



高萩北公民館だより



発行 高萩北公民館 住所 〒350-1203 日高市大字旭ヶ丘997番地1
TEL 042-989-7322 FAX 042-989-9948
Email kitakou@city.hidaka.lg.jp
HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/> (日高市ホームページ)



高萩北見守り隊結成式を行いました

高萩北地区地域学校協働本部が主体となり、小学生の登下校時の見守りをする見守り隊を結成するため、隊員を募集しました。3月15日(土)高萩北公民館大集会室において結成式を行い、健全育成部会高沢部長より見守り隊員に身分証明書とベストが手渡されました。隊員の皆様、よろしくお願いします。

小学校下校時刻について

※小学校『下校時刻予定表』につきましては、令和7年4月分から学校のほか、公民館においても配布いたします。
また、学校からの情報発信『リーバの登録方法』の資料につきましても、公民館に設置し、携帯電話への登録をお手伝いをいたします。

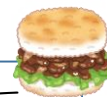


公民館健幸サタデー

行楽弁当作り教室

春の行楽にうれしい季節のお弁当を作ります！

日時 令和7年4月26日(土) 午前9時30分から12時30分頃
場所 高萩北公民館 調理室
指導者 齋藤 はつ恵さん(フードコーディネーター)
対象 成人
定員 16人(申込み順)
参加費 1,000円(材料・容器代) ※当日集金します。
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、筆記用具
申込み 4月5日(土)から4月18日(金)までに直接または電話で高萩北公民館へ。
※定員になり次第、受付終了します。



- ・ライスバーガー
 - ・ブロッコリーと五色豆のサラダ
 - ・豆腐ドーナツ
- ※献立は市場状況により変更することがあります

公民館健幸サタデー

母の日に贈ろう フラワーアレンジメント

お母さんに日頃の感謝を込めて・・・
フラワーアレンジメントをプレゼント
してませんか！



日時 5月10日(土) 午後1時30分から3時30分
場所 高萩北公民館 大集会室
指導者 山中 由美子さん(華道小原流一級家元教授)
定員 小学6年生以上 20人(小学5年生以下は保護者同伴で参加可能)
※成人の方も参加できます。
持ち物 手拭きタオル、よく切れるはさみ(キッチンバサミ可)、持ち帰り用の袋
参加費 1,500円(当日集金します)
申込み 4月16日(水)から4月30日(水)までに直接または電話で
高萩北公民館へ※定員に達し次第、受付終了します。

公民館健幸サタデー

5月の定例健幸ウォーキング

高萩公民館と共催

越辺川遊歩道を歩き新緑を巡る 約8.5km

日時 令和7年5月10日(土) 午前9時から正午頃 ※雨天中止
集合・解散 JR八高線 越生駅
対象 成人
定員 30人(申込み順) ※当日申込不可
指導者 日高市運動普及推進員の皆さん
参加費 無料 ※交通費は、各自負担となります。
持ち物 飲み物、マスク(必要な方) ※履きなれた運動靴でおいでください。
申込み 4月15日(火)から直接または電話で高萩公民館へ電話してください。電話042-989-2145



犬の登録と狂犬病予防集合注射のご案内

日時

4月11日(金)午後2時30分から3時30分

場所

高萩北公民館 敷地東側

問合せ

環境課生活環境担当
電話 042-989-2111(代表)

・犬を制御できる人が連れてきてください。

・当日は首輪をしっかりと締め、リードを短く持ってください。

・犬がふんをした場合は、飼い主が責任を持って始末してください。



輝多っ子アフターすく〜るスタッフ募集

令和7年度の「輝多っ子アフターすく〜る」を開催するにあたりスタッフを募集します。「輝多っ子アフターすく〜る」とは、月1回、放課後の小学校等を使い、地域の方を指導者としながら、勉強やスポーツ・文化活動、異学年交流等の取組を推進する事業です。子どもたちが、より安全に、楽しく活動するためには一人でも多くの方の協力が必要となります。スタッフとして登録していただいた方には、活動回数に応じて、謝礼をお支払いします。

詳しくは、高萩北公民館へお問い合わせください。

ひよこルーム

4月16日(水)(毎月第3水曜日)

午前10時から午前11時30分

対象 0歳児〜就園前のお子さん
こいのぼり作り

絵本読み聞かせ・手遊びもお楽しみに!

ひだか子育て

赤ちゃんひろば

4月24日(木)(毎月第4木曜日)

午前10時から正午

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。

こいのぼり制作



場所

高萩北公民館 2階和室

申込み

事前申込み不要 ※時間内の出入り自由

問合せ

子育て総合支援センター 電話042-985-8020

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ます。

ミニ勉強会 テーマ「認知症の種類と特徴」を予定しています。

日時

4月10日(木) 午後1時30分から3時

場所

高萩北公民館 調理室

申込み

高萩地域包括支援センター 電話042-984-3001

※プライバシーに配慮した相談スペースを用意していますので個別相談も可能です。(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す。「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

4月21日(月) 午前10時から11時30分

場所

高萩北公民館 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

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。

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ても適しています。

日時

5月13日(火) 午後1時30分から3時

場所

高萩北公民館 大集会室

内容

理学療法士によるロコモティブシンドローム予防の体操
(日高市健康ロコモ体操、ストレッチ、有酸素運動)

※ロコモ度の確認ができます

はつらつ健幸教室 対象 65歳以上で高萩地域在住の人

日高ロコトレ教室 定員 30人(申込み制) 高萩地域包括支援センター 042-984-3001



令和7年度高萩北公民館 分館長を紹介します

今年度一年間、どうぞよろしくお願いします。

(敬称略)

分館名	分館長名	分館名	分館長名
旭ヶ丘	江田 邦彰	日高団地3	下村 帝作
高萩北	加藤 剛	日高団地4	佐々木 章
駒寺	高沢 次男	日高団地5	浅田 幸生
栄新田	清水 みどり	日高団地6	堤 昭彦
森高	吉澤 幸喜	高萩新宿	三小田 邦子
日高団地1	秋山 茂	日高台	古賀 豊
日高団地2	里野 公俊	相原	若尾 洋平
※前年度の分館長の皆さん、お疲れさまでした。			

令和7年度高萩北公民館 スタッフ

企画運営委員	川邊 泰博
〃	若林 清介
〃	池野 義一
〃	本橋 薫
〃	小松 泰子
館長	湯本 考一
主査	関谷恵利子
会計年度任用職員	長尾 幸恵
〃	荒井 光雄

【公民館職員の異動】「4年間大変お世話になりました。」(石井美菜子)「これからよろしくお願いします。」(長尾幸恵)

4月の除草作業のお知らせ

利用者の皆様にご協力をいただき、公民館の除草作業を実施しております。

4月の実施日は下記のとおりです。

日時

4月23日(水) 午前8時30分~9時までの30分程度

※雨天中止です。体調のすぐれない方はご遠慮ください。

