

広報 はちおうじ Hachioji

5.15
2018(平成30年)
No. 1399

一緒に泳ぎたいな♪

子どもたちの健やかな成長を願って——。千匹の鯉のぼりが飾られた、南浅川の「長房ふれあい端午まつり」。大空を泳ぐ鯉のぼりを子どもたちは笑顔で見上げていました。

特集 国民健康保険制度
安心して医療を受けられるように
福祉や保健医療などに関する計画を策定
誰もがいきいきと暮らせるまちへ

※今号は8・9ページの間にご覧いただく「介護保険特集号」を折り込んでいます。

安心して医療を受けられるように

問 保険年金課(☎620・7234、☎626・8421)

思いがけない病気やケガの際に、安心して医療を受けられるよう、医療費を支え合う「国民健康保険制度」。安定した運営を行うために、制度が改正されました。

国民健康保険(以下、国保)は病気やケガの治療の際に、自己負担を除いた医療費を賄うための医療保険制度です。自営業の方や、職場の健康保険、後期高齢者医療制度に加入していない方などを対象に、加入者の皆さんが納める保険税と都の支出金などにより運営しています。

都と共同で国保を担う

これまで、区市町村ごとに運営していた国保制度。平成30年度からは、制度の安定化をめざして、都と区市町村が共同で運営を始めた。

都は財政運営の主体として、区市町村の保険給付に必要な費用

を全額支払う役割を担い、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」を提示します。

市は引き続き、保険証の発行、保険料率の決定、賦課・徴収、保険給付の決定・支給、健康づくりのための取り組みなどを行います。

制度改正で変わる点

制度の改正に伴い、主に次の2点が変わります。

■保険証など記載内容の一部が変更
平成30年4月以降の最初の更新時から保険証、高齢受給者証などの記載内容の一部が変わります。更新時までは、現在の保険証などをお使いいただけます。

高額療養費の該当回数が増える

都内の他区市町村への転出などで世帯が継続している場合には、高額療養費の該当回数は引き継ぎ、通算されるようになります。この通算により加入者の負担が軽減されます。

窓口は市役所で

制度のしくみは変わりますが、皆さんの医療の受け方は変わりません。保険税の納付や保険給付の申請、各種届出の受け付けはこれまでどおり市が行います。安定した運営を行うために、日頃の健康づくりや、保険税の納期限を守っていたり、引き続きご理解とご協力をお願いします。

平成30年度から保険税率などを改定

都が提示した本市の平成30年度標準保険料率を適用した場合の加入者の皆さんの急激な負担増を考慮し、保険税率などの改定を行いました。

保険税率など(後期高齢者支援金分・介護納付金分は改定なし)

区分	医療給付費分			後期高齢者支援金分	介護納付金分
	30年度	29年度	増減		
所得割(%)	5.5	5.3	0.2	1.8	1.6
均等割(円)	29,000	28,000	1,000	11,000	12,000
課税限度額(円)	580,000	540,000	40,000	190,000	160,000

(参考) 都が提示した本市の平成30年度標準保険料率

区分	医療給付費分	後期高齢者支援金分	介護納付金分
所得割(%)	7.25	2.41	1.96
均等割(円)	41,204	13,668	14,573

均等割の軽減判定所得の改定

加入者全員(国保の加入者でない世帯主を含む)の所得の合計額が一定の基準以下の場合、均等割が軽減されます。平成30年度から、5割軽減と2割軽減について、判定の基準となる所得金額を改定しました。

軽減割合	世帯の所得の合計額	
	30年度	29年度
5割	所得合計が33万円+(27万円×加入者数)以下	所得合計が33万円+(27万円×加入者数)以下
2割	所得合計が33万円+(50万円×加入者数)以下	所得合計が33万円+(49万円×加入者数)以下

※7割軽減は変更なし

CHECK! 保険税の納税通知書

平成30年度の保険税の納税通知書は、7月上旬に発送します。

生活習慣を見直そう!

特定保健指導や

健診のご相談を

40〜74歳のメタボリックシンドロームやその予備群と診断された方を対象に実施している「特定保健指導」。保健師や管理栄養士が3か月以上にわたって一人ひとりにあった食事の方法や手軽にできる運動などを一緒に考え、生活習慣の改善に取り組みます。

特定保健指導の利用者は、未利用者に比べて健診データの改善が見られるだけでなく、医療費の抑制もできるという結果が出ています。対象者には利用案内をお送りします。費用は無料です。ぜひご利用ください。問い合わせは成人健診課(☎620・7433、☎621・0279)へ。

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、または家族
日時 6月1〜20日の午前9時30分〜午後3時30分(1人50分程度)
会場 大横保健福祉センター(☎625・9200)、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 5月16日から電話で各センターへ
※特定保健指導対象の方は各医療保険者にご相談を。

健診のご相談もお気軽に

保健福祉センターでは、保健・栄養・歯科についての相談や、健診データ改善相談を実施しています。生活習慣を見直すきっかけにご利用ください。生活習慣病予防の第一歩は、健康状態を確認することです。定期的に健診を受け、日頃から健康づくりに取り組みましょう。

保険税の納付は納期限までに

市は、負担の公平性を確保するため、保険税の未納解消に努めています。口座振替制度や休日納付窓口をぜひご利用ください。

納付は納め忘れない「口座振替」で

口座振替の手続きは、市役所1階保険収納課、口座をお持ちの金融機関で受け付けています。納税通知書、預・貯金通帳、届出印を持参してください。保険収納課と八王子駅南口総合事務所では、一部の金融機関のキャッシュカードを利用した口座振替の手続きも行っています。

休日納付窓口

日時 日曜日の午前8時30分〜午後5時(受付は4時30分まで)
会場 市役所1階保険収納課、八王子駅南口総合事務所、南大沢事務所

納税相談窓口

さまざまな事情で、納期限までに納めることができない場合には、お早めにご相談ください。
日時 月〜金・日曜日の午前8時30分〜午後5時(受付は4時30分まで)
会場 市役所1階保険収納課(☎620・7237、☎626・8421)

納付はコンビニエンスストアでも

バーコードが印刷された納付書は金融機関のほか、期限内であればコンビニエンスストアでもお支払いいただけます。

医療機関の受診にあたって

皆さんの健康を守り、国保制度を維持していくため、特定健診の活用などの日頃の健康管理と以下のことに気をつけて、医療機関の受診をお願いします。

かかりつけ医・薬剤師を決めましょう

かかりつけ医を決めることは、病気の早期発見・治療につながります。高度な医療が必要な場合には、適切な医療機関に紹介してもらうこともできます。おくすり手帳の活用や、かかりつけ薬剤師を決めることで、医薬品による治療がより有効で安全なものになります。

ジェネリック医薬品の活用を

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品と同等の効能・効果がある医薬品です。価格は先発医薬品のおよそ3〜7割です。自己負担額や医療費を節約することができます。ただし、飲み合わせなどが先発医薬品と異なる場合があるので、服用前に医師や薬剤師にご相談ください。

重複受診は控えて

同じ病気で複数の医療機関を紹介なく受診することを重複受診といいます。医療費を増やしてしまうだけでなく、度重なる検査や投薬は、体に負担をかけることになります。

健康福祉

- ◆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。

高齢者ボランティア・ポイント制度の説明会

高齢者施設などでのボランティア活動に応じてポイントが付与される「高齢者ボランティア・ポイント制度」。新規登録を希望する方向けに説明会を開催します。申込方法など詳しくは高齢者いきいき課(☎620・7243)までお問い合わせください。

対 市内在住で65歳以上の方(要支援・要介護認定者、事業対象者を除く) **日** 6月4日(月)午前10時～11時30分 **会** クリエイトホール **定** 50名(先着順) **申** 申込期限 5月28日

