

生きがい
ふれあい
学びあい



高麗川公民館だより

令和4年2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

フラワー アレンジメント教室

お花には、ストレスや疲労を軽減する効果などがあると言われています。
市内で育てられたバラでアレンジメントを楽しみ、お部屋に飾ってお花から元気をもらいましょう。

- 日 時 2月25日(金) 午後7時～8時
★夜の時間に行います★
○場 所 高麗川公民館 大集会室
○定 員 10人(申込み順)
○対 象 一般
○参加費 1,000円(材料費)
○持ち物 はさみ(工作用)、持ち帰り用の袋、マスク
○講 師 金子 伸昭さん(金子バラ園)
○申込み 2月5日(土)から2月19日(土)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、高麗川公民館へ(日・月・祝日を除く)



☆令和4年度 体育祭・文化祭(予定)

- ☆体育祭☆ 10月 2日(日)【予備日なし】
☆文化祭☆ 10月29日(土)・30日(日)

ポール de

リラクゼーションストレッチ

細長く柔らかい円柱状のポールの上で行う簡単なストレッチです。コロナ禍の不安やストレスで凝り固まった肩や背中をほぐしましょう。※ポールはお貸しします。

- 日 時 2月16日(水) 午前10時～11時
○場 所 高麗川公民館 休養室
○定 員 6人(申込み順)
○対 象 成人女性
○参加費 無料
○持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装、マスク
○講 師 平野 紀子さん
(たんぽぽ健康室 マスター中高老年期運動指導士)
○申込み 2月10日(木)までに、電話または直接、高麗川公民館へ



災害に備えよう!防災セミナー

近年、災害が多発しています。災害は、時と場所を選びません。災害が起きても、自分自身や家族を守るために、必要な知識や技術、心構えなどを学びましょう。

- 日 時 2月26日(土) 午後1時30分～3時
○場 所 高麗川南公民館 集会室
○対 象 満15歳以上の方
○定 員 15人(申込み順)
○参加費 無料
○持ち物 飲み物、フェイスタオル(長方形)2枚、レジ袋1枚、筆記用具、マスク
○講 師 日本赤十字社埼玉県支部講師
○申込み 2月22日(火)までに、電話または直接、高麗川南公民館へ



子育て応援隊・ポカポカ広場

2月8日(火)、22(火)
午前10時～11時30分

- ☆時間内は、自由に入出りできます。
☆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。

2月22日(火)は、おひなさま制作 です。

☆陸上教室中止のお知らせ☆

2月12日(土)・2月26日(土)に予定されていた陸上教室は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となりました。

高麗川公民館を利用される皆様へ ～お願い～

新型コロナウイルス感染症予防のため、事前の検温とマスクの着用、手指消毒、部屋の換気等、引き続きご協力いただくようお願いいたします。

また、体調の悪いときは無理せず、利用をお控えください。

ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。



日高口コトシ教室

日高市健康口コモ体操は、「いつでもどこでも！」できるトレーニングです。

日 時 2月18日(金)
午後1時30分～2時30分
場 所 高麗川公民館 大集会室
内 容 「レクダンス」
対 象 高麗川小学校地区にお住まいの
65歳以上の方
定 員 10人(申込み順)
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



脳イキイキ教室



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 2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(運動編)」
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人(申込み順)
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

☆公民館ロビー展示☆

❖高麗川中学校生徒作品展❖
2月2日(水)～2月19日(土)

※高麗川小学校児童作品展は、
中止となりました。

※状況により変更になる場合があります。

☆公民館ふぁと・れぽーと☆



1月14日(金)定例ウォーキング
松福院にて



❖1月16日(日)に、高麗川地区青少年健全育成の会の皆さんに
お花を植えていただきました。ありがとうございました❖

