

特集

いつまでも健康に

お孫さんとの会話を楽しむ原田竹夫さん(叶谷町在住・74歳)は10年前、肺がんと診断され、絶望の淵に。幸い手術で一命を取り留め、「孫の成長を見ることが人生の楽しみの一つ。年に1度は健康診断を受けて、自分の体と向き合うようにしています」と優しいまなざしでお孫さんたちを見つめていました。

市長コラム



八王子市長
石森 孝志
たか ゆき

埋立処分量ゼロへの挑戦

春の異動シーズンが一段落し、新しい生活をスタートした方もようやく慣れた頃かと思えます。進学や就職のため親元を離れ、一人暮らしを始めた方の中には、ごみの出し方一つにしても、初めての経験に戸惑いもあったことでしょう。

本市はこれまで、ごみの減量に向け、処理の有料化やリサイクルの推進、プラスチックの資源化など、さまざまな施策に積極的に取り組んでまいりました。その結果、市内で発生する不燃ごみなどの埋立処分量は、10年前の約1万8千トに対し、現在では449ト。実に40分の1へと大幅な削減を実現しております。

こうした中、基本構想・基本計画「八王子ビジョン2022」では、循環型社会の構築をめざし、「埋立処分量ゼロ」を目標に設定。実現に向け、いよいよ本年度から10年をかけ挑戦してまいります。

しかし、目標の達成には解決すべき技術的な課題もまだまだ山積。加えて、ご家庭から出る不燃ごみの中には、可燃物や資源物が5割も混入しているなど、さらなる分別の徹底が必要です。

ごみの減量には、市民の皆さんのご理解とご協力が不可欠であることは言うまでもありません。「循環型都市八王子」の実現に向け、ともに手を携え、着実に取り組んでまいりましょう。

私たちの健康にとって最大の脅威

日本では、年間70万人以上の方が新たにがんと診断され、30万人以上の方が亡くなっています。がんは、高齢者の病気と思われるかもしれませんが、近年では働き盛り世代のがんによる「早すぎる死」も増加。本市でも40〜64歳の方が年間276名(平成23年度)、命を落としています。これは、交通事故による死亡者数に比べ約70倍と、いかに私たちの健康にとつてがんという病気が脅威となっていることが分かります。

年に1度は必ず検診を

がんには、年代や性別で特有のものがあります。女性では、子宮けいがんが20〜40歳代、乳がんは40〜60歳代、大腸がんは男女ともに40歳代から増加する傾向があります。この年代は、職場や家庭で担う役割が大きく、自分自身の健康が後回しになりがちです。しかし、働き盛りだからこそ健康が大切です。

市では、がん検診(胃・肺・乳・子宮けい・大腸)を行い、対象年齢の方に市の検診を無料で受けられるクーポン券の配付もしています。病気とは無縁だと信じている方も、医者に診てもらった年齢ではないと自負する方も、年に1度、検診を受けて、自分の体のことを真剣に考えてみましょう。

受けよう。がん検診

日本人の死因の第1位である「がん」。
これまでは、不治の病と恐れられていましたが、
今では早期発見・早期治療で治る病気となっています。
健康な今だからこそ、皆さんに受けてほしい。
見つければ早く治療できるし、見つからなければ安心できるから…

インタビュー

早期発見・早期治療がカギ。 定期的に検診を

西島産婦人科医院 院長・西島 重信さん



プロフィール

西島産婦人科医院の院長。八王子市医師会の理事も務め、産婦人科の専門医として、がん検診や妊婦健診などを行っている。

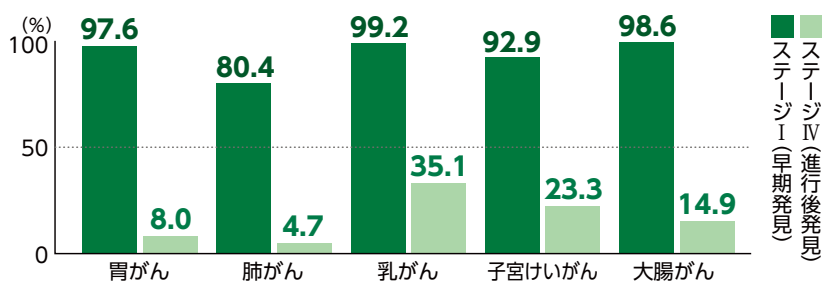
がんは人の細胞が突然変異することによって生じ、その発生には生活習慣など、さまざまな要因が関わっています。現代では、2人に1人がかかり、3人に1人が亡くなる病気です。一般には40歳以降にかかることが多く、近年は40〜64歳の現役世代の「早すぎる死」が増えています。また、子宮けいがんのように20〜30歳代の若年層に多いがんもあります。

早期発見で8割以上の方が完治

がんは、かつて「不治の病」とされてきました。しかし、現在では診断技術や治療技術が進歩し、治る可能性も高くなってきています。

特に、早期に発見できれば8割以上の方が完治します。また、がんになる前と変わらない元気な生活を送ることができる場合も多いんです。そのため、早期発見・早

がん発見後の5年後の生存率



※出典:がんの統計'12

健康な時にこそ「検診」を

期治療につながるがん検診が、とても重要なものとなっています。

健康な時は「忙しいから、これぐらい平気」と、何かしらの理由をつけて、自分の体と向き合うことを避けてしまう人も多いでしょう。しかし、発見が遅れてもよいという病気はなく「やはりあの時検診を受けていれば」と、後悔する人も多いのが現実です。まずは目を背けず、自分の体と向き合ってください。



がん検診無料クーポン



▲対象者に郵送する
クーポン券

5月中旬頃、対象者に郵送します。6月1日頃までに届かない場合は、地域医療推進課までご連絡ください。

対象・内容 ▶20・25・30・35・40歳の女性…子宮けいがん ▶40・45・50・55・60歳の女性…乳がん ▶40・45・50・55・60歳の方…大腸がん・肝炎ウイルス ▶40歳の方…胃がん・肺がん
※対象年齢は4月1日現在のものです。

実施医療機関などは「検診ガイド」で

平成25年度の「検診ガイド」は、今号の広報「はちおうじ」と一緒に配布しています。がん検診の情報のほか、実施医療機関もお知らせしています。

「がん予防推進計画」を策定

「がん予防推進計画」を策定しました。計画の閲覧場所などは本紙4ページをご覧ください。

インタビュー

検診で救われた命

あの時、受けてよかった

市内在住・41歳・女性

市役所から届いた無料クーポン券がきっかけで、検診を受診しました。これまで検診を受けたことがなく、「せっかくの機会なので」と軽い気持ちで受診したところ、子宮けいがんが発見されました。

