

催し

子供・保護者向け

はじめてママの日～子育てひろば体験をしてみよう

ID 1009504

日時 7月3日(水)14:00～15:00 内容 おしゃべりタイム、はぴはぴタイム体験
対象 ひろば利用がはじめての生後5カ月児までと母親または妊娠中の方
定員 申込制で先着5組 申込 6月19日(水)10:00から電話受付 会場・問 地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」(☎589-1260)

図書館おはなし会(7月)

ID 1011786

高幡図書館(☎591-7322) 日程 7月3日(水)、17日(水) 中央図書館(☎586-0584) 日程 7月10日(水) 多摩平図書館(☎583-2561) 日程 7月11日(木)(ひよこタイム) 日野図書館(☎584-0467) 日程 7月17日(水) 平山図書館(☎591-7772) 日程 7月18日(木)(ひよこタイム)

いずれも 対象 0～2歳児、3歳～未就学児、小学生以上のいずれか その他 ひよこタイムとは乳幼児連れの保護者が気兼ねなく来館できる時間。詳細は問い合わせまたは図書館 HP 参照

着衣泳教室～川・海でのサバイバル術

ID 1008687

日時 7月7日(日)14:00～15:00 会場 市民プール 対象 小学生と保護者 定員 10組 申込 6月23日(日)(必着)までに〒191-0015川辺堀之内190日野市民プールへ(往復はがき)で。イベント名、氏名、住所、電話番号、年齢、性別を記入。25日以降に結果を郵送 問 文化スポーツ課(☎514-8465)

タイムトラベル！旅するコンサート

サクソフォンとピアノに案内人と子供たちのパフォーマンスが加わった、肌で感じる事ができるコンサートです。夏休みに親子でどうぞ。
日時 7月26日(金)14:00からと19:00から
会場 ひの煉瓦ホール(市民会館) 費用 500円(自由席) チケット ひの煉瓦ホール、七生公会堂または旅するコンサート HP (https://tabikon.ameba

ownd.com/)で販売 問 同コンサート事務局(☎050-6870-3855)

ひのいきいき体験～檜原村「都民の森」で夏休みの思い出を作ろう

ID 1006057

日程 7月31日(水)、8月8日(木)、16日(金)のいずれか1日 集合 7:30京王線高幡不動駅周辺または7:40多摩平第一公園横。バスで現地へ。17:00解散 内容 自然散策、木工教室(ティッシュ箱・ペン立て・レターラック・巣箱(5年生以上)から1つを製作) 対象 市内在住の小学3～6年生※保護者の参加不可 定員 各回40人※申込多数の場合は抽選 費用 200～400円(材料費) その他 日野市青少年育成会連合会との共催事業 申込 6月28日(金)(必着)までに〒191-8686日野市役所子育て課「ひのいきいき体験」担当へ(はがき)で(1人1枚)。氏名(ふりがな)、住所、電話番号、学校名、学年、性別、希望日(第2希望まで)、希望の集合場所、希望する木工作品を記入 問 子育て課(☎514-8579)

健康

医者によるまちの在宅医療相談会

ID 1011547

在宅医療や在宅みとりをお考えの方に在宅診療医などによる個別相談を開催します。現在入院中で自宅へ戻り医療を受けることを検討中、または現在療養中で在宅でのみとりを考えているなど、どう進めてよいかわからないという方はご相談ください。介護職も同席します。
日時 7月11日(木)14:00～16:00 会場 多摩平交流センター 対象 在宅医療・在宅みとりを検討中の方 定員 申込制で先着4人 申込 6月17日(月)～7月5日(金)8:30～17:15に電話※土曜・日曜を除く その他 申し込みの際に状況を確認します 問 在宅療養支援課(☎514-8189)

