

# 児童館・幼稚園・保育園のイベント

## 6月の児童館

**乳幼児自由参加ひろば～えほんの会** ID 1008148

会場・問 みさわ児童館 (☎591-3456)

日時 22日(金)10:30～11:30 対象 乳幼児と保護者

**手型カレンダーづくり** ID 1006364

会場・問 みなみだいら児童館 ぷらねっと (☎599-0166)

日時 26日(火)10:30～12:00 対象 幼児は保護者同伴 持ち物 ハンドタオル

**乳幼児自由参加ひろば～移動こあらひろば** ID 1008791

問 もぐさだいら児童館 (☎591-7001)

日時 29日(金)10:30～11:30 会場 南百草地区センター 内容 体操、手遊び、季節の簡単な製作 対象 乳幼児と保護者

## 6月の幼稚園

**いちごの日～水遊びを楽しもう!** ID 1004228

会場・問 第五幼稚園 (☎592-0432)

日時 22日(金)9:15～11:30 対象 乳

幼児と保護者

**ちゅうりっぷの日～水遊びを楽しもう!**

会場・問 第七幼稚園 (☎586-3770)

日時 22日(金)9:30～11:30 対象 乳幼児と保護者

## 6月の保育園

**誕生会&園内見学** ID 1004178

会場・問 みなみだいら保育園 (☎591-2468)

日時 20日(水)9:45～10:15 対象 未就学児と保護者

**誕生会&保育園であそぼう** ID 1008243

会場・問 たかはた台保育園 (☎591-2231)

日時 21日(木)9:45～11:00 対象 未就学児と保護者 持ち物 飲み物、タオル、着替え

**誕生会と水遊び** ID 1004145

会場・問 しんさかした保育園 (☎584-8277)

日時 21日(木)9:45から 対象 未就学児と保護者 持ち物 タオル、着替え

**園庭で遊ぼう** ID 1007077

会場・問 おおくぼ保育園 (☎584-3690)

日時 22日(金)10:00～11:00 対象 未

就学児と保護者 持ち物 飲み物、タオル、着替え

## 公民館の催し

**ぱそこんくらぶIN高幡台分室(初心者対象)** ID 1008653

会場・問 中央公民館高幡台分室 (☎592-0864)

日時 7月6日～9月21日の毎月第1・第3金曜日10:00～12:00※8月17日を除く。直接会場へ

内容 ワード、エクセル、インターネットなど各自が学びたいことを自由に学びあう 対象 市内在住・在勤・在学者 その他 1回だけの参加も可

**リメイクで作る和の小物～お香やポプリを入れてたのしみ** ID 1008530

問 中央公民館高幡台分室 (☎592-0864)

日時 7月5日(木)・19日(木)14:00～16:30 会場 平山交流センター

内容 着なくなった和服などを使

用し手縫いで小物を作る 講師 高橋ゆり氏(和裁作家) 対象 裁縫ができるおむね40歳以上の方 定員 8人 費用 1,000円(材料費) 申込 6月19日(火)9:00から電話、来館または右記QRコードから電子申請

**体が軽くなる～腰痛・肩こり解消ストレッチ** ID 1008654

問 中央公民館 (☎581-7580)

日時 7月14日(土)・21日(土)10:00～12:00 会場 市民陸上競技場

内容 腰痛・肩こりについて学び、こわばった体をストレッチでほぐす 講師 打越耕司氏(日野レッドドルフィンズ・元コンディショニングトレーナー) 定員 申込制で先着30人 申込 6月17日(日)9:00から電話または来館

**国際理解講座～美しいすべての自然を持つチリ共和国** ID 1008683

会場・問 中央公民館 (☎581-7580)

日時 7月15日(日)13:00～15:00 内容 チリと日本の関係、日本ではあまり知られていないチリの自然や風土、文化などのお話を聞く 講師 バレンティナ・アルディレスク・クイロス氏(東京外国語大学大学院生) 定員 申込制で先着50人 その他 日野国際友好クラブ協働 申込 6月17日(日)9:00から電話または来館

## 水辺のある風景 日野50選ガイドツアー

ID 1008690

日程 7月7日(土) 集合 9:00多摩動物公園正門前、12:00高幡不動駅解散

コース 旧多摩テック～程久保川源流～旧道～多摩動物公園～程久保川遊歩道または旧道 対象 3歳以上

歩ける小学生以上の市内在住者※小学生は保護者同伴 定員 申込制で先着20人 申込 6月18日(月)から電話 問 緑と清流課 (☎514-8309)

