

**ストーンペインティングを  
楽しもう!**

時 2月15日(土) 午後1時～3時30分  
(受付は午後0時30分から)

場 南部図書館創作室

内 日立のカンブリア紀の石に絵を描きます。また、カンブリア紀の展示も行います。講師 前田潤子さん、神永敏光さん(ひたち生き生き百年塾市民教授) \*先着20人

申 1月28日(火)の午前9時30分から直接電話で、南部図書館 TEL 29-1125 IP 050-5528-4950へ

**体組成測定会、健康グッズ体験**

時 2月6日(木)・7日(金) 各日午前9時15分～午後9時(7日は午後5時まで)

場 池の川さくらアリーナトレーニングルーム

対 高校生以上 \*定員78人

内 筋肉量や脂肪量など身体の状態を詳しく調べます。また、結果をもとに運動についてのアドバイスを行います。\*1人15分。素足になります。測定する1時間前までに食事を。健康グッズの体験あり。

料 1回300円

申 事前に電話で、池の川さくらアリーナ TEL 35-0767へ \*空きがあれば当日参加可。

**「ひたち生き生き百年塾  
推進園・校報告会2019  
」学び合い みんなでつなぐ  
日立のみらい」**

特色ある学校づくりや地域のさまざまな人との関わりの中で活動してきた児童・生徒たちが1年間の学びの成果を発表します。

時 2月8日(土) 午後1時30分～3時40分

場 日立シビックセンター多用途ホール

申 小学生以上

対 2月7日(金)までに電話かEメールで、百年塾サロン TEL 23-9165 Eメール ik1100j@net1.jway.ne.jpへ

**「長者山遺跡ガイドツアー」**

国史跡に指定された長者山遺跡について、郷土博物館の職員が現地ガイドを行います。

時 2月15日(土) 午前10時～11時

申 \*小雨決行。荒天の場合は2月16日(日)に延期(中止・延期の場合は、当日の午前8時30分までに参加者へ電話連絡します)

場 長者山遺跡(十王町伊師2951周辺) \*伊師町田園都市センター集合。駐車場の台数に限りがあるため、なるべく乗り合わせてお越しください。先着30人

申 2月3日(月)の午前9時から電話で、

**郷土博物館 TEL 23-3231  
IP 050-5528-4923へ  
2月の「ひたちシネマ」**

とき	上映作品
8日(土)	十三の眼 (1947年・76分) 出演=片岡千恵蔵、喜多川千鶴
9日(日)	愛妻物語 (1951年・96分) 出演=宇野重吉、乙羽信子
22日(土)	お遊さま (1951年・95分) 出演=田中絹代、乙羽信子
23日(祝)	銀座化粧 (1951年・87分) 出演=田中絹代、香川京子
24日(休)	父ありき (1942年・94分) 出演=笠智衆、佐野周二

\*午前10時30分～、午後1時30分～(1日2回上映)  
\*各回先着50人  
\*当日直接会場へ

場 視聴覚センター映像セミナー室  
(日立シビックセンター地下1階)

申 視聴覚センター TEL 24-5055  
IP 050-5528-4917

**「アルツDEスノボ」**

レベル別レッスンを受けて、みんなで滑ろう!

時 2月23日(祝) 午前5時～午後7時30分

場 星野リゾート アルツ磐梯(福島県耶麻郡磐梯町)

申 対 おおむね18歳～39歳の方(高校生を除く) \*先着20人(最少催行人数8人)

料 8500円(バス・リフト券・ボード・ブーツ・レッスン代、保険料含む) \*ウェア代、昼食代は含

みません。ボード持参の方はご相談ください。スノーボードができる服装でご参加を。

申 2月7日(金)までに郵便番号、住所氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号をEメールか電話で、日立市青少年イベント企画部事務局(女性青少年課内) Eメール wakamono@city.hitachi.lg.jp TEL 26-0315 IP 050-5528-4939へ



**「映画で街を元気に  
「長いお別れ」日立上映会**

時 2月9日(日) 午前10時30分、午後2時

場 多賀市民会館大ホール

申 内 ゆっくり記憶を失っていく父と、家族の別れまでの愛の感動作

料 千円(当日1300円) \*チケットは、日立・多賀市民会館、日立シビックセンター、ゆうゆう十王Jホールで販売中。

申 会「長いお別れ」日立上映実行委員会(青田 TEL 090-1209-1776)

