

市民活動 enjoy & community

9日(日) ①13:30-15:00 ②15:30-17:00

こどものためのプログラミング教室



子どもの教養向けに開発されたプログラミングツール「Scratch(スクラッチ)」を使って、楽しくプログラミングを一緒に学び、オリジナルのゲームを作ってみましょう！初心者でも大歓迎！

参加費:無料 定員:各回20名 参加方法:当日受付
主催:特定非営利活動法人丸亀創生塾新明倫館

14日(金) 10:30-11:30

マルタスうたごえ広場



童謡・唱歌・愛唱歌などなじみのあるお歌には、その頃の時代背景や作者の想いが込められています。ついつい誰かに話したくなるエピソードを聞いて、作者の気持ちを知り、心を込めて歌いませんか。

参加費:500円 定員:30名 参加方法:事前予約
主催:神余音楽教室

18日(火) 19:30-20:30

夜ヨガ



夜ヨガでゆっくりと自律神経を整え、1日の疲れを癒しませんか。呼吸を整え、気持ち良いストレッチや筋トレ、そしてつぼ押し、盛りだくさんな1時間レッスンです。お仕事終わりや、初心者の方でも安心してご参加いただけます。

参加費:1,000円 定員:12名 参加方法:事前予約
主催:間 まなみ(MANA)

26日(水) 19:30-20:45

やさしいヨーガ療法



目を閉じてゆっくりと内観しながら自分のペースで体を動かし呼吸を整えるヨーガ療法。自分らしく生きていくためのサポートをしていきます。体のカタイ方も安心してできるプログラムです。

参加費:1,000円 定員:10名 参加方法:事前予約
主催:ヨーガ療法士 山原香織

キッズ kids community

6日(木) 11:00-11:45

かるたであそぼうさい



災害に備えていますか？防災は、そんなに難しいことはありません。毎日の暮らしでできることの積み重ねが何よりの防災になります。そんな気付きをかるたで遊びながら学びませんか？

参加費:無料 定員:親子8組 参加方法:事前予約
主催:整理収納教育士ヘスティア

22日(土) ①10:00-10:45 ②13:00-13:45

アメリカ発・新しい親子リズム遊びZumbini(ズンビーニ)



アメリカから初上陸！まったく新しい英語親子遊びプログラムZumbini(ズンビーニ)。0歳(6ヵ月頃)～4歳のお子様とその保護者対象。歌、手遊び、楽器遊び、ダンスと45分ノンストップで楽しみましょう！

参加費:1家族1,000円 定員:親子5組 参加方法:事前予約
主催:Y's Move&Dance 高橋 康子

9日(日) 10:00-11:00

新年パワーヨガ



年末年始はイベントやお休みもあり食べ過ぎていませんか？2022年初のクラスは、ヨガで楽しく身体を動かしていきます。運動不足やウエスト周りが気になる方、一緒にひと汗かいてリフレッシュしましょう！ヨガ未経験の方もご参加できます。

参加費:1,000円 定員:6名 参加方法:事前予約
主催:Wellness Yoga

15日(土) 15:00-16:00

ピラティス～年初め運動不足の方へ～



ゆっくりと深い呼吸とともに体の奥からエンジンをかけ、体の芯から動くことで、緩んだり凝り固まったりした体をリセットしていきます。これから始まる新しい一年に向け、体の中からリスタートしましょう！

参加費:1,000円 定員:5名 参加方法:事前予約
主催:Pilates Studio 絨

19日(水) 19:00-20:30

お手軽ホームページ作成講座



ホームページ作成の事で困りではありませんか？Googleサイトを使い、無料で手軽に作成する方法をお教えいたします。必要なものはGmailのみ！自身の活動や事業に役立つサイトを作成してみましょう。

