



特集 東京多摩国体リハーサル大会

いよいよ開幕

グラウンドで躍動する選手たち。いよいよリハーサル大会が開幕し、市内の各会場で熱い戦いが繰り広げられます。

市長 コラム

スポーツ大会でまちの活性化

いよいよ7月27日から、ロンドンオリンピックが開幕します。数々のドラマが繰り広げられ、多くの感動を与えてくれることでしょう。わが国の代表選手たちにも、晴れの舞台での活躍を心待ちにしています。

八王子出身選手のひとり女子柔道の中村美里さんは、北京オリンピックの銅メダリストでもあり、更なる飛躍に熱い視線が注がれています。先日、地元浅川地区の方々により開催された壮行会では、かつて通った道場の後輩たちからのエールを受け、金メダル獲得にむけた頼もしい決意も聞かれました。まさに八王子市民「希望の星」。その雄姿を目標に、世界へと大きく羽ばたく選手たちが輩出されるよう願っています。

また今月からは、来年のスポーツ祭東京2013・東京多摩国体に先立ち、リハーサル大会が開催されます。市民球場の改修など、受け入れ準備も着々と進行しており、強豪たちの熱戦をとおして、気運の盛り上げを図ってまいります。

来年の本大会では、選手をはじめ10万人の来場者を期待しているところ。本市の魅力をもっとPRする絶好の機会ともなることから、市民力を誇る本市ならではの「おもてなしの心」でお迎えし、皆さんとともにまちの活性化につなげていきたいと思っております。

八王子市長 石森孝志 たかゆき



平成22年ゆめ半島千葉国体の開会式

来年の東京多摩国体に向けて

トップレベルの選手が真剣勝負

来年のスポーツ祭東京2013・東京多摩国体(以下、国体)を前に「リハーサル大会」が開催されます。トップレベルの選手たちの真剣勝負をぜひご観戦ください。

国体開催まであと1年。これに先立ち、リハーサル大会が7月から市内で開催されます。この大会は、来年の本番に向けて、競技運営などの確認を行うとともに、気運を盛り上げるのが目的です。

市内では5競技を開催

市内では、サッカーや体操な



▲石森市長と国体のマスコットキャラクター「ゆりーと」も大会を応援

ど5競技が開催されます。全国からトップレベルの選手が集まり、国体に匹敵する熱い戦いが繰り広げられます。

一足先に国体の雰囲気味わうことができる絶好の機会です。ぜひ、ご来場いただき選手たちへの熱い声援をお願いします。

7月21日からは「国体スタンプラリー」も

期間中の7月21日から10月31日まで、多摩地域の30市町村合同で「国体スタンプラリー」を開催します。市内では、市民体育館にスタンプ台を設置。3か所以上を回った方には、抽選で国体の関連グッズなどを差し上げます。

スタンプシートの配布場所など、詳しくは市のホームページをご覧ください。

ボランティアや協賛者を募集

市は、国体の運営などをお手伝いしていただく市民ボランティアや大会を支援する協賛者を募集しています。内容は大会当日の受付案内や関連イベ

ントへの参加、記念品の製作・提供などです。国体の成功には皆さんの力が必要です。ぜひ、ご協力をお願いします。

申込方法など、詳しくは市役所7階国体推進室、市のホームページなどで配布する申込用紙をご覧ください。



国体を盛り上げよう

国体を盛り上げるため全校児童で「ゆりーとダンス」の練習に取り組む式方小学校。毎週火曜日の休み時間には、体育館に集まり一生懸命練習しています。

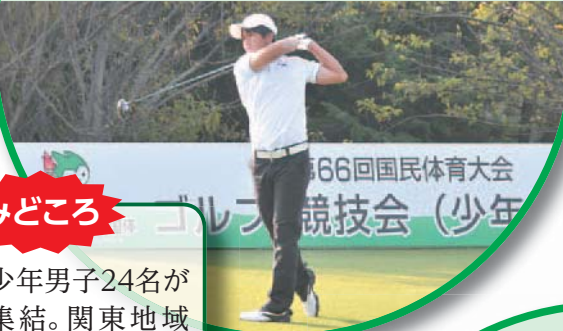
リーダーの海野潤くん(6年生)は「秋の運動会ではダンスを披露します。早く上手に踊れるようになりたいです」と目を輝かせて話していました。



市内で実施される競技は
(費用は無料。申し込みは不要です、直接会場へ)

ゴルフ

日程 7月12・13日
8:00～
会場 武蔵野ゴルフクラブ
(宮下町)



みどころ

少年男子24名が
集結。関東地域
のトップ選手が出
場しますのでハイ
レベルなプレーに
注目です。

軟式野球

日程 8月25日9:00～
(予備日26・27日)
会場 八王子市民球場



(昭島市との共同開催)

みどころ

関東ブロック1都7
県の代表チームが
国民体育大会の出
場をめざします。関
東代表を決める大会
です。

体操

日程 新体操…8月27日14:40～
28日10:30～
競技…8月29日10:00～
会場 東京工科大学・日本工学院八
王子専門学校体育館(片倉町)



みどころ

国民体育大会の出場をかけて、争われ
る大会。選手たちの躍動感や、しなや
かな柔軟性が必見です。

**自転車
(ロードレース)**

日程 9月9日8:30～
会場 市内(陣馬・高尾街道)→あき
る野市→檜原村→奥多摩町



(4市町村での共同開催)

みどころ

市役所をスタートし、
ゴールまでの77.1
kmを激走。直線では
時速約40kmで走り
ます。

サッカー

日程 10月13日9:30～
14日11:00～
会場 上柚木公園陸上競技場



(10区市町での共同開催)

みどころ

全国の社会人
チームの頂点
を決める大会
です。

問い合わせ 国体推進室(☎620・7440、FAX626・8554)へ
※東京多摩国体のスケジュールなどを掲載したパンフレットを市役所7階
国体推進室や市民体育館などで配布しています。また、市のホームページ
でも紹介していますので右記の二次元コードからご覧ください。



ごみ処理基本計画の素案を策定

循環型都市八王子をめざして

市は循環型都市をめざし、このほど、平成25年度から34年度までの10年を計画期間とする新たなごみ処理基本計画の素案をまとめました。

現在、平成22年に開始した容器包装プラスチックの資源化拡大により、不燃ごみが減る一方、ごみ全体に占める生ごみの割合が多くなるなど、ごみの排出に大きな変化がみられています。また、東日本大震災の経験から、災害時でもごみ処理が可能な施設の整備や、がれきの処理などについても考えていく必要が出てきました。そこで、現行の計画を見直し、新た



▲ごみの減量には家庭での取り組みが不可欠
(写真は生ごみの水切りのようす)

