

休日診療医



ID 1006854

受診前に必ず医療機関へ電話連絡を
診療時間 午前9時～正午、午後1時～5時

3月5日(日)

あきのこどもクリニック (小児・小児アレ科)

栄町1-5-11
ウエストメゾン1階
☎042-581-2525
駐車場:8台



京王平山クリニック (内科)

平山2-37-8
☎042-592-5111
駐車場:4台



3月21日(祝)

アカシアクリニック (内・皮・小児・神内科)

日野本町4-1-9
エンジュ1階
☎042-587-8616
駐車場:5台



野田医院 (整・内・リハ科)

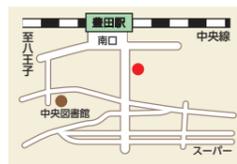
豊田3-27-8
☎042-581-0435
駐車場:5台



3月12日(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
☎042-581-1717
駐車場:5台



朝比奈クリニック (内科)

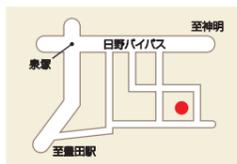
高幡15
☎042-506-5117
駐車場:京王立体
駐車場1時間駐車
無料



3月19日(日)

多摩平小児科 (小児科)

多摩平7-6-3
☎042-584-6002
駐車場:6台



康明会病院 (内科)

豊田2-32-1
☎042-584-5251
駐車場:15台



3月26日(日)

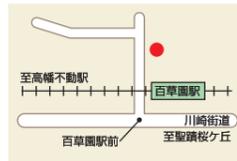
望月医院 (内科・外科)

多摩平6-31-4
☎042-581-0504
駐車場:4台



百草園駅前クリニック (内・消・小児・アレ科)

百草204-1
ガーデンビュー
石神D1階
☎042-599-3266
駐車場:8台



4月2日(日)

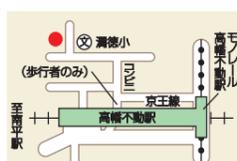
にしくぼクリニック (外・胃・内科)

石田2-9-21
☎042-589-3532
駐車場:13台



みぞべこどもクリニック (小児科)

高幡507-4 リーデンススクエア高幡不動116
☎042-592-2311
駐車場:15台



※混雑状況により診療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

3月の市民相談

| | |
|-------------------|--|
| 市長相談 | 今月は相談日を設けません。 ☎市長公室市民相談係(☎042-514-8094) |
| 子どもの虐待相談 | 子ども家庭支援センター 毎週月曜～土曜日午前9時～午後5時 ☎虐待相談電話(☎042-599-5454) |
| 妊婦・乳幼児健康相談 | さかえまち児童館 6日(月)午前 ひらやま児童館 13日(月)午前 ☎時間予約制。各会場に電話または来所※詳細は市HP参照 ☎子ども家庭支援センター(☎042-843-3663) |
| 子ども家庭総合相談 | 子ども家庭支援センター 毎週月曜～土曜日午前9時～午後5時 ☎同センター(☎042-599-6670) |
| 創業相談 | PlanT(多摩平の森産業連携センター) 第1～第4水曜日午後1時～5時※電話予約制。相談時間1時間 ☎産業振興課(☎042-514-8442) |
| 消費生活相談 | 生活・保健センター 毎週月曜～金曜日午前9時30分～正午、午後1時～4時 ☎消費生活センター(☎042-581-3556) |
| 福祉オンブズパーソン苦情相談 | 市役所1階市民相談室など 3日(金)・17日(金)午後2時15分～4時30分、7日(火)・22日(水)午前9時15分～11時30分※いずれも事前予約制 ☎福祉政策課福祉オンブズパーソン担当(☎042-514-8469) |
| 子育て相談 | 地域子ども家庭支援センター多摩平「はぴはぴ」 月曜日を除く毎日午前9時30分～午後5時 ☎042-589-1262 地域子ども家庭支援センター万願寺「にこにこ」 火曜日を除く毎日午前9時30分～午後4時30分 ☎042-586-1171 あさひがおか児童館 毎週月曜～土曜日午前10時～午後4時 ☎042-586-1184 さかえまち児童館 毎週月曜～土曜日午前10時～午後4時 ☎042-585-8282 ひらやま児童館 毎週月曜～土曜日午前10時～午後4時 ☎042-592-6888 |
| 健康相談・生活習慣病予防食生活相談 | 生活・保健センター 毎週月曜～金曜日午前8時30分～午後5時(電話予約) ☎健康課(☎042-581-4111) |
| 人権身の上相談(子どもの相談含む) | 平和と人権課(多摩平の森ふれあい館2階) 9日(水)午前9時30分～午後4時、23日(水)午後1時30分～4時※相談時間40分。相談日午前午後5時までに予約を ☎平和と人権課(☎042-584-2733 FAX)042-584-2748) |
| ひとり親家庭相談 | 市役所2階セーフティネットコールセンター 毎週月曜～金曜日午前8時30分～午後5時15分(原則予約制)☎セーフティネットコールセンター(☎042-514-8546) |

