



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

Email

HP

〒350-1203 日高市大字旭ヶ丘997番地1

kitakou@city.hidaka.lg.jp

http://www.city.hidaka.lg.jp/

(日高市ホームページ)



夏休み自主学習室の開放について



期 間 8月25日(火)まで 利用時間 午前9時から午後5時まで
自主的な学習への支援を目的として、小中学校の夏休み期間中、公民館の空き部屋を
自主学習室として開放します。

勉強中です



※当日の空き状況等について、電話での確認をおすすめします(事前予約はできません)。

サークル等文化祭参加代表者説明会



文化祭に参加するサークル等の団体を対象に代表者説明会を行います。

日時 9月9日(水) 午後1時30分～3時

場所 大集会室

健幸ポイント事業

寿大学③ 夢いっぱい映画会②

高萩地域包括支援センターと共催



【上映作品】

『マリッジカウンセラー』

脚本 松井香奈 監督 前田直樹

出演 渡辺いっけい、松本若菜、宮崎美子

日 時 9月17日(木) 午前10時から正午ごろ

場 所 大集会室

定 員 30人(申込み順)

対 象 60歳以上の方

上映時間 110分

申込み 8月19日(水)から直接または電話で高萩北公民館へ。

参加費無料

昭和生まれで昔気質の営業マンが、会社の辞令で結婚相談所の仲人となり、イマドキの結婚に悩む男女と向き合いながら奮闘するハートフル・コメディ。



公民館健幸サタデー

健幸ポイント事業

旬を楽しむ!

秋のおもてなし料理教室



旬のおいしい食材を使って、秋の味覚を楽しむ料理を作しましょう!

日 時 9月19日(土) 午前9時30分から12時30分ごろ

場 所 調理室

指 導 者 齋藤 はつ恵さん(フードコーディネーター)

定 員 16人(申込み順)

参 加 費 1,000円(材料費) ※当日集金します

持 ち 物 エプロン、三角巾(バンダナ可)、マスク、手拭きタオル、筆記用具、飲み物

申 込 8月20日(木)から9月10日(木)までに直接または電話で高萩北公民館へ。

※市場状況により変更する場合があります

- ・鮭の粒マスタード焼き
- ・キノコのアラビアータ
- ・レタスのスープ
- ・栗のモンブラン風



第43回高萩北地区体育祭

日 時 10月4日(日) 午前9時から正午ごろ

会 場 高萩北小学校 校庭 【雨天 高萩北中学校 体育館】

主 催 高萩北公民館・高萩北地区スポーツ協会

実施種目 分館対抗種目3種目、個人参加種目4種目

※自由参加・事前登録なし

☆詳細については、9月1日号公民館だよりと一緒に配布する体育祭パンフレットをご覧ください。



★
放課後子ども教室
輝多っ子アフターすく〜る
★
活動報告



7月6日(月)高萩北小学校体育館にて、
七夕かざりを作りました。
子どもたちによって短冊などが
飾りつけられた笹竹を北小学校
廊下に展示しました。



高萩北地区地域学校協働本部
健全育成部 活動報告

「花植えプロジェクト活動」

7月9日(木)高萩北中学校環境福祉委員会の生徒の
皆さんと花植えを行いました。

普段接する機会の少ない地域の方々と楽しく活動し
ました。ペコニア、マリーゴールドなど色とりどりの花
を植え、学校が一層明るい雰囲気になりました。大切に育ててください。



除草作業について

8月の除草作業はありません。
※次回は、9月16日(水)予定です。
よろしくお願いします。



川越ひだか団地まつり
みこし担ぎ手募集!



今年も8月15日(土)、日高団地ロータリー・中央通りで
川越ひだか団地まつりが、盛大に開催されます。まつりの
実行委員会では、当日に神輿を担ぐ人を募集します。

集合 ひだか団地ロータリー本部前
(午前11時までに受付)

服装 Tシャツ等

履物 足袋、スニーカー等(サンダル等は禁止)

※手拭いたオルは、ご持参ください。

問合せ 実行委員会事務局 電話042-989-4185



ひよこルーム

8月はお休みです



次回は、9月16日(水)です
午前10時から11時30分
対象 0歳児〜就園前のお子さん

ひだか
子育て

赤ちゃんひろば

8月27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。



問合せ 子育て総合支援センター 電話042-985-8020

認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を身に付け、理解をした人が「認知症サポーター」
です。今から自分にできることは何か考えてみませんか?

日時 令和8年9月4日(金) 午後6時から7時30分

場所 高萩北公民館 大集会室

定員 20人(申込み順)

申込み 日高市高萩地域包括支援センター 電話042-984-3001

※講座終了後、予約制の個別相談が受けられます。講座申込時に併せてお申し出ください。

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〜

8月は、お休みです。

次回は9月10日(木)です。



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。

「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 8月17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簡単レクダンス(日高市レクリエーションダンス連盟の方)
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 9月1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全身運動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 電話 042-984-3001