

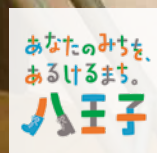


あなたの 身近な相談相手

介護や子育ての悩み、経済的な心配ごとなど、さまざまな相談を受けて関係機関への橋渡しを行う民生委員・児童委員。5月18日に行われる福祉まつりでは、活動を紹介するブースを開設します(詳しくは3ページをご覧ください)。不安や困りごとがある方は、お住まいの地域の民生委員・児童委員にお気軽に相談を。

国民健康保険制度
安心して医療を受け続けられるように

福祉をもっと身近に
イベントに参加してみませんか



※撮影時のみマスクを外していただいております。

健康福祉

健康づくりサポーター養成講座

健康に関する知識や技術を身につけ、健康づくりサポーターとして、地域で活動したい方のための養成講座を全5回にわたって開催します。

- ◆費用の記載のない催しなどは無料です。
- ◆申し込みの記載のない催しなどは直接会場へお越しください。

対 市内在住・在勤の方 **日** 6月28日、7月5日：大横保健福祉センター、7月4日：南大沢保健福祉センター、7月10・11日：東浅川保健福祉センター（全5回） **時** 午前10時～午後4時 **定** 25名（抽選） **申** 住所・氏名・年齢・電話（ファックス）番号・参加動機・地域でのボランティア経験の有無を書いて、5月24日（必着）までに郵送、ファックス、メールで保健所保健総務課（〒192・0046 明神町3・19・2 ☎6445・5112 ㊟6444・9100 ㊠b6608000@city.hachioji.tokyo.jp）へ

障害者サポーター養成講座

障害のある方がお困りの時に、必要な支援を行う「障害者サポーター」。障害へ

お口のケアでアンチエイジング

高齢者のパソコン塾「ワード・エクセルの基礎から活用」

対 市内在住で40歳以上の方 **内容** 歯科衛生士による講話（希望者には血管年齢測定も） **日** 6月6日（木）午後1時30分～3時 **会** 南大沢保健福祉センター **定** 10名（先着順） **申** 5月16日から電話で南大沢保健福祉センター（☎679・2205）へ

高齢者のパソコン塾「ワード・エクセルの基礎から活用」

対 市内在住の60歳以上で、パソコンで文字入力ができる方 **日** 6月4・11・18・25日、7月2日の午後1時30分～3時30分（全5回） **会** 恩方老人憩の家 **定** 9名（抽選） **費** 4千円 **申** 往復ハガキに「高齢者のパソコン塾」と住所・氏名（ふりがな）・電話番号・生年月日・使用証番号をお持ちの方、返信面の宛名を書いて、5月24日（必着）までに恩方老人憩の家（〒192・0154 下恩方町3395 ☎651・3961）へ

の理解を深め、サポーターとして活動するための基本的な知識を学ぶ講座を開催します。

対 市内在住・在勤・在学の方 **日** 5月31日（金）午後6時30分～8時30分 **会** 市役所8階802会議室 **定** 20名（先着順） **申** 5月15日から電話、または「障害者サポーター養成講座」と住所・氏名（ふりがな）・電話（ファックス）番号・メールアドレスを書いて、ファックス、メールで障害者福祉課（☎620・7245 ㊟623・2444 ㊠shogaisp@city.hachioji.tokyo.jp）へ

国民健康保険制度 安心して医療を受け続けられるように

問 保険年金課 ☎620・7236 ㊟626・8421

国民健康保険（以下、国保）は、自営業の方や職場の健康保険に加入していない方などが、病気やケガをした時に安心して医療機関にかかれるよう、お金（国保税）を出し合い、助け合う制度です。

保険税率などを改定

国保制度は、加入者の皆さんが納める保険税と国・都の公費などにより、都と区市町村が共同で運営しています。都は、財政運営の責任主体として、区市町村の保険給付に必要な費用を全額賄えるよう、各区市町村の医療費水準や所得水準に応じた「標準保険料率（右表の参考欄）」を提示しています。

このほど、本市の財政・国保被保険者の状況や、国民健康保険運営協議会の答申に基づき、保険税率などを右表のとおり改定しました。

保険税率など

区分	令和6年度	令和5年度	増減	(参考)	
				都が提示した標準保険料率	
医療給付費分	所得割(%)	7.73	7.29	0.44	7.73
	均等割(円)	46,500	43,000	3,500	46,565
	課税限度額(円)	650,000	650,000	0	—
後期高齢者支援金分	所得割(%)	2.83	2.38	0.45	2.83
	均等割(円)	16,600	13,600	3,000	16,597
	課税限度額(円)	240,000	220,000	20,000	—
介護納付金分	所得割(%)	2.28	2.28	0	2.28
	均等割(円)	16,700	16,700	0	16,569
	課税限度額(円)	170,000	170,000	0	—

例 4人世帯で給与収入400万円の年間保険税額（40代夫婦・小学生以上の子ども2人）

【昨年度】 538,100円 → 改定後は → 【今年度】 584,900円

福祉をもっと身近に

イベントに参加してみませんか

市民の皆さんにもっと福祉を身近に感じていただくためのイベントを開催します。ご家族や友人と、ぜひお越しください。

5/18(土) 福祉まつり

市内の福祉関係団体による手づくり作品や食品を販売するほか、手話や車いす体験などを行います。

日 5月18日（土）午前10時～午後3時
会 横山町公園から中町公園付近
問 ボランティアセンター（☎648・5776 ㊟648・6332）

民生委員・児童委員と交流して、活動を知ろう

5月12日の「民生委員・児童委員の日」にちなみ、この活動を多くの方に知っていただくため、午後1時30分から中町公園付近で市長が「1日民生委員・児童委員」として活動をPRします。詳しくは福祉政策課（☎620・7240 ㊟628・2477）までお問い合わせください。

民生委員・児童委員ってどんな人？

地域の身近な相談相手として、市民の皆さんと行政や専門機関などをつなぐパイプ役を担う「民生委員・児童委員」。さまざまな機関や団体と連携しながら、高齢者世帯の支援や子ども食堂への協力などの地域活動に取り組んでいます。



