

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9月1日号（毎月1回発行）

9月(長月)予定表

ながつき



3日(日)日高市総合防災訓練
5日(火)親子ふれあい広場
5日(火)フレイル予防教室[市長寿いきがい課]
6日(水)公民館企画運営委員会議
7日(木)市民検診[保健相談センター]
8日(金)赤ちゃん広場[ひだか子育て応援隊]
9日(土)ますじいの理科教室
12日(火)フレイル予防教室[市長寿いきがい課]
16日(土)グラウンドゴルフ大会
19日(火)親子ふれあい広場
19日(火)日高ロコトレ教室[地域包括支援センター]
20日(水)つながりの場[地域包括支援センター]
22日(金)はつらつ健幸教室[地域包括支援センター]
30日(土)のんびり萩っぽ

公民館健幸サタデー（高萩北公民館と共催）

【日高市健幸ポイント事業対象】

高萩南北ふるさと散歩

～～のんびり萩っぽ～～

高萩地域内の歴史を巡り歩く 約4.4km

日時 9月30日(土) 午前9時00分～11時頃

*雨天中止

集合・解散 高萩公民館

対象 成人

定員 20人(申込み順) *当日申込不可

協力 のんびり萩っぽサポーターの皆さん

参加費 無料

持ち物 飲み物、健幸ポイント手帳(お持ちの方)、マスクは任意

*履きなれた運動靴でおいでください。

申込み 9月8日(金)から高萩公民館へ



【日高市健幸ポイント事業対象】

**** 体育祭代替イベント ****

高萩健幸ウオーク

～歴史街道とバラを観にいこう～

主催：高萩南地区スポーツ協会 共催：高萩公民館

期日 10月14日(土) 雨天中止

受付 午前8時00分から高萩公民館へ

開会式 午前8時30分 スタート 午前9時00分

8.5km又は4.5kmコースを歩きます。ゴールすると抽選で素敵な景品がもらえますよ！

対象 高萩南地区にお住まいの方
(小学生以下は保護者同伴)

定員 なし *事前申し込みが必要です。

費用 無料

持ち物 飲み物、健幸ポイント手帳(お持ちの方)、マスクは任意

申込み 9月12日(火)から高萩公民館へ

※同日公民館にてスポーツアトラクションを実施します！ぜひ体験してみてください！

時間 9時30分から

定員 先着100名

内容 ストラックアウト・モルック

令和5年度高萩公民館文化祭 参加団体等募集

日頃の学習成果の発表の場としてどうぞ！

○作品展示 場所：高萩公民館【集会室等】

【展示資格】 団体、個人等 どなたでも

【展示期間】 11月4日(土)午前9時～午後4時

5日(日)午前9時～午後3時

【作品搬入】 11月3日(金)午後1時30分～

【作品搬出】 5日(日)午後3時～

○舞台発表 場所：高萩公民館【多目的ホール】

【出演資格】 公民館登録サークル等の団体

【開催日時】 11月5日(日)午前10時～午後3時

*会場準備、司会進行等は出演団体に行っていただきます。(10月4日(水)に打合わせ会有)

【申込み】 9月20日(水)午後5時までに
高萩公民館窓口へ

家庭教育事業

親子ふれあい広場
わらべうたであそぼう

昔ながらの伝承あそび(わらべ歌・手あそびなど)をして親子で一緒に楽しみましょう！

期 日 9月5日(火)・19日(火)
時 間 午前10時00分～11時
場 所 高萩公民館 集会室
対 象 親子(未就学児)
定 員 各10組(申込み順)
参加費 無料
指導者 曲田晴美さん
申込み 高萩公民館へ



成人教育事業

ますじいの理科教室③

プレゼンテーションソフトによる講義です。
理科に関する教養を深めてみませんか？

日 時 9月9日(土) 午前10時～11時30分
場 所 高萩公民館 多目的ホール
内 容 量子論って？
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)



公民館健幸サタデー(高萩北公民館と共催)

[日高市健幸ポイント事業対象]

10月の定例健幸ウォーキング
～高萩南部を歩く[平坦な約8km]～

日 時 10月21日(土) 午前9時00分～正午
*雨天中止

集合・解散 高萩公民館

対 象 成人

定 員 30人(申込み順) *当日申込不可

指導者 日高市運動普及推進員

参加費 無料

持ち物 飲み物、健幸ポイント手帳(お持ちの方)、マスクは任意

*履きなれた運動靴でおいでください。

申込み 9月8日(金)から高萩公民館へ



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 9月22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うつ・認知症予防の講話
②日高市健康ロコモ体操
対 象 高萩圏域の方 定員:30人

〇日高高萩ロコトレ教室

日 時 9月19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日高市健康ロコモ体操
②転倒予防に関する運動や講話
対 象 高萩圏域の方 定員:30人

〇つながりの場・出張相談会

～認知症について語れる場～

9月は「世界アルツハイマー月間」です。

認知症についての理解を深めて、地域の方々が認知症について語り合い、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～も同時開催しています。

日 時 9月20日(水)
午後1時30分～3時30分

場 所 高萩公民館 多目的室(調理室)

*いずれも高萩圏域の方を対象に実施します。

申込み・問合せ

高萩地域包括支援センター

Tel 042-984-3001



高齢者教育事業

スマホ・サポートコーナーについて

毎月ご利用いただいております、スマホ・サポートコーナーですが、講師の都合により9月と10月はお休みとさせていただきます。

