

支えます！ 私たちのまち『ひの』

家事の援助 会社の仕事 「リサイクル品の引取り・販売」

あんなこと・こんなこと 困った時に・・・お仕事します

定年後に軽い仕事をしたい 仲間作り パソコン教室
カルチャー教室

高齢者の人材バンク **会員募集** あなたの力 活かしませんか？

公益社団法人 日野市シルバー人材センター

住所 日野市日野本町2-4-7 電話：042-581-8171 FAX：042-584-8390 E-mail:silver@hino-sc.or.jp

ふとん 仕立直し(打直し)
 羽毛布団も致します **致します**
堀内ふとん店
 日野高幡1001-7 ☎ 591-3327
 夜間 581-3584



しみずこどもクリニック

SHIMIZU
Children's Clinic

JR中央本線 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	○	○	○	○	○	○
	2:00~3:00 (予約)	予約診療	診	予約診療	診	診	休
午後	3:30~6:00	○	休	○	○	○	休

休診日：日曜・祝日 保険診療医療圏

〒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



ウッドデッキ

地元で25年のウッドデッキ専門店

春のさきどり
キャンペーン!!



広報ひのそご覧になりご成約の方

特典プレゼント!

見
積
無
料

(株)テンバル多摩販売

東京都知事許可 第114608号

日野市高幡 475-8

☎042-591-2232

A red banner with white and yellow text. The main text reads 'エアコンクリーニング' (Air conditioning cleaning) in large white characters, followed by 'ひの広報見た！で10%OFF' (Saw the Hiroba! 10% OFF) in smaller white characters. Below this, in yellow text, it lists 'エアコン・キッチン・浴室・トイレ・床など' (Air conditioning, kitchen, bathroom, toilet, floor, etc.) and 'お掃除のことなら何でもお任せください' (For cleaning, please entrust us with anything). At the bottom left, the phone number 'TEL 0120-547-348' is displayed in large white characters. At the bottom right, there is a logo for 'おそうじ革命' (Osooji Revolution) and the text '日野栄町店' (Hinokasa Town Branch).

日野・子どもと家族法律事務所
2019年11月1日新規開設！
子どものこと、家族のこと、ご相談ください
弁護士 木村真実（第二東京弁護士会） **弁護士 伊藤由子**（東京弁護士会）
日野市高幡1009-7 TIKビル301（多摩都市モノレール高幡不動駅 徒歩1分）
電話 042-506-5022
<http://hino-kodomolaw.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（中高齢の方大歓迎！）
 【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！

運動不足解消！
 かけもち歓迎！

幅広い
 年齢層の
 スタッフが
 活躍中！

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／桑名） ☎ **0120-593-812**

発行部数91,100部!

▶

広報ひのに広告を載せませんか

ID 1001098

「広報ひの」では、良質な産業情報を発信し、市民生活に役立てていただくとともに、市内産業の活性化を図る目的で、有料広告掲載を行っています。

発行部数は91,100部で市内全世帯に配布されます。会社やお店の宣伝、イメージづくりに、「広報ひの」広告掲載をご検討ください。

広告の掲載料 毎月1日号 **広報の体裁および広告の掲載位置** A4判カラー、24ページの23ページ目に掲載 **広告掲載料** 全面広告(250mm×180mm) 35,000円、2号広告(1段…47.6mm×180mm) 70,000円、2号広告(1段の半分…47.6mm×88.5mm) 35,000円※市内に事業所がある場合は割引制度があります **申込** 申込書(市 **HP** からダウンロード可)を郵送または持参※電子申請可

▶掲載できないもの

次のいずれかに該当する広告

- ①公共性およびその品性を損なうおそれのあるもの
- ②風俗営業等の規則及び業務の適正化等に関する法律第2条に掲げる営業に該当するもの
- ③政治・宗教活動、意見広告または個人の宣伝に係るもの
- ④公序良俗に反するもの
- ⑤法令で禁止、あるいは法令に抵触するおそれのあるもの
- ⑥その他掲載する広告として妥当でないと認められるもの

問 市長公室広報担当(☎514-8092)

3月前期休日診療医

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。

ID 1006854

診療時間
9:00～12:00
13:00～17:00

1日

石田クリニック (内・循環科)
 日野 1027-1 MIYABI BLDG.2F
 ☎843-2608

8日

高品クリニック (内科)
 日野本町 1-12-13 ☎583-7822

15日

高瀬内科クリニック (消・内科)
 新町 1-20-3 エスベール1階
 ☎582-7228

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)

平日準夜子ども

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)
☎FAX594-2111
 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

電話相談
 保健師・看護師（必要に応じて小児科医）などによる
#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）
 ○子供の健康・救急に関する相談 ※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3月前期宿日直予定表 ID 1002359 (注) 診療科目は変更される場合があります。事前に救急デレホンサービス (#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

[illegible]

■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 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)	8 (日)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)	15 (日)	
		昼 8:30~17:00 夜 17:00~8:30															
		昼 夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜	昼 夜	昼 夜	夜	夜	夜	夜	夜	昼 夜	昼 夜
内・耳 内・鼻	内・耳 内・鼻	内・ 外	内・耳 鼻	内・ 泌尿	内・ 整形	内・ 整形	内・ 脳外	内・ 脳外	内・ 整形	内・ 外	内・ 眼	内・ 整形	内・ 外	内・ 外	内・ 脳外	内・ 脳外	内・ 皮膚
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 HP で公表※現時点では健康に影響はありません

日本の食文化 ～米を見直そう

ID 1013336 **問** 健康課 (☎581-4111)

- 日本では昔から米を主食とした食生活を送っており、食事から摂取するエネルギー量の約半分以上を米からとっていました。
- しかし、戦後から食事の洋風化が進み、主食である米を食べる習慣が減ってきています。
- 米はパンや麺と比べて味が淡泊なため、和風・洋風・中華風を問わずどのようなおかずとも相性が良い万能な食べ物です。そのため、主食と主菜がそろった献立をつくりやすいという長所があります。
- 今年はオリンピックが行われ、他国のさまざまな文化に触れる機会が多くなります。ここでもう一度、自国の文化として米にスポットライトを当ててみてはいかがでしょうか。

