

広報はちおうじ Hachioji

3.1

令和7年(2025年)
No. 1562

ファンの 想いも乗せて

市内を拠点に活動するプロバスケットボールチーム「東京八王子ビートレインズ」はチーム結成10年目の節目を迎えました。ホームゲームには多くのファンが駆けつけ、選手に熱い声援を送ります。3月29・30日は「八王子市民デー」。迫力あるプレーを観戦しに会場へ足を運んでみませんか。詳しくは11ページをご覧ください。

令和7年度当初予算案
第1回市議会定例会で審議
ごみ・資源物収集カレンダー & 出し方
3月1日から全世帯へ配布

市長コラム



八王子市長
しやけ
初宿 和夫

こころの健康を支える地域社会に

午前6時の高尾登山電鉄の臨時便に乗り、分行事に参加しました。麓の清滝駅は雨。高尾山駅に近づくにつれて雪に変わり、ゆつくりと綿雪が落ちる幻想的な朝でした。その後、八王子学生CMコンテスト表彰式に出席し、本市の魅力伝える瑞々しい感性の内容に、早朝の綿雪を重ねながら見入っておりました。

また、先月の全関東八王子夢街道駅伝競走大会は晴天に恵まれ、選手の皆様が沿道の声援を追い風に、市内を全力で駆け抜けました。姉妹都市の苫小牧市・日光市からも中学男子・女子チームに御参加いただけました。御協力いただきました市民の皆様と、関係者の皆様に感謝申し上げます。

さて、今月は自殺対策強化月間です。自殺の背景には精神保健上の問題のほか、過労、生活困窮、いじめ、孤立などの様々な社会的要因があり、日常生活の中の身近なところに、その要因が潜んでおり、複合的な対策が必要だと認識しています。

市では、こころの健康に関する啓発活動や相談窓口の充実を図り、安心して相談できる環境を整備しております。本市において、自殺を考えている人を周りの方々が気付き、必要な相談先につながり、見守っていただけるような地域社会を築くことで、自殺に追い込まれることのない社会を実現してまいります。

※今号は8・9ページの間 に 地域づくり特集号 を折り込んでいます。

ごみ・資源物収集カレンダー＆出し方

3月1日から全世帯へ配布

品目ごとの収集日や詳しい分別方法、出し方などを掲載した「ごみ・資源物収集カレンダー＆出し方」を、3月1日から全世帯へ配布します。11日を過ぎても自宅に届かない場合は、ごみ減量対策課までご連絡を。

収集日やごみの出し方は、市のホームページ（右の二次元コード）からご覧いただけます。



正しい分別にご協力を

問 ごみ減量対策課 ☎620・7256 FAX 626・4506

収集日や分別区分の確認はアプリでも！

ごみカレンダーアプリ「さんあ〜る」では、収集カレンダーや、ごみ・資源物の出し方などを確認することができます。前日と当日の朝に収集日を知らせるプッシュ通知「出し忘れ防止機能」や品目名から分別区分が検索できる「分別辞典（50音順）」など、便利な機能が盛りだくさんです。



iOS Android

木の枝の申込制収集は3月で終了

木の枝の申し込みによる収集は、3月31日で終了します。申し込みは3月24日までに木の枝収集受付ダイヤル（☎・FAX 682・1990）へ。
※4月以降も木の枝や草花などは、これまでどおり「可燃ごみ」の日に2束・2袋まで出すことができます。



引っ越しシーズンの 粗大ごみの収集・持ち込み

事前申込はお早めに

手続きの流れ

申し込み

◆インターネットから

市公式LINEのメニュー「ごみ」、または市の粗大ごみインターネット受付サイト（下の二次元コード）から ※持ち込みの場合は、持ち込み日当日まで。



◆電話から

ごみ総合相談センター（☎0570・550・530、利用できない場合は ☎696・5377 FAX 692・0900）へ ※持ち込みの場合は、土・日曜日を除いた前日まで。



粗大ごみの収集や持ち込みには事前申込が必要です。3月は引っ越しなどで大変混み合うため、直前で申し込むと、希望日での収集や持ち込みができなくなることがあります。お早めに申し込みください。詳しくは市のホームページ（右の二次元コード）からご覧ください。



収集または持ち込み

◆収集

粗大ごみ処理券（インターネットで申し込み、オンライン決済した方は受付番号と収集日を書いた紙など）を品物ごとに貼り、収集日当日の午前8時30分までに指定場所へ

◆持ち込み

本人確認書類などを用意し、次の持ち込み場所へ
▶戸吹クリーンセンター・館クリーンセンター…月～金曜日の午前8時30分～午後4時30分
▶多摩清掃工場（多摩市唐木田2-1-1）…月～金曜日（祝日を除く）と第4日曜日の午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分 ※南大沢清掃事業所の担当地域に在住の方のみ

市では、災害時の避難所の環境改善のため、市立小・中・義務教育学校の一部体育館や武道場に空調設備を設置しています。4月から、空調設備の利用にかかる電気・ガス代の実費相当額をご負担いただくことで、学校施設開放利用時に空調設備を利用することができます。利用方法など、詳しくは市のホームページ（右下の二次元コード）をご覧ください。



空調設備で快適な空間に

学校体育館や武道場の空調設備

4月から実費相当額負担で利用可能に

問 学校施設課 ☎620・7324 FAX 627・8811



令和7年度の当初予算案がまとまりました。予算総額は4578億円、このうち一般会計は2359億円です。この当初予算案は、第1回市議会定例会で審議されています。

具体的な取組は4月1日号で

令和7年度は、本市の未来の設計図である「八王子未来デザイン2040」の実現に向け、効果・効率的な手法を用いて各施策を着実に推進する予算を編成。今後の財政見通しを踏まえ、歳入と歳出のギャップの解消に着手する初年度として、経営改革の取組と事務事業の見直しを実施し、持続可能な行財政運営を行っていきます。

また、市民の安全と安心につながる取組を基礎に、市内経済の成長と発展や日本遺産をはじめとする観光資源を活用した賑わいの創造、本市を支える人財の確保と定着、育成に取り組んでいきます。

具体的な取組は、本紙4月1日号でお知らせします。

問 財政課 ☎620・7349 FAX 627・5918

令和7年度当初予算案 第1回市議会定例会で審議

市施設の移転などのお知らせ

移転や営業再開などを行う市の施設は下表のとおりです。詳しくは各担当課までお問い合わせください。

施設名	変更内容	問い合わせ
長房ふれあい館	営業再開 再開日 3月25日（火） ※貸室の利用は4月1日から	長房ふれあい館 （☎669・1433 FAX 669・1434）
はちまるサポート長房	移 転 長房ふれあい館内へ移転 変更日 3月25日（火）	はちまるサポート長房（☎629・9511 FAX 629・9512）、または福祉政策課（☎620・7241 FAX 628・2477）
東浅川保健福祉センター	営業終了 浴室の営業を終了 終了日 3月28日（金）	東浅川保健福祉センター （☎667・1331 FAX 667・7829）
高齢者あんしん相談センター子安	移 転 八王子駅南口総合事務所内へ移転 変更日 3月31日（月）	高齢者あんしん相談センター子安（☎649・6020 FAX 649・6021）、または高齢者福祉課（☎620・7244 FAX 624・7720）
高齢者あんしん相談センター南大沢	移 転 都営多摩ニュータウン南大沢団地3-8-1号棟（南大沢三丁目8）へ移転 変更日 3月31日（月）	高齢者あんしん相談センター南大沢（☎678・1880 FAX 678・1889）、または高齢者福祉課（☎620・7244 FAX 624・7720）

