

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8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

令和5年度 高麗川公民館文化祭

期日：10月28日(土)～10月29日(日)

☆☆☆ 一般作品募集 ☆☆☆

種目	規 格 等	申込等
書画	題は自由で1人1点 絵の大きさは8号(455mm ×379mm)以下	申込期限 9/22(金) 作品搬入日
手工芸	題材は自由。1人3点以内	10/27(金)
俳句	季題「そぞろ ^{さむ} 寒」と「運動会 (体育祭)」(計5句以内)	作品提出期限 9/22(土)



松尾芭蕉講座

現代にも生きる松尾芭蕉の句、代表作である「おくのほそ道」の句を読み解きます。江戸を発ち東北から北陸を経て美濃国の大垣までを巡った旅の句。ぜひご参加ください。

- ◆日 時 8月12日(土) 午後2時～4時
- ◆場 所 高麗川公民館 大集会室
- ◆内 容 松尾芭蕉講座
- ◆対 象 成人
- ◆人 数 30人(申込順)
- ◆講 師 佐藤隆夫さん
- ◆費 用 無料
- ◆持ち物 筆記用具、飲み物
- ◆申込み 8月3日(木)から、電話または直接、高麗川公民館へ



フォークソング

←健康ポイント事業→
公民館健康サダー

「TSUBASA」コンサート

高麗川公民館で活動している フォークソング「TSUBASA」のコンサートを行います。昔懐かしいフォークソングを主にいろいろな曲をギター、オカリナ、ハーモニカで演奏し歌います。ぜひ、お越しください。

- ◇日 時 8月26日(土) 午後2時～4時
- ◇場 所 高麗川公民館 大集会室
- ◇対 象 成人
- ◇人 数 50人(申込順)
- ◇費 用 無料
- ◇持ち物 飲み物
- ◇申込み 8月9日(水)から、電話または直接、高麗川公民館へ



暑い日が続いています。
こまめに休息、水分をと
るなどし、無理しないよ
うにしましょう☆ 冷房
は必須です！

スマートフォン教室 (インターネット・ライン編)

今よりもっと、生活の中でスマートフォンを活用してみませんか？ この機会にぜひご参加ください。

健康ポイント事業

- 日 時：9月5日(火) 午後2時～4時
- 場 所：高麗川公民館 大集会室
- 対 象：成人
- 参加費：無料
- 定 員：20名(申込順)
- 講 師：スマホアドバイザー
- 持ち物：筆記用具 ※スマートフォンは講師が用意します。
- 申込み：8月16日(水)から、電話または直接、高麗川公民館へ



楽しく歩こう！ 定例健幸ウォーキング

健幸ポイント事業



- ☆テーマ：市内農家めぐり
- ☆日 時：9月8日（金）午前9時～正午頃
※雨天中止 ※集合時間厳守
- ☆集 合：高麗川公民館
- ☆人 数：30人（申込順）
- ☆持ち物：飲み物、タオル、帽子
- ☆講 師：運動普及推進員の皆さん
- ☆申込み：8月8日（火）から電話または直接
高麗川公民館へ ☆当日申込み不可

子育て応援隊・ポカポカ広場

8月8日（火）、22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。

除草作業のご協力ありがとうございます

7月15日の除草作業には たくさんの方のご協力をいただきありがとうございました。次回は9月14日（木）午前8時50分から行います。 ※雨天中止となります。

☆公民館ふぁと・れぽーと☆



↓今年も七夕飾りをしました♪



←7/5『純銀体験教室』を実施しました。菓子切り・かんざし・髪ゴムを作りました。それぞれ個性があってとてもよい作品ができました♪



↓7/25『ひまわり探検隊』で《おにぎらず・ピクルス作り》をしているところにお邪魔しました！一生懸命に野菜を切っているところを見て、とてもほほえましい気分になりました(*^-^*)



→7/8・15『JAZZのCD魅力講座』を実施しました。今回はボーカル編・ピアノ編と2回に分けて初心者にも分かりやすく教えていただきました。



日高ロコトレ教室

健幸ポイント事業

はつらつ健幸教室

～フレイル予防教室～

- 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 9月1日（金）13：30～15：00
- 内 容 「転倒予防」
- 定 員 20人（申込み順）



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 9月20日（水）10：00～11：30
- 内 容 「うつ・認知症予防の講話」
- 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。