



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5年10月1日号

日高市HPからも検索できます
日高市公式ホームページ
<http://www.city.hidaka.lg.jp/>

第40回 武蔵台公民館文化祭

フェスタ武蔵台2023

日時 10月21日(土) 午前9時~午後3時

10月22日(日) 午前9時~午後2時

サークルの一年間の成果を発表します。どうぞお越しください。(詳しくは、文化祭プログラムをご覧ください。)

こころ静かに はじめての写経体験

写経を通して脳の活性化。集中力アップ・気分スッキリ。心身を落ち着かせてストレス解消。

日時 11月7日(火) 午後2時~4時

場所 武蔵台公民館 集会室

参加費 100円(当日集金)

定員 20人(申込み順)

持ち物 飲み物、健幸ポイント手帳(お持ちの方)

講師 中央商事株式会社 小林和也さん

申込み 10/10(火)から電話または直接武蔵台公民館へ



元気体操

「元気体操」は、自分の体は自分で守るをテーマに男性、女性それぞれの特性を生かして毎日取り組めるよう工夫した体操です。

日時 11月8日、15日(水) 午後1時~3時

場所 武蔵台公民館 集会室

内容 折れない骨、転ばない体、安定した心&体を整える体操

参加費 無料

定員 各15人(申込み順)

持ち物 タオル、飲み物、
ヨガマット・健幸ポイント手帳(お持ちの方)

講師 高橋春子さん

申込み 10/10(火)から電話または直接武蔵台公民館へ



将棋さろん

公民館健幸サタデー

将棋に興味のある方、一緒に楽しみましょう！
初心者も大歓迎です！

日時 10月7日(土)、11月4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。



		10月	
3	火	部屋・テニスコート抽選会(11月分)	
4	水	街道歩きおもしろ講座	13:30~15:00
5	木	街道歩きおもしろ講座	13:30~15:00
7	土	ソクササイズ教室 将棋さろん	10:00~11:30 13:30~15:30
9	月	開館日(スポーツの日)出張所はお休みです	
11	水	ゆうゆうカレッジ 「認知症対策」	14:00~15:30
14	土	ふるさと発見塾 「さつまいも収穫プレミアム体験!!」	①9:30~10:30 ②10:30~11:30
21	土	公民館文化祭	9:00~15:00
22	日	公民館文化祭	9:00~14:00
		11月	
1	水	部屋・テニスコート抽選会(12月分)	
3	金	開館日(文化の日)出張所はお休みです	
4	土	将棋さろん	13:30~15:30

12月分 部屋・テニスコート抽選会

11月1日(水) 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

映画会

日時 11月13日(月) 午後1時30分~

場所 武蔵台公民館 集会室

上映作品 「東京物語」(136分)

(1953年監督:小津安二郎)

出演:笠智衆

参加費 無料

その他 申込み不要。

直接公民館においでください。

田舎から久しぶりに上京した老夫婦が子供たちの家庭を訪れるが、子供たちは、親に気を使いながらも、皆生活に追われていた。そんな中、戦死した次男の嫁だけは、年老いた両親をやさしくねぎらうのだった。

健幸ポイント事業について

健幸ポイント対象事業に参加して10ポイント獲得しよう!

◎は、健幸ポイント対象事業です。

高齢運転者の交通事故防止 ㊀

加齢に伴う認知機能や身体機能の低下は運転にどのような影響があるのでしょうか？

親の運転、自分の運転、考えてみませんか。

日時 11月14日(火) 午後1時30分～3時

場所 武蔵台公民館 集会室

参加費 無料

定員 15人(申込み順)

持ち物 筆記用具

講師 埼玉県防犯・交通安全課 安全運転推進員

申込み 10/10(火)から電話または直接武蔵台公民館へ



赤十字幼児安全法講習会

子どもにおこりやすい事故・病気の予防と手当を学びます。

日時 11月22日(水)

午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 和室

参加費 無料

定員 15組(申込み順)

講師 日本赤十字社幼児安全法指導員

申込み 10/10(火)から電話または直接

武蔵台公民館へ



セカンドライフのマネープランと資産運用

セカンドライフのマネープランを考えるとともに、株や社債をかたった投資詐欺の手口を紹介します。

日時 11月29日(水) 午後1時30分～3時

場所 武蔵台公民館 集会室

参加費 無料

定員 20人(申込み順)

持ち物 筆記用具

講師 日本証券業協会 金融・証券インストラクター

申込み 10/23(月)から電話または直接武蔵台公民館へ



街道歩きおもしろ講座

江戸から京都、東海道492Kmを行く

日時 10月4日(水)、5日(木)

午後1時30分～3時

場所 武蔵台公民館 集会室

定員 25人(申込み順)

講師 中島 淳さん(街道歩き愛好家)

参加費 無料

持ち物 筆記用具

申込み お早めに電話または直接武蔵台公民館へ



足を踏み合って美脚美尻に！ ㊀

ソクササイズ教室 公民館健幸サタデー

日時 10月7日(土) 午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 多目的ホール

定員 20人(申込み順)

講師 魚住妙子さん、松尾知実さん

参加費 無料

持ち物 バスタオル、靴下(あれば5本指靴下)、飲み物

ヨガマット・健幸ポイント手帳(お持ちの方)

申込み お早めに電話または直接武蔵台公民館へ



はつらつ健幸教室 ㊀

日時 10月10日、11月14日(火)

午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 集会室

内容 10月…運動編

11月…耳のフレイル予防

定員 高麗地区にお住いの65歳以上の方

各25人(申し込み順)

申込み 10月分…お早めに

11月分…10月16日(月)から電話または直接高麗地域包括支援センターへ

問合せ 高麗地域包括支援センター ☎982-0111



赤ちゃんひろば 10月18日(水)

時間 午前10時～正午

場所 武蔵台公民館 2階 和室

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 10月6日(金)

時間 午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 2階 和室

対象 未就園児とその保護者

☆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



日高ロコトレ教室 ㊀

日時 10月24日、11月28日(火)

午後1時30分～3時

場所 武蔵台公民館 集会室

内容 ストレッチ・ロコモ体操

理学療法士による部位別運動と講話

定員 高麗地区にお住いの65歳以上の方各25人(申し込み順)

申込み 10月分…お早めに

11月分…10月16日(月)から電話

または直接高麗地域包括支援センターへ

問合せ 高麗地域包括支援センター ☎982-0111



地区スポーツ協会からのお知らせ ☆グラウンドゴルフ大会

期日 10月29日(日)

場所 武蔵台小中学校

※詳細は、自治会掲示板ポスターをご確認ください。

☆第10回日高かわせみの里ツートーナメント

期日 11月25日(土)、26日(日)

申込み 武蔵台公民館(10月2日(月)～31日(火))

(日・祝日を除く午前9時～午後5時)

※地区在住の方に600円補助します。

※詳細は、公民館へお問い合わせください。