勉強お助けサポーター養成講座の説明会

子どもたちの勉強を支援する「勉強お助けサポーター」。勉強の教え方などを学ぶ養成講座の説明会を開催します。

対 市内在住で50歳以上の方 **日** 6月9日(土)午後2時～4時 **会** 地域福祉推進拠点石川 **定** 10名(先着順) **申** 5月15日から電話で地域福祉推進拠点石川(☎649・3390)へ

歯の健康相談

対 市内在住の方 **内容** 歯科衛生士による個別相談、歯みがき指導など(健診や治療は行いません) **日** 5月31日(木)午前9時30分～午後3時30分(1人50分程度) **会** 南大沢保健福祉センター **申** 5月16日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679・2205)へ

歯の健康教室

対 市内在住の方 **内容** 歯科衛生士による講話、歯みがき実習 **日** 6月14日(木)午前10時～11時30分 **会** 東浅川保健福祉センター **定** 10名(先着順) **申** 5月16日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)へ

健康づくりサポーター養成講座

地域で健康づくり活動に取り組む「健康づくりサポーター」。体操や食育、心の健康など、サポーターとしての活動に必要な知識を学ぶ講座を開催します。

対 市内在住・在勤の方 **日** ①7月5・6日、②10・11日の午前10時～午後4時(全4回) **会** ①子安市民センター、②大横保健福祉センター **定** 30名(抽選) **申** 往復ハガキに住所・氏名・年齢・電話(フックス)番号・参加動機・地域でのボランティア経験の有無・返信面の宛名を書いて、6月1日(必着)までに保健所健康政策課(〒192・0083旭町13・18 ☎645・5112)へ

手続統一試験対策講座

「手続通訳者全国統一試験」を受験する方向けの講座を開催します。

対 市内在住・在勤・在学中で、手続通訳者養成講座を修了した方、または同等の技術をお持ちの方 **日** 6月9日、7月14日、9月8日、10月13日、11月10日の午前10時～正午(全5回) **会** 心身障害者福祉センター(全5回) **定** 10名(抽選) **申** 往復ハガキに「手続試験対策」と住所・氏名・ふりがな・電話番号、返信面の宛名を書いて、6月1日(必着)までに心身障害者福祉センター(〒193・0931台町2-7-22 ☎624・5850)へ

生活支援ヘルパー研修

身体介護を必要としない方に生活援助を行う「介護予防・日常生活支援総合事業」訪問型サービスAの生活支援ヘルパーとして働きたい方向けの研修を開催します。市内の訪問介護事業所が参加する就職相談会も行います。

日 6月25・26日の午前9時30分～午後5時(全2回) **会** クリエイトホール **定** 50名(抽選) **申** 5月31日までに電話で長寿社会文化協会(☎03・5405・1501)へ **問** 介護保険課(☎620・7416) ※介護職員初任者研修を修了した方などは受講できません。

トリム体操教室

運動が苦手な方でも無理なくできる体操です。心身ともに、バランスのとれた健康づくりをめざします。

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の展示・販売を行います。

日 5月25日～6月8日の午前9時～午後4時30分(5月25日は正午から、6月8日は1時まで) **会** 心身障害者福祉センター(☎624・5850)

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・点字体験・ステージ発表などを行います。

日 5月20日(日)午前10時～午後3時 **会** 富士森公園 **問** ボランティアセンター(☎648・5776)

機能回復訓練

対 市内在住で脳血管障害などの後遺症があり、医療介護保険によるリハビリ継続が困難な方 **内容** 理学療法士による個別・自主訓練(送迎はありません) **日** 水曜日の午前10時～正午、午後1～4時 **会** 心身障害者福祉センター **定** 若干名 **申** 5月16日から電話で心身障害者福祉センター(☎624・5850)へ

康づくりをめざします。

対 市内在住で60歳以上、または障害のある方 **日** 6月7日(木)午後1時30分～3時30分 **会** 南大沢保健福祉センター **定** 20名(先着順) **費** 100円 **申** 5月18日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679・2205)へ

福祉や保健医療などに関する計画を策定 誰もがいきいきと暮らせるまちへ

皆さんが住み慣れた地域で、いきいきと暮らすことができるまちづくりを推進するため、福祉や保健医療、がん対策などに関する計画を策定しました。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、市のホームページでご覧になれます。

第3期地域福祉計画

問 福祉政策課(☎620・7241、☎628・2477)

誰もが地域の中で共に支え合い、安心して元気でいきいきと暮らすことができるまちをめざします。

ポイント

- 社会福祉協議会と連携し、地域の課題解決や相談・支援体制を強化
- 中学校区を福祉圏域の最小単位として、地域福祉活動を推進

高齢者計画・第7期介護保険事業計画

問 高齢者いきいき課(☎620・7243、☎623・6120)

高齢者が生きがいを持って、安心して暮らすことができる地域づくりを推進します。

ポイント

- 八王子版地域包括ケアシステムの強化
- 介護人材の確保・定着・育成
- 地域密着型サービスの適切な整備
- 制度の持続可能性を見据えた介護保険料の設定

障害者計画・第5期障害福祉計画・障害児福祉計画

問 障害者福祉課(☎620・7245、☎623・2444)

すべての障害者が必要な支援を受け、社会参加し、地域で安心して充実した自立生活を送れるまちづくりを推進します。

ポイント

- 障害児支援の充実
- 障害者の日常生活を支えるネットワークづくり
- 障害者差別の解消と虐待防止の推進

第3期保健医療計画

問 保健所健康政策課(☎645・5112、☎644・9100) 地域医療政策課(☎620・7292、☎621・0279)

誰もが住み慣れた地域で互いに支え合い、いつまでも元気で生きがいを持って暮らせるまちをめざします。

ポイント

- 若者の健康づくりを推進
- 地域で支える健康づくりを推進
- 精神保健医療の充実と自殺対策を推進
- 口腔ケアの重要性の周知など、口腔保健を推進

がん対策推進計画

問 成人健診課(☎620・7428、☎621・0279)

がん予防や検診・啓発・教育を推進し、がんによる早すぎる死を防ぐことをめざします。

ポイント

- 胃がん内視鏡検診を導入
- すべてのがん検診の精密検査受診率を90%以上に
- がん患者支援を推進

国民健康保険 データ活用保健事業実施計画

問 成人健診課(☎620・7428、☎621・0279)

レシピや健診結果などの電子データを活用し、健康寿命の延伸と医療費の適正化をめざします。

ポイント

- データの分析による健康課題の明確化
- 生活習慣病ハイリスク者への重症化予防対策を強化
- 適正受診・服薬の取り組みを推進

◆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。

市民委員の公募や、パブリックコメントなどには左のマークを表示しています。

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

お知らせ

アライグマ・ハクビシンの被害に困ったら

外来動物のアライグマやハクビシンの被害に悩まされ、ペランダにフンをするなどの被害の相談が寄せられています。被害を防ぐためには、侵入する可能性のある穴を塞ぐことや、エサになりうるものを庭に放置しないことなどの対策が有効です。

困ったことがあれば環境保全課(☎620・7268)までご相談ください。また、農作物の被害については農林課(☎620・7375)までご連絡を。

安全な道路環境の維持にご協力を

道路にはみ出した樹木や出入口などに設置した段差解消のためのブロックは、歩行者や車両の通行の妨げとなります。所有者の方は、

生産緑地追加指定の受け付け

面積が500㎡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17～31日です。問い合わせは都市計画課(☎620・7302)へ。

都市農業活性化支援事業の要望を受け付け

3戸以上の市内認定農業者などを対象とした「都市農業活性化支援事業費補助金」。5月25日から平成31年度の要望調書の受け付けを開始します。詳しくは5月16日から市役所6階農林課(☎620・7250)で配布する要項をご覧ください。

