

健康

健康づくり推進員から

問 健康課 (☎581-4111)

第1グループ～新緑の玉川上水を歩いてみよう・菖蒲園にも行くよ

日程 6/9(金)※雨天中止 集合 9:30多摩モノレール玉川上水駅、13:30同所解散※直接集合場所へ コース 玉川上水緑道～都薬用植物園(見学)、湖南菖蒲園(食事) (6才)など費用 100円 持ち物 弁当、飲み物、雨具、帽子、健康保険証

第2グループ～根川・矢川ウォーキング・途中南養寺にも行きます

日程 6/20(火)※雨天中止 集合 10:00福祉支援センター、14:30JR南武線西府駅解散※直接集合場所へ コース 万願寺一里塚～日野橋～矢川水源～憩いの広場(昼食)～古民家 持ち物 弁当、飲み物、雨具、帽子、健康保険証

第3グループ～笑って元気に！健康づくりの一里塚！

日時 6/19(月)13:30～15:30 会場 新町交流センター※直接会場へ 内容 健康体操、歌など 講師 日野市健康体操サポーターなど 費用 100円 持ち物 飲み物、タオル※動きやすい服装で 第4グループ～守られている多摩の自然と遺跡 日程 6/27(火) 集合 9:30京王相模原線多摩境駅東口、12:30JRおよび京王相模原線橋本駅解散 コース 東展望台下方～大田切池(休憩)～鮎道～吾平口～小山白山公園(休憩)～境川(5.5才) 持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証

ウォーキンググループ～生田緑地で季節の花を愛でる(丘陵コース)

日程 6/14(水)※雨天中止 集合 9:30JR南武線宿原駅改札口、12:30生田緑地解散 コース 川崎市緑化センター～あじさい寺・妙楽寺～つつじ寺・等覚院～生田公園枳形山広場(7才) 費用 100円 持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証

シニア世代の食育講座～元気な人が実践している食べ方

日時 6/28(火)10:00～11:30 会場 生活・保健センター 内容 高齢者を健やかに

に過ごすための食生活の話、調理の実演と試食、おいしく食べるための口口の体操 講師 鶴田真子氏(管理栄養士)、市健康課歯科衛生士 対象 おおむね65歳以上の市内在住者 定員 申込制で先着20人 持ち物 筆記用具、飲み物 申込 6/5(月)から電話 問 健康課 (☎581-4111)

子供・保護者向け

みんなの遊・友ランド

障害のある子もない子もお互いを思いやる気持ちを育てるため、みんなと一緒に楽しく遊ぼうというイベントです。ぜひご参加ください。



日時 6/11(日)13:00～15:30 会場 市民の森ふれあいホール※直接会場へ 内容 大きな風船、風船プール、レクリエーション、ダンスなど 持ち物 上履き、靴袋、タオル、水筒 問 子育て課 (☎514-8579)

家族力がアップする！お産とオッサンの「父親学級」

日時 6/17(土)10:00～12:00 会場 市民の森ふれあいホール 内容 最近、夫婦で話をしましたか？パートナーがどんな気持ちで子育て、仕事をしているか知っていますか？夫婦参加型のワークショップで、パートナーシップについて考える 講師 渡辺大地氏(㈱アイナロハ代表) 対象 主に妊娠婦の夫婦 ※単身参加も歓迎 費用 1,000円 定員 先着40人 その他 申込制で先着5人の保育あり(別途1,000円) 問 NPO法人子どもへのまなざし (☎050-3721-1973)

家庭教育学級講演会「もっと伸ばそう！豊かな人間関係を築く力」

子供が豊かな人間関係を築いていくためには何が大切か、大人はどう関わっていけばよいか考えてみませんか。

日時 6/17(土)10:30～12:00 会場 イオンモール多摩平の森イオンホール※直接会場へ 講師 寺田正美氏(こころの東京塾チーフアドバイザー) 定員 200人 その他 手話通訳あり 問 生涯学習課 (☎514-8765)

「ファミリーの日」家族っていいね～パパも子育てを楽しもう

日時 6/17(土)15:00～16:00 会場 地域子ども家庭支援センター多摩平 内容 ファミリー記念家族手形、パパとママのコミュニケーションUP術など 対象 1～3歳児と保護者 定員 申込制で先着12組 申込 6/6(火)10:00から電話 問 地域子ども家庭支援センター多摩平 (☎589-1260)

自然体験広場利用者募集～飯ごう炊飯やキャンプファイヤーなどデイキャンプを楽しもう

ボランティアスタッフが活動をお手伝いします。夏休みの子供たちの体験学習の場としてご利用ください。



日時 7/21(金)～8/31(木)の原則9:30～16:30 ※キャンプファイヤーの場合は21:00まで延長可、応相談。利用できない日程あり 会場 仲田の森蚕糸公園 対象 中学生以下の子供がいる市内在住の家族または子供会・子育てサークルなど子育てに関わる団体・グループ 費用 使用料、キャンプ用品貸出し料とも無料 申込 6/16(金)までに子育て課 (☎jidouf@city.hino.lg.jp)へ電話またはメール。利用希望日時、代表者名、代表者連絡先、利用人数、キャンプ用品借用の有無を記入 問 子育て課 (☎514-8579)

