

まなび便り

～今日から始めるハムラーニング～

初心者向けの講座ってあるの？

あいた時間を有効に使いたい

新しい趣味や仲間を見つけたい

もっと知識を増やしたい

学ぶことって最近してないかも…

スキルアップできる講座はないかな

無料で気楽に参加したい

大学レベルの講座も受けてみたい

みんなの気持ちに応えたくて
羽村市が開催する講座や
講演会を集めてみたよ!!
いっぱいあるから
見てみていん!!





令和5年4月～6月に羽村市が開催する講座・講演会です。申込み・問合せは各担当へ。担当の後に内線が書いてある場合は羽村市役所(042-555-1111)にお電話いただき、音声ガイドに従い3桁の番号を押してください。
※対象欄の「市内」は、市内在住・在勤・在学の方です。

4月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容	対象・受付・費用等
企画展 「こいのぼりと 五月人形展」	4/15(土) ～5/14(日) 9:00～17:00 ※旧下田家住宅は 16:00まで	郷土博物館 企画展コーナ ー オリエンテ ーションホール 旧下田家住宅	端午の節供にちなんだ甲冑飾りや兜などを展示します。旧下田家住宅では、こいのぼりを4月26日(水)から5月中旬まで掲揚します。	対：どなたでも 受：直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
東京都理学療法士協会 羽村市支部共催 「はむら Enjoy ウォーキング」	① 4/16(日) ② 5/21(日) ③ 6/25(日) ④ 7/23(日) ※全4回 9:00～12:00	集合場所：保健 センター 市内をウォ ーキング	運動を始めたい方、歩くことから始めましょう。運動継続のコツが学べます。 ※全4日間参加が可能な方	対：市内 受：3/16(木)～4/7(金) 定：20人(先着) 費：無料 担：健康課(内線 626)
カラダ塾 「ちゃんと満足！ 糖質控えめメニュー ～糖尿病予防～」	4/19(水) 10:00～12:30	保健センター	気になる糖質を適度に控えるコツと、血糖値対策のポイントを学びます。	対：市内 受：3/16(木)～ 定：12人(先着) 費：300円(調理実習代) 担：健康課(内線 625)

5月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容・講師	対象・受付・費用等
熱中症対策講習会	5/6(土) 10:00～11:30	S&D スポーツ アリーナ羽村 (羽村市スポ ーツセンター) 会議室	暑くなる時期に向けて熱中症の対策について学びましょう！ 講師：阿部 章則さん (大塚製薬㈱)	対：市内在住・在勤の方 受：4/18(火)～ 定：50人(要申込/先着) 費：無料 担：スポーツ推進課 (555-0033)
デジタル紙芝居で 楽しさ体験 スクラッチプログラミ ング (SDGs 編)	①5/14(日) ②5/21(日) ③6/4(日) ④6/18(日) ※全4回 13:30～15:30	プリモホール ゆとろぎ 講座室 1	スクラッチを用いたデジタル紙芝居づくりを通してプログラミングは“楽しい”を体験しよう！ 講師：日渡 輝美さん (合同会社ボンテフェリーチエ代表)	対：小学校高学年の児童 (4～6年生) 受：市内：4/15(土)～ 市外：4/22(土)～ 定：20人(先着) 費：2,000円(受講料) ※初回のみ材料費として 別途500円頂きます。 担：生涯学習推進課 (570-0707)

「スマート&ビューティープログラム」 計るだけダイエット 60日コース	①5/17(水) ②6/1(木) ③7/19(水) いずれも 10:00~12:30	保健センター	そろそろ思っていたら、はじめてみませんか？食事と運動について学びながら、仲間と一緒にダイエットに取り組む教室です。	対：市内 初日70歳以下 受：4/4(火)~ 定：12人(先着) 費：①③各300円 (調理実習代) 担：健康課(内線625)
ゆとりぎ文学講座 「近・現代編 佐藤 春夫の世界」	①5/28(日) ②6/11(日) ※全2回 13:30~15:30	プリモホール ゆとりぎ 講座室1	大正・昭和の巨星、佐藤春夫の作品を通して文学の面白さを味わいましょう！ 講師：河野 龍也さん (東京大学大学院 文学部 国文学研究室 准教授)	対：どなたでも 受：市内：4/15(土)~ 市外：4/22(土)~ 定：50人(先着) 費：1,000円 担：生涯学習推進課 (570-0707)

