



※ 笑顔で明るく ※

No.329 令和4年12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、ペタンク、モルックを体験しよう! (雨天時はポッチャのみ)

当日受付

日時 12月10日(土)・1月14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

公民館健康サタデー 健康ポイント事業

ハンドメイドハーブソープ教室

暮らしを彩るオリジナルのハーブ石けんを手作ります。出来上がりは牛乳パック1本分です。

日時 1月7日(土) 午前9時30分~正午頃
場所 高萩北公民館 調理室
定員 8人(申し込み順)
参加費 1,000円(材料代、申込時にお支払いください)
持ち物 牛乳パック2本(1Lのもの)、保温用布(ひざ掛けなど)エプロン、ゴム手袋、眼鏡(眼の保護用)、手拭きタオル
指導者 田中悠子さん
申込み 12月10日(土)から費用を添えて高萩北公民館へ

公民館健康サタデー 健康ポイント事業

寿大学 <4> 夢いっぱい映画会

日時 1月14日(土) 午後1時30分から午後3時まで
場所 高萩北公民館 大集会室
定員 30人(申し込み順)
指導者 グループ円(公民館登録サークル)
申込み 12月21日(水)から、電話または直接、高萩北公民館へ

すてき坂

出演/東てる美、若林豪 ラーメン屋台を営む母子の日常と周りを温かく包んでゆく姿を描く物語

上映作品 二本立て

山に輝く ガイド犬 平治号

ナレーター/藤田淑子 実話に基づく原作によるアニメ作品。

公民館健康サタデー 健康ポイント事業

手作り味噌教室

◆ 事前準備があります ◆

1月19日(木)午後1時から1月21日(土)までの間に、大豆(1kg)を公民館で受け取り、各家庭で煮たものを、教室当日にお持ちください。(手順などの説明書を、申し込み時にお渡します。)

日時 1月28日(土) 3回に分けて実施
①午前9時~、②午前10時~、③午前11時~
場所 高萩北公民館 調理室
定員 各回5人(合計15人)(申し込み順)
参加費 1,500円(材料代、申込時にお支払いください)
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、味噌を作る容器、筆記用具、煮た大豆とその煮汁(500ml程度)
指導者 高萩北ヘルスメイトの皆さん
申込み 12月17日(土)から費用を添えて高萩北公民館へ

SGSおやじバンド クリスマスコンサート

日時 12月25日(日) 午前10時から11時まで
場所 高萩北公民館 大集会室
演奏 SGSおやじバンド(公民館登録サークル)
定員 40人(申し込み順)
申込み 12月17日(土)から、電話または直接、高萩北公民館へ

※感染症拡大防止のため常に換気を行いますので防寒対策もお願い致します。(状況により中止する場合があります。)

オリジナルの マルちゃん焼そば を作ろう



オリジナルパッケージをプロデュースしよう!

日時 12月26日(月) 午前10時から正午頃まで
場所 高萩北公民館 大集会室
指導者 東洋水産株式会社 **バーチャル工場見学も
お楽しみに!**
定員 20人(小学3年生から小学6年生)
申込み 12月7日(水)から、電話または直接、高萩北公民館へ

書き初め教室

[持ち物]お手本、習字セット、用紙(多めに!たくさん練習しよう!)古新聞(持ち帰り用)

日時 12月27日(火) 午後1時30分から4時頃まで
場所 高萩北公民館 大集会室
指導者 増岡法舟先生と法舟書道サークル(登録サークル)
定員 20人(小学3年生から小学6年生)
申込み 12月10日(土)から、電話または直接、高萩北公民館へ

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
願います!



▲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へ
※電話のみ

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 ☆

ひだか 子育て応援隊

一問合せー
子育て総合支援センター
電話

042-985-8020

※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

赤ちゃんひろば

12/22 (木) 午前10時～正午

高萩北公民館 2階和室
申込不要・時間内出入り自由
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。

毎月第4木曜日

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 12月19日(月) 午前10時～11時30分
内容 ①社会的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
定員 20名(事前に申し込みが必要)

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

日高ロコトレ教室

次回は
2/7(火)



公民館文化祭

10月29・30日

ご協力、ご来場の皆様ありがとうございました

新サークル会員募集



クリスタルドラゴン

公民館事業「はじめてのヒップホップダンス教室」(10月17,
24,31日に開催)参加者による新サークルが誕生しました。
毎週月曜日の午後1時から3時まで活動中です。リズムに乗
って楽しみましょう!初心者大歓迎、見学もお気軽に!

降雨時の駐車場についてのお願い

テニスコート脇の駐車場について、砂利敷きの保護のため、降
雨時及び降雨後のぬかるんだ状態の時は閉鎖しています。
第1駐車場が満車の際は、敷地南側の第2駐車場をご利用く
ださい。

なお、駐車台数には限りがありますので、ご理解とご協力をお
願いたします。

年末年始休館のお知らせ

12月29日(木)から1月3日(火)までは休館日です。
来年もどうぞよろしくお願いいたします。