最初は不安でしたが、「受診していなかったら、今も体の中に潜んだがんが、進行していたはず」と少しずつ前向きになれるようになりました。現在は、無事に手術を終え、元気に仕事をしています。

検診は、悪いところを早く見つけるチャンスです。自分自身が安心を得るためにも、がん検診の積極的な受診をお勧めしたいですね。

6月の胃がん検診

対象 市内在住で昭和49年3月31日までに生まれ、次に該当しない方 ▶昨年12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 ▶胃部の手術を受けたか、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相談を。

会場・期日 右下表のとおり

時間 午前中

費用 800円(生活保護を受けている方、平成24年度市

民税非課税世帯の方は無料) ※今年度より70歳以上の方も費用がかかります。

申し込み ハガキ、または封書(1人1枚)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、5月1～10日(必着)に八王子市役所地域医療推進課へ

※市のホームページからも申し込みできます。申込結果は5月27日頃郵送します。申し込みが30名に満たない場合、中止になることがあります。



▲レントゲンで胃の形や粘膜を観察

会場	期日	会場	期日
★小児・障害メディカルセンター(土曜日検診)	8日	北野事務所	18・21・27日
南大沢保健福祉センター分室	11日	恩方市民センター	19日
由木東市民センター	11日	元八王子事務所	19・25日
★市役所本庁舎	14日	石川市民センター	20日
浅川市民センター	17日	中野市民センター	20日
横山南市民センター	17日	由木中央市民センター	21日
由井事務所	18日	横山事務所	25日
		大和田市民センター	27日

※各会場・期日ごとの定員は50名(★印は120名。先着順)です。
★印は男女並行で、それ以外は女性の検診から先に行います。

問い合わせ 地域医療推進課 ☎192-8501 ☎620・7428、FAX621・0279

ごみ処理基本計画を策定

埋立処分量ゼロをめざして

このほど、平成25年度から34年度までを計画期間とする新たなごみ処理基本計画を策定しました。

市民の皆さんに市政への参加をお願いする取り組みには左記のマークを表示しています。



現在、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、可燃ごみでは生ごみのさらなる減量・資源化が求められています。また、東日本大震災での経験から、災害時でも安定してごみ処理が可能な体制も必要となってきました。

そこで、新たな計画では3つの重点取り組みを掲げ、最終的に「埋立処分量ゼロ」をめざします。問い合わせはごみ減量対策課(☎620・7256、FAX 626・4506)へ。

計画は、市役所2階環境政策課、1階市政資料室、各事務所・図書館・市民センター、市のホームページでご覧になれます。



▲ダンボールコンポストを使って生ごみをたい肥に

重点取り組み①

ごみの減量・資源化に向けた意識の高揚と行動の促進

ごみの発生抑制には、高い意識を持つて行動することが不可欠です。ごみの減量・資源化に取り組めていない方にも協力していただけるよう、積極的に訪問指導などを行います。

重点取り組み②

生ごみの減量・資源化の地域特性に応じた取り組み

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。地域の特性に応じた、家庭、事業所における生ごみの減量・資源化を進め、ごみの減量につなげます。

重点取り組み③

ごみ処理の基盤となる処理施設の更新

長期的、また災害時に、安全に安定したごみ処理が行えるよう、新たな施設を整備するなど、既存の施設とバランスのとれたごみ処理体制を確立します。

—— ごみ処理基本計画における主な取り組み ——

事業者

- ごみと資源物の分別の徹底
- 販売店での簡易包装の促進
- 再使用可能な容器を使った販売
- リサイクルできる資源物の店頭回収の実施
- 食品リサイクル法に基づく生ごみの資源化

市民

- ごみと資源物の分別の徹底
- マイバッグやマイ箸の利用
- 生ごみの水切り、エコロジーフッキングの実施
- 生ごみ処理機・ダンボールコンポストの活用
- 地域で清掃活動・集団回収の実施

行政

- チラシやホームページなどでの情報提供・啓発活動の実施
- 生ごみ処理機・ダンボールコンポストの普及・拡大
- 不法投棄や資源物の持ち去り対策の実施
- 戸吹不燃物処理センターにおける手選別の導入
- 災害に備えた処理体制の構築

福祉・保健・医療の計画

新たに三計画を策定

地域福祉計画

計画では、「虐待・孤立化の防止」「社会的弱者の支援」「災害時の要援護者支援」の3つの重点課題を設定しました。市民、関連団体、事業者、市が一体となって解決を図ります。問い合わせは健康福祉総務課(☎620・7240、FAX 628・2477)へ。

保健医療計画

「自分で、家庭で、地域で、笑顔あふれる健康なまちづくり」を基本理念に掲げ、生活習慣病の予防や緊急時の医療体制の充実など、保健医療に関する具体的な施策を示しています。問い合わせは保健所保健総務課(☎645・5111、FAX 644・9100)へ。

がん予防推進計画

多摩地域初の市民のがん死亡率低下をめざす計画です。がんによる早すぎる死を防ぐため、生活習慣づくりと検診の充実に取り組みます。問い合わせは地域医療推進課(☎620・7428、FAX 621・0279)へ。

各計画は、市役所1階市政資料室、各事務所・図書館・市民センター、市のホームページなどでご覧になれます。



直接市長にご意見を

皆さんに市長と、意見交換を行っていただく「市長と語る」を開催します。今回は、活力ある魅力あふれるまちにするために必要なものは何か、皆さんと一緒に考えていきます。八王子のまちづくりやお住まいの地域についてのご提案など、



▲昨年度は参加者713名。65名の方が発言（恩方市民センターで）

皆さんのアイデアを直接、市長にご提案ください。

発言を希望される方は、開催日の10日前までに政策審議室（広聴担当）☎620・7411、FAX 620・7322へご連絡ください。

テーマ：活力ある
魅力あふれるまちへ
時 間：午後7時～8時30分

期 日	会 場
5月18日（土）	八王子駅南口 総合事務所
5月25日（土）	石川市民センター
6月1日（土）	浅川市民センター
6月8日（土）	由井市民センター
6月29日（土）	元八王子市民センター
7月6日（土）	由木東市民センター

