

12月の地域包括支援センターの教室

Table with columns: 場所, 期日, 時間, 内容, 申し込み・問い合わせ. Includes locations like 武蔵台公民館 and 高麗公民館.

認知症サポーター養成講座

Table with columns: 場所, 日時, 申し込み・問い合わせ. Includes locations like 高萩北公民館 and 高麗川公民館.

上記日程で参加できない人でも4~5人が集まれば、個別開催が可能です。地域包括支援センターまたは長寿いきがい課高齢者支援担当へお問い合わせください。

高齢者向け運動教室

フィットネスこまがわ
日時 12月18日から令和7年3月12日
場所 ふあみりあ倶楽部
人数 8人(申し込み順)

初心者歓迎！ 日高四半的弓道大会

日時 12月15日(日)
午前9時15分受け付け

場所 文化体育館「ひだかアリーナ」
対象 団体の部は小学生以上、個人の部は中学生以上

人数 団体の部：12チーム(申し込み順)・同一団体からは6チームまで
個人の部12人(申し込み順)

費用 無料
持ち物等 動きやすい服装、室内履き、飲み物

申し込み 11月11日(月)から29日(金)までに、左記または各公民館・文化体育館「ひだかアリーナ」にある申し込み用紙に記入の上、FAXまたは直接左記へ

問い合わせ 生涯学習課市民スポーツ担当

普通救命講習Ⅰ
日時 11月27日(水) 午前9時~11時
場所 飯能日高消防署

対象 日高市・飯能市・入間市・狭山市・所沢市に在住・在勤・在学している中学生以上の人
人数 25人(申し込み順)

講師 消防署職員
費用 無料(修了証を交付)

持ち物等 動きやすい服装
申し込み 11月11日(月)以降(土・日曜日、祝日を除く)午前9時から午後5時まで(に、電話で左記へ)

問い合わせ 日高市社会福祉協議会 ☎042-985-9100

お問い合わせ 日高市社会福祉協議会 ☎042-985-9100

お問い合わせ 日高市社会福祉協議会 ☎042-985-9100

お問い合わせ 日高市社会福祉協議会 ☎042-985-9100

お問い合わせ 日高市社会福祉協議会 ☎042-985-9100

対象(次の全てを満たす人)

①65歳以上の自力で会場まで行ける市民
②全12回参加できる人

※令和5年度および6年度に参加した人は、参加できません。

内容 個別面接、簡単な体力測定、体操指導、日高市健康口コモ体操等

費用 無料
持ち物等 動きやすい服装、マスク、室内用の運動靴、汗拭きタオル、飲み物

申し込み 11月6日(水)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)

学校給食試食会
日時 11月27日(水)
午前10時20分~11時35分

場所 学校給食センター
※駐車場・駐輪場あります。

対象 満18歳以上の市民
※食物アレルギー対応食提供不可です。

※児童・生徒の保護者(13人と一緒に見学・試食となります)。

※終了後、学校給食に関するアンケートがあります。

人数 13人(申し込み多数の場合は抽選。試食会に参加したことが無い人を優先)

費用 299円(当日現金で300円を支払い、1円おつりを返却)

申し込み 11月18日(月)から20日(水)午後3時までに、電子申請またはFAXで左記へ

※11月25日(月)の午後3時以降にキャンセル

公民館 イベント
○申し込み・問い合わせは電話または直接各公民館へ
○開催場所は原則各公民館です
○健康ポイント対象事業には、健康ポイント手帳(お持ちの)をお持ちください

武蔵台公民館 ☎042-982-2950
◆ますじいの理科教室③「DNAって？」
日時 11月30日(土) 午前10時~11時20分
対象 小学校高学年からお年寄りまで
人数 24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
申し込み開始日 11月7日(木)

◆クリスマスコンサート〜フルートとギターの音色に浸ってみよう
日時 12月14日(土) 午後1時30分~3時
対象 どなたでも
人数 80人(申し込み順)

演奏 秋間茂さん、大平年明さん、加藤洋子さん、立川知子さん、長谷川健さん
費用 無料
申し込み開始日 11月7日(木)

◆クリスマスリトリック
日時 12月21日(土) 午前10時~11時30分
対象 1歳~5歳児と保護者
人数 15組(申し込み順)

講師 花園ゆうきさん
費用 500円(材料代)
申し込み開始日 11月12日(火)

※12月14日(土)までにお支払いください。
※保育を希望する人は申し込み時にご相談ください。

楽しく歩こう！12月の定例健康ウォーキング！

Table with columns: 公民館名・連絡先, 日時, テーマ. Includes events like 高麗の里山からクリスマスのメッセを訪ねる and 女影村寺社址めぐり.

※問い合わせは各公民館へお願いします。また、時間やコースを変更する場合があります。

セルする場合はキャンセル料が発生します。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
問い合わせ 学校給食センター ☎042-985-3600



SAIITAMA出合いサポーター(恋たま)出張登録会
日時 12月1日(日) 午前10時~午後4時
場所 生涯学習センター
対象(次の全てを満たす人)

①結婚を希望し、自ら婚活する意志のある20歳以上の独身の人
②県内に在住、在勤または近い将来県内に移住を考えている人

③スマートフォン(電話回線のあるもの)を持っている人
※後日、独身証明書等の書類が必要。詳しくは、恋たまホームページをご覧ください。

費用 1万1000円(市内在住または勤務先が会員の人は)
※入会面談時に住所の確認をします。

持ち物 写真付きの本人確認ができるもの(運転免許証等)
申し込み 11月28日(木)までに、恋たまホームページから「入会申込」・「仮登録」の後、「本登録(面談予約)」をしてください。

問い合わせ SAIITAMA出合いサポーター(恋たま)事務局 ☎048-789-7721

