

# 令和8年 9月 健幸イベントカレンダー



◀日高市ホームページからも最新の  
情報一覧をご覧ください

| 日にち | 曜日 | 時間            | 内容                      | 会場              | 申し込み・問い合わせ<br>(会場と異なる場合のみ記載) |
|-----|----|---------------|-------------------------|-----------------|------------------------------|
| 1   | 火  | 10:00 ~ 12:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 高萩北公民館          | 高萩地域包括支援センター                 |
| 2   | 水  | 9:30 ~ 12:00  | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 10:10 ~ 10:50 | 新聞あそび(出張ひろばおひさま)        | 高麗川南公民館         | 地域子育て支援センターぬくぬく              |
|     |    | 14:00 ~ 16:00 | スマートフォン教室～スマホの基本・LINE体験 | 高麗川公民館          |                              |
| 3   | 木  | 9:30 ~ 12:00  | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 10:00 ~ 12:00 | 初心者折り紙教室Ⅲ①              | 高麗川南公民館         |                              |
| 4   | 金  | 10:00 ~ 12:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 高麗川公民館          | 高麗川地域包括支援センター                |
|     |    | 18:00 ~ 19:30 | 認知症サポーター養成講座            | 高萩北公民館          | 高萩地域包括支援センター                 |
| 5   | 土  | 10:00 ~ 11:30 | 能へのいざない教室               | 武蔵台公民館          |                              |
|     |    | 10:30 ~ 11:30 | 親子サタデーコンサート(大人のみでの参加不可) | 高麗川公民館          |                              |
|     |    | 13:30 ~ 16:00 | 日高ライブリーカレッジ             | 生涯学習センター        | 生涯学習課                        |
|     |    | 13:30 ~ 15:30 | 囲碁・将棋さろん                | 武蔵台公民館          |                              |
| 6   | 日  | ～             |                         |                 |                              |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |
| 7   | 月  | 10:00 ~ 12:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |
| 8   | 火  | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 武蔵台公民館          | 高麗地域包括支援センター                 |
|     |    | 10:00 ~ 16:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 高麗川南公民館         | 高麗川地域包括支援センター                |
| 9   | 水  | 10:00 ~ 16:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 10:00 ~ 11:00 | ポールde腰痛予防               | 高麗川公民館          |                              |
| 10  | 木  | 10:00 ~ 10:40 | 寝かしつけイライラ解消 親子でぐっすり快眠法  | 地域子育て支援センターぬくぬく |                              |
|     |    | 10:00 ~ 16:00 | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 高麗公民館           | 高麗地域包括支援センター                 |
| 11  | 金  | 9:00 ~ 10:30  | 定例健幸ウオーキング(室内ラダートレーニング) | 高麗川公民館          |                              |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |
| 12  | 土  | 9:00 ~ 12:00  | やってみようポッチャ              | 高萩北公民館          |                              |
|     |    | 9:00 ~ 12:00  | グラウンドゴルフ大会              | 総合公園            | 高萩公民館                        |
|     |    | 10:00 ~ 11:30 | 能へのいざない教室               | 武蔵台公民館          |                              |
|     |    | 14:00 ~ 15:00 | 秋の健幸運動教室                | 武蔵台公民館          |                              |
| 13  | 日  | ～             |                         |                 |                              |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |
| 14  | 月  | 13:30 ~ 14:30 | 0歳児サロン                  | 地域子育て支援センターぬくぬく |                              |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |
| 15  | 火  | 9:30 ~ 12:00  | 議会傍聴 (進行により終了時間が異なります。) | 日高市役所           | 議会事務局                        |
|     |    | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 高萩北公民館          | 高萩地域包括支援センター                 |
|     |    | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 高萩公民館           | 高萩地域包括支援センター                 |
| 16  | 水  | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 高麗川公民館          | 高麗川地域包括支援センター                |
|     |    | ～             |                         |                 |                              |