参加費:500円 定員:15名 参加方法:事前予約
主催:特定非営利活動法人丸亀創生塾新明倫館

27日(木) 13:00-15:00

「育児、介護と仕事の両立」「女性活躍推進」等に



社員の仕事と育児や介護の両立を支援することで、活用できる助成金制度は意外に知られていません。今回のセミナーでは、厚労省で整備している助成金制度をわかりやすく説明します。

参加費:無料 定員:5名 参加方法:事前予約
主催:公益財団法人かがわ産業支援財団 よろず支援拠点

9日(日) 16:00-17:00

季節の星空のお話と宇宙旅行



天文ソフトを使い、季節の夜空の解説をします。星座の描き方や惑星の見つけ方、お月さまのお話など、夜空の楽しみ方を伝えたいと思います。同日、生涯学習センターにて天体観測会も開催します。

参加費:無料 定員:10名 参加方法:事前予約
主催:星のソムリエ松野

15日(土) 10:00-11:15

姿勢改善ヨガ～背骨～



背骨にフォーカスして、筋肉をほぐし、普段の生活で正しい位置に保つトレーニングやヨガのポーズをしていきます。ながらトレーニングや姿勢を意識するポイントも伝授。自分の体を見つめ直しましょう！

参加費:1,500円 定員:10名 参加方法:事前予約
主催:yogalife

19日(水) 10:00-11:00

助産師とするベビーマッサージとママのお話会



赤ちゃんたくさんスキンシップをとるきっかけに、ベビーマッサージと一緒にしてみませんか？また、毎日の子育てでちょっと気になることを助産師と一緒にお話ししましょう。

参加費:1,000円 定員:5組 参加方法:事前予約
主催:まるママ

29日(土) ①10:00-10:45 ②11:15-12:00

花のある暮らしへのヒントー春のお花を生けるー



春は、一年の中でその時季しか出会えないお花がとても多いです。日々の咲き方の変化や、香りも楽しいものばかり。今回はそんな春先のお花を生けていきます。長持ちのポイントやケア方法もお伝えします。

参加費:1,800円 定員:各回4名 参加方法:事前予約
主催:fog-life with nature

11日(火) ①11:00-12:00 ②13:00-14:00

手作りコスメ～リキッドファンデーション～



自分の肌色に合わせた多機能ファンデーションを作ります。ファンデーションは肌の色に合わせてご自身で色を調整していきます。男女問わず自分に合った化粧品が作れます。

参加費:1,500円 定員:各回6名 参加方法:事前予約
主催:Coloris メディカルアロマ

16日(日) 13:30-15:00

郷土丸亀にまつわる歴史～丸亀出身の実業家 三善清之と二人の孫～



本講演では衆議院議員、また丸亀市長にも選出された三善清之と、音楽家としてすぐれた業績をあげた二人の孫、三善清達・三善晃を紹介いたします。

参加費:無料 定員:80名 参加方法:当日受付
主催:丸亀市立中央図書館

20日(木) ①10:30-11:30 ②13:30-14:30

グラスアートを楽しもう！～キューブグラス～



グラスアートとは、スタンドグラスの雰囲気を楽しめるクラフトです。手のひらサイズの小さなキューブグラスに、リード線とカラーフィルムを貼り、かわいいグラスアートを作ります。

参加費:1,000円 定員:各回5名 参加方法:事前予約
主催:グラスアート教室～マーガレット～

12日(水) 19日(水) 26日(水) 13:30-15:30

シニアスマホ・タブレット・パソコン勉強会～LINE基礎編～



今回はLINEの使い方講座を開催します。無料スタンプの取込み方法など基本操作を丁寧にレクチャーします。進化するデジタル技術にみんでも挑戦して心身を活性化しましょう。

参加費:100円 定員:10名 参加方法:事前予約
主催:さつきスマホ・PC倶楽部

16日(日) 14:00-15:00

お手軽電子アンケート・フォームの作成講座



アンケート作成やお問い合わせフォームの作成の事でお困りではありませんか？Googleフォームを使い、無料で手軽にアンケートを作成する方法をお教えいたします！※受講される前に事前にGmailの発行をおすすめいたします。