都営南大谷団地地区の都市計画変更案の説明会

内容 大谷町地内(都営南大谷団地地区)における一団地の住宅施設の廃止及び地区計画の決定案について 日 5月20日(日)午前10～11時 会 南大谷児童館

図書館分室の名称を変更「市民センター図書館」に

地域住民と協働で、資料の貸し出しや、調べもの支援などの図書館サービスを行っている中央図書館北野分室とみなみ野分室。これらの名称を6月1日から「北野市民センター図書館」「由井市民センターみなみ野図書館」に変更します。問い合わせは中央図書館(☎64・4321)へ。

募集

市職員

募集する職種は保健師、一般行政業務(任期付)、保育士(任期付)です。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。

文化財調査員(嘱託員)

歴史文化基本構想の策定や地域資源の活用に関わる事務などを行う文化財調査員を募集します。申込方法など、詳しくは市のホームページ(販売を職業としている方を除く) 日 7月8日(日)午前10時～午後3時(雨天中止) 会 あつたかホール 募集区画 90区画抽選) 費 千円 申 封書(1人1通1区画)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82円切手を貼った返信用封筒を同封して、6月8日(必着)までにあつたかホール(〒192・0906北野町596・3 ☎645・0025)へ ※出品物は1点3千円以下の家庭の不用品に限りです。

子育て

プレママ・プレパパ 児童館体験

児童館の施設見学や乳幼児活動の紹介を行います。児童館でママ友・パパ友を作りませんか。 対 妊婦、または夫婦 日 左表のとおり

Table with 2 columns: 日時, 会場・申し込み. Rows include 5/26 (土) 10:30~11:30 at 浅川児童館, 5/27 (日) 10:30~11:30 at 元八王子児童館.

皆さんのご意見を市長に 対話集会 市長と語る

市民の皆さんと市長がまちづくりについて語り合う「市長と語る」を下表のとおり開催します。③④で発言を希望する方は、6月4日までに広聴課(☎620・7411、☎620・7322)へご連絡ください。①②の受付は終了しています。 ※手話通訳・要約筆記を行います。また、1歳～就学前のお子さんをお預かりします。託児は事前にご予約を。

Table with 3 columns: テーマ, 日時, 会場. Topics include 'Hachioji's Machizukuri', 'Ishikawa City Machizukuri', etc.

ごみ問題啓発ポスター

不法投棄の防止などを目的に市内各地に掲示する「ごみ問題啓発ポスター」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。 対 市内在住・在学の方(小学生以下を除く) 申込期限 5月31日 問 ごみ減量対策課(☎620・7256) ※学校単位での参加の場合は申込不要です。



八王子駅北口地下自由通路などに掲示

中学生と赤ちゃんのふれあいにご協力を

中学生が、赤ちゃんやその家族とのふれあいを通じて、いのちの温かさを感じる取り組み「赤ちゃんふれあい事業」にご協力いただける方を募集します。 対 1歳以下のお子さんと保護者または妊娠30週以上の妊婦 日 6月29日(金) 会 第七中 申 八南助産師会のホームページ、左の二次元コードから 問 八南助産師会・小井戸(☎090・6658・2468) または子ども のしあわせ課(☎620・7391)

就職支援

就職に向けた自己分析セミナー

対 就職活動中の方 内容 性格検査など 日 5月23日(水)午後13時 会 八王子しごと情報館(旭町) 定 6名(先着順) 申 5月16日から電話で産業政策課(☎620・7252)へ

就労に一步踏み出せない若者のための出張相談会

対 15～39歳の方(学生を除く)、または保護者 日 5月28日(月)午後15時(1人1時間程度) 会 八王子駅南口総合事務所 定 6名(先着順) 申 5月16日から電話で八王子若者サポートステーション(☎649・3534)へ 問 児童青少年課(☎620・7435)

じっくり話せる 就職個別相談

対 就職活動中の方、または保護者 日 6月13日(水)午後1時～4時25分(1人45分程度) 会 八王子駅南口総合事務所 定 4名(先着順) 申 5月16日から電話で産業政策課(☎620・7252)へ

5月は固定資産税第1期と軽自動車税の納期です。納税課(☎620・7224)

ブランドメッセージ制作 ワークショップのメンバーを募集

八王子の都市イメージを表現するブランドメッセージの制作に向けて、市の魅力を考えるワークショップに参加するメンバーを募集します。詳しくは市のホームページをご覧ください。

任期 6月～来年3月(6回程度) 募集人員 15名程度(選考) 謝礼 1回1,000円 申 論文「私が考える八王子のオンリーワン」(800字以内)、住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を書いて、5月31日(必着)までに郵送、ファックス、Eメールで都市戦略課(〒192-8501 ☎620・7335、☎627・5939、☎b400100@city.hachioji.tokyo.jp)へ

マイナンバーカードの交付通知書が届いている方は、ご予約のうえ交付場所で受け取りを
市民課コールセンター(☎62007474)

八王子まつりで踊ろう 民踊流しの参加団体を募集

曲名 太陽おどり、高尾山音頭、八王子踊り、おりやせ節

日 8月4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、代表者の住所・氏名・電話(携帯)番号、返信面の宛名を書いて、6月15日(消印有効)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10-2TCビル5階 ☎643・3115、☎643・3110)へ

講習会も開催

日 6月17日、7月8日の午後1時30分～3時30分

会 八王子織物工業組合(八幡町)

※会場へは公共交通機関をご利用ください。希望団体には有料で講師を派遣します。

春の朗読会

ポランテアが池波正太郎や安房直子などの作品を朗読します。
日 5月26日(出)午後1時30分～4時
会 中央図書館(☎6644・4321) **定** 80名(先着順)

初夏のスケッチを楽しもう
日 6月13日(水)午前10時～正午
会 上柚木公園 **定** 10名(抽選)
費 600円 **申** ハガキ、ファックスに「初夏のスケッチ」と住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、5月28日(必着)までに

高尾山ハイキングガイドツアー
「深緑の高尾山を歩こう」
コース 金比羅台、4号路、山頂など約8.4km **集合** 6月12・23日の午前9時に高尾山山頂(解散は午後3時頃ケーブルカー高尾山駅で)
定 各30名(抽選) **費** 千円 **申** 往復ハガキに「高尾山」と希望日、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話(携

子ども科学実験教室
「ライラハンドゲーム」
電池やLED、金属線などを使った工作を通して、電気の基礎を学びます。
対 小学生以上の方(小学1・2年生は保護者同伴で) **日** 7月7日(出)午前10時～正午 **会** 長池公園自然館 **定** 32名(先着順) **費** 2000円
申 直接、または電話で長池公園自然館(☎678・4616)へ

上柚木公園陸上競技場(〒192-0373上柚木2-40-1 ☎675・0227、☎675・0228)へ
夏のきのこを探そう!
対 小学生以上の方 **日** 7月1日(出)午前9時30分～正午 **会** 長池公園 **定** 20名(先着順) **費** 500円
申 直接、または電話で長池公園自然館(☎678・4616)へ

いきいきフェスタ

70店舗以上が集結するマルシェを開催。フリーマーケット、手作り品や切花・鉢花の販売、着物の着付け、整体などのさまざまな出展があります。
日 5月20日(出)午前10時～午後4時(雨天中止) **会** サザンスカイタワー1八王子1階東側広場 **問** 八王子駅南口活性化委員会・樋口(☎080・3124・6951)、または市街地活性化課(☎62007305)

紙芝居

日光東照宮を火災から守る任務にあたった八王子千人同心の物語を紹介します。
日 5月23日(水)午後2時～2時30分 **会** 郷土資料館(☎622・8939)

