



12/25・26 日立北高等学校の弓道部が全国高等学校弓道選抜大会に出場

悔しい結果も、決意新たに

日立北高等学校の弓道部が、11月に行われた県予選会で、弓道女子団体としては創部以来初となる優勝を果たし、12月25日・26日に岐阜県で行われた「第39回全国高等学校弓道選抜大会」の女子の部に出場しました。結果は惜しくも予選敗退となってしまいましたが、主将の

えびねまりな
海老根茉里奈さんが、2021年への決意と抱負などを話してくれました。



弓道に対する気持ち、誰よりも強く・真摯でありたい

出場に当たり、多くの方がさまざまな形で応援してくれました。本当にありがとうございました。

全国大会の結果は的中が4本中2本。自分の力を出し切れず悔しく思うと同時に、課題や改善点を把握でき、大舞台でも強い気持ちを持って臨めるようにと、練習への気持ちを

新たにすることができました。

弓道に真剣に取り組むきっかけくれた顧問の矢部先生をはじめ、私たちを支えてくれる多くの方の期待に応えることができるよう、そして、弓道に対する姿勢や気持ちは誰よりも強く・真摯でありたいと思う自分と向き合うためにも、日々鍛錬を重ねていきたいと思います。

主将 海老根 茉里奈

12/14 日立市女性防火クラブ結成40周年記念式典開催

長年の活動で市内の火災予防・地域防災の普及に貢献

昭和55年に家庭や地域から火災を発生させないことを目的として結成された女性防火クラブが、結成から40周年を迎え、消防拠点施設で記念式典が行われました。当初は中里地区に3クラブ66人での活動でしたが、現在では市内各地域で13クラブ257人が火災予防や応急救護の普及などの活動を行っています。

橋本弘子会長は、「今後も火災予防、地域防災のために様々な取組をしていきたい。」と抱負を述べました。



12/20 YLCの手形アート展示・一般参加者がメッセージ作成

コロナ禍でも明るく前向きに高校生が企画・制作

高校生によるボランティア団体「日立ヤングリーダーズクラブ(YLC)」では、まちを勇気づけ、多くの方が明るく前向きになることを祈り、虹の手形アートを制作しました。

20日は、一般の方から夢や希望をメッセージにしてもらい一つの作品にしました。完成作品はシビックセンターで展示中です。石田未優会長は「虹には平和の意味がある。多くの方に見てもらい元気な気持ちになってほしい」と話しました。



1/12 「赤羽緑地を守る会」が各種コンクール等の受賞を報告

赤羽緑地が学びと憩いの場になるようにとの願い込め

赤羽緑地の公園里親団体「赤羽緑地を守る会」が、花を中心とした環境美化推進活動を評価され、この度、「全国花のまちづくりコンクール」「茨城県芸術祭映像コンクール」「茨城県花と緑の環境美化コンクール」で、トリプル受賞しました。廣瀬泰和会長は、「この受賞を契機に、赤羽緑地を子どもたちにとっては遊びと学習の場、高齢の方にとっては憩いと安らぎの場になるよう、今後も取り組んでいきたい」と話しました。



お知らせ

国民年金保険料の納付は 口座振替がお得です

口座振替は、国民年金保険料を納付する手間を省ける上に、納め忘れもなく、とても便利です。また、早割（当月分の国民年金保険料を当月末に振替納付）で納付することにより、月々50円が割引される制度があるほか、現金納付よりも割引額が大きい6か月前納、1年前納、2年前納もあり、大変お得です。

【令和2年度の国民年金保険料を毎月納付した場合と一括前納した場合との比較表】

	納入方法	納付額 (年額)	割引額 (2年分換算)
毎月	現金納付	198,480円	-
	口座振替(早割)	197,880円	1,200円
6か月前納	現金納付	196,860円	3,240円
	口座振替	196,220円	4,520円
1年前納	現金納付	194,960円	7,040円
	口座振替	194,320円	8,320円
2年前納	現金納付	383,210円 (2年分)	14,590円
	口座振替	381,960円 (2年分)	15,840円