スポーツ祭東京2013・東京多摩国体

炬火（きよか）の名称を決定



9月に開幕する「スポーツ祭東京2013・東京多摩国体」。そのシンボルとなる炬火の名称を、本紙2月15日号で募集したところ、75件の応募をいただきました。選考の結果、横川町在住の中島まりんさんの「桑の都八王子 自然あふれる 高尾の火」に決定しました。

この炬火の採火式を5月19日（日）に富

士森公園陸上競技場で開催します。時間は午前8時30分から9時15分までです。当日は、市内で開催される競技・デモンストレーション種目団体などの代表によるトーチリレーや炬火台への点火を行います。

問い合わせは国体推進室（☎620・7440、FAX 626・8554）へ。



皆さんのご意見を市政に

消費生活に関する重要な事項を調査審議する「消費生活審議会」と、地域で啓発活動などを行っていただく「消費生活啓発推進委員」の市民委員を募集します。

■消費生活審議会委員

募集人員 3名（選考）

報酬 1回1万2千円

作文テーマ 消費生活における市の役割（800字程度）

■消費生活啓発推進委員

募集人員 5名（選考）

謝礼 交通費程度

作文テーマ 私が思う消費生活における啓発活動（400字程度）

対象 市内在住・在勤・在学で20歳以上の方（審議会委員は市のほかの附属機関などの委員を除く）

任期 6月から2年間

申し込み 各テーマについての作文と住所氏名・年齢・職業・学校名・電話番号を書いて、5月15日（必着）までに直接、または郵送で八王子市消費生活センター（〒192-0082 東町56 ☎631・5456、FAX 643・0025）へ

再生可能エネルギー利用機器の設置費用を補助

環境にやさしいエネルギーの活用を

市は、温室効果ガスの削減や再生可能エネルギーの普及拡大を図るため、

太陽光発電システムの設置などにかかる費用の一部を補助しています。

詳しくは、市役所2階環境政策課、各事務所で配布するパンフレット、または市のホームページをご覧ください。

対象機器 ①太陽光発電システム、②太陽熱利用システム

補助額 ①1キロワットあたり2万円（上限は10万円）、②1件5万円

申請期間 6月3日から（予算額に達し次第終了）

問い合わせ 環境政策課（☎620・7384、FAX 626・4416）へ



▲ソーラーパネルの設置で光熱費の削減にも



フォトレポート：春の風景

まちがサクラ色に

3月下旬から4月初めにかけて、市内各所でサクラが開花しました。花の薄桃色と空の青——天然色に彩られた春のまちのようすを写真で紹介します。

高尾警察署付近の南浅川沿い

散歩道——

春の訪れとともに一気に花を咲かせたサクラ。普段何気なく歩く散歩道も“サクラのトンネル”を歩いているような気分に。



ベルコリーヌ南大沢



八高線浅川橋りょう付近

神社仏閣——

独特の静寂の中に咲くサクラは、寺院の建物とともに印象的な様相に。シダレザクラが満開を迎えた境内は風雅な趣に包まれていました。



金南寺(西浅川町)

憩いの場——

家族や友達と——サクラの下で遊んだり、お弁当を食べたりして楽しむ開放感はこの時期ならでは。皆さん、心ゆくまで春を満喫していました。



富士森公園



片倉城跡公園



陵南公園



元横山公園

都市戦略室(広報担当 ☎620・7228、FAX626・3858)では、まちの出来事などを取材・記録し、広報づくりに役立てています。皆さんが知っているおすすめの場所やまちダネなどの情報をお寄せください。

「平和の誓い」新たに

4月12日、オリンパスホール八王子で「戦没者・戦災殉難者追悼式」を開催。追悼式では冒頭、1分間の黙とうの後、石森市長が「今日の繁栄と平和で豊かな生活は、戦災で亡くなられた尊い犠牲の上にある。戦争の恐ろしさを風化させることなく語り継ぎ、平和で安心して暮らせる社会が実現するよう努力することを誓う」と追悼の言葉を述べました。また、当日は遺族の方など約300名が参列し、舞台中央に建てられた「追悼之標」に献花をしました。



WATCHING HACHIOJI
ウオッチング

はちおうじ



おもてなしの拠点 駅南口にも

4月20日、八王子駅南口総合事務所内に「観光・まちなか案内所」をオープンしました。昨年10月には八王子駅北口にも観光案内所「八王子インフォメーションセンター」をオープンしており、駅の南北におもてなしの拠点が揃いました。

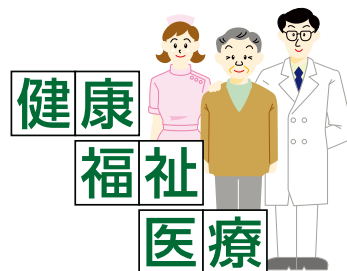
梶田町在住の鈴木亜由巳さん(写真右)は、「今日は子どもと一緒に来ました。駅と直結した場所にあるので、とても利用しやすく便利です」と話していました。

今熊山を彩るミツバツツジ

上川町の今熊山で、1,000本を超えるミツバツツジが辺り一面を彩りました。写真は4月10日に撮影したもの。山の斜面を紅紫色に染め上げるように咲いた花が見頃を迎え、多くの見物客の目を楽しませていました。

川口町在住の鶴沢曜子さんは「孫にも見せてあげたくて遊びに来ました。とてもきれいで、夢みたいな景色ですね」と話していました。





講座・教室

パソコン講習会 (精神障害者向け)

対象 市内在住・在勤・在学の方(介助者の同席可) 日時 6月16・23・30日、7月7日の午後1時30分～3時30分(全4回) 会場 心身障害者福祉センター 定員 5名(抽選) 費用 600円 申し込み 往復ハガキに「パソコン(精)」と住所・氏名(ふりがな)・障害名(等級)・電話番号、返信面の宛名を書いて、6月3日(必着)までに八王子市心身障害者福祉センター(〒193-0931台町2-7-22 ☎624・5850)

見えにくくなった方の 学習会

対象 市内在住・在勤・在学で視覚障害のある方とその家族 内容 点字

学習、生活・福祉情報の提供など 日時 6月13日～11月28日の木曜日の午後1～3時(全20回) 会場 心身障害者福祉センター 定員 15名(先着順) 費用 無料(点字用具の料金は必要) 申し込み 5月1日から電話で八王子市心身障害者福祉センター(☎624・5850)

