

SPORTS

はじめての方! 個人の方!
どんどん参加してください!!

第39回 ボウリング大会

日時 予選大会 平成28年11月8日(火)・11日(金)・14日(月)
決勝大会 平成29年1月20日(金)
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10-15)

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2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(木)**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

大好評につき2日開催

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 ①平成28年11月23日(水・祝) 17:00~19:00
②平成28年11月24日(木) 18:30~20:30

会場 旭屋ASAHIYA(高松市瓦町1-9-25)

参加費 一人あたり **4,200円**(一般料金6,300円)

※ワインとお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 各15人

講師 木内 千恵美
(社)日本ソムリエ協会認定
シニアソムリエール称号)

申込締切 **10月20日(木)**



新企画!

初心者のための茶道教室

お茶をはじめてみませんか

伝統の茶道の基本所作や立ち居振る舞いを身につけながらおもてなしの心を。ブランクのある方や男性の方も大歓迎です。

日時 平成28年11月11日~12月16日 各金曜日

19:00~20:30(全5回)

会場 高松テルサ2階 瀬戸の間・他

受講料 **3,000円**(一般料金5,000円)

受講対象者 事業主及び被共済者の方

募集人数 10名程度

講師 松木 孝和(武者小路千家 正教授)

申込締切 **10月20日(木)**



日程	主な内容
11/11(金)	お茶のいただき方、お客の作法
11/18(金)	実際の茶室でお茶をいただく(講師茶室)
12/2(金)	割稽古と抹茶の点て方
12/9(金)	実際に抹茶を点ててみる
12/16(金)	実際に抹茶を点ててみる

日常の喧嘩から離れ、お茶のあとの一杯の茶を飲むことでストレス解消。清まし気持ちになりますよ

新企画!

和菓子体験教室

クリスマスの和菓子を作ろう!

日本の季節を大切に、和の世界に入ってみませんか?今回は和菓子でクリスマス表現してみよう!さまざまな菓子の文化や技法を楽しく分かりやすくお教えします。「私に出来るかな...」なんて心配ご無用!午前の部は親子で体験できるクラス、午後は大人のみクラスとなっております。

日時 平成28年12月17日(土)
①親子で体験クラス 10:30~12:00
②大人クラス 14:00~15:30

会場 高松テルサ3階 303会議室

受講料 ①親子ペア 1組 **2,000円**(一般料金3,500円)

②大人 1名 **1,500円**(一般料金2,500円)

受講対象者 事業主・被共済者及びご家族の方(小学1年生以上)

募集人数 ①10組20名 ②16名

講師 桑田 桃子(寶月堂 職人)

★2016香川県産品コンクール知事賞(最優秀賞)受賞!★高校卒業後、京都の老舗和菓子屋に5年間修業を重ね、故郷丸亀に戻り、実家である寶月堂で昔ながらの和菓子を作る一方、文化が詰まった和菓子の魅力を若い世代に伝えるべく新たな商品開発にも動かし。

申込締切 **10月20日(木)**



第2回 ひくしまソフトボール大会 参加チーム まだまだ募集中です!

初心者もベテランも集まれ!ボールとバットはお貸ししますのでお気軽にご参加ください。優勝チームにはトロフィーを贈呈します。

と き 平成28年11月23日(水・祝)※少雨決行 **募集チーム** 4チーム以上(男女混合チーム可)

と ころ 香川県総合運動公園 多目的広場(高松市生島町614) **対 象 者** 事業主・被共済者及びご家族の方(小学生以上)

受 付 午前9時~ **参 加 費** 一人 **1,000円**(昼食弁当つき・参加賞あり)

スタート 午前9時30分~ **申 込 方 法** 事業所毎に参加希望者を取りまとめ、**10月20日(木)**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。後日、参加決定通知文を郵送します。

競技方法 1チーム9~15名で構成。9人制スローピッチボール。審判はチーム持ち回り。

※5イニング 時間制限あり(1時間)



