

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級をめざして～ (全5回)	日時：①10/2 ②10/16 ③10/30 ④11/13 ⑤11/13 ⑥12/4 (土) 10:00～12:00 対象：認知症ライフパートナー検定試験3級 をめざしている方 医療や介護に携わっている方 認知症の家族や、認知症について興味 のある方 先着18名 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を公式テキス トに沿って学ぶ。 参加費：3,400円(テキスト代含む) 講師：池内 彰子 さん (常盤大学看護学部看護学科 准教授) 託児：無料(9/24(金)までに来館申込み)	開講中! 市報:9/5号 受付:随時受付 9/21(火)迄
2	資格取得準備講座 TOEIC®L & R テスト対策 ～ひとりでも続けられる 学習 メソッド～ (全6回)	日時：①11/11 ②11/18 ③11/25 ④12/2 ⑤12/9 ⑥12/16 (木) 18:30～20:30 対象：受験希望者・スコアアップしたい方 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。 参加費：3,500円(テキスト代含む) 講師：岩重 理香 さん (茨城キリスト教大学非常勤講師) 託児：無料(10/31(日)までに来館申込み)	開講中! 市報:10/5号掲載 受付:随時受付 (締切 10/31 迄)

	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)	<p>日時：①6/16 ②6/23 ③6/30 ④7/7 ⑤7/14 ⑥7/21 (水) 18:30～20:30</p> <p>対象：受験希望者、食育に興味がある方 先着20名</p> <p>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。</p> <p>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)</p>	<p>終了しました! 市報：5/20号 受付：随時電話受付</p>
4	資格取得準備講座 Excel表計算処理技能 ～3級をめざして～ (全6回)	<p>日時：①10/25、②11/1、③11/8、 ④11/15、⑤11/22、⑥11/29(月) 18:30～20:30</p> <p>対象：Excelの基本操作ができるかた、スキルアップを目指している方 先着12名</p> <p>内容：Excel表計算処理技能認定試験3級受験に向けて問題集を使用し、3級試験合格のためのポイントを学ぶ。</p> <p>参加費：2,300円 (テキスト代を含む) 講師：菊池 聡子氏 (マイクロソフトオフィシャルトレーナー) 託児：無料 (10/15 (金) までに来館申込)</p>	<p>開講中! 市報:9/20号掲載 受付:随時受付 (締切 10/10迄)</p>

	講座名	詳細	募集・受付日
5	<p>仕事に役立つ講座 「女性のための賢いマネー学」 ～細く長く働いて！楽しく安心して過ごしていくためのライフプラン～ (全2回)</p>	<p>日時：令和4年1月20日（木） 令和4年2月 3日（木） 18時30分～20時30分 対象：先着20名 内容：①人生100年時代のライフデザイン ②現役時代&退職前後に知りたいマネー設計 参加費：1,100円（資料代含む） 講師：内村 しづ子氏（ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント） 託児：無料（事前予約）</p>	<p>NEW! 市報：新春号 受付：随時受付 (1/12(水)締切)</p>
6	<p>女性のための就業支援講座 Zoomを活用した講座 オンライン・スキルアップ講座 (全4回) ※3回実施</p>	<p>日程： 【日程A（平日昼間）】 ① 11/25、②12/2、③12/9、④12/16 (木) 10:00～12:00 【日程B（平日夜）】 ① 11/24、②12/1、③12/8、④12/15 (水) 18:30～20:30 【日程C（土日の昼間）】 ① 11/27、②12/4、③12/11、④12/18 (土) 13:30～15:30 対象：WEB会議に興味がある女性 テレワークやWEBカメラが使えるパソコンをお持ちの方（スマートフォン不可） 各日程20名 内容：各日程全4回 ・Zoomのインストールから基本的機能の使い方、進行のテクニックや会議の参加から実践など・・・3回 ・Zoomを活用した研修会・・・1回 (賢い働き方、お金の基礎知識、タイムマネジメント) 講師：高橋 美紀様 他講師6名 参加費：500円（資料代含む） 託児：無料（事前予約）</p>	<p>NEW! 市報:10/20号 受付：随時受付</p>

	講座名	詳細	募集・受付日
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)	<p>日時：①7/1②7/8③7/29 (木) 18:30~20:30</p> <p>対象：就業従事者、レベルアップしたい方。 先着20名</p> <p>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！</p> <p>講師：白鳥 雄次 氏 (アンガーマネジメントコンサルタントTM)</p> <p>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)</p>	<p>終了しました！</p> <p>市報：5/20号</p> <p>受付：随時電話受付 (締切6/23(水)まで)</p>
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？	<p>日時：①8/20 ②8/27 18時~20時 ③9/4 ④9/11 ⑤9/18 9時30分~12時30分</p> <p>対象：起業・開業を目指している方。創業間もない経営者、後継者。 20名</p> <p>内容：①創業の支援の取組みについて 知っておきたい創業時の実務 ②夢をカタチにするビジネスプランの作成① ③夢をカタチにするビジネスプランの作成② ④ポストコロナ時代の新サービスの事例研究 創業に向けての懇談会 ⑤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</p>	<p>終了しました！</p> <p>市報:7/20号</p> <p>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</p>