高齢期における栄養・ 口腔ケア教室

対象 市内在住で65歳以上の方 日時 5月22日(水)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 15名(先着順) 費用 無料 申し込み 5月2日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)

今からできる尿もれ 予防とケア

対象 市内在住で55歳以上の女性 内容 講話と体操 日時 5月24日(金)午後1時30分～3時 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 5月2日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)

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 5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 5月2日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679・2205)

催し

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 日時 5月2～17日(土・日曜日、祝・休日を除く)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) 費用 無料 申し込み 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。

ういずサービスクラス協力員 登録説明会

「ういずサービス」(在宅福祉サービス)は、高齢や病気、出産などで家事に困りのご家庭に、協力員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だける協力員を募集するため、説明会を開催します。

対象 20歳以上の方 日時 5月28日(火)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)

あったか元気倶楽部 (くらぶ)

対象 市内在住・在勤で18歳以上の方 内容 リズム体操・練功十八法など 日時 ①6月6・13・20・27日の午後1時30分～2時50分(全4回)、②6月10・17・24日の午前11時10分～12時30分(全3回) 会場 あったかホール 定員 ①40名、②30名(ともに抽選) 費用 ①2千100円、②千575円 申し込み 往復ハガキ(1人1枚1教室)に教室名と希望番号、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、5月20日(必着)までにあったかホール(〒192-0906北野町596 ☎645・0025)

年金

65歳になったら 老齢基礎年金の請求を

老齢基礎年金は、国民年金保険料を一定期間納めた方が、65歳から受け取れるものです。65歳になった方(65歳前に繰り上げ請求で受け取っている方を除く)は、年金の請求手続きをしてください。

厚生年金などの国民年金以外の制度に加入したことのある方や国民年金の第3号被保険者期間がある方は八王子年金事務所(☎626・3511)で、国民年金の第1号被保険者期間だけの方は市役所1階国民健康保険年金課(☎

620・7238)、または各事務所で手続きを。必要書類など、詳しくは各請求先までお問い合わせください。

福祉のまちづくり

赤十字社活動資金にご協力を

5月は「赤十字運動月間」です。これに合わせ、町会・自治会を通じて日本赤十字社の活動資金へのご協力を呼び掛けています。昨年は市内で千100万円の活動資金のご協力を頂きました。お寄せいただいた善意は、災害救護活動などに役立てられています。今年も皆さんのご協力をお願いします。

問い合わせは日本赤十字社八王子市地区事務局(健康福祉総務課内) ☎620・7240へ。

成年後見・あんしんサポーターセンター八王子を開設

成年後見制度や地域福祉権利擁護事業の利用を支援する「成年後見・あんしんサポーターセンター八王子」が社会福祉協議会内に開設されました。権利擁護の相談窓口を皆さんに分かりやすくするとともに、市民後見人の育成・活用を推進するなど、成年後見制度などを必要とする方の支援体制を充実させていきます。

問い合わせは社会福祉協議会(☎620・7365)へ。



こどもの日は親子でしようぶ湯の銭湯へ

5月5日は、市内3か所の銭湯(左記)で小学生以下のお子さんと保護者1名の入浴が無料となります。利用の際に銭湯へお申し出ください。問い合わせは健康福祉総務課(☎620・7240)へ。

▼松の湯(小門町) ▼福の湯(本町)
▼稲荷湯(子安町二丁目)



▲お子さんとのふれあいの場に(写真は福の湯)

いじめを防ぐために

市と学識経験者などで構成する青少年問題協議会は、今年度の青少年健全育成基本方針重点目標を「しないさせない いじめは決して許しません」に決定しました。いじめは決して許されない行為ですが、どのお子さんにも起こり得る問題です。日頃から家庭で規範意識を育むとともに、お子さんのようすの把握に努めましょう。

また、今年度は、青少年の良好な環境づくりのモデル地区として、上柚木中学校区を指定しました。来年3月まで、あいさつ運動などを行います。

問い合わせは児童青少年課(☎620・7435)へ。

5月1日から児童育成手当の申請を受け付け

児童育成手当(対象などは下表①参照)の平成25年度の申請受付を、5月1日から開始します。この手当には、下表②のとおり所得制限があります。該当する方で受給していない方は、市役所4階子育て支援課、または八王子駅南口総合事務所で申請をお願いします。問い合わせは子育て支援課(☎620・7368)へ。

なお、市内に本籍があり、児童育成手当の申請をする方を対象に、戸籍謄本などを無料で交付しています。請求の際にお申し出ください。

所得制限額(表②)

扶養人数	所得制限額
0人	3,684,000円
1人	4,064,000円
2人	4,444,000円
3人	4,824,000円
4人以上	1人増すごとに38万円増加

※所得額は平成24年中の所得で、給与所得の場合は給与所得控除後の額、事業所得の場合は必要経費を差し引いた後の額です。所得制限額は社会保険料一律控除分8万円が加算された額です。医療費控除など、所得から差し引けるものもありますので、詳しくはお問い合わせを。

児童育成手当の対象・支給額(表①)

	育成手当	障害手当
対象	次のいずれかの状態にあるひとり親家庭などで平成7年4月2日以降に生まれたお子さんを養育している方 ▶父母が離婚 ▶父、または母が死亡、生死不明 ▶父、または母に重度の障害がある ▶父、または母が1年以上拘禁 ▶父、または母から1年以上遺棄 ▶父、または母が裁判所からのDV保護命令を受けている ▶婚姻によらないで出生	次のいずれかの状態にある20歳未満のお子さんを養育している方 ▶身体障害者手帳1・2級程度 ▶愛の手帳1～3度程度 ▶脳性マヒ、進行性筋い縮症 ▶知的障害で特別児童扶養手当を受給 ▶身体障害で特別児童扶養手当1級を受給
支給額	お子さん1人につき 月額13,500円	お子さん1人につき 月額15,500円

おはなし会 「ぴよぴよ絵本のじかん」

対象 市内在住で1・2歳のお子さん
とその保護者 内容 絵本の読み聞か
せ、手遊びなど 日時 5月15日(水)
午前10時30分～11時30分 会場 生涯学
習センター南大沢分館 定員 15組
(先着順) 費用 無料 申し込み 5
月2日から直接、または電話で南大沢
図書館 ☎679・2201



