



平成30年10月1日発行 \*第7号\* 編集・発行：高麗川南公民館

# 高麗川南公民館だより

## 広げよう 学びあいの輪

〒350-1232 日高市大字中鹿山81番地1  
TEL 042-989-1000 FAX 042-989-9768  
e-mail [minakou@city.hidaka.lg.jp](mailto:minakou@city.hidaka.lg.jp)  
HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/>

# 文化祭のお知らせ



### 今年もこの季節がやってきました！！

- 公民館で活動している皆さんの日頃の成果や力作を発表する機会としていただくとともに、来庁した方に体験していただき、仲間づくりの場とします。
- 子どもたちも参加できる、自ら活躍できる文化祭とするために「楽しめる場」をつくります。

内容	日時	場所
芸能発表	[3日(土)] 10:20~14:30 [4日(日)] 10:30~11:10	1階集会室
体験コーナー	[3日(土)] 10:00~15:00 [4日(日)] 10:00~14:00	1階 ロビー 2階 休憩室、図書コーナー、駐車場 2階 休養室
展示コーナー	[3日(土)] 9:00~15:00 [4日(日)] 9:00~14:00	1階 ロビー、廊下、集会室、階段 2階 廊下、学習室、図書コーナー、保育室、休養室
模擬店	[3日(土)] 9:00~15:00 [4日(日)] 9:00~14:00 (東急祭)	駐車場
子ども広場	[3日(土)] 9:00~14:00 [4日(日)] 9:00~14:00	駐車場
移動図書館車	[3日(土)] 9:00~13:00	駐車場

★詳しくは、プログラムをご覧ください

#### 車でお越しの方

見学の方は、公民館隣のゲートボール場・中鹿山区公会堂をご利用ください。

サークル関係者は、生涯学習センター東側駐車場をご利用ください。

※駐車場の台所に限りがありますので、車をお控えいただくか、乗り合わせをお願いします。

路上駐車は絶対にしないでください！



## 第5回 日高カワセミの里

# ツデーウォーク



2日間に渡って開催されます！季節折々の風景をお楽しみください★

開催日 平成30年11月24日(土)・25日(日)

コース [1日目]4コース [2日目]5コース

(詳しくはパンフレットまたはホームページをご覧ください)

申し込み 事前申し込みは11月12日(月)まで。

日高市生涯学習課または市内各公民館へ

## めぐみ先生の手帳講座 ～自分の時間、みつけた～

毎日なんとなく忙しい、自分の時間が全然ない…などなど。ちょっとモヤモヤしている人におすすめ！手帳は「思考」と「行動」と「時間」を結びつける画期的なアイテム！手帳を使いこなすコツをお伝えします！！

[日時] 平成30年11月16日(金) 10:00～11:30

[会場] 高麗川南公民館 学習室 [講師] 藤原めぐみさん

[対象] どなたでも手帳に興味ある方 [定員] 15人(先着順事前申込必要)

[持ち物] 現在使用している手帳、筆記用具 [費用] 無料

[申込み] 10月9日(火)～11月15日(木)までに電話または直接高麗川南公民館まで

※保育を希望される方は10月31日(水)までにお申し込みください★

### 時間を有効活用♪

より充実した時間を手に入れよう



### 消火・避難訓練のお知らせ

10月18日(木)10:30～11:00頃まで高麗川南公民館で防火訓練を行います。その際に消防車がきますので、近隣の方はご了承ください。



### 除草・園芸作業

日時 10月23日(火)  
9:00～9:30

場所 高麗川南公民館  
持ち物 草とり鎌(お持ちの方)、軍手、タオル等

※雨天時(小雨程度も含む)の場合は中止になります。



### 脳イキイキ教室

日時 10月22日(月)  
10:00～11:30

場所 高麗川南公民館 集会室

内容 脳トレ(運動)

対象 65歳以上

費用 無料

持ち物 日高市ロコモ体操のパンフレット(お持ちの人)

問合せ 高麗川地域包括センター  
☎984-1362

### 秋の健康ウォーキング

～秋の風を味わいながら運動不足を解消しよう～

日時 平成30年10月25日(木)  
8:45～16:30頃

集合場所 日高市立保健相談センター

対象 市民

定員 30名(申込み順)

参加費 高麗川駅から長湊駅までの往復の交通費

持ち物 飲み物、タオル、弁当、雨具、運動ができる服装(靴はウォーキングシューズ)、健康ステップアップ手帳(持っている人)

講師 日高市運動普及推進員

雨天の場合 保健相談センター内で、室内でできる運動を実施。時間はお昼頃まで。

申込み・問い合わせ 日高市立保健相談センター (☎042-985-5122)

### ゲートボール(体験)教室のご案内

ゲートボールの本当の楽しさ、面白さは実際に体験してわかります。

高齢者向けのイメージですが、年齢・性別に関係なく、子どもから大人までどなたでも、お勧め出来て、広めてゆきたいスポーツです。是非参加してください。経験者が丁寧に指導いたします。

日時 10月20日(土) } 受付時間: 8:30 会場 高麗川南公民館ゲートボール場  
11月17日(土) } 9:00～11:00 費用 無料

対象 市内在住の方、初心者歓迎、経験者OK 持ち物 運動できる服装、飲み物等

人数 10～15名程度/1回 申込み 不要(当日直接会場へ)

問合せ 日高市ゲートボール連盟 高根地区推進委員 由良 一二 (☎989-7281)

和田 喜代治 (☎985-0242)

