

講座



東部会館いきいき教室
ゆるリラ体操(体をほぐすセルフケア)



日 10月13日(木)・27日(木)午後1時30分～3時 場 同会館集会室 対 30歳以上の方 定 申込制で各日先着5人 料 各日1,200円 申 電話 問 同会館温水プール(☎042-583-5266)

ダンボールコンポスト
講習会 ID1011572



▶使い方講習会

日 10月14日(金)午後2時～3時30分 場 市役所1階101会議室 定 申込制で先着13人 申 石田環境プラザ(☎042-584-3317)へ電話

▶生ごみリサイクルお悩み相談会

日 10月19日(水)午後8時～9時30分 場 Zoom(オンライン) 講 佐藤美千代氏(ひの・まちの生ごみを考える会) 定 申込制で先着10人 申 申込フォームまたはEメール(✉info@namagomi-heraso.com)で。氏名、電話番号を記入
いずれも 問 ごみゼロ推進課(☎042-581-0444)

女性限定 傷ついた心の回復
をめざす講座



ID1019123

日 10月15日(土)午後1時30分～4時30分 場 PlanT(多摩平の森産業連携センター)※直接会場へ 講 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 他 1歳～未就学児の保育、手話通訳あり※10月5日(水)までに電話またはファクスで申し込み 問 平和と人権課(☎042-584-2733 FAX 042-584-2748)

得する街のゼミナール
日野まちゼミ



ID1016149

お店の人が講師となって、専門店ならではの専門知識やプロのコツ、お役立ち情報などを無料で教えてくれる街の中のゼミナールです。

日 10月15日(土)～11月30日(水)※1～2時間 料 材料費などがかかる場合あり 他 詳細は日野市商工会HPまたはパンフレット(日野市商工会、日野市役所、多摩信用金庫、さわやか信用金庫、セミナー開催店などで配布)参照 申 受講受け付け中。セミナーを開催する各店舗へ問い合わせを 問 日野市商工会(☎042-581-3666)

自分らしく人生を終えるために～アドバンス・ケア・プランニングを学ぼう！



ID1020409

日 10月22日(土)午後2時～4時 講 宮本芳恵氏((一社)アルデバラン) 定 申込制で先着36人 申 10月4日(火)午前9時から電話、来館または電子申請※電話、来館の場合は月曜日、祝日を除く 場・問 中央公民館(☎042-581-7580)

普通救命講習



ID1002423

日 10月23日(日)午前9時～正午※毎月第4日曜日に実施 内 心肺蘇生法、AEDの使用法など 定 申込制で先着10人 料 1,500円(テキスト代) 申 電話 場・問 日野消防署(☎042-581-0119)

スマホ個別相談会 in 高幡

日 10月27日(木)午後1時30分～2時15分と午後2時30分～3時15分 場

福祉支援センター 講 スマホお助け隊 対 市内在住者 定 申込制で各回先着5人 申 10月3日(月)午前9時から電話 問 日野市ボランティア・センター(☎042-582-2318)

初めて作る、切り絵に
挑戦 ID1020445



日 11月1日(火)・2日(水)午前10時～正午 講 志村満江氏、渡辺和夫氏(いずれもひの切り絵サークル) 対 全回参加できる方 定 申込制で先着15人 申 10月4日(火)午前9時から電話または来館※月曜日、祝日を除く 場・問 中央公民館(☎042-581-7580)

おとなの手作り絵本



講座 ID1020410

日 11月2日(水)・30日(水)午後2時～3時30分 講 ひの児童館職員 対 全回参加できる市内在住・在勤・在学者 定 申込制で先着10人程度 料 100円(材料費) 他 完成した作品は手作り絵本展で展示 申 10月4日(火)午前9時から電話または来館※月曜日、祝日を除く 場・問 中央公民館(☎042-581-7580)

世界に一つだけの自分の印を
彫ろう！



楽しい篆刻講座

ID1020412

日 11月4日(金)・11日(金)・18日(金)午後1時30分～3時30分 内 年賀印、名前印作成 講 土方 薫々氏(全日本篆刻連盟理事、日野書道連盟会長) 対 全回参加できる市内在住・在勤・在学者 定 申込制で先着15人 料 1,500円(印刀、印材代) 申 10月4日(火)午前9時から電話または来館※月曜日、祝日を除く 場・問 中央公民館(☎042-581-7580)

パソコン講習会(11月)



