



紙面から

お知らせ
 援農市民養成講座 農の学校..... 2

お知らせ
 出逢いの場創出事業..... 4

催し
 日野市民スポーツレクリエーション フェスティバル開催 5

お知らせ
 保留地、市有地、土地開発公社用地公売..... 8

催し
 郷土資料館特別展..... 8

新型インフルエンザの 予防・拡大防止を

新型インフルエンザが、流行期に入っています。市内でも146人の患者が発症し（9月7日現在）、中学校、学童クラブ、児童館キャンプなどでは集団発生がありました。また、新学期を迎えた小学校では、学級閉鎖を行う学校も出てきています。今後さらに感染が拡大する見込みです。一人ひとりが感染予防に努めましょう。（健康課）

大流行期に備え感染予防を

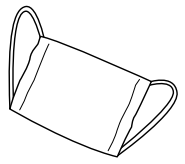
手洗いによる感染拡大防止

石けんと流水で、手をこまめに洗いましょう。水が使えない場所では、アルコール手指消毒剤も有効です。



せきエチケットによる感染拡大防止

せき、くしゃみの症状があるときはマスクをしましょう。



せき、くしゃみをするときは口と鼻をティッシュなどで覆いましょう。

せき、くしゃみをするときは周りの人から顔をそむけましょう。

その他個人が出来る予防策

帰宅後の手洗い、うがい
 部屋の適度な湿度と換気
 規則正しい生活と十分な休養
 バランスのとれた食事と水分補給

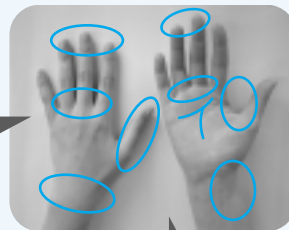


新型インフルエンザの予防には手洗いが有効 正しい手洗いを身につけましょう！

石けんで、十分にこすり洗いをし、水で洗い流すことで、ウイルスは大幅に減少します。手洗い後のタオルは共用せず、個人のものを持ちましょう。

チェックポイント

爪は短く切っていますか？
 時計や指輪をはずしていますか？
 汚れが残りやすいところは特に注意して洗います。



手洗いの手順



石けんをつけ、手のひらをよくこする



手の甲をのばすようにこする



指先・爪の間を念入りにこする



指の間を洗う



親指と手のひらをねじり洗いする



手首も忘れずに洗う

汚れが残りやすいところ

指先や爪の間
 指の間
 親指の周り
 手首
 手のしわ

その後、十分に水で流し、清潔なタオルなどでよく拭き取って乾かす

インフルエンザはこのような症状です

インフルエンザは、急激に38度以上の発熱、鼻汁もしくは鼻づまり、のどの痛み、せきなどの症状が出ます。



インフルエンザはすべての一般医療機関で受診可能です

妊婦や基礎疾患のある方は、重篤となる傾向があります。かかりつけ医に事前に相談し、早めに受診しましょう。

一般の方

医療機関に事前に電話で連絡し、受診の時間帯、受診方法などの指示を受けてからマスクを着用して受診してください。



基礎疾患のある方

慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、代謝性疾患、腎機能障害、免疫機能不全などの基礎疾患を有する方は、かかりつけの医師に事前に必ず電話して、受診方法を確認してから受診しましょう。



妊娠中の方

かかりつけの産科医師に連絡し、受診する医療機関の紹介を受けましょう。産科医師が、医療機関にあなたの診療情報を提供する場合があります。



インフルエンザと診断されたら

インフルエンザA型と診断された場合は、新型インフルエンザである可能性が極めて高く、感染防止のため次のことを守りましょう。



感染拡大防止のため守ること

出来るだけ7日間は自宅に待機
 症状が出ている間は外出を控える
 家族への感染を防止のため、個室で療養を水分補給をこまめに
 定期的に部屋の換気をする
 病院からの薬は、症状がなくなっても必ず最後まで飲みきりましょう

