みんなのメモ帳

投稿のページ

原稿締め切り日
2月1日号……1月11日(水)
2月15日号……1月25日(水)

原稿は郵送かご持参で受け付け／政治・宗教・営利に関するものは掲載不可／問い合わせは各文末の代表者へ。市は関与していません／特に記載のないものは原則無料／掲載後に苦情があったものは、今後の掲載を見合わせていただきます／掲載された記事は、市ホームページで広報ひのＰＤＦ版・テキスト版にも掲載されます

講習・学習会

★インターネットからワープロソフトまで　１月からの月４回土曜日（全24回）※時間は問い合わせを／豊田駅北交流センター／ファイル保存場所を選択できる程度の方対象／３カ月６千円／フレンズパソコンクラブ（菅井☎582－2934）へ申込

★日野の自然を守る会から　▶観察会…①新春・自然へのお誘い１月８日(日)午前10時豊田駅北口集合、午後１時多摩平の森ふれあい館集合②奥武蔵ウオッチング15長瀞駅・長瀞アルプス１月22日(日)／山本（☎0426－21－0934午後７時以降）**▶観察会「大木島で冬芽を」**…１月14日(土)／杉浦（☎592－0840）／いずれも費用等、詳細は問い合わせを

★ホームページの作り方教室　１月11日～３月29日の毎週水曜日午前９時～11時／豊田駅北交流センター／基礎からアップロードまで／先着12人／１回500円／まちづくりフォーラム・ひの（松村☎582－0070）へ申込

★ＮＰＯ法人日野福祉の学校連続講座「ひとり暮らしになって～高齢者に学ぶ」　１月14日(土)午後２時～４時／ひの社会教育センター／800円／同校（☎586－4044）

講演会

★ＮＰＯ法人日野･市民自治研究所から　▶講演会「循環型社会をめざして～ごみ問題を考える」燃やして埋める？…１月14日(土)午前10時から／生活・保健センター／講師・瀬戸昌之氏（東京農工大学教授）**▶憲法連続講座「歴史の転換期に憲法を学び直す」日本国憲法はどのように運用されてきたか**…１月14日(土)午後２時から／社会教育協会（多摩平）／講師・杉原泰雄氏（一橋大学名誉教授）／各回500円／いずれも同研究所（☎589－2106FAX589－1854）へ申込

★新春講演会「嘉永２年の大火と彦五郎日記」　１月15日(日)午前10時～11時30分／新町交流センター／講師・佐々木早苗氏（日野の古文書を読む会）／１千200円（資料代ほか）／佐藤彦五郎友の会（吉澤☎583－5944）

★シンポジウム「多摩の新しい観光を考える～魅力あるまちづくりに向けて」　１月23日(月)午後１時～４時／立川グランドホテル／講演、研究発表、パネルディスカッション／講師･安島博幸氏（立教大学教授）、ダニエル・カール氏（タレント）ほか／300人※申込多数の場合は抽選／詳細は問い合わせを／１月13日(金)までに(財)東京市町村自治調査会（☎042－382－7722）へ

ごあんない

★ＮＨＫ正月時代劇「新選組!!土方歳三最期の一日」感想文コンテスト作品募集　原稿用紙２枚（800字）以内※３月12日(日)の「新選組の日」に入賞作品表彰／審査委員長・山村竜也氏（同ドラマ時代考証担当）／２月28日(火)までに郵送またはＦＡＸで。作品の裏面に住所、氏名（ふりがな）、年齢、職業（または学校名）、電話番号、好きな隊士名・せりふ・メッセージ等を記入し、〒191－0031高幡１の１松盛堂内日野新選組同好会（☎592－2256FAX592－3629）へ

★「スマイルストレッチ」体験会　１月12日(木)午前10時～11時15分／東部会館／ストレッチと簡単な筋トレ、ダンス／７人／動きやすい服装で／同会（新井☎587－3581）へ申込

★懇談会「精神障害者への支援体制について」　１月14日(土)午後２時～４時／福祉支援センター／講師・市職員／日野精神障害者家族会（片岡☎592－8993）

★暮らしの無料相談会　１月15日(日)午後１時30分～４時30分／勤労・青年会館／相続、遺言、内容証明など／同会（樋口☎599－5922）へ申込

★社交ダンス自主練習の会・Ｍ＆Ｔ　１月15日からの毎週日曜日午後６時～９時／東部会館など／１回500円／同会（岩崎☎583－3969）

★ひの社会教育センターから　▶乳幼児親子遊び…①４カ月～１歳未満②１歳～１歳６カ月未満③１歳６カ月～２歳未満**▶ケーナ・サンポーニャ教室▶英語でうたおう懐かしのポップス▶手打ちそば▶英会話入門講座▶社交ダンス入門教室▶中高年ソフトエアロビクス**／費用等、詳細は問い合わせを／ひの社会教育センター（☎582－3136）

もよおし

★新春ふれあい祭り　１月７日(土)午前11時～午後２時／富士電機体育館※車での来場はご遠慮を／もちつき、模擬店ほか／富士電機グループ労働組合東京地区支部（☎582－3005）

