



高萩北公民館だより



NO. 313 令和3年8月1日発行
TEL 042 (989) 7322

高萩北公民館 旭ヶ丘997-1
FAX 042 (989) 9948

第38回

高萩北地区体育祭

中止のお知らせ

第38回高萩北地区体育祭は、令和3年10月3日(日)に開催を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、「中止」と決定いたしました。

また、2年連続の中止となりますが、体育祭が開催できる状況となりましたら、皆様の健康増進と、明るい地域コミュニティづくりの場として、盛大に開催できますよう今後ともご協力をお願いいたします。

やってみようポッチャ!



パラリンピック公式競技!
今旬のポッチャを体験してみませんか

日時 8月19日(木曜日) 午前10時~12時頃
場所 高萩北公民館 第1集会室
対象 小学生以上
定員 12名(申込順)
持ち物 汗拭きタオル・飲み物(水分補給用)
参加費 無料
申込み 8月10日(火)から8月18日(水)までに
電話または直接、高萩北公民館へ。
※感染防止のためマスクの着用をお願いします。

親子でクッキング



きれいなバラ模様の
海苔巻きを作ります!
親子で協力して、きれいな
バラを咲かせてみませんか!

日時 9月11日(土曜日) 午前10時~12時頃
場所 高萩北公民館 調理室
対象 小学生とその保護者(2名1組)
定員 4組(申込順)
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物(水分補給用)、持ち帰り用の容器
参加費 1,500円(材料代)
申込み 8月13日(金)から9月3日(金)までに
参加費を添えて直接、高萩北公民館へ。
受付時間: 火~土曜の午前8:30~午後5:00
※感染防止のためマスクの着用をお願いします。

令和3年度 寿大学 開講します

| 期日 | 講座名 | 講師 |
|----------|--------------|----------------------|
| 9/22(水) | スマートフォン教室 | ソフトバンク |
| 10/21(木) | 減災セミナー | 日本赤十字社 |
| 11/26(金) | シニアヒップホップダンス | 重永 富子氏 (登録サークル講師) |
| 12/9(木) | 相続おしかけ講座 | 埼玉県から派遣の講師 |

今年度は講座ごとに受講者を募集します!(どなたでも受講可)
各講座の詳細は今後の公民館だよりに掲載してお知らせします。皆様の受講をお待ちしております。



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

8/18(水)、9/15(水)

★8/18は牛乳パックでヨーヨー作りをします！
時間 午前10時～11時30分
対象 0歳児～就園前のお子さん

毎月
第3水曜日



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

赤ちゃんひろば

8/26(木)

赤ちゃんのいる親子、これからママになる
妊婦さんの交流広場です。
時間 午前10時～正午
対象 0歳児及び妊婦

毎月
第4木曜日

問合せ 子育て総合支援センター
電話 042-985-8020



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

日時 8月16日(月) 午前10時～11時
場所 高萩北公民館 第1集会室
内容 目のケアと認知症予防の講話
(詳細は申込み先にお問合せください)
(無料)
対象 高萩地域にお住まいの方(定員20名)
申込 高萩地域包括支援センター
☎042-984-3001 へ申込みしてください

ロコトシ教室
次回は9月です

1階トイレ改修工事 のお知らせ

8/10(火)～8/14(土)に1階トイレ
(男女)の改修工事を行います。
工事期間中、大きな音や1階トイレが
使用できないなどのご不便をおかけい
たしますがご協力をお願いします。

除草作業は8月はお休みです。
次回9/10(金)
ご協力をお願いします

【サークル紹介】会員募集！



日本スポーツウェルネス吹矢協会 日高かわせみ支部

スポーツウェルネス吹矢をご存じですか？

円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。年齢・性別を問わず誰でもでき、呼吸を意識して練習することから、腹式呼吸と正しい姿勢が身に付くので、楽しみながら健康になるスポーツとして注目されています。

日高かわせみ支部はスポーツウェルネス吹矢の基本動作の習得、競技会を通じて会員の親睦を図り、心身の健康と生きがいの創出を目的として活動しています。

コロナ禍ですが待機中のマスク徹底、用具管理等の感染対策を施して毎週水曜日の午後、高萩北公民館で活動中です。

会員募集中！運動不足の方もスポーツウェルネス吹矢で楽しく健康になりましょう！