生涯学習の集い 南大沢

生涯学習活動を始めのきっかけにいただこうとスポーツ・音楽の体験会や交流会、ステージなど、さまざまなイベントを開催。詳しくは市のホームページをご覧ください。

催し名	時間	定員(先着順)	費用
①苔インテリア作り(小学3年生以下のお子さんは保護者同伴で)	13:00～16:00	20名	1,000円
②ハーバリウム作り(10歳以下のお子さんは保護者同伴で)	13:00～16:00	50名	1,000～2,000円
③苔玉作り(小学3年生以下のお子さんは保護者同伴で)	13:00～、14:00～、15:00～	各6名	800～1,200円
④講座「大栗川に映る由木の姿」	10:00～11:30	60名	—
⑤夏向けのアロマスプレー作り ◆対象は小学5年生以上の方	10:00～12:00	20名	800円
⑥初心者男性料理教室 ◆対象は60歳以上の男性	10:00～13:00	16名	1,200円

日 6月16日(土)午後1～5時、17日(日)午前10時～午後4時
会 生涯学習センター南大沢分館
申 5月15日から電話で③⑤⑧⑩⑪大倉(☎080・6631・3034)、⑥宮崎(☎042・758・9723)へ
問 生涯学習政策課(☎620・7334、☎626・8554)

催し名	時間	定員(先着順)	費用
⑦縫わないがまくち作り(小学1年生以下のお子さんは保護者同伴で)	10:00～16:00	50名	1,000～2,000円
⑧由木の里のめかい作り ◆対象は小学5年生以上の方	10:00～16:00	20名	1,000円
⑨講座「勝五郎 生まれ変わりの記」	13:30～15:00	60名	—
⑩お母さんの気持ちと心を整える心理学講座 ◆対象は小・中学生、高校生のお母さん	13:00～15:30	20名	500円
⑪生キャラメル作り ◆対象はナッツ・大豆・乳アレルギーのない方(小学4年生以下のお子さんは保護者同伴で)	14:00～15:30	20名	1,000円

教室・催し

「人権擁護委員の日」にちなんで人権相談

6月1日は「人権擁護委員の日」です。これにあわせて、6月1日(金)午前10時～午後3時に、市役所3階総務課で人権相談を実施します。申し込みは電話で総務課(☎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。

日曜日の法律相談

日 5月20日(出)午後1時30分～4時30分(1組30分) **会** 八王子駅南口総合事務所 **定** 6組(先着順) **申** 5月15日から電話で市民生活課(☎620・7227)へ

中小事業所向け省エネセミナー

対 市内の中小事業所の代表者・管理者・省エネ担当者 **内容** 賢い省エネの具体的な事例 **日** 5月30日(水)午後2時～3時30分 **会** あったかホール **定** 20名(先着順) **申** 5月15日から電話、または省エネセミナーと住所・氏名・電話番号を書いて、ファックス、Eメールでクールセンター八王子(☎656・

男女雇用平等セミナー

テーマ 男女ともに働きやすい職場づくり **日** 6月13・14日の午後2～4時(全2回) **会** 八王子労働会館(明神町三丁目) **定** 80名(先着順) **申** 電話で都労働相談情報センター八王子事務所(☎643・0278)へ **問** 産業政策課(☎620・7252)

密着シートをクルクル巻いて特製キャンドル作り

対 4歳以上の方(就学前のお子さんは保護者同伴で) **日** 5月27日(出)午前10時～正午、午後1～3時 **会** 戸吹スポーツ公園 **定** 各15名(先着順) **費** 500円 **申** 直接、または「キャンドル作り」と住所・氏名・電話番号を書いて、ファックスで戸吹スポーツ公園(☎691・2288、☎696・3320)へ

初夏に咲くお花のアクセサリ作り

対 小学生以上の方(就学前のお子さんは保護者同伴で) **日** 6月16日(出)午前10時～正午、午後1～3時 **会** 戸吹スポーツ公園 **定** 各15名(先着順) **費** 500円 **申** 直接、または「お花のアクセサリ作り」と氏名・電話番号を書いて、ファックスで戸吹スポーツ公

梅の漬け方講習会

日 6月1日(金)午後2～4時 **会** 浅川市民センター **定** 100名(先着順) **費** 200円 **申** 往復ハガキに「梅」と住所・氏名・電話番号、返信面の宛名を書いて、5月25日(必着)までに高尾梅郷協会事務局(〒193-0844高尾町1652-1浅川事務所内 ☎661・1231)へ

講座

「モリアオガエルALIFE」
内容 モリアオガエルの習性などについての専門家による解説 **日** 6月10日(出)午前10時30分～正午

ヨガ教室

会 高尾駒木野庭園 **定** 20名(先着順) **費** 500円 **申** 直接、または電話で高尾駒木野庭園(☎6633611)へ

あったかホールの健康教室

対 市内在住・在勤・在学中で18歳以上の方 **内容** 下表のとおり **会** あったかホール **申** ①②5月16日、③④17日から直接、または電話であつたかホール(☎645・0025)へ

あったかホールの健康教室

教室名	日時	定員(先着順)	費用
①呼吸で体質改善&体力づくり	6/1・8・15・22・29の13:15～14:45(全5回)	22名	4,050円
②瞑想ヨガ	6/1・8・15・22・29の15:00～16:30(全5回)	22名	4,050円
③エアロビクス	6/11・18・25の9:45～10:45(全3回)	30名	1,620円
④中国呼吸体操	6/11・18・25の11:00～12:30(全3回)	40名	2,430円



歌川広重「箱根宿「湖水図」」保永堂版

夢美術館の特別展 広重 二つの東海道五拾三次 保永堂版と丸清版

問 夢美術館(☎621・6777、☎621・6776)

シリーズが20種類以上にわたる歌川広重の代表作「東海道五拾三次」。その中で出世作となった保永堂版と、その後50代で描いた丸清版をあわせて、構図や題材の違いを比べながら、二つの東海道の風景を紹介します。

日 5月25日～7月1日の午前10時～午後7時

費 500円(小学生以上の学生と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)

ギャラリートークも

会場内を巡りながら、中山道広重美術館の学芸員が、展示作品を紹介します。

日 5月26日(土)午後3～4時
※観覧料が必要です。

子どもとせのじめ相談電話(☎62007499)を開設しています。一人で悩まずに相談ください。受付時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時



音楽の世界にふれて

オーケストラ・ワンダーランドへようこそ!

東京交響楽団による大迫力の演奏会を開催。このほか、指揮者体験やバックステージツアー、楽器体験教室など、五感を刺激するプログラムも行います。

対 八王子・日野市在住・在学の小・中学生、高校生と保護者(小学生は保護者同伴で)

日 8月21日(火)午後2時～3時45分

会 オリンパスホール八王子

定 1,500名(抽選)

費 保護者のみ1,500円

申 下の二次元コードから、または「オーケストラ・ワンダーランド」と代表者の氏名・住所・電話(ファックス)番号・参加人数・参加者全員の氏名(ふりがな)・学校名・学年を書いて、6月17日までにファックスでカンフェティケットセンター(☎03・6228・1270)へ ※バックステージツアー(20日も開催)、指揮者体験、楽器体験教室を希望する方はお書き添えを。

問 学園都市文化ふれあい財団 (☎621・3005、☎621・3011)



対 市内在住・在勤・在学で18歳以上

ZUMBA教室

興課(〒192・8501 ☎620・7457)へ

ネオテニス親子教室

対 市内在住の小学4～6年生と保護者(小学生のみ可) 日 6月16日～7月21日の土曜日の午前9時30分～11時30分(全6回) 会 富士森体育館分館競技場 定 15組(抽選) 申 ハガキに「ネオテニス親子教室」と住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・小学生のみの場合は保護者の氏名も)・性別・学年・年齢・電話番号を書いて、5月31日(必着)までにスポーツ振興課(〒192・8501 ☎620・7457)へ

