

笑顔あふれる憩いの場

写真は4月に開園した「明神町なかよし公園」のようす。公園には、子どもたちが楽しめる遊具だけでなく、マンホールトイレや炊き出しの際にかまどとして使えるベンチなども設置されており、災害時に市民の皆さんの安全・安心を守る役割も期待されています。市内には、ほかにも魅力的な公園がたくさん。20ページではその一部を紹介します。

新型コロナウイルスワクチン特集号
すべての市民の皆さんに
ワクチン接種の機会を！

市長コラム



八王子市長
石森孝志

公園で心と体の健康増進を

4月28日に、新たに「明神町なかよし公園」が開園しました。この名称は第四小学校の児童231名が応募した候補の中から選んだものです。遊具も同小の児童や周辺の保育園・幼稚園の園児たちの意見を元に設置しており、近隣の皆さんの思いを形にした公園となりました。新しい憩いの場所として、地域の様々な絆を育んでいくことを期待しています。

本市は市域が広く、都内で最も公園数が多い自治体です。市内各所に特徴的な公園があり、その中のいくつかを本号で紹介しています。感染症対策にご協力いただきながら、公園を心と体の健康増進の場としてご活用ください。

さて、本市は高齢者へのワクチン接種について、全国と比較しても早いペースで進んでいます。6月の下旬からは、60歳から64歳の方の接種を開始し、現在は16歳から59歳の方へ接種券をお送りしています。また、在宅療養中や入院中で会場での接種ができない方への対応を個別に進めています。国・都による大規模接種や職域接種など、様々な機会も活用いただきながら、希望者全員が少しでも早く接種できるよう環境整備に努めてまいります。

ワクチン接種は新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐための切り札と言われています。市民の命と健康を守るための取り組みを全力で進めてまいります。

※今号は10・11ページの間に 新型コロナウイルスワクチン特集号 を折り込んでいます。



靈氣満山 高尾山
人々の祈りが紡ぐ

桑都物語

八王子城跡

高尾山から望む 八王子城跡

～日本遺産に認定されたストーリー
桑都の物語のはじまりの場所

高尾山への人々の祈りとともに いにしえから紡がれてきた桑都の物語——

八王子城は、戦国武将・北条氏照が築き「関東屈指の山城」といわれている城です。氏照は、旧甲州街道（甲州道中）を挟んで高尾山と向かい合う場所にこの城を築き、戦の神として信仰された飯縄大権現を本尊とする薬王院のある高尾山を篤く庇護しました。

“桑都”と呼ばれた八王子。氏照が築いた城下町や市は、まちの礎として八王子宿へと引き継がれ、江戸時代には絹産産を基盤に甲州道中最大の宿場町へと発展します。絹産産は高尾山薬王院への信仰と深く結びついていました。高尾山は、暮らしを支える宝である「おかいこさま」を守る“養蚕守護”をはじめ、桑都・八王子の人々がさまざまな祈願をする対象となりました。人々は高尾山に祈り、諸願成就の証として杉苗を奉納することで高尾山の自然を守ってきたのです。

桑都のまちの発展やそこで花開いた文化は、高尾山とともに歴史を刻んできました。古くから受け継がれてきた年中行事や伝統文化、史跡の数々。特色ある豊かな歴史文化は、高尾山への「祈り」とともに紡ぎ出され、姿かたちを変えながら今も桑都・八王子に息づいています。

日本遺産(Japan Heritage)とは

地域の歴史的魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリーを文化庁が認定するものです。ストーリーを語るうえで欠かせない有形・無形の文化財群を総合的に活用し、国内だけでなく海外へも発信していくことにより、地域の活性化を図ることを目的としています。

現在、日本全国で104のストーリーが「日本遺産」に認定されており、東京都では唯一、八王子の歴史文化を語るストーリー「靈氣満山 高尾山 ～人々の祈りが紡ぐ 桑都物語～」が認定されています。

問 日本遺産「桑都物語」推進協議会（都市戦略課内）
☎620・7434 ☎626・8554

YouTube、SNSでも 情報発信中！

日本遺産「桑都物語」推進協議会では、日本遺産に関する情報を随時発信しています。下の二次元コードからご覧ください。



YouTube



Twitter



Facebook



Instagram

6月12日から開館！

桑都日本遺産センター 八王子博物館（はちはく）

問 桑都日本遺産センター（はちはく）
☎622・8939 ☎627・5919

「はちはく」は、さまざまな展示で日本遺産に認定された「桑都物語」のストーリーを紹介する新しい展示施設です。

開館時間 午前10時～午後7時

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、入館制限を行う場合があります。また、学校見学などのため貸し切りを行っている場合があります。詳しくは同センターまでお問い合わせください。



国民健康保険・後期高齢者医療・介護保険など 各種通知書を発送します

納税・納入通知書を発送

通知の内容など、詳しくは各担当課までお問い合わせください。

■国民健康保険税の納税通知書

発送時期 7月中旬

問 保険年金課 ☎620・7236 ファク626・8421

■後期高齢者医療保険料の納入通知書

発送時期 7月中旬

問 保険年金課 ☎620・7364 ファク626・8421

■介護保険料の納入通知書

発送時期 7月上旬

問 介護保険課 ☎620・7415 ファク620・7418

※シルバーパス購入時の所得金額の確認書類にもなります。
再発行はできませんので大切に保管を。

後期高齢者医療被保険者証を発送

後期高齢者医療制度では毎年8月1日に、新しい年度の住民税課税所得などに応じて医療費の自己負担の割合を決定しています。自己負担の割合が変わる方は、簡易書留で新しい保険証を7月中旬にお送りします。

自己負担の割合が変わらない方は、そのまま現在お持ちの保険証（オレンジ色）をお使いください。問い合わせは保険年金課（☎620・7364 ファク626・8421）へ。

申告期限の延長による影響について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から所得税の確定申告期限が1か月延長されたことに伴い、申告内容の一部が反映されていない場合があります。この場合、再度計算を行い、変更が生じた方には改めて通知します。問い合わせは各担当課へ。

国民健康保険・後期高齢者医療

限度額適用認定証などのお知らせ

国民健康保険

問 保険年金課 ☎620・7235 ファク626・8421

70歳未満の加入者は、「限度額適用認定証」の対象です。必要な方は、保険証、世帯主と被保険者のマイナンバーカード（または身分証明書とマイナンバー通知カード）を持って、市役所1階保険年金課で手続きをしてください。

70歳以上でも一定の要件に該当する方は、対象となる場合があります。また、有効期限が7月の認定証をお持ちの方は、更新手続きが必要です。申請方法など、詳しくは保険年金課までお問い合わせください。 ※郵送でも手続きすることができます。



介護保険負担割合証を更新

要支援・要介護認定を受けている方、基本チェックリストで事業対象者に該当する方に、自己負担割合が記載された新しい負担割合証を7月下旬に郵送します。

8月以降に介護保険サービスを利用する際には、被保険者証と負担割合証を提示してください。問い合わせは介護保険課（☎620・7415 ファク620・7418）へ。

国民健康保険の高齢受給者証を更新

国民健康保険の高齢受給者証を8月1日に更新します。新しい受給者証は7月下旬に郵送します。国民健康保険に加入している昭和21年8月2日～26年7月1日に生まれた方が対象です。

問い合わせは保険年金課（☎620・7236 ファク626・8421）へ。

新型コロナウイルス感染症

傷病手当金の対象期間を9月まで延長

国民健康保険の加入者が新型コロナウイルス感染症の感染、または発熱などにより会社などを休んだ場合に支給する「傷病手当金」。対象の期間を9月30日まで延長します。

申請の際は、事前に電話で保険年金課（☎620・7235 ファク626・8421）へご相談ください。

対象 給与の支払いを受けている国民健康保険被保険者
対象期間 令和2年1月1日～令和3年9月30日

限度額適用認定証

医療機関に提示することで、窓口で支払う金額（入院時の食事代や差額ベッド代などを除く）が自己負担限度額までとなります。詳しくは市のホームページ、または下の二次元コードからご覧ください。