新型インフルエンザの相談は？

受診する医療機関が分からない方などは次の関係機関へ。
南多摩保健所新型インフルエンザ相談センター（☎042-371-7661 平日午前9時～午後5時）
新型インフルエンザ相談センター（☎0570-03-1203 平日午後5時～翌朝午前9時および土曜・日曜日、祝日）
 PHS、IP電話は（☎03-5977-5638）へ
 聴覚に障害のある方は、相談票（市ホームページに掲載）に記入し、東京都保健医療情報センターひまわり（☎03-5285-8080）へ

大流行に備え 備蓄をしています

市では、秋以降の大流行に備えて市の施設用に薬用石けん、手指消毒剤などの備蓄を行っています。

定額給付金
9月25日までの申請を
 定額給付金の申請期限は9月25日(金)消印有効)です。お早めの申請をお願いします。また、申請書請求書(5071)

がお手元ない方はお問い合わせください。(セーフティネットコールセンター) 582・5071

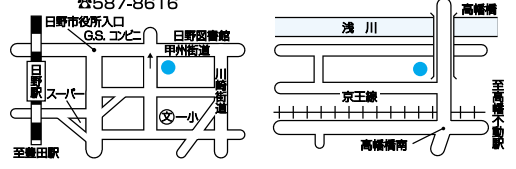
9月後期休日診療医

診療時間 9:00~17:00
診療までお待ちいただくことがあります。ご了承ください。

20日

アカシアクリニック (内・皮・児・神科)
日野本町2-16-36日野クリニック1F
☎587-8616

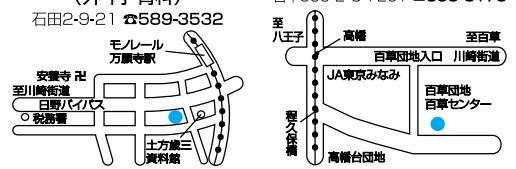
柴山内科医院 (内・消科)
南平5-1-21 ☎594-3688



21日

にしくぼクリニック (外・内・胃科)
石田2-9-21 ☎589-3532

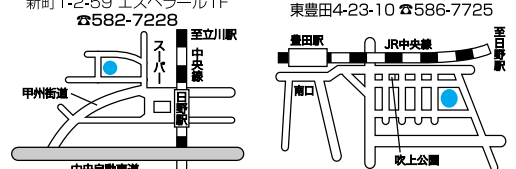
松田整形外科医院 (外・整科)
百草999-2-8-1-201 ☎593-8175



22日

高瀬内科クリニック (内・消・胃科)
新町1-2-59 エスペラル1F
☎582-7228

橋本クリニック (内・泌・皮科)
東豊田4-23-10 ☎586-7725



23日

回心堂第二病院 (内科)
万願寺2-34-3 ☎584-0099

もぐさ園三沢台診療所 (児・内科)
三沢2-12-13 ☎592-0466



27日

高品クリニック (内科)
日野本町1-1-2-13 ☎583-7822

鈴木内科クリニック (呼・ア・内科)
高幡5074 高木マリアルメデイカルセンター2F 224
(リニアスクエア高幡不動) ☎599-7021

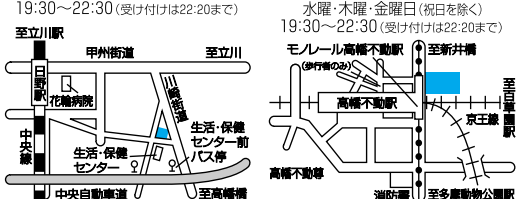


救急診療

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)
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)

平日準夜こども心急診療所 (小児科)
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)



休日歯科心急診療所
高幡1011 (福祉支援センター内)
☎594-2111 日曜日、祝日
9:00~17:00 (受け付けは16:00まで)