▲紙芝居の読み聞かせも

はじめての歯科教室

対象 市内在住で①平成23年11月
～24年5月生まれのお子さんとその

保護者、③23年12月～24年6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)
期日・会場 ①5月21日(火)、③6月7
日(金)：南大沢保健福祉センター分室
(☎679・2205)、②5月30日(木)
：保健センター(☎625・9200
大横保健福祉センター) 時間 午前
10～11時、午後2～3時 定員 各15
組(先着順) 費用 無料 持ち物 各
グループまたは歯ブラシ、飲み物 申し
込み ①5月8日、②16日、③29日か
ら電話で各センター

むし歯予防教室

対象 市内在住で平成22年5月～23
年10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 5月28日(火)午前
10～11時 会場 南大沢保健福祉セン
ター分室 定員 15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 5月15日から電話
で南大沢保健福祉センター(☎679・
2205)

初めてのはみがきレッスン

対象 市内在住で平成24年7～12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) 期日・会場 ①6月4日(火)：
南大沢保健福祉センター分室(☎67
9・2205)、②6月12日(水)：保健セ
ンター(☎625・9200 大横保健福

ひとり親家庭への就労支援を拡大 父子家庭の父親も対象に

ひとり親家庭の親に下記の就労支援を行っています。今
回、父子家庭の父親にも支援を拡大しました。問い合わせは
子育て支援課(☎620・7362)へ。

■高等技能訓練促進費の支給

看護師・介護福祉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、訓練促
進費を支給します。対象は20歳未満のお子さんを扶養し、次
のすべてに該当する方です。

▶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

■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指定講座を受講した場合、受講
料の一部を支給します。対象は20歳未満のお子さんを扶養
し、次のすべてに該当する方です。

▶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

パパが引き出す赤ちゃんの 笑顔くべビーマッサージ

対象 市内在住・在勤で生後2か月～
1歳未満のお子さんとその父親、また
は両親 日時 5月25日(土)午前10時45

分(正午 会場 北野児童館 定員 15組(抽選) 費用 400円 申し込み 往復ハガキ、ファックス、Eメールに「べビマ」と住所・参加者全員の氏名・年齢・お子さんの生年月日・電話番号、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、5月15日(必着)までに八王子市男女共同参画センター(〒192-0008 東町5-6 ☎648・2230 FAX 644・3910、Eメール b0509000@city.hachioji.tokyo.jp) ※市のホームページからも申し込みできます。



▲さまざまな被害を想定して訓練を実施

総合水防訓練

集中豪雨や台風などの水害に備えて、消防署や市消防団、地域の防災組織と協力して総合水防訓練を行います。家庭でできる浸水防止の方法などの実演もありますので、ぜひ見学にお越しください。

日時 5月18日(土)午前9時30分～11時30分

会場 市役所北側浅川河川敷広場
問い合わせ 防災課(☎620・7208、FAX626・1271)へ



市からの
お知らせ

募集

■市職員(一般行政職)

今回募集する職種は一般行政職で①行政、②土木、③建築、④電気、⑤機械、⑥化学、⑦獣医師です。申込期限は5月29日。詳しくは市役所3階職員課、各事務所、市のホームページで5月1日から配布する募集要項をご覧ください。問い合わせは職員課(☎620・7254)へ。

■都営住宅の入居者

募集内容 ①家族向け・単身者向け(一般募集住宅)、②若年ファミリー向け・多子世帯向け(定期使用住宅)、③若年ファミリー向け **募集案内の配布** 5月7～15日に市役所5階住宅対策課、各事務所・図書館、クリエイトホール、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 **申し込み** 申込書に必要事項を記入して、5月20日(必着)

市立看護専門学校の嘱託員
職種 看護教員 **対象** 看護師免許をお持ちで、5年以上の臨床経験があり教員養成研修を受講済みの方 **募集人員** 1名(選考) **申込期間** 5月1～31日 **問い合わせ** 市立看護専門学校(☎663・7170)

までに所定の封筒で郵送 **問い合わせ** 住宅対策課(☎620・7385)、または都・住宅供給公社募集センター(☎0570・010810)

■川口土地区画整理事業への意見

川口土地区画整理事業の「計画段階環境配慮書」構想段階評価書」を公表し、皆さんからのご意見を募集します。

縦覧期間 5月7日～6月6日 **縦覧場所** 市役所2階環境政策課、各事務所・市民センター・図書館、市のホームページなど **提出方法** 事業名とご意見、住所・氏名を書いて、6月6日(必着)までに直接、または郵送、ファックス、Eメールで八王子市役所5階区画整理室(〒192・8501 ☎620・7300、FAX 627・5931、Eメール kawaguchi@city.hachioji.tokyo.jp)

■「市史研究第4号」に掲載する論文

内容 八王子市の歴史や自然に関する未発表の論文・調査報告など(論文は1万6千字以内、その他は8千字以内) **申し込み** 7月31日までに応募要項を請求のうえ、原稿に必要書類を添えて、9月20日(必着)までに書留郵便で八王子市市史編さん室

(〒193・0943 寺田町1455・3 ☎666・1511)

■スポーツ祭東京2013の市内の競技会場での売店出店者

詳しくは市役所7階国体推進室、市のホームページで配布する募集要項をご覧ください。

募集競技 サッカー(女子)、体操(競技・新体操)、軟式野球、ゴルフ、高等学校野球(硬式) **申し込み** 必要書類を5月31日(必着)までに直接、または郵送で八王子市役所国体推進室(〒192・8501 ☎620・7440)

■議場「コンサートの出演者

年4回の市議会定例会の開会にあわせ、本会議場で実施するコンサートに出演していただける団体を募集します。対象は市内在住・在勤・在学でクラシック、フォーク、ポップスなどを演奏する団体です。詳しくは庶務調査課(☎620・7311)までお問い合わせください。

税金

■固定資産税・都市計画税の納税通知書を発送

平成25年度の固定資産税・都市計画税の納税通知書を5月1日に発送します。第1期の納期限は5月31日です。各事務所、お

近くの市税取扱金融機関などで納付ができます。問い合わせは資産税課(☎620・7251)へ。

環境・都市づくり

■夏季も節電などを実施

市では、夏季の省エネルギー対策として、冷房時の庁舎の室内温度を28度に設定します。また、5月7日から職員はノーネクタイ・ノー上着といった軽装(エコさわやかスタイル)で執務を行います。問い合わせは環境政策課(☎620・7384)へ。