な3つの課題解決のための施策を素案の中で示しています。

①ごみの減量・資源化に

取り組めない方への対応

ごみの発生抑制には、高い意識を持って行動することが不可欠です。ごみの減量・資源化に取り組めない方にも協力していただけるよう、積極的に情報提供などを行います。

■家庭系ごみの分別における戸別指導・啓発

■町会・自治会など、資源回収を行う団体への活動費助成制度の確立

■ごみの減量・資源化に努める市民・団体などに対する報奨制度

■持込ごみの処理手数料の見直し

②生ごみの循環方法の確立

可燃ごみに占める生ごみの割合は高く、毎年4割から5割となっています。生ごみの減量・資源化を進めることが、ごみの減量につながります。

■家庭系生ごみ処理機の補助拡充

■事業者における生ごみの資源化事業の促進

■家庭での生ごみの水切り・ひと絞り運動などの実施 など

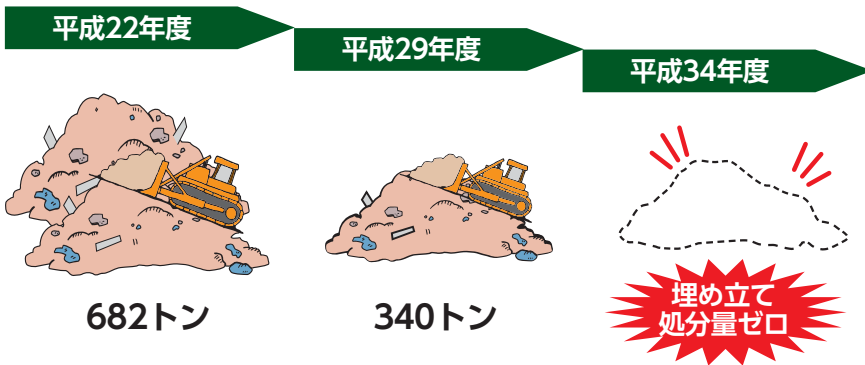
③長期的な視野に立った ごみ処理体制の確立

安定・継続的にごみ処理を行うため、老朽化しつつある北野清掃工場に代わる新たな清掃工場の整備などを推進していきます。

■バランスのとれた2清掃工場体制を確立

ごみの減量・資源化を図ることで平成34年度には『埋め立て処分量ゼロ』を目標とします。

埋め立て処分量 ゼロをめざして



皆様のご意見をお寄せください

ごみ処理基本計画の素案に対する市民の皆様のご意見を募集します。素案は、市役所1階市政資料室、各事務所・市民センター、市の4つの図書館、市のホームページでご覧いただけます。

皆様のご意見をお寄せく

ださい。

ご意見と住所・氏名・電話番号を書いて、7月31日(必着)までに郵送、ファックス、Eメールで八王子市役所環境政策課(〒192-8501、FAX626・4416、Eメールb110400@city.hachioji.tokyo.jp)へ。

問い合わせ 環境政策課 ☎620・7384、FAX626・4416

- ごみの熱量を最大限活用した高効率発電など積極的なエネルギー回収
- レアメタルの資源化などに向けた中間処理施設の見直し
- 大規模災害時にも対応可能な廃棄物処理システムの構築 など



さあ夏休み イベントいっぱい

もうすぐ夏休み。市ではさまざまな催しを企画しています。親子で、友達と、身近な場所で楽しめるイベントに参加してみませんか。

★「費用」の記載のない催しは無料でご参加いただけます

ごども囲碁教室

対象 市内在住の小・中学生
日時 7月7・21日、8月4・18日の午前9時30分～11時30分
会場 東浅川保健福祉センター(☎67・1331、FAX667・7829)
定員 各20名(先着順)
申し込み 不要、直接会場へ

シニアボランテニア 子ども将棋教室

対象 市内在住の小学3年生～中学生
日時 7月14・28日、8月11・25日、9月8日の午前10時～11時30分
会場 南大沢保健福祉センター(☎679・2205、FAX679・2214)
定員 各35名(先着順)
申し込み 不要、直接会場へ

親子教室 造幣局見学会

お金ができるようすを見学します。
対象 市内在住の小学5・6年生とその保護者
集合 8月1日(水)正午に消費生活センター(解散は午後5時30分頃同所)
定員 20組(抽選)
申し込み 往復ハガキに「造幣局」と住所・参加者全員の氏名(ふりが

な)・学年・電話番号、返信面の宛名を書いて、7月13日(必着)までに消費生活センター(T192・0082東町5・6 ☎6631・5456、FAX643・0025)へ

ごども清掃工場見学会

夏休みの思い出作りや自由研究にもおすすめです。
対象 小学生(保護者の参加も可)
日時 8月7・23日の午前10時～11時30分、午後1時30分～3時
会場 多摩清掃工場(多摩市)
定員 各30名(先着順)
申し込み 7月5日から電話で多摩二ユータウン環境組合(☎042・374・6331、FAX042・3375061)へ

ごみのゆくえを知ろう ごみ処分場見学会

戸吹クリーンセンターや最終処分場などを見学します。皆さんの出したごみがどのように処理されているのか確かめてみませんか。
申込方法など、詳しくは東京たま広域資源循環組合(☎042・3855947)のホームページをご覧ください。
対象 小学4～6年生とその保護者(2人1組)
日時 8月17日(金)午前9時～午後5時
費用 一組千円(昼食付き)
申込期限 7月19日

問い合わせ ごみ減量対策課(☎620・7256、FAX626・4506)へ

男女共同参画センターの講座

①パパと挑戦。ギョウザとチャーハン
対象 市内在住・在学の小学3～6年生とその父親
日時 7月21日(土)午前10時～午後1時
会場 大竹高等専修学校(台町三丁目)
定員 16組(抽選)
費用 千円

②アニメやマンガで楽しく学ぼう メディア社会の情報の作られ方

対象 市内在住・在学の小学4～6年生とその保護者
日時 8月4日(土)午前10時～正午
会場 クリエイトホール
定員 12組(抽選)
申し込み 往復ハガキ、ファックス、Eメールに講座名と参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、①は7月12日、②は7月20日(ともに必着)までに男女共同参画センター(T192・0082東町5・6 ☎6648・2230、FAX644・3910、Eメールb0509000@city.hachioji.tokyo.jp)へ
※②は1歳～就学前のお子さんを5名(抽選)お預かりします。「託児」とお子さんの名前、年齢の書き添えを。

陵南・大塚公園水泳プール 7月14日オープン

陵南プールと大塚公園水泳プールには一般用と幼児用(深さは陵南が30センチメートル、大塚公園が60センチメートル)があります。ご利用の際は、付添いの方も水着の着用を。オムツの取れないお子さんは入場できません。

