



広  
報

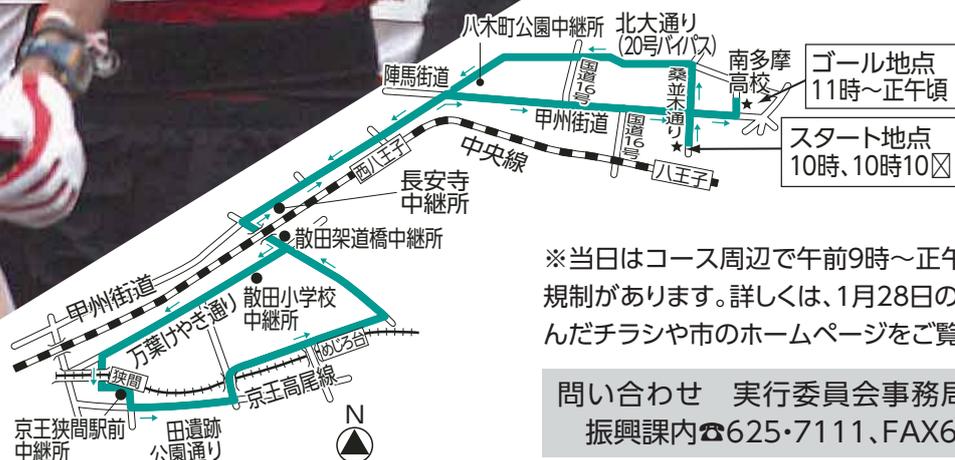
# はちおうじ

ALPS スーパーアルプス 全関東八王子夢街道駅伝競走大会

## 2月5日(日)午前10時 号砲



ゲストランナーは谷川真理さん。東日本大震災の被災地・岩手県の山田中学校チームも出場します。沿道から温かいご声援をお願いします。



### 市長選挙

いしもり たか ゆき  
**石森 孝志氏が当選**

1月22日(日)に行われた八王子市長選挙は、石森孝志氏が当選しました。投票率は34.95パーセントでした。

『心の悲鳴に耳を傾けて』  
苦しんでいる方には、なんらかの変化が起きています。例えば眠れていない、体調が悪い、急

しかし、「話を聞いてほしい」という積極的な行動を起こせる方ばかりではないのです。だからこそ、周囲の方々の気づきが大切になります。

市の保健所は悩みを抱えている方の相談窓口を開設して、年間約7千500件の相談をいただきます。本人からの相談は、大きな絶望感に支配されながらも、希望を見出したいというサインにほかなりません。

もし周囲に悩んでいる人がいる場合は、まずは気に掛け、話を聞いてあげてください。専門知識の有無ではなく、「優しさ」が追い詰められた心を救います。また、状況が切迫していたり、抱えている悩みの種類によっては、専門機関につなぐことも一つです。保健所や診療所など、心の相談を行う機関はたくさんありますので、困ったときは連絡をしてください。

## 孤立をさせない優しさが 追い詰められた心を救う



保健所保健対策課  
保健師・相方 淑恵

に酒量が増えるといったようなことです。こうした変化は『心の悲鳴』を周囲に伝えるサインの一つなのです。

### 見守り



生活には身近な人の支えが必要です。引き続き、優しく見守ってあげてください。

### つなぎ



専門機関に相談したり、医療機関で治療することを薦めてください。

### 気づき



身近に自殺のサインが見られる人がいたら、話し掛け悩みに耳を傾けてあげてください。

# 見逃さないで 「生きたい」のサイン

「もう少しで定年なので、世界一周の船旅に行こう、流氷も見に行こう、おいしいものも食べに行こうって言っていたのに…いて当たり前の人が突然目の前からいなくなるということが信じられませんでした。あの時サインを出していたんだ、『助けて』と言っていたのに私は気づけず私が殺してしまった、とも思いました。」

全国自死遺族総合支援センター編  
『自殺で家族を亡くして 私たち遺族の物語』  
(三省堂、2008年)

### 増え続ける自殺者

自殺者が増え続けています。平成10年以降、全国の自殺者数は、毎年3万人を超える状況が続く、本市でも、平成22年の1年間で135名の方が亡くなっています。自殺の原因を見ると、健康問題や家庭問題、経済問題など、さまざまな要因が絡み合っています。自殺を防ぐには、その人を追い詰めているものを取り除くことが必要ですが、思い悩んでいる本人が、独力で解決していくことは簡単ではありません。

### 周囲のサポートがカギ

そこで、大切になるのが周囲の人々。家族や友人、同僚、地域の皆さんと一緒に、悩み苦しむ人たちの悪循環を断つことが自殺を防ぐ第1歩となります。自殺は本人だけの問題ではありません。家族や友人、同僚など、身近な人間が大きな傷を負うこととなります。大切な人を失わないためにも、異変を感じたら行動を起こしましょう。

### 自殺者数の推移

	全国	八王子市
平成18年	32,155人	96人
平成19年	33,093	101
平成20年	32,249	120
平成21年	32,845	115
平成22年	31,690	135

## 自殺SOSのサイン

周囲の方にこのような変化はありませんか

- 眠れていない、食欲がない
- 原因不明の身体の不調
- 酒量が増す
- 仕事の負担が急に増えた、大きな失敗をした、職を失った
- 家庭がうまくいっていない
- 本人にとって価値のあるものを失う
- 重症の身体の病気にかかる
- 自殺をほめかす

## 主な相談機関

- 保健所保健対策課 ☎645-5111  
(月～金曜日 午前9時～午後5時)
- こころのいのちのほっとライン  
☎0570-087478 (年中無休 午後2時～午前6時)
- いのちの電話  
☎03-3264-4343 (年中無休 24時間)
- 東京自殺防止センター ☎03-5286-9090  
(年中無休 午後8時～午前6時。火曜日のみ午後5時から)

市は、法律や消費生活などさまざまな相談を行っています。毎月1日号の本紙15ページで紹介しています。

問い合わせ 保健所保健対策課 ☎645・5111、FAX644・9100

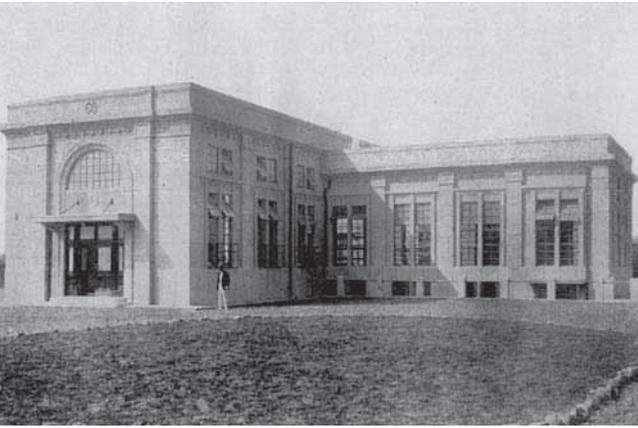
## 水道業務が都に完全移行

### 84年の歴史に幕

多摩地区で2番目となる昭和3(1928)年に給水を開始した本市の水道事業が84年の歴史に幕をおろします。これまで都と協力しながら、水道施設の工事などの業務を行ってきましたが、4月からはすべての水道業務を都が実施していくこととなります。

