

平成27年度 事業・講座一覧

☆市報は掲載号

☆募集は電話で受け付けます。0294-36-0554 まで

(先着順 いずれも1通話一人受付)

☆一部を除き、託児は無料です。お問い合わせください。

就業支援講座

パソコンを使用する講座は、Windows7 Office2010 対応です

	講座名	詳細	募集・受付日
1	資格取得準備講座 認知症ライフパートナー検定 ～すべての人に知ってほしい 認知症のこと～ (全4回) *認知症ライフパートナーとは… 認知症の人のこれまでの生き方、 価値観を尊重し、その人らしく日 常生活が過ごせるように、本人や 家族に寄り添って、サポートでき る人のことです。	時期：10～11月(土) ①10/3 ②10/10 ③10/31 ④11/14 10:00～正午 対象：先着20名 検定受験をめざしている方。医療や介 護に携わっている方。認知症につい て知りたい方 どなたでも。 参加料：2,800円(別途テキスト2,700円) 講師：池内 彰子さん(茨城キリスト教大学 看護学部看護学科 准教授) 内容：認知症に対する基本的な知識とケア技 術、生活支援の仕方など	New! 市報 9/5号 受付 9/10(木) 9:30～電話で
2	資格取得準備講座 TOEIC (全5回)	時期：11～12月 対象：先着20名 スコアアップしたい方 参加料： 講師：	市報 受付
3	資格取得準備講座 Excel MOS 検定 受験に向けて (全10回)	日時：6～7月 9:30～12:30 ①6/16 ②6/18 ③6/23 ④6/25 ⑤6/30 ⑥7/2 ⑦7/7 ⑧7/9 ⑨7/1 ⑩7/16(火・木曜日) 対象：先着12名 Excel の基本操作ができる方で、 就業中あるいは就職を希望してい る方 参加料：11,600円 (テキスト2冊4,320円含む) 講師：高橋 幹夫さん(元PCインストラクター)	終了しました 市報 5/20号 受付 5/26(火) 9:30～電話で
4	仕事に役立つパソコン講座	日時：6～7月 9:30～12:30	終了しました

	「Excel 基礎編」 (全5回)	①6/19 ②6/26 ③7/3 ④7/10 ⑤7/17 (金曜日) 対象：先着12名 パソコンの基本操作ができる方 参加料：5,500円 テキスト1冊代金含む 講師：椿 希代子さん (PCインストラクター)	市報 5/20号 受付 5/28 (木) 9:30~ 電話で
5	仕事に役立つパソコン講座 「Word 基礎編」 (全5回)	日時：6~7月 9:30~12:00 ①6/15 ②6/22 ③6/29 ④7/6 ⑤7/13 (月曜日) 対象：先着12名 Word で文字入力ができる方 参加料：4,500円 (テキスト1冊 2,160円含む) 講師：佐藤 昭治さん (PCインストラクター)	終了しました 市報 5/20号 受付 5/25 (月) 9:30~ 電話で
6	仕事に役立つパソコン講座 「Excel 応用編」 (全5回)	時期：1~3月 (土) 9:30~12:30 対象：先着12名 Excel の基本操作ができる方 参加料： 講師：	市報 受付
7	仕事に役立つパソコン講座 「パワーポイントで スキルアップ」(全6回)	時期：6~7月 18:30~20:30 ①6/19 ②6/26 ③7/3 ④7/10 ⑤7/17 ⑥7/24 (金曜日) 対象：先着12名 Word の基本操作ができる方 参加料：5,200円 テキスト1冊代金含む 講師：椿 希代子さん (PCインストラクター)	終了しました 市報 5/20号 受付 5/29 (金) 9:30~ 電話で
8	仕事に役立つ美しい文字の書き方 (全5回) *美しいボールペン字を書くコツを 学びます。	時期：6~8月 18:30~20:30 ①6/19 ②7/3 ③7/17 ④7/31 ⑤8/21 対象：先着20名 レベルアップしたい方 参加料：2,800円	終了しました 市報 5/20号 受付 5/26 (火) 9:30~ 電話で