日時 7月14日～8月31日の午前9時30分～午後6時

費用 2時間250円(中学生以下は100円、土曜日は無料)、延長は1時間120円(中学生以下は50円)利用できない日時 ▼陵南プール：8月1日(水)午前9時30分～午後3時30分 ▼大塚公園水泳プール：8月6日(月)午前9時30分～午後4時

問い合わせ ▼陵南プール：開業前は ☎6222・6720、FAX6227・5935、開業後は ☎664・5808 ▼大塚公園水泳プール：開業前は ☎FAX644・0151、開業後は ☎676・4540へ

火おこしと土器づくり 〜原始古代の生活体験

対象 小学4年生～中学生
日時 8月8日(水)午前10時～午後3時
会場 郷土資料館
定員 20名(抽選)
費用 350円
持ち物 昼食、エプロンなど



▲古代の生活を体験してみよう

申し込み 往復ハガキに「土器づくり」と住所・参加者全員の氏名・年齢・学年・電話番号、返信面の宛名を書いて、7月15日(必着)までに八王子市郷土資料館(〒192・0902上野町33 ☎6222・8939、FAX627・5919)へ

恩方地区で ブルーベリー摘み

7月下旬から9月中旬まで恩方地区の農園で、ブルーベリーの摘み取りを楽しむことができます。費用は100グラム180円。問い合わせは「Aタやけ小やけふれあい」の里直売所(☎652・4184)、または農林課(☎620・7250、FAX627・5951)へ。

エコひろばの催し

対象・催し名など 下表のとおり
申し込み 7月2日から電話、またはファックスでエコひろば(☎656・3054、FAX631・9422)へ

幼児食講習会 親子でつくる夏休みランチ

対象 市内在住で平成18年4月2日～21年4月1日生まれのお子さんとその保護者

期日・会場 ▼7月26日(木)：クリエイトホール ▼8月8日(水)：恩方市民センター ▼8月28日(火)：中野市民センター

時間 午前10時～午後1時
定員 各10組(先着順)
費用 500円

申し込み 7月2日から電話で子育て支援課(☎620・7447、FAX621・2711)へ

道の駅八王子滝山の催し

問い合わせは道の駅八王子滝山(〒192・0011滝山町1-592-2 ☎96・1201、FAX696・1207)へ。

◆もろこし祭り

内容 八王子産トウモロコシの販売
日時 7月1日(日)午前10時～午後3時
(無くなり次第終了)

エコひろばの夏休み企画一覧

講座名	対象	日時	会場	定員 (先着順)	費用
あそんで学ぶ エコサイエンス教室	小・中学生	7月24日(火) 午後1時30分～3時	エコひろば	15名	無料
幼虫を育てよう ～完全変態を確認するよ	小学生以上の方	7月25日(水) 午前10時～正午	エコひろば	30名	無料
万華鏡作り	小学3年生以上の方	7月26日(木) 午前10時～正午	エコひろば	20名	100円
イカダで川下り・ 生き物観察	小学生	7月29日(日) 午前9時30分～午後3時(雨天中止)	エコひろば、 浅川	30名	無料

*対象はいずれも市内在住・在勤・在学の方です。小学3年生以下は保護者同伴で。



▲展示物「慰問袋を作る婦人会員(昭和12年)」

郷土資料館コーナー展

戦争と人々の生活

郷土資料館では、平和の尊さを考えていただこうと、毎年戦争に関する催しを開催しています。

今回は、戦前の人々の日常生活と密接に結びついた国民精神総動員運動についてのコーナー展を開催。当時の市内のようすを、残された資料から振り返ります。

期日 7月6日～8月31日

問い合わせ 郷土資料館(☎622・8939、FAX627・5919)へ

◆親子トウモロコシ収穫ツアー

対象 小学生とその保護者(2人1組)
集合 7月14日(土)午前10時に道の駅
八王子滝山(解散は午後3時頃同所
で。雨天中止)

定員 10組(先着順)

費用 千600円(昼食付き)

申し込み 7月2日から電話で道の駅
八王子滝山へ

◆スイカ即売会

日時 7月14～16日の午前9時～午
後5時(無くなり次第終了)

◆親子で行くカブトムシ捕獲ツアー

対象 小学生とその保護者

集合 7月28日(土)午前10時に道の駅
八王子滝山(解散は午後3時頃同所
で。雨天の場合は29日に延期)

定員 20組(抽選)

費用 3千円(昼食付き)

申し込み 往復ハガキに「カブトムシ
捕獲ツアー」と住所・参加者全員の
氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、
返信面の宛名を書いて、7月15日
(必着)までに道の駅八王子滝山へ

図書館で 学ぼう体験しよう

◆中学生図書館ボランティア

図書館の仕事を3日間体験します。

対象 市内在住・在学の中学生

日時 7月24～26日、7月31日～8月
2日、8月7～9日、14～16日の午
前8時30分～正午

会場 市の4つの図書館

定員 各5名(先着順)

申し込み 7月10日までに直接、また
は電話で生涯学習センター図書館
(☎648・2233、FAX648・
2155)へ

◆手づくり絵本

対象 市内在住の小学生

日時 7月28日、8月24日の午前10時
～正午、午後2～4時

会場 中央図書館

定員 各20名(抽選)

費用 100円

申し込み 直接、またはハガキに住所・
氏名(ふりがな)・学年・電話番号を
書いて、7月20日(必着)までに中央
図書館(〒193・0835千人町33・
6 ☎664・4321、FAX662・
2789)へ

◆一日図書館員

対象 市内在住の小学4～6年生

日時・会場 ▼7月31日、8月2日の
午後2時～4時30分：生涯学習セ
ンター図書館(☎648・2233、
FAX648・2155) ▼7月24・
26日、8月7・9・23・28日の午後1
～4時：南大沢図書館(☎679・
2201、FAX679・2211)

▼7月25・26日、8月15・16日の午後
1～4時：川口図書館(☎654・8
448、FAX654・8449)

定員 各10名(先着順)

申し込み 7月2日から直接、または
電話で各図書館へ

◆図書館探検隊

対象 市内在住の小学1～3年生

内容 本の探し方・調べ方など

日時 7月25・26日の午後2時～3時30分
会場 生涯学習センター図書館(☎64
8・2233、FAX648・2155)

定員 各20名(先着順)

申し込み 不要、直接会場へ

◆読書感想画コンファールの作品を募集

秋の読書週間に展示する読書感想画
(自作で未発表の作品)を募集します。
題材にする図書は自由(教科書・雑誌・
コミックを除く)です。

対象 市内在住・在学の小・中学生(応
募は1人1点)

規格 小学3年生以下：8つ切り画用
紙、小学4年生以上：4つ切り画用紙

申し込み 作品に作品名と解説、題材
にした図書名・住所・氏名・学校名・学
年・電話番号を書いた紙を貼って、8
月20日～9月10日(必着)に直接、ま
たは郵送で生涯学習センター図書館
(〒192・0082東町5-6 ☎648・
2233、FAX648・2155)へ

