

生きがい
ふれあい
学びあい



高麗川公民館だより



令和 5 年 5 月 1 日発行

発行：高麗川公民館 日高市大字南平沢 1098-2 Tel 042-989-9110
http://www.city.hidaka.lg.jp/ (日高市ホームページ) Fax 042-989-9429

✿フラーボール作り教室✿



←作品はあくまで一例です。自分でお花を選んで作成します。どんなお花を使うかみんなで相談しながら悩むのも楽しいです♪

まるで本物の花のようなアーティフィシャルフラワーを使ったフラーボール。和装やドレスで手に持つにも映え、おうちでインテリアとして飾るのにもとてもかわいいです。この機会にぜひ作ってみませんか？

- ✿日 時 6月17日(土) 午前10時～11時30分
- ✿場 所 高麗川公民館 調理室
- ✿対 象 成人(中学生以上なら可)
- ✿人 数 5人(申込み順)
- ✿参加費 1,300円(材料費)
- ✿講 師 川村敏江さん
- ✿持ち物 エプロン(気になる方)、お持ちの方はグルガン
- ✿申込み 5月11日(木)から6月10日(土)までに直接参加費を添えて、もしくは電話にてお申込み下さい。電話申込みの場合、参加費は6月10日(土)までに窓口へお支払いください。申込・お支払いは火～土曜日の午前8時30分から午後5時の間にお願いします。



健幸歴史街道歩きおもしろ講座 (甲州道中)

120分で甲州道中！～江戸から下諏訪、250kmの街道を行く～【前編・後編】

江戸時代、幕府の軍事的な思惑もあり整備された甲州道中。短いながらも変化に富んだ街道の風景を豊富な写真と共に前編と後編、各120分で紹介します。さらに今回は下諏訪から先、岐阜県の飛騨まで映画「あゝ野麦峠」の峠を越えてたどりま。



- 日 時 ①前編 5月27日(土) 午後2時～4時
②後編 6月3日(土) 午後2時～4時

※1回のみでも参加可能

- 場 所 高麗川公民館 大集会室
- 対 象 成人
- 定 員 各回30人(申込み順)
- 参加費 無料
- 講 師 中島 淳さん
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 5月12日(金)から電話または直接、高麗川公民館へ



※②のみ「健幸ポイント事業」対象
☆健幸サタデー☆



《昔の写真》を募集します！

風景・行事・民俗 etc...

久しぶりに『高麗川地区の昔の写真』を募集します！人物・うつり変わる前の風景・行事・その時代の民俗・出来事など、高麗川地区の昔がわかる写真をお持ちの方は公民館までぜひお持ちください。写真は今年の文化祭で掲示、もしくは地区の歴史資料とさせていただきます。

なお、お預かりした写真は、ご了解のうえ複写させていただきます、後日返却します。お持ちの際は右の様式、もしくは同じ内容を記載したものを一緒に持ってきていただくと助かります。〆切はおおむね8月までとします。【お問い合わせ等：火～土 8:30～17:00(祝日除く)】

高麗川地区の昔の写真	
氏名	
住所	
電話番号	
撮影年月	※わかる範囲で
場所	
内容	

令和5年度
公民館スタッフ紹介

よろしくお願いします！

館長	中野 俊彦
職員	神之園 梨恵
職員	大野 正美
職員	日下 美紀子

企画運営 委員	福井 一洋
	山口 順
	川村 敏江
	田中 寿美子
	新堀 陽子

お世話になりました

企画運営 委員	栗原 紀代美
------------	--------



☆公民館ふぁと・れぽーと☆



←4/20『おなか元気教室』を実施しました。昨年も大人気だったこの講座、面白いお話を交えながら便秘に良い運動も教えて頂いたり、いろんな裏話を聞いたり、とても楽しい講座となりました。お土産付でした♪



子育て応援隊・ポカポカ広場

5月9日(火)、23日(火)
午前10時～11時30分

*時間内は自由に入退場できます。

対象 未就園児とその保護者
申込 必要ありません直接お越しください。

子育てサロンは親子の出会いの場です。
お気軽にどうぞ♪



日高口コトレ教室

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 6月2日(金) 13:30～15:00
○内容 「肩・首の痛み予防」
○定員 20人(申込み順)



●令和5年度 分館長さんを紹介します●

分 館	氏 名	分 館	氏 名
上 鹿 山 分 館	奈良 忍	平 沢 上 組 分 館	鹿山 淳一郎
下 鹿 山 分 館	江原 芳幸	平 沢 中 組 分 館	村田 益宏
鹿 山 上 分 館	山崎 敏雄	馬 金 分 館	勝山 晃一
鹿 山 下 分 館	大河原 基	川 端 分 館	瀧沢 義人
猿 田 分 館	比留間 祐二	山 根 分 館	山崎 弘行
野 々 宮 分 館	二戸 孝三	田 波 目 分 館	國分 一浩
高 麗 川 分 館	吉川 和真	新宿・旭ヶ丘分館	中島 広司
太平洋セメント社宅分館	内田 智毅	市 営 住 宅 分 館	表 智津子
原 宿 分 館	荻野 嗣郎	四 本 木 分 館	宮下 明
宮ヶ谷戸分館	伊藤 雅春	県営鹿山団地分館	斉藤 房江
芝ヶ谷戸分館	山口 護	ガーデンパーク分館	濱野 美恵
久 保 分 館	野口 和義	新 堀 東 分 館	丹下 光夫

●今年一年、よろしくお願いします●

※敬称略

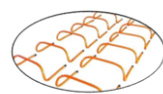
今年の『サクラ草展』も、とても珍しい品種が揃い踏み！ ピンクや薄紫など、かわいらしい花びらのものが並んでいました。



ラダー&ミニハードルトレーニング

横に倒したはしごに見立てたラインや小さなハードルを並べたものを使って行うトレーニングです。

日 時 6月10日(土) 午後2時～3時30分
場 所 高麗川公民館 大集会室
対 象 成人
人 数 16人(申込み順)
講 師 平野 紀子さん(たんぽぽ健康室)
持ち物 飲み物、タオル、運動できる服装、運動靴
申込み 5月17日(水)から直接、または電話で、高麗川公民館へ



健幸ポイント事業
☆健幸サタデー☆

はつらつ健幸教室

～フレイル予防教室～

フレイルの予防のために、楽しみながらより良い日々の過ごし方について学んでみませんか？

○日時 6月21日(水) 10:00～11:30
○内容 「口腔編」
○定員 20人(申込み順)



○対 象 日高市内にお住いの65歳以上の方で、自力で会場まで行ける方
○参加費 無料 ○申込み 高麗川地域包括支援センター ☎984-1362 (平日9:00～17:00)
○場 所 高麗川公民館 大集会室 ※申込開始時期は「広報ひだか」をご覧ください。