5/24 ▶ 6/7

障害者施設 作品展示・即売会

市内の福祉作業所などに通う方が手づくりした作品を展示・販売します。

日 5月24日～6月7日の午前9時～午後4時30分（24日は1時から、7日は正午まで）
会 心身障害者福祉センター（☎624・5850 ㊟624・5954）



ちょっとした心がけで健康な毎日を

本市の医療費の状況は、国保加入者の減少により総額では減少傾向となっておりますが、1人当たりの医療費は医療の高度化などにより増加傾向にあります。健康でいることは、医療費の負担軽減にもつながります。規則正しい生活習慣を心がけ、定期的に健診を受けるなど、健康づくりに取り組みましょう。

● 健診を受けて自分の健康状態をチェック

生活習慣病は早めに対策をすれば、発症や重症化を予防できますが、自覚症状がないことから健診を受けるまで気づけない場合がほとんど。バランスの良い食事と適度な運動をして、年に1度は健診を受けましょう。

● マイナ保険証などの利用で服薬歴などを確認

薬は飲み合わせによって副作用が生じることがあります。服薬歴を管理するため、マイナ保険証やおくすり手帳を活用し、疑問点などがあつた場合は、かかりつけ医や薬剤師に相談しましょう。



● かかりつけ医・歯科医・薬剤師を決めておく安心

かかりつけ医・歯科医・薬剤師をもつことで、病気の早期発見や、より安全で有効な治療につながります。



● ジェネリック医薬品の活用を

ジェネリック医薬品とは、低価格で安全性や効き目が新薬と同等と国が認めた後発の医薬品です。処方希望する場合は、医療機関や薬局の窓口でジェネリック医薬品を利用したいことを伝えましょう。

- ◆費用の記載のない催しなどは無料です。
- ◆申し込みの記載のない催しなどは直接会場へお越しください。

生涯学習センターの講座



内容、講師などは市のホームページ(左の二次元コード)からご覧ください。

申し込み 往復ハガキ、またはメールに講座名(1講座1通。①⑪⑬は希望コースも)と住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、市内在勤・在学の方はその旨、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、申込期限(必着)までに各センターへ ※抽選結果は申込期限の約10日後に送付します。

生涯学習センター(クリエイトホール) 〒192-0082東町5-6 ☎648・2231 ☎648・2151 ✉kouza-create@city.hachioji.tokyo.jp

講座名	日時	定員(抽選)	費用	申込期限	
①体と息と心の調え方を学ぶ～はじめての坐禅・夏 ◆対象は宗教・宗派を問わずどなたでも	午後1時コース	6/15(土) 13:00～14:30	10名	200円	5/31
	午後3時コース	6/15(土) 15:00～16:30	10名	200円	5/31
②午前と午後のみっちり4時間～一日で浴衣の着方をマスターしよう ◆対象は浴衣と浴衣帯を持参できる女性		6/22(土) 10:00～15:00	10名	400円	6/8
③ヨーロッパフラワーアレンジメントを体験しよう		6/23(日) 18:00～19:30	13名	2,700円	5/30
④つまみ細工で作る大人の髪飾り ～ゆかた姿がさらに素敵に!		6/26・27の18:30～20:30(全2回)	10名	1,400円	6/6
⑤NISA・iDeCoの基礎知識 ～人生100年時代への備え		6/27(木) 14:00～16:00	40名	—	6/9
⑥鎌倉武士たちの足跡 ～市内の伝承地をわかりやすく紹介		6/28(金) 14:00～16:00	70名	—	6/9
⑦基本から学ぼう!はじめての水墨画		6/28、7/5・12・26の18:00～19:30(全4回)	10名	3,500円	6/10
⑧発達障害による就職の悩みを持つ若者と地域をつなげたい ～支援する事業所・団体の活動を知る		7/4(木) 13:30～15:30	40名	200円	6/18
⑨普通救命講習会・再講習会(7月コース) ◆再講習会の対象は3年以内に普通救命講習会を受講した方		7/5(金) 13:00～16:00	20名	1,500円程度	6/7
⑩大人の為のヒップホップダンス(初級)		7/7・14の15:30～17:00(全2回)	20名	500円	6/2
⑪会場&オンライン講座 設置義務化でどうなる?住宅の太陽光発電 ～制度の概要・補助金・発電・蓄電・EVの最新動向	会場コース	7/13(土) 14:00～15:30	20名	—	6/14
	オンラインコース (Zoom)	7/13(土) 14:00～15:30	20名	—	6/14

生涯学習センター南大沢分館 〒192-0364南大沢2-27 ☎679・2208 ☎679・2218 ✉kouza-minami@city.hachioji.tokyo.jp

講座名	日時	定員(抽選)	費用	申込期限	
⑫Excel VBAはじめての一步～作業しながら覚えるExcel自動化の基礎 ◆対象はExcelがインストールされているパソコンを持参できる方		6/22・29の14:00～16:00(全2回)	10名	400円	6/4
⑬生成AIを体験してみよう ～インストール・使い方から注意点まで ◆対象はパソコンまたはスマートフォンを持参でき、アプリをインストールできる方	午前コース	7/2(火) 10:00～12:00	12名	200円	6/13
	午後コース	7/2(火) 14:00～16:00	12名	200円	6/13
⑭森村誠一「未知の狩人」 ～ミステリーの新たな地平を開いた50年		7/6(土) 18:00～19:30	60名	—	6/15
⑮新一万円札の顔 渋沢栄一がめざした資本主義		7/13(土) 18:00～19:30	60名	200円	6/19
⑯女性作家 林芙美子「浮雲」を読み解く ～戦後世界に再現された戦争		7/20(土) 14:00～16:00	60名	200円	7/3

