催し

健康

健康づくり推進員から
開催日当日の実施確認は8:00～8:30に☎080-4347-1265へ

第1グループ～みんなで楽しく健康づくり・初夏の浅川河畔を歩いてみよう　ID 1011542
日時 6月5日㈬※雨天中止
集合 9:30福祉支援センター、12:30豊田駅解散※直接集合場所へ。京王線高幡不動駅から案内あり
コース ふれあい橋～一番橋（6キロ）
費用 100円
持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証
問 健康課（☎581-4111）

ウオーキンググループ～新緑の八国山を抜け、北山公園菖蒲を愛でる　ID 1011543
日時 6月12日㈬※雨天中止
集合 9:30西武多摩湖線西武遊園地駅改札、12:30北山公園解散（西武線東村山駅まで案内あり）※直接集合場所へ。解散後には10万本の花菖蒲を観賞可
コース 狭山公園～多摩湖土手～宅部池～廻田緑道～八国山緑地（6キロ）
費用 100円
持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証
問 健康課（☎581-4111）

スポーツ

ちょこっとウオーキング～七生丘陵散策路東コースウオーキング　ID 1011754
ウオーキングマップ緑地編の七生丘陵散策路東コースを歩きます。
日程 6月2日㈰※荒天中止
集合 9:00百草園駅前、12:00京王線多摩動物公園駅解散※直接集合場所へ。9:30まで受け付け
コース 京王百草園～七生緑小～百草台自然公園～湯沢福祉センター～明星大学（約5キロ）
案内 市スポーツ推進委員
持ち物 雨具、飲み物、タオル
その他 日野新選組ポイント200ポイント付与シールプレゼント↗
問 文化スポーツ課（☎514-8465）

東部会館温水プールいきいき教室　ID 1000974
会場・問 同プール（☎583-5266※9:30～20:30）

①無料水中ウオーキングアドバイス
②無料スイミングアドバイス
日時 6月7日㈮①11:00～11:30②11:30～12:00※直接会場へ
内容 ①体に負担をかけない水中での歩き方のコツをアドバイス②楽に長く泳ぎたい方・より速く泳ぎたい方へワンポイントアドバイス
費用 入場料別途

着衣泳体験教室
夏本番！いざというときに備えて着衣泳や正しい救助の仕方を身につけましょう。
日時 6月15日㈯18:00～20:45
内容 講義、実技
講師 赤十字社水上安全法指導員、着衣泳指導員など
対象 小学生以上※幼児は保護者同伴
定員 申込制で先着30人
費用 300円※入場料別途
申込 6月14日㈮までに電話

小学1・2年生あつまれ！初心者水泳教室
日時 7月5日㈮～7日㈰16:30～18:00
対象 小学1・2年生
定員 10人※申込多数の場合は抽選
費用 5,000円※入場料別途
申込 5月31日㈮（必着）までに〒191-0021石田1-11-1東部会館温水プールへはがきで。コース名、参加者氏名、住所、電話番号、学年、泳力を記入。抽選の結果は6月4日㈫以降に通知

サッカー 4級審判取得講習会　ID 1008275
日時 6月9日㈰9:00～16:30
会場・内容 午前…市民の森ふれあいホール（講義）、午後…市民陸上競技場（実技）
定員 申込制で先着100人
費用 7,500円※ユース・ジュニアユース4,500円。登録料含む
申込 5月31日㈮までに〒191-0032三沢4-2-7-3-401日野市サッカー連盟・上島（☎090-8497-2557）へ申込書（市役所3階文化スポーツ課にあり）を郵送
問 文化スポーツ課（☎514-8465）

ユニバーサルスポーツ体験会～障害のある方もない方も一緒にニュースポーツを体験しませんか　ID 1011757

日時 6月15日㈯9:30～11:30
会場 南平体育館
種目 ハンドロウル（写真）、ボッチャ、卓球バレーなど
指導 市スポーツ推進委員
申込 5月17日㈮9:00～6月10日㈪に電話
問 文化スポーツ課（☎514-8465）

平山台文化スポーツクラブから　ID 1003186
申込 電話 **問** 同クラブ（☎506-9979）
詳細は同クラブへお問い合わせください。

ビーチボール教室
日時 毎週火曜日13:30～16:00
会場 平山台健康・市民支援センター
講師 有竹洋子氏（市スポーツ推進委員）
費用 400円※会員200円

スポーツウエルネス吹矢
日時 毎週水曜日10:00～12:00
会場 平山台健康・市民支援センター
講師 村野米三氏（公認指導者）
費用 600円※会員300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（市スポーツ推進委員）
費用 300円※会員150円

趣味・教養

抽選で1,100人をご招待～東京都交響楽団プレミアムコンサート「未来へのハーモニー」
日時 7月20日㈯15:00から
会場 ひの煉瓦ホール（市民会館）
内容 ビゼー「アルルの女」組曲第1番・第2番など
指揮 梅田俊明氏↗
申込 6月14日㈮（消印有効。HPは18:00）までに はがき または同楽団HP（https://www.tmso.or.jp/j/activities/premium/）から申し込み。詳細は同HP参照
問 プレミアムコンサート事務局（☎03-3669-8551※平日10:00～18:00）

パソコン講習会（6月）
日時・内容・費用 下表の通り **対象** ①以外は文字入力ができる方 **その他** 個別指導（1時間1,500円）あり **申込** 5月22日㈬（必着）までに〒191-0011日野本町2-4-7日野市シルバー人材センターPC教室係へはがきで。希望講座名と番号、住所、氏名、電話番号、OS（分かる方）を記入 **会場・問** 同センター（☎581-8171）