★新年踊り初め社交ダンスパーティー　１月８日(日)午後１時15分～４時30分／新町交流センター／700円（軽食、飲み物付き）※初心者歓迎／優雅（高橋☎090－3532－3794）

★消防団第４分団第２部主催どんど焼き大会　１月15日(日)午前10時点火／浅川北側河川敷／二小児童と地元自治会による地域住民の交流／磯部（☎090－1501－1038）

★演劇をみる会「あさかわ」例会・劇団東京ヴォードヴィルショー「竜馬の妻とその夫と愛人」　１月31日(火)午後６時30分から／市民会館大ホール／出演・佐藤Ｂ作ほか／入会金500円、２カ月４千円／同会（山口☎586－6756）

美術・音楽

★春うららコンサート「ギターと大正琴のコラボレーション」　１月７日(土)・９日(祝)午後２時30分から／ならの木（東豊田）／２千円（菓子、飲み物付き）／ならの木文化サークル（☎584－8049）へ申込

★あんしん館･ハーモニー音楽喫茶　１月15日(日)正午～午後５時／富士電機「多摩あんしん館」／チェロ演奏ほか／30人／１千円（軽食、ケーキ、飲み物付き）／ハーモニー（久木田☎070－5023－2012）

★うたごえｉｎひの　１月21日(土)午後６時～９時／多摩平の森ふれあい館／100人の大合唱／800円（軽食付き）／前田（☎090－8811－4012）

スポーツ

★インディアカすくらんぶる大会　１月15日(日)午前９時から／南平体育館／100円（保険料）／プレゼント（100円以上）持参／日野市インディアカ協会（新谷☎586－1368）

★バドミントン初級・中級講習会　１月28日～３月４日の毎週土曜日午後６時30分～８時30分※２月18日を除く／南平体育館／市内在住･在勤･在学者（中学生以上）対象／３千円／所定の用紙（南平体育館にあり）に記入し、日野市体育協会（☎593－4740）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。

★さわやか太極拳の会　毎週金曜日午前10時～11時30分／中央公民館高幡台分室など／楊名時気功太極拳※初心者歓迎／入会金500円、月１千500円／タオル持参。動きやすい服装で／五十嵐（☎592－5283）

★雅着つけサークル　毎月第２・第４水曜日午前10時～正午…南平駅西交流センターなど、午後７時～９時…中央福祉センターなど／初心者向け講習※指導あり／入会金２千円、月１千円／戸沢（☎584－2081）

講習・学習会

■暮らしに役立つパソコンサロン

▼初心者向け基礎講座（午前10時～正午）
イチからはじめる①電子メール…１月６日(金)・13日(金)②デジカメ…１月20日(金)・27日(金)

▼ステップアップ講座（午後１時～３時）
①オリジナルカレンダーづくり…１月12日(木)・19日(木)②エクセルでつくる絵手紙…１月26日(木)、２月２日(木)

いずれも会場は実践女子学園生涯学習センター（日野駅前）／４千円／実施日の前日までにハガキで。希望コース名、住所、氏名、電話番号を記入し、〒191－0062多摩平２の９多摩平の森ふれあい館内ＮＰＯ市民サポートセンター日野（☎583・1528）へ／市企画調整課

■自然観察会「多摩動物公園で鳥を見よう」

▲野鳥観察しやすくなるこの時期にウオッチングに出かけましょう

１月28日(土)午前10時に多摩動物公園前集合。正午ころ解散※雨天中止／講師・岩淵氏、草野氏（(財)東京動物園協会動物解説員）／案内・日野みどりの推進委員／先着50人／あれば双眼鏡・鳥の図鑑持参、ハイキングに適した服装・靴で／１月20日(金)までに緑と清流課緑政係へ

■読み聞かせ入門講座

①１月26日(木)…高幡図書館（☎591・7322）②27日(金)…多摩平図書館（☎583・2561）／午前10時～正午／小学校等で読み聞かせをする機会のある保護者対象／先着①20人②25人／１月５日(木)から各図書館へ

■心の健康づくり講演会「こころの話をしよう」～ストレスと上手に向き合う

２月４日(土)午後２時～４時／生活・保健センター／簡単なストレスチェックなど／講師・松浦正一氏（聖マリアンナ医学研究所カウンセリング部臨床心理士）／先着90人※昨年９月の講演会に参加された方はご遠慮を／筆記用具持参／健康課（☎581・4111✉kenkou@city.hino.tokyo.jp）へ申込

介護の方は
リハビリ付デイサービス
体操・マシントレーニング・ストレッチを専門のトレーナーと看護師が指導、安心・安全・効果的なリハビリを行います。まずは無料体験!!

一般の方は
トレーニングジム
専門トレーナーと相談しながら目的に合ったトレーニングが出来ます。加圧トレーニング・ヨガ教室・ダイエット教室も行っています。まずは無料体験!!

日野元氣塾

運動が必要な全ての方に
様々なメニューで対応致します。

日野市神明３丁目１番地の17
☎042-582-7065