



※ 笑顔で明るく ※

No.332 令和5年3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)



公民館健幸サタデー

簡単！ お惣菜作り教室

大豆ミート入り里芋コロッケなど、旬野菜を用いたお惣菜を3〜4品調理します。

日時 3月25日(土) 午前9時30分〜正午頃
場所 高萩北公民館 調理室
対象 成人
定員 8人(申し込み順)
講師 田中智春さん
参加費 1,000円(材料・容器代) ※参加費は当日集金します。
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、参加費
申込み 3月4日(土) から直接または電話で高萩北公民館へ

調理したお惣菜は、お持ち帰りします。(教室の試食なし)

公民館健幸サタデー

高萩公民館共催事業

高萩南北ふるさと散歩 のんびり萩っぽ

高萩南東部の歴史を巡り歩く
約4.5km

日時 4月8日(土) 午前9時〜11時頃
集合・解散 サイボク日高本店 どんぐり広場(楽農ひろば西側)
※駐車場はP3またはP5をご利用ください。
対象 成人
定員 15人(申し込み順)
協力 のんびり萩っぽサポーターの皆さん
持ち物 マスク、飲み物、履きなれた運動靴
申込み 3月18日(土) から直接または電話で高萩北公民館へ

参加
無料

スマホなんでも相談会

スマートフォンを使いこなしていますか？
あなたのスマートフォン操作で知りたいことを講師がマンツーマンでアドバイスします。

日時 3月15日(水)、29日(水) 午前9時30分〜11時
場所 高萩北公民館 2階集会室
対象 スマートフォンをお持ちの方
講師 [スマホ教室] スマホ1年生 遠藤裕太さん・金澤郁美さん
持ち物 スマートフォン、マスク

当日受付
直接お越し
ください
〈無料〉



高萩北公民館 ミニギャラリー なみきみち

絵手紙つくしの会

3月15日(水) から
4月19日(水) まで

ご来館の際にはぜひ素敵な
絵手紙作品をご覧ください。



日高市民さくらまつり中止のお知らせ

さくら公園(バイシアひだかモール店敷地内)で例年開催している「日高市民さくらまつり」は今年も中止となりましたのでお知らせします。
(日高市民さくらまつり実行委員会)

日高市交通安全母の会 会員募集

日高市交通安全母の会では「交通安全は家庭から」を合言葉に、子ども・高齢者・地域の交通安全意識の高揚を図るべく、啓発活動を行っています。

主な内容は、春夏秋冬の季節ごとに行われる交通安全運動期間中に市内の通行量の多い交差点付近での声掛け、啓発品配布などの活動です。

お子さんがいない方や男性の会員も募集しています。詳細につきましては市役所危機管理課まで連絡してください。

(問い合わせ)

日高市役所 危機管理課 交通安全・防犯担当
電話 042-989-2111



[公民館にお越しの皆様へ] 感染症予防のため、マスクを着用・手指消毒と事前の検温・健康管理をお願いいたします。また、公民館の使用中の換気、使用後の消毒等について引き続きご協力をお願いいたします。

ひよこルーム



3/15 (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。

◆ 今月は大会室でお楽しみ会 ◆

●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
一問合せ

子育て総合支援センター
☎042-985-8020

赤ちゃんひろば

3/23 (木) 毎月第4木曜日

午前10時～正午

ハイハイまでの赤ちゃん親子と
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

＜ひだか子育て応援隊 スタッフ募集＞

ひだか子育て応援隊では、高萩北公民館を会場として毎月開催している「ひよこルーム」・「赤ちゃんひろば」でお手伝いをしてくれる人を募集しています。一緒に、子育て親子を応援しませんか！まずは気軽に見学にいらしてください。
(問合せ) 子育て総合支援センター ☎042-985-8020

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 3月20日 (月) 午前10時～11時30分

内 容 ①脳トレ

②日高市健康口コモ体操

日高口コモ教室

日高市健康口コモ体操は、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。足腰の維持にとっても効果があり、転倒や骨折をしない足腰を作るのにとっても適しています

日 時 3月7日 (火) 午後1時30分～3時

内 容 ①日高市健康口コモ体操

②尿漏れ予防に関する体操と講話

対 象 高萩地域在住の65歳以上の方

定 員 各20名(申込み順)

場 所 高萩北公民館 大会室

申込みは高萩地域包括支援センターへ ☎042-984-3001

高萩北地区地域学校協働本部から－輝多っ子サポーターズ 活動報告－

これまでも多くの方にご協力いただきました、高萩北地区青少年健全育成の会による高萩北中学校の生徒の皆さんとの地域清掃活動を、1月26日(木)に実施しました。(前回の令和元年度から3年ぶりに実施することができました！)

なお、今回から、高萩北地区青少年健全育成の会による活動が地域学校協働本部活動としての実施となりましたので、輝多っ子サポーターズ チームK(環境)による初めての活動が実現しました！

当日は、北中2年生の生徒さんと高萩北地区青少年健全育成の会推進員の有志の皆さんとが班ごとに407号線歩道から公民館周辺までの清掃活動を行いました。参加していただいた推進員の皆さんには熱心に清掃活動をする北中生を温かく見守って下さり、事故もなく無事に終わることができました。



北中生徒さんと推進員さんとの班に分かれて担当場所の清掃活動を行いました。

最後は公民館に集合し、集まったごみを、燃やせるごみや金属ごみなどに分別しました。



☆高萩北地区地域学校協働本部(高萩北公民館)では小中学校を応援する活動を展開し「できるときに、できることを」協力して下さる輝多っ子サポーターズのメンバーを引き続き募集中です。皆さまのご参加をお待ちしております。よろしくお願いいたします。