

2021年度 事業・講座一覧



☆市報は掲載号です。

☆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。

1. 男女共同参画事業

就業支援に関する講座

パソコンを使用する講座は、Windows10 Office2019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 (3級) (全5回)	時期：9～11月 対象：検定試験をめざしている方や認知症ライフパートナーについて関心がある方等 先着20名 内容：認知症に係る知識や症状に対する、対応の仕方、コミュニケーションの取り方等、認知症ケアについての知見や技能を身につけるとともに、資格取得に必要な知識や技能を学ぶ。	市報 受付
2	資格取得準備講座 TOEIC (全6回)	時期：11～12月 対象：TOEICの試験をめざす方 先着20名 内容：就職・転職時における英語のコミュニケーション能力の指標として高い評価を得ているTOEICについて出題傾向と対策、難問克服ポイント等を学習し、スコアアップを目指す。	市報 受付

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
3	資格取得準備講座 食育インストラクター ～4級をめざして～ (全6回)	日時：①6/16 ②6/23 ③6/30 ④7/7 ⑤7/14 ⑥7/21 (水) 18:30～20:30 対象：受験希望者、食育に興味がある方 先着20名 内容：公式テキストに沿って、食育を基礎から学び資格取得に必要な知識や技能を身につける。 参加費：2,000円 (テキスト代含む) 講師：宮澤孝子さん (食育インストラクター養成推進校校長) 託児：無料 (6/2(水)までに来館申込み)	開催中！ 市報：5/20号 受付：随時電話受付
4	資格取得準備講座 Excel表計算処理技能 (3級) (全6回)	時期：10月～11月 対象：Excel表計算処理技能の試験をめざす方 先着12名 内容：統計データのグラフ化や複数操作の自動化 (マクロ) など、Excel の高度な機能を学ぶことにより、ビジネス社会で求められる表計算処理能力や実務への展開力を身につける。	市報 受付
5	仕事に役立つ講座 女性のための賢いマネー学 (全2回)	時期：1～3月 対象：就業従事者、レベルアップしたい方。 先着20名 内容：ライフ・プラン及びビジネス・プランの実現性や継続性を高めるために、効率的なお金の運用方法など、多様化する経済環境に対応するための基礎知識を身につける。	市報 受付

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
6	仕事に役立つ講座 Web会議にチャレンジ (全4回) ※3回実施	時期：10月～12月 対象：就業従事者、レベルアップしたい方。 先着12名 内容：インターネットによるオンライン会議 や研修会など、仕事に役立つコミュニケー ションツールとして注目されているリ モートシステムについての基礎知識を学 ぶとともに、アプリケーションソフト 「Zoom」の基本操作体験を通じて、効 果的な利用方法を身につける。	市報 受付
7	仕事力アップセミナー 「実践!アンガーマネジメント」講座 (全3回)	日時：①7/1②7/8③7/29(木) 18:30～20:30 対象：就業従事者、レベルアップしたい方。 先着20名 内容： (1回目)「初めてのアンガーマネジメント 編怒りの感情悪くない！」 怒りの感情とは何か？を知る 怒りに左右されない3つのコントロール (2回目)「上手に叱る編上手に叱れば“み んな”育つ！」 叱ることは問題ない トレーニングで叱り上手に！ (3回目)「パワーハラスメントを防ごう！ 編あなたの感覚は大丈夫？こうして防ご う職場のパワーハラスメント！」 パワーハラスメントに気付く アンガーマネジメント的組織作り でパワーハラスメントのない職場に！ 講師：白鳥^{しらとり} 雄次^{ゆうじ} 氏 (アンガーマネジメントコンサルタン トTM) 参加費：1,500円(資料代含む) 託児：無料(6/23(水)までに来館申込み)	開催中！ 市報：5/20号 受付：随時電話受付 (締切6/23(水)まで)

