

投稿のページ↓ みんなの メモ帳

原稿締め切り日

9月15日号… 8月14日(金)
10月 1日号… 8月28日(金)
10月15日号… 9月11日(金)
11月 1日号… 9月30日(水)

ごあんない

★発達相談

8月の月曜～土曜日10:00～19:00※1回45分／ひの・I-BASYO(旭が丘)／言語、摂食などについて言語聴覚士による発達相談／保護者対象／1回1,000円／同施設(宮崎☎514-9813)へ申し込み

★日野生活と健康を守る会から

▶暮らしのなんでも相談、共同墓地・葬儀、遺言、相続などの相談…8月の毎週火曜日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…8月の①毎週水曜日②毎週木曜日／17:00～19:00／①豊田教室(豊田駅南口)②日野教室(日野駅周辺)／月700円※保護者は要入会／安藤(☎080-3016-7991)へ申し込み

★ヨガサークル

8月の①毎週金曜日※14日(金)を除く②毎週月曜日※10日(月)を除く／10:00から／①カルチャールーム百草(百草)②平山交流センター／①10人②20人／1回500円※指導あり／秋山(☎090-5982-1753)へ申し込み

★「賭けない、飲まない、吸わない」の健康麻雀しま専科

8月の毎週土曜日10:30～17:00／尾崎ビル2階(立川駅北口)／あがり方の分かる方対象※中高齢者歓迎／1日2,200円／尾崎(☎090-5999-1033)へ申し込み

★日野柳友会～川柳句会

8月2日(日)13:30～15:30／勤労・青年会館／兼題…縄、馴染む※各2句／経験不問／1,000円※見学無料／筆記用具／多胡(☎584-5785)

★相続・遺言・成年後見(老後対策)・空き家対策など暮らしの無料相談会

8月6日(木)…多摩平交流センター、27日(木)…平山交流センター／13:00～16:00／相続・遺言を考える会(飯田☎090-8564-5208)へ申し込み

★コーヒーで政治を学び、語る会～私たちの政治カフェ・日野

8月8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)

★婚活テラスTAMA～①親活相談会 仲人と話そう！独身のお子様への不安・お悩み②今どきの出会い方と結婚 仲人と話そう！婚

みんなのメモ帳をお読みの皆さまにお願い

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載された各催しについては予告なく中止される場合があります。念のため、各記事末の問い合わせ先に実施の確認をお願いします。

活・お悩みあれこれ

①8月8日(土)②23日(日)／14:00～16:00／PlanT(多摩平の森産業連携センター)／①親対象②独身者・親対象／500円※飲み物付き／山中(☎090-1733-6661)へ申し込み
★**織細さん(HSP)交流会**
①8月8日(土)14:00～16:00(お茶会)②26日(木)11:00～13:00(ランチ会)／カフェ・クリスピー(多摩平)／自己紹介、HSPを知ったきっかけ、HSPの定義など／敏感体質、HSPでお悩みの方／2,000円(飲食費別途)※指導あり／金子(☎080-3016-8085)へ申し込み

★日野の自然を守る会から

▶**楽しい昆虫ウォッチング「夏の夜の林の昆虫たち」**…8月8日(土)18:00～20:00※小雨決行／落川交流センター／小学生以下は保護者同伴／大人300円、小・中学生100円／懐中電灯、虫かご、昆虫網、マスク／同会(森川☎090-2768-7929)▶**親子観察会「程久保川の生き物を探そう」**…8月16日(日)9:30～12:00／程久保川・多摩川合流点付近／小学生以下は保護者同伴／先着20人／大人200円、小・中学生100円／同会(片山☎090-4420-6148※18:00以降)へ申し込み

★日野掃除に学ぶ会～高幡不動駅前お掃除

8月9日(日)6:00京王線高幡不動駅南口バス停付近集合、7:00解散／小学生以上対象／軍手持参／惟住(☎594-7730)

★癒やしのパステル画を描く会

8月9日(日)14:00～15:30／多摩平の森ふれあい館／荒川(☎080-6643-6952)

★心と体の健康クラブ

8月9日(日)・22日(土)13:30～16:00／多摩平の森ふれあい館／丹田呼吸法、スロー筋トレ体操、健康吹き矢、生き甲斐作り学習等／20人／月2回800円※指導あり／真鍋(☎080-3015-0752)へ申し込み

★相続、遺言、成年後見など暮らしの無料法律相談会

8月9日(日)・23日(日)9:00～12:00／新町交流センター／10人／もちづき会(☎070-5467-2757)へ申し込み

★日野精神障害者家族会から

▶**学習会「社会福祉協議会の事業と精神障害者が使えるサービスについて」**…8月8日(土)14:00～16:00／福祉支援センター▶**交流会**…8月15日(土)13:30～16:00／ひの市民活動支援センター▶**家族相談(要申込)**…8月20日(木)13:00からと15:00から／ひの市民活動支援センター／家族・当事者対象／同会(☎080-1238-5960)