第3回屋島ノルディックウォーク ～弘法大師の足跡をたどる～

日 程：平成28年11月19日(土) 9:00～

集 合 場 所：高松テルサ玄関前

参 加 費：一人あたり**1,000円** (一般価格：1,500円)

保険料・昼食お接待・お茶代含

募 集 人 数：20名程度

持 ち 物：タオル・飲みもの・履きなれた歩きやすい靴

申 込 締 切：**10月20日(木)** ※申込多数の場合は抽選になります。

「全日本ノルディックウォーク連盟公認指導員」のスタッフと、看護師・健康運動実践者の八田奈緒美先生が同行しますので、丁寧に指導いたします。

予 定	高松テルサ＝(マイクロバス)＝屋島山上にて説明・準備体操 9:00集合 9:30
	＝屋島山頂ウォーキング＝(マイクロバス)＝高松テルサ 10:00～12:00 13:00

ノルディックウォークとは…

2本のポール(ストック)を使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズの一つです。足首・膝・腰などへの負担が最大40%軽減されるという研究結果も出ています。

第2回目参加者の声

看護師さんやスタッフさんの手厚い配置で安心して参加できました。適度な運動が出来、ストレス解消になりました。



月 藤田先生のジャイロキネシスヨガ

開催日：平成28年12月19日～3月27日 各月曜日
19:30～20:45 全11回

受講料：**11,500円** (一般料金16,000円)

講 師：藤田 摩理 (ジャイロキネシス認定講師)

12/26・1/2・1/9・3/20はお休みです。



火 野村先生のダイエットエアロ

開催日：平成28年11月22日～3月21日 各火曜日
18:45～19:45 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：野村 英津子 (エアロビック上級審判員資格者)

12/27・1/3・1/31・2/28はお休みです。



火 松本先生の簡単エアロ&ウェープリング

開催日：平成28年11月22日～3月21日 各火曜日
20:00～21:00 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：松本 ゆかり (日本エアロビック協会認定資格者)

12/27・1/3・1/31・2/28はお休みです。



水 ハワイアンダンス(フラ)水曜夜教室

開催日：平成28年12月7日～3月22日 各水曜日
19:30～20:30 全12回

受講料：**8,500円** (一般料金12,000円)

講 師：田村 夏子 (わけべのりこフラスタジオアシスタントインストラクター)

12/28・1/4・2/22・3/15はお休みです。



水 吉田先生のアンチエイジングヨーガ

開催日：平成28年11月30日～3月15日 各水曜日
19:45～21:15 全14回

受講料：**11,500円** (一般料金16,000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)

12/28・1/4はお休みです。



木 吉田先生の美活倶楽部

開催日：平成28年12月1日～3月16日 各木曜日
19:30～21:00 全14回

受講料：**11,500円** (一般料金16,000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)

12/29・1/5はお休みです。



金 中年のためのコアスパイラルストレッチ&ウェープリング

開催日：平成28年12月2日～3月24日 各金曜日
14:00～15:00 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：松本 ゆかり (FTP認定マットピラティス資格者)



12/23・12/30・1/6はお休みです。

金 松本先生の金曜ピラティス

開催日：平成28年12月2日～3月24日 各金曜日
15:00～16:00 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：松本 ゆかり (FTP認定マットピラティス資格者)

12/23・12/30・1/6はお休みです。



金 藤田先生のシェイプサルサダンス

開催日：平成28年12月2日～3月24日 各金曜日
18:45～19:45 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：藤田 摩理 (フィットネスラボたかまつ)

12/23・12/30・1/6はお休みです。



金 藤田先生のピラティス&ボディシェイプ

開催日：平成28年12月2日～3月24日 各金曜日
20:00～21:00 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：藤田 摩理 (フィットネスラボたかまつ)

12/23・12/30・1/6はお休みです。



土 中村先生の自力整体

開催日：平成28年12月3日～3月25日 各土曜日
13:15～14:45 全14回

受講料：**11,500円** (一般料金16,000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)