■生産緑地追加指定の受け付け

市は、面積が500平方メートル以上で農業の継続が可能であるなど、一定の基準を満たす農地を「生産緑地地区」に指定しています。追加指定の受付期間は、5月16日から31日までです。問い合わせは、都市計画室(☎620・7258)へ。

■滝山・梅坪地区の地区計画決定原案の縦覧

縦覧期間 5月10～24日 **縦覧場所** 意見書の提出 市役所6階都市計画室(☎620・7258) ※区域内の土地所有者等は、5月10日から31日まで市に意見書を提出することができます。

ついでに

■パートタイム就職支援セミナー

日時 5月29日(水)午前10時～11時40分
会場 会場 〓クリエイティブホール
定員 50名(先着順) 費用 〓無料
申し込み 〓電話で八王子しごと情報館(☎656・4788) ※1歳就学前のお子さん10名(先着順)お預かりします。申し込み時にご予約を。

講座・教室

■日本語ボランティア基礎講座

日時 6月29日、8月10日の土曜日の午前10時～正午(全6回)
会場 〓学園都市センター 定員 〓20名(抽選) 費用 〓6千円
申し込み 〓往復ハガキに住所・氏名・電話番号・ボランティア経験の有無・所属団体・返信面の宛名を書いて、5月20日(必着)までに八王子国際協会(〒192・0083 旭町9-1 ☎642・7091)

■ワンコイン講座「睡眠のプロに学ぶ眠れる枕の作り方」

対象 〓19歳以上の方 日時 〓5月31日(金)午後1時30分～3時
会場 〓戸吹湯つた館 定員 〓30名(先着順) 費用 〓500円(入館料は別に必要) 申し込み 〓5月

2日から直接、または電話で戸吹湯つた館(☎696・6113)

■あつたかチャキッズ

対象 〓市内在住で5歳就学前のお子さん 日時 〓6月4日、7月23日の火曜日の午後3時50分～4時50分(全8回)
会場 〓あつたかホール 定員 〓20名(先着順) 費用 〓5千880円
申し込み 〓5月2日から直接、または電話であつたかホール(☎645・0025)

■新曲「よるこび音頭」などの民謡講習会

対象 〓市内在住・在勤の方 日時 〓5月12日(日)午後1時30分～3時30分
会場 〓八王子織物工業組合(八幡町) 費用 〓無料
申し込み 〓不要、直接会場へ 問い合わせ 〓八王子民謡協会(八王子観光協会内 ☎643・3115)

教育

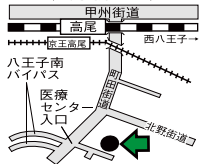
■シンポジウム「特別支援教育の理解と新しい計画」

このほど、平成25年度から27年度までを計画期間とする「第二次特別支援教育推進計画」を策定しました。計画の取り組みなどを知っていただくため、講演とパネルディスカッションを行います。

▼休日産婦人科

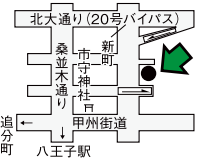
6日(午前9時～午後5時)

八王子医療センター
館町1163 ☎665-5611
(要事前連絡)



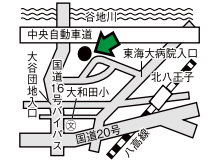
4・5・12日(午前9時～午後5時)

米山産婦人科病院
新町2-12 ☎642-5225
(要事前連絡)



3日(午前9時～午後5時)

東海大学八王子病院
石川町1838 ☎639-1111
(要事前連絡)



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)

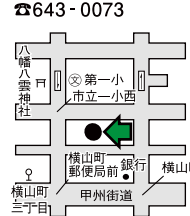
- 消防庁救急相談センター
☎042-521-2323
- 八王子消防署 ☎625-0119
- 東京都保健医療情報センター
☎03-5272-0303

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

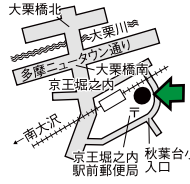
▼休日救急診療の内科・外科・小児科

4日(午前9時～午後5時)

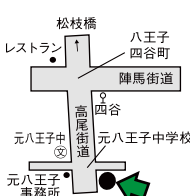
知野整形外科医院
横山町20-15 〓外
ノモス八王子1階
☎643-0073



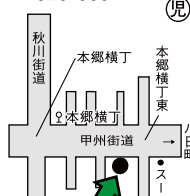
内科・循環器内科
クリニック高田 〓内
別所2-2-1クレヴィア
京王堀之内パークナード2
☎670-2039



福田医院
大桑寺町426-2 〓内
☎626-4664

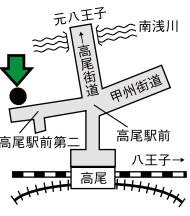


八王子中央診療所
八幡町5-11 〓内
☎626-5591

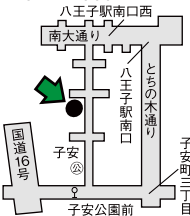


3日(午前9時～午後5時)

鷺尾整形外科 〓外
高尾町1620
☎667-3741



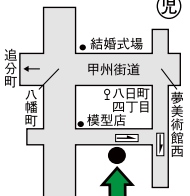
沼沢医院 〓内
子安町4-20-9
☎622-2369



おがわクリニック 〓内
堀之内3-35-13
合合ビル2階
☎670-3391



福原内科クリニック 〓内
八日町4-16
☎623-3238



※休日当番医は市のホームページでもご確認ください。





▲水無瀬の町家(モダンリビング201号掲載 写真:藤塚光政)

夢美術館の特別展 坂本一成住宅めぐり

日時 5月17日~6月30日の午前10時~午後7時
観覧料 500円(小学生~学生と65歳以上の方は250円、就学前のお子さんは無料、土曜日は小・中学生無料)

ギャラリートーク

内容 坂本一成さんと学芸員による作品の解説
日時 5月18日、6月15・22日の午後3時30分~4時30分
費用 無料(観覧料は必要)
申し込み 不要、直接会場へ

会場・問い合わせ 夢美術館(☎621・6777、FA X621・6776)へ

■春の滝山城跡散策ツアー
集合 5月19日(日)午前10時に道の駅八王子滝山解散は午後2時頃同所。荒天中止。定員 30名(先着順) 費用 1千円(昼食付き) 申し込み 5月2日から電話で道の駅八王子滝山(☎696・1201)