人事行政の運営などの状況をお知らせします

職員課 ☎620・7279 ☎621・1298
経営改革課 ☎620・7423 ☎627・5939

市では、「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員の勤務条件や給与などを公表しています。
詳しくは、市役所3階職員課・経営改革課、1階市政資料室、各図書館・市民センター、または市のホームページ(右の二次元コード)からご覧になれます。



1. 職員の任免、職員数

◆任免(令和5年度実績)

・新規採用／退職者…カッコ内は任期付職員(任期付短時間勤務職員を除く)で外書きです。

区分	令和5年4月1日	令和5年4月2日～令和6年3月31日	(参考) 令和6年4月1日
採用者数	101(15)人	8人	118(13)人

区分	定年	定年前早期	普通	計
退職者数	0人	28人	56(3)人	84(3)人

◆部門別職員数(各年4月1日現在)…職員数(任期付フルタイム勤務職員・暫定再任用フルタイム勤務職員を含む)は、^{せんでい}剪定枝収集運搬手法の見直しや給食調理業務の委託化などの業務の合理化・効率化、新型コロナウイルス感染症に係る業務や学校給食センター整備事業の収束などにより、職員を減員しました。一方で、子育て施策の充実や生活困窮者支援の体制強化、新設した学校給食センターなどに必要な職員を配置しました。その結果、前年と比較して職員数は20名の減員となっています。

部門	令和6年	令和5年	対前年増減	主な増減理由
一般行政部門	2,296人	2,307人	▲11人	子育て施策の充実や生活困窮者支援の体制強化による増、剪定枝収集運搬手法の見直しや新型コロナウイルス感染症に係る業務の収束による減など
教育部門	416人	423人	▲7人	学校給食センター運営準備業務の収束や給食調理業務委託による減など
公営企業等会計部門	179人	181人	▲2人	再任用短時間職員の活用による減など
合計	2,891人	2,911人	▲20人	

※基準日・会計上の基準が異なるため「職員給与費」とは一致しません。
※任期付短時間勤務職員や定年前再任用短時間勤務職員、暫定再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員は含みません。
※地方自治法に基づく派遣者は含みません。

2. 福祉と利益の保護

◆福祉

職員互助会(令和5年度実績)…地方公務員法第42条の規定に基づき、職員互助会を設置。職員の健康増進、その他厚生に関する事業を行っています。

市交付金	会員会費	会員参加負担金	会員数
1,808万円	3,071万円	656万円	2,946人

◆利益の保護(令和5年度実績)…公務災害は19件、通勤災害は2件でした。また、勤務条件に関する措置の要求・不利益処分に関する審査請求はありませんでした。

3. 服務

◆休暇などの取得(令和5年度実績)…年次有給休暇の平均取得日数は16.4日でした。

◆育児休業(令和5年度実績)

区分	育児休業	部分休業
男	59人	17人
女	132人	118人

◆療養休暇取得者数(令和5年度実績)…155人

・昇任試験

区分	課長補佐職	専門幹	主査職	主任職
受験者数	33人	1人	55人	182人
合格者数	13人	1人	37人	90人

・降任…課長職→課長補佐職が1人、課長職→主任職が1人、課長補佐職→主査職が1人、主査職→主任職が1人です。

4. 勤務時間その他の勤務条件

◆勤務時間…原則として午前8時30分～午後5時15分の1日7時間45分、週38時間45分です。

◆休暇制度…年次有給休暇は、前年度繰り越し分を含め最大40日です。また、育児・介護に関する休暇、療養休暇、忌引などの休暇があります。

5. 研修と人事評価

◆研修…「人財育成基本方針」に基づき、計画的な職員育成を進めています。

◆人事評価…地方公務員法第23条～第23条の3の規定に基づき、年1回実施しています。

6. 退職管理

退職者の再就職などは地方公務員法第38条の2の規定に基づいて管理するほか、退職時に管理職であった者が退職後2年間、管理職として就いていた職(所属)の現職員に働きかけを行うことを条例で禁止しています。また、管理職であった元職員が再就職をする際には届出を義務付けています。

7. 給与など

◆退職手当(令和6年4月1日現在)…令和5年度に退職した市職員1人当たりの平均支給額は、普通退職で364万円(平均勤続年数10年1月)、定年等退職で2,199万円です。

区 分		市		都		国	
		普通	定年 など	普通	定年 など	普通	定年 など
支給率	勤続20年	月分 23.0		月分 23.0		月分 19.6695	月分 24.586875
	勤続25年	30.5		30.5		28.0395	33.27075
	勤続35年	43.0		43.0		39.7575	47.709
	最高限度	43.0		43.0		47.709	47.709
加算措置		定年前早期退職特例措置 (2～20%加算)				定年前早期退職特例 措置(2～45%加算)	

◆平均給料月額・平均給与月額・平均年齢(令和6年4月1日現在)

区分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	321,033円	387,484円	43.1歳
技能労務職	323,287円	379,334円	56.4歳
生活環境職	238,916円	289,160円	36.1歳

※平均給与月額とは、給料に諸手当を加えたものの平均月額です。

◆初任給(令和6年4月1日現在)

区分	市	都	国
大学卒	196,200円	196,200円	総合職200,700円 一般職196,200円
高校卒	160,100円	160,100円	166,600円

◆特別職の報酬など(令和6年4月1日現在)

区分	給料の月額	期末手当
市長	777,000円(注)	6月期2.325月分 12月期2.325月分 計4.65月分
副市長	940,000円	

(注)現市長の就任により給与月額を30%減額しています。

区分	報酬の月額	期末手当
議長	750,000円	6月期2.325月分 12月期2.325月分 計4.65月分
副議長	680,000円	
議員	610,000円	

◆期末・勤勉手当(令和6年4月1日現在)…国・都・市それぞれに職制上の段階、級などによる加算措置があります。

区分	市		都		国	
	期末	勤勉	期末	勤勉	期末	勤勉
6月期	月分1.2	月分1.125	月分1.2	月分1.125	月分1.225	月分1.025
12月期	1.2	1.125	1.2	1.125	1.225	1.025
計	4.65		4.65		4.50	

8. 分限と懲戒処分

◆分限処分(令和5年度実績) 地方公務員法第28条

区分	降任	免職	休職
処分者数	0人	0人	81人

◆人件費(令和5年度普通会計決算)

住民基本台帳人口	歳出総額(A)	人件費(B)	人件費比率(B)÷(A)×100	(参考) 令和4年度の 人件費比率
559,526人 令和6年 3月31日現在	2,278億 6,411万円	280億 862万円	12.3%	12.3%

◆職員給与費(令和5年度普通会計決算)