救急テレホンサービス (24時間医療機関案内)
日野消防署 ☎581-0119
豊田出張所 ☎582-0119
高幡出張所 ☎592-0119
東京消防庁救急情報センター ☎7119
(携帯電話、PHS、プッシュ回線から)
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)



保健・医療

いづれも、申込み・問合せは健康課(☎581・4111)へ
妊娠準備のための健康料理教室

9月28日(月)午前10時~11時30分 / 生活・保健センター / 妊娠前からの食生活情報、実習、試食 / 妊娠前の方及び妊娠中の方対象 / 事前申込 / 電子申請可

成人歯科予防教室
9月29日(火)午後1時20分~3時 / 時間予約制 / 生活・保健センター / 歯科医師による検診・指導、歯科衛生士による口の中の手入れなど / 20歳以上の市民対象 / 先着20人 / 保育あり

もうすぐ1歳

山田詩月ちゃん (やまだしづき、平成20年9月20日午後8時49分生まれ、父・敦博さん、母・亜希さん、万願寺在住)

いつもニコニコ元気いっぱい。ダンスが大好きで、音楽が聞こえてくるとお尻フリフリ踊っています。最近はずり歩き、上手になり、仲良しのお姉ちゃんと早く手をつないでお散歩出来たらいいね。

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へ(10月生まれ:9月18日(金)まで)




第7回市立病院 市民公開講座

痛みによる苦痛を和らげる

急性の痛みは人体にとって体の変化を知らせる重要な警告の役割を果たします。しかし、治療をしても改善されない慢性の痛みやがんの痛みは、著しく生活の質を低下させます。

この講座では、当院で行っている神経ブロック治療や薬で不安や苦痛を和らげ、生活の質を上げる治療・ペインクリニックを紹介をします。

10月17日(土)午後2時~4時 / 市立病院3階講堂 / 講師・井上鉄夫(市立病院麻酔科医長) / 先着100人 / 申込多数の場合は抽選 / 10月7日(水) (必着) / までに往復ハガキで(1人1枚)。往信用裏面に住所氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、〒191-0062多摩平4の3の1市立病院総務課(☎581・2677)へ



救急病院 9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

病院名	日	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	20 (日)	21 (祝)	22 (祝)	23 (祝)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)
市立病院 ☎581-2677	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科
花輪病院 ☎582-0061	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科	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等)
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)の午後5時~10時 / 土曜・日曜日、祝日、年末年始の午前9時~午後5時

種 目	受付時間	時 間
開 会 式	-----	9 : 30 ~ 9 : 45
みんなで準備体操	-----	9 : 45 ~ 9 : 55
体験グラウンドゴルフ	10 : 00から	10 : 10 ~ 12 : 00
スマイルボウリング	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 50
新体力測定と健康相談	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 50
ターゲットバードゴルフ	12 : 30から	12 : 30 ~ 14 : 50
ハンドロウル	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 50
チャレンジPK	10 : 00 ~ 10 : 15	10 : 15 ~ 12 : 30
綱引き	13 : 00 ~ 先着順	13 : 20 ~ 13 : 40
パン食い競走	12 : 00 ~ 整理券	14 : 30 ~ 15 : 10
宝探し(幼児向け)	10 : 00 ~ 整理券	10 : 10 ~ 10 : 35
50mタイムトライアル	10 : 30 ~ 整理券	11 : 30 ~ 12 : 00
お見合い競走	12 : 00 ~ 整理券	13 : 45 ~ 14 : 15
小学生障害物競走	10 : 15 ~ 整理券	10 : 35 ~ 11 : 05
ジャンボシャボン玉	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 50
レク広場	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 50
ティーボール	12 : 20から	12 : 30 ~ 13 : 30
スポーツかるた	10 : 30から	10 : 45 ~ 12 : 00
おもしろ10種目	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 30
親子でバラバールン	10 : 00から	10 : 10 ~ 14 : 00
東京ヴェルディサッカークリニック	10 : 30 ~ 小学1 ~ 3年生各50人 先着順	13 : 30 ~ 15 : 00

