× 空 き 家 対 策 セ ミ ナ ー 8 野



「うちには相続する財産なんてないから大丈夫だよね?」 「相続税の支払いって、どこでいつまでに支払うの?間に合わなかったら罰則とかあるの?」 [うちの不動産、負動産だから、いざとなったら相続放棄すれば良いよね?]

相続専門の税理士、空き家対策を専門とする宅建士がお答えします!

日 時:6月10日休 14:00~16:00(入場は13:45より) 場 所:日野市多摩平の森産業連携センターPlanT

多摩平二丁目5-1-1階(イオンモール多摩平の森のお向かい)

(講 師:小澤彰宏税理士(小澤彰宏税理士事務所) 徳永秀一郎宅建士(楽府株)

お申込み・お問合せ:楽府㈱

042-656-7414 又は info@gafu.asia



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)

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

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)

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

保育士 大募集!(1日2~4時間程度)

シニアやシルバーの

方が活躍中!

入会案内説明会

市内在住で60歳以上の方、毎月開催の入会案内説明会に参加しませんか。 6月4日(金) 午前10時~12時、午後1時30分~3時30分

公益社団法人 **日野市シルバー人材センター 2042**-581-8171

ほかにも仕事が たくさんあります



ツ丰 もっとお庭を

広報ひのをご覧になりご成約の方 特典プレゼント! 見積

\(株)テンパル多摩販売 日野市高幡 475-8 **2042-591-2232**



✔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 (編 1m· 高さ 2m) 通常 2,200 円を 2021 1000 牛恒煎定

ガーデンエタスプレ ●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

ひの広報見た!で10%0FF

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

⑤おそうじ革命 日野栄町店

広報ひのに広告を載せませんか

「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。

ベジ活 350

両手山盛りいっぱいを習慣に

間健康課(☎581-4111)



6月は食育月間です

市では、健康的な食生活の目安として「野菜を350g以上(両手山 盛りいっぱい)食べること」をお勧めしています。

令和2年11月に実施した食育推進に関する市民アンケートによる と、「両手山盛りいっぱい以上の野菜を食べている」人の割合は、平成 28年度の14.3%から17.1%に増えましたが、目標である40%には達 しておらず、多くの市民が野菜摂取不足であることが分かりました。

以上の量-4.2% 両手山盛り

図:1日に食べている野菜の量

野菜には、ビタミン、ミネラル、食物 繊維など多くの成分が含まれます。栄 くらいの量 養価が高いだけでなく、満腹感が得ら れやすくエネルギーが低いことなど から、肥満や糖尿病などの生活習慣 病の予防にもつながると言われてい ます。1日5皿以上を目安に野菜料理 を食べましょう。

ID 1016917

※アンケート結果は、市田でご覧いた だけます

つながらない場合は

☎042-521-2323

東京版教急受診ガイト

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

多摩平五丁目

市立病院

モノレール高幡不動駅 🖣 至新井橋

高幡不動駅

南多摩保健所からのお知らせ



「野菜メニュー店」で野菜を食べよう! 1日に必要な野菜の量350gの3分の 1 (=1食分) に当たる120g以上の野菜 を食べることができるメニューを提供し

ているお店が「野菜メニュー店」です。

野菜が不足していると感じている方や野菜をたくさん食べ たい方は、ぜひご利用ください。

日野市内にある69店舗を紹介した「日野市野菜メニュー店 MAP」を保健所で配布しています。

詳細は南多摩保健所■をご覧ください。

南多摩保健所 野菜メニュー店

右記QRコードから

間南多摩保健所保健栄養担当 (**2**042-371-7661)



D 1006854

13:00~17:00

13**3**

高瀬内科クリニック(消·内科)

新町1-20-3 エスペラール1階 6582-7228

救急診療 必ず保険証をご持参ください

木日進夜診療所 来院の際は雷話連絡を

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 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 来院の際は雷話連絡を

高幡1011(福祉支援センター内)

日曜日、祝日 受付時間9:00~16:00

▶東京都保健医療情報センター ひまわり 203-5272-0303 消防署
至多摩動物公園駅 外国人専用 ☎03-5285-8181 (9:00~20:00)

京王線

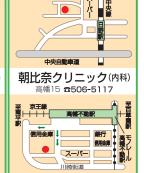
東京消防庁救急相談センタ 《24時間医療機関案内》

昆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。また駐車スへ -スも限られています。ご了承ください。 病院?救急車?迷ったら

受診前に必ず医療機関へ電話連絡を **63**



青和クリニック(内・小児・神・循・腎・リハ科) 新井865-3 2594-1900 **?** 多摩モノレール 潤徳小②



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

夜

皮膚

夜

内

整形

○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6月前期佰日直予定表 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

■花輪病院 (☎582-0061)



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

■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 お願い 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。 11 (金) 13 (日) 9 (水) 10(木) 12

夜

外

夜 17:00~8:30

夜

眼



※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



科

. .

昼夜昼夜

内内内内

外外外外

夜

夜

内

外

保健

•

医

療

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