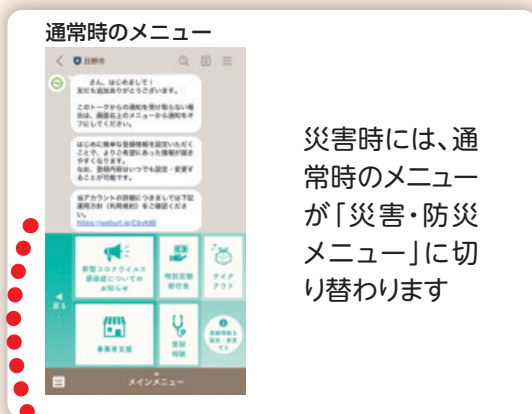




災害時には、通常時のメニューが「災害・防災メニュー」に切り替わります

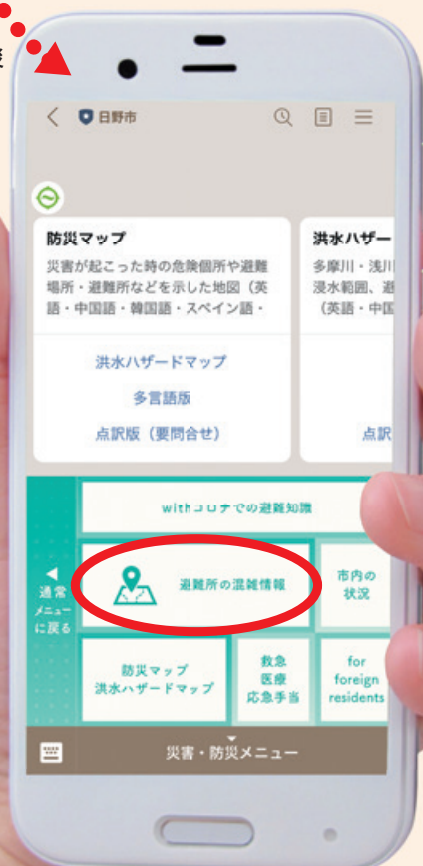
# 防災情報もLINEから

9月1日から日野市LINE公式アカウントの正式稼働を開始

ID 1014581

閻市長公室広報担当(☎514-8092)

災害・防災メニュー



※画面イメージ

避難所の混雑情報もLINEから確認



ESRIジャパン株式会社と共同開発中 ※イメージ図

友だち登録の方法・登録情報設定の方法などは20ページに掲載

新型コロナウイルス感染症の拡大の状況により、今号に掲載している各種事業・イベントなどが、中止または延期される場合があります。実施の有無などは、各問い合わせ先へご確認ください。

8月19日時点の情報に基づき作成しています

2 | 認知症を知る月間 認知症を知る座談会

抜き取り  
保存版

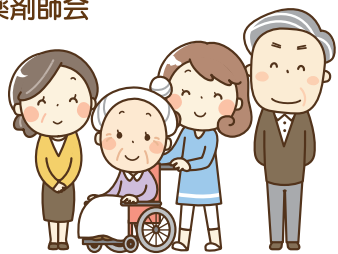
日野市洪水ハザードマップ

# 日野市 認知症を知る月間 認知症を知る座談会

【後援】日野市医師会、日野市歯科医会、日野市薬剤師会

ID 1015151 問 高齢福祉課 ☎514-8496

※誌面の都合上座談会の一部を編集して掲載していますが、市 HP では、本座談会のより詳細な様子を閲覧することができます。ここには書ききれなかった深いトークをぜひご覧ください



市では、9月21日祝の「世界アルツハイマーデー」に合わせて、毎年9月を「認知症を知る月間」と位置付けています。  
第7回目となる今年度は、認知症のご家族を長年にわたって支えてこられた家族介護者の方(以下、「家族」という。)、医療面のみならず社会的な側面からも認知症の方を支援されている**多摩平の森の病院**(※1)認知症認定看護師(※2)の方(以下、「看護師」という。)、地域にお住まいの高齢者の困りごとの総合的な相談窓口である**地域包括支援センター**(※3)職員の方(以下、「包括」という。)が、「認知症の方をこれから地域でどう支えるか」について語り合った座談会の様子をお届けします。

(進行：市高齢福祉課職員)

## 「母の介護がきっかけで、近所の方にも声を掛けるようになった」

**市職員** 本日はよろしくお願ひします。早速ですが、まずは家族介護者の方へ質問させていただきたいと思っています。  
長年にわたってご家族を支えてこられて、これまで地域の方のちょっとした気遣いで「うれしかった、ありがたいと思った、もしくは助かった」と感じたことはありませんか？

**家族** 私は母親を介護しています。7年前に徘徊が始まりました。買い物に行って、全然帰って来なくて、地域包括支援センターの方や市役所に探してもらったのが始まりでした。これまでもいろいろ忘れることはありませんでした。当初は、年相応の物忘れではないかと医師からも言われており、認知症なのか分からないところからがスタートでした。

最初は地域の関わりというのは特に無かったのですが、地域包括支援センターとの関係ができたことがきっかけで、「認知症家族介護者交流会(※4)」を紹介され、そこから地域とのつながりができ始め

ました。  
母親が出掛けて行ったときに近所の薬局の方が母に声を掛けてくれたり、立ち寄ったことを連絡していただくことがあり、ありがたいと思いました。  
このような経緯もあり、最近では近所で「おかしいな？」と思った方には自分で声を掛けるようになりました。

**看護師** お話を聞いていて、いろんな人とお話する機会があったり、つながっていたりすることが大事であると思いました。さらに、「おや？」と思った方に声を掛けてあげられることがとても重要で、こういうことが増えていけば、地域の中で認知症の人を支えていけるんだろなと感じました。

**市職員** 先ほどのお話の中で「認知症なのか、それとも年相応の物忘れなのか、判断がつかない時期があったとのことですが、そこに違いはあるのでしょうか。」

**看護師** 例えば、「朝食に何を食べたか忘れてしまう」ことは、加齢に伴って誰にでも起こり得ることですが、認知症の症状の場合、「朝食を食べたこと自体」を忘れてしまったり、忘れたことを認められなかったりします。また、加齢の物忘れに関しては何かヒントがあれば思い出せることもあります。認知症の場合、それができることも多く、この辺りに違いがあるといえます。

## 「認知症の方の言動にも、必ず何らかの意図がある」

**市職員** その他医療的な側面から、認知症の方の特徴や考え方をなどを教えていただけますか？

**看護師** 認知症の方の言動には、ご本人の中で何らかの意味があると考えられています。それは必ずしも、周囲の方が理解できるわけではありませんが、ご本人は意味があって行動しているわけです。  
徘徊など、認知症の方の言動はときに周囲の人を困らせてしまう場合もあるわけですが、こういった言動にしても、ご本人にはそうする意味が必ずあり、ご本人も自身の言動と現実、周囲とのミスマッチに困っているわけです。

言動の意味が何なのかを考え、推測してみることが重要であり、同時に、ご本人にとって「安心できる場所」を作ってあげることや、日常を見直していくことも大切です。将来的には、徘徊をしても認知症の方が一人で歩いてもよい社会や地域になることが理想だと思います。そのヒントが、家族介護者の方のお話の中にあるように思いました。

**市職員** 地域で日々、高齢者の支援や困りごとの相談を受けている「地域包括支援センター」から、認知症に関するお困りごとに対してご紹介いただけたらどうでしょうか。

### ※1 多摩平の森の病院

認知症専門の相談員による医療相談や認知症の診断、状況に応じた適切な医療機関の紹介などを行う、東京都指定する認知症専門の医療機関(地域連携型認知症医療センター)です。認知症に関する心配事がありましたら、お気軽にご相談ください。  
所在地：日野市多摩平3の1の17  
電話番号：042(843)1777

### ※2 認知症認定看護師

認知症について専門的教育機関で学び、高い専門性に基づき熟練した看護を提供する看護師です。

### ※3 地域包括支援センター

地域の高齢者の方の暮らしを支える「総合相談窓口」です。日野市内には9カ所設置されており、それぞれのセンターには高齢者の生活を支える専門職が配置されています。

### ※4 認知症家族介護者交流会

認知症の高齢者を介護しているご家族などが集まり、介護の悩みを話し合ったり、情報交換を行ったりする交流の場です。参加を希望される方は、担当の地域包括支援センターにご連絡ください。

### ※5 認知症徘徊高齢者 SOS ネットワーク

認知症により徘徊の可能性がある高齢者の情報を事前に登録していただき、徘徊発生時には市や地域包括支援センター、日野警察署のほか、地域の協力市民の方や事業所が情報を共有し、早期の発見・保護に努める取り組みです。

### ※6 徘徊高齢者等探索サービス

認知症により徘徊の可能性のある方に対し、GPS端末機器を携帯していただくことで、徘徊発生時にご本人の居場所を探索し、早期発見、事故防止を図るサービスです。

### ※7 日常生活賠償補償

徘徊高齢者等探索サービス(※6)の付帯サービスとして、認知症の方が他人にケガをさせたり、物を壊してしまうなどで法律上の損害賠償責任を負った場合に備える保険です。徘徊高齢者等探索サービスを利用することで自動的に保険に加入することができます。

### ※8 認知症サポーター養成講座

認知症の症状や認知症の方への対応の方法などをお伝えする講座です。講座を受講された方は、普段の生活の中で認知症の方のためにできることをする、認知症の方の応援者、「認知症サポーター」となります。

**市職員** 日野市では、令和2年度より、「徘徊高齢者等探索サービス」事業に、「日常

**市職員** 最後に、専門職のお二人  
へ4ページにつづく

から、地域の皆さまが認知症の方を「同じ市民」として受け入れるに当たっての心構えについてアドバイスいただけますか。

**看護師** まず、「どうして地域で支える必要があるか」を考えますと、やはり認知症の方が増えているわけです。2025年には70万人（65歳以上の5人に1人）に達すると言われていきます。ですので、認知症の方が地域の中で暮らすことが当たり前、という世の中がやってきます。

認知症の方につらく当たってしまつと、逆に症状を悪化させてしまう場合もあります。地域の方々には、温かく見守っていただきたいです。今は地域の中にも専門の支援機関がたくさんあります。地域の方には、支援者や支援機関について知っていただき、認知症のご本人やご家族のことを考えていただきたいと思います。

また、認知症は誰でも発症する可能性があります。私にもあなたにも発症する可能性があるわけです。「地域で支える仕組み」をみんなで作ることは、いつか自分が認知症になったときのために「住みやすい社会を作っておく」ことにもいえるでしょう。

**包括** 認知症になられたご家族

**生活福祉・地域福祉** HP 健康・福祉

**福祉の初期総合相談窓口をご利用ください** ID 1003811

**住居確保給付金事業・離職や減収した方の家賃を支給**

利用に当たっては、一定の要件（収入、資産、求職活動など）があります。また、支給額には上限があります。

**対象** 次の①②いずれかに該当する方で住宅を喪失しているまたは喪失する恐れのある方①離職後2年以内②給与などを得る機会が当該個人の責めに帰すべき理由・当該個人の都合によらないで減少し、離職や廃業と同程度の状況にある

**その他** 申請書類、必要書類などの詳細は市HPを参照

**家計改善支援事業・家計の立て直しを支援（予約制）**

**会場** 市役所2階相談スペース

**内容** 家計改善支援員が専門的視点から必要な情報提供や助言などを行い、相談者自身の家計を管理する力を高め、早期の生活再生を支援

**対象** 家計収支の不均衡その他の家計に関する課題を抱え、生活に困窮している方

**日時** 第1・第3水曜日午後1時～

族のことを公にするのは恥ずかしい、と聞きます。その中には、周囲の偏見であったり、正しくない理解があるようにも思います。

認知症はれっきとした病気の一つなんです。病気になることは、隠すことではないということをお皆さんに知っていただきたいと思っています。

また、「近所で「なんか変だなあ」「など、少しでも気になる高齢者について、気軽に相談できる地域の窓口」「地域包括支援センター」をもっと市民の方に知っていただきたいと思っています。それが地域力を高めていく一つのきっかけにもなると思います。

