

生きがい
ふれあい
学びあい



高麗川公民館だより

令和3年6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



使わなくなった傘で



リサイクルエコバッグを作ろう♪

不要になった傘の布を使って、自分だけのエコバッグを作りませんか。

傘の布が、お買い物に便利なかわいいエコバッグに生まれ変わります！

環境にもやさしいエコバッグを楽しく作りましょう。お気軽にご参加ください。

日時 6月21日(月)
午後1時30分～3時30分
場所 高麗川公民館 大集会室
人数 10名(申込み順)
参加費 無料



持ち物 裁縫道具(まち針、はさみ、ミシン糸)
傘の布、マスク ※ミシンは公民館で用意します。

☆裁縫道具・傘の布がない方はお申し出ください

講師 日野 恭子さん
申込み 6月5日(土)から6月17日(木)までに
電話または直接、高麗川公民館へ
※第2月曜日を除く



自彊術で健康になろう！

自彊術とは、100年くらい前に日本で生まれた歴史のある体操です。

心と身体の健康を目的とした体操で、続けることで、自然治癒力を高める効果があるそうです。

また、体力がない方など、どんな方でも無理なくできる体操ですので、お気軽にご参加ください。

日時 6月17日・7月1日(木) ※全2回
午後1時30分～3時
場所 高麗川公民館 大集会室
人数 10名(申込み順)

参加費 無料
持ち物 バスタオル、飲み物、マスク

☆裸足で行いますが、5本指の靴下をはいていただいても大丈夫です。

講師 三浦 洋子さん
申込み 6月5日(土)から、電話または直接、
高麗川公民館へ
※第2月曜日を除く



白銀(シルバー)学級 学級生募集!

～健康で生きがいのある生活を送るために～

| 回 | 日時 | 学習内容 | 会場 | 定員 |
|---|------------------------|--|---------------------|-----|
| 1 | 7月15日(木) 午後1時30分から | 開講式 郷土歴史講座 講師：生涯学習課職員 | 高麗川南公民館 集会室 | 30人 |
| 2 | 9月16日(木) 午後1時30分から | 健康講座「健康ロコモ体操」 講師：埼玉医科大学理学療法士 丸谷康平先生 | 高麗川南公民館 集会室 | 30人 |
| 3 | 10月14日(木) 午前8時30分から | グラウンドゴルフ大会 | 北平沢グラウンド | 調整中 |
| 4 | 11月11日(木) 午後1時30分から | 人権学習 講師：埼玉県職員 | 生涯学習センター 2階 視聴覚室 | 50人 |
| 6 | 12月9日(木) 午後1時30分から | 音楽鑑賞会「フォークソングサークルTSUBASA」 閉講式 | 生涯学習センター 2階 視聴覚室 | 50人 |

※都合により、日程・内容等を変更・中止する場合があります。

【対象】地域の60歳以上の方

【申込み】老人クラブ会員の方は、各クラブ長へお申し込みください。

一般参加の方は、6月25日(金)までに電話または直接、高麗川公民館または高麗川南公民館へ
なお、第3回「グラウンドゴルフ大会」については、後日改めて募集します。



☆お申込みは、生涯学習課スポーツ担当へ ☎989-2111（内線 5537）☆



ラケットテニス大会



ラケットテニス教室

日時 6月13日(日)、
20日(日)、26日(土)
いずれも午前10時～正午
受付時間 午前9時45分から
会場 ひだかアリーナ
対象 小学4年生以上の市内
在住・在勤・在学の方
人数 30人(先着順)
費用 600円(初回に集金)
持ち物 運動できる服装、体育
館履き、飲み物、マスク
申込み 6月10日(木)までに、
電話または直接、生涯学習課
市民スポーツ担当へ

日時 7月3日(土)
午前9時30分開会 
受付時間 午前9時15分から
会場 ひだかアリーナ
対象 小学4年生以上の市内
在住・在勤・在学の方
ダブルス戦(男女混合または女
子のペア)
募集チーム 16チーム(先着順)
費用 無料
持ち物 運動できる服装、体育館
履き、飲み物、マスク
申込み 6月28日(月)までに、
申込用紙に記入の上、直接、生
涯学習課市民スポーツ担当へ

ペタンク大会

日時 6月19日(土)
午前9時開会〔雨天中止〕
受付時間 午前8時30分から
場所 巾着田多目的広場
対象 市内在住・在勤・在学の方
1チーム3～4人での参加
(4人の場合1人は補欠)
費用 無料
持ち物 マスク
申込み 6月15日(火)までに、
申込用紙に記入の上、直接、生
涯学習課市民スポーツ担当へ

子育て応援隊・ポカポカ広場

6月8(火)、22日(火)

午前10時～11時30分

22日は七夕かざりを作ります！

*時間内は自由に入退場できます。

- *対象* 未就園児とその保護者
- *申込* 必要ありません直接お越しください。



☆お申込みは、高麗川地域包括支援センターへ☆

脳イキキ教室



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

日時 6月9日(水) 午前10時～11時
場所 高麗川公民館 大集会室
内容 「脳トレ」
対象 高麗川小学校地区にお住まいの
65歳以上の方
定員 20名(先着順)
参加費 無料
申込み 高麗川地域包括支援センター
☎984-1362
平日 午前9時～午後5時

☆公民館ふぁと・れぽーと☆

5月9日 定例健康ウォーキング



滝沢の滝



白銀平展望台からの風景
新緑がきれいでした



七夕飾り

今年も6月下旬頃から笹を用意します。
短冊の紙を置きますので、願いをこめて飾っ
てみてください。よろしくお祈りします！
みなさんの願いが叶いますように…☆