

シルバー人材センターの 入会説明会

市内在住で60歳以上の元気で働く意欲がある会員を募集しています。

入会説明会日時

12月18日、令和8年1月15日、2月19日の木曜日 午前9時30分から

作業内容 植木作業、除草作業(草刈り・草むしり)、屋内外清掃作業、カーポート整理作業、事業所内軽作業、施設窓口管理、駐輪場整理など

申し込み(事前予約)

電話または直接左記へ

場所・問い合わせ

日高市シルバー人材センター(総合福祉センター)「高麗の郷」敷地内
☎042-9851585



○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

高麗川南公民館 ☎042-9891000

◆私の「つづき」大切な人のための未来設計③「遺言・相続・家」の基礎知識

日時 令和8年1月9日(金)

午後1時30分～3時

対象 成人

人数 20人(申し込み順)

講師 佐藤美子さん

費用 無料

持ち物 筆記用具、飲み物

申込開始日 12月8日(月)

◆新春落語会

日時 令和8年1月15日(木)

午後2時～3時30分

対象 どなたでも

人数 50人(申し込み順)

出演 ひだか落語の会

費用 無料

申込開始日 12月9日(火)

◆ポッチャ体験教室

日時 令和8年1月20日(火)

午前10時～11時

対象 成人

人数 12人(申し込み順)

講師 平野紀子さん

費用 無料

持ち物等 動きやすい服装、タオル、飲み物

申込開始日 12月17日(水)

高麗川公民館 ☎042-9899110

◆ひだか郷土かるた大会の練習をしよう!

日時 令和8年1月6日(火)・7日(水)・10日(土)

午後1時30分～3時30分

対象 市内在住の小学1～6年生

人数 各日30人程度(申し込み順)

講師 日高市子ども会育成連絡協議会

費用 無料

持ち物等 動きやすい服装、座布団、飲み物

※爪は必ず切ってきてください。

申込期間 12月5日(金)～23日(火)

※電話またはチラシの申込書でお申し込みください。チラシは各公民館・生涯学習センターに備えてあります。

◆発酵食教室

「味噌づくり」にチャレンジ!

日時 令和8年1月31日(土)

午前10時～正午

対象 どなたでも

人数 12人(申し込み順)

講師 高麗川ヘルスメイトの皆さん

費用 1000円

※申込時にお支払いください。材料手配の都合上、申し込み後の返金はできません。

持ち物 煮た豆とその煮汁(500ml程度)、味噌を作る容器、筆記用具、マスク、エプロン、三角巾、手拭き

申込期間 12月11日(木)～19日(金)

◆歴史街道歩きおもしろ講座(西国街道への旅①) 京都から姫路城まで

日時 令和8年1月24日(土)

午後2時～4時

対象 成人

人数 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

申込開始日 12月24日(水)

高萩公民館 ☎042-9892145

◆スマホ・サポートコーナー

日時 12月10日(水)・22日(月)

午前9時30分～11時30分

対象 どなたでも

講師 (株)Coreスマホ1年生

費用 無料

持ち物 スマホ

申し込み 不要

1月の地域包括支援センターの教室

共通事項 対象 65歳以上の市民
費用・申し込み 無料・不要

場所	はつらつ健康教室 (フレイル予防)			日高ロコトレ教室 (ロコモ予防)			問い合わせ
	期日	時間	内容	期日	時間	内容	
武蔵台公民館	13日(火)	午前10時～11時30分	目のフレイル予防	27日(火)	午後1時30分～3時	ロコモティブシンドローム予防の体操(日高市健康ロコモ体操、ストレッチ、有酸素運動) ※ロコモ度の確認ができます。	高麗地域包括支援センター ☎042-982-0111
高麗公民館	22日(木)		耳のフレイル予防	8日(木)			
高麗川公民館	21日(水)		目のフレイル予防	9日(金)			高麗川地域包括支援センター ☎042-984-1362
高麗川南公民館	26日(月)		耳のフレイル予防	13日(火)			
高萩北公民館	19日(月)		耳のフレイル予防	6日(火)			高萩地域包括支援センター ☎042-984-3001
高萩公民館	23日(金)		目のフレイル予防	20日(火)			