

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

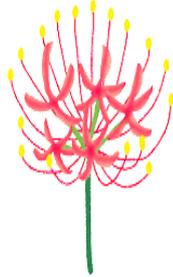
FAX：042-989-9471



令和3年9月1日号（毎月1回発行）

9月(長月)予定表

7日(火) 胃・大腸がん検診
9日(木) 除草作業
15日(水) 個別相談会
21日(火) 日高ロコトレ教室
22日(水) 脳イキイキ教室



10月の定例健康ウォーキング 「南小畔川沿いを歩く」

日時 10月16日(土) 午前9時～正午ごろ

※雨天中止

集合場所 高萩公民館

対象 成人一般

参加費 無料

定員 15人(申込み順)

*当日申し込みはできません

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)

申込み 9月14日(火)以降に電話で高萩公民館へ

注意事項 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスク着用や間隔をあけて歩くなどにご協力ください。また、定員に達しない場合も、事前申し込みなしでは参加できません。

その他 高萩北公民館と共同で実施します。

ほぼ平坦な約8.5kmの道を1列に並んで歩きます。



●健康ステップアップ手帳「生き生き」

公民館、保健相談センターが行う『健康教室』を受講すると、手帳にスタンプが押されます。スタンプが20コたまると記念品を贈呈します。手帳の配布、記念品の贈呈ともに在庫がなくなり次第終了となります。お早めどうぞ！

第14回憩いの森

ふれあいコンサートは中止

公民館だよりのバックナンバーや広報ひだか等でお知らせしている「第14回憩いの森ふれあいコンサート」は中止とします。8月10日の憩いの森ふれあいコンサート実行委員会の会議で、中止と決定しました。新型コロナ変異ウイルスの感染力や症状の重症化、後遺症のリスクの増大といった現状を鑑みると、十分な安全対策を施したとしても、安心して楽しめるコンサートの開催は困難であるという結論に至ったものです。コンサートを楽しみに待っている方、出演を予定していた団体やフリーマーケットの準備を進めていた方々には、たいへんご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

第8回高萩ミニサッカー大会も 今年度は開催しません

子ども会対抗のミニサッカー大会は、平成28年度に第7回の大会を開催して以来、雨天や新型コロナウイルス感染拡大防止のため4年連続で中止となっています。今年度の第8回高萩ミニサッカー大会も、運営にあたっていただくスポ少の意見を踏まえ、新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催しないこととします。出場を予定している子ども会の皆様のご理解をお願いします。

★9月の除草作業にご協力を★

4月から毎月(8月を除く)1回公民館利用登録団体の皆様のご協力をいただき、公民館敷地内の除草作業を実施しています。

次回は、

日時 9月9日(木) 午前8時30分～

*雨天の場合は、中止です。

持ち物 マスク、草取り鎌、レジ袋、軍手等

☆暑さに負けない元気な方の参加をお願いします。

公民館フォトコーナー

★7月24日(土) 子ども映画館★

映画の前に小黒佐和子先生から「東京大空襲の体験記」を聞きました。



★7月31日(土) 立体パズルを作ろう★

松本雅巳先生の指導の下、オリジナルの木製立体パズルをつくりました。



[市民カメラマン 大河原保夫さん撮影]

城西大生のインターンシップ

8月17日から28日まで、城西大学学生の星野壘飛君が、公民館職員の仕事を経験しました。

○星野君のコメント

2週間という短い間でしたが、公民館の役割や事業などを実際の現場で学ぶことができる大変よい機会とすることができました。

特に、この大変な情勢の中で、公民館利用者の方にどれだけ快適に使っていただけるかを考えることはとても良い勉強になりました。

初めてのことも多く至らない点が多々あったと思いますが、公民館利用者の方々がお自身になってくださったこともあり、無事に終えることができました。ありがとうございました。

高萩地域包括支援センターの

○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 9月22日(水) 午前10時～11時

場所 高萩公民館 1階 集会室

内容 脳トレ(コグニサイズという頭の体操を加えた運動)

対象 高萩圏域の方

参加費 無料

定員 20人 申込み制



○日高高萩ロコトレ教室

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。

日時 9月21日(火) 午後1時30分～2時30分

場所 高萩公民館 1階 集会室

テーマ 膝の痛み、日高市健康ロコモ体操

対象 高萩圏域の方

参加費 無料

定員 10人 申込み制



○個別相談会

オレンジカフェは感染予防の観点から中止しておりますが、予約制で個別相談会を開催しています。

日時 9月15日(水)
午後1時30分～3時30分

場所 高萩公民館 1階 調理室

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 9月は、お休みです。

次回は、10月8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。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 休養室(2階)

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 子育て総合福祉センターぬくぬく
電話042-985-8020

