

投稿のページ みんなの メモ帳

原稿締め切り日

1月 1日号…11月29日(金)
1月15日号…12月10日(火)
2月 1日号…12月26日(木)
2月15日号… 1月15日(水)

講習・学習会

- ★ギャッベ(イランのじゅうたん)のワークショップ 11月19日(火)～24日(日)11:00～18:00/ギャラリー&カフェ大屋(日野本町)/手織りじゅうたんの製作※所要6～9時間/7,500円/同施設(☎070-4112-7219)へ申し込み
- ★体の仕組みから学ぶ発声学講座 11月27日(水)18:30から/エイケイビル5階(日野駅周辺)/10人/唐沢(☎050-5437-8854)へ申し込み
- ★成年後見制度説明会～後見人として活動をお考えの方も! 12月12日(水)10:00～12:00/多摩平の森ふれあい館※直接会場へ/個別相談あり/成年後見サポートひの(☎594-9085)
- ★実践女子大学で学ぶ栄養学基礎講座 12月16日(月)10:30～12:00/同大学(大坂上)/脂質の栄養とリポたんぱく質について/50人/費用など詳細は問い合わせを/同大学生涯学習センター(☎589-1212)
- ★都立八王子東高校～小学5・6年生と保護者対象「親子理科実験」 1月5日(日)9:30～15:30/同校(八王子市)/いろいろな生物の観察、実験/10組※申込多数の場合は抽選/560円/詳細は同校 HP 参照/12月5日(木)までに同校公開講座係(☎042-644-6996)へ

ごあんない

- ★簡単に楽しく音楽に合わせて筋力up & ストレッチ 11月18日(月)・25日(月)…落川都営住宅地区センター、20日(水)・27日(水)…東町交流センター、21日(木)・28日(木)…勤労・青年会館/10:00～11:30/3B体操(倉橋☎090-5999-6628)へ申し込み
- ★日野生活と健康を守る会から ▶暮らしの何でも相談、共同墓地・葬儀、遺言・相続などの相談…11月19日(火)・26日(火)10:00～12:00/ゆのした市民交流センター(日野本町)/大木(☎080-8722-2296)へ申し込み▶小・中・高生の勉強会…11月20日(水)・27日(水)…豊田教室(豊田駅南口)、21日(木)・28日(木)…日野教室(日野駅周辺)/17:00～19:00/月700円※保護者は要入会/安藤(☎080-3016-7991)へ申し込み
- ★①ゆるっと簡単!姿勢&不調改善エクササイズ～肩凝り編②エバ先生とランチしながら英会話 ①11月20日(水)10:00～13:30②12月6日(金)11:30～13:30/ラスパパス(高幡)/①5人②10人/①2,500円②2,000円※ランチ付き/平

- 本(☎090-9002-9976)へ申し込み
- ★地域交流スペースひだまり～歌って、しゃべって、奏でて 11月20日(水)13:00～14:00/下田地区センター/指導あり/中嶋(☎090-4076-1982)
- ★日野精神障害者家族会～日野市障害福祉課との懇談会 11月21日(木)14:00～16:00/福祉支援センター/同会(☎080-1238-5960)
- ★生前贈与、相続、遺言など暮らしの無料法律相談会 11月24日(日)9:00～12:00/新町交流センター/もちづき会(☎070-5467-2757)へ申し込み
- ★こころ病む人と家族のくつろげる場～フリースペースTOMOへどうぞ ①11月24日(日)13:30～17:00②28日(水)13:30～16:00/①多摩平一丁目地区センター②平山交流センター/各100円/ボランティアグループこすもす(☎589-4399)
- ★婚活テラスTAMA～今どきの出会いと結婚・婚活のプロと気軽に話してみませんか? 11月24日(日)14:00～16:00/PlanT(多摩平の産業連携センター)/婚活情報紹介/独身者・親対象/10人/500円※茶菓子付き/山中(☎090-1733-6661)へ申し込み
- ★日野市ひきこもり家族会 11月24日(日)14:00～17:00/多摩平の森ふれあい館※直接会場へ/500円※当事者・経験者無料/平野(☎090-6923-0003)
- ★転倒予防に役立つ運動とセルフマッサージ 11月24日(日)13:30～15:00/カワセミハウス※直接会場へ/200円※飲み物付き。指導あり/汗拭きタオル持参/はっぴーらいふ(小林☎090-9386-5303)
- ★日野の自然を守る会から ▶やさしい植物ウォッチング～程久保緑地の紅葉…11月24日(日)10:00京王線多摩動物公園駅改札口集合、14:00同駅解散※雨天中止/200円※小・中学生100円/弁当、飲み物など持参/山本(☎042-621-0934※18:00以降)▶より鳥みどり観察会～よくばりバードウォーキング2019…12月1日(日)9:00JR八王子駅北口12番バス停集合、15:00拜島駅解散/300円※小・中学生100円/弁当、飲み物など持参/小久保(☎090-4532-2553※19:00以降)
- ★不登校を考える親と子の会 11月24日(日)13:30～16:30/市民の森ふれあいホール/親を中心とした交流会/大森(☎090-3530-4122)
- ★相続・遺言・エンディングノート(書き方など)・成年後見など暮らしの無料相談会 11月28日(木)13:00～16:00/多摩平交流センター/先着5人/相続・遺言を考える会(飯田☎090-8564-5208)へ申し込み
- ★健康レクリエーション吹矢の無料体験会 11月28日(木)14:00から/市民の森ふれあいホール※直接会場へ/上履き持参/道具用意あり/日野かがやき吹矢クラブ(浅田☎090-4959-3559※10:00～18:00)
- ★ベビーマッサージ 11月29日(金)10:15～13:00/ラスパパス(高幡)/2カ月～歩行前の幼児と母親対象/4組/2,500円※ブルー料理のラン

