

高萩公民館だより

「今日も 笑顔で 学びあう」

発行：日高市高萩公民館

〒350-1213

日高市高萩691番地1

TEL：042-989-2145

FAX：042-989-9471



令和2年2月1日号（毎月1回発行）

2月(如月)予定表

- 1日(土) 定例健康ウォーキング
萩の小道(日光街道)を歩く
- 5日(水) はじめての卓球教室
- 7日(金) ヨガ教室
- 14日(金) 争続にならないために
- 18日(火) 親子ふれあい広場
- 19日(水) オレンジカフェ
- 19日(水)～21日(金) 申告受付
- 26日(水) 男の料理教室
脳イキイキ教室
- 27日(木) ロコモフラ体操



ロコモフラ体操

～ロコモフラで柔軟性・バランス能力・
筋力をつけます～

- 日時 2月27日(木) 午後2時～3時
- 場所 高萩公民館 2階 休養室
- 対象 成人
- 参加費 無料
- 定員 10人(申し込み順)
- 指導者 曾根崎由佳さん
- 持ち物 タオル、飲み物、
動きやすい服装
- 申込み 2月8日(土)から25日(火)まで
に電話または直接高萩公民館へ
(日・月曜日・祝日を除く)



男の料理教室

たのしく蕎麦とうどんを作ってみよう！

日時 2月26日(水) 【蕎麦の日】

3月4日(水) 【うどんの日】

《両日とも》

①午前9時30分～、②午後1時～

※【蕎麦の日】と【うどんの日】の
いずれかで1講座となります。

※両方の申込みもできます。

場所 高萩公民館 1階 調理室

対象 成人男性

参加費 千円(1講座) ※5人分

定員 各12人(申し込み順)

指導者 岡野六郎さん(そば六)

持ち物 エプロン、三角巾

申込み 2月22日(土)の午前8時30分
から午後5時までに参加費を
添えて高萩公民館へ
(日曜日と月曜日を除く)



公民館利用者へのお願い

2月19日(水)、20日(木)、21日(金)の午前
中は高萩公民館で市・県民税申告及び確定
申告の受付をします。申告日は、例年、駐
車場が大変込み合いますので、徒歩や自転
車を利用していただくか、お車での場合は、
乗り合わせをしていただくなど駐車場状況
にご配慮いただくようお願いいたします。

こどもフェスティバル

1年に1回だけの児童館を開催します。スタンプラリーに参加して、スライ
ム作り、ユニカール、折り紙に挑戦してみよう！消防車やパトカーも来るよ。
キッズダンスやマジックショーもお楽しみにね！

日時 3月7日(土) 午前9時45分～12時25分

【スタンプラリー受付時間 午前9時40分～10時45分】

場所 高萩公民館

対象 幼児～小学生(幼児・小学生低学年は保護者同伴)

内容 折り紙、スライム作り、ユニカール、消防車、パトカー、キッズダンス、
マジックショーなど ※内容は変更する場合があります。

2月の脳イキキ教室

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。

日時 2月26日(水) 午前10時～11時30分
場所 高萩公民館 1階 集会室
内容 ①脳トレ

シナプソロジーという脳を活性化させるプログラム、誰でも簡単にできるエクササイズ等

②日高市健康ロコモ体操

対象 65歳以上の方

参加費 無料

問合せ 高萩地域包括支援センター

Tel984-3001

争続にならないために

「相続の話し合いを円満にするには…」など、実例を交えて分かりやすくお伝えします。

日時 2月14日(金) 午後1時30分～3時
場所 高萩公民館 1階 集会室

対象 成人

参加費 無料

定員 60名(申し込み順)

指導者 司法書士 中川博之さん

申込み 2月13日(木)までに電話

または直接高萩公民館へ
(日・月曜日・祝日を除く)



2月のオレンジカフェ(認知症カフェ)

地域の方の誰もが気軽に集い、交流や情報交換ができるカフェです。

日時 2月19日(水) 午後1時30分～3時30分

場所 高萩公民館 1階 調理室

対象 日高市民の方ならどなたでも

参加費 100円

問合せ 高萩地域包括支援センター

Tel984-3001

第32回 グラウンドゴルフ大会

みなさんの参加をお待ちしています!

日時 3月15日(日) ※雨天中止

午前9時30分～正午頃

受付 午前9時～9時15分

場所 日高総合公園グラウンド

対象 高萩南地区にお住まいの方

参加費 無料

主催 高萩南地区体育協会・高萩公民館

申込み 3月3日(火)までに高萩公民館へ

(日・月曜日・祝日を除く)



声ヨガ教室

リラックスをして、のびのびとした呼吸で、全身を使った発声法を実践します。

日時 3月3日(火) 午後1時30分～3時

11日(水) 午前10時～11時30分

場所 高萩公民館 1階 集会室

対象 成人

指導者 ボイストレーナーErikoさん

定員 20名(申し込み順)

参加費 無料

練習曲 涙そうそう、虹の彼方へなど

申込み 2月8日(土)から受付開始

電話または直接高萩公民館へ

(日・月曜日・祝日を除く)



出前相談のお知らせ

生活での困りごと・不安・経済的問題などご本人やご家族が抱えているさまざまな問題を専門の相談員が伺い、整理し、ご本人(世帯)の状況に合わせた解決策を一緒に考え、寄り添いながら安心・安定した生活を目指すお手伝いを行います。

日時 2月4日(火) 午前10時～午後4時

場所 高萩公民館 2階 学習室

問合せ 社会福祉法人日高市社会福祉協議会

Tel985-9100

親子ふれあい広場《楽しくスキンシップふれあひあそび》 昔ながらの伝承あそび(わらべ歌、手あそびなど)をして楽しみま しょう!

日時 2月18日(火) 午前10時～11時

場所 高萩公民館 2階 休養室

対象 未就学児と保護者

参加費 無料

定員 10組

指導者 曲田晴美さん

申込み 電話または直接

高萩公民館へ

(第2月曜日を除く)