四中・平山中地区青少年育成会コラボ企画～ウォークラリー＆みんなのたまり場

日時 6/18(日)8:20～15:00 会場 滝合小 内容 「コマ地図」に従いグループで

街を歩くウォークラリー、みんなのたまり場での手作り工作。豚汁サービスあり 費用 200円(保険料含む) 持ち物 弁当、箸、お椀、敷物、雨具 申込 6/9(金)までに四中地区青少年育成会 (☎4chu-ikuseikai@goo.jp)へメール。住所、氏名、電話番号を記入 問 子育て課 (☎514-8579)

スポーツ

スポーツ体験会「スタート・トライ・チャレンジ」～スポーツでいい汗かきませんか

日時 6/10(土)・17(土)10:00～12:00※1回のみ参加可 会場 四小※直接会場へ 種目 卓球、ユニホック、ボッチャ、ドッチビー 指導 日野市スポーツ推進委員 持ち物 体育館履き、飲み物、タオル 問 文化スポーツ課 (☎514-8465)

ハンドロウル教室～カーリングを床上で行う屋内スポーツ

日時 6/13(火)・27(火)14:00～16:00※1回のみ参加可 会場 市民の森ふれあいホール※直接会場へ 指導 住友不動産エスフォルタ(株)職員 定員 各日15人 持ち物 上履き 問 文化スポーツ課 (☎514-8465)

障害者スポーツ体験教室参加者・ボランティア募集

問 文化スポーツ課 (☎514-8465)

参加者募集 日時・種目 ①6/13(火)…ダンス②27(火)…ボッチャいずれも14:00～16:00 会場 市民の森ふれあいホール※直接会場へ 指導 東京ヴェルディ1969フットボールクラブ(株) 対象 行き帰りが自力で行える小学生以上の市内在住・在勤・在学者 定員 先着20人

ボランティア募集 内容 参加者補助・会場設営など 対象 18歳以上の市内在住・在勤・在学者 定員 各回若干人 申込 開催前日までに電話 その他 事業中のけがなどには市の包括保険で対応

平山台文化スポーツクラブから

申込・問 同クラブ (☎506-9979 ☎hirayamadai@hop.ocn.ne.jp) ソフトエアロビクス教室 日時 毎週金曜 日14:00～15:30 会場 平山台健

高幡不動尊あじさいまつり

全国各地から集めた約250種のあじさい7,500株が咲き競い、境内は華やかに彩られます。期間中はさまざまな催しも行われますので、お誘い合わせのうえお出掛けください。

日程 6/1(木)～7/7(金) 会場 高幡不動尊境内 内容 植木市、フリーマーケット 問 高幡不動尊 (☎591-0032)



康・市民支援センター 講師 星野佳代子氏(公認指導員) 費用 500円※会員250円

ハンドロウル教室 日時 毎週木曜日13:30～15:30 会場 平山台健康・市民支援センター 講師 小堤吉寿氏(指導員) 費用 200円※会員100円

ぶらり街歩き 日程 6/16(金) 集合 10:00 百草園駅改札口、14:00高幡不動駅解散 コース 百草園～都立多摩丘陵自然公園(約6才) 費用 500円※入場料別途300円 持ち物 弁当、飲み物

市民体育大会

テコンドー競技 日時 6/25(日)9:30から 会場 南平体育館 種目 トウル(型)…幼年、小学生、中学・高校生、壮年、マッソギ(組手)…小学生、中学生、高校生、壮年、トウル(型)団体…3人による団体 対象 市内在住・在勤・在学者および会員 費用 1,000円 申込 6/9(金)まで※要項(市役所3階文化スポーツ課、南平体育館にあり)参照 問 日野市テコンドー協会(関本 ☎581-8733)

アควアスロン競技 日時 7/8(土)8:30から 会場 市民プールおよび浅川河川敷 対象 小学生以上(市外の方も可) 内容 A…スイム150㍓、ラン1㍓、B…スイム300㍓、ラン2㍓、C…スイム75㍓、ラン1㍓※Cのスイムは親子リレー方式 費用 1,500円※小・中学生500円、親子1,500円 持ち物 水着、スイムキャップ、ランニング用シャツ、シューズ、健康保険証 写し 申込 6/30(金)まで※詳細は日野ア

クアスロン大会 HP、要項(同 HP、市役所3階文化スポーツ課、南平体育館にあり)参照 問 日野市体育協会事務局 (☎582-5770)

ソフトボール競技 日程 7/9からの毎週日曜日 会場 万願寺中央公園グラウンドなど 種目 詳細は要項(市役所3階文化スポーツ課、南平体育館にあり)参照 対象 市内在住・在学・在勤者 費用 1チーム3,000円※中学生・高校生の部は無料 その他 6/25(日)19:00から中央福祉センターで監督会議を開催 問 日野市体育協会事務局 (☎582-5770)

東部会館温水プールいきいき教室

会場・問 同プール (☎583-5266)

はじめての水中ウォーキング 日時 6/16(金)・23(金)11:00～12:00 定員 申込制で先着7人 費用 2,700円※入場料別途 申込 6/8(木)までに電話 着衣泳体験教室 日時 6/17(土)18:00～20:45 内容 講義と実技 対象 小学生以上※幼児は親子で参加可 定員 申込制で先着30人 費用 300円※入場料別途 指導 赤十字社水上安全法指導員、着衣泳指導員など 申込 6/16(金)までに電話

プール利用時間変更 6/17(土)は着衣泳体験教室実施のため一般の利用は18:00までです。

1・2年生あつまれ！3日間初心者水泳教室 日時 7/7(金)～9(日)16:00～17:30 対象 小学1・2年生 定員 申込制で先着10人 費用 5,000円※入場料別途 申込 6/2(金)～16(金)に電話