後期高齢者医療

問 保険年金課 ☎620・7364 ファク626・8421

世帯の所得状況が一定の要件に該当する方を対象に、「限度額適用認定証」、または入院時の食事代も減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」を発行しています。いずれかの認定証をお持ちの方には、新しい認定証を7月下旬に郵送します。 ※更新の手続きは不要です。



国民健康保険制度

安心して医療を受け続けられるように

問 保険年金課 ☎620・7236 ファク626・8421

国民健康保険（以下、国保）は病気やケガの治療の際に、安心して医療を受けるための支え合いの制度です。自営業の方や、職場の健康保険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。

保険税率などを改定

国保制度は、都と市区町村が共同で運営しています。都は、財政運営の責任主体として、市区町村の保険給付に必要な費用を全額支払う役割を担っており、各市区町村の医療費水準や所得水準に応じた「標準保険料率」を提示しています。しかし、この「標準保険料率」をそのまま適用すると、加入者の皆さんには急激な負担増となります。そこで、加入者の皆さんへの影響に配慮しながら、本市の保険税率などの改定を左表のとおり行いました。

Q 国民健康保険税が高くなるのは、どうして？

A 被保険者数の減少により、全体の保険給付費は減っていますが、高齢化や医療の高度化により、1人当たりの保険給付費が令和元年度決算では前年度に比べて9,176円増の294,812円と増加しています。これを賄うために保険税の負担も増えています。

Q 医療費を抑えるためには、どうしたらいいの？

A 加入者の皆さんに健康で元気に日々を過ごすでもらうことが大切です。また、次のようなことを心がけましょう。

健康維持に努めましょう

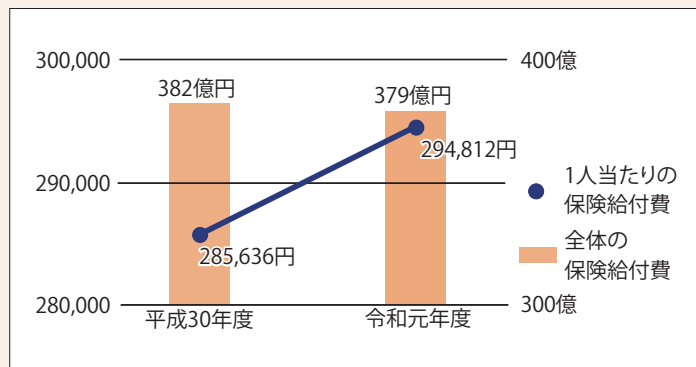
生活習慣病は早めに対策をすれば、発症や重症化を予防できますが、自覚症状がないことから健診を受けないと気がつかないことがほとんどです。バランスの良い食事と適度な運動をして、年に1度は健診を受けましょう。

おくすり手帳を利用しましょう

薬は飲み合わせによって副作用が生じることがあります。服薬歴を管理するため、「おくすり手帳」を利用し、疑問点などがあった場合はかかりつけ医や薬剤師に相談しましょう。



被保険者1人当たりの保険給付費



かかりつけ医・歯科医・薬剤師を決めておきましょう

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



ジェネリック医薬品を活用しましょう

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

市税などの 納付

コンビニやスマートフォン決済でも

問 収納課 ☎620・7224 ㊟626・4640

市税・国民健康保険税は、コンビニエンスストアやスマートフォン決済などでも納付できます(納付書1枚あたり30万円以内でバーコードが印字されているものに限る)。詳しくは市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。



対象税目 市・都民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税

納税相談窓口

お困りの方は早めのご相談を

平日に加え、日曜日でも市税・国民健康保険税の納税相談を行っています。窓口のほか、電話でも受け付けています。

日時 月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分
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2階収納課 ※8月8日(祝)は本庁舎レイアウト変更に伴う工事のため、八王子駅南口総合事務所で行います。

7月からスマートフォン決済アプリ 「au PAY」・「d払い」・「J-Coin Pay」が利用できます

市税・国民健康保険税の納付にスマートフォン決済アプリ「ラインペイLINE Pay」・「ペイペイPayPay」に加え、7月から「エーユーペイau PAY」・「ディー払いd払い」・「ジェイコインペイJ-Coin Pay」も利用できるようになります。アプリを使用して納付書のバーコードを読み取ることで、アプリにチャージされた残高から24時間納付ができます。対象は1枚あたり30万円以内(au PAYは25万円以内)の納付書です。

対象税目 市・都民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税
※領収書は発行されません。別途通信料がかかります。利用するには事前に利用登録とチャージが必要です。詳しくは市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。



対象決済アプリ



スマートフォン 決済アプリの利用方法



①アプリをダウンロード

App Store、またはGoogle Playから「au PAY」、「d払い」、「J-Coin Pay」、「LINE Pay」、「PayPay」をダウンロード(無料)します。

②利用登録・設定

アプリの利用登録や支払方法などの設定を行います。

③チャージ(入金)

チャージ(入金)します。

④決済!

納付書に印刷されたバーコードをアプリで読み取り、支払情報を確認して決済を行います。



新型コロナウイルス感染症の影響により納付・納入が困難な方へ 減免制度のご利用を



新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少した方などは、減免を受けることができる場合があります。申請方法など、詳しくは各担当課までお問い合わせください。手続きに必要な書類は市のホームページでも配布しています(下の二次元コードからご覧になれます)。

国民健康保険税の減免

問 保険年金課 ☎620・7236 ㊟626・8421

対象 世帯の主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った方

対象となる期間 令和3年4月～令和4年3月

受付開始 7月15日

必要書類 ▶届出書や申請書 ▶診断書など状況がわかる書類

収入が減少する見込みの方の申請は10月から受付

世帯の主たる生計維持者の収入が前年の額の3/10以上減少する見込みの方の申請は、10月から受け付けます。詳しくは本紙や市のホームページでお知らせします。



国民健康保険税

国民年金のお知らせ

保険料の免除・納付猶予制度のご利用を

国民年金保険料の納付が困難な方は、保険料の免除・納付猶予制度をご利用ください。令和3年度分(7月～来年6月分)は7月から受付を開始します。

なお、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した場合も、保険料の免除、納付猶予が受けられることがあります。希望する場合は市役所1階保険年金課(☎620・7238 ㊟626・8421)、または各事務所で申請を。

令和2年度に全額免除・納付猶予が承認され、継続申請を希望した方には、八王子年金事務所(☎626・3511)から結果通知が送付されます。

納付は納め忘れのない 「口座振替」で

口座振替は、以下の方法で手続きができます。

■Web口座振替受付サービスによる申請

一部の金融機関では、市税・国民健康保険税に加え、新たに後期高齢者医療保険料と介護保険料の口座振替もパソコンやスマートフォンなどから申し込むことができるようになりました。対象の金融機関など、詳しくは市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。



後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免

問 後期高齢者医療保険料…保険年金課☎620・7364 ㊟626・8421
介護保険料…介護保険課☎620・7415 ㊟620・7418

対象 次のいずれかに該当する方

- ①世帯の主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った
- ②世帯の主たる生計維持者が次のすべての要件に該当する
▶令和3年の各種収入(事業・給与・山林・不動産)が、前年の額の3/10以上減少する見込みである ▶減少が見込まれる各種収入以外の前年所得の合計額が400万円以下 ▶前年の所得の合計額が1,000万円以下(後期高齢者医療保険料のみ)

対象となる期間 令和3年4月～令和4年3月
必要書類 ▶届出書 ▶収入申告書や診断書など状況がわかる書類(対象となる事由により異なります)