雨天中止種目 整理券配布種目
サッカークリニック参加者は雨天の場合、上履き持参

日野市民 スポーツレクリエーション フェスティバル開催

10月12日(祝)は体育の日です。この日、市民陸上競技場で第19回日野市民スポーツレクリエーションフェスティバルが開催されます。

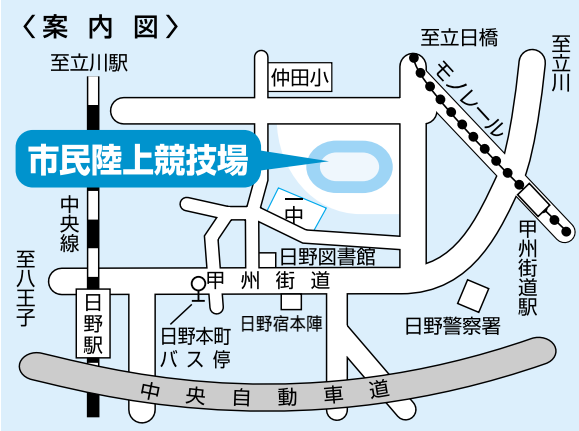
幼児から高齢者までどなたでも楽しめる種目をたくさん用意しています。スポーツの秋に気持ちよく体を動かしましょう。

日時 = 10月12日(祝)午前9時30分 ~ 午後3時20分

会場 = 市民陸上競技場(案内図参照) 日野駅、甲州街道駅から徒歩10分

主な種目 = 左表のとおり 会場には模擬店・販売コーナーや東京ヴェルディPRコーナーを設置

雨天の場合は一部プログラムを変更し、1中・仲田小体育館で実施。
駐車場がないため、公共交通機関でご来場を。



問合せ先 文化スポーツ課

アトラクション

種 目	時 間
日野囃子保存会	10 : 30 ~ 12 : 25
日野太鼓のろし会	12 : 00 ~ 12 : 20
よさこいおどり	12 : 20 ~ 12 : 55

ハケ岳高原大成荘の年末年始期間(12月25日~1月7日)の使用申し込みは左表の事項を記入し、9月28日(必着)までに191・0052東豊田2の34の10日野市企業公社へ/注意：ハガキは1グループ1通。宿泊日数は2泊3日まで。返信用表には代表者の住所・氏名を記入。記入漏れがある場合は受付不可。一般棟はテレビ、トイレ、洗面所あり。団体棟はセルフサービス/結果は10月1日(木)発送予定。抽選は市内在住・在勤者を優先/年末年始期間の空室の問い合わせ及び抽選後の空室の申し込みについては問い合わせをフリーダイヤル0120-489-571(午前9時~午後7時、企業公社ホームページhttp://www.koushai.jp)

代表者氏名(ふりがな)・住所・電話番号
利用者全員の氏名(ふりがな) 未就学児の年齢も記入
利用施設名(「大成荘」と記入)
希望する部屋のタイプ(「棟のみ使用」「どちらでもよい」)
利用日と泊数(第3希望まで記入可)
第1希望 月 日から 泊
第2希望 月 日から 泊
第3希望 月 日から 泊

利用人数	大人	中学生	小学生	幼児(4歳以上の未就学児)	乳児(寝具)3歳以下
市内在住・在勤・在学者	人	人	人	人	人()
在勤・在学者の同居家族	人	人	人	人	人()
市外	人	人	人	人	人()

食事 A定食 つ、B定食 つ、C定食 つ
A定食...会席風、大人向け
B定食...食の細い大人・子ども向け
C定食...お子様ランチ風、子ども・幼児向け
勤務先(学校名)・電話番号(在勤者・在学者のみ記入)