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
8	日立市商工会議所との共催事業 創業塾 (全5回) *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？	日時：①8/20 ②8/27 18時～20時 ③9/4 ④9/11 ⑤9/18 9時30分～12時30分 対象：起業・開業をめざす方。創業間もない 経営者、後継者。 先着 20 名 内容：①創業の支援の取組みについて ②知っておきたい創業時の実務 ③ビジネスプランの作成 ④創業に向けての懇談会 ⑤創業を支援する団体紹介 ⑥ビジネスプランの発表	NEW! 市報:7/20号 受付・問合せ 日立商工会議所 経営相談課まで TEL 0294-22-0128 FAX 0294-22-0120

啓発普及に関する講座

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
1	男女共同参画セミナー 「男女共同参画事始め～明治から 昭和を振り返る」 (全2回)	日時：8月7日（土） 13:30～15:30 対象：どなたでも 先着 50 名 内容:男女共同参画に向けた歩みは近年になっ て始まったものではありません。その背後 には100年以上にわたる先人たちの努 力があつたのです。この講座では明治か ら昭和にかけての出来事や文化を振り返 りながら、男女共同参画について考えて みます。 講師：いさご さちとし 砂金 祐年 さん（常盤大学 総合政策学部教授） 参加費：100円（資料代含む） 託児：無料（7/26(月)までに来館して申込） ◇第2回 2月予定	NEW! 市報：7/5号 受付：随時電話受付

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
2	ドメスティック・バイオレンスを 考える パート 23 (全 1 回)	日時：8月23日(月) 10:00~12:00 対象：D.V 被害者、支援賛同者 約 30 名 内容：新型コロナウイルスの感染拡大により、DV と児童虐待の増加が懸念されています。コロナが家族に与えた影響について検討すると共に、さらに逃げにくくなったと推測される被害者の心理と、支援者がどのように向き合っていけばよいの考えます。 講師：宇治 和子さん (郡山女子大学短期大学部 准教授) 参加費：無料(資料代含む) 託児：無料(事前に来館して申込)	NEW! 市報：8/5 号 受付：随時電話受付
3	健康講座① 「腸内細菌を知ろう！」 (全 2 回)	日時：9月11日(土) 10:00~正午 対象：どなたでも 先着 50 名 内容：人の腸内には数百兆個もの細菌が存在し、個々に生息する様相がお花畑のようである事から「腸内フローラ」と呼ばれ、健康に大きな影響を与えます。腸内フローラの役割を学び、健康づくりに役立ててみませんか。 講師：熊田 薫さん (茨城キリスト教大学 生活科学部 教授) 参加費：100 円(資料代含む) 託児：無料(8/31(火)までに来館して申込) ◇第2回 2月予定	NEW! 市報:8/5号 受付: 随時電話受付

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
4	人権講座 「多様な性のはなし LGBTQ」 (全1回)	日時：7月31日(土) 10:00～正午 対象：どなたでも 定員20名程度 内容：LGBTQについて理解を深め、「性の多様性」について考えてみませんか？ 講 師：永瀬 大紀さん(前近未来女性総合研究所副代表) 参加費：無料 託児：無料(7/21(水)までに来館申込み)	NEW! 市報：6/20号 受付：随時



2. 暮らしいきいき事業

ワークライフバランスに関する講座

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
1	働く女性のための癒し講座 (全3回)	時期：1～3月 対象：働いている女性 先着 20 名 内容：オフタイムの有意義な過ごし方について、‘癒し’をテーマに様々な題材を取り上げ学習・実践することにより、心身のリフレッシュや趣味の拡充を促すとともに、仲間づくりのきっかけを醸成する。	市報 受付
2	男性向け講座 (全2回)	時期：11 月 対象：男性 先着 20 名 内容：オフタイムの有意義な過ごし方について、男性が取り組み易いテーマを提案し、これを学習・実践することにより、心身のリフレッシュや趣味の拡充を促すとともに、仲間づくりのきっかけを醸成する。	市報 受付
	生活の質的向上のための タイムマネジメント（1回）	時期：2月 対象：どなたでも 先着20名 内容：仕事時間と自分時間を効率的にコントロールするためのタスク管理やしぐみづくり、そのノウハウを学ぶことにより、充実したライフマネジメントの習得を目指す。	市報 受付