後期高齢者
医療保険料



介護保険料

がいくじん かた こくみんねんきん かにゆう 外国人の方も国民年金に加入を

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外国人の方も、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階保険年金課(☎620・7238 ㊟626・8421)、または各事務所で手続きを行ってください。

市税・国民健康保険税…収納課 〒192-8501 ☎620・7224 ㊟626・4640

問 後期高齢者医療保険料…保険年金課 〒192-8501 ☎620・7364 ㊟626・8421
介護保険料…介護保険課 〒192-8501 ☎620・7415 ㊟620・7418

■口座振替納付届・依頼書による申請

納税通知書などに同封されている「口座振替納付届・依頼書」に必要事項を記入し、金融機関届出印を押印のうえ、各担当課へ郵送してください。

■キャッシュカードによる申請

一部の金融機関のキャッシュカードでは、専用端末機に通すことでその場で口座振替を申し込めます(介護保険料を除く)。詳しくは各担当課までお問い合わせください。

生涯学習センター川口分館		〒193-0801川口町3838 ☎654・8450 📠654・8452 ✉kouza-kawaguchi@city.hachioji.tokyo.jp				
講座名		対象	日時	定員 (抽選)	費用	申込期限 (必着)
⑩親子で作って楽しもう! デコレーションバスボム (発泡入浴剤)	Aコース	3歳～小学4年生と保護者 (2人1組)	7/31(土) 13:00～14:00	8組	500円	7/15
	Bコース	3歳～小学4年生と保護者 (2人1組)	7/31(土) 15:00～16:00	8組	500円	
⑪親子で作るステンドグラス		小学生と保護者(2人1組)	8/7(土) 13:00～16:00	5組	1,200円	7/20
⑫親子でいっしょに日本画とあそぼ! ～岩絵の具で色あざやかなうちわづくり		小学生と保護者(2人1組)	8/8(祝) 13:00～16:00	5組	1,500円	7/21
⑬消しゴムはんこ教室 ～動物のイラスト入りお名前はんこ 彫り&ミニトートバッグにいろいろ スタンプしよう!	午前コース	小学3年生～中学生 (小学3年生は保護者同伴で)	8/11(水) 10:00～12:00	5名	1,000円	7/21
	午後コース	小学3年生～中学生 (小学3年生は保護者同伴で)	8/11(水) 13:30～15:30	5名	1,000円	
⑭親子で楽しむそば打ち体験 ※会場は川口市民センター		小・中学生と保護者(2人1組)	8/21(土) 14:00～16:00	5組	1,400円	7/27
⑮来て!見て!弾いて!パイプオルガン ※会場は東京純心大学(滝山町二丁目)		小・中学生	8/28(土) 10:00～12:00	15名	—	8/11

ドキドキ… ワクワク… 夏休みイベント!

認定ガイドによる「滝山城・城攻め体感」

きみも戦国時代へ行ってみないか

対 小学生と保護者

集合 7月25日(日) 午前10時に滝山観光駐車場
(解散は12時30分頃都立滝山公園で)

費 2人1組500円(追加のお子さん1人につき100円)

定 15組(抽選)

申 往復ハガキ、ファックス、Eメールに「7月25日滝山城跡」と参加者全員の氏名(ふりがな)・お子さんの年齢(学年)・電話(ファックス)番号・Eメールアドレス、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、7月15日(必着)までに市民活動支援センター(〒192-0083旭町12-1ファルマ802ビル5階 ☎646・1577 📠646・1587 ✉npo802@shiencenter-hachioji.org)へ ※右の二次元コードからも申し込みができます。



夏の里山探検隊 in 上川の里

エンジョイ ネイチャー! ～里山で生き物探し

夏の里山で森林散策、昆虫などの生き物探しをします。自然豊かな上川の里に暮らす生き物をみんなで見つけよう。

対 小学生と保護者

日 7月31日(土) 午前9時～正午(雨天中止)

会 上川の里特別緑地保全地区(上川町)

定 10組(抽選)

申 電話、または「里山探検」と住所・参加者全員の氏名・電話番号を書いて、7月16日までにファックス、Eメールで環境保全課(☎620・7268 📠626・4416 ✉b111100@city.hachioji.tokyo.jp)へ

夏休み工作教室

自分だけの自由研究を!

市内の福祉施設の皆さんを講師にお迎えし、木工製品の色づけなどを行います。

対 市内在住・在学の小・中学生

日 8月2日(月)午後1時30分～3時30分

会 心身障害者福祉センター

定 10名(先着順)

申 7月1日から電話、または「工作教室」と住所・参加者全員の氏名・電話番号を書いて、ファックスで心身障害者福祉センター(☎624・5850 📠624・5954)へ

夢美術館の特別展

「しかけがいろいろ!とびだす絵本展」

日 7月10日～9月5日の午前10時～午後7時

会 夢美術館(☎621・6777 📠621・6776)

費 700円(高校生以上の学生と65歳以上の方は350円、中学生以下のおさんは無料)

ポップ
「本のPOPコンテスト」作品募集

おすすめの本を紹介してみよう!



おすすめの本を紹介するメッセージカード(POP)を募集します。入賞作品は、各図書館で展示します。

対 市内在住・在学の小・中学生、高校生、大学生(応募は1人1点)

募集作品 ハガキ、またはA5サイズで新聞・雑誌、コミック、視聴覚資料を除く図書を題材にしたもの

申 7月1日から各図書館、図書館のホームページで配布する応募票に必要事項を記入のうえ、作品とあわせて、8月23日～9月30日(必着)に直接、中央・生涯学習センター・南大沢・川口図書館、または郵送で生涯学習センター図書館へ

問 生涯学習センター図書館(〒192-0082東町5-6 ☎648・2233 📠648・2155)

◆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。

催しなどの参加は

事前に開催状況の確認を

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図るため、催しや講座の予定を変更

する場合があります。参加をお考えの方は、事前に各担当課へご確認ください。

生涯学習センターの講座

申し込みは往復ハガキ、またはEメール(1講座1通)に必要な事項を記入して、申込期限までに各センターへ。抽選結果は申込期限の約1週間後に郵送します。

※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。

往復ハガキ・Eメールの記入事項

・講座名(③⑥⑨⑩⑬⑱⑲⑳は希望コースも)

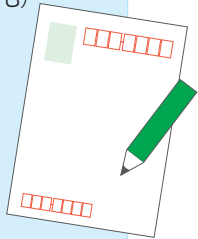
・参加者全員の氏名(ふりがな)

・住所 ・年齢 ・学年

・保護者の氏名

・電話番号(緊急連絡先も)

・返信面の宛名



生涯学習センター(クリエイトホール)

〒192-0082東町5-6 ☎648・2231 📠648・2151 ✉kouza-create@city.hachioji.tokyo.jp

講座名		対象	日時	定員 (抽選)	費用	申込期限 (必着)
①夏休み 親子将棋入門講座		小学1～3年生の初心者と保護者(2人1組)	8/2・5・6の10:00～11:30(全3回)	10組	—	7/13
②夏休み 将棋講座		小学4～6年生の経験者	8/2・5・6の14:00～16:00(全3回)	15名	—	
③動物パンを作ろう!	Aコース	小学生と保護者(2人1組)	8/4(水) 11:00～15:00	4組	2,425円程度	7/16
	Bコース	小学生と保護者(2人1組)	8/18(水) 11:00～15:00	4組	2,425円程度	
④夏休みプログラミング体験講座 ～Unityでゲームを作ろう		小学5年生～中学生でパソコンの文字入力ができる方	8/8(祝) 10:00～13:00	10名	—	7/18
⑤ピアニストが紹介する小・中学生のためのロシアの芸術		小・中学生	8/11(水) 14:00～15:00	40名	—	7/21
⑥夏休み 風魔忍者体験講座	午前コース	小学生と保護者(2人1組)	8/14(土) 10:00～11:00	8組	300円	7/24
	午後コース	小学生と保護者(2人1組)	8/14(土) 13:00～14:00	8組	300円	
⑦真打落語家 桂文ぶんと昔の遊び体験 ～羽子板・独楽回し・ぎっちょう		小学生と保護者(2人1組)	8/15(日) 14:00～15:30	20組	—	7/25
⑧夏休み 囲碁入門教室		小学生の初心者	8/17～20の9:30～11:30(全4回)	20名	—	7/27

