



－ 笑顔で明るく －

高萩北公民館だより



NO. 316 令和3年11月1日発行
TEL 042 (989) 7322

高萩北公民館 旭ヶ丘997-1
FAX 042 (989) 9948

11月

＊お正月を彩る＊ 寄せ植え教室



お正月を迎えるにあたり、今年も華やかに飾る寄せ植えを作りましょう！

日 時 12月11日(土) 午前10時～11時頃
場 所 高萩北公民館 第1集会室
対 象 成人
定 員 20人(申込み順)
参加費 1,500円(材料費)
持ち物 園芸用スコップ、ビニール手袋(軍手可)、エプロン等
指導者 堀口園芸 堀口 金雄 さん
申込み 11月17日(水)から12月1日(水)までに
参加費を添えて直接、高萩北公民館へ
(受付は火～土曜の午前8時30分～午後5時に限ります。)

SGS おやじバンド クリスマスコンサート

SGSおやじバンドからジャズ音楽の素晴らしさ、楽しさをプレゼント♪
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、人数を制限して開催します。

日 時 12月19日(日)
◇午前の部 午前10時開場 10時30分～11時30分
◇午後の部 午後1時開場 1時30分～2時30分
場 所 高萩北公民館 第1集会室
対 象 成人
定 員 各28人(申込み順)
演奏者 SGS おやじバンドの皆さん(公民館登録サークル)
申込み 12月1日(水)から12月16日(木)までに電話または直接、高萩北公民館へ。
(1部か2部どちらかへお申し込みください。)



場 所 高萩北公民館 第1集会室
定 員 各20人(申込み順)どなたでも申込みできます！
申込み 11月12日(金)から電話または直接、高萩北公民館へ
※各々お申込みをお願いします。③か④いずれかのみの受講も受け付けます。

③シニアヒップホップダンス

ヒップホップのリズムに合わせて心身をリフレッシュしませんか！

日 時 11月26日(金) 午後2時～3時頃
講 師 重永 富子 先生
持ち物 タオル、飲み物、運動の出来る服装
・簡単なダンスで身体をリフレッシュします。



④相続おしかけ講座

残された家族に負担をかけないために今できる備えを考える講座です。

日 時 12月9日(木) 午後2時～3時頃
講 師 池田 知明 先生(埼玉司法書士会)
持ち物 筆記用具
・相続の必要性やその対策方法を知ってもらうための、司法書士である講師の経験談も交えた対話形式でわかりやすい講座です。

ワクチン接種後も
油断しないで！



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため
公民館にお越しの際は 検温のうえ マスクを着用し
手指消毒を徹底するほか 参加者間の適切な距離を保ちましょう
体調不良の時は来館しないようにしましょう

ご協力を
お願いします！



ひよこルーム 11/17(水)

親子の遊び場に、保護者の情報交換の場に！

11/17は「ねずみふうせん」作りをします

時 間 午前 10 時～11 時 30 分

対 象 0歳児～就園前のお子さん



場 所 高萩北公民館 休養室

定 員 なし。申込み不要。時間内出入り自由です

問合せ 子育て総合支援センター ☎042-985-8020

赤ちゃん広場 11/25(木)

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。

時 間 午前 10 時～正午

対 象 0歳児及び妊婦



※感染症拡大防止のため
予告なく中止する場合
があります

★ひよこルーム クリスマス会

日 時 12月15日(水)午前10時～11時30分

場 所 高萩北公民館 第1集会室

申込み 子育て総合支援センター ☎042-985-8020

11月18(木)午前9時から電話で申込み ★クリスマス会への参加には申込みが必要です★

関みか先生とあそぼう！
親子体操&リズム遊び
クリスマス工作も
お楽しみに！



脳イキキ教室

～ 認知症予防のために、楽しみながら
より良い生活の過ごし方について学ん
でみませんか ～



事前に
お申込みください

日 時 11月15日(月)午前10時～11時

定 員 20人(申込制)

対 象 高萩地域にお住まいの方

場 所 高萩北公民館 第1集会室

内 容 ①シナプソロジーという脳を活性化させるプログラム
②誰でも簡単にできるエクササイズ 等

申込み 高萩地域包括支援センターへ申込みしてください

☎042-984-3001

無料

【サークル紹介】会員募集！



3B体操ポルカ

3B体操は、ボール、ベル、ベルターといった用具を使用して、誰でも
楽しくできる体操です。音楽に合わせてストレッチ、ダンスなどを取り入
れ、硬くなった体をほぐし、体力の向上と健康を育みます。

会員相互の親睦を図り地域内外へ体操の魅力を伝えています。

楽しく体を動かして一緒にいい汗かきませんか！

公民館除草作業

今年度の除草作業では
4月から9月にかけて全6回、
延べ244人にご参加いた
だきました。

今年も多くの登録サー
クル、テニスチームのご協
力をいただき、公民館の敷
地を綺麗に保つことがで
きました。

たくさんの方にご参加
いただきまして、心より感謝
申し上げます。

来年度もどうぞよろしく
お願いいたします。

ありがとうございました！ありがとうございました！

ありがとうございました！ありがとうございました！

ありがとうございました！ありがとうございました！