対 小学生 日 7～9月の木曜日の午後5～6時(全10回) 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名(先着順) 費 7千円 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

エスフォルタ子ども教室 ジュニアビート体操

対 16歳以上の女性 日 金曜日の午前11時～正午、②午後8時～9時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 各20名(先着順) 費 ①500円、②2千円 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

大人のフットサル教室

対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方 日 7月5日～9月20日の木曜日の午後1時～2時30分、3時～4時30分(ともに全11回) 会 富士森体育館 定 各30名(抽選) 費 4千円 申 往復ハガキ(1人1枚)に「社交ダンス」と希望時間・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、6月4日(必着)までに八王子市体育協会(〒193・0931 台町2・3 ☎622・6101)へ

女性のフットサル教室

対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方 日 7月5日～9月20日の木曜日の午後1時～2時30分、3時～4時30分(ともに全11回) 会 富士森体育館 定 各30名(抽選) 費 4千円 申 往復ハガキ(1人1枚)に「社交ダンス」と希望時間・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、6月4日(必着)までに八王子市体育協会(〒193・0931 台町2・3 ☎622・6101)へ

楽しく社交ダンス

対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方 日 7月5日～9月20日の木曜日の午後1時～2時30分、3時～4時30分(ともに全11回) 会 富士森体育館 定 各30名(抽選) 費 4千円 申 往復ハガキ(1人1枚)に「社交ダンス」と希望時間・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、6月4日(必着)までに八王子市体育協会(〒193・0931 台町2・3 ☎622・6101)へ

その他

工業統計調査にご協力を

6月1日を基準日とした、経済産業省による工業統計調査が行われます。対象は市内で製造業を営む従業者4名以上の事業所です。5月中旬から調査員がお伺いしますので、ご協力をお願いします。詳しくは統計調査課(☎620・7202)までお問い合わせください。

生涯学習センターの休館

生涯学習センター(クリエイティブホール)☎648・2231は保守点検のため、6月5日(火)は休館します。

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(☎648・2233)は蔵書点検のため、6月4～11日は休館します。休館中、図書の返却はブックポストへ。CDやビデオ、DVD、他市から借りた資料は、ほかの市内各図書館または12日以降に直接カウンターへご返却を。

あったかホールの利用時間を変更

6～9月はあったかホールの利用時間が変更です。

道の駅八王子滝山の催し

会場問い合わせは道の駅八王子滝山(☎696・1201)へ。 ■姉妹都市日光物産フェア 内容 湯葉やたまり漬けなどの販売 日 5月19・20日の午前9時～午後5時(20日は4時まで) ■八王子産トマト祭り 日 5月26日(土)午前9時～午後3時

浅川でアユ漁解禁

解禁日 6月1日(金) 入漁料 年券:4500円、1日券:千円 漁場範囲 浅川長沼橋々々下流端より上流の浅川本流と支流(南浅川横川橋川口川新清水橋上流を除く) 問 多摩川漁業協同組合(☎042・361・3542)、または農林課(☎620・7250)

教科書展示会

来年度に市立中学校で使用する道徳の教科書の採択にあたり、教科書の見本を展示します。 日 6月1日～7月4日の午前9時～午後7時 会 教育センター(☎664・1135)

マンション管理組合連絡会交流会

対 市内の分譲マンションの居住者

スポーツ

市民インディアカ大会

部門の対象など、詳しくは開催要項をご覧ください。

対 市内在住・在勤・在学の方 日 6月24日(日) 部門 混合(男性は2名まで)、女子、シニア混合・シニア女子(46歳以上) チーム編成 1チーム5～8名 会 富士森体育館 定 1チーム3千円 申 レク協で配布する申込書に必要事項を記入して、5月31日(必着)までに郵送、またはファックスで八王子インディアカ協会(〒193・0832 散田町2・37・2レク協内)☎673・4044、☎673・3883)へ 問 スポーツ振興課(☎620・7457)

救急診療

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
- ▶八王子消防署(24時間) ☎625-0119
- ▶東京都保健医療情報センター(24時間) ☎03-5272-0303

●小児科

- まずは夜間救急診療所へお電話を。
- ▶毎日(午後8～11時) 夜間救急診療所 ☎625-9910 台町4-33-13小児・障害メディカルセンター内
- ▶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～) 東京医大八王子医療センター ☎665-5611 館町1163

●内科

- まずはお電話を。
- 毎日(午後8～11時) 夜間救急診療所 ☎625-9910 台町4-33-13小児・障害メディカルセンター内

●歯科

- 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

休日産婦人科

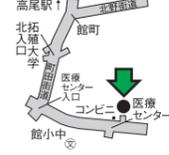
27日(午前9時～午後5時)

米山産婦人科病院 新町2-12 ☎642-5225 (要事前連絡)



20日(午前9時～午後5時)

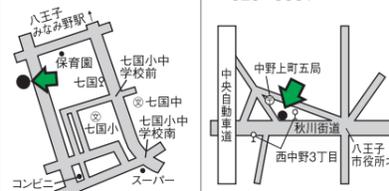
八王子医療センター 館町1163 ☎665-5611 (要事前連絡)



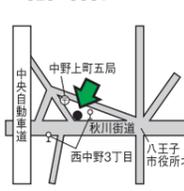
休日救急診療の内科・外科・小児科

27日(午前9時～午後5時)

小林内科クリニック 七国4-9-10 ☎686-0067



あさみ内科クリニック 中野上町5-5-3 1階 ☎625-6661



20日(午前9時～午後5時)

熊沢内科クリニック 松木31-18 ☎670-3331



西てらかた医院 西寺方町383-1 ☎650-5055



北野小児科 北野町545-3 きたのタウンビル6階 ☎645-8715



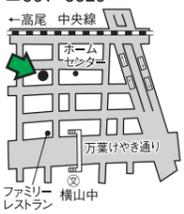
鷲尾整形外科 高尾町1620 ☎667-3741



澤渡循環器クリニック 打越町1197-1 ステップコートはけたビル1階 ☎632-0255



スマイルこどもクリニック 散田町5-4-20 ☎661-5529



*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。

夕やけ小やけ ふれあいの里の催し

費用とは別に入場料が必要な催しがあります。

■講座

講座名	日時	費用	申し込み
ドローン体験	6/9・10の 11:00～15:00	各1,000円	—
アロマテラピー	6/10・24の 13:00～15:00	各1,500円	5/16から 電話で
作陶講座	6/11・13・24・25・27の 10:30～14:00	各3,500円	
森の工作	6/17・30の 10:00～14:00	各500円	—
わら細工	6/20(水) 10:00～14:00	600円	

会場・問い合わせ 夕やけ小やけふれあいの里
(☎652・3072、☎652・4155)

