



おそうじ革命 日野栄町店

エアコン・キッチン・浴室・トイレ・床など
お掃除のことなら何でもお任せください

ひの広報見たで
10%OFF

TEL 0120-547-348
〒191-0001 日野市栄町3-6-73
見積無料!お気軽にお問合せ下さい

ふとん 仕立直し(打直し)
羽毛布団も致します **致します**

堀内ふとん店

日野高幡1001-7 ☎ 591-3327
夜間 581-3584

川野皮膚科医院 ☎ 042-599-3320

■一般皮膚科 ■小手術 ■各種検査 ■保険外 (美容) 診療

受付時間	曜 日	月	火	水	木	金	土	日	院長 (男性)
午前 9:00~12:30		●	●	●	●	●	●	●	●
午後 15:00~18:30		●	●	●	●	●	●	●	●

保 険 外 (美 容) 診 療

●レーザー治療
○脱毛…5,000円より (初回オタメシ:通常料金の半額)
○イボ・ホクロ除去 (1ヶ所) ……8,000円
○ニキヒ跡・小しわ ……15,000円より
○レーザーフェイシャル ……18,000円より

●ボトックス注射 (しわ治療) ……20,000円
●ヒアルロン酸注射 ……40,000円
●ピーリング・イオン導入 ……10,000円
●ピアス ……5,500円
●ヒアス ……5,500円 (両耳、消毒用シール代含む)

土曜日は平日の昼休み (13:00~15:00) なし連続して16:30まで診療致します。
日曜日は午前は9:00~12:30、午後は14:00~16:30まで診療致します。

詳しくはHPをご覧ください。 ☎ 川野皮膚科医院 検索

東京都日野市高幡1009-4 京王安フィールド高幡1F (京王ストア前) ■ 祝祭日休診

1日3~4h、月3~4日だけのお仕事です!

◆日野市の広報配布スタッフ
◎主婦 (夫) の方や短時間働きたい方に最適です!
◎自転車・徒歩、あなたの配布しやすい方法でOKです!
【資 格】18歳以上 (中高齢の方大歓迎!)
【報 酬】完全出来高制<配布地域/日野市内>
詳細は問い合わせ

◆新聞配達アルバイトスタッフ同時募集!

運動不足解消!
かけもち歓迎!

幅広い
年齢層の
スタッフが
活躍中!

配布する広報はご自宅までお届けしますので出社の必要はありません!

ASA 朝日新聞・日野ブロック 【受付】ASA 南平：日野市南平 3-16-10
【応募】本日より受付。お気軽に☎ください。(担当/桑名) ☎ **0120-593-812**

受講生募集 初心者向き 健康ボウリング教室

主催 **八王子市ボウリング連盟**

①**月曜教室** 全6週 午前 9:30~約3時間
10月22日~11月26日 定員 18名

②**月曜教室** 全6週 夕方 19:00~約3時間
10月15日~11月19日 定員 36名

③**水曜教室** 全6週 午後 13:30~約3時間
9月19日~10月24日 定員 12名

④**水曜教室** 全6週 夕方 19:00~約3時間
9月26日~10月31日 定員 24名

⑤**金曜教室** 全6週 午前 9:30~約3時間
10月12日~11月16日 定員 18名

⑥**金曜教室** 全6週 午後 13:30~約3時間
10月12日~11月16日 定員 18名

お住まいの地域に関係なくなたでも参加できます!

受講料 1人 **2,000円**
(全6週全日程含む・諸費用込)

会 場 **SAP日野ボウル**
☎ **080-8711-8265**

リフォームのお問い合わせは…

日野市商工会 建築ステーション

〒191-0062東京都日野市多摩平7-23-23
Tel:042-581-3666 Fax:042-586-6063

しみずこどもクリニック

SHIMIZU Children's Clinic JR中央本線 豊田駅南口より徒歩2分 院長 志水達雄

《診療時間》 月 火 水 木 金 土

午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:00~3:00 (予約)	○	○	○	○	○	○
午後 3:30~6:00	○	○	○	○	○	○

休 診 日：日 曜・祝 日 (保険医療機関)

〒191-0053 日野市豊田4-34-7 オーチャード1階
(駐車場を完備しておりますのでご利用ください)

☎ **042-581-1717**
http://shimizu-kodomo-cl.com

法律問題のお悩みは**弁護士**にご相談ください

日野駅徒歩1分

相談料 **5,400円** (1時間以内)

債務整理のご相談は無料です

弁護士

窪田 之喜 木村 真実
東京弁護士会所属 東京弁護士会所属

山下 太郎 宇佐見 渉
第二東京弁護士会所属 東京弁護士会所属

加藤 慶二 宮本 克

日野市民法律事務所

日野市日野本町3-14-18 谷井ビル4F

☎ **042-587-3533**
http://www.hinolaw.jp

市立病院から 人間ドック・脳ドックなどのご案内

病気の早期発見・早期治療のため、ぜひこの機会に健康診断を受診され、健康管理にお役立てください。専門医師が高度医療機器を使用し、質の高い健診を行います。

人間ドック
月曜~金曜日(午前)
29,160円

脳ドック
月曜~金曜日(午後)
37,800円

乳腺ドック
木曜日(午前)
17,260円

乳がん・子宮がんドック
木曜日(午前)
18,460円

▶ドックオプション検査…婦人科 (乳がん、子宮がん)、脳MRI、肺がん、肺気腫、胃透視、胃カメラ、大腸カメラ、前立腺がん、骨密度、甲状腺がん、腫瘍マーカー、ABC検診、アミノインデックスなど