※障害者手帳をお持ちの方は費用の減額制度があります。詳しくは各センターにお問い合わせください。

コニカミノルタサイエンスドームの催し

問い合わせ コニカミノルタ サイエンスドーム
☎624・3311 ☎627・5899



施設紹介動画

費用とは別に入館料が必要な催しもあります。

申し込み ⑫6月22日から、⑬6月9～20日に市のホームページ(右の二次元コード)で



催し名	対象	日時	定員(先着順)	費用
①それいけ!アンパンマン～星の色と空の色 ②宇宙ヒストリア～138億年、原子の旅 ③ちびまる子ちゃん ④スターオーシャン～太陽系外惑星への航海 ⑤夏の星空さんぽ ⑥トワイライトプラネタリウム 「二人の銀河鉄道～賢治と嘉内の青春」 ⑦全編生解説プラネタリウム「星を見る動物」	どなたでも	6/1・2・8・9・15・16・22・23・29・30の10:30～11:15、 6/4～7・11～14・18～21・25～28の14:20～15:05	各218名	500円(4歳～中学生は150円、3歳以下のお子さんは無料) ※土曜日は中学生以下は無料(⑥を除く)
		6/1・2・8・9・15・16・22・23・29・30の12:40～13:30		
		6/1・2・8・9・15・16・22・23・29・30の14:20～15:10、 6/4～7・11～14の15:50～16:40		
		6/1・2・8・15・16・22・29・30の15:50～16:40、 6/18～21・25～28の15:50～16:40		
		6/9(日) 15:50～16:40		
		6/15(土) 18:00～18:50		
		6/23(日) 15:50～16:40		
⑧かんたん工作室 「磁石ではねるぴよんぴよんカエル」	4歳～中学生	6/1・2・8・9の11:30～12:30、14:10～15:10	各12組	50円
⑨わくわくサイエンス 「小さなプランクトンを見てみよう」	どなたでも	6/15(土) 11:30～12:30、14:10～15:10	各12組	—
⑩フリー工作広場「紙コップ工作」	4歳～中学生	6/16・22・23の11:30～12:30、14:10～15:10	各12組	—
⑪わくわくサイエンス「八王子の地形をしろろ」	どなたでも	6/29(土) 11:30～12:15、14:10～14:55、 15:30～16:15	各12組	—
⑫星空コンサート「星空と魔法の音楽会」	どなたでも	6/29(土) 18:30～19:30	218名	300円
⑬科学実験教室「葉っぱの化石をはくつしよう」	小学3年生～中学生	6/30(日) 13:00～15:30	12名(抽選)	500円

※⑧～⑪1組3名まで。⑥⑫中学生以下、⑧～⑪小学3年生以下、⑬小学生のお子さんは保護者同伴で(⑬保護者1名まで)。

タヤけ小やけふれあいの里の催し

問い合わせ タヤけ小やけふれあいの里
☎652・3072 ☎652・4155



施設紹介動画

費用とは別に入場料が必要な催しもあります。

申し込み ③～⑥5月16日から電話で

- アジサイ散策**
日時 6月中～下旬
- ホテルの夕べ**
日時 6月8～23日の午後6時～8時45分
費用 200円(中学生以下は100円)
- 桜染め講習会**
日時 6月15日(土)午前10時30分～午後3時
定員 5名(先着順)
費用 3,500円
- みごぼうぎ講習会**
日時 6月19日(水)午前10時30分～午後2時
定員 10名(先着順)
費用 1,000円
- 竹燈&キャンドル作り**
日時 6月29・30日の午前10時～正午、午後1～3時
定員 各6名(先着順)
費用 1,500円
- 体験講座**
講座名・日時など 右表のとおり

講座名	日時	費用
やすらぎ細工	6/1・8・16・22・29・30の10:00～15:00	各500円～
和紙の工作	和風チャーム作り	6/1・15の11:00～15:00 各300円
	吊るし飾り	6/1・15の11:00～15:00 各700円
	くるみ絵	6/1・15の11:00～15:00 各1,000円
チョークアート体験	6/1・29の10:00～15:00	各500円～
森の工作	6/2・9・16・23の10:00～15:00	各500円
わら細工体験	6/8(土) 10:30～14:00	600円
作陶体験	皿作り(1点)	6/8・10・12・16・23・24・26の10:30～15:00 各2,000円～
	焼き締め(2点)	6/8・10・12・16・23・24・26の10:30～15:00 各3,500円
ネイチャーアート	6/8・15・22・29の11:00～15:00	各700円～
シャインカービング体験	6/9(日) 10:00～15:00	1,200円
ロザフィ体験	6/9(日) 10:00～15:00	3,000円
アクリルツェン体験	6/9・23の10:00～15:00	各500円～
グラスリツェン体験	6/9・23の10:00～15:00	各1,000円～
キャンドル作り	6/15・16の10:00～15:00	各1,000円～
シャカシャカキーホルダー作り	6/22・23の10:00～15:00	各800円
デコパージュの作品作り	6/22・23の10:00～15:00	各800円
貝殻アート作り	6/22・23の10:00～15:00	各800円～
カクテルパフェキーホルダー作り	6/29・30の10:00～15:00	各990円
くまちゃんのアロマストーン作り	6/29・30の10:00～15:00	各1,000円
恐竜と動物のジオラマ作り	6/29・30の10:00～15:00	各1,500円
一緒に和太鼓を叩こう	6/30(日) 11:00～12:00	500円

◆費用の記載のない催しなどは無料です。
◆申し込みの記載のない催しなどは直接会場へお越しください。

お知らせ

「人権擁護委員の日」にちなんで人権相談

日 6月5日(水)午前10時〜正午
会 市役所3階総務課 申 電話で
総務課(☎620・7201)へ
※毎月10日(土)・日曜日、祝・休日の場合は翌開庁日にも人権相談を行っています。

防災行政無線による全国一斉情報伝達訓練を実施

災害時に、国からの緊急情報を瞬時に伝える「全国瞬時警報システム(Jアラート)」のシステムが正確に作動することを確認するため、5月22日(水)午前11時から、消防庁が市内の防災行政無線を使い、全国一斉訓練を行います。

当日は開始チャイムの後、「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返し)」。こちらは、防災八王子です」と放送し、最後に終了チャイムを作成しました。市立小・中学校などで配布するほか、市のホームページ(下の二次元コード)からもご覧いただけます。