## 防災講演会

時 2月14日(金) 午後6時開演(午後5時開場)

場 多賀市民会館

内 演題「地球環境を救う新しいライフスタイルへ」 講師 北野 大さん(秋草学園短期大学学長・工学博士) \*入場には整理券が必要です。整理券は、2月3日(月)の午前10時から、市内各消防署、日立・多賀市民会館で配布。1人2枚まで(先着順)。

問 日立市防災協会(日立市消防本部内 TEL22-0727)



北野 大さん

## 講座

### ミズノ特別講師によるランニング教室

時 1月31日、2月21日、3月27日の金曜日 各日午後7時~8時30分

場 市民運動公園陸上競技場

対 高校生以上のこれからランニング

を始める方、記録向上を目指している方、フォームを見直している方など \*各日定員30人

内 講師 小杉俊裕さん(MIZUNO/FORMゴールドアドバイザー) 持ち物 〓ランニングシューズ、飲み物、タオル \*動きやすい服装で。

料 1回800円  
申事前電話で、池の川さくらアリーナ TEL35-0767へ

### ララフィット(健康体操教室)

時 2月5日~3月25日の毎週水曜日(全8回) 各日午前9時30分~11時

場 池の川さくらアリーナ

対 60歳以上の方 \*定員25人

内 脳トレや筋力トレーニングを組み合わせた心身ともに元気になれるプログラム。 持ち物 〓室内シューズ、飲み物、タオル \*動きやすい服装で。

料 6千円(全8回分) \*トレーニングルームシステム会員は4千円  
申事前電話で、池の川さくらアリーナ TEL35-0767へ

### みそ作り講習会「県内産大豆の手作りみそを作ませんか」

時 2月8日(土) 午前9時~午後3時

場 かみすわ山荘

内 1組当たり4kgのみそを作ります。 持ち物 〓5ℓ用漬物樽、エプロン、

三角巾、タオル、昼食、空ペットボトル(大豆の煮汁がほしい方) \*先着50組(1人での参加可)

料 1600円(材料費)  
申 1月27日(月)の午前9時から電話で、日立市自然の村協力会事務局(女性青少年課内 TEL26-0315)へ \*平日の午前9時~午後5時

### 創業セミナー&座談会

経営に必要な知識を学べるほか、先輩起業家を囲んだ座談会で、創業に関する素朴な疑問も解決できます。

時 2月15日(土) 午後1時30分~3時

場 市役所6階研修室

対 市内で創業をお考えの方、創業5年未満の方 \*定員20人程度

内 ①基調講演「創業の心構えを学ぼう!」 講師 〓日本政策金融公庫北関東信越創業支援センター上席所長代理 ②座談会「先輩起業家に話を聞こう!」  
申 2月13日(木)までに電話で、日本政策金融公庫日立支店 TEL24-2451へ

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」の養成講座を開催します。

時 2月19日(水) 午後2時~3時30分(受付は午後1時30分から)

場 地域包括支援センター鮎川さくら館 \*公共交通機関でお越しください。

対 市内に住んでいるか、通勤・通学している方 \*先着40人  
内 認知症の基礎知識、対応の仕方など  
申 電話で、地域包括支援センター鮎川さくら館 TEL36-7303へ

### ひとり親家庭等支援セミナーと個別相談会

時 2月22日(土) ①午前10時~正午 ②午後1時~3時

場 いばらき就職支援センター(水戸市) \*車で参加の方は、県三の丸庁舎駐車場を利用(無料利用券あり)

対 ひとり親家庭の母・父及び寡婦  
内 ①セミナー「家計管理と自分磨き」 講師 〓高村浩子さん(ファイナンシャルプランナー)、「養育費と民事執行法改正」 講師 〓荏原直樹さん(司法書士) ②個別相談会(ファイナンシャルプランナー、司法書士、キャリアコンサルタントが対応) 持ち物 〓筆記用具、昼食(個別相談会を受ける方) \*定員 〓①30人、②各4人 (①②とも多いときは抽選)。無料託児あり(要予約、2歳以上)。