#### 人口増加による 水源確保が急務に

市の水道施設の建設は、大正14(1925)年に始まり、当時の市年間予算の3倍近い巨費が投じられました。戦後は、町村合併や大規模団地の建設



▲今でも現役で稼働している元本郷浄水場ポンプ棟  
(写真は昭和初期・竣工時)

問い合わせ 水道課 ☎620・7301、FAX626・1997へ

が進み、計6回の拡張事業を行いました。しかし、昭和30年代には、水源不足や財政事情の違いによる、区部との料金格差や水道普及率が課題となります。こうした問題を解決するために、安定して水道を供給できる都による水道運営が昭和51(1976)年から実施されました。

#### 完全移行でさらに 「災害に強い水道」へ

以降、都と市で役割分担をしながら事業を行ってきましたが、より効率的にサービスを提供するため、平成17年に都への完全一元化を決定。段階的に業務を移行し、水道料金の支払いの利便性が向上するなど、サービスの改善が図られてきました。また、地震などの自然災害に備えるため、市域を超えた水道水の運用や、配水管網の整備がされるなど、災害に強い水道づくりが進んでいます。

現在、水道の普及率はほぼ100パーセントとなり、年間5千428万6千100立方メートルの水が市民の皆さんに供給されています。これは水道事業を開始した当時の配水量と比較すると、およそ720倍。東京ドーム44杯分にもなります。

市の水道事業の歩みを紹介した「八王子市水道の歴史」を市のホームページでご覧になれます。

#### 応急給水などは引き続き実施

水道事業自体は、都に完全移行しますが、市役所ならではの地域に密着した関連業務は引き続き実施します。4月以降、市が担当する主な水道関連の業務は次のとおりです。

- 高月や散田、南大沢など市内に18か所ある給水所などを拠点とした災害時の応急給水活動
- 地震などの自然災害に備えた水道管耐震化工事への協力
- 市民への水道に関する情報の提供



▲応急給水活動は引き続き市が実施  
(新潟県中越地震で)

## 水道に関するお問い合わせはこちらへ

### 引越し・契約変更 水道料金など

東京都水道局多摩お客さまセンター

●引越し・契約の変更

☎0570・091・100(ナビダイヤル)

●料金・漏水修繕・そのほか

☎0570・091・101(ナビダイヤル)

※PHSなどナビダイヤルを利用できない場合は☎042・548・5100へ。

### 配管状況の確認・給水装置工事 ・水道メーターに関すること

東京都水道局

八王子サービスステーション

☎042・655・3875

※多摩ニュータウン地域の方は多摩サービスステーション☎042・371・1294へ。

## 安心して暮らせるまちに

### 暴力団排除条例

市民生活や経済活動からの暴力団の排除を目的とした条例です。

これまで市は、市営住宅への暴力団員の入居拒否や、市の契約における暴力団の排除などに取り組んできました。今回の条例では、市・市民事業者などが連携し、地域社会全体で暴力団を排除するという姿勢を明確にしています。具体的には、市民事業者の皆さんが暴力団に関する情報や、公の施設の利用制限などを規定しています。

問い合わせは暮らしの安全安心課  
(☎6200・7227、FAX620・7322)へ。



▲定期的に特設相談会も実施



▲障害のある方が安心して暮らせるように  
(クリエイトホール内の喫茶クリエイトで)

### 障害のある人もない人も共に安心して暮らせる八王子づくり条例

障害者の差別を禁止し、社会参加を進めることを目的とした条例です。

現在も誤解や偏見により、障害のある方が不利益な扱いを受け、日常生活で不自由を感じている状況にあります。そこで、外出や労働、医療、教育などさまざまな分野で障害者にとっての「壁」を取り除くために、市や市民・事業者の皆さんの責務を定めています。

また、実際に障害者が差別を感じた時に、市に相談できるしくみを新設。相談があった場合、市は助言や相手方の調整を行います。

問い合わせは障害者福祉課(☎620・7367、FAX623・2444)へ。

## 読書のまち実現へ

読書に親しむことのできる環境づくりのために意見交換などを行う「読書のまち八王子推進連絡会議」の市民委員を募集します。

対象 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方(市のほかの附属機関などの委員を除く)

任期 4月から2年間(会議は年4回程度)

募集人員 2名(選考)

謝礼 1回3千円

申し込み 「応募の動機と読書推進に関する考え」についての小論文(800字以内)と住所・氏名・年齢・性別・電話番号・職業(学校名)を書いて、2月20日(必着)までに直接、郵送、またはEメールで八王子市南大沢図書館〒192・0364南大沢2・27☎679・2201、Eメールh322002@city.hachioji.tokyo.jp)へ



▲だれもが本に親しめるように



東京多摩国体 平成25年9月28日～10月14日

## スポーツ祭東京2013 リレーインタビュー vol.2

完全版は市のホームページに掲載



国体は、日本最大のスポーツの祭典です。魅力は何といてもレベルの高さ。八王子では都内最多となる6つの正式・公開競技が行われるわけですが、出場するのは都道府県を代表する選手たちばかりです。

国体の出場者からは、オリンピックのメダリストや、後にプロ野球で活躍する選手なども誕生しています。東京多摩国体でも、未来のスター選手が活躍してくれることでしょう。

トップアスリートの真剣勝負を、身近な場所で観戦できることは、とても貴重な機会です。今から本番が楽しみみです。子どもたちが夢を描くきっかけとなるような、白熱した試合が数多く繰り広げられる大会になってほしいですね。

### トップ選手の真剣勝負、楽しみに



NPO法人 八王子市体育協会  
会長 澤本則男さん

## 市・都民税と所得税の申告はお早めに

市・都民税の申告は、市役所本庁舎や事務所など(下表)で受け付けます。所得税の確定申告は、八王子税務署で2月16日から受け付けます。申告期限はともに3月15日です。詳しくは本紙1月15日号をご覧ください。お問い合わせは市・都民税については住民税課(☎620・7219、FAX627・5918)、所得税については八王子税務署(☎622・6291)へ。

### 日曜日も申告を受け付け

▼市・都民税  
日時 2月19・26日、3月4・11日  
の午前8時30分～午後5時  
会場 市役所1階市民ロビー

▼所得税  
日時 2月19・26日の午前9時～午後5時  
会場 八王子税務署

### 申告書は収受箱への投かんが可能

市・都民税の記載済みの申告書は、市役所1階市民ロビーの収受箱に投かんできます。日時は、3月15日まで(土曜日を除く)の午前8時30分から午後5時までです。所得税の記載済みの申告書も次の方法で提出できます。

▼市役所1階市民ロビーで提出  
▼税務署玄関前の「時間外文書収受箱」(休日・夜間)へ投かん ▼下表の期日・会場の収受箱へ投かん

### 税理士による確定申告無料相談も

対象 小規模納税者や給与・年金収入のみの方  
期間・会場 2月9・10・13～17日：市役所1階市民ロビー、13～17日：首都大学東京南大沢キャンパス91年館  
時間 午前9時～正午、午後1～4時  
※午前8時45分から当日分の整理券を配布。無くなり次第、受付は終了。  
お問い合わせ 八王子税務署へ