いずれも祝日を除く。詳細は問い合わせを

| | |
|--------------------|--|
| 女性相談 | 男女平等推進センター(多摩平の森ふれあい館) 毎月第1～第4火曜日午後6時～9時、第1～第4水曜日午前9時45分～午後4時、毎月第1金曜日午後1時30分～4時30分※予約制(電話・ファクス・窓口)。どなたでも可。手話・保育あり(10日前までに予約) ☎平和と人権課(☎042-587-8177 FAX)042-584-2748) |
| 外国人相談 | 平和と人権課(多摩平の森ふれあい館2階) 毎週月曜～金曜日午前8時45分～午後5時 窓口、電話、Eメール、Zoomで対応※Zoomは事前予約を☎平和と人権課(☎042-843-4044 ☎heiwa@city.hino.lg.jp) |
| にじいろ相談(多様な性の相談) | 平和と人権課(多摩平の森ふれあい館2階) 毎月第3金曜日午後1時30分～4時30分(要予約)☎平和と人権課(☎042-587-8177 FAX)042-584-2748) |
| 発達・教育相談 | エール(発達・教育支援センター) 毎週月曜～金曜日午前9時～午後6時、第4日曜日午前9時～午後5時 ☎042-589-8877(総合受付) 毎週月曜～金曜日午前9時～午後6時 ☎042-514-8028(子どものこころ電話相談) |
| 障害を理由とする差別に関する相談 | 障害福祉課 月曜～金曜日午前8時30分～午後5時15分 ☎042-514-8991 FAX)042-583-0294 エール(発達・教育支援センター) 月曜～金曜日午前9時～午後6時 ☎042-589-8877 FAX)042-514-8740 自立生活センター日野 月曜～金曜日午前9時～午後5時 ☎042-594-7401 FAX)042-594-7402 地域生活支援センターゆうき 月曜～金曜日午前9時30分～午後5時30分 ☎042-591-6321 FAX)042-599-7203 やまばと 月曜～金曜日午前9時～午後5時 ☎042-582-3400 FAX)042-582-3302 |
| 民間賃貸住宅(アパートなど)入居相談 | ☎毎週木曜日午後1時～5時 ☎市役所会議室(電話相談可)※電話予約制(各日先着4組) ☎日野市社会福祉協議会(☎050-3537-5765) ☎都市計画課(☎042-514-8371) |
| 【事業者向け】中小企業診断士個別相談 | ☎土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～正午と午後1時～5時※1人1時間 ☎日野市商工会館(多摩平) ☎内経営・補助金申請など ☎電話※事前申込制 ☎日野市商工会(☎042-581-3666) |
| 【事業者向け】社会保険労務士個別相談 | ☎申し込み後に調整 ☎日野市商工会館(多摩平) ☎内雇用調整助成金・労働関係など ☎電話※事前申込制 ☎日野市商工会(☎042-581-3666) |
| 【事業者向け】弁護士による経営相談 | ☎申し込み後に調整 ☎日野市商工会館(多摩平) ☎内債権回収など ☎電話※事前申込制 ☎日野市商工会(☎042-581-3666) |
| 【事業者向け】事業承継個別相談 | ☎毎月第3火曜日午後1時30分～3時と午後3時～4時30分 ☎PlanT(多摩平の森産業連携センター) ☎1週間前までに電話 ☎産業振興課(☎042-514-8134) |

市役所1階 市民相談係で受け付ける相談 ☎市長公室市民相談係(☎042-514-8094)

| | |
|--------------|---|
| 法律相談(多重債務含む) | 6日(月)・27日(月)午後1時30分～4時 7日(火)・14日(火)・28日(火)(注)午前9時30分～午後4時 ※相談時間30分。月曜日から次週分を予約受け付け。 3月6日(月)・7日(火)は2月27日から予約を |
| 土曜法律相談 | 18日(土)午前9時30分～午後4時 ※相談時間30分。6日(月)から予約を |
| 不動産相談 | 15日(水)午後1時30分～4時 ※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 交通事故相談 | 10日(金)午後1時30分～4時 ※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 税務相談 | 22日(水)午前9時30分～午後4時 ※相談時間30分。20日(月)から予約を |

| | |
|------------------|---|
| 登記相談 | 2日(水)午後1時30分～4時 ※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 行政相談 | 3日(金)午後1時30分～4時 ※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 相続・遺言等暮らしの書類作成相談 | 3日(金)・16日(水)午後1時30分～4時 ※相談時間30分。相談日前日から予約を |
| 年金・社会保険・労務相談 | 17日(金)午後1時30分～4時 ※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)の午前8時30分～午後5時15分に受け付け。予約などの受け付けは電話で午前8時30分から(先着順)
(注)28日(火)の法律相談は日程を変更しています

ちょっとお散歩 & 青空たいそう

ID 1016960 ☎ひの社会教育センター(☎042-582-3136)

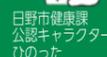
☎①3月9日(水)午前10時～10時30分
②15日(水)午前10時～11時
③15日(水)午前10時30分～11時30分 ☎①南平公園②市民の森スポーツ公園③東豊田公園 ☎①リズム体操②ちよこっと太極拳③ノルディックウォーキング体験 ☎③ポール、薄手の手袋※ポール10本まで貸し出し可

「ひのった」健康NOTE

第76回 テーマ: 歯周病

ID 1023396

問 健康課(☎042-581-4111)



歯周病って何?

歯茎や歯を支えている骨に炎症を起こす病気です。知らず知らずのうちに進行していき、やがて歯が抜けてしまうこともあります。歯周病の原因は、歯と歯茎の境目の磨き残した歯垢です。

歯垢って何なの?

食べ物のカスが歯の表面に付いて細菌が繁殖したもので、白くねばねばしています。歯垢1mgの中には、およそ300種類1億個もの細菌が存在しています。

びっくり! そんなにたくさんいるんだね～

口の中に歯垢をなるべく残さないためには、毎日の歯磨きが重要です。定期的な歯科健診を受けることも、歯周病予防にはとても大切です。

今回のまとめ

- 歯周病は、磨き残しの歯垢が原因です。
- 定期的に歯科健診を受けましょう。