

産業

男女共同参画推進事業「ミニブルーム交流カフェ」

創業した方から経験談を聞き、講演の後は講師を交えて仲間づくりやネットワークづくりのためのトークセッションを行います。

▼日時 11月14日(金)午前10時～正午／会場 産業福祉センター／対象 創業に興味がある、または創業して間もない方／定員 20人(先着順)／費用 無料／内容 第1部：講演会「自宅サロン開業のメリットとデメリット」／無理なく起業し成長するには」／創業した先輩から学ぶ、第2部：トークセッション(講師や参加者同士の情報交換の場)／講師 高橋科夜さん(フロールソレイユ代表)／保育対象：1歳6か月～未就学児、定員：5人(先着順)、費用：50円(おやつ代)、申込み：11月5日(水)の午後5時まで／主催 多摩信用金庫・日本政策金融公庫・羽村市

①申込み・問合せ 11月12日



(水)午後5時までに、電話・ファクスまたはウェブサイトからたましん事業支援センターへ ☎ 01200-7781-265 FAX 526-7793 / 産業課 経済対策係 ☎ 657

施設から

スイミングセンター

☎ 579-3210

アクアビクス(水中エアロビクス)

泳げなくても大丈夫。水中で楽しく身体を動かしてみませんか。

▼日時 11月6日(木)～12月18日(木)の毎週木曜日午後3時～3時50分／対象 16歳以上の方／定員 35人(先着順)／参加費 市内在住・在勤の方：400円、市外の方：600円(いずれも保険料・入場料込み)／持ち物 水着・帽子・タオルなど／指導者 NPO法人羽村市体育協会スポーツトレーナー／申込み 当日の午後1時50分～2時50分に、直接プール受付前へ

トレーニングプログラム

ベリーシェイプダンス

音楽に合わせてながら普段動かせないお腹・腰周りを動かし、骨盤周辺を中心に全身の血行を良くしていきます。インナーマッスル(深層筋)を鍛え、内臓脂肪が付きにくい身体をつくっていきます。

▼日時 毎週金曜日午前9時30分～10時30分／会場 2階会議室／定員 20人(先着順)／参加費 1回800円／持ち物 運動できる服装・飲み物・タオル

マージナルアーツ

空手、キックボクシングなどの格闘技技術とフィットネス動作を組み合わせたエクササイズです。初めての方でも楽しみながらストレスを発散し、運動不足を解消していきます。

▼日時 毎週土曜日午前9時30分～10時30分／会場 トレーニングルーム／定員 20人(先着順)／参加費 1回500円／持ち物 運動できる服装・室内履き・飲み物・タオル ※いずれも当日、直接2階サ

社会福祉協議会から

非常勤ホームヘルパー募集

高齢者や障害者(児)の家事援助や身体介護などをしていただくヘルパーを募集しています。

▼応募資格 2級ヘルパー養成講座修了以上／就業時間 午前7時から午後7時までの間で、事業所から依頼のあった時間／雇用形態 非常勤ホームヘルパー(パート)／受付期間 随時

①問合せ 社協ケアサービス ☎ 579-6969

ハギレを使った小物づくり講習会

不用になったハギレなどもちよつとした工夫をするだけで、新しくすてきな一品に生まれ変わります。今回は、保険証ケース作りに挑戦してみましよう。

▼日時 11月14日(金)・21日(金)・28日(金)(全3回)午後1時～

ウチ受付へお越しください。

3時／会場 福祉センターボランティア活動室／対象 市内在住・在勤の方／定員 25人(先着順)／参加費 200円／持ち物 裁縫道具(持ち主がわかるようにしてください)・厚手の布(90cm×21cm、3～4枚) ※布が無い場合は、当日販売します。

①申込み・問合せ 10月16日(木)～31日(金)(土・日曜日を除く)の午前9時から午後5時までに、電話または直接社会福祉協議会へ ☎ 554-0304



官公署などから

法テラス巡回無料法律相談

法テラスと東京三弁護士会多摩支部の共催で、弁護士による無料法律相談（予約制）を行います。

▼日時 11月26日(水)午後1時30分～4時40分（1人30分以内）／会場 羽村市役所1階市民相談室／定員 10人（先着順）
 ◎申込み・問合せ 10月27日(月)から、電話または直接羽村市広報広聴課市民相談係☎199へ