生涯学習センター南大沢分館

〒192-0364南大沢2-27 ☎679・2208 📠679・2218 ✉kouza-minami@city.hachioji.tokyo.jp

講座名		対象	日時	定員 (抽選)	費用	申込期限 (必着)
⑨楽しく折ろう 子ども創作おりがみ	月曜コース	小学生	7/26(月) 13:30～16:00	8名	200円	7/15
	火曜コース	小学生	7/27(火) 13:30～16:00	8名	200円	
⑩高尾山の立体模型を作ろう	午前コース	小学3～6年生と保護者(2人1組)	7/28(水) 9:30～12:00	5組	200円	7/15
	午後コース	小学3～6年生と保護者(2人1組)	7/28(水) 13:30～16:00	5組	200円	
⑪夏休み子どもチョークアート教室		小学生	7/29(木) 13:30～16:00	10名	1,700円	7/15
⑫南大沢子ども囲碁体験講座 ～囲碁で礼儀作法と集中力を身に付けよう!		小学生の初心者	8/1～4の9:30～11:30(全4回)	8名	—	7/16
⑬火星の生命探査と宇宙での食生活～火星人は本当にいるか?宇宙旅行中は何を食べるか?		小学2年生以上の方	8/6(金) 10:00～12:00	20名	—	7/15
⑭平和ってどんなこと? ～絵本をとおしてみつめてみよう		小学1～4年生と保護者(2人1組)	8/7(土) 10:00～11:00	5組	—	7/23
⑮夏休みこどもアトリエ パステルをけずって指で絵を描いてみよう		小学3年生以上の方	8/14(土) 9:30～11:30	8名	500円	7/27
⑯ペットボトル水ロケット ～ロケットをつくって親子で 空高く飛ばそう!	火曜コース	小学生	8/17(火) 9:30～12:00	10名	150円	7/15
	水曜コース	小学生	8/18(水) 9:30～12:00	10名	150円	
⑰親子でつくるクラフトバンド講座 ～エコな紙ひもを編んでバッグをつくろう		小学4年生～中学生と保護者(2人1組)	8/19(木) 14:00～16:00	5組	850円	7/31
⑱子どもプログラミング体験～電子ブロック MESHを使ってツールやゲームを作ろう!		小学4～6年生	8/21(土) 14:00～16:30	8名	100円	7/15

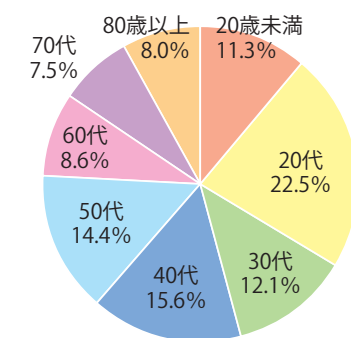
本市の感染者の発生状況

感染者の個別の情報(感染確定日、年代、退院、渡航歴・接触歴など)を公開しています。

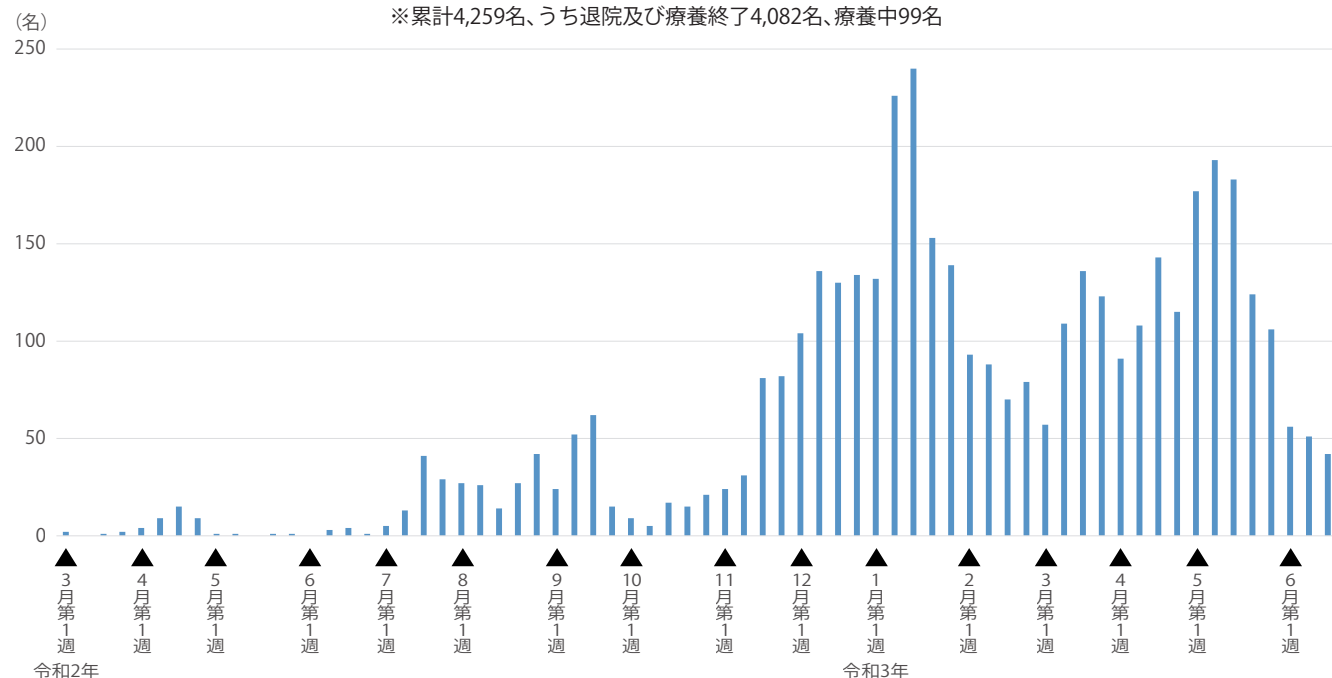
最新の情報は市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。問い合わせは保健所(☎645・5111 ㉨644・9100)へ。



感染者の年代別割合(6月20日現在)



週ごとの感染者数の推移(6月20日現在)
※累計4,259名、うち退院及び療養終了4,082名、療養中99名



新型コロナウイルス感染症コールセンターのご案内

かかりつけ医や医療機関の受診は事前に必ずお電話を！

新型コロナウイルス感染症の感染の疑いがある、発熱などの症状がある場合は、必ず電話連絡をしてから、かかりつけ医や医療機関を受診するようお願いします。

かかりつけ医がない方は、24時間対応の東京都発熱相談センターへご相談を。必要に応じて医療機関を紹介します。

かかりつけ医がない方は――

東京都発熱相談センター

☎03・5320・4592(24時間)

流行地域への渡航や居住、患者との接触歴などがあり、発熱や呼吸器症状がある方の相談は――

新型コロナ受診相談窓口

☎645・5195

午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝・休日を除く)

☎03・5320・4592

(上記以外の時間帯及び土・日曜日、祝・休日)

感染の予防に関することの相談は――

八王子市新型コロナウイルス感染症に関する総合コールセンター

☎620・7253 ㉨620・7322(午前8時30分～午後5時)

※生活支援の案内も行います。

東京都新型コロナコールセンター

☎0570・550・571(午前9時～午後10時)

