



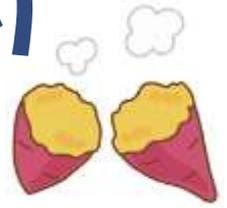
※ 笑顔で明るく ※

No.328 令和4年11月1日号

高萩北公民館だより

発行 日高市高萩北公民館
TEL 042-989-7322
FAX 042-989-9948

住所 〒350-1203 日高市大字旭ヶ丘997番地1
Email kitakou@city.hidaka.lg.jp
HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/> (日高市ホームページ)



公民館健康サタデー 健康ポイント事業

やってみよう ポッチャ!

毎月第2土曜日は公民館でポッチャを楽しもう!
高萩北地区体育協会によるペタンクやモルックも体験できますよ!
(雨天時はポッチャのみ)

日時 11月12日(土)・12月10日(土)
午前9時~正午頃
場所 高萩北公民館 大集会室・
ゲートボール場(第3駐車場)
協力 高萩北地区体育協会

当日受付 直接お越しください

公民館健康サタデー 健康ポイント事業

12月 定例健康 ウォーキング

紅葉の鎌北湖を歩こう

[JR毛呂駅~鎌北湖]

日時 12月3日(土) 午前8時~正午頃 *雨天中止
集合 武蔵高萩駅改札前(※毛呂駅で解散します。)
対象 成人
定員 15人(申し込み順)
持ち物 マスク、飲み物、履きなれた運動靴
往復乗車賃(武蔵高萩駅~毛呂駅)
指導者 日高市運動普及推進員
申し込み 11月10日(木)から直接または電話で高萩北公民館へ

武蔵高萩駅
8:10 発に乗車します
当日申込は不可

健康ポイント事業 スマートフォン講座

寿大学<3> スマートフォン講座

「お財布がなくても大丈夫!スマホでお買い物ができる!」
スマホの基本と、取り扱い店舗が増え、広く普及してきた、
スマホでのキャッシュレス決済方法を知る講座です。

日時 12月15日(木) 午後2時から午後4時まで
場所 高萩北公民館 大集会室
講師 スマートフォンアドバイザー(ソフトバンク株)
定員 20人(申し込み順)
申込み 11月9日(水)から、電話または直接、高萩北公民館へ

公民館健康サタデー 健康ポイント事業

お正月を彩る 寄せ植え教室

今年もお正月を迎えるにあたり華やかに飾る寄せ植えを作りましょう!

日時 12月17日(土) 午前10時から11時まで
場所 高萩北公民館 大集会室
講師 堀口園芸 堀口金雄さん
定員 20人(申し込み順)
費用 1,500円
持ち物 園芸用スコップ、エプロン、ビニール手袋(軍手可)
申込み 11月16日(水)から、参加費を添えて直接、高萩北公民館へ



高萩北地区グラウンド・ゴルフ大会【結果】

令和4年10月2日(日)開催 参加分館11分館 参加者77名

分館対抗 優勝 相原分館 準優勝 高萩新宿分館 3位 旭ヶ丘分館

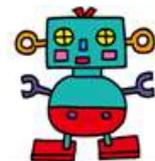
個人の部 (敬称略・○は順位) ①波形好夫(相原) ②島田信男(高萩新宿)
③奥山富士雄(高萩北) ④村田君枝(日高団地2) ⑤森田晴子(相原)
⑥佐藤慶基(相原) ⑦若林千代子(高萩新宿) ⑧江口妙子(日高団地4)
⑨稲田義治(旭ヶ丘) ⑩服部哲也(日高団地3)

ホールインワン賞 (敬称略) 波形好夫、佐藤慶基、星仁、奥澤由美子、本間康弘(相原)、普天間直広、伊東週平(栄新田)、若林千代子、小林ふじ子、島田信男(高萩新宿)、稲田義治、田中光江(旭ヶ丘)、村田君枝、田中梅子(日高団地2)、服部哲也(日高団地3)、江口妙子(日高団地4)、奥山富士雄(高萩北)

☆ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました☆

日高おもちゃドクターの会

日高おもちゃ病院



日にち 12月10日(土)
受付 9時から10時30分まで
返却 正午から午後1時まで
会場 高萩北公民館調理室

いつもご理解・
ご協力をいただき
ありがとうございます



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため
公民館にお越しの際は 検温のうえ マスクを着用し
手指消毒を徹底するほか 参加者間の適切な距離を保ちましょう
体調不良の時は来館しないようにしましょう
また、公民館の使用中の換気、使用後の消毒等の徹底について
引き続きご協力をお願いいたします。

今後もよろしく
お願いします!



ひよこルーム



11/16 (水) 毎月第3水曜日

午前 10 時～11 時 30 分

0歳児から就園前のお子さんと保護者の
遊び場、おしゃべり・情報交換の場です

🐼 ネズミ風船作り 🐼

👉本の読み聞かせもお楽しみに!

ひだか 子育て応援隊

高萩北公民館 2階和室

事前申し込み不要

時間内出入り自由

—問合せ—

子育て総合支援センター

☎042-985-8020

赤ちゃんひろば

11/24 (木) 毎月第4木曜日

午前 10 時～正午

クリスマス
飾り作り

ハイハイまでの
赤ちゃんと保護者や妊婦さんの
交流広場です。

※どちらも感染症拡大防止のため、
予告なく中止する場合があります

☆☆☆☆☆☆☆☆

🎄ひよこルーム クリスマス会

日 時 12月21日(水)午前10時～11時30分

場 所 高萩北公民館 大集会室

申込み 子育て総合支援センター ☎042-985-8020

11月25(金)午前9:30から(電話のみ)

関みか先生とあそぼう!
親子体操&リズム遊び
クリスマス工作も
お楽しみに!



クリスマス会への参加には
申込みが必要です ☆先着 親子10組☆

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、要介護となるリスクが高
くなった状態です。

兆候に早く気づき、日常生活を見直すことで進行を遅らせ、元気な状態を取り
戻すことができます。

日 時 11月21日(月)午前10時～11時30分

内 容 ①見えかた・きこえかたのケア

②日高市健康ロコモ体操

定 員 20名(事前に申し込みが必要)

日高ロコトレ教室

今回は
2/7(火)



対 象 高萩地域在住の65歳以上の方
場 所 高萩北公民館 大集会室
申込みは高萩地域包括支援センターへ
☎042-984-3001

除草作業へのご協力 ありがとうございました

今年度の除草作業では4月から10月にかけて全8回、延べ306人のご参加をいただきました。今年度も多くの登録サークル、テニスチームにご協力をいただき公民館の敷地を綺麗に保つことができました。

たくさんのご協力に心より感謝申し上げます。
来年度もどうぞよろしくお願いいたします。

館内清掃のお知らせ

11月28日(月)は館内床のワックス清掃を行うため、部屋の利用はできません。

※テニスコートの利用、図書館の本の貸出・返却は可能です。

公民館の事業から



和太鼓サークル「小春太鼓」の協力により、寿大学<2>和太鼓を
愉しむ(10月19日)を行いました。小春太鼓の皆さんによる和
太鼓の力強い音色や篠笛の軽快な音色を愉しみ、花笠音頭に合
わて参加者の皆さんもバチを持って太鼓打ちに挑戦しました。

和太鼓サークル「小春太鼓」は毎週火曜日午後4時から活動し
ています。

会員募集中です!
初心者歓迎、見学もで
きます。お問い合わせ
はお気軽に公民館へ。