12/24・12/31・2/11はお休みです。



土 松本先生の土曜ピラティス

開催日：平成28年12月3日～3月25日 各土曜日
18:45～19:45 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：松本 ゆかり (FTP認定マットピラティス資格者)

12/24・12/31・2/11はお休みです。



土 檜先生のフラメンコ教室～入門コース～

開催日：平成28年12月3日～3月25日 各土曜日
13:00～14:00 全14回

受講料：**9,000円** (一般料金13,500円)

講 師：檜 直子 (フラメンコサークルFeliz主宰)

12/24・12/31・2/11はお休みです。



日 久本先生の骨盤ストレッチ

開催日：平成28年12月4日～3月26日 各日曜日
10:00～11:30 全14回

受講料：**11,500円** (一般料金16,000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)

12/25・1/1・3/19はお休みです。



文化教養コース

やさしいチョークアート

開催日：平成28年10月22日(土)

①10:30~12:00 ②13:00~14:30 全1回

受講料：**500円** (一般料金1,000円)+別途材料費**1,500円**

講師：大河内 しょうこ (CAA日本チョークアーティスト協会講師)

申込締切：**10月10日(月)**

チョークアート特有のカラフルなきれいなグラデーションを体験しながらハロウィンモンスターを描いてみませんか?



ミニチョークアート

開催日：平成28年10月29日(土)

①10:30~11:00 ②13:00~13:30 ③15:00~15:30 全1回

受講料：**300円** (一般料金500円)+別途材料費**500円**

講師：大河内 しょうこ (CAA日本チョークアーティスト協会講師)

申込締切：**10月10日(月)**

チョークアートってどんなもの?気軽に参加したい人はこちらから。ポストカードサイズのボードにマカロンを描きます。



パステル作家が教える子ども水彩画教室

開催日：①平成28年11月10日(木)17:00~18:30

②平成28年12月3日(土)13:00~15:30 各1回

対象者：事業主及び被共済者のお子様 (小学1年生以上)

受講料：**1,000円** (一般料金2,000円)+別途材料費**2,000円**

講師：大河内 しょうこ (CAA日本チョークアーティスト協会講師)

夏休み子ども講座で大好評だった子ども水彩画教室を再び楽しく長く続けることももちろん、効果的な色の使い方や陰影の表現方法などを学びます。



村尾先生の秋色メイク講座~ポイントメイク編~

開催日：平成28年11月19日(土)

10:30~12:00 全1回

持ち物：普段使っているお化粧品道具・タオル・鏡

受講料：**1,000円** (一般料金2,000円)

講師：村尾 希 (ロイヤルエクセレントセラピスト)

11月のテーマは秋色のポイントメイク。新色を取り入れながら、楽しくメイクを学びましょう!



和紙で水彩のようなちぎり絵をやってみよう!

開催日：平成28年11月27日(日)

13:00~15:00 全1回

受講料：**800円** (一般料金1,500円)+別途材料費**1,080円**

講師：石川 清子 (しゅんこう認定講師)



11月の題材は「干支」

はじめてのウクレレ

開催日：平成28年12月2日~1月27日 各金曜日

18:30~19:30 全7回

受講料：**4,500円** (一般料金6,400円)

講師：溝口 勲

12/23・12/30はお休みです。



はじめてのフォークギター

開催日：平成28年12月2日~1月27日 各金曜日

初級20:00~21:00 中級20:30~21:30 全7回

受講料：**4,500円** (一般料金6,400円)

講師：溝口 勲

12/23・12/30はお休みです。



カルチャー講座の申込方法 締切10月20日(木)

①事業所毎に取りまとめ、締切日を確認の上、別紙申込書によりワ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、受講料をお振込又はご持参ください。

TICKET

対象者：事業主及び被共済者の方

高松テルサ映画祭2016「人生、いろいろ」鑑賞券

「もうひとハナ、咲かぞ。」町の危機に立ち上げられ!女性たちの活躍と友情を描く心温まる感動の実話。舞台は徳島県・上勝町。つまのビジネスの立ち上げに奮闘した女性たちが、自分を変え、町を蘇らせ、生きる喜びを未来につなげていく姿を、オール上勝町ロケで描いた心温まる感動作。

