保育園のイベシト

※水不足のため水遊びなどのイ ベントは変更・中止の場合あり

8・9月の保育園

誕生会に遊びに来ませんか

会場・問みさわ保育園(☎591

■時 8/26億9:45~11:00 対象 未就学児と保護者

さくら文庫

会場・問ひらやま保育園(☎ 581-9225)

■時 9/2億10:00~18:00 内容 絵本の閲覧・貸し出し 対象 小学3年生以下は保護者同伴 その他 初めて借りる方は、本人 確認ができる書類を持参

LGBT入門講座~セクシャル・ マイノリティ理解のために

会場・問 中央公民館(☎581 7580)

■時 ①9/10(±)14:00~16:00 ②24(±)14:00~17:00 内容(1)LGBT (レズビアン、ゲイ、 バイセクシャル、トランスジェン ダー)を代表とするセクシャリ ティへの基本的な知識と理解を 学習②当事者から現場の声、悩 み、コンプレックスの話を聞き、 参加者全員で意見交換などを行

麗師 ①橋本恭子氏 (一橋大学 言語社会研究所特別研究員) ②虹色とんち一の皆さま

定員申込制で先着40人 申込8/17例9:00から電話

おとなの食育講座〜カラダ ■の内側からキレイ・元気に

間中央公民館(☎581-7580) **国時** ①9/10仕) ②17仕) ③24仕 い ずれも10:00~12:00

会場 七ツ塚ファーマーズセン | ん、筆記用具

内容①食の色彩の不思議~ブ ルーベリーマフィンで体験!調 理によって変化する食の色②農 家女性直伝レシピ〜地場産の夏 野菜を使ったとっておきのレシ ピ教えます③おいしく食べてア ンチエイジング〜免疫力up「和 タリアン」のすすめ※①②は調 理③はデモンストレーション。 いずれも講義と試食あり(お茶

講師 ①白尾美佳氏 (実践女子大 学教授)②井上利子氏(市内農家) ③渥美真由美氏(管理栄養士)

費用 ①200円②300円③500円 持ち物エプロン、三角巾、ふき

対象 20歳以上の市民 定員申込制で先着24人

申込 8/17/水9:00から電話

名作鑑賞会「朗読サロン」

間 中央公民館高幡台分室 **(**\$592-0864)

国時 9/15休13:30~15:00 会場多摩平交流センター

内容 公民館で活動している朗 読サークル日野にじの会による 名作「晩夏の光」(藤沢周平・作)

などの朗読を鑑賞 対象おおむね60歳以上の方 定員申込制で先着40人

申込8/17例9:00から電話

秋の交通安全市民のつどい

9/21(水)~30金)は秋の全国交通安全運動期間で

交通安全に対する意識を高めてもらうことを目 的に「秋の交通安全市民のつどい」を開催します。 皆さまお誘い合わせの上ご来場ください。



■時 9/4(□)13:30~15:30 会場 ひの煉瓦ホール(市民会館)内容第一部…式典、第二 部…交通安全講話、警視庁音楽隊の演奏、カラーガード隊の演技など 全催 日野警察 署、日野交通安全協会、日野地域交通安全活動推進委員協議会、日野市 問防災 安全課(装置

得する街のゼミナール

「日野まちゼミ」のご案内

日野

まちゼミとは・・・

お店の人が講師となって、専門店ならではの「専門知識」「プロのコツ」「お 役立ち情報 などを無料で教えてくれる街の中のゼミナール。略して「まちゼ ミ」。時間は1・2時間です。「日野まちゼミ」は今回で4回目です。昨年度の第3 回「日野まちゼミ」では、受講者の満足度が非常に高く、90%を超えています。 興味のあるテーマを見つけて、この機会にぜひ参加してみてください。

日野まちゼミの詳しい内容は、日野市商工会 IPP またはセミナー開催店および 下記の場所で配布するパンフレットをご覧ください。

■程 8/26金~9/25日

受講料 原則無料※材料費などをいただく場合あり

申込 8/15月から電話でセミナーを開催する各店舗へ

問 日野市商工会(☎581-3666)

■まちゼミパンフレット配布場所

日野市商工会、日野市役所、七生支所、豊田駅連絡所、 市内各交流センター、市内各図書館、多摩モノレール (高幡不動駅・多摩センター駅・立川北駅・立川南駅)、 多摩信用金庫、さわやか信用金庫

8月後期休日診療医

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

9:00~12:00 13:00~16:30



救急診療

必ず保険証をご持参ください

央 日野本町 17ス停 17ス停 17ス停

モノレール高幡不動駅

高幡不動駅

至多摩動物公園里

休日準夜診療所

□ 日野本町1-7-2

☎584-1661

₱592-9940

19:30~22:30

十曜・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

心急診療所 (小児科)

高幡1011(福祉支援センター)

水曜・木曜・金曜日(祝日を除く

(受け付けは22:20まで)

高幡1011(福祉支援センター内)

受付時間9:00~16:00

☎ **EAX** 594−2111

日曜日、祝日

無理なダイエットに ご用心

~もぐさ園三沢台診療所・鹿志村紀美枝委員からの

日野市食育推進会議

メッセージ

東京消防庁救急相談センタ・

#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 203-5272-0303

外国人専用 ☎03-5285-8181

 $(9:00\sim20:00)$

市では、食育の推進に力を入れてい ます。日本全体では、最近、特に20歳 代の若い女性の「痩せ志向」が問題に なっています。厚生労働省の調査で は、BMI(※)18.5以下の人の割合が、 女性全体で約10%なのに対し、20~ 29歳では約17%と、1.5倍以上にな ります。メディアの影響が強く、スレ ンダー美人を良しとする風潮がある のも事実です。

しかし、無理なダイエットは卵巣

機能不全や貧血を起こし、月経不順 は言うまでもなく、妊娠時のトラブ ルや分娩のリスクも高くなると言わ れています。

問健康課(☎581-4111)

また、低栄養下に置かれた胎児は 低体重で出生し、成長後に高血圧な どの生活習慣病にかかりやすいこと も明らかになっています。

調査では低体重の人と朝食をとら ない人の割合が同じくらいであると いうことも興味深いことです。日野 市食育のスローガンでもある質の良 い朝食をとることを今後も推進して いきましょう。

※BMI (体格指数=体重kg÷身長m÷身長m)



すがま さ よ 須釜紗世5%

平成27年8月12日午前8時12分生まれ 父・弘さん 母・由布さん 多摩平在住



東北のおじいちゃん おばあちゃんと離れ、 日野に来て4カ月。新 しいお友達もできまし た。絵本とお歌が大好 きで、音楽に合わせて 元気に踊ります。歩け るようになるのももう すぐだね、さよちゃん!

※掲載希望は1歳になる月の前月20日までに市長公室 6/0 広報担当代表でへ(9月生まれ…8/19)金まで)

救急病院8月後期宿日直予定表

(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



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 内 内 · 外

■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します。



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