



催し

健康

健康づくり推進員から

ID 1007785

健康課(☎581-4111)

5月は第1～第4グループ、ウォーキンググループの活動はありません。

子ども・保護者向け

三中地区青少年育成会～さといも植え付け会 ID 1008274

日時 5月16日(土)14:00～15:00※雨天の場合17日(日)10:00～11:00に延期 会場 石坂ファームハウス(百草) ※13:45まで(17日の場合は9:45まで)に直接会場へ 内容 秋に収穫するサトイモの植え付け 持ち物 帽子、タオル、飲み物※汚れてもよい靴と服装で参加を その他 車での来場はご遠慮く

ださい 同会(田邊 ☎090-4138-7502)

趣味・教養

赤レンガプロジェクト企画～第30回LIVE café in 赤レンガ「エド山口&東京ベンチャーズLIVE」 ID 1000966

会場・問 ひの煉瓦ホール(市民会館) (☎585-2011)

エド山口の軽快なトークと世代を超えて楽しめるベンチャーズサウンドをお楽しみください。



日時 7月11日(土)18:00から 出演 エド山口&東京ベンチャーズ 定員 申込制で

先着120人 費用 2,000円(ワンドリンク・軽食付き) 申込 5月15日(金)10:00から電話または同ホールHPから

郷土資料館企画展～七生丘陵ハイキングの今昔 ID 1013973

日時 5月8日(金)～7月5日(日)9:00～17:00 ※月曜日を除く 内容 市内の七生丘陵地域のハイキングコースの歴史や現在の楽しみ方を紹介 会場・問 郷土資料館 (☎592-0981)

スポーツ

市民体育大会～ターゲット・バードゴルフ競技 ID 1003171

日時 6月11日(休)9:00～16:00※雨天の場合18日(休)に延期 会場 多摩川グラウンド 内容 18ホールストロークプレー・ショットガン方式でスタート、男女ハンディキャップ戦(新ペリア方式) 対象 市内在住・在勤・在学者



会員募集 スポーツや文化活動を一緒に始めませんか？ 平山台文化スポーツクラブ

ID 1003186 問 平山台文化スポーツクラブ事務局 (☎506-9979)

平山台文化スポーツクラブは、平山台健康・市民支援センターを拠点に子どもからシニアまで、少額の会費で好きな種目に参加できるクラブです。健康づくりや仲間づくりに、興味を持ったプログラムに参加してみませんか。

●定期プログラム スポーツ系

種目	日時	費用(1回)
①スポーツ吹き矢	毎週水曜日10:00～12:00	300円
②ビーチボール	毎週火曜日13:30～16:00	200円
③護身合気道	毎週土曜日13:30～15:30	200円
④卓球	毎週日曜日9:30～12:00 (指導あり) 毎週月曜・水曜・木曜・土曜日13:00～16:00	250円
⑤グラウンドゴルフ	毎週月曜・木曜日9:30～11:30 第2・第4火曜日9:30～11:30	100円
⑥バドミントン	毎週月曜・木曜日9:30～12:00 毎週月曜・金曜・日曜日13:00～16:00 毎週金曜日18:30～20:30 (指導あり)	250円
⑦太極拳	毎週木曜・金曜日10:00～11:30	250円
⑧ストレッチ	毎週火曜日10:30～12:00	200円
⑨ハンドロウル	毎週木曜日13:30～15:30	150円
⑩ヨーガ(1)	毎週月曜日9:00～10:15	300円
⑩ヨーガ(2)	毎週月曜日10:35～11:50	
⑪健康体操	第2～4土曜日10:00～11:30	250円
⑫フラダンス 入門	第1・第2・第4火曜日13:30～14:30	300円
⑫フラダンス 初級	第1・第2・第4火曜日14:40～15:40	350円
⑫フラダンス 中級	第1・第2・第4火曜日15:50～16:50	350円
⑬ターゲットバードゴルフ	毎週水曜・金曜日13:00～15:30	150円
⑭ソフティアロビクス	毎週金曜日14:00～15:30	300円
⑮ノルディックウォーキング	第1・第3日曜日9:30～12:00 毎週月曜日14:30～15:30	150円
⑯ズンバ	毎週金曜日10:00～11:00(市民の森ふれあいホール)	300円
⑰山歩きと自然探索	第4火曜日	500円
⑱ぶらり街歩き	第1金曜日	500円

文化系

種目	日時	費用(1回)
①絵画教室	第2水曜・第4土曜日13:30～16:00	500円
②樹脂粘土細工	第1水曜日13:00～16:00 第3月曜日11:00～14:00(市民の森ふれあいホール)	900円
③男の料理教室	第3日曜日11:00～14:00(平山交流センター)	1,600円
④コーラス	第2・第4水曜日13:30～15:00	300円
⑤裏千家茶道教室	第1水曜日13:30～16:00	1,400円
⑥パステル絵画	第4水曜日13:30～15:30	600円
⑦標製(くんせい)教室	第2土曜日10:00～14:00(昼食付き)	1,900円
⑧書道教室	第2・第4月曜日13:30～16:00	600円

