

広げよう学びあいの書

1月



令和7年1月1日発行 \* 第10号 \* 編集・発行: 高麗川南公民館

# 高麗川南公民館だより

住所 〒350-1232 日高市大字中鹿山 81 番地1

電話 042-989-1000 FAX 042-989-9768

e-mail: [minakou@city.hidaka.lg.jp](mailto:minakou@city.hidaka.lg.jp) HP: <http://www.city.hidaka.lg.jp/>



新年あけましておめでとうございます。  
旧年中はひとかたならぬご支援、ご協力を賜り誠にありがとうございました。  
本年も公民館を生涯学習の場としてご活用いただくと共に、公民館事業にご理解、ご協力をお願いいたします。

皆様にとってこの一年が健康で明るい年になりますよう心よりお祈りいたします。

令和7年元旦 高麗川南公民館 職員一同



健幸サタデー

健幸ポイント事業

## 歌好きさん 集まれ 2

～みんなで歌ってから気持ちもほかほかに! 海の名曲大集合～

with まーちゃんと仲間たち

まーちゃんと仲間たちが厳選した、海の名曲を生演奏に合わせてみんなで歌いましょう。

日時: 1月25日(土)  
午後1時30分～3時

場所: 高麗川南公民館 集会室

対象: どなたでも

人数: 50人(申込み順)

演奏者: まーちゃんと仲間たち

参加費: 無料

持ち物: 飲み物

申込み: 1月6日(月)から電話または、  
直接高麗川南公民館へお申込みください。



♪ 曲目 ♪  
浜辺の歌  
誰もいない海  
桃色吐息  
瀬戸の花嫁 他

健幸ポイント事業

## 健幸食事術

暮らしに役立つ健幸栄養学を学ぼう

日時: 1月29日(水)

午後1時30分～3時

場所: 高麗川南公民館 集会室

対象・人数: 成人 30人(申込み順)

講師: 市管理栄養士 前澤有紀さん

参加費: 無料

申込み: 1月8日(水)から

電話または、直接

高麗川南公民館へ

お申込みください。



健幸ポイント事業

## モルック体験教室

フィンランドの伝統的なゲームを元に開発された老若男女問わず楽しめる、アウトドアスポーツです。

日時: 1月28日(火)

午前10時～11時

※雨天中止

場所: 高麗川南公民館

ゲートボール場

対象・人数: 成人 12人(申込み順)

講師: たんぼぼ健康教室

マスター中高老年期運動指導士

平野紀子さん

参加費: 無料

持ち物: 動きやすい服装、タオル、飲み物

申込み: 1月9日(木)から電話または、

直接高麗川南公民館へお申込みく

ださい。



## 3月分部屋予約

申請期間:

1/4(土)～1/20(月)



## 手洗い・うがいを忘れずに!!

風邪、コロナウィルス感染、インフルエンザウィルス感染等。予防のために、手洗い、うがいを行いましょう。



# 大人のためのピアノライブ! ~こころの癒し~II

誰でも一度は聴いたことがある昭和の名曲をピアノで生演奏をします。

日時：2月1日(土)  
開場 午後1時30分  
開演 午後2時  
終演予定 午後3時30分

場所：高麗川南公民館 集会室

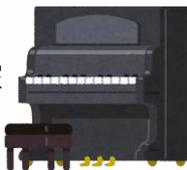
対象：50歳以上の方

人数：50人(申込み順)

演奏者：内藤 隆之さん

参加費：無料

申込み：1月15日(水)から31日(金)までに  
電話または、直接高麗川南公民館へ  
お申込みください。



# 定例健幸ウォーキング



## 早春の寺めぐり



日時：2月14日(金)  
午前9時~正午ごろ ※雨天中止

集合解散：高麗川南公民館

人数：30人(申込み順)

講師：運動普及推進員の皆さん

持ち物：飲み物、タオル、帽子

申込み：1月10日(金)から電話、または直接高麗川南公民館へお申込み  
ください。※当日申込み不可



# 出前相談のお知らせ

生活での困りごと・経済的問題・仕事・住居・ひきこもりなど

**相談無料 秘密厳守**

ご本人やご家族が抱えているさまざまな問題を専門の相談員が伺い、整理し、ご本人(世帯)の状況に合わせた解決策を一緒に考え、寄り添いながら安心・安定した生活を目指すお手伝いを行います。

日時：2月10日(月)  
午前10時~午後3時

場所：高麗川南公民館

対象：日高市民

申込み：不要。時間内に直接お越しください。

問合せ：社会福祉法人日高市社会福祉協議会  
電話 042-985-9100



マンスリー

# 映画会

## 「鉄道員(ぽっぽや)」

高倉健主演。定年間際の孤独な鉄道員に訪れる小さな奇蹟を詩情豊かに描いた作品。(1999年)

日時：2月28日(金)  
午後1時30分~3時30分

場所：高麗川南公民館 集会室

対象・人数：どなたでも 30人(申込み順)

参加費：無料

申込み：1月15日(水)から電話または、直接高麗川南公民館へお申込みください。



# ご協力ありがとうございました

年末の公民館大掃除にご協力いただき、ありがとうございました。  
綺麗になった公民館で新年を迎えることができました。

