つくろう仲間　広がる心

# 武蔵台公民館だより

令和6年12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

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

## 公民館利用サークルの皆様へ 大掃除へのご協力お願いします

気持ちよく新年を迎えるためご協力をお願いします。
日 時　１２月１３日（金）午前９時30分～
※集会室にお集まりください
※雑巾、軍手などをお持ちください

## ミニ門松作り

～新年を手作りの門松で迎える。皆の健康と幸せを願い…～

日　時　１２月２３日（月）　午後１時～４時30分
場　所　武蔵台公民館　集会室
講　師　岡野満男さん
定　員　成人 ８人（申込み順）
参加費　500円　※当日集金します。
持ち物　剪定ばさみ（お持ちの方）
申込み　12月6日(金)から電話または直接武蔵台公民館へ

（イメージ写真）

## 手づくり凧揚げ大会に向けて凧を作ってみよう！

自分だけの凧を作って、令和７年２月１日に巾着田で開催する「第３８回日高手づくり凧揚げ大会」で揚げてみませんか？

日　時　１２月２６日（木）　午前１０時～正午
場　所　武蔵台公民館　集会室
定　員　小学生 １５人（申込み順）
費　用　100円（当日集金）
持ち物　カラーペン、色鉛筆、クレヨンなど絵が描けるもの
※凧づくりキットを使います。凧に描く絵を考えておきましょう
主　催　日高市コミュニティ協議会・武蔵台公民館
申込み・問い合わせ
日高市コミュニティ協議会事務局（日高市役所総務課内）
☎９８９―２１１１（代表）

## 冬休み子ども公民館 書初め教室

書初めにチャレンジ！

日　時　12月27日（金）午前10時～11時30分
場　所　武蔵台公民館　集会室
対　象　小学３年生から中学生（小中学校３～９年生）
定　員　15人（申込み順）
講　師　工藤和代さん（武蔵台公民館「書道サークル」指導者）
参加費　無料
持ち物　お手本、墨汁、習字セット、書初め用紙、新聞紙１日分、雑巾２枚、飲み物
申込み　12月4日（水）から電子申請、電話または直接武蔵台公民館へ

電子申請はこちら

## ゆっくり学べる はじめてのスマホ体験 ～超入門編～

実際にスマホを操作して、スマホでできることや基本操作をゆっくり学べます。

日　時　１月８日（水）　午後２時～４時
場　所　武蔵台公民館　集会室
講　師　スマートフォンアドバイザー
対　象　スマートフォンをお持ちでない方
定　員　２０人（申込み順）　参加費　無料
持ち物　筆記用具
申　込　１２月１１日（水）から電話または直接公民館へ

## 12月

| | | |
|---|---|---|
| 3 | 火 | 部屋・テニスコート抽選会（1月分） |
| 4 | 水 | 交通事故防止講座　13:30～15:00 |
| 7 | 土 | 将棋さろん　13:30～15:30<br>人権学習講演会　14:00～15:30 |
| 13 | 金 | 公民館大掃除　9:30～11:00 |
| 14 | 土 | クリスマスコンサート　13:30～15:00<br>～フルートとギターの音色につつまれて～ |
| 20 | 金 | 映画会（サンタクロースになった少年）<br>9:30～11:00 |
| 21 | 土 | クリスマスリトミック　10:00～11:30<br>将棋さろん　13:30～15:30 |
| 23 | 月 | ミニ門松作り　13:00～16:30 |
| 25 | 水 | 定例健幸ウオーキング　8:45～12:00<br>集合場所：総合福祉センター「高麗の郷」<br>暮らしを楽しむフラワーアレンジメント<br>10:00～11:30 |
| 26 | 木 | 凧をつくってみよう！　10:00～12:00 |
| 27 | 金 | 書初め教室　10:00～11:30<br>出張所業務：年内最終日 |
| 12／29(日)～1／3(金)　閉館日 | | |

## 1月

| | | |
|---|---|---|
| 4 | 土 | 将棋さろん　13:30～15:30 |
| 6 | 月 | 出張所業務開始 |
| 7 | 火 | 部屋・テニスコート抽選会（2月分） |

## 2月分 部屋・テニスコート抽選会

**1月7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

## 公民館より報告

文化祭模擬店等のみなさま（一箱古本市、こま武蔵台自治会、やまなみ食堂、武蔵台・横手台地区青少年健全育成の会、高麗高齢者農業生産集団、武蔵台ヘルスメイト、リトルカフェ）から売上金の一部を社会福祉協議会へ寄付いたしました。