### e-Taxに必要な電子証明書は八王子駅南口と本庁舎で

インターネットを通じて所得税の申告ができる「e-Tax」などを利用するための電子証明書。2月1日から3月15日までの交付申請の受付日時などは次のとおりです。  
会場 申告期間中の受付日時 ▼八王子駅南口総合事務所(☎620・1150、FAX620・1151)：月～金曜日の午前9時～午後6時、2月18日～3月10日の土曜日の午前9時～

### 本庁舎以外の市・都民税申告受付 時間：午前9時～正午、午後1～4時

会場	期日	会場	期日
浅川市民センター、由木東市民センター	2月6・7日	加住事務所	2月17日
館事務所	2月8・9日	八王子駅南口総合事務所	2月20～23日
石川事務所	2月9・10日	由井事務所	2月20・21日
恩方事務所	2月13日	北野事務所	2月22～24日
南大沢市民センター	2月14～16日	横山事務所	2月27・28日
元八王子事務所	2月15～17日	由木中央市民センター、川口事務所	2月29日、3月1日

午後4時 ▼市役所1階市民課(☎620・7232、FAX626・2381)：月～金曜日の午前9時～午後4時30分  
費用 500円  
申請方法 住民基本台帳カード(写真なしの場合は、運転免許証など官公署発行で現住所・顔写真入りの証明書)を持って本人が申請  
※住民基本台帳カードはあわせて申請ができます。費用は別に500円です。即日交付を希望される場合は、事前に必要書類などのご確認を。

### 点字で税額などをお知らせ

納税通知書などを送付する際、点字のお知らせを同封しています。新たに平成24年度分からのお知らせを希望する方は、市税などは3月15日までに税制課(☎620・7396、FAX627・5918)、都税は2月29日までに都主税局相談広報係(☎03・5388・2924)へご連絡ください。

### 出前講座のご利用を

市内在住・在勤・在学の10名以上のグループを対象に、税金に関する「出前講座」を行っています。内容など、詳しくは税制課(☎620・7396、FAX627・5918)までお問い合わせください。

### 市税・国保税の納税相談・納付日曜日にも受け付け

日時 2月5・12・19・26日、3月4・11・18・25日の午前8時30分～午後5時(受け付けは4時30分まで)  
会場 問い合わせ 市税は市役所2階納税課(☎620・7224、FAX626・4640)、国保税は1階国民健康保険年金課(☎620・7237、FAX626・8421)

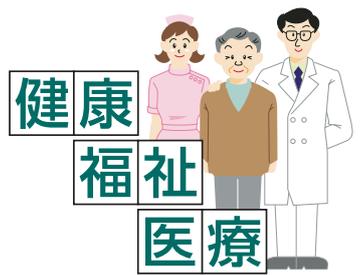
# 公園の空間放射線量測定結果 1月5～18日実施分

1月31日まで、市内194か所の公園で空間放射線量の測定を行っています。  
1月19～31日の測定結果は、本紙2月15日号でお知らせします。  
問い合わせは公園課(☎620・7271、FAX626・3533)へ。

単位はマイクロシーベルト/時  
地上1メートルで測定

地域	測定場所	測定値	地域	測定場所	測定値	地域	測定場所	測定値	
中央	ひよどり公園	0.08	西部	よしの沢公園	0.09	東部	別所やまざくら公園	0.09	
	中野山王ちびっ子広場	0.10		梶原谷とちの木公園	0.09		別所坂公園	0.08	
	中野中央土地区画 整理地内2号公園(仮称)	0.08		裏宿さくら公園	0.09		南大沢日原坂竹林公園	0.08	
	中野町公園	0.09		叶谷公園	0.09		大平公園	0.09	
	元横山公園	0.08		諏訪浅川公園	0.08		柏木公園	0.09	
	北の原公園	0.07		諏訪町公園	0.09		溜池公園	0.09	
	北大和田公園	0.07		柳沢さくら公園	0.09		赤石公園	0.09	
	大和田公園	0.08		横川下原公園	0.11		九反甫公園	0.08	
	多賀公園	0.09		横川橋公園	0.08		松木峰ヶ谷戸公園	0.10	
北部	戸吹廣町公園	0.09	西南部	桜台公園	0.10	松木川端公園	0.09		
	戸吹スポーツ公園	0.10		船田運動広場	0.10	松木えのき公園	0.11		
	弥生公園	0.08		出羽山公園	0.11	松木台公園	0.08		
	滝山台見晴公園	0.08	東部	鹿島公園	0.08	富士見台公園	0.11		
	宇津木台西公園	0.08		梶川公園	0.10	山下こぼし公園	0.10		
	宇津木台中公園	0.07		大塚宮田公園	0.10	大片瀬公園	0.07		
	宇津木台東公園	0.07		天野谷戸公園	0.09	越野吹上公園	0.07		
	宇津木台南公園	0.07		大塚なかおね公園	0.08	由木めぐみ野公園	0.07		
	青空公園	0.08		大塚ゆざわ公園	0.10	北楽公園	0.09		
	小宮中道公園	0.08		大塚東公園	0.09	海公園	0.07		
	石川東公園	0.07		大塚西公園	0.08	南大沢日向公園	0.06		
	石川公園	0.08		東中野公園	0.09	柳沢の池公園	0.08		
	石川あさくらの公園	0.07		乳母ヶ谷公園	0.09	上柚木郷戸公園	0.07		
	北八王子公園	0.08		いせまいり公園	0.09	上柚木そよ風公園	0.08		
	高倉公園	0.09		望地公園	0.08	上柚木ひだまり公園	0.07		
	新田公園	0.09		堀之内番場公園	0.08	上柚木緑地公園	0.10		
	松風公園	0.09		東部	堀之内洗馬川公園	0.09	従来から測定している箇所 (放射線相談窓口☎620・7283)		
	高倉南公園	0.07			堀之内引切公園	0.09	富士森公園	0.07	
	上川公園	0.10			堀之内芝原公園	0.07	清水公園	0.08	
駒形公園	0.08	堀之内寺沢里山公園	0.06		わくわくビレッジ	0.09			
下川口公園	0.10	越野下根公園	0.09		宇津貫公園	0.05			
一本松公園	0.09	九兵衛坂公園	0.08		上柚木公園	0.05			
あかね公園	0.09	別所公園	0.08		鳥栖公園	0.10			
宝生寺公園	0.09	別所お月見公園	0.08		松竹農村公園	0.10			
緑が丘公園	0.10	長池公園	0.09		落合公園	0.09			
ゆうやけ台公園	0.09	松木公園	0.09		大塚公園	0.07			
下恩方公園	0.09	蓮生寺公園	0.08		久保山公園	0.06			
美山縄切ちびっこ公園	0.10	別所花立公園	0.10		美山中央児童遊園	0.11			
小田野中央公園	0.09	別所くすのき公園	0.09		大和田河川敷広場	0.08			
観栖寺台公園	0.09								

