

楽しく歩こう！9月の定例健康ウォーキング

[埼玉県コバトン健康マイレージ20P]

高萩公民館との合同ウォーキングです！
まだまだ暑いですが、元気に歩きましょう！

テーマ 池尻池（鶴ヶ島市）まで歩く
[ほぼ平坦な約7km]

期日 9月2日(土) ※雨天中止

集合 高萩北公民館 午前9時

解散 高萩北公民館 正午頃

対象 成人一般

指導 運動普及推進員の方

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル、帽子、生き生き手帳（お持ちの方）
*リュックなど両手をあけた歩きやすい格好・はきなれた運動靴でご参加ください。

申込み 8月31日（木）までに電話または直接、高萩北公民館へ



高萩北公民館文化祭 10月14・15日(土・日)

～個人作品募集のお知らせ～

種類	内容	出品数
活花	盛花・投入れ（作品の大きさは、普通席60cm程度）	総数40杯
手工芸	編み物・組み物・木彫・ししゅう・籐・パッチワーク等	1人2点以内
絵画	大きさ10号以内 水彩画・油絵・水墨画・はり絵	1人2点以内
書	大きさ 半切り以内	1人2点以内
写真	題材 自由（額またはパネル入り） 大きさ カラー：キャビネ以上 白黒：四つ切り以上	1人2点以内
その他	ご相談ください。	

搬入 10月13日（金）午後1時～3時 搬出10月15日（日）午後3時～

申込み 8月22日（火）までに高萩北公民館の窓口へ

～フリーマーケット出店募集のお知らせ～

公民館文化祭で、リサイクル品や手作り品を売いませんか。

日時 10月14日（土）午前9時～午後4時・15日（日）午前9時～午後3時

店舗数 3店舗（申込み順）

出店料 無料 *事業者の出店はできません。

会場 高萩北公民館 屋外 *雨天の対応は各自お願いします。

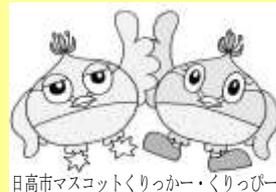
申込み 8月8日（火）から8月22日（火）までに高萩北公民館の窓口へ

料理講習会
【保健相談センターと共催】
日時 9月14日（木） 午前10時～午後1時
（受付開始：9時45分）
場所 高萩北公民館 調理室
対象 成人一般
講師 高萩北ヘルスメイト
献立 牛肉と根菜の炊き込みご飯、ワカメ・大根味噌汁、春菊と豆腐のサラダ、茹で野菜の大豆ヨーグルトソース、抹茶寒天
参加費 300円（当日集金）
持ち物 エプロン、手拭きタオル、三角巾、筆記用具、生き生き手帳（お持ちの方）、参加費
定員 16人（申込み順）
保育 保育希望者は、講座の申込み時に申出てください。
申込み 8月8日（火）から9月10日（日）までに電話又は直接、高萩北公民館へ。

No. 265 平成29年8月1日発行
TEL 042(989)7322 FAX 042(989)9948
高萩北公民館 旭ヶ丘997-1

高萩北公民館だより

笑顔で明るく
平成29年8月号



日高市マスコットくりっかー・くりっぴー

今月の寿大学

8月16日（水）

午後2時～3時30分

古典芸能「落語」
を聴いて心のリフレッシュ

～ひだか落語を進める
会メンバーの熱演をお聴きください～

*今回は、寿大学学生でなくても60歳以上の方なら誰でも鑑賞できます。

入場無料!

事前申込み不要です。
当日、直接会場にお越しください。

8月20日（日）

は **BJの日**

～便利を上手に使う～
高萩北地区青少年健全育成の会

高萩北地区体育祭

[10月1日(日)開催]

7月20日に各分館長と協力団体の代表者に集まっていただき、体育祭の説明会を開催しました。

今年度は、分館対抗種目の見直しをしました。「カニ玉リレー」の代わりに「ターゲットボール」が、新種目として加わります。これは、グラウンドゴルフのボールを的めがけて打つ競技です。

現在、各分館長に出場選手と役員を選出をお願いしています。是非、ご協力いただき、高萩北地区体育祭を盛り上げましょう。

日高・みどりの会 第11回環境ボランティア 活動展・講演会

市内で環境関連活動をしている団体などのパネル展示と日高市の自然環境保全について講演会を行います。

日時 9月3日(日)
午前11時～午後4時
*講演は午後1時30分～

場所 生涯学習センター

講演 身近にできる自然環境保全

講師 高根広作さん

費用 入場無料

問合せ 日高・みどりの会
広川 電話 090-7180-2807

脳イキイキ教室

期日 8月21日(月)

時間 午前10時～11時30分

会場 高萩北公民館
第1集会室(1階)

内容 ①コグニサイズ
(頭と体で認知症予防)
②日高市健康ロコモ体操

対象 概ね65歳以上の方

参加費 無料

申込み 事前申込み不要

問合せ 日高市高萩地域包括支援センター
電話984-3001

～仲間を募集～ かわせみ旬会

俳句にチャレンジ!初めての方から経験者まで。少人数でやっています。

対象 性別、年齢問わずどなたでも

活動日 第2又は第3木曜日(月1回)

時間 午後2時～4時

場所 高萩北公民館

会費 月500円

問合せ 渡辺瓜生(わたなべ かせい)
電話080-5076-1422

白炎天
今日の
仕事は
生きる
こと
渡辺瓜生

今月の「赤ちゃんひろば」は24日(木)です

赤ちゃんのいる親子の交流広場です。これからママになる妊婦さんもお待ちしております。開催日は毎月第4木曜日です。

時間 午前10時～正午

対象 0歳児と保護者及び妊婦

場所 高萩北公民館 休養室

費用 無料

定員 なし。申込みも不要。

問合せ 日高市役所子育て応援課又は高萩北公民館へ



平成29年8月のカレンダー



日	曜	予	定	16	水	14:00～寿大学②
1	火			17	木	
2	水	10:00～夏野菜の簡単漬物づくり教室		18	金	
3	木			19	土	
4	金			20	日	B Jの日
5	土	旭ヶ丘自治会納涼盆踊り大会		21	月	10:00～脳イキイキ教室
6	日			22	火	
7	月			23	水	
8	火			24	木	10:00～赤ちゃんひろば
9	水			25	金	
10	木			26	土	
11	金	山の日		27	日	日高市総合防災訓練
12	土	川越ひだか団地まつり		28	月	休館日
13	日	川越ひだか団地まつり		29	火	14:00～文化祭説明会
14	月	休館日		30	水	
15	火			31	木	