40代から始めようロコモ予防教室

ID 1009972

ロコモティブシンドロームの予防には、加齢により筋肉や骨密度が減ってしまう前から、筋肉や骨を作るための食事、筋肉や骨を使う運動を日常生活の中で習慣づけることが有

効です。ぜひ、ご参加ください。
日時 7月12日(金)10:00～11:30 会場 生活・保健センター 内容 簡単料理の実演と試食、ロコトレ(簡単な体操) 講師 健康課栄養士、サポートルーム輝スタッフ(トレーニング指導士) 対象 おおむね40～69歳の市内在住者※上記以外の年齢の方は空きがあれば参加可 定員 申込制で先着18人 申込 6月17日(月)～7月10日(水)に電話 問 健康課(☎581-4111)

今日からできる介護予防

転倒予防体操 日時 7月12日(金)10:00～11:15 会場 鹿島台地区センター
音楽教室 日時 毎月第4木曜日13:30～15:00※12月は第2木曜日 会場 多摩平の森さくら集会所
いずれも 対象 65歳以上の方 申込 電話 問 日野市社会福祉協議会(☎584-1294)

趣味・教養

日野宿楽市楽座文化講座～七夕祭

ID 1011796

7月7日(日)の七夕に合わせて、日野宿本陣では、玄関や土間の笹飾りのほか座敷や縁側にも七夕にちなんだ飾り付けを行います。笹飾りに願い事を書いた短冊を下げることもできます。ぜひご来場ください。
日時 6月29日(土)～7月7日(日)9:30～17:00※7月1日(月)は休館 会場 日野宿本陣 費用 200円※小・中学生50円 問 新選組のふるさと歴史館(☎583-5100)

障害者のためのイベント・社会交流事業～映画鑑賞会

ID 1007934

日時 7月3日(水)13:30～15:00 内容 映画「森のリトルギャング」 対象 身体(車いす可)・知的障害の方およびボランティア 定員 申込制で先着30人 申込 6月17日(月)～7月2日(火)に電話※土曜・日曜を除く 会場・問 地域活動支援センターやまばと(☎582-3400)

パソコン講習会(7月)

日時・内容・費用 右上表の通り 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 6月22日(土)(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	7月27日(土)、8月3日(日)13:00～15:00	各3,000円(テキスト代含む)
②Word-1～文字変換など	7月7日(日)・21日(日)10:00～12:00	
③Word-2～文章作成、表作成など	7月28日(日)、8月4日(日)10:00～12:00	
④Word-3～地図の作成など	7月5日(金)・12日(金)10:00～12:00	
⑤Excel-1～基本操作と計算など	7月19日(日)・26日(日)10:00～12:00	
⑥Excel-2～グラフの変更など	7月6日(土)・13日(土)10:00～12:00	
⑦Excel-3～複合グラフ、関数など	7月20日(日)・27日(日)10:00～12:00	
⑧パワーポイント～経営報告プレゼンテーションなど	7月13日(土)・20日(土)13:00～15:00	
⑨動くイラスト作り	7月6日(土)13:00～15:00	
⑩スマートフォン(お持ちの方)～基本操作、電話・メール	7月21日(日)13:00～15:00	

東部会館料理教室～暑い時こそエスニック料理！

ID 1000974

日時 7月6日(土)9:30～13:00 メニュー ベトナムのフォー、スペアリブのごま揚げ、エスニックサラダ、タピオカの pinaapple 風味ゼリー 講師 鈴木直美氏(料理研究家) 費用 1,000円 定員 申込制で先着20人 申込 6月18日(火)9:00から電話 会場・問 東部会館(☎583-4311)

スポーツ

平山台文化スポーツクラブから

ID 1003186

詳細は同クラブへお問い合わせください。
平山台山歩き～丸山 日程 6月25日(火) 集合 6:40JR八王子駅八高線ホーム前寄り(7:00発川越行乗車)、14:00西武秩父線芦ヶ久保駅解散 コース 芦ヶ久保駅～登山口～日向山分岐～県民の森分岐～丸山山頂(昼食)～大野峠～赤谷(11ヶ所) 費用 600円※交通費