また、いずみの森義務教育学区を青少年の良好な環境づくりのモデル地区として指定し、スポーツ体験などで思いやりの心を育む活動を行います。この取組以外にも、各中学校区に設置されている青少年対策地区委員会が地域の清掃や防災体験活動などを行っていますので、ぜひご参加ください。問い合わせは青少年若者課(☎620・7435)へ。

むし歯予防相談

対 市内在住の乳幼児と保護者
内容 歯科衛生士による個別相談、



浴衣姿で甲州街道を練り歩く

八王子まつりで踊ろう
民踊流しに参加する団体を募集

曲名 太陽おどり、高尾山音頭、おりやせ節、八王子音頭
日 8月3日(土)午後4時〜6時30分
申 往復ハガキに「民踊流し」と団体名、参加人数、代表者と副代表者の住所・氏名・電話(携帯)番号、返信面の宛名を書いて、6月10日(必着)までに八王子民踊協会(八王子観光コンベンション協会内〒192-0083旭町1-1セレオ八王子北館9階 ☎649・2827 ㊟686・1388)へ

踊り方の講習会も

日 6月16日(日)午後1時30分〜4時
会 八王子織物工業組合(八幡町)
定 100名(抽選)
費 1人500円
申 往復ハガキに「講習会」と住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話(携帯)番号、返信面の宛名を書いて、5月31日(必着)までに八王子民踊協会へ



い。問い合わせは美しい八王子をつくる会事務局(ごみ減量対策課 ☎620・7256)へ。

調理師試験の願書を配布

10月26日(土)に実施する令和6年度調理師試験の願書を、保健所生活衛生課、市役所1階市政資料室各事務所で配布しています。申込期限は6月3日(消印有効)です。詳しくは市のホームページ(左の二次元コード)からご覧ください。



iOS

Android

インスタグラムで多摩ニュータウンの魅力を発信

市では、京王電鉄、UR都市機構、多摩市、稲城市と連携し、写真・動画共有アプリ「インスタグラム」で、子育て世帯の目線から多摩ニュータウンの魅力を発信しています。アカウント名は「移住のたま子さん」です。

フォロワーはインスタグラムでユーザーID「tanako_jiu」で検索、または左下の二次元コードからご覧ください。問い合わせは都市戦略課 ☎620・7550)へ。



みんなの町の清掃デー

町会・自治会などから多くの方が参加し、地域の清掃活動を行う「みんなの町の清掃デー」。今年は5月26日(日)に実施します。集合時間・場所など、詳しくは各町会・自治会などにご確認ください

歯みがき実習(希望者には唾液テストも) 日 6月12日(水)：南大沢保健福祉センター(☎679・2205)、6月18日(火)：東浅川保健福祉センター(☎667・1331)、6月26日(水)：大横保健福祉センター(☎625・9200)

時 午前9時30分〜午後3時30分(1人50分程度) 申 5月16日から電話で各センターへ

講演会「親子で性についての話を聞いてみよう」

毎年6月23〜29日は「男女共同参画週間」。これにあわせ、性教育YouTuberとしても活躍する助産師のシオリヌさんの講演会を開催します。

対 市内在住のおおむね小学5・6年生のお子さんと保護者 日 6月16日(日)午後2時〜3時40分 会 東京

減などを目的に掲示する「ごみ問題啓発ポスター」を募集します。申込方法など、詳しくは市のホームページ(下の二次元コード)からご覧ください。



恩方中学校区で地域づくり推進会議が始まります

地域にお住まいの方や活動されている方などが、地域の現状や将来の姿などを話し合う「地域づくり推進会議」の参加者を募集します。

対 恩方中学校区にお住まい、または関わりがある方

日 6月8日(土)午前9時30分〜正午
会 恩方第一小
申 直接、またはハガキ、ファックス、メールに「恩方中学校区地域づくり推進会議」と住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、5月31日(消印有効)までに経営計画課(〒192-8501 ☎620・7307 ㊟627・5939 ㊟chiikidukuri802@city.hachioji.tokyo.jp)へ

5万円 申込期限 6月28日 問ごみ減量対策課 ☎620・7256)

収穫体験の協力農業者

小学生以下のお子さんと保護者、または福祉事業者を対象にした野菜などの収穫体験にご協力いただける農業者を募集します。申し込みは、5月31日までに電話で農林課(☎620・7250)へ。

子育て

大人から子どもへ
思いやりの心を伝えよう

市では、青少年問題協議会での調査・審議に基づき、今年度の青少年健全育成基本方針重点目標を「みんなでないでいこう!思いやりの心」に決定し、リーフレッ

来年3月に市内の各家庭に配布する「ごみ・資源物収集カレンダー」&出し方に掲載する広告を募集します。申込方法など、詳しくは市のホームページ(下の二次元コード)からご覧ください。



募集規格 縦3cm×横10cm 広告料

日 6月25日(火)午前9時30分〜11時30分 会 生涯学習センター南大沢分館 定 30名(抽選) 申 往復ハガキ、ファックス、メールに「南大沢ファイカ」と住所・氏名(ふりがな)、お子さんの年齢・電話(ファックス)番号、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、6月10日(必着)までに学習支援課(〒192・0082東町5・6 ☎648・2231 ㊟648・2151 ㊟b20300@city.hachioji.tokyo.jp)へ

講座・催し

日本語ボランティア基礎講座

外国の方などの日本語学習を支援する「日本語ボランティア」。活動を始めた方や、始めて間もない方を対象とした講座を開催します。

日 6月2・9・16日の午後2時〜4時20分(全3回) 会 学園都市センター 定 25名(抽選) 費 3千円
申 催し名と住所・氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、5月25日(必着)までにメールで八王子国際協会 ☎642・7091 ㊟event@ha855.com)へ

長池公園ネイチャーラフト「シノダケヒメリをつくる」

長池公園の間伐材を使って、フィンランドの装飾品「ヒメリ」を作ります。

対 6歳以上の方(小学2年生以下のお子さんは保護者同伴で) 日 6月16日(日)午後1時30分〜3時30分 会 長池公園 定 12名(先着順) 費 千円 申 5月15日から直接、または電話で長池公園(☎678・4616)へ

