



令和6年度 第11号 令和7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>

ココロの健康♪

『香り』のはなし

～10種の精油で自分だけの
マスクスプレー作り～



季節の変わり目に心地よい香りを取り入れ
前向きな気持ちをアシストしましょう♪

日時: 2月13日(木) 午前10時～正午
場所: 高麗公民館 集会室
講師: 鈴木 賢司さん(アロマティックインストラクター)
参加費: 500円(材料費) ※当日集金
人数: 成人一般12人(申込み順)
持ち物: 筆記用具
申込み: 2月6日(木)から2月12日(水)までに
(受付時間8:30～17:00 ※日祝除く)



春に食べたい♪

手まり寿司

春らしい野菜でつくる手まり寿司で、
今年も食卓に花を咲かせましょう



日時: 3月13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
申込み: 2月20日(木)から2月27日(木)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〕
※申込み多数の場合、抽選結果を
2/28に当選者にお知らせします

高麗公民館登録団体の皆様へ

令和7年度の公民館登録についてお知らせします。

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。
※書類提出の無い場合、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。

サークル代表者会議について

下記のとおり、会議を行います
当日は①②の書類をご準備ください
※③～⑤の書類は3月31日までに提出ください
【日時】2月20日(木) 午前10時から
【場所】高麗公民館 大集会室

提出書類

- ①公民館利用団体登録申請書(様式第1号)
- ②名簿(様式第2号)
- ③令和6年度活動報告書、および決算書(継続団体のみ)
- ④令和7年度活動計画書、および予算書
- ⑤サークル紹介カード(希望団体のみ)



元気体操教室

いくつになってもスムーズに動けるように...



日にち	時間	場所
2月 27日(木)	午後2時～4時	高麗公民館 大集会室
3月 6日(木)		

講師: 高橋 春子さん
対象: 50歳以上の人
人数: 各日20人(申込み順)
参加費: 無料 ※動きやすい服装で参加しましょう
持ち物: タオル、筆記用具、水筒(水分補給用)、
ヨガマット(ある人/ない場合は先着順でお貸しします)
申込み: 2月7日(金)から
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〕

市内6公民館からのお知らせ

日高市公の施設に係る使用料等の減額及び免除の基準に関する規則に基づき実施して
おりました公民館登録サークル団体への公民館使用料減額期間が、

【令和7年3月31日】をもちまして終了いたします。

ご理解のほど、よろしくお願い致します。

高麗公民館2月の予定表

4日(火)	テニスコート抽選会 10:20～ 大集会室	13日(木)	「香り」のはなし&実習 10:00～ 集会室
6日(木)	寿学級 落語鑑賞会 13:30～ 大集会室	20日(木)	サークル代表者会議 10:00～ 大集会室
8日(土)	ポッチャ体験教室 10:00～ 大集会室	27日(木)	元気体操教室 14:00～ 大集会室

17日(月)	8:40～11:40 13:00～16:00	確定申告 大集会室
18日(火)	8:40～11:40	

2月の「高麗郷フラ散歩」はお休みです。

ハルディック・ウォーキング 体験教室



日 時：3月8日(土) 午前10時～正午
場 所：高麗公民館周辺
※雨の場合は、室内でできる運動を行います
参加費：無料
対 象：成人
持ち物：動きやすい服装、歩きやすい靴
人 数：10名(先着順)
講 師：西原隆一さん
(障がい者スポーツ文化センター横浜ラ・ポールスポーツ指導員)
申込み：2月14日(金)から2月25日(火)までに高麗公民館へお申し込みください。(日曜日を除く)



定例健幸ウォーキング

天覧山山頂から
飯能の街並みを望む



参考

高麗→東飯能 (西武鉄道/片道)	
切符 160円	IC カード 157円

日 時：3月26日(水)
午前9時45分～11時30分頃

集 合：東飯能駅西口広場(終了後、現地解散)

持ち物：飲み物、タオル、上着、運賃、
雨具(必要な場合)

人 数：30人(申込み順)

申込み：2月7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)

武蔵台公民館
☎982-2950

高麗公民館フォト

1月12日(日)
成人のつどい

おめでとうございます！



12月26日 書き初め教室
真剣に取り組みました！



1月11日
ポッチャ体験教室
大人も頭を使って
真剣勝負！

高麗地域包括支援センター ☎982-0111

2月13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26日(水) 10:00～11:30	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室	
3月13日(木) 13:30～15:00	日高ロコトレ教室	2月17日(月)から 高麗地域包括 支援センターに ご連絡ください。
3月26日(水) 10:00～11:30	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室	

**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
行っています！**

場 所：高麗公民館大集会室
参加費：無料