- チ付き/伊勢谷(☎090-4133-5417)へ申し込み
 - ★のんびりママの会～産後うつに悩むママのしゃべり場 11月30日(日)10:00～12:00/多摩平の森ふれあい館※直接会場へ/鈴木(☎090-4066-0663※18:00～20:00)
 - ★日野柳友会～川柳句会 12月1日(日)13:30～15:30/勤労・青年会館/兼題…ストレス、砂※各2句/経験不問/1,000円※見学無料/多胡(☎584-5785)
 - ★縄文のふるさと信州探訪・ハケ岳山麓(長野県) 12月7日(日)帰り/12,000円/詳細は問い合わせを/社会教育協会(☎586-6221)
 - ★日野失語症者交流会～すずめ 12月8日(日)10:00～16:00/多摩平交流センター/言語聴覚士による集団訓練、交流(クリスマス会)/1,500円※昼食付き/11月27日(水)までに磯野(☎583-2714)へ
 - ★明星大学心理相談センター～多摩少年院院長公開講演会 12月8日(日)13:00～15:00/同大学(程久保)/100人/申込方法など詳細は同大学 HP 参照または問い合わせを/同センター(☎591-5933)
 - ★ひの社会教育センターから ▶ウクレレ…11月19日(火)、12月3日(火)10:00～11:30/楽器無料貸し出しあり▶アンガーマネジメント～子どもと育つ編…12月1日(日)10:00～11:30/15人※子ども同伴可/いずれも費用など詳細は問い合わせまたは同センター HP 参照/同センター(☎582-3136)
- ## もよおし
- ★あかひやね～①よっちゃんのニコニコシアター②育児講座 ①11月19日(火)②25日(月)/11:00から/同施設(程久保)/②子どもの自立について/子育て中の親子対象/同施設(☎594-7841)
 - ★日野子育てパートナーの会から ▶みんなのはらっぱ南平～おひるねアート…11月19日(火)11:00～11:45/南平駅西交流センター/赤ちゃんの撮影/指導あり/乳幼児と保護者対象/撮影機器持参▶森の恵みのクリスマスリースづくり(要申込)…22日(金)9:30～12:00/万願寺交流センター/成人対象/10人/800円▶中村敬氏(小児科専門医)の子育て健康相談…29日(金)10:30～11:45/万願寺交流センター/乳幼児の保護者対象/いずれも同会(☎587-6276)
 - ★光塩女子学院日野幼稚園・0～2歳児クラス(パンピ) 11月21日(水)/同園(程久保)/0～2歳児と保護者対象/詳細は同園 HP 参照/同園(☎592-5526)
 - ★サークルいっちょ～楽しく唄おうカンツォーネ 11月22日(金)13:00から/東部会館/15人/100円/渡辺(☎090-3223-2280)へ申し込み
 - ★懐かしい歌・歌おう会 11月22日(金)10:30～11:50/特別養護老人ホームマザアス日野(万願寺)/500円/音楽療法士・小原(☎593-0573)
 - ★自然とあそぼう 11月22日(金)10:00～11:30※雨天中止/さんぽっぼひろば(三中隣)/山歩き、落ち葉拾い、工作等/親子対象/レジ袋2枚持参/日野どんぐりの丘幼児教室(☎

