



令和元年7月1日発行*第4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
HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/>

1年が「あっ」という間なら、夏休みは「あ」という間
～南公民館のサマープラン～

『夏休みをさぼるな!』



- | | | |
|-----|----------|------------------------|
| 第1弾 | 8月 4日(日) | 水ふうせんで大さわぎ🎈 |
| 第2弾 | 8月21日(水) | Family Cooking🍳 |
| 第3弾 | 8月23日(金) | 昭和の歌♪ |
| 第4弾 | 8月30日(金) | 日曜大工へ |
| 第5弾 | 9月24日(火) | 耳つぼジュエリー&
リフレクソロジー🌸 |



- | | | |
|-----|----------|-----------------|
| 第6弾 | 9月25日(水) | 午前 シニアヒップホップダンス |
| 第7弾 | 9月25日(水) | 午後 終活セミナー①📝 |
| 第8弾 | 9月28日(土) | アフタヌーンコンサート♪ |



詳しくはチラシ等でご案内します!乞うご期待!

水ふうせんで大さわぎ♪

第1弾!

暑い夏休み!みんなで水ふうせんで思いっきり遊ぼう!

- | | | |
|-----|-------------------------------------|------------------|
| 日時 | 8月4日(日) | 午前10時~10時50分 |
| 場所 | 高麗川南公民館 | 駐車場 |
| 対象 | 小学生 | 人数 20人(先着順) |
| 講師 | 日高市青少年相談員のみなさん | 費用 200円(当日集金します) |
| 持ち物 | 飲み物、タオル、着替え ※濡れてもいい服装で来てください。 | |
| 申込み | 7月9日(火)から直接または電話で高麗川南公民館へ | |
| その他 | 雨天中止、熱中症予防のため気温が上昇し危険と判断した場合も中止します。 | |



Family Cooking

第2弾!



気取らず“うまい定食”
～ヘルスメイトさんと日本の食を知る～
『南公定食』にチャレンジ!

ぼくもわたしも一日コック！栄養バランスと彩りのよい、日本のおいしい定食を家族で楽しく作って食べませんか。みなさん、高麗川南公民館で新しい家族の絆を★

日時 8月21日（水） 午前10時～正午 場所 高麗川南公民館 調理室
対象 小学生以下のお子さんご家族 人数 8組
参加費 1人 500円（材料費）※事前支払となります。
持ち物 エプロン、三角巾、手ふき用のタオル、筆記用具
メニュー オープンいなり定食 講師 南食改（ヘルスメイト）のみなさん
申込み 7月8日（月）から電話または直接高麗川南公民館まで

音楽
セミナー

ミュージックリクエスト♪

～私が聴きたい・みんなに聴かせたい一曲～

皆さんに素敵な音楽を届けて ホット一息タイム！
そんな思いから、高麗川南公民館のロビーはBGMでいっぱい！
そこで、あなたが聴きたい・聴かせたい一曲を大募集♪
今回は『夏』限定の一曲♪ たくさんのリクエストお待ちしております♪



♪リクエスト方法 リクエストカードに記入して、高麗川南公民館へ
（リクエストカードは高麗川南公民館にあります。）

♪リクエスト申込 7月9日（火）～8月31日（土）

♪その他 詳しい内容は南公民館スタッフまで



癒しセミナー

親子スマイル教室

子育て応援します！みんなで楽しい時間を過ごそう！

日時 7月12日（金）
午前10時～11時
場所 高麗川南公民館 休養室
対象 未就学児とその親子、
又はお孫さんと祖父母等。
定員 10組程度
指導者 関 みかさん
申込み 電話または直接高麗川南
公民館まで

定例健康ウォーキング

横手溪谷を歩く

日時 8月9日（金） ※雨天中止
午前7時30分～10時頃
集合 巾着田
持ち物 飲み物、タオル、帽子、
生き活き手帳（お持ちの方）
講師 運動普及推進員の方
申込み 8月8日（木）までに電話または
直接高麗川南公民館まで

盆踊り講習会

日時 7月3日（水）、23日（火）、31日（水）
いずれも午後1時30分～3時30分
～夏祭りで踊りましょう♪～
曲目 日高小唄、東京音頭
炭坑節、キヨシのズンドコ節
東京五輪音頭-2020-
持ち物 上履き、飲み物、汗拭きタオル
問合せ 高麗川南公民館
ゆず葉 日野恭子 ☎080-5455-2862



脳イキキ教室

合唱～季節に合った懐かしの歌を歌う～

日時 7月22日（月）午前10時～11時30分
場所 高麗川南公民館 集会室
対象 65歳以上の人 費用 無料
申込み 不要（直接会場へ）
問合せ 高麗川地域包括支援センター
☎984-1362

除草作業のお知らせ

7月18日（木）
午前9時～9時30分
ご協力をお願いします！

9・10月分部屋利用予約会

8月1日（木）
利用登録団体
午前8時45分～9時30分
一般団体及び電話受付
午前10時～