

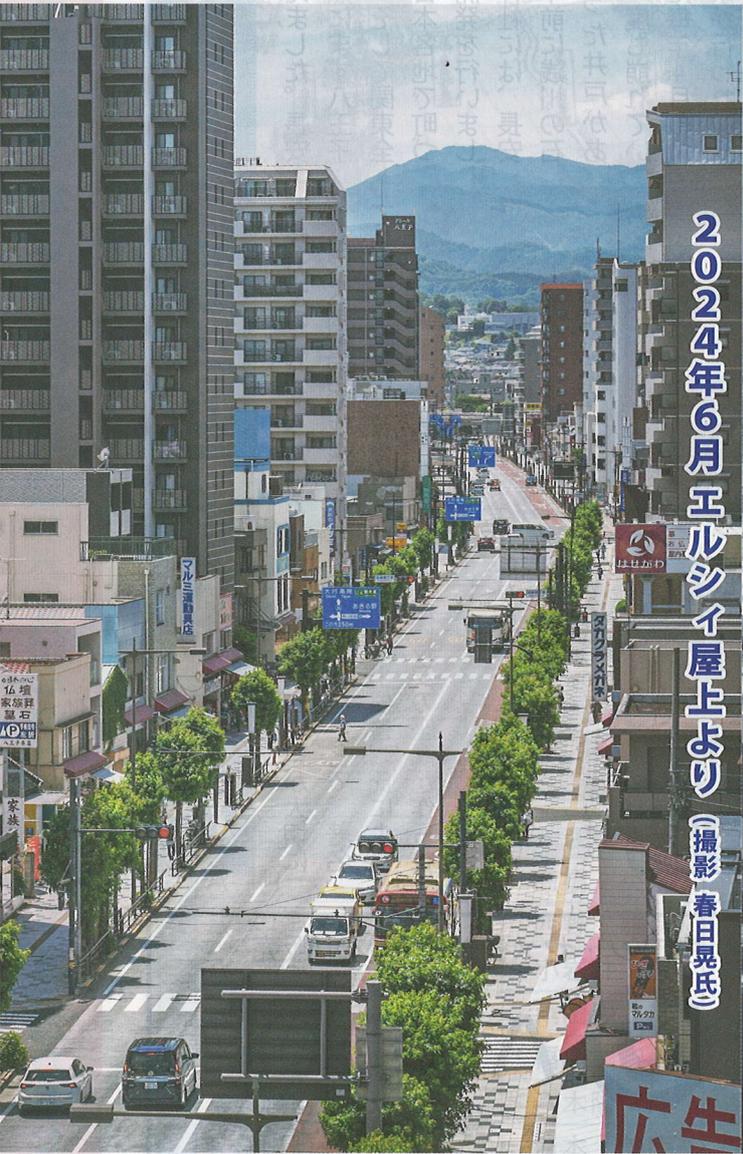


町自連だより

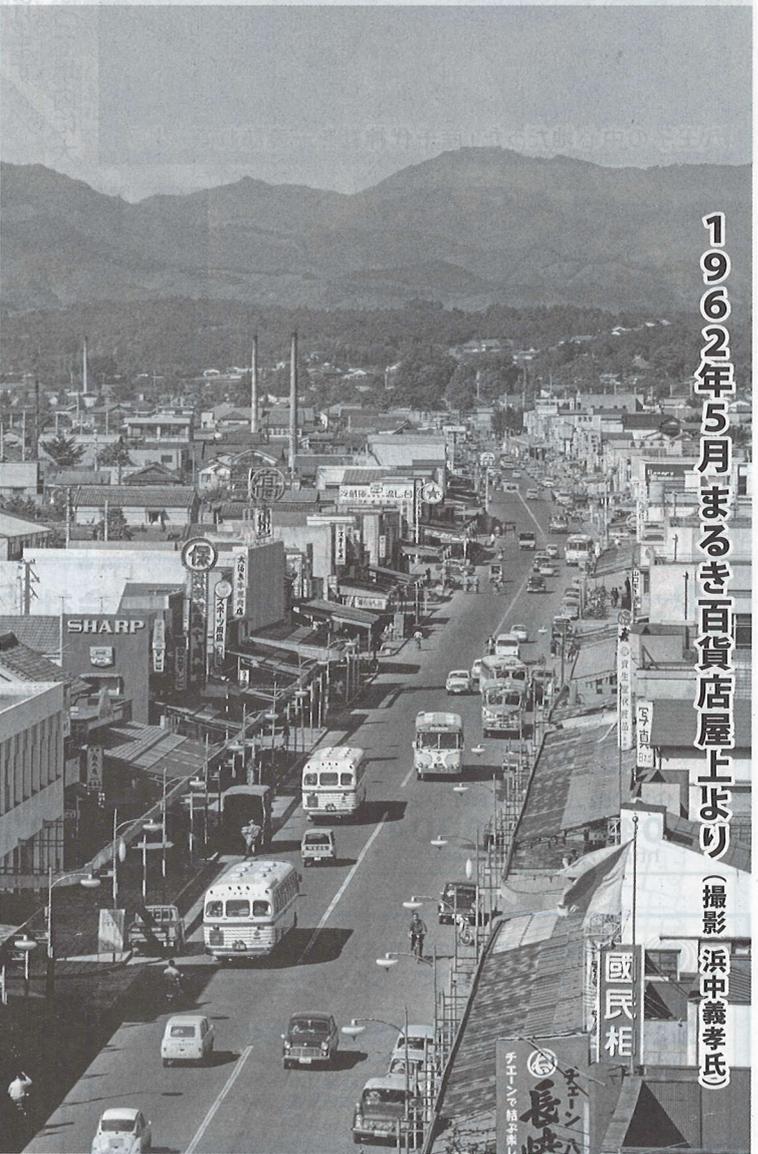
町自連は、市内の町会・自治会等を代表する組織として、行政機関や関係諸団体へ「市民の声」を届けるとともに、情報を町会等を通じて市民の皆様へ提供しています。

発行：八王子市町会自治会連合会 発行責任者：秋間利久 町会自治会数：21地区346団体 発行部数：125,000部 〒193-0832 八王子市散田町2-37-1教育センター内 TEL&FAX 042-673-4680

若手が積極的に『まち活』する街



2024年6月エルシイ屋上より (撮影 春日晃氏)



1962年5月まるき百貨店屋上より (撮影 浜中義孝氏)

今回のエリアは、いつもにもまして熱いエリア、西部第三地区です。八王子まつりでは「上地区」と言われるこの辺りは、江戸時代に八王子の基礎を作った大久保長安が暮らしたところ。そして、今ではその長安を慕い全国から「歴史マニア」が集結するまちです。