- 592-4761)
 - ★スマレダンスパーティー 11月23日(祝)13:30～16:00/新町交流センター/500円/渡辺(☎090-2447-2329)
 - ★ハーモニーから ▶歌声喫茶…11月23日(祝)・30日(日)10:00から…平山交流センター、23日(祝)14:00から…大和田地区センター、27日(水)14:00から…サロン・ド・ハーモニー(南平)▶①斎藤由恵の発声と手話コース…15日(金)10:30から▶②英語で歌おう…16日(日)11:00から▶③女性コーラス…20日(水)・27日(水)12:30から▶④オカリナを楽しむ会…30日(日)14:00から/いずれも①～④サロン・ド・ハーモニー(南平)/費用など詳細は問い合わせを/同会(久木田☎070-5023-2012)
 - ★わくわくおはなし会～昔話を聞く 11月24日(日)15:00～16:00/多摩平図書館※直接会場へ/日野おはなしの会(田島☎583-0896)
 - ★歌声・まある～歌声喫茶 11月24日(日)13:00～16:00/ゆのした市民交流センター(日野本町)/600円※お茶付き/江上(☎090-5564-9818)
 - ★カナリアの会 11月24日(日)10:30～11:45、12月1日(日)13:30～14:45/七生福祉センター/季節の歌、童謡などを歌う※ピアノ伴奏あり/1回500円※指導あり/飲み物持参/古沢(☎592-0203)
 - ★ひのボールルームダンス協会・月例ダンスパーティー 11月24日(日)13:30～16:00/新町交流センター※直接会場へ/500円/同協会(山内☎090-8779-5338)
 - ★歌声笑サロン東町 11月25日(月)13:30～15:00/東町交流センター/昭和の歌を歌い、仲間づくり/300円/榎島(☎080-6537-5692)
 - ★杉野幼稚園～作品展 12月1日(日)9:30～13:00/同園(百草)/上履き持参/同園(☎591-3515)
- ## 美術・音楽
- ★第18回TAMAスケッチ同好会水彩画展 11月19日(火)～24日(日)10:00～17:00※19日は12:00から/関戸公民館(多摩市)/同会(五味川☎585-4068)
 - ★第11回心身に障害のある人と、ない人の合同作品展～出会いとふれあいの美術展 11月22日(金)～24日(日)10:00～18:00※24日は15:00まで/とよだ市民ギャラリー/絵画、工芸、彫刻等/あかね工房(中村☎592-3409)
 - ★日野市ギターサークルギター発表会 11月23日(祝)14:00から/セツ塚ファーマーズセンター/長谷川(☎070-5455-1139)
 - ★チャペル・コンサート～バイオリンとハーブの調べ 11月24日(日)14:30から/立川駅前キリスト教会(立川市)/パツハ[無伴奏ソナタ3番・フーガ]等/同教会(☎042-525-2615)
 - ★彩蘭会(カラランカイ)第23回水彩画展 12月3日(火)～8日(日)10:00～16:00/とよだ市民ギャラリー/長尾(☎586-0375)
 - ★アンサンブル・レヴふれあいコンサート 12月5日(水)10:15から/ひの煉瓦ホール(市民

- 会館)/オー・シャンゼリゼ、こんにちは赤ちゃん等/999円※電話予約900円。割引制度あり/菅野(☎090-4436-7749)
 - ★千拍子のワルツの会～26周年記念発表会(無料) 11月29日(金)14:30～17:00/七生公会堂※直接会場へ/シャンソン、カンツォーネ、ラテン等/笠原(☎587-3940)
 - ★日野市民オーケストラ第48回定期演奏会 12月8日(日)14:00から/ひの煉瓦ホール(市民会館)/グリーン「ピアノ協奏曲」等/1,000円※先着20人無料招待/同団体(能田☎581-0138)へ申し込み
- ## スポーツ
- ★日野市バドミントン連盟～ミックス選手権大会 12月14日(日)9:00から/市民の森ふれあいホール/市内在住・在勤・在学者対象/1ペア3,000円※連盟登録者1ペア2,500円/12月2日(月)までに中村(☎090-6502-6856)へ
- ## 会員募集
- 先着順で掲載します。2度目以降の掲載は前回掲載日の3カ月後から受け付けます。
- ★着楽会(きらくかい)～一人で着物を着てみませんか 毎月第1・第3土曜日13:00～15:00/新町交流センター等/6カ月10,000円※会場費別途。指導あり/由良(☎090-6534-3535)
 - ★川蝉太極会 毎週水曜日10:00～11:30/多摩平一丁目地区センター等/太極養生五防功、入門太極拳、24式太極拳等/シニア世代の初心者歓迎/1回500円※指導あり。体験無料/谷(☎587-0294※16:00～20:00)
 - ★童謡・唱歌を歌う会 月2回土曜日13:30～15:30/多摩平の森ふれあい館等/ポピュラーな童謡・唱歌を斉唱/月1,000円/小松(☎090-7634-5370)
 - ★リーズ・テコンドー日野クラブ 毎週土曜日10:00～11:30/東部会館等/小学生以上対象※初心者歓迎/月4,000円※師範の指導あり/阿部(☎090-2228-6360)
 - ★日野空手同好会 10～3月の毎週日曜日13:00～15:00※4～9月は15:00～17:00/高幡不動尊※直接会場へ/5歳以上対象※小学2年生以下は保護者同伴。中高年歓迎/6人/佐藤(☎591-2720)
 - ★手話ダンスれおの会 月2回金曜日10:00～16:30/中央福祉センター等/1回100円/森(☎090-9150-0449)
 - ★生涯学習～あけぼの会 毎月第2水曜日10:00～12:00/高幡図書館等※直接会場へ/生活の法律(民法)、時事法律講座※弁護士の話/6人/月1,200円/佐藤(☎591-2720)
 - ★フラダンスでボランティアを 火曜・土曜日13:00～15:00、木曜日14:00～16:00、金曜日19:00～21:00/ホクラニスタジオ(高幡)等/ボランティア活動の充実、舞台発表のための練習/入会金2,000円、月4,000円～5,000円※指導あり/山越(☎593-0215)
 - ★フォークダンス～ひばりが丘サークル 毎週金曜日10:00～12:00/新川辺地区センター

