

ごみの減量に  
ご協力を！

分別を徹底  
して、可燃ご  
みを減らし  
ましょう！



# 高麗川公民館だより



平成31年3月1日発行

発行：高麗川公民館 日高市大字南平沢 1098-2 Tel 042-989-9110  
http://www.city.hidaka.lg.jp/ (日高市ホームページ) Fax 042-989-9429

## おとこの料理

旬の食材を使った簡単料理を作ってみましょう！  
減塩に挑戦。初めての人でも大丈夫です。

- \*日 時\* 3月9日(土)  
午前9時30分～午後1時
- \*場 所\* 高麗川公民館 実習室
- \*対 象\* 成人男性
- \*人 数\* 15人(申し込み順)
- \*メニュー\* かじきまぐろの鍋照り焼き 他
- \*講 師\* 高麗川ヘルスメイトの皆さん
- \*参加費\* 600円(当日集金)
- \*持ち物\* エプロン、三角巾(髪を覆えるもの)、  
筆記用具
- \*申込み\* 3月5日(火)までに、電話または直接  
高麗川公民館へ(☎989-9110)



## ふるさと日高再発見

### —明治に活躍した 郷土の偉人—

ふるさと日高を知るシリーズの講座です。  
今回は、郷土(平沢)の偉人、日本のプランクトン  
学の父、東北大学名誉教授小久保清治博士にまつわる  
お話です。是非、ご参加ください。

#### 第4回 3月9日(土) 午後1時30分～3時

- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 人 数 成人一般 50名
- 参加費 無料
- 内 容 明治に活躍した 郷土の偉人
- 講 師 入江 武男さん(郷土史研究家)
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 3月8日(金)までに電話または直接、  
高麗川公民館(☎989-9110)へ



## 親子でハーバリウム作り

最近、人気急上昇中の「ハーバリウム」



親子で、世界にひとつのハーバリウムを作り、お部屋  
に飾ってみませんか。癒しの効果もあります！

- 日 時 4月6日(土) 午前10時～11時30分
- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 定 員 15組(先着順)
- 費 用 1,500円(教材費)
- 対 象 小学生以上の子どもと保護者
- 講 師 堀口 純さん(日本ハーバリウム協会認定講師)
- 申込み 3月6日(水)から3月26日(火)までの午  
前8時30分から午後5時までに費用を添え  
て直接高麗川公民館(☎989-9110)へ。  
(日、月、祝日を除く)
- ☆保育をご希望の方は、申込時にお伝えください。



## 笑いヨガ講座



笑いヨガは「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み  
合わせた運動法です。笑いは健康に良く、コミュニケー  
ションの潤滑油としても、人間関係を豊かなものにしま  
す。何より笑っていると、気分が良くなり元気になりま  
す。是非、ご参加ください。

- 日 時 3月29日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 定 員 50人(先着順)
- 対 象 どなたでも
- 講 師 白石裕里子さん(笑いヨガティーチャー)
- 申込み 3月5日(火)から電話または直接、  
高麗川公民館(☎989-9110)へ  
※第2・4月曜日を除く

## 楽しく歩こう！

### 定例健康ウォーキング

- ☆テーマ 春の城山(田波目城跡)と毛呂山丘陵を散策
- ☆日 時 4月19日(金) ※雨天中止  
午前9時～正午頃
- ☆集 合 高麗川公民館
- ☆持ち物 飲み物、タオル、帽子  
生き活き手帳(お持ちの方)
- ☆講 師 運動普及推進員の方
- ☆申込み 4月18日(木)までに電話または  
直接、高麗川公民館へ(☎989-9110)



## ＊ ＊ 忘れ物等の処分について ＊ ＊

公民館では、これまで預かっていた忘れ物や  
落とし物を、今月末に処分いたします。  
心当たりのある方は、公民館へお尋ねください。

こんな物を預かっています：  
タオル、ハンカチ、帽子、手袋、  
靴下、ファイル、歯磨きセット など…

## 高麗川公民館マンスリーシアター

今月は、はかない命の蛍を、日本人の伝統的美学にとらえ、少年の心のゆらぎ、少年と少女との清純な愛と彼等を見守る大人達を富山の自然の移り変わりの中に描く映画です。是非、お越してください。

日時 3月18日(月)  
13時30分～15時30分  
場所 高麗川公民館 大集会室  
上映作品 蛍川  
上映時間 115分  
参加費 無料  
その他 申込み不要です。直接お越してください。



## つるし雛の展示を行っています

上鹿山在住の堀越はる枝さんが、制作されたつるし雛の展示を行っています。

早春の一日、華やかなつるし雛を是非、見にいってください。

期間 3月8日(金)まで  
場所 高麗川公民館 1階ロビー  
展示者 堀越はる枝さん  
問合せ 高麗川公民館 (☎989-9110)



## 「おもちゃの病院」

壊れてしまったおもちゃをお持ちください。「日高市おもちゃドクターの会」の皆さんが診察・治療してくれます。(人に害を与える恐れのあるものは不可)

日時 4月13日(土)  
受付 午前9時～正午  
返却 午後1時～3時  
場所 高麗川公民館 1階実習室  
修理代 無料(1人5個まで)

高麗川地区体育協会から御礼申し上げます。

第17回奥むさし駅伝競走大会が1月27日に開催され、高麗川地区体育協会チームが出場しました。選手・役員共に一丸となって大会を盛りあげてきました。



今年は地区体協の部、4位と昨年より順位を上げることができました。

皆さまのご協力・ご声援、ありがとうございました。

高麗川地区体育協会会長 中嶋富雄

## 子育て応援隊・ポカポカ広場

3月12日(火)、26日(火)

午前10時～11時30分

☆時間内は自由に入退場できます。

\*対象\* 未就園児とその親

\*申込\* 必要ありません。直接どうぞ!

3月26日(火)は、あわかれ会です。



『ポカポカ広場』ではお手伝いをしてくださる方を募集しています。ご協力が可能な方は市役所子育て応援課までお電話ください。  
電話 989-2111 (内線1602)

## ☆公民館ロビー展示☆

高麗川小学校児童作品展

◆絵画◆

3月1日(金)～3月14日(木)

## ☆公民館ふぉと・れぽーと☆

1月23日、絵本の読み聞かせ教室を行い、母親と子ども通しのスキンシップを図ることができました。



2月6日、和菓子作り教室を行い、暦と和菓子との関連を学び、和菓子に親しむことができました。

