

もくせいの会「おはなし会」

「口高もくせいの会」による、子ども対象のおはなし会です。

日時 9月11日・25日の日曜日
午前10時30分から

場所 生涯学習センター

内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居

費用 無料

申し込み 不要(直接会場へ)

問い合わせ 市立図書館
☎985-5121



つまみ細工でブローチを作ろう

小さい布を折りたたんで作る伝統工芸「つまみ細工」の技術を学んで、自分好みのブローチを作ってみませんか。

日時 9月27日(火) 午前10時～正午

対象 成人

人数 10人(申し込み順)

講師 藤原めぐみさん

費用 500円

申し込み 9月15日(休)以降に、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 高麗川南公民館
☎989-1000

市民活動講座

あなたの知識や技術を高根地区で生かしてみませんか。

生活応援!!フードパントリー

食の支援を必要とする人に、地域住民や企業等から寄付のあった食品等を無償で提供します。当日は、食品、飲料お菓子など数点をお渡しする予定です。また、生理用品なども含めた「ご自由にどうぞ」のコーナーも設置予定です。

※申し込み制、数に限りがあります。

※エコバッグをお持ちください。

日時 9月30日(金)
午後3時～6時30分

場所 総合福祉センター「高麗の郷」

申し込み 電話または日高市社会福祉協議会ホームページから

問い合わせ 日高市社会福祉協議会
☎985-9100



生活応援!!大人用おむつ提供

経済的理由などにより大人用紙パンツ等の提供を必要とする人に、地域住民や企業等から寄付のあった大人用紙パンツとその他パッドなど数点を無償で提供します。

※申し込み制、数に限りがあります。

日時 9月28日(水) 午後2時～4時

場所 総合福祉センター「高麗の郷」

申し込み 電話または直接左記へ

期日・内容

○9月28日(水)・日高市ボランティアネットワークを知る

○10月12日(水)・市民活動に期待すること

○10月26日(水)・人的ネットワークを構築する

時間 午前10時～11時

人数 20人(申し込み順)

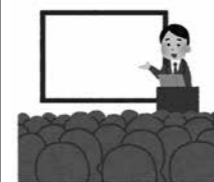
講師 日高ボランティアネットワークサポーター 山口じゅんさん他

費用 無料

持ち物 筆記用具、飲み物

申し込み 9月16日(金)以降に、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 高麗川南公民館
☎989-1000



消しゴムはんこ体験教室「うさぎを作ろう」

期日 9月17日、10月1日の土曜日

時間 午後1時～4時

対象 成人

人数 各回7人(申し込み順)

講師 消しゴムはんこインストラクター EMIさん

費用 300円(材料費)

持ち物 筆記用具、カッターナイフ、カッターマット・彫刻刀(持っている人)

問い合わせ

☎985-9100

家族のためのメンタルヘルズ講座

家族が精神を患って、一人で悩んだり、不安を感じていませんか。同じ立場である家族同士の親睦を深めませんか。

日時 9月29日(木)
午後2時～3時30分

場所 MORO HAPPINESS 館 毛呂山町毛呂本郷1006

対象 精神に障がいがある人の家族で、日高市・坂戸市・越生町・鳩山町・毛呂山町在住の人

※当事者は含みません。

講師 デイケアセンターのぞみ 横塚 正和さん 他

費用 無料

申し込み 9月24日(土)までに、電話で左記へ

※当日参加もできます。

問い合わせ 地域活動支援センターのぞみ
☎049-276-2088



手話奉仕員養成講習会(入門課程)

日常生活を習得し、ボランティア活

申し込み

9月5日(月)から16日(金)までに、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 高麗川南公民館
☎989-1000

腰痛撃退講座

腰痛について、自分で調子を整える方法を学びます。

日時 9月28日(水)
午後1時30分～3時

人数 20人(申し込み順)

講師 日高市柔道整復師会 金島裕樹さん

費用 無料

持ち物等 動きやすい服装、筆記用具、ヨガマット(持っている人)

申し込み 9月8日(木)から26日(月)までに、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 高麗公民館
☎989-2381



働くママのための料理教室

日高の食材を使って、季節を感じる料理を、家庭で子どもと一緒に作ってはいかがですか。

○秋編 旬の食材を使った子供に伝えたい季節の料理(栗)

○冬編 旬の食材を使った子供に伝えたい季節の料理(ユズ)

問い合わせ

☎985-9100

家族のためのメンタルヘルズ講座

家族が精神を患って、一人で悩んだり、不安を感じていませんか。同じ立場である家族同士の親睦を深めませんか。

日時 9月29日(木)
午後2時～3時30分

場所 MORO HAPPINESS 館 毛呂山町毛呂本郷1006

対象 精神に障がいがある人の家族で、日高市・坂戸市・越生町・鳩山町・毛呂山町在住の人

※当事者は含みません。

講師 デイケアセンターのぞみ 横塚 正和さん 他

費用 無料

申し込み 9月24日(土)までに、電話で左記へ

※当日参加もできます。

問い合わせ 地域活動支援センターのぞみ
☎049-276-2088



手話奉仕員養成講習会(入門課程)

日常生活を習得し、ボランティア活

期日

10月22日、12月10日の土曜日

時間 1回目…午前9時30分～10時30分
2回目…午前11時～正午

対象 中学生以下の子どもがいる働くママ

人数 各回12人

※両日参加できる人を優先します。

講師 高麗川南ヘルスマイット

費用 500円(当日集金)

持ち物 筆記用具、エプロン、飲み物

申し込み 9月20日(火)以降に、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 高麗川南公民館
☎989-1000

はじめての指ヨガ

呼吸法とともに手指を刺激し、心身のバランスを整えます。

日時 10月21日(金) 午前10時～11時

対象 成人

人数 15人(申し込み順)

講師 龍村式指ヨガインストラクター 青木和子さん

費用 無料

持ち物 タオル、飲み物

申し込み 9月6日(火)以降に、電話または直接左記へ

場所・問い合わせ 武蔵台公民館
☎982-2950



文化体育館「ひだかアリーナ」
指定管理者 コナミススポーツ・毎日興業グループ ☎985-2090

開館時間 午前9時～午後9時
休館日 9月5日(月)・20日(火)
10月3日(月)・17日(月)



健康体操教室 かんたん筋トレ&ストレッチ

期日 9月中の毎週木曜日

時間 午前9時45分～10時45分

対象 16歳以上

費用 4,600円(税込み)

持ち物 タオル、飲み物



誰でも楽しめるダイエット効果あり フィットネスフラダンス教室!

期日 9月中の毎週水曜日

時間 午前10時30分～11時30分
※9月7日のみ午前11時30分～午後0時30分

対象 16歳以上

費用 3,680円(税込み)

持ち物 タオル、飲み物