啓発普及に関する講座

	講座名	詳細	募集・受付日
1	<p>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)</p>	<p>日時：8月7日(土)以下に変更となりました 11月6日(土) 13:30～15:30</p> <p>対象：どなたでも 先着50名</p> <p>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わけではありません。その背後には100年以上にわたる先人たちの努力があったのです。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。</p> <p>講師：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)</p> <p>◇第2回 2月予定</p>	<p>終了しました！ 市報：7/5号 受付：随時電話受付</p>
2	<p>ドメスティック・バイオレンスを考える パート23 (全1回)</p>	<p>日時：8月23日(月)以下に変更となりました → 11月16日(火)に変更 10:00～12:00</p> <p>対象：D.V 被害者、支援賛同者 約30名</p> <p>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。</p> <p>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)</p>	<p>NEW! 市報：8/5号 受付：随時電話受付</p>

	講座名	詳細	募集・受付日
3	健康講座① 「腸内細菌を知ろう！」 (全2回)	<p>日時：9月11日(主)以下に変更となりました 1月15日(土)に変更 10:00~正午</p> <p>対象：どなたでも 先着50名</p> <p>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。</p> <p>講師：熊田 薫さん (茨城キリスト教大学 生活科学部 教授)</p> <p>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)</p> <p>◇第2回—2月予定(開催見送りとなりました)</p>	<p>NEW! 市報:8/5号 受付: 随時電話受付</p>
4	人権講座 「多様な性のはなし LGBTQ」 (全1回)	<p>日時：7月31日(土) 10:00~正午</p> <p>対象：どなたでも 定員20名程度</p> <p>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？</p> <p>講師：永瀬 大紀さん(前近未来女性総合研究所副代表)</p> <p>参加費：無料 託児：無料(7/21(水)までに来館申込み)</p>	<p>終了しました! 市報：6/20号 受付：随時</p>



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 輝き続けるための「わたし時間」 (全3回)	<p>日時：①令和4年1月28日(金) ②令和4年2月18日(金) ③令和4年2月25日(金) 18時30分～20時30分</p> <p>対象：3回とも出席できる方</p> <p style="text-align: right;">先着20名</p> <p>内容：①「輝くわたしのタイムマネジメント」 ②「ピラティスで身体を整える」 ③「癒しのグリーン 苔玉づくり」</p> <p>講師：①筒井公江さん(キャリアコンサルタント) ②梅澤雪代さん(マットピラティスインストラクター) ③新開良明さん(苔玉講師)</p> <p>参加費：1,600円(材料費) 託児：無料(1/17(月)までに来館申込み)</p>	<p>NEW!</p> <p>市報：新春号 受付：1/7(金) 9:30～電話受付</p>
2	男性向け講座 (全2回) (今年度見送りとなりました)	<p>時期：11月</p> <p>対象：男性</p> <p style="text-align: right;">先着20名</p> <p>内容：オフタイムの有意義な過ごし方について、男性が取り組みやすいテーマを提案し、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。</p>	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) (働く女性のための癒し講座の1コマ に変更となりました)	<p>時期：2月</p> <p>対象：どなたでも</p> <p style="text-align: right;">先着20名</p> <p>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。</p>	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 「ママのための心と身体のリフレッシュ」 (全2回)	日時：①令和4年1月25日(火) ④ 令和4年2月8日(火) 10時00分～12時00分 対象：子育て中のお母さん 先着20名 内容：①YOGAで身体のセルフケア ②子育て期だからこそその家庭と社会との新しいつながりをつくろう～人生の楽しみ方～ 講師：高橋 美紀さん(ヨガインストラクター) 参加費：500円(保険代、資料代含む) 託児：無料(1/17(月)までに来館申込み)	NEW! 市報:新春号 受付：1/6(木) 9:30～電話受付
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	終了しました! 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	<p>薬膳教室 (全3回) (今年度見送りとなりました)</p>	<p>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。</p>	<p>市報 受付</p>
2	<p>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)</p>	<p>日時：①9/13 ②9/27 ③10/4 (月) 以下に変更となりました ① 10/18 ②10/25 ③11/1 (月) 10:00～正午 対象：どなたでも 先着16名 内容：①「座学『米粉を知ろう！』簡単チョコ クリームのサンドウィッチ」 ②「米粉のドーナツ」 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(10/11(月)迄に来館申込み) 場所：女性センター料理室</p>	<p>終了しました！ 市報:8/5号 受付:10/11(月) までに</p>
3	<p>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)</p>	<p>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」</p>	<p>終了しました！ 市報:5/20号 受付:5/27(金) 9:30～電話受付</p>

		<p>参加費：1,000円（保険代含む）</p> <p>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）</p> <p>託児：無料（6/4(金)迄に来館申込み）</p> <p>場所：鮎川体育館</p>	
4	1からはじめるパソコン講座 (全5回)	<p>日時：①10/21、②10/28、③11/4 ④11/18（木）</p> <p>9:30～正午</p> <p>対象：パソコン初心者、1からやりなおしたい方</p> <p>先着12名</p> <p>内容：パソコンの基本操作、ワードの文字入力、メールの送受信、インターネット接続方法</p> <p>参加費：4,600円（テキスト代含む）</p> <p>講師：千葉 淳 氏（パソコン講座出前講師） 佐藤 昭治 氏（パソコン講座出前講師）</p> <p>託児：無料（10/15(金)迄に来館申込み）</p>	<p>開講中！</p> <p>市報: 9/5号</p> <p>受付:9/28(火)</p> <p>9:30～電話受付</p>



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	<p>地域連携事業 8 (全1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。</p>	<p>時期：2022年2月</p> <p>対象：関係者</p> <p>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。</p>	市報 受付
2	チャリティー事業 パート18	<p>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。</p>	

