

### 投稿のページ

# みんなのメモ帳

### 原稿締め切り日

5月15日号… 4月11日(水)  
6月 1日号… 4月27日(金)  
6月15日号… 5月15日(火)  
7月 1日号… 5月31日(木)

### 講習・学習会

- ★中高齢の運動に簡単な日本舞踊の無料体験講習 4月2日(月)・9日(月)・16日(月)13:00～14:30 / 落川都営住宅地区センター / 黒田節、奴さん / 藤間(☎592-5157)
- ★基礎から始めるパソコン～インターネット初心者講座 4月4日(水)・11日(水)・18日(水)13:00～15:00 / 豊田駅北交流センター / 1回500円 / 七生パソコンクラブ(村上 ☎090-6509-9060)へ申し込み
- ★整体師が教える肩こりケア講座～子供・妊婦・障害者の方にも優しい整体とセルフケア 4月5日(木)10:00～11:30 / 勤労・青年会館 / 4歳以上対象 / 18人 / 500円(会場費<sup>※</sup>) / 堤(☎070-6666-8706)へ申し込み
- ★アメリカ人の先生による英語レッスン 4月6日～30日の月曜・火曜・金曜日※実施日時は年齢別 / 多摩平の森ふれあい館<sup>※</sup> / 3歳～高校生対象 / 1回500円 / アメリカ人の先生の英語サークル(保谷☎587-7981)へ申し込み
- ★英語おしゃべりクラブから ▶自由おしゃべり会…4月7日(土)・21日(土)・28日(土)10:00～12:00 / 新町交流センター<sup>※</sup> / 1回2,000円※会場費別途 / 実施日の3日前までに申し込み ▶オリンピックボランティアのための英語講座…4月21日から原則隔週土曜日13:00～15:00 / 生活・保健センター<sup>※</sup> / 10人 / 16,200円(10回)、テキスト3,800円 / 4月18日(木)までに申し込み / いずれも同クラブ(☎582-8691)
- ★退職後の新しい趣味に～お座敷太鼓 4月7日(土)・14日(土)15:00～16:30 / 落川都営住宅地区センター / 石阪(☎592-5157)
- ★玉城徹のこたばの世界 4～7月の第2日曜日14:00～15:30 / 社会教育協会ゆうりか(多摩平) / 短歌鑑賞 / 2,600円、資料代100円 / 同協会(☎586-6221)へ申し込み
- ★絵画写生会教室 4月からの毎月第2・第4日曜日14:00～17:00 / 会員宅(日野) / 60歳以上の方対象 / 8人程度 / 1回1,000円 / 太田(☎587-9033)へ申し込み
- ★セルフリンパケア～ハンドケア 4月10日(火)10:00からと13:00から / スパサロンプアル安(日野本町) / 1回1,500円※オイル、お茶付き / 来住野(☎090-7200-5727)
- ★ダウンジング入門講座 4月14日(土)14:00から / 多摩平の森ふれあい館 / L ロッド、ペンデ