またここに存在する8町会のうち7町会が「山車」を持ち、八王子まつりには、長年多賀神社・産千代神社も参加してきました。自然「祭り好き」が多いエリアで、山車や祭りを語らせた時を忘れる……という住民も多く、若い研究者も輩出しています。

そして今年、八幡上町の若者を中心に地元出身の監督が撮影したこのエリアを舞台とした映画『此処だけの話』が公開され大好評。7月10日から8月31日まで、期間限定で再公開されます（詳しくはP4をご覧ください）。

歴史と創造が融合するこのエリアに、ぜひお出かけください。



スマホでサイトもチェックしてね!

八王子町自連 検索

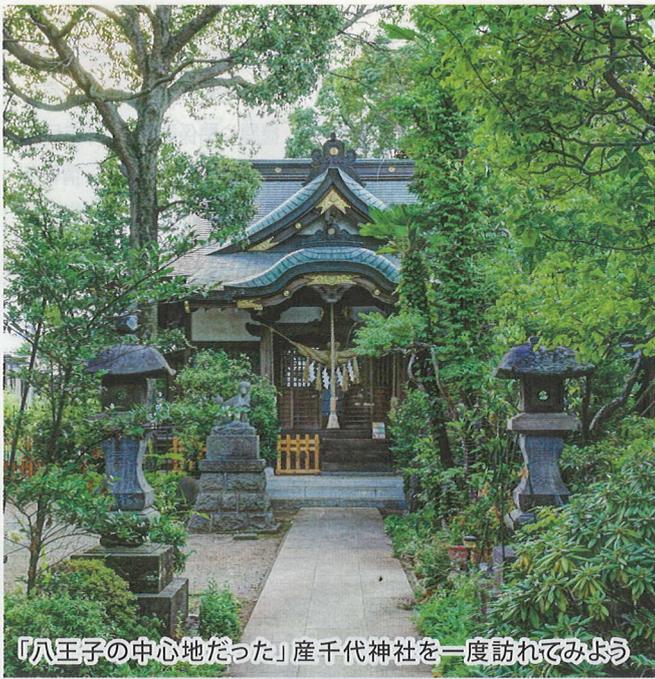
※詳細は町自連のサイトをご覧ください



このエリアはかつて、「八王子十五宿」の真ん中だった

P3の上部の絵図をご覧ください。八王子十五宿の八幡宿、八木宿、大横宿、本郷宿、小門宿などが記されています。今回取り上げる西部第三地区は1590年に八王子城が落城した後、徳川家康の家臣だった大久保長安によって作られた八王子十五宿の中心地でした。