申 2月5日(水)までに電話で、(社福)県母子寡婦福祉連合会 県母子家庭等就業・自立支援センター TEL029-233-2355へ



**■仕事に役立つ**

**「美しい文字の書き方」**

時 2月25日、3月3日・10日・17日の火曜日(全4回) 各日午後6時30分～8時30分  
場 女性センター

内 今よりもきれいな文字が書けるようボールペン字を学びます。講師 山崎ふささん(ひたち生き生き百年塾市民教授) \*先着20人

料 2200円(資料代含む)  
申 1月24日(金)の午前9時30分から電話で、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10日(月)までに来館して申し込みを)。  
エコドライブセミナー  
エコ運転と安全運転

時 ①2月20日(木) ②2月25日(火) 各日午後2時～3時  
場 ①久慈川日立南交流センター ②市役所多目的ホール

対 自動車運転免許がある方 \*各日先着30人  
内 環境に配慮した自動車の運転方法「エコドライブ」を紹介する座学の講習会。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 ①か②を選び、住所、氏名、年齢、電話番号を、事前に電話かFAX、

Eメール、はがきで、環境政策課 内線297 FAX21-5016 Eメール kansai1@city.hitachi.jp  
**■仕事力アップセミナー**

とき	内容	講師
① 2月21日(金)	人脈を広げる仕事術のビジネスマナーの本と話し方	安達和子さん(一社) 大和撫子和乃会代表
② 3月6日(金)	仕事力がアップする収納術	鈴木今日子さん(整理収納アドバイザー)
③ 3月13日(金)	印象がグンと良くなる! 美文字講座～まずは名前から美しく～	ペン字・筆ペン師範

\*時間=全て午後6時30分～8時30分  
\*場所=全て女性センター  
\*対象=働いている女性、仕事を始めようと考えている女性  
\*定員=20人(なるべく全てに参加できる方)  
\*料金=1,500円(全3回分)

**■子ども読書活動推進人材育成講座「心を育む絵本の力」**  
時 2月27日(木) 午後1時30分～3時30分(受付は午後1時から)  
場 多賀図書館4階大ホール  
対 子どもの読書活動に関心のある方 \*先着80人(託児はありません)

内 「ぐりとぐら」など、子どもたちに愛され読み継がれる本を数多く

世に送り出している福音館書店の方が、子ども読書をテーマに講演します。講師 上田紀人さん(株)福音館書店顧問  
申 1月28日(火)の午前9時30分から、直接か電話で、記念図書館 TEL 24-7714 IP 050-5528-4946へ



**■郷土博物館の講座**

①郷土ひたちの文化を学ぶ講座  
「市内聖徳太子信仰跡と太子信仰の歴史」  
時 2月26日(水) 午前10時～11時30分  
内 講師 中村雅利さん(郷土ひたち文化研究会) \*先着60人

②ふるさと教室 地学  
「久慈川の歴史」  
時 2月27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60人

場 ①とも郷土博物館 ②とも郷土博物館  
料 ①②とも100円(資料代)  
申 1月27日(月)の午前9時から電話で、郷土博物館 TEL 23-3231 IP 050-5528-4923へ

**■社会体育指導者講習会(ヘルスバレーボール)**

時 2月24日(休) 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)

内 直径90cmの楕円形で柔らかいボールを使いバレーボールに似たルールで点を取り合うニュースポーツの講習会です。講師 日立市スポーツ推進委員協議会 持ち物 体育館シューズ、飲み物 \*先着100人。動きやすい服装で。  
申 2月7日(金)までに電話で、スポーツ振興課 内線639へ



ヘルスバレーボールの競技の様子

**■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28日(金) 午後2時～3時30分(受付は午後1時30分から)

場 視聴覚センター映像セミナー室

☑ 講師 萩原明子さん（郷土博物館  
行政文書整理・調査員）

☑ 1月28日(火)の午前9時30分から、直  
接か電話で、記念図書館 TEL 24-

7714 IP 050-5528-

4946へ

## 募 集

### 日立市民科学文化財団職員

採用予定日	令和2年4月1日	
募集人数	1人	
受験資格	昭和54年4月2日以降に生まれ、高校以上を卒業または令和2年3月卒業見込みの方 一般事務	
職種	各種科学文化芸術事業の企画実施、広報、総務、公共施設の管理運営全般の業務 *公共施設、民間企業などでの実務経験がある方を優遇（採用日は相談可）	
採用試験	とき	一次試験：2月22日(土) 午前9時～
	ところ	日立シビックセンター
	試験内容	教養、適性検査、作文、面接