職員数(A)	給与費				1人当たりの給与費	
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	(B)÷(A)	(参考)都
2,712人 令和6年 3月31日現在	101億 3,337万円	34億 5,142万円	46億 6,972万円	182億 5,451万円	673万円	760万円

※職員手当には退職手当を含みません。

◆その他の職員手当(令和6年4月1日現在)

区分		市	国
扶養手当	配偶者	6,000円	6,500円
	扶養親族	子 各9,000円 その他親族等 各6,000円	子 各10,000円 その他親族等 各6,500円
		16～22歳の子 4,000円加算	16～22歳の子 5,000円加算
地域手当	支給率	給料・扶養手当・管理職手当の合計額の15%	給料・扶養手当・管理職手当の合計額の15%
	平均支給額	48,952円	
住居手当		15,000円(注)	支給限度額28,000円 ※賃貸住宅のみ
通勤手当	交通機関	運賃相当額 ※支給限度額55,000円	運賃相当額 ※支給限度額55,000円
	交通用具	2,600～15,000円 ※通勤距離に応じて支給	2,000～31,600円 ※通勤距離に応じて支給

※扶養手当は一般職員の例です。
(注)対象は、年度末の年齢が35歳未満で、月額15,000円以上の家賃を支払っている職員(管理職を除く)です。

・時間外勤務手当(各年度実績)

令和5年度		令和4年度	
支給総額	平均支給月額	支給総額	平均支給月額
11億9,578万円	33,688円	11億1,860万円	31,186円

・特殊勤務手当(令和5年度実績)

全職員に対する 手当支給割合	支給職員1人当たりの 平均月額	手当の種類
10.5%	6,573円	3種類13項目

◆懲戒処分(令和5年度実績) 地方公務員法第29条

区分	戒告	減給	停職	免職
処分者数	2人	0人	0人	0人

◆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。

募集

手話通訳・要約筆記 協力者(新規)

聴覚障害者のコミュニケーション支
援のために、通訳活動をしていただける
方を募集します。募集期間は3月1～17
日。申込方法など、詳しくは社会福祉協
議会のホームページ(左下の二次元コー
ド)からご覧ください。問い合わせ
わせたはボランティアセンター
(☎648・5776)へ。



スマートフォンを使った 健康ポイント「てくポ」の登録者

市内在住で60歳以上の方を対象に、アプ
リで健康づくりを応援するポイント制度
「てくポ」の登録者を募集しています。詳し
くは市役所1階高齢者いきいき課、各事務
所・市民センターで配布しているパンフ
レット、または市のホームページ(左の二
次元コード)からご覧ください。
問い合わせは高齢者いきいき課
(☎620・7243)へ。



相談

健診データ改善相談

■登録や利用でお困りの方は
サポート窓口へ

【会日】▼八王子駅南口総合事務所：3
月3・10・17・24・31日の正午～午後4
時 ▼中野市民センター：3月11日
(火)午後1時30分～4時 ※登録を希
望する方は本人確認書類をお持ちく
ださい。

【対】 市内在住の方 【内容】 保健師や栄養士
による血糖値・コレステロール・中性脂
肪・血圧改善のアドバイス、禁煙相談(希
望者には血管年齢測定も) 【日】 3月3
19日の午前9時30分～午後3時30分(土・
日曜日を除く。1人50分程度) 【会】 大横
保健福祉センター(☎625・9200)、
東浅川保健福祉センター(☎667・13
31)、南大沢保健福祉センター(☎67
9・2205) 【申】 3月3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

【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】 3月17日(月)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】 3月3日
から電話で大横保健福祉センター(☎6
25・9200)へ

講座・催し

ういずサービス協力会員 登録説明会

高齢や病氣、出産などで家事にお困り
のご家庭に協力会員が伺い、掃除や買い
物などを行う「ういずサービス(有償家事
援助サービス)」。この協力会員を募集す
るため、説明会を開催します。

【対】 20歳以上の方 【日】 3月17日(月)午前10
時～正午 【会】 ボランティアセンター
【申】 電話で社会福祉協議会(☎649・50
10)へ

わたぼうし幸福者カフェ

認知症に関するお話や本の紹介、看護
師による健康相談などを行います。
【日】 3月13日(木)午後1時30分～3時 【会】
中央図書館 【問】 八王子ケアラズカフェ

子宮頸がん予防ワクチン無料接種 (キャッチアップ接種)

3月までに初回接種すると 全3回の接種が無料に

【問】 保健所保健総務課
☎645・5102 ☎644・9100

全3回の接種が必要な子宮頸がん予防ワ
クチン(HPVワクチン)。3月までに初回接
種を受けると、経過措置により2回目以降
の接種が来年3月まで無料で受けられま
す。希望される方は、お早めに接種を。

接種場所など、詳しくは市の
ホームページ(右の二次元コー
ド)からご覧ください。



- 対象 平成9年4月2日～21年4月1日生まれの女性
- 接種期間が延長される方 令和4年4月～7年3月に1回以上接種し、接種(全3回)が完了していない方
- 2回目以降を無料で接種できる期間 令和8年3月まで

わたぼうし(☎686・2779)、または
高齢者福祉課(☎620・7244)

手作り作品展示即売会

社会福祉施設を利用する障害のある方
やボランティアによる手作り作品、食品
の展示即売会を行います。

障害のある方の健康教室 「音の輪」

【対】 市内在住で障害者手帳をお持ちの18
歳以上の方 【内容】 音楽療法士の指導に
よる歌や演奏 【日】 4月～来々年3月の第
3金曜日などの午後1時30分～3時(全
12回) 【会】 東浅川保健福祉センター
(定15名先着順) 【申】 3月3日から電話
で東浅川保健福祉センター(☎667・
1331)へ

自分でできる 健康ツボ押し講座

【対】 市内在住で60歳以上の方 【内容】 基礎
知識を学ぶ講話と実習 【日】 3月11日(火)午
後1時30分～3時 【会】 南大沢保健福祉
センター 【定】 20名(先着順) 【申】 3月3
日から電話で南大沢保健福祉センター
(☎679・2205)へ

シニア健康 レクリエーション教室

ボランティア講師と一緒に、布ボール
ゲームや歌、体操などのレクリエーション
で楽しみながら体を動かします。

【対】 市内在住で60歳以上、または障害のある方 【日】 3月13日(木)午後2時～3時30分
【会】 南大沢保健福祉センター(☎679・2
205) 【定】 25名(先着順)

おいしく健康に 人生100年応援講座

フレイル予防に関する講話や体操料
理の実演などを行います。

【対】 市内在住で50歳以上の方 【日】 3月14
日(金)午前10時～11時30分 【会】 南大沢保健
福祉センター 【定】 10名(先着順) 【申】 3
月4日から電話で南大沢保健福祉セン
ター(☎679・2205)へ

楽しく身につく ボランティア養成講座

高齢者施設などでボランティア活動
をする際に披露する特技を学びます。
※健康ポイント「てくポ」の対象です。

【対】 市内在住でおおむね60歳以上の方

講座名	日時
オカリナ	4月～来々年3月の 第1・3木曜日などの 13:30～15:30(全24回)
折り紙	4月～来々年3月の 第3木曜日の 13:30～15:30(全12回)
健康体操	4月～来々年3月の 第4水曜日の 13:30～15:30(全12回)
絵手紙	4月～来々年3月の 第4木曜日の 13:30～15:30(全12回)

