公民館の催し

※新型コロナウイルス感染症防止対策にご協力ください

おとなの手作り絵本講座 ID 1015306

会場・問 中央公民館（☎581-7580）

あなたの心のなかにある自分だけの物語を、世界に一つだけの絵本にしてみませんか。完成した作品は、ひの児童館と共催する「手作り絵本展」で展示します。

日時 11月20日㈮、12月4日㈮14:00～15:00 講師 ひの児童館職員 対象 全回参加できる市内在住・在勤者 定員 申込制で先着10人程度 費用 100円（材料費） その他 ひの児童館・日野図書館・日野市社会福祉協議会・日野市ボランティアセンター協力 申込 10月17日㈯9:00から電話または来館

ひの市民大学「地図入門」 ID 1015250

会場・問 中央公民館（☎581-7580）

日時 ①11月17日㈫ ②11月24日㈫ ③12月8日㈫いずれも14:00～16:00 内容 ①地図と記号～地図の見方とその記号 ②地図と地形～地形図で観察するさまざまな地形 ③地図と防災～ハザードマップの見方 講師 今尾恵介氏（地図研究家） 対象 市内在住・在勤・在学者 定員 申込制で各回先着30人 申込 10月17日㈯9:00から電話または来館

第五幼稚園「ぽかぽかデイ」のお知らせ

ID 1004228 会場・問 第五幼稚園（☎592-0432）

第五幼稚園は令和3年3月末をもって閉園し、令和3年4月より第四幼稚園と統合されます。

「ぽかぽかデイ」は統合を前に、第五幼稚園を修了した方に第五幼稚園で懐かしい時間を過ごしていただくための日です。

幼稚園の歴史のスライドを上映したり、友達と歓談する場所を準備したりしています。幼稚園の中を巡ることもできます。第五幼稚園修了生の皆さま、久しぶりに第五幼稚園に来て、幼稚園の思い出を振り返ってみませんか？

日時 11月7日㈯、令和3年1月23日㈯13:30～16:00
申込 電話

第33回 公民館まつり

Withコロナ～オンラインを活用した 出会い・ふれあい・学び合い

ID 1015304 会場・問 中央公民館（☎581-7580）

今年の公民館まつりは、活動発表を「PR動画制作」、「作品展示」と「オンラインイベント」として行い、皆さまにお届けします。インターネットを利用することで、ご自宅からでもオンラインイベントを楽しめます。この機会に、ぜひ参加して、公民館利用サークルの活動発表をお楽しみください。

サークルPR動画制作

公民館で活動するサークルの活動動画を制作します。撮影した動画を市・公民館 HP で紹介するほか、DVDに記録します。

撮影日時 11月7日㈯～令和3年1月31日㈰

作品展示コーナー

中央公民館談話室を活用し、各サークルの活動内容や作品の展示を行います。

日時 10月31日㈯～令和3年2月28日㈰

オンラインイベント

音楽系サークルによる活動発表や大学連携イベントをオンラインで行います。

日時 11月8日㈰13:00～17:00 申込 オンラインイベント視聴希望の方は、10月17日㈯からＥメール（✉pubhall@city.hino.lg.jp）、電話または来館
※来館の場合は月曜日、祝日を除く

▶公民館まつりキャラクター

第15回 平山季重（すえしげ）まつり中止のお知らせ

ID 1014889

10月25日㈰に開催を予定していた第15回平山季重まつりは、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、中止します。

問 シティセールス推進課（☎514-8461）

日野市の情報配信中

日野市LINE公式アカウントと友だちになりませんか？

ID 1014581 問 市長公室広報担当（☎514-8092）

日野市LINE公式アカウントが9月1日から正式稼働しています。

災害時の災害情報をはじめ市からのお知らせなどを配信しています。興味・関心のある情報を設定いただくことで、必要な情報のみ選択して受け取ることも可能です。

LINEアプリをお持ちでない方はまずはダウンロードしてから、ぜひ日野市と友だちになりましょう！

10月後期休日診療医 ID 1006854

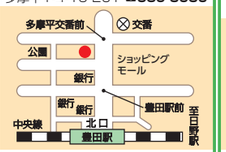
混雑状況により診察までお待ちいただくことや午後の診療時間が変更になる場合があります。また駐車スペースも限られています。ご了承ください。

