

(スローガン)

まず参加
仲良く 楽しく
学びあい



令和5年度 第11号 令和6年2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>

大人のための「リフレッシュ講座」 かたい身体ほっとかないで YOGA

ヨガで“健幸”柔軟性はすぐ身につきますよ

日にち	時間	場所
2月26日(月)	13:30~15:30	高麗公民館 大集会室
3月4日(月)		



講師: yoga Luccica 主宰 佐成千佳さん
対象: 成人一般
人数: 12人(申込み順)
参加費: 無料
申込み: 2月8日(木)から16日(金)までに
高麗公民館へご連絡ください。

受付時間8:30~17:00
ただし、日曜日と祝日を除く

QRコードから
申込みできます!



- ・2回全てに参加できる方を優先します。
- ・当日は動きやすい服装でご参加ください。
- ・ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方には、公民館がお貸しします。

作って楽しい! 食べて美味しい! 花の巻き寿司をつくってみよう

昨年好評でした「花の巻き寿司」
春らしい薔薇の花のようなお寿司で、
お花見やおもてなしの一品として
食卓に花を咲かせましょう!!



日時: 3月7日(木)午前10時~午後1時
場所: 高麗公民館 調理室
講師: 日高ヘルスメイトの皆さん
参加費: 300円(材料費)
人数: 成人一般12人(申込み順)
持ち物: エプロン、三角巾(バンダナ)、
マスク、持ち帰り用保冷容器
(10cmの巻き寿司2本を入れます)



申込み: 2月20日(火)から3月1日(金)までに
高麗公民館へご連絡ください。

受付時間8:30~17:00
ただし、日曜日と祝日を除く

高麗公民館登録団体の皆様へ

令和6年度の公民館登録申請書類の提出締切は、
3月30日(土)です。期日までに提出いただきますよう
ご協力をお願いします。

新たに登録をしたい団体は、公民館へお声がけ
ください。申請書類をお渡しします。

※提出の無い場合、新年度の更新はないものと判断いたします。

団体登録を廃止したい場合は、公民館へ報告してください。

提出書類

- ・公民館利用団体登録申請書(様式第1号)
- ・名簿(様式第2号)
- ・令和5年度活動報告書、および決算書(継続団体のみ)
- ・令和6年度活動計画書、および予算書
- ・サークル紹介カード(希望団体のみ)

定例健幸ウォーキング 春めく子ノ権現を訪ねる

日時: 3月27日(水)
午前8時45分~午後1時ごろ(吾野駅解散)

集合: 西武池袋線 高麗駅前(西吾野駅まで移動します)

人数: 30人(申込み順)

持ち物: 飲み物、タオル、上着、運賃、
雨具(必要な場合)

武蔵台公民館
☎982-2950

コース: 約8kmの山道を歩くコース
申込み: 2月9日(金)から武蔵台公民館へ
ご連絡ください。(当日申込み不可)



高麗→西吾野(行き)
切符 260円

ICカード
252円

吾野→高麗
(帰り)
220円

高麗駅まで鉄道で
来られる方は、
事前にお知らせ
ください。

公民館特別講演会

	特別青少年教育講演会 「まちづくりはひとづくり」 ~地域で育てる人、つながり、そして未来へ~	特別家庭教育講演会 「北野家の躰と家族愛」 ~母は“強し”弟は“たけし”~
日時	2月28日(水) 14:00~16:00 (13:30開場)	3月24日(日) 14:00~16:00 (13:30開場)
場所	高萩公民館 日高市大字高萩802番地3(高萩小学校隣接) ・JR川越線「武蔵高萩駅」から徒歩10分 ・イーグルバス「武蔵高萩駅入口バス停」から徒歩8分	総合福祉センター「高麗の郷」 日高市大字榆木201番地 ・JR八高線/JR川越線「高麗川駅」から徒歩20分 ・国際興業バス「総合福祉センターバス停」から徒歩すぐ
定員	100人まで	200人まで
講師	文部科学省生涯学習政策研究部統括研究官 兼社会教育実践センター社会教育調査官 志々田 まなみ さん	学校法人秋草学園理事長 兼秋草学園短期大学学長 北野 大 さん
持ち物	筆記用具	特になし

お越しの際は、
公共交通機関を
ご利用ください。



申込み不要 & 参加費無料です!

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～ 大集会室	26日(月)	大人のためのリフレッシュ講座 かたい身体 ほっとかないでYOGA	16日(金)	8:40～11:40 13:00～16:00	確定申告 大集会室
24日(土)	フライングディスク体験教室 10:00～ 大集会室		13:30～ 大集会室	19日(月)	8:40～12:00	

【お知らせ】4月分のテニスコート抽選会は、3月1日(金)に行います。

2月の「高麗郷フラ散歩」はお休みです。

高麗公民館フォト

1月7日(日)
大人のつどい



おめでとうございます!

1月10日(水)
芋煮会



1月13日(土)
フライングディスク体験教室



フライングディスク体験教室は土曜日に開催しています!

日にち: 2月24日(土)と3月9日(土)
時間: 午前10時～正午
場所: 大集会室
申込み不要&参加費も無料です!



高麗地域包括支援センター ☎982-0111

笑って楽しく脳の活性運動をしよう!!

「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳をわざと混乱させることで、脳の活性化を促します! 認知機能や運動機能、爽快感の向上や不安感の低下などの効果が期待されています。

日時: 2月22日(木)午前10時～11時30分
場所: 高麗公民館 集会室
定員: 20人(申込み順)
対象: 65歳以上の人
参加費: 無料
講師: 小池 克昌さん (ほほえみ訪問治療院)
申込み: 高麗包括支援センターへご連絡ください。

高麗包括支援センターでは、ロコトレやフレイル予防の教室も行っていきます!

2月8日(木) 13:30～15:00	日高ロコトレ教室	【受付中】 高麗地域包括支援センターにご連絡ください。
2月28日(水) 10:00～11:30	はつらつ健康教室 フレイル予防教室	
3月14日(木) 13:30～15:00	日高ロコトレ教室	2月15日(木)から高麗地域包括支援センターにご連絡ください。
3月27日(水) 10:00～11:30	はつらつ健康教室 フレイル予防教室	

場所: 高麗公民館大集会室
参加費: 無料

工事により公民館駐車場が一部閉鎖されています

県道の歩道拡幅に伴う水道管の工事により公民館東側駐車場が利用できなくなります。工事中は中央または西側の駐車場をご利用ください。なお、混雑時はJA駐車場が利用可能です。(一部の日を除く) ※「JA利用者専用」の箇所には、駐車しないでください。