5月は固定資産税・都市計画税第1期、軽自動車税(種別割)の納期です。平日のほか日曜日にも納税のお問い合わせができます。収納課(☎620・7224)

子どものいじめ相談電話(☎620・7499)を開設しています。一人で悩まずにご相談ください。受付時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時

日本遺産ウォーク参加者を募集
まちの歴史文化をめぐってみよう

日本遺産「桑都物語」推進協議会
(日本遺産推進課内)
☎620・7434 ☎626・8554

日本遺産認定ストーリー「霊気満山 高尾山～人々の祈りが紡ぐ桑都物語～」にちなんで桑都の古道を、古街道研究家・宮田太郎さんと巡ります。申込方法など、詳しくは同協議会のホームページ(右の二次元コード)からご覧ください。

テーマ 八王子片倉城跡から古代遺跡ロマンのみなみ野を歩く

集合 6月8日(土) 午前10時に片倉駅北口(解散は午後3時30分頃山田駅で。荒天の場合は6月15日に延期)

定 30名(抽選)
費 500円
申込期限 5月27日



日本遺産
JAPAN HERITAGE

介護のしごと 外国人日本語教室
介護事業所などで働いている外国人の方を対象に、中級・上級の2つのクラスで日本語教室を開催します。

日 5月18日～来月11日の土曜日の午前10時～11時50分(全24回)

会 東京国際外語学院(南町) **定** 各15名(抽選) **申** 5月17日までに電話、または市のホームページ(右下の二次元コード)で配布する申込書に必要事項を記入して、ファックス、メールで東京国際外語学院(☎68・0618 ☎686・0619 ☎)

自然観察会「梅雨時の自然」
コース 榎窪沢、城山湖など約6.5km **集合** 6月12日(水)午前10時に高尾駅北口(解散は午後2時30分頃大戸バス停で) **費** 2200円

コース 小仏峠、高尾山薬王院など約10km **集合** 6月11日(火)午前9時に高尾駅北口(解散は午後3時頃にケーブルカー高尾山駅で) **費** 1650円

高尾駒木野庭園の催し
① 錦鯉ガイド
対 小学3年生以上の方 **日** 5月23日(木) 午前10時30分～11時 **定** 15名(先着順)

② いきもの講座モリアオガエル
日 6月16日(日) 午前10時30分～正午 **定** 20名(先着順) **費** 800円

③ 音楽鑑賞イベント「ジャズのタベ」
日 6月22日(土) 午後6時30分～8時30分 **定** 35名(抽選) **費** 2千円(小学生以下は無料)

内容	日時	会場
①ステップアップ講習	6/7(金)	南大沢市民センター
②スタート講習	6/14(金)	横山南市民センター
	6/22(土)	長房市民センター

エコひろばの催し
「ダンボールコンポスト講習会」
市内在住・在勤・在学の方 **内容** 左表のとおり **時** 午前10時～正午 **定** 各20名(先着順) **申** 5月16日から電話、または催し名②は希望日(住所・氏名・電話番号を書いて

小学生以上の方(小学生は保護者同伴で) **定** 各20名(先着順) **申** 実施日の3週間前から八王子観光コンベンション協会(☎649・2827)のホームページ(下の二次元コード)で

対目 ①4～6歳のお子さん…火曜日の午後3時30分～4時30分、土曜日の4時30分～5時30分 ②小学1～3年生…火曜日の午後4時30分～5時30分、土曜日の5時30分～6時30分 ③4～6年生…火曜日の午後5時30分～6時30分、土曜日の6時30分～7時30分 **会** エスフォルタアリーナ八王子 **定** 各15名、②③各16名(いずれも先着順) **費** 月7150円 **申** 直接、または電話でエスフォルタアリーナ八王子(☎662・4880)へ

ミニ公演
「はちくはくで説経節を聴こう!」
説経節の会による「日高川入相花王」を披露します。
日 5月19日(日) 午後0時30分～1時

紙芝居「八王子の大久保長安」
日 5月26日(日) 午後2時～2時30分

会 はちくはく(桑都日本遺産センター八王子博物館 ☎622・8939)

はちくはくの催し
エスフォルタアリーナ八王子の体操教室

日頃の練習の成果を発揮しませんか？

市民スポーツ大会を開催

問 スポーツ振興課 ☎620・7457 ☎626・8554

6・7月に募集する種目は下表のとおりです。このほかの種目は本紙7月15日号でご案内します。申込方法など、詳しくは市のホームページ(右の二次元コード)からご覧ください。また、9月1日(日)に富士森体育館で総合開会式を開催します。

種目	期日	申込期間
フットサル	8/10・11・17・18、9/7・8・15	7/7まで
軟式野球	8/18～11/24の日曜日	小・中学生…6/28まで 高校生以上…6/15まで
水泳	9/8(日)	6/1～30
陸上競技	9/8(日)	6/17～7/1
テニス(ダブルス)	予選(男子)…9/8(日) 予選(女子)…9/15(日)	7/1～14 7/1～14

※本戦は9/29

休日救急診療の内科・外科・小児科

<p>19日(午前9時～午後5時)</p> <p>白鳥内科医院 (内) 高尾町1580 ☎662-3220</p>	<p>おおぬき内科クリニック (内) 堀之内2-6-5 ☎678-2771</p>
<p>八王子クリニック (外) 横山町11-5 斗南堂ビル4階 ☎643-3717</p>	<p>鳥羽クリニック (内)(外) みついで1-18-1 ☎691-1044</p>
<p>あさみ内科クリニック (内) 中野上町5-5-3 1階 ☎625-6661</p>	<p>鹿島クリニック (内) 鹿島5 ☎676-0776</p>
<p>宮川整形外科 (外) みなみ野1-2-1 アクロスモール2階 ☎632-8455 ☎623-3238 午前10時～午後6時</p>	<p>福原内科クリニック (内)(外) 八日町4-16 ☎623-3238</p>

