



高萩北公民館だより



発行 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

高萩北地区スポーツ協会・高萩北公民館共催事業

高萩北地区ポッチャ・ペタンク・モルック大会

6月から1月の第2土曜日に開催しました、「やってみようポッチャ!」では、多くの方々に楽しんでいただきました。今回は三週に渡って大会を開催します。

皆さまのご参加をお待ちしております。

日時 3月9日(土) ポッチャ大会
3月16日(土) ペタンク大会
3月23日(土) モルック大会

受付は8時30分から 競技時間 午前9時から正午ごろ

場所 大集会室、集会室、第3駐車場

対象 高萩北地区在住の人

定員 ポッチャ 2人1組 12組(申し込み順)

申込み 2月10日(土)から直接または電話で高萩北公民館へ

※ポッチャはペア(2人組)でお申込み下さい

※ペタンク・モルックは当日受付で事前申し込みは不要

※ペタンク・モルック大会は雨天中止

※賞品・参加賞がありますよ!

公民館健康サタデー

3月の定例健康ウォーキング ～武蔵越生五(七)福神めぐり～

高萩公民館共催事業

3月の定例健康ウォーキング

七福神のうち五福神をめぐります(約6.6km)

※往復の鉄道、バス運賃は参加者のご負担ください

※軽食をご持参ください

※当日の申込は受付できません

指導者 日高市運動普及推進員の皆さん

※帰りは、小杉発12時31分のバスで、越生駅着12時56分になります。

(七つの神社をめぐるとバスの都合上、越生駅着が16時過ぎになります)

日時 3月2日(土) 午前8時50分集合
午後1時頃解散 ※雨天中止

集合 武蔵高萩駅 改札前(解散は越生駅)

武蔵高萩駅発 9時 7分の電車に乗ります。

対象 成人 定員 15人(申し込み順)

持ち物 マスク(任意)、飲み物、履きなれた運動靴

申込み 2月9日(金)から直接または電話で高萩北公民館へ

公民館健康サタデー

親子でオリジナルのマルちゃん 焼そばを作ろう



日時 3月2日(土) 午前10時～午前11時30分

場所 大集会室

定員 【親子(保護者と小学生(1組最大3名))】

申込み 先着20組 2月17日(土)から直接または電話で高萩北公民館へ

※講座で小麦粉を使用します。小麦アレルギーの方ご注意ください。

公民館健康サタデー

簡単お惣菜作り教室

日時 2月24日(土) 9時30分～正午頃

場所 調理室

定員 8人(申し込み順) 対象 成人

申込み 2月10日(土)から直接または電話で高萩北公民館へ

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク、筆記用具

参加費 1,000円(材料費、容器代) ※当日集金

令和6年(令和5年分)確定申告

高萩北公民館を会場とする確定申告の日程はつぎのとおりです

3月6日(水) 午前8時40分から11時40分まで 午後1時から4時まで

3月7日(木) 午前8時40分から11時40分まで

会場での申告には事前に予約が必要です。申告受付コールセンター ☎042-989-1800

※土日祝日を除く午前8時30分から午後3時30分まで 〈電子申請〉右上のQRコードからアクセスできます。

※返信メールが届きますので、あらかじめ受信できる状態に設定しておいてください。(24時間対応)

予約や申告についての問い合わせは 税務課 市民税担当へ ☎042-989-2111



ひよこルーム

ひだか

子育て応援

赤ちゃん広場

2月21日(水)

毎月第3水曜日 午前10時から11時30分
おひなさま作りをしましょう♪

※次回、3月20日(水)はお休みです。

2月22日(木)

毎月第4木曜日 午前10時から正午
ひな飾りを制作します

※次回は、3月28日(木)です。

〈令和6年度〉高萩北公民館利用団体登録（更新）について

公民館利用団体（サークル）の登録は年度ごとに行い、令和5年度に登録を受けているサークルも令和6年度の登録（更新）が必要です。公民館利用団体登録申請書を3月15日（金）までに提出してください。

また、更新予定のサークルで申請時の添付書類（決算書など）が遅れる場合は必ず公民館でご相談ください。

新サークルの登録について

公民館利用登録団体（サークル）には早期予約などの支援を行っています。（一般予約は前月から受付のところ、前々月中に予約を受付します。）

これから公民館を利用してみたい人は、基準についてのご案内や、登録申請書などをお手伝いしますので、お気軽に公民館にご相談ください。 ※公民館利用登録団体…公民館の運営方針に則して、自主的・継続的・計画的に活動できる、会員が5名以上（半数が市内在住者等）の団体について登録しています。

〈令和6年度〉高萩北公民館テニスコートの利用について

高萩北公民館テニスコートを利用するには年度ごとに「チーム登録」が必要です。

令和6年4月分からの予約をするときは、あらかじめチーム登録申請書を公民館に提出し、登録を受けてください。

※「チーム」は2人以上で、代表者及び構成員の大半が市内在住・在勤の人の場合登録でき、市外の人も加わるることができます。なお、構成員が小学生以下のみのチーム登録は出来ませんので、必ず保護者がチーム代表者となり、利用時間中も常時同伴をお願いいたします。

利用料金 1回 2時間 300円

利用時間 3月から10月まで 午前9時から午後7時までの2時間単位

11月から2月まで 午前9時から午後5時までの2時間単位

利用回数 毎月7回分まで予約できます。ただし土曜・日曜・祝日は利用希望が多いため、土曜・日曜・祝日は2回分までです。



高萩北スポーツ少年団 本年度の市長杯で三種目全て優勝しました！！



日高市スポーツ少年団主催の市長杯争奪大会で、高萩北スポーツ少年団は、野球（アンタレス）、ミニバスケットボール（チェリーズ）、サッカー（アンタレス）の全ての競技において優勝を飾っております。これも日頃の子供たちの練習、頑張りの結果です。

今後も地域の皆様にはご声援、ご支援を宜しく願います。毎週土日、高萩北小学校グラウンド、体育館で活動しています。見学、体験をお待ちしています。みんな集まれ！！

つながりの場～認知症をもっと知る場&認知症について語れる場～

認知症の有無にかかわらず、「話したい」「聴いてほしい」ことなどどなたでも参加できる『つながりの場』を開催しています。

認知症サポーターの方の参加も大歓迎です。

日 時 2月8日（木）午後1時30分～3時30分 場 所 調理室

高萩地域包括支援センターの出張相談会～高齢者のなんでも相談窓口～も同時開催しています。プライバシーに配慮した相談スペースを用意しております。（要予約）

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、要介護状態となるリスクが高くなった状態で、「健康」と「要介護」の中間の段階とされています。

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 2月19日（月）午前10時から11時30分

場 所 大集会室

内 容 ①理学療法士による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

対 象 高萩圏域の方

定 員 30名 事前申込み制

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ても適しています。

日 時 3月4日（月）午後1時30分から3時

場 所 大集会室

内 容 理学療養士による

①日高市健康ロコモ体操

②膝関節の痛み予防に関する運動と講話

対 象 高萩圏域の方

定 員 30名 事前申込み制

つながりの場・はつらつ健幸教室・日高ロコトレ教室
高萩地域包括支援センターへ ☎042-984-3001に連絡してください。