

保育園・幼稚園のイベント

10・11月の保育園

誕生会&保育園で遊ぼう

会場・問 たかはた保育園 (☎591-2231)

日時 10/19(木) 9:45~11:00 対象 未就園・未就学児親子 持ち物 水筒・タオル

10月生まれの誕生会

会場・問 しんさかした保育園 (☎584-8277)

日時 10/20(金) 9:45~10:30 対象 未就学児と保護者※誕生月でなくても参加可

誕生会・園庭で遊ぼう

会場・問 とよだ保育園 (☎581-3451)

日時 10/20(金) 9:45~11:00 対象 未就学児と保護者

さくら文庫～絵本の閲覧・貸し出し

会場・問 ひらやま保育園 (☎581-9225)

日時 10/20(金) 10:00~18:00 対象 小学3年生以下は保護者同伴 持ち物 初めて借りる方は、本人確認ができる書類

体験保育

会場・問 あらい保育園 (☎591-6132)

日時 10/30(月)・31(火) 9:30~11:30 対象 乳幼児と保護者 定員 各クラス1日2組 費用 310円(給食費) 申込 10/20(金) 9:30から電話

体験保育

会場・問 もぐさ台保育園 (☎591-0880)

日程 11/6(月)~10(金) 対象 未就学児と保護者 定員 1日2組 申込 10/18(水)から電話※平日8:30~17:00

保育園見学会

会場・問 みさわ保育園 (☎591-6131)

日時 11/6(月)~14(火) 10:00~11:00 対象 未就学児と保護者 申込 10/23(月)9:30から電話

園庭開放

会場・問 みなみだいら保育園 (☎591-2468)

日時 11/8(水) 9:45~10:45 対象 未就学児と保護者 持ち物 飲み物、帽子

0~2歳児体験保育

会場・問 あさひがおか保育園 (☎581-7676)

日時 11/8(水)・16(木) 9:45~11:00 対象 未就園児と保護者 定員 各クラス1組 費用 310円(給食費) 申込 10/26(水)9:00から電話

10月の幼稚園

ひよこの日~幼稚園の先生と遊ぼう!

会場・問 第四幼稚園 (☎583-3903)

日時 20(金) 9:15~11:00

いちごの日~自然物を使って遊ぼう!

会場・問 第五幼稚園 (☎592-0432)

日時 26(木) 9:15~11:30

公民館の催し

映画会~ワールドトレードセンター

会場・問 中央公民館 (☎581-7580)

日時 11/10(金) 13:30~15:40 内容 2001年ワールドトレードセンターで起きた航空機突入テロを題材 定員 申込制で先着50人 申込 10/17(火) 9:00から電話または来館

LGBT入門講座~自分らしく生きられる社会へ

問 中央公民館 (☎581-7580)

「多様な性のあり方を考える」活動をしている「虹色とん

ちー」の皆さま、「Xジェンダー」の当事者としてジェンダーニュートラルな子育ての発信や交流会を実施されている丸山しげ氏を招きお話を伺います。
日時 ①12/2(土)14:00~17:00 ②9(土)14:00~16:00 会場 多摩平交流センター 内容・講師 ①自分らしく生きられる社会って?…虹色とんちーの皆さま ②自分のまま、その子のまま、生きるということ…丸山しげ氏など 定員 申込制で先着30人 申込 10/17(火) 9:00から電話、来館または右記QRコードから電子申請



中央公民館高幡台分室まつり

公民館を利用している各サークルが、作品展示や演奏会など日頃の活動成果を発表し、交流します。お誘いあわせの上お越しください。

日時 10/21(土)10:00~15:00
会場 同分室、教育センター体育館
内容 下表の通り
問 同分室 (☎592-0864)

団体名	内容	時間
日本Gゲージクラブチーム165	鉄道模型展示	10:00~15:00
公民館子ども手作り教室	手作り工作	
公民館利用者交流会写真部	写真作品展示	
陶遊会、陶炎会、わかば会、茜会、陶楽	陶芸作品展示	
サロン・ド・俳句	俳句作品展示	
ハワイアンキルトサークル	ハワイアンキルト作品展示	
ママの手仕事	手芸作品展示販売	
日野・歴史散歩の会	歴史資料展示	
多摩版画クラブ	版画作品展示	
優優ヨガ高幡サークル	ヨガ体験	
香道なごみ会	香道体験	10:15~12:00
男の料理塾	カレーライス販売	10:15から無くなり次第終了
基礎から学ぶ家庭料理Ⅱ	ピザ、チョコレートケーキ販売	
手打ちそばの会	そば販売	

