

日立市女性センター指定管理者（日立市らぼーる協会）



一日立市男女共同参画
社会シンボルマーク

らぼーるひたち

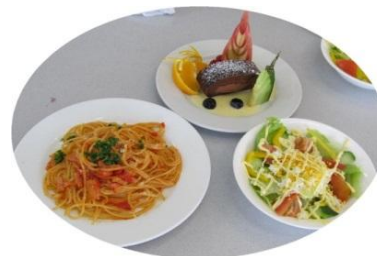
第 133 号

発 行

2013 年 7 月



人気の「子育てパパシリーズ」がスタートしました。第1回は、男女共同参画週間に合わせ「パパが作る！スイーツ&パスタ」。パパが料理に奮闘する間、子どもたちはベビーシッターさんと楽しく遊んでいました。



パパが作った“家族記念日の料理”
見事なできばえです！



子育てママシリーズでの託児風景



新たな視点や発見がいっぱいの「日本の歴史を男女共同参画の視点で眺めてみれば…」と題したセミナー。講師は女性史研究家の平井和子さん。



今年も咲いたアンネのバラ

■男女が共に生き生きと活動

■講座のご案内：「男性がする介護 ー講義と実技ー（仮称）」 「資格取得準備講座」他

■「DVを考えるパート15」募集中、女性生活相談

■平成25年度講座一覧

ご利用ください！らぼーるミニギャラリー他

男女が共に 生き生きと活動

日立市における男女共同参画社会推進の拠点施設である女性センター（らぼーるひたち）では、男性の利用者が増え、現在約3割に達しています。

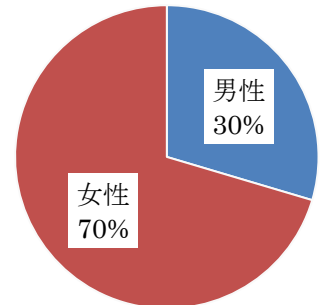
震災被害で休館していた鮎川体育館も今年3月に再開、整備された体育館で生き生きと活動する「女性センター友の会」のグループを紹介します。

「サークル・スウィング」 （フォークダンス）

軽いストレッチの後、アメリカ・ヨーロッパ・アジア等、各国の特徴ある音楽に合わせて楽しくステップを踏みます。「女性センター祭り」や「日立さくらまつり」での発表は、緊張しながらも生き甲斐を感じています。
（毎週火曜日）



女性センター男女別利用状況（成人）



各グループについての詳細は、お問合せいただくか《らぼーる協会ホームページ》をご覧ください。

「スポーツ吹矢なごみ」（吹き矢）

筒に矢を入れ、的に向けて思いきり“フッ！”と息を吐き出す。ゲーム感覚で楽しみながら精神を集中させストレス解消・健康増進に役立っています。手軽に楽しめる生涯スポーツです。
（1.2.3 木曜日）



「スポーツ教室チャオ」（バレーボール）

週に1度、健康とストレス解消のためにと、鮎川体育館に大きな笑い声とバレーボールの音が響きます。名前のお洒落に「チャオ！」と声を掛け合いながら、いくつまで頑張れるかなと、メンバーは明るく笑います。
（毎週水曜日）



「バランスボールクラブ」 （バランスボール）

大・小のボールやチューブを使い、筋力アップやストレッチをしているのは、40～70歳代まで幅広い年代の仲間たち。何よりも続けることが大切、そしていい汗をかいた後は元気に「また来週！」
（毎週月曜日）

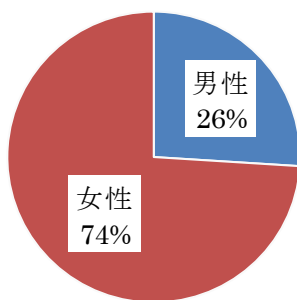
講座のご案内

今、必要とされている介護や資格取得のための講座などを企画しています。

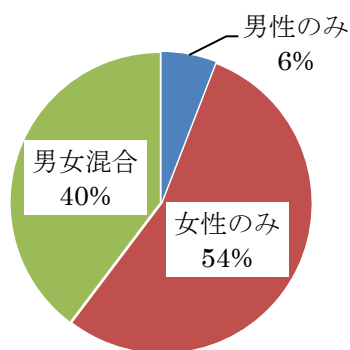
- ① 「男性がする介護 ―講義と実技―（仮称）」 9月頃
- ② 資格取得準備講座
「福祉住環境コーディネーター3級」 10/5、11/2
- ③ 資格習得準備講座
「TOEIC 600点をめざして」 11～12月頃

※詳しくは市報や協会ホームページをご覧ください。

女性センター友の会
男女別会員状況



女性センター友の会
グループ別構成比(全 66 グループ)