- 等/世界の音楽で踊る/月2,000円※指導あり。見学歓迎/松尾(☎593-5483)
- ★自然治癒力を高めるリズム気功サークル 毎週火曜日10:00から…湯沢福祉センター、毎週木曜日13:30から…生活・保健センター、毎週金曜日10:00から…平山季重ふれあい館/南雲(☎591-7263)
- ★高幡朗読の会 毎月第2水曜日13:30～15:00…高幡図書館、毎月第4水曜日11:00～12:00…介護施設で読み聞かせ/ボランティアで介護施設で読み聞かせを実施/初心者歓迎/吉田(☎080-5076-7167)
- ★水彩しらべ～愉快的仲間 毎月第2・第4木曜日13:30～15:30/平山交流センター等/初心者歓迎/月2,500円※指導あり。見学歓迎/飯村(☎592-2717)
- ★日野ウクレレサークル 毎月第2・第4水曜日13:30～15:30/中央公民館等/月2,000円※指導あり/水野(☎592-2957)
- ★ダンスサークル～舞ステップ 毎週木曜日19:00から/生活・保健センター等/プロの指導あり/多少の経験者対象/見学可/野口(☎090-9976-2272)
- ★ハワイアンエクササイズ～ハワイアンに癒やされながら有酸素運動 12月からの毎週月曜日16:00～17:00/旭が丘地区センター/15人/1回600円/フラスタジオ・ホクラニ(栗田☎090-6190-5169)
- ★三友囲碁同好会 毎週水曜・土曜日10:00～16:00/中央公民館高幡台分室等/毎月月例大会あり/初段以上の方対象/月200円※月例大会参加費800円/浅原(☎587-7107)
- ★キッズダンスサークル 第2・第4月曜日…平山季重ふれあい館、第1・第3木曜日…生活・保健センター/16:00から/簡単なヒップホップダンス/4～7歳対象/渡辺(☎090-2236-1916)
- ★日野相撲甚句の会 毎月第1・第2・第4木曜日14:00～16:30/中央福祉センター等※直接会場へ/1回1,000円/須藤(☎583-7612)
- ★三浦綾子読書会に参加しませんか 毎月第1・第3水曜日13:30～15:30/多摩平交流センター等/12月から「泥流地帯」を輪読※途中からの参加も歓迎/1回200円/竹内(☎090-8173-9334)
- ★アキラふじの会 毎週金曜日12:00～13:00/東部会館等/腰や膝に負担をかけずに水中歩きで筋力アップ、体力作り/18人/入会金500円、1回500円※見学・1日体験歓迎。指導あり/松野(☎591-4416)
- ★アキラピクス 毎週水曜日10:00～11:30/東部会館等/健康な体を維持する水中体操/指導あり/天野(☎582-5500)
- ★社交ダンスサークル～山吹の会 月4回金曜日13:00～15:00/豊田南地区センター等/初心者～中級者対象/月3,000円※指導あり/小幡(☎584-9661)
- ★平山童謡コーラス～思い出の名曲を大合唱 月2・3回金曜日10:00～11:30/平山交流センター等/月3,000円/童謡コーラス支援事務局(☎0120-104-315)