★成年後見制度説明会・相談会

8月18日(火)10:00から／多摩平の森ふれあい館／個別相談あり／成年後見サポートひの(☎594-9085)へ申し込み

★レディース将棋

8月22日(土)・29日(土)13:00～17:00／カワセミハウス／将棋対局／女性対象／5人程度／榎本(☎581-4519)

★第3回ひのっこ寄席

8月23日(日)14:00から／勤労・青年会館／豊福(☎080-5498-1773)

★光塩女子学院日野幼稚園から

▶**園庭開放**…8月27日(木)／未就園児／15組▶**2021年度入園説明会**…8月28日(金)10:30から／2021年度入園年齢児と保護者対象／8組／いずれも同園(程久保)／同園(☎592-5526)へ申し込み

★**ベビマとママ仲間づくりの子育ちサークル**
9月4日(金)から週1回10:15～11:45※全7回／東部会館等／触れ合い遊びやベビーマッサージ、絵本の読み聞かせ、足形アート、ママ同士が仲良くなるワーク等／2～8カ月の乳児と母親対象／8組／1回900円、テキスト代500円(初回のみ)／伊勢谷(☎090-4133-5417)へ申し込み

★ひよこハウス多摩平～1歳体験保育

9月9日(木)・10日(木)9:30～11:00／同施設(多摩平)／平成30年4月2日～31年4月1日生まれの親子対象／各日先着2組／8月31日(月)10:00から同園(下田☎582-8861)へ申し込み

★たかはた北保育園から

▶**親子で楽しく手形アート!**…8月12日(木)・13日(木)10:00～11:00▶**えいごであそぼう!**…8月20日(木)10:00～11:00▶**作って遊ぼうおもちゃ講習**…8月26日(木)10:50～11:30／いずれも詳細は問い合わせを／同園(伊藤・宮澤☎591-5003)へ申し込み▶**園見学**…9月の毎週水曜日10:00～10:30／各日先着2組／同園(水口・高木☎591-5003※9:00～16:00)へ申し込み▶**令和3年度4月採用職員募集**…詳細は問い合わせを／同園(採用担当☎591-5003)

★BeすけっとCook～高齢者の夕食のお弁当配達メンバー募集

詳細は問い合わせを／同施設(☎585-0133)

★日野駅前かわせみ保育園～保育補助募集

詳細は問い合わせを／同園(三塚☎581-2233※月曜～金曜日9:00～16:00)

講習・学習会

★無料塾学習塾～日野すみれ塾

8月の第1・第3木曜日／16:30～18:00…小学生クラス、18:30～20:30…中学生クラス／都営大坂上3丁目アパート集会室／有料塾に通っていない小学4年～中学生対象／詳細は問い合わせを／仁藤(☎080-1088-5078)

★日野・市民自治研究所から

▶**私の日本憲法史～二つの憲法の下で生きて、日本国憲法にこだわる**…①8月1日(土)14:00～16:00②22日(土)14:00～16:00／生活・保健セ

「広報ひの」に掲載する講座・催し物、人材募集など、公募により市が取得した個人情報は、各担当課で厳重に管理し、当該事業のほかには原則として使用しません。

ンター※直接会場へ／①50人②40人／各500円／マスク持参▶**昭和天皇と2つの憲法～第1回 明治憲法と昭和天皇(要申込)**…8月8日(土)14:30～16:30／勤労・青年会館／50人／500円／いずれも同研究所(☎589-2106)

★子育てセミナー～子どもをやる気にさせる言葉かけ

8月4日(火)10:00～11:45／多摩平の森ふれあい館／10人／300円／山下(☎090-4598-5525)へ申し込み

★お華炭づくり体験講座

8月9日(日)10:00～15:00※雨天中止／落川交流センター／先着10人／500円／ひの炭やきクラブ(富山☎090-8807-5437※ショートメール(SMS))へ申し込み

★英語おしゃべりクラブ～オンラインレッスン「ちょっとしゃべれる英会話と海外を知る講座」

8月22日から隔週土曜日13:30～15:30／Zoomを使用、外国人参加の回あり／5人／15,000円(10回)／実施日の3日前までに同クラブ(☎582-8691)へ申し込み

★介護職員初任者研修(通学)

9月3日～10月26日の月曜・木曜・土曜日の20日間、実習4日間／ケア・センターやわらぎ研修センター(立川市)／24人／57,124円(テキスト代含む)／申込方法など詳細は問い合わせを／同センター(井上☎042-523-3552)

もよおし

★あかいやね～①親子で楽しむ小さな音楽会②セルフケア③よっちゃんのニコニコシアター④チームまじよによる朗読劇

①8月1日(土)②12日(木)③18日(火)④26日(木)／11:00から／同施設(程久保)※直接会場へ／子育て中の親子対象／同施設(☎594-7841)