※ナビダイヤル。多言語による相談可。

ワクチン接種に関する相談は「新型コロナワクチン接種コールセンター」まで ☎0120・383・183(午前9時～午後5時)

新型コロナウイルス感染症

まん延防止等重点措置

日中も含めた不要不急の 外出・移動の自粛を

新型コロナウイルス感染症の再拡大を防ぐため、「まん延防止等重点措置」が実施されています。これまでも市民の皆さんには感染拡大防止対策にご協力いただいておりますが、ご自身と大切な人を守るため、引き続き対策の徹底をお願いします。

感染拡大防止のため、要請されていること

- 日中も含めた不要不急の外出・移動の自粛
- 不要不急の都道府県間の移動の自粛
- 混雑している場所や時間を避けて行動すること
- 感染対策が徹底されていない飲食店等の利用を自粛すること
- 飲食店等で飲酒する場合は、同一グループ2人以内で、90分以内とすること
- 措置区域において、営業時間短縮を要請した時間以降、飲食店等にみだりに出入りしないこと
- 路上、公園等における集団での飲酒など、感染リスクが高い行動の自粛

このほか、「3密」(密閉・密集・密接)を避ける、こまめな手洗い・消毒・換気など、基本的な感染症対策を心がけましょう。



市の施設の開館状況

市の一部施設では開館時間や利用条件などを変更しています。詳しくは市のホームページ、または右下の二次元コードからご覧ください。

なお、開館している施設においても、感染拡大防止のため一部施設の使用制限などを行う場合や、感染状況などを踏まえて休館する場合があります。ご利用の際は各施設にご確認ください。



イベントの開催状況

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催の延期・中止を決定したイベントや事業を市のホームページでお知らせしています(下の二次元コードからもご覧いただけます)。また、ホームページに掲載されていないイベントについても、今後延期・中止となる場合があります。詳しくは各担当課までお問い合わせください。



新型コロナワクチン接種

行政機関等をかたる

“なりすまし”にご注意

問 消費生活センター ☎631・5455 ㉨643・0025

新型コロナワクチン接種に関する連絡を装った詐欺が増えています。接種を受ける際の費用は、全額公費で賄われており、ワクチン接種は無料です。また、市からは「ワクチン接種クーポン券」を郵送しますが、電話・メールで個人情報を求めることはありません！不審な電話や郵便、メールが届いたら、市や警察にご相談ください。

<こんな事例が寄せられています>

■「コロナウイルスワクチンが接種できる。後日全額返金するので、お金を振り込むように」と保健所を名乗る電話があった。

■高齢者宅に「コロナワクチンが無料で受けられます」と個人情報聞き出す不審な電話がかかってきた。



◆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。

催しなどの参加は
事前に開催状況の確認を

新型コロナウイルス感染症
の感染拡大防止を図るため、
講座や催しなどの予定を変更
する場合があります。参加を
お考えの方は、事前に各担当
課へご確認ください。

相 談

健診データ改善相談

保健師や栄養士による血糖値・コレス
テロール・中性脂肪・血圧改善のためのア
ドバイスや、禁煙に関する相談のほか、希
望者には血管年齢測定も行います。

対 市内在住の方、または家族 日 7月1
〜20日の午前9時30分〜午後3時30分
(1人50分程度) 会 大横保健福祉セン
ター(☎625・9200)、東浅川保健福

順) 申 7月1日から電話で大横保健福
祉センター(☎625・9200)へ

高齢者見守り講座

悪質商法から高齢者を守るため、悪質
業者の手法や消費者被害を発見した時の
対応、見守りのポイントなどを学ぶ講座
を開催します。

対 市内在住・在勤・在学の方 日 会 ①7
月21日(水)：加住市民センター、②7月28
日(水)：由井市民センター 時 午後2時
〜3時30分 定 ①44名、②25名(ともに
先着順) 申 7月1日から電話、または
「高齢者見守り講座」と希望日、住所・氏名
(ふりがな)・電話(ファックス)番号を書
いて、ファックスで消費生活センター(☎
631・5456 FAX643・0025)へ

シニア健康
レクリエーション教室

ボランテアとともに、布ボールゲー
ムや歌、体操などを楽しみます。

対 市内在住で60歳以上の方、または障害
のある方 日 7月8日(木)午後2時〜3
時30分 会 南大沢保健福祉センター(☎
679・2205) 定 25名(先着順)

あったかホールの健康教室

対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方
内容 下表のとおり 会 あったかホール
申 7月7日までに直接、または電話で
あったかホール(☎645・0025)へ
※抽選結果は7月10日以降にあったか
ホールのホームページでお知らせします。

社センター(☎667・1331)、南大沢
保健福祉センター(☎679・2205)
申 7月1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。

歯の健康相談

正しい歯のみがき方や歯周病予防な
どについて、歯科衛生士が個別に相談を
お受けします。なお、健診や治療は行い
ません。

対 市内在住の方 日 7月28日(水)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 7月2
日から電話で南大沢保健福祉センター
(☎679・2205)へ

歯科健康相談「歯周病予防と
インプラントの手入れ」

対 市内在住の方 内容 歯科衛生士によ
る個別相談(健診や治療は行いません)
日 7月29日(木)午前9時30分〜午後3時
30分(1人50分程度) 会 大横保健福祉
センター 申 7月2日から電話で大横保
健福祉センター(☎625・9200)へ

講座・催し

ういずサービス協力会員
登録説明会

高齢や病気、出産などで家事にお困りの
ご家庭に協力会員を派遣する「ういずサー
ビス(有償家事援助サービス)」。協力会員
を募集するため、説明会を開催します。

対 20歳以上の方 日 7月20日(火)午前10
時〜正午 会 ボランテアセンター
申 電話で社会福祉協議会(☎649・5
010)へ

生活支援ヘルパー研修・
就職相談会

介護予防・日常生活支援総合事業「訪問
型サービスA」において、身体の介護を必
要としない方に調理・掃除などの生活援
助を行う「生活支援ヘルパー」。この生活
支援ヘルパーとして働きたい方向けの研
修と、市内の訪問介護事業所が参加する
就職相談会を開催します。なお、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。

日 8月25・27日の午前9時30分〜午後5時
(全2回) 会 学園都市センター 定 25名
(抽選) 申 8月6日までに電話、または
「生活支援ヘルパー」と受講の目的、研修を
知ったきっかけ、住所・氏名(ふりがな)・年
齢・性別・電話番号・Eメールアドレスを
書いて、ファックス・Eメールでヒューマン
ライフケア株式会社(☎0120・99
8・632 FAX03・6846・1217) 申
seinar-hunan@athuman.com)へ 問
介護保険課(☎620・741
6) ※下の二次元コードから
も申し込みができます。



オーラルフレイル・
誤嚥性肺炎予防教室

誤嚥性肺炎などの予防に必要な口腔ケ
アに関する講話のほか、正しい歯みがき
の仕方などを歯科衛生士が紹介します。
対 市内在住で60歳以上の方 日 7月21

日(水)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
7月1日から電話で東浅川保健福祉セン
ター(☎667・1331)へ

聴覚障害者のつどい

参加者同士の交流や情報交換のほか、
講演会などを行います。

日 7月10日、9月11日の午後2〜4時
会 心身障害者福祉センター(☎624・
5850 FAX624・5954)

障害者向けパソコンステップ
アップ講座(エクセル入門)

表計算ソフト「エクセル」の基本的な操
作を学び、家計簿の作成などを行います。
対 市内在住・在勤・在学で知的・精神・肢
体不自由の障害のある方 日 8月8・
15・22・29日の午前10時〜正午(全4回)
会 心身障害者福祉センター 定 5名
(抽選) 費 600円 申 往復ハガキに
「エクセル」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、7月26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