◆おはなし工作会

日時 8月15日(水)午後2～4時
会場 中央図書館(☎664・432
1、FAX662・2789)

定員 30名(先着順)

申し込み 不要、直接会場へ

生涯学習センターの 講座・映画会

講座の申し込みは、往復ハガキに講座名と住所・保護者名・参加者名(ふりがな。②⑧⑫は希望日、⑤⑥⑨⑩⑬は希望時間)・学年・電話番号(緊急連絡先も)、返信面の宛名を書いて、申込期限までに各センターへ。⑪⑭は7月2日から直接、または電話で南大沢分館へ。

生涯学習センターの講座一覧

講座名	対象	日時	定員(抽選)	費用	申込期限(必着)	会場・問い合わせ	
①けん玉教室	小学生	7月25日、8月1日の午後2時～3時30分(全2回)	20名	無料	7月14日		
②子どもネイルアート教室	小学4～6年生	7月28日、8月6日の午後1～4時	各20名	800円			
③まんが描き方入門	小・中学生	7月30・31日の午後2～4時(全2回)	35名	無料			
④チャレンジ囲碁入門	小学生の初心者	7月30・31日、8月1～3日の午後2～4時(全5回)	20名	無料			
⑤親子陶芸教室(土曜日コース)	小学生とその保護者	8月4・18・25日の午前9時30分～正午、午後2時～4時30分(全3回)	各8組	1,000円	7月20日	生涯学習センター(〒192-0082東町5-6 ☎648・2231、FAX648・2151) ※⑦の会場は八王子駅周辺	
⑥親子陶芸教室(日曜日コース)	小学生とその保護者	8月5・19・26日の午前9時30分～正午、午後2時～4時30分(全3回)					
⑦山車から八王子まつりを学ぼう	小学生とその保護者	8月5日(日)午前9～11時	10組	200円程度			
⑧親子七宝焼き教室	小学3～6年生とその保護者	8月9・10日の午後1～4時	各6組	2,000円			
⑨はじめての子ども英会話(土日コース)	小学1～4年生の初心者	8月11・12日の午前10時～11時30分、午後2時～3時30分(全2回)	各12名	無料	7月24日		
⑩はじめての子ども英会話(平日コース)	小学1～4年生の初心者	8月14・15日の午前10時～11時30分、午後2時～3時30分(全2回)					
⑪カブトムシのひみつ	小学生	8月25日(土)午後2時～3時30分	30名	無料			
⑫バードカービング(木彫)教室	小学4年生～中学生	8月27・29・30日の午後1時30分～3時30分(全3回)	20名	1,000円	8月8日		
⑬間伐材を使って親子でマイ箸を作ろう	小学生とその保護者	7月22日(日)午前10時～正午、午後1時30分～3時30分	各5組	600円	7月10日		
⑭オリジナルの陶磁器を作ろう	小学生以上のお子さんとその保護者	7月24日(火)午後1時30分～3時	10組	2,000円	7月12日		
⑮親子木工教室	小学生とその保護者	7月29日(日)午後1時30分～4時30分	10組	無料	7月14日	生涯学習センター南大沢分館(〒192-0364南大沢2-27 ☎679・2208、FAX679・2218)	
⑯創作おりがみに挑戦	小学生	7月30・31日の午前10時～正午(全2回)	24名	200円			
⑰絵本作家と一緒に作るオリジナル絵本	小学生	8月6日(月)午後1時30分～4時	10名	300円	7月20日		
⑱子どもマジック教室	小学生	8月7・8日の午前10時～11時30分(全2回)	20名	300円			
⑲作って遊ぼう「お手玉」	小学生	8月20日(月)午後1時30分～4時	15名	300円	8月4日		
⑳八王子の郷土料理を作ろう	小学4年生～中学生	8月23日(木)午前10時～午後1時	16名	700円	8月8日		
㉑知ろう学ぼう由木の色々～お地藏さんと大竹伝説	小学生以上のお子さんとその保護者	7月21日(土)午前10時～正午	20名(先着順)	無料	—		
㉒知ろう学ぼう由木の色々～由木音頭と地域の歴史	小学生以上のお子さんとその保護者	8月2日(木)午前10時～正午					
㉓ヒップホップを踊ろう	小学1～3年生	7月24・31日、8月7日の午後1時30分～3時(全3回)	20名	100円程度	7月12日		会場・問い合わせは9ページ参照
㉔子どもフラ入門	小学生	7月25日、8月1・8日の午後1時30分～3時(全3回)	20名	無料	7月14日		

9ページに続く



さあ夏休み イベントいっぱい

生涯学習センターの講座一覧

8ページの続き

講座名	対象	日時	定員(抽選)	費用	申込期限(必着)	会場・問い合わせ
②⑤子どもマジック教室	小学1~3年生とその保護者	7月31日(火)午後2~4時	10組	無料	7月14日	生涯学習センター川口分館 (〒193-0801 川口町3838 ☎654・8450、FAX654・8452)
	小学4~6年生とその保護者	8月2日(木)午後2~4時	10組	無料	7月17日	
②⑥親子陶芸教室(川口分館コース)	小学生とその保護者	8月1・22・29日の午前9時30分~正午(全3回)	8組	1,000円		
②⑦親子で触れるパイプオルガン	小・中学生とその保護者	8月4日(土)午前10時~正午	10組	無料	7月20日	※②⑦の会場は東京純心女子大学、②③④②⑧の会場は川口市民センター
②⑧親子でピザを作ろう	小学生とその保護者	8月19日(日)午後1時30分~4時30分	10組	800円	8月4日	

※保護者参加の講座はすべて2人1組となります。

映画会一覧(費用は無料。申し込みは不要、上映1時間前から整理券を配布)

作品名	日時	定員(先着順)	会場・問い合わせ
「ゲゲゲの鬼太郎~アンコールワットの亡霊」ほか1本	7月29日(日)午前10時~10時50分、午後2時~2時50分	各72名	生涯学習センター(☎648・2231、FAX648・2151)
「フライパンじいさん」ほか2本	7月26日(木)午前10~11時	各60名	生涯学習センター南大沢分館(☎679・2208、FAX679・2218)
「鉄腕アトム」ほか2本	7月26日(木)午後2時~3時30分		
「ファイナルファンタジー風の章・炎の章・竜の章・星の章」	7月27日(金)午前10時~11時40分、午後2時~3時40分	各70名	生涯学習センター川口分館(☎654・8450、FAX654・8452)
「魔女の宅急便」	8月24日(金)午前10時~11時40分、午後2時~3時40分		