診療時間 9:00～12:00 13:00～17:00

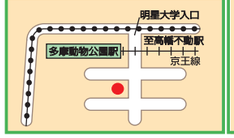
受診前に必ず医療機関へ電話連絡を

18日

森末クリニック（内科・外科）
多摩平1-4-19-201 ☎589-3030



原クリニック（内科・小児科）
程久保3-18-30
☎591-6613



25日

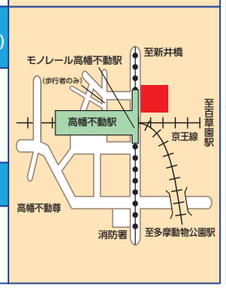
高瀬内科クリニック（消・内科）
新町1-20-3 エスペラール1階
☎582-7228

鈴木内科クリニック（内・呼内科）
高幡1009-7TIKビル2階 ☎599-7021

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※中学生まで）
※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）
☎ FAX594－2111
日曜日、祝日
受付時間9:00～16:00

東京消防庁救急相談センター《24時間医療機関案内》

病院？救急車？迷ったら ＃7119
つながらない場合は ☎042-521-2323
東京版 救急受診ガイド
スマートフォン用 携帯電話用

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）

「ひのった」健康NOTE 第53回 テーマ：ブレスト・アウェアネス

問 健康課（☎581-4111） ID 1015290

ひのべりーさん

日野市健康課公認キャラクター ひのった

ひのみさん、ブレスト・アウェアネスを知っていますか？

はい！日ごろから自分の乳房に関心を持ち、意識して生活することです。乳がんの早期発見・診断・治療につながる、女性にとって非常に重要な生活習慣ですよね。
ひのったの妹 ひのみ

その通りです。次の四つを実践しましょう。
①日ごろから自分の乳房を見て触って感じて、正常な状態を知る（セルフチェック）
②気を付けなければいけない乳房の変化を知る（しこり、ひきつれ、血性の分泌物など）
③乳房の変化を自覚したら、すぐに医療機関へ行く
④40歳になったら定期的に乳がん検診を受診する

セルフチェックも、お風呂や着替えの時に気軽にできるといいですね。ブレスト・アウェアネスを心掛けることで、自分の乳房への関心が高まって、変化に気付けそうです。

今回のまとめ
・日ごろから自身の乳房に関心を持ち、セルフチェックで変化に気付いたら医療機関を受診しましょう。
・40歳になったら、定期的に乳がん検診を受けましょう。

もうすぐ1さい 齋藤 愛珠（さいとう あみ）さん

令和元年10月19日・午前8時4分生まれ
父・匡亮さん 母・佑実さん
西平山在住

4姉妹の末娘、愛珠ちゃん♡
大好きな3人のお姉ちゃんたちと音楽に合わせて踊ったり、かわいい表情をたくさん見せてくれるようになりました♪家族みんなの癒やしです♡

※掲載希望は1歳になる月の前月20日までに市長公室広報担当（☎514-8092）へ（11月生まれ…10月20日㈫まで）

保健・医療

保健師・看護師（必要に応じて小児科医）などによる 電話相談

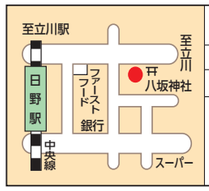
＃8000（プッシュ回線の固定電話） 03－5285－8898（プッシュ回線以外の固定電話、携帯、スマートフォンなど）
○子供の健康・救急に関する相談 ※電話相談のため医師が診断をするものではありません
○月曜～金曜日（祝日を除く）の18:00～翌朝8:00／土曜・日曜日、祝日、年末年始の8:00～翌朝8:00

救急病院10月後期宿日直予定表 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

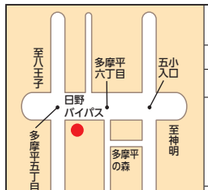
■花輪病院（☎582－0061）



	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
昼 9:00～17:00 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	昼	夜	夜	夜	夜	夜	夜	昼	夜	夜	夜	夜	夜	夜
	内	内	内	内	内	整形	内・外	整形	内・外・脳外	内	内	内	整形	内・外・脳外	整形	内・外・脳外	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します。



	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
昼 8:30～17:00 夜 17:00～8:30																	
	夜	夜	昼 夜	昼 夜	夜	夜	夜	夜	夜	昼 夜	昼 夜	夜	夜	夜	夜	夜	昼 夜
	内・外	内・整形	内・脳外	内・脳外	内・整形	内・外	内・眼	内・整形	内・皮膚	内・脳外	内・眼	内・整形	内・耳鼻	内・外	内・整形	内・外	内・脳外
産婦人科																	

※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市 HP で公表※現時点では健康に影響はありません 問 環境保全課（☎514-8298）