

ひだかネイチャーキッズ 冬の日和田山体験

日和田山で樹木観察等、高麗郷古民家でするを使用した工作を行い、日和田山について学びます。
日時 12月9日(土) 午前8時～正午
場所 高麗郷古民家、日和田山
対象 市内在住の小学3年生～6年生
人数 20人(定員を超えた場合は抽選)
費用 300円(リース装飾品等)
持ち物 水筒、筆記用具、ハンカチ
申し込み 11月17日(金)までに、電話または直接左記へ
問い合わせ 環境課生活環境担当



県民の日 「水循環センター探検ツアー」

下水道施設見学会を11月14日(火)に実施します。参加者には、記念品をプレゼントします。
※小学生以下は、保護者が同伴してください。
※詳しくは、(公財)埼玉県下水道公社ホームページをご覧ください。
問い合わせ 県下水道局下水道管理課
☎048-83005440



ヘルスマイトによる料理講習会

ヘルスマイトヘルシーフックング教室
日時 11月21日(火)
午前9時30分～午後1時30分
場所 保健相談センター
メニュー イワシのムニエル(トマトン

生活応援!!フードパントリー

日時 11月30日(木)
午後3時～6時30分
場所 総合福祉センター「高麗の郷」
対象 食の支援を必要とする人(世帯)
申し込み 11月15日(火)以降に、左記へ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
☎985-91000



地域包括支援センターの教室・講座

認知症サポーター養成講座
認知症についての正しい知識や認知症の人への適切な接し方を学んでみませんか。
対象 市内在住・在勤・在学の人
人数 各20人(申し込み順)
費用 無料
申し込み開始日 11月10日(金)
はつらつ健康教室
日時 午前10時～11時30分
対象 65歳以上で市内に住所のある人
内容 □腔編
費用 無料
申し込み開始日 11月15日(火)
日高コトレ教室
日時 午後1時30分～3時
対象 65歳以上で市内に住所のある人
内容 □ココモ体操、テーマ「腰痛予防」
に合わせた理学療法士による体操・講話等
講師 理学療法士



武蔵台公民館
高麗公民館
高麗川公民館
高麗川南公民館
高萩北公民館
高萩公民館

Table with 5 columns: 場所, 期日, 期日, 期日, 時間, 申し込み・問い合わせ. Lists various community events and their details.

費用 無料
申し込み開始日 11月15日(火)

高麗川ヘルスマイト料理講習会

1ス添え、ゴボウのポタージュ、キノコのマリネ、リンゴの赤ワイン煮
日時 11月17日(金) 午前10時～午後1時
場所 高麗川公民館
メニュー 野菜の豚ロール、パリパリサラダ、キノコスープ
講師 市食生活改善推進員
費用 300円
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク
申し込み 11月13日(月)までに、電話または直接左記へ
問い合わせ 保健相談センター健康のまち推進担当
☎985-5122



家族のためのメンタルヘルス講座 認知症と間違いやすい高齢者の精神疾患について

日時 11月30日(木) 午後2時～3時30分
場所 くらしんストップMORO HAPPINESS館(毛呂山町毛呂本郷1006)

飯能市・日高市 第9回市民フォーラム

対象 精神障がいや認知症の家族がいて日高市・坂戸市・越生町・鳩山町・毛呂山町に在住の人
人数 20人
講師 福島雄大さん
費用 無料
申し込み 11月27日(月)までに、電話で左記へ
問い合わせ 地域活動支援センターのぞみ
☎049-276-2088

「在宅医療」知っていますか?

家で最期まで療養したい人へ
日時 12月3日(日) 午後1時から受け付け、1時30分～4時
場所 総合福祉センター「高麗の郷」
人数 250人(申し込み順)
内容 ○映画上映「ピア」まちをつなぐもの
○解説(わたしと家族の希望する療養生活)地域連携・緩和ケアノート)の活用について
費用 無料
申し込み 左記へ電話・FAX・メールまたは申し込みフォームから
問い合わせ 飯能市基幹型地域包括支援センター
☎042-9833-8700
☎042-973-8875
✉kkan@hannosyakyu.or.jp



シニア向け運動教室

期日 ○フィットネスたかはぎ・フィットネスこま 12月から令和6年2月までの毎週水曜日
○フィットネスこまがわ 12月20日から令和6年3月13日までの毎週水曜日
※全12回・令和6年1月3日を除く。
対象(次の全てを満たす人)
①65歳以上で市内に住所のある人
②全12回参加できる人
③自力で会場まで行くことができる人
※令和4年度および5年度第1・2期に参加した人は、利用できません。
内容 個別面接、簡単な体力測定、体操指導、ココモ体操等
費用 無料
申し込み 11月6日(月)以降に、電話または直接左記へ
問い合わせ 長寿いきがい課高齢者支援担当(1階5番窓口)

ちふれASエルフェン埼玉サッカー教室
期日 12月26日(火)
時間 ①午前10時～10時50分、②午前11時10分～正午
場所 日高総合公園
対象 ①小学1年生～3年生、②小学4年生～6年生
人数 各20人程度(申し込み順)
講師 ちふれASエルフェン埼玉
費用 300円(保険代含む)
持ち物等 動きやすい服装、靴、水筒、

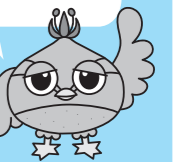
くりっかの可燃ごみレポート

各家庭から出された可燃ごみの速報値です

Table with 2 columns: 令和5年9月の可燃ごみ, 昨年同月との比較. Rows include total volume, disposal cost, and per person averages.

生ごみなどに含まれる水分が可燃ごみの重さの半分近くを占めています。処理費用は重さで決まります。処理費用を削減するために、生ごみは水分を十分に切ってから、枝葉などはしっかり乾燥させてから出しましょう。

※数値は四捨五入しています。
※処理費用は、全体量に42,900円/tを乗じたものです。
※1人当たりは、当該月の総人口を基に算出しています。



問い合わせ 環境課廃棄物対策担当

日高市青少年の主張大会

市内に在住・在学の青少年が、将来に向けて考えていることや、日常生活・学校生活の中で感じていることなどを発表します。
また、「家族ふれあい」ポスターコンクール受賞作品の展示も行います。
日時 11月19日(日) 午後0時30分開場1時開会
場所 総合福祉センター「高麗の郷」
人数 200人
費用 無料
申し込み 不要(直接会場へ)
問い合わせ 生涯学習課生涯学習担当

令和5年度日高市人権啓発講演会

12月4日から10日までの1週間は人権週間です。市では、人権問題への正しい理解と認識を深め、差別や偏見のない明るい社会を実現するため、人権啓発講演会を開催します。
日時 12月2日(土)
午後1時開場、1時30分～3時30分
場所 生涯学習センター
人数 100人(先着順)
講師 野村路子さん
費用 無料
申し込み 不要(直接会場へ)
問い合わせ 生涯学習課生涯学習担当