子育て支援に関する講座

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
1	子育てママシリーズ (全2回)	時期：11月～12月 対象：子育て中のママ 先着 20 名 内容：子育て女性が取り組み易いテーマを提案し、一時的に子育てを離れ学習・実践することにより、心身のリフレッシュをはじめ趣味の拡充や仲間同士の情報交換など、ゆとりある子育て環境づくりを促進する。	市報 受付
2	子育てパパシリーズ 「父子で学ぶ野外料理」 (全1回)	日時：7月22日(木) 9:00～13:00 対象：子育て中のお父さんと小学生の子供1人 先着 12 組 内容：薪割りから火起こし、飯盒炊爨、カレー作り。野外料理の基本を学びます。 講 師：茨城県キャンプ協会指導者 参加費：1,500円(材料費・保険代含む) 場所：会瀬青少年の家 野外炊飯場	NEW! 市報：6/20号 受付：6/29(火) 9:30～電話受付



趣味・生きがい・教養に関する講座

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
1	薬膳教室 (全3回)	時期：1～2月 対象：どなたでも 先着20名 内容：薬に頼らない健康の維持や病気の予防、 体質改善を目指す“薬膳”について、そ の考えや基礎知識を学ぶとともに、その 地域や季節が育んだ食材を使い、体質、 体調に合った効果・効力のある調理方法 を身につける。	市報 受付
2	米粉を使った料理講座 「米粉で簡単！おいしい♪料理教 室」 (全3回)	日時：①9/13 ②9/27 ③10/4 (月) 10:00～正午 対象：どなたでも 先着16名 内容：①「お月見団子」 ②「座学『米粉を知ろう！』簡単チョコ クリームサンドウィッチ」 ③「お好み焼き」 参加費：3,800円（材料代含む） 講師：安齋 美代 さん（米粉マイスター） 託児：無料（9/3(金)迄に来館申込み） 場所：女性センター料理室	NEW! 市報:8/5号 受付:8/16(木) 9:30～電話受付
3	運動不足解消実践講座 「スッキリ！滝汗！！脂肪燃焼講 座」 (全3回)	日時：①6/18②7/2③7/16 (金) 10:00～正午 対象：どなたでも 先着20名 内容：①「骨盤ストレッチでスタイルアップ」 ②「簡単にできるシェイプアップエク ササイズ」 ③「音楽に合わせてキックボクシング エクササイズ」 参加費：1,000円（保険代含む） 講師：林 康子 さん（ペルビックストレッチ インストラクター） 託児：無料（6/4(金)迄に来館申込み） 場所：鮎川体育館	開催中！ 市報:5/20号 受付:5/27(金) 9:30～電話受付

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
4	ステイホームのための パソコン基礎講座 (全5回)	時期：10月～11月 対象：どなたでも 先着12名 内容：コロナ禍の中、自宅でパソコンを使用する機会が増えていることを踏まえ、初心者を対象に、最新の作業環境下における操作手順や基本ソフトの活用術、インターネットの接続、トラブル解消方法などのパソコンライフを楽しむための基本を身につける。	市報 受付



3. その他の事業

パソコンを使用する講座は、Windows10 Office2019対応です

	講座名	詳細	募集・受付日
1	地域連携事業 8 (全2回) ＊地域で活躍している団体、関係機関と協力し、事業を実施。	時期：2022年2月 対象：関係者 内容：女性センターや鮎川体育館を拠点に、日立特別支援学校をはじめ地域の関係機関・団体等と協力し、コンサートなどを企画・実施することにより、団体等の育成支援及び地域住民との交流促進を図る。	市報 受付
2	チャリティー事業 パート18	関連する講座やイベント等を通じて、DV 被害者支援のための募金活動に取り組むほか、甚大な自然災害が発生した場合には、被災地に対し必要な支援を行う。	