※4月12日(土)に、全講座合同で開
講式を開催します。

【内容】 右表のとおり 【会】 大横保健福祉セン
ター 【定】 各15名(抽選) 【費】 4千円(オカ
リナは8千円。材料費が別に必要) 【申】 往
復ハガキ、メールに講座名と住所・氏名
(ふりがな・年齢・電話番号、往復ハガキ
は返信面の宛名を書いて、3月21日(必
着)までに八王子センター元気〒192・0
062大横町11・35 ☎627・9179
☎center179@nifty.com)へ

認知症予防のための絵本読み 聞かせボランティア養成講座

絵本の読み聞かせを通して、認知症予防
や健康づくりをめざす講座を、5月から毎
週金曜日に開催します。これに先立ち、「絵
本を読んで地域と脳を活性化」をテーマ
にした講演会と、講座の受講に向けた説明
会を行います。受講には、本説明会への参加
が必要です。講座について、詳しく
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。



【対】 市内在住で4月1日時点で65歳以上の
方 要支援・要介護認定者、事業対象者を除
く) 【日】 4月4日(金)午前10時～11時30分
【会】 クリエイトホール 【定】 70名(先着順)
【申】 3月3日から電話または「絵本」と住

手話通訳者養成講座入門 (上級コース)

【対】 市内在住・在勤・在学中で中級コースを修
了、または同等の技術をお持ちの方 【日】
4月～来々年2月の月曜日の午後1時30分
～3時30分、水曜日の午後6時30分～8
時30分(ともに全34回) 【会】 心身障害者福
祉センター 【定】 各40名(抽選) 【費】 38
50円 【申】 往復ハガキに「養成入門」と希
望時間、住所(市外の方は勤務先・学校名
も)・氏名(ふりがな)・電話番号、手話の学

所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を
書いてファックスで高齢者いきいき課(☎
620・7243 ☎623・6120)へ

失語症者向け意思疎通支援者
養成講習会(必修基礎・応用)

失語症の基礎知識やコミュニケーション
の手法を実習などで学びます。
応用講座修了者には、意思疎通支援の
活動に参加していただきます。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。



中途失聴・難聴者のための 手話講習会(入門・中級)

【対】 市内在住・在勤・在学中で聴覚に障害のある方(中級は初級レベルを修了した方)
【日】 4月19日～10月4日の土曜日(全17回)
【コース】 入門：午後1時～2時50分、中
級：午後3時10分～5時 【会】 心身障害者
福祉センター 【定】 各15名(抽選) 【費】 1
500円 【申】 往復ハガキに「中途失聴手
話」と希望コース、住所・氏名(ふりがな)・
電話(ファックス)番号・障害名(等級)、返
信面の宛名を書いて、3月17日(必着)ま
でに心身障害者福祉センター(〒193・0
931台町2・7・22 ☎624・585
0 ☎624・5954)、または
同センターのホームページ(下
の二次元コード)から



0 ☎624・5954)、または
同センターのホームページ(下
の二次元コード)から

血糖コントロールで 血管を若く保つコツ(栄養編)

管理栄養士による糖尿病予防につなが
る食事の選び方や食べ方に関する講話・
演習を行います。

【対】 市内在住で40～69歳の方(糖尿病の治
療を受けている方を除く) 【日】 3月15日
(土)午前10時～11時30分 【会】 東浅川保健福
祉センター 【定】 20名(先着順) 【申】 3月
3日から電話で東浅川保健福祉センター
(☎667・1331)へ



子育てガイド

- ◆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。

ひとり親家庭のための家計相談

ひとり親家庭が抱えるお金の心配ごとに就業・家計専門員がお応えします。収入・支出を表にまとめながら、解決策をとるに考えます。

【対】市内在住で19歳以下のお子さんを養育しているひとり親家庭の親 【日】月～木曜日の午前10時～午後5時 金曜日の午前9時～午後4時 【会】市役所4階子育て支援課 【申】電話で子育て支援課(☎620・7362)へ

児童手当制度の改正に伴う申請は3月末までに

令和6年10月の児童手当法の改正により、児童手当の支給期間が高校生年代までに延長され、第3子以降の支給額も3万円に増額されたほか、所得制限が撤廃されました。

これに伴う申請がまだお済みでない方は、3月末までにお手続きいただければ、10月分から遡って支給します。改正内容や申請方法など、詳しくは子育て応援サイト(右下の二次元コード)から

らご覧ください。問い合わせは子育て支援課(☎620・7368)へ。



幼児食講習会「おいしく・楽しく・幼児食」

栄養士と心理発達相談員による講話のほか、簡単なおやつ調理実習などを行います。

【対】市内在住で令和3年4月～5年8月生まれのお子さんと保護者(2人1組) 【日】3月21日(金)午前10～11時 【会】東浅川保健福祉センター 【定】8組(先着順) 【費】150円 【申】3月3日から電話で東浅川保健福祉センター(☎667・1331)へ

初めてのほみがきレッスン

歯科衛生士による講話や歯みがき実習のほか、希望者には唾液テストも行います。

【対】市内在住で令和6年5～10月生まれのお子さんと保護者 【日】4月9日(水)：東浅川保健福祉センター(☎667・1331)、4月10日(木)：大横保健福祉センター(☎625・9200)、4月24日(木)：南大沢保健福祉センター(☎679・2205) 【時】午前10～11時 【定】各6組(先着順) 【申】3月3日から電話で各センターへ

ファミリー・サポート・センター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)を紹介するファミリー・サポート・センターの仕組みを説明します。説明会後には、依頼会員の登録手続きも行います。

心身障害者福祉センターの作業訓練教室

【対】市内在住・在勤・在学の方(障害のある方を優先。④は精神障害のある方、⑥は障害のある方、⑦は経験のある方)

【内容】下表のとおり

【会】心身障害者福祉センター

【申】往復ハガキ(1人1教室)に教室名と住所・氏名(ふりがな、⑦は経験年数、⑩は経験の有無、⑬は年齢も)・電話

(ファックス)番号・障害のある方はその内容と等級、返信面の宛名を書いて、3月17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 ☎624・5954)、または同センターのホームページ(右の二次元コード)から ※各教室の情報保障の有無については、同センターへご確認ください。