**市職員** 日野市としても、認知症の方、そのご家族、地域住民の皆さま、市内でお勤め、または通学されている皆さまなど、地域にいるすべての方が自分らしく暮らせるまちづくりを進めてまいりたいと考えています。皆さま、本日は非常に貴重なお話をいただき、本当にありがとうございました。



4時

**会場** 市役所2階相談スペース

**内容** 精神保健福祉士などによる相談、受診に向けた支援など

**対象** 精神疾患を有すると思われる方で、精神科などの医療機関を受診せず治療を受けていない方およびその家族

**一般就労に向けた準備を支援（予約制）**

**会場** 市役所2階相談スペースなど

**内容** 一般就労に向けた準備としての基礎能力の形成からの支援を、計画的かつ一貫して実施

**対象** 就労に必要な実践的な知識・技能などが不足しているだけでなく、生活リズムが崩れている、社会との関わりに不安を抱えている、就労意欲が低下しているなどの理由で就労に向けた準備が整っていない方

**ハローワーク八王子の巡回相談（予約制）**

**日時** 原則毎週木曜日午後1時～4時※相談日については問い合わせを

**会場** 市役所2階相談スペース

**内容** ①ハローワークの就職支援ナビゲーターによる職業相談、職業紹介、職業訓練のあっせんなど②求職活動に当たっての心構え、不安などの解消③履歴書・職務経歴書の作成、面接の受け方などのアドバイス④その他、就職に役立つ情報の提供

**対象** 住居・生活に困っている方

## 水害の季節に備える

市長 大坪 冬彦 コラム

ID 1008145



長い梅雨から一転して猛暑の日が続いています。これから関東地方は台風季節を迎えます。地球温暖化の影響による太平洋の海水温上昇が原因で、超大型台風が東京を含む関東地方に襲来することが予想されます。

昨年10月の台風19号によって日野市では約8千600人の市民が避難所に避難し、床上浸水や日野橋損壊による通行止めや多摩川グラウンド水没など甚大な被害が発生しました。過去に避難勧告や避難指示を発令したことはありましたが、昨年のような被害や大規模な避難所運営は初めての経験でした。

これらの経験を踏まえ今年も台風襲来への備えをせねばなりません。言うまでもなく、今年は新型コロナウイルス感染症の市中感染という状況下での災害対応ということになります。

まずは、指定避難所における3密を避けるために避難所ごとの定員を大幅に減らします。その結果避難所の数が不足しますので、避難者数に応じ新たに予備的避難所を開設できるようにします。また、昨年は避難

所ごとの避難者数が過密になるところと余裕があるところが発生しましたので、あらかじめ各避難所の避難者数を把握しお知らせするシステムを準備します。さらに、従来は自動車での避難は想定していませんでしたが、昨年の経験を踏まえ自動車での避難場所も計画しております。

市民の皆さまにも自助努力をお願いすることもあります。避難所に避難しなくても大丈夫な方策を、例えば自宅での垂直避難（洪水ハザードマップを要確認、友人・知人・親戚宅などへの避難（新型コロナウイルス感染症対策が前提）などを検討していただきたい。また、市の避難所でも必要な物資を準備はしますが、マスクやアルコール消毒剤や上履きや身の回り品などは極力持参をお願いいたします。

7月に発生した熊本県をはじめとする九州における豪雨の甚大な被害を思い起こすと、行政としても全力を尽くしますが、それで十分ではないかもしれない。自分の命を自分で守る行動を切にお願いしたい、と思います。

どで早期に就職したいという意欲と能力のある方  
いずれも詳細はお問い合わせください。

**申込** 電話

問 セーフティネットコールセンター（☎514・8574）

**日野市福祉オンブズパーソンの活動状況報告（令和元年度）**

ID 1003303

**活動状況**

令和元年度の苦情相談件数は19件

で、来室が13件、電話が5件、その他が1件でした。苦情申し立ておよび実施機関に対する勧告はありませんでした。

なお、申し立てに至らなかった苦情・相談についても、相談者の意向に応じて、担当課との調整や他制度の紹介などを行いました。

**活動状況報告書**

**閲覧場所** 市役所2階福祉政策課、市政図書室、市内各図書館

いずれも **福祉政策課**（☎514・8469）

## 母子保健健康通信

ID 1007346 **健康課**（☎581-4111）※会場は生活・保健センター

|                |       |                                                                                                                                      |
|----------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 健康診査           |       | 3～4カ月児、1歳6カ月児、3歳児健診<br>通知した日時に来場を                                                                                                    |
| ママパプラス保健       |       | 新型コロナウイルス感染症による健康への影響を考慮し中止します。再開については市HPでお知らせします                                                                                    |
| 予約制            | 時間    | ママパプラス沐浴<br>妊婦（おおむね16～27週）とその家族                                                                                                      |
|                | 予約制   | ママパプラス栄養<br>妊婦※妊娠週数は問いません                                                                                                            |
| オンライン講座（予約制）※1 | 離乳食講座 | 9月12日（土）、10月27日（火）11:00～11:40<br>すこやかな出産のための栄養の話                                                                                     |
|                |       | 9月5日（土）・24日（木）10:00～10:40<br>おおよそ令和2年4月生まれの乳児の保護者<br>10月8日（木）・27日（火）10:00～10:40<br>おおよそ令和2年5月生まれの乳児の保護者                              |
|                |       | 9月8日（火）・12日（土）10:00～10:40、24日（木）11:00～11:40<br>おおよそ令和2年2月生まれの乳児の保護者<br>10月8日（木）11:00～11:40、22日（木）10:00～10:40<br>おおよそ令和2年3月生まれの乳児の保護者 |
|                |       | 9月5日（土）・8日（火）11:00～11:40<br>おおよそ令和元年9月～12月生まれの乳児の保護者<br>10月22日（木）11:00～11:40<br>おおよそ令和元年10月～2年1月生まれの乳児の保護者                           |

※1 オンライン講座（ママパプラス栄養、離乳食講座）は市HPから「認定栄養ケア・ステーションヘルシーネットワークつながる」へ申し込み。9月分は受け付け中。10月分は9月1日（火）9:00から  
※新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から、せきが出る・体がだるい・熱っぽいなどの症状がある方は来所せず、医療機関を受診を  
※日程などを状況により変更する場合があります。詳細は市HPをご確認ください  
※転入された方へ…妊婦、3～4カ月児、6・9カ月児、1歳6カ月児、3歳児の健康診査を受けていない方は健康課（☎581-4111）へご相談を

安全・安心

HP  
くらし・手続き

9月8日(火)～14日(月)は「救急医療週間」、9月9日(水)は「救急の日」です  
ID 10114969

令和2年度東京消防庁救急標語

まず行動 救える命 あなたから  
(岡本 純一さん作・府中市在勤)

東京消防庁における救急出動件数は年々増加傾向にあります。救えるはずの命を救うために、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

岡日野消防署(☎581・0119)

住民票・戸籍・印鑑登録

HP  
くらし・手続き

土曜日開庁をご利用ください

ID 1002622

平日に市役所などに来庁することができない方の利便を図るため、毎週土曜日に証明書の交付や異動届の受け付けを行っています。一部取り扱いできない業務もありますので、事前にお問い合わせください。

【開庁窓口】市役所1階市民窓口課、七生支所、豊田駅連絡所※異動届の受け付けは七生支所、豊田駅連絡所では行っていない

【時間】毎週土曜日午前8時30分～午後5時15分※祝日を除く

【岡日野市民窓口課(☎514・8206)、七生支所(☎591・7712)、豊田駅連絡所(☎583・5003)

住まい・生活

HP  
くらし・手続き

①市営住宅空き家②シルバーピア都営住宅地元割当(空き家)入居者募集  
ID 1003415

申し込み資格など詳細は「申し込みのしおり」をご覧ください。

【募集住宅・戸数】①一般世帯向け：4戸(川原付団地1戸、向川原団地2戸、下田団地1戸)、車椅子世帯向け：1戸(高幡団地1戸)②単身者向け：3戸(日野栄町2丁目アパート1戸、日野大坂上3丁目アパート1戸、日野平山4丁目アパート1戸)

【しおりの配布】9月1日(火)～9日(水)午前8時30分～午後5時15分に市役所1階市民相談窓口、七生支所、豊田駅連絡所で配布※日曜日を除く

【申込】9月11日(金)(必着)までに〒191-8686日野市役所4階財産管理課へ申込用紙を郵送または持参※持参の場合は土曜・日曜日を除く  
【岡日野財産管理課(☎514・8156)

市営住宅駐車場使用者募集

ID 1003414

市営住宅内の空き駐車場を入居者以外の方も使用できます。詳細はお問い合わせください。

【所在地】下田団地内(石田二丁目)

【対象】当該駐車場から2<sup>キロ</sup>以内に住んでいるまたは業を営んでいる方  
【費用】月額8千円



知ろう乳がん！行こう乳がん検診！！

全員女性スタッフによる乳がん集団検診

ID 1003835 岡日野健康課(☎581-4111)

【日時】11月7日(土)・8日(日)、令和3年1月16日(土)※いずれも時間指定不可。11月8日と令和3年1月16日は6カ月～未就学児の保育あり

【会場】生活・保健センター

【対象】昭和56年4月1日以前生まれ(40歳以上)の市内在住の女性のうち、令和2年4月2日～3年4月1日に偶数年齢になる方、無料クーポン券対象者または前年度未受診者※妊娠中およびその可能性のある方、授乳中の方、断乳後半年経過していない方、豊胸手術をした方、心臓ペースメーカーを装着している方、自力で10分程度立てない方などは受診不可

【定員】申込制で各日先着50人

【費用】1,500円※次の方は必要書類の提出により無料で受診可①生活保護受給者(受給証明書)②中国残留邦人等支援給付受給世帯(受給証明書)③今年度40歳を迎える方(昭和55年4月2日～56年4月1日生まれの方、保険証提示)④無料クーポン券対象者(無料クーポン券・保険証提示)

【申込】9月2日(水)からクレモナ会検診予約センター(☎0120-973-493※平日9:30～17:00。12:00～13:00を除く)へ電話

岡日野財産管理課(☎514・8156)

採用情報

HP  
市政情報

市立病院正規職員(臨床検査技師)募集

【募集職種】臨床検査技師

【処遇】正規職員※勤務時間、給与などは市条例の規定による

【業務】検査業務全般

【試験日】11月7日(土)

【対象】昭和60年4月2日以降生まれの

①有資格者②資格取得見込者

【定員】若干人

【採用予定日】①令和3年2月1日(応相談)②令和3年4月1日

【申込】電話連絡の上、10月16日(金)(必着)までに〒191-0062多摩平4の3の1日野市立病院総務課へ所定の試験申込書(写真貼付。市立病院

体がだるい・熱っぽいなどの症状がある方は来所せず、医療機関の受診を

【岡日野健康課(☎581・4111)