★リリックダンスパーティー

8月2日(日)・9日(日)13:10～16:10／新町交流センター／500円／五味(☎090-2633-7775)

★日野子育てパートナーの会から

▶**みんなのはらっぱ南平～はらっぱカフェタイム**…8月4日(火)10:30～11:00／南平駅西交流センター／保護者同士でお茶を楽しむ／乳幼児の保護者対象／4人／30円▶**みんなのはらっぱ万願寺～①じょうろであそぼう(要申込)②はらっぱカフェタイム**…①8月12日(木)11:00～11:45(途中入れ替えあり)②8月20日(木)10:00～10:30／①万願寺交流センター前のひろば②万願寺交流センター／②保護者同士でお茶を楽しむ／①乳幼児と保護者対象②乳幼児の保護者対象／②4人／②30円／いずれも同会(☎587-6276)

★朗読会「愛、深き淵よりーその④」(星野富弘著)

8月8日(土)14:00～15:00／日野南平キリスト教会(南平)／永井(☎593-0753)

★タンポポダンスパーティー

8月16日(日)13:30～16:00／新町交流センター／500円／渡辺(☎090-2447-2329)

★うたごえひろば～生演奏で歌のリーダーと

みんなのメモ帳に投稿される皆さまへ

6月1日号から毎月15日号への掲載を中止し、1日号のみに掲載していましたが、9月15日号から掲載を再開いたします。各号の原稿締め切り日までにお申し込みください。

また、会員募集については8月1日号から掲載を再開いたしました。メモ帳のページに空きがある場合、先着順で掲載いたします。

皆さまにはご不便・ご迷惑をお掛けいたしました。ご理解・ご協力をいただきありがとうございます。

☎市長公室広報担当(☎514-8092)

一緒に歌おう

8月22日(土)13:50～15:50／中央福祉センター※直接会場へ／唱歌、歌謡曲、うたごえ曲など／おおむね60歳以上の方対象／先着35人／200円／同ひろば(☎090-9825-3421)

美術・音楽

★光バンドチャリティーコンサート～愛のサウンドフェスティバル「光に歩む」

9月13日(日)15:00～17:00／KOTORIホール(昭島市民会館)／出演…光バンド／2,000円／東京光の家(☎581-2340)へ申し込み

スポーツ

★日野市ソフトテニス連盟～秋季個人戦

9月6日(日)9:00～17:00※予備日12月6日(日)／多摩平第一公園／男女一部・二部、シニア(50歳)、グランドシニア(70歳)／市内在住・在勤・在学者、連盟加入者対象／1ペア2,000円／8月24日(月)までに髭野(☎090-5312-0250)へ申し込み

★日野市テニス協会～日野市秋季女子ダブルステニス1Day大会

9月12日(土)※予備日19日(土)／多摩平第一公園／市内在住・在勤・在学者、協会加盟団体対象／8月10日(日)締め切り／申込方法など詳細は同協会 HP 参照／稲葉(☎090-4746-5708※18:00以降)

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。

★将棋同好会～東清会

毎週土曜または日曜日13:00～17:00／多摩平交流センター等／20歳以上の初心者対象／1回200円／六田(☎586-3275※平日20:00～22:00、土曜・日曜日19:00～22:00)

★きつつき会(木彫り)

毎月第2・第4水曜日9:00～12:00／中央公民館等／初心者歓迎／月500円／渡邊(☎583-7455)

★骨みがき体操

毎月第1・第3火曜日10:00～11:30／リフォームプラザもりしげ(南平)／ゴムバンドなどを使って骨のゆがみをリセット／8人／各回1500円※指導あり／岡戸(☎080-5024-5129)

★三浦綾子読書会に参加しませんか

毎月第1・第3水曜日13:30～15:30／多摩平交流センター等／「泥流地帯」を輪読※途中からの参加も歓迎／1回200円／竹内(☎090-8173-9334)

★日野居合道会

主に月2～5回土曜日18:00～21:00／新町交流センター等／初心者歓迎／月1,000円、スポーツ保険1,850円(年額)等※体験・見学可／福田(☎090-2759-6111)

★ゴスペル大好き倶楽部

毎月第3日曜日10:00～11:30／七生福祉センター等／1回2000円※指導あり／道廣(☎080-5437-1123)

★かしの木民謡会～生の三味線でお国の唄を唄ってみませんか

毎月第1・第2・第4木曜日13:00～16:00と毎月第1・第2・第4土曜日10:00～12:00／中央福祉センター等／初心者歓迎／1回1000円／川村(☎587-8655)

ココロセミナー

不安を和らげるセルフケアを学ぶ

ID 1014605

☎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、どんどんと不安が大きくなり、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せんか。

日時 9月12日(土)10:00～12:00 会場 多摩平の森ふれあい館 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 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9月12日参加申込、本文に参加者の氏名・連絡先を記入