



☆市報は掲載号です。

☆募集は電話で受付けます。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

	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級取得を目指して (全5回)	日時：①9/30、②10/7、③10/28、 ④11/11、⑤11/18(土) 10:00~12:00 対象：認知症ライフパートナー検定試験3級 受験を目指している方。 医療や介護に携わっている方。 認知症の方や家族や、認知症について 興味がある方。 先着20名 内容：認知症についての基本的な知識や症状 に対する対応の仕方、コミュニケーションの 取り方などを検定試験の内容を 通して学ぶ。 参加費：5,800円(テキスト代含む) 講師：池内 彰子氏 (常盤大学大学院 看護学研究科 教授) 託児：無料(9/15(金)来館申込)	終了しました！ 市報：8/5号 受付：随時受付 9/8(金) まで受付
2	資格取得準備講座 TOEIC®L&Rテスト対策講座 めざそう！500点突破！ (全6回)	日時：①10/25、②11/1、③11/8、 ④11/15、⑤11/22、⑥11/29 (水) 18:30~20:30 対象：TOEICテストに挑戦したい方、スコ アアップしたい方(高校2年生以 上、英検3~2級レベルの方) 先着20名	終了しました！ 市報：9/5号 受付：随時受付 10/11(水) まで受付

		内容：TOEIC®L&Rテストで500点突破を目指すテスト対策講座。実践問題に取り組みながら、テストの特徴と学習のポイントを学びます。また独学でも効率よく学習を進めるコツなども紹介します。 参加費：3,500円（テキスト代を含む） 講師：岩重 理香さん（大学非常勤講師） 託児：無料（10/11（水）までに来館申込）	
3	資格取得準備講座 MOS検定試験対策講座 （Excel） （全6回）	日時：①1/25、②①2/1、③②2/8、④③2/15、⑤④2/22、⑥⑤2/29、⑦③/7（木） （都合により変更）18：30～20：30 対象：Excelの基本操作が出来る方。スキルアップを目指している方。 先着12名 内容：マイクロソフトが認定する国際資格である MOS 検定対策講座として EXCEL の主な機能を利用して数式の作成、グラフの作成・編集など、応用的な操作スキルを習得する。 参加費：8,500円（テキスト代含む） 講師：菊池聡子さん（マイクロソフトオフィシャルトレーナー） 託児：無料 1/10（水）まで来館申込	開講中！ 市報：12/5号 受付：随時受付 1/10（水）まで受付
4	資格取得準備講座 ファイナンシャルプランナー3級を目指して （全6回）	日時：①11/2、②11/9、③11/16、 ④11/30、⑤12/7、⑥12/14（木） 18：30～20：30 対象：受験希望者、興味がある方 先着20名 内容：保険や税、年金の仕組み、資産運用などファイナンシャルプランナーに必要な知識と資格を取得するための勉強法やテスト対策を学ぶ。学科試験、実技試験の双方合格をめざす。 参加費：4,200円（テキスト代を含む） 講師：高村 浩子さん（特定非営利活動法人日本FP協会茨城支部支部長、1級FP技能士・キャリアコンサルタント） 託児：無料（10/19（木）までに来館申込）	終了しました！ 市報：9/20号 受付：9/28（木） 9:30～受付開始