ハケ岳高原大成荘 年末年始期間の申し込みは往復ハガキで

ハケ岳高原大成荘の年末年始期間(12月25日~1月7日)の使用申し込みは左表の事項を記入し、9月28日(必着)までに191・0052東豊田2の34の10日野市企業公社へ/注意：ハガキは1グループ1通。宿泊日数は2泊3日まで。返信用表には代表者の住所・氏名を記入。記入漏れがある場合は受付不可。一般棟はテレビ、トイレ、洗面所あり。団体棟はセルフサービス/結果は10月1日(木)発送予定。抽選は市内在住・在勤者を優先/年末年始期間の空室の問い合わせ及び抽選後の空室の申し込みについては問い合わせをフリーダイヤル0120-489-571(午前9時~午後7時、企業公社ホームページhttp://www.koushai.jp)

スポーツ さわかウオーキング

9月27日(日)午前8時から受け付け、午前8時30分出發。雨天実施/宝泉寺(日野本町)集合/大木島自然公園まで散策(約9km・2時間)/100円(保険料)/飲み物持参/文化スポーツ課市民大会

ミニテニス競技

10月11日(日)午前9時から/南平体育館/種目：ダブルス(混合・女子)/市内在住・在勤・在学者対象/1人700円 当日徴収/10月2日(金)までに日野市ミニテニス協会事務局(五十嵐 592・5682)へ

弓道競技

10月12日(祝)午前9時から当日正午まで会場を受け付け/南平体育館/個人戦八射(四ツ矢2回)/中学生以上の市内在住・在勤・在学者対象/日野市弓道連盟(大工原 584・6903)

柔道競技

10月25日(日)午前9時30分から/南平体育館/種目：個人戦・団体戦/市内在住・在学の小・中学生対象/10月2日(金)午後5時(必着)までに申込書(市役所5階文化スポーツ課、南平体育館にあり)を191・0016神明2の12の17アド成光ビル2階日野市体育協会事務局(582・5770)へ/日野市柔道連盟(生沼 585・1422)へ

第六回ひの新能 チケット好評発売中

9月26日(土)午後6時から/日野中央公園/能：金春流「巴」、狂言：大藏流「名取川」/大人2千500円 前売り2千円、中学生以下1千円/チケット販売所：市民会館、七生公会堂、七生支所、多摩平図書館、チケットぴあほか/文化スポーツ課

ひのっ子体力アップ実施日時・会場

番号	日時	会場	内容
1	10月17日・24日 午前9時から	六小	
2	10月24日・31日、11月7日・14日 午前9時から	東光寺小	ドッチビー ハンドロウル 大縄跳び ユニホック グラウンドゴルフ 体力テストなど
3	10月24日・31日、11月7日・14日 午後1時30分から	教育センター	
4	12月12日・19日、1月9日 午前9時から	三小	

日野市体育指導員が指導。いずれも土曜日開催。1日のみの参加は不可空きがあれば他の会場の参加も可

女性の話題

女性農業者グループ「みちくさ会」が日野産野菜を使った料理の試食会を開催

去る7月6日に、日野農産物直売所で「旬野菜をおいしく食べよう！」をテーマに日野産の夏野菜を使った料理の試食会を開催しました。夏野菜と「土方歳三うどん」の焼肉のたれの和え麺、じゃがいものごま甘辛煮など、会員がアイデアを出したメニューが大変好評でした。(産業振興課)

少林寺拳法演武

11月3日(祝)午後1時から/南平体育館/種目：小学生(1~3年、4~6年)、中学・高校生、大学生、一般の組演武、少年の単独演武/小学生以上の市内在住・在勤・在学者対象/1千円(小学生500円) 当日徴収/10月10日(土)までに申込書(市役所5階文化スポーツ課、南平体育館にあり)を191・0016神明2の12の17アド成光ビル2階日野市体育協会事務局(582・5770)へ 電話申込不可/日野市少林寺拳法連盟(大房 042・642・3580)

みんな集まれ！ひのっ子体力アップ参加者募集

遊びやニュースポーツを通じて体力づくりをしましょう。

