



つくろう仲間 広がる心
武蔵台公民館だより

日高市武蔵台公民館

〒350-1255 日高市武蔵台五丁目1番2号 TEL 042-982-2950

E-mail musakou@city.hidaka.lg.jp

平成29年9月1日号

日高市 HP から検索できます

日高市公式ホームページ

<http://www.city.hidaka.lg.jp/>

料理講習会

ヘルシー簡単、スピード料理

ヘルスマイトが丁寧に調理法をお伝えします。

日時 9月15日(金) 午前10時～午後1時

場所 武蔵台公民館 調理室

メニュー ごはん、ねぎ塩鶏、パプリカのレンジ炒め、
わかめのわさび和え、黒糖寒天

講師 武蔵台ヘルスマイトのみなさん

対象 成人 20人(先着順)

参加費 300円 ※当日集金します

持ち物 エプロン、三角巾、手拭用タオル、筆記用具
参加費

申込み 9/11(月)までに電話または直接、
武蔵台公民館へ。※日曜、祝日除く



定例健康ウォーキング



9月 初秋の滝沢の滝から高麗路を歩く

日時 9月20日(水)

午前8時45分～正午

集合解散 高麗公民館

持ち物 飲み物、タオル、帽子、
健康ステップアップ手帳(お持ちの方)

☆往復約9km程度でアップダウンのあるコースを
予定しています。

10月 小江戸 川越を散策

小江戸川越。爽やかな秋風を感じながら蔵の街並みを散策
しましょう。

日時 10月25日(水)

午前9時～正午

集合場所 高麗川駅(9時に集合)

☆菓子屋横丁で解散

持ち物 飲み物、タオル、
鉄道運賃代(500円くらい)
健康ステップアップ手帳(お持ちの方)



9月、10月ともに

定員 20人程度

講師 運動普及推進員のみなさん

申込み 前日までに電話または直接武蔵台
公民館へ ※日曜・祝日を除く



9 月



1	金	部屋・テニスコート抽選会(10月分)
6	水	ゆうゆうカレッジ③・家庭教育共催事業 「防災や生活に役立つ!お天気教室」 10:00～11:30 子ども農園 15:00～16:30
9	土	ふたり(夫婦)でつくろう! 子育てハッピータイム 10:00～13:00 古文書を読んでみよう 13:30～15:00
12	火	子ども農園 15:00～16:30
15	金	料理講習会 10:00～13:00
18	月	開館日(敬老の日) 出張所はお休みです
19	火	子ども農園 15:00～16:30
20	水	定例健康ウォーキング (高麗公民館集合) 8:45～12:00
23	土	開館日(秋分の日) 出張所はお休みです 武蔵台・横手台地区体育祭準備 13:30～
24	日	武蔵台・横手台地区体育祭 8:00～
27	水	子ども農園 15:00～16:30

10 月

3	火	部屋・テニスコート抽選会(11月分)
7	土	子ども農園 9:00～11:30

11月分 部屋・テニスコート抽選会

10月3日(火) 調理室

◆部屋の抽選受付 午前9時～9時10分

◆テニスコートの抽選受付 午前10時30分～10時40分

脳イキイキ教室

認知症予防のための教室です。

日時 9月20日(水)
午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 学習室

内容 合唱

対象 65歳以上の市民の方

持ち物 日高市健康口コモ体操の

パンフレット※お持ちの方

☆日高市健康口コモ体操は毎回行います。

動きやすい服装でご参加ください

問合せ 高麗地域包括支援センター

042-982-0111





第35回



武蔵台・横手台地区体育祭

日 時 9月24日(日) 午前8時から
場 所 武蔵台小学校校庭

みなさんのお越しをお待ちしています!!

☆雨天の場合、10月1日(日)に延期となります。
☆開催の場合は、午前6時30分に花火を打上げます。

(早い時間ですが、ご理解とご協力をお願いします。)

注:延期(10/1)の場合は花火の打上げ

時間に変更となる場合があります。

☆詳細は、プログラムをご覧ください。

女性のための 就職応援セミナー

テーマ 理想の働く自分を考えよう

日 時 10月27日(金)
午前10時~11時30分
会 場 日高市保健相談センター(生涯学習センター内)
講 師 埼玉県女性キャリアセンター
キャリアカウンセラー

対 象 子育て中の就職を希望する女性
(お子さん同伴可)

定 員 10名※定員になり次第締め切り

参加費 無料

託 児 お子さんは同伴となります。見守り保育があります。

その他 雇用保険受給者でご希望の方には受講証明書を発行いたします。

お申込み・お問い合わせ

総務課 042-989-2111



文化祭バザー用品募集!!

ご家庭で不用かつ売れそうな未使用品(または新品同様)がありましたら、10/4(水)までに武蔵台公民館へお持ちください。

徒歩で持ち運びできない物、食料品等はお受けできません。

売上げは社会福祉協議会等へ寄付させていただきます。



あそびにきてね♪

「赤ちゃんひろば」 9月は 20日

日 時 毎月第3水曜日
午前10時~正午
場 所 武蔵台公民館 2階 休養室
対 象 ねんね~はいはいの赤ちゃんと
保護者及び妊婦



「ぴよぴよ広場」 9月は 8、15、
22、29日

日 時 毎週金曜日
午前10時~11時30分
場 所 武蔵台小学校 2階 地域交流広場
対 象 未就園児とその保護者

☆どちらも 参加無料、申込不要 です。

☆お問合せは、どちらも

子育て応援課 042-989-2111



武蔵台公民館フットレポート

8/7にアメリカン風PIZZA&サマーゼリーを開催しました。ビニールの中で混ぜ、簡単にピザの生地ができました。夏野菜をたっぷりのせた美味しいPIZZAができました。



8/10に竹はしとおわん作り教室&流しそうめん体験を開催しました。自分で作ったおわんと箸で食べるそうめんは格別でした!!



8/9にスイーツ☆デコ作り教室を開催しました。キラキラビーズやリボンを飾り、可愛い貯金箱ができました。



7/22,29にベビーマッサージ教室を開催しました。マッサージをして、お母さんも赤ちゃんも気持ちよさそうでした。