別述
ストレッチ教室 日時 毎週火曜日10:30～12:00 会場 平山台健康・市民支援センター 講師 金子十美代氏(健康運動指導士) 費用 600円※会員250円
健康体操教室 日時 毎月第2～4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(健康運動指導士) 費用 600円※会員250円

スポーツ体験会～親子で楽しく身体を動かそう！

ID 1011955

日時 7月7日(日)10:00～11:30 会場 八小※直接会場へ 種目 ユニホック、ハンドロウル、ポッチャ 講師 市スポーツ推進委員 対象 運動の制限を受けていない方 持ち物 体育館履き、飲み物、タオル 問 文化スポーツ課(☎514-8465)

市民体育大会

ID 1003171

アควアスロン競技 日時 7月13日(土)※受付8:30～9:30 会場 市民プールおよび浅川河川敷 内容 A…スイム150㍓・ラン1ヶ所、B…スイム300㍓・ラン2ヶ所、C…スイム75㍓・ラン1ヶ所※Cのスイムは親子リレー方式(子供25㍓、親50㍓)。詳細は要項(市役所3階文化スポーツ課、南平体育館)あり。日野アควアスロン大会 HP に掲載) 参照 対象 小学生以上 費用 1,000円※小・中学生500円、親子1,000円 申込 6月30日(日)まで※要項参照 問 日野市体育協会事務局(☎582-5770)
中学生バレーボール競技6人制大会 日時 7月14日(日)9:00から 会場 市民の

商店会どっと混む！ 問 産業振興課(☎514-8437) ID 1008402

商店会を応援しよう！

都合により開催日時や内容が変更になる場合があります。事前に各商店会にご確認ください。

■高幡不動商店会～高幡不動商店会謝恩福引サマーセール

日時 6月21日(金)～7月14日(日)※抽選会は7月13日(土)・14日(日)12:00～18:00 会場 高幡不動商店会内 内容 抽選会、ふれあいギャラリー 問 堀内(☎591-3327)

■高幡若宮通り商店会～第28回高幡若宮通り夏まつり

日時 7月6日(土)16:00～20:00※買い物金額に応じて模擬店などで使えるお楽しみ券の配付は6月22日(土)～7月6日(土) 会場 高幡若宮通り商店会内 内容 ゲームコーナー、模擬店など 問 小林(☎090-1420-3521)

森ふれあいホール 対象 市内在学の中学生で編成されたチーム 申込 7月3日(水)(必着)までに〒191-0011日野本町7-12-1市民陸上競技場内日野市体育協会事務局(☎582-5770)へ申込書(市役所3階文化スポーツ課、陸上競技場、南平体育館にあり)を郵送、ファクスまたは持参 その他 チーム代表者は7月10日(水)18:30から南平体育館会議室で行う代表者会議に出席を 問 日野市バレーボール連盟(天野☎070-1397-4526)

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※9:00～20:30)
早起き5日間！こども水泳教室 日時 8月6日(火)～10日(土)9:00～10:00 対象 小学生 定員 15人 費用 7,500円※入場料別途

ラクに長く泳ごう！クロール教室

日時 8月14日(水)～16日(金)9:00～10:00 対象 息継ぎしながら25㍓泳げる小学3～6年生 定員 7人 費用 4,500円※入場料別途

中学生あつまれ！3日間水泳教室

日時 8月14日(水)～16日(金)9:00～10:00 対象 25㍓以上泳げるようになりたい中学生 定員 5人 費用 4,500円※入場料別途

いずれも 申込 6月30日(日)(必着)までに〒191-0021石田1-11-1東部会館温水プール(☎toubu.pool@gmail.com)へはがきまたはEメールで。コース名、参加者氏名、住所、電話番号、学年、泳力を記入。申込多数の場合は抽選、7月5日(金)以降に結果を通知