

多摩地域の皆様とともに20年 何でもご相談ください

JR日野駅徒歩1分 東京弁護士会 代表弁護士 山下 太郎

## 日野市民法律事務所

家庭のこと (離婚、相続、遺言、成年後見等)

暮らしのこと (仕事、不動産、建築、借金等)

その他、一般民事、刑事事件 等多数取り扱っています。

☎042-587-3533

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

## ウッドデッキ 春のお庭を 楽しもう!!

地元で25年のウッドデッキ専門店

広報ひのをご覧になりご成約の方 特典プレゼント!

見積 無料

(株)テンパル多摩販売

東京都知事許可 第114608号

日野市高幡 475-8

☎042-591-2232

## 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

広報(チラシ)ご持参のお客様には10%割引

## 母の日フェア

世界にひとつの一点ものインテリア雑貨販売会

日時 | 5.6(木)・7(金) 8:45-16:45

会場 | 大坂上4-20-17(ユーコー電子工業敷地内)

電話 | 042-587-3807 駐車場 | 2台あり

品目 | フラワーリース・アレンジメント・アクセサリー他

## 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

生垣剪定 (幅1m・高さ2m) 通常2,200円を 1,100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

## 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

## 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!

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)

## 発行部数91,100部! 広報ひのに広告を載せませんか

ID 1001098 市長公室広報担当(☎514-8092)

「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。

広告の掲載号 毎月1日号 広報の体裁 A4判カラー 広告掲載料 全面広告(250mm×180mm)350,000円、1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

掲載号	申し込み締め切り日
7月1日号	5月17日(月)
8月1日号	6月10日(木)
9月1日号	7月16日(金)
10月1日号	8月17日(火)
11月1日号	9月17日(金)

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。

## 5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を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

### 2日

あきのこどもクリニック(小児・小児外科)

栄町1-5-11 ウエストメゾン1F ☎581-2525

### 3日

森末クリニック(内科・外科)

多摩平1-4-19-201 ☎589-3030

### 4日

堀井内科クリニック(胃・内科)

多摩平2-5-3 豊田パールハイム1階 ☎589-0730

### さいとう内科クリニック(内科・消化科)

南平4-10-4 2-B ☎591-0100

### みぞべこどもクリニック(小児科)

高幡507-4(リ-テンススクエア高幡不動116 ☎592-2311

### 石川クリニック(内科・小児科)

高幡6-3 ☎593-8113

## 「ひのった」健康NOTE

第62回 テーマ:スマイルケア食

ID 1016784

日野市健康課 公認キャラクター ひのった

☎581-4111

友達が「肉は硬いから食べたくない」と言ってるんだけど、何か工夫できることはないかしら。

かむ力が低下しているのかもしれない。トンカツなどは、かたまり肉で作るよりも、薄切り肉を重ねて調理すると食べやすいですよ。

また、「スマイルケア食」という、かむ力や飲み込む力が低下した人にも食べやすい食品が、スーパーやドラッグストアなどで販売されています。かむ力や飲み込む力の状態に合わせて分類されていて、おいしさや見た目の良さにも配慮されています。いろいろな種類がありますよ。

また、かみづらは歯や入れ歯が原因となることもあります。かむことについて気になることがあれば、歯医者に相談しましょう。

食べづらさがある時には、いろいろな工夫ができるのね! 友達に教えてあげよう!

今回のまとめ

- ・かむ力や飲み込む力が低下した人にも食べやすい食品として「スマイルケア食」が販売されています。
- ・かむことについて気になることがあれば、歯医者に相談しましょう。

## 5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を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

### 5日

望月医院(内科・外科)

多摩平6-31-4 ☎581-0504

### 9日

多摩平小児科(小児科)

多摩平7-6-3 ☎584-6002

### 京王平山クリニック(内科)

平山2-37-8 ☎592-5111

### 康明会病院(内科)

豊田2-32-1 ☎584-5251

## 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)

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)

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

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

## 救急病院5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(土)	2(日)	3(祝)	4(祝)	5(祝)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
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)									
内	内	内	内・外	内・外	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内
			整形	整形										

### 市立病院 ☎581-2677

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いたします。

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