小学校・中学校

HP  
子育て・教育

令和2年度教育委員会

ID 1013564

▼第4回定例会(7月9日開催)議事録公開

議事録は、市政図書室および市HPで閲覧できます。

【可決事項】教育委員会職員人事の専決処分についてほか1件

【報告事項】令和2年第2回日野市議会定例会の報告ほか2件

第6回定例会開催

【日時】9月10日(木)午後2時から※傍聴の可否は市HPなどでご確認ください  
【いずれも岡日野庶務課(☎514・8692)

令和3～6年度使用市立中学校教科用図書採択結果

ID 1014939

8月13日の第5回教育委員会定例会で、令和3年度から4年間使用する中学校教科用図書を採択しました。

【教科・発行者】国語：光村図書出版、書写：教育出版、地理：帝国書院、歴史：帝国書院、公民：教育出版、地図：帝国書院、数学：教育出版、

高幡台団地地区一団地の住宅施設の廃止・地区計画の決定・用途地域の変更

ID 1015193

日野都市計画一団地の住宅施設の変更、日野都市計画地区計画高幡台団地地区地区計画の決定および日野都市計画用途地域の変更を、7月31日に都市計画決定しました。決定図書は、市役所3階都市計画課で縦覧できます。

【岡日野都市計画課(☎514・8354)

子育て支援

HP  
子育て・教育

児童扶養手当の支給

ID 1009121

令和2年7月～8月分の児童扶養手当を、9月11日(金)に指定の口座に振り込みます。令和2年1月から奇数月(前2カ月分)年6回の支給に変わりました。

【岡日野子育て課(☎514・8598)

地域子ども家庭支援センター多摩平はぴはぴの一時保育とトワイライトステイを臨時休業

ID 1012154

9月28日(月)、10月19日(月)は、多摩平の森ふれあい館の全館清掃および自家用電気工作物点検実施のため、地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」の一時保育とトワイライトステイを臨時休業します。

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

【岡日野地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」(☎589・1393)

シルバー人材センター入会案内説明会（予約制）・事業紹介、概要

説明

日時 9月3日(木)午前10時から、8

日(火)午前10時からと午後1時30分

から※各回2時間程度。いずれか1回

会場 3日：生活・保健センター、

8日：日野市シルバー人材センター

対象 60歳以上の方

申込 電話

〒日野市シルバー人材センター(☎581・8171)

都税における納税証明書は、すべての都税事務所・都税支所・支庁で申請できます

申告・納付後1～2週間以内に納税証明書を申請する場合は、①領収証書の原本(領収印のあるもの)②申告書の控え(受付印のあるもの)(※②は申告税目のみ)の両方を、お近くの都税事務所などの窓口までお持ちください。

〒八王子都税事務所(☎042・644・122)、青梅都税支所(☎0428・22・1152)、町田都税支所(☎042・5111)

自動車税環境性能割に係る臨時的軽減の期間が延長されました  
令和元年10月1日から令和2年9

## マイナンバーカードの利活用方法

ID 1014621・1004793 問 市民窓口課(☎514-8206)

1. 公的な身分証明書として使えます  
マイナンバーの提示と身元確認が1枚でできます。



2. コンビニなどで住民票の写しなど各種証明書を取得できます  
市役所までの来庁が不要だけでなく、交付サービスを受けられる時間帯が長いので、いつでも必要な時に利用できます。

日時 毎日6:30～23:00※年末年始、メンテナンス時を除く

場所 セブンイレブン、ローソン、ミニストップ、ファミリーマート、イオンリテール(店舗により利用時間が異なります)※マル

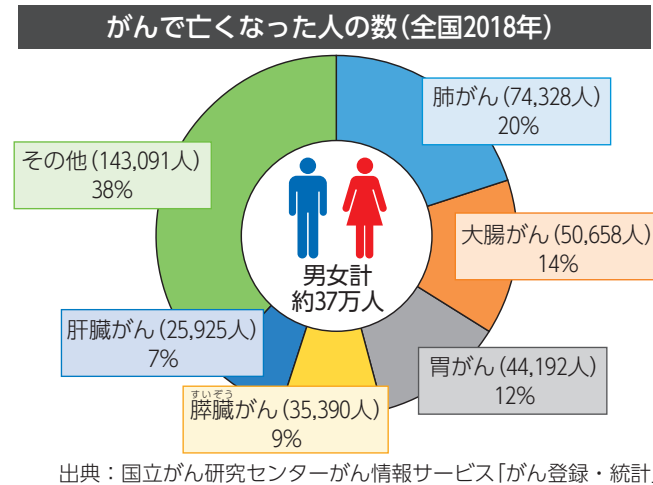
チコピー機のある店舗に限る  
取得できる証明書 住民票の写し、印鑑登録証明書、課税(非課税)証明書、戸籍全部(個人)事項証明※本籍が日野市以外の方は、戸籍のコンビニ交付を実施しているか本籍地に確認を

3. 各種オンライン申請ができます(例：e-Tax)

その他マイナポイント事業(令和2年9月～3年3月)など、今後とも利活用範囲は広がっていく予定です。まだお持ちでない方は、マイナンバーカードの申請をぜひご検討ください。

## がん検診のすすめ 日本人の2人に1人ががんにかかると言われています

ID 1003830 問 健康課(☎581-4111)



がんはほとんどの場合、早期のうちには自覚症状がありません。「気になってから病院に行く」では手遅れになる可能性があります。

早期発見すれば90%以上が治ります(「治る」とは診断後の5年生存率が90%以上のことを示しています)。

市では今回、部位別で死亡率の高い三つのがん検診を実施します。

検診は、感染予防に配慮して実施しています。お申し込みは下記をご覧ください。

健康の おともに検診 明日の糧  
(がん検診心の川柳)

## 胃がん・肺がん・大腸がん検診(令和2年度第2期) ID 1003833 問 健康課(☎581-4111)

日時 10月5日(月)～25日(日)午前※7日(水)・11日(木)・15日(金)・20日(火)・24日(土)を除く。時間帯指定不可

11月20日(金)～12月6日(日)午前※11月23日(火)・25日(水)～27日(金)を除く。時間帯指定不可

会場 生活・保健センター

対象 昭和56年4月1日以前生まれで他に当該がん検診の受診機会のない市民※年度内に1回受診可

次の方は胃がん・肺がん検診の受診不可①妊娠中およびその可能性のある方②胃腸や肺の病気などで治療中③バリウムを飲んで異常が出た方(胃がん検診のみ不可)※胃がん・肺がん検診は、段差のある検診車に乗車したり、検診台の上で姿勢を変えていただくことをご了承ください。胃がん検診(胃内視鏡検査)を受診予定の方は、生活・保健センターでの胃がん検診は受診できません

定員 約2,300人※申込多数の場合は抽選

受診方法 受診決定後に問診票および受診の手引きを10月受診の方は9月25日(金)ごろ、11・12月受診の方は9月29日(火)ごろ発送予定(大腸がん検診を受診の場合は、検体採取容器も同封)。検診結果は1カ月後郵送

その他①検診は一つだけでも申し込み可。必ず希望日に受診できるとは限りません②10月6日(火)・19日(月)、11月20日(金)、12月3日(水)は生後6カ月～未就学児の保育あり③日野市国保特定健康診査・いきいき健康診査対象者は、健診受診の際、今回と同じ内容の大腸がん検診(便潜血検査)を同時受診可。対象者は各健診で受診を④肺がん

検診に伴う喀たん検査は、50歳以上の方のうち喫煙指数(1日本数×喫煙年数)が600以上の方が対象。対象者には問診票と共に喀たん採取容器を送付します

申込 9月10日(水)(消印有効)までに〒191-0011日野本町1-6-2生活・保健センター内健康課がん検診係へはがき(1人1通)、電子申請または健康課窓口へ①希望する検診名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤生年月日⑥年齢⑦電話番号⑧検診希望日を第3希望まで(希望日なしの場合はその旨)⑨過去を含み喫煙歴のある方のみ喫煙指数(1日本数×喫煙年数)⑩10月6日(火)・19日(月)、11月20日(金)、12月3日(水)の保育希望の有無および子どもの年齢を記入



▲電子申請QRコード

| 検診名  | 検診内容※結果は1カ月後郵送                                  | 自己負担額 |
|------|-------------------------------------------------|-------|
| 胃がん  | 検診車で胃部X線撮影(バリウムを使用)                             | 800円  |
| 肺がん  | 胸部X線直接撮影※50歳以上で喫煙指数(1日本数×喫煙年数)が600以上の方のみ喀たん検査あり | 600円  |
| 大腸がん | 便潜血検査(2日法)                                      | 200円  |

※自己負担額は当日会場で支払いを

※次の方はカッコ内の必要書類を受付に提出すると無料で受診可

①生活保護受給者(生活保護受給証明書)

②中国残留邦人等支援給付受給者(受給証明書)

③昭和55年4月2日～56年4月1日生まれで今年度40歳を迎える方(健康保険証)

## 9月20日(日)～26日(土)は動物愛護週間です 動物は責任と愛情をもって最後まで飼いましょう

動物愛護週間は、広く国民の間に、命あるものである動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めるために、「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づいて設けられたものです。

この機会に、私たちが飼っている動物、身近にいる動物たちについて、もう一度考えてみませんか。

ID 1009696 問 環境保全課(☎514-8298)

### 動物は正しく終生飼養

飼い主は、動物を飼育する上で、その習性や生理をよく理解し、愛情をもって終生飼養する責任があります。日ごろから健康管理に気を配り、犬には狂犬病の予防注射を必ず受けさせましょう。

### 不妊・去勢手術

「手術はかわいそう」と思われる人もいますが、繁殖を望まない場合は実施しましょう。不妊・去勢手術をするとう性質がおとなしくなり、扱いやすくなるなどのメリットがあるほか、生殖器系の病気の予防にもなります。

### 猫の飼育は屋内で

現在の交通事情や住宅事情を考えると、都会で猫を飼う場合には、屋内で飼育することが望ましいと言えます。上下運動ができるよう家具の上などにも登れる工夫をし、専用のトイレ、つめとぎなどを用意することや、不妊去勢手術を実施することが屋内飼育を成功させるコツです。

### 犬の散歩はルールを守って

犬の散歩をするときは、犬をリードできちんとつなぎましょう。もし散歩中にオシッコをしてしまったときはすぐに水で流し、ふんをしたときは家まで持ち帰ることが飼い主の責任です。みんなが気持ちよく暮らせるよう、ルールを守って散歩させましょう。

### 身元の表示

迷子になり飼い主のもとに戻ることができない動物は少なくありません。飼い主の責任の所在を明らかにし、迷子になった動物の発見を容易にするためにも、犬には鑑札を、猫やその他の動物には名札などを着けましょう。

### 災害に備えて

災害が発生した場合、まずは人命第一です。飼い主が無事であれば動物は災害を乗り切れません。また、普段から人やほかの動物を怖がらない、嫌がらずにケージに入る、トイレは決められた場所でするなどのしつけをしておきましょう。動物のための防災用品(5日分以上の食事と水など)もご用意ください。

## 生活・環境

### 生ごみ処理器～ダンボールコンポスト使い方講習会

ID 1011572



日時 9月11日(金)14:00から

会場 生活・保健センター

定員 申込制で先着8人

申込 電話※原則事前申し込み。当日受け付け可

問 ごみゼロ推進課(☎581-0444)