■ホタルの夕べ

内容 園内を流れる小川や北浅川周辺でホタルを観賞
日時 6月9～24日の午後6～9時

■アジサイ散策

期間 6月15～30日



園内をアジサイが彩ります

コニカミノルタ サイエンスドームの催し

費用とは別に入館料が必要な催しがあります。

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

申し込み ④⑤⑦⑩5月16日から電話で、⑥当日午前10時から
工作券を販売、⑧～⑩当日午前10時から整理券を配付

催し名	対象	日時	定員 (先着順)	費用
プラネタリウム	①トワイライトプラネタリウム 「南十字座と南半球の星座」	どなたでも	6/9(土)18:00～19:00	150～500円 ※3歳以下のお子さんは無料。入館とプラネタリウム観覧のセット券もあります。
	②全編生解説プラネタリウム 「おおぐま座こぐま座 ～北天の星座めぐり」	どなたでも	6/24(日)15:50～16:50	
③特別実験ショー「空気砲」	どなたでも	5/26(土)11:15～、13:30～、 15:00～(各回30分)	各70名	—
④科学実験教室 「葉っぱの化石をはくつしよう」	小学4年生～中学生 (小学生は保護者同伴で)	5/26(土)13:30～16:30	18名	300円
⑤浅川化石観察	小学生以上 (小学生は保護者同伴で)	5/27(日)13:00～16:00	65名	高校生以上300円、 小・中学生200円
⑥だれでもかんたん工作室 「よくまわるCDコマ」	4歳～中学生 (小学3年生以下は保護者同伴で)	6/2・9・16・30の13:30～14:30、 14:50～15:50	各18名	50円
⑦星空コンサート「ハーブの夕べ」	どなたでも	6/2(土)18:30～19:30	218名	100～300円 ※3歳以下のお子さんは無料。
⑧フリー工作広場 「はやぶさ2のペーパークラフト」	4歳～中学生 (小学3年生以下は保護者同伴で)	6/3・17の13:30～14:30、 14:50～15:50	各20名	—
科学実験 ショー	⑨ドライアイスで実験しよう	どなたでも	6/10(日)11:30～、13:30～、 15:00～(各回30分)	—
	⑩光の色、インクの色のおふしぎ	どなたでも	6/24(日)11:30～、13:30～、 15:00～(各回30分)	
⑪親子科学工作教室 「ふり子式キョロキョロフクロウ」	小学3年生～中学生と保護者 (2人1組)	6/23(土)13:30～16:30	12組	50円

生涯学習センターの講座

申し込みは、往復ハガキ(1講座1枚)に講座名と住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、返信面の宛名を書いて、申込期限までに各センターへ。結果は申込期限の約1週間後に郵送します。①④は5月16日から直接、または電話で各センターへ。

講座名	日時	定員 (抽選)	費用	申込期限	会場・問い合わせ
①郷土の歴史講座～八王子の戦国時代を中心に	6/17(日)14:00～16:00	170名 (先着順)	200円	—	生涯学習センター(〒192-0082東町5-6 ☎648・2231、☎648・2151)
②夏を楽しむ☆身体に優しい夏バテ予防料理	7/7(土)10:30～14:00	20名	2,200円	6/15	
③シニアのためのはじめてのLINE講座 ～基本操作編 ◆対象は60歳以上で、スマートフォンを使用している、文字入力ができる方	6/23(土)10:00～12:00、 6/24(日)10:00～12:00、14:00～ 16:00(全3回)	10名	1,580円	5/31	
④ピアノの調べにのって、身体・気分リフレッシュ! 大人のバレエレッスン入門 ◆対象は60歳未満の女性	6/23・30、7/7・14の 18:30～19:30(全4回)	12名 (先着順)	800円	—	生涯学習センター南大 沢分館(〒192-0364南 大沢2-27☎679・2208、 ☎679・2218)
⑤明治の文豪たち ～与謝野晶子、徳富蘆花、森鷗外	6/27、7/4・11の14:00～16:00 (全3回)	60名	600円	6/9	
⑥元・市民劇団「はちおうじ」脚本家が語る 八王子の郷土史 ～近世から近代を中心として	6/28(木)14:00～15:30	60名	—	6/9	
⑦東洋医学の神秘 ～ツボを押さえて身体ケア ◆対象は60歳未満の方	6/30(土)10:00～11:45	20名	—	6/9	
⑧100年続く健康体操「自強術」教室 ～15分の全身運動で心身健やかに	6/23・30、7/14・21・28の 10:30～12:00(全5回)	20名	1,000円	6/7	生涯学習センター川口 分館(〒193-0801川口 町3838☎654・8450、 ☎654・8452)
⑨身体をほぐすリラックスヨガ	7/5・12・19・26の18:30～20:00 (全4回)	10名	800円	6/15	※⑧の会場は川口市民 センター
⑩脳と喉のアンチエイジング講座 ～イスに座って簡単エクササイズ ◆対象は60歳以上の方	7/10(火)14:00～15:30	20名	200円	6/20	

※内容、講師などは市のホームページをご覧ください。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を。

エコひろばの催し

対象 市内在住・在勤・在学の方

申し込み 5月16日から電話、または催し名(①は希望日)と住所・氏名・電話番号を書いて、ファックス、Eメールでエコひろば(☎656・3054、☎631・9422、✉eco-hiroba@marble.ocn.ne.jp)へ

催し名	日時	会場	定員 (先着順)
ダンボールコンポスト	①経験者講習会	6/7(木)10:00～12:00	南大沢市民センター
	②初心者講習会	6/13(水)10:00～12:00	長房市民センター
③市民講座「梅雨に向けて食中毒の予防」	6/16(土)14:00～16:00	クリエイトホール	50名
④市民講座「梅雨に向けて食中毒の予防」	6/15(金)13:30～15:30	あったかホール	30名
④リサイクル体験講座 「着物でメイク～浴衣deサマードレス!」	6/20(水)10:00～15:00	あったかホール	10名

この欄は、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、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申込用紙に記入して、掲載希望号の6か月前の月初から35日前まで(会員募集は掲載希望号の指定はできません)に、八王子市役所4階広報課(〒192-8501 ☎620・7228、☎626・3858)へ。

対…対象 内…内容 回…日時 集…集合 時…時間
会…会場 定…定員 費…費用 申…申込方法 問…問合せ

お知らせ

★不法無線局の取り締まりを強化 問総務省関東総合通信局 ▶不法無線局による混信・妨害 ☎03・6238・1939 ▶テレビ・ラジオの受信障害 ☎03・6238・1945 ▶地上デジタルテレビ放送の受信相談 ☎03・6238・1944

★多摩モノレール写真コンクールの作品募集 申込方法など詳しくは多摩モノレール(☎042・526・7800)のホームページをご覧ください 申込期限)5月31日

講座・催し

★はちおうじ高次脳機能障害者家族会による講演会 回)5月20日午後1時～3時30分 会)北野市民センター 定)先着150名 申)電話ではちおうじ高次脳機能障害者家族会はっちゃん・江村 ☎080・1254・7480

★講演会「日本外交の課題と展望～国際情勢の変動の中での日本の国益と役割」 回)5月25日午後3時30分～5時 会)マロウドイン八王子(三崎町) 定)先着50名 問)中央大学 学員会・木寺 ☎642・3468

★健康講演会 内)健康に生きるための方法など 回)6月10日正午～午後5時 会)いちようホール 定)先着800名 費)2,000円 申)電話で一億健康の会・根本 ☎673・6434

★講座「高齢者の死別を考える」 回)5月21日午前10時～11時30分 会)クリエイトホール 定)先着30名 費)500円 申)電話であったか生活設計・高本 ☎090・6179・1049

★講座「身近で経験しないとわからない離婚のリアル」 対)女性 回)5月27日午後1時30分～4時 会)クリエイトホール 定)先着20名 費)500円 申)電話で多摩らいふサポート・太矢 ☎090・9373・8321

★講座「AI(人工知能)とIoT(モノのインターネット)が切り開く未来社会と医療技術」 回)6月2日午後1時30分～2時30分 定)先着100名 会)問)八王子医療センター(館町) ☎667・5900

★ピアカウンセリング集中講座 対)障害のある方 回)6月8～10日の午前9時30分～午後8時(8日は1時から、10日は12時30分まで) 会)クリエイトホール 定)抽選8名 費)15,000円 申込期限)6月1日 問)ヒューマンケア協会・井上 ☎646・4877