全国一斉「女性の権利ホットライン」（電話相談）

夫やパートナーからの暴力、職場などでのセクシュアル・ハラズメント、ストーカー行為など、女性をめぐる人権相談を電話で受け付け、人権侵害の疑いがある場合には、対策を講じます。

▼日時 11月17日(月)～23日(日) 午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時）
 ☎0570-0700-810／相談担当者 人権擁護委員および東京法務局職員

◎問合せ 東京法務局人権擁護部第三課☎03-5213-1234☎2516

第11回子どもからの人権メッセージ発表会

羽村市の代表をはじめ、17市町村の子どもたちが、人権についてのさまざまな体験を発表します。

▼日時 11月15日(土)午後0時30分～3時（開場午後0時）
 ／会場 檜原村立檜原小学校体育館／定員 250人（先着順）／入場料 無料

※無料駐車場有
 ※上履きを持参してください。
 主催 多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会／檜原村／あきる野市

◎問合せ 檜原村民課村民係 係☎598-1011☎116
 多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会事業「講演と音楽のつどい」

▼日時 11月9日(日)午後1時30分～3時45分（開場午後1時）
 ／会場 東大和市市民会館ハミングホール小ホール／定員 300人（先着順）

※満員の際は入場をお断りすることがあります。

入場料 無料／講演 「スポーツ指導から学ぶ人権」／講師 大隈広貴さん（特定非営利活動法人武蔵野倶楽部エチオピアの子どもたちを救う会代表理事、エチオピア女子マラソンランナー強化育成コーチ）
 ／音楽 東大和少年少女合唱団（合唱）

※保育（2歳以上未就学児）を希望する方は、10月29日(水)までに、事前予約が必要です。
 ※駐車場はハミングホール地下有料駐車場（60台）がありますが、なるべく公共交通機関を利用してください。

主催 多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会／東大和市
 ◎問合せ 東大和市秘書広報課市民相談担当☎563-2111☎1413

東京たま広域資源循環組合 入札参加申請の受付

平成27・28年度の工事・物品買入れなどの入札参加申請を受け付けます。

▼受付期間 10月22日(水)～11月4日(火)／申請方法 郵送または宅急便で、東京たま広域資源循環組合へ
 ※必要書類など詳しくは、東京たま広域資源循環組合の公式サイトをご覧ください。

◎問合せ 東京たま広域資源循環組合総務課☎190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642
 ☎597-6151

産業サポートスクエア・TAMAWELカムデー

中小企業、農林水産業、職業能力開発などを総合的に支援する産業支援拠点「産業サポートスクエア・TAMAWEL」では、見て、学んで、触れて、楽しめるイベント「ウェルカムデー」を行います。

▼期日 10月24日(金)・25日(土)／参加費 無料／内容 24日(金)：セミナー、試験機器の紹介など、25日(土)：工作教室、試験研究機器実演、園芸教室、農産物や地域特産品の販売、お笑いトークライブ、スタンプリーなど

◎問合せ 東京都立産業技術研究センター多摩テクノプラザ☎5000-2300

平成26年度創業セミナー

地域経済の活性化や新たな雇用の創出を図る上で、創業支援を積極的に行うことが重要な課題です。

青梅商工会議所と羽村市商工会などの共催により、創業に必要な実践能力の修得を支援するため「創業セミナー」を行います。

▼日時 11月8日(土)から12月6日(土)までの土曜日、午前9時30分～午後4時30分（全5日）
 ／会場 青梅商工会議所
 ／対象 これから創業・開業を目指す方、考えている方（すでに起業している方も参加可能）
 ／定員 40人（先着順）
 ／費用 5000円（税込み）

◎申込み・問合せ 事前に、電話で青梅商工会議所中小企業相談所へ☎0428-23-0113