※日野市国保 (一部) の方は助成制度あります

※マンモグラフィー撮影は女性スタッフ対応

お問い合わせ、ご予約は
健診センター☎581-2677

予約受付:月曜~金曜日13:30~17:00

インターネットで空き状況の確認・予約を

日野市立病院 検索

http://hospital.city.hino.tokyo.jp/

※一般健康診断、予防接種も実施

※日野市特定健診・いきいき健診 (後期高齢者) も実施。予約方法は、健康課からご案内の医療機関一覧参照



ベジ活350
両手山盛りいっぱいを習慣に
1日350グラムの野菜を食べよう

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間 ID 1009643

ピーマンとえのきの炒めもの

①ピーマンは千切り、えのきたけは根元を切り落とした後、二つに切り、フライパンにごま油をひいて炒める

②しんなりしたらしょうゆ、酒、みりんを合わせ入れ、水分を飛ばすように炒め、ちりめんじゃこを加える

③器に盛りつけた後、すりごまを上からふりかける

※強火で一気に炒めると食感が良くなります。炒めるときに、輪切りの唐辛子を入れてもおいしいです

▼材料 (4人分)

ピーマン 4個、えのきたけ 1袋 (100g)、ちりめんじゃこ 適量、すりごま 小さじ1、<調味料> しょうゆ 大さじ1、酒 大さじ1、みりん 大さじ1、ごま油 適量

協力 実践女子大学食品栄養学研究室

問 健康課 (☎581-4111)



救急診療 必ず保険証をご持参ください

休日準夜診療所 (内科・小児科)
※来院の際は電話連絡を

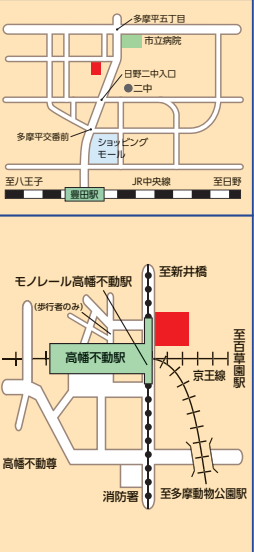
多摩平3-1-12医師会館1階
☎ **584-1661**
土曜・日曜日、祝日
19:30~22:30
(受け付けは22:20まで)

平日準夜こども
応急診療所 (小児科※14歳まで)
※来院の際は電話連絡を

高幡1011(福祉支援センター内)
☎ **592-9940**
水曜・木曜・金曜日 (祝日を除く)
19:30~22:30
(受け付けは22:20まで)

休日歯科応急診療所
※来院の際は電話連絡を

高幡1011(福祉支援センター内)
☎ ☎ **594-2111**
日曜日、祝日
受付時間9:00~16:00



救急テレホンサービス
《24時間医療機関案内》

東京消防庁救急相談センター

病院?救急車?迷ったら
#7119 (プッシュ回線から)

上記以外から☎042-521-2323

日野消防署 ☎581-0119

豊田出張所 ☎582-0119

高幡出張所 ☎592-0119

▶東京都保健医療情報センター

ひまわり ☎03-5272-0303

外国人専用 ☎03-5285-8181
(9:00~20:00)

#8000 (プッシュ回線の固定電話) **03-5285-8898** (プッシュ回線以外の固定電話、携帯、PHSなど)

○小児救急医療に関する相談・育児相談・母子の健康相談全般 ※電話相談のため医師が診断をするものではありません

○月曜~金曜日 (祝日を除く) の17:00~22:00/土曜・日曜日、祝日、年末年始の9:00~17:00

救急病院9月前期宿日直予定表 ID 1002359 (注) 診療科目は変更される場合があります。事前に救急テレホンサービス (#7119)へ問い合わせを

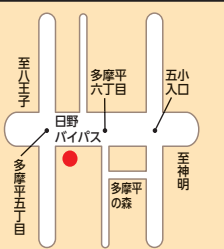
内=内科、外=外科、耳鼻=耳鼻咽喉科、整形=整形外科、泌尿=泌尿器科、眼=眼科、皮膚=皮膚科、脳外=脳神経外科

■花輪病院 (☎582-0061)

1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)
夜 18:00 (土曜・日曜日、祝日は17:00)~8:30 (土曜日、祝前日は9:00)														
夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内

■市立病院 (☎581-2677) ※まずはお電話を お願い

市立病院の土曜・日曜日は大変混雑しています。急病の患者さまやかかりつけ医紹介の患者さまの診療を中心に行っています。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)
夜 17:00~8:30														
夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内
内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内
脳・脳外	脳・脳外	眼	整形	泌尿	整形	外	眼	皮膚	皮膚	外	眼	耳鼻	整形	整形
産 婦 人 科														

(注) 9月15日(土)1:30~3:30は無停電電源設備更新のため停電となり、救急診療が制限されます。ご迷惑をおかけしますがご理解、ご協力をお願いします

※市立病院小児科は東京都の休日・全夜間診療体制のもと救急車・紹介などの対応を常時行っています

市内空間放射線量の測定結果は毎週木曜日に市 庁 で公表※現時点では健康に影響はありません 環境環境保全課 (☎514-8298)