する 筋膜リリース入門	10:00 ~ 11:30
24(月)	☆初心者のための楽しい やさしい マジック講座	13:30 ~ 15:30
26(水)	よりよく生きるための終活セミナー (3回目/全3回)	13:30 ~ 15:30
	初心者のためのワード&エクセル (4回目/全6回)	13:30 ~ 15:30
27(木)	☆来るべき南海トラフ地震に備えて	13:30 ~ 15:00
28(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
	☆まなび映画CAN⑩「カラー・オブ・ハート」 (開場:18時)	18:30 ~ 20:40
29(土)	☆味のあるヘタうま手書き 楽しい筆文字 おのれしょ 己書で年賀の言葉を書いてみましょう	10:00 ~ 11:30
30(日)	☆Green appleのクリスマス・リース	10:00 ~ 11:30



12月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
2(火)	楽しく奥深い合唱をたのしみましょう (3回目/全4回)	13:30 ~ 15:00
3(水)	初心者のためのワード&エクセル (5回目/全6回)	13:30 ~ 15:30
4(木)	姿勢改善ピラティストレーニング～正しいフォームでエクササイズを～ (3回目/全4回)	10:00 ~ 11:00
6(土)	☆プロから学ぶ おいしい珈琲講座	13:30 ~ 15:00
9(火)	楽しく奥深い合唱を楽しみましょう (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。



12月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
10(水)	初心者のためのワード&エクセル (6回目/全6回)	13:30～ 15:30
12(金)	☆若返り健康体操	10:00～ 11:30
13(土)	☆香川県独立の父 中野 武営～今、注目される偉人 中野 武営～	10:00～ 11:30
17(水)	☆音楽の持つ力 音楽が私を助ける時②	13:30～ 15:00
18(木)	姿勢改善ピラティストレーニング～正しいフォームでエクササイズを～ (4回目/全4回)	10:00～ 11:00
20(土)	たまにはサイエンスかふえー地震に関する話題あれこれー (3回目/全4回)	13:30～ 15:30



1月の行事一覧

開催日	講座（行事）名	時間
24(土)	たまにはサイエンスかふえー地震に関する話題あれこれー (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。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・OA実習室・視聴覚室)

■お問い合わせ…生涯学習センターまなびCAN TEL:087-811-6222

<Eメール>can@city.takamatsu.lg.jp



まなび映画CAN⑮

英語上映・日本語字幕付

「スワンソング」

それでも人生は素晴らしい！見るものを魅了する、実在の人物をモデルにしたハートフル・ロードムービー！

❖上映日…11月12日（水）午後1時30分～3時20分（開場：午後1時）

❖内 容…人生に悔恨を残さぬために、伝説のヘアメイクドレッサーが親友の最期のメイクへ。

監督：トッド・ステーブンス

出演：ウド・キア、ジェニファー・クーリッジ、リンダ・エヴァンス、
マイケル・ユーリー ほか

❖定 員…当日先着220人 ❖観覧料…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CAN⑯

英語上映・日本語字幕付

「カラー・オブ・ハート」

第71回アカデミー賞 美術賞・衣装デザイン賞・音楽賞ノミネート
ファンタジー・コメディ・ドラマ。

❖上映日…11月28日（金）午後6時30分～8時40分（開場：午後6時）

❖内 容…50年代の白黒TVドラマの世界に迷い込んでしまった兄妹が、世界に
さまざまな影響を与えてしまい、ドラマの世界に少しずつ色がついていく・・・
監督：ゲイリー・ロス

出演：トビー・マグワイア、リース・ウィザースプーン、
ジョアン・アレン、ウィリアム・H・メイシー、
ジェフ・ダニエルズ ほか

❖定 員…当日先着220人 ❖観覧料…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