



令和元年8月1日発行*第5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/>

サマーズラン

「夏休みをさぼるな！」

第3弾！癒しセミナー

青春時代の懐かしい歌、あの頃大好きだった歌。
そんな名曲の数々をみんなで一緒に歌いませんか。

日時 8月23日(金) 午後1時30分～3時30分
場所 高麗川南公民館 集会室 人数 80人(先着順・事前申込み必要)
講師 天野 勤さん 持ち物 飲み物、生き生き手帳(お持ちの方)
申込み 8月6日(火)から直接または電話で高麗川南公民館へ
【お願い】駐車場が狭いため、徒歩・自転車・乗り合わせ等でのご来場にご協力ください。

昭和の歌を歌いましょう



サマーズラン

「夏休みをさぼるな！」

第4弾！

日曜大工

～作って楽しい！使って便利！～

木材を使って、日曜大工を楽しみましょう♪
困ったときは講師がお手伝いしますので、初めてでも、女性でも大丈夫です。オリジナルの作品を作ってみませんか。

日時 8月30日(金) 午前10時～午後3時頃
場所 高麗川南公民館 集会室
対象 成人(どなたでも！)
講師 小林 勝彦さん
内容 棚、椅子など
参加費 1,000円(材料費)
※当日までの支払い
人数 12人(先着順)
持ち物 大工道具(お持ちの方)、作業しやすい服装、
手拭きタオル、筆記用具、お弁当、飲み物
申込み 8月6日(火)から直接または電話で、
高麗川南公民館へ



サマーズラン

「夏休みをさぼるな！」

第6弾！

Senior Hip-Hop Dance

シニアヒップホップダンス

～まだまだ若いモンには負けないぜ！！～
初めてでも簡単 ヒップホップダンス！いつまでも
元気なおじいちゃん、おばあちゃんを目指して高麗
川南公民館でレッツダンス！ダンス！ダンス！

日時 9月25日(水)
午前10時～11時30分
場所 高麗川南公民館 集会室
対象 60歳以上の方
人数 30人(先着順) 参加費 無料
講師 重永 富子さん
持ち物 飲み物、タオル、室内履き(上履き)
申込み 8月14日(水)から直接または電話で、
高麗川南公民館へ



定例健康ウォーキング

市内農家めぐり

日時 9月20日(金)
午前9時～午後1時頃
集合 高麗川公民館 ※雨天中止
持ち物 飲み物、タオル、帽子、
生き生き手帳(お持ちの方)
申込み 9月19日(木)までに、電話または
直接高麗川南公民館へ



おもちゃ病院がやってくる！

おもちゃドクターが壊れてしまったおもちゃを修理してくれるよ！

日時 9月14日(土)
場所 高麗川南公民館 調理室
受付時間 午前9時～正午 費用 無料



《診察についての注意》

- ・治療費は無料ですが、部品交換を行った場合のみ、実費がかかります。
- ・入院した場合は、退院日に南公民館まで、お迎えに来てください。

サマーラン
「夏休みをさぼるな！」
第5弾！癒しセミナー

えっ、

耳ツボだけで癒し体験？

みなさんは耳ツボを刺激するだけで心身を整える効果があることをご存知ですか。
カラダの凝りやホルモンバランス、リンパの流れをよくするなど、いろいろな効果を与えることができます。
南公民館で耳ツボマッサージの世界に一步、足を踏み入れてみませんか

日時 9月24日(火) 午前10時～正午
場所 高麗川南公民館 学習室
定員 15人(先着順)
申込み 8月14日(水)以降に電話または直接高麗川南公民館まで

対象 成人(どなたでも)
講師 藤原 めぐみさん

耳ツボジュエリ
ー体験もできる
よ♪



除草作業のお知らせ

9月10日(火)
午前9時～9時30分

ご協力をお願いします！

夏休み自主学習室の開放について

夏休み期間中に公民館の空き部屋を
自主学習室として開放します

※利用者の学習支援策として実施するものです。生涯
学習及び自主学習の場としてご利用ください。

利用期間 7月20日(土)～9月1日(日)

利用時間 午前9時～午後5時

【利用にあたっての注意事項】

○室内では他の利用者の迷惑にならないようにご利用
ください。 不明な点は公民館まで。

公民館からお知らせ

★ミュージックリクエスト・夏★

まだまだ募集しています！

自分が聴きたい!or みんなに聴いてもらいたい!そ
んなオススメ曲があったら、是非南公民館で流しま
せんか? リクエストは南公民館まで。

体育祭・文化祭の日程が決まりました！

体育祭 10月13日(日) ※雨天時は体育館

文化祭 11月2日(土)・3日(日)

ぜひご参加ください★

★★お礼★★

七夕飾りにたくさんのお願いごとを
書いてくれてありがとう！

みんなの願いが叶いますように！

Wishes will be true!!



脳イキキ教室

脳トシ

(コグニサイズという頭の体操を加えた運動)

日時 8月26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

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)

なんと!?

公民館事業から

新しいサークルが誕生！

卯の花俳句会

(結成日：令和元年7月15日)

5～7月に行った公民館事業「俳句づくり体験
講座」に参加された方々10人で結成されまし
た。詳しくは、南公サークル通信“10月号”
でお知らせします。

高根地区体協から

夏休みラジオ体操のお知らせ

日程 7月22日(月)～26日(金)、7月29日(月)～8月2日(金)
8月19日(月)～23日(金)、8月26日(月)～30日(金)

場所 ①高根小学校 校庭 ②高麗川南公民館 駐車場

時間 午前6時30分から ※雨天中止

★最終日は参加賞をお渡しします。