\*募集要項は、日立シビックセンター、日立・多賀市民会館にあります。

☑ 2月10日(月) (必着) までに履歴書  
(様式指定) を直接か郵送で、日立シビックセンター 〒317-10073 幸町1-21-1 TEL 24-7712へ \*郵送は「応募書類在中」と明記してください。詳細

は、日立シビックセンターのホームページをご覧になるか、問い合わせてください。

### 地域ブランド認定品

日立市地域ブランド推進協議会では、地域産業の活性化とイメージアップを図るため、日立市の優れた産品を「ベストセレクションひたち」として認定しています。現在の認定が期間満了となるため、新たな認定品を募集します。

☑ 2月14日(金) (必着) までに、直接か郵送で、申請書（日立商工会議所のホームページからダウンロードできます）を、日立市地域ブランド推進協議会事務局（日立商工会議所内 〒317-0073 幸町1-21-2 TEL 22-0128）へ

### 日立市体育協会パート職員

☑ 勤務場所 ①市民運動公園 ②十王スポーツ広場 ③折笠スポーツ広場 ④諏訪スポーツ広場 ⑤河原子北浜スポーツ広場 ⑥日立武道館 \*募集人数 各施設若干名  
☑ 全て68歳以下の方  
☑ 2月5日(水)までに、市販の履歴書に必要事項を書いて直接、日立市体育協会 TEL 36-6661 IP 050-5528-4928へ  
\*後日面接を行います。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。

### 日立市環境審議会の委員

市は、「みんなで創る快適なまち環境都市日立」を目指し、市民・事業者・市が協働してより良い環境づくりを進めています。今回、市民の皆さんから委員を募集します。

☑ 活動期間 委嘱の日から2年間  
☑ 市内に住んでいる20歳以上の方  
\*募集人数 2人 (多いときは選考)

☑ 環境審議会の役割 環境の保全及び創造に関する基本的事項の調査・審議

■ 環境審議会の構成 市民団体・事業所の代表者、学識経験者など20人以内で構成  
☑ 2月5日(水) (必着) までに直接か郵送、Eメールで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業（勤務先・学校名）と「環境に関する意見」（テーマ「私の考える日立の環境の未来」800字以内、様式自由）を書いて、環境政策課 Eメール kansai@city.hitachi.lg. 内線297へ

### 会計年度任用職員（地方公務員法に基づく非常勤職員）を募集します

職種	① フロア勤務員	② 展望カフェ勤務員	③ 就労支援専門員	④ 婦人相談員
任用期間	令和2年4月1日～令和3年3月31日			
募集人数	7人	7人	2人	1人
勤務場所	吉田正音楽記念館		社会福祉課	
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		月～金曜日（週5日）、午前9時10分～午後4時（休憩時間1時間）	
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	生活保護を受けている方の就労全般に関する相談・指導	DV他女性が抱える問題及び相談について、必要な支援
要件など	普通自動車運転免許を有する方（オートマ可）、パソコンでワード・エクセルの入力作業ができる方 *その他にも要件がありますので、詳細は問い合わせてください。			
報酬(月額)など(予定)	162,870円	103,683円	154,000円	
選考方法	面接			
申し込み締切日	2月4日(火)		2月7日(金)	
担当課	文化・国際課 内線510		社会福祉課 内線391	

☑ 申し込み 申し込み締切日までに、日立市会計年度任用職員申込書（履歴書）（6か月以内に撮影した写真貼付）、志望理由書（様式任意、400字程度）を直接か郵送で、担当課へ



子ども読書活動推進計画（素案）へのご意見を募集します

教育委員会では、令和2年度から5年間の本市における子どもの読書活動の目指す姿と施策の方向を示す「日立市子ども読書活動推進計画」の策定を進めています。この計画をまとめるため、市民の皆さんからご意見を募集します。