- ユラムの使い方<sup>※</sup> / 10人 / 2,800円 / 小林(☎586-4564※19:00以降)へ申し込み
- ★家庭薬膳ランチ～旬の食材を使って楽しく料理しませんか 4月14日(土)10:00～12:00 / 東部会館 / 中華風おこわ、クレソンとベーコンのスープ<sup>※</sup> / 先着5人 / 1,500円 / 4月7日(土)までに川井(☎559-0436※18:00～20:00)へ申し込み
- ★産前産後のお灸セルフケア講座 4月18日(水)10:00～11:30…産後のお灸、13:00～14:00…産前のお灸 / かなざわ助産院(多摩平) / 各1,500円 / るんぴに(佐伯☎090-1103-0601)
- ★ヘナ&ハーブシャンプーワークショップ 4月19日(木)10:00～11:30 / ラスパパス(高幡) / 5人 / 3,500円※ハーブシャンプー、ハーブティー、ペルーランチ割引券付き / 平本(☎090-9002-9976)へ申し込み
- ★心と体を癒すヨガ教室 4月21日(土)13:00～16:00 / イオンモール多摩平の森イオンホール / 障害児と家族対象 / 500円 / シューズ、タオル、バスタオルなど持参 / あるく「つきのおあしす」(杉山☎506-5265)
- ★市民による社会・経済研究会～2018年度テーマ「日本の財政問題」 4月21日(土)14:00～16:00 / ひの煉瓦ホール(市民会館) / 財政悪化の軌跡 / 1,000円 / 増田(☎585-1585)
- ★ケア・センターやわらぎ～介護職員初任者研修(通学) 5月7日～7月2日の月曜、水曜、金曜日(20日間)、実習4日間 / 同センター(立川市) / 24人 / 56,995円(テキスト代含む) / 申込方法など詳細は問い合わせを / 4月30日(振休)12:00までに同センター(井上☎042-523-3552)へ
- ★介護職員初任者研修(通学) 5月14日～7月27日の月曜・水曜・金曜日 / 地域保健企画ビル(立川市)<sup>※</sup> / 18～67歳対象 / 先着24人 / 50,830円(教科書代含む) / コスモス日野(☎587-6292※平日9:00～17:00)へ申し込み

### ごあんない

- ★牛乳パックで楽しいオモチャを作りますか 4月1日(日)9:00～12:00 / 新町交流センター / 幼稚園～小学3年生対象 / 100円 / リサイクルアトリエあめんぼう(鈴木☎585-2154)
- ★本場韓国の鍼灸師が教える体質にあう食べ物でがん予防の個別健康相談会 4月2日(月)10:30から / さくら鍼灸院(日野本町) / 20歳以上対象 / 500円(相談料含む) / キム(☎843-3930)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…4月3日(火)・10日(火)・17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…4月の毎週木曜日・日野教室、毎週水曜日・豊田教室 / 17:00～19:00 / 月700円※保護者は要入会 / 安藤(☎080-3016-7991)へ申し込み
- ★簡単に楽しい体操で全身リフレッシュしませんか! 4月4日(水)・11日(水)…万願荘地区センター、5日(水)・6日(金)…勤労・青年会館、9

- 日(月)…落川交流センター / 10:00～11:30 / 3B 体操(倉橋☎090-5999-6628)へ申し込み
- ★Komorebi yoga (こもれびヨガ) ①4月4日(水)13:00～14:00②6日(金)20:00～21:00③7日(土)11:00～12:00④8日(日)9:30～10:30 / SHEEP DOG(豊田) / ①マタニティーヨガ②骨盤調整ヨガ③肩こり腰痛解消ヨガ④朝ヨガ / 初心者歓迎、男性可 / 5人 / ①2,000円②～④1,500円 / 渡邊(☎070-1562-7224)
- ★地域交流スペースひだまり 4月4日(水)・18日(水)10:00～14:00 / 下田地区センター / 脳トレ、ゆったり体操、小物づくり<sup>※</sup> / 中嶋(☎090-4076-1982)
- ★「賭けない、飲まない、吸わない」の健康麻雀しま専科 4月の毎週土曜日10:30～17:00 / 尾崎ビル2階(立川駅北口) / 高齢者歓迎 / 1日2,200円 / 尾崎(☎090-5999-1033)へ申し込み
- ★癒しのパステル画を描く会 4月8日(日)14:00～15:30 / 多摩平の森ふれあい館 / 荒川(☎080-6643-6952)
- ★生前贈与、相続、遺言など暮らしの無料法律相談会 4月8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
- ★高幡不動駅前お掃除 4月8日(日)6:00～7:00 / 京王線高幡不動駅南口駅前ロータリー / 小学生以上対象 / 軍手持参 / 惟住(☎594-7730)
- ★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 4月8日(日)13:30～16:00※入退場自由 / 平山交流センター / 100円 / ボランティアグループこすもす(☎589-4399)
- ★多摩ブランド国際化推進会から ▶羽村で桜とチューリップ・江戸の水道歴史を外国人と英語で歩く Nature & History walking in Hamura…4月8日(日)9:00JR 青梅線羽村駅集合 / お花見、玉川上水の歴史探訪<sup>※</sup> ▶新選組のふるさとを外国人と英語で歩く History & Samurai walking w/Shinsengumi …4月22日(日)8:50日野駅集合 / 新選組のふるさと歴史館などを歩く / いずれも2,000円※学生1,500円 / 実施日の2日前までに同会(☎582-8691)へ
- ★台湾ちゃばなし倶楽部～台湾茶を飲みながら台湾トークしませんか 4月10日(火)10:00～11:00 / 多摩平の森ふれあい館 / 台湾のグルメ、観光スポットなどの情報交換 / 1,500円※茶菓子付き / 佐藤(☎090-9384-0120)へ申し込み
- ★うちの子発達障害?悩める親が集う茶話会～そらいろ 4月11日(水)・17日(火)10:00～12:00 / 多摩平の森ふれあい館 / 200円(茶菓子代<sup>※</sup>) / 福田(☎080-5509-6565)へ申し込み
- ★日野精神障害者家族会～家族相談 4月12日(水)13:00からと15:00から / ひの市民活動支援センター / 家族対象 / 同会(片岡☎080-1238-5960)へ申し込み
- ★ホットスペースTOMOの湯～心病んでいりませんか 4月12日(水)・26日(水)13:00～16:00 / 湯沢福祉センター / 50円 / ボランティア