教室名	日 時	定員(抽選)	費 用
①茶道	4月～来年3月の第1・3月曜日の13:00～15:00(全18回)	10名	1回500円
②七宝焼	4月～来年3月の第1・3水曜日の13:30～15:30(全22回)	10名	—
③陶芸	4月～来年3月の第1・3木曜日の14:00～16:00(全23回)	12名	
④絵画	4月～来年3月の第1・3土曜日の10:00～12:00(全22回)	15名	
⑤ハーモニーのタペ(コーラス会)	4月～来年3月の第1・3～5土曜日の18:30～20:30(全36回)	30名	
⑥ヨガ	4月～来年3月の第2水曜日の14:00～15:00(全10回)	8名	
⑦囲碁	4月～来年3月の第2・4木曜日の13:30～14:30(全24回)	6名	
⑧折り紙	4月～来年3月の第2土曜日の10:00～12:00(全12回)	10名	
⑨毛糸で作るリリアン小物	4月～来年3月の第3土曜日の10:00～12:00(全12回)	10名	
⑩健康マージャン	4月～来年3月の第4土曜日の10:00～12:00(全12回)	12名	
⑪フラワーアレンジメント	4月～来年3月の第4土曜日の10:30～11:30(全11回)	15名	1回2,000円
⑫染め紙	4月～来年3月の第4日曜日の10:00～12:00(全12回)	10名	—
⑬書道	5月～来年3月の第2日曜日の14:00～16:00(全11回)	15名	

催し名	対象	日時	定員(先着順)	会場・問い合わせ
①読み聞かせ	3歳以下	月曜日の14:00～14:15	—	親子つどいの広場西八王子☎673・5688
②あかちゃんタイム	0歳	火曜日の10:45～11:30	—	はちビバ館ヶ丘☎665・5231
③おひなさま会で楽しみましょう	就学前	3/3(月)10:30～12:00	5組	わらべうつき台保育園☎691・3733
④にこにこタイム「手作りキャンドル」	就学前	3/7(金)10:30～11:45	—	はちビバ川口☎654・4757
⑤もぐもぐタイム	3歳以下	3/12(水)10:30～11:00	5組	敬愛フレンド保育園☎678・2921
⑥ふたごちゃんみつごちゃんあつまれ!	3歳以下	3/15(土)10:30～11:30	8組	親子つどいの広場南大沢☎670・9299
⑦観劇「とんからり」	就学前	3/18(火)10:00～11:00	10組	八王子ひまわり保育園☎661・3046
⑧リフレッシュヨガ～ママ&プレママ	0歳のママ、またはプレママ	3/19(水)10:30～11:30	6組	親子つどいの広場大和田☎649・5785
⑨子育て講座「ごろんフォト」	6か月以下	3/19(水)11:00～11:45	—	はちビバ浅川☎665・2506

※③⑤～⑧直接、または電話でご予約を。

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

高齢者や障害のある方向け

南大沢保健福祉センターでさまざまな教室を開催

【会】南大沢保健福祉センター

【申】封書に教室名と住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・利用証番号(お持ちの方)・障害のある方はその内容と等級を書いた文書と、宛名を書いて110円切手を貼った返信用封筒を同封して、3月7日(消印有効)までに南大沢保健福祉センター(〒192-0364南大沢2-27 ☎679・2205 ☎679・2214)へ

教室名	対象(市内在住の方、初めて受講する方を優先)	日時	定員(抽選)	費用
さわやかフィットネス(身体障害者運動)	身体障害者手帳をお持ちで18歳以上の方(要支援・要介護認定者を除く)	4/3～来年3/12の木曜日の10:00～11:30など(全34回)	10名	—
図画工作	愛の手帳をお持ちで小学生以上の方	4/12～来年3/14の第2土曜日の14:00～15:30(全11回)	10名	1,000円
囲碁入門	60歳以上、または障害のある初心者	4/12～9/13の第2・4土曜日の14:00～16:00(全11回)	30名	—
絵手紙	60歳以上、または障害のある初心者	4/16～9/17の第2・3水曜日の13:30～15:30(全10回)	18名	2,000円程度
リズム	愛の手帳をお持ちで18歳以上の方	4/19～来年3/21の第3土曜日などの14:00～15:30(全11回)	12名	—



里山の大切さを学ぼう

またなかに残る緑地の保全活動に必要な知識や技術を学ぶ講座を開催します。日時や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。

対 市内在住・在勤・在学で18歳以上で受講後も継続的に緑地保全に携わる意欲のある方 **定** 10名（抽選）



緑地保全講習会 ～里山レンジャーズ～

6・7月に行われる都議会議員選挙と参議院議員選挙で投票事務を補助する会計年度任用職員を募集します。申込方法など、詳しくは市役所8階選挙課（☎620・7319）、市のホームページ（下の二次元コード）で配布する募集要項をご覧ください。

対 市内在住・在学で18歳以上の学生 **募集人員** 130名（選考） **申込期限** 3月26日



会計年度任用職員 （投票事務補助・学生）

進路や人間関係、ひきこもりなど、若者が抱える悩みや不安について、一人ひとりに寄り添った支援を行う「若者総合相談センター」相談窓口の利用方法や、各種セミナーなどを紹介します。

対 市内在住・在勤・在学で、義務教育を終了した15～39歳の方、その家族支援関係者 **日** 3月21日（金）午後2～3時 **会** 若者総合相談センター **定** 20名（先着順） **申** 電話で同センター（☎649・5660）、または下の二次元コードから



講座・催し

若者なんでも相談
利用説明会

イベントなどで市民や事業者へ、地球温暖化対策に関する知識を広める「地球温暖化防止活動推進員」を募集します。申込方法など、詳しくは市のホームページ（下の二次元コード）で配布している募集要項をご覧ください。

任期 4月～令和10年3月 **申込期限** 3月10日 **問** 環境政策課（☎620・7384）



地球温暖化防止活動推進員

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



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。

情報 ファイル

- ◆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。

お知らせ

市・都民税の申告は
3月17日までに

市・都民税の申告期限は3月17日（必着）。申告は、待ち時間のない郵送が便利です。郵送で提

「緑の募金」にご協力を

緑化の推進や森林の整備などの財源となる「緑の募金」にご協力をお願いします。

日 3月1日～5月31日 **募金方法** 市役所B階環境保全課（☎620・7268）、各事務所・市民センターの募金箱へ

3月1～7日は
「春の火災予防運動」

令和6年度の東京消防庁火災予防標語は「目で確認 声出し 確認 火の用心」です。電気製品は正しく使用するほか、コンセント周辺をこまめに掃除することで電気火災を予防しましょう。また、火災の発生を知らせる「住宅用火災警報器」の定期的な点検・交換を行ってください。火災予防など、詳しくは八王子消防署（☎625・0119）のホームページ（下の二次元コード）からご覧ください。くか、防災課（☎620・7208）までお問い合わせを。



「夕焼け小焼け」のチャイムを
3月から午後5時1分に

防災行政無線の機能点検のため、毎日午後4時に放送している「夕焼け小焼け」のチャイム。3月から時間を午後5時1分に変更します。問い合わせは防災課（☎620・7207）へ。

監査委員による財政援助団体
などの監査結果を公開

昨年実施した、財政援助団体等監査（補助金等交付団体1団体、公の施設の指定管理者12団体）、工事監査（八王子市芸術文化会館大規模改修建築工事及びこれに関する事務の報告書を公開しました。各報告書は、市役所1階市政資料室、各図書館・市民センター、市のホームページ（下の二次元コード）でご覧になれます。問い合わせは監査事務局（☎620・7320）へ。