救急診療

- 救急車を呼ぶべきか迷ったら
- ▶東京消防庁救急相談センター(24時間)
☎#7119または☎042-521-2323
 - ▶小児救急相談 子供の健康相談室(東京都)
月～金曜日(午後6時～翌朝8時)
土・日曜日、祝・休日・年末年始(午前8時～翌朝8時)
☎#8000または☎03-5285-8898
 - ▶八王子消防署救急病院案内(24時間)
☎625-0119
 - ▶東京都妊婦相談ほっとライン
(元日を除く。午前10時～午後10時)
☎03-5339-1133

受診前にお電話を

- 小児科
▶毎日(午後8～11時)
夜間救急診療室 ☎663-9911
散田町3-10-1南多摩病院1階
- ▶毎日(24時間)
南多摩病院 ☎663-0111 散田町3-10-1
- ▶奇数日(通常診療終了～翌朝。日曜・祝日は午前8時30分～)
東海大学医学部付属八王子病院
☎639-1111 石川町1838
- ▶偶数日(通常診療終了～翌朝。日曜・祝日は午前9時～)
東京医科大学八王子医療センター
☎665-5611 館町1163

●内科

- 毎日(午後8～11時)
夜間救急診療室 ☎663-9911
散田町3-10-1南多摩病院1階

●歯科

- 日曜日、祝・休日(午前9時～午後4時)
休日歯科応急診療所 ☎622-7026
台町4-33-13小児・障害メディカルセンター内

医療情報ネットでは
休日の眼科・耳鼻咽喉科も
ご案内しています

「医療情報ネット」では、全国の医療機関・薬局をご案内しています。詳しくは下の二次元コードからご覧ください。 ※電話でのご案内は都医療機関案内「ひまわり」(24時間。☎03・5272・0303)へ。

※救急診療は八王子市医師会、八王子歯科医会、八王子薬剤師会、市内大学病院などにご協力いただいております。

ひろば

官公署・市民団体のお知らせ

- ◆費用の記載のない催しなどは無料です。
- ◆申し込みの記載のない催しなどは直接会場へお越しください。

この欄では、官公署や市民の皆さんのコミュニティ活動の催しなどを紹介しています。内容の確認などは直接、各団体へ。政治・宗教・営利行為に関するものは掲載しません。掲載の申し込みは市役所4階広報プロモーション課、クリエイトホール1階、各事務所・市民センター、市のホームページで配布する掲載依頼書に記入して、掲載希望号の前々月の20日から前月の10日までに、広報プロモーション課(☎620・7228 ㊟626・3858)へ。

対…対象 日…日時 時…時間 会…会場
定…定員 費…費用 問…問合せ

お知らせ

★自動車税種別割の納付は5月31日までに詳しくは都主税局のホームページをご覧ください。なお、身体障害者手帳などをお持ちの方で一定の要件を満たす場合、減免を受けられます。 問 都自動車税コールセンター ☎03・3525・4066

講座・催し

★国蝶オオムラサキ見学会 詳しくは東京たま広域資源循環組合のホームページをご覧ください。 ㊟6月29日午前8時15分～11時30分、午前9時50分～午後1時5分、1時5分～4時20分 ㊟谷戸沢処分場(日の出町) ㊟各抽選60名 ㊟申込期限6月10日 ㊟同組合 ☎042・597・6152

★学術講演会「AI(人工知能)の過去・現在・未来」 ㊟5月26日午後2時～3時30分 ㊟マロウドイン八王子(三崎町) ㊟先着50名 ㊟中央大学学芸会八王子支部・木寺 ☎090・6478・2475

★借地借家問題市民セミナー ㊟5月19日午後1時30分～4時 ㊟クリエイトホール ㊟先着15名 ㊟東京多摩借地借家人組合八王子支部・藤原 ☎622・6736

★講座「人生を救う離婚という選択肢」 ㊟女性 ㊟5月25日午後1時30分～4時30分 ㊟クリエイトホール ㊟先着10名 ㊟費500円 ㊟電話で多摩らいふサポート・太矢 ☎090・9373・8321

★おいしいヘルシークッキング ㊟6月4・11日の午前9時30分～正午 ㊟大横保健福祉センター ㊟各先着16名 ㊟費1,500円 ㊟電話で八王子管理栄養士の会ダイエタリー・フレンズ・小嶋 ☎080・5002・3745

★パソコン・スマホ無料相談会 ㊟6月6日午後1時30分～3時30分 ㊟大横保健福祉センター ㊟先着10名 ㊟電話でシルパー人材センター・内田 ☎626・1274

★初めての鉛筆デッサン ㊟5月21日、6月2日の午前10時～正午、午後1時30分～3時30分 ㊟アマダステーション(東町) ㊟各先着8名 ㊟費500円 ㊟電話で美術工作ラボWASABI・筒井 ☎090・2304・0887

★書作展 ㊟5月24～26日の午前10時～午後5時(26日は4時まで) ㊟ギャラリー新(万町) ㊟書・無絃会・中司 ☎090・5529・5995

★水彩画展 ㊟5月21～27日の午前10時～午後5時(21日は1時から、27日は3時まで) ㊟中央図書館 ㊟水彩・遊の会・島森 ☎080・9411・3884

★気功体験会「ツボと呼吸法の健康法」 ㊟5月29日午後6時15分～7時45分 ㊟クリエイトホール ㊟先着10名 ㊟電話で八王子元氣会・清水 ☎090・7708・2226

★音楽に合わせて筋力アップ3B体操講習会 ㊟5月22・23日の午前10時～11時30分 ㊟子安市民センター ㊟電話で3B体操・今井 ☎090・7212・6749

★シニア軟式野球体験会 ㊟58歳以上 ㊟5月21・28日の午前10時～午後1時 ㊟小宮町スポーツ広場野球場 ㊟電話で八王子ドリームズ・渡瀬 ☎080・6650・3445

★シニアソフトテニス講習会 ㊟60歳以上 ㊟6月16日午前9時～午後2時 ㊟富士森公園テニスコート ㊟先着40名 ㊟電話で八王子ソフトテニス連盟・竹内 ☎090・2547・3825

★弓道初心者教室 ㊟18歳以上 ㊟7月3～27日の水・土曜日の午後6時30分～8時30分 ㊟陵南弓道場(東浅川町) ㊟抽選15名 ㊟費5,000円 ㊟八王子市弓道連盟 ☎665・4973