- ループかたつむり(☎080-8038-1185)
- ★がんカフェひの 4月11日(水)10:00～12:00 / 市立病院 / 交流、おしゃべり、情報交換<sup>※</sup> / 酒井(☎080-1144-2448)
- ★コーヒーで政治を学び、語る会～私たちの政治カフェ・日野 4月14日(土)13:30～16:00 / 愛隣舎ホール(多摩平)※直接会場へ / 300円 / 林(☎090-7901-4301)
- ★楽しい昆虫ウォッチング～平山城址公園で桜の花見と春の昆虫を探す 4月14日(土)9:30 / 平山城址公園駅前集合、15:00多摩動物公園駅解散※雨天中止 / 弁当、飲み物など持参 / 300円※小・中学生100円 / 日野の自然を守る会(森川☎090-2768-7929※19:00以降)
- ★成年後見活動に関心ある方々への説明会 4月19日(水)10:00から / 多摩平の森ふれあい館 / 成年後見サポートひの(☎594-9085)へ申し込み
- ★現代史を読む読書会～さまざまな昭和史第1回半藤一利著「昭和史1926～1945」を読み話し合う 4月21日(土)13:30～15:30 / 中央図書館 / 300円 / 小川(☎582-3364)
- ★おしゃべりカフェ 4月21日(土)13:30から / 七生公会堂 / 認知症、困りごとのおしゃべりと簡単筋力アップ体操 / 20人 / 100～200円(飲み物代) / 石原(☎090-5400-1608)
- ★映画「この世界の片隅に」上映会 5月20日(日)10:15からと13:15から / ひの煉瓦ホール(市民会館) / 4月30日(振休)までに多摩西部朝日会・日野ブロック映画上映会(☎506-5547※水曜～日曜日14:00～20:00)へ
- ★デイサービス調理パート職員募集 週2・3日勤務 / 資格不要 / 友遊ケアセンター(西平山) / 詳細は問い合わせを / 同施設(☎584-5141)
- ★ひの社会教育センターから ▶身体に負担のない動きでピラティス…4月2日(月)・6日(金)・13日(金)・16日(月)▶ポップギター…4月14日(土) / いずれも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

