



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7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/>

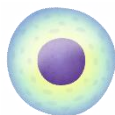


旧年中は、多大なるご支援、ご協力を賜り
誠にありがとうございました。
皆さまにとって、この一年が健康で
明るい年になりますよう心よりお祈りいたします。
武蔵台公民館 職員一同

P ますじいの理科教室④「バイオテクノロジーって？」

バイオテクノロジーってなんだろう？ 公民館健康サタデー
豊富な画像と共に解説します！

日 時 1月25日(土) 午前10時～11時30分
場 所 武蔵台公民館 学習室
定 員 24人(申込み順)
対 象 小学校高学年からお年寄りまで
講 師 増嶋長一さん(元中学校教諭)
参加費 無料 持ち物 筆記用具
申込み 1/8(水)から電話または直接武蔵台公民館へ



P 屋内でできる！ 初心者ペタンク体験

ペタンクは誰が球を一番目標球に近づけられるかを競うスポーツです！屋内用のペタンクを使って、手軽なスポーツを体験してみませんか？

日 時 1月26日(日) 午前10時～11時
場 所 武蔵台公民館 集会室
講 師 武蔵台・横手台地区スポーツ協会
定 員 12人(申込み順)
参加費 無料
持ち物 タオル、飲み物
服 装 動きやすい服装
申込み 1/8(水)から電話または直接武蔵台公民館へ



NISAって何？NISAの基礎知識

NISA(少額投資非課税制度)の基礎知識とやり方を学びます。

日 時 1月29日(水) 午後1時30分～3時
場 所 武蔵台公民館 集会室
定 員 20人(申込み順)
講 師 金融経済教育推進機構(J-FLEC)認定アドバイザー
参加費 無料
持ち物 筆記用具
申込み 1/8(水)から電話または直接武蔵台公民館へ



映画会

日 時 1月17日(金) 午前9時30分～
2月14日(金) 午前9時30分～
場 所 武蔵台公民館 集会室
上映作品 1月「植村直己物語」(140分)
(1986年 日本映画 監督：佐藤純彌)
2月「晩春」(108分)
(1949年 日本映画 監督：小津安二郎)
参加費 無料
その他 申込み不要。直接お越しください。



1 月



1/1(水)～1/3(金) 閉館日

4	土	公民館業務開始 電気設備点検 9:00～10:30 ※公民館停電となります。 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)
8	水	ゆっくり学べるはじめてのスマホ体験 ～超入門編～ 14:00～16:00
13	月	開館日(成人の日) 出張所はお休みです
17	金	映画会(植村直己物語) 9:30～12:00
18	土	親子で楽しむおはなしの世界 10:00～11:00 将棋さろん 13:30～15:30 冬の健幸運動教室 14:00～15:00
20	月	指圧講座 10:00～11:30
21	火	心肺蘇生法とAEDの使い方講習 13:30～15:00
22	水	定例健幸ウォーキング 9:00～12:00 集合:高麗川駅前広場(9時) 解散:現地(小川町)
24	金	マッサージ講座 10:00～11:30
25	土	ますじいの理科教室④ 10:00～11:30 冬の健幸運動教室 14:00～15:00
26	日	ペタンク体験 10:00～11:00
27	月	お灸講座 10:00～11:30
29	水	NISAの基礎知識 13:30～15:00

2 月

1	土	将棋さろん 13:30～15:30
4	火	部屋・テニスコート抽選会(3月分)

3月分 部屋・テニスコート抽選会

2月4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

やまなみ地域食堂開催！

やまなみ地域食堂が1月17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

陸上教室 公民館健康サタデー

～城西大学陸上競技部&男子駅伝部と楽しく走ろう～

短距離走、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15日(土) 午前10時～正午	高麗川小学校 校庭	短距離走を楽しむ 城西大学陸上競技部
2月22日(土) 午後10時～正午	武蔵台小中学 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40人、中学生以上20人(申込み順)

※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、室内履き(雨天時のみ)

申込み 1/14(火)から電話または直接武蔵台公民館へ
※1日のみの参加も可能です。



街道歩きおもしろ講座 公民館健康サタデー

江戸から東北、310Kmの街道を行く

江戸から京都(西)へ向かう旅とは違った魅力のある東北への街道歩き旅。

松尾芭蕉「奥の細道」の足跡や戊辰戦争の遺構を訪ねながら日光・奥州道中を経て会津若松までを歩きます。

日時 2月1日、8日(土) 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 1/8(水)から電話または直接公民館へ



将棋さろん P 公民館健康サタデー

日時 1月4日、18日、2月1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。



ゆっくり学べる はじめてのスマホ体験 ～超入門編～

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 スマホアドバイザー
対象 スマホをお持ちでない方
定員 20人(申込み順) 参加費 無料
持ち物 筆記用具
申込み お早めに電話または直接公民館へ



家族を守るためにやっておこう！ 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)
申込み お早めに電話または直接武蔵台公民館へ



はつらつ健康教室 P

日時 1月14日、2月18日(火)
午前10時～11時30分
場所 武蔵台公民館 集会室
内容 1月…目のフレイル予防、2月…栄養編
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 1月分…お早めに
2月分…1月15日(水)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



日高口トレ教室 P

日時 1月28日、2月25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 1月分…お早めに
2月分…1月15日(水)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



大掃除へのご協力 ありがとうございます

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。

健康ポイント事業について

健康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) P は、健康ポイント対象事業です。