※各施設、原則2～4か所で測定し、測定値は最大値を記載しています。数値が0.25以上の場合は除染を行います。



## 講座・教室

### ◆訪問介護員資質向上研修

対象 市内在住・在勤の、訪問介護員2級の資格をお持ちで、訪問介護員として就労していない方 日時 3月6・12・13・15日の午後1～4時(全4回) 会場 市立看護専門学校など 定員 15名(抽選) 費用 1千円 申し込み ハガキ・ファックス・Eメールに「介護資質向上研修」と住所・氏名(ふりがな)・電話番号を書いて、2月15日(必着)までに八王子市役所介護保険課(〒192-8501 ☎620-7416, FAX 620-7418, Eメール b073500@city.hachioji.tokyo.jp)

### ◆男の料理教室

#### 「男子厨房に入ろう」

対象 市内在住で60歳以上の料理経験のない男性 内容 健康的で手軽な料理 日時 3月7・14・21日の午前10時～12時30分(全3回) 会場 生涯学習

センター南大沢分館 定員 16名(先着順) 費用 千500円 申し込み 2月2日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679-2205)

### ◆かんたんエアロビクス

対象 市内在住・在勤で18歳以上の方 日時 2月27日(月)午前11時～12時30分 会場 あったかホール 定員 30名(先着順) 費用 525円 申し込み 2月2日から直接、または電話であったかホール(☎645-0025)

### ◆らくらくヨガ教室

対象 市内在住で60歳以上、または障害のある方 日時 2月16日(木)午後2時～3時30分 会場 南大沢保健福祉センター 定員 20名(先着順) 費用 100円 申し込み 2月2日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679-2205)



▲気軽にヨガを楽しんでみませんか

## 心身障害者福祉センターの講座など

会場・申し込み 心身障害者福祉センター(〒193-0931台町2-7-22 ☎624-5850、FAX624-5954)へ

### 講座・講習会

申し込み 往復ハガキに講座名(②は障害等級も)と住所・氏名(ふりがな)・電話番号、返信面の宛名を書いて、①は2月10日、②は2月20日(ともに必着)までに心身障害者福祉センターへ

講座名	対象	日時	定員	費用
①手話通訳者養成講座	市内在住・在勤・在学で、手話通訳者養成講座入門コース修了者、または同等の技術をお持ちの方 ※2月23日に選考試験を実施します。	4月11日～11月21日の水曜日の午後6時45分～8時45分(全30回)	—	1,400円
②手話で学べるパソコン講習会	市内在住・在勤・在学で聴覚に障害があり、手話ができる方	3月1・8・15・22日の午前10時～正午(全4回)	5名(抽選)	2,000円

### 公開作業訓練

日頃、センターで行っている作業訓練を一般の方に体験していただく催しです。

対象 市内在住・在勤・在学の方  
費用 無料

申し込み 往復ハガキ(1人1教室)に教室名と住所・氏名(ふりがな)・電話番号、返信面の宛名を書いて、2月15日(必着)までに心身障害者福祉センターへ

教室名	日時	定員(抽選)
折り紙	3月10日(土)午前10時～正午	若干名
七宝焼	3月14日(水)午後1時30分～3時30分	
リリアン編み	3月17日(土)午前10時～正午	5名
陶芸	3月1・15日の午後2～4時(全2回)	
染め紙	3月24日(土)午前10時～正午	

※初めて受講する方を優先します。

催し

### ◆高齢者介護相談会

介護に関する困りごとなどを伺います。

日時 2月10、13日の午前10時～午後4時(13日は3時まで) 会場 八王子駅南口総合事務所 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 高齢者支援課(☎620・7294)

### ◆地域包括支援センターによる出張相談会

地域包括支援センターの社会福祉士や保健師・看護師などの専門職員による高齢者の生活に関する相談会を行います。

対象 2月10、13日の午前10時～午後4時(13日は3時まで) 会場 八王子駅南口総合事務所 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 地域包括支援センター堀之内(☎679・1114)

### ◆健診データ改善相談

対象 市内在住で血糖値・コレステロール・中性脂肪・血圧が気になる方、またはその家族 内容 保健師・栄養士による相談 日時 2月16、29日の午前9時30分～午後3時30分(土・日曜日を除く。1人50分程度) 会場 保健センター(☎625・9200)大横保健福祉センター、東浅川保健福祉センター(☎667・1331)、南大沢保健福祉センター(☎679・2205) 費用 無料 申し込み 不要

込み 2月1日から電話で各センター

### ◆講演会「40代からの心とからだの健康づくり」

3月1～8日は「女性の健康週間」です。これにあわせて、女性の心と体の健康管理や食習慣、ロコモティブシンドロームについて学ぶ講演会を開催します。

対象 市内在住の40歳以上の女性 日時 3月2日(金)午後1時30分～3時30分 会場 東浅川保健福祉センター 定員 50名(先着順) 費用 無料 申し込み 2月1日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)

### ◆食育シンポジウム「野菜 たっぴりヘルシーメニュー」

市は、「しつかり食べよう野菜350」をキャッチフレーズに、野菜を多く含むヘルシーメニューの普及を推進しています。当日は、「タニタ社員食堂レシピ」に携わった栄養士の講演などを行います。

対象 市内在住の方 日時 2月4日(土)午前10時～正午 会場 南大沢文化会館 定員 200名(先着順) 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 保健所生活衛生課(☎645・5111)

### ◆障害者文化展

日時 2月14～19日の午前9時～午後8時(14日は午後2時30分から、19日は午後



▲力作が並ぶ障害者文化展

### 予防接種

### ◆二種混合第2期を未接種のお子さんはお早めに

小学校6年生のお子さんで、二種混合(ジフテリア・破傷風)第2期予防接種をまだ受けていない方は、市内の個別接種協力医療機関に予約して、早めに接種を受けましょう。費用は無料。期限は13歳の誕生日の前々日までです。接種の際は母子健康手帳を持参してください。

問い合わせは保健センター(☎625・9128)へ。



▲手や足に障害のある方をサポートする介助犬(日本介助犬協会提供)

### 福祉講演会 知ろう 学ぼう 介助犬

講演と介助の実演を行います。 日時 3月3日(土)午前10時～正午 会場 心身障害者福祉センター 定員・費用 50名(先着順)・無料 申し込み 2月1日から電話、または「介助犬」と住所・氏名・電話番号を書いてファックスで八王子市心身障害者福祉センター(☎624・5850、FAX624・5954)へ ※手話通訳と要約筆記がつきます。



## 定期利用保育の利用者募集

**対象** 市内在住で4月1日現在、1歳〜就学前のお子さん **利用日時** 4月1日〜来年3月31日(一部の民間保育園では9月30日まで)の月〜金曜日(祝・休日を除く)の午前8時30分〜午後5時のうち1日4〜8.5時間で週12〜32時間(一部の民間保育園では最大40時間) **費用** 月1万5千400〜4万3千800円 **申し込み** 市役所4階子育て支援課、各実施園、市のホームページで配布する申込用紙に必要書類を添えて、2月27日までに直

## 受け入れ保育園一覧

	施設名	定員(抽選)
公立	千人保育園	2名
	元八王子保育園	3名
	みなみ野保育園	1名
民間	浅川保育園	2名
	諏訪保育園	2名
	敬愛フレンド保育園	2名
	みなみ野敬愛保育園	3名
	ひなた保育園	2名
	光明第一保育園	3名
	光明第三保育園	5名