監督：御法川 修 出演：吉行和子・富司純子・中尾ミエ・平岡祐太・村川絵梨・藤竜也 他

日時：平成28年11月23日(水・祝)

①10:30~12:30 ②13:30~15:30 ③16:00~18:00

場所：高松テルサ ホール

料金：一般 **600円** (一般前売料金1,200円) ※全席自由席

幹旋枚数：各50枚 (お1人様2枚まで)



るいままプロデュース 音楽と言葉と珈琲 珈琲ものがたり

珈琲の香りに包まれた空間ラウンジで、スイーツを楽しみながら、珈琲にまつわるお話と音楽をお楽しみいただけます。

●珈琲 ヒーンズショップ アロバー ●スイーツ Joy Garden Café 珈琲物語 ●アフリカ雑貨 マラケシュ

日時：平成28年11月26日(土)

17:30開演 (café&shopは14時からオープンします)

場所：高松テルサ 空間ラウンジ

料金：**800円** (一般料金1,500円) ※全席自由席



10th Anniversary 高嶋ちさ子 12人のヴァイオリニスト MUSE~Best 12 Harmony~

ヴァイオリニスト高嶋ちさ子が、2006年に立ち上げた“観ても、聴いても、美しく、楽しいヴァイオリンアンサンブル”というコンセプトで、クラシック音楽やヴァイオリンをより身近に感じるコンサートです。

公演日時：平成28年12月4日(日) 14:30開演

場所：三豊市文化会館マリノウェブ マーガレットホール

幹旋料金：**4,500円** (一般前売料金5,800円)

※全席指定席 ※S席のみ幹旋 ※未就学児入場不可

幹旋枚数：30枚 (お1人様2枚まで)



桂文枝&春風亭小朝 東西落語名人会

東西きっての人氣落語家、文枝&小朝が揃い踏みするまたとない機会が到来! 名手の高座を、県民ホールで心ゆくまでご堪能ください。

公演日時：平成28年12月11日(日)

①13:00開演 ②16:30開演

場所：レザムホール (香川県県民ホール) 小ホール

幹旋料金：**3,300円** (一般前売料金4,500円)

※全席指定席 ※未就学児入場不可

幹旋枚数：各30枚 (お1人様2枚まで)



2016まるがめ第九演奏会

ベートーヴェン作曲「交響曲第9番二短調作品125 (合唱付)」を公開オーディションで選ばれたリストと共に演奏します。ぜひ、ご来場ください。

公演日時：平成28年12月18日(日) 14:00開演

場所：丸亀市民会館 大ホール

幹旋料金：**1,500円** (一般前売料金2,000円)

※全席自由席 ※未就学児入場不可

幹旋枚数：30枚 (お1人様2枚まで)



新沢としひこ・中川ひろたかファミリーコンサート

幼稚園や学校でも人気の歌「世界中の子供たちが」や「にじ」などを作詞・作曲した新沢としひこ・中川ひろたかによる子どもから大人まで楽しめるコンサートです。

公演日時：平成29年1月15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：一般 **2,200円** (一般料金3,000円)

中学生以下 **1,000円** (一般料金1,500円)

※全席指定席 ※3歳未満路上無料

幹旋枚数：各30枚 (お1人様2枚まで)



BEGIN コンサート 2016-2017

25周年ツアー、千秋楽・両国国技館公演が終わり、なんと!今年も全国ツアーが決定!各メンバーごとの活動もある中で、BEGINでの活動も、どうぞお楽しみに!