※対象は小学生以下のお子さんとその保護者です。未就学のお子さんは保護者同伴で。



託児は予約が必要なものもあります。詳しくはお問い合わせください。

ひとり親家庭ホームヘルプサービスの利用を

市は、義務教育修了前のお子さんがいるひとり親家庭の方が、就労・修学などの理由で家事などの日常生活にお困りの場合に、ホームヘルパーを派遣しています。対象はひとり親家庭になつてから2年以内、または小学3年生以下のお子さんがいるひとり親家庭などです。内容など、詳しくは子育て支援課(☎620・7368)までお問い合わせください。

ファミリー・サポート・センターの説明会



子育ての手助けをしてほしい方(依頼会員)に、お手伝いできる方(提供会員)を紹介するファミリー・サポート・センターの仕組みを説明します。

日時・会場 ▶ 7月24日(火)午前10時~11時30分: 学園都市センター ▶ 8月9日(木)午前10時~11時30分: 市役所7階702会議室(託児なし) ▶ 9月11日(火)午後2時30分~4時: 南大沢市民センター



▲延長保育などで子育て支援

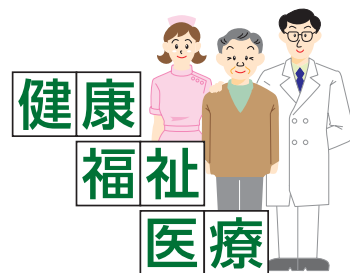
「子ども育成計画」の進行状況を公表

子育て・子育ての支援を行うための「子ども育成計画」。このほど、この計画の平成23年度の取り組み状況をまとめた報告書を作成しました。およそ9割の取り組みが「順調」「ほぼ予定どおり」に進行しています。報告書は市役所4階子どもしあわせ課、市の4つの図書館と北野分室、各事務所、市のホームページなどでご覧になれます。問い合わせは子どもしあわせ課(☎620・7391)へ。

講座「プレママさんあかちゃんと遊ぼう」

対象 ▶ 市内在住の妊婦 日時 ▶ 8月2日(木)午後1時30分~3時 会場 ▶ 地域子ども家庭支援センター元八王子 定員 ▶ 10名(先着順) 費用 ▶ 無料 申し込み ▶ 7月2日から電話で地域子ども家庭支援センター元八王子(☎624・8300)へ

1 定員 ▶ 各30名(先着順) 申し込み ▶ 電話でファミリー・サポート・センター(☎621・7001)



検診

◆8月の胃がん検診

対象⇨市内在住で、昭和48年3月31日までに生まれ、次に該当しない方 ▼2月以降に胃部X線検査を受けた
▼妊娠中かその可能性がある ▼勤務先などで受診できる ▼胃、または十二指腸の手術を受けたか、現在治療中
▼検診台の上で姿勢を変えられない
※バリウムを使ったX線検査を行います。治療中の病気がある方は主治医にご相談を。 **会場・期日**⇨右下表のとおり **時間**⇨午前中 **費用**⇨500円(70歳以上、生活保護を受けている、平成23年度市民税非課税世帯の方は無料) **申し込み**⇨ハガキ、または封書(1人1通)に「胃がん」と希望会場名・期日(第5希望まで)・住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を書いて、7月1～10日(必着)に八王子市

役所地域医療推進課(T192・8501
620・7428) ※市のホームページからも申し込みできます。申込結果は、7月26日ごろ郵送します。

8月の胃がん検診日程

会場	期日
元八王子事務所	3・28日
大和田市民センター	22日
北野事務所	22・28日
中野市民センター	23日
南大沢保健福祉センター分室	23日
横山事務所	24日
加住市民センター	24日
横山南市民センター	29日
恩方市民センター	30日

※各会場・期日ごとの定員は48名(先着順)です。偶数月は女性の検診から先に行います。

手当・年金など

◆家族介護者に慰労金を支給

介護保険の要介護度「4」または「5」の方を在宅で介護しているご家族に、慰労金10万円を支給します。ただし、世帯全員の市民税が非課税、過去1年間に介護保険サービスを利用していないなどの要件があります。また、これまでに慰労金を受給した方は、前回の申請日から1年間は申請できません。申請方法など、詳しくは高齢者支援課(620・7420)までお問い合わせください。

各種通知書を発送 それぞれ対象の 皆さんへ

■国民健康保険税の納税通知書

発送時期 7月上旬
問い合わせ 国民健康保険年金課
(620・7236、FAX626・8421)へ
※税率などが変更になりました。詳しくは通知書に同封されているチラシをご覧ください。

■介護保険料の納入通知書

発送時期 7月10日頃
問い合わせ 介護保険課(620・7415、FAX620・7418)へ

■後期高齢者医療保険料の決定通知書

発送時期 7月17日頃
問い合わせ 高齢者支援課(620・7364、FAX624・7720)へ

■障害基礎年金の所得状況届

発送時期 7月上旬
問い合わせ 国民健康保険年金課
(620・7238、FAX626・8421)へ

◆外国人も国民年金へ加入を

日本に住所のある20歳以上60歳未満で、厚生年金や共済組合制度に加入していない方は、外国人であっても国民年金に加入する必要があります。該当する方は、パスポート・在留カードなどを持って、市役所1階国民健康保険年金課(620・7238)、または各事務所まで手続きを行ってください。

◆外国人の国保加入要件を拡大

3か月を超えて在留する外国人(ほかの健保の加入者や在留資格が一部の「特定活動」の方などを除く)は、7月9日から国民健康保険への加入が必要となります。届出は在留カード、またはパスポートを持って、直接国民健康保険年金課(620・7236)、または各事務所へ。

相談

◆理学療法士による健康相談

対象⇨市内在住で65歳以上の方(介護保険認定者を除く) **日時会場**⇨▼7月24日(火)午後1時30分～4時：大横保健福祉センター(625・6501) ▼7月10日(火)午後1時15分～4時10分：南大沢保健福祉センター(679・2205) ▼7月12日、8月9日の午前9時～11時30分：東浅川保健福祉センター(667・1331) **定員**⇨各5名(先着順) **費用**⇨無料 **申し込み**⇨7月2日から電話で各センター

◆健診データ改善相談

対象⇨市内在住で血糖値・コレステロ



▲演習を重ね看護師をめざす看護学生

看護専門学校で学校説明会

看護師を養成する市立看護専門学校の学校説明会を開催します。当日は、演習のようすを実演するほか、学生との意見交換も行います。

日時 7月31日(火)午前9時30分～11時30分

会場 市立看護専門学校

定員 200名(先着順)

