

子どもの健康 子ども・保護者向けイベント

図書館おはなし会 (1月) ID1018535



▶高幡図書館

日1月12日(水)①午後3時から②午後3時30分から 対 ①0～2歳児②3歳～未就学児 場・間 同館(☎042-591-7322)

▶中央図書館

日①1月12日(水)午後3時30分から②12日(水)午後4時から③27日(木)午前10時30分から 対 ①3歳～未就学児②小学生③0～2歳児 定 ②申込制で先着5人 申 ②は1月5日(水)午前10時から電話または来館※月曜日を除く 場・間 同館(☎042-586-0584)

▶多摩平図書館

日①1月13日(木)午前10時30分から(ひよこタイム)②26日(水)午後3時30分から③26日(水)午後4時から 対 ①0～2歳児②3歳～未就学児③小学生 定 ③申込制で先着6人 申 ③は1月5日(水)午前10時から電話または来館※月曜日を除く 場・間 同館(☎042-583-2561)

▶百草図書館

日1月19日(水)①午後3時から②午後3時30分から③午後4時から 対 ①0～2歳児②3歳～未就学児③小学生 定 ③申込制で先着5人 申 ③は1月5日(水)午前10時から電話または来館※月曜日を除く 場・間 同館(☎042-594-4646)

▶日野図書館

日1月19日(水)午後3時30分から 対 3歳～未就学児 場・間 同館(☎042-584-0467)

▶平山図書館

日1月20日(木)午前10時30分から(ひよこタイム) 対 0～2歳児 場・間 同館(☎042-591-7772)

いずれも 他 0～2歳児、3歳～未就学児は15分間、小学生は20分間。詳細は図書館HP参照または各館に問い合わせを。ひよこタイムとは、乳幼児連れの保護者が気兼ねなく来館できる時間

みんなで話そう！シングルママ・パパの集い



ID1008504

日1月22日(土)午後3時～4時30分 場 多摩平の森ふれあい館 対 子育て中のひとり親の方 間 地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」(☎042-589-1260)

中央公民館×ひの児童館 ワンにゃんウッドクラフト講座



ID1018494

日1月29日(土)午後1時30分～3時30分 講 小林朝七氏(キット考案者、ワンにゃん博士) 対 幼児、小学生※幼児は保護

者同伴 定 申込制で先着25人 申 1月5日(水)から電話または来館 場・間 中央公民館(☎042-581-7580)

やってみよう、アウトドア チャレンジ!!



ID1006999

日2月11日(祝)午後1時～3時 場 仲田小 講 日野市青少年委員の会 対 市内在住の小学生 定 申込制で30人※申込多数の場合は抽選 申 1月24日(月)までに電子申請 間 子育て課(☎042-514-8579)

(仮称)子ども包括支援センター の愛称募集へのご応募 ありがとうございました



ID1018635

応募総数は557通、応募作品数は805作品となりました。皆さまから寄せられた愛称に込められた想いをしっかりと受けとめ、施設設置に向け、引き続き準備を進めていきます。

愛称の公表は1月に予定していましたが、スケジュールの都合上、延期となりました。詳細が決まり次第、市HPなどでご案内します(応募された方には別途通知を送付します)。 間 子ども家庭支援センター(☎042-599-6670)

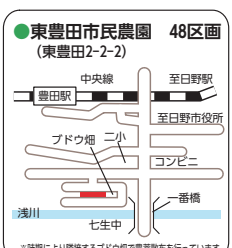
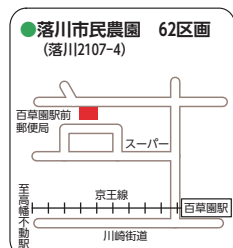
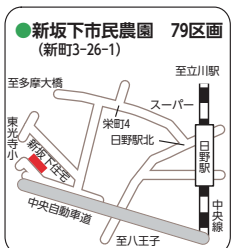
市民農園使用者募集

ID 1010621

間 日野市企業公社(☎042-587-6321)



