



令和3年11月1日発行*第8号*編集・発行：高麗川南公民館

高麗川南公民館だより

広げよう 学びあいの輪

〒350-1232 日高市大字中鹿山81番地1
Tel. 042-989-1000 FAX 042-989-9768
e-mail minakou@city.hidaka.lg.jp
HP <http://www.city.hidaka.lg.jp/>



【高麗川南公民館・高根出張所へお越しの皆様へ】

新型コロナウイルス感染症予防のため、事前の検温とマスク着用をお願いします。

シニア向け体力づくり講座②

転ばぬ先の ラダー&ミニハードルトレーニング

横に倒したはしごに見立てたラインや小さなハードルを並べたものを使って行うトレーニングです。バランス感覚のアップや転倒予防のために、一緒に体力づくりしませんか。

日 時 12月1日(水) 午前10時～11時
場 所 高麗川南公民館 集会室
対 象 60歳以上の方
人 数 12人(先着順)
費 用 無料
持ち物 飲み物、タオル、運動靴
運動できる服装
講 師 たんぽぽ健康室 マスター中高老年期運動指導士
平野 紀子 さん
申込み 11月9日(火) から電話または直接高麗川南公民館へ



食品ロスを減らそう

「本来食べられるのに捨てられてしまう食品」を食品ロスと言います。食品ロスの現状や食品ロスの取り組みなどを学んで、日常生活でできる食品の廃棄を減らしましょう。

日 時 12月2日(木) 午後2時～3時
場 所 高麗川南公民館 集会室
対 象 成人
人 数 14人(先着順)
費 用 無料
持ち物 筆記用具
講 師 埼玉県資源循環推進課職員
申込み 11月8日(月) から電話または直接高麗川南公民館へ



南公民館登録サークル 尺八演奏会

午後の憩いのひとときを尺八が奏でる
ハーモニーでお楽しみください!

日 時 12月4日(土) 午後2時～3時
場 所 高麗川南公民館 集会室
対 象 どなたでも
人 数 20人(先着順)
費 用 無料
出 演 尺八現代吹奏会日高支部の皆さん
女性尺八 Duo Mieko & Misawa さん
演奏曲 酒よ・舟唄・雪国・ジュピター等
申込み 11月8日(月) から電話または直接高麗川南公民館へ



親子星空観察会 ～日高の星はどんな顔～

専門家の講義を聞いた後に、天体望遠鏡で星空を観察します!金星、木星、土星など、運が良ければいろいろ見られるかも!?

日 時 12月11日(土)
午後5時30分～7時30分
場 所 高麗川南公民館 集会室及び駐車場
対 象 小中学生とその保護者(保護者は送迎のみ可也)
人 数 14人(先着順)
費 用 無料
持ち物 筆記用具
講 師 川越天文同好会の皆さん
その他 ・星空観察ができない場合は、講義のみになります。
・屋外に出ますので、暖かい服装で参加してください。
申込み 11月10日(水) から電話、電子申請または直接高麗川南公民館へ



クリスマスリースを作ろう

オリジナルのクリスマスリースを作って、
華やかなクリスマスを迎えましょう！
お正月用アレンジも学べます！

日 時 12月14日(火)
午前10時～11時30分
場 所 高麗川南公民館 集会室
対 象 成人
人 数 10人(先着順)
費 用 2,000円(材料費)※事前支払い
持ち物 はさみ、新聞紙、紙袋(持ち帰り用)、
筆記用具、グルーガン(お持ちの方)
講 師 荒井 佳代子 さん
申込み 11月6日(土)から20日(土)までに電
話または直接高麗川南公民館へ



“知って得する”租税教室

～贈与税・相続税の話～

贈与税・相続税はというときにかかるの？い
くらかかるの？など、基本から専門家に学ば
う！自分の財産を管理するために役立つ、初心
者向けの教室です。

日 時 11月26日(金)
午後2時～3時30分
場 所 高麗川南公民館 集会室
対 象 成人
人 数 14人(先着順)
費 用 無料
持ち物 筆記用具
講 師 税理士 新井 正則 さん
(関東信越税理士会川越支部所属)
申込み 11月10日(水)から電話または直
接高麗川南公民館へ



グルーデコ教室

グルーデコとは、エポキシ系の粘着性のある
パテ「グルー」を接着剤に使用したデコレー
ションのことです。クリスタライズを使って、
ネックレスやキーホルダーを作ってみよう！

日 時：12月15日(水) 午前10時～正午
場 所：高麗川南公民館 集会室
対 象：成人
人 数：14人(先着順)
費 用：1,000円(材料費)※事前支払い
講 師：日本グルーデコ協会認定講師
橋本 美佐子 さん

その他：ネックレスまたはキーホ
ルダーを選んで作成します。
申込み：11月9日(火)から30日(火)までに電
話、電子申請または直接高麗川南公民
館へ



第5回白銀(シルバー)学級

最終回となりました。音楽を鑑賞しましょう！

日 時 12月9日(木)
午後1時30分～2時30分ごろ
場 所 生涯学習センター 2階 視聴覚室
対 象 地域の60歳以上の方
人 数 50人(先着順)
内 容 音楽鑑賞会・閉講式
「フォークソングサークルTSUBASA」
申込み 12月4日(土)までに電話または直
接高麗川南公民館または高麗川公民館へ



脳イキイキ教室

日時：11月22日(月) 午前10時～11時
場所：高麗川南公民館 集会室
内容：きこえと認知症予防
対象：市内在住の65歳以上の方
人数：20人(事前予約制)
費用：無料
申込み：高麗川地域包括支援センター
☎984-1362



令和4年1・2月分部屋予約会

12月7日(火)

登録団体

午前8時45分～11時15分

①午前 8時45分～9時15分

②午前 9時45分～10時15分

③午前10時45分～11時15分

※上記3回の時間帯に分けて予約会を行いますので、時間を確認してお越しください。

一般団体及び電話仮予約

午後2時～



Photo Report 📷



10月6日(水)に
「おなか元気教
室」を実施。健康
のために腸を丈
夫にすることを
学びました。
これで免疫力ア
ップ！