

SPORTS



ボウリング大会開催!!

日 時 予選大会 平成26年11月11日(火)・12日(水)・14日(金)

決勝大会 平成27年1月22日(木)

受 付 18:30 **ゲーム開始** 19:00

と ころ 太洋ボウル(観光通二丁目10-5)

ゲ ー ム **個人戦** 2ゲームの合計点により男女別に順位を決定。男女共上位20人が決勝大会に出場。

団体戦 1チーム3人の2ゲームの合計点により順位を決定。上位10チームが決勝大会に出場。

※ハンディは1ゲームにつき女性のみ20ピンとします。

募集人数 320人(先着順)

参 加 費 400円(貸靴代は個人負担)

対 象 者 事業主及び被共済者(家族の方は参加できません。)

表 彰 予選大会では入賞者に賞品と全員に参加賞。決勝大会では全員に賞品と3位まではトロフィー。

申込方法 ①事業所毎に参加希望者を取りまとめ、**10月20日(月)**必着で、申込用紙により、ウェルはる高松事務局へFAX又は郵送でお申し込みください。

②申込と同時に参加費を振込又は事務局にご持参ください。【参加券】は後日郵送します。

CULTURE

旭屋でワインを 楽しむ講座

京都の町屋を彷彿させる和の佇まいのお店で、旭屋の創作料理を堪能しながらワインの知識を身につけませんか?

●日 時 平成26年11月27日(木)

18:30~20:30

●会 場 旭屋 ASAHIYA(高松市瓦町1-9-25)

●参 加 費 一人当たり **4,200円** (一般料金6,300円)

※当日はオリジナル創作料理をご用意しています。

●対 象 者 事業主及び被共済者

●人 数 15人

●講 師 木内 千恵美

((社)日本ソムリエ協会認定シニアソムリエル称号)

●申込締切 **10月20日(月)**



座敷割烹「錦」

語らいと季節を味わう懐石料理

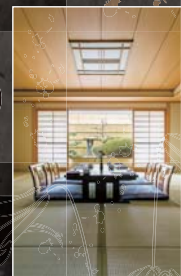
座敷割烹
「錦」

技が創り出す「美」



「錦」料理長 恵比須 敏美

開業から25年、「思いやりと気遣い」「探究心」「五感」を信条に座敷割烹「錦」を支える



今回、先着順各15名で受付します!

別紙申込書にご記入の上、お早めにお申し込みください。

日 時: 平成26年11月7日(金) 19:00~21:00

平成26年11月8日(土) 12:00~13:30

会 場: 座敷割烹「錦」 ※椅子席

高松市瓦町1-3-11 ロイヤルパークホテル5階

参 加 料: 11月7日(金) 夜 一人当たり**6,000円** (一般価格10,000円)

11月8日(土) 昼 一人当たり**3,500円** (一般価格 6,000円)

参加対象者: 事業主・被共済者又は事業主・被共済者と配偶者及び高校生以上の子

月 山野井先生のやさしいヨガ

ヨガは年齢や性別を問わず、誰でも始めることができる健康法。心と体の調和を目的に、アーサナ(ポーズ)、呼吸法、瞑想を取り入れながら行うスタンダードなプログラムです。



開催日：平成26年12月15日～平成27年3月30日(月)
18:30～19:30 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：山野井 真知子(香川ヨーガ道友会)

12/29・1/12は
お休みです。

火 野村先生のダイエットエアロ

脂肪燃焼を目的としたエクササイズ。シンプルにリズムミカルに♪アクティブに♪気持ちよく全身を動かしましょう!



開催日：平成26年11月25日～平成27年3月10日(火)
18:45～19:45 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：野村 英津子(エアロビクスD級審判員資格者)

12/23・12/30は
お休みです。

火 吉田先生の女子力UP塾～理想のからだづくり～

ヨガのゆっくりとした動きに加え、エクササイズボールやゴムバンドを使って、少しずつ痩せやすい身体を作っていきます。女性らしい、しなやかなボディラインになれるようなエクササイズを楽しみましょう。



開催日：平成26年11月25日～平成27年3月10日(火)
10:00～11:30 全14回

受講料：10,000円(一般料金14,000円)

講師：吉田 直仔(健康管理士一般指導員・ダイエットアドバイザー)