### キャリアアップ講習9月募集科目

ID 1008142

申込方法など詳細はお問い合わせください。☑

**募集科目** ①第一種電気工事士(実技)受験対策②ホームページビルダーによるホームページ作成③確定申告の書類作成④インバータ技術によるモーター制御(2)

**対象** 中小企業に在職中(派遣・契約・パート社員を含む)の都内在住・在勤者

**定員** ①15人②③7人④6人

**費用** 各6,500円

**申込** 9月10日(木)(必着)まで

**問** 多摩職業能力開発センター府中校人材育成プラザ(☎042-367-8204)

### 日野市共催～第4回合同企業説明会in八王子 ID 1003501

多摩地域の新卒者などを対象に、2部制で合同説明会を実施します。詳細はお問い合わせください。

日時 9月15日(火)第1部…10:00～12:30、第2部…14:00～16:30

会場 京王プラザホテル八王子

**対象** 令和3年3月に大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業予定の学生および就職活動を行っている既卒3年以内の方 ☑

**定員** 各部70人

**問** 東京しごとセンター多摩(☎042-329-4510)

### 東京しごとセンター多摩の就業支援(9月) ID 1003501

**内容** 女性対象・すぐ使える!役に立つ!女性のための再就職支援セミナー&個別相談会(東村山市会場)、29歳以下対象・若者と企業の交流会(八王子市会場)など多数

**その他** 詳細は東京しごとセンター多摩 HP 参照

**問** 同施設(☎042-329-4524)

### ハローワーク八王子共催事業～仕事と子育てを両立したい方のためのパソコン講習 ID 1015191

日時 10月7日(水)～9日(金)10:15～16:15

会場 多摩平の森ふれあい館

**内容** ウィンドウズの基本操作、ワード・エクセルの基礎知識、メール作成・送受信、職務経歴書・自己PR書などの作成など

**対象** 週20時間以上の就業または自営をしていない、早期(おおむね3カ月以内)に再就職を目指し3日間連続受講が可能な方※受講には八王子しごと情報館マザーズコーナーの登録が必要

**定員** 申込制で先着10人

**その他** 10月7日時点で生後3カ月～未就学児先着5人の保育あり※9月25日(金)までに申し込み

**申込** 9月1日(火)から電話

**問** 八王子しごと情報館マザーズコーナー(☎042-680-8403)

### 普通救命講習 ID 1002423

日時 9月27日(日)9:00～12:00

会場 日野消防署

**内容** 心肺蘇生、AEDの使用方法、窒息の手当、止血の方法など

**定員** 申込制で先着10人

**費用** 1,500円(テキスト代)

**申込** 9月1日(火)から電話

**問** 日野消防署(☎581-0119)

### 虹友カフェ～LGBTとその家族・友人のためのコミュニティースペース ID 1013734

日時 9月20日(日)13:30～16:00※入退室自由 ☑

**会場** 多摩平の森ふれあい館※直接会場へ

**対象** 本人、親族、支援者

**問** 男女平等課(☎584-2733)

## 健康

### 医師によるまちの在宅医療相談会 ID 1014469

在宅医療や在宅みとりをお考えの方に在宅診療医などによる個別相談を開催します。現在入院中で自宅へ戻り医療を受けることを検討中、現在療養中なるべく自宅での最期を考えているがどう進めてよいか分からない、または今は元気だが今後、在宅医療を検討中の方はご相談ください。介護職も同席します。

日時 9月30日(水)14:00～16:00

会場 福祉支援センター

**対象** 在宅医療・自宅でのみとりをお考えの方

**定員** 申込制で先着4人

**申込** 9月3日(木)～23日(水)8:30～17:15に電話※土曜・日曜日、祝日を除く。申し込みの際に状況を確認します ☑

**問** 在宅療養支援課(☎514-8189)

## 趣味・教養

### 平山台文化スポーツクラブから ID 1003186

**問** 同クラブ(☎506-9979)

申込方法など詳細はお問い合わせください。

**ノルディックウォーキング**

日時 9月19日(土)9:30～12:00

講師 朝倉知子氏(公認上級指導員)

費用 300円※会員150円

**樹脂粘土教室**

日時 毎月第1水曜日13:30～15:30

**内容** 樹脂粘土で花・人形・盆栽を作る

講師 天野敏子氏(樹脂粘土アート主宰)

費用 1,000円(材料費含む)※会員900円

**書道教室**

日時 毎月第2・第4月曜日14:00～16:00

講師 赤利翠信氏(翠信会主宰)

費用 700円※会員600円

いずれも **会場** 平山台健康・市民 ☑

支援センター

## 子ども・保護者向け

### みんなで話そう!シングルママ・パパの集い ID 1008504

ひとり親同士で気軽におしゃべりしませんか。お子さまも一緒に参加できます。

日時 9月12日(土)15:00～16:30※直接会場へ

**会場** 多摩平の森ふれあい館

**対象** ひとり親で子育て中の方

**問** 地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」(☎589-1260)

### ベビーマッサージ～パパも一緒にどうぞ ID 1011846

日時 9月27日(日)15:00～16:00

**対象** 生後3～5カ月の乳児と保護者

**定員** 申込制で先着6組※初めての方優先

**申込** 9月16日(水)10:00から電話

**会場・問** 地域子ども家庭支援センター万願寺(☎586-1312)

## 第11期 日野市創業スクール開講

ID 1015180

**問** 産業振興課(☎514-8442)

創業に必要な知識の習得と人脈を構築し、実践的なビジネスプランの作成を目指します。

なお、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、状況により中止または延期、オンライン開催に変更する場合があります。ご了承ください。

**日程・内容・講師** 下表の通り **時間** いずれも13:00～17:00 **会場** PlanT(多摩平の森産業連携センター) **定員** 申込制で先着12人 **費用** 5,000円(全6回) **その他** Zoomを使用予定 **申込** 市産業振興課へ電話またはたましん HP 受付フォームから

| 日程        | 内容                      | 講師                        |
|-----------|-------------------------|---------------------------|
| 10月10日(土) | オリエンテーション、経営・事業構想       | 浅川絢子氏((一社)ビジネスシード代表)      |
| 10月17日(土) | マーケティング・販売戦略            | 山下雅弘氏((一社)Herstory代表理事)   |
| 10月31日(土) | 財務・会計・事業開始の手続き          | 佐藤浩崇氏(佐藤浩崇税理士事務所代表)       |
| 11月7日(土)  | 資金調達、事業計画書の作り方          | 多摩信用金庫創業支援担当              |
|           | 人材活用                    | 佐藤昌義氏(HRコンサルティング(株)代表取締役) |
| 11月14日(土) | ビジネスコミュニケーション・プレゼンテーション | 大神賀世子氏(㈱ビーキャリアコンサルティング)   |
|           | ビジネスプラン中間発表             |                           |
| 11月28日(土) | ビジネスプラン発表会              | 浅川絢子氏、山下雅弘氏、市産業振興課職員      |



消費生活  
センターから  
ID 1015124

契約トラブルは

**日野市消費生活センター**  
(☎581-3556※土曜・日曜日、祝日を除く9:30～12:00、13:00～16:00)  
**消費者ホットライン**(☎188)<sup>イヤヤ</sup>

## 「SNS」をきっかけとしたもうけ話のセミナーや投資情報サービスなどにご注意ください!

SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)は携帯電話やスマートフォン、パソコンなどを利用して、登録した利用者同士が交流できるインターネット上のサービスです。代表的なSNSにはツイッター、LINE、フェイスブックなどがあり、近年若者から高齢者まで利用されています。SNSの出会いを使って高額なセミナーやマルチ商法へ勧誘する事例や、SNS上の広告を使って投資などを勧誘するといったさまざまな手口が増えていきます。

### ▼事例1

SNSに友達登録をしてきた人から、動画配信で収入を得る方法についてアドバイスを受けていた。その後会わないかと言われ、友人が増えると思い会いに行ったところ、動画配信サイトに詳しい人がいるから話を聞きに行こうと誘われた。マンションの一室に案内され、説明者から「セミナーを受講すれば登録者数が増える。40万円支払ってほしい」と言われた。「お金がない」と断ったが「みんなローンを組んで契約している。セミナーを受講すればローンはすぐに返済できる」と聞かされ契約した。

### ▼事例2

SNSの「株の投資でもうけよう。AI(人工知能)が自動的にシミュレーションした値上がり株の情報を提供できる」

という広告を見て、情報料金2万円を支払った。後日、インターネットで調べたところ、投資助言・代理業を行うには、金融商品取引法に基づく登録を受ける必要があるが、登録を受けていない業者だった。

### ▼アドバイス

SNSで何度もやり取りをしていると、相手の事を親しい友人のように思い込んでしまいがちですが、実体は分かりません。いつの間にか、SNSで出会った人や業者と連絡が取れなくなる場合があり、結局、高額な借金だけが残ってしまいます。不審な場合は、ハッキリと断りましょう。

- SNSで親しくなった人や、見知らぬ人からの「会いましょう」という誘いにはご注意ください。
- 「簡単に高額収入を得られる」「必ずもうかる」などのうまい話には必ず裏があります。信用しないようにしましょう。うまい話はありません。



消費者庁イラスト集より



「おとうの牛車で楽しいな」(部分) 昭和13年 平山にて 伊与田昌男氏撮影(たましん歴史博物館提供)

日野市郷土資料館 令和2年特別展

# みんなの ひの宝モノ語り展

ID 1014974 問 郷土資料館(☎592-0981)

現在の日野市域には、有形無形の「ひのの 宝モノ」がたくさんあります。

日野市郷土資料館は、今年で開館15周年を迎えます。これまで民俗資料(かつて生活に使われたモノ)のほか、さまざまな材料で作られたモノを集めてきました。

これら一つ一つの資料には「モノ語り」があり、古老の生きざまが刻まれ、地域や時代を映すだけでなく、今を生きる日野人(ヒノビト)へのメッセージが込められています。

このたびの特別展では、生活のどうぐ(民俗資料)を中心

に、文書の記録や古老の話、行事調査を通して日野市全域を見渡すことにより、宝モノの魅力を探ります。

市内2カ所の施設で、それぞれ異なる視点から明治期から現在までの有形無形の宝モノ(資料)をご紹介します、「みんなの」をキーワードに、子どもから大人まで多くの方々に楽しんでいただけるような展示にしました。

この特別展をきっかけに、さまざまな日野市を知り、それを土壌とした「ひのの 宝モノ」を考えていただければ幸いです。

## ■第一会場

**日時** 9月12日(土)～11月29日(日)9:30～17:00※入館は16:30まで。9月14日(月)・23日(水)・28日(月)、10月および11月の毎週月曜日は休館 **会場** 新選組のふるさと歴史館 **入館料** 200円※小・中学生50円

### 展示構成

#### 第一章「みんなで願う」

かつての人生儀礼や代参講を中心に、ひとの幸せを願う文化に注目します。

#### 第二章「みんなで育てる」

田畑、養蚕、牛馬や鶏を育てるどうぐや日記から、農家の一年を紹介します。

#### 第三章「みんなと暮らす」

生活用具や家計簿などを中心に、かつての買い物や商店の様子、関東大震災の被災時の助け合いの記録に触れます。

#### 第四章「みんなと生きる」

サイノカミ・どんど焼き行事を中心に、地域に生きるひととその役割に光を当てます。

## ■第二会場

**日時** 10月3日(土)～令和3年3月28日(日)9:00～17:00※毎週月曜日、12月28日(月)～令和3年1月3日(日)は休館 **会場** 郷土資料館

### 展示構成

#### 第一章「みんなのマイどうぐ」

自分に合ったどうぐを選び、加工した痕跡をたどります。

#### 第二章「みんなのひの南側」

山の上までようこそ!かつての旧七生村の生活を掘り下げます。

#### 第三章「みんなの宝モノコレクション」

紹介しきれない多くの宝モノの中から、小さなモノ語りを添えて展示します。



「みんなでわくわく!紙芝居」四ツ谷地区にて昭和25年頃撮影(小島茂雄氏提供)