会員募集

★論語を楽しく学ぶ会 ㊟60歳以上 ㊟第4水曜日の午後1時30分～3時30分 ㊟子安市民センター ㊟渡辺 ☎090・4934・8707

★八王子子どもの本を読む会 ㊟18歳以上 ㊟第1火曜日の午前10時～12時30分 ㊟中央図書館 ㊟費1回100円 ㊟吾妻 ☎637・2915

★勉強お助け教室サポーターの会 ㊟60歳以上 ㊟土曜日の午前10時～11時30分 ㊟由木中央市民センター ㊟渡辺 ☎090・4934・8707

★エッセーを学ぶあざみの会 ㊟第3火曜日の午後1～5時 ㊟中央図書館など ㊟費月1,000円 ㊟近野 ☎625・9140

★女声コーラス「コール・ヴィサン」 ㊟女性 ㊟第2・4土曜日の午前10時～正午 ㊟大横保健福祉センター ㊟費1回1,000円 ㊟川合 ☎662・2023

★男声合唱団「お山の大将」 ㊟男性 ㊟第1土曜日、第2・4日曜日の午後1時30分～4時30分 ㊟浅川市民センターなど ㊟費月3,500円 ㊟小澤 ☎090・3210・1228

★八王子カンツォーネの会 ㊟第3・4金曜日の午前10時～正午 ㊟中野市民センター ㊟入会金1,000円、1回2,500円 ㊟遠藤 ☎664・0633

★ベルカントで歌う会 ㊟18歳以上 ㊟第1・3火曜日の午後2時～3時30分 ㊟南

大沢市民センター ㊟入会金1,000円、1回1,000円 ㊟野田 ☎080・9179・1949

★女声合唱団かわせみ ㊟60歳以上の女性 ㊟月2回の木曜日の午後1～3時 ㊟東浅川保健福祉センター ㊟費月4,000円 ㊟赤 ☎665・5550

★カラオケ「子安ひばり会」 ㊟第1・3木曜日の午前10時～11時30分 ㊟子安市民センター ㊟費月2,500円 ㊟熊谷 ☎090・9258・3785

★俳句の会「おおるり」 ㊟第1土曜日の午後1～4時 ㊟北野市民センター ㊟費年12,000円 ㊟坂本 ☎627・1500

★高尾陶芸クラブ ㊟第1・3土曜日の午前9時～午後5時 ㊟浅川市民センター ㊟費月1,500円 ㊟山森 ☎090・1423・2359

★ウクレレ「メレオハナ」 ㊟初心者 ㊟第2・4土曜日の午前10時～正午 ㊟中野市民センター ㊟費年5,000円 ㊟堀之内 ☎090・9015・1486

★書のサークル「つどい」 ㊟60歳以上 ㊟第1・3水曜日の午前10時～11時45分 ㊟南大沢保健福祉センター ㊟入会金500円、月2,000円 ㊟亀山 ☎090・9964・3664

★書道羊会 ㊟第1・3水曜日の午前9時～正午 ㊟大横保健福祉センター ㊟費月2,200円 ㊟大枝 ☎090・5426・7189

★大人のストレッチサークル ㊟火曜日の午後6時30分～7時30分 ㊟散田東町会館 ㊟費1回1,000円 ㊟楠山 ☎090・1795・0166

★台町トリム体操 ㊟60歳以上 ㊟木曜日の午前10時～正午 ㊟台町市民センター ㊟費月1,000円 ㊟次田 ☎626・0540

★リズム気功 ㊟50歳以上の女性 ㊟第1・3金曜日の午後1時30分～3時15分 ㊟北野市民センター ㊟費月2,000円 ㊟長谷川 ☎090・9978・8937

★登山「いちょう山の会」 ㊟50歳以上 ㊟月2回の土曜日など ㊟関東近郊の山 ㊟費年9,000円 ㊟尾崎 ☎090・9139・6522

★大空ハイキングクラブ ㊟70歳以下 ㊟月4回の日曜日など ㊟八王子近郊の山など ㊟費月500円 ㊟宮崎 ☎080・3025・1933

★選暦軟式野球「八王子フレンドリー」 ㊟59歳以上の男性 ㊟日曜日の午前9時～正午 ㊟城山中 ㊟費年15,000円 ㊟小沼 ☎090・5340・6549

★フレンドリーテニスクラブ ㊟月～金曜日の午前8時～正午 ㊟大塚公園テニスコート ㊟入会金1,000円、月2,500円 ㊟山本 ☎090・4663・4353

対…対象 日…日時 時…時間 会…会場
定…定員 費…費用 問…問合せ 申…申込方法

催し名	日時	定員(先着順)
ノルディックウォーキング&ケアストレッチ	6/1(土) 10:00～11:15	15名
さわやかグリーンヨガ	6/9・23の 10:00～11:15	各10名
太極拳教室	6/16(日) 10:00～11:30	10名

戸吹健康プログラム
申込方法など、詳しくは戸吹

【対】市内在住・在勤で18歳以上の方(医師などから運動制限を受けている方を除く) 【内容】エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチなど
【日】7月11・26日、8月8・23日、9月12・27日の午後7～8時 【会】クリエイトホール 【定】各10名(抽選)
【費】1回300円 【申込期限】5月21日 【問】スポーツ振興課(☎620・7457)

働き盛り世代向け健康体操教室
仕事帰りに気軽に参加し、エアロビクスやストレッチなどで体を動かせる体操教室を開催します。申込方法など、詳しくは市のホームページ(下の二次元コード)からご覧ください。
【QRコード】

48・2233は蔵書点検のため、6月8日(土)は生涯学習センター図書館の休館です。

その他
生涯学習センター図書館の休館

【対】3歳～就学前のお子さんと保護者：午後2時～2時50分、小学1～3年生のお子さんと保護者：午後3時10分～4時 【会】戸吹スポーツ公園 【定】各15組(先着順) 【費】千円

【日】6月8日(土)
【対】3歳～就学前のお子さんと保護者：午後2時～2時50分、小学1～3年生のお子さんと保護者：午後3時10分～4時 【会】戸吹スポーツ公園 【定】各15組(先着順) 【費】千円