日・内 下表の通り 対 ⑬はスマホ講座1～3を受講済み、またはスマホ操作ができる方 料 ①～⑧各3,060円(2日間) ⑨1,530円 ⑩～⑫各1,020円 ⑬2,040円(2日間)※いずれもテキスト代含む 他 個人指導(1時間1,530円)あり 申 10月22日(土)(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(☎)またはQRコードから。希望講座名と番号、住所、氏名、電話番号、OS(分かる方)を記入 場・問 同センター(☎042-581-8171)

番号・講座名	日時
①Word-1(文字変換、簡単な案内文作成など)	5日(土)・12日(土)午後1時～3時
②Word-2(文章作成、表作成など)	19日(土)・26日(土)午後1時～3時
③Word-3(地図・写真入り案内の作成など)	4日(金)・11日(金)午後1時～3時
④Word-4(ページ番号、ふりがななど)	18日(金)・25日(金)午後1時～3時
⑤Excel-1(基本操作と計算、印刷の仕方など)	5日(土)・12日(土)午前10時～正午
⑥Excel-2(グラフの変更、複数シートの計算など)	19日(土)・26日(土)午前10時～正午
⑦Excel-3(複合グラフ、IF関数など)	6日(日)・13日(日)午前10時～正午
⑧Excelマクロ入門(初歩的なVBAプログラムを学ぶ)	20日(日)・27日(日)午前10時～正午
⑨クリスマスカード作り	4日(金)午前10時～正午
⑩スマートフォン1(お持ちの方)～基本操作	11日(金)午前10時～正午
⑪スマートフォン2(お持ちの方)～アプリ追加と使い方	25日(金)午前10時～正午
⑫スマートフォン3(お持ちの方)～LINEの操作	13日(日)午後1時～3時
⑬実用スマートフォン講座(便利・楽しいアプリ紹介)	20日(日)・27日(日)午後1時～3時

秋のスマートフォン使
い方講座 ID1020581



日 ①11月8日(火)②9日(水)いずれも午後2時～4時 場 ①中央公民館②平山交流センター 講 (株)アミュー 対 おおむね60歳以上の方 定 申込制で各回先着30人 申 10月4日(火)午前9時から電話または来館※月曜日、祝日を除く 問 中央公民館(☎042-581-7580)

かわいいつるし雛～うさぎ、うぐいすと梅



ID1020446

日 11月10日(木)・17日(木)・24日(木)、12月1日(木)午後1時～3時 講 大竹裕子氏(布遊びひろの会代表) 対 全回参加できる方 定 申込制で先着20人 料 4,000円(材料費4回分) 申 10月4日(火)午前9時から電話または来館※月曜日、祝日を除く 場・問 中央公民館(☎042-581-7580)

高齢者



転倒予防教室

▶もみじグループ

日 ①10月3日(月)・10日(祝)②7日(金)・14日(金)いずれも午後2時～3時

▶かえでグループ

日 ①10月17日(月)・24日(月)②21日(金)・28日(金)いずれも午後2時～3時

いずれも 場 ①リハビリセンターしんめい(神明)②日野中央公園 内 ①運動機器を用いた筋力向上のための運動②屋外で運動機能向上のための体操 対 要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の市内在住者※神明地区にお住まいの方を優先 定 申込制で各グループ10人 他 原則各グループ全4日間の参加が必要 申 地域

包括支援センターせせらぎへ電話 問 地域包括支援センターせせらぎ(☎042-589-3560)、市高齢福祉課(☎042-514-8496)

シルバー人材センター入会案内説明会

日 ①10月6日(木)②20日(木)いずれも午前10時～正午 場 ①生活・保健センター②平山交流センター 対 60歳以上の方 定 申込制で先着①25人②30人 申 電話 問 日野市シルバー人材センター(☎042-581-8171)

税金



今月の税金などの納期限は10月31日(月)



ID1008395

今月は、市民税・都民税(普通徴収)第3期、国民健康保険税(普通徴収)第4期、後期高齢者医療保険料(普通徴収)第4期の納期です。
問 納税課(☎042-514-8259)

しごと



東京都最低賃金改正



ID1003498

東京都最低賃金は、令和4年10月1日から時間額1,072円に改正されます。東京都内で働くすべての労働者に適用されます。

また、最低賃金引き上げに向けた環境整備のための支援策として、業務改善助成金などの各種助成金制度を設けています。

問 最低賃金について…東京労働局労働基準部賃金課(☎03-3512-1614)、業務改善助成金について…同助成金コールセンター(☎0120-366-440)