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
5	夢をかなえるプチ創業塾 (全2回)	日時：①7/4(火) 10:00~12:00 ②7/11(火) 9:30~12:00 対象：プチ創業に興味のある方 先着20名 内容：①好きな事業プランのアイデアを出してみよう。 ②自分と向き合う～自分の強みや価値観を知ろう～ 先輩創業者による体験談 参加費：500円(資料代含む) 講師：吉村 千鶴子氏(経営士)他 託児：無料(6/27(金)来館申込)	終了しました！ 市報：6/5号 受付：随時受付
6	商工会議所と共催 創業塾 *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：①8/18(金) 18:00~20:00 ②8/25(金) 18:00~20:00 ③9/1(金) 18:00~20:00 ④9/9(土) 9:30~12:30 ⑤9/16(土) 9:30~12:30 対象：起業・開業を目指している方、創業して間もない経営者 先着20名 内容：■創業体験談 ■知っておきたい創業時の実務 ■創業支援の取組みについて ■ビジネスプランの作成 ■創業に向けての懇談会 ■創業を支援する様々な団体紹介 ■ビジネスプランの発表とフィードバック&ブラッシュアップ 参加費：無料 講師：林 雄一氏(中小企業診断士)他 託児：無料(6/27(金)来館申込)	終了しました！ 市報： / 号 受付・問合せ 日立商工会議所 経営支援課まで 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	【1回目】考えよう 災害時にできること ～女性の視点、多様な視点から考える防災・減災～ 日時：7月23日（日）13：30～15：30 対象：どなたでも 先着 50 名 内容：災害時、多様な人々が抱える困難を繰り返し 返さない為に平時から求められる地域の 防災力向上の必要性についてご講話頂く 参加費：100 円（資料代含） 講師：宗片 恵美子さん （特定非営利活動法人イコールネット 仙台 常務理事） 託児：無料（7/14（金）来館申込）	終了しました！ 市報：7/5 号 受付：随時受付
		【2回目】未来を自分らしく生きるために ～国際女性デーによせて～ 日時：令和6年3月3日（日） 10：00～正午 対象：どなたでも 先着 50 名 内容：男女問わず、ひとりひとりが個性や自主 性を尊重しあいながら輝ける、そんな未 来の実現をめざし、私たちに今できるこ とを一緒に考えてみませんか。 参加費：100 円（資料代含） 講師：富田 敬子さん （常盤大学 常磐短期大学 学長） 託児：無料（2/20（火）来館申込）	NEW！ 市報：2/5 号 受付：随時受付

	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25 デートDV（恋人間の暴力）～周りで気づいたときにできること～ (全1回)	日時：11月9日（木）13：30～15：30 対象：相談業務者、援助者、学校関係者 約50名 内容：デートDVが背景にある事件が相次いで報道されています。デートDVは、交際している恋人間に起こる暴力のことで、3組に1組で起きている身近な問題です。デートDVに気づいたとき、周りで何ができるかを一緒に考え、理解を深めます。 参加費：無料 講師：阿部 真紀さん (認定NPO法人エンパワメントかながわ理事長) 託児：無料（11/1（水）来館申込）	終了しました！ 市報：10/5号 受付：随時受付
3	健康講座 「女性を美しく・元気にする漢方薬」 ～冷えは万病の元から～ (全1回)	日時：令和5年11月19日（日） 13：30～15：30 対象：どなたでも 先着20名 内容：心身の不調を我慢していつも通り家事や仕事をしている女性が多い。女性ホルモンに振り回されていることが不調の大きな原因の一つであり、背後に冷えが隠れている。今回は不調改善に役立つ漢方薬について学ぶ。 参加費：100円（資料代含む） 講師：岡村 麻子さん（産婦人科医師） 託児：無料（11/9（木）来館申込）	終了しました！ 市報：10/20号 受付：随時受付
4	人権講座 「LGBTQの子どもたちの気持ち ～共生社会をめざして～」 (全1回)	日時：令和5年8月3日（木） 13：30～15：30 対象：どなたでも 先着20名 内容：LGBTQの様々な悩みや不安を抱える子どもたちの思いを正しく理解し、寄り添えるよう、理解を深める。 参加費：無料 講師：永瀬 大紀さん（にじっぺ茨城代表） 託児：無料（7/27（木）来館申込）	終了しました！ 市報：6/20号 受付：随時申込

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
5	おとう飯^{はん}をはじめてみよう！ 食欲そそる！とりこ飯！ 「カレー照り焼きチキン」を作ろう！ （全1回）	日時：令和5年8月26日（土） 10：00～正午 対象：料理や“おとう飯”に興味がある男性 先着 10 名 内容：国が男性の家事参加の一環と推進している“おとう飯”を取り上げ、手軽に出来て美味しい料理の実習を通して、男女共同参画への理解を深める。 参加費：1,600円（材料代含む） 講師：宮澤 孝子さん（薬膳料理家） 託児：無料（8/17（木）来館申込）	終了しました！ 市報：7/20号 受付：7/27（木） 9:30～受付開始



