

(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5号 平成29年8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>

高麗公民館文化祭 10月21日(土)・22日(日)

☆一般作品募集のご案内☆

俳句、短歌、生け花、手工芸、写真、書画、盆栽などの作品を募集します。出品を希望する方は、高麗公民館にお申し込みください。

(「出品申込書」は公民館にあります。)

◎申込期限：9月22日(金)午後5時

◎搬入日：10月20日(金)午後3時～5時

◎搬出日：10月22日(日)午後2時30分
～午後3時30分

☆体験教室・模擬店出店のご案内☆

サークルや各団体で文化祭当日に模擬店を出しませんか？

◎申込期限：9月22日(金)午後5時

◎開店時間：10月21日(土)午前10時～午後3時
10月22日(日)午前9時～午後2時30分

☆フリーマーケット開催のご案内☆

☆フリーマーケットのご案内☆

ご家庭に眠っている不用品を出品してみませんか

◎申込期限：9月22日(金)午後5時

◎開店時間：10月21日(土)午前10時～午後3時

10月22日(日)午前9時～午後2時30分

◎参加協力金：1区画500円

※詳しくは、来月号でお知らせします。



定例健康ウォーキング

8月はウォーキングを講義と実技で学びます。

これからウォーキングを始めようと思っている方は、ぜひご参加ください。

期 日：8月16日(水)

場 所：武蔵台公民館 集会室

時 間：午前9時30分～11時30分

持ち物：健康ステップアップ手帳
飲み物、タオル、筆記用具等

参加費：無料

その他：運動のできる服装で
ご参加ください。

申込み：前日までに高麗公民館へ
TEL042-989-2381

高麗地区体育祭

10月9日(月)開催決定

日頃の成果を試すチャンスです。体育祭に参加して、いい汗流してみなさんと盛り上げましょう。

今年の種目の変更点については・・・

- ① ニアピンボールが、分館対抗種目となります。
 - ② 分館対抗種目「大縄跳び」の参加人数を10名に変更します。
 - ③ 分館対抗種目「紅白玉入れ」の籠の高さを50cm低くします。
 - ④ 3km一般男子の部を追加します。
- プログラムは9月に配布いたします。



卓球教室

★ 初心者の方も大丈夫 ★

卓球を始めたい方、もっと上手になりたい方、どなたでも大歓迎です！！

○日時：9月13日、20日、27日(水曜日)
いずれも午後7時30分から9時まで

○場所：高麗中学校 体育館

○講師：岡部 一宏さん

○対象：20歳以上の方(3回参加できる方を優先)

○人数：20名(先着順)

○参加費：無料

○持ち物：卓球ラケット、屋内運動靴、飲み物
(ラケットをお持ちでない方は公民館でご用意します。)

○申込み：8月14日(月)から31日(木)までに
電話か直接公民館へ申し込んでください。

脳イキイキ教室

健康なからだを保つための体操を取り入れた認知症予防のための教室を開催します。

日時 8月14日(月)：午前10時～11時30分

会場 高麗公民館

内容 シナプソロジー(脳のトレーニング)

対象：65歳以上の人(市内に住所がある方)

定員：なし 費用：無料

申込：直接会場へお越しください。

持ち物：日高市健康口コモ体操のパンフレット(お持ちの人のみ)

問合せ：高麗地域包括支援センター
TEL982-0111



高麗公民館 8月の予定表

1日(火)	テニスコート抽選会 10:20～ 学習室	9(水)	高齢者パソコン教室
2日(水)	公民館de夏休み② 9:30～ 大集会室	10日(木)	10:00～ 高麗小学校コンピューター室
8日(火)	公民館de夏休み③ 9:30～ 大集会室	16日(水)	定例健康ウォーキング 9:30～ 武蔵台公民館集会室
		18日(金)	赤十字救急法救急員養成講座
		～20日(日)	9:30～ 大集会室他

第11回環境ボランティア活動展

～みんなで日高の環境、地球の環境を考えよう～
市内の環境関連活動団体等のパネル展示と日高市の自然環境保全についての講演会を行います。

日時：9月3日(日) 午前11時～午後4時
会場：生涯学習センター 2階視聴覚室
講演：「身近にできる自然環境保全」
午後1時30分～(講師：高根広作さん)
費用： 入場無料
問合せ：日高・みどりの会
広川 TEL090-7180-2807

認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識や認知症の人への適切な接し方について学んでみませんか。
○認知症サポーターになったら…
認知症の人や家族の気持ちの理解に努め、温かい目で見守っていただくことをお願いします。
講座終了後、サポーターの目印である「オレンジリング」と「認知症サポーター証」をお渡しします。
○日時：9月8日(金) 午後1時30分～3時
○場所：高麗公民館 大集会室
○対象：市民 ○費用：無料
○申込み・問合せ：高麗地域包括支援センター

※当日、会場での申し込みも可能です。
TEL982-0111



料理講習会

お料理を知りたいけれどきっかけがない方！
ヘルスメ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：9月8日(金) 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：高麗ヘルスメイトのみなさん
持ち物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル
筆記用具



☆9月4日(月)までに電話または直接高麗公民館へお申し込みください。

●テーマ：『体をあたためよう』

●メニュー

★ショウガ入りレンコンご飯

★夏野菜のカレースープ

★みょうがの肉巻きフライ ★かんたんごぼう漬け

※当日は料理講習会講義として県が推進している健康長寿サポーター養成講座を開催予定です。

高麗公民館からのお知らせ

高麗公民館では、当館主催の講座の受講生やOBの方を対象にサークル化を勧め、活動しています。

そこで、下記の日程で、見学・体験のご紹介をいたしますので、直接会場へお越しください。

○童謡サークル

8月28日(月) 10時～12時 学習室

○ムグンファ(韓国語)

8月30日(水) 9時～12時 学習室

○(仮称)ペーパースタンドグラス「花束」

9月28日(木) 10時～12時 学習室

高麗公民館フォト



7/7苔玉教室



7/11ハッピーたいむ
地元農園でじゃがいも堀り



高麗地区青少年健全育成の会
「花でかざろう通学路」