12/23・12/30は
お休みです。

火 松本先生のエアロ&フットセラピー

エアロビクス初心者の方でも楽しく踊れる簡単なステップから、少しずつステップアップしていきます。



開催日：平成26年11月25日～平成27年3月10日(火)
20:00～21:00 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：松本 ゆかり(日本エアロビクス協会認定資格者)

12/23・12/30は
お休みです。

水 吉田先生のアンチエイジングヨガ

女性の身体は、骨盤が開きやすくできています。ヨガのゆったりとした動きで、骨盤のゆがみや開きを改善していきます。



開催日：平成26年11月26日～平成27年3月11日(水)
19:45～21:15 全14回

受講料：10,000円(一般料金14,000円)

講師：吉田 直仔(健康管理士一般指導員・ダイエットアドバイザー)

12/31・2/11は
お休みです。

水 わけべのりこハワイアンダンス教室

常夏の緩やかな音楽と一緒に、楽しく踊りましょう♪超ビギナーでも大丈夫。簡単なステップ、簡単な手の動きから始めていきます。



開催日：平成26年12月3日～平成27年3月18日(水)
19:30～20:30 全12回

受講料：8,000円(一般料金10,800円)

講師：田村 夏子(わけべのりこフラスタジオ認定講師)

12/24・12/31・1/28・2/11はお休みです。

水 吉田先生の美活倶楽部

ヨガのゆっくりとした動きに加え、エクササイズボールやゴムバンドを使って、少しずつ痩せやすい身体を作っていきます。女性らしい、しなやかなボディラインになれるようなエクササイズを楽しみましょう。



開催日：平成26年11月27日～平成27年3月5日(木)
19:00～20:30 全14回

受講料：10,000円(一般料金14,000円)

講師：吉田 直仔(健康管理士一般指導員・ダイエットアドバイザー)

1/1はお休みです。

金 藤田先生のシェイプサルサダンス

楽しいラテンのリズムに乗ってストレスを解消しながら、気になるウエスト周りの脂肪を鍛え、しっかりと身体全体を引き締めましょう!



開催日：平成26年11月21日～平成27年3月6日(金)
18:45～19:45 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：藤田 摩理(フィットネ斯拉ボたかまつ)

12/26・1/2は
お休みです。

金 松本先生の金曜ピラティス

ピラティスで体の内側からしなやかで均整のとれたボディと一緒にめざしましょう!



開催日：平成26年11月21日～平成27年3月6日(金)
15:00～16:00 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：松本 ゆかり(FTP認定マットピラティス資格者)

12/26・1/2は
お休みです。

金 藤田先生のピラティス&ボディシェイプ

身体のバランスを整えるピラティスと、代謝力アップのエクササイズでコアの筋力と外側筋を鍛え、めりはりのある美しいボディを創りましょう!



開催日：平成26年11月21日～平成27年3月6日(金)
20:00～21:00 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：藤田 摩理(フィットネ斯拉ボたかまつ)

12/26・1/2は
お休みです。

土 松本先生の土曜ピラティス

ピラティスで体の内側からしなやかで均整のとれたボディと一緒にめざしましょう!



開催日：平成26年12月6日～平成27年3月21日(土)
18:45～19:45 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：松本 ゆかり(FTP認定マットピラティス資格者)

12/27・1/3は
お休みです。

土 中村先生の自力整体

自力整体とは、人間が本来持っている自然治癒力を高め、歪み&緩み&縮みを改善するため、自分自身で行うマッサージ法です。自分で体のゆがみを整え、肩こり・腰痛・ひざ痛・冷え性など、無理なく緩和しましょう!



開催日：平成26年12月6日～平成27年3月21日(土)
13:15～14:45 全14回

受講料：10,000円(一般料金14,000円)

講師：中村 幸子(矢上予防医学研究「自力整体」ナビゲーター)

12/27・1/3は
お休みです。

土 檜先生のフラメンコ教室～入門コース～

「フラメンコって一体どんな踊り?」「私にもできるかな...?」そんなフラメンコ初心者の方向けのレッスンです。スペインの情熱的な音楽に合わせて楽しく踊りませんか?



開催日：平成26年11月22日～平成27年3月7日(土)
12:30～13:30 全14回

受講料：8,000円(一般料金12,000円)

講師：檜 直子(フラメンコサークルFeliz主宰)

12/27・1/3は
お休みです。

日 久本先生のペルビックストレッチ

ペルビックとは英語で「骨盤」の意味。骨盤の歪みは、日常生活の癖やスポーツの動きなどで、誰にでも生じるものです。その蓄積が体調不良や各部の痛みの原因にもなります。ペルビックストレッチで、無理なく骨盤の歪みを矯正しましょう!



