

イベント



もくせいの会「おはなし会」

子ども対象のおはなし会です。
 日時 5月14日・28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



自然観察会
 ～身近な有毒植物を知ろう～

日時 5月21日(日)
 午前9時～11時30分(小雨決行)
 場所 巾着田入口駐車場
 人数 20人程度(申し込み順)
 費用 無料
 持ち物 筆記用具、雨具、観察用具
 申し込み 5月19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

人に伝わる文章の書き方入門講座

曜日 6月10日・24日、7月8日の土曜日
 時間 午前10時～11時30分
 対象 成人
 人数 10人(申し込み順)
 ※3回とも出席できる人を優先します。
 講師 北尾トコさん
 費用 無料
 持ち物 ノート、筆記用具
 申し込み 5月10日(水)以降に、電話または直接左記へ
 場所・問い合わせ 高麗公民館 ☎989-2381



親子でじゃがいも収穫体験!

武蔵台公民館の敷地内で育ったじゃがいもを、親子で収穫してみませんか。
 日時 6月18日(日)
 午前9時30分～10時30分(小雨決行)
 ※荒天時は、25日(日)に延期します。
 場所 武蔵台公民館敷地内畑
 対象 未就学児とその保護者
 人数 10組(申し込み順)

はつらつ健康教室
 ～フレイル予防教室～

フレイルとは、加齢とともに心身の機能が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態のことです。「健康」と「要介護」の中間の段階とされています。兆候に早く気づき、日常生活を見直すことで進行を遅らせ、元気な状態を取り戻すことができます。
 時間 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 5月15日(月)以降に、電話または直接各地域包括支援センターへ

場所	期日	申し込み・問い合わせ
武蔵台公民館	6月13日(火)	高麗地域包括支援センター ☎982-0111
高麗公民館	6月28日(水)	
高麗川公民館	6月21日(水)	高麗川地域包括支援センター ☎984-1362
高麗川南公民館	6月26日(月)	
高萩北公民館	6月19日(月)	高萩地域包括支援センター ☎984-3001
高萩公民館	6月23日(金)	

※できるだけ自宅に近い会場をご利用ください。
 ※日高市健康口ココモ体操は、全ての講座で行います。

日高口ココトレ教室
 ～ココモ体操に取り組みましょう～

ココモ体操は、特別な道具を使わずに「いつでも、どこでも」できるトレーニングです。
 ココモ体操を日課に取り入れて、元気な体を作りましょう。
 時間 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「肩・首の痛み予防」に合わせた理学療法士による体操・講話等
 費用 無料
 申し込み 5月15日(月)以降に、電話または直接各地域包括支援センターへ

場所	期日	申し込み・問い合わせ
高麗公民館	6月 8日(木)	高麗地域包括支援センター ☎982-0111
武蔵台公民館	6月27日(火)	
高麗川公民館	6月 2日(金)	高麗川地域包括支援センター ☎984-1362
高麗川南公民館	6月13日(火)	
高萩北公民館	6月 6日(火)	高萩地域包括支援センター ☎984-3001
高萩公民館	6月20日(火)	

※できるだけ自宅に近い会場をご利用ください。

ミニギャラリー情報
 (文化体育館「ひだかアリーナ」内)

■水彩、油彩、絵手紙展
 期間 5月2日(火)～13日(土)
 問い合わせ 朝鳥 ☎985-8991
 ■めだかの会 絵手紙展
 期間 5月16日(火)～28日(日)
 問い合わせ 野田 ☎090-5535-3791

フラワーアレンジメント教室

日時 6月17日(日)
 午前10時～11時30分
 対象 小学4年生～中学生
 人数 15人(申し込み順)
 講師 金子伸昭さん
 費用 1000円(材料費)
 持ち物 筆記用具、よく切れるはさみ、持ち帰り用の大きな袋
 申し込み 5月18日(木)から6月10日(土)までに、電話または直接左記へ
 ※材料準備のため、6月10日(土)以降のキャンセルはできません。
 場所・問い合わせ 高麗川南公民館 ☎989-1000



問い合わせ

武蔵台公民館 ☎982-2950
健康歴史街道歩きおもしろ講座 (甲州道中)
 120分で甲州道中! 江戸から下諏訪、250kmの街道をたどります。
 期日 5月27日、6月3日の土曜日
 時間 午後2時～4時
 対象 成人
 人数 各回30人(申し込み順)
 講師 中島淳さん
 費用 無料
 持ち物 筆記用具
 申し込み 5月12日(金)以降に、電話または直接左記へ
 場所・問い合わせ 高麗川公民館 ☎989-9110

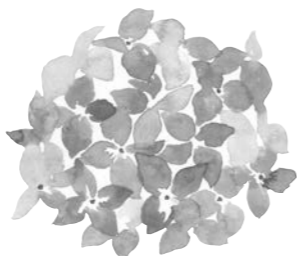
父の日に贈ろう
 フラワーアレンジメント教室

日時 6月17日(日) 午前10時～正午
 対象 小学4年生以上
 ※小学3年生以下は、親子で参加してください。
 人数 20人(申し込み順)
 講師 山中由美子さん
 費用 1500円(材料費)



持ち物

手拭きタオル、よく切れるはさみ、持ち帰り用の大きな袋
 申し込み 5月20日(土)以降に、電話または直接左記へ
 場所・問い合わせ 高萩北公民館 ☎989-7322



まずじいの理科教室
 ～DNAって?～

日時 5月13日(土)
 午前10時～11時30分
 対象 小学校高学年以上
 人数 100人(申し込み順)
 講師 増嶋長一さん
 費用 無料
 持ち物 筆記用具
 申し込み 5月12日(金)までに、電話または直接左記へ
 場所・問い合わせ 高萩公民館 ☎989-2145