費用 無料

持ち物 上履き、筆記用具など

申し込み 電話、または代表者の住所・氏名・

参加人数を書いてファックスで市立看護専門学校(☎663・7170、FAX662・9691)へ

◆楽しい歌声教室

対象 市内在住で60歳以上、または障

講座・教室

1ル・中性脂肪・血圧が気になる方、またはその家族 日時 7月2～20日(土・日曜日、祝日を除く)の午前9時30分～午後3時30分(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) 申し込み 7月2日から電話で各センター ※特定保健指導対象の方は各医療保険者にご相談を。

◆初めてのパソコン教室

書のある方 日時 7月12日(木)午後2時～3時30分 会場 南大沢保健福祉センター(☎679・2205) 定員 60名(先着順) 費用 1000円 申し込み 不要、直接会場へ

対象 市内在住で60歳以上、または障害のある初心者(すでに受講された方を除く) 日時 下表のとおり 会場 南大沢保健福祉センター 定員 各5名(抽選) 費用 2千500円 申し込み 往復ハガキ(1人1枚)コースに「パソコン」とコース番号、住所・氏名(ふりがな)・年齢・障害名(等級)・電話番号、利用証番号(お持ちの方)、返信面の宛名を書いて、7月10日(必

◆介護予防運動ボランティア養成講座

対象 市内在住の方 日時 7月30日、8月1日の午前10時～午後3時30分(全3回) 会場 南大沢保健福

◆健康講座「高齢期のきこえと補聴器の活用選び方」

対象 市内在住で60歳以上の方 日時 7月12日(木)午後1時30分～3時 会場 東浅川保健福祉センター 定員 20名(先着順) 費用 無料 申し込み 7月2日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)

着)までに八王子市南大沢保健福祉センター(〒192・0364南大沢2-27 ☎679・2205)

期 日(各全5回)	コース番号・時間
7月26日～8月30日の木曜日(8月16日を除く)	①午前10時～正午
	②午後1時30分～3時30分
9月6日～10月11日の木曜日(9月27日を除く)	③午前10時～正午
	④午後1時30分～3時30分
10月18日～11月15日の木曜日	⑤午前10時～正午
	⑥午後1時30分～3時30分

催し

◆「ういずサービスクラス」(在宅福祉サービス)登録説明会

「ういずサービスクラス」(在宅福祉サービス)は、高齢や病後、出産などで家事にお困りの方家庭に、協力を派遣する家事援助サービスです。家事援助を行っていた協力を募集するため、説明会を開催します。

対象 20歳以上の方 日時 7月26日(木)午後2～4時 会場 ボランティアセンター 申し込み 電話で社会福祉協議会(☎649・5010)

◆聴覚障害者のついで

日時・会場 7月14日、9月8日の午後2～4時…心身障害者福祉センター(☎624・5850、FAX624・5954) 7月21日、9月15日の午後2時30分～4時30分…南大沢保健福祉センター(☎679・2205、FAX679・2214) 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ



市からのお知らせ

募集

■音楽芸術フェスティバルの参加者

対象 市内在住・在勤・在学の方
 内容 ①出演者：声楽・器楽など、②スタッフ：アナウンス・舞台
 期日 10月14日(日) 会場 いろいろホール 申し込み 住所・氏名・電話番号と①は当日の演奏希望曲を録音したカセットテープ(CDも可)と略歴、②は志望動機(400字以内)を書いて、7月23日(必着)までに郵送で音楽芸術フェスティバル推進委員会事務局・宮崎珠子(〒192-0043 曉町2-35-9 ☎6203-5547)

■市税徴収嘱託員

対象 金融機関などで金銭の取扱と外交経験があり、50CCの原動機付自転車、および普通自動車の運転に慣れている方 任期 8月～来年3月 募集人員 1名(選考) 勤務時間 週4日

29時間以内(午前8時30分～午後7時で、勤務時間を指定) 申し込み 履歴書と「税の滞納について」の作文(800字以内)を持って、7月2～9日に直接、納税課(☎6200-7224)

■姫木平自然の家の指定管理者

来年4月から姫木平自然の家の管理・運営を行っていただく指定管理者を募集します。詳しくは市のホームページをご覧ください。問い合わせは生涯学習総務課(☎6200-7334)へ。

環境都市づくり

■市街化調整区域に関する条例を施行

7月1日から市街化調整区域の保全に向けた適正な土地利用に関する条例を施行します。問い合わせは開発指導課(☎6200-7261)へ。

■道路にはみ出した樹木のせん定を

身近な緑である庭木や生垣は美しいまちなみづくりに欠かせないものです。しかし、道路にはみだした樹木は、歩行者や車両の通行の妨げとなります。また、信号やカーブミラーなどを覆い隠すなど、交通事故の原因にもなりかねません。日頃から樹木の点検せん定を行い、安全な道路環境の維持

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。
- 随時(24時間)
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

※休日当番医は市のホームページでもご確認ください。



▼休日耳鼻咽喉科当番医

8日(午前9時～午後5時)

なかじま耳鼻咽喉科クリニック
 西片倉3-1-21 みなみ野クリニックセンター1階
 ☎637-4187



午前9時～午後5時

米山産婦人科病院
 新町2-12 ☎642-5225



産業・しごと

■訪問 お店のお悩み相談

対象 市内で事業を営む方

に協力ください。問い合わせは管理課(☎6200-7274)へ。

▼休日救急診療の内科・外科・小児科

8日(午前9時～午後5時)

高月整形外科病院(外)
 高月町360 ☎692-1115
 秋川 高月集会所前 高月浄水所 浄水場前 滝山街道

長浜内科医院(内)
 台町4-44-10 西八平沼ビル2階 ☎667-8651
 八王子 西八王子 南多摩病院 台町交差点

瀬戸整形外科医院(外)
 打越町1364 ☎635-5710
 一京王片倉 北野 北野街道 梅洞寺

のみ小児科(児)
 みなみ野3-1-8 ☎632-7327
 八王子 片倉高校前 片倉高校 東京工科大

1日(午前9時～午後5時)

あだちクリニック(内)
 高倉町29-14 ☎648-6500
 高倉町 大和田橋 高倉局 日野バイパス

白鳥内科医院(内)
 高尾町1580 ☎662-3220
 元八王子 南浅川 高尾駅前 西八王子 高尾

水谷医院(内)
 松が谷16 ☎676-0038
 野猿街道 大栗川 大塚橋 松が谷 多摩センター駅

おおくま整形外科クリニック(外)
 台町4-46-10 ワイルドピアワン1階 ☎629-1440
 八王子 西八王子 南多摩病院 台町交差点



▲放送内容などは画面下に表示。「詳しく」を選択すると詳細を確認することも

緊急情報などの発信に 新たな方法を導入

■防災行政無線の放送内容などを ケーブルテレビで配信

防災行政無線で放送した内容などをJCNテレメディア11チャンネルで表示します。問い合わせは防災課(☎620・7207、FAX626・1271)へ。

■緊急速報メールを導入

災害発生時の警報や避難勧告など、人命にかかわる緊急情報を八王子市内にいる方の携帯電話などへメールで一斉に送信する緊急速報メールを導入しました。対象はNTTドコモ、KDDI、ソフトバンクの携帯端末です。登録は不要ですが機種によっては受信設定が必要な場合もありますので、詳しくは各携帯電話会社のホームページで確認してください。