*令和3年度以降の国民年金保険料月額及び表の割引額は変更される場合があります。

- 手続きに必要なもの：納付書または年金手帳、預金通帳、金融機関届出印、身分証明書
- 手続きの場所：希望の金融機関、年金事務所、国民健康保険課、各支所
- 手続きの期限：口座振替による前納の申し込みは2月末まで

国民健康保険課 内線206
日立年金事務所 TEL 24-2194

令和3年度学校給食用食材の 納入業者の登録申請の受付

納入希望業者は、各調理場にある「学校給食用賄材料納入業者登録申請書」と関係書類を提出してください。

受付：1月21日(木)～2月5日(金)
午前8時～午後4時30分 *土・日曜日を除く。

提出先：北部学校給食共同調理場
対資格：市内に事業所・事務所または不動産を有する業者

添付書類：食品販売・食品営業許可証など(写)、市税に関する全ての納税証明書 選考基準：衛生、経営状況、運送方法などに関すること

北部学校給食共同調理場
TEL 42-0151

物品購入などの入札参加資格 審査申請の追加受付

日立市、日立市企業局、日立・高萩広域下水道組合が発注する物品購入などの入札に参加を希望する業者は、入札参加資格審査申請書を提出してください。*既に令和2・3年度の入札参加資格を得ている方は申請する必要はありません。

受付：3月1日(月)～5日(金) 午前9時30分～11時30分、午後1時30分～4時30分 *2月12日(金)～25日(木)は郵送のみ受け付け

提出先：市、市企業局分・契約検査課 日立・高萩広域下水道組合分・日立・高萩広域下水道組合総務課(十王町伊師)

物品購入など(売買・印刷・賃貸借)、業務委託(令和3年度分追加受付) *詳細は、市のホームページをご覧ください。

契約検査課 内線524
企業局総務課 内線496

日立・高萩広域下水道組合総務課
TEL 39-5595

旧陸海軍の史料収集

茨城郷土部隊史料保存会では、戦争に関する史料の散逸を防ぐとともに、収集や保存、展示により後世に継承し、戦争の惨禍と平和の尊さを考える場を提供しています。旧陸海軍に関する遺品や写真などの史料をお持ちの方は、ご連絡ください。

茨城郷土部隊史料保存会(大高)
TEL・FAX 029-2254-3520

ねずみで困っていませんか

殺そ剤を無料で配布します。
配布期間：2月1日(月)～7日(日)
午前9時～午後5時 *在庫がなくなりしだい配布終了。

配布場所：環境衛生課(平日のみ)、市民課(土・日曜日のみ)、

各支所(豊浦・日高・西部支所は平日のみ)、滑川・成沢・大沼・水木・久慈川日立南交流センター *大沼交流センターについては、仮設事務所で配布します。

配布数：1世帯につき、1～2袋
環境衛生課 内線542

内配布数：1世帯につき、1～2袋

会瀬青少年の家は一時休館します

館内・屋外トイレの改修工事や、非常用照明設備の更新工事のため、一時休館します。
内容 全館 *多目的広場、テニスコート、屋外炊飯場は利用できます。

休館期間 2月1日から4月下旬まで *期間が変更になる場合は、市のホームページでお知らせします。

問合せ

- 工事について 女性若者支援課 TEL 26-0315 IP 050-5528-4939
- 施設の予約・利用について 会瀬青少年の家 TEL 22-9535 IP050-5528-4925

吉田正音楽記念館の臨時休館は 2月8日(月)・17日(水)・18日(木)です

設備点検などのため、休館します。

吉田正音楽記念館 TEL 21-1125

日立シビックセンター地下駐車 場の臨時休業は1月25日(月)です

電気設備点検のため、休業します。

*1月24日(日)の午後10時30分から26日(火)の午前7時まで入庫不可。

文化・国際課 内線595

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、掲載したイベントなどは中止または変更となる場合があります。最新の情報については、市のホームページをご覧ください。