大久保長安は陣屋を小門町の産千代神社を含む廣大



「八王子の中心地だった」産千代神社を一度訪れてみよう

な土地に構えました。長安はここを拠点にまず八王子の町を作り、そして関東全域、そして日本各地で町づくりや鉱山開発を行いました。産千代神社には、長安が約410年前に浅川の石を積んで作った井戸があり、それは一度も崩れていません。また毎年4月の命日には長安祭が行われ、沢山の人が集まります。

きなカヤの木があったのですが、区画整理で伐採されてしまいました。その古木を先代の小泉宮司が大切に保管してきたことで、著名な彫刻家小俣喜昭氏により大久保長安の座像が作られました。2013年の大久保長安400年祭にはそれが奉納されています。



これが400年以上壊れてない、古井戸(抜け道という説もあります)



毎年4月の長安祭にはたくさんの人が集まる

八王子の調剤薬局

下島調剤薬局

開局時間 月 火 水 木 金 土 日
 9:00~19:00 ● ● ○ ● ● ▲ ×

※ 水曜日 (○) 9:00~17:00
 ※ 土曜日 (▲) 9:00~14:00

〒192-0052 八王子市本郷町 3-20
TEL 042-622-8304
<https://shimojima-j.com/>

あなたの会社のPRを「町自連だより」でしませんか?

マルベリー・コーポレーション様まで
 担当：一ノ瀬

TEL 090-8306-3883

※大久保長安の足跡は諸説あります。

地域密着の保険代理店が同じ気持ちで全国ネットへ

ユナイテッド・インシュアランス

事業内容

- 損害保険代理業
- 生命保険募集業
- 各種コンサルティング (リスク管理、経営サポート、土業紹介、コスト削減、本業支援、等)
- カрьер事業 (「ユナイテッドカрьер」)

八王子支店 〒192-0046 東京都八王子市明神町3-20-6
 八王子ファーストスクエア 6F
TEL 042-631-1255 FAX 042-631-1256