接、各実施園 問い合わせ 子育て支援課(☎620・7248)

## ひとり親家庭の皆さんの就労を支援

申し込みは、子育て支援課(☎620・7362)へ。③は、学校などに入学を申し込む前に、市に相談が必要ですのでご注意ください。

### ①ハローワークと連携した就労支援

児童扶養手当を受給し、就職または転職を希望するひとり親家庭の母または父を対象に、自立支援プログラムを作り、ハローワークと連携して就労支援を行います。

### ②高等技能訓練促進費の支給

看護師・理学療法士などの国家資格を取得するため、2年制以上の養成機関(大学短大を除く)で学ぶ場合に、生活費として訓練促進費を支給します。

**対象** 20歳未満のお子さんを扶養し、次のすべてに該当するひとり親家庭の母

▼児童扶養手当を受給中、または同程度の所得水準 ▼資格取得の見込みがある

▼仕事や育児と修業の両立が困難である

③自立支援教育訓練給付金の支給  
就職を目的とした教育訓練の講座を受講した場合、受講料の一部を支給します。

**対象** 20歳未満のお子さんを扶養し、次のすべてに該当するひとり親家庭の母

▼児童扶養手当を受給中、または同程度の所得水準 ▼雇用保険制度の教育訓練給付金の受給資格がない ▼講座を受講することが適職に就くために必要と認められる

## むし歯予防教室

**対象** 市内在住で平成21年1月〜22年7月生まれのお子さんとその保護者  
**内容** 講話と実習(希望者にはだ液テストも) **日時** 2月17日(金)午前10〜11時  
**会場** 保健センター **定員** 30組(先着順) **費用** 無料 **持ち物** 仕上げ用歯ブラシ、飲み物 **申し込み** 2月3日から電話で保健センター(☎625・9128)

## 講習会「おいしく・楽しく・幼児食」

**対象** 市内在住で平成21年8月〜22年5月生まれの第1子のお子さんとその保護者(2人1組) **日時** 2月17日(金)午前10時〜11時30分 **会場** 東浅川保健福祉センター **定員** 18組(先着順)  
**費用** 無料 **持ち物** 飲み物、コップ  
**申し込み** 2月2日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)  
※栄養士の話の間、ボランティアがお子さんの相手をします。

## 「保・幼・小子育て連絡協議会」の活動報告と講演会

「保・幼・小子育て連絡協議会」の二年間の取り組みを振り返る報告会を行います。協議会には、市内の保育園や幼稚園、小学校、子ども家庭支援センターなどが参加し、幼児期から小学校までのお子さんの発達を支えるための取り組みを、連

携して行っています。

当日は、白梅学園大学教授・無藤隆さんによる講演会も開催します。

**対象** 市内在住・在勤の方 **日時** 2月12日(日)午後1時30分〜4時 **会場** 教育センター **定員** 200名(先着順) **費用** 無料 **申し込み** 不要、直接会場へ 問い合わせ 子どものしあわせ課(☎620・7391)

## 「赤ちゃん・ふらっと」のご利用を

ショッピングセンターや公共施設の中にある、授乳やおむつ替えのための施設「赤ちゃん・ふらっと」。現在、市内61か所に設置されています。このほど、「赤ちゃん・ふらっと」の設置場所の地図などを掲載したポスターを作成しました。各「赤ちゃん・ふらっと」や産婦人科・小児科などの病院、公共施設に掲示しています。お出かけの際に、ご覧ください。

問い合わせは子どものしあわせ課(☎620・7391)へ。



▲「赤ちゃん・ふらっと」の目印はこのマーク



## 帝京大学の学生が国体をPR

帝京大学の学生が平成25年に開催される東京多摩国体(スポーツ祭東京2013)を盛り上げるため、オリジナルグッズを作成し、市に寄贈していただきました。グッズは「子ども用の『ゆりーと』の着ぐるみ」や「ちぎり絵」など9種類で、全ての作品が手作りです。

1月12日には、帝京大学幼稚園で東京多摩国体のマスコットキャラクター「ゆりーと」がグッズを受け取るイベントを行いました。



WATCHING HACHIOJI  
ウオッチング

## はちおうじ

### オリンパスホール八王子で成人式

1月9日の成人の日、初めてオリンパスホール八王子を会場に、成人式を開催しました。今年のスローガンは「新たな未来への扉をあける～20年間のありがとうを込めて」。3,168人の新成人が参加しました。

成人式実行委員長の元横山町三丁目・新崎愛実さんは、「20年間お世話になった大好きな八王子のために精一杯勉強し、将来恩返しをしたい」と決意を語りました。



### 市の嘱託員を募集

### 詳しくは市のホームページをご覧ください

4月から採用する市の嘱託員を下表のとおり募集します。対象や選考方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください。各問い合わせて先までご連絡ください。

募集職種	必要な資格・経験・技能など ※掲載しているのは一部です。詳しくはホームページをご確認ください	申込期限	問い合わせ
人事管理事務専門員	人事・給与関連事務の経験など	2月9日	職員課(☎620・7426)
徴収嘱託員	金銭取扱事務・外交勤務の経験、普通自動車免許など	2月17日	納税課(☎620・7224)
滞納整理事務嘱託員	経理・税務事務の経験など	2月10日	
法改正移行推進専門員	外国人登録事務の1年以上の経験、英語、または中国語の日常会話	2月15日	市民課(☎620・7431)
食品衛生等専門員	食品検査の経験、食品衛生監視員の資格	2月10日	保健所生活衛生課(☎645・5111)
介護認定調査員	介護支援専門員の資格、普通自動車免許	2月14日	介護保険課(☎620・7414)
教育委員会定例会運営補助員	速記技能検定3級以上、会議録作成の実務経験など	2月15日	教育総務課(☎620・7403)
甲の原体育館トレーナー	健康体操などの指導経験	2月15日	甲の原体育館(☎627・3300)
国体推進事務専門員	本市開催競技のいずれかについての経験など	2月13日	国体推進室(☎620・7440)
図書館事務員	司書の資格(取得見込みも可)	2月15日	中央図書館(☎664・4512)
消費生活相談員	消費生活専門相談員などの資格	2月15日	消費生活センター(☎631・5456)



市からのお知らせ

# 募集

## 男女共同参画に関する委員会 などの市民委員

### ①男女共同参画施策推進委員会

対象 市内在住・在勤・在学の方  
(市のほかの附属機関などの委員を除く) 募集人員 2名(選考) 謝礼 1回5千円

### ②男女共同参画センター運営懇談会

対象 市内在住・在勤・在学の方  
募集人員 10名(選考) 謝礼 1回千円

任期 4月から2年間 申し込み 希望する会名と①は「私の考える男女共同参画」について、②は「私の理想とする男女共同参画センター」についての小論文(800字以内)と住所氏名・生年月日・電話・ファックス・番号・Eメールアドレス(お持ちの方)を書いて、2月29日(必着)までに直接、郵送、またはEメールで八王子市男女共同参画センター(〒192-0082東町5-6-6648-2230)、Eメール b050900@city.hachioji.tokyo.jp)