田んぼのいす



みんなの力で地域行事～サイノカミ・どんど焼き行事の様子



家計簿から見てくるかつての暮らし



ユニークなうちわにみる地域のお店

# 催し

## スポーツ

### 市民体育大会 ID 1003171

#### アーチェリー競技

**日時** 10月11日(日)9:00～16:00※荒天時は11月1日(日)に延期

**会場** 市民陸上競技場

**種目** リカブ・コンパウンド。36射×2※詳細は実施要項参照

**費用** 600円※高校生300円。小・中学生無料(フリー参加の方:一般1,000円)

**申込** 9月24日(水)までに日野市体育協会事務局(☎582-5770 ☒h-taikyo@keh.biglobe.ne.jp)へ電話、ファクスまたはEメールで。氏名、年齢(学年)、電話番号、種目を記入

**問** 同協会事務局(☎582-5770)

#### 硬式テニス競技(シングルス)

**日程** 10月25日～11月23日の日曜日、☑

祝日

**会場** 多摩平第一公園テニスコートなど

**種目** 小学～高校生・一般の男女、壮年男子(45歳以上)、男子グランドペ

**対象** 市内在住・在勤・在学者、日野市テニス協会加盟団員 ☑

**費用** 1人1,000円

**申込** 9月5日(土)・8日(水)・13日(日)のいずれか13:00～16:00に多摩平中央公園地区センターに申込書(日野市体育協会 **HP** から ☒ダウンロード可)と参加費、参加資格を証明するものを持参 **問** 日野市テニス協会(堀☎592-7350 ☒horse527@jcom.zaq.ne.jp)

## 新型コロナウイルス感染症の影響により中止・自粛する催しなど

| 催し名など                                        | 内容    | 問い合わせ先             |
|----------------------------------------------|-------|--------------------|
| 手をつなごう・こどもまつり<br>ID 1007559                  | 中止    | 子育て課(☎514-8579)    |
| 日野市民大会「陸上競技大会」・「ロードレース大会」<br>ID 1003171      | 中止    | 文化スポーツ課(☎514-8465) |
| 日野市民スポーツ・レクリエーションフェスティバル<br>ID 1005533       | 中止    | 文化スポーツ課(☎514-8465) |
| シニア世代の食育講座(10月6日(水)、11月17日(水))<br>ID 1008496 | 募集中止  | 健康課(☎581-4111)     |
| 健康づくり推進員から<br>ID 1014038                     | 活動を自粛 | 健康課(☎581-4111)     |

# 八ヶ岳高原大成荘

山梨県北杜市高根町清里3545-1

クリスマスや年越し、そして新年を、白銀の世界で過ごしませんか。ウインタースポーツの盛んな清里は、この季節ダイヤモンドダストや霧氷が見られることも。

家族旅行やグループ旅行などでぜひご利用ください。市外の方も申し込みできます(抽選は市内在住・在勤・在学者を優先)。

### 年末年始期間(12月25日(金)～令和3年1月4日(月))の申し込みについて

**申込** 9月15日(水)(必着)までに〒191-0052東豊田2-34-10日野市企業公社へ(☒復はがき)で。往信用裏面に右記の事項を記入または応募用紙(日野市企業公社 **HP** から ☒ダウンロード可)を貼付し、返信用表面に代表者の郵便番号・住所・氏名を記入※はがきは1グループにつき1通まで。記入漏れなどの不備があるはがきは、受け付けられない場合あり

**注意事項** 宿泊日数は2泊3日まで。12月28日(月)～令和3年1月4日(月)は料金が加算

**抽選結果** 9月25日(金)に返信用はがきを発送予定※抽選後の空室の問い合わせおよび申し込みは、市内在住・在勤・在学者は10月4日(日)から、それ以外の方は宿泊希望日の2カ月前から、いずれも9:00から電話にて先着順で受け付け

**問** 大成荘(現地直通)(☎0120-489-571※毎日9:00～19:00)

**HP** <https://www.kousha.jp/>



冬の大成荘

【年末年始期間の申し込みは往復はがきで】

1泊2食日野市民4,800円から ID 1001076

### ■往信用裏面の記入事項

- ▶利用施設名(「大成荘」と記入)
- ▶代表者氏名・フリガナ・郵便番号・住所・電話番号
- ▶利用者全員の氏名・フリガナ(未就学児は年齢も併記)
- ▶希望する部屋のタイプ ※1、2(一般棟、団体棟、〇〇棟を優先)
- ▶利用日と泊数(第3希望まで記入可)  
第1希望 〇月〇日から〇泊  
第2希望 〇月〇日から〇泊  
第3希望 〇月〇日から〇泊
- ▶利用人数 ※3

| 区分                | 大人 | 中学生 | 小学生 | 幼児<br>4歳以上の<br>未就学児 | 乳児<br>(寝具)<br>3歳以下 |
|-------------------|----|-----|-----|---------------------|--------------------|
| 市内在住・<br>在勤・在学者   | 〇人 | 〇人  | 〇人  | 〇人                  | 〇人(〇つ)             |
| 市内在勤・<br>在学者の同居家族 | 〇人 | 〇人  | 〇人  | 〇人                  | 〇人(〇つ)             |
| 市外                | 〇人 | 〇人  | 〇人  | 〇人                  | 〇人(〇つ)             |

- ▶食事 ※4  
夕食…A定食〇つ、B定食〇つ、C定食〇つ  
朝食…大人〇つ、子ども(小学生以下)〇つ
- ▶代表者の勤務先または学校名、電話番号(在勤者・在学者のみ記入)

※1 一般棟は各部屋テレビ・トイレ・洗面所付き、お部屋準備のサービスあり。団体棟はそれらが無く、セルフサービスとなります。

※2 団体棟は2人以上から申込可能

※3 幼児(4歳以上の未就学児)には、あらかじめ寝具が用意されています。乳児(3歳以下)は、寝具(無料)の必要数を使用人数と併せてご記入ください

※4 食事はA定食…会席風、大人向け／B定食…食の細い大人・子ども向け／C定食…お子さまランチ風、子ども・幼児向けです。団体食は別途お問い合わせください

投稿のページ↓

# みんなのメモ帳

原稿締め切り日

10月15日号… 9月11日(金)  
11月 1日号… 9月30日(水)  
11月15日号…10月14日(水)  
12月 1日号…10月28日(水)

## 講習・学習会

★秋津書道講座 9月5日(土)9:30～12:00／多摩平の森ふれあい館／初心者、経験者歓迎／25人／1,500円※体験無料／真鍋(☎080-3015-0725)へ申し込み

★成年後見制度説明会・相談会 9月9日(木)10:00～12:00／多摩平の森ふれあい館／個別相談<sup>あり</sup>／成年後見サポートひの(☎594-9085)

★お炭炭づくり体験講座 9月13日(日)10:00～15:00※雨天中止／落川交流センター／先着10人／500円／ひの炭やきクラブ(富山☎090-8807-5437※ショートメール(SMS)にて)へ申し込み

★しくなみ短歌講座 9月13日(日)13:30～16:30／カワセミハウス／初心者、経験者歓迎／15人／1,000円※体験無料／真鍋(☎080-3015-0725)へ申し込み

★栄養士ブラッシュアップコース 9月19日(土)・26日(土)・10月3日(土)9:00～16:10、10月17日(土)※希望者のみ。管理栄養士模擬試験<sup>と</sup>／実践女子大学(大坂上)／15人／費用など詳細は問い合わせを／同大学生涯学習センター(☎589-1212)

★「ギリシア神話」と「旧約聖書」 9月24日～12月10日の第2・第4木曜日10:00～12:00／社会教育協会ゆりか(多摩平)／日本文化とヨーロッパ文化の違いを知る／15人／12,210円(6回)／同協会(☎586-6221)へ申し込み

★英語おしゃべりクラブから ▶オンラインレッスン「ちょっとしゃべれる英会話と世界を知る講座」…9月25日から隔週金曜日19:00～21:00／5人／15,000円(10回) ▶Practice X コース繰り返し練習オンライン勉強会…日程など詳細は問い合わせを／いずれもZoomを使用、外国人参加の回<sup>あり</sup>／実施日の3日前までに同クラブ(☎582-8691)へ

★三多摩福祉会コスモス日野～介護職員初任者研修(通学) 10月2日～11月25日の月曜・水曜・金曜日／地域保健企画ビル(立川市)<sup>と</sup>／15歳以上対象／先着24人／99,940円(教科書代含む)※日野市支援制度<sup>あり</sup>／同会(☎042-526-1899※平日9:00～17:00)へ申し込み

★文学講座・小森陽一先生と読み解く宮沢賢治「銀河鉄道之夜」 10月3日(土)、11月7日(土)、12月5日(土)、1月9日(土)14:00～16:00／平山交流センター※12月以降は会場未定／1回500円／赤井(☎080-9034-4870)へ申し込み

## みんなのメモ帳をお読みの皆さまにお願い

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載された各催しについては予告なく中止される場合があります。念のため、各記事末の問い合わせ先に実施の確認をお願いします。

## ごあんない

★産後を見据えたマタニティクラス 9月4日(金)10:00～11:00／多摩平交流センター／バランスボールヨガ<sup>と</sup>／安定期を過ぎた妊婦対象／2,000円※指導<sup>あり</sup>／横山(☎090-9976-8269)へ申し込み

★レディース将棋 ①9月5日(土)②26日(土)いずれも13:00から／①カワセミハウス②社会教育センター／将棋対局／女性・初心者対象／1回500円／榎本(☎581-4519)

★日野精神障害者家族会から ▶交流会～情報交換・悩み相談などなんでも…9月5日(土)13:30～16:00▶家族相談(要申込)…9月17日(木)13:00からと15:00から／家族・当事者対象／いずれもひの市民活動支援センター／同会(☎080-1238-5960)

★相続、遺言、成年後見など暮らしの無料法律相談会 9月6日(日)・13日(日)9:00～12:00／新町交流センター／10人／もちづき会(☎070-5467-2757)へ申し込み

★日野柳友会～川柳句会 9月6日(日)13:30～15:30／勤労・青年会館※直接会場へ／兼題…二、似合う※各2句／経験不問／1,000円※見学無料／筆記用具持参／多胡(☎584-5785)

★ヨガサークル ①9月7日(月)・14日(月)・28日(月)②9月の毎週金曜日／10:00から／①平山交流センター②カルチャールーム百草(百草)／①20人②10人／1回500円※指導<sup>あり</sup>／秋山(☎090-5982-1753)へ申し込み

★ベビーマッサージと免疫力アップ(アロマ)マスクスプレー作り 9月7日(月)10:15～11:45／万願寺交流センター／2カ月～歩行前の乳児と母親対象／4組／1,800円※茶菓子付き／伊勢谷(☎090-4133-5417)へ申し込み

★コーヒード政治を学び、語る会～私たちの政治カフェ・日野 9月12日(土)13:30～16:00／愛隣舎ホール(多摩平)※直接会場へ／300円／林(☎090-7901-4301)

★日野掃除に学ぶ会～高幡不動駅前お掃除 9月13日(日)6:00京王線高幡不動駅南口バス停付近集合、7:00解散／小学生以上対象／車手持参／惟佳(☎594-7730)

