



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/> (日高市ホムページ)

夢いっぱい映画会



【上映作品】「おじいちゃんの海」「ぼくの家にはカバがいる」

日時 5月21日(水) 午後1時30分から午後3時30分ごろ

場所 高萩北公民館 大集会室

協力 映写技師 伊藤 芳枝さん

定員 30人(申込み順) 参加無料

上演時間 98分

申込み 5月8日(木) から5月17日(土) までに

直接または電話で高萩北公民館へ

「おじいちゃんの海」

聴覚障がい祖父との努力によって
乗り越えた少女の、耐える力の尊さ、
友情、家族愛を描いた作品

「ぼくの家にはカバがいる」

動物園のカバの飼育係を父にもつ少年を
主人公に、動物を世話する飼育係の喜び
や悲しみ、少年と動物たちのふれあいを
通して、生命の尊さと素晴らしさを明る
く描いた作品

グラウンド・ゴルフ大会

日時 5月24日(土) ※雨天順延5月31日(土) 参加申込 当日現地受付(参加費無料)

集合場所 高萩北小学校 グラウンド

持ち物

用具等は不要ですが、クラブとボールをお持ちの方は、
ご持参ください。運動の出来る服装で、水分補給等を
各自で行ってください。

対象 一般(中学生以上)・小学生

受付 一般の部 午前8時30分 小学生の部 午前10時30分

競技 一般の部 午前9時開始 8ホール2ラウンド 計16ホール

小学生の部 午前11時開始 8ホール

主催 高萩北地区スポーツ協会



SGSおやじバンド

第13回 小さな音楽会



日時 5月31日(土)

演奏者 SGSおやじバンド (公民館登録サークル)

開場 午前9時30分

定員 当日先着 70人(受付順)

開演 午前10時から11時30分

※当日先着 定員に達し次第、受付終了

場所 高萩北公民館 大集会室

駐車台数が少ないため、乗合せ等で来館してください。

公民館健幸サタデー

高萩公民館共催事業

6月の定例健幸ウォーキング

6月から健幸ポイント事業

醬遊王国と親水公園を楽しもう 【約8.5Km】

日時 6月7日(土) 午前8時45分から正午ごろ 指導者 日高市運動普及推進員の皆さん

集合 高萩北公民館 (解散も高萩北公民館です) 持ち物 飲み物、履きなれた運動靴

対象 成人

申込み 5月13日(火) から高萩北公民館へ連絡してください。

定員 30人(申込み順)

電話 042-989-7322 (当日申込不可)

公民館健幸サタデー

やってみようポッチャ

6月から健幸ポイント事業

日時 6月7日(土) 午前9時から正午ごろ

場所 高萩北公民館 大集会室・ゲートボール場(第3駐車場)

対象 どなたでも参加できます。当日受付 直接お越しください。

参加費 無料

協力 高萩北地区スポーツ協会

問合せ 高萩北公民館

高萩北地区スポーツ協会によ
るペタンクやモルックも体験
できますよ!



高萩北公民館登録団体 サークル紹介

コーラス萩と歌おう会

日時 5月28日(水) 午前10時30分から11時30分

場所 高萩北公民館 大集会室

対象 どなたでも参加できます。当日受付 直接お越しください。

参加費無料

聴きただけの方、ちょっと歌ってみたい方、どなたでも参加いただけます。『コーラス萩』は、月3回、水曜日に活動している女声コーラスサークルです。

韓国の文化・慣習等に触れながら、簡単な韓国語を楽しく学びましょう。韓国料理実習体験もあります。

日 時 6月14日・28日・7月12日・19日の土曜日 全4回 ※高萩北地区の次代を担う人を育てる事業の事です。
午前11時から正午（7月19日(土)のみ午後1時まで）

場 所 高萩北公民館 集会室・調理室（19日のみ）

講 師 太田 香先生（日高市通訳・翻訳ボランティア）

対 象 60歳以下の成人 20人（申込み順） 参加費 2,000円（材料費等）※当日集金します。

持ち物 筆記用具、7月19日(土)は、エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル

申込み 5月9日（金）から5月24日（土）までに直接または電話で高萩北公民館へ



楽しい吹矢教室

6月から健康ポイント事業

スポーツウエルネス吹矢は、的を狙って楽しむスポーツです。



日 時 6月14日・21日・28日（土）の土曜日 全3回 午後1時30分から3時30分

場 所 高萩北公民館 大集会室 講 師 スポーツウエルネス吹矢公認指導員（日高かわせみ支部）

対 象 市内在住の成人 10人（申込み順） 持ち物等 動きやすい服装、飲み物

参加費 無料 申込み 5月14日（水）から直接または電話で高萩北公民館へ

受賞おめでとうございます

日高市感謝状贈呈式

令和7年2月28日（金）日高市役所にて
日高市感謝状贈呈式が行われ、
高萩北地区青少年健全育成の会が
受賞されました。



日高市教育委員会表彰

令和7年3月21日（金）日高市役所にて
日高市教育委員会表彰贈呈式が行われ、
三宅弘子さん、山中由美子さんが
表彰されました。



ひよこルーム

5月21日（水）（毎月第3水曜日）
午前10時から午前11時30分
手がたスタンプをとりませんか！
絵本読み聞かせ・手遊びもお楽しみに！！



ひだか
子育て応援隊

赤ちゃんひろば

5月22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。



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る『つながりの場』を開催します。

日 時 5月8日（木） 午後1時30分から3時30分
場 所 高萩北公民館 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。（個別相談のみ要予約）

個別相談予約・問合せ 高萩地域包括支援センター 042-984-3001

はつらつ健康教室～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 5月19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 くりくり元気体操の紹介と体験

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 6月3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①日高市健康ロコモ体操

②転倒予防に関する運動と講話
③有酸素運動

はつらつ健康教室 対 象 65歳以上で高萩地域在住の人 ※申込み不要。直接会場へ。
日高ロコトレ教室 問合せ 高萩地域包括支援センター 042-984-3001

除草作業にご協力をお願いします。

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。5月の実施日は下記のとおりです。

日 時 5月21日（水） 午前8時30分～9時までの30分程度（雨天中止） ※体調のすぐれない方はご遠慮ください。