日使用期間…4月1日～令和6年1月31日(予定)※期間短縮または閉園する場合あり。南平市民農園は令和5年1月31日まで 場 右図の通り※トイレ、水道、駐車場なし 対 他 の市民農園を利用していない市民 定 1世帯1区画(20平方m)※申込多数の場合は1月28日(金)午前10時から市役所1階101会議室で公開抽選 料 年6,000円 他 複数申し込みや友人などからの名前借り申し込みは禁止。ルール違反者は、使用許可を取り消し 申 1月21日(金)(必着)までに〒191-0052東豊田2-34-10日野市企業公社へ(往復はがき)で(1世帯1通)。往信用裏面に農園名(1カ所のみ)、住所、氏名、電話番号を、返信用表面に郵便番号、住所、氏名を記入※抽選結果は2月中に通知



市長の うごき

ID 1016405

間 市長公室秘書担当 代表 ☎



▶11月後半～12月前半

[11月16日] 東京都市長会役員会 [17日] 定例記者会見 [19日] 市議会定例会(行政報告、議案上程) [20日] 大坂上中学校創立40周年記念式典、ごみ減量ポスター表彰式 [21日] 地域懇談会(七生中地区、平山中地区) [24日] 市議会定例会(一般質問) [25日] 市議会定例会(一般質問、請願上程) [26日] 市議会定例会(一般質問) [28日] ひのっ子シェフコンテスト [29日] 市議会定例会(一般質問) [30日] 市議会定例会(一般質問、議案上程) [12月3日] 日野レッドドルフィンズとの協定締結式 [4日] 地域懇談会(二中地区、四中地区) [5日] 地域懇談会(一中地区、大坂上中地区) [8日] 市議会定例会(審査報告、議案上程) [11日] 地域懇談会(三沢中地区) [12日] 日野・国立・多摩三市連携戦争体験アーカイブ事業記念イベント

1月1日(祝)～7日(金) 午前9時～午後4時 日野七福神めぐり



新年は七福神を巡りながらウォーキングを楽しんでみませんか。
詳細は右記QRコードから観光協会HPをご参照ください。

こだめだいこくてん
● 宝大黒天
善美寺
東豊田2-26-3
☎042-581-2862
南平駅から徒歩15分

じゅろうせん
● 寿港尊
延命寺
川辺堀之内595
☎042-581-0503
南平駅から徒歩20分

びしゃもんてん
● 毘沙門天
密養寺
万願寺4-20-8
☎042-581-3624
万願寺駅から徒歩5分

あくろくじゅ
● 福祿寿
石田寺
石田1-1-10
☎042-583-6660
万願寺駅から徒歩8分



ほといせん
● 布袋尊
宗印寺
平山6-15-11
☎042-592-6699
平山城址公園駅から徒歩5分

べんざいてん
● 弁財天
高幡不動尊金剛寺
高幡733
☎042-591-0032
高幡不動駅から徒歩3分

えびすてん
● 恵比寿天
真照寺
落川1113
☎042-591-1687
百草園駅から徒歩2分

間 日野七福神事務局
(高幡不動尊)
☎042-591-0032

「ひのった」健康NOTE

第68回 テーマ:体を動かす

ID 1010977

ひのべりーさん

健康課(☎042-581-4111)

日野市健康課
公認キャラクターひのった

今年は、健康のために運動を習慣にしたいな。

それはいいですね。運動を生活に取り入れることで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、うつなどになるリスクが下がるんですよ。
筋トレやスポーツがでけると効果的ですが、難しい場合は、成人は1日合計60分、高齢者は1日合計40分、「体を動かすこと」を目標にしましょう。早歩きでの行動、仕事や買い物中に階段を使うなど動く時間を増やすことや、キビキビと掃除や洗濯をしたり、家事の合間に「ながら体操」をするのもおすすめです。時間は、1日の合計でOKです。

それならできそう。健康でいい1年にするぞ。

今回のまとめ

●成人は1日合計60分、高齢者は1日合計40分、体を動かしましょう。
※ここでの「体を動かす」とは、歩行と同等以上の身体活動のことを指し、厚生労働省の指針から抜粋しています