

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7年6月1日号（毎月1回発行）

6月(水無月)予定表

7日(土) 定例健幸ウォーキング
11日(水) スマホ・サポートコーナー
13日(金) 赤ちゃん広場[ひだか子育て応援隊]
14日(土) グラウンドゴルフ大会
17日(火) 日高ロコトレ教室[地域包括支援センター]
18日(水) つながりの場[地域包括支援センター]
25日(水) スマホ・サポートコーナー
27日(金) フレイル予防教室[地域包括支援センター]
28日(土) 親子ふれあい広場①



公民館家庭教育事業（親子ふれあい広場①）

おもちゃの広場とわくわく工作

「東京おもちゃ美術館」からたくさんの良質なおもちゃがやってきます！
みんなで遊びましょう♪

期 日 6月28日(土)
時 間 午前10時00分から11時00分
場 所 高萩公民館 和室
対 象 未就学児から小学2年生までの親子
(未就学児は保護者同伴)
定 員 6組(申込み順)
指導者 寺内葉子さん・寒川左智子さん(おもちゃコンサルタント)
参加費 無料
申込み 6月11日(水) から高萩公民館へ

公民館家庭教育事業（親子ふれあい広場②）

親子で楽しむわらべうたと絵本

昔ながらの伝承あそび（わらべうた、手あそびなど）をして親子で楽しみましょう！
絵本の読み聞かせもありますよ

期 日 7月5日(土)・7月10日(木)
時 間 午前10時00分から11時00分
場 所 高萩公民館 和室
対 象 親子（お子さんは未就学児）
定 員 各10組(申込み順)
持ち物 ハンカチ
指導者 曲田晴美さん
参加費 無料
申込み 6月19日(木) から高萩公民館へ

公民館成人教育事業[日高市健幸ポイント事業対象]

フラワーアレンジメント教室 ～バラ園からの贈り物～

高萩地区のバラ園で丹精に育てられたバラを
きれいに飾ってみませんか？

日 時 7月2日(水) 午前10時～11時30分
場 所 高萩公民館 調理室(多目的室)
指導者 金子バラ園(金子伸昭さん・新倉よし子さん)

対 象 成人
定 員 15名(申込み順)
持ち物 はさみ、持ち帰り用の袋(大きめのレジ袋)

参加費 1,000円(材料代)
※お釣りがないようお願いします

保 育 無料で生後6か月以上の未就学児を預かります。希望者は申込み時に申し出てください。(定員3人程度)

その他 マスクは任意
申込み 6月17日(火) から参加費を添えて高萩公民館へ
(日曜日を除く、午前8時30分から午後5時)

申込み締切日：6月24日(火)



ひだか子育て応援隊の赤ちゃんひろば 6月は13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

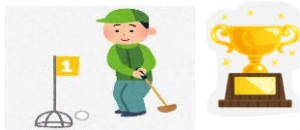
公民館健康維持事業 公民館健幸サタデー
(高萩南地区スポーツ協会と共催)

第48回 高萩南地区

グラウンドゴルフ大会

[日高市健幸ポイント事業対象]

日 時 6月14日(土)午前9時～正午
*雨天中止
場 所 日高総合公園スポーツ広場グラウンド
対 象 高萩南地区にお住まいの方
定 員 120人(申込み順)
参加費 無料
持ち物 運動しやすい服装、タオル、
マスク(必要な方)
スティック・ボール(貸出し有)
健幸ポイント手帳(お持ちの方)
申込み 高萩公民館へ



公民館高齢者教育事業[日高市健幸ポイント事業対象]

6月のスマホ・サポートコーナー ～スマホを楽しく使いこなそう～

スマホの操作方法に関することを
講師が親切にアドバイスします!

期 日 6月11日(水)・25日(水)
場 所 高萩公民館 学習室
受付時間 午前9時30分から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 株式会社Co-areスマホ1年生
金澤さん、只松さん
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。

高萩地域包括支援センターの

○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 6月27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歯科衛生士によるオーラルフレイル
と口腔ケアについての講話
②日高市健康ロコモ体操

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

～ロコモ体操に取り組みましょう～

日 時 6月17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)

対 象 65歳以上の方

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。認知症サ
ポーターの方の参加も大歓迎です。

日 時 6月18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。
プライバシーに配慮した相談スペースを用意してい
ますので個別相談も可能です(要予約)

問合せ:高萩地域包括支援センター

TEL042-984-3001

「クーリングシェルター」および「まちのクールオアシスひだか」を開設します

「熱中症特別警戒アラート」が発表されたときは、高萩公民館を「クーリングシェルター(指
定暑熱避難施設)」として開設します。また、暑さの厳しい日中の外出時、暑さをしのぎ一時的
に涼むことができるスペース「まちのクールオアシスひだか」を開設します

実施期間 クーリングシェルター:10月22日まで
まちのクールオアシスひだか:9月30日まで

開放日時 月曜日から土曜日まで(祝日を除く)の午前9時から午後5時まで

受入可能人数 8人 ※詳しくは市ホームページ、保健相談センター(TEL042-985-5122)へ