



令和7年度 第5号 令和7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
<https://www.city.hidaka.lg.jp>

☆高麗公民館文化祭のお知らせ☆



舞台発表の部・出店の部	展示発表の部
11月1日(土)・2日(日)	11月1日(土)・2日(日) 9:00~15:00

※一般作品募集のご案内※

俳句、短歌、生け花、手工芸、写真、書画などの
さまざまな作品を募集します。(それ以外も可)
『出品申込書』を期限までに提出してください。

☆申し込み期限：10月15日(水)午後5時
☆搬入日：10月31日(金)午後2時~午後5時
☆搬出日：11月2日(日)午後3時~午後3時半

「出店の部」ご案内

フリーマーケットの出店を募集しています。
舞台発表の部と同じ時間に駐車場で開催します。
ただし、出店数や舞台発表の部の参加団体数に
よっては、ご希望の日程どおりに行えない場合
がございます。
あらかじめご承知おきください。
申し込み：9月30日(火)までに高麗公民館へご連絡ください。

ペットボトルロケットを作って飛ばそう！

9月7日(日) 9時~正午

高麗公民館の大集会室でペットボトルロケットを作り、巾着田の多目的広場に移動して、ロケットを
発射台から飛ばしてみるよ。ワクワクの科学体験が待ってるよ！



募集人数 小学校・小中学校1~6年生 申し込み 先着20名

※1~3年生は、保護者同伴でご参加ください。

申し込み方法 申込書をご記入の上、8月29日(金)までに高麗公民館(午前9時~午後5時)
へお申し込みください。

その他 参加費無料。雨天や猛暑により、開催が中止になる場合があります。

持ち物 ①炭酸飲料のペットボトル(500ml)2本②洗った牛乳パック(1000ml)1本
③飲み物④タオル(水で濡れることがあります)⑤筆記用具⑥雨具
⑦その他 熱中症、日焼け対策グッズ(帽子、日焼け止めなど) 問い合わせ 高麗公民館

定例健幸ウォーキング

健幸P

9月は「高麗神社から滝沢の滝、宿谷の滝を歩く」

期 日：9月24日(水)
集合・解散：高麗神社参集殿下
時 間：午前9時~正午頃
持ち物：健幸ポイント手帳、飲み物、
タオル、帽子 など
参加費：無料
定 員：30人(申込み順)
行 程：約9kmのコース
その他：運動のできる服装でご参加ください。
申し込み：8月8日(金)から武蔵台公民館へ
ご連絡ください。(当日申し込み不可)

楽しく食べて健康に

健幸P

シニア世代に必要な栄養素や、食事を楽しむ
ことの大切さを分かりやすくお話しします。

日 時 10月23日(木)
午前10時から11時30分
内 容 食事をすることの大切さや高齢期の食事の
摂り方を分かりやすく解説する健康教室
場 所 高麗公民館 大集会室
対 象 成人 人数 20人(申込み順)
参加費 無料
講 師 キューピー(株)前田 淳氏
持ち物 筆記用具
申し込み 9月19日(金)までに電話、
または直接高麗公民館へ



10月分のテニスコート抽選会は、9月2日(火)に行います。

高麗公民館 8月の予定表

1日(金)	テニスコート抽選会(9月分) 10:20～ 大集会室	6日(水)	ひ・まわり探検隊 フライングディスク教室 10:00～ 大集会室 講師団体:障がい者スポーツ文化センター横浜ラポール
2日(土)	囲碁と将棋のひろば 13:30～ 学習室	12日(火)	ひ・まわり探検隊 レモン電池 10:00～ 集会室 講師団体:日高ガイド
3日(日)	ひ・まわり探検隊 高麗川でのガサガサ体験② 9:30～ 駐車場集合 講師団体:NPO法人奥武蔵ピースラボ	16日(土)	囲碁と将棋のひろば 13:30～ 学習室
5日(火)	ひ・まわり探検隊 糸つむぎをしてみよう! 10:00～ 集会室 講師団体:生涯学習課	21日(木)	公民館de夏休み クレープをつくってみよう 10:00～正午 調理室

【お知らせ】8月の「月例・ブラ散歩」はお休みです。

8月14日(木)
13:30～15:00
8月28日(木)
10:00～11:30

日高口コトレ教室
はつらつ健幸教室
フレイル予防教室

【申し込み不要】
高麗地域包括
支援センター
☎982-0111



親子ハッピーたいむ <後半>

親子一緒にのふれあいタイム…みんなでわいわい楽しく過ごしましょう!

	日時	参加費	内容	場所
4	10月7日(火) 10:00～12:00	無料	子どものけがの手当てを学ぼう! 子どもの事故防止とけがの手当てについて学びます。	高麗公民館集合
5	11月11日(火) 10:00～12:00	1組 500円 (当日集金)	野菜の収穫で自然学習! 旬の野菜を味わうことで、 お子さんの味覚を育てます。	市内農園集合
6	12月9日(火) 10:00～12:00	無料	親子でクリスマス会!! 工作などを行います。	高麗公民館集合

※天候や都合等により日時や内容を変更することがあります。

- ☆集合 第5回は現地集合です
- ☆対象 2歳以上の未就学児とその保護者
- ☆定員 親子10組(申込み順)
- ☆服装 動きやすい服装で参加してください(市内農園では、汚れても良い服装が推奨されます。)
- ☆協力 母と子のスキンシップサークル(高麗公民館登録サークル)
- ☆参加費 上記のとおりご準備ください。
- ☆申し込み 8月18日(月)から9月4日(木)までに高麗公民館へご連絡ください。
- ※定員に満たない場合は、途中からの申し込みも随時受け付けます。

eスポーツ×介護予防

健幸P

eスポーツ(エレクトロニック・スポーツ)とは、ゲーム機を活用した対戦競技です。
普通のスポーツとは違い、体力を競うものではありません。



日時: 9月16日(火) 場所: 高麗公民館
時間: 午前10時から11時30分 人数: 20人(申し込み順)
対象: おおむね65歳以上の方、eスポーツに興味がある方
参加費: 無料
持ち物: 飲み物、タオル(運動が出来る服装、運動靴で参加をお願いします。)
講師: 吉川製作所 福祉事業部 大人の脳活トレーナー 看護師 東野 千尋さん
申し込み: 8月26日(火)から直接または電話で高麗公民館へ(日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)

公民館de夏休み クレープをつくってみよう



日時: 8月21日(木) 場所: 高麗公民館
時間: 午前10時から正午 人数: 12人(申し込み順)
対象: 小学1～6年生 参加費: 300円
持ち物: エプロン、三角巾、マスク、水筒、手拭きタオル
講師: 日高ヘルスメイトの皆さん
申し込み: 8月4日(月)から8月15日(金)までに高麗公民館へ

9月11日(木) 13:30～15:00	日高口コトレ教室
9月25日(木) 10:00～11:30	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室

場所: 高麗公民館 費用: 無料

【申し込み不要】
高麗地域包括支援センター ☎982-0111