		(テキスト1冊、漢字練習帳代金含む) 講師：増淵 湖風さん (日本書学館ペン字教授 書聖会漢字師範)	
9	<p>日立市商工会議所との共催事業</p> <p>起業セミナー 「女性のための創業塾」</p> <p>*自分のお店を夢見ているあなた！ 夢を現実にしたいあなた！夢を実現するための第一歩として、この機会に是非参加してみませんか？ 創業の心得や基礎知識、ビジネスプラン作成、開業資金などについて学びます。</p>	<p>日時：10～12月（火曜日 全6日間）</p> <p>①10/27（開講式 13：00～） ②11/4（水） ③11/10 ④11/17 ⑤11/24 ⑥12/1 ②～⑤ 13：30～ ⑥13：00～</p> <p>対象：起業・開業をめざすOL、主婦、女子学生の方。創業間もない女性経営者、後継者 先着20名</p> <p>参加料：5,000円</p> <p>託児：有料</p>	<p>New!</p> <p>市報 9/20号 受付 10/23（金）までに、日立商工会議所 経営相談課まで</p> <p>TEL0294-22-0128 FAX0294-22-0120</p> <p>詳細の問い合わせは 日立市商工会議所へ</p>

↓下に続く



啓発支援講座

	講座名	詳細	募集・受付日
1	男女共同参画セミナー（第1回） 『俳句に込められた女性の姿 ～江戸期から平成の女流俳人たち～』	日時：7月18日（土） 10：00～12：00 対象：どなたでも 50名 参加料：100円 講師：砂金 祐年さん （常磐大学コミュニティ推進学部准教授） 内容：江戸時代から現代までの女流俳人の句 を取り上げ、その読みぶりや評価などから 当時の女性の立場を考察してみます。 ◇第2回 2月予定	終了しました 市報 6/20号 随時受付しています
2	ドメスティック・バイオレンスを 考える パート17 「DV 家庭の子どもと母親」 （全1回） *DVの被害は、母子が受ける直接的な 被害だけではなく、子どもがDVを “見聞きした”と言う間接的な被害も重 大です。同じ被害を受けた母と子の関係 について考えていきたいと思ひます。	日時：7月28日（火）13：30～15：30 対象：DV 相談業務従事者、援助者、 学校関係者及び一般の方 100名 参加料：無料 講師： ^{すのほら} 春原 由紀さん （武蔵野大学名誉教授 臨床心理士）	終了しました 市報 7/5号 受付 随時募集
3	こころの健康講座 「対人関係とストレス ～ココロが 少し軽くなるコミュニケーション」 （全1回） *人づき合いから生まれる「ストレス」 を軽くする、よりよいコミュニケーション の取り方と、豊かな人生を送るための ちょっとしたエッセンスを学びます。	時期：9月12日（土）10：00～12：00 対象：どなたでも 参加料：100円 講師：久保田 純さん（臨床心理士）	New! 市報 8/5号 受付 随時受付 募集中です！
4	仕事力アップセミナー （全3回）	時期：11月予定 対象：20名 仕事をしている方や転職・就 職を希望している方 参加料： 講師：	市報 受付
	SNS 講座 — 知っておきたい危険性と楽しみ方 —	時期：1～2月 予定 対象： 参加料： 内容：	市報 受付
5	地域連携事業		

	*地域に根ざした他団体との連携事業を行います		
6	チャリティー事業	らぼーる協会の設置している「DV 被害者支援基金」のためのPR活動として、年間を通して実施しています。	

暮らしいきいき事業

主に土・日・夜間に実施する講座

	講座名	詳細	募集・受付日
1	子育てパパシリーズ ①	時期：8月予定 対象：子育て中のお父さん 参加料： 講師： 場所： 内容：	市報 受付
2	子育てパパシリーズ ② 「夏休み、パパとチャレンジ！ 手打ちうどんをつくろう」 *家庭で作れるように、粉をこねることから始めます。粉をこねたらビニールの袋に入れて、生地を腰を出すために足で踏みます☆子ども達の出番です！パパと力を合わせて、美味しいうどんをつくろう	時期：7/25（土）10：00～13：00 対象：お父さんと子ども（小学生）12組 参加料：1,800円 講師：大森 宮次郎さん 場所：女性センター 料理室 内容：うどん作りを体験し、試食します。	終了しました 報7/5号掲載 受付7/9（木） 9：30～電話で
3	Café 風ごはん♪ ～いつもより、ちょっとうれしくなる手軽なワンプレートごはん～ （全4回） *時短で簡単、そしてお洒落なワンプレート料理づくり♪	時期：6～7月 18：30～20：30 ①6/25 ②7/9 ③7/23 ④7/30 対象：どなたでも 先着16名 参加料：4,800円 講師：鈴木 泉さん（カフェ オーナー）	終了しました 市報6/5号 受付6/12（金） 9：30～電話で
4	「 ^{いっかんぽ} 一閑張りで伝統文化を楽しもう」 （全3回）	時期：9～10月 10：00～正午 ①9/20 ②9/27 ③10/4（日） 対象：どなたでも 先着16名 参加料：2,800円（3回分の材料費を含む） 講師：金澤 絹子さん	New! 市報9/5号 受付9/8（火） 9：30～電話で

