



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/>

抱っこでHAPPY! ベビーダンス体験教室

ベビーダンスとは…

赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて踊る
ペアダンスのこと。スキンシップがたっぷりです♪

- 日 時 6月27日(火)・7月11日(火)
午前10時～正午
- 場 所 高麗川南公民館 休養室
- 対 象 赤ちゃん(健康で首が座った3か
月くらいから1歳6か月くらい)
と保護者 ※上のお子さんの保育あり
- 人 数 各20組
- 講 師 中島 理絵さん(協会認定イン
ストラクター)
- 費 用 無料
- 持ち物 抱っこひも、飲み物、タオル、動
きやすい服装、筆記用具、体温計
- 申込み 6月8日(木)から電話または直
接、高麗川南公民館まで

気分はシェフ? キッズイタリアン!

めずらしいパスタマシンを使って手打ちパスタを作ります!シェフ気分を味わっちゃおう!

- 日 時 7月26日(水)・8月23日(水)
- 場 所 高麗川南公民館 調理室
- 対 象 小学生
- 人 数 各回15人
- 講 師 大野 玲緒さん(「アンティカ・
トラットリア・ダ・レオ」シェフ)
- 費 用 500円
- 持ち物 エプロン
- 申込み 6月12日(月)から直接または
電話で高麗川南公民館まで

「健康ポイント事業」対象事業!

昭和の歌を歌いましょう♪

青春時代の懐かしい歌、あの頃大好きだった
歌。そんな名曲の数々をみんなで一緒に歌っ
てリフレッシュしませんか?

- 日 時 7月21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 成人
- 人 数 80人
- 費 用 無料
- 講 師 天野 勤さん
- 持ち物 飲み物、生き活き手帳(お持ちの人)
- 申込み 6月13日(火)以降、直接または電
話で高麗川南公民館まで
- 注 意 お申込みのない人はご参加いただけ
ません



白銀(シルバー)学級

～健康で生きがいのある人生をおくるために～

第2回 防犯教室

「振り込め詐欺への対策とポイント」

- 日 時 : 7月13日(木)
午後1時30分～
- 対 象 : 60歳以上の方
- 会 場 : 生涯学習センター
- 申込み : 老人クラブ会員の方は各クラ
ブ長さんへ、一般の方は高麗
川南公民館までお申込みく
ださい。



◆公民館登録サークル体験講座◆

裏千家茶道サークル「なごみ」
「お抹茶」を楽しむ講座

堅苦しいと感じる茶道ですが、気軽に楽しむことができます。茶道の入り口を体験しましょう。

日時 7月8日(土) 15日(土) 午前10時～正午
※両日参加できる方を優先します
場所 高麗川南公民館 休養室
対象 どなたでも(性別・年代問いません。初心者、正座ができない方も大歓迎です)
定員 20人
費用 500円(抹茶、菓子代) ※当日集金
持ち物 なし(服装は気楽に洋服で)
指導 「なごみ」サークル部員
申込み 6月24日(土)までに高麗川南公民館へ

脳イキイキ教室

認知症予防のために、楽しみながら良い生活の過ごし方について学んでみませんか。

日時 6月26日(月) 午前10時～
場所 高麗川南公民館 集会室
内容 歌の合唱
対象 65歳以上の方
費用 なし
持ち物 日高市健康口コモ体操のパンフレット
問合せ 高麗川地域包括センター
☎984-1362

◆公民館登録サークル体験講座◆

マイ体操「Steps」
マイ体操無料体験教室

マイ体操は健康・美・頭に良いこと盛りだくさん！キーワードは正しい姿勢、バランス、筋膜、脳トレ、エクササイズ。体作り、今から始めませんか？

日時 6月16日(金)23日(金)
午前10時～正午
場所 高麗川南公民館 集会室
持ち物 タオル、バスタオル、動きやすい服装、靴、飲み物
問合せ 南川 ☎989-7363

☆親子スマイル教室☆

① ほっと楽しむおはなしルーム

日時 6月26日(月) 午前10時～
場所 高麗川南公民館 保育室
対象 おかあさん(おとうさん)とお子さん
講師 曲田晴美さん

② 夏のひんやりおやつをつくりましょう

日時 7月19日(水) 午前10時～
場所 高麗川南公民館 実習室
対象 おかあさん(おとうさん)とお子さん
※お子さんには保育がつきます
講師 行成美知代さん

お申込みは高麗川南公民館まで

定例健康ウォーキング(7月)
「夕方の高麗川遊歩道を散策」

日時 7月12日(水)
集合 午後4時 高麗川公民館
持ち物 飲み物、タオル、帽子、お持ちの方は生き活き手帳
申込み 電話か直接、高麗川南公民館へ

※集合時間にご注意ください。

第18回ひだか寄席

日時 7月2日(日) 午後1時～
場所 生涯学習センター
参加費 500円
出演 三遊亭楽之介師匠 他
問合せ ひだか落語を進める会
杉山 989-9237



8月分部屋利用申し込み

7月4日(火)
利用登録団体 午後8時45分～9時
一般団体及び電話前受付 午前10時～
※6月16日(金) 除草作業です！