団体名	内容	時間	
二・八そばの会	さぬきうどん販売	10:15から無くなり次第終了	
新生エコライフクラブ	すいとん汁、ラスクなど販売		
公民館利用者交流会	フランクフルト、クッキー、コーヒーマーケット販売		
高齢者事業市民企画会議	ハーブティー・クッキー販売		
日野囃子保存会	お囃子演奏		10:15~10:45
日野マジッククラブ	マジック実演		10:45~11:15
尺八サークル	尺八演奏		11:15~11:45
一輪車クラブひの	一輪車演技		12:15~12:45
さわやか太極拳	太極拳実演		13:00~13:30
竹友会	尺八演奏		13:30~14:00
夢小ドリームハーモニー(かぜのね)	弦楽合奏	14:00~14:30	
朗読サロン	朗読実演(朗読の会「うづき」)	10:30~12:00	
クラシックギターコスモス	ギター演奏	13:00~14:00	
中央公民館パネル展示			

※変更の場合あり。詳細はお問い合わせを

住んでいることに誇れる、川辺堀之内祭り

区画整理事業が進み、今後国道20号バイパスが通るなど大きく変わろうとしている川辺堀之内地区。コスモスの咲く中、祭りを通して、総合的まちづくりから「我がふる里、川辺堀之内」について考えてみませんか?お祭りの最後には、コスモスプレゼントもあります。

日時 10/29(日)11:00~16:15
会場 川辺堀之内国道予定地内(川辺堀之内研修所隣接)
内容 ミニ舞台(歌や踊りのパフォーマンス)、ワークショップ(総合的まちづくりについての話し合い)、地元野菜直売、模擬店(ジンギスカンなど)、防犯・防災音頭、健康体操など
問 日野市企業公社 (☎587-6321)



10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

15日

アカシアクリニック(内皮小神科)
日野本町4-1-9 エンジュ1F
☎587-8616

22日

森末クリニック(内・外科)
多摩平1-4-19 ☎589-3030

29日

回心堂第二病院(内科)
万願寺2-34-3 ☎584-0099

野田医院(整・内・リハビリ科)

豊田3-27-8 ☎581-0435

みぞべこどもクリニック(小児科)

高幡507-4リーダンススクエア高幡不動116
☎592-2311

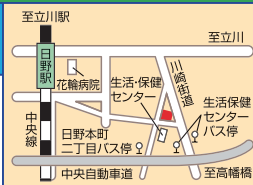
青和クリニック(内小神・腎・リハ科)

新井865-3 ☎594-1900

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)

救急病院10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(#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)	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)
夜間	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
休日	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内
休日	外	外	内	外	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。

市立病院(☎581-2677)	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)
夜間	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
休日	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内
休日	小	耳	眼	整	外	外	小	小	整	整	耳	泌	皮	眼	小	小	整
休日	眼	眼	鼻	形	外	外	脳	脳	形	形	鼻	尿	膚	外	外	形	形
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)

「ひのった」健康NOTE

第18回 テーマ:睡眠

問 健康課 (☎581-4111)

ひのペリーさん

日野市健康課 公認キャラクター ひのった

最近寝不足気味…。昼間も眠くて困ってるんだ。

男性の37.7%、女性の43.0%が睡眠の質に満足していないという調査結果※があるからね。特にひのった君のような働き盛りの人の睡眠時間は短いと言われています。

満足する睡眠が取れていないと、健康に良くないよね?

睡眠不足が続くと、体内のホルモン分泌や自律神経機能にも影響を及ぼします。また寝不足になると生活習慣病にもかかりやすくなります。健やかな睡眠は精神と身体を健康に保ちます。最も身近な生活習慣である睡眠に目を向けることから始めましょう。

※平成25年「国民健康・栄養調査」厚生労働省

今回のまとめ

睡眠不足は体内のホルモン分泌、自律神経機能に影響を及ぼし、生活習慣病にもかかりやすくなる。

もっす1歳

むらかみ ほのか
村上穂乃佳ちゃん

平成28年10月24日午後2時15分生まれ
父・雅行さん 母・絵美さん
旭が丘在住

好奇心いっぱい
ちよっぴり甘えん坊なほのかちゃん。ハイハイがまり立ちも上手になっただね。たくさん食べて早く歩けるようになるといいね。ババママも楽しみにしてるとよ。1歳おめでとう。

※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…10/20(金)まで)

保健・医療

保育園・幼稚園のイベント