平成31年度さわやか健康体操参加者募集

ID 1011021　問 健康課（☎581-4111）

日程・会場・定員 下表の通り※おおむね週1回1時間で全36回。途中で他会場への変更は不可。申込多数の場合は抽選。結果は3月中旬に通知予定
時間 午前コースは、（前半）9:30～10:30、（後半）10:45～11:45。午後コースは、（前半）13:30～14:30、（後半）14:45～15:45
内容 健康運動指導員による簡単なリズム体操・ストレッチなど
対象 運動習慣がない65歳以上（昭和30年4月1日以前生まれ）の市民※悠々元気体操および楽・楽トレーニング体操と併せての応募不可。他の運動サークル・体操サークルに参加している方はご遠慮を
費用 2,000円
その他 悠々元気体操（さわやか健康体操より運動強度が低い）および楽・楽トレーニング体操（体の歪みを整える操体法を基本とした筋力トレーニング）の参加者募集は広報ひの3月1日号で行います
申込 2月25日㈪（必着）までに〒191-0011日野本町1-6-2生活・保健センター内健康課さわやか健康体操係へ往復はがきで（1人1通。夫婦で同一会場・曜日・時間を希望する場合は1通で可）。往信用裏面に第1希望と第2希望の会場・曜日・時間、住所、氏名（ふりがな）、性別、年齢、生年月日、電話番号を、返信用表面に住所、氏名を記入

会場		曜日・時間	1コース募集人数
生活・保健センター（日野本町1-6-2）	1階※1	火曜日 午前A（前半・後半）	30人
		水曜日 午前　（前半・後半）	30人
		金曜日 午前A（前半・後半）	30人
	2階	火曜日 午前B（前半・後半）	20人
		金曜日 午前B（前半・後半）	20人
福祉支援センター（高幡1011）		月曜日 午前　（前半・後半）	30人
		火曜日 午後　（前半・後半）	30人
		木曜日 午前　（前半・後半）	30人
（公財）交通遺児育英会学生寮「心塾」（旭が丘4-7-57）		月曜日 午前　（前半・後半）	60人
南平体育館（南平4-23-1）※2		水曜日 午前　（前半・後半）	30人
		金曜日 午前　（前半・後半）	30人
南平駅西交流センター（平山4-18-1）		木曜日 午前　（前半・後半）	30人
多摩平の森ふれあい館内 多摩平交流センター（多摩平2-9）		水曜日 午前　（前半・後半）	30人
		水曜日 午後　（前半・後半）	50人
JA東京みなみ七生支店（三沢3-53-15）		月曜日 午前　（前半・後半）	30人
		月曜日 午後　（前半・後半）	30人
勤労・青年会館（多摩平1-10-1）		木曜日 午後　（前半・後半）	25人
市民の森ふれあいホール（日野本町6-1-3）		月曜日 午前　（前半・後半）	35人
平山季重（すえしげ）ふれあい館内 平山交流センター（平山5-18-2）		水曜日 午前　（前半・後半）	30人
教育センター体育館（程久保550）		木曜日 午後　（前半・後半）	30人
富士電機㈱健康増進センター（富士町1）		金曜日 午前　（前半・後半）	20人
落川交流センター（落川1400）		月曜日 午後　（前半・後半）	20人
第七幼稚園（旭が丘2-42-1）		金曜日 午後　（前半）14:20～15:20（後半）15:35～16:35	25人
新町交流センター（新町1-13-5）		水曜日 午前　（前半・後半）	60人
七生台地区センター（平山3-26-3）		水曜日 午後　（前半・後半）	20人
日野台地区センター（日野台4-17）		月曜日 午前　（前半・後半）	15人
マザアス日野（万願寺1-16-1）		木曜日 午後　（前半・後半）	25人
東宮下地区センター（東平山3-31-20）		水曜日 午前　（前半・後半）	20人
新東光寺地区センター（栄町3-14-1）		木曜日 午前　（前半・後半）	15人
七生福祉センター（三沢3-50-1）		火曜日 午前　（前半・後半）	30人
		木曜日 午前　（前半・後半）	30人
平山台健康・市民支援センター体育館（平山2-1-1）		金曜日 午前　（前半・後半）	30人
（社福）東京光の家（旭が丘1-17-17）		月曜日 午前　（前半・後半）	20人
東神明地区センター（神明2-13）		火曜日 午前　（前半・後半）	15人
栄町こうゆう館内栄町二丁目地区センター（栄町2-13-4）		木曜日 午前　（前半・後半）	20人
Tomorrow PLAZA2階Tree HALL ひの社会教育センター（多摩平3-1-1）		火曜日 午後　（前半・後半）	45人
		水曜日 午後　（前半・後半）	45人