※表の費用は会員価格です。日時・費用などは変更される場合があります。事前に平山台文化スポーツクラブへ問い合わせを



※初心者歓迎 費用 1人500円 申込 5月27日(休)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 (FAX 582-5770)へ申込書(市役所3階文化スポーツ課、市民陸上競技場にあり)をファクスまたは郵送 問 日野市ターゲット・バードゴルフ協会(安藤 ☎090-7234-2511)

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)

ラクラク息継ぎを覚えよう!こども水泳教室

日時 6月25日(休)～27日(土)17:00～18:30 対象 小学3～6年生 定員 申込制で8人 費用 4,600円※入場料別途 申込 5月15日(金)(必着)までに〒191-0021石田1-11-1東部会館温水プール(☎ tou bu.pool@gmail.com)へEメールまたははがきで。コース名、参加者氏名、性別、学年、住所、電話番号、泳力を記入※申込多数の場合は抽選のうえ、5月22日(金)以降に結果通知 定例大人の水泳教室

日時 毎週水曜・土曜日12:30～13:30 ※祝日を除く 対象 18歳以上の方 定員 10人 費用 5回で5,500円のチケット購入制※入場料別途

生活・環境

今だからこそ!事業をもう一段進化させたい事業者さまへ～ビジネスモデル構築オンラインセミナー ID 1014120

日時 5月14日(休)・21日(休)・28日(木)13:00～14:30(全3回) 内容 Zoomによるライブセミナー&公開コンサル※スマートフォン・タブレット・パソコンがあれば、どこにいても参加可。Wi-Fi環境で受講を 講師 山下雅弘氏(一般社団法人Herstory代表理事) 対象 創業・起業を目指す方、すでに事業を始めている事業者(個人・法人) 定員 申込制で先着20人(希望者には個別コンサルあり) 費用 全3回3,000円(諸経費) 申込 5月13日(休)までに PlanT(多摩平の森産業連携センター)へEメール(☎ info@plant-hino.com)で。住所、氏名、年齢、電話番号、職業、Eメールアドレス、個別コンサル希望の有無を記入

金が確認できた方にZoomミーティングIDを連絡 問 産業振興課(☎514-8442)

公共職業訓練～7月入校生募集 ID 1008142

東京都の公共職業訓練で手に職をつけ、就職を目指しませんか。 募集科目 電気設備管理科など 対象 求職中または転職を希望する方※電気設備管理科はおおむね50歳以上の方 その他 5月14日(休)・21日(休)14:00から見学会あり(申込不要)。新型コロナウイルス感染症防止のため、募集を中止する場合があります。詳細は、多摩職業能力開発センター八王子校HPをご確認ください 申込 5月25日(月)までに住所地のハローワークへ 問 同校(☎042-622-8201)

東京しごとセンター多摩の就業支援(5月) ID 1003501

内容 29歳以下対象・若者と企業の交流会(国分寺市会場)、女性再就職プログラム・「自分にあった事務職発見コース(13日間コース)」など多数 その他 詳細は、東京しごとセンター多摩HP参照 問 同施設(☎042-329-4524)

新卒応援!第2回合同企業説明会 ID 1003501

日時 5月19日(火)13:00～16:30※受け付けは12:30から 参加企業 25社(予定) その他 予約優先。詳細は、東京しごと

とセンター多摩HPを参照 問 同施設(☎042-329-4524)

キャリアアップ講習5月募集科目 ID 1008142

申込方法など詳細はお問い合わせください。 募集科目 ①介護従事者のための介護記録作成(初級)②Excel(関数活用実践編)③地上波デジタル放送設備④jQueryによるWebサイト開発 対象 中小企業に在職中(派遣・契約・パート社員を含む)の都内在住・在勤者 定員 ①15人②25人③④20人 費用 ①4,600円②～④6,500円 問 多摩職業能力開発センター府中校人材育成プラザ(☎042-367-8204)

日野市ひきこもり対策支援事業～家族のつどい ID 1012328

ひきこもりの家族がいて、どのように接したらいいのか分からない、将来の事が心配など、共通の悩みをもつ方が集い、対話しながら問題を整理していきます。 日時 5月23日(土)14:00～16:00 会場 多摩平の森ふれあい館 対象 ひきこもりなどの状態にある方の家族 定員 申込制で先着10人 申込 5月22日(金)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)

ココロセミナー ～不安を和らげるセルフケアを学ぶ

ID 1013069

問 セーフティネットコールセンター(☎514-8542)

不安は心の危険や緊張を知らせてくれる大切な反応です。しかし、対処がうまくできないと、どんどん不安が大きくなり、こころとからだに不調をきたします。まずは、自分でできる対処法を学んでみましょう。 日時 6月6日(土)10:00～12:00 会場 イオンモール多摩平の森イオンホール 講師 渡辺べん氏(渡辺べん心理相談室代表)、島村繭子氏(つながりセラピー代表) 定員 申込制で先着30人※当日受け付け可 申込 土曜・日曜日、祝日を除く8:30～17:15に電話またはEメール(☎ s-net@city.hino.lg.jp)で。メールのタイトルに6月6日参加申込、本文に参加者の人数を記入