

高萩公民館だより

令和7年2月1日号（毎月1回発行）



2月(如月)予定表

1日(土) 定例健幸ウォーキング [武州長瀬駅集合]
8日(土) おもちゃ病院
10日(月) スマホ・サポートコーナー
14日(金) 赤ちゃん広場 [子育て応援課]
17日(月) スマホde自分の健康管理をしてみよう
18日(火) ロコトレ教室 [高萩地域包括支援センター]
19日(水) つながりの場 [高萩地域包括支援センター]
21日(金) はつらつ健幸教室 [高萩地域包括支援センター]
22日(土) こどもフェスティバル
28日(金) 確定申告 [税務課]

●市内6公民館からのお知らせ●

日高市公の施設に係る使用料等の減額及び免除の基準に関する規則に基づき実施しておりました

「公民館登録サークル団体への公民館の使用料減額期間が令和7年3月31日をもちまして終了」いたします。

ご理解のほどよろしく願います。



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8日(土)

場 所 高萩公民館 多目的ホール

受 付 午前9時～10時30分

返 却 午前11時30分～12時30分

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。



「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



公民館健幸サタデー（高萩北公民館と共催）

3月の定例健幸ウォーキング ～徳川家ゆかりの地をめぐる～ (約7km)

日 時 3月1日(土) 午前9時から正午ごろ
集 合 J R川越駅（解散は蓮馨寺）
※雨天中止

対 象 成人
定 員 20人(申込み順)
持ち物 運賃、飲み物、
履きなれた運動靴
マスク（任意）



指導者 日高市運動普及推進員の皆さん
参加費 無料

交通費 J R武蔵高萩駅→J R川越駅
(片道) I Cカード 242円
(片道) 切符 240円
※各自負担となります。

申込み 2月7日(金)から高萩北公民館へ
Tel 042-989-7322（当日申込不可）

高萩中×高萩北中

～吹奏楽部コンサート～

初めての試み！

高萩地区の2校が共演します！

お子さまからおじいちゃんおばあちゃんまで
広くたくさんの方にお楽しみいただけるよう
力を合わせて頑張ります！ぜひお越しください。

日 時 2月9日(日) 13:30～15:30
開場 13:00

場 所 高萩公民館 多目的ホール

対 象 どなたでも

参加費 無料

申込み 不要（直接会場へお越しください）



①スマホで自分の健康管理をして
見よう！楽しく歩いて健康に！
コバトンALKOO(あるこう)
マイレージ！

スマホを持って歩くだけで歩数が分かります！
歩いた分のカロリーが分かります！
歩数に応じてマイレージポイントが貯まります。
楽しく歩ける機能もたくさん！健康に役立てて
はいかがですか？講師が丁寧に説明します！

期 日 2月17日(月)
時 間 午前9時30分～11時30分
場 所 高萩公民館 集会室
定 員 10人(申込み順)
申込み 2月7日(金)から高萩公民館へ



②スマホ・サポートコーナー

期 日 2月10日(月)
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。

場 所 高萩公民館 集会室
内 容 アプリのとり方等
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。

(①と②ともに)

講 師 株式会社Co-are スマホ1年生
金澤さん・只松さん

対 象 どなたでも

参加費 無料



ひだか子育て応援隊の赤ちゃん広場
2月は14日(金)です。
～ひな飾りをつくります～

高萩地域包括支援センターから
お知らせ

○はつらつ健幸教室
～フレイル予防教室～

日 時 2月21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管理栄養士による栄養とフレイル
予防の講話
②日高市健康ロコモ体操
定 員 30人 申込み制

○日高ロコトレ教室
～ロコモ体操に取り組みましょう～

日 時 2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 理学療法士による
①日高市健康ロコモ体操
②股関節についての体操
と講話
定 員 30人 申込み制



つながりの場

～認知症について語れる場～

認知症の有無にかかわらず、「話したい」「聴いてほ
しい」ことなどどなたでも参加できる「つながりの場」
を開催しています。

ミニ勉強会 テーマ「認知症の検査」を予定していま
す。

日 時 2月19日(水) 午後1時30分～3時
場 所 高萩公民館 調理室(多目的室)

*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
Tel042-984-3001

