

健康

健康づくり推進員

問 健康課(☎581-4111)

第1グループ～みんなで楽しく健康づくり

日時 1/13(金)9:30～11:30

会場 心塾(旭が丘)※直接会場へ

内容 体操、講話、ビンゴ、歌^{など}

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(お持ちの方)

第2グループ～古刹永林寺と首都大学の歩き

日程 1/19(木)※雨天中止

集合 10:00京王線平山城址公園駅(出口公園)、12:30京王相模原線南大沢駅前解散※直接集合場所へ

コース 平山城址公園～永林寺～柚木公園～首都大学東京(8.5^分)

持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証

第3グループ～笑って元気に！健康づくりの一里塚

日時 1/16(月)13:30～15:30

会場 大坂上三丁目都営集会室※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4グループ～足腰元気に転倒知らず・健康体操&交流会

日時 1/24(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

40代から始めようロコモ予防教室

ロコモ予防は老化の予防！正しい知識で今から対策できます。

日時 1/27(金)10:00～12:00

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

し(簡単な体操)※6・9・11月開催の教室と同じ内容

講師 鶴田真子氏(管理栄養士)^{など}

対象 40歳以上の市内在住者

定員 申込制で先着15人

申込 1/4(水)から電話

問 健康課(☎581-4111)

趣味・教養

日野産農産物を使った手作りパン教室

日時 1/16(月)、17(火)10:30～13:30

会場 セツ塚ファーマーズセンター

内容 干支パン^{など}

定員 申込制で各日先着10人

費用 2,300円

持ち物 エプロン、お手拭き、筆記用具、持ち帰り用袋

申込 パン教室ラ・リュンヌ(竹内090-7284-1947)へ電話

問 都市農業振興課(☎514-8447)

平山小調理室で加工「本物工房ひのトマトまるごとピューレ」を紹介

日時 1/5(木)～27(金)9:00～17:15

会場 ひの煉瓦ホール(市民会館)

その他 6(金)12:00から先着50人に手作り紅白白玉団子の試食あり

問 学校課(☎514-8749)

七生亭「かわせみ寄席」～大いに笑って福を呼びましょう

日時 1/12(木)18:30～20:30

出演 三遊亭窓里、三遊亭窓輝

定員 先着300人

費用 500円

チケット 七生公会堂、ひの煉瓦ホール(市民会館)で販売中

会場・問 七生公会堂(☎593-2911)

日野市障害福祉人材育成事業～障害者ホームヘルパースキルアップ研修

日時・内容 1/13(金)18:00～19:00…精神科訪問看護とは、19:00～20:00…在宅支援におけるポイント

会場 生活・保健センター

講師 宮川宏子氏(訪問看護ステーション円所長)

対象 福祉職に従事している市内在住・在勤者など

定員 申込制で先着30人

申込 1/5(木)からたんぼぼの会(☎)

581-3072 FAX 511-3294)へ電話またはFAXで。氏名、電話番号を記入

問 障害福祉課(☎514-8485)

地域活動支援センターやまばと～障害者のためのイベント・映画「ドラえもん・スタンドバイミー」鑑賞会

日時 1/13(金)9:40～11:15

対象 身体(車いす可)・知的障害のある市内在住者および一緒に鑑賞してくださる方

申込 1/12(木)までに電話

会場・問 やまばと(☎582-3400)

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

日時・出演 1/14(土)…渡邊理紗子氏、28(土)…楯まゆみ氏(ピアノ)、門間久美子氏(琴)いずれも12:30～13:00

会場・問 同ホール(☎585-2011)

多摩郷土誌フェア

多摩地域27市町の歴史や文化財、博物館の展示図録などの書籍を一堂に集め、展示販売します。多摩の郷土史を見直してみませんか。

日時 1/21(土)10:00～17:00、22(日)10:00～15:00

会場 女性総合センターアイム(立川市)

主催 東京都社会教育課長会文化財部会

問 生涯学習課(☎514-8792)

市立幼稚園・小学校ひのっ子作品展～図画工作と書き初めを合同展示

日時 1/20(金)～22(日)10:00～17:30※22(日)は16:30まで

会場 イオンモール多摩平の森イオンホール

問 三小(山口☎581-0101)

市立中学校美術展～授業で作製した絵画、立体作品を展示

日時 1/21(土)9:00～17:00、22(日)9:00～16:00

会場 ひの煉瓦ホール(市民会館)

問 大坂上中(齋藤☎583-9755)

市立中学校「書き初め展」

日時 1/28(土)9:30～16:00、29(日)9:30～15:30

会場 ひの煉瓦ホール(市民会館)

問 三中(井田☎591-2228)

ビジネスステップアップセミナー

会社経営に役立つビジネスアイデアのを見つけ方を分かりやすく解説します。

日時 1/25(水)18:00～20:30

会場 PlanT (多摩平の森産業連携センター)

講師 姫野裕基氏(ひめの企画代表)

