

(スローガン)

まず参加
仲良く 楽しく
学びあい



令和4年度 第5号 令和4年8月1日

高麗公民館だより

〒350-1245
日高市大字栗坪92番地2
TEL:989-2381
FAX:989-7967
発行 高麗公民館
<http://www.city.hidaka.lg.jp>

☆高麗公民館文化祭のお知らせ☆

令和4年度高麗公民館文化祭は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
舞台発表と展示発表を別の日に分けて開催します。

舞台発表	展示発表
10月29日(土)・30日(日)	11月3日(木・祝)～6日(日) 9:00～16:00

6日は正午まで

❀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。
それ以外の作品も募集中です。
『出品申込書』は9月に配布します。



- ☆申込み期限：10月17日(月) 午後5時
- ☆搬入日：11月2日(水) 午後2時～午後5時
- ☆搬出日：11月6日(日) 正午～午後1時

睡眠中の夢と心の健康のお話

共催：東洋大学(生涯学習課支援プログラム)

古くから心理学のテーマでもある『夢』。
かつては「神様のお告げ」と考えられていましたが、生理学の観点から睡眠中に夢を見る仕組みが理解され、さらに夢の中で我々の記憶の整理をしていることが認知科学的にもわかってきています。
人生の $\frac{1}{3}$ は睡眠、 $\frac{1}{12}$ は夢の中にいます。
この講座では、夢を見る仕組みや夢研究の歴史を振り返り、毎晩見ている夢を生涯発達と心の健康の観点から理解していきます。

日時：8月23日(火) 午後1時30分～3時
場所：高麗公民館大集会室

講師：^{まつだ えいこ}松田 英子 教授
東洋大学 社会学部社会心理学科

人数：30人
対象：どなたでも参加できます。
参加費：無料
申込み：8月8日(月)から高麗公民館へご連絡ください。



●公民館健幸サタデー ポッチャ体験教室

ミリ単位の攻防、緻密な頭脳戦・・・
地上のカーリングとも言われる
ポッチャボールがどんな競技なのか
一緒に体験してみませんか？

日時：8月13日(土) 午前10時～11時30分
毎月第2土曜日に開催しています！
会場：高麗公民館 大集会室
協力：高麗地区スポーツ協会
申し込みは不要(当日受付)です！！

各イベントでは感染症予防のため、検温の実施、
手指消毒、マスクの着用にご協力ください。

8月のフラ散歩はお休みです。

公民館健幸サタデー 月例・高麗郷フラ散歩

四季折々の高麗郷を再発見しながら、
楽しくフラ散歩しませんか？
大人から子どもまで、ご家族や友人と
一緒に参加をお待ちしています。

集合時間：午前8時45分(雨天中止)
集合場所：高麗公民館
参加費：無料
服装：動きやすい服装で参加ください。
協力：高麗地区スポーツ協会

申し込みは不要(当日受付)です！！

毎月第3土曜日に開催しています！
地域の皆さんが気軽に参加できるように、1～2時間程度の所要時間としています。
なお、10月は第4土曜日に開催、2月はお休みとなります。

開催日	内容
5 9月17日(土)	高麗郷の石造物巡り
6 10月22日(土)	巾着田で小さい秋見つけた
7 11月19日(土)	横手溪谷の紅葉を楽しむ
8 12月17日(土)	高麗の地質から日高市の成り立ちを知る
9 1月21日(土)	新春の高麗郷寺社巡り
10 3月18日(土)	春はもうすぐ高麗の里山から高麗峠を歩く

高麗公民館8月の予定表

2日(火)	テニスコート抽選会(9月分) 10:20~ 大集会室	10日(水)	ひ・まわり探検隊 原始的な火起こし体験 10:00~ 大集会室 講師団体:日高ガイド
3日(水)	ひ・まわり探検隊 ハイキング・登山 9:00~ 大集会室集合 講師団体:日高ガイド	13日(土)	ボッチャ体験教室 10:00~ 大集会室
5日(金)	ひ・まわり探検隊 フラダンス体験 10:15~ 大集会室 講師サークル:ブルメリア	18日(木)	公民館de夏休み②スライム作り 10:00~ 調理実習室
	公民館de夏休み①ドライアイス実験 14:00~ 大集会室	23日(火)	睡眠中の夢と心の健康のお話 13:30~ 大集会室
7日(日)	ひ・まわり探検隊 高麗川で行うガサガサ体験 9:30~ 大集会室集合 講師団体:奥武蔵ピースラボ	8月30日(火)~9月1日(木) マイナンバーカード申請サポートサービス期間 13:30~16:15 高麗公民館ロビー内にて実施中	

【お知らせ】8月の「月例・高麗郷ブラ散歩」はお休みです。

定例健幸ウォーキング

「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。

秋の日和田山から高指山展望台を巡る

期 日: 9月28日(水)
集 合: 高麗公民館
時 間: 午前8時45分~正午頃
持ち物: 健康ステップアップ手帳、
飲み物、タオル、帽子 など
参加費: 無料
定 員: 15人(申込み順)
行 程: 約7.5kmのアップダウンのあるコース
その他: 運動のできる服装でご参加ください。
申込み: 8月10日(水)から高麗公民館へ
ご連絡ください。



高指山 IBNTT電波塔
(2019年撮影)

美文字になろう

手紙や芳名帳、のし袋など手書きの際の
住所や名前を美しく書くには?
クセを直して、文字のバランスや書き方の
コツを学んで美文字になりましょう。(全3回)

日 時: 9月8日・15日・22日(毎週木曜日)

午 前 10時~正午
場 所: 高麗公民館 集会室

講 師: わたなべ のりえ
渡辺 典江さん

人 数: 10人(申込み順) 全て参加できる人および
初めての人を優先します。

参加費: 無料

持ち物: 筆記用具、鉛筆(Bまたは2B)、
柔らかい下敷き(お持ちの方)

申込み: 8月18日(木)から高麗公民館へ
ご連絡ください。



高麗地区子ども会育成連絡協議会(高麗子連)

解散のお知らせ

本会は昭和59年からレクリエーション等、多くの活動をして
きましたが、各単位子ども会の休会等で運営が困難となり、
令和3年度をもって解散することとなりました。

高麗子連の活動が途絶えてしまうことは大変心苦しく苦渋の
決断でしたが、今後は別の形で子ども会が地域の皆さまと
関わっていければと考えております。

会費残高108,199円は、高麗小学校に寄付させていただきました。
長い間、高麗子連を支えていただき誠にありがとうございました。

顧問 岡野智子

高麗地域包括支援センター

日にち	時間	場所	内容	申込み
8月 24日(水)	10:00 ↓ 11:30	高麗公民館 大集会室	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室 【運動編】	受付中
9月 9日(金)	13:30 ↓ 15:00		日高 □コトレ教室 【股関節】	
9月 28日(水)	10:00 ↓ 11:30		はつらつ健幸教室 フレイル予防教室 【うつ&認知症予防の講話】	8月10日(水)から 受付開始

申込み&お問い合わせ
高麗地域包括支援センター ☎ 982-0111

地域が支える高麗小中学校 みんなで育てる高麗っ子「地域学校協働本部」が、
6月30日に設立されました!

地域学校協働本部ってなにをするの?

地域学校協働本部は、公民館を拠点に地域住民や
企業・団体等、多くの人に関わり、地域全体で
子供たちの学びや成長を支えていく組織です。

例えば・・・

「登下校の見守り」「職業体験」「学校応援団」
「こまキッズ」など、すでに行われている活動に
加えて、新たな取り組みを進めていきます。

