



令和2年1月1日発行 *第10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/>



明けましておめでとうございます

昨年中は、分館長さんをはじめ、サークルの皆さん、地域の皆さん、地域団体の皆さん、学校関係者の皆さん、大変お世話になりました。本当にありがとうございました。

本年は、高麗川南公民館が開館して40周年を迎えます。公民館をご利用いただくすべての皆さんへ感謝をお伝えする一年として、様々なイベントや公民館事業など企画してまいりますので、多くの方に楽しんでいただけたら幸いです。

今年も「ワンランクアップ・満足度アップ」の高麗川南公民館を目指して、職員一同力を合わせて取り組みますので、よろしくお願ひ申し上げます。

皆さんにとって、健康で明るい一年となりますよう心よりお祈りいたします。

令和2年元旦 高麗川南公民館 職員一同



あつこ校長と仲間たち ハートフルコンサート

～音楽にはすべての教科が入っています～

あつこ校長とお仲間によるハートフルなコンサート。「音楽の力で日高を元気に！」このチャンスを逃さず、南公民館に集まれ★最後はみんなで一緒に歌いましょう♪

日時：2月15日(土) 午後4時～5時30分

場所：高麗川南公民館 集会室

対象：どなたでも

人数：60人(申込み順)

出演：高根小学校校長 吉原敦子さん
グリーンピース合唱団の皆さん
ソプラノ歌手 清水由美子さん

入場：無料

申込み：1月7日(火) から電話または直接高麗川南公民館まで

【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。



ぐりとぐらの ぬいぐるみを 作っちゃおう!

ぬいぐるみ好きにはたまらない♪



型紙から愛着のある可愛いぐりとぐらのぬいぐるみが作れちゃいます★★※1体を作ります!

日付：【全4回】2月5日(水)・6日(木)・

12日(水)・13日(木)

時間：午前9時～正午

場所：高麗川南公民館 学習室

対象：成人

人数：8人(申込み順)

費用：1,000円/材料費・2体分(※事前支払)

講師：中村由紀子さん(手編み師範・南公民館スタッフ)
河崎和子さん(南公民館スタッフ)

申込み：1月9日(木) から電話または直接高麗川南公民館まで

消火・避難訓練のお知らせ

2月18日(火) 午前9:30～10:00

3・4月分部屋予約会

2月4日(火) 登録団体 8:45～9:30

一般団体及び電話受付 10:00～

♡St. バレンタインデーに♡

バレンタインリラックスヨガ

初めての方も、男性も、ココロとカラダの芯からリラックスできるヨガ。バレンタインデーならではの、愛と幸せを感じるヨガを南公民館からお届け♪

日時：2月14日（金）午前10時～正午

場所：高麗川南公民館 集会室

人数：20人（申込み順）

対象：成人

参加費：無料

持ち物：飲み物、手ぬぐいまたはフェイスタオル、
ヨガマット（なければ大きめのバスタオル）

講師：ジェームス紗織さん
（RY200・ヨガインストラクター1級）

申込み：1月9日（木）から電話または
直接高麗川南公民館まで

保育あり★

男性大歓迎!!

大好評★第2弾!

シニアヒップホップダンス

初めてでも簡単! 大人気のヒップホップダンス!
いつまでも元気なシニアを目指して、一緒に体を動かしましょう。レッツ!ダンス!ダンス!ダンス!



日時：2月19日、3月4日・18日
（いずれも水曜日）

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：各20人（申込み順）※1回のみ参加もOK

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：1月8日（水）から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



狭山丘陵の自然を楽しもう

【日時】2月21日（金）

午前8時15分～午後1時 ※雨天中止
ウォーキング終了後、箱根ヶ崎駅解散

【集合】午前8時15分に高麗川駅集合

【交通】高麗川駅～箱根ヶ崎駅（八高線）
※行きの高麗川駅は8:34分高麗川駅発
交通費は自己負担（片道IC運賃330円）

【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】2月20日（木）までに電話または
直接高麗川南公民館へ

のどトレ体操

のどの健康を維持するトレーニング!

活動日：毎月第1日曜日

活動時間：午後1時30分～3時30分

会費：無料

指導者：嚙下トレーニング協会 玉澤明人

問合せ：玉澤陽子 ☎ 85-2783

人づくり
セミナー

1♡味噌

～味噌造りに挑戦してみよう!～

大好評! おふくろの味「味噌」を学び、いろいろな
味噌造りに挑戦してみよう!

日時：[米麹味噌] 1月31日（金）

午前10時30分～午後0時30分

[麦味噌] 2月22日（土）

午前10時30分～午後0時30分

[おから味噌] 3月26日（木）

午後1時30分～3時30分

場所：高麗川南公民館 調理室

対象：成人 人数：各12人（申込み順）

講師：田中 智春さん

費用：[米麹・麦] 4,500円

[おから] 4,000円

持ち物：エプロン、三角巾（髪を覆えるもの）、

タオル、筆記用具

申込み：1月7日（火）から25日（土）までに、

費用を添えて、直接高麗川南公民館まで



Photo Report



11月19日（火）に、
「3色パステルアートセラピー」の講座を開催しました! 初めてでもきれいに描けて、優しい色合いが癒しをくれました。

脳イキキ教室

口腔と認知症予防についての講話・口の体操・
ブラッシング指導（歯科衛生士）

日時：1月27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歳以上の方 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