問い合わせは都市戦略室(広報担当☎620・7228、FAX626・3858)へ。

■アクティブ市民塾
「音楽の魔法にかけられて」
内容〓合唱を通じた文化振興活動を行っている団体の紹介と実演
日時〓7月25日(水)午後6時～8時30分 会場〓北野市民センター 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(☎64

4・7611)
電話で八王子市住宅・都市整備公社(☎644・7611)

■マンション研究会
対象〓市内の分譲マンションに住住、または管理組合の方 内容〓管理会社との上手な付き合い方について
日時〓7月15日(日)午前10時～正午 会場〓学園都市センター 定員〓40名(先着順) 費用〓無料 申し込み〓7月2日から電話で八王子市住宅・都市整備公社(☎644・7611)

■お洗濯セミナー

対象〓市内在住・在勤・在学の方
日時〓7月24日(火)午後1時30分～3時30分 会場〓クリエイトホール 定員〓30名(先着順)
費用〓無料 申し込み〓7月2日から電話、または「お洗濯セミナー」と氏名・電話番号を書いて、ファックスで消費生活センター(☎631・5456、FAX643・0025)

6・1577)

空間放射線量(6月20日)		問い合わせは放射線相談窓口(☎620・7283)へ	
測定場所	測定値	測定場所	測定値
富士森公園	0.07	松竹農村公園	0.09
清水公園	0.08	落合公園	0.08
わくわくビレッジ	0.07	大塚公園	0.05
宇津貫公園	0.05	久保山公園	0.05
上柚木公園	0.05	美山中央児童遊園	0.09
鳥栖公園	0.08	大和田河川敷広場	0.08

※地上1mで測定。単位はマイクロシーベルト/時。測定値は、震災前の値(新宿区百人町で測定)と大きな差はありません。

容〓経営の専門家によるコンサルティング(1店舗につき2回まで)
時間〓1回につき2～3時間
費用〓無料 申し込み〓電話で産業政策課(☎620・7252)

■あきんど研修会
市内の商店主を対象に「あきんど研修会」を開催します。研修のテーマや内容、会場などは研修会に参加する皆さんに決めていただきます。また、中小企業診断士やITアドバイザーなど、専門家を講師に招くことができます。講師の費用は無料(一部のメニューは有料)。申込方法など、詳しくは産業政策課(☎620・7252)

■八王子新卒応援ハローワークセミナー
対象〓来年3月に大学などを卒業予定、または卒業後3年以内の方
日時〓7月17日(火)午後1時25分～

30分～3時30分 会場〓学園都市センター 定員〓45名(先着順) 費用〓無料 申し込み〓電話で八王子新卒応援ハローワーク(☎631・9505)

教育

■受験生チャレンジ支援貸付

高校、または大学受験をめざすお子さんがいる世帯を対象に、塾の費用や受験料を貸し付け、合格すれば返済を免除します(所得制限などの要件あり)。申込方法など、詳しくは社会福祉協議会(☎620・7436)までお問い合わせください。

講座・教室

■腹式呼吸から学ぶカラオケレッスン

対象〓18歳以上の方 日時〓7月26日、8月2・9・23・30日の午後1時30分～3時(全5回) 会場〓戸吹湯ったり館 定員〓10名(先着順) 費用〓2千500円(入館料は別に必要) 申し込み〓7月2～20日に直接、または電話で戸吹湯ったり館(☎696・6113)

催し

■社会を明るくする運動にご協力を

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です。この運動は、犯罪や非行の防止、罪を犯した人たちの更生についてすべての人が理解を深め、犯罪のない明るい社会を築くことを目的とした全国的な運動です。実施委員会では、7月1日(日)に駅頭でのキャンペーン活動を行います。また、「みんなに届け 私たちのメッセージ」をテーマにした催しも行います。

内容 作文コンテスト入賞者の表彰と作品の発表、中学生による合唱やダンス、吹奏楽など

日時 7月16日(祝)午後1～4時
会場 いちようホール 定員 800名(先着順) 費用 無料
申し込み 不要、直接会場へ問い合わせ 児童青少年課(☎6207435)

スポーツ

■7月の市民体育館の一般利用時間変更

▼卓球：1日(日)午後3時～9時30分、12日(木)午後7時～9時30分
▼卓球・和弓・トレーニング室・走路：28日(土)午前9時～午後3時

■7月の市民体育館の一般利用中止

▼ネオテニス・ミニテニス・健康体操・やさしいヨガ：16日(祝)

■市民体育館の臨時休館

市民体育館(☎625・2305)は八王子花火大会のため7月28日(土)の午後3時から休館します。

その他

■姫木平自然の家 年始の予約を開始

宿泊料金 1泊2食付3千700円(中学生以下は千900円)
※12月30日～来年1月4日は1泊につき300円増 申し込み 利用日の6か月前から電話で姫木平自然の家(☎0268・69・2417)

■住民基本台帳カードの継続利用が可能に

7月9日以降に転出される方

は、住民基本台帳カードの継続利用が可能になります。原則、14日以内に手続きが必要です。詳しくは市民課(☎620・7232)までお問い合わせを。

■7月8日(日)は休日納税相談の業務を休止

7月8日(日)はシステム改修のため、市税・国保税の休日相談の業務を中止します。なお、当日は納付書の発行ができないため、八王子駅南口総合事務所と南大沢事務所でお支払いの際には納付書を忘れずにお持ちください。問い合わせは納税課(☎620・7224)、国民健康保険年金課(☎620・7237)へ。

■献血を実施します

輸血を必要としている方の生命を救うため、16歳から69歳までの健康な方にご協力をお願いしています。

日時 7月5日(木)午前10時～11時45分、午後1～4時 会場 市役所南側広場 問い合わせ 都赤十字血液センター(☎042・529・0405)、健康福祉総務課(☎620・7240)

■郷土資料館の臨時休館

郷土資料館(☎622・8939)は館内整理のため、7月4・5日は休館します。なお、7月1日から郷土資料館で「資料館だ

より91号」を無料で配布します。

■お詫びと訂正

6月15日号12面でご案内した八王子観光ミニバスツアーの実施日は「7月25日(水)」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

本紙に掲載する 広告を募集

10月から本紙に広告掲載を開始します。今回は、10月1日号から来年4月1日号まで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をご覧ください。問い合わせは都市戦略室(広報担当) ☎620・7228、FAX 626・3858へ。