血管年齢測定会

機器を使って、指先で簡単に血管年齢
を測定します。

対 市内在住で18歳以上の方 日 7月15
日(木)午後2時〜2時30分、3時〜3
時30分(測定時間は1人3分程度)
会 学園都市センター 定 各15名(先着

くらしに
役立つ情報を発信中！

市政情報

緊急情報

イベント情報



ライン
LINE公式アカウントで情報発信中！

問 広報プロモーション課 ☎620・7228 FAX626・3858

イベントなどのお出かけ情報や緊急時の防災・防犯情報、
各種施策の情報など、さまざまなお知らせをお届けします。
ぜひ友だち追加を。

友だち追加はこちらから

QRコードから

LINEアプリの右上部にある「友だち
追加」をタップし、「QRコード」で右
のQRコードを読み取ってください。



ID検索から

LINEアプリの右上部にある「友だち
追加」をタップし、「検索」で右記の
IDを入力してください。

LINE ID

@hachioji_city

◆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。

催しなどの参加は
事前に開催状況の確認を

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図るため、講座や催しなどの予定を変更する場合があります。参加をお考えの方は、事前に各担当課へご確認ください。

お知らせ

「特定個人情報保護評価」
についてご意見を

国の行政機関や地方公共団体などが、特定個人情報ファイル(マイナンバーを含む個人情報ファイル)についてリスクを分析し、適切な措置を講ずることを宣言する「特定個人情報保護評価」。市では、住民票など各種証明書のコンビニ交付の開始にあたり、住民基本台帳に関する事務について、特定個人情報保護評価を実施しました。そこで、7月1日から素案を公表し、市民の皆さん

「第11次交通安全計画」
の素案にご意見を

本市の交通安全対策を総合的に推進していくための「第11次交通安全計画」。7月12日から素案を公表し、ご意見を募集します。

応募は、ご意見と住所・氏名、市内在勤・在学の方は勤務先・学校名を書いて、8月13日(必着)までに直接、郵送、ファックス、Eメールで市役所6階交通安全課(〒192-8501 ☎620・7410 FAX62・3137 ✉b510600@city.hachioji.tokyo.jp)へ。

素案は交通安全課、市役所1階市政資料室、各事務所・市民センター・図書館、市のホームページなどでご覧になれます。

7・9月はペットボトルを
毎週回収

7・9月はペットボトルの排出

7・8月は省エネチャレンジに
取り組みましょう

チェックシートを利用しながら、ご家庭で節電や節水などの省エネを実践する「省エネチャレンジ」に取り組んでみませんか。シートは市役所2階環境政策課、各事務所・市民センター・図書館、クールセンター八王子(☎656・3103)、市のホームページなどで配布しています。下の二次元コードからもご覧になれます。

7月は社会を明るくする運動
強調月間「再犯防止啓発月間」

7月は「社会を明るくする運動強調月間」「再犯防止啓発月間」です。市では、犯罪のない明るい社会を築くことを目的に、市内での広報活動や作文コンテストなどを通じて、運動への理解を深める活動を行っています。また、4月には「再犯防止推進計画」を策定し、市民生活がさらに安全・安心になる

新型コロナウイルス感染症
生活困窮者自立支援金を支給

社会福祉協議会による総合支援資金の再貸付が利用できなくなり、求職中または生活保護を申請中の世帯に対して、最大3か月間支援金を支給します(生活保護を受給中の方を除く)。申請は市のホームページ(右下の二次元コードからも)で配布する申請書に必要な事項を記入し、必要書類を添えて、7月1日～8月31日(必着)に郵送で生活自立支援課(〒192-8501)へ。

対 収入及び資産が下表の額以下であること
(4人世帯以上の方はお問い合わせください)

世帯	収入月額	資産額
単身世帯	137,700円	504,000円
2人世帯	194,000円	780,000円
3人世帯	241,800円	1,000,000円

支給金額 月額6～10万円(世帯構成による)
問 コールセンター(6月28日から。☎620・7283 FAX627・5956)

募 集

市営住宅の入居者

申込方法など、詳しくは募集案内をご覧ください。

募集内容 ▼単身者向け：9戸

得水準 ▼講座を受講することとが適職に就くために必要と認められる

■高卒認定試験の合格を支援

「高等学校卒業程度認定試験」の合格をめざす対策講座の受講料の一部を支給します。

対 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親 ▼児童扶養手当を受給中、または同程度の所得水準の子 ▼児童扶養手当を受給中、または同程度の所得水準

▼大学入学資格を取得していない ▼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

子育て支援員研修

保育や子育て支援分野に従事するうえで、必要な知識・技術を持つ「子育て支援員」を養成する研修を行います。対象は都内在住・在勤の方で、申込期限は7月15日です。

子育てひろばの催し

主に3歳までのお子さんと保護者が一緒に遊べて相談ができる子育てひろば。子育てに役立つ講座

子育てひろばの催し

催し名	対象	日時	定員(先着順)	会場・問い合わせ
①子育て講座「七夕の笹飾り」	就学前	7/1(木) 10:45～11:45	—	中野児童館 ☎624・9559
②七夕製作	1～3歳	7/7(水) 10:30～11:30	5組	わらべうつき台保育園 ☎692・4189
③パパと遊ぼう	0～3歳	7/10(土) 10:00～12:30	5組	親子つどいの広場 檜原 ☎621・0822
④助産師さんに聞いてちゃおう	0～3歳	7/14(水) 10:30～11:30	5組	親子つどいの広場 大和田 ☎649・5785
⑤パパといっしょ	就園前	7/17(土) 10:45～11:30	5組	北野児童館 ☎645・8580
⑥誕生会	就園前	7/21(水) 10:30～11:30	—	幼保連携型認定こども園せいび ☎675・1551
⑦子育て講座「子どもの事故・病気・けが」	0歳	7/21(水) 10:45～11:45	13組	由木児童館 ☎676・8713
⑧助産師による「マタニティヨガ」	妊娠16週以降の妊婦	7/24(土) 10:30～11:30	7名	親子ふれあい広場 館 ☎665・5051

※②～⑤⑦直接、または電話で、⑧電話でご予約を。

やイベントを左表のほかにも開催しています。詳しくは市のホームページをご覧ください。

就職支援

公共職業訓練の
10月入校生を募集

就職に必要な知識や技能の習得を支援する「多摩職業能力開発センター八王子校」。10月の入校生を募集します。申込方法など、詳しくは同校(☎622・8201)、また

新しい働き方を八王子で

サテライトオフィス設置に補助

新しい生活様式における働き方として導入が進められている「テレワーク」。市では、テレワークを促進するため、市内にサテライトオフィスなどを設置する事業者に整備費用の一部を補助します。対象と補助額は下表のとおりです。

申込方法など、詳しくは市のホームページ、下の二次元コードからご覧ください。問い合わせは産業政策課(☎620・7252 FAX 627・5951)へ。



対象となる内容		補助額
他の企業などとともに利用する 共用オフィス	サテライト オフィスコース	対象経費の 1/6以内 (上限500万円)
	ミニワーケーション コース	対象経費の 1/6以内 (上限33万円)
企業が単独で使用する サテライトオフィス		対象経費の 2/3以内 (上限2,000万円)

市内に移住する方には奨励金と記念品も

上記の補助制度を活用する民間企業の従業員で、他の自治体から市内に移住する方を対象に移住奨励金(1世帯当たり10万円)の交付と、記念品の贈呈を行います。本市に2年以上定住する意思があることなどが条件です。

申込方法など、詳しくは市のホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。問い合わせは広報プロモーション課(☎620・7335 FAX 626・3858)へ。



