

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



春休み手作り教室①

すてきなシュシュを作ろう♪

ふわふわな毛糸で、シュシュを作ってみませんか。編針を使わずにストローを使って作る、ちょっと変わった楽しい編み物です。

すてきなシュシュで女子力アップです♪



- 日 時 3月26日(土)
午前9時30分～12時
- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 定 員 10人(申込み順)
- 対 象 小学生以上どなたでも
(小学1～4年生は保護者同伴)
- 参加費 300円(材料費)
- 持ち物 飲み物、マスク
- 講 師 中村 由紀子さん(手編み師範)
- 申込み 3月5日(土)から3月19日(土)までに費用を添えて直接、高麗川公民館へ(日、月曜日を除く午前8時30分から午後5時まで)



春休み手作り教室②

消しゴムはんこを作ろう♪

消しゴムはんこ作りを体験してみませんか。はがき2分の1のサイズの消しゴムをアートナイフで加工して作ります♪



- 日 時 3月30日(水)
午後1時～4時
- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 定 員 6人(申込み順)
- 対 象 小学生以上どなたでも
(小学1～4年生は保護者同伴)
- 参加費 300円(材料費)
- 持ち物 筆記用具、カッターナイフ、定規(15cmくらい)
カッターマット(お持ちの方)、ウエットティッシュ、マスク
- 講 師 EMIさん
- 申込み 3月5日(土)から3月19日(土)までに費用を添えて直接、高麗川公民館へ(日、月曜日を除く午前8時30分から午後5時まで)

はじめての指ヨガ♪

「手は露出した脳である」と言われています。手指を刺激することで、心身のバランスを修正し、エネルギーや気の流れを良くし、自然治癒力を高めることができます。

コロナ禍ですが、時間や場所にとらわれず、ひとりでも気軽にできる指ヨガでリフレッシュしましょう♪



- 日 時 3月30日(水)
午前10時～11時
- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 定 員 10人(申込み順)
- 対 象 成人
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具、飲み物、マスク
- 講 師 青木 和子さん
(龍村式指ヨガインストラクター)
- 申込み 3月5日(土)から3月19日(土)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)



定例健康ウォーキング

楽しく歩こう！

☆高麗川遊歩道を歩こう☆

- ☆日 時 4月8日(金) 午前9時～正午ごろ
※雨天中止
- ☆集 合 高麗川公民館
- ☆定 員 15人(申込み順)
- ☆持ち物 飲み物、タオル、帽子、マスク
- ☆講 師 運動普及推進員の皆さん
- ☆申込み 3月10日(木)から電話または直接高麗川公民館へ(☎989-9110)
- ☆当日申込み不可



＊ ＊ 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、3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、水筒、おもちゃ、傘など

子育て応援隊・ポカポカ広場

3月8日(火)、22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 未就園児とその保護者

申込 必要ありません、直接お越しください。

3月22日(火)は、お楽しみ会です♪



おもちゃの病院

「日高市おもちゃドクターの会」の皆さんが、おもちゃ病院を開院します。



☆日 時：4月9日(土)

☆場 所：高麗川公民館 1階実習室

☆受付時間：午前9時～10時30分

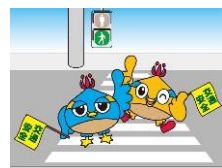
☆修理代は無料で、依頼は1人5個までです。

☆内容により、修理できないものもあります。

☆人に害を与える恐れのあるものは、受付できませんのでご了承ください。

交通安全母の会 会員を募集しています！

日高市交通安全母の会では「交通安全は家庭から」を合言葉に、子ども・高齢者・地域の交通安全意識の高揚を図るべく、啓発活動を行っております。主な活動内容は、春夏秋冬の季節ごとに行われる交通安全運動期間中に市内の通行量の多い交差点付近での声掛け、啓発品配布などの活動です。



お子さんがいない方や男性の会員も募集しております。詳細につきましては下記へご連絡ください。

<問い合わせ先> 日高市 危機管理課 交通安全・防犯担当 ☎989-2111(代表)



日高口コトレ教室

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 3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 3月9日(水) 午前10時～11時

場 所 高麗川公民館 大集会室

内 容 「漢字で遊ぼう」

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

☆公民館ふぁと・れぽーと☆



2月定例ウォーキング
「静かな巾着田を歩こう」



ポール de ストレッチ



「編み物教室
ふわふわマフラーを編もう」