## 学園都市文化ふれあい財団の 諮問委員

対象 市内在住で20歳以上の方  
任期 4月から2年間(会議は年3回程度) 募集人員 2名(選考) 謝礼 1回8千円 申し込み 応募の動機と財団のあり方に対する考えを800字以内(まとめ、履歴書を添えて2月20日(必着)までに郵送で八王子市学園都市文化ふれあい財団(〒192-0066本町24-1) ☎621-3004)

## 学童保育所の指定管理者

学童保育所の管理・運営を8月から行っていた指定管理者を募集します。対象施設など、詳しくは市役所4階児童青少年課、または市のホームページで配布する募集要項をご覧ください。問い合わせは児童青少年課(☎620-7246)へ。

## 都営住宅の入居者

募集内容 ①ポイント方式(家族向け)、②単身者向け(単身者用車いす使用者向け・シルバーピア(高齢者集合住宅)、③事業再建者向け(定期使用住宅) 募集案内の配布 2月15日 ①②は市役所5階住宅対策課、各事務所、クリエイトホール、市の4つの図書館と北野分室、市住宅・都市整備公社(大和田町五丁目)、都住宅供給公社八王子窓口センター(横山町)で、③は住宅対策課、都住宅供給公社八王子窓口セ

## 救急診療

- 毎日の午後8時～11時  
夜間救急診療所(小児科・内科)  
☎625-9910 台町4-33-13  
小児・障害メディカルセンター内  
※まずは夜間救急診療所へ。
- 毎日の午後5時～翌朝  
南多摩病院(小児科)  
☎663-0111 散田町3-10-1
- 奇数日の午後11時～翌朝  
東海大学八王子病院(小児科)  
☎639-1111 石川町1838
- 偶数日の午後11時～翌朝  
東京医大八王子医療センター(小児科)  
☎665-5611 館町1163

### 症状が重く、特に緊急を要する場合

- 奇数日の通常診療終了～翌朝  
(日曜・祝日は午前8時30分～翌朝)  
東海大学八王子病院(小児科)  
☎639-1111 石川町1838
- 偶数日の通常診療終了～翌朝  
(日曜・祝日は午前9時～翌朝)  
東京医大八王子医療センター(小児科)  
☎665-5611 館町1163

救急車を呼ぶべきか迷ったら  
消防庁救急相談センター(24時間)  
☎#7119または☎042-521-2323

### 救急病院の案内(24時間)

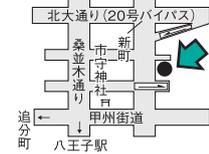
- 消防庁救急相談センター  
☎042-521-2323
- 八王子消防署 ☎625-0119
- 東京都保健医療情報センター  
☎03-5272-0303

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

## ▼休日産婦人科当番医

午前9時～午後5時

米山産婦人科病院  
新町 2-12 ☎642-5225



## ▼休日救急診療の内科・外科・小児科

**11日(午前9時～午後5時)**

<p><b>永生クリニック</b> (内)</p> <p>榎田町588-17 ☎661-7780</p>	<p><b>熊沢内科クリニック</b> (内)</p> <p>松木31-18 ☎670-3331</p>
<p><b>北団地診療所</b> (内)</p> <p>長房町719 北団地71号楼 ☎664-1005</p>	<p><b>たじま整形外科クリニック</b> (外)</p> <p>中野山王1-19-11 ☎626-4000</p>

**5日(午前9時～午後5時)**

<p><b>南大沢メディカルプラザ</b> (内)</p> <p>南大沢2-25フォレスト モール南大沢3階 ☎670-2460</p>	<p><b>西てらかた医院</b> (内)</p> <p>西寺方町383-1 ☎650-5055</p>
<p><b>小島内科医院</b> (内)</p> <p>暁町1-22-5 ☎625-5936 八王子インターチェンジ</p>	<p><b>知野整形外科医院</b> (外)</p> <p>横山町20-15 ノモス八王子1階 ☎643-0073</p>

※休日当番医は市のホームページでもご確認いただけます。

(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、2月14日(必着)までに八王子市役所環境保全課(〒192-8501 ☎620・7268)

### フリーマーケット出店者

対象 市内在住の個人、またはグループ(販売を職業としている方を除く) 日時 3月4日(日)午前10時～午後3時(雨天中止) 会場 かつたかホール 募集区画 90区画(抽選) 費用 1千円 申し込み 封書に「フリマ」と住所・氏名電話番号を書いた文書と宛名を書いて80円切手を貼った返信用封筒を同封して、2月20日(必着)までに八王子市あつたかホール(〒192-0906 北野町596-3 ☎645・0025) ※出品物は1点3千円以下の家庭の不要品に限ります。

## 産業・コピヤ

### 就職活動に役立つ「メイクアップ講座」

対象 就職活動中、または就職活動予定のおおむね39歳以下の女性 日時 2月29日(水)午後2～4時 会場 学園都市センター 定員 20名(先着順) 費用 無料 申し込み 2月2日から電話で産業政策課(☎620・7252)

### 労働セミナー

テーマ 女性の中・高齢者の継続雇用と介護・年金・保険の基礎知識

日時 2月8日(水)午前10時～午後3時 会場 八王子労働会館(明神町三丁目) 定員 80名(先着順) 費用 無料 申し込み 電話で都労働相談情報センター八王子事務所(☎643・0278) 問い合わせ 産業政策課(☎620・7252)

### ふくしワーク就職フェア

セミナー「介護職に就くために」

日時 2月23日(木)午前10時30分～11時30分 定員 100名(先着順) 費用 無料 申し込み 2月1日から電話でハローワーク八王子(☎648・8612)

### 就職面接会

内容 多摩地区の福祉関連施設24社が参加 日時 2月23日(木)午後1～4時 持ち物 履歴書、職務経歴書、紹介状(交付を受けている方) 申し込み 不要、直接会場へ

対象 福祉関係分野への就職を希望されている方 会場 京王プラザホテル八王子(旭町) 問い合わせ 産業政策課(☎620・7252) ※雇用保険を受給されている方は「雇用保険受給資格者証」をお持ちください。

### しごと情報館のご利用

#### 仕事さがし

八王子駅北口にあるしごと情報館では、パソコンでの求人情報の提供や仕事の相談・紹介を行っています。

利用日時 月々金曜日の午前9時～午後5時

### 就職などの悩みに関する相談窓口

対象 就職・失業で不安を抱えている方とその家族 日時 毎週水・金曜日の午後2～4時(第5週を除く) 費用 無料 申し込み 直接、または電話で八王子しごと情報館(☎656・4788) 問い合わせ 産業政策課(☎620・7252)

### 「経済センサス」活動調査にご協力

平成24年2月1日を基準日として、国内の全企業・事業所の調査が実施されます。お手元に調査票が届きましたら、調査項目を記入して、提出してください。ご協力をお願いします。問い合わせは総務課(統計担当)☎620・7202へ。

