

催し

スポーツ

東部会館温水プールいきいき教室
会場・問 同プール(☎583-5266)

初めての水中ウォーキング

日時 2/17(金)・24(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 2/9(木)までに電話

定例大人の水泳教室

日時 2/1～25の毎週水曜・土曜日 12:30～13:30 対象 18歳以上の方 定員 先着10人 費用 5回5,400円のチケット購入制※入場料別途

平山台文化スポーツクラブから
申込 電話 問 同クラブ(☎506-9979)

ズンバ体験教室

日時 2/10(金)・17(金)・24(金)11:15～11:45
会場 市民の森ふれあいホール 講師 佐藤みどり氏(公認指導員) 対象 未経験者
ぶらり街歩き

日程 2/10(金) 集合 11:00JR浜松町駅北口、14:00JR新橋駅解散※直接集合場所へ
コース 浜離宮～芝離宮～築地(昼食)～旧新橋停車場(約3*o)
費用 500円※交通費・昼食費別途
持ち物 タオル、飲み物

健康体操

日時 毎週土曜日10:00～11:30 会場 平山台健康・市民支援センター
講師 金子十美代氏(公認指導員) 費用 500円※会員200円

ユニバーサルスポーツ交流イベントのボランティアスタッフ募集

健常者・障害者を交え、ボッチャやハンドロウル、卓球バレーなどのニュースポーツの回遊型体験ができるイベントです。

一緒にイベント運営に携わりませんか。

日時 2/11(祝)8:30～13:00 会場 市民の森ふれあいホール 内容 会場設営補助、障害者の方の運動補助、受付業務など 対象 中学生以上の健康な市内在住・在勤・在学者 定員 申込制で先着16人 その他 謝礼金3,000円 申込 2/9(木)までに電話 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 ①2/14(火)…サッカー②28(火)…ゴールボールいずれも14:00～16:00 会場 市民の森ふれあいホール※直接会場へ 特別講師 ②安達阿記子氏(2012年ロンドンパラリンピック団体優勝、2016年リオデジャネイロパラリンピック出場) 指導補助 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 各日先着20人
ボランティア募集

東京ヴェルディ1969のコーチと一緒に障害者スポーツの体験教室の参加者補助を一緒に行きませんか。

日時 2/14(火)・28(火)14:00～16:00 会場 市民の森ふれあいホール 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 各日若干人 その他 無償。事業中のけがなどについては市の包括保険で対応 申込 実施日前日までに電話

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 2/14(火)・28(火)14:00～16:00※1回の参加可 会場 市民の森ふれあいホール※直接会場へ 講師 住友不動産エスフォルタ(株) 定員 各日先着15人 持ち物 上履き 問 文化スポーツ課(☎514-8465)

健康

糖尿病市民公開講座「介護と糖尿病～そのときあなたは？」

日時 2/12(日)14:00～15:30 会場 関戸公民館(多摩市)※直接会場へ 講師 藤井仁美氏(多摩センタークリニックみらい医師)、工藤まゆみ氏(立川中央病院薬剤師)、布川かおる氏(伊藤内科小児科クリニック管理栄養士)、馬場美佳子氏(多摩センタークリニックみらい健康運動指導士)、小野澤史氏(多摩市職員) 定員 先着250人 問 南多摩保健所(☎042-371-7661)

地域介護予防活動支援事業～高齢者が元気で暮らし続けられる地域を目指して「転倒予防体操」

日時・会場 ①2/14(火)・21(火)…落川都営住宅地区センター②22(火)…大和田地区センターいずれも13:30～15:00 対象 65歳以上の方 定員 申込制で①②各先着30人 申込 電話 問 日野市社会福祉協議会(☎584-1294)

健康づくり推進員から
問 健康課(☎581-4111)

第1グループ～みんなで楽しく健康づくり(健康体操、講話、歌など)

日時 2/16(木)9:30～11:30 会場 心塾(旭が丘)※直接会場へ 講師 市健康体操サポーター、市健康課保健師 費用 100円 持ち物 上履き、バスタオル、汗拭きタオル、飲み物、会員証
第3グループ～笑って元気に！健康づくりの一里塚

日時 2/20(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 市健康体操サポーターなど 費用 100円 持ち物 タオル、飲み物

第2グループ～食生活で予防するロコモティブシンドローム

日時 2/23(木)10:00～12:30 会場 平山季重ふれあい館 内容 いつまでもしっかりと自分で歩けるように食生活を見直す※試食あり 定員 申込制で先着20人 申込 2/3(金)～15(水)に電話