■農業にふれあう稲作体験
対象 市内在住で小学3年生以上のお子さんとその保護者 日時 6月15日、8月10日、10月5日、11月16日の午前9時30分~11時30分(全4回) 会場 長沼駅付近の田んぼ 駐車場はあり(ません) 定員 40名(抽選) 費用 1千円 申し込み ハガキに「稲作体験」と住所・参加者全員の氏名・生年月日・年齢・電話番号を書いて、5月8日(必着)までに八王子市役所農林課(〒192・8501 ☎620・7250)

▼バドミントン:3日(祝) ▼エアロ系シェイプビート、ヨガ・ストレッチ、アーチエリー:4日(祝) ▼和弓:5日(祝) ▼健康体操、やさしいヨガ、ミニテニス

■5月の市民体育館の一般利用中止

スポーツ

日時 5月10日(金)午後6時30分~8時30分 会場 学園都市センター1 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 指導課(☎620・7446)

■5月の甲の原体育館の室内プールレッスン中止
▼アクアビクス:3日(祝) ▼泳法指導:4日(祝)

▼初心者ヨガ:3日(祝) ▼シェイプアップエアロビクス:4日(祝)

■5月の甲の原体育館の一般利用中止

▼卓球、和弓:19日(日)午後5時~9時30分

■5月の市民体育館の一般利用時間変更

ネオテニス:6日(休)

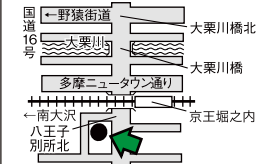
催し

▼休日耳鼻咽喉科

3日(午前9時~午後5時)

もりた耳鼻咽喉科医院

別所1-11-26(パドレーズベランサ1階) ☎675-8741



▼休日救急診療の内科・外科・小児科

12日(午前9時~午後5時)

原内科医院 (内) 台町2-22-7 第2ミネセイビル102 ☎625-7133	中村内科医院 (内) 諏訪町73-2 ☎686-2045
服部クリニック (内) 別所1-15-18 ☎675-0032	たじま整形外科クリニック (外) 中野山王1-19-11 ☎626-4000

6日(午前9時~午後5時)

敏久内科クリニック (内) 暁町2-4-9 ☎624-3535	義澤皮膚科内科クリニック (内) 片倉町342-3K's片倉ビル2階 ☎697-9923
真宮病院 (内) 南新町23 ☎625-0648	森原診療所 (内) 初沢町1231-36 京王高尾マンション1階101 ☎661-8190

5日(午前9時~午後5時)

八王子クリニック (外) 横山町11-5 斗南堂ビル4階 ☎643-3717	みなみ野ハートクリニック (内) 兵衛1-25-1 ☎637-8101
吉井内科消化器科医院 (内) 千人町3-2-1Kビル301 ☎666-7661	エヴァーグリーンこどもクリニック (内) 上柚木2-5-4 ☎682-5830

催し

■道の駅八王子滝山の催し

▼八王子産の植木・花・野菜苗木即売会
日時 5月3・4・11・12日の午前9時～午後3時

▼うまいもん市
日時 5月5・6日の午前9時～午後4時

▼八王子産の加工品販売促進会
日時 5月11日(土)午前9時～午後3時(無くなり次第終了)

▼チェロコンサート
内容 8バス・カサド国際チェロ・コンクール実行委員会による演奏
日時 5月12日(日)午前11時～午後1時(各45分) 費用 無料

会場 道の駅八王子滝山(☎96・1201)



▲さまざまな植物を販売

■アクティブ市民塾「北野地区環境施設見学と足湯体験」

内容 環境教育支援などを行っている団体の紹介とエコひろばなどの施設見学
日時 5月22日(水)午後1～4時 会場 222かホール 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)

■屋外フリーマーケット

内容 リサイクル自転車、模写店など
日時 5月12日(日)午前10時～午後3時(フリーマーケットのみ雨天中止) 会場 222かホール(☎645・0025)

その他

■市政世論調査にご協力を



市民の皆さんとの協働によるまちづくりを進めるために行っている市政世論調査。今回は、例年の質問に加え「八王子ビジョン2022」の施策指標の目標値に対する達成度「八王子の教育について」などをテーマに5月中旬に実施します。市内在住で20歳以上の方から3千名を無作為に抽出し、調査票を郵送します。お問い合わせは政策審議室(広)

聴担当 ☎620・7411へ。
■「多文化共生推進プラン」を策定
このほど、多文化共生のまちづくりを進めるための指針である「多文化共生推進プラン」を策定しました。今後、このプランを基に、さまざまな施策に取り組んでいきます。

プランは、市役所7階国際交流課、1階市政資料室、各図書館、八王子国際協会、市のホームページでご覧になれます。問い合わせは国際交流課(☎620・7437)へ。

■「統計八王子平成24年版」を販売

「統計八王子」は、本市の人口、産業、教育、社会福祉などについての基本的な資料を集録したものです。市役所1階市政資料室、八王子駅南口総合事務所で1部700円で販売しています。市のホームページからもご覧になれます。問い合わせは総務課(☎620・7202)へ。

■消防機材を宝くじの売り上げで配備

消防署が組織する「八王子女性防火協会」が使用するAEDトレーナーなど、一部の機材は宝くじの売り上げが財源となる「宝くじ助成金」を活用し、配備

しています。問い合わせは防災課(☎620・7208)へ。

■事業用ハカリの定期検査を実施

事業用ハカリの定期検査のため検査員が直接訪問します。期間は5月21日から7月26日(土・日曜日、祝日は除く)まで。対象の方にはお知らせを送付します。問い合わせは消費生活センター(☎631・5456)、または都計量検定所検査課(☎03・5470・6638)へ。

■国などへの苦情・要望は行政相談委員へ

市民の皆さんと国などの間に立って、公平・中立な立場から問題の解決に当たる「行政相談委員」。苦情や要望などは、総務大

行政相談委員

氏名	住所	電話番号
前田 満寿美	寺田町	665・1804
小山 俊子	北野町	642・9157
柚原 道平	中野山王二丁目	622・9013
武藤 伸太郎	川町	650・5788
前田 悦代	下恩方町	651・3717
遠藤 厚子	台町四丁目	622・8346
井上 六郎	梶田町	664・0591
石田 和良	台町四丁目	622・0134

