



催し

生活・環境

明るい選挙啓発ポスター作品展

児童・生徒による応募作品108点の中から、審査の結果選出された日野市優秀賞・入選作品11点を展示します。

日時 1月18日(月)～29日(金)8:30～17:15※18日は13:00から、29日は12:00まで。24日(日)を除く **会場** 市役所1階市民ホール **選考管理委員会事務局** (☎514-8806)



▲日野市最優秀賞 池邊朋子さん(三沢中2年)の作品

カワセミハウス写真展～日野の野鳥たち

日時 1月24日(日)～31日(日)9:00～21:30 ※25日(月)を除く **内容** 市内で見られる野鳥の写真を解説付きで展示 **会場・問** カワセミハウス (☎581-1164)

日野産農産物を使った手作りパン教室

日時 ①1月19日(火)・20日(水)②2月8日(月)・9日(火)いずれも10:30～13:30 **会場** セツ塚ファーマーズセンター **メニュー** ①干支パンなど②ピエノワなど **定員** 12名 **問** カワセミハウス (☎581-1164)

申込制で各日先着10人程度 **費用** 各日2,500円 **申込** 竹内(☎090-7284-1947)へ電話 **問** 都市農業振興課 (☎514-8447)

みんなの環境セミナー～生物多様性って、なに!

黒川マイスター公開講座です。生物多様性について、黒川清流公園を中心にフィールドワークと講義で楽しく学びます。

日時 1月29日(金)10:00～15:00 **会場** カワセミハウス、黒川清流公園 **講師** 中西由美子氏(特定非営利活動法人樹木・環境ネットワーク協会) **定員** 申込制で先着10人 **申込** 1月19日(火)から電話 ※25日(月)を除く9:00～17:15 **問** カワセミハウス (☎581-1164)

みんなの環境セミナー～親子で楽しむ野鳥かんさつ

黒川清流公園で冬の雑木林にやってくる野鳥を、野鳥に詳しい講師解説のもと観察します。同時開催の写真展「日野の野鳥たち」の解説も行います。

日時 1月30日(土)9:30～12:00 **会場** カワセミハウス、黒川清流公園 **講師** 小久保雅之氏、藤田淳子氏(いずれも日野の自然を守る会)、カワセミハウス職員など **対象** 親子 **定員** 申込制で先着20人 **申込** 1月17日(日)から電話 ※18日(月)・25日(月)を除く9:00～17:15 **問** カワセミハウス (☎581-1164)

理学療法士さんから学ぶ「女性のためのカラダケア講座」

女性の体には産前・産後に大きな変化が起こります。骨盤に注目して、不調の原因やその改善方法について、講義と簡単な体操を実践します。特に昨今の新型コロナウイルス感染症を起因とする心身の不調など、簡単に体を動かしながら、気持ちも身体も軽くなるとはどういうことなのか、一緒に体感しませんか。

日時・内容 2月5日(金)(第1部) 10:00～11:30…産前・産後の骨盤ケアと抱っこひも、(第2部) 13:00～14:30…骨盤ケアと更年期、(第3部) 15:00～16:00…骨盤ケアと姿勢・歩行※第1・第2部は最後にグループトークあり **会場** 多摩平の森ふれあい館 **講師** 免田伸子氏、小野佳子氏(いずれも理学療法士) **対象** 第1部…産前および産後(おおむね未就学児までのお子さまがいる)の市内在住の女性、第2部…市内在住の女性、第3部…市内在住の女性(シニア世代大歓迎) **定員** 申込制で各部15人 **その他** 1歳～未就学児の保育あり(各部先着4人) **申込** 講座は1月15日(金)～2月2日(火)、保育は1月22日(金)までに電話またはファクス **問** 男女平等課 (☎584-2733 FAX 584-2748)

税の作文の優秀作品展示

ID 1010932 **日時** 1月30日(土)～2月14日(日)8:30～17:15 **会場** 市役所1階市民ホール **問** 日野税務署 (☎585-5661)

ひきこもり対策支援事業第1回セミナー「ひきこもりと“居場所”」を配信しています

ID 1015276 **視聴期限** 1月31日(日) **講師** 辻岡秀夫氏(特定非営利活動法人ゆどうふ理事長) **申込** 下記QRコードを読み込み、日野市LINE公式アカウントを友達登録後、送付されるURL(市HP)から視聴。視聴後は、アンケートへのご協力をお願いします **問** セーフティネットコールセンター (☎514-8542)

日野市福祉のしごと相談会

市内の高齢・障害・保育・児童の福祉事業者13社が出席し、就労相談ができます。福祉の仕事に関心のある方はぜひご参加ください。

日時 2月5日(金)13:00～15:00※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって、中止する場合あり。中止の場合は3日前までに日野市社会福祉協議会HPにてお知らせ **会場** イオンモール多摩平の森3階イオンホール **その他** ハローワーク八王子・東京都福祉人材センター共催 **申込** 電話または下記QRコードから。氏名、電話番号を記入 **問** 日野市社会福祉協議会 (☎582-2319)

春の草花・家庭果樹の管理講習会

日時 2月5日(金)13:30～15:30 **会場** 緑化交流センター **講師** 濱田豊氏(NHK「趣味の園芸」元講師) **定員** 申込制で先着20人 **申込** 1月18日(月)8:30から電話 **問** (公財)日野市環境緑化協会 (☎585-4740)

日野産野菜を使った飾り巻きすし教室

ID 1011759 **日時** ①1月25日(月)・26日(火)②2月16日(火)・17日(水)いずれも10:30～13:30 **会場** セツ塚ファーマーズセンター **メニュー** ①節分絵柄②お花絵柄 **定員** 申込制で各日先着10人程度 **費用** 各

