& 笑顔で明るく &

No.343 令和6年 2月1日号発行



■ 高萩北公民館だより



発 行 高萩北公民館

住所 〒350-1203 日高市大字旭ケ丘997番地1

TEL 042-989-7322 Email kitakou@citv.hidaka.lg.ip

FAX 042-989-9948

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

高萩北地区スポーツ協会・高萩北公民館共催事業

高萩北地区ボッチャ・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 ボッチャ!」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。

3月9日(土) ボッチャ大会 日時

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 ※ 賞品・参加賞がありますよ!

場 所 大集会室、集会室、第3駐車場

扙 象 高萩北地区在住の人

定 員 ボッチャ 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

※ボッチャはペア(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

公民館健幸サタデー

3月の定例健幸ウオーキング ~武蔵越生五(七)福神めぐり~

高萩公民館共催事業

3月の定例健幸ウオーキング

七福神のうち五福神をめぐります(約6.6km) ※往復の鉄道、バス運賃は参加者がご負担ください

※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

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 ※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)

公民館健幸サタデー

親子でオリジナルのマルちゃん 焼そばを作ろう



公民館健幸サタデー

簡単お惣菜作り教室

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。

2月24日(土) 9時30分~正午頃 日時

場所 調理室

対象 成人

申込み 2月10日(土)から直接または電話で

参加書 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 25042-989-2111

ひよこルーム

ひだか 子育て応援

赤ちゃん広場

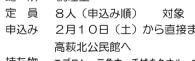
2月21日(水) 毎月第3水曜日 午前10時から11時30分 おひなさま作りをしましょう♪♪

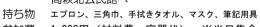
※次回、3月20日(水)はお休みです。

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日全て優勝しました!!



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錬習、頑張りの結果です。

今後も地域の皆様にはご声援、ご支援を宜しくお願いします。毎週土日、高萩北小学校グランド、体育館で活動しています。**見学、体験をお待ちしてます。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 <u>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。</u> 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~

日高ロコトレ教室

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 **25**042-984-3001に連絡してください。