## 講座・教室

### 教育支援ボランティア研修会

対象 市内在住・在勤・在学中で18歳以上の方 内容 教育支援ボランティアや学校サポーターの事例発表、グループ協議など 日時 2月15日(水)午後2～4時 会場 教育センター 定員 200名(先着順) 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 教育支援人材バンク(教育センター内)☎664・1193

## パソコンとインターネット祭り



▲多様なパソコン活用術を紹介

市民団体「情報ボランティアの会」と協力して、初心者向けの講座などを行います。未経験の方も大歓迎です。

期日 2月19日(日)  
会場 クリエイトホール  
費用 無料  
申し込み 不要、直接会場へ  
問い合わせ IT推進室(企画推進担当)☎620・7444、FAX621・1298へ

### 催し一覧

内容	時間
役立つ・使えるインターネット検索	午前11時～11時30分
カレンダー・しおりなどの制作、作品の紹介	午前11時30分～正午
市役所のホームページでできること	午後1時～1時30分
デジタル画像のアニメーション加工	午後1時30分～2時
役立つ・使えるインターネット活用	午前11時～午後3時30分
便利なソフトの紹介と実演、作品展示	
ケータイで パソコンで 市役所のお役立ち情報	
PC機器とタブレットPCの実演、お絵かきコーナー	

## ▼休日救急診療の内科・外科・小児科

12日(午前9時～午後5時)

**宮澤内科クリニック**  
北野町560-5 ☎656-2855

**伊藤内科クリニック**  
明神町4-2-7-102 ☎644-2770

**はざま中山クリニック**  
東浅川町709-1 新都市はざまビル1階 ☎668-3500

**のみ小児科**  
みなみ野3-1-8 ☎632-7327

ちよいつと共済の申し込みは2月1日から受け付けます。

暮らしの安全安心課(☎620・7227)

## 講座・教室

### ■アクティブ市民塾「身近にできる国際交流のススメ」

内容 外国人の生活支援など、国際協力の分野で活動している団体の紹介と留学生を招いてのお話など  
 日時 2月18日(土)午前10時30分～12時30分 会場 市民活動支援センター 定員 30名(先着順)  
 費用 無料 申し込み 電話で市民活動支援センター(☎646・1577)

## 催し

### ■道の駅八王子滝山の催し

#### ▼節分「豆まき」

日時 2月3日(金)午前11時～11時15分、午後1時30分～1時45分

#### ▼フォーキンググコンサート

日時 2月4日(土)午前11時～12時40分、午後2時30分～3時10分

#### ▼八王子産加工品販売促進会

日時 2月5日(日)午前9時～午後4時(無くなり次第終了)

#### ▼交流イベント「道の駅シルクウェイみちはら道の駅みとつ」

日時 2月10～13日の午前9時～午後5時(無くなり次第終了)

会場 道の駅八王子滝山(☎696・1201) 申し込み 不要、直接会場へ

### ■浅川の野鳥観察会

集合 2月26日(日)午前8時30分に鶴巻橋下(解散は11時30分ごろ松枝橋で) 定員 30名(抽選) 費用 2000円 持ち物 飲み物、雨具、双眼鏡など 申し込み 往復ハガキに「野鳥観察」と住所・氏名・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、2月15日(必着)までに八王子市市史編さん室(〒193・0943寺田町14553 ☎666・1511)



▲さまざまな野鳥が観察できる浅川

### ■外国人のための無料専門家相談会

相談内容 法律(ビザ・国際結婚・離婚)、精神医療、教育、子育て、年金、社会保険、労働など 対応言語 中国語、韓国語、朝鮮語、英語、タガログ語、スペイン語、ロシア語、タイ語、ドイツ語、ポルトガル語 日時 2月19日(日)午後0時30分～3時30分(1人30分程度) 会場 クリ

## スポーツ

エイトホール 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 八王子国際協会(☎642・7091) ※予約も受け付けます。また、相談時に1歳未満の就学前のお子さんをお預かりします。

### ■2月の市民体育館の一般利用中止

▼リフレッシュエアロ・健康体操 11日(祝)

### ■2月の甲の原体育館の一般利用中止

▼シェイプアップエアロピクス 11日(祝)

### ■2月の甲の原体育館の水泳プールレッスン中止

▼泳法指導 11日(祝)

## その他

### ■富士森公園陸上競技場を閉場

富士森公園陸上競技場は、整備のため、2月6日から4月25日まで、利用できません。問い合わせはスポーツ振興課(☎622・6720)へ。

### ■郷土資料館で図書を販売

郷土資料館(☎622・8939)では、研究紀要「八王子の歴史と文化第24号」を400円で販売しています。また、「郷土資料館」より第90号を無料で配布しています。

### ■川口図書館の臨時休館

川口図書館(☎654・8448)は、図書などの点検のため、2月22日から28日まで休館します。この期

### ■学園都市センターの臨時休館

学園都市センター(☎646・5611)は館内点検のため、2月16日(木)は休館します。八王子学園都市大学事務局(☎646・5621)、大学コンソーシアム八王子事務局(☎646・5740)、八王子国際協会(☎642・7091)の窓口も休みとなります。

### ■八王子駅南口総合事務所の閉庁日にご注意を

2月11日は祝日のため、八王子駅南口総合事務所(☎620・1150)は閉庁します。

## 地区まちづくりフォーラムin中町 まち歩きとマップづくり



▲花街の雰囲気漂う中町

身近な地域のまちづくりについて考える地区まちづくりフォーラム。今回は伝統と文化をいかしたまちづくりが行われている中町で開催します。

日時 2月25日(土)午後1時30分～4時30分

会場 カサデホール(中町)

定員・費用 40名(先着順)・無料

申し込み 2月2日から直接、電話、または「まち歩き」と住所・氏名(ふりがな)・電話番号を書いて、ファックス、Eメールで市役所5階市街地整備課(☎620・7267、FAX626・3616、Eメールb132000@city.hachioji.tokyo.jp)へ