★八王子桑志高校の公開講座 ▶韓国語入門…6月23日～7月14日の土曜日の午前9時

30分～12時30分 ▶中国語入門…6月23日～7月14日の土曜日の午後1時～4時30分

対)初心者 定)各抽選20名 費)1,000円 申込期限)5月25日 会)問)同校(千人町四丁目) ☎663・5970

★講座「楽しい韓国語」 回)6～9月の第2・4火曜日の午前10時30分～正午 会)クリエイトホールなど 定)先着15名 費)12,000円 申)電話で日韓友好親善協会・李 ☎080・4128・6500

★ビデオ撮影・編集講座 対)初心者 回)6月10・16・17日の午前10時～午後5時 会)クリエイトホール 定)先着10名 費)1,000円 申)電話で八王子アマチュア映像協会・岩田 ☎090・6475・8639

★パソコン相談会 回)6月6日午後1時30分～3時 会)大横保健福祉センター 問)シルパー人材センター・藤森 ☎626・1274

★着付け教室 回)6月12日午後1～3時 会)子安市民センター 定)先着15名 申)電話で着付を楽しむ会・清水 ☎090・6154・1267

★体操体験会「いすに座って体をうごかそう」 回)5月17・24・31日の午後3～4時 会)天神会館 費)1回300円 問)いすに座って体をうごかそう・河合 ☎090・3525・8006

★太極拳シニア講習会 対)60歳以上の初心者 回)5月31日午後12時30分～2時30分 会)富士森体育館 定)先着100名 申)電話で武術太極拳連盟・中村 ☎635・4357(午後6時～)

★健康体操ピラティス体験会 対)女性 回)5月28日、6月4日の午前10時30分～11時15分 会)片倉記念館 定)各先着10名 費)500円 申)電話でバイレピラティスサークル・作本 ☎090・5810・6987

★リズム気功体験会 回)6月1・15日の午後1時30分～3時20分 会)北野市民センター 問)リズム気功の会・渡辺 ☎090・2236・1916

★スポーツ吹矢体験会 対)60歳以上 回)5月18・23・25・30日の午前10時～正午 会)東浅川保健福祉センター 定)各先着5名 申)電話で和吹矢クラブ・榎本 ☎090・3300・7343

★吹矢体験教室 対)60歳以上 回)5月22日午後12時30分～2時30分 会)東浅川保健福祉センター 定)先着15名 費)500円 申)電話で八矢会・内田 ☎665・5621(午後6時～)

★囲碁初心者講習会 回)5月20・27日、6月3・10・17・24日の午前9時～正午 会)台町市民センター 問)台町囲碁同好会・白石 ☎623・3521

★囲碁教室 対)初心者の女性 回)6～8月の日曜日の午前9時15分～11時30分 会)長房ふれあい館 定)先着3名 費)1,000円 申)電話で女性囲碁教室・高橋 ☎663・5930

★子ども囲碁大会 対)小・中学生 回)6月24日午前9時15分～午後4時30分 会)東浅川保健福祉センター 定)先着60名 申)電話で八王子囲碁連盟・吉澤 ☎624・5249

★健康マージャン入門教室 対)初心者 回)6月2日～7月21日の土曜日の午前10時～正午 会)健康マージャン八王子支部(元本郷町三丁目) 定)先着16名 費)1回1,500円 申)電話で健康マージャンサークルわいわい・早川 ☎070・5367・1846

★絵画・陶芸展 回)5月18～20日の午前10時30分～午後4時30分 会)横山町公園 申)電話で八王子陶芸クラブ・上原 ☎661・1591

★スケッチ水彩画展 回)5月21～28日の午前10時40分～午後5時(28日は4時まで) 会)村内ファニチャーアクセス(左入町) 問)白樫会・坂東 ☎665・6887

★絵画・工芸などの作品展 回)5月23～27日の午前10時～午後5時 会)中央図書館 問)一世クラブ・今井 ☎691・2988

★写真展 回)6月2～4日の午前10時～午後6時(2日は11時から、4日は5時まで) 会)学園都市センター 問)フォトグループ光と風・岸田 ☎651・0284

★着物リメイク作品展 回)6月9～12日の午前10時～午後5時(12日は4時まで) 会)白い画廊ポラン(長房町) 問)虹の会・工藤 ☎664・0190

★フラワーアレンジメント体験会 対)初心者の女性 回)5月19・22日、6月12・14日の午前10時30分～正午 会)クリエイトホール 定)各先着5名 費)2,500円 申)電話でパレット・原田 ☎080・3365・2951

★さつき展 内)盆栽などの展示 回)6月2・3日の午前9時～午後7時(3日は5時まで) 会)いちようホール 問)八王子さつき盆栽会・常盤 ☎625・8178

★さつき山草まつり 内)山草の展示や販売など 回)6月2・3日の午前10時～午後4時 会)中野市民センター 問)東京都さつき山草会・横溝 ☎090・8436・5154

★福祉フェスティバル 内)介護体験、福祉用具の展示など 回)5月27日午前9時45分～正午 会)問)小松原園(犬目町) ☎654・8331

★八王子盲学校の学校公開 回)6月16日午前9時～12時50分 会)問)同校(台町三丁目) ☎623・3278

★童謡・抒情歌コーラスコンサート 回)5月26日午後1時30分～3時30分 会)南大沢文化会館 定)先着180名 問)四つ葉のクローパー・沖山 ☎090・7255・9664

★野口雨情を歌おう 回)5月30日午前10時30分～11時45分 会)クリエイトホール 費)1,000円 問)八王子歌おう会・内田 ☎080・3603・7164

★初めてのウクレレ 対)初心者 回)6月6・13・20日の午後1時～2時30分 会)川口市民センター 定)先着15名 費)2,000円 申)電話で初めてのウクレレ会・宮沢 ☎090・4668・8022

★アメリカ人の先生と楽しく英語でおしゃべり 回)5月24・31日、6月7日 対)高校生以上 時)午後2時10分～3時、3時10分～4時 会)由井市民センターみなみ野分館 定)各先着6名 費)500円 申)電話でアメリカ人の先生の英語サークル・倉崎 ☎080・6505・3565(午後7時～)

★多文化・環境共生型イベント「みんなが違ってみないい」 内)民俗音楽の演奏、民族料理の屋台など 回)5月27日午前10時30分～午後4時 会)浅川河川敷広場(元本郷町四丁目) 問)同実行委員会・保高 ☎090・3907・3343

★八王子人形劇まつり 回)6月3日午後1～4時 会)北野市民センター 定)先着200名 問)同連合会・宮永 ☎080・3098・8744

★おいしいヘルシークッキング 回)6月5・12日の午前9時30分～正午 会)子安市民センター 定)各先着20名 費)1,200円 申)電話で八王子管理栄養士の会ダイエタリー・フレンズ・中野 ☎090・4750・2477

★きのご観察会 集)6月16日午前9時30分に長沼駅(解散は12時頃六社宮) 会)長沼公園 定)抽選20名 費)50円 申込期限)5月31日 問)桜ヶ丘公園 ☎042・375・1240

★南大沢中郷公園のフリーマーケット ▶回)6月3日午前10時～午後3時 問)リサイクル運動友の会・小暮 ☎090・3222・5060 ▶回)6月10日午前10時～午後3時 問)サークルライフ ☎090・1557・0901

★バザー開催と不用品の提供 回)6月4～6日の午前10時～午後3時 会)問)リサイクルわかかさ(日吉町) ☎624・9671

会員募集

★英会話「八王子ESS」 回)木曜日の午後7～9時 会)子安市民センター 費)入会金1,000円、月3,000円 問)伊藤 ☎090・7412・4512

★英会話「Kerry Enjoy English」 回)第2・4水曜日の午後2時～3時30分 会)クリエイトホール 費)3か月13,000円 問)岩澤 ☎623・0694