生コン・セメント・建材 販売

ANDO

安藤物産株式会社

〒192-0053 東京都八王子市八幡町8-4
 電話 042(623)6111 FAX 042(626)1301

LEXUS

レクサス八王子

〒192-0055 東京都八王子市八木町2-16
TEL:042-655-7111 <http://lexus.jp>

営業時間：10:00~18:00
 定休日：毎週火曜日および第1・3月曜日

株式会社 スーパーアルプス

〒192-0011 東京都八王子市瀧山町 2-351

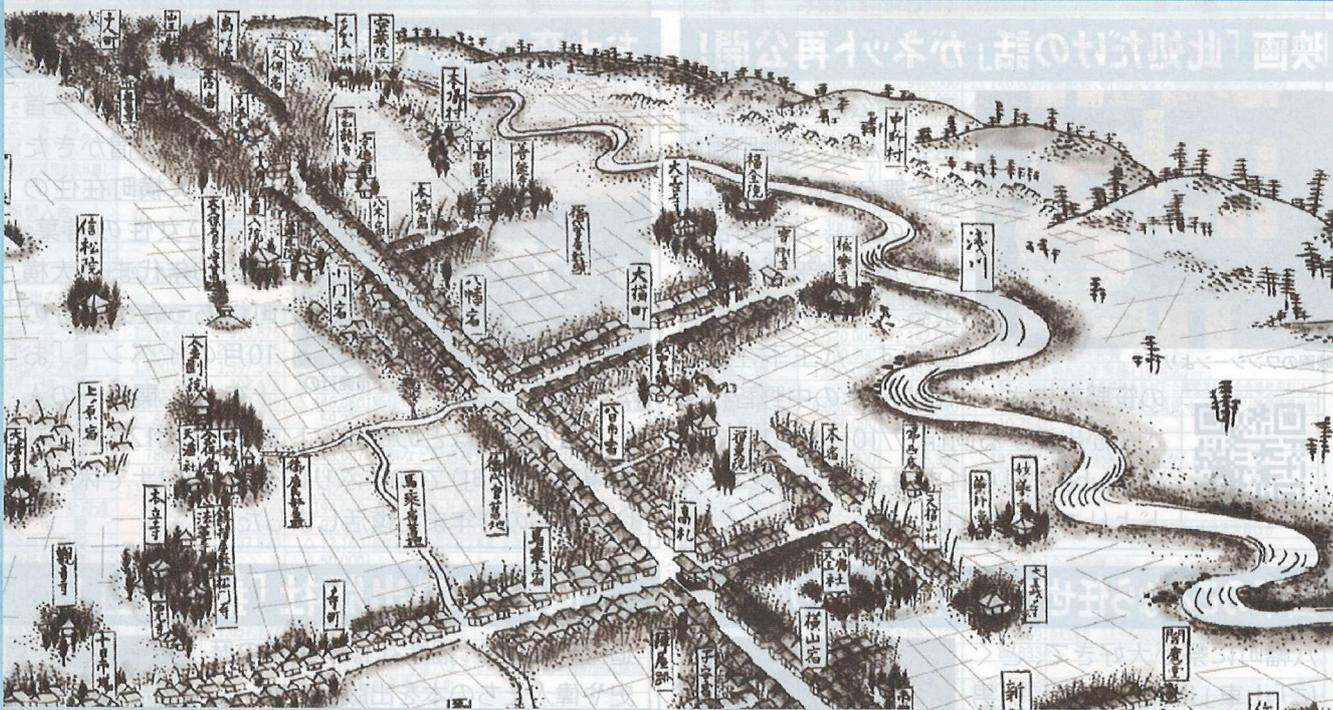
スーパーアルプス で検索

HP各種SNSも見てね!

ALPS スーパーアルプス ホームページ

Twitter Instagram

このエリアのマップ、今昔 —新編武蔵風土記稿八王子宿 文政13年(1830年)—

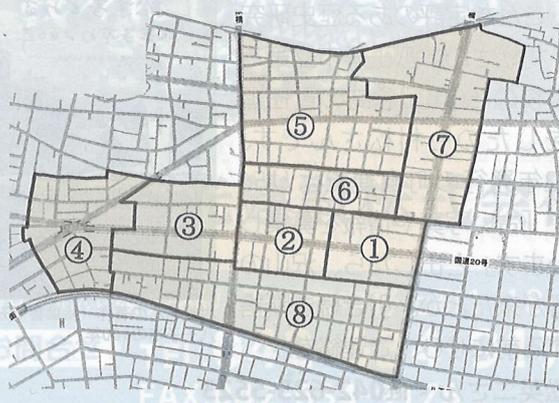


西部第三地区の皆様



	町会・自治会名	会長名	世帯数
1	八幡町一、二丁目町会	高橋 英治	460
2	八幡上町町会	西野 雅保	263
3	八木町町会	小岩井 勝	165
4	追分町会	戸田 弘文	510
5	平岡町町会	福島 和義	625
6	本郷町町会	八木隆一郎	220
7	大横町町会	滝本 美明	225
8	小門町町会	小川 博司	810

現在の西部第三地区



TAMAYOUIKUEN



光明学園

創立 77 周年



社会福祉法人

多摩養育園

042-623-3388

八王子市八木町 8-11

ユニークなニュース満載の西部第三地区です!

映画「此処だけの話」がネット再公開!



映画のワンシーンより

この春公開されて話題を呼んだ、八幡町周辺を舞台にした『此処だけの話』。八幡町出身の塩野峻平監督によるオリジナルの映画です。八王子在住の笹野高史さん、YouTuberの中野智行さんが出演する同作、7/10～8/31までYouTubeで見られます。左のQRコードよりご覧ください。



お十夜の思い出を語るのは80歳以上?