参加費:500円 定員:10名 参加方法:事前予約
主催:特定非営利活動法人丸亀創生塾新明倫館

23日(日) 14:00-15:30

世界に一つだけのお皿を作ろう！～やさしい陶芸ワークショップ～



楽しくお話ししながら世界に一つだけの作品を作りましょう。今回はお皿に絵付けをします。オリジナルの作品作りは、日頃の疲れも忘れてリラックスできるのではないのでしょうか。

参加費:1,000円 定員:15名 参加方法:事前予約
主催:齋藤 敏子

12日(水) 26日(水) 13:30-15:00

楽しもう、季節の花



身近な花を自由に楽しんでいただけるよう、あなたの好きな生け方や花との出合いをアドバイスします。花のある生活は心が和みます。お気軽に楽しく生け花をしませんか。

参加費:2,100円 定員:15名 参加方法:事前予約
主催:池坊華道

17日(月) 10:00-11:00

親子で一緒にベイトレヨガ



手遊び歌や親子で一緒にヨガのポーズをとることがコミュニケーションやお互いの体幹トレーニングになります。ママだけが参加する産後ヨガとは違うベイトレヨガを体験しませんか？

参加費:1,000円 定員:5組 参加方法:事前予約
主催:yogalife

24日(月) 10:00-11:00

朝ヨガ



朝ヨガでゆっくりと自律神経を整え、活力のあるステキな1日をスタートさせましょう。呼吸から整えて気持ち良いストレッチや筋トレ、そしてつぼ押し、盛りだくさんな1時間レッスンです。

参加費:1,000円 定員:12名 参加方法:事前予約
主催:間 まなみ(MANA)

毎月20日は
新規イベント情報更新！

詳細は、マルタス公式SNSと
ホームページをチェック！



マルタス公式
ホームページ



Instagram



Facebook



LINE

10日(月) ①10:00-11:00 ②11:30-12:30 ③13:00-14:00 ④14:30-15:30

ありがとう！の気持ちをいっぱいこめて



千支のトラや動物を想像しながら、お子様の可愛い手足形アートを作りましょう。お子様の「今」を残すことができ、成長の記念にもなります。オリジナル手足形アート作品を作りに来てください。

参加費:1,500円 定員:各回6組 参加方法:事前予約
主催:親子で楽しめる手形アート smile happiness 岡本 雅子

14日(金) 11:00-11:30

親子ふれあいあそび



土器町と綾歌栗熊にあるコムコムひろばがマルタスにやってくる！おでかけコムコムでみんなと親子ふれあいあそびを楽しみませんか。コムコムスタッフがお待ちしております。

参加費:無料 定員:15名程度 参加方法:当日受付
主催:認定NPO法人さぬきっずコムシアター

18日(火) 10:30-11:00

えいごおはなし会



英語で聞くおはなしの世界に遊びにおいて！ベビーちゃんから保護者様まで、どなたでも参加できます。英語がはじめての方もたっぷり楽しめるネイティブの絵本の読み聞かせです。

参加費:無料 定員:15名程度 参加方法:当日受付
主催:えいごおはなし会ジェム

定期イベント



火曜日と水曜日の11時から、マルタススタッフによるキッズイベントを開催します。親子でお気軽にご参加ください。

対象年齢：未就学児、時間：11:00-11:30

火 わくわく工作
水 レッツ★リトミック

知育おもちゃ

マルタスでは、約20種類の知育おもちゃをご用意しています。お子様と一緒に知育おもちゃで遊びませんか？※ご利用の際はキッズスペースのカウンターまでお声掛けください。※ご利用は1組1時間までとさせていただきます。

【キッズスペースのご利用にあたって】
キッズスペースでは、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、入場制限をさせていただく場合がございます。ご不便をおかけいたしますが、皆様のご協力のほどよろしくお願いいたします。