- ★うたごえ喫茶たんぼぼ～平和の種をとばそう 4月1日(日)13:30～16:15 / ひの社会教育センター(多摩平)※直接会場へ / 800円※障害のある方400円。飲み物付き / 同喫茶たんぼぼ実行委員会(鈴木☎581-3441)
- ★なつめろカラオケをみんなで一緒に歌う会(要申込) 4月1日(日)12:00～17:00 / ラ・ソンプル(豊田駅北口) / 25人 / 2,000円※軽食・飲み物付き ▶うたごえinひの①昭和歌謡カラオケをみんなでいっしょに歌う会②歌声喫茶…4月21日(土)①10:00～12:30②13:30～16:30 / ラ・ソンプル(豊田駅北口) / ①500円②1,000円※お茶付き / いずれも江上(☎090-5564-9818)
- ★サクラダンスパーティー 4月8日(日)13:30～16:00 / 新町交流センター / 500円 / 渡辺(☎090-2447-2329)
- ★カナリアの会 4月3日(火)10:30～11:45 / 七生福祉センター / 童謡、季節の歌など※ピアノ

- ノ伴奏<sup>※</sup> / 500円※指導<sup>※</sup> / 飲み物持参 / 古沢(☎592-0203)
- ★たま社交ダンスサークル～火曜会ダンスパーティー 4月の毎週火曜日13:00～15:00 / ひの社会教育センター(多摩平)※直接会場へ / 月1,000円 / 本多(☎090-6169-5852)
- ★おやまにあつまれ! 4月5日(水)11:00～11:45 / 万願寺交流センター向かいの丘 / 草そり遊び / 乳幼児の親子対象 / 日野子育てパートナーの会(☎587-6276)
- ★懐メロ・童謡～きずな 4月5日(水)・19日(水)13:00～15:00 / 愛隣舎(多摩平) / 1回600円※初回のみ別途500円(資料代<sup>※</sup>) / 6月3日(日)童謡唱歌の会参加 / 村上(☎582-0756)
- ★ひのボールルームダンス協会・土曜会ダンスパーティー 4月の毎週土曜日19:00～21:00 / ひの社会教育センター(多摩平)※直接会場へ / レディス席<sup>※</sup> / 月1,000円 / 同会(本多☎090-6169-5852)
- ★わくわく大人のおはなし会～昔話を聞く 4月8日(日)14:00～16:00 / 高幡図書館※直接会場へ / 日野おはなしの会(田島☎583-0896)
- ★元気な音楽の広場 4月10日(火)10:30～11:45 / 七生福祉センター / 歌体操、季節の歌<sup>※</sup> / おおむね60歳以上対象 / 500円※指導<sup>※</sup> / 飲み物、運動靴持参 / 櫻井(☎090-8010-2900)
- ★歌で楽しむ元気会 4月11日(水)10:30～11:30 / 七生福祉センター / 季節の童謡・唱歌、歌体操<sup>※</sup> / おおむね65歳以上対象 / 500円※指導<sup>※</sup> / 小川(☎592-6510)
- ★ドリームダンスサークル～社交ダンス体験 4月11日(水)…新町交流センター、18日(水)…市民の森ふれあいホール / 13:00～15:00 / 指導<sup>※</sup> / 経験者対象 / 数人 / ダンスシューズ持参 / 江上(☎090-6348-4884)
- ★手作り石けん販売 4月12日(木)13:00～14:00 ※完売次第終了 / 生活・保健センター前庭 / 日野第一生活学校(☎581-0265)
- ★サークルいっち～楽しく唄おうカンツォーネ 4月13日(金)13:00から / 東部会館 / 15人 / 100円 / 柳田(☎090-2251-3893)へ申し込み
- ★日野四季の会ダンスパーティー 4月14日(土)13:00～16:00 / 新町交流センター / 500円 / 川畑(☎070-6644-2729)
- ★クリア・ホーム&ガーデンから ▶フリーマーケット出店者(出店料無料)募集…4月14日(土)10:00～15:00※雨天中止 ▶ケルトの調べ…4月14日(土)15:00～17:00 / ケルトの音楽と歌 / 20人 / 3,500円※茶菓子付き / いずれも同施設(日野本町) / 同施設(☎582-1313)
- ★うたごえひろば～生演奏で歌のリーダーと一緒に歌おう 4月14日(土)13:50～15:50 / 中央福祉センター※直接会場へ / おおむね60歳以上対象 / 先着70人 / 200円 / 同ひろば(☎090-9825-3421)
- ★こども食堂～さくらちゃん 4月15日(日)16:00～18:30 / 日野キリスト教会(大坂上) / 音楽、ゲームなどの後においしい食事 / 300円※中学生以下100円 / 鈴木(☎090-5997-1383)へ申し込み