開催日：平成26年11月9日～平成27年3月8日(日)
10:00～11:30 全14回

受講料：10,000円(一般料金14,000円)

講師：久本 もり子(骨盤・骨格エクササイズ・マスターインストラクター)

11/23・12/28・1/4はお休みです。

火 Andy's English Class



この講座では英会話初心者を対象に発音や文法、簡単な日常会話を学びます。笑顔が素敵なネイティブスピーカーのアンディ先生と一緒に、基礎から楽しく学びながら、まずは英語に慣れ親しんでいきましょう。

開催日：平成26年12月16日～平成27年3月10日(火)

19:00～20:30 全10回

12/23・12/30・1/6はお休みです。

受講料：7,500円(一般料金10,000円)

講師：Andy Orosz(RSA/ケンブリッジ認定外国語教員免許取得)

金 はじめてのフォークギター



簡単なコードからはじめます。中高年者大歓迎！

開催日：平成26年12月5日～平成27年1月23日(金)

20:00～21:00 全7回

受講料：4,500円(一般料金6,400円)

講師：溝口 勲

1/2はお休みです。

TICKET

テルサ劇場 「日本一幸せな従業員をつくる！ ～ホテルアソシア名古屋ターミナルの挑戦～」

赤字続きで倒産寸前のホテル。総支配人に就任した柴田秋雄が掲げた目標は、「黒字」でもなく「顧客満足度NO1」でもなく、「日本一幸せな従業員をつくる」だった。様々な取り組みの中で、従業員たちは輝き始める。会社大切にしている、という想いはお客様へのサービスにも影響を与え、業績はみるみる回復、快進撃を続けていた矢先、ホテルに衝撃の知らせが入る……。

公演日時：平成26年11月10日(月)

1部10:30～12:00 2部13:30～15:00 3部19:00～20:30

場所：高松テルサホール

幹旋料金：600円(一般前売料金1,000円)

幹旋枚数：各30枚(お1人様2枚まで) ※末就学児入場不可

対象者：事業主及び被共済者の方 ※全席自由席



水 大人の美文字マスター講座



きれいな字を書きたい、くせ字・悪筆を直したい、のし袋、宛名書きなど暮らしに役立つ書を書きたいなど…自分の書きたい物(例：祝儀袋等の表書き)をお持ちください。個人に合わせたレッスンをを行います。

開催日：平成26年12月3日～平成27年2月25日(水)

19:00～20:30 全9回

受講料：10,000円(一般料金13,500円)

講師：佐藤 春抄

12/24・12/31・1/7・2/11はお休みです。

カルチャー講座の申込方法 締切10月15日(水)

- ①事業所毎に取りまとめ、締切日を確認の上、別紙申込書によりウエルばる高松事務局へFAX又は郵送でお申込ください。
- ②受講対象者は、すべて事業主及び被共済者です。
- ③申込み多数の場合は、お一人様単位で抽選し、結果をお知らせします。
- ④受講が決まり次第、【受講決定のお知らせ兼受講料納入のお願い】文書を郵送しますので、受講料をお振込み又はご持参ください。

CONCERT FILE VOL.7 瀬戸フィルハーモニー交響楽団

“炎のコパケン”の愛称で知られ、日本を代表する指揮者小林研一郎と瀬戸フィルハーモニー交響楽団が、若手実力派ヴァイオリニスト ユーリヤ・イゴリナをソリストに迎え、チャイコフスキープログラムでお贈りします。平成26年度文化庁劇場・音楽堂等活性化事業

公演日時：平成26年11月23日(日) 14:00開演

場所：サンポートホール高松 大ホール

幹旋料金：一般 3,500円(一般前売料金5,000円)

学生(高校生以下) 1,500円(一般前売料金2,000円)

※全席指定席 ※末就学児入場不可

幹旋枚数：各30枚(お1人様2枚まで)

対象者：事業主及び被共済者の方

© 満田聡



宝塚歌劇星組公演 「風と共に去りぬ」

今なお世界中で多くの人に愛されているベストセラー小説であり、映画版の大ヒットでも有名な名作「風と共に去りぬ」。ミュージカル初演以来、公演回数1341回、観客動員数299万4千人を誇る宝塚歌劇の代表作の一つです。【主演】紅ゆずる