戸吹スポーツ公園のサニースクール
申込方法など、詳しくは戸吹スポーツ公園(☎691・2288)までお問い合わせください。
【自分の得意を知ってみよう！】さまざまなきを体験し、自分が得意なスポーツを見つけます。
【日】5月25日(土)
【ダンス、ステップ、リズムに乗って身体を動かしながらトレーニングを行います。】

生涯学習センター図書館の休館
生涯学習センター図書館(☎622・2233)は蔵書点検のため、6月4日(火)は休館します。

子安市民センターの一部利用休止
子安市民センター(☎646・1220)は工事のため、8月1～7日の午前・午後の利用を休止します。施設利用の申し込みなどはできません。

生涯学習センター(クリエイトホール内)☎648・2231は保点検のため、6月4日(火)は休館します。

夢美術館の休館
夢美術館(☎621・6777)は展示替えなどのため、6月3～27日は休館します。

はちく(桑都日本遺産センター)八王子博物館の休館
はちく(☎622・8939)は館内整理のため、5月31日(金)は休館します。



ミズノスポーツスクール



【会】エスフォルタアリーナ八王子
【申】直接、または電話でエスフォルタアリーナ八王子(☎662・4880 ㊟664・1501)へ

詳しくはこちら
【QRコード】

内容	対象	日時	費用	定員(先着順)
ジュニア卓球	小学1～3年生	火曜日の16:00～17:10	年3,000円、月5,000円	12名
	小学4～6年生	火曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	12名
	中学生	火曜日の18:40～20:00	年3,000円、月6,000円	12名
バレー	小学1～3年生	火曜日の16:00～17:10	年3,000円、月5,000円	20名
	小学4～6年生	火曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	20名
	5歳～小学2年生	火曜日の16:00～17:10	年3,000円、月5,000円	20名
サッカー	小学3・4年生	火曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	20名
	小学5・6年生	火曜日の18:40～19:50	年3,000円、月5,000円	20名
	5歳～小学3年生	火・木曜日の16:00～17:10	年3,000円、月5,000円	20名
ジュニアバドミントン	小学4～6年生	火・木曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	25名
	小学1～3年生	水曜日の16:00～17:10	年6,000円、月6,200円	20名
	小学4～6年生	水曜日の17:20～18:40	年6,000円、月6,200円	20名
バスケットボール	小学生	水曜日の18:50～20:20	年3,000円、月7,200円	20名
	小学生	木曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	20名
	5歳～小学2年生	金曜日の16:00～17:10	年3,000円、月5,000円	20名
スポーツ	小学3・4年生	金曜日の17:20～18:30	年3,000円、月5,000円	20名
	小学5・6年生	金曜日の18:40～19:50	年3,000円、月5,000円	24名
	小学1～3年生	金曜日の16:00～17:15	年3,000円、月6,000円	25名
フットサル	小学4～6年生	金曜日の17:30～18:45	年3,000円、月7,000円	25名

市のホームページにも、サークル・団体情報などを掲載。トップ画面から「情報広場」で検索を。コミュニティ活動応援サイト「はちコミねっと」でも、市民活動団体の情報をご案内しています。



とまこまい
苫小牧の礎を築いた八王子千人同心

北海道南西に位置する苫小牧市は、日本初の大規模な内陸掘り込み式人造港「苫小牧港」を擁する国際港湾産業都市です。

八王子市との繋がりは、寛政12年（1800年）に江戸幕府の命を受けた八王子千人同心が北方警備と開拓のため、勇払原野（現在の苫小牧市勇払）に入植したことが始まり。過酷な自然条件などにより4年で土地を離れるも、苫小牧の礎を築いたと言われています。これを縁として、苫小牧市市制25周年にあたる昭和48年（1973年）に、本市と姉妹都市の盟約を締結しました。



姉妹都市を紹介する動画を公開中！

トピック

子どもたちが発案したマンホール蓋の交換も

昨年7月、苫小牧市の子どもたちが本市を訪れ、八王子千人同心ゆかりの墓所見学や学童保育所の子どもたちとの交流などを行いました。この時、子どもたちの発案により、両市のカラーマンホール蓋を交換しました。



八王子市



苫小牧市

苫小牧市のステキなところ



工場夜景

道内有数の港湾物流拠点。多くの船が出入りし、工場と港が織りなす夜景は絶景です。



ウトナイ湖

ラムサール条約登録湿地。四季折々の自然や野鳥とのふれあいが楽しめます。



錦大沼ハナショウブ園

市の草の花「ハナショウブ」が、1万株以上植えられた植物園。7月ごろ、色鮮やかに咲き誇ります。



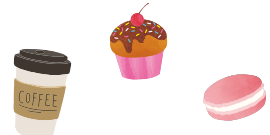
ホッキ貝

漁獲量日本一を誇る特産品。学校給食でも提供され、ホッキカレーは苫小牧のソウルフードです。

5/25・26



chu line
中央線からはじまるしえ



詳しくはこちらから

中央線沿線で開催されているイベント「中央線からはじまるしえ」が、えきまえテラスで開催されます。八王子をはじめ、沿線地域のコーヒーやスイーツ、雑貨のお店が出店するほか、革のきつぷづくりなどのワークショップも行われます。出店店舗など、詳しくは同イベントのホームページからご覧ください。

日時 5月25・26日の午前11時～午後5時
会場 えきまえテラス
問い合わせ 同イベント事務局(株式会社JR中央線コミュニティデザイン内 ☎686・3104)、または市街地活性課(☎620・7305 627・5931)

広報紙の配布が不要な方のご連絡を

「広報はちおうじ」は、ホームページや電子書籍などでもご覧いただけます。紙の広報の配布停止を希望する方は、専用フォーム(右の二次元コード)から申請いただくか、広報プロモーション課(☎620・7228)までご連絡を。



八王子市LINE公式アカウント
友だち募集中！

あなたに役立つ情報や災害時の緊急情報などをいち早くお届けする「八王子市LINE公式アカウント」。ぜひ、友だち追加を。登録は右の二次元コードから。