空間放射線量(4月17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(台町二丁目)	0.06	松竹農村公園(下恩方町)	0.08
清水公園(犬目町)	0.07	落合公園(高尾町)	0.07
わくわくビレッジ(川町)	0.07	大塚公園(松が谷)	0.05
宇津貫公園(七国六丁目)	0.04	久保山公園	0.05
上柚木公園	0.05	美山中央児童遊園	0.10
鳥栖公園(川口町)	0.08	大和田河川敷広場	0.07

※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。

■各施設の臨時休館

システム点検などのため、次の施設で臨時休館します。
▼各図書館(中央図書館 ☎664・4321)：5月13日(月) ▼夢美術館(☎621・6777)：5月7・16日
臣から委嘱を受けた左上表の委員にご相談ください。また、毎月10日(土・日曜日、祝・休日を除く)には、市役所1階市民ロビーに相談コーナーを設置していますのでぜひご利用ください。問い合わせは暮らしの安全安心課(☎620・7227)へ。



市内全域、路上での歩きたばこは禁止です

環境政策課(☎620・7384)

5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	13～17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8時30分～11時、午後1～4時	市役所生活福祉課 ☎620・7443 予約は電話で	住宅の増改築に関する相談	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	市役所住宅対策課☎620・7260
女性のための	相談	※木曜日(30日を除く)の午後1～4時	クリエイトホール8階 男女共同参画センター ☎648・2234 予約は電話で 同センターでは、女性を対象とした一般的な相談もお受けしています(午前9時～午後7時、日曜日、祝・休日、7日は5時まで)	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
	カウンセリング	※水・土曜日(25日を除く)の午前9時～正午、10・17日の午後4～7時、13日午前9時～正午、27日午後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か所の高齢者あんしん相談センター(地域包括支援センター)
	弁護士相談	25日午後2～5時		成年後見・あんしんサポートセンター八王子(社会福祉協議会内) ☎620・7365 予約は電話で	14・28日の午後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7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	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7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	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)	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		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) ※月～土曜日の午前9時～午後5時	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～金曜日の午前8時30分～午後5時	教育センター ☎664・6949
税 金		1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)	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)
相続・遺言等暮らしの手続		2・9・16・23日の午後1時～3時30分		あなたの心の相談室	※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
年金・雇用保険労働条件		10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(地域保健担当) ☎645・5196
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)	HIVに関する相談・検査	※水曜日の午後1時30分～4時30分	保健所保健対策課(感染症対策担当) ☎645・5195
行 政		10日午後1～3時		医療に関する電話相談	※月～金曜日の午前9時30分～正午、午後1～4時	医療安全支援センター(保健所内)☎645・5118
消費生活相談		※月～土曜日の午前9時～午後4時30分		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	クリエイトホール地下1階 消費生活センター ☎631・5455	理学療法士による健康相談	21日午後1時30分～4時(65歳以上の方)	大横保健福祉センター ☎625・6501 予約は電話で
外国人の生活相談	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	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 予約は電話で
	行政書士相談	11日午後2～5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
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	保健福祉・栄養	※月～土曜日の午前9時～午後4時	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
				理学療法士による健康相談	28日午後1時15分～4時10分(65歳以上の方)	

合同学園祭

笑顔はじける学生の祭典

八王子地域23の大学・短大・高専の学生が、合同学園祭としてイベントを開催します。

学生天国

内容 音楽、踊り、ファッションショーなどのステージ、模擬店など
日時 5月12日(日)午前10時～午後5時
会場 八王子駅北口西放射線ユーロードと周辺の商店街、八王子駅南口広場

ビッグウエスト学生フェスティバル

5月12日から26日にかけて、展覧会やスポーツ大会などが行われます。学生の皆さんが出席できる大会などもあります。

問い合わせ 大学コンソーシアム八王子事務局(☎6465740、FAX6462663)へ

ビッグウエスト学生フェスティバル日程表

催し名	日時	会場
書道展	5月12～16日の午前10時～午後7時(12日は1時から、16日は4時まで)	学園都市センター
美術展	5月17～21日の午前10時～午後7時(17日は1時から、21日は4時まで)	
お茶会	5月18・19・25・26日の午前11時～午後5時	
学生落語会	5月19日(日)午後1時30分～4時	
写真展	5月22～26日の午前10時～午後7時(22日は1時から、26日は4時まで)	
学生音楽祭	5月26日(日)正午～午後4時	エコ・フットサル・パーク八王子(西片倉三丁目)
フットサル大会	5月18日(土)午後1～6時	
大学生国際交流ボウリング大会	5月25日(土)午後2時30分～4時	
		高尾スターレーン(東浅川町)

※時間や内容が変更になる場合があります。

たいの中華風刺身サラダ



季節によってかつお・あじなどを使っても

材料(2人分)

▶刺身用のたい100g ▶大根200g ▶きゅうり1本 ▶長ねぎ10cm ▶しょうが10g ▶貝割れだいこん40g ▶ワンタンの皮2枚 ▶松の実10g ▶合わせ調味料:しょうゆ・ごま油各大さじ1、酢・レモン汁各小さじ1、砂糖・塩・こしょう各少々

ヘルシーレシピ

しっかり食べよう野菜 1日350グラム



野菜が100グラム以上とれるよ

1人分 野菜量178g エネルギー212kcal 塩分1.3g

つくり方

- ①刺身用のたいは薄めのそぎ切りにする。
- ②大根、きゅうりは細切りに、貝割れだいこんは半分の長さに切る。長ねぎ、しょうがは細切りにし、冷水にさっとさらして、水を切る。
- ③ワンタンの皮は5mm幅に切り、170℃の油できつね色に揚げる。
- ④器に②を盛り、たいをのせてワンタンの皮と松の実を散らす。
- ⑤合わせ調味料をかける。

レシピ提供・調理:ふるさとの食を拓く会

世帯と人口(平成25年3月末日現在)

住民基本台帳			前月比	住民基本台帳			前月比
人口	男	282,232	-583	世帯数	253,192	-390	
	女	280,447	-356	うち外国人住民		前月比	
	計	562,679	-939	人口	8,788	-42	

※平成24年7月の制度改正により、外国人住民の方も住民基本台帳人口に含まれています。

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)

☎620-7228

FAX626-3358

配布 シルバー人材センター

☎626-1274

FAX626-5159