



日野市商工会
建築ステーション

建築ステー ションには、地元で長く信頼を培って来た職能が集まっています。
豊富な知識をもった建築士がご相談に対応し、お施主様の要望をお聞きします。
安心して工事を頼める日野市内の建築屋さんとマッチングします！
まずはお問合せください。なんとなく聞いてみたいという方も OK です！

日野市商工会 建築ステーション

リフォームの
お問い合わせは…

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

着付け会場
栄町・多摩平

日野市の成人式！日野市でお支度！

着付けも前飾りもヘアメイクも安心！便利！きれい！

京秀・LaLa振袖館

ご購入も！
レンタルも！

毎日振袖を常設展示
ご購入・レンタル
100点以上の
振袖から選べます

☎0120-840-811
日野市栄町2-1-31
営業時間●10時～18時
定休日●火・水曜日 駐車場有



京秀
振袖館

宇津木台
栄町2丁目
栄町
日野市
本店

日野駅から
徒歩5分です

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

椅子の張替え いたします

経験豊富な職人の技で新品同様によりみがえります

ダイニングチェア・ソファ
籐の張替え・その他 **お見積り無料**

ツツミエ芸 TEL 042-587-0774
日野市万願寺6-40-17 営業時間/8:30～17:30 定休日/日曜・祭日

働きたい方、募集中！

市内在住の60歳以上の方、入会説明
会にぜひご参加ください。日程は広報
ひの1日号に掲載してあります。

いろんな仕事
あるよ！

公益社団法人 **日野市シルバー人材センター**
問い合わせ ☎042-581-8171

情報満載 ホームページ <http://www.hino-sc.or.jp>

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) 3:30～6:00
休診日：日 曜・祝 日 休診日 休診日

〒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
山下 太郎 宇佐見 涉
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
☎042587-3533
<http://www.hinolaw.jp>

資料請求・ご相談のお問合せ

住友不動産
新築そっくりさん

☎0120-813-750
承り時間 9時～20時 土日祝も承ります
「広報紙を見た」とお伝え下さい。

詳しくはホームページへ！
新築そっくりさん 東京 検索

※数量がなくなり次第終了となります。

⑤ アイデア集(2冊迄)
都市型平屋・掘り下げ型(2冊迄)
④ 実例集(2冊迄)
③ 地震対策(耐震補強術)
② 新築そっくりさんDVD
① リフォームガイドブック

成功のヒントが満載の
5点無料プレゼント中

ただ今リフォーム
成功のヒントが満載の
5点無料プレゼント中

お気軽にお電話下さい。

● 相対策で
賃貸リフォームへ
などなど建築士がわかりや
すくお答え致します。

● 大地震でも大丈夫？
● 雨漏り止まるの？
● いくらかかるの？
● 二世帯住宅にできるの？
● 住みながら工事できるの？
● 今の大きなままでの？
● 寒い直るのかな？

「新築そっくりさん」で
リフォームお悩み解決

「広報ひの」および「市ホームページ」では広告主さまを募集しています。詳細は市長公室広報担当(☎514-8092)へお問い合わせを。



サンゴマール

**ベジ活 350 両手山盛りいっぱいを習慣に
1 日 350g の野菜を食べよう**

野菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維など多くの成分が含まれます。栄養価が高いだけでなく、満腹感が得られやすく、エネルギーが低いことなどから、肥満や糖尿病などの生活習慣病の予防にもつながるといわれています。

1日5皿以上を目安に野菜料理を食べましょう。

子供の目安量は

1～2歳	210 g
3～8歳	240 g
9～11歳	290 g
12～14歳	300 g
15歳以上	350 g

【メニュー例】
・かぼちゃの煮物
・具だくさんのみそ汁
・野菜サラダ
・きんぴらごぼう
・ほうれん草のおひたし

出典：第6次日本人の栄養所要量活用編

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
日野本町1-7-2 ☎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)**
※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
高幡1011(福祉支援センター内)
☎FAX 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
#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)

7月前期休日診療医
混雑状況により診療までお待ちいただくことや午後の診療時間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。

2日
石田クリニック(内・循内科)
日野1027-1 MIYABI BLDG2F
☎843-2608

9日
高品クリニック(内科)
日野本町1-12-13 ☎583-7822

牛尾医院(小・内科)
平山6-5-13 ☎591-2001

小林医院(消・内・外・循環)
豊田4-34-4 ☎581-0433

救急病院7月前期宿日直予定表 (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、小＝小児科、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	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)

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	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

産 婦 人 科

保健師・助産師(必要に応じて小児科医)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、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

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 環境保全課(☎514-8298)