

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4月1日号（毎月1回発行）

4月(卯月)予定表

8日(土)のんびり萩っぽ（サイボク集合）
9日(日)県議会議員選挙[市選挙管理委員会]
12日(水)公民館企画運営委員会
14日(金)スマホ・サポートコーナー
14日(金)赤ちゃん広場[ひだか子育て応援隊]
15日(土)分館長会議
15日(土)高萩南地区スポーツ協会理事会
15日(土)犬の登録と狂犬病予防注射[市環境課]
18日(火)ロコトレ教室[高萩地域包括支援センター]
23日(日)市議会議員選挙[市選挙管理委員会]
28日(金)スマホ・サポートコーナー
28日(金)はつらつ健幸教室[高萩地域包括支援センター]

公民館健幸サタデー（高萩北公民館と共催）

5月の定例健幸ウォーキング ～越生 山吹の里、五大尊を歩く～

歩くことは健康づくりの第一歩です。みんなで
楽しく歩きましょう。

日時 5月6日(土) 午前8時50分～正午頃
*雨天中止

集合 高萩公民館（現地解散）

*武蔵高萩駅から越生駅まで鉄道を利用しま
す。（乗車賃往復500円程度）

*ほぼ平坦な約6kmのコースですが、山吹の
里歴史公園、五大尊つつじ公園（入園料300
円）で自由散策時間をとります。

対象 成人

指導者 日高市運動普及推進員

参加費 無料

定員 15人（申し込み順）*当日申込み不可

持ち物 飲み物、乗車賃、入園料・マスク（必
要な方）

*履きなれた運動靴でおいでください。

申込み 4月12日（水）から高萩公民館へ



公民館健幸サタデー

ますじいの理科教室

プレゼンテーションソフトによる講義です。理
科関係の教養を高めませんか。

- ①5月13日(土) DNAって？
- ②7月8日(土) バイオテクノロジーって？
- ③9月9日(土) 量子論って？
- ④11月11日(土) 宇宙の広がり
- ⑤1月13日(土) 地球46億年の気候変動と現在の温暖化
- ⑥3月9日(土) 日高総合公園のいきもの

時間 午前10時～11時30分

場所 高萩公民館 多目的ホール

講師 増嶋長一さん（元中学校理科教諭）

対象 小学校高学年～一般・お年寄りまで

定員 100人（申込み順）

参加費 無料

持ち物 筆記用具、マスク（必要な方）

申込み 4月11日(火)から公民館へ

公民館高齢者教育事業

4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 4月14日(金) [会場：調理室]

28日(金) [会場：学習室]

受付時間 午前9時30分～11時30分

（1人15分程度）

*お待ちいただく場合があります。

内容 アプリのとりかた等

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

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。

テントを寄贈していただきました

高萩公民館建設推進委員会様から、新公民館移転に際して、テント（2.4m×3.6mサイズ）の寄贈がありました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

高萩公民館建設推進委員会は、平成8年度に地元の有志で結成され、新公民館建設のための活動を続けてきましたが、今回の寄贈を最後に活動を終了します。

副会長 大河原義三様

副会長 関敏夫様

会 計 犬竹信一様



楽しい仲間がまっています

絵手紙（つくしの会）仲間募集

絵手紙は「季節の変化が楽しめて、色々な方と交流が出来る」などいいことがいっぱいです。一緒に活動していく仲間になりませんか。

日 時 毎月第2金曜日 午前10時～正午

場 所 高萩公民館

問合せ 中村 電話080-6650-3435

公民館の利用についてのお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用方法や、各部屋ごとの利用人数などに制限を設けていましたが、3月13日（月）以降は次のとおりとなっています。

○利用時のマスクの着用を求めません。ただし、人との距離が近い、大声や対面での会話などの感染リスクが高い場面ではマスクの着用を推奨します。

○各部屋の収容人数の上限を、当初定めた定員に戻しました。

○飲食の制限はありません。

なお、次のことについては、引き続きご協力をお願いします。

○入館時の検温・手指消毒を行う。

○必ず各部屋の換気扇を使用する。

○部屋使用後は、机・イス・ドアノブ等の消毒を行う。

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～

フレイルとは加齢とともに心身の機能が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態です。

日 時 4月28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 フレイル予防の講話

定 員 30人 申込み制

〇日高口コレ教室

口コレは、足腰の維持に効果があります。

日 時 4月18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 ①日高市健康口コレ体操

②腰の痛み予防

定 員 30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 4月19日（水）
午後1時30分～3時30分

場 所 高萩公民館 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

4月は14日（金）です。

～こいのぼりを作ります～

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 0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