

**記者発表資料**

令和4年5月24日(火)

**日高市**

教育部 生涯学習課 武蔵台公民館

TEL042-982-2950 (直通)

課長 中條 智則

担当者職・氏名 館長 佐島 政彦

**「公民館健幸サタデー」を実施します  
～公民館で『健幸』になろう～****公民館健幸サタデー**

令和3年11月の市制施行30周年記念式典で行った「健幸のまち」宣言を受け、市内6公民館において、～公民館で『健幸』になろう～をスローガンに「公民館健幸サタデー」を実施していきます。



高麗公民館「高麗郷ブラ散歩」の様子

## 概要

「健幸のまち」宣言の趣旨である、“生き生きと、幸せに暮らすこと（健幸）”を目指して、市民に身近な公民館において、土曜日に健幸関連の講座等を実施していきます。

平日にも健幸関連の講座等を実施しますが、土曜日を中心に実施することにより社会人や学生などの参加が可能となり、より幅広く市民の健康づくりの習慣化等を支援していきます。

講座は、ウォーキングや体操などによる体の健康に資するものに限らず、将棋などによる脳の活性化や、落語、音楽、映画などによる心の健康に資するものなど、『健幸』に関連する多彩な内容を予定しています。

また、参加者の裾野を広げるために「健幸ポイント事業」とも連携をしていきます。

## 参加方法等

講座等の詳細や対象、申し込み方法等につきましては、実施公民館の公民館だよりや広報ひだか、ホームページ、SNS等でお知らせしていきます。

## その他

6・7月に開催予定の講座については別添のとおりです。

## 問い合わせ

高麗川公民館	TEL 042-989-9110
高萩公民館	TEL 042-989-2145
高麗公民館	TEL 042-989-2381
高麗川南公民館	TEL 042-989-1000
高萩北公民館	TEL 042-989-7322
武蔵台公民館	TEL 042-982-2950

別添

公民館健幸サタデー講座予定（6・7月分）			
月	日	公民館	講座
6	4	高麗川	ラダー&ミニハードルトレーニング 新 健
		高萩・高萩北	定例健幸ウオーキング 定 健
		高萩	スマホ・サポートコーナー 新
		武蔵台	将棋さろん 定 健
	11	高萩	俳句づくり体験講座 新
			スマホ・サポートコーナー 新
		高麗	ポッチャ体験教室 新 健
		高萩北	やってみようポッチャ 新 健
	武蔵台	リトミックで楽しむ母の日&父の日イベント 新 健	
	18	高萩	スマホ・サポートコーナー 新
			高麗
		高萩北	父の日に贈ろうフラワーアレンジメント 新 健
		武蔵台	親子でじゃがいも収穫体験!! 大人もやるぞ!じゃがいも収穫プレミアム体験!! 将棋さろん 新 健 新 健 定 健
	25	高萩	俳句づくり体験講座 新
			スマホ・サポートコーナー 新
	武蔵台	落語の世界にようこそ 新 健	
7	2	高萩・高萩北	定例健幸ウオーキング 定 健
		高麗川南	スマホの活用術～初級編～ 新
		武蔵台	親子運動あそび 新 健 将棋さろん 定 健
	9	高麗川	J A Z ZのCDを聴いて魅力を知ろう① 新 健
		高萩	俳句づくり体験講座 新
		高麗	ポッチャ体験教室 新 健
		高萩北	やってみようポッチャ 新 健
		武蔵台	親子運動あそび 新 健
	16	高麗川	J A Z ZのCDを聴いて魅力を知ろう② 新 健
		高麗	月例・高麗郷ブラ散歩 新 健
		高麗川南	スマホの活用術～初級編～ 新
		武蔵台	将棋さろん 定 健
	23	高麗川	マイ・フィットネス教室① 新 健
		高萩	はじめてのエアロビ教室 新 健
			俳句づくり体験講座 新
	30	高麗川	マイ・フィットネス教室② 新 健

- ※新 健は新規講座、定 健は定例講座です。
- ※新 健は健幸ポイント対象事業です。
- ※詳細は実施公民館に確認してください。
- ※講座は変更、中止になる場合があります。