|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
|----|---|---------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | 木 | 10:00 ~ 12:00 | 初心者折り紙教室Ⅲ②              | 高麗川南公民館                                                                            |                                                                                     |
|    |   | 10:00 ~ 12:00 | 寿大学③夢いっぱい映画会②           | 高萩北公民館                                                                             |                                                                                     |
|    |   | 13:30 ~ 15:00 | 食事バランスとフレイル予防           | 高麗公民館                                                                              |                                                                                     |
|    |   | 13:30 ~ 15:00 | 認知症サポーター養成講座            | 高麗川南公民館                                                                            | 高麗川地域包括支援センター                                                                       |
|    |   | 14:00 ~ 15:30 | 白銀(シルバー)学級②～人権学習        | 高麗川公民館                                                                             |                                                                                     |
| 18 | 金 |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 19 | 土 | 9:30 ~ 11:00  | 骨活のすすめ                  | 高麗公民館                                                                              |                                                                                     |
|    |   | 9:30 ~ 12:30  | 秋のおもてなし料理教室             | 高萩北公民館                                                                             |                                                                                     |
|    |   | 9:30 ~ 11:15  | スマホ・サポートコーナー            | 高萩公民館                                                                              |                                                                                     |
|    |   | 13:00 ~ 15:00 | スポーツ吹矢教室                | 高麗川南公民館                                                                            |                                                                                     |
|    |   | 13:30 ~ 16:00 | 日高ライブリーカレッジ             | 生涯学習センター                                                                           | 生涯学習課                                                                               |
|    |   | 13:30 ~ 15:30 | 囲碁・将棋さろん                | 武蔵台公民館                                                                             |                                                                                     |
|    |   | 14:00 ~ 15:00 | 秋の健幸運動教室                | 武蔵台公民館                                                                             |                                                                                     |
| 20 | 日 |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 21 | 月 |               |                         |  |  |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 22 | 火 |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 23 | 水 |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 24 | 木 | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 高麗公民館                                                                              | 高麗地域包括支援センター                                                                        |
|    |   | 10:00 ~ 12:00 | 議会傍聴（進行により終了時間が異なります。）  | 日高市役所                                                                              | 議会事務局                                                                               |
| 25 | 金 | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 高萩公民館                                                                              | 高萩地域包括支援センター                                                                        |
|    |   | 10:00 ~ 10:40 | お楽しみ会 ～テーマは十五夜～         | 地域子育て支援センターぬくぬく                                                                    |                                                                                     |
|    |   | 11:00 ~ 11:40 | お楽しみ会 ～テーマは十五夜～         | 地域子育て支援センターぬくぬく                                                                    |                                                                                     |
|    |   | 13:30 ~ 15:30 | マンスリーシネマ「子ども食堂にて」       | 高麗川南公民館                                                                            |                                                                                     |
| 26 | 土 | 13:00 ~ 16:00 | スポーツ吹矢教室                | 高麗川南公民館                                                                            |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 27 | 日 | 8:30 ~ 12:00  | 高麗川地区スポレク祭              | 高麗川小学校                                                                             | 高麗川公民館                                                                              |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 28 | 月 | 9:30 ~ 11:15  | スマホ・サポートコーナー            | 高萩公民館                                                                              |                                                                                     |
|    |   | 10:00 ~ 11:30 | はつらつ健幸教室                | 高麗川南公民館                                                                            | 高麗川地域包括支援センター                                                                       |
|    |   | 13:30 ~ 16:00 | 認知症に関する講演会              | 総合福祉センター「高麗の郷」                                                                     | 長寿いきがい課                                                                             |
| 29 | 火 | 13:30 ~ 15:00 | 日高口コトレ教室                | 武蔵台公民館                                                                             | 高麗地域包括支援センター                                                                        |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |
| 30 | 水 | 8:45 ~ 12:00  | 定例健幸ウォーキング(巾着田から高麗峠を歩く) | 武蔵台公民館                                                                             |                                                                                     |
|    |   |               |                         |                                                                                    |                                                                                     |

問い合わせ先（電話番号）

|                      |                                             |
|----------------------|---------------------------------------------|
| 高麗川公民館 042-989-9110  | 社会福祉協議会 042-985-9100                        |
| 高萩公民館 042-989-2145   | 高麗川地域包括支援センター 042-984-1362                  |
| 高麗公民館 042-989-2381   | 高萩地域包括支援センター 042-984-3001                   |
| 高麗川南公民館 042-989-1000 | 高麗地域包括支援センター 042-982-0111                   |
| 高萩北公民館 042-989-7322  | 地域子育て支援センターぬくぬく 042-985-8020                |
| 武蔵台公民館 042-982-2950  | 保健相談センター 042-985-5122                       |
|                      | 長寿いきがい課・議会事務局・生涯学習課<br>(日高市役所) 042-989-2111 |