



— 笑顔で明るく —

高萩北公民館だより



十月

NO. 315 令和3年10月1日発行 高萩北公民館 旭ヶ丘997-1
TEL 042 (989) 7322 FAX 042 (989) 9948

第40回 高萩北公民館文化祭

今回も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため
「作品展示」のみで開催します。

期 間 11月3日(水)から11月7日(日)まで5日間
※ただし11/7(日)が衆議院議員選挙のときは
11月19日(金)から11月21日(日)までの3日間
場 所 高萩北公民館 第1集会室
時 間 午前9時から午後4時まで (最終日は午後1時まで)
(模擬店、芸能発表等はいりません)



ハミング 公民館

コロナ渦だから・・・ハミング公民館 ♪
誰もが知っている懐かしい歌をハミングして楽し
い時間を過ごしましょう♪
クイズあり、ピアノ演奏と共に大型布絵本
「女影の池伝説」の朗読も！お楽しみに！

日 時 11月12日(金)
午後1時30分から3時30分まで
場 所 高萩北公民館 第1集会室
対 象 成人
参加費 無料
定 員 28人(申込み順)
司 会 三宅弘子さん(企画運営委員)
指導者 入間市音楽家協会会員 池山康子さん
申込み 10月13日(水)から電話または直接
高萩北公民館へ電話989-7322
その他 マスク着用、飲み物(水分補給)は各自で！

指導者による
ピアノ演奏も
お楽しみいた
だけます♪



ひだかの秋 チャレンジウオーク 2021

今年は市内3か所で開催します！
身体を動かしながら「ひだかの秋」
を感じてみませんか。

日 時 11月27日(土)
対 象 市内在住の方(小学生以下のみの参加は不可)
持ち物 飲み物、タオル、帽子等各自必要なもの

—メイン会場—

「ふるさとの森第1号地(日和田山)と
ふるさとの森第2号地(高指山)を歩こう」

集 合 巾着田ふれあい広場
※雨天決行、荒天中止
受付・スタート 午前8時30分から
人 数 100人(申込順)
申込み 10月12日(火)午前9時から11
月19日(金)午後5時までに、電
子申請のほか、申込書を生涯学
習課、各公民館へ。
問合せ 市役所生涯学習課
市民スポーツ担当へ ☎989-2111



—サテライト会場—

高萩会場「高萩東部石造巡り」

定例健康ウォーキングとして、高萩地区の
供養塔や菩薩などの石造物を巡るコースです。
歴史を感じながら健康づくりをしませんか。

集 合 高萩公民館 午前8時15分 ※雨天中止
(8時30分出発・正午頃解散)
人 数 15人(申込順)
指導者 運動普及推進員の皆さん
申込み 10月12日(火)から11月19日(金)までに
電話または直接、高萩公民館へ ☎989-2145
注意事項 マスク着用や間隔をあけての歩行にご協
力ください。また、定員に達しない場合も
事前申込なしでは参加はできません。

高麗川会場「高麗川遊歩道を散策」

申込み・詳細は高麗川公民館へ ☎989-9110

ワクチン接種後も
油断しないで！



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

ご協力を
お願いします！



ひよこルーム 10/20(水)

親子の遊び場に、保護者の情報交換の場に！
子育て応援隊の「ひよこルーム」は、子育て
中の方々をお待ちしています。

10/20「ハロウィン」の工作
11/17「ねずみふうせん」作り



時 間 午前 10 時～11 時 30 分
対 象 0 歳児～就園前のお子さん
場 所 高萩北公民館 休養室
定 員 なし。申込み不要。
時間内出入り自由です
問合せ 子育て総合支援センター
電 話 042-985-8020



10 月の
赤ちゃん広場
はお休みです

※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

脳イキキ教室

～ 認知症予防のために楽しみながらより良い
生活の過ごし方について学んでみませんか ～

日 時 10月18日(月) 午前10時～11時
定 員 20人(申込制)
内 容 ①脳トレ(コグニサイズという頭の体操
を加えた運動)
②日高市健康ロコモ体操



対 象 高萩地域にお住まいの方
場 所 高萩北公民館 第1集会室
申込み 高萩地域包括支援センターへ申込みしてください
☎042-984-3001

日高ロコトレ教室

～ 日高市健康ロコモ体操は、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
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 10月12日(火) 午後1時30分～2時30分
定 員 10名(申込制)
内 容 ①日高市健康ロコモ体操
②介護予防に関する体操や講話(テーマ「腰」)

無料

事前に
お申込みください

【サークル紹介】会員募集！



フラは子どもからお年寄りまで幅広い年代に親しまれているハワイ伝統の
民族舞踊です。ルアラニ アネラはキッズのフラサークルです！
毎月第1,3土曜日の午後1時から「明るく！楽しく！美しく！」をモットーに
家族のように和気あいあい学んでいます。発表会、地域イベント、ボラン
ティアなど積極的に参加しています。美しいダンスで心も体も整えよう☆

認知症サポーター 養成講座

認知症の正しい知識、認知
症の人への適切な接し方を
学んでみませんか

日 時 10月23日(土)
午前 10:30～12:00
場 所 高萩北公民館
定 員 15人(申込制)
申込み 高萩地域包括支援セン
ターへ申込みしてくだ
さい ☎984-3001

◇ 除草作業 ◇

10/13(水)・10/27(水)
いつもご協力いただき
ありがとうございます。
今年度最終回です。

午前8時 30 分から 30 分程度
※雨天中止
※体調の悪い方はお休みして
ください。