★日野失語症者交流会「すずめ」 9月13日(日)10:00～16:00／平山交流センター／言語聴覚士による集団言語訓練と交流／1,000円※昼食付き／9月6日(日)までに磯野(☎583-2714)へ

★心と体の健康クラブ 9月13日(日)13:30～16:00／多摩平の森ふれあい館／丹田呼吸法、スロー筋トレ体操<sup>と</sup>／25人／2回800円※指導<sup>あり</sup>／真鍋(☎080-3015-0725)へ申し込み

★婚活テラスTAMA～今どきの出会い方と結婚 仲人と話そう！婚活・お悩みあれこれ 9月13日(日)14:00～16:00／PlanT(多摩平の森

産業連携センター)／独身者・親対象／500円※飲み物付き／定員など詳細は問い合わせを／山中(☎090-1733-6661)へ申し込み

★ペルー料理のランチ付きベビーマッサージ 9月29日(火)10:30～11:30／ラスパパス(高幡)／2カ月～歩行前の乳児と母親対象／3組／2,500円※ランチ付き／伊勢谷(☎090-4133-5417)へ申し込み

★発達相談 9月の月曜～土曜日10:00～19:00※1回45分／ひの・I-BASYO(旭が丘)／言語、摂食などについて言語聴覚士による発達相談／保護者対象／1回1,000円／同施設(宮崎☎514-9813)へ申し込み

★日野生活と健康を守る会から ▶暮らしの何でも相談、共同墓地・葬儀、遺言・相続などの相談…9月1日(火)・8日(火)10:00～12:00／ゆのした市民交流センター(日野本町)／大木(☎080-8722-2296)へ申し込み▶小・中・高生の勉強会…9月の①2日(水)・9日(水)②3日(木)・10日(木)／17:00～19:00／①豊田教室(豊田駅南口)②日野教室(日野駅周辺)／月700円※保護者は要入会／安藤(☎080-3016-7991)へ申し込み

★「賭けない、飲まない、吸わない」の健康麻雀しま専科 9月の毎週土曜日10:30～17:00／尾崎ビル2階(立川駅北口)／あがり方の分かる方対象※中高齢者歓迎／1日2,200円／尾崎(☎090-5999-1033)へ申し込み

★精神障害者グループホーム入居者募集 12月入居開始予定／ヴィレッジたんぽぽ(高幡)／申込方法など詳細は問い合わせを／9月15日(火)までに日野市民たんぽぽの会くつろぎ(☎587-4868)へ

★障害福祉ヘルパー募集 週1回1時間から可／家事援助、通院同行<sup>と</sup>／たんぽぽの会ういず(☎599-7299)

★BeすけっとCook～高齢者の夕食づくりメンバー募集 詳細は問い合わせを／同施設(☎585-1290)

## もよおし

★家庭的保育もぐの森～体験保育 9月1日(火)～30日(水)※土曜・日曜日を除く／同施設(三沢)／0～7歳児対象／各日1人／2時間無料／同施設(柳井☎070-6461-2288)へ申し込み

★杉野幼稚園から ▶公開保育…9月7日(月)9:45～11:00／同園(百草)※直接会場へ／コーナー遊び／来年度就園年齢児対象／上履き持参▶入園説明会…9月7日(月)11:00～11:45／同園(百草)／いずれも同園(☎591-3515)

★もぐさ台幼稚園～①公開保育(体育など)②公開保育(リトミックなど) ①9月8日(火)②10日(木)／いずれも10:30～11:30／同園(百草)／平成28年4月2日～31年4月1日生まれ、令和3

「広報ひの」に掲載する講座・催し物、人材募集など、公募により市が取得した個人情報は、各担当課で厳重に管理し、当該事業のほかには原則として使用しません。

年度入園希望の未就園児対象／20人／同園(☎591-1729)へ申し込み

★たかはた北保育園から ▶作って遊ぼうおもちゃ講習…9月9日(水)10:50～11:30／同園(高幡)／2組▶わくわく！ドキドキ！ヘアアレンジ…10月9日(金)10:00～10:30、10:30～11:00／各2組／いずれも同園(高幡)／同園(☎591-5003)へ申し込み

★南平駅西交流センター運営委員会～村上先生と楽しく歌う会 9月12日(土)13:30～15:30／同センター／500円／内川(☎592-5284)

★朗読会「愛、深き淵よりーその⑤」(星野富弘著) 9月12日(土)14:00～15:00／日野南平キリスト教会(南平)／永井(☎593-0753)

★フリーマーケット出店者募集 9月13日(日)、10月11日(日)9:00～15:00※雨天中止／高幡不動尊境内／2,000円／リサイクル運動友の会(☎090-3222-5060)

★リリックダンスパーティー 9月13日(日)13:10～16:10／新町交流センター／500円／五味(☎090-2633-7775)

★日野子育てパートナーの会から ▶みんなのはらっぱ万願寺～はらっぱカフェタイム…9月15日(火)10:00～10:30／万願寺交流センター※直接会場へ／保護者同士でお茶を楽しむ／乳幼児の保護者／4人／30円▶みんなのはらっぱ万願寺～木かげにあつまれ！…9月10日(木)11:00～11:45／万願寺交流センター前広場※直接会場へ／しゃぼん玉遊び／乳幼児と保護者対象／タオル・水筒持参▶みんなのはらっぱ南平～親子でリトミック(要申込)…9月1日(火)11:00～11:45／南平駅西交流センター／指導<sup>あり</sup>／乳幼児と保護者対象／いずれも同会(☎587-6276)

★あかいやね～よっちゃんのニコニコシアター 9月15日(火)11:00から／同施設(程久保)※直接会場へ／子育て中の親子対象／同施設(☎594-7841)

★癒やしのパステル画を描く会 9月20日(日)14:00～15:30／多摩平の森ふれあい館／荒川(☎080-6643-6952)

★こども食堂～さくらちゃん 9月20日(日)16:00～18:30※お弁当配布の場合は17:30まで／日野キリスト教会(大坂上)／音楽・ゲームなどの後においしい食事／300円※中学生以下無料／山田(☎080-5491-8904)へ申し込み

## スポーツ

★日野市バドミントン連盟～シニアバドミントン教室講習会 9月10日(木)・24日(木)13:00～17:00／市民の森ふれあいホール／60歳以上対象／20人／9月1日(火)～6日(日)に中村(☎080-5655-7615)へ

★日野市テニス協会(硬式)～女子講習会 10月20日(火)、11月17日(火)、12月1日(火)9:00～12:00(全3回)※11月以降は10:00～13:00／多摩平第一公園／市内在住・在勤者、会員／30人／1,500円／申込方法など詳細は同協会HP参照／9月27日(日)までに山本(☎090-7843-8155)へ

## 東部会館のご利用を

ID 1000974  
問 東部会館(☎583-4311)

温水プール～健康維持にぴったり  
25mプールで水泳はもちろん、水中ウォーキングや遊泳もできます。お得な回数券(11枚綴り3,000円※中学生以下1,000円)も販売しています。  
利用時間 10:00～20:30 入場料 300円※中学生以下100円。いずれも1回2時間、追加料金で1時間まで延長可



▲室内の25m プール

卓球の日～ホールで楽しもう  
日時 毎週水曜日午後…13:00～17:00、夜間…18:00～21:30※利用者多数の場合は当日抽選 入場料 各回100円※中学生以下50円 その他 ラケット、ボールの無料貸し出しあり

さまざまな貸し部屋～打ち合わせやレクリエーションなど お気軽にご利用を  
事前に利用者登録を行い、「日野市施設予約システム」からご予約を。利用者IDを取得していてパソコンなどの端末がない方、システムの操作に慣れていない方は会館受付で予約申請のお手伝いをします。  
貸し部屋・利用時間・料金 下表の通り※営利目的の利用不可

| 貸し部屋    | 利用区分     | 貸切利用             |                   |                   |                  | 個人利用                                        |
|---------|----------|------------------|-------------------|-------------------|------------------|---------------------------------------------|
|         |          | 午前<br>9:00～12:00 | 午後<br>13:00～17:00 | 夜間<br>18:00～21:30 | 全日<br>9:00～21:30 |                                             |
| ホール     | 定員150人   | 2,900円           | 3,700円            | 3,300円            | 9,900円           | 毎週水曜日の午後・夜間(卓球専用)<br><br>大人100円<br>中学生以下50円 |
| 会議室     | 定員18人×2室 | 各 400円           | 各 600円            | 各 500円            | 各 1,500円         |                                             |
| 集会室(和室) | 定員12人×2室 | 各 400円           | 各 600円            | 各 500円            | 各 1,500円         |                                             |
| 視聴覚室    | 定員36人    | 1,400円           | 1,650円            | 1,500円            | 4,550円           |                                             |
| 料理実習室   | 定員25人    | 1,500円           | 2,000円            | 1,800円            | 5,300円           |                                             |

※各施設は新型コロナウイルスの影響により、利用を制限する場合があります。詳細はお問い合わせください

## まちの話題

ID 1005448  
問 総務課(☎514-8132)

令和2年度日野市優良請負者を7月20日に表彰

令和元年度にしゅん工した工事のうち、優良な成績で施工した次の方々を表彰しました。

(株)アオキ  
工事名 ①川原付団地市営住宅(4号棟)耐震補強及び長寿命化改修建築工事②日野市役所本庁舎トイレ改修建築工事(第二期工事) 工事場所 ①万願寺六丁目7番地の1②神明一丁目12番地の1

(株)三翔設備工業  
工事名 ①川原付団地市営住宅(4号棟)耐震補強及び長寿命化改修機械設備工事②日野市役所本庁舎トイレ改修機械設備工事(第二期工事) 工事場所 ①万願寺六丁目7番地の1②神明一丁目12番地の1

(株)百草造園  
工事名 日野台公園整備工事 工事場所 日野台四丁目17番地



▲左から(株)アオキ、(株)三翔設備工業、大坪市長、(株)百草造園

# 9月の市民相談

※いずれも祝日を除く。詳細は問い合わせを

|                                       |                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 市長<br>相談                              | 今月は相談日を設けません<br>☎ 市民相談担当(☎514-8094)                                                                                                                                                                                        |
| 子どもの<br>虐待相談                          | 子ども家庭支援センター<br>毎週月曜～土曜日9:00～17:00<br>☎ 虐待相談電話(☎599-5454)                                                                                                                                                                   |
| 妊婦・<br>乳幼児<br>健康相談<br>(10月実施<br>分も掲載) | ひらやま児童館<br>9月7日(月)午前<br>あさひがおか児童館<br>9月14日(月)午前<br>生活・保健センター<br>9月25日(金)午前、10月30日(金)午前<br>さかえまち児童館<br>10月5日(月)午前<br>みさわ児童館<br>10月6日(火)午前<br>☎ 申込 時間予約制。開催前月の3日<br>から開催日の前日まで(土曜・日曜<br>日、祝日を除く)に電話※定員あり<br>☎ 健康課(☎581-4111) |
| 子ども家庭<br>総合相談                         | 子ども家庭支援センター<br>毎週月曜～土曜日9:00～17:00<br>☎ 同センター(☎599-6670)                                                                                                                                                                    |
| 創業<br>相談                              | PlanT(多摩平の森産業連携センター)<br>第1・2・4水曜 日10:00～16:00、<br>第3水曜 日17:00～21:00<br>※電話予約制。相談時間1時間<br>☎ 産業振興課(☎514-8442)                                                                                                                |
| 消費生活<br>相談                            | 生活・保健センター<br>毎週月曜～金曜日9:30～12:00、<br>13:00～16:00<br>☎ 消費生活センター(☎581-3556)                                                                                                                                                   |

