

高麗公民館だより

〒350-1245
 日高市大字栗坪92番地2
 TEL: 989-2381
 FAX: 989-7967
 発行 高麗公民館
<http://www.city.hidaka.lg.jp>

(スローガン)

まず参加
 仲良く 楽しく
 学びあい



定例健康ウォーキング

「歩くこと」は健康づくりの第一歩です。
 毎月、武蔵台公民館と合同で健康ウォーキングを
 実施しています。ご参加をお待ちしています。



期日	内容	集合	申し込み
12月23日(水)	とおのすやま 多峯主山から天覧山へ 陽だまりを歩こう 〔約9kmのアップダウンのあるコース〕	武蔵台公民館	前日までに 武蔵台公民館 へ ご連絡ください。 ☎042-982-2950
1月27日(水)	高麗丘陵の 背骨を歩こう 〔約8kmのアップダウンのあるコース〕	高麗公民館	12月10日から 前日までに 高麗公民館 へ ご連絡ください。

時間：午前8時45分～正午頃
 定員：15人(申し込み順)
 持ち物：健康ステップアップ手帳、
 飲み物、タオル、帽子
 ※運動できる服装でご参加ください。
 参加費：なし



親子ハッピーたいむ

【第4回】親子でクリスマス会！！

子育て中のお母さん、一人でごんぼっていませんか？
 たまには、仲間とリフレッシュしましょう！

協力：母と子のスキンシップサークル
 申込み：開催日の1週間前までに高麗公民館へ
 ご連絡ください。
 ※天候等により日程や内容を変更する場合があります。
 日時：12月15日(火)
 午前10時～午前11時30分
 場所：高麗公民館 大集会室
 参加費：なし

クリスマスならではの工作や遊びで
 親子の絆を深めます！！



家族信託を活用しよう！

充実した終活をしてみませんか？
 自分の財産をどうすればいいのか学びましょう！

日時：12月22日(火) 午前10時～正午
 場所：高麗公民館 大集会室
 対象者：成人
 定員：30名(申し込み順)
 講師：川畑 静美さん
 参加費：なし
 持ち物：筆記用具
 申込み：12月1日(火)から12月18日(金)までに
 高麗公民館へご連絡ください。

行政書士かわばた
 福祉法務事務所
 行政書士

子ども公民館 第2弾

クリスマス工作にチャレンジ★

	午前の部	午後の部
内容	キラキラかわいい クリスマスせっけん作り	たのしいうれしい クリスマスカード作り
時間	10:30～12:00	14:00～15:30
持ち物	参加費(300円)	ハサミ、カッター、 筆記用具、定規
講師	Aroma Drop 加藤 陽子さん	高麗公民館職員



好きなほうを
 えらんでね！
 両方参加もOK

期日：12月25日(金)
 場所：高麗公民館 大集会室
 対象：小学生(1・2年生は保護者同伴)
 人数：10人(申し込み順)
 申込み：12月4日(金)から高麗公民館へご連絡ください。

相続税勉強会

相続税とは何なのでしょう？税理士さんと一緒に考えてみましょう！

日時：2月6日(土)・7日(日) 午前10時～正午
 場所：高麗公民館 大集会室
 対象者：成人
 定員：30名(申し込み順)

両方参加できる人を優先します。

講師：すゐが けんきち
 駿河 兼吉さん

税理士法人SKY
 税理士

参加費：なし
 持ち物：筆記用具
 申込み：1月5日(火)から1月29日(金)までに高麗公民館へ
 ご連絡ください。

高麗地区青少年健全育成の会

せんいちこう 千日紅でリースを作ろう！

日時：12月19日(土) 午前10時～正午
 会場：高麗公民館 大集会室
 参加費：なし
 定員：25名
 対象者：小学校5年生以上
 持ち物：はさみ、エプロン
 講師：やしま ゆか
 八島 由香さん
 申込み：12月8日(火)から電話または直接高麗公民館へ



高麗公民館 12月の予定表

1日(火)	テニスコート抽選会 10:20~ 大集会室	15日(火)	親子ハッピーたいむ④ 10:00~ 大集会室	22日(火)	家族信託を活用しよう! 10:00~ 大集会室
2日(水)	ラケットテニス教室		女性のためのリフレッシュ講座② 10:00~ 集会室	23日(水)	定例健康ウォーキング 8:45~ 武蔵台公民館集合
9日(水)	19:00~ 高麗中学校体育館	19日(土)	千日紅でリースを作ろう 10:00~ 大集会室	25日(金)	クリスマス工作にチャレンジ 10:30~/14:00~ 大集会室
12日(土)	公民館 大掃除 9:00~ 大集会室集合 企画運営委員会議 ※大掃除終了後 集会室		20日(日)	月例 日和田・山のぼり 7:00~ 日和田山登山口集合	12月29日(火)~1月3日(日) 休館日

高麗寿学級プログラム

回	日時	場所	テーマ	講師
2	1月12日(火) 10:00~11:00	楡木公会堂	地区学習会 人権学習	社会教育 指導員
	1月13日(水) 11:00~12:00	栗原公会堂		
	1月14日(木) 13:00~14:00	栗坪公会堂		
	1月15日(金) 10:00~11:00	横手公会堂		
3	2月19日(金) 14:00~15:00	高麗公民館	落語 閉講式	ひだか落語を 進める会

申込み:各クラブ長へご連絡ください。

忘れ物等を 処分します

公民館では、年末までに出ていた忘れ物や、落とし物を、来年早々に処分いたします。心当たりのある方は、公民館へお尋ねください。

月例・日和田・山のぼり



11月15日(日)撮影

12月 20日(日)	午前7時
1月 17日(日)	日和田山登山口集合

※元日には登りません。

日高口トシ教室

日付	場所	内容
12月24日(木)	大集会室	自宅でできる筋力アップ体操 ~日高市健康ロコモ体操~
1月28日(木)	大集会室	武蔵台病院理学療法士による ロコモ体操と腰痛予防体操
2月25日(木)	集会室	武蔵台病院理学療法士による ロコモ体操と膝痛予防体操
3月25日(木)	大集会室	武蔵台病院理学療法士による ロコモ体操と肩の痛み予防体操

会場:高麗公民館(13:30~14:30)

対象:65歳以上の人(高麗地区在住者)

定員:15名(事前申し込み順)

参加費:なし

脳イキイキ教室

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。

会場:高麗公民館
(10:00~11:00)

対象:65歳以上の人
(高麗地区在住者)

定員:20名(事前申し込み順)

参加費:なし

開催日	内容
12月 14日(月)	歯と認知症予防
1月 12日(火)	シナブソロジー
2月 8日(月)	シナブソロジー
3月 8日(月)	脳トレ(運動編)

お問い合わせ
高麗包括支援センター
☎982-0111

日高市新型コロナウイルス
感染拡大予防ガイドラインに
沿って実施します。

高麗公民館文化祭!



令和2年11月7日(土)
~14日(土)

11月8日(日)
特別展示
こま公民館鉄道展



出品・当番・準備等
ご協力
ありがとうございました!!