都市計画変更原案の説明会

変更内容など、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。

内容 繊維工業団地周辺地区（下恩方町地内）の地区計画の決定 **日** 3月22日（土）午後2時～ **会** 恩方市民センター **問** 都市計画課（☎620・7302）



募集

消費生活審議会の
市民委員

消費生活の安定と向上を図るための施策について、調査・審議を行う「消費生活審議会」の市民委員を募集します。



対 市内在住・在勤・在学の方（市のほかの附属機関・懇談会等の委員などを除く） **任期** 6月から2年間（会議は年2～4回程度） **募集人員** 3名（選考） **報酬** 1回1万2千円 **申** 作文、消費生活における市の役割（800字程度）と住所氏名・年齢・職業・学校名・電話番号を書いて、3月31日（必着）までに直接、または郵送で消費生活

景観審議会の市民委員

景観条例に基づく良好な景観形成について、調査・審議を行う「景観審議会」の市民委員を募集します。申込方法など、詳しくは市のホームページ（下の二次元コード）からご覧ください。



対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方（市のほかの附属機関・懇談会等の委員などを除く） **任期** 6月から2年間（会議は年3回程度） **募集人員** 3名（選考） **報酬** 1回1万2千円 **申込期限** 4月2日 **問** まちなみ景観課（☎620・7267）



センター（〒192・0082東町5・6 ☎631・5456）へ

マイナンバーカードで
もっと便利に！



転出届はマイナポータルで！

問 市民課 ☎620・7232 ☎626・2381

市外へ引っ越しする場合、マイナンバーカードがあればスマートフォンやパソコンで転出手続きができます。利用方法など、詳しくはマイナポータルのホームページ（下の二次元コード）からご覧ください。



手続案内サービスのご利用を

質問に答えていくだけで、引っ越しした時に必要な手続きや持ち物、手続場所などが確認できます。詳しくは右の二次元コードからご覧ください。



!! Bリーグを楽しもう !!

3月29・30日は八王子市民デー

問 スポーツ振興課 ☎620・7457 ☎626・8554

八王子を本拠地に活動するプロバスケットボールチーム「東京八王子ビートレインズ」。3月29・30日は、特別割引で観戦できる「八王子市民デー」です。詳しくは、東京八王子ビートレインズのホームページ（下の二次元コード）からご覧ください。試合やチケット、席に関する問い合わせは東京八王子ビートレインズ（☎649・4440 ☎649・4441）へ。

日 3月29日（土）午後5時～、30日（日）午後2時～
会 エスフォルタアリーナ八王子
対戦相手 岐阜スワープス

2/8の試合をウォッチング

心を一つに選手を応援

2月8日（土）にエスフォルタアリーナ八王子で開催された横浜エクセレンスとの試合。会場には約2,500人もの観客が訪れ、繰り広げられる熱戦を見守りました。迫力あふれるプレーに、ファンからは大きな声援や拍手が。チーム専属のチアリーダー「Raily's」も元気いっぱいのダンスでチームを後押し。接戦の末、僅差で敗れてしまいましたが、健闘した選手たちに会場からはたくさんのエールが送られました。



©2023 日本すみっコぐらし協会映画部

バリアフリー映画上映会

映画 すみっコぐらし
ツギハギ工場のふしぎなコ

音声ガイドと日本語字幕がついているので、
障害のある方も一緒に楽しむことができます。

日 3月22日(土)午後2時～3時30分
会 クリエイトホール
定 50名(先着順)
申 直接、または「映画会」と参加者全員の氏名
(ふりがな)・電話番号を書いて、メールで
生涯学習センター図書館(☎648・2233 ㊄
648・2155 ㊄library-event@city.hachioji.
tokyo.jp)へ

初心者のための
茶道教室表千家
日 4月19・26日、5月3・24日、6
月21・28日の午前10時～12時30分、
午後1時30分～4時(ともに全6
回) 会 禅東院(本町) 定 各15名
(抽選) 費 1万2千円 申 往復
ハガキに「茶道」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、3月
21日(必着)までに八王子茶道連
盟・久永(〒193・0823 横川町

市民卓球選手権大会
市内在住・在勤・在学の方

健康プログラム
「のびのびグリーンヨガ」
対 18歳以上の方 日 3月24日
(月)午前9時30分～10時40分
会 上柚木公園ソフトボール場
定 6名(先着順) 費 500円

自然観察会「春を探そう」
コース 日影沢キャンプ場、高尾駒
木野庭園など約4.5km 集合 3月
18日(火)午前9時に高尾駅北口解
散は午後2時30分頃高尾駒木野
庭園で 定 22名(先着順) 費
2200円

小・中学生自然体験プログラム
「木こりとDIYの体験」
市と保全活動協定を結ぶNTT
ドコモが、「上川の里」で木こり体験
イベントを開催します。のこぎりを
使って木を切る体験やDIY体験
を行います。
対 市内在住の小・中学生と保護者
日 3月22日(土)午前9時15分～12時
30分 会 上川農村環境改善セン
ター 定 15組(抽選) 申 3月14

ハ王子ネイチャープログラム
日 3月23日(日) 内容 時 ①交通安
全市民のつどい…午後1時～2時
30分、②交通安全パレード…午後2
時45分～3時20分(雨天中止) 会
①クリエイトホール、②れんが通
りくえきまエテラス 関 八王子警
察署(☎621・0110)、または
交通安全課(☎620・7410)

子ども自転車教室
これから自転車に乗るお子さん
や自転車に乗り始めたお子さん
向けに、自転車教室を開催しま
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。
日 4月12日(土)午前10～11時、11時
30分～12時30分、午後1時30分～

初心者のための
いけ花教室
日 4月3・17日、5月1・15日、6月
5・19日 内容 時 午前の部…午前
10時～正午、午後の部…午後1時30
分～3時30分(ともに全6回) 会
禅東院(本町) 定 各15名(抽選)
費 1万3千円 持ち物 ハサミ、雑
巾、エプロン、花包み 申 往復ハガ
キに「いけ花教室」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、3月17日
(必着)までに八王子華道連盟・茅野
(〒193・0813 四谷町823・5
☎622・0979)へ 問 いちよ
うホール(☎621・3001)

はちはくの催し
事前申込が必要な催しもあります。
詳しくは同施設のホーム
ページ下の二次元コー
ド(からご覧ください。
ハチオウジゾウのまゆ人形を
作ろう
日 3月22日(土)午前11時30分～12
時30分、午後2～3時
寄贈者のお話「八王子の銘仙と
その図案」
日 3月29日(土)午前10時30分～
11時

上柚木公園のスポーツ教室
申込方法など、詳しくは上柚木
公園(☎675・0227)までお
問い合わせください。
①ジョギング教室
対 小学生以上の方 日 3月22
日(土)午前10時～正午 会 上柚
木公園陸上競技場 定 100
名(抽選) 費 千円(中学生以下
は500円)

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

高尾梅郷まつり
内容 スタンプハイク、浅川中吹奏
楽部による演奏など 日 3月
8・9日 会 旧甲州街道沿い(西
浅川町、裏高尾町) 関 同実行委
員会(☎080・6758・118
7) ※駐車場はありません。ご
来場の際は公共交通機関をご利用
ください。