※1 会場の都合により2階などの場合あり
※2 南平体育館は改修工事により、11月の開催分で終了（代替施設なし）

市長のうごき

▼1月後半　ID 1011174

【16日】農の学校開校式【17日】日野市清掃従事者褒章式【19日】七生緑小開校10周年記念式典、都市農業シンポジウム【22日】東京都三多摩地区消防運営協議会役員会【25日】東京都市公平委員会関係団体協議会、東京都市長会議、東京都三多摩地区消防運営協議会第一部会、東京都多摩地域三市住民情報システム共同利用運営協議会
問 市長公室秘書担当 代表a

日野映像支援隊から

日野映像支援隊のロケ情報！

映画『翔んで埼玉』の撮影が市内で行われました。
『テルマエ・ロマエ』シリーズの監督が贈る壮大な茶番劇。
日程 2月22日㈮から全国公開
出演 二階堂ふみ、GACKT 監督 武内英樹 原作 魔夜峰央「このマンガがすごい！comics翔んで埼玉」（宝島社） 脚本 徳永友一 音楽 Face2fAKE 主題歌 はなわ「埼玉県のうた」（ビクターエンタテインメント） 配給 東映 問 シティセールス推進課（☎514-8098）

©2019映画「翔んで埼玉」製作委員会

催し

趣味・教養

パソコン講習会（3月）

日時・内容 下表の通り 対象 ①以外は、文字入力ができる方 その他 個人指導（1時間 1,500円。訪問 2,500円）あり 申込 2月22日㈮（必着）までに〒191-0011日野本町2-4-7日野市シルバー人材センターPC教室係へはがきで。希望講座名と番号、住所、氏名、電話番号、OS（分かる方）を記入 会場・問 シルバー人材センター（☎581-8171）

番号・講座名	日時	費用
①初めてのパソコン（基本操作）～電源の入切・マウス操作・文字入力	3月23日㈯・30日㈯ 10:00～12:00	各3,000円（テキスト代含む）
②Word-1 ～文字変換、簡単な案内文作成	3月10日㈰・17日㈰ 10:00～12:00	
③Word-2 ～文章作成、表作成、チラシ作成	3月24日㈰・31日㈰ 10:00～12:00	
④Word-3 ～地図の作成、4段組みの文章作成	3月9日㈯・16日㈯ 13:00～15:00	
⑤Excel-1 ～基本操作と計算、印刷の仕方	3月22日㈮・29日㈮ 10:00～12:00	
⑥Excel-3 ～複合グラフ、IF関数、Lookup関数	3月9日㈯・16日㈯ 10:00～12:00	
⑦Excel VBA入門 ～タイマー・ストップウォッチを組む	3月23日㈯・30日㈯ 13:00～15:00	
⑧パワーポイント ～経営報告プレゼンテーションなど	3月10日㈰・17日㈰ 13:00～15:00	
⑨名刺の作成	3月8日㈮ 10:00～12:00	各1,500円（テキスト代含む）
⑩G-mail の使い方	3月15日㈮ 10:00～12:00	
⑪スマートフォン（スマホお持ちの方）～LINEの操作	3月24日㈰ 13:00～15:00	1,000円（テキスト代含む）

手編みスリッパ講習会

日時 2月27日㈬13:30～15:30 定員 申込制で先着20人 費用 600円 申込 2月18日㈪～22日㈮に電話 会場・問 シルバー人材センター（☎581-8171）

新選組書展～新選組ゆかりの文字を書く　ID 1011192

会期 3月1日㈮～31日㈰9:30～17:00（入館は16:30まで）※月曜日休館 内容 入選作品のほか、全国からの応募作品をすべて展示※作品数により一部入替あり 入館料 200円※小・中学生50円 会場・問 新選組のふるさと歴史館（☎583-5100）

