

公民館の催し

公民館平和事業～映画上映と平和公演

ID 1011984
問 中央公民館 (☎581-7580)
日時 8月3日(土)①12:00～13:40②13:50～16:30
会場 多摩平の森ふれあい館
内容 ①映画「ハンナのかばん(日本語字幕)」上映②平和公演「8月に何があった～次の世代に伝える戦争と平和」※市民の朗

読、合唱、大坂上中生徒、高校生のパフォーマンス、戦争体験談など
定員 ①申込制で先着60人②直接会場へ
申込 ①7月17日(水)9:00から電話、来館または右記QRコードから電子申請

夏休み！～ペットボトルソーラーカーをつくろう！
ID 1011982
会場・問 中央公民館 (☎581-7580)
日時 8月8日(木)14:30～16:30

内容 ペットボトルを車体にして、ソーラー電池でモーターを回すソーラーカーを作り、走る仕組みを考える※カッターナイフ使用



講師 連合東京金属部門連絡会有志
対象 小学3～6年生
定員 申込制で先着30人

費用 500円(材料費)
申込 7月17日(水)9:00から電話、来館または右記QRコードから電子申請

保育園のイベント

7月の保育園
お話し会～絵本の読み聞かせ **ID 1004194**
会場・問 みさわ保育園 (☎591-6131)
日時 26日(金)9:45～10:45
対象 未就学児と保護者

ひのよさこい祭の開催時期変更(3月開催)に伴うパネル展

問 シティセールス推進課 (☎514-8461) **ID 1011392**
例年7月に行われていた「ひのよさこい祭」の開催時期が変更になります。近年の記録的な猛暑の状況を鑑み、来場者や踊り子連の安全を考慮し、令和元年度は令和2年3月に開催されます。7月は「ひのよさこい祭」のパネル展を開催します。
日程 7月20日(土)～28日(日)
会場 イオンモール多摩平の森1階陽だまりのアトリウム
内容 歴代の写真展示など



日野市アクションプラン

アクションプランとは、地域懇談会から生まれた「地域の課題を地域で解決するため」の市民有志による取り組みです。各中学校区でさまざまな取り組みを実施しています。

四中地区アクションプラン
ラジオ体操で四中地区がつながる!! **ID 1003357**
日程 前半…7月22日(月)～27日(土)、後半…8月19日(月)～23日(金)※8月24日(土)は8:00から旭が丘中央公園でイベントを開催
時間・会場 下表の通り **その他** 動きやすい服装でお越しください **問** 地域協働課 (☎581-4112)

会場	時間
旭が丘中央公園、西平山第一公園※1、ビバヒルズ(居住者のみ)	6:30から
旭が丘東公園、六小、旭が丘小、多摩平第七公園※2	7:00から

※1 7月27日(土)を除く ※2 後半日程のみ開催

二中地区アクションプラン
豊田南口真夏のプランニング～図書館からはじまる名所巡り **ID 1011947**

日程 7月27日(土) **集合** 9:00豊田駅南口、13:00解散 **定員** 20人
費用 昼食代実費(1,000円程度) **その他** 最後に参加者全員で昼食を予定 **申込** 7月16日(火)～24日(水)に地域協働課(☎ckyo do@city.hino.lg.jp)へ電話またはEメールで。氏名、年齢、連絡先を記入 **問** 地域協働課 (☎581-4112)

平山中地区アクションプラン
ひらやまえんにち夏祭り&平山季重ふれあい館サマイベント **ID 1011861**

日時 8月4日(日)16:00～20:00※荒天中止 **会場** ①出口公園②平山季重ふれあい館※②は18:00まで **内容** ①水ヨーヨー釣り・スーパーボールすくい・焼きそば・焼き鳥・ビールなど販売②図書館リサイクル本(雑誌・児童書)無料配布・紙芝居師せんべいの街頭紙芝居・本探しゲーム in 平山図書館※本探しゲームは申込制で先着5チーム。申し込みは平山図書館(☎591-7772)に電話または来館 **その他** 先着50人にお菓子のプレゼントあり **問** ひらやまえんにち実行委員会(根津☎090-8039-3325※18:00～21:00)、市地域協働課 (☎581-4112)

7月後期休日診療医 **ID 1006854**
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。

15日
堀井内科クリニック(胃・内科)
多摩平2-5-3 豊田/パールハイツ1階 ☎589-0730

21日
望月医院(内・外科)
多摩平6-31-4 ☎581-0504

28日
にしくぼクリニック(外・骨・内科)
石田2-9-21 ☎589-3532

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
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※中学生まで)
※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
※来院の際は電話連絡を
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

東京消防庁救急相談センター
《24時間医療機関案内》
病院?救急車?迷ったら **#7119**
つながらない場合は ☎042-521-2323
東京版救急受診ガイド
スマートフォン用 携帯電話用

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)

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18:00～翌朝8:00/土曜・日曜日、祝日、年末年始の8:00～翌朝8:00

救急病院7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(祝)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)
		夜 18:00 (土曜・日曜日、祝日は17:00)～8:30 (土曜日、祝前日は9:00)																
	昼	夜	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・外	内	内	内	内	内

■市立病院(☎581-2677) ※まずはお電話を **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しています。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

	15(祝)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)
	夜 17:00～8:30																
昼	夜	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	内	内
・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
皮膚	皮膚	整形	・	整形	耳鼻	脳	脳	・	整形	耳鼻	整形	皮膚	・	脳	脳	・	・
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市 図 で公表※現時点では健康に影響はありません

「ひのった」健康NOTE
第37回 テーマ:活動と休息
問 健康課 (☎581-4111) **ID 1012125**

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

ふわあ～、お昼ごはんの後は、眠くなっちゃうなあ

昼下がりの眠気は、生体リズムによって引き起こされるといわれています。短時間の睡眠をとると、すっきりとして集中力も上がりますよ。

海外にはシエスタという習慣もあるし、昼寝はいいね!
どれくらい寝るのがちょうどいいの?

15分程度が適切です。長い時間眠ったり、夕方過ぎの昼寝は、夜の睡眠に影響するので気をつけましょう。

今回のまとめ

・元気に活動するためには、適度な休息が重要!

もっすぐ1歳 **いとう み ゆ う**
伊藤 美結ちゃん

平成30年7月14日 午後1時17分生まれ
父・清太朗さん 母・久美子さん
川辺堀之内在住

トマト農家の看板娘のお仕事たくさん愛想振りまいて頑張りました! 来年はいらっしゃいませって言えてるかな? ばあばやじいじにも毎日遊んでもらってうれしいね。これからその笑顔でみんなを癒やしてね♡

※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(☎514-8092)へ(8月生まれ…7月19日(金)まで)

保健・医療