民有地の伸びた生垣や樹木の剪定と草刈りをお願いします

民有地から道路へ張り出している生垣や樹木の枝、雑草が原因で通行に支障をきたすほか、標識やカーブミラーなどが見えにくくなり、交通事故が発生する場合があります。剪定や草刈りなど適切な管理をお願いします。また、倒木のおそれがある枯れ木などの伐採もお願いします。

園道路管理課 内線219



2月の出張刃物研ぎ

とき・ところ	
4日(木)・いぶき台団地集会所	16日(火)・宮田交流センター
5日(金)・セイブ十王店	17日(水)・成沢交流センター
8日(月)・十王駅前公園隣	18日(木)・諏訪交流センター
9日(火)・しゅくひがし児童公園隣(日高町)	19日(金)・塙山交流センター
10日(水)・田沢台団地公民館	22日(月)・ハイコーブ金沢店
12日(金)・滑川交流センター	24日(水)・藤屋商店(水木町)
15日(月)・とのうち児童公園隣(東町)	25日(木)・なめど児童遊園隣(久慈町)

*時間=午前9時～午後3時(受付は午後2時30分まで)
 荒天時は、中止になる場合があります。
 *包丁・鎌など350円から

日立市シルバー人材センター TEL 34-6018

善意の「芳志」(敬称略)

次の方からご芳志をいただきました。ありがとうございます。

【福祉関係】 千葉建築設計事務所、綿引かつ江(神峰町)

催し

百年塾・日立のまち案内人による「まち案内人入門講座」

「ある町の高い煙突」ゆかりの地から「日立」について学びます。

	とき	ところ	内容
①	2月6日(土) 午前10時～正午	教育プラザ	【座学】ある町の高い煙突ゆかりの場所などを紹介
②	2月13日(土) 午前10時～正午 *小雨決行	日立駅中央口(集合・解散)	【現地研修】円形ベンチ(大煙突上部)～平和の鐘～ワールドピースマーカー～新都市広場～鉾山電車跡～彫刻巡り～四面歩道橋～デザインマンホール(3か所) *徒歩3.5km
③	2月20日(土) 午前10時～正午 *小雨決行	かみね公園南駐車場(集合・解散)	【現地研修】さくら標準木～久原房之助・小平浪平頌徳碑(大煙突下部)～郷土博物館～展望台(5億年前の石)～新田次郎文学碑～共楽館 *徒歩3.5km

*先着10人(すべての回に参加できる方)

元気カフェのイベント(2月)



とき	内容
◆すげがわ(市役所庁舎南隣) IP 050-5528-5138	
① 10日(水) 午後1時30分～2時15分	JWAYでおなじみ「健康体操」
② 18日(木) 午後1時30分～2時30分	高齢者の健康相談
③ 12日(金)、26日(金) 午後1時30分～3時	「タブレット超入門講座」～スイッチオンから御一緒に～
◆あゆかわ(女性センター内) IP 050-8012-4182	
④ 4日(木)、18日(木)、3月4日(木) 午後1時30分～2時30分	タブレット講座実用編(全3回)タブレットで旅行計画を立てよう♪
⑤ 10日(水) 午後1時30分～2時30分	高齢者の健康相談
⑥ 19日(金) 午後1時30分～2時	ゆるゆる健康体操
◆くじはま(老人福祉センター吹上荘内) IP 050-8012-4183	
⑦ 2日(火) 午前10時～午後3時30分	節分「豆菓子プレゼント」
⑧ 9日(火) 午前10時30分～11時30分	ポカポカ体操
⑨ 毎週水曜日 午前11時50分～午後0時10分	お買い物を身近に。移動スーパーがやってくる
◆いこいのひろば元気カフェ べんてん(平和通り四面歩道橋脇) TEL 22-5570	
⑩ 1月30日(土) 午前の回:午前11時～正午、午後の回:午後1時30分～2時30分	「親子で楽しい茶道体験」5歳から小学生までの親子(2人1組で参加費600円)