場 閲覧場所 指導課（3階海側）、各支所・交流センター・図書館

\*市教育委員会、図書館のホームページにも掲載しています。

申 1月29日(水)から2月7日(金)までに、任意の様式にご意見を記入の上、郵送かEメール、FAXで、記念図書館 〒317-0073 幸町1-21-1 Eメール [ib-kinen@city.hitachi.lg.jp](mailto:ib-kinen@city.hitachi.lg.jp) FAX 24-7977 TEL 24-7714 IP 050-5528-4946へ

いづも

子育て支援センターの講座

■みやた認定こども園子育て支援センター

時 2月3日(月) 午前10時30分～11時30分

内 おはなし会 講師 〓ボランティア

絵本の会

■おおくぼ保育園子育て支援センター

時 2月6日(木) 午前10時30分～11時30分

内 栄養に関する講座 講師 〓健康づくり推進課

園 子ども施設課 内線308

福祉プラザおもちゃライブラリー「手作りおもちゃで遊ぼう」

時 2月4日(火) 午前10時30分～11時30分

場 福祉プラザ(会瀬町)

対 乳幼児とその保護者

内 「J&Bグループ」(ボランティア)と一緒に折り紙でおもちゃ作り

申 事前に電話で、日立市社会福祉協議会 TEL 37-1122へ

2月のきら☆りんタイム

「楽しく遊べるパネルシアター」

時 2月15日(土) 午前10時30分～正午

場 子どもすくすくセンター

対 乳幼児の保護者 \*無料託児あり

内 絵や写真、好きなキャラクターを貼って、はがして遊ぶパネル作り

講師 〓子育て応援ふらっと

\*定員14人(多いときは抽選)

料 300円(材料費)

申 2月6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

チビッコ集まれ！保育園・認定こども園で遊ぼう

時 2月13日(木) 午前9時30分～11時

場 市内各保育園・認定こども園

施設名	電話番号	施設名	電話番号
小本津聖徳	42-4328	こどものいえ*	43-6494
かみね	22-5582	田尻徳風	42-8218
おおもり	22-5584	滑川聖徳	22-7133
かみちよう	22-5583	せいじ園*	22-0373
おおせ	35-5585	つくしんぼ	37-4278
ゆなご	33-1093	多賀さくら*	59-3355
おおくぼ	33-0872	学びの森	33-8822
かねさわ	36-0526	わかば園*	52-0774
みずき	52-2608	森山聖徳	52-0774
くじ	52-5046	水木わかば	52-5991
みやた*	22-3953	幼稚園園*	52-5991
いしまち*	39-5250	みらい園*	53-9412
豊浦さくら	33-6111		

\*は認定こども園。各園先着30組。親子とも運動のできる服装で。各園で子育て電話相談(月～金曜日の午前10時～午後3時)も実施しています。

対 0歳児・就学前の乳幼児(保護者同伴)

申 2月10日(月)・12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

十王子どもの広場

「親子で遊ぼう」

親子で一緒に体を動かして遊びます。

時 2月17日(月) 午前10時30分～正午

場 十王交流センター

対 2歳児～未就園児とその保護者

\*先着30組。0・1歳児の託児あり。

内 講師 〓稲垣節江さん(レクリエーションインストラクター) 持ち物 〓タオル、飲み物 \*動きやすい服装で。

申 1月28日(火)の午前9時30分から電

話で、日立市社会福祉協議会 TEL 37-1122へ

3月のおしゃべりベビータイム&親子あそび

子育てについての話し合いと、親子のふれあい遊びを楽しみます。

時 3月4日(水)・6日(金) 各日午前10時～11時30分

場 保健センター

対 0歳児の親子(上の子同伴可)

内 持ち物 〓バスタオルなどの敷物、親子の飲み物 \*各日定員15組程度(多いときは抽選)

申 2月19日(水)までに直接か電話で、子どもセンター(親と子のサポート)

ター TEL 36-0048へ

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3日・17日の月曜日 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10日(月) 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12日(水)・25日(火) 午前9時30分～午後4時

問合せ 子どもセンター TEL 36-0048



南部図書館キャラクター  
くじらちゃん

# 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		
おはなし会	15日(土) 午前11時～11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
らっこのおへや	19日(水)・26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