「日立太極拳協会」
(太極拳)

簡化太極拳(24式)を中心に、入門・初級・32式剣・32式扇・48式・楊式・陳式などで体を動かしています。ゆっくりゆっくり、時には早く、整形外科医もおすすめ運動の太極拳。一緒に体を動かしましょう。

(毎週水曜日)



「ステップK」
(ダンススポーツ)

スタンダード部門のワルツ、タンゴ、クイック・ステップ、スロー・フォックス・トロット、ラテン部門のルンバ、チャ・チャ・チャ、サンバ、ジャイブ、計8種目の基本を中心に優雅に、また、情熱的に楽しくレッスンしています。

(毎週水曜日)



「多賀ママ卓球クラブ」 (卓球)

いろいろな球質に対応して身体だけではなく頭も使っているからか、健康と若さと美しさを保ち、そして何よりもリフレッシュする卓球練習。週1度の練習に生きがいを感じています。(毎週木曜日)



募
集
中
!

ドメスティック・バイオレンスを考える パート 15

「相談の現場から見える母と子
—DVで傷ついた子どもを守るために—」

日 時：平成25年8月2日(金)

13:30~15:30

ところ：日立市女性センター 多目的ホール

講 師：松本和子さん

(NPO 法人女性ネット Saya-Saya 代表理事)

対 象：DV相談業務従事者、援助者、学校関係者及び一般 約100名

申込み：随時受付

女性生活相談

日常生活の中で生じるさまざまな家族の問題や近隣とのトラブル、悩み事や困っている事等ご相談ください。女性相談員が対応し、秘密は厳守します。面接相談もできます。まずはお電話を。

時間：月~金曜日、第2・4土曜日

10時~12時・13時~16時

(祝日・年末年始を除く)

内容：結婚、離婚、隣人関係、夫婦の問題、DV問題 他

電話：0294 (35) 2215

H25 年度講座一覧

託児無料

	講 座 名	日 時	内 容 《市報掲載号》
1	資格取得準備講座「ビジネス能力検定３級受験をめざして」	5/18～6/29	全６回
2	仕事に役立つ美しい文字の書き方	6/20～7/25	全４日
3	子育てママシリーズ①「自分でできる！リンパマッサージ」	6/27	
4	子育てパパシリーズ① 「パパが作る！スイーツ&パスタ～シェフに学ぶ家族記念日の料理～」	6/29	
5	普通救命講習 －ＡＥＤを使って－	7/11	
6	子育てママシリーズ②「多肉植物でオシャレに寄せ植え」	7/17	
7	普通救命講習 －ＡＥＤを使って－	7/20	
8	健康講座「漢方の知識を暮らしに活かそう」	7/14	
9	子育てパパシリーズ②「父子で学ぶ野外料理☆」	7/27	
10	ドメスティック・バイオレンスを考えるパート１５	8/2	《市報 7/5 号》受付中
11	起業セミナー「女性のための創業塾」（託児有料）	10/12～11/30	《市報 9/5 号》
12	「男性がする介護 －講義と実技－（仮称）」	９月予定	全２日
13	子育てママシリーズ③「ヨーグルトを使ったふっくらおやつパン作り」	9/12	《市報 8/20 号》
14	軽運動とレクリエーション講座 コース① コース② ①「ウォーキングと太極拳とヨガに挑戦！」 ②未定	①5/28～7/30 ②9月予定	※コース①実施中
15	資格取得準備講座「福祉住環境コーディネーター３級」	10/5,11/2	全２回 《市報 9/5 号》
16	子育てママシリーズ④	10月予定	内容未定
17	資格取得準備講座「TOEIC ６００点をめざして」	11～12月予定	全７回
18	キャリアデザイン講座	11月予定	全３回
19	歴史講座	11月予定	全２回
20	資格取得準備講座「MOS 検定受験に向けて」	1月予定	全１０回
21	就業に向けてパソコンを学ぶ「Excel 中級」	1月予定	全６回
22	〃 「Word 中級」	1月予定	全６回
23	免疫力を高めるマクロビオティック	1月予定	全３回
24	男女共同参画セミナー	3月予定	全２回

※詳細は、市報やチラシ、ホームページなどをご覧ください。日程や内容が変更になる場合があります。

女性センター祭り 2013



とき 10月26日(土)
10月27日(日)
場所 女性センター
(らぽーるひたち)
鮎川体育館



女性センター1階にあるミニギャラリー。
個展やグループ展にどうぞ。無料です。

●発行／日立市らぼーる協会（日立市女性センター内）

〒316-0036 日立市鮎川町1-1-10 Tel 36-0554・Fax 38-2460
ホームページ <http://www.rapporthitachi.jp/> ツイッター @rapport hitachi