自宅でできる！手作り カリンバワークショップ

板や箱の上に並んだ鉄や竹の棒を親指の爪ではじいて演奏するアフリカの民族楽器「カリンバ」。オンラインで動画を視聴しながら

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

8

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

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

初めての はみがきレッスン

対 市内在住で令和2年9月〜令和3年2月生まれのお子さんと保護者 内容 歯科衛生士による個別相談・歯みがき実習(希望者には唾液テストも) 日 会 8月3日(火)：東浅川保健福祉センター(☎667・1331)、8月5日(木)：南大沢保健福祉センター(☎679・2205)、8月6日(金)：大横保健福祉センター(☎625・9200) 時 午前9時30分〜午後3時30分(1人50分程度) 申 7月2日から電話で各センターへ

妊婦歯科健診

対 市内在住の妊婦 内容 歯みがき実習・歯科健診(治療は行いません) 日 会 7月6日(火)：南大沢保健福祉センター(☎679・2205)、7月16日(金)：東浅川保健福祉センター(☎667・1331)、7月28日(水)：大横保健福祉センター(☎625・9200) 時 午後1時30分〜3時 定 各8名(先着順) 申 電話で各センターへ

ファミリー・サポート・センターの依頼会員向け説明会

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)を紹介するフェア

救急診療

救急車を呼ぶべきか迷ったら

- ▶東京消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119または☎042・521・2323
- ▶東京都保健医療情報センター(24時間) ☎03・5272・0303
- ▶子供の健康相談室(小児救急相談) 月〜金曜日(午後6時〜翌朝8時) 土・日曜日、祝・休日・年末年始(午前8時〜翌朝8時) ☎#8000または☎03・5285・8898
- ▶八王子消防署救急病院案内(24時間) ☎625・0119

受診前にお電話を

●小児科

▶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〜) 東海大学医学部付属八王子病院 ☎639・1111 石川町1838

▶偶数日(通常診療終了〜翌朝。日曜・祝日は午前9時〜) 東京医科大学八王子医療センター ☎665・5611 館町1163

●内科 毎日(午後8〜11時) 夜間救急診療所 ☎625・9910 台町4-33-13小児・障害メディカルセンター内

●小児科 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

●内科 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

●小児科 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

●内科 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

●小児科 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

●内科 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

●小児科 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

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

オンライン講座 「モグモグ・パクパク・離乳食」

ミートンングアプリ「Zoom」を活用して、離乳食の進め方を栄養士が紹介する講座をオンラインで開催します。申し込みは7月2日から。申込方法など、詳しくは子育て応援サイト、または下の二次元コードからご覧ください。



講座・催し

交流会「私たちが考える『八王子の未来』」

対 中学生・高校生 日 8月9日(休) 午後2時〜4時30分 会 学園都市センター 定 20名(抽選) 申 往復ハガキ、ファックス、Eメールに「8月9日交流会」と住所氏名(ふりがな)・学校名・年齢・年・電話(ファックス)番号・Eメールアドレス、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、7月31日(必着)までに市民活動支援センター(〒192・0083 旭町12・1ファルマ802ビル5階 ☎646・1577 FAX 646・1587) 申 802@shincenter-hachioji.jp

日曜日の法律相談

日 7月18日(日)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 7月13日から電話で市民生活課(☎620・7227)へ



優しい音色のカリンバ

「川の学習サポーター」養成講座

市立小学校などでの環境教育を支援する人材を育成するため、川に関する基本的な知識と支援者としての技術を身につける講座を開催します。

対 市内在住・在勤・在学で、受講後に支援者として活動できる方 日 9月4日〜11月27日の土曜日(午前10時〜午後3時(全13回)) 会 あったかホールなど 定 20名(先着順) 申 7月1日からハガキ、Eメールに「川の学習サポーター養成講座」と志望動機、住所・氏名(ふりがな)・電話番号を書いて、エコひろば(〒192・0906 北野町596・3 ☎656・6305 4 eco-hiroba@marble.ocn.ne.jp)へ

7月相談まどぐち

相 談 名		日 時	会場・問い合わせ
みんなの人権110番		※月～金曜日の8:30～17:15	東京法務局八王子支局 ☎0570・003・110（電話相談のみ）
生活にお困りの方の自立相談		※①月～金曜日の8:30～11:00、13:00～16:00、②7/1・15・29の9:00～11:00、③7/8の13:00～16:00	①市役所生活自立支援課、②八王子駅南口総合事務所、③南大沢事務所 相談は事前に電話で生活自立支援課☎620・7462へ
生活保護相談		※月～金曜日の①8:30～11:00、13:00～16:00、②9:30～11:30、14:00～16:00（②の金曜日は午前のみ）	①市役所生活自立支援課、②南大沢事務所 相談は事前に電話で生活自立支援課☎620・7443へ
女性福祉		※月～金曜日の8:30～11:00、13:00～16:00	市役所生活自立支援課 予約は電話で☎620・7443
女性のための	相 談	※木曜日の13:00～16:00	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
	カウンセリング	※水・土曜日（31日を除く）の9:00～12:00、7/9・16の16:00～19:00、7/26（月）13:00～16:00	女性を対象とした一般的な相談もお受けします（9:00～19:00、日曜日、祝・休日、7/6（火）は17:00まで）
	弁護士相談	7/24（土）14:00～17:00	
LGBT電話相談		7/28（水）15:30～18:30	クリエイトホール8階 男女共同参画センター ☎648・2238
法 律		※①月・水・金曜日、②火・木曜日、③金曜日の13:30～16:30（火曜日のみ15:45～19:00）（電話相談も可）	①市役所市民生活課、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（その週の相談枠分のみ受け付け）。祝日の場合は翌日の火曜日の9:30から電話で市民生活課☎620・7227へ
交通事故		7/1・8の13:30～15:50	
税 金		7/7（水）13:30～16:30	
不動産		7/6・20・27の13:30～16:00	市役所市民生活課 ☎620・7227 予約は当日9:30から電話で相談は対面または電話を選択（7/20の不動産は対面のみのみ）
登 記		7/13（火）13:30～16:00	
相続・遺言等暮らしの手続		※木曜日の13:30～16:30	
年金・雇用保険・労働条件		7/9（金）13:30～16:00	
消費生活相談		※月～土曜日の9:00～16:30（7/6（火）は電話相談のみ）	クリエイトホール地下1階 消費生活センター ☎631・5455
弁護士による消費生活相談		7/5・21の13:30～16:30	クリエイトホール地下1階 消費生活センター ☎631・5455 予約は電話で
たぐいめ国の人の生活相談	生活相談	※月～土曜日の10:00～17:00	八王子スクエアビル11階 在住外国人サポートデスク（八王子国際協会） ☎642・7091
	行政書士相談	7/24（土）14:00～17:00	
地域活動への参加に関する相談		※月～金曜日の8:30～17:15	市役所協働推進課（支援デスク）☎627・0802
就職に関する相談		※月～金曜日の9:30～16:00	八王子しごと情報館 ☎656・4788 予約は電話で
起業に関する相談		7/13・27の13:00～16:00	サイバーシルクロード八王子 ☎639・1009 予約は電話で