◆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	13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
ブックバーティー	15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
ふわふわおはなし会	22日(土) 午前11時～11時30分	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
おはなし会	27日(水) 午後3時30分～4時	

◆十王図書館 TEL 20-2345 IP 050-5528-4921		
テンちゃんおはなし会	8日(土) 午前10時30分～11時15分	絵本の読み聞かせ、紙芝居、季節の遊びなど 対象=おおむね3歳から
びよびよおはなしかい	27日(水) 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

◆南部図書館 TEL 29-1125 IP 050-5528-4950		
ブックバーティー	8日(土)・25日(水) 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
くじらちゃんおはなし会	16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
おはなしのゆりかご	18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

◆ブックスタート		
記念図書館	11日(水) 午前10時30分～11時30分、15日(土) 午後1時30分～2時30分	～赤ちゃん和絵本との出会いは4か月頃から～ 対象=市内に住んでいる赤ちゃん(2歳になる誕生日まで)と保護者
多賀図書館	8日(土)・21日(金) 午前10時30分～11時30分	配布内容=絵本2冊、絵本のリストなど(無料。1回限り) *1組15分程度。
十王図書館	20日(水) 午前10時～11時30分	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) *保健センターでは、1歳6か月健診に合せて受け取ることができます。日程に都合のつかない方は、事前に図書館へ問合せを。
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	6日(木)・19日(水) 午後2時～3時30分	

## 健康

### 聞いて納得！ 薬の知識と使い方

毎日何気なく飲んでいる薬の飲み合わせや正しい使い方を学びます。  
時 2月15日(土) 午後2時～4時  
場 女性センター  
内 講師=鈴木勝俊さん(日立薬剤師会) \*定員50人程度  
料 3000円(資料代含む)  
申 事前に電話で、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6日(木)まで来館して申し込みを)。

### 風しんの抗体検査、 予防接種を受けましょう



風しんは、発熱及び発しんを主な症状とする感染力が強い疾病です。特に、妊娠中の女性が感染すると、子どもに眼や耳などの障害を含む先天性風しん症候群を生じる可能性があります。そのため、これまで風しんの予防接種を受ける機会が一度もなく、特に抗体保有率の低い世代の男性に対して、令和元年度から3年間、風しんの抗体検査を行った上で

予防接種を無料で行っていきます。

時 実施期間=平成31年4月1日～令和4年3月31日

場 実施場所=抗体検査は、医療機関や事業所での検診の機会などで実施。予防接種は、医療機関で実施。  
対 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 \*今年度の通知対象者(昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)には、既にクーポン券を送付済み。

今年度通知対象外で、希望する方は、問い合わせてください。  
内 実施方法=クーポン券を利用し、風しん抗体検査を行い、抗体価の低い方は、予防接種を受けます(抗体検査、予防接種には、クーポン

券が必要ですので、クーポン券がない方は、事前に問合せを)。健康づくり推進課 TEL 21-3300

券が必要ですので、クーポン券がない方は、事前に問合せを)。健康づくり推進課 TEL 21-3300

### 脳とからだのいきいき健康教室

認知症を予防し、元気でいきいきとした脳と身体を保つための、日常生活の工夫について学んでみませんか。  
場 保健センター \*公共交通機関をご利用ください。  
対 できるだけ全日程参加できる65歳以上の市民の方 \*今までに本教室に参加された方はご遠慮ください。先着30人

とき	内容
2月17日(月)	いきいき脳を保つ生活習慣(保健師) いきいき脳を保つ食生活(栄養士)
3月2日(月)	よく噛んで認知症を予防しよう(歯科医師) いきいき脳を保つ有酸素運動(健康運動指導士)
3月9日(月)	いきいき脳のトレーニング(保健師) いきいき脳を保つ筋力アップ(健康運動指導士)
3月16日(月)	いきいき脳のトレーニング(保健師) 脳を使いながらの運動(健康運動指導士)
3月23日(月)	認知症の相談窓口等について(地域包括支援センター職員) 脳を使いながらの運動(健康運動指導士)

\*各日午後1時30分～3時30分(2月17日は、午後1時までにお越しください)。

申 1月27日(月)から電話で、健康づくり推進課 TEL 21-3300