*③は要事前申し込み。先着5人(両日参加できる方)
 *④は要事前申し込み。先着5人(3回参加できる方)
 *③④とも講座用貸し出しタブレットあり
 *⑩は1月27日(水)までに申し込みを。各回10組
 *マスクの着用、検温などにご協力ください。

巨樹観察会

日立市内の巨樹を巡る

時 2月13日(土) 午前8時30分(市役所出発)～正午(市役所到着予定)

*小雨決行。荒天中止

場 市内(御岩山の三本杉など)

対 市内に住んでいる方 *定員20人

(多いときは抽選)

内講師 安嶋 隆さん(ひたち巨樹の会) 持ち物 飲み物、メモ帳、筆記用具、雨具、マスク *歩き

料 千円(高校生以下は無料。中学生以下は保護者同伴) *当日徴収

やすい服装で。

時 2月3日(水)までに、参加者全員住所、氏名、年齢、電話番号をEメールか電話で、環境を創る日立市民会議事務局(環境政策課内) Eメール kansen@city.hitachi.jp 内線746へ

赤羽緑地野鳥観察会

時 2月13日(土) 午前9時～11時

場 赤羽緑地(午前8時45分までに、あずまや付近集合) *雨天中止

対 小学生以上(低学年は保護者同伴) *先着20人

料 千円(高校生以下は無料。中学生以下は保護者同伴) *当日徴収

【内】講師 日本野鳥の会茨城支部会員
持ち物 筆記用具、双眼鏡（貸出可）、防寒服装、帽子、手袋など
【申】2月11日（木）の正午までに電話で、赤羽緑地を守る会（久慈川日立南交
流センター内 TEL52-3155）へ



【日】立市芸術祭 日立写真連盟
作品展覧会

【時】2月1日（月）～5日（金） 午前10時～
午後5時 *5日は午後4時まで
【場】教育プラザ2階市民ギャラリー
【問】日立写真連盟（廣瀬 TEL42-3583）

講座

【社会体育指導者講習会
（ウォーキング）

【時】2月14日（日） 午前9時30分～11時
30分（受付は午前9時から）

【場】池の川さくらアリーナ（サブアリーナ）他

【対】スポーツ少年団、子ども会の指導者、講習会に関心のある市民の方
【内】講師 NPO法人茨城県ウォーキング協会 持ち物 体育館シューズ、屋外シューズ、タオル、飲み物 *定員50人（多いときは抽選）。動きやすい服装で。
【申】2月5日（金）までに直接か電話で、スポーツ振興課 内線639へ