|                            |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 子育て<br>相談                  | 地域子ども家庭支援センター<br>多摩平「はぴはぴ」<br>月曜日を除く毎日9:30～17:00<br>☎589-1262<br>地域子ども家庭支援センター万願寺<br>火曜日を除く毎日9:30～16:30<br>☎586-1171<br>あさひがおか児童館<br>毎週月曜～土曜日10:00～16:00<br>☎586-1184<br>さかえまち児童館<br>毎週月曜～土曜日10:00～16:00<br>☎585-8282<br>ひらやま児童館<br>毎週月曜～土曜日10:00～16:00<br>☎592-6888 |
| 健康相談・<br>生活習慣病予<br>防食生活相談  | 生活・保健センター<br>毎週月曜～金曜日<br>8:30～17:00(電話予約)<br>☎ 健康課(☎581-4111)                                                                                                                                                                                                        |
| ひとり親<br>家庭相談               | 市役所2階セーフティネット<br>コールセンター<br>毎週月曜～金曜日8:30～17:15<br>(原則予約制)<br>☎ セーフティネットコールセンター<br>(☎514-8546)                                                                                                                                                                        |
| 福祉<br>オンブズ<br>パーソン<br>苦情相談 | 市役所1階市民相談室など<br>1日(火)・15日(火)9:15～11:30、<br>11日(金)・25日(金)14:15～16:30<br>いずれも事前予約制<br>☎ 福祉政策課福祉オンブズ<br>パーソン担当(☎514-8469)                                                                                                                                               |

|                                |                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 女性<br>相談                       | 男女平等推進センター<br>(多摩平の森ふれあい館2階)<br>毎週火曜日18:00～21:00、毎<br>週水曜日9:45～16:00<br>※予約制(電話・ファクス・窓<br>口)。どなたでも可。手話・保<br>育あり(10日前までに予約)<br>☎ 男女平等課(☎587-8177<br>FAX 584-2748) |
| 発達・<br>教育<br>相談                | エール(発達・教育支援センター)<br>毎週月曜～金曜日9:00～18:00、<br>27日(日)9:00～17:00<br>☎589-8877(総合受付)<br>毎週月曜～金曜日9:00～18:00<br>☎514-8028(子どものこころ<br>電話相談)                               |
| 民間<br>賃貸住宅<br>(アパートなど)<br>入居相談 | 毎週木曜日13:00～17:00<br>市役所会議室(電話相談可)<br>※電話予約制(各日先着4組)<br>☎ 日野市社会福祉協議会<br>(☎050-3537-5765)<br>☎ 都市計画課(☎514-8371)                                                    |
| 中小企業<br>診断士<br>個別相談            | 土曜・日曜日、祝日を除く毎<br>日9:00～17:00※60分予約制(電<br>話・ファクス)。市役所内で<br>出張相談日あり<br>☎ 会場・問 日野市商工会(☎581-<br>3666 FAX 586-6063)                                                   |
| 社会保険<br>労務士<br>個別相談            | 9日(水)・23日(水)13:00～17:00※<br>それ以降は問い合わせを。60<br>分予約制(電話・ファクス)<br>☎ 会場・問 日野市商工会(☎581-<br>3666 FAX 586-6063)                                                         |

## 市役所1階 市民相談窓口で受け付けする相談

☎ 市長公室市民相談担当(☎514-8094)

|                       |                                                                                                                                  |                      |                                                |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------|
| 法律相談<br>(多重債務含む)      | 7日(月)・28日(月)13:30～16:00<br>1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火)注9:30～16:00<br>※相談時間30分。月曜日から次週分<br>の予約受け付け。10月5日(月)・6日(火)<br>は9月28日(月)から予約を | 登記相談                 | 3日(木)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を        |
| 土曜法律相談                | 19日(土)9:30～16:00<br>※相談時間30分。7日(月)から予約を                                                                                          | 税務相談                 | 23日(水)9:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を        |
| 行政相談                  | 4日(金)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を                                                                                          | 不動産相談                | 16日(水)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を       |
| 人権身の上相談<br>(子どもの相談含む) | 10日(木)9:30～16:00<br>24日(木)13:30～16:00<br>※相談時間40分。相談日前日から予約を                                                                     | 相続・遺言等暮ら<br>しの書類作成相談 | 4日(金)・17日(木)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 交通事故相談                | 11日(金)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を                                                                                         | 労働相談                 | 18日(金)13:30～16:00<br>※相談時間30分。相談日前日から予約を       |

※市政に対する一般相談は毎週月曜～金曜日(祝日を除く)の8:30～  
17:15に受け付け。予約などの受け付けは電話で8:30から(先着順)  
注29日(火)の法律相談は日程を変更しています

## ハケ岳高原大成荘

山梨県北杜市高根町清里3545-1  
http://www.kousha.jp/



フリーダイヤル よく ぎあんない  
お申し込みは、大成荘(☎0120-489-571※9:00～19:00)

| 空室状況(9月) ※8月19日現在 |    |    |    |    |    |    |     |    |    |    |    |    |    |     |    |
|-------------------|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|----|
| 1                 | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8   | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15  | 16 |
| 火                 | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火   | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火   | 水  |
| 一                 | ○  | ×  | ○  | △  | ○  | ○  | 休館日 |    |    | ○  | △  | ○  | ○  | 休館日 |    |
| 17                | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24  | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |     |    |
| 木                 | 金  | 土  | 日  | 祝  | 祝  | 水  | 木   | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  |     |    |
| 休館日               | ○  | △  | ×  | △  | ○  | ○  | ○   | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |     |    |

「二人で清里へ行こう! 2名様ご宿泊大歓迎キャンペーン」9月1日～令和3年3月31日ご宿泊分※休前日と年  
末年始期間を除く。2名追加料金の加算なし

## 公民館の催し

※新型コロナウイルス  
感染防止対策  
にご協力ください



### ひの市民大学

☎ 中央公民館(☎581-7580)



### 日本の四季と月暦

ID 1014953

日時 10月1日(木)14:00～16:00 会場 多摩平の森ふれあい館 内容 月  
暦と年間行事の関連について学  
ぶ 講師 加藤淳子氏(元都立高校  
教員) 対象 市内在住・在勤・在  
学者 定員 申込制で先着30人  
申込 9月3日(水)9:00から電話ま  
たは来館

19世紀末後半～世紀末幻想と  
象徴の画家たち  
ID 1014954

日時 10月①2日(金)②9日(金)③16日  
(金)④23日(金)14:00～16:00(全4回)  
会場 中央公民館 内容 ①モロー  
とルドン～象徴の画譜②ロート  
レック～モンマルトルの哀歌③  
クリムト～世紀末ウィーンと日  
本④ムンク～北欧・魂の叫び  
講師 斎藤陽一氏(元NHK制作プ  
ロデューサー) 定員 申込制で各  
回先着30人 申込 9月3日(水)9:00  
から電話または来館

大学連携コース前期講座「食文  
化と発酵食品の深い関係～微  
生物との共生から生まれた発  
酵食品」  
ID 1014973

日時 ①9月26日(土)②10月10日(土)  
③17日(土)④24日(土)⑤31日(土)13:00  
～14:30(全5回) 会場 実践女子大  
学日野キャンパス香雪記念館(大  
坂上)※駐車場なし 内容 ①発酵  
食品における微生物の役割～乳  
酸菌・酵母・麹菌と発酵食品の  
関係②和食を支える日本の発酵  
調味料～味噌・醤油・米酢・本  
みりんなど③発酵食品と健康～  
発酵食品の健康効果を検証する  
④世界のお酒の歴史と文化～ウ  
イン・ビール・ウィスキーなど

⑤日本のお酒と歴史と文化～複  
雑系の制御により生み出された  
日本酒 講師 秋田修氏(実践女子  
大学名誉教授) 対象 全回出席で  
きる市内在住・在勤・在学者  
定員 申込制で先着30人 申込 9月  
3日(水)9:00から電話または来館

### 蚕でつなぐプロジェク ト～いっしょに蚕のこ と学びませんかVer.2

ID 1014972

会場・問 中央公民館(☎581-  
7580 FAX 581-2110)



「蚕糸の会・日野」の皆さまと  
ともに、蚕のことを学びましょ  
う。

皇室小石丸育成と伊藤稔氏の  
体験談

日時 9月27日(日)13:30～15:30 内容  
「幻の絹」、「天女の羽衣」と言わ  
れた繭「小石丸」を学ぶ 講師 伊  
藤稔氏(元宮内庁紅葉山会常任  
幹事)

日野市初登録指定文化財～日  
本一の桑と蚕の研究所第一桑  
室の歴史を知ろう

日時 10月4日(日)13:30～15:30 講師  
太田洋子氏(1級建築士、仲田の  
森遺産発見プロジェクト)

いずれも 定員 申込制で各回  
先着30人 申込 9月3日(水)9:00から  
電話、ファクスまたは来館

## 児童館のイベント

### 9月の児童館

#### いやされタイム

ID 1013529

会場・問 あさひがおか児童館  
(☎583-4346)

日時 4日(金)10:30～11:00と11:10～  
11:40 内容 簡単なセルフマッ  
サージで心も体もリフレッシュ  
対象 乳幼児と保護者 定員 各回  
先着5組 申込 電話または来館

#### みんなであそぼう

ID 1011621

会場・問 さかえまち児童館  
(☎585-8281)

日時 10日(木)10:30～11:15 内容 リ  
ズムあそび、ふれあいあそびな  
ど 対象 乳幼児と保護者 申込 3日  
(木)9:30から電話または来館

### 乳幼児自由参加ひろば ～こあらひろば

ID 1008792

会場・問 もぐさだい児童館  
(☎591-7001)

日時 10日(木)10:30～11:30 内容 体  
操、手あそび、季節の遊びなど  
対象 乳幼児と保護者 申込 9日(火)  
までに電話または来館

### 乳幼児自由参加ひろば～ きらきら

ID 1008085

会場・問 まんがんじ児童館  
(☎583-3309)

日時 11日(金)10:30～11:30 内容 水  
あそび※雨天時は室内あそび  
対象 1～3歳の乳幼児と保護者  
申込 10日(木)までに電話または  
来館

#### 卓球タイム

ID 1006001

会場・問 たまだいら児童館ふ  
れっしゅ(☎589-1253)

日時 12日(土)17:00～18:45 内容 練  
習、試合など 対象 中学・高校生  
定員 申込制で先着16人程度 申込  
当日来館

### 乳幼児自由参加ひろば～ プレイルーム わいわい ワールド

ID 1004025

会場・問 みさわ児童館(☎59  
1-3456)

日時 14日(月)・28日(月)10:00～11:30  
内容 大型遊具で自由遊びなど  
対象 乳幼児と保護者 申込 2日前  
までに電話または来館

#### ベビークラス

ID 1006364

会場・問 みなみだいら児童館  
ぷらねっと(☎599-0166)

日時 16日(水)10:30～11:15 内容 手  
遊びを交えながら、同じ年頃の  
赤ちゃんを持つお母さん同士の  
交流 対象 3カ月～1歳6カ月の乳  
幼児と保護者 定員 申込制で先  
着10組 申込 3日(木)から電話ま  
たは来館

### 乳幼児自由参加ひろば ～わくわくひろば

ID 1012798

会場・問 ひの児童館(☎581-  
7675)