※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
住まいのなんでも相談会		7/5・6の9:00～16:00	市役所1階市民ロビー・住宅政策課☎620・7260
住宅・ブロック塀に関する相談		※月～金曜日の8:30～17:00	市役所住宅政策課 ☎620・7260
マンション管理組合なんでも相談室		7/13（火）13:00～13:40、15:00～15:40	八王子市まちづくり公社 ☎644・7611 予約は7/1から電話で
高齢者の福祉と介護		※月～金曜日の8:30～17:00	市役所高齢者福祉課 ☎620・7420
高齢者総合		※月～土曜日の9:00～17:30（詳しくは各センターにお問い合わせを）	市内21か所の高齢者あんしん相談センター
福祉総合相談		※月～土曜日の9:00～17:00（詳しくは各拠点にお問い合わせを）	市内9か所の地域福祉推進拠点
専門家による成年後見制度・権利擁護相談		7/13・20の14:00～16:00	成年後見・あんしんサポートセンター八王子（市役所8階社会福祉協議会内） ☎620・7365 予約は電話で
若者総合相談		※火～土曜日の10:00～18:00	若者総合相談センター ☎649・5660 予約は電話で
ひり親家庭のための相談	相 談	※①月～金曜日の9:00～12:00、13:00～17:00、②7/9（金）14:00～17:00	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
	弁護士による養育費などの法律相談	7/16（金）14:00～17:00	八王子駅南口総合事務所 予約は7/2から電話で子育て支援課☎620・7362へ
子ども家庭総合		9:00～19:00（日曜日、祝・休日は17:00まで。第1火曜日を除く） ※月～土曜日の9:00～17:00	クリエイトホール地下1階 子ども家庭支援センター ☎656・8225 市内5か所の地域子ども家庭支援センター
総合教育相談室		※月～金曜日の8:30～17:00	教育センター ☎664・6949
こども電話相談		※月～金曜日の8:30～17:00	教育センター ☎664・3665（子ども専用）
子どものいじめ相談電話		※月～金曜日の8:30～17:00	市役所経営計画課 ☎620・7499
あなたの心の相談室		※火・金曜日の10:00～15:00	あなたの心の相談室 ☎621・5657（電話相談のみ）
こころの健康相談		※月～金曜日の9:00～16:30	保健所保健対策課（地域保健担当）☎645・5196 対面での相談は事前に予約を
HIVに関する相談・検査		※月～金曜日の9:00～16:30 検査は予約制で7/7（水）13:30～15:30	保健所保健対策課（感染症対策担当）☎645・5195 検査予約は7/1から☎645・5162
医療に関する電話相談		※月～金曜日の8:30～12:00、13:00～17:00	医療安全支援センター（保健所内）☎645・5118
保健福祉・栄養・歯科		※月～金曜日の9:00～16:00	大横保健福祉センター ☎625・9200 ☎627・5887 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		7/20（火）13:30～16:00（65歳以上の方、要支援・要介護認定者を除く）	東浅川保健福祉センター ☎667・1331 ☎667・7829 予約は電話、またはファックスで
保健福祉・栄養・歯科		※月～土曜日の9:00～16:00	南大沢保健福祉センター ☎679・2205 ☎679・2214 予約は電話、またはファックスで
保健福祉・栄養・歯科		※月～土曜日の9:00～16:00	南大沢保健福祉センター ☎679・2205 ☎679・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		7/27（火）13:15～16:10（65歳以上の方、要支援・要介護認定者を除く）	

世帯と人口（令和3年5月末日現在）			
住民基本台帳		前月比	
人口	男	281,121人	－85
	女	281,284人	－6
	計	562,405人	－91

国勢調査の集計結果（平成27年10月1日現在）			
人口	男	291,238人	世帯数
	女	286,275人	253,356世帯
	計	577,513人	

※市内に居住している方の実態を表しています。

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

対 小学生1～3年生 日 火曜日の午後4時～5時10分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名 先

対 セルフジャッジができる中学生 内容 日 男子シングルス…8月2日（月）女子シングルス…8月5日（木） 時 午前10時～午後8時 会 戸吹スポーツ公園 定 各48名（先着順） 費 4千円

対 セルフジャッジができる中学生 内容 日 男子シングルス…8月2日（月）女子シングルス…8月5日（木） 時 午前10時～午後8時 会 戸吹スポーツ公園 定 各48名（先着順） 費 4千円

中学生硬式テニス大会

事前申込が必要です。詳しくは戸吹スポーツ公園（☎691・2288）までお問い合わせください。

対 16歳以上でセルフジャッジができる方 内容 日 ビギナーズレベル スダブルス…8月25日（水）初級レディースダブルス…8月27・31日 時 午前10時～午後6時 会 戸吹スポーツ公園 定 各16ペア（抽選） 費 5千円

イベントテニス大会

事前申込が必要です。詳しくは戸吹スポーツ公園（☎691・2288）までお問い合わせください。

対 16歳以上でセルフジャッジができる方 内容 日 ビギナーズレベル スダブルス…8月25日（水）初級レディースダブルス…8月27・31日 時 午前10時～午後6時 会 戸吹スポーツ公園 定 各16ペア（抽選） 費 5千円

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

対 小学生 日 木曜日の午後5時20分～6時30分 会 エスフォルタアリーナ八王子 定 20名（先着順） 費 年3千円、月5千円 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

熱中症

暑さがより厳しくなるこれからの時季は、熱中症も起こりやすくなります。高齢者や子どもは重症化しやすいため、特に注意が必要です。「新しい生活様式」による感染症への対策とともに、熱中症予防を行いましょう。

新しい生活様式での熱中症予防

- 冷房時もこまめに換気を。冷房時でも換気扇を使用したり、窓を開けたりして換気を心がけてください。室内温度が高くなるのでこまめな温度調整も忘れずに。
- 「密」にならない時はマスクを外しましょう。屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、適宜マスクをはずしましょう。また、2歳未満のお子さんのマスクの着用は熱中症のリスクだけでなく、窒息などの危険もあるので避けましょう。

熱中症予防のポイント

- 暑さを避ける。環境省では、暑さ指数をお知らせするメールを配信しています。環境省熱中症予防情報サイト、または右の二次元コードからご覧ください。
- のどが渇く前に水分補給を。1日当たり1.2Lを目安に、こまめな水分補給を心がけましょう。また、大量に汗をかいた時は塩分も補給しましょう。
- もしもの時は…。めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、気分が悪い、頭痛、吐き気などの症状があるときは、涼しい所で体を冷やし、水分補給を。回復しないときは病院で受診しましょう。



楽しみ方いろいろ！ 公園でワクワクを見つけよう

問 公園課 ☎620・7271 図 626・3533

遊びに、散策に、スポーツに——公園は誰もが楽しく過ごせるまちの憩いの場。八王子には、なんと800か所以上の公園が。ここではその一部を紹介します。

A 富士森公園 (台町二丁目2)

四季を通じて多くの人々が訪れる市中心部の公園。大きな複合遊具やターザンロープは子どもたちに大人気！敷地内には、陸上競技場、野球場、テニスコートなどのスポーツ施設も揃っています。

B 戸吹スポーツ公園 (戸吹町1746-1)

サッカー・ラグビー場やクライムツリーなどを有する公園。グッドデザイン賞を受賞した国内最大級の公共スケートパーク「プラネットパーク(PLANET PARK)」には、全国から利用者が訪れます。

C 長池公園 (別所二丁目58)

「里山文化の継承と創造」をテーマに、ため池や広大な雑木林といった里山の環境が保全されている公園。美しいアーチを描く長池見附橋も必見です。

D 小田野中央公園 (西寺方町400-1)

ワークショップを通じて、地域の方々との協働で整備された手づくりの公園。シンボルの「亀の時計」など、さまざまなところに作り手の想いが込められています。

E 高尾駒木野庭園 (裏高尾町268-1)

旧甲州街道沿いにある市内唯一の公営日本庭園。和室から見る枯山水、四季折々の花や盆栽、錦鯉など…訪れるたびに四季の移ろいや日本の庭の様式美を感じることができます。

F 片倉つどいの森公園 (片倉町3506)

広々とした「芝生広場」が特徴の公園。休日には凧揚げやウォーキングなどを楽しむ方々にぎわいます。広場の中央からは富士山や高尾山などの姿も。

表紙掲載

明神町なかよし公園
(明神町二丁目9)



マナーと思いやりを大切に

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、公園を利用される際には、密集することを避け、手洗いや咳エチケットの徹底にご協力をお願いします。

市のホームページ(右の二次元コードからも)では、このほかにもさまざまな公園を紹介しています。ぜひご覧ください。