第4グループ～今日も明日も元気かい・健康体操&交流会

日時 2/28(火)10:00～12:00 会場 湯沢

福祉センター※直接会場へ 内容 らくらく健康体操&4Gエクササイズなど 講師 市健康体操サポーター、第4グループ健康づくり推進員 持ち物 タオル、飲み物

日野市立病院患者の会・がん患者の会「青葉の会」講演会

がんを患っている方と家族などの思い、不安、社会に寄り添い、がん患者の自分らしい生き方を応援しています。今回は「がんと栄養」についての講演です。

日時 2/25(土)13:30～15:30 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 鈴木章生氏(服部学園理事) 定員 先着200人 問 NPO法人ホスピタリティーひの(酒井 ☎080-1144-2448)

趣味・教養

ひの煉瓦ホール(市民会館)ロビー 100歳のピアノによるお屋のミニコンサート

日時・出演 2/11(祝)高田佐和子氏、25(土)佐藤夏海氏、いずれも12:30～13:00 会場・問 同ホール(☎585-2011)

かわせみ映画館～男はつらいシリーズ

日時 2/9(木)18:30から 内容 男はつらいよ特別篇 出演 マドンナ・浅丘ルリ子 定員 300人 費用 100円 チケット ひの煉瓦ホール(市民会館)、七生公会堂で販売 会場・問 七生公会堂(☎593-2911)

共同開発・産学連携などに役立つ知的財産セミナー

複数の企業による共同開発や産学連携ビジネスを行う際に抑えておくべきことを、知的財産の面からお伝えします。

日時 2/21(火)14:00～16:00※16:30～17:00に相談会あり 会場 PlanT(多摩平の森産業連携センター) 内容 ①他者の力を借りる前にしておくべきこと②他者との交渉において注意すべきこと③連携中及び連携後に注意すべきこと④無料相談会 講師 上田精一氏(上田特許事務所所長弁理士) 対象 企業間連携、産学連携な

2/3節分 高幡不動尊で豆まき式



日時 2/3(金)10:00、11:00、13:00、15:00、16:00

会場 高幡不動尊

豆まき式タレント 東貴博、つのだ☆ひろ、稲村亜美、ミス日本グランプリ、ハローキティ、ピーポくんなど
問 高幡不動尊(☎591-0032)、市観光振興課(☎514-8461)



どを検討・実施している方、知的財産に興味のある方 定員 申込制で先着20人 申込 BusiNest (FAX042-565-1205) までFAXで。住所、氏名、電話番号および個別相談希望の有無(有の場合は相談内容)を記入 問 産業振興課(☎514-8442)

指先で描く簡単パステル画講習会「ほのぼのおひさま」と「梅の花」

日時 2/24(金)10:00～12:00 定員 申込制で先着20人 費用 500円 申込 2/6(月)から電話 会場・問 シルバー人材センター(☎581-8171)

小島善太郎作品展示会



日時 3/15(水)～19(日)10:00～16:00※15は13:00から、19は12:00まで 会場 ひの煉瓦ホール(市民会館) 問 文化スポーツ課(☎514-8462)

体験学習会「化石でたどる大昔の日野」

日時 3/11(土)9:30～12:00※荒天中止 会場 柴崎福祉会館(立川市)前多摩川土手 内容 多摩川には、かつて海だった頃の地層がみられ、クジラやアケボノゾウ、貝化石などが発見さ

れています。およそ150万年前の日野の様子を化石や地層からたどります 講師 馬場勝良氏(岐阜聖徳学園大学教授)、松川正樹氏(東京学芸大学名誉教授) 対象 小学生以上の方※小学4年生以下は保護者同伴 定員 申込制で先着20人 申込 2/4(土)から電話 問 郷土資料館(☎592-0981)

文化講演会～俳優・井浦新さんを迎えて



幼少のころから日野市で育った俳優の井浦新さんを招いて、小・中学校時代やモデルから俳優、現在に至るまでのお話をさせていただきます。
日時 3/18(土)13:00～15:00 会場 ひの煉瓦ホール(市民会館) 問 文化スポーツ課(☎514-8462)

日野市・八王子市市境を歩こう

日程 3/18(土) 集合 9:30平山季重ふれあい館、16:00豊田駅解散 内容 境界や地図に関する講座受講後、日野市西部と八王子市の境を散策し、日野の地形・歴史・自然などを楽しむ 講師 今尾恵介氏(地図研究家)、七生丘陵調査団 定員 申込制で先着30人 申込 2/4(土)から電話 問 郷土資料館(☎592-0981)