公演日時：平成29年1月29日(日) 17:30開演

場所：サンポートホール高松 大ホール

幹旋料金：**5,000円** (一般前売料金6,500円)

※全席指定席 ※一般のみ幹旋。小中学生チケットは幹旋できませんので、ご了承ください。 ※未就学児は保護者1名につき1名まで路上鑑賞無料。

幹旋枚数：30枚 (お1人様2枚まで)



前売り入場券割引幹旋の申込方法 申込締切10月20日(木)

お席は2・3階席になる場合がございます。予めご了承ください。

①事業所毎に取りまとめ、締切日を確認の上、別紙申込書によりワ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、**チケット代金と送料300円**を足した金額を事務局までお振込ください。(振込手数料は会員様ご負担になります。) ※通常とおりTEL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。



洋服の青山

10:00~20:00

綾川店のみ 平日 10:30~19:30
土日祝 10:00~20:00

年中無休

会員様とその同伴者様 会員証提示

特典

店内全商品10%OFF

①	高松屋島店	高松市高松町3008-7	087-843-3877
②	高松中央通店	高松市三条町660番地1	087-868-5795
③	高松十川店	高松市十川西町671番地2	087-848-5841
④	丸亀店	丸亀市田村町1315番地	0877-25-2621
⑤	宇多津店	綾歌郡宇多津町浜四番丁45-1	0877-49-2291
⑥	観音寺店	観音寺市古川町切石208-1	0875-24-1872
⑦	綾川店	綾歌郡綾川町萱原520-1	087-876-5385

※他の特典との併用不可

スーツ販売者数世界No1の洋服の青山です。皆様のファッションスタイルをサポートさせていただきます。ご来店をお待ちしております！



ブランジェリー ラ・ファミーユ



高松市木太町2193-7

087-802-2230

7:30~19:00

1月1日

会員様のみ 会員証提示

特典

店内全商品5%OFF

ケーキ店のパン屋さんです。黄金食パンやパティシエの作るカスタードクリームパンなどご用意しております。*Cafe併設



※他の特典との併用不可

INFORMATION

救急箱のくすり及び健康関連商品斡旋のお知らせ

申込締切日は10月31日(月)

会員様のご要望により救急箱のくすり及び健康関連商品の斡旋を行います。特別価格での斡旋となっており、大変お得です。お申込は、同封の申込書を事業所毎に取りまとめ、集計表を添付の上、ウェルばる高松事務局まで。

新規加入を希望する事業所をご紹介ください

ご紹介くださった事業所が「福祉共済ウェルばる高松」に加入された場合、加入した事業所の従業員数に応じて、紹介された方にIruCaカードを進呈します。ご説明には事務局がお伺いいたします。

従業者規模	IruCa カード
1人~9人	5,000円相当
10人~29人	7,000円相当
30人~99人	12,000円相当
100人以上	22,000円相当



IruCa カードは、電車、バスだけでなく、登録店でのお買い物にもご利用できます。

PRESENT

洋服の青山 様より

洋服の青山オリジナルグッズを20名様にプレゼント

スーツ販売者数世界No1の洋服の青山です。皆様のファッションスタイルをサポートさせていただきます。ご来店をお待ちしております♪



◆◆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20日(木)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2366-1
ウェルばる高松事務局

第21回高松テルサ勤労者美術展

高松市に在住する勤労者が、余暇活動として創作した日本画・洋画・写真・書道・オブジェなどさまざまな作品を展示します。ぜひお越しください。

日時：平成28年10月14日(金)~10月23日(日)まで
9:00~17:00 (最終日は16:00まで)

場所：高松テルサ・展示ホール(1階)

入場料金：無料



高松テルサ音楽祭2016

今年33回目を迎えた香川ジュニア音楽コンクールで、幼稚園から高校生まで、各部門総勢700名から選ばれたピアノ・童謡・声楽・弦楽器・打楽器・木管楽器・金管楽器部門の金賞受賞者が一堂に会するグランプリ大会。

日時：平成28年11月3日(木・祝)
13:00開演

場所：高松テルサ・ホール(1階)

入場料金：無料



新規加入事業所のご紹介

NEHAN 様

ありがとうございます。

お申込、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2366番地1
TEL(087)844-3516 FAX(087)844-3524

平成28年8月1日現在

事業所 723社
被共済者 8,213人



★応募券
10・11月号★

