

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802番地3

TEL：042-989-2145

FAX：042-989-9471



令和5年1月1日号（毎月1回発行）

1月(睦月)予定表

- 6日(金)書き初め教室
8日(日)二十歳のつどい第2部[市教育委員会]
11日(水)公民館企画運営委員会議
13日(金)赤ちゃん広場[ひだか子育て応援隊]
17日(火)日高ロコトレ教室[高萩地域包括支援センター]
18日(水)つながりの場[高萩地域包括支援センター]
19日(木)放課後日高塾[市教育センター]
20日(金)スマホ・サポートコーナー
22日(日)新型コロナ予防接種[市保健相談センター]
27日(金)スマホ・サポートコーナー
27日(金)はつらつ健幸教室[高萩地域包括支援センター]
28日(土)市民歴史講座

公民館健幸サタデー（高萩北公民館と共催）

歩くことは健幸づくりの第一歩！

2月の定例健幸ウォーキング ～川越七福神巡り～

[ほぼ平坦な約7kmを1列に並んで歩きます]

日時 2月4日(土) 午前9時～正午

*雨天中止

*武蔵高萩8：28発の電車が便利です。

スタッフは1両目に乗ります。

集合・解散 川越駅（JR川越線改札前）

*クリッカー・クリッピーの青い旗を目印に集まってください。

対象 成人

定員 15人(申込み順)

参加費 無料

指導者 日高市運動普及推進員

持ち物 マスク、飲み物など

*履きなれた運動靴でおいでください。

申込み 1月10日(火)から高萩公民館へ
(当日申込不可)

☆小江戸川越七福神

妙善寺（毘沙門天）⇒天然寺（寿老人）⇒

喜多院（大黒天）⇒成田山（恵比須天）⇒

蓮馨寺（福祿寿神）⇒見立寺（布袋尊）⇒

妙昌寺（弁財天）

*途中、休憩時間をとりますが、御朱印をもらう時間はありません。

公民館高齢者教育事業

1月のスマホ・サポートコーナー ～難しいから楽しいへ～

スマホの操作方法に関する質問に、講師がマンツーマンで親切にアドバイスします。

期日 1月20日(金)、27日(金)

受付時間 午前9時30分～11時30分

場所 高萩公民館 学習室

対象 どなたでも

定員 なし(混雑時は、1人15分程度で終了)

講師 [スマホ教室]スマホ1年生

遠藤裕太さん・金澤郁美さん

参加費 無料

持ち物 マスク、スマホ

申込み 事前申込み不要

当日、受付時間内に直接会場へお越しください。

市民歴史講座

「素材のチカラ

-素材から探る縄文人の活動と暮らし-

①1月28日(土) 高萩公民館（多目的ホール）

「縄文土器の胎土分析が目指すところ」

講師：帝京大学文化財研究所 河西学さん

②2月18日(土) 高萩北公民館（第1集会室）

「多様な器の形と「縄紋」人の「あく抜き」技術
-民俗考古学から見えてきた縄紋土器の機能-

講師：物質文化研究所「一芦舎」名久井文明さん

③3月18日(土) 高萩公民館（多目的ホール）

「石器石材の鑑定が縄文交流史に果たす役割」

講師：考古石材研究所 柴田徹さん

時間 午後2時～4時

対象 一般

定員 各回40人(申込み順)

参加費 無料

持ち物 マスク、筆記用具など

申込み 1月11日(水)から高萩公民館へ

*講座内容についての問い合わせは下記へ

生涯学習課 文化財担当 Tel042-985-0290

第39回高萩南地区 グラウンドゴルフ大会成績

[12月17日開催 出場者88人]

- 優勝 栃谷光夫さん(宮前)
スコア53 ホールインワン2回
- 準優勝 竹本利治さん(谷津)
スコア56 ホールインワン2回
- 第3位 小塚栄子さん(高萩1区)
スコア60 ホールインワン1回
- 第4位 石神勉さん(谷津)
スコア61 ホールインワン1回
- 第5位 佐藤二三夫さん(むさし野団地)
スコア62 ホールインワン1回
- 第6位 浜中哲郎さん(下高萩)
スコア62 ホールインワン1回
- 第7位 高橋美男さん(高萩団地)
スコア62 ホールインワン1回
- 第8位 菅原芳男さん(高萩団地)
スコア64
- 第9位 大河原兼二さん(高萩団地)
スコア64
- 第10位 松本ハツさん(谷津)
スコア64
- ☆ラッキー7賞・飛び賞・日付賞・BB賞・最高
年齢賞に入賞した方もおめでとうございます。



高萩地域包括支援センターの 〇はつらつ健幸教室 ～フレイル予防教室～

日時 1月27日(金) 午前10時～11時30分
場所 高萩公民館 多目的ホール
内容 ①脳トレ
②日高市健康ロコモ体操
対象 高萩圏域の方
定員 20人 申込み制



〇日高ロコトレ教室

日時 1月17日(火) 午後1時30分～3時
場所 高萩公民館 多目的ホール
内容 理学療法士による
①日高市健康ロコモ体操
②痛みの緩和予防に関する体操と講話
対象 高萩圏域の方
定員 20人 申込み制

〇つながりの場・出張相談会

認知症についての理解を深めて、地域の方々が語り合い、つながることが出来る場所として「つながりの場」を開催します。
*高萩地域包括支援センターの出張相談会～高齢者のなんでも相談窓口～も同時開催します。

日時 1月18日(水)
午後1時30分～2時30分
場所 高萩公民館 調理室(多目的室)
内容 ①認知症についての語り合い
②高齢者のなんでも相談
対象 どなたでも(要事前申込み)

申込み・問合せ
高萩地域包括支援センター
TEL042-984-3001

ひだか子育て応援隊の赤ちゃん広場 1月は13日(金)です。

赤ちゃんのいる親子の交流広場です。これからママになる妊婦さんもお待ちしております。心配ごとなどを誰かに話すだけで楽になることもありますよ。開催日は毎月第2金曜日です。

時間 午前10時～正午
対象 〇歳児と保護者及び妊婦
場所 高萩公民館 和室
費用 無料



*事前申込みは不要、時間内の出入り自由です。
問合せ 子育て総合支援センターぬくぬく
電話042-985-8020