



# 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8年2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

## 日高総合公園のいきもの 蝶の北上に見られる現在の温暖化

ますじいさんが総合公園に暮らす生き物たちを豊富な画像と共に解説します！

当日は公園内で見られる蝶や鳥の写真が載った冊子をプレゼントしますよ。

日時 2月28日(土) 午前10時～11時30分

場所 武蔵台公民館 学習室

対象 小学校高学年からお年寄りまで

定員 20人(先着順)

講師 増嶋長一さん

参加費 無料 持ち物 筆記用具

申込み 不要 直接お越しください。

2/28まで、図書  
コーナーで写真の  
展示を行います！



## 骨と筋肉を守る体力測定会

～転ばない身体・折れにくい骨を作るために～

最近つまづきやすい、階段や坂道がづらくなった…そんな方に、医療スタッフが無料で体力チェックをしてくれます。

日時 3月12日(木) ①午前9時30分～

②午前10時30分～

17日(火) ①午後1時30分～

②午後2時30分～

場所 武蔵台公民館 多目的ホール

対象 成人から

定員 各日30名(申込み順)

講師・主催 武蔵台病院、埼玉医科大学

参加費 無料

申込み 2/12(木)から電話または直接武蔵台公民館へ

その他 動きやすく、靴下を脱ぎやすい服装



## SGSおやしバンド スプリングコンサート

定年を過ぎた音楽仲間が集まり、日高市を中心に活動しているアマチュアフルバンドによるコンサートです。

日時 3月22日(日)

午前10時30分～11時30分

場所 武蔵台公民館 多目的ホール

定員 80人(申込み順)

演奏 SGSおやしバンド

申込み 2/10(火)から電話または直接武蔵台公民館へ



## かんたん! e-Sports 体験会

子どもからご年配の方まで簡単に楽しめる、ぷるぷるな落ちものパズルゲームで新しいスポーツを体験してみよう! 対戦もできますよ!

日時 3月14日(土)

午前10時～午後4時(入退場自由)

※混雑時は体験時間を制限させていただくことがあります。

場所 武蔵台公民館 集会室

対象 どなたでも 参加費 無料

申込み 不要、直接お越しください。

その他 対戦優先の時間を設けます。

対戦をしてみたい方は以下の時間にお集まりください。

・午前11時 ・午後2時



### 2月

3	火	テニスコート抽選会(3月分)	9:30～9:40
7	土	囲碁・将棋さろん	13:30～15:30
11	水	開館日(建国記念の日)出張所はお休みです	
13	金	映画会(東京物語)	9:30～11:50
14	土	陸上教室(長距離走)	10:00～12:00
18	水	健康づくり講座&非常食試食会	10:00～11:30
20	金	部屋抽選会(4月分)	9:30～9:40
21	土	陸上教室(短距離走)	10:00～12:00
		囲碁・将棋さろん	13:30～15:30
23	月	開館日(天皇誕生日)出張所はお休みです	
28	土	日高総合公園のいきもの	10:00～11:30

### 3月

3	火	テニスコート抽選会(4月分)	9:30～9:40
7	土	囲碁・将棋さろん	13:30～15:30

### 4月分部屋抽選会

2月20日(金)集会室

午前9時30分～9時40分

### 4月分武蔵台・横手台 テニスコート抽選会

3月3日(火)集会室

午前9時30分～9時40分

公民館健幸サタデー

### 囲碁・将棋さろん

日時 2月7日、21日(土)

3月7日、21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。

### 定例健幸ウォーキング

3月 巾着田から高麗峠を歩く

日時 3月25日(水)

午前8時45分～正午頃

集合 武蔵台公民館

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、上着、帽子など

申込 2/6(金)から電話または直接武蔵台公民館へ



# 映画会

日時 2月13日(金)  
午前9時30分～  
場所 武蔵台公民館 集会室  
上映作品 「東京物語」(136分)  
参加費 無料  
申込み 不要、直接お越しください。

# やまなみ地域食堂

映画会の後は、お話しながら楽しい昼食を！  
日時 2月13日(金)  
午前11時30分～  
内容 カレー(400円)  
主催 やまなみ食堂  
※先着25人

# サークル紹介コーナー

武蔵台公民館に登録しているサークルを一部ご紹介します。ご興味のある方は武蔵台公民館までお問い合わせください。ホームページには他のサークルも多数掲載しています。ぜひご覧ください！



## シニアのクッキング

作って、食べて、おしゃべりして楽しい時間を過ごしましょう！！初心者、おひとり様歓迎。

日時 2月16日(月) 午前10時～午後1時  
場所 高麗の郷 調理室  
メニュー おはぎ(2種)、豚汁、その他  
定員 16人(申込み順)  
持ち物 エプロン、三角巾  
参加費 500円  
主催 こま武蔵台福祉ネット  
申込み 2/3(火)から2/6(金)までに  
電話または直接、福祉ネットサロンへ  
☎982-1116(土、日を除く午前9時～午後4時)



## むさし卓球会

活動内容 卓球

卓球を通じて健康の維持・増進を図ります。試合形式の練習を含め、楽しく活動を行っています。



## むさしラージクラブ

活動内容 卓球

ラージボールを使用した卓球と、その試合を行います。



## こまレディース

活動内容 卓球

卓球の技術習得と体力向上を目的として、日々練習に励んでいます。



## かわせみII

活動内容 卓球

コーチの指導による卓球の基本技術向上を目指します。小学生、中学生の参加も歓迎です。



## 健康卓球

活動内容 卓球

基礎練習とダブルスのゲームを行っています。休憩を取りながら、練習とゲームを楽しんでいます。



## 武蔵台テニスクラブ

活動内容 テニス

武蔵台、横手台テニスコートで、テニスのレベルアップと体力向上を目的に活動しています。



## フラダンス体験教室

フラの曲に合わせて、一緒に楽しく踊ってみませんか？初めての人も大丈夫です。

日時 2月18日、25日(水) 午後2時～4時  
場所 武蔵台公民館  
対象 どなたでも  
参加費 無料 持ち物 飲み物  
申込み 不要。直接お越しください。  
その他 動きやすい服装でお越しください。  
問合せ フラサークルハイビスカス  
☎985-1006(松本)



## 赤ちゃんひろば

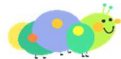
2月18日(水)

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  
その他 ひなまつり制作をします！

## ぴよぴよ広場

2月6日、3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  
その他 おひなさまを作ります！



☆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

## サークル登録申請について

新年度(令和8年度)の公民館サークル登録更新には手続きが必要です。現在、登録している団体・サークルには、2月16日(月)の代表者会議で書類をお渡ししますので、書類を揃えて公民館へ提出してください。新規登録希望の方は、お気軽に公民館までお問い合わせください。

【提出期限】 **3月16日(月)** 期限厳守

## 高麗包括支援センターの教室 (対象：高麗地区にお住いの65歳以上の方)

日付	時間	内容	会場
2月10日(火)	午前10時～11時30分	はつらつ健幸教室(栄養編)	武蔵台公民館 集会室
2月17日(火)	午後1時30分～3時	日高口コトシ教室 (日高市健康ロコモ体操等)	
3月10日(火)	午前10時～11時30分	はつらつ健幸教室(運動編)	
3月24日(火)	午後1時30分～3時	日高口コトシ教室 (日高市健康ロコモ体操等)	

☆問合せ 高麗地域包括支援センター ☎982-0111