★くわの実英会話 対)女性 回)金曜日の午後1時～2時30分 会)クリエイトホール 費)入会金500円、月8,000円 問)矢沢 ☎090・2304・9045

★高尾山英語ガイドボランティアクラブ「TENGU」 対)20歳以上で英語で日常会話ができる方 回)第1土曜日、第3日曜日などの午前9時～午後3時 会)高尾山 費)年2,000円 問)渡辺 ☎080・8054・3230

★かな書道「なごみの会」 回)第2・4土曜日の午後1～3時 会)大横保健福祉センター 費)月1,000円 問)安部 ☎651・9008

★朗読サロン彩 回)第1・3木曜日の午後1時30分～4時 会)生涯学習センター南大沢分館 費)月3,500円 問)買場 ☎090・1059・4455

★パソコン教室「弥生会」 対)60歳以上 回)土曜日の午前9時30分～正午 会)東浅川保健福祉センター 費)月1,000円 問)佐藤 ☎090・1857・8028

★作陶「陶喜会」 対)60歳以上 回)第2・4水曜日の午後1時30分～3時30分 会)東浅川保健福祉センター 費)月1,500円 問)能登 ☎080・3084・3798

★男が料理を楽しむ会 対)60歳以上の男性 回)第2土曜日の午後1～5時 会)横山事務所 費)月2,000円 問)鈴木 ☎626・0596

★男の料理教室「わかば会」 対)60歳以上の男性 回)第2水曜日の午前9時45分～午後1時45分 会)東浅川保健福祉センター 費)入会金1,000円、1回1,000円 問)植木 ☎090・9517・4447

★男の健康料理倶楽部 対)60歳以上の男性 回)第3木曜日の午後1～4時 会)長房ふれあい館 費)月1,500円 問)酒井 ☎090・9233・9055

★フラワーアレンジメント「花時間」 対)女性 回)月1回の火・木・土曜日の午前10時30分～正午 会)クリエイトホールなど 費)入会金2,000円、月4,500円程度 問)田中 ☎090・6506・5907

★軟式野球「八王子フレンドリー」 対)58歳以上の男性 回)土・日曜日の午前9時～正午 会)城山中 費)年15,000円 問)小沼 ☎090・5340・6549

★健康太極拳 回)月3回の木曜日の午後2時～3時30分 会)由井事務所 費)月2,000円 問)水野 ☎676・1665

★気功太極拳「桜の会」 回)火曜日の午前10時～11時30分 会)エスフォルタアリーナ八王子 費)入会金1,000円、月3,000円 問)牧 ☎635・9650(月～金曜日の午後7時～)

★らくらく体操 対)55歳以上 回)第4日曜日の午後1時15分～2時15分 会)子安市民センターなど 費)1回500円 問)浜本 ☎090・6119・1631

★骨盤底筋体操「幸せ貯筋クラブ・赤ず筋」 対)女性 回)火曜日の午前10時～11時10分 会)クリエイトホールなど 費)1回1,200円 問)清水 ☎090・7177・0519

★ZUMBAサークル「SHAKE HIP!」 回)月2回の火曜日の午前11時～12時15分 会)スタジオACTIVE2(高尾町) 費)1回800円 問)川井 ☎080・3469・7755

★社交ダンス「サークルJ」 回)木曜日の午後1～5時 会)南大沢市民センター 費)入会金1,000円、月2,500円 問)伊藤 ☎676・6392

★創作手話ダンス倶楽部 回)火曜日の午後1時～3時30分 会)生涯学習センター南大沢分館 費)月2,000円 問)上田 ☎090・1814・7388

★手話リズムダンス「ふれんず」 対)18歳以上 回)第1・3水曜日の午後1時30分～3時 会)恩方市民センター 費)月500円 問)菊池 ☎651・7873

★登山「レッドアローマウンテンクラブ」 回)第2・4日曜日 会)関東近郊の山 費)入会金1,000円、年1,200円 問)藤田 ☎090・5405・7607

★山とハイキング多摩の会 回)月2回の日曜日など 会)関東近郊の山など 費)入会金1,000円、年7,000円 問)川口 ☎625・4917

★音楽サークル「ピッコロ」 対)3・4歳 内)リトミック、工作など 回)月2回の土曜日の午前9時30分～10時 会)南大沢市民センターなど 費)1回500円 問)村山 ☎090・6193・2132

★ひばり童謡・唱歌の会 回)第1・3月曜日の午前10時20分～正午、午後2時～3時40分 会)北野市民センターなど 費)入会金1,000円、月2,000円 問)薄井 ☎090・8894・0677

★詩吟サークルみなみ野 回)第1・3火曜日の午前10時～11時30分 会)由井市民センターみなみ野分館 費)月1,500円 問)宮崎 ☎632・4022

★ジャンソン・カンツォーネ「コパン」 回)第2・4金曜日の午後1時30分～3時30分 会)子安市民センターなど 費)入会金1,000円、月3,500円 問)中村 ☎090・8012・0951

★三味線の音色で唄おう倶楽部 回)月1回の木曜日などの午後2～3時 会)子安市民センター 費)1回500円 問)藍 ☎090・4066・9163

★青い鳥コーラス 回)第1・3水曜日の午後1時30分～4時 会)由木東市民センター 問)松浦 ☎090・3804・8630

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。



知って実践！今、食事バランスで大切なこと

6/10(日) 13:30 ~ 15:30・北野市民センター

6月は食育月間です。これにあわせ、市民食育講座を開催します。自分自身や家族のために、食事のバランスや一日に摂取する野菜・塩分の目安など、健康的な食生活について考えてみませんか。

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 200名(先着順)

問い合わせ 保健所健康政策課(☎645・5112、☎644・9100)

男女共同参画週間記念講演会

女性の貧困 男性の貧困～誰もが生きやすい社会とは

6/16(土) 14:00 ~ 16:00・北野市民センター



湯浅誠さん

6月23～29日の男女共同参画週間にあわせ、社会活動家で法政大学教授を務めるほか、ラジオのコメンテーターとしても活躍する湯浅誠さんを講師に招き、講演会を開催します。

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 200名(先着順)

申し込み 5月15日から電話、または「記念講演会」と住所・氏名(ふりがな)・電話(ファックス)番号を書いて、ファックス、Eメールで男女共同参画センター(☎648・2230、☎644・3910、✉b050900@city.hachioji.tokyo.jp)へ
※1歳～就学前のお子さんを10名(先着順)お預かりします。「託児」とお子さんの名前(ふりがな)、年齢・月齢のお書き添えを。



このまちで輝く「人」
このまちを彩る「人」

フォーカスはちおうじびと

ゴルフを通して自分と向き合う

アマチュアゴルファー ^{わた ひろし} 和田 博さん



Hiroshi WADA

暁町在住の55歳。会社を経営しながら、「日本アマチュアゴルフ選手権」、「日本ミッドアマチュアゴルフ選手権」、「日本シニアゴルフ選手権」で優勝。史上初の「日本」タイトル3冠を達成する。

「ゴルフは自分と向き合う時間を与えてくれるんです。笑顔で和田さんはそう語る。自ら会社を経営しながら、20年以上にわたりトップアマとして走り続けてきた。父親に勧められ、12歳から始めたゴルフ。初めてクラブを握ったときは、こんなに長く続けるとは思わなかったという。「ゴルフが楽しくなったのは大人になってからでした。コースをどう攻略すべきか？どうやったら上手にプレーできるのか？すべてにおいて自分の責任でプレーできるからゴルフは楽しいんです。」



プレー中も楽しむことを忘れない

常に思考することの大切さに気付かされたという。「ゴルフを通して、思考力や判断力が磨かれました。なにより人として成熟できたと思います。」
さまざまなお話を教えてくれたゴルフ。今後は、子どもたちにその魅力を伝えたいという。「気軽にクラブを握れる環境が作られればいいですね。子どもたちに思いっきりゴルフを楽しんでもらえたら。」