		内容：一閑張りで籠 <small>かご</small> を作ります	
--	--	-----------------------------------	--

主に平日の日中に実施する講座

パソコンを使用する講座は、Windows7 Office2010 対応です

	講座名	詳細	募集・受付日
1	子育てママシリーズ (全1回)	時期：11月予定 対象： 参加料： 講師： 持ち物：	市報 受付
2	『ピラティスで 骨盤底筋を鍛えよう！』 (全5回) *ピラティスで重視するのは、呼吸 とインナーマッスルを中心とする 体幹を強くすることです。 ピラティスで代謝をアップさせ、疲 れにくい体、しなやかで健康的な体 を目指します。	日時：6～7月 13:00～15:00 ①6/24 ②7/1 ③7/8 ④7/15 ⑤7/22 対象：どなたでも 先着20名 参加料：2,000円 講師：梅澤 雪代さん (マットピラティスインストラクター) 持ち物：ヨガマット又はバスタオル、 汗拭きタオル、飲み物、運動靴 内容：ストレッチで体をほぐし、ピラティスで 体幹を鍛え、骨盤底筋を意識して体を動かしま す。	終了しました 市報 6/5号 受付 6/11(木) 9:30～ 電話で
3	普通救命講習会 ーAEDを使ってー (全1回) *AEDを使った普通救命講習で す。機械は新しくなっていますの で、2～3年ごとの更新が望ましい です。《普通救命講習修了証》が交 付されます。	時期：9月5日(土) 対象：どなたでも。以前受講された方は更新に なりますので、申し出てください。 先着20名 参加料：無料 講師：多賀消防署職員 内容：心肺蘇生法、AEDの使用方法・応急措置 など 《動きやすい服装でおいでください》	受付終了しました 市報 7/20号 受付 8/3(月) 9:30～電話で
4	55歳から始めるパソコン講座 ー基本を学ぼうー	日時：6～7月 9:30～12:00	終了しました 市報 5/20号

	(全6回) *パソコンの電源の入れ方、マウスの使い方、文字入力の仕方など入門から基本操作を学びます。	①6/17 ②6/24 ③7/1 ④7/8 ⑤7/15 ⑥7/22 (水曜日) 対象：パソコン初心者どなたでも 先着 12 名 参加料：5,700 円 テキスト代1冊含む 講師：千葉 淳さん、佐藤 昭治さん (PC インストラクター)	受付 5/27 (水) 9:30~ 電話で
5	パソコン講座 デジカメ入門編 ーデータ取り込みから加工までー (全5回)	時期：1~3月 対象：パソコン初心者どなたでも 先着 12 名 参加料： 講師： 内容：パソコンの電源の入れ方切り方、マウスの使い方などの基本操作、など	市報 受付
6	季節のホームパーティー料理 ー自由チョイスで楽しもうー (全3回)	時期：12~2月 対象：どなたでも 24名 参加料： 場所： 講師：	市報 受付
7	らぼーる協会企画委員による らぼーるミニ講座 *女性センター2階の《らぼーるサロン》では、楽しいミニ講座を開きます。 ☆お楽しみに☆	<u>これからの予定</u> 12月 対象： 参加料： 場所：女性センター2階 らぼーるサロン 講師：らぼーる協会 企画委員 募集：随時募集します	New! 開催は、ホームページや市報、チラシなどで随時お知らせします。
8	女性センター祭り 2015 企画委員コーナー	10/17・18(土・日)の女性センター祭りでらぼーる協会の企画委員コーナーを開きます。 ◇子どもあそびコーナー など	