【エコドライブセミナー】

【時】①2月18日（木） ②2月26日（金）

【各日午後2時～3時】

【場】①滑川交流センター大会議室

②埴山交流センターホール大

【対】自動車運転免許がある方

*各日先着25人

【内】環境に配慮した運転方法を学ぶ講習会。受講者にはエコグッズをプレゼント。講師 日本自動車連盟（JAF）茨城支部

【申】事前に、住所、氏名、年齢、電話番号、受講を希望する会場名を電話かFAX、Eメール、はがきで、

環境政策課 内線297 FAX21-5016 Eメール kanseni@city.hitachi.lg.jp

【郷土博物館の講座】

①郷土ひたちの文化を学ぶ「常陸国内における佐竹家臣団」

【時】2月24日（水） 午前10時～11時30分

【内】講師 茅根 博さん（郷土ひたち文化研究会員） *先着50人

②ふるさと教室 地学「県北海岸の成り立ちと特徴 多賀山地周囲の段丘」

【時】2月25日（木） 午前10時～11時30分

【内】講師 田切美智雄郷土博物館特別専門員 *先着50人

【場】①②とも教育プラザ

【料】①②とも100円（資料代）

【申】1月27日（水）の午前9時から電話で、郷土博物館 TEL23-3231

IP050-5528-4923へ

【郷土の講座】

「写真でたどる日立の歴史」

【写真や写真集で、明治・大正・昭和の変遷をたどり、ふるさと日立の魅力を再発見してみませんか。】

【時】2月26日（金） 午前10時～11時30分（受付は午前9時30分から）

【場】記念図書館2階学習室

【内】講師 萩原明子さん（郷土博物館学芸員） *先着20人

【申】1月27日（水）の午前9時30分から、直接か電話で、記念図書館 TEL24-

7714 IP050-5528-4946へ

【百年塾いきいきワクワク講座】

「音楽de世界を知ろう！〜ワールドツアー ポーランド編〜」

【時】2月27日（土） 午後1時30分～3時（午後1時開場）

【場】日立市民会館111号室

【対】小学生以上 *先着20人

【内】ギター演奏を交えシヨパンの国の文化と歴史を話す。講師 住谷リディアさん（ポーランド出身）

【申】1月25日（月）の午前9時から電話で、百年塾サロン TEL23-9165へ

募集

【日立市体育協会のパート職員】

【内勤務地】市民運動公園、十王・折笠・諏訪・河原子北浜スポーツ広場、日立武道館など 募集人数 各施設とも若干名 勤務内容 主に施設運営及び維持管理業務

*勤務時間など詳細は日立市体育協会のホームページをご覧ください。

【対】いずれも20歳～65歳の方

【申】1月29日（金）までに所定の履歴書を直接か郵送で、日立市体育協会

〒316-0034 東成沢町2-15-1 TEL36-6661へ

【時】日時 【場】場所 【対】対象 【内】内容 【料】参加料など（料金記載のないものは無料） 【申】申し込み 【問】問合せ 【他】その他

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、掲載したイベントなどは中止または変更となる場合があります。最新の情報については、市のホームページをご覧になるか、主催者にお問い合わせください。

吉田正音楽記念館勤務員 (会計年度任用職員)

職種	①	②
	フロア勤務員	展望カフェ勤務員
任用期間	4月1日～来年3月31日	
募集人数	7人	7人
勤務場所	吉田正音楽記念館	
勤務時間	土・日曜日、祝日を含む週5日、午前10時～午後4時(休憩時間1時間)及び午後4時～9時の2交代制	
業務内容	受付、案内業務、自主事業企画及び運営、楽器演奏など	調理、接客、食材や備品等の管理など
報酬(月額)など(予定)	162,870円 *通勤に係る費用・期末手当支給、社会保険など適用あり。	103,683円
選考方法	面接	

申し込み 2月1日(月)までに、日立市会計年度任用職員申込書(履歴書)を直接か郵送で、文化・国際課 内線510へ
*①②とも、志望理由書(様式任意、400字程度)も提出してください。

子ども発達相談センター相談員 (会計年度任用職員)

職種	子ども発達相談センター相談員(1人)
任用期間	4月1日～来年3月31日
応募資格	公認心理師・臨床心理士などの資格を持っているか、教職経験・保育園勤務経験のある方で、検査(WISC-IVまたはWISC-III)のできるかた
業務内容	発達障害の子どもに関する面接相談・電話相談、小集団指導など
勤務場所	子ども発達相談センター(教育プラザ)
勤務条件	勤務日=月～金曜日(週4日)、土曜日(月1回) 勤務時間=平日午前9時～午後5時15分、土曜日午前9時～午後4時(休憩1時間)
報酬など	月額154,910円(予定) *通勤に係る費用(日立市関係規定に基づき支給)。社会保険・雇用保険あり
選考方法	作文、面接

申 2月12日(金)までに、日立市会計年度任用職員申込書(履歴書)(教育研究所にあるほか、市のホームページ)

ページからもダウンロードできます(資格証の写しを直接、教育研究所 内線681へ)

子ども

■新体操教室(初心者大歓迎)