公演日時：平成26年11月30日(日) 18:00開演

場所：アルファあなぶきホール 大ホール

幹旋料金：5,000円(一般前売料金7,300円)

※S席のみ ※全席指定席 ※2歳以下入場不可

※夜18:00公演のみのご案内になります。

幹旋枚数：30枚(お1人様2枚まで)

対象者：事業主及び被共済者の方

© 宝塚歌劇団



ミュージカル クリスマス・キャロル

世界中で愛され続けているミュージカル「クリスマス・キャロル」。ディズニー映画や、ミュージカルとしても様々な形で舞台化されている不朽の名作を、豪華キャストでお贈りします。【出演者】草刈正雄、川島なお美 ほか

公演日時：①平成26年12月9日(火) 19:00開演

②平成26年12月10日(水) 19:00開演

場所：①アルファあなぶきホール 大ホール ②マリニウエーブ

幹旋料金：4,500円(一般前売料金5,500円)

※全席指定席 ※末就学児入場不可

幹旋枚数：各30枚(お1人様2枚まで)

対象者：事業主及び被共済者の方



ズーラシアンフィルハーモニー管弦楽団

演奏者は全て動物たち。愛らしいキャラクターと凄腕の演奏で、観るものをファンタジーの世界に誘います。親子に絶大な支持を集める「音楽の絵本」シリーズのオーケストラ版、ついに登場！平成26年度文化庁劇場・音楽堂等活性化事業

公演日時：平成26年12月13日(土) 14:00開演

場所：サンポートホール高松 大ホール

幹旋料金：一般 3,000円(一般前売料金4,000円)

こども(4歳～中学生)1,000円(一般前売料金2,000円)

※全席指定席 ※0歳から入場可能。3歳以下のお子様はひざ上に限り無料。

幹旋枚数：各30枚(お1人様2枚まで)

対象者：事業主及び被共済者の方



© SUPERKIDS

菊次郎とさき

破天荒な愛すべき父・菊次郎と愛情深く教育熱心な母・さき。この二人から天才ピートだけは生まれた！どこか懐かしく温かい東京下町人情喜劇、あなたの一番大切な人と観に来てください。

公演日時：①平成27年1月31日(土) 14:00開演

②平成27年2月1日(日) 14:00開演

場所：三木町文化交流プラザ メタホール

幹旋料金：5,000円(一般前売料金6,000円)

※全席指定席 ※末就学児入場不可

幹旋枚数：各30枚(お1人様2枚まで)

対象者：事業主及び被共済者の方

© 菊次郎とさきピート大ナレテレビ朝日・5年D組



前売り入場券割引幹旋の申込方法 締切10月15日(水)

- ①事業所毎に取りまとめ、締切日を確認の上、別紙申込書によりウエルばる高松事務局へFAX又は郵送でお申込ください。
- ②申込み多数の場合は、お一人様単位で抽選し、結果をお知らせします。
- ③購入が決まりましたら、通知文を郵送します。
- ※購入の決定後は、買取販売のためキャンセルができませんのでご注意ください。
- ④当選者の座席指定は、事務局の方で決めさせていただきます。ご了承の上、お申込みください。
- ⑤当選通知文が届きましたら、郵送ご希望の方は、期日までに、**チケット代金と発送料300円**を足した金額を事務局までお振込みください。(振込手数料は会員様ご負担になります。) ※通常どおりテルサでの引換えも可能です。
- ⑥郵送ご希望の方は、振込金額を確認後、チケットを事業所へお送りします。



丸亀市猪熊弦一郎現代美術館 様より 「猪熊弦一郎展 形がいっぱい」展覧会招待券を 5組10名様にプレゼント

猪熊弦一郎が東京・ハワイを制作拠点に描いた作品を取り上げ、猪熊の物を見る鋭い目と優れた造形感覚による形の贅余をお楽しみいただくとともに、形や配置を詳しく探ること、猪熊作品の魅力に迫ります。

丸亀市猪熊弦一郎現代美術館

〒763-0022 丸亀市浜町80-1(JR丸亀駅徒歩1分)

☎0877-24-7755 <http://mimoca.org>



猪熊弦一郎(形のバレード)
1988年
©公益財団法人ミモカ美術館振興財団



◆◆プレゼント応募方法◆◆

官製ハガキに①希望のプレゼント名②郵便番号、住所、氏名、電話番号、事業所名③ウェルばる高松に対するご意見・要望などをご記入の上、下記の住所までお送りください。(左下の応募券を必ず貼付けてください。)

締切: **10月25日(土)必着**

当選者は発送をもってかえさせていただきます。

〒761-0113 高松市屋島西町236番地1
ウェルばる高松事務局

割引指定店が増えました!