日時 17日(木)10:30～11:30 内容 手  
あそび、ふれあい遊びなど 対象  
乳幼児と保護者 申込 8日(火)9:30  
から電話または来館

### 乳幼児お買い物ごっこ

ID 1003983

会場・問 しんめい児童館(☎  
583-6588)

日時 18日(金)10:30～11:30 内容 み  
んなで楽しくお買い物ごっこ  
対象 乳幼児と保護者 定員 申込  
制で先着15組 申込 3日(木)～17日  
(木)に電話または来館

### 乳幼児自由参加ひろば ～よちよちクラブ

ID 1008628

会場・問 ひらやま児童館(☎  
592-6811)

日時 30日(水)10:15～11:00 内容 手  
あそび、製作、9月の誕生会など  
対象 1～3歳の乳幼児と保護者  
申込 29日(火)までに電話または  
来館

## 勤労・青年会館 月曜臨時開館

ID 1000976 ☎ 同会館(☎586-6251)

勤労・青年会館では、第2・第4月曜日を臨  
時開館にしています。和室、会議室、多目的ホー  
ルがあり、夜間は午後10時までの利用が可能  
です。新型コロナウイルスの感染予防対策の  
ため、人数制限をしています。

会館の利用は、日野市予約システムからお  
申し込みください。詳細はお問い合わせくだ  
さい。

JR日野駅徒歩1分

日野市民法律事務所

東京弁護士会 代表弁護士 山下 太郎

☎042-587-3533

日野市日野本町3-14-18 谷井ビル5階 <http://www.hinolaw.jp>

多摩地域の皆様とともに20年 何でもご相談ください

日野市の広報配布スタッフ募集

◆1日3～4時間、月3～4日だけのお仕事です！

配布する広報はご自宅までお届けします。  
徒歩や自転車、配布しやすい方法でOK！  
【報酬】完全出来高制  
【配布地域】日野市内（詳細はお問い合わせください）  
◆新聞配達アルバイトスタッフ同時募集！

シニアやシルバーの方が活躍中！



ASA朝日新聞・日野ブロック

☎0120-593-812

【応募】本日より受付。お気軽に！【受付】ASA 南平：日野市南平 3-16-10（担当／桑名）

市民講座

屋根・外壁塗り替えセミナーのお知らせ

屋根・外壁の塗装は専門的な知識や技術が必要な為、施工業者を信頼しすべてを任せざるを得ません。しかし専門的な知識を持っているはずの施工業者が正規の施工仕様を守らず不良施工になるケースが後をたちません。

全国で年間1,700回以上開催されてきた「屋根・外壁塗り替えセミナー」では、一級塗装技能士が解説するスクリーン映像を使い、塗装の正しい知識を分かりやすくお伝えします。※売込やセールの類は一切ございません。

期 9月4日(金)・5日(土)  
【両日】10時～12時・14時～16時  
所 日野市商工会館 研修センター301（東京都日野市多摩平7丁目23-23）  
間(一社)市民講座運営委員会(東京都千代田区富士見1-6-1-10F)

参加無料

※③密対策を行ない実施します。

参加申し込みはこちらへ

☎0120-689-419

主催：(一社)市民講座運営委員会  
協賛：株式会社ペイントワークス  
受付：9時～18時

庭木1本からお手入れOK!



✓1本より明瞭料金

✓お茶はご遠慮します

✓土日でもOKです

✓トイレは借りません

●広報ひのをご覧の方へ

生垣剪定 (幅1m・高さ2m)

通常2,000円を1,000円!

ガーデンエクスプレス

●八王子店 八王子市下恩方町 926-12

●多摩店 多摩市永山 3-2-1

☎0120-61-4128

見積無料

営業時間 / 9:00～17:00

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

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

参加無料

※③密対策を行ない実施します。

参加申し込みはこちらへ

☎0120-689-419

主催：(一社)市民講座運営委員会  
協賛：株式会社ペイントワークス  
受付：9時～18時



エアコンクリーニング

ひの広報見た！で10%OFF

エアコン・キッチン・浴室・トイレ・床など

お掃除のことなら何でもお任せください

TEL 0120-547-348

191-0001 日野市栄町3-6-73

見積無料！お気軽にお問合せ下さい

おそうじ革命 日野栄町店

市立病院から

人間ドック・脳ドックなどのご案内

病気の早期発見・早期治療のため、ぜひこの機会に健康診断を受診され、健康管理にお役立てください。専門医師が高度医療機器を使用し、質の高い健診を行います。

人間ドック

月曜～金曜日(午前)

27,000円(税抜)

乳腺ドック

木曜日(午前)

脳ドック

月曜～金曜日(午後)

35,000円(税抜)

レディースドック

木曜日(午前)

▶ドックオプション検査…婦人科（乳がん、子宮がん）、脳MRI、肺がん、肺気腫、胃透視、胃カメラ、大腸カメラ、前立腺がん、骨密度、甲状腺がん、腫瘍マーカー、ABC検診、アミノインデックスなど

※日野市国保（一部）の方は助成制度あります

※マンモグラフィー撮影は女性スタッフ対応

お問い合わせ、ご予約は 健診センター☎581-2677

予約受付：月曜～金曜日13:30～17:00

インターネットで空き状況の確認・予約を

日野市立病院

検索

<http://hospital.city.hino.tokyo.jp/>

※一般健康診断、予防接種も実施

※日野市特定健診・いきいき健診（後期高齢者）も実施。予約方法は、健康課からご案内の医療機関一覧参照

広告の内容その他広告掲載に関するすべての事項については、広告主が一切の責任を負うものとします。広告の内容は各問い合わせ先へお問い合わせください。



食塩の1日の目標量は男性7.5g、女性6.5gです

ID 1014971

健康課 ☎581-4111



9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です

減塩のポイント

食塩を取り過ぎると、血圧が上がって循環器疾患のリスクが高まったり、胃がんのリスクが上昇したりします。最近の調査結果によると、日本人の食塩摂取量は平均2g程度上回っているようです。食事を楽しみながら減塩を行うために、右記の点に気を付けてみましょう。

また、市では、市民の皆さまの生活習慣病を予防するために、保健師・管理栄養士による健康相談・食生活相談を実施しています。ぜひご利用ください。

すでに生活習慣病で治療中の方は、かかりつけの医療機関にご相談ください。

①低塩の調味料を使う



③味付けを確かめてから卓上調味料を使用する



②汁物は具だくさんにする



④麺類の汁は残す



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) ☎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

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・看護師(必要に応じて小児科医)などによる 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、スマートフォンなど)

○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

9月前期休日診療医 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。

9:00～12:00 13:00～17:00

受診前に必ず医療機関へ電話連絡を

6日 にしくぼクリニック(外・骨・内科) 石田2-9-21 ☎589-3532

13日 しみずこどもクリニック(小児科) 豊田4-34-7オーチャード1階 ☎581-1717

もぐさ園三沢台診療所(小児・内・外) 三沢2-12-13 ☎592-0466

さいとう内科クリニック(内・婦科) 南平4-10-4 2-B ☎591-0100

救急病院9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

| 1<br>(火)     | 2<br>(水) | 3<br>(木) | 4<br>(金) | 5<br>(土) | 6<br>(日)                                    | 7<br>(月) | 8<br>(火) | 9<br>(水) | 10<br>(木) | 11<br>(金) | 12<br>(土) | 13<br>(日) | 14<br>(月) | 15<br>(火) |
|--------------|----------|----------|----------|----------|---------------------------------------------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 夜 9:00～17:00 |          |          |          |          | 夜 18:00(土曜・日曜日、祝日は17:00)～8:30(土曜日、祝前日は9:00) |          |          |          |           |           |           |           |           |           |
| 夜            | 夜        | 夜        | 夜        | 夜        | 昼                                           | 夜        | 夜        | 夜        | 夜         | 夜         | 夜         | 昼         | 夜         | 夜         |
| 整形・外         | 内・外      | 整形・外     | 内        | 内        | 内・内                                         | 内・外      | 整形・外     | 内・外      | 整形・外      | 内         | 内         | 内・内       | 内         | 整形・外      |

市立病院 ☎581-2677 ※まずはお電話を

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を行っています。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

| 1<br>(火)     | 2<br>(水) | 3<br>(木) | 4<br>(金) | 5<br>(土) | 6<br>(日)     | 7<br>(月) | 8<br>(火) | 9<br>(水) | 10<br>(木) | 11<br>(金) | 12<br>(土) | 13<br>(日) | 14<br>(月) | 15<br>(火) |
|--------------|----------|----------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 夜 8:30～17:00 |          |          |          |          | 夜 17:00～8:30 |          |          |          |           |           |           |           |           |           |
| 夜            | 夜        | 夜        | 夜        | 昼        | 夜            | 昼        | 夜        | 夜        | 夜         | 夜         | 昼         | 夜         | 昼         | 夜         |
| 内・耳鼻         | 内・眼      | 内・整形     | 内・外      | 内・脳外     | 内・脳外         | 内・眼      | 内・整形     | 内・外      | 内・皮膚      | 内・整形      | 内・外       | 内・脳外      | 内・脳外      | 内・整形      |
| 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 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

# 日野市LINE公式アカウント

ID 1014581 問 市長公室広報担当 (☎514-8092)

## 友だち登録の方法

- ①以下のQRコードを読み込みまたは、「友だち追加」の検索でID「@hinocity」と入力し検索します。



QRコードを読み込むと簡単です。



- ②以下の画面は、友だち追加をした時の最初の画面です。この画面が表示されましたら、「許可する」をクリックしてください。

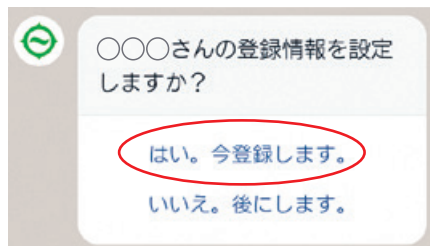


- ③友だちを追加の画面で「追加」をクリックします。メニュー画面に運用方針(利用規約)のボタンが表示されますので、必ずご確認ください。

友だち登録は以上です。引き続き「登録情報設定」をすることで、より自身に必要な情報を受け取ることが可能です。

## 登録情報設定方法

- ①友だち追加をすると、日野市から登録情報設定のためのメッセージが届きます。メッセージの「はい。今登録します。」をクリックすると、登録情報設定画面に移動します。



- ②登録情報設定画面で、住んでいる地域、生まれた年、属性(職業など)を選択します。

### メリット

選択していただくことで、年齢や属性に合わせた情報が配信されます。

興味・関心のある分野を教えてください

- ☐ すべて
- ☐ 新型コロナウイルス感染症
- ☐ 防災安全
- ☐ 妊娠・出産・子育て・ひとり親
- ☐ 保育園・幼稚園
- ☐ 児童館・学童クラブ・ひのっち
- ☐ 小・中学校
- ☐ 健康づくり・ヘルスケア・こころの健康
- ☐ ひきこもり
- ☐ 生活困窮
- ☐ 人権・男女平等
- ☐ 学び・生涯学習
- ☐ 地域活性化・産業・しごと
- ☐ イベント・文化・スポーツ
- ☐ 障害者行方不明情報
- ☐ 高齢者行方不明情報
- ☐ 上記以外

送信

- ③興味・関心のある分野にチェックを入れ、送信します。

### メリット

選択していただくことで、興味・関心のある分野に合わせた情報が配信されます。

※令和2年8月19日時点での画面イメージです

選択していただいた「興味・関心のある分野」の内容を中心に、今後さまざまな情報をお届けします！