

# 高萩公民館だより

発行 日高市高萩公民館  
〒350-1213  
住所 日高市高萩691番地1  
TEL 042-989-2145  
FAX 042-989-9471  
E-mail hagikou@city.hidaka.lg.jp  
HP http://www.city.hidaka.lg.jp/

令和3年1月1日号（毎月1回発行）

## 1月(睦月)予定表

16日(土) 人権学習講演会  
作って遊ぼう工作教室  
18日(月) 日高口コトシ教室  
20日(水) 個別相談会  
27日(水) 脳イキキ教室  
30日(土) 花を楽しむ講習会②



### ☆年始の休館日☆

令和3年1月1日(金)~3日(日)

## 作って遊ぼう工作教室

画用紙や紙コップを使って、凧やブーメランなどを作って遊んでみよう！

日時 1月16日(土) 午後2時~3時  
場所 高萩公民館 1階 集会室  
対象 小学生  
定員 10名(申込み順)  
参加費 無料  
指導者 おもちゃコンサルタント  
寺内葉子さん  
申込み 1月12日(火)までに電話または直接高萩公民館へお申し込みください。(年始の休館日および祝日を除く)  
定員になり次第、受付を終了します。

注意事項 マスク着用、検温をしてきてください。

## おもちゃ病院

ボランティア団体「日高おもちゃドクターの会」の皆さんが壊れたおもちゃを修理します。

期日 2月13日(土)  
場所 高萩公民館 1階 集会室  
受付 午前9時~10時30分  
返却 正午~午後1時  
その他 修理代は原則無料ですが、部品等の実費をいただく場合や修理できない場合もあります。

注意事項 マスク着用、検温をしてきてください。



## 第3回花を楽しむ講習会②

今年度2回目の花を楽しむ講習会を開催します。フラワーアレンジメントや寄せ植えをしてみませんか？どちらかでも両方でも申込みすることができます。

日時 1月30日(土)  
①午前9時30分~10時30分  
②午前11時~12時

場所 高萩公民館  
内容 ①フラワーアレンジメント  
②寄せ植え

対象 小学生 ※小学3年生以下は保護者同伴  
定員 各10人(申込み順)

参加費 各500円(材料代)  
指導者 ①金子伸昭さん ②加藤洋子さん  
申込み 1月6日(水)から参加費を添えて、直接高萩公民館へお申し込みください。(日曜日と月曜日を除く、午前8時30分から午後5時まで)  
定員になり次第、受付を終了します。  
注意事項 マスク着用、検温をしてきてください。

## 新しい生活様式について

もう一度考えてみませんか。

最近、日高市内でも新型コロナウイルス感染者が急増しています。新しい生活様式を再確認しましょう。

### 「新しい生活様式」の実践例(抜粋)

- 人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける
- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- 対面での打ち合わせは換気とマスク
- 毎朝、体温測定、健康チェック

## ♪新しい生活様式の実践標語コンクール♪

公民館と高萩地区青少年健全育成の会では、「新しい生活様式の実践」に関する標語を募集しています。詳しくは、高萩公民館だより12月号をご覧ください。

応募方法 公民館に置いてある応募用紙に記入し、1月10日(日)までに公民館へお持ちください。(年始の休館日を除く)

問合せ 高萩公民館

## 日高ロコトレ教室

日高市健康ロコモ体操は特別な道具を使わずに「いつでも!どこでも!」できるトレーニングです。足腰の維持にとっても効果があり、転倒や骨折をしない足腰を作るのにとっても適しています。

日時 1月18日(月) 午後2時～3時  
場所 高萩公民館 1階 集会室  
内容 ①ストレッチ ②ロコモ体操  
③その他  
対象 高萩地域にお住いの65歳以上の方  
定員 10人(事前申込み必要)  
参加費 無料  
申込み 高萩地域包括支援センター  
電話 042-984-3001

## 個別相談会のお知らせ

認知症カフェ(オレンジカフェ)は現在、新型コロナウイルスの影響により休止しておりますが、1月から個別相談会として開催することになりました。

日時 1月20日(水) 午後1時30分～3時30分  
場所 高萩公民館 1階 調理室  
内容 もの忘れや認知症に関する相談、介護、健康に関する相談  
申込み 高萩地域包括支援センター  
**※事前申込み必要**  
電話 042-984-3001

## 1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 1月27日(水) 午前10時～11時  
場所 高萩公民館 1階 集会室  
内容 ①脳トレ(コグニサイズという頭の体操を加えた運動)  
②日高市健康ロコモ体操  
対象 高萩地域にお住いの65歳以上の方  
定員 20人(事前申込み必要)  
参加費 無料  
申込み 高萩地域包括支援センター  
電話 042-984-3001

## 公民館フォトコーナー

第16回高萩グラウンドゴルフ大会を12月19日(土)に開催しました。

優勝 比留間 秀夫さん(下高萩クラブ)  
スコア54 \*ホールインワン3回  
準優勝 岡野 隆さん(谷津友の会)  
スコア55 \*ホールインワン1回  
第3位 森 正巳さん(天神クラブ)  
スコア55 \*ホールインワン2回



[左から岡野さん・比留間さん・森さん]

## 2月の定例健康ウォーキング

～高萩北公民館と合同で実施します～

テーマ 萩の小道(高萩神社めぐり)  
白髭神社(大谷沢)・八坂神社(飯能市)・向郷神社(中沢)などをめぐります。[平坦な道 約9km]  
期日 2月6日(土) ※雨天中止  
集合 高萩公民館 午前8時15分  
解散 高萩公民館 正午頃  
対象 成人一般  
定員 15人(申込み順)

**※当日申込みはできません**  
費用 無料  
持ち物 飲み物、タオル、帽子、健康ステップアップ手帳(お持ちの方)等。  
申込み 1月5日(火)から2月5日(金)までに電話で高萩公民館へ。

※定員になり次第、受付終了。  
注意事項 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用や距離をとっての移動等をお願いします。また、定員に達しない場合も、事前申込みをせずに参加することはできません。

## 高萩中PTAからののお知らせ

「資源回収」ご協力のお願い

日時 1月23日(土)  
※小雨決行・雨天予備日なし  
午前8時30分までにお出してください。  
(回収場所等詳細については、地区回覧をご覧ください)  
回収品目 ◎段ボール、新聞、雑紙、雑誌、牛乳パック  
➡品目別に紐で束ねてください。  
◎アルミ缶、スチール缶、衣類  
➡品目別にビニール袋へ入れてください。

