

(スローガン)

まず参加  
仲良く 楽しく  
学びあい

令和元年度 第2号 令和元年5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>

## 定例健康ウォーキング

歩くのに絶好の季節です

「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。皆様のご参加をお待ちしています。

### とどろき花菖蒲でシャガを愛でる

日時：5月15日(水) 午前8時～午後3時頃

集合：高麗川駅

持ち物：健康ステップアップ手帳、飲み物  
タオル、帽子、弁当、運賃など

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

参加費：無料

(高麗川～明覚の運賃が別途必要です)

申込み：前日までに高麗公民館へ



シャガ(菖菖)

#### 運賃

高麗川～明覚 (切符) 片道240円→往復480円  
(ICカード) 片道237円→往復474円



### ! 注意事項!

今回の「定例健康ウォーキング」は15kmの道のりを歩く予定です。健脚向けの内容となります。

## ～スポーツウエルネス吹矢教室～

健康維持とストレス解消のために  
参加しませんか!?

日時：6月4日・11日・18日・25日  
7月2日

全日火曜日(全5回)

午前9時30分～11時30分

場所：ひだかアリーナ 多目的室

対象：日高市在住・在勤の18歳以上の男女

人数：20人

費用：無料

申込み：5月19日(日)まで

電話またはFAXで下記へ

問合せ：日高市スポーツウエルネス吹矢協議会

担当者：金子

電話：989-6899

090-3814-3464

## 脳イキキ教室

認知症予防のために、楽しみながらより良い生活の過ごし方について学んでみませんか。

日時：5月13日(月)

午前10時～11時30分

場所：高麗公民館

対象：65歳以上の人

内容：認知症予防の講話

参加費は無料です。

毎月第2月曜日に開催しています。

問合せ：高麗地域包括支援センター

電話：982-0111

## 親子ハッピーたいむ



お弁当を持って、外に出て、新鮮な空気をいっぱい吸ってリフレッシュ!!  
親子で、共通の話題を持ち、絆を深めます。

内容：巾着田でピクニックを行います。

日時：5月14日(火) 午前10時～午後1時

集合：高麗公民館

持ち物：お弁当、水筒、タオルなど

対象：2歳以上の未就学児とその保護者

※動きやすい服装、履きなれた靴でお越しください。

申込み：1週間前までに申込みください。

その他：詳細についてはチラシをご覧ください。

## 第24回グラウンドゴルフ大会を開催します!

期日：5月18日(土) ※雨天等の場合、19日(日)に変更

集合時間：午前8時30分

会場：巾着田 グラウンド

参加対象：高麗地区に居住されている小学生以上の方

予定人員：96人

参加費：200円(小中学生は無料)

申込み：5月14日(火)までに

体育協会の地区理事へ参加費を添えて申し込んでください。

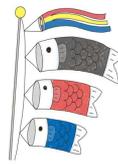


# 高麗公民館5月の予定表

7日(火) テニスコート抽選会  
10:20～ 学習室

11日(土) ありがとうを伝えよう手作りカード  
10:00～ 集会室

13日(月) 脳イキキ教室  
10:00～ 大集会室



14日(火) 親子ハッピータイム①  
10:00～ 巾着田

15日(水) 定例健康ウォーキング  
8:00～ ときがわ慈光寺

19日(日) 月例 日和田・山のぼり  
7:00～ 日和田山登山口集合

## 令和元年度 分館長

今年度の分館長さんをご紹介します。  
1年間お世話になります。(敬称略)

分館名	分館長
横手	村本 裕一
高麗本郷	西宮 泰之
日向	和田 信行
元宿	八巻 聖一
久保	津留 宏介
台	佐島 政彦
清流	和田 博行
高岡	岡登 英雄
新堀西	新井 岳志
榆木	清水 勝
栗原	北川 斗志雄
栗坪	木村 貴昌
梅原	大澤 将広

## 高麗公民館フォト

4月17日(水)  
定例健康  
ウォーキング



4月のウォーキング  
日和田山奇岩と花の文殊堂を下る

4月18日(木)  
まっさんの  
草餅づくり



## 公民館役員・職員の紹介

よろしくお願いします!

館長 岡村良夫

副館長 堀口静雄

企画運営委員 鯉沼治夫・関根よし子・川口浩志  
林延彦・長谷川綾香

職員 清水ゆかり・渡部紀子・山田健人

臨時職員 清水由美子・山形由紀子

## 月例 日和田・山のぼり

5月は19日(日)に行います。  
午前7時登山口集合です。  
午前9時ころ終了予定。  
初夏の日和田山と一緒に登りましょう!