



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

令和4年1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/>

あけましておめでとうございます

旧年中は、多大なるご支援、ご協力を賜り
誠にありがとうございました。
皆さまにとって、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。
武蔵台公民館 職員一同

これはおもしろい!! 好評につき第6弾を開催します!!

街道歩きおもしろ講座!

東海道五十三次や中山道など、日本の街道を一人歩きで旅をする「じゅんさん」。映像を見ながら、旅での貴重な出会いや体験などのお話を聞いてみませんか。

今回は「90分で中山道! ~江戸から京都、530kmの山路に行く~」がテーマです。五街道で一番距離が長く、その行程の多くが木曽路に代表される山路の中山道を、豊富な写真と共に90分で東京・日本橋から京都・三条大橋までたどります。これから暖かく体を動かしたくなる季節がやってきます。みなさんも街道歩きを体験してみませんか。街道歩きのアドバイスもしていただけます。

日時 1月28日(金) 午後1時30分~3時

場所 武蔵台公民館 集会室

定員 20人(申し込み順)

講師 中島 淳さん(街道歩き愛好家)

参加費 無料

申込み 1/5(水)から電話または直接武蔵台公民館へお申込みください。



手作り石けん体験教室 保育付

暮らしを彩るオリジナルの自然石けんを作しましょう。
初めての方でも大丈夫です。是非、ご参加ください。

日時 2月8日(火) 午前9時30分~正午

場所 武蔵台公民館 調理室

定員 成人10人(申し込み順)

講師 田中悠子さん

参加費 1,000円(材料代) ※2/7までに武蔵台公民館へお持ちください

持ち物 エプロン、筆記用具、手拭きタオル、ゴム手袋、
眼鏡(眼を保護するもの)、牛乳パック(1Lのもの)2本

保育 保育をご希望の方は申込時にご相談ください

申込み 1/6(木)から電話または直接武蔵台公民館へお申し込みください。



大掃除へのご協力 ありがとうございました



年末の公民館大掃除には多くのみなさまにご協力いただき、
ありがとうございました。

きれいになった公民館を本年も気持ちよくご利用いただけるよう心がけてまいります。



1月



1/1(土)~1/3(月) 閉館日

4	火	出張所業務開始 部屋・テニスコート抽選会(2月分)
10	月	開館日(成人の日) 出張所はお休みです
14	金	指圧講座 10:00~11:30
15	土	将棋さろん 13:30~15:30
21	金	マッサージ講座 10:00~11:30
22	土	コーディネーショントレーニング 10:00~11:30
26	水	定例健康ウォーキング 集合:武蔵台公民館 8:45~12:00
28	金	街道歩きおもしろ講座 13:30~15:00
2月		
1	火	部屋・テニスコート抽選会(3月分)
4	金	お灸講座 10:00~11:30
5	土	コーディネーショントレーニング 10:00~11:30 将棋さろん 13:30~15:30

3月分 部屋・テニスコート抽選会

2月1日(火) 集会室

◆部屋の抽選受付 午前9時~9時10分

◆武蔵台公民館テニスコート・横手台テニスコート抽選受付
午前10時30分~10時40分

将棋さろん

お正月は、将棋を指しましょう!
1月から王将戦が始まります。



活動日時 1月15日(土)、2月5日(土)
午後1時30分~3時30分

場所 武蔵台公民館
対象 どなたでも ※無料です
その他 申込み不要。
直接お越しください。

公民館及び出張所を利用する皆様へ
新型コロナウイルス感染症予防のため、事前の
検温とマスクの着用をおねがいします。

陸上教室

～城西大学陸上競技部&男子駅伝部と楽しく走ろう～

50m走、100m走、長距離走を速く走りたい人、楽しく走りたい人は、ぜひ参加しましょう。

城西大学陸上競技部、男子駅伝部の皆さんから走り方を学ぶことができます。

日時	場所	内容・講師
2月12日(土) 午前10時～正午	武蔵台小学校 校庭	短距離走を楽しむ 城西大学陸上競技部
2月26日(土) 午前10時～正午	高麗川小学校 校庭	長距離走を楽しむ 城西大学男子駅伝部

※雨天時は小学校体育館で実施

定員 各回 小学生30人、中学生以上20人(申し込み順)
※小学1～3年生は、保護者同伴

参加費 無料

持ち物 走りやすい靴(スパイク不可)
運動できる服装、着替え、タオル、
飲み物、室内履(雨天時のみ)

申込み 1/7(金)から電話または直接武蔵台公民館へお申し込みください。
※1日のみの参加も可能です。



定例健康ウォーキング

1月 多摩主山から天覧山へ陽だまりを歩こう

日時 1月26日(水) 午前8時45分～正午頃
集合・解散 武蔵台公民館
定員 15人(申し込み順) ※当日申込み不可
講師 運動普及推進員
申込み お早めに電話または直接武蔵台公民館へ
※約9kmのコースです。

赤ちゃんひろば

1月19日

時間 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
☆参加費無料、申し込み不要
☆問合せ 子育て総合支援センター ☎985-8020
※びよびよ広場はお休みです。

武蔵台・横手台地区スポーツ協会からのお知らせ

12月5日(日)、グラウンドゴルフ大会が開催され、グラウンドゴルフ愛好会、一般参加者、武蔵台パワース計48人が参加されました。

優勝 柵木 正男 37
準優勝 白山 守 38
3位 高橋 義昭 39

※敬称略

※数字は、スコアです。

(2コース実施)



至福のひと時

指圧・マッサージ・お灸講座

期日 ①1月14日(金) 指圧
②1月21日(金) マッサージ
③2月4日(金) お灸
時間 各日：午前10時～11時30分
場所 武蔵台公民館 集会室
対象 成人 各日20人(申込み順)
保育 申込み時にご相談ください。
参加費 ①無料、②100円、③300円
(参加日の前日までに武蔵台公民館へ)

持ち物 タオル、飲み物、筆記用具、
手ぬぐい(1/14のみ)ハンドクリーム(1/21のみ)
講師 はり灸 みつき堂 院長 森孝史 さん
申込み お早めに電話または直接、武蔵台公民館へ
※袖や裾がめくりやすい服装で参加してください。
※1日のみの参加もできます。



体力・運動能力アップ!

コオディネーショントレーニング!!

日時 ①1月22日(土) 午前10時～11時30分
②2月5日(土) 午前10時～11時30分
場所 武蔵台公民館 多目的ホール
対象 ①5歳児から小学生までとその保護者(祖父母可)
②小学生
定員 ①10組、②20人(申込み順)
参加費 無料
講師 狐塚賢一郎さん(駿河台大学スポーツ科学部教授)
持ち物等 動きやすい服装、靴、タオル、飲み物
申込み お早めに電話または直接、武蔵台公民館へ
お申込みください。
※1月22日の保育を希望する人は、申込時に
ご相談ください。



脳イキイキ教室

日時 1月17日(月) 午前10時～11時
場所 武蔵台公民館 集会室
内容 脳トレ(運動編)
定員 高麗地区にお住いの65歳以上の方
20人(申し込み順)
その他 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、
開催中止となる場合があります。
申込み 高麗地域包括支援センター ☎982-0111



公民館からお知らせ

☆お世話になります☆
職員 小林弘明さん(1月から)
☆お世話になりました☆
職員 中野麻美さん(退職)



武蔵台公民館 フォトレポート

12月8日、11日 簡単ボクシングエクササイズ体験を行いました。
今年からサークルとして活動することになりました。

