



東松山市 HP  
二次元コード

# たかさか

高坂地区ハートピアまちづくり協議会広報誌

令和8年3月1日  
第750号(月1回発行)  
高坂市民活動センター  
電話：34-3730

## 高坂地区防災訓練が実施されました

2月15日(日) 高坂市民活動センターに於いてハートピアまちづくり協議会、市民活動センター共催による高坂地区防災訓練が、東松山消防署高坂分署・東松山消防団第五分団をはじめ多くの関係団体の協力のもと実施されました。

当日は、森田市長に御臨席いただき、総勢108名が参加。避難・情報伝達・非常食配膳・応急処置の訓練に加え、起震車や煙体験・救急車・消防車の見学も行われ、参加者は大地震への備えや行動の心得を学び、防災意識を高める貴重な機会となりました。



## 健康講座講演会が実施されました

1月29日(木) 高坂市民活動センター視聴覚ホールに於いて、健康講座講演会が実施されました。

日本成人病予防協会・健康管理士一般指導員の小牟田講師による「今から備えよう認知症対策」と題した講演会が行われ、113名の方に来場いただきました。講演では、認知症の主な原因や予防方法、早期発見につながる認知テストについて解説がありました。

また、認知症の方への接し方や日常での対応の工夫、さらに認知症にならない5つの生き方として「新しいことに挑戦」「今を楽しむ」「運動」「笑顔」「思いやりの心」を大切にすることを紹介され、参加者は熱心に耳を傾けました。



## 定期利用団体による

### 一斉清掃と防災訓練のお知らせ

高坂市民活動センターの定期利用団体の皆様による館内一斉清掃作業と、万が一に備えての防災訓練を行いますので、登録団体の皆様の御参加をお願いいたします。



日時 3月3日(火)  
午前9時30分～10時40分 清掃  
午前10時45分～11時30分 防災訓練

## 令和8年度 高坂地区

### 月例市民ウォーキング年間計画

令和8年4月から令和9年3月までの年間計画が決まりました。

市民ウォーキングは歩行行程がおよそ5～6kmで、どなたでも気軽に参加できる健康と体力づくりを目的とした催しです。月に一度、四季折々の自然にふれ、仲間と語らい楽しく歩いてみませんか。年間計画表は、高坂市民活動センターで配布しています。



### 【令和8年度日程とコース】

4月4日(土)	百穴・上沼・下沼桜巡り
5月12日(火)	市民の森と地球観測センター
6月9日(火)	高坂ニータウンと 高坂サーピスエリア
7月3日(金)	(早朝) 高坂駅西口公園と 自治会花壇
8月	熱中症対策で実施しません
9月10日(木)	(早朝) 丘陵公園巡り
10月15日(木)	高坂七清水
11月1・2・3日 【第49回日本スリーデーマーチ】	
11月8日(日)	丘陵文化祭と高坂商工祭
12月11日(金)	高坂古墳巡り
1月6日(水)	川越小江戸社寺初詣
2月18日(木)	まなびのみちと 高坂彫刻の道
3月14日(日)	坂戸河津桜

## 今春小学校へ入学されるお子様へ 記念品を配布しております

桜山小・野本小学校へ入学されるお子様で、「七歳のお祝い」の記念品（ジャンプ傘等）をまだ受け取られていない方は、高坂市民活動センター窓口にてお受け取りください。

1月23日（金）の高坂小  
学校入学説明会では、説明会  
に来場された保護者の方へ配布  
しました。当日欠席された方も  
窓口にて配布しておりますので、  
お受け取りにお越しくください。



**窓口時間** 平日… 8時30分～17時15分  
**問合せ** 高坂市民活動センター

☎ 34-3730

## 春の育苗講習会のお知らせ

花いっぱい推進活動に  
参加している自治会の  
皆さまを対象に、春の  
草花を育てるための育  
苗講習会を開催いたし  
ます。

当日は、自治会から  
注文いただいたハーブ  
苗の配送予定について  
の報告と、春まき種の  
配布を行います。



**日時** 4月13日（月）午後2時～  
**会場** 高坂市民活動センター 2階研修室  
※ 御多忙とは思いますが、各自治会から2  
名以上の出席をお願いいたします。

## 3月の主な行事予定

- 3日（火） 定期利用団体一斉清掃と防災訓練
- 7日（土） 高坂地区月例市民ウォーキング
- 9日（月） 区長会消防後援会合後監査会
- 14日（土） 南中・白山中学校卒業式
- 16日（月） 区長会消防後援会合同総会
- 24日（火） 高坂小・桜山小・野本小卒業式

## 3月高坂地区月例市民ウォーキング

**日時** 3月7日（土）午前9時  
**コース** こども動物自然公園散策コース  
**距離** 約6km  
**集合** 高坂駅西口中通公園  
**入園料** 大人 720円（団体割引適用時）  
小人 高坂地区在住の小人は全額補助  
※ 小人は小・中学生  
※ 在住の確認が取れるもの  
を御持参ください

**未就学児** 無料



Higashimatsuyama

3月の月例ウォーキングは、  
お子さまから御高齢の方まで  
幅広い世代向けのコースです。  
園内散策では「世界一幸せな  
動物」クオッカや温泉でくつろぐカピバラの姿  
も見られます。お友達やお子様、お孫様など、  
お誘いあわせの上、是非御参加ください。

### 注意事項

- お子様だけの御参加はできません。
- 集合場所からこども動物自然公園までは  
ウォーキングとなります。車等による移  
動の場合は補助対象外です。
- 当日の参加人数によっては団体割引が適  
用されない場合もございますので、御了  
承ください。

**問合せ** 高坂市民活動センター ☎ 34-3730

## 各自治会新役員選出のお知らせ

各自治会では、新役員の選出時期となりまし  
た。退任される役員の皆さまには、これまでの御  
尽力に感謝いたします。  
新役員の皆さまには、地域の交流と活性化に向  
けた取り組みに、引き続き御協力くださいますよ  
うお願いいたします。

## 4月の主な行事予定

- 3日（金） 第1回区長会議 午後7時～
- 4日（土） 高坂地区月例市民ウォーキング
- 8日（水） 小中学校入学式
- 9日（木） 区長会歓送迎会 午後2時～
- 13日（月） 春の育苗講習会 午後2時～
- 18日（土） 物見山つつじ祭り
- 21日（火） 地域協力員全体会議
- 30日（木） ハートピア監査会 午後2時～  
役員会 午後3時～

## 4月高坂地区月例市民ウォーキング

**日時** 4月4日（土）午前8時30分  
**コース** 百穴・上沼・下沼 桜巡りコース  
**距離** 約6km  
**集合** 松山市民活動センター  
※ 集合・出発が、松山市民活動センターとな  
りますので御注意ください。



## 令和8年度 ウォーキング賞の見直しについて

ウォーキング賞の見直しにより、令和8年度よ  
り完歩賞のみとなります。詳細は、本紙4月号  
でお知らせいたします。