子ども自転車教室
これから自転車に乗るお子さん
や自転車に乗り始めたお子さん
向けに、自転車教室を開催しま
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。
日 4月12日(土)午前10～11時、11時
30分～12時30分、午後1時30分～

交通安全市民のつどい
in 八王子
4月6～15日の「春の全国交通
安全運動」に先駆けてパレードの
ほか、トークショーなどを行う市民
のつどいを開催します。

休日救急診療の内科・外科・小児科

2日 (午前9時～午後5時) 北野内科クリニック (内) 北野町562-4 ☎643-1555 田島医院 (外) 久保山町2-43-2 ☎691-7550 ささき医院 (内・児) 大塚496 ☎676-6655 富士森内科クリニック (内・児) 台町2-14-20 ☎621-0300	9日 (午前9時～午後5時) 京王八王子駅前診療所 (内) 明神町4-7-1京王駅前ビル5階 ☎645-8228 くぬぎだクリニック (内) 們田町554-10 ☎669-3561 高山外科眼科医院 (外) 大楽寺町496 ☎625-0148 ※診療は外科のみ あゆむクリニック (児) 別所2-2-1京王堀之内 クリニックモール1階 ☎670-2025
--	---

八王子画廊散歩
3月6～11日に、市内7か所の画
廊と夢美術館をめぐるスタンブラ
リーを開催します。期間中に画廊の
スタンプをすべて集めた方には、夢
美術館の招待券をプレゼント。参加
方法など詳しくは同実行委員会・
白岩(☎090・6489・257
6)、または夢美術館(☎621・6
777)までお問い合わせください。

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
▶子供の健康相談室 小児救急相談(東京都)
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
▶東京都妊娠相談ほっとライン
(午前10時～午後10時。元日を除く)
☎03・5339・1133

受診前にお電話を
●小児科
▶毎日(午後8～11時)
夜間救急診療室 ☎663-9911
散田町3-10-1南多摩病院1階
▶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)
夜間救急診療室 ☎663-9911
散田町3-10-1南多摩病院1階
●歯科
日曜日、祝・休日、年末年始(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。

3月相談まどぐち

※印は祝・休日を除きます。定員がある相談もあります。
★印は右の二次元コードからオンライン予約ができます。



相談名		日時	会場・問い合わせ
人権		3/10(月) 13:00～15:00	市役所総務課 ☎620・7201予約は電話で
生活にお困りの方の自立相談・生活保護相談		※①月～金曜日の8:30～11:00、13:00～16:00、 ②3/6(木)10:00～11:00、 ③月～金曜日の10:00～11:00、14:00～16:00	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
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 ☎620・7443予約は電話で
女性のための	夫婦関係・離婚に関する相談	3/8・27の9:00～12:00、3/13・15の13:00～16:00(託児可)	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(弁護士相談は3/1から)
	生き方・人生に関する相談	3/26(水)9:00～12:00、 3/5・8の13:00～16:00、 3/14(金)15:30～18:30(託児可)	女性を対象とした一般的な相談もお受けします(※3/4を除く月・火曜日の10:30～16:00、水～土曜日の9:00～16:00、3/14・21は9:00～18:00)
	対人・家族関係に関する相談	3/12・22の9:00～12:00、 3/19(水)13:00～16:00、 3/21(金)15:30～18:30(託児可)	
	弁護士相談	3/22(土) 14:00～17:10(託児可)	
LGBT電話相談		3/26(水) 15:30～18:30	男女共同参画センター ☎648・2238
法律★		※①月曜日(3/31を除く)、②火～木曜日(水曜日は15:45～18:45、3/27を除く)、③金曜日(3/28を除く)の13:30～16:30	①市役所市民総務課、 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、またはオンラインで予約。電話予約は月～金曜日(祝・休日を除く)の10:00～17:00に八王子駅南口総合事務所☎620・1164へ
交通事故★		3/19(水) 13:30～15:50	
税金★		第1水曜日の13:30～16:30	
不動産★		3/11・25 13:30～16:00	八王子駅南口総合事務所 相談は事前に電話、またはオンラインで予約。電話予約は月～金曜日(祝・休日を除く)の10:00～17:00に八王子駅南口総合事務所☎620・1164へ
司法書士法律★		3/18・26の13:30～16:00	
登記★		第1火曜日の13:30～16:00	
相続・遺言等暮らしの手続★		※木曜日の13:30～16:30(3/27を除く)	
年金・雇用保険・労働条件★		3/12(水) 13:30～16:00	
国の行政相談		3/10(月) 13:30～15:30	八王子駅南口総合事務所 ☎620・1164
消費生活相談		※月～土曜日の9:00～16:30(3/4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		3/11・28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
た外め国の人の生活相談	生活相談	※月～土曜日の10:00～17:00	はちおうじすくえあびるかい 八王子スクエアビル11階 在在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	3/1(土) 14:00～17:00	
	弁護士相談	3/15(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

相談名		日時	会場・問い合わせ
起業に関する相談		3/11・18・25の13:00～16:00	サイバーシルクロード八王子 ☎686・1922予約は電話で
住まいのなんでも相談会		3/3～7の9:00～16:00	市役所1階市民ロビー・住宅政策課☎620・7260
マンション管理組合なんでも相談室		3/11(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3/3から電話で
日常の困りごとに関する福祉総合相談		※月～土曜日の9:00～17:00(詳しくは各センターにお問い合わせを)	市内13か所の はちまるサポート
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
在宅療養に関する相談		※月～金曜日の10:00～16:00	在宅医療相談窓口 ☎622・1239 ☎622・3300 対面での相談は電話、またはファックスで予約
専門家による成年後見制度・権利擁護相談		3/11・18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 ☎623・6421 予約は電話、またはファックスで
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
ひとり親家庭のための相談	相談	※①月～金曜日の9:00～17:00、 ②3/10(月)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	3/21(金) 14:00～17:00	八王子駅南口総合事務所 子育て支援課☎620・7362へ
子ども家庭総合		※月～金曜日の9:00～19:00、土曜日の9:00～17:00	子ども家庭支援センター(東京たま未来メッセ庁舎・会議室棟4階保健所内) ☎656・8225
総合教育相談室		※月～土曜日の9:00～17:00	市内3か所の 地域子ども家庭支援センター 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
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 対面での相談は要予約
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、 3/5(水)13:30～15:30、 17:30～19:30	保健所保健対策課(感染症対策担当)☎645・5195 検査予約は市のホームページで
医療に関する電話相談		※月～金曜日の9:00～17:00	医療安全相談窓口 ☎645・5118
保健福祉・栄養・歯科相談		※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
保健福祉・栄養・歯科相談		※月～土曜日の9:00～16:00 (第2月曜日を除く)	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・歯科相談		※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

世帯と人口（令和7年1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	278,796人	－283	世帯数	284,744世帯	－187
	女	279,720人	－284	うち外国人住民		前月比
	計	558,516人	－567	人口	16,702人	－48

国勢調査の集計結果(令和2年10月1日現在)				
人口	男	291,307人	世帯数	
	女	288,048人		
	計	579,355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