6月の講座・講演会

講座名	日時	場所	内容・講師	対象・受付・費用等
体力チェックと 運動講座	6/10(土) 午前：10:00 ~12:00 午後：13:30 ~15:30 ※どちらかお選び ください	S&D スポーツ アリーナ羽村 (羽村市スポー ツセンター)	体力測定を行い、結果の 解説と今後の運動につ いて説明します。 内容：体力測定、運動講座 講師：石井博之さん 相原圭太さん 楠田美奈さん (杏林大学保健学部)	対：市内 20~79歳 受：5/16(火)~6/7(水) 定：各コース12人(先着) 費：無料 担：健康課(内線624)
季節かざり 「七夕かざり」	6/17(土) ~7/9(日) 9:00~17:00 ※旧下田家住宅 は16:00まで	郷土博物館 オリエンテーシ ョンホール 旧下田家住宅	オリエンテーションホー ルと旧下田家住宅に七夕 かざりを展示します。	対：どなたでも 受：直接会場へ 費：無料 担：郷土博物館 (558-2561)
メンズキッチン	6/20(火) 10:00~12:30	保健センター	楽しく美味しく健康にな れる、簡単料理をご紹 介します。すぐに役立つ健 康講座つきです。 健康講座、調理実習	対：市内 受：5/16(火)~ 定：12人(先着) 費：300円(調理実習代) 担：健康課(内線625)

【説明】対：対象 受：受付期間 定：定員 ※「抽選」は定員を超えた場合、参加者の抽選を行います。「先着」は先着順に定員まで受け付けます。費：費用 担：担当課【各講座・講演会については担当課に直接お問合せください】

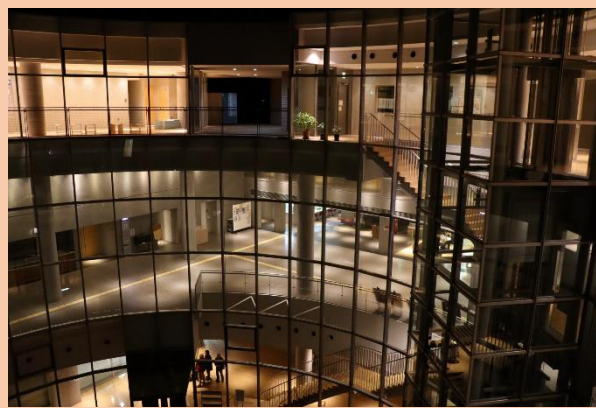
※掲載内容については変更等する場合があります。今後公開される講座・講演会情報もございますので、広報はむらや羽村市公式サイト、ゆとりぎイベントガイドをご覧ください。

ミニコラム なるほど羽村

ゆとろぎの歴史について

ゆとろぎは平成 18 年(2006 年)4 月に開館しました。「ゆとろぎ」という名称は 1743 点の全国公募の中から選ばれ、市民の皆様の「ゆとりとくつろぎの空間となるように」という思いが込められています。昨年 7 月には株式会社プリモがネーミングライツを取得し、「プリモホールゆとろぎ」という愛称になりました。

ゆとろぎは皆様に支えられて今年で開館から 17 年を迎え、3 年後には開館 20 周年となります。今後とも、変わらぬご愛顧をよろしくお願いいたします。



ゆとろぎ公式 SNS (Twitter、Instagram) ではゆとろぎについての情報を定期的に発信しているよ！是非みんなフォローしてみるりん！



プリモホールゆとろぎ公式 Twitter



プリモホールゆとろぎ公式 Instagram

