

高萩公民館だより

令和7年4月1日号（毎月1回発行）

「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



4月(卯月)予定表

- 11日(金)赤ちゃん広場[ひだか子育て応援隊]
- 12日(土)のんびり萩っぽ
- 12日(土)犬の登録と狂犬病予防注射[市環境課]
- 15日(火)日高口コトレ教室[高萩地域包括支援センター]
- 16日(水)公民館企画運営委員会議
- 16日(水)つながりの場[高萩地域包括支援センター]
- 19日(土)高萩南地区スポーツ協会理事会
- 19日(土)分館長会議
- 25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 ～越辺川遊歩道を歩き 新緑を巡る～（ほぼ平坦な約8.5km）

歩くことは健康づくりの第一歩です。みんなで越生町の新緑を巡って楽しく歩きましょう。

日時 5月10日(土) 午前9時00分～正午頃
*雨天中止

集合 JR越生駅（解散も）

対象 成人

指導者 日高市運動普及推進員

参加費 無料（交通費は各自負担となります）

定員 30人（申し込み順）*当日申込み不可

持ち物 飲み物・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15日（火）から高萩公民館へ



狂犬病予防集合注射のご案内

日時 4月12日(土) 午前11時～正午

場所 旧高萩公民館跡地

- ・必ず犬を制御できる人が連れてきてください。
- ・当日は犬がたくさん集まるので、首輪はしっかりと締め、リードを短く持ってください。
- ・会場で犬がふんをした場合、飼い主が責任を持って始末してください。

問合せ 環境課生活環境担当042-989-2111(代表)

公民館高齢者教育事業

5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 5月13日(火)、20日(火)

受付時間 午前9時30分～11時30分

場所 高萩公民館 学習室

講師 株式会社Co-are スマホ1年生
金澤郁美さん・只松七海さん

対象 どなたでも

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。



高萩公民館の

ミニギャラリーをご利用ください

公民館のロビーのミニギャラリーに作品を展示してみませんか？営利事業、宗教団体の布教活動、特定政党の政党拡大・利害に関する事等を目的としなければ、どなたでも利用することができます。展示作品の内容、展示期間等は、事前に公民館だより等で周知します。

◆利用できる期間

1回の利用につき、2週間程度

◆利用できる時間

公民館会館時間とし、休館日は利用できません。

◆展示スペース

展示用パネル（横600cm×縦120cm）とテーブル（縦180cm×奥45cm）を2台まで同時に使用することができます。

公民館フォトコーナー

2月28日(金)と3月7日(金)に「高萩公民館放課後子ども教室」を開催しました。スポーツ少年団(高萩エンジェルス)のみなさんの協力のもと、ドリブルやシュート練習の体験をしました。体を動かし、いい経験となりました。



～公民館企画運営委員さんをご紹介します～

4月1日付けで、公民館企画運営委員が委嘱されました。戸口貞男さん・金子純子さん・中川毅さん・三本松恵美さん・加藤希望さんの5名です。今年1年よろしくお願ひします。



公民館にあるよ
探してみてね!

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～

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25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理学療法士によるフレイル予防に関する講話と運動

②日高市健康ロコモ体操

対象 65歳以上

申込み 不要 直接会場にお越しください

○日高ロコトレ教室

ロコトレは、足腰の維持に効果があります。

日時 4月15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 理学療法士によるロコモティブシンドローム予防の体操(日高市健康ロコモ体操、ストレッチ、有酸素運動)
※ロコモ度の確認ができます。

対象 65歳以上

申込み 不要 直接会場にお越しください

○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「認知症の種類と特徴」を予定しています。

日時 4月16日(水) 午後1時30分～3時30分

場所 高萩公民館 調理室(多目的室)

申込み 高萩地域包括支援センター

*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

ひだか子育て応援隊の赤ちゃんひろば 4月は11日(金)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