対象 創業予定の方、事業所・企業の経営者

定員 申込制で先着20人

その他 1歳～未就学児の保育あり※1/13(金)までに電話

申込 産業振興課(☎583-4483) sangyo@city.hino.lg.jp)へFAX または(☎)で。住所、氏名、電話番号を記入

問 産業振興課(☎514-8442)

インターネット利用ビジネスに役立つ著作権セミナー

インターネットビジネスで押さえておくべきことを、著作権の面からお伝えします。

日時 1/26(木)14:00～16:00※16:30～17:00に無料相談会あり

会場 日本政策金融公庫立川支店(立川市)

内容 ①インターネットに関わる著作権の権利②狭義の著作権と広義の著作権③著作権侵害で考慮すべき、著作物性、類否の範囲、依拠性など

講師 下田一弘氏(下田知財経営総合事務所弁理士)

対象 インターネットを利用したビジネスを検討・実施されている方、著作権に興味のある方

定員 申込制で先着20人

申込 BusiNest (☎565-1205)へ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)

創業するための知識・技術を身につける創業スクール

事業構想から資金調達などビジネスプランを作成するためのノウハウを学ぶ5回連続の講座です。

日時 2/4(土)…事業構想・経営理念11(祝)…マーケティング・販売戦略18(土)…人材育成・資金調達25(土)…税務・

会計・事業開始の手続き3/11(土)…ビジネスプラン発表会いずれも13:00～17:30

会場 PlanT (多摩平の森産業連携センター)

講師 浅川絢子氏(HerbNet代表)^{など}

対象 創業予定の方、または創業後間もない方

定員 申込制で先着20人

費用 5,000円(テキスト代)

その他 1歳～未就学児の保育あり※1/25(水)までに電話

申込 産業振興課(☎583-4483) sangyo@city.hino.lg.jp)へ電話、FAXまたは(☎)で。住所、氏名、電話番号を記入

問 産業振興課(☎514-8442)

郷土資料館講座～日野用水開削450周年記念・古文書で学ぶ日野の用水(全6回)

永禄10(1567)年に日野用水が開削されて今年で450年を迎えます。市内に残る古文書を教材にして、市内の用水の歴史を学ぶ初心者にも分かりやすい連続講座です。

日時 1/22・29、2/12・19・26、3/5のいずれも日曜日13:30～15:30

会場 中央公民館高幡台分室

講師 上野さだ子氏(日野の古文書を読む会会長)、大窪俊彦氏(同会会員)

対象 原則全回出席できる方

定員 申込制で先着25人

申込 1/5(木)9:00から電話

問 郷土資料館(☎592-0981)

普通救命講習～心肺蘇生、AEDの使用法、窒息の手当など

日時 1/29(日)9:00～12:00

講師 日野消防署員

定員 申込制で先着10人

費用 1,400円(テキスト代)

申込 1/3(火)から電話

会場・問 日野消防署(☎581-0119)

多摩・武蔵野検定～タマケン受検者募集

多摩地域の自然や歴史、文化などに親しんで郷土愛をはぐくむ「知のミュージアム多摩・武蔵野検定」の受検者を募集します。

試験日 3/11(土)

会場 明星大学日野キャンパス(程久保)

受検料 ジュニア級、マスター 4級各

1,000円、マスター 3級3,000円、マスター 2級4,000円、マスター 1級5,000円※いずれも税別。併願受検可。団体割引あり

その他 詳細はタマケンHP(http://www.tamakentei.jp/)参照

申込期限 2/8(水)

問 (公社)学術・文化・産業ネットワーク多摩(☎042-591-8540)

広域連携サミット～傍聴者を募集

日野市と近隣8市(立川市、昭島市、小平市、国分寺市、国立市、福生市、東大和市、武蔵村山市)の市長が一堂に会し、広域的な行政課題について話し合う「広域連携サミット2017」の傍聴者を募集します。広域で連携することで何ができるかについて意見を交わします。市域を超えることによりできる行政サービスの向上や魅力あるまちづくりについて一緒に考えてみませんか。

日時 1/31(火)15:00～17:00

会場 統計数理研究所(立川市)※公共交通機関のご利用を

テーマ 地域における広域連携に向けた取り組み～魅力あふれる多摩地域の創生の実現に向けて

定員 50人

問 企画経営課(☎514-8047)

キャリアアップ講習(1月)

募集科目 ①VisualC # によるプログラミング②第二種電気工事士③次元 CAD / CAE(Solid Works)

対象 在職中の都内在住・在勤者※派遣・契約社員、パート含む

定員 ①20人②30人③25人※申込多数の場合は抽選

受講料 1科目6,500円

その他 詳細はTOKYOはたらくネットHP(http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/)参照

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)

東京しごとセンター多摩の就業支援(1月)

内容 ①全年齢対象の面接会直前セミナー、就職面接会②29歳以下対象の若者・中小企業交流会

その他 詳細は同センターのHP参照

問 同センター多摩(☎042-329-4524)