会場 多摩動物公園

日時 7月7日(土) 集合 9:00多摩動物公園正門前、12:00高幡不動駅解散

コース 旧多摩テック～程久保川源流～旧道～多摩動物公園～程久保川遊歩道または旧道 対象 3歳以上歩ける小学生以上の市内在住者※小学生は保護者同伴 定員 申込制で先着20人 申込 6月18日(月)から電話 問 緑と清流課 (☎514-8309)

会場 多摩動物公園

日時 7月7日(土) 集合 9:00多摩動物公園正門前、12:00高幡不動駅解散

コース 旧多摩テック～程久保川源流～旧道～多摩動物公園～程久保川遊歩道または旧道 対象 3歳以上歩ける小学生以上の市内在住者※小学生は保護者同伴 定員 申込制で先着20人 申込 6月18日(月)から電話 問 緑と清流課 (☎514-8309)

会場 多摩動物公園

# 「ひのった」健康NOTE

第25回 テーマ:食べること・飲み込むこと ID 1008678 健康課 (☎581-4111)

最近、おじいちゃんが食事中にむせることがあるんだ。お水を飲むときにもむせることがあるけど、大丈夫かな。

むせてりして飲み込みにくいと、食べるのにすごく時間がかかったり、食べるのが嫌になってやせてしまうこともある。ひどくなると、むせて気管に入ること肺炎になったり、食べ物のがどに詰まって窒息してしまうこともあるんだ。詳しい情報は右のQRコードからアクセスしてね。

飲み込む動きが悪くなっているかもしれないね。

なるほど。

食べ物を見ておいしそうだなと感じたり、実際に口の中でかんでごっくんと飲み込むまでの動きのことを摂食嚥下というんだよ。この動きが病気や加齢によって、うまくいかなくなるとむせてしまうことがあるんだよ。

今回のまとめ

病気が加齢によって、摂食・嚥下機能が低下することがある。

## 6月後期休日診療医 ID 1006854

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に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

17日 高瀬内科クリニック(消内科) 新町1-20-3 エスベラル1階 ☎582-7228

24日 松田整形外科医院(外・整・リハ科) 百草999-2-8-1-201 ☎593-8175

森久保クリニック(内科) 高幡328 森久保医療モール101 ☎594-6778

須賀小児科(小科) 高幡328 森久保医療モール103 ☎593-7888

## 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 注意 2月3日から下記へ移転しました

多摩平3-1-12医師会館1階 ☎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※14歳まで) ※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) ☎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)

#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

## 救急病院6月後期宿日直予定表 ID 1002359 (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、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(金) 16(土) 17(日) 18(月) 19(火) 20(水) 21(木) 22(金) 23(土) 24(日) 25(月) 26(火) 27(水) 28(木) 29(金) 30(土)

夜 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 内

夜 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 内

夜 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 内

産 婦 人 科

※市立病院小児科は東京都の休日・全夜間診療体制のもと救急車・紹介などの対応を常時行っています

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)

## あなたの力を 介護に

# 資格がなくても介護の仕事に興味がある方へ 生活援助型スタッフ研修

18歳以上の方募集! ID 1008669

介護の現場では、掃除、洗濯、買い物、食事の準備などの生活援助や高齢者の心身の変化、緊急時の対応などの研修を受講することで、資格がなくても安心して業務に従事することができます。週1日からの短時間でも、働くことができます。

市では、資格がない方でも安心して介護に従事できるよう基本的な研修を実施します。研修修了後のフォローアップ研修では、市内の介護事業者の方から直接仕事の内容について話を聞くことができます。

●研修日時・内容

日程	内容
7月4日(木)	生活援助の基本、家事支援
7月5日(木)	介護におけるコミュニケーション技術、接遇マナー
7月6日(金)	高齢期における心身の特徴、高齢者の権利擁護
7月10日(火)	フォローアップ研修 市内介護事業所などでの個別相談会

時間 10:00～14:30※7月10日は未定

会場 市役所5階505会議室 対象 18歳以上の介護の仕事に興味がある方※学生除く 定員 30人※申込多数の場合は抽選

申込 6月27日(水)(消印有効)までに ☎191-8686日野市高齢福祉課生活援助型スタッフ研修担当(☎kaigo@city.hino.lg.jp)へはがきまたはEメールで。住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、年齢、電話番号、所属介護事業所の有無(有の場合は事業所名)を記入

問 高齢福祉課(☎514-8519)

研修修了後のフォローも万全!



▲程久保川源流付近

保健・医療