番号・講座名	日時	費用
①初めてのパソコン（基本操作）～電源の入切・マウス操作・文字入力	6月23日㈰・30日㈰ 10:00～12:00	各3,000円（テキスト代含む）
②Word-1～文字変換など	6月7日㈮・14日㈮ 10:00～12:00	
③Word-2～文章作成、表作成など	6月21日㈮・28日㈮ 10:00～12:00	
④Word-3～地図の作成など	6月8日㈯・15日㈯ 13:00～15:00	
⑤Word-4～ページ番号、ふりがななど	6月22日㈯・29日㈯ 13:00～15:00	
⑥Excel-1～基本操作と計算など	6月22日㈯・29日㈯ 10:00～12:00	
⑦Excel-3～複合グラフ、関数など	6月9日㈰・16日㈰ 10:00～12:00	
⑧マイコンを利用した電子工作～ArduinoUNOの実習とプログラム作成	6月8日㈯ 10:00～12:00	各1,500円（テキスト代含む）
⑨フォトムービーを作る～写真からムービーを作る	6月15日㈯ 10:00～12:00	
⑩スマートフォン（スマホお持ちの方）～LINEの操作	6月16日㈰ 13:00～15:00	1,000円（テキスト代含む）

生活・環境

街頭労働相談
日時 5月24日㈮11:00～15:00※荒天中止
会場 伊勢丹立川店2階正面玄関屋外右横（JR中央線立川駅北口・モノレール立川北駅）
内容 賃金、労働時間、休日休暇、労働保険などの労働条件に関することや労使間のトラブルの無料相談、労働関係資料無償配布↗
問 東京都労働相談情報センター国分寺事務所（☎042-323-8511）

自然観察会～初夏の緑きらめく丘陵を訪ねよう　ID 1010285
日程 5月25日㈯※雨天中止
集合 9:30京王線多摩動物公園駅前、12:30多摩動物公園正門解散
内容 程久保の散策路から都立七生公園へ初夏の植物を観察しながら雑木林の道を散策※初心者・親子の方歓迎
案内 日野みどりの推進委員
対象 小学生以下は保護者同伴
費用 1家族300円（資料代）
申込 5月24日㈮までに電話
問 緑と清流課（☎514-8307）

日野市環境緑化協会～ガーデニングコンテスト応募作品写真展
日時 5月21日㈫～6月4日㈫8:30～17:15※日曜日を除く。6月4日は15:00まで
会場 市役所1階市民ホール
問 同協会（☎585-4740）

日野市・多摩市わかち合いの会～自死遺族支援事業　ID 1003313
日時 5月26日㈰14:00～16:00
会場 関戸公民館（多摩市）※直接会場へ
内容 大切な人を自死で亡くされた方が集い、気持ちや思いを分かち合う
問 セーフティネットコールセンター（☎514-8542）

日野産野菜を使った飾り巻きすし教室　ID 1011759
日時 5月28日㈫・29日㈬10:30～13:30
会場 七ツ塚ファーマーズセンター
メニュー かたつむりの絵柄など
定員 申込制で先着各10人
費用 各回3,000円
申込 竹内（☎090-7284-1947）へ電話
問 都市農業振興課（☎514-8447）

ひきこもりや生活の困りごとの出張個別相談会　ID 1008804
相談員が、お話を聞きながら解決の道筋を一緒に考え、関係機関と連携し、解決に向けお手伝いします。
日時 6月5日㈬10:00～17:00
会場 福祉支援センター
対象 市内在住の困りごとの当事者↗
定員 若干人
申込 6月3日㈪までに電話または市役所2階セーフティネットコールセンターへ※詳細は問い合わせを
問 セーフティネットコールセンター（☎514-8542）

女性限定・傷ついた心の回復をめざす講座～DVやいじめについて知ろう　ID 1011384
日時 6月15日㈯13:30～16:30
会場 多摩平の森ふれあい館※直接会場へ
講師 Shiori氏（レジリエンスファシリテーター養成講座修了・社会福祉士）
費用 500円※可能な範囲での負担を
その他 1歳～未就学児の保育および手話通訳あり※6月5日㈬までに電話またはファクスで申し込み
問 男女平等課（☎584-2733 FAX 584-2748）

虹色（にじいろ）とんちー共催・虹友（にじとも）カフェ～LGBTとその家族・友人のためのコミュニティースペース　ID 1011381
LGBTの方やそうかもしれないと感じている方、あるいはその家族や友人が、話や友達作りのできる場所です。「性別のモヤモヤを話したい」「一緒に何ができるか考えたい」「LGBTについてもっと知りたい」などの気持ちをお持ちの方は気軽にお立ち寄りください。
日時 6月16日㈰13:30～16:00※入退室自由
会場 多摩平の森ふれあい館※直接会場へ
対象 本人、親族、支援者
その他 茶菓子あり
問 男女平等課（☎584-2733）

みんなの環境セミナー～駅のツバメ　ID 1011519
駅に巣作りをしているツバメたちを観察し、ツバメにやさしい日野市の魅力を再発見します。
日程 6月16日㈰
集合 9:30豊田駅北口、12:00同駅解散
講師 金子凱彦氏（日野の自然を守る会）
定員 申込制で先着15人
申込 5月17日㈮から電話
問 カワセミハウス（☎581-1164）