

(スローガン)

まず参加
仲良く 楽しく
学びあい

令和8年度 第1号 令和8年4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>

シニアのための 初めての椅子ヨガ

日々の生活に無理なく楽しく取り入れることができます。初心者の方も気軽にできる椅子ヨガで、リラックスした心地よさを体験してみませんか。

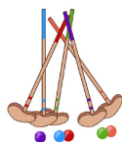


開催日 4月30日(木)
 時間 午前10時から11時30分
 場所 高麗公民館 大集会室
 対象 概ね65歳以上の方
 持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物
 定員 20人(申し込み順) 参加費 無料
 講師 渋沢 典子さん
 申し込み 4月10日(金)から電話または
 直接高麗公民館へ
 問い合わせ 高麗公民館 電話989-2381

高麗寿学級

グラウンドゴルフ大会

日時: 5月19日(火)午前9時~正午
 場所: 巾着田グラウンド
 申し込み: 各老人クラブの方は、クラブ長にご連絡ください。
 一般の方は5月8日(金)までに高麗公民館へご連絡ください。



からだのなかから元気に いきいき血管講座

心臓から送り出された酸素や栄養を、全身に届ける大切な臓器である「血管」。血管が衰え傷つくことで、つまりや破れなどの要因となり、ひいては命にかかわる病気につながります。

現在募集中です!

テーマ 「血管を元気に!輝く明日へ」



日時 4月16日(木)午前10時30分~11時30分
 場所 高麗公民館 集会室
 対象 成人 持ち物 筆記用具
 人数 20人 費用 無料
 講師 明治安田生命 職員
 申し込み 4月13日(月)までに電話または直接、高麗公民館へ

令和8年度 分館長

分館名	分館長	分館名	分館長
横手	いとう かずお 伊藤 一雄	高岡	おおさわ つよし 大沢 剛
高麗本郷	あらい よしゆき 新井 芳之	新堀西	かとう としお 加藤 俊郎
日向	しみず みつよし 清水 光芳	楡木	こいわい あきひろ 小岩井 晃広
元宿	とうま あゆむ 當間 歩	栗原	おかの さとし 岡野 敏
久保	さの さとし 佐野 聡	栗坪	ふるや かずなり 古谷 和成
台	すずき ゆうじ 鈴木 勇児	梅原	くろこめ まゆみ 黒米 まゆみ
清流	せきぐち こうじ 関口 幸次		(敬称略)

1年間お世話になります。

公民館役員職員の紹介

企画運営委員	くろき かずお 黒木 一夫	館長	いちかわ ちえ子 市川 千恵子
	きたお 北尾 トロ	公民館職員	かみ こういち 上 浩一
	さなり ちか 佐成 千佳		あらい すみお 新井 澄雄
	かつもと さとこ 勝本 智子	会計年度任用職員	みかみ あつし 三上 淳
	さとう なおと 佐藤 直人		やまなか のぶや 山中 信哉

よろしくお願ひします!

お世話になりました!

公民館職員	こばやし かつみ 小林 克己
-------	-------------------

高麗地域包括支援センター

☎982-0111

4月9日(木) 13:30~15:00	日高ロコトレ教室	申込みは不要 となりました
4月23日(木) 10:00~11:30	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室	
5月14日(木) 13:30~15:00	日高ロコトレ教室	場所 高麗公民館 大集会室
5月28日(木) 10:00~11:30	はつらつ健幸教室 フレイル予防教室	

※ ひだか郷土かるた(改訂版) 1冊 800円
 文芸ひだか第39号 1冊 800円 公民館で販売しております。

高麗公民館4月の予定表

2日(木)	テニスコート抽選会(5月分) 10:20~ 大集会室	16日(木)	からだのなかから元気にいきいき血管講座 10:30~ 集会室 映画会「小原庄助さん」 13:30~
11日(土)	ブラ散歩 春の日和田山 9:00~	22日(水)	定例健幸ウオーキング 駒高花の文殊堂から日和田山を下る 8:45~ 巾着田駐車場集合
15日(水)	犬の登録と狂犬病予防集合注射 13:00~14:00	30日(木)	シニアのための初めての椅子ヨガ 10:00~ 大集会室



6月分のテニスコート抽選会は
5月1日(金)に行います。



親子ハッピーたいむ

	日時	参加費	内容	場所
1	5月12日(火) 10:00~13:00 (雨天時は12時まで)	無料	お弁当を持ってピクニック (雨天時は公民館内)	高麗公民館集合
2	6月9日(火) 10:00~12:00		消防署見学 (内容が変わることがあります)	現地集合 (第1回開催時にお知らせします)
3	7月7日(火) 10:00~12:00	500円 (当日集金)	初夏の大収穫祭	現地集合 (第2回開催時にお知らせします)

4回目以降は、公民館だより8月号に掲載予定です。



「母子のスキンシップ
サークル」の仲間も
募集中です!



親子の絆を深めるハッピーたいむ
みんなでワイワイ楽しく過ごしましょう



対象: 2歳以上の未就学児とその保護者
服装: 動きやすい服装で参加してください
持ち物: 【1回目】弁当、水筒、タオル
【3回目】軍手、汚れても良い服装
定員: 親子10組(申し込み順)
協力: 母と子のスキンシップサークル
申し込み: 4月14日(火)から5月8日(金)までに
高麗公民館へご連絡ください。

現在募集中です! 定例健幸ウオーキング

駒高花の文殊堂から日和田山を下る

日時: 4月22日(水)

午前8時45分~正午ごろ

集合・解散 巾着田駐車場

人数: 30人(申し込み順)

持ち物: 飲み物、タオル、帽子、雨具(必要な場合)

申し込み: 4月17日(金)までに高麗公民館へ
ご連絡ください。(当日申込みはできません。)

※健幸ポイントは6月から始まります。



映画会 「小原庄助さん」

杉本佐平太は先祖伝来の田畑を持つ村一番の大金持ち。将来の人の善さから、事あるごとに財産を村民たちに分け与えていたが…。民謡からヒントを得て制作されたユーモア溢れる人間ドラマ。

日時: 4月16日(木)

午後1時30分~3時

場所: 高麗公民館 大集会室

対象: どなたでも 人数: 30人(申し込み順)

参加費: 無料

☎989-2381

申し込み: 直接または電話で高麗公民館へ

高麗公民館フォト

2月12日(木)
乗って学ぼう電動シニアカー

3月7日(土)
いけばな教室~日本文化の魅力発信~