時 毎週月曜日 午後5時～6時

場 塙山小学校体育館

対 小学1年生以上

内 リボン、ボールを使う新体操教室

料 月2千円

申 1月25日(月)の午前10時から電話で、日立市体育協会 TEL 36-6661へ

■日立市少女合唱団の団員

時 毎週土曜日

場 中小路交流センター他

対 小学1年生～高校3年生 *定員30人。音楽未経験者大歓迎。

料 ジュニアクラス(小学生) 2千円、シニアクラス(中学生・高校生) 1月1500円

申 2月1日(月)の午前9時から電話かFAXで、日立市民会館 TEL 22-6481 FAX 22-6633へ

*日立市民会館のホームページからも申し込みできます。

2月1日(月)の午前9時から電話かFAXで、日立市民会館 TEL 22-6481 FAX 22-6633へ



■子育て支援センターの講座

施設	とき	内容	講師
みやた (TEL 22-5592)	2月	16日(火) 親と子のサポーターとのフリートーク	親と子のサポーター
おおくぼ (TEL 33-1125)		10日(水) 栄養に関する講座	健康づくり推進課
はなやま (TEL 36-0526)		9日(火) おはなし会	ボランティア絵本の会

*各日午前10時30分～11時30分
*みやた・はなやま：先着5組、おおくぼ：先着10組
*申し込みは、事前に電話で、各子育て支援センターへ

問 子育て支援センターの講座 内線308

チビッコ集まれ! 保育園・認定子ども園で遊ぼう

時 2月18日(木) 午前9時30分～11時
場 市内各保育園・認定子ども園

施設名	電話番号	施設名	電話番号
じゅうおう	39-2405	小木津聖徳	42-4328
かみね	22-5582	こどものいえ*	43-6494
おおもり	22-5584	田尻徳風	42-8218
かみちよう	22-5583	滑川聖徳	22-7133
おおせ	35-5585	せいじ園*	22-0373
ゆなご	33-1093	つくしんぼ	37-4278
おおくぼ	33-0872	多賀さくら*	59-3355
みずき	52-2608	学びの森	33-8822
くじ	52-5046	わかば園*	52-0774
みやた*	22-3953	森山聖徳	52-0774
はなやま*	36-2673	水木わかば	52-5991
いしまち*	39-5250	幼稚園*	
豊浦さくら	33-6111	みらい園*	53-9412

*は認定子ども園。親子とも運動できる服装で。みやた・はなやま認定子ども園は「あそびのつどい」(開催時間は午前10時～11時)と同時開催

申 2月15日(月)～17日(水)の午前9時から午後4時までに、直接か電話で、各園へ *詳細は各園へ問合せを。
問 子育て支援センター 内線308



図書館の催し (2月)

催し	とき	内容
----	----	----

◆記念図書館 TEL 24-7714 IP 050-5528-4946		
らっこのおへや	17日(水)、24日(水) 午前11時～11時30分	絵本の読み聞かせや手遊びなど 対象=0歳から *電話で申し込みを(2月1日(月)の午前9時30分から受付)。各日先着8組
おはなし会	20日(土) 午後2時～2時30分	絵本の読み聞かせや紙芝居など 対象=おおむね3歳から *先着12人

◆多賀図書館 TEL 33-2655 IP 050-8012-6952		
おいっちに(0・1・2)おはなし会	4日(木) 午前11時～11時30分	絵本の読み聞かせや手遊びなど 対象=0歳から
おはなし会	18日(木) 午後3時30分～4時	おはなしや絵本の読み聞かせなど 対象=おおむね3歳から
ふわふわおはなし会	27日(土) 午前11時～11時30分	皆さんが読んだ本を互いに紹介します。 対象=どなたでも
ブックパーティー	21日(日) 午前10時～正午	皆さんが読んだ本を互いに紹介します。 対象=どなたでも

*いずれも先着15組。

◆十王図書館 TEL 20-2345 IP 050-5528-4921		
テンちゃんおはなし会	13日(土) 午前10時30分～11時	絵本の読み聞かせほか 対象=おおむね3歳から
びよびよおはなしかい	25日(木) 午前10時30分～11時	絵本の読み聞かせ、手遊びなど 対象=0歳から