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 明日のわたしのために… 「旅する教室」 （全3回）	日時：①1/26、②2/2、③2/9（金） 18：30～20：30 対象：働いている人 先着 20 名 内容：①「こぎん刺し体験」 ②「テーブル茶道体験」 ③「ウクレレに親しむタベ」 参加費：2,500円（材料代含む） 講師：①塩田 祐子氏（パッチワーク講師） ②赤津 順子氏（日本テーブル茶道協会認定講師） ③平野 誠氏（ウクレレ製作家） 託児：無料（1/10（水）までに来館）	終了しました！ 市報：12/5号 受付：12/13（水） 9：30～受付開始

	講 座 名	詳 細	募集・受付日
2	手軽にできる!! 趣味を見つける講座 (全5回) 	日時：①10/19、②11/2、③11/16、 ④11/30、⑤12/14 (木) 18時30分～20時30分 先着16組 内容：①:「木の実の動物たち」 ～かわいいクマとリス作り～ ②③:「大人になってからはじめるかぎ 針編み」～使いたくなる♪あった か小物を編みましょう～ ④:「旬の保存食で心と身体を整えよ う」～白菜キムチ作りに挑戦～ ⑤:「ピラティスで体調改善」 ～リハビリ生まれのピラティス。 肩こり、腰痛、ひざ痛、猫背、冷 え性、むくみなど～ 参加費：3,800円（材料費含む） 講師：①新開 良明さん（日立山野草同好会会長） ②③鈴木 朋子さん（かぎ針編講師） ④宮澤 孝子さん（栄養料理家） ⑤梅澤 雪代さん（マットピラティスインスト ラクター） 託児：無料（10/11（水）来館申込）	終了しました！ 市報：9/5号 受付：9/12（火） 9:30～受付開始
3	パパとパンダの飾り巻き寿司を作 ろう！（全1回） 	日時：8月5日（土） 9時30分～12時30分 対象：お父さんと小学生の子供1人 先着10組 内容：パンダの飾り巻き寿司の作り方を学び ます。 参加費：1,100円（材料費含む） 講師：栗原 恵子 氏 (飾り巻き寿司インストラクター) 託児：無料（7/28（金）来館申込）	終了しました！ 市報：6/20号 受付：6/30（金） 9：30～受付開始

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	旬の魚を使って 魚料理を極めよう！！ (全1回)	日時：9月10日（日） 9時30分～正午 対象：どなたでも 先着15名 内容： 地元で獲れる美味しい魚を紹介するとともに、魚の選び方・さばき方を習得し、調理方法を学ぶ。 参加費：1,500円（材料費含む） 講師：大高 さとこ 氏 (魚アドバイザー、調理師) 託児：無料（9/1（金）迄に来館申込）	終了しました！ 市報：8/5号 受付：8/14（月） 9：30～受付開始
2	心と身体を整える 体操&ストレッチ (全3回)	日時：①6/19、②6/26、③7/3（月） 13：00～15：00 対象：どなたでも 先着20名 内容：①イスに座ってストレッチ&筋トレ ②ストレッチ&スクウェアステップ ③脳トレしながら楽しく筋力アップ 参加費：1,000円（保険代含む） 講師：早川 利恵 さん（健康運動実践指導者） 託児：無料（6/12（金）までに来館して申込）	終了しました！ 市報：5/20号 受付：5/29（月） 9：30～受付開始
3	身近なSDGsにチャレンジしよう 芸術の秋を満喫！ よくばりアート体験 (全3回) 	日時：①10/7、②10/14、③10/21 土曜日 10：00～正午 対象：どなたでも 先着16名 内容：①藍染めの世界を体験してみよう！ ②タッセル作りにチャレンジしよう！ ③草木染めのハンカチ・コイリングでアート作品にトライしよう！ 参加費：2,400円（材料代含む） 講師：野澤 寿子 さん（染織作家） 託児：無料（9/29（金）までに来館して申込）	終了しました！ 市報：9/5号 受付：9/13（水） 9：30～受付開始 

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	チャリティー事業	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。	