大善寺お十夜法会 1961年(八王子市発行のはがき、村松英二氏所有)

「お十夜にはろくろ首や一つ目小僧がきたのよ」大横町在住の89歳の女性の言葉。昭和30年代まで大横町にあった大善寺の10月のイベント「お十夜」は、関東一の人出と言われるほどのイベントでした。2012年に現在の場所(大谷町)で50年ぶりに復活、コロナで休んでいたものの昨年また復活しました。

「山車のことなら任せて!」24歳のお祭り研究家

八幡町に祭りが大好きで、とくに「山車」に関して詳しい男性がいます。山下右京さん。まだ24歳の高校の先生です。「僕は、八幡町に生まれ育ち、小さい時から山車を見て育ってきました。山車ってすごいですよ!……etc.」江戸時代からの歴史を含めて語ってくれます。彼は今後、研究者として注目株です。



祭りの格好をした山下右京さん

追分町の出版社「揺籃社」!

追分町にある「揺籃社」。八王子の歴史や偉人たちの本を出版して唯一無二の会社ですが、きたる7月20日(土)に『揺籃社出版即売会』を開催します。当日は約20人の著者が直接自著を販売します。大久保長安の会、村松英二さんも出店します。

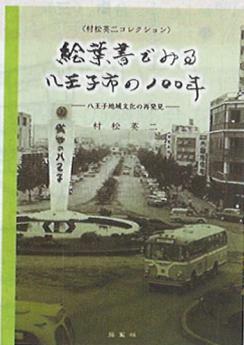


日時 7月20日(土)11時～15時
場所 東京たま未来メッセ 1F展示室A
(えきまえテラス側、西側、窓側。明神町3-19-2)

問い合わせ Tel.042-620-2615(揺籃社)

歴史研究家・村松英二氏は八木町出身

「八王子市の歴史なら村松さんへ」こんな定評のある歴史研究家・村松さん。八王子市立第二小学校の150年記念誌の責任編集をしたのも村松さんです、2022年発行の町自連だより54号で「古い写真や情報を募集しています」と出したら、沢山の反響が来たとか。引き続き断捨離する前にぜひ、ご連絡を。



村松さんの著作『絵葉書でみる八王子市の100年』

村松英二さん Tel.042-625-5523

協力/大久保長安の会

「長生きする」遺影を取ってくれる写真館

今回、表紙の写真他、様々な写真を提供くださったフォトグラファーの春日晃さん。昭和7年創業の八幡町の写真館・桃屋美術の三代目でもあります。とてもやさしい春日さんの写真館には日々、高齢者の皆さんが「遺影を」と撮影にいらっしゃいます。「でも皆さん、写真を撮られてからも長生きして下さって。嬉しいことです」



米寿の記念に撮影された高尾町在住の堀口さん。大正14年生まれの99歳、まだまだお元気です

桃屋美術 Tel.042-623-1395

ごみでお困りの時は

完山金属までご連絡ください!

我ら地球環境防衛隊
SADAYAMA

0120-538-928



家族葬

少人数のお見送しも可能です

「自治連だよりを見た」とお伝えください。直営斎場使用料

30%割引となります。

※互助会、他のセットプランとの併用はできません。お問合せ下さい。

〈コールセンター〉

0120-41-3140

■八王子総合ホール ■八王子北口ファミリーホール ■八王子南口総合ホール
■ファミリーホール高尾 ■八王子滝山ファミリーホール
■日野会館高倉総合ホール ■南多摩総合ホール

サンライフ

第22回定期総会資料(決算・予算)

令和5年度 決算

項目	予算額(A)	決算額(B)	差額(B-A)	差額欄の△は予算額比減少 単位=円	
				摘要	
前年度繰越金	3,913,505	3,913,505	0	未払金(市補助金返還額ほか1,357,737円)を含む	
分担金	2,249,500	2,199,440	△ 50,060	21地区 109,972世帯 会費	
参加者負担金	1,800,000	1,946,000	146,000	総会後懇親会・役員研修会・新年懇親会等 参加者個人負担分	
市補助金	16,208,000	16,208,000	0	連合会 14,408千円、地区交流 1,800千円	
その他補助金	1,500,000	1,187,000	△ 313,000	東京都地域の底力発展事業助成	
広告料	4,000,000	4,910,000	910,000	町自連だより広告掲載料	
雑収入	39,995	72,223	32,228	地域活動検討会、印刷機使用料、利息等	
特別定期預金取り崩し	0	0	0		
小計	29,711,000	30,436,168	725,168		
振替入金	0	100,000	100,000	特別会計(自治会活動賠償責任保険)より義援金財源として振替	
前年度未収金	0	0	0		
小計	0	100,000	100,000		
合計	29,711,000	30,536,168	825,168		