まちの「おいしい」が大集合！

ご当地グルメ&八王子ナポリタン祭

「八王子ナポリタン」や「パンカツ」など、絶品のご当地グルメがまちなかに集結！詳しくは同イベントのホームページ(右の二次元コード)からご覧ください。



日3月16日(日)正午～午後5時
会えきまえテラス
問市街地活性課(☎620・7305 ☎627・5931)、または八王子ナポリタン倶楽部(キッチンロッコ内 ☎649・6323)

対 市内在住・在勤で18歳以上の方(医師などから運動制限を受けている方を除く)
内容 リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチなど
目 会 右表のとおり
前 10時
時 11時
費 1回
回 300円
持 室内用運動靴、タオル、バス
物 タオル(ストレッチャーマット)、飲み物
問 スポーツ振興課(☎620・7457)

市民いきいきリフレッシュ体操

エスフォルタアリーナ八王子のスポーツ教室
■ミズノ中学生のバレーボール教室
対 中学生 日3月18日(火)午後6時40分～7時50分 定20名
(先着順) 費1200円
■インドア個人参加フットサル
対 16歳以上の方 日3月29日(土)午後7時59分 定15名(先着順) 費千円
会 エスフォルタアリーナ八王子
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

会場	期日	定員(先着順)
由木中央市民センター	4/2、5/2、6/6	各40名
大和田市民センター	4/4、5/13、6/11	
浅川市民センター	4/8、5/15、6/17	各30名
南大沢市民センター	4/15、5/19、6/19	
元八王子市民センター	4/17、5/21、6/24	各40名
子安市民センター	4/21、5/27、6/26	
北野市民センター	4/23、5/30	各30名
台町市民センター	4/30、6/2	各40名

3月の各体育館の一般開放中止など

■富士森体育館の一般開放中止
▼フィットネス・バスケットボール、和弓：20日(祝) ▼フィットネス：26日(水)
■富士森体育館の一般開放時間変更
ソフトテニス：26日(水)午後6時～9時30分
■甲の原体育館の一般開放中止
エンジョイエアロビクス、ストレッチ、バスケットボール：20日(祝)

その他

郷土資料館の新刊図書の販売と資料館だよりの配布

はちはく(桑都日本遺産センター八王子博物館と、郷土資料館事務局(教育センター内)☎629・9896では新たに刊行した次の書籍を販売しているほか、資料館だより13号」を無料で配布しています。

資料シリーズ第64号

「館村小嶋日記三」

内容 館村の千人同心・小嶋喜三太の日記

高尾599ミュージアムの休館

高尾599ミュージアム(☎665・6688)はメンテナンス作業のため、3月6日(木)は休館します。

富士森体育館の

スポーツ教室

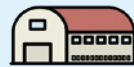
対 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方

内容 下表のとおり

会 富士森体育館

申 往復ハガキ(1人1枚1教室)に教室名(①③は希望コースも)と住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、返信面の宛名を書いて、3月10日(必着)までに八王子市スポーツ協会(〒193-0931 台町2-3-7 ☎622・6101 ☎622・6444)へ

問 スポーツ施設管理課(☎625・2305 ☎627・5935)



教室名		日時	定員(抽選)	費用
①楽しく社交ダンス	初級コース	4/3～6/19の木曜日の10:30～12:00(全11回)	40名	4,500円
	13時コース	4/3～6/19の木曜日の13:00～14:30(全11回)	40名	4,500円
	15時コース	4/3～6/19の木曜日の15:00～16:30(全11回)	40名	4,500円
②気功太極拳		4/4～6/20の金曜日の10:00～11:30(全11回)	40名	4,500円
③スポーツ民踊	水曜コース	4/9～7/23の水曜日の15:00～16:30(全15回)	60名	5,000円
	金曜コース	4/11～7/25の金曜日の13:00～14:30(全15回)	60名	5,000円

3月は自殺対策強化月間

あなたの悩み、話してみませんか？

☎ 保健所保健対策課 ☎ 645・5196 ☎ 644・9100

3月は、就職や進学、引っ越しなどにより生活環境が大きく変化し、ストレスを受けやすい時期です。保健所では、こころの悩みを抱えている方やその家族を対象に、保健師による相談のほか、必要に応じて専門医による相談も行っています。ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

家族や友人、同僚といった身近な人の悩みに気づいたら、専門家への相談を勧めるなど、優しく見守りましょう。

相談窓口

こころの健康相談 (保健所保健対策課)	☎ 645・5196 (月～金曜日の午前9時～午後4時30分。祝・休日、年末年始を除く)
都自殺相談ダイヤル こころのいのちの ほっとライン	☎ 0570・087・478 (年中無休。正午～翌朝5時30分)
東京多摩 いのちの電話	☎ 042・327・4343 (年中無休。午前10時～午後9時、毎月第3金曜日午前10時～翌々日の日曜日午後9時は連続)

期間中、さまざまな啓発活動を行います

● 明星大学・ビートレインズと協力して自殺予防

明星大学の学生が考えたキャッチコピーを使って、「東京八王子ビートレインズ」などが自殺予防を呼びかけるポスターを作成しました。市の公用車や市内の各駅・大学などに掲示します。



● 自殺対策啓発街頭キャンペーン

八王子を拠点に活動しているプロバスケットボールチーム「東京八王子ビートレインズ」の選手と啓発グッズを配布します。

☎ 3月17日(月) 午後4～5時

☎ 八王子駅コンコース

● 自殺対策パネル展

「はなしかにはなそう！～ささえるだれかがいる」

自殺の現状やいのちの大切さを案内するパネル展を開催します。

☎ 3月19～28日 ☎ 市役所1階市民ロビー

学びたいこと、きっとみつかる

いちよう塾

4月からの受講生を募集

☎ 八王子学園都市大学事務局
☎ 646・5621 ☎ 646・2663

大学コンソーシアム八王子に加盟する25の大学などの教員が講師となり、八王子に関する内容や芸術・科学・政治などの幅広い分野を学ぶことができる市民大学「いちよう塾」。

3月1日から、4～8月に開講する講座の受講申込を受け付けます。受講方法など、詳しくは同塾のホームページ(右の二次元コード)からご覧ください。



幅広い分野から選べる 全129講座

- 「ビジネスと人権」とは？～労働法学の観点からみた意義と課題(4月開講)
- 理系英語入門～「ベクトルと行列」を英語で理解する(5月開講)
- 八王子駅を巡る鉄道の小史～中央線と京王線・御陵線(6月開講)
- 美齢講座 ブレイドヘア技術～髪を編む(7月開講)
- 尾崎紅葉「金色夜叉」と同時代の読者(8月開講)

など

広報紙の配布が不要な方はご連絡を

「広報はちおうじ」は、ホームページや電子書籍などでもご覧いただけます。紙の広報の配布停止を希望する方は、専用フォーム(右の二次元コード)から申請いただくか、広報プロモーション課(☎ 620・7228)までご連絡を。



八王子市LINE公式アカウント 友だち募集中！

あなたに役立つ情報や災害時の緊急情報などをいち早くお届けする「八王子市LINE公式アカウント」。ぜひ、友だち追加を。登録は右の二次元コードから。