なお、サクラソウの会の売上げは花いっぱい活動の資金にさせていただきます。

## 将棋さろん　公民館健幸サタデー　Ⓟ

日　時　１２月７日(土)、２１日(土)、１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。

## 冬の健幸運動教室　公民館健幸サタデー　Ⓟ
### ～寒さに負けない！心と身体の健幸体操～

寒い冬こそ体を動かして体力向上・免疫力向上を目指しましょう！　※１回のみの参加もできます。

日　時　１月１８日、２５日（土）　午後２時～３時
場　所　武蔵台公民館　多目的ホール
対　象　成人 各２５人（申込み順）
講　師　望月麻生さん
持ち物　動きやすい服装、タオル、飲み物、
　　ヨガマット（お持ちの方）
申込み　１２月１１日(水)から電話または直接武蔵台公民館へ

## 至福のひと時　指圧・マッサージ・お灸講座　Ⓟ

期　日　①１月２０日(月)　指圧
　　②１月２４日(金)　マッサージ
　　③１月２７日(月)　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）
参加費　①無料、②100 円、③300 円　※当日集金
持ち物　タオル、飲み物、筆記用具、手ぬぐい(1/20 のみ)、
　　ハンドクリーム(1/24のみでお持ちの方)
講　師　はり灸 みつき堂　院長 森孝史 さん
申込み　１２月１１日(水)から電話または直接、
　　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回のみの参加もできます。

## はつらつ健幸教室　Ⓟ

日　時　１２月１０日、１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　12 月…口腔編、１月…目のフレイル予防
定　員　高麗地区にお住いの 65 歳以上の方
　　各 25 人（申込み順）
申込み　１２月分…お早めに
　　１月分…12 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

## 日高ロコトレ教室　Ⓟ

日　時　１２月２４日、１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（申込み順）
申込み　12 月分…お早めに
　　１月分…12 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

## 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！（手帳をお持ちください）Ⓟ は、健幸ポイント対象事業です。

## 子育てリラックスたいむ　公民館健幸サタデー
## 親子で楽しむおはなしの世界！

日　時　１月１８日（土）午前１０時～１１時
場　所　武蔵台公民館　和室　Ⓟ
講　師　風間操さん
　　（武蔵台公民館「朗読サークル・楓の会」指導者）
対　象　未就学児と保護者　※祖父母の参加も可
定　員　１５組（申込み順）
参加費　無料
申込み　１２月６日（金）から
　　電話または直接武蔵台公民館へ

やってみよう！
## 心肺蘇生法と AED の使い方講習

日　時　１月２１日（火）　Ⓟ
　　午後１時３０分～３時
場　所　武蔵台公民館　多目的ホール
講　師　飯能日高消防署　日高分署職員
共　催　高麗赤十字奉仕団
定　員　２５人（申込み順）
申　込　１２月１１日（水）から
　　電話または直接武蔵台公民館へ

## 映画会

日　時　１２月２０日（金）　午前９時３０分～
場　所　武蔵台公民館　集会室
上映作品　「サンタクロースになった少年」
　　(2007 年　80 分)
　　フィンランド　ファンタジー映画
参加費　無料
その他　申込み不要。直接お越しください。

## やまなみ地域食堂開催！

やまなみ地域食堂が１２月２０日(金)に開催されます！
内　容　カレー（２００円）
時　間　午前１１時３０分～　※先着２５人

## 定例健幸ウオーキング　Ⓟ
### １月　新春の下里分校を訪ねる

日　時　１月２２日（水）午前９時～正午頃
集合・解散　高麗川駅前広場集合、現地解散
定　員　30 人（申込み順）※当日申込み不可
講　師　運動普及推進員
持ち物　飲み物、タオル等
申込み　１２月１０日(火)から
　　高麗公民館へ（☎989-2381）
その他　高麗川駅から小川町駅までの交通費は自己負担です。（切符利用時　片道 420 円）

## ぴよぴよ広場

日　時　１２月６日（金）
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

## ぴよぴよ広場・赤ちゃんひろば

日　時　１２月１８日（水）
　　午前 10 時３０分～11 時 30 分
場　所　武蔵台公民館　多目的ホール
対　象　６カ月～２歳児と保護者１５組（申込み順）
講　師　望月麻生さん
参加費　無料
持ち物　室内履き（保護者）、タオル、飲み物
　　※お子さんは、はだしで行います。
申込み　１２月６日（金）９時３０分から
　　電話または直接子育て総合支援センターへ
問合せ　子育て総合支援センター　☎985-8020