

高萩公民館だより

令和3年4月1日号（毎月1回発行）

4月(卯月) 予定表

9日(金) 除草作業
14日(水) 企画運営委員会議
17日(土) 分館長会議



5月の定例健康ウォーキング 「旧鎌倉街道（上道）を歩く」

日 時 5月1日(土) 午前9時～正午ごろ
※雨天中止
集合場所 高萩公民館
対 象 成人一般
参加費 無料
定 員 15人（申し込み順）
※当日申し込みはできません
持ち物 飲み物、タオル、帽子、
健康ステップアップ手帳（お持ちの方）
申込み 4月6日(火)から電話で高萩公民館へ
注意事項 新型コロナウイルス感染拡大防止の
ため、マスク着用や間隔をあけて歩
くなどにご協力ください。また、定
員に達しない場合も、事前申し込み
なしでは参加できません。
その他 高萩北公民館と共同で実施します。

令和3年度公民館スタッフです。 よろしくお願いします。

館 長	市川 徹
企画運営委員	戸口 貞男 松本 雅巳 熊坂 知子 中川 毅 金子 純子
職 員	石井 利治 高森 裕子 阿部 和枝

発 行 日高市高萩公民館
〒350-1213
住 所 日高市高萩691番地1
T E L 042-989-2145
F A X 042-989-9471
E-mail hagikou@city.hidaka.lg.jp
H P http://www.city.hidaka.lg.jp/

公民館からのお知らせ

3月21日(日)をもって緊急事態宣言が解除さ
れ、以下のとおり公民館の使用方法等が変更
になりました。

(火)～(土) 午前8時30分～午後8時
の開館時間 ➡ 午前8時30分～午後10時

部屋の予約 緊急事態宣言中の新規予約
について 受付停止
➡ 受付可

ロビーの使用 小・中学生使用不可
について ➡ 長時間でなければ使用可

※引き続き感染症対策(マスク・検温)を徹底
するようお願いします。

除草作業への協力について

公民館敷地の除草作業を下記のとおり行いま
す。公民館登録サークルの皆様のご参加をお
願いします。雨天の場合は翌日に順延します。

日 時 4月9日(金)、5月8日(土)、
6月8日(火)、7月7日(水)、
9月9日(木)、10月8日(金)

午前8時30分～(30分程度)

※午前8時25分に高萩公民館駐輪場
前に集合

場 所 高萩公民館敷地内の駐車場、花壇等
持ち物 草取り鎌、軍手、タオル等

その他 ①各サークル1名以上の参加をお願い
します。
②マスク着用、検温をしてきてくだ
さい。
③駐車場の台数に限りがありますの
で、徒歩、自転車、乗り合わせ等
にご協力ください。



「赤ちゃんひろば」

情報交換やおしゃべりの場として、気軽に遊びに来てください。

日 時 4月9日(金) 午前10時～正午
場 所 高萩公民館 2階 休養室
対 象 はいはいまでの赤ちゃんとその保護者
妊婦さん
費 用 無料
申込み 不要
その他 時間内の出入りは自由です。
問合せ 子育て総合支援センターぬくぬく
電 話 042-985-8020



日高口コトレ教室

日高市健康口コモ体操は特別な道具を使わずに「いつでも！どこでも！」できるトレーニングです。足腰の維持にとっても効果があり、転倒や骨折をしない足腰を作るのにとっても適しています。

日 時 4月20日(火)
午後1時30分～2時30分
場 所 高萩公民館 1階 集会室
内 容 ①ロコモ体操
②良い姿勢を学ぼう
くりのき整骨院 松尾副院長
対 象 高萩地域にお住いの65歳以上の方
定 員 **10人(事前申込み必要)**
参加費 無料
申込み 高萩地域包括支援センター
電 話 042-984-3001

個別相談会

認知症カフェ(オレンジカフェ)は感染症予防の観点から中止しておりますが、予約制で個別相談会を開催します。

日 時 4月21日(水)
午後1時30分～3時30分
場 所 高萩公民館 1階 調理室
申込み 高萩地域包括支援センター
※事前申込み必要
電 話 042-984-3001

3月の脳イキキ教室

認知症予防のために、楽しみながらより良い生活の過ごし方について学んでみませんか。

日 時 4月28日(水) 午前10時～11時
場 所 高萩公民館 1階 集会室
内 容 認知症予防の講話
対 象 高萩地域にお住いの65歳以上の方
定 員 **20人(事前申込み必要)**
参加費 無料
申込み 高萩地域包括支援センター
電 話 042-984-3001

フォトコーナー

2月6日(土)に定例健康ウォーキングを開催し、高萩神社めぐりをしました。