平山台文化スポーツクラブから

申込 電話 問 同クラブ（☎506-9979）　ID 1003186

▼男の料理教室 日時・会場 ①3月4日㈪…市民の森ふれあいホール②17日㈰…平山交流センターいずれも11:00～14:00 講師 清水紀子氏（管理栄養士） 費用 2,000円

▼燻製教室 日時 3月9日㈯10:00～14:00 会場 平山台健康・市民支援センター 講師 今川裕司氏（燻製研究家） 費用 2,000円（材料費・昼食含む）

▼書道教室 日時 3月11日㈪・25日㈪13:30～16:00 会場 平山台健康・市民支援センター 講師 寺島亜希子氏（市民書道家） 費用 700円

勝五郎生まれ変わり物語～勝五郎没後150年記念・公開講演会とパネル展示　ID 1011102

日程 3月10日㈰ 時間 12:00～16:00…展示、13:30～15:30…講演会 会場 イオンモール多摩平の森イオンホール※直接会場へ 演題 平田篤胤と死者と生者の世界 講師 子安宣邦氏（大阪大学名誉教授・岩波文庫『仙境異聞・勝五郎再生記聞』校注者） 定員 先着150人 問 郷土資料館（☎592-0981）

日野市障害福祉人材育成事業「障害福祉従事者研修」　ID 1009751

日時 ①3月12日㈫②19日㈫いずれも18:30～20:30 会場 生活・保健センター 内容 ①依存症を知ろう～身近な依存②依存症からの回復～過程と周囲の支援 講師 ①藤本隆幸氏②山本由紀氏（遠藤嗜癖問題相談室） 対象 福祉職に従事している市内在住・在勤者 定員 申込制で先着50人 申込 2月18日㈪～3月8日㈮に（社福）日野市民たんぽぽの会（FAX 599-7203）へファクス 問 障害福祉課（☎514-8485）

日野の市境を歩く～谷地川・東光寺コース　ID 1011105

日程 3月16日㈯ 集合 9:30多摩平交流センター、16:00日野駅解散 内容 境界や地図に関する講座受講後、谷地川と多摩川方面の市境を散策し、日野の地形・歴史・自然などを楽しむ 講師 今尾恵介氏（地図研究家）、七生丘陵調査団 定員 申込制で先着30人 申込 2月19日㈫から電話 問 郷土資料館（☎592-0981）

体験学習会「化石でたどる大昔の日野」　ID 1011104

日程 3月23日㈯ 集合 9:30柴崎福祉会館（立川市）前の多摩川土手、12:30同所解散 内容 アケボノゾウがいた約150万年前の日野の様子を化石や地層からたどる 講師 松川正樹氏（東京学芸大学名誉教授）、西田尚央氏（同大学准教授） 対象 小学生以上※小学4年生以下は保護者同伴 定員 先着20人 申込 2月19日㈫から電話 問 郷土資料館（☎592-0981）

健康

地域介護予防活動支援事業～懐かしの歌と体操

日時 3月4日㈪10:00～11:30 会場 新川辺地区センター 対象 65歳以上の方 申込 電話 問 日野市社会福祉協議会（☎584-1294）

からだ分析＆運動講習会～運動前に体の自己分析してみませんか？　ID 1003870

日時 3月10日㈰10:00～11:30 会場 生活・保健センター内健康サポートルーム輝 内容 体成分（筋肉・脂肪）測定、簡易体力測定、運動に関する指導 講師 サポートルーム輝スタッフ 対象 18歳以上の市民※サポートルームに登録のない方でも参加可 定員 申込制で先着20人 申込 2月18日㈪から電話 問 健康課（☎581-4111）

健康づくり推進員ウオーキンググループ～日野市内の桜アラカルト・10種以上の桜を探索　ID 1010964

日程 3月13日㈬※雨天中止 集合 9:30カワセミハウス（豊田駅北口に案内あり。徒歩8分）、12:30福祉支援センター解散※直接集合場所へ コース 黒川清流公園～多摩平第一公園～日野中央公園～向島用水親水路（8キロ） 費用 100円 持ち物 飲み物、雨具、帽子、健康保険証 問 健康課（☎581-4111※開催日当日の実施確認は8:00～8:30に☎080-4347-1265へ）