日3,000円 **申込** 竹内(☎090-7284-1947)へ電話 **問** 都市農業振興課 (☎514-8447)

水辺のある風景日野50選ガイドツアー～日野市内を対岸から見てみよう



▲諏訪神社湧水 **日程** 2月6日(土)※雨天中止 **集合** 9:00 多摩モノレール柴崎体育館駅西口階段下、12:00宮沢バス停解散 **コース** 普濟寺～昭和水～築地の渡し～多摩大橋～諏訪神社(約6km) **対象** 6歳以上歩ける小学生以上の市内在住者 ※小学生は保護者同伴 **定員** 申込制で先着20人 **申込** 1月18日(月)から電話 **問** 緑と清流課 (☎514-8309)

女性限定・傷ついた心の回復をめざす講座～自尊心について知ろう

ID 1011384 **日時** 2月20日(土)13:30～16:30 **会場** 多摩平の森ふれあい館※直接会場へ **講師** Shiori氏(レジリエンスファシリテーター養成講座修了・社会福祉士)など **その他** 1歳～未就学児の保育、手話通訳あり※2月10日(水)までに電話またはファクスで申し込み。手話は要相談 **問** 男女平等課 (☎584-2733 FAX 584-2748)

虹友カフェ～LGBTとその家族・友人のためのコミュニティスペース

ID 1013734 性別に違和感がある、同性が好きなどのLGBTや、そうかもしれないと感じている方、あるいはその家族や友人向けに、お話や友達作りができる場所です。

日時 2月21日(日)13:30～16:00※入室自由 **会場** 多摩平の森ふれあい館※直接会場へ **対象** 当事者、親族、支援者 **問** 男女平等課 (☎584-2733)

普通救急救命講習会

ID 1016006 **日時** 3月20日(祝)13:00～16:00、21日(日)

9:00～12:00 **会場** 市民陸上競技場内会議室 **対象** 初めて講習を受ける市内在住・在勤・在学者(中学生以上) **定員** 申込制で各回先着15人 **申込** 1月15日(金)～29日(金)に電話。氏名、住所、電話番号、年齢、希望日、市内在勤の方は会社名、市内在学の方は学校名、中学生は保護者の同意が必要 **問** 文化スポーツ課 (☎514-8465)

趣味・教養

パソコン講習会(2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 **費用** ①～⑧各3,060円⑨1,020円※いずれもテキスト代含む **その他** 個別指導(1時間1,530円)あり **申込** 1月22日(金)(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(おがき)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** 同センター (☎581-8171)

番号・講座名	日時
①初めてのパソコン(基本操作)～電源の入れ、マウス操作、文字入力	2月19日(金)・26日(金) 10:00～12:00
②Word-1～文字変換、簡単な案内文作成	2月6日(土)・13日(土) 10:00～12:00
③Word-2～文章作成、表作成など	2月20日(土)・27日(土) 10:00～12:00
④Word-4～ページ番号、ふりがななど	2月7日(日)・14日(日) 10:00～12:00
⑤Excel-1～基本操作と計算など	2月21日(日)・28日(日) 10:00～12:00
⑥Excel-2～グラフの変更など	2月6日(土)・13日(土) 13:00～15:00
⑦Google・Gメールの使い方～Google検索、メール操作など	2月20日(土)・27日(土) 13:00～15:00
⑧デジカメ・応用～写真の加工・合成など	2月5日(金)・12日(金) 10:00～12:00
⑨スマートフォン(お持ちの方)～アプリのダウンロードと使い方	2月21日(日) 13:00～15:00

Zoomおためし講座

パソコンやスマートフォンで気軽にオンライン会議ができる「Zoom(ズーム)」。講座を受けたり、家族や友人、サークル仲間と話したりするのに役立ちます。

日時・内容 1月27日(水)…入門編、29日(金)…ステップアップ編。いずれも10:00～11:00または14:00～15:00 **参加方法** Zoomまたは会場参加 **会場** 中央福

社センター **定員** 申込制でZoomは先着50人、会場参加は先着5人 **申込** Eメールまたは下記QRコードから。氏名、電話番号、希望講座名、使用機器(PC、スマホ、タブレット)を記入 **問** 日野市ボランティアセンター (☎582-2318) **問** hino-vc@hinosuke.org



健康

シニア体力測定会

完全予約制のため、当日の参加受け付けはできません。

日時 ①2月5日(金)13:30～15:30②17日(水)9:30～11:30 **会場** ①湯沢福祉センター②勤労・青年会館 **内容** 6種類の体力測定、お口チェックミニ講座、フレイルチェック **対象** おおむね65歳以上の方 **定員** 申込制で各日先着40人 **参加条件** マスク着用。当日、発熱や風邪の症状などがある方はお断りする場合があります。感染症対策のガイドラインに従ってご参加を **申込** 電話 **問** 日野市社会福祉協議会 (☎584-1294)

健康づくり推進員から

ID 1014038 健康づくり推進員は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため3月まで活動を中止します。 **問** 健康課 (☎581-4111)

自死遺族を支えるために～トーク&交流会

ID 1013145 「なぜ?」「もっと何かできることがあったのでは?」「誰にも話せない」。身近な方を自死(自殺)で亡くした多くの方の言葉です。経験者のお話を聞いてみたい方、残された方々を支えるために何ができるのか考えたい方のためのセミナーです。

日時 2月28日(日)14:00～16:30 **会場** 関戸公民館(多摩市) **定員** 申込制で先着20人 **申込** 電話またはEメール **問** セーフティネットコールセンター (☎514-8542) **問** s-net@city.hino.lg.jp