

(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2号 平成29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>

## 健康教室

昨年までは、生活習慣病(現代病)予防予備軍撃退をテーマに3年間の講座を開催いたしました。今年からは、更なる健康増進をテーマに、体験型学習を中心に講座を展開していきます。

| 日 時                | テーマ                   | 内 容                                                 | 講 師                          |
|--------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|
| 5月13日(土)<br>10時～正午 | 健康に役立つ<br>生薬のお話       | 健康に役立つ生薬のお話や、身近にある生薬のお話など健康増進のためのお話あれこれ・・・。         | 中山貞男氏<br>昭和大学<br>元保健医療学部客員教授 |
| 5月20日(土)<br>10時～正午 | 健康増進のための<br>体質改善(栄養面) | 健康増進のための体質改善(栄養面)のため、栄養学の講義と調理実習を受け、体質改善について理解を深める。 | 市栄養管理士                       |
| 5月27日(土)<br>10時～正午 | 健康増進のための<br>体質改善(栄養面) | 健康増進のための体質(運動面)づくりのための実習として、簡単に継続できる家庭内での運動などを実践する。 | 埼玉県健康づくり事業団<br>健康運動指導士       |

※ 場合によって、内容に変更が生じることがあります。

○共催：高麗公民館・日高市保健相談センター ○会場：高麗公民館

○対象：成人 ○参加費：500円(第2回の教材費) ○持ち物：筆記用具他

○申込み：5月10日(月)までに参加費を添えて高麗公民館へお申し込みください。



## 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。

### 小瀬名から北向き地蔵を歩く

日 時：5月17日(水) 8:45～正午

集 合：横手神社

持ち物：健康ステップアップ手帳、飲み物  
タオル、帽子など

※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

申込み：前日までに高麗公民館へ  
042-989-2381



## 親子ハッピーたいむ！

お母さん。一人で、がんばっては、いませんか？  
たまには、力を抜いてリフレッシュ！！

| 回 | 期 日                      | 内 容             |
|---|--------------------------|-----------------|
| 1 | 5月16日(火)<br>10:00～13:00  | お弁当を持って、ピクニック！！ |
| 2 | 6月 6日(火)<br>10:00～11:30  | 素早くできる救急法と消防署見学 |
| 3 | 7月11日(火)<br>10:00～12:00  | 初夏の大収穫祭         |
| 4 | 9月 6日(火)<br>10:00～11:30  | 楽しくクッキング        |
| 5 | 11月 9日(火)<br>10:00～12:00 | 初秋の大収穫祭         |

主催：高麗公民館

申し込み：開催日の1週間前までに申し込みください。

その他：詳細については、チラシをご覧ください。

## 今月の公民館こどもの日

今年も高麗公民館で、公民館こどもの日として下記とおり、開催しますので、奮ってご参加ください。

期 日 5月8日(月) 午後4時～5時

会 場 高麗公民館

内 容 弓矢(お手製の弓で、的に当てよう！)

申込み 前日までに、電話で申し込みください。

## ～高麗地区の文化財紹介～ 高麗村石器時代住居跡

高麗駅の近くに、縄文時代(約4,500年前)の住居跡があるのをご存知ですか？見つかったのは今から88年前、昭和4年のことです。県内で初めて調査された竪穴住居跡です。最近の調査では、周囲からも多くの住居跡が見つかり、大きなムラがあったと考えられます。ぜひ、立ち寄ってみてください。

# 高麗公民館5月の予定表

|        |                                 |        |                                 |
|--------|---------------------------------|--------|---------------------------------|
| 2日(金)  | テニスコート抽選会<br>10:20～ 学習室         | 18日(木) | はじめてのペーパーステンド教室②<br>10:00～ 大集会室 |
| 11日(火) | はじめてのペーパーステンド教室①<br>10:00～ 大集会室 | 20日(火) | 健康教室Ⅰ②<br>10:00～ 調理室            |
| 13日(土) | 健康教室Ⅰ①<br>10:00～ 調理室            | 25日(木) | はじめてのペーパーステンド教室③<br>10:00～ 大集会室 |
| 16日(火) | 親子ハッピータイム①<br>10:00～ 巾着田        | 27日(土) | 健康教室Ⅰ③<br>10:00～ 集会室            |
| 17日(水) | 定例健康ウォーキング<br>8:45～ 横手神社        |        |                                 |



## 平成29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   | 山口 一 明 |
| 高麗本郷 | 田村 孝 一 |
| 日向   | 立川 元 治 |
| 元宿   | 横手 利 次 |
| 久保   | 平岡 俊 行 |
| 台    | 横手 誠 一 |
| 清流   | 関口 貢   |
| 高岡   | 関 章 夫  |
| 新堀西  | 石井 修 治 |
| 楡木   | 新井 孝 久 |
| 栗原   | 大田 敦 司 |
| 栗坪   | 川口 浩 志 |
| 梅原   | 大澤 一 夫 |

## 絵画同好会 コスモス会のお知らせ

### 第11回 展示会開催！！

緑濃い季節、お誘いあわせの上、  
ぜひ、お出かけください。

期 日：5月25日(木) 午前11時～  
6月 4日(日) 午後4時  
(6月3日(土)を除く)

場 所：総合福祉センター「高麗の郷」エントランス

### 油絵・水彩・パステル・・・一緒に！！

初心者大歓迎！ 見学も随時OK！

日 時：毎月原則第2・4日曜日午後1時半～4時

場 所：高麗公民館

問合わせ：半田 (090-9241-5980)  
：長澤 (090-9854-3204)

## 高麗公民館フォト



4月22日(土) ガーデニング教室Ⅲにて

## 公民館役員・職員の紹介

館 長 岡村良夫

副 館 長 新井信好

企画運営委員 堀口静雄・関根よし子  
関口幸吉・若林久子・鯉沼治夫

職 員 松本康彦・大澤田鶴夫・清水ゆかり

臨時職員 清水由美子・齋藤京子

### 新任のあいさつ

このたび高麗公民館長に就任させて戴いた岡村と申します。日高市では昨年、高麗郡建郡1300年記念事業が行われましたが、現在も、高麗郡と刻まれた石造物がこの地域に散見されることを知りました。悠久の歴史と豊かな自然に恵まれた高麗の郷に、今後の公民館が少しでも関わられたら幸いと思っています。

今年度も、子どもから高齢の方を対象とする事業はもちろんのこと、各事業に、地域の皆様と手を取り合って取り組んでまいりますので、よろしくお願い致します。

高麗公民館長 岡村 良夫