



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 Email kitakou@city.hidaka.lg.jp

FAX 042-989-9948 HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/>

(日高市ホームページ)



速報!

地区体育祭・文化祭の開催が決まりました!!

体育祭

令和8年10月4日(日)

文化祭

令和8年10月31日(土)・11月1日(日)



◎詳細につきましては、決まり次第お知らせします。

公民館健幸サタデー

第2回 やってみようポッチャ

健幸ポイント事業

ポッチャを楽しみましょう。初めて参加する方も大歓迎です!

日時 6月20日(土) 午前9時から正午ごろ

場所 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

ペタンクやモルックも
体験できますよ!



SGSおやじバンド

第14回 小さな音楽会



日時 6月28日(日) 開場 午前9時30分 開演 10時から11時

場所 大集会室

定員 70人(当日先着順) 参加費 無料

演奏者 SGSおやじバンド(高萩北公民館登録サークル)

※駐車台数が少ないため、乗合わせ等で来館してください。



公民館健幸サタデー
次世代人材育成事業※

韓国語講座「アニョハセヨ」

韓国の文化・慣習等に触れながら、簡単な韓国語会話を楽しく学びましょう。

日時 7月4日・18日・25日の土曜日 全3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

場所 集会室

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 1,000円(教材費等、当日集金)

持ち物 筆記用具

申込み

6月9日(火)から6月26日(金)までに
直接または電話で高萩北公民館へ。



寿大学②



交通安全教室



健幸ポイント事業

令和8年4月1日に法改正された自転車のルールやマナー等交通安全について学びましょう!

日時 7月22日(水) 午前10時から1時間程度 共催 高萩地域包括支援センター

場所 大集会室 持ち物 筆記用具

講師 飯能警察署職員及び日高市交通政策課職員(予定)

対象 60歳以上の方 30人(申込み順)

参加費 無料

申込み

6月23日(火)から7月15日(水)までに
直接または電話で高萩北公民館へ。



参加してみませんか

田んぼの生きもの調査



アメンボ、カエルなどたくさんの生きものが共生する田んぼで、生きもの観察をしよう！ お申し込みは

日時 7月4日(土) 午前9時15分から午後1時頃 主催 日高田んぼ女子プロジェクト

場所 日高市女影の田んぼ(申込後にお知らせします) 協力 NPO法人かわごえ里山イニシアチブ

講師 林 鷹央先生(田んぼソムリエ) 問合せ avakoaya56@yahoo.co.jp

参加費 1,000円(1家族) ※当日集金。おつりのないようお願いします。 (真野さん宛にお願いします)

持ち物 長靴、帽子、飲み物、雨具(雨の場合)。採集道具(お持ちの方のみ。記名してください)

定員になり次第締め切らせていただきます。 ※生きものは持ち帰ることはできません。



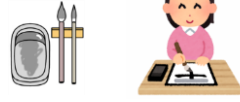
高萩北公民館 萩北書道会
登録サークル紹介

書道を学びませんか。
希望する書体を選べます(硬筆、楷書、行書、草書)

活動日 毎月第1、3水曜日
午後1時から4時まで

場所 高萩北公民館

会費 2,000円/月



高萩北公民館 コーラスグループ プチ・コラール
登録サークル紹介

皆さん、合唱に興味がありませんか？
一緒に楽しく歌いましょう！

活動日 毎月第2、4木曜日
午後1時から3時

場所 高萩北公民館

会費 2,500円/月



ひよこルーム

6月17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
「七夕かざりを作りましょう」
絵本読み聞かせ・手遊びもお楽しみに!!



赤ちゃんひろば

6月25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 ※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 6月11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
申込み 高萩地域包括支援センター 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おりますので、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。フレイルの兆候に早く気づき、進行を遅らせ元気な状態を取り戻していきましょう！

日時 6月15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歯科衛生士による口腔ケアとオーラルフレイルについての講話
②日高市健康ロコモ体操



日高ロコトレ教室

「運動で体力アップしたい」「家でできる体操を知りたい」人向けの教室です。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。ロコモ体操を日課に取り入れてロコモティブシンドロームを予防しましょう。

日時 7月7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肩、首の痛み予防に関する運動と講話
③有酸素運動



はつらつ健幸教室 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

6月の除草作業のお知らせ

6月の実施日は、下記のとおりです。
日時 6月17日(水)
午前8時30分～9時までの30分程度
雨天中止です。

日高おもちゃドクターの会 日高おもちゃ病院

日時 6月13日(土)
場所 高萩北公民館 調理室
受付時間 9時から10時30分
返却時間 11時30分から12時30分