市内全域、路上での歩きたばこは禁止です

# 2月 相談カレンダー

※印は祝・休日を除きます。定員がある相談もあります。

相談名	日時	会場・問い合わせ	相談名	日時	会場・問い合わせ
人権	10日午後1～3時	市役所総務課 ☎620・7201 予約は電話で	住まいのなんでも相談	20～24日の午前9時～午後4時	市役所1階市民ロビー・住宅対策課 ☎620・7260
女性福祉	※月～金曜日の午前9時～正午、午後1～4時	市役所生活福祉課 ☎620・7443 予約は電話で	就職などの心の悩み相談	毎週水・金曜日の午後2～4時(第5週は休み)	八王子しごと情報館 ☎656・4788 予約は電話で
女性のための	相談	※木曜日の午後1～4時	高齢者総合	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	市役所高齢者支援課 ☎620・7420
	カウンセリング	※水・土曜日の午前9時～正午、13日午後1～4時、10・17日の午後4～7時		※月～土曜日の午前9時～午後5時30分	市内12か所の地域包括支援センター
	弁護士相談	18日午後2～5時		成年後見制度・権利擁護	14・28日の午後2～4時
法律	※①月・水・木・金曜日の午後1時10分～4時10分、②火・木曜日の午後1時30分～4時30分、③3・17日の午後1時30分～4時30分	①市役所暮らしの安全安心課、②八王子駅南口総合事務所、③南大沢事務所 予約は月曜日(祝・休日)の場合は前週の金曜日の午前9時30分から電話で暮らしの安全安心課 ☎620・7227へ	ひとり親家庭	※①月～金曜日の午前9時～正午、午後1～4時、②10日午後2～4時	①市役所子育て支援課、②八王子駅南口総合事務所 予約は電話で子育て支援課 ☎620・7362へ ②は6日午前9時から受け付け
	司法書士法律	24日午後1時～3時30分	専門家による子育て相談	毎週日曜日の午前11時～正午(1週目…歯科医師、2週目…薬剤師、3週目…小児科医師、4週目…栄養士)	クリエイトホール1階 子ども家庭支援センター ☎656・8225 日時が変更になる場合があります
不動産	7・21・28日の午後1時～3時30分	市役所暮らしの安全安心課 ☎620・7227 予約は当日午前9時30分から電話で(行政は不要)	子ども家庭総合	午前9時～午後7時(日曜日、祝・休日は5時まで。第1火曜日を除く)	クリエイトホール1階 子ども家庭支援センター ☎656・8225
登記	14日午後1時～3時30分		総合教育相談室	※月～土曜日の午前9時～午後5時	市内5か所の地域子ども家庭支援センター
相続・遺言等暮らしの手続	8・15・22日の午後1時～3時30分	消費生活センター ☎631・5455	こども電話相談	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	教育センター ☎664・3665 (子ども専用)
年金・雇用保険労働条件	10日午後1時～3時30分	消費生活センター ☎631・5455 予約は電話で	あなたの相談室	※火・木・金曜日の午前10時～午後3時	市役所検査棟1階相談室 ☎621・5657 面談の予約は電話で
交通事故	※木曜日の午後1時20分～4時30分	市役所暮らしの安全安心課 ☎620・7227 予約は当日午前9時30分から電話で(行政は不要)	こころの健康相談	※月～金曜日の午前9時～午後5時	保健所保健対策課 ☎645・5111
行政	10日午後1～3時		HIVに関する相談・抗体検査	※水曜日の午後1時30分～4時30分	
消費生活相談	※月～土曜日の午前9時～午後4時30分	消費生活センター ☎631・5455	保健・栄養相談	※月～金曜日の午前9時～午後4時	大横保健福祉センター(保健センター内) ☎625・9200 予約は電話で
弁護士による消費生活相談	14・24日の午後1時30分～4時30分	消費生活センター ☎631・5455 予約は電話で	保健福祉・栄養	午前9時～午後4時(第2月曜日を除く)	東浅川保健福祉センター ☎667・1331、FAX667・7829 予約は電話、またはファックスで
外国人の	生活相談	※月～土曜日の午前10時～午後5時	理学療法士による健康相談	9・23日の午前9時～11時30分(65歳以上の方)	南大沢保健福祉センター ☎679・2205、FAX679・2214 予約は電話、またはファックスで
	行政書士相談	18日午後2～5時	保健福祉・栄養	※月～土曜日の午前9時～午後4時	
団塊・シニア世代の地域参加支援	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分	市役所協働推進課(支援デスク) ☎627・0802	理学療法士による健康相談	14日午後1時15分～4時10分(65歳以上の方)	

次号・2月15日発行の **広報はちおうじ** は…

3月10・11日に高尾梅郷梅まつり、第1回市議会定例会、環境フェスティバルの スポンサー・出展者募集 など

# 市民農園の利用者を募集

対象 市内在住で、2月1日現在、市民農園を利用していない方(ひよどり山農園を除いて、同一世帯で利用している方がいる場合は、申込不可)

利用期間 4月～平成26年1月  
 使用料 1区画10平方メートル：年5千円(寺田の20平方メートルは1万円)



▲余暇を利用して農作物を栽培

申し込み 往復ハガキ(1世帯1枚)に希望農園名と住所・世帯主名(フリガナ)・利用者名・電話番号・希望する区画がある場合は区画番号、返信面の宛名を書いて、2月8日(必着)までに八王子市役所農林課(〒192-8501 ☎620・7250、FAX627・5951)

※詳しい情報を掲載した「利用者募集のご案内」は市役所6階農林課と各事務所で配布しています。また、ひよどり山農園の区画は本紙2月15日号で募集します。

## 募集する農園一覧

農園名	区画数
散田	58
諏訪	56
緑町	45
寺田	106※
越野	36
東中野	57

※20平方メートルが20区画あります。

## バイクにU字ロックを

市内でオートバイの盗難が多発しています。平成23年(11月末現在)の被害総件数は541件にのぼり、都内最多。必ずハンドロックをして鍵を抜き、さらに補助ロックとしてU字ロックなどを活用し、盗難を防ぎましょう。問い合わせは暮らしの安全安心課(☎620・7227、FAX620・7322)へ。



▲2重のロックで盗難を防止

## 冬野菜と豆腐のグラタン

1人分 エネルギー254kcal  
 野菜量120g

ヘルシーレシピ  
 しっかり食べよう野菜 1日350グラム



### 材料(2人分)

- ▶かぶ100g ▶にんじん40g
- ▶ブロッコリー60g ▶ねぎ40g
- ▶しめじ30g ▶木綿豆腐100g
- ▶米粉(微粒子タイプ)大さじ2
- ▶牛乳200cc ▶こしょう適宜
- ▶塩少々 ▶溶けるチーズ40g
- ▶固形コンソメ1/2個



### つくり方

☞米粉を使うことで油を控えられます

- ①かぶ、にんじんは皮をむいて一口大に切る。ブロッコリー、しめじは小分けにしておく。ねぎは2cmの輪切りにする。
- ②米粉と牛乳、塩・こしょうを混ぜ合わせる。豆腐は1cmの角切りにする。
- ③フライパンに①と水100ccを入れ、ふたを閉め火にかける。沸騰したら中火で約5分蒸し煮にし、②とコンソメを加えてとろみが付くまで混ぜながら火を通す。
- ④耐熱皿に③を入れ、溶けるチーズをのせ、オーブントースターで焦げ目が付くまで焼く。

レシピ提供・調理 八王子管理栄養士の会

■市政へのご意見・ご提案  
 広聴広報室(広聴担当)  
 ☎620・7411、FAX620・7322  
 ■市の防災気象情報はホームページからご覧になれます。

### 世帯と人口(平成24年1月1日現在)

	住民基本台帳	前月比
世帯数	248,365	- 35
人口(男)	279,760	- 111
(女)	275,870	- 13
計	555,630	- 124
外国人登録		
人口(男)	3,936	- 24
(女)	5,136	- 20
計	9,072	- 44

市徽章… 大正6年、市制施行を記念して、制定したものです。

本紙は毎月1日と15日に発行しています。

■発行  
 八王子市 ☎626・3111(代表)  
 (〒192-8501 元本郷町三丁目24番1号)  
 ■編集  
 広聴広報室(広報担当)  
 ☎620・7228、FAX626・3858  
 ■各ご家庭への配布  
 シルバー人材センター  
 ☎626・1274、FAX626・5159

電話のおかけ間違いにご注意ください。