Welpal Takamatsu Presents



中華居酒屋 わが家

香川県高松市木太町875-5

☎087-865-2878

⌚ 17:00~お客様次第

Ⓜ 水曜

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 飲食代 10%割引

気軽に中華が楽しめるお洒落な中華居酒屋♪豊富なメニューをお手頃価格でご提供。宴会はもちろん、ご家族での普段使いにもピッタリです★



※他の特典との併用不可



焼肉 古川

香川県仲多度郡多度津町東浜11-8-2F

☎0877-35-9322

⌚ 17:00~23:00(L.O.22:30)

Ⓜ 火曜(祝日の場合は営業)

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 飲食代 10%割引

※ただし、飲み放題プランは対象外
※現金のお支払いのみ

多度津港内の合田マリン2階にある本格派焼肉店です。和室、全座席椅子で多度津港の夜景を見ながら雰囲気抜群。天気の日はテラス席にてBBQ感覚でお食事いただけます。



※他の特典との併用不可



海食処 笑門家 (ええもんや)

香川県仲多度津郡多度津町東浜7-11

☎0877-32-1331

⌚ 11:00~14:00, 17:00~22:30

Ⓜ 第1・3火曜

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 飲食代 5%割引

※ただし、夜間営業時間のみ対象

昼も夜もリーズナブルに海の幸を味わえる!!本格的な和食を中心とした多彩な料理が90種。新鮮なお刺身やてんぷらは思わず驚きの逸品ばかり!!コースはもちろん、ランチ・デザートも幅広い年齢層の女性客を中心に大人気です♪



※他の特典との併用不可



海鮮ワイン酒場 あら

香川県高松市福田町12-14中桐ビル1F

☎087-822-6338

⌚ 16:30~24:00

Ⓜ 火曜

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 お食事された方
その日のとれたてミニお造り
お1人様1皿サービス

大きな水槽の新鮮魚介をその日の内にご提供! 常時50種類のワインもリーズナブルに!



※他の特典との併用不可



ラウンドキッチン

香川県高松市瓦町1-13-15

☎087-865-2878

⌚ 17:30~24:00(金・土のみ翌2:00迄営業)

Ⓜ 火曜

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 お食事された方
樽生スパークリングワイン
お1人様1杯無料サービス

目の前で焼き上げる鉄板料理を「見せて、魅せて、味せる」毎日変わるおばんざいも一緒にどうぞ。



※他の特典との併用不可



Mio.Paese (ミオ パエーゼ)

香川県高松市今新町7-4 杉本ビル1階

☎087-823-3388

⌚ 11:30~14:30(完全予約制)、17:30~23:00

Ⓜ 日曜

Ⓢ 会員様と同伴者様 会員証提示

特典 お食事された方
ワンドリンクサービス

瀬戸内の魚介類や四国の旬の野菜や肉を使用したふる里イタリアン。気軽にいただける物からしっかりした物まで幅広くご利用下さいませ。



※他の特典との併用不可

手打ちうどん体験道場開催しました!

新企画「手打ちうどん体験道場」を開催しました。道場主の香川政明先生が分かりやすく、楽しく教えてくださり、参加された皆さんイイ笑顔でうどん作りに熱中されていました。「美味しい!」「面白かった!」「粉だらけになった^^」と、夏のひと時の思い出作りを楽しんでいたようです。



新規加入事業所のご紹介

しま ず 治 療 院 様
中 華 居 酒 屋 わ が 家 様
株 式 会 社 K n o t 様

ありがとうございます。

ウェルばる高松 事務局より

毎年恒例のボウリング大会や旭屋でワインを楽しむ講座に加え、事務局イチオン、座敷割烹「錦」語らいと季節を味わう懐石料理。懐石のみ今号で特別に先着順で受付します、お早めにお申し込みください!

お申し込み、お問い合わせは下記へお願いします。

高松市中小企業勤労者福祉共済事業(高松テルサ内)
ウェルばる高松事務局 <http://www.t-tersa.jp>
〒761-0113 高松市屋島西町236番地1
TEL(087)844-3516 FAX(087)844-3524

平成26年9月1日現在

事業所 782社
被共済者 8,076人