*いずれも電話で申し込みを(2月1日(月)の午前9時30分から受付)。各日先着6組。

◆南部図書館 TEL 29-1125 IP 050-5528-4950		
おはなしのゆりかご	16日(火) 午前11時～11時30分	絵本の読み聞かせや手遊びなど 対象=0歳から
くじらちゃんおはなし会	28日(日) 午後2時～2時40分	絵本の読み聞かせや手遊びなど 対象=おおむね3歳から
ブックパーティー	13日(土) 午前10時～正午	皆さんが読んだ本を互いに紹介します。 対象=どなたでも

◆ブックスタート～赤ちゃんとの出会いは4か月頃から～

記念図書館	9日(火)、20日(土) 午前10時30分～11時30分
多賀図書館	13日(土)、19日(金) 午前10時30分～11時30分
十王図書館	18日(木) 午前10時～11時30分
南部図書館	毎週日曜日 午前10時30分～11時30分
保健センター	3日(水)、16日(火)、25日(木) 午後1時30分～3時 *1歳6か月児健診の方のみ

対象=市内に住んでいる赤ちゃん(下記のいずれかに該当)と保護者
①2歳になる誕生日までの方
②令和2年3月1日から6月30日までの間に2歳の誕生日を迎えた方(受け取り期限:令和3年3月31日)
配布内容=絵本2冊、絵本のリストなど(無料。1回限り)「てんじつきさわるえほん」もあります。
持ち物=母子健康手帳と現住所が分かるもの(健康保険証など)
*日程に都合のつかない方は、事前に各図書館へ問い合わせを。

子どもセンター相談日

対象 18歳未満の子どもと保護者 *申し込み不要

相談	とき
総合相談 子育てに関する相談全般	毎日(月曜日～日曜日) 午前9時～午後5時
保健師相談日(保健センター保健師) 発育や発達の悩みなど	2月10日(水) 午前9時30分～11時30分
栄養士相談日(保健センター栄養士) 離乳食、お子さんの食事や栄養など	2月24日(水) 午前9時30分～11時30分
教育相談員相談日(子ども発達相談センターの相談員) 発達の遅れの心配、落ち着きがないなど	2月9日(火)、25日(木) 午前10時～午後4時

問合せ 子どもセンター TEL 36-0048

■子育てママシリーズ
「癒しのストレッチ〜心地よい身体への導き〜」

時 2月26日(金) 午前10時～正午
場 女性センター多目的ホール
対 子育て中のお母さん *先着10人
内 無理のない、ゆったりストレッチで心身の疲れを癒します。講師|| ミイーさん(ヨガインストラクター)
料 500円(保険代含む)
申 1月27日(水)の午前9時30分から電話で(1通話につき1件)、らぼーる協会(女性センター内 TEL 36-0554)へ *無料託児あり(2月19日(金)までに来館して申し込みを)

■子どもすくすくセンターの講座

①2月のきら☆りんタイム(1)
「風船サッカーボールを作ろう」

時 2月13日(土) 午前10時30分～11時30分
場 室内でも外でも遊べるボールを牛乳パックで作ります。講師|| 子育て応援ふらっと
②2月のきら☆りんタイム(2)
「スモールボールエクササイズ」

時 2月16日(火) 午前10時30分～11時30分
場 ①②とも子どもすくすくセンター
内 関節を広げて猫背や腰痛、ゆがみを治します。講師|| 渡邊美映さん

■健康講座
「脳からストレスを消す方法」

時 2月28日(日) 午後1時30分～3時30分
場 女性センター
内 脳科学の視点から、すぐに実践できる具体的な方法を学びます。講師|| 滝本裕之さん(セロトニン研究者) *先着50人
料 100円(資料代含む)
申 事前に直接か電話で、らぼーる協会(女性センター内 TEL 36-0554)へ *無料託児あり(2月18日(木)までに来館して申し込みを)

健康



対 ①②とも乳幼児の保護者 *各定員5人(多いときは抽選)。無料託児あり

申 ①は2月8日(月)、②は2月11日(木)までに直接か電話で、子どもすくすくセンター TEL 23-5522へ *午前9時～午後5時