- ★村上先生と楽しく歌う会 4月14日(土)13:30～15:30 / 南平駅西交流センター / 800円 / 内川(☎592-5284)
- ★多摩童謡友の会～午後の童謡 4月20日(金)13:00～15:30 / アウラホール(京王聖蹟桜ヶ丘SC内) / 椰子の実、希望のささやき<sup>※</sup> / 1,700円※菓子付き / 同会(☎090-4919-6751)

### 美術・音楽

- ★第2回歴史的指揮者・演奏家直筆サイン展～山本コレクションから 4月の9:00～17:00 ※月曜・第2火曜日を除く / 七生公会堂 / 20世紀に活躍した指揮者・演奏家の直筆サイン、ポートレート<sup>※</sup> / 山本(☎080-5456-5636)
- ★第30回記念日野書道連盟会員展～臨書展、第9回学生書道展 4月6日(金)～8日(日)10:00～17:00※8日は15:30まで / ひの煉瓦ホール(市民会館) / 体験コーナー<sup>※</sup> / 黒瀬(☎583-8653)
- ★日野市民合唱団第13回演奏会 4月7日(土)14:00から / いちようホール(八王子市) / O Danny boy、芭蕉布<sup>※</sup> / 280人 / 1,000円※全席自由 / 鷺尾(☎586-4607)
- ★日野市ギターサークル発表会 4月30日(振休)14:00から / セツ塚ファーマーズセンター / 長谷川(☎070-5455-1139)
- ★大人のバイオリン教室発表会 4月22日(日)13:30から / 国立市民芸術小ホール / バイオリンソロ、弦楽合奏<sup>※</sup> / 原田(☎581-1093)
- ★第8回多摩アートテラス展出品希望者募集～アーティストの輪を広げよう 4月24日(火)～30日(振休)にベルブ永山ギャラリー(多摩市)で展示 / 油絵、水彩画、日本画などジャンル不問 / 出品料1,700円(1人1点) / 詳細は問い合わせを / 高橋(☎090-8043-3769)

### スポーツ

- ★日野市卓球選手権大会(硬式ダブルス) 5月19日(土)9:00から / 南平体育館 / 男子、女子、混合 / 市内在住・在勤・在学者、連盟会員対象 / 1種目2,000円※連盟会員1,600円 / 申込方法など詳細は問い合わせを / 4月30日(振休)までに日野市卓球連盟(斎藤☎080-4452-4870)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か月後から受け付けます。

- ★キッズダンスサークル～リズム感と創造力を高めよう ①毎週月曜日15:50から②毎週木曜日15:50から③毎週水曜日15:15から…幼児、16:00から…小学生 / ①平山季重ふれあい館②生活・保健センター / ①②4～12歳対象 / 2カ月4,000円 / 山蔭(☎090-6025-7712)
- ★英会話サークルMIOの会 毎月第2・第4火曜日13:10～14:50、15:00～16:40 / 中央公民館<sup>※</sup> / 月2,000円 / 坂口(☎593-2824)
- ★趣味の絵画クラブ 毎月第2・第4木曜日10:00～12:00 / 平山交流センター<sup>※</sup> / 色鉛筆などで植物、静物、景色などをはがきに描く / 初心者歓迎 / 月2,500円※指導<sup>※</sup> / 柴田(☎080-8476-5883)