項目	予算額(A)	決算額(B)	差額(B-A)	差額欄の△は前年度決算額比減少 単位=円	
				摘要	
総会費	1,316,000	910,876	△ 405,124	会場使用料、筆耕、懇親会ほか	
事業費	2,300,000	2,142,915	△ 157,085	東京都補助事業(町自連研修会・スマホ教室)経費、新年懇親会	
地区交流費	1,800,000	1,397,362	△ 402,638		
研修費	525,000	408,472	△ 116,528	申請があった18団体内、3地区・1協議会は事業中止	
広報費	6,300,000	5,853,940	△ 446,060	新任町会長等研修会・役員研修会ほか	
会議費	80,000	139,236	59,236	町自連だより業務代行経費ほか	
通信・配送費	500,000	396,142	△ 103,858	会議時飲物代ほか	
事務費	780,000	606,393	△ 173,607	資料など配送経費(郵便、宅配便)	
人件費	100,000	0	△ 100,000	リース代、印刷機インク代、コピー機使用料ほか	
渉外費	13,250,000	11,217,584	△ 2,032,416	令和5年度市施設利用負担	
都町連・全自連	400,000	206,000	△ 194,000	通勤交通費・社会保険料など事業主負担を含む	
慶弔費	460,000	552,660	92,660	関係団体定期総会後懇親会・新年懇親会等会費	
役員交通費	150,000	137,820	△ 12,180	都町連創立40周年記念事業・全自連全国大会参加費を含む	
備品設備費	50,000	0	△ 50,000		
修繕費	100,000	0	△ 100,000	関係団体主催事業お祝い、葬祭香料・生花代	
図書・資料費	100,000	0	△ 100,000	都町連・全自連以外の交通費	
返還金	10,000	0	△ 10,000		
特別定期預金	1,057,737	1,057,737	0		
雑費	50,000	13,167	△ 36,833	令和4年度八王子市地区交流事業補助金返還金	
予備費	82,263	100,000	17,737	駐車場代ほか	
振替出金	0	0	0		
支出総額	29,411,000	25,140,304	△ 4,270,696		
前年度未払金	300,000	0	△ 300,000	令和4年度公共料金(市施設利用負担)など	
次年度繰越金	0	5,283,076	5,283,076	次年度繰越金 下段1次年度繰越金及び未払金 内訳のとおり	
合計	29,711,000	30,536,168	825,168		

令和6年度 予算

項目	予算額(A)	前年度決算額(B)	前年度決算比(A/B)	前年度決算比欄の△は前年度決算額比減少 単位=円	
				摘要	
前年度繰越金	4,983,076	3,913,505	1,069,571	繰越金	3,976,208円
分担金	2,249,500	2,199,440	50,060	未払金(市補助金返還額ほか)	1,006,868円
参加者負担金	1,800,000	1,946,000	△ 146,000	21地区 112,475世帯 会費	
市補助金	15,430,000	16,208,000	△ 778,000	懇親会、研修会など参加者個人負担分	
その他補助金	1,500,000	1,187,000	313,000	連合会13,630千円、地区交流1,800千円	
広告料	4,000,000	4,910,000	△ 910,000	東京都地域の底力発展事業助成	
雑収入	69,424	72,223	△ 2,799	町自連だより掲載広告料	
特別定期預金取り崩し	0	0	0	印刷機使用料、利息など	
小計	30,032,000	30,436,168	△ 404,168		
振替入金	0	100,000	△ 100,000		
前年度未収金	300,000	0	300,000	事務局・光熱水費ほか(令和5年度分)	
小計	300,000	100,000	200,000		
合計	30,332,000	30,536,168	△ 204,168		