広告の概要

大きさ(この枠と同じ)
縦48ミリ[㍍]×横58ミリ[㍍]
2・3枠の連結も可
色 4色カラー刷り
掲載位置・枠数
14・15面の下段・各号6枠
掲載料 1枠 40,000円



▲日頃の練習成果を披露するチャンス

青年ライブステージの出演者を募集

11月25日(日)、クリエイトホールで開催する「青年ライブステージ」の出演者を募集します。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

対象 市内在住・在勤・在学の舞台上でパフォーマンスを披露できるグループ、または個人(グループはメンバーの平均年齢が40歳未満、または半数以上が30歳未満)

募集团体 30団体(抽選)

費用 無料

申込期限 9月30日

問い合わせ 学習支援課(☎648・2231、FAX648・2151)へ



市内全域、路上での歩きたばこは禁止です

7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	23～27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	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
女性のための	相談	※木曜日の午後1～4時	成年後見制度・権利擁護	※月～土曜日の午前9時～午後5時30分	市内15か所の地域包括支援センター
	カウンセリング	※水・土曜日の午前9時～正午、13・20日の午後4～7時、23日午後1～4時		10・24日の午後2～4時	市役所内社会福祉協議会 ☎620・7365 予約は電話で
	弁護士相談	28日午後2～5時	ひとり親家庭	※①月～金曜日の午前9時～正午、午後1～4時、②13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9日午前9時から受け付け
法律	※①月・水・金曜日の午後1時10分～4時10分、②火曜日の午後3時45分～7時、木曜日の午後1時30分～4時30分、③金曜日の午後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	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
			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
司法書士法律	27日午後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)	総合教育相談室	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	教育センター ☎664・6949
不動産	3・17・24日の午後1時～3時30分		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)
登記	10日午後1時～3時30分		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
税金	4日午後1時～3時30分		こころの健康相談	※月～金曜日の午前9時～午後4時30分	保健所保健対策課 ☎645・5111
相続・遺言等暮らしの手続	5・12・19・26日の午後1時～3時30分		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	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
年金・雇用保険労働条件	13日午後1時～3時30分		保健・栄養相談	※月～金曜日の午前9時～午後4時	東浅川保健福祉センター ☎667・1331 予約は電話で
交通事故	※木曜日の午後1時20分～4時30分		保健福祉・栄養	午前9時～午後4時(第2月曜日を除く)	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	10日午後1～3時		理学療法士による健康相談	12日の午前9時～11時30分(65歳以上の方)	大横保健福祉センター☎625・6501、FAX627・5927 予約は電話、またはファックスで
消費生活相談	※月～土曜日の午前9時～午後4時30分		保健福祉・栄養	※月～土曜日の午前9時～午後4時	
弁護士による消費生活相談	10・27日の午後1時30分～4時30分		理学療法士による健康相談	10日午後1時15分～4時10分(65歳以上の方)	
外国人の生活相談	※月～土曜日の午前10時～午後5時	八王子スクエアビル11階 八王子国際協会 ☎642・7091	理学療法士による健康相談	24日の午後1時30分～4時(65歳以上の方)	
	行政書士相談		14日午後2～5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			

夏の風物市・あさがお市



▲色とりどりのアサガオの中から自分の好きな色を探して

毎年恒例となった八王子・夏の風物市（あさがお市）。八王子産のアサガオや鉢植え野菜、江戸風鈴などを販売します。また、地元商店会による出店もあります。

日時 7月7・8日の午前10時～午後7時（8日は5時まで。アサガオの販売は午前7時～無くなり次第終了）

会場 西放射線ユーロード
問い合わせ 八王子・夏の風物市実行委員会（八王子商工会議所内 ☎623・6311、FAX626・8138）、または農林課（☎620・7250、FAX627・5951）へ

みどりのカーテンコンテスト 参加者を募集

夏季に、植物の葉で日差しを遮り、建物の温度を下げる効果がある「みどりのカーテン」。皆さんが作った「みどりのカーテン」のコンテストを行います。



▲さまざまな作り方が

対象 市内でツル性の植物を使い、みどりのカーテンを設置している方や団体

応募用紙の配布場所 7月1日から市役所2階環境政策課、各事務所・市民センター、市のホームページで

申し込み 応募用紙に必要事項を記入して、みどりのカーテンを撮影した写真を貼って、9月30日（必着）までに直接または郵送で八王子市役所環境政策課（〒192-8501 ☎620・7384、FAX626・4416）へ

魚のソテー ラタトゥイユ添え



👉野菜をパプリカやかぼちゃに変えても

材料(2人分)

- ▶白身魚70gを2切れ ▶トマト(完熟)200g
- ▶たまねぎ100g ▶なす80g ▶ゴーヤ60g
- ▶セロリ40g ▶にんにく6g ▶パセリ1本
- ▶ローリエ1枚 ▶オリーブ油大さじ2 ▶固形コンソメ1個 ▶塩・こしょう・小麦粉適量

ヘルシーレシピ

しっかり食べよう野菜 1日350グラム



1人分 エネルギー178kcal 野菜量240g

作り方

- ① にんにく、パセリはみじん切りに。トマト、たまねぎ、なす、ゴーヤ、セロリは1.5cm角に切る。
- ② オリーブ油、にんにくの入った鍋を火にかける。香りが出たらたまねぎ、なす、ゴーヤ、セロリの順に入れ、油が全体に回る程度にいためる。
- ③ ②にトマト、コンソメ、ローリエを入れ、中火で20分ほど野菜から出た水分が少なくなるまで煮る。仕上げに塩・こしょうで味を調える。
- ④ 白身魚は塩・こしょうを少々振り、小麦粉を薄くつけて油で両面を焼く。
- ⑤ 器に白身魚を盛り付け、③を添え、パセリを散らす。

レシピ提供・調理 八王子地域活動栄養士会

世帯と人口 (平成24年6月1日現在)

住民基本台帳		前月比	住民基本台帳		前月比
人口	男	279,548	+29	世帯数	249,410
	女	276,018	+66	外国人登録	前月比
	計	555,566	+95	人口	9,266
					-53

国勢調査の集計結果

(平成22年10月1日現在)

人口	男	293,462	世帯数
	女	286,591	249,893
	計	580,053	

※市内に居住している方の実態を表しています。

八王子市役所

☎042・626・3111(代表)

〒192-8501元本郷町3-24-1

http://www.city.hachioji.tokyo.jp/

http://mobile.city.hachioji.tokyo.jp/ (モバイル版)



本紙は毎月1日と15日に発行

■編集 都市戦略室(広報担当)

☎620・7226

FAX626・3058

■配布 シルバー人材センター

☎626・1274

FAX626・5159