

リフォームのお問い合わせは…

日野市商工会 建築ステーション

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

専門員(建築士)の無料相談コーナー

こわれたところを
なおしたい

家をリフォーム
したい

来月の相談会
12/16(土)10時から
イオンモール3F

日野市の成人式! 日野市でお支度!

着付け会場 栄町・多摩平
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

しみずこどもクリニック

SHIMIZU Children's Clinic

JR中央線 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)	○	○	○	○	○	○
午後 3:30～6:00	○	○	○	○	○	○

休診日: 日・曜・祝日 (保険医療機関)

〒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

1日3～4h、月3～4日だけのお仕事です!

◆日野市の広報配布スタッフ

◎主婦(夫)の方や短時間働きたい方に最適です!
◎自転車・徒歩、あなたの配布しやすい方法でOKです!

【資格】18歳以上(中高齢の方歓迎!)
【報酬】完全出来高制・配布地域/日野市内
詳細は問い合わせ

◆新聞配達アルバイトスタッフ同時募集!

配布する広報はご自宅までお届けしますので
出社の必要はありません!

ASA朝日新聞・日野ブロック【受付】ASA 南平: 日野市南平 3-16-10
【応募】本日より受付。お気軽に☎ください。(担当/小園) ☎0120-593-812

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
第二東京弁護士会所属 窪田 之喜 木村 真実
第二東京弁護士会所属 山下 太郎 宇佐見 渉
第二東京弁護士会所属 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

川野皮膚科医院

院長 船津 栄

■皮膚科 ■小手術 ■各種検査 ■保険外(美容)診療
■日本皮膚科学会認定 皮膚科専門医

受付時間	日	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
午後 15:00～18:30	●	●	●	●	●	●	●	●

日曜診療(午前のみ) 始めました。
※土曜日は平日の昼休み(13:00～15:00)なし
連続で16:30まで診療致します。

自由診療 保険外(美容)診療

医療レーザー治療	光治療(フォトフェイシャル・RF)	注射・その他
●脱毛(全身)……5,000円より ●レーザーフェイシャル……18,000円(5,000円より) ●シミ・そばかす……10,000円 ●ニキビ治療……10,000円 ●イボ・ホクロ除去(1ヶ所)……8,000円	●しみ・赤み・たるみ・しわ・その他……15,000円(8,000円より) ●ヒアルロン酸注射……40,000円 ●ヒール矯正……10,000円 ●等圧矯正……7,000円	●プラセンタ注射……2,200円 ●ボトックス注射(しわ治療)……20,000円 ●ヒアルロン酸注射……40,000円 ●ヒール矯正……10,000円 ●等圧矯正……7,000円

高幡不動駅 徒歩1分 (京王高幡線) 042-599-3320
日野市高幡1009-4 京王アンフィール高幡1F

訪問 マッサージ

健康保険を使用してご自宅で
マッサージが受けられます。
(医師の同意が必要です)

ご利用者様専用フリーダイヤル(無料)
0800-111-0220

ホームページをご覧ください【アッサム マッサージ】で検索

株式会社 アッサム 国市東 1-15-30 第5ビル4階
☎042-571-0228

新築そっくりさん リフォーム完成内覧会

12/9(土)10(日) 10:00～16:00

リフォーム内覧会場 **日野市石田420-20**

住友不動産の新築そっくりさん

御相談、ご予約、資料請求はお電話で、ホームページからどうぞ!

0120-813-750
www.sokkuri3.com

新築そっくりさん 東京 検索

○今回は築21年・延23坪のお宅が「新築そっくりさん」で
建てた所をご覧いただけます。
○昔ながらの間取りの間仕切りをとって広々としたLDKと
対面キッチンになりました。
○耐力壁を用いた構造補強で安心で安全なお家になりました。
○サッシを交換し、外壁・壁・床に断熱工事を施し床暖房を入れ、
冬でも暖かなお家になりました。
○水廻り機器を一新し、快適な住まいになりました。
などなど見所満載。今後のリフォームの参考に是非ご来場下さい。

案内図

日野市立 第四幼稚園
日野市立 第四小学校
会場
中央自動車道
英世会(医療法人社団) 介護老人保健施設サルビア

「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。

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

日野市の学校給食調理員が考案
した野菜レシピをご紹介します。
皆さまも、作ってみませんか?

洋風肉じゃが

1日に必要な野菜350グラム(※1)のおよそ3分の1がとれます

①じゃがいも・にんじんは、厚めのいちよう
切り、玉ねぎはくし形切り、さやいんげんは
2～3cm切り、ベーコン・ソーセージは小口
大にカットする。

②鍋に油を入れ、みじん切りにしたにんにく・
ベーコン・ソーセージ・玉ねぎを炒め、酒・
みりんを加え、にんじんを炒め、火が通つ
たらしめじとじゃがいもとだし汁を入れ煮
る。トマトピューレ(※2)、しょうゆを入れ、
さらに煮込み、仕上げにゆでたさやいんげ
んを入れる。

▼材料(5人前)
じゃがいも 5・6個
にんじん 1本
玉ねぎ 1個
ベーコンとソーセージ
合わせて100g
しめじ 20g
さやいんげん 3本
トマトピューレ 200g
サラダ油 小さじ2
しょうゆ 大さじ1.5弱
酒・みりん 各大さじ2
だし汁 75cc
にんにく 1かけ

※1じゃがいもはイモ類に分類されるため、350グラムには
カウントしません
※2学校給食では、平成28年6月に「ソース類製造業」の営
業許可を取得した平山小調理室で加工した「本物工房ひの
トマトまるごとピューレ」を使っています

☎ 学校課(☎514-8749)、健康課(☎581-4111)

救急診療
必ず保険証をご持参ください

休日・深夜診療所
(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・深夜こども
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(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)
☎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)

12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

3日 小松医院(内・小科)
多摩平4-9-1 ☎581-0474

10日 おおしろクリニック
(内・外・小・小外・泌尿)
神明3-6-16 アメニティ明和館
☎589-6780

おやまクリニック(泌尿内科)
高幡328 森久保医療モール202
☎592-4976

康明会病院(内科)
豊田2-32-1 ☎584-5251

救急病院12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 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
夜 9:00～17:00														
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
外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	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。

1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
夜 8:30～17:00														
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
外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外	外

**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)