

(スローガン)

まず参加
仲良く 楽しく
学びあい



平成29年度 第11号 平成30年2月1日

高麗公民館だより

〒350-1245

日高市大字栗坪92-2

TEL:989-2381

FAX:989-7967

発行 高麗公民館

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

★★★★★★

高麗寿学級

★★★★★★

平成29年度の高麗寿学級も2月21日(水)の5回目で、今年度最後になります。

今回も、おやしバンド(高萩北公民館登録)をお招きして「コンサート」を高麗公民館大集会室にて(午前10時~11時)開催します。

ぜひ、お誘いあわせのうえお越しください。

※各地区の老人会に加入されている方につきましては、会長が取りまとめをしています。

また、老人会に加入されていない方でも、60歳以上であれば参加自由です。



日和田山探検(奇岩めぐり)

チャートの山「日和田」を探検し、おもしろい岩をさがそう!

冬の日和田山は落ち葉や木の葉が、たくさんあって楽しいよ。男岩・女岩、富士山に見える富士見岩、たまにしか水の流れない古滝、昔、修験者が座禅をしたと伝わる座禅岩などを探検し、日和田山の魅力を味わいましょう。

日時: 2月24日(土) 午前9時~正午ころ(雨天中止)

※開催の確認は、当日8時以降に公民館へ問い合わせてください。

集合解散: 日和田山登山口(公衆トイレ付近)

対象: 高麗の自然に興味がある小学3年生以上

人数: 20人(申込順) 講師: 高麗地区健全育成の会会員

参加費: 無料 高麗公民館職員

持ち物: 筆記用具、帽子、タオル、水筒、防寒具、お菓子

申込み: 2月17日(土)までに高麗公民館へ申し込んでください。

動きやすい服装、
運動靴、リュック
で来てね!



料理講習会

料理のレパートリーを増やしませんか?

ヘルスマイトが丁寧に調理法をお伝えします。お気軽にご参加ください。

日時: 2月19日(月)午前10時~午後1時

会場: 高麗公民館 調理室

対象: 日高市在住の20歳以上の方

人数: 16名(先着順)

参加費: 300円(当日集金)

講師: 高麗ヘルスマイトのみなさん

持ち物: エプロン・三角巾・手拭き用タオル
筆記用具

※2月13日(火)までに公民館へ申し込んでください。



★メニュー★

~体をあたためよう~

- ・大麦(雑穀)のカレーピラフ
- ・ミックスきのこのミルク味噌スープ



はみがき教室

歯の大切さを知ろう!

幼児期の歯の予防習慣は大切です。

お子様の歯の健康管理を学びましょう

日時: 2月24日(土)

午前①9時、②10時、③11時

※時間の指定はできません。各回45分程度

場所: 高麗公民館 集会室

対象: 3歳から6歳(未就学児)

人数: 30名(各回10名、申し込み順)

内容: ・歯科医師による歯の健康指導
・歯科衛生士による歯みがき指導
・フッ素塗布

参加費: 無料 持ち物: 母子手帳

講師: 後藤歯科医院 後藤俊介さん

申込み: 2月23日までに公民館へ申し込んでください。



高麗公民館2月の予定表

1日(木)	テニスコート抽選会 10:20~ 学習室	20日(火)	ハッピーたいむⅡ② 10:00~ 集会室
2日(金)	高麗郷の魅力Ⅳ① 13:00~ 大集会室	21日(水)	寿学級⑤(音楽鑑賞・閉講式) 10:00~ 大集会室
3日(土)	ママのためのリフレッシュ講座② 13:30~ 大集会室	23日(金)	定例健康ウォーキング 8:20~ 飯能駅北口集合
3日(土)	男子厨房に入ろう!① 17:00~ 調理室	23日(金)	高麗郷の魅力Ⅳ③ 13:00~ 大集会室
6日(火)	親子ハッピーたいむⅡ① 10:00~ 集会室	24日(土)	日和田山探検(奇岩めぐり) 9:00~ 日和田山周辺
10日(土)	男子厨房に入ろう!② 17:00~ 調理室	24日(土)	はみがき教室 ①9:00 ②10:00 ③11:00
16日(金)	高麗郷の魅力Ⅳ② 13:00~ 大集会室	24日(土)	男子厨房に入ろう!③ 17:00~ 調理室
17日(土)	ママのためのリフレッシュ講座③ 13:30~ 集会室		



定例健康ウォーキング

「歩くこと」は、健康づくりの第一歩です。健康づくりを身近なところから始めましょう!毎月、武蔵台公民館と合同で健康ウォーキングを実施しています。ご参加お待ちしております!

～路線バスで行く

飯能名栗地区のひな飾りめぐり～

日時: 2月23日(金)
午前8時20分(集合)～午後4時頃

集合: 飯能駅北口

持ち物: 健康ステップアップ手帳、弁当、飲み物
タオル、帽子、乗車賃(1340円程度。
Suica・PASMOをお持ちの方はご持参
ください。)必要に応じて雨具。

※リュックなど両手をあけられる歩きやすい服装、履き慣れた運動靴でお越しください。

参加費: 無料

申込み: 前日までに高麗公民館へ



行幸啓記念写真 展示のお知らせ

昨年9月20日に、天皇后陛下が訪問され、巾着田曼珠沙華公園や高麗神社を視察されました。当日の写真を展示しております。ぜひご覧ください。

期 日: 2月8日～2月15日まで

場 所: 高麗公民館 大集会室前ロビー

絵画同好会 コスモス会のお知らせ

～高麗公民館で作品を展示します～

寒い時期ですが、お誘いあわせのうえ、おでかけください。

期 日: 2月18日(日) 正午から

3月 4日(日) 正午まで

場 所: 高麗公民館 大集会室前ロビー

※随時仲間を募集しております!!

問合せ先: 半田(090-9241-5980)

長澤(090-9854-3204)

心も身体もリラックス

こころや体のリラックス法についての講演・体験を開催します。ぜひご参加ください。

日時: 3月3日(土) 午前9時30分～11時30分

場 所: 高麗公民館 大集会室

対 象: 日高市民

人 数: 15名(先着順)

内 容: ①講話(ストレスやうつ、リラックス)

②体験(ハンドケア、呼吸法について)

講 師: 山路真佐子先生(埼玉医科大学保健医療学部
看護学科 准教授)

参加費: 無料

問合せ: 保健相談センター

申込み: 2月1日(木)から保健相談センターまたは
高麗公民館へ申し込んでください。

保健相談センター 985-5122

高麗公民館 989-2381



地域防災力UP講座

防災意識を高め災害に強いまちづくりをするために、普段から地域のコミュニケーションの大切さと、いざというときのための装備の準備等を確認してみませんか?

回	日 時	テーマ	学習内容	場所
1	3月3日(土) 午後1時～ 2時	災害時の 体験	救急法の習得 や災害時の模 擬体験	高麗 公民館
2	3月10日(土) 午前10時～ 午後1時	この地域 はどんな まち	避難場所や装 備の確認。防 災マップ作成	公民館 高麗郷 古民家

主 催 高麗公民館

共 催 日高市地区

協 力 日高支部高麗赤十字奉仕団

人 数 20名

参加費 無料

申込み 3月2日(金)までに、
高麗公民館へ申込みください。