項目	予算額	前年度決算額	差額	前年度決算比欄の△は前年度決算額比減少 単位=円	
				摘要	
総会費	1,300,000	910,876	389,124	会場使用料、筆耕、懇親会ほか	
事業費	2,520,000	2,142,915	377,085	町自連研修会経費、新年懇親会、まちの誇りま披露板事業	
地区交流費	100,000	0	100,000	調査研究費	
研修費	1,800,000	1,397,362	402,638	令和6年実施(18地区)	
広報費	6,000,000	408,472	191,528	町自連・役員研修会及び町会等役員研修会会場使用料ほか	
会議費	6,650,000	5,853,940	796,060	町自連だより編集配送経費、ホームページ運営経費ほか	
通信・配送費	150,000	139,236	10,764		
事務費	600,000	396,142	203,858	配送料増ほか	
公共料金	800,000	606,393	193,607	資料印刷経費増ほか	
人件費	100,000	0	100,000		
渉外費	12,804,000	11,217,584	1,586,416		
都町連・全自連	400,000	206,000	194,000		
慶弔費	580,000	552,660	27,340	全自連全国大会、都町連総会、会議等旅費ほか	
役員交通費	200,000	137,820	62,180		
備品設備費	20,000	0	20,000	会議旅費ほか	
修繕費	100,000	0	100,000		
図書・資料費	100,000	0	100,000		
返還金	10,000	0	10,000		
雑費	1,006,868	1,057,737	△ 50,869	令和5年度 八王子市地区交流事業補助金及び連合会補助金返還金	
予備費	100,000	13,167	86,833		
特別定期	0	0	0		
小計	30,032,000	25,140,304	4,891,696		
前年度未払金	300,000	112,788	187,212	令和5年度公共料金(市施設利用負担)など	
次年度繰越金	0	5,283,076	△ 5,283,076		
小計	300,000	5,395,864	△ 5,095,864		
合計	30,332,000	30,536,168	△ 204,168		

くらしの友の冠婚葬祭互助会システム

月々1,000円~
ご加入いただけます

KURATOMO



家族葬や1日葬など様々なご要望にお応えします。

八王子市内の葬儀式場のご案内

- 八王子総合斎場 JR八王子駅南口より徒歩約5分
- 南大沢総合式場 南大沢駅より徒歩約9分
- 八王子北野セレモニーホーム 北野駅北口より徒歩約5分

つたえたい、大切なこと

くらしの友八王子営業所
TEL:042-645-5730

〒192-0906 東京都八王子市北野町538-21 八王子北野セレモニーホーム2F

ホームページはこちら



戸建てから大型建物解体、内装、機械設備等まで対応



我々にはできないことではなく、我々にしかできないことをやる。

YAKOH 八光建設株式会社

〒192-0041 東京都八王子市中野上町1-18-17

お問合せ TEL.042-634-9175 FAX.042-634-9176

八王子市健康診断 (健康診断)について

本年度の八王子市健康診断が6月に開始されたから早や1ヶ月が経過しましたが、皆様は受診されたでしょうか。市では生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目した健診・がん検診を毎年実施しています。定期的な受診が重要で、特に、がんの場合は早期では無症状であることが多く、発見・治療の遅れに繋がることが懸念されています。実施期間中に指定医療機関で受診されることをお勧めします。

【当院で受託している健診】

- ① 特定健康診査等
 - 内臓脂肪の蓄積による生活習慣病(高血圧症、糖尿病等)を早期発見するための検査です。
- ② 胃がん内視鏡検診
 - 胃がんを早期発見・診断するための検査です。尚、当院では病気を発見後の治療も受けられます。
- ③ 大腸がん検診
 - 大腸がんを早期発見・診断するための検査です。結果が陽性であった場合、精密検査(大腸内視鏡検査等)・保険診療を行います。
- ④ 肝炎ウイルス検診
 - 症状が現れにくいウイルス性肝炎を早期発見し治療に繋げるための検査です。

【受診期間】
令和7年1月31日(金)

042-626-5111

八王子花火大会

■日時 7月27日(日) 午後7時
スリーボンドスタジアム八王子で開催されます。夜空を彩るスターメインや文字仕掛けなど、夏の風物詩をお楽しみください。

●お問い合わせ 八王子観光コンベンション協会
Tel.042-649-2827

八王子まつり

■日時 8月2日(金)から4日(日)
甲州街道、西放射線コーロードなどを中心に開催されます。市内に広がるお囃子の音色、上地区・下地区山車巡行、神輿渡御など、熱気あふれる祭りをお楽しみください。
なお、観覧等の際には、水分補給など、熱中症対策をお忘れなく。



●お問い合わせ 八王子まつり実行委員会事務局
Tel.042-686-0611

令和6年度 町自連役員名簿

役職	氏名	地区連合会	役職	氏名	地区連合会
会長	秋間 利久	元横	常任理事	高野 元伸	西部第二
	小室 崇司	中部		小川 博司	西部第三
	石井 修一	横山南		赤荻 孝	本 町
副会長	尾崎 敏夫	西部第一		西山 茂	中央
	尾川 幸次	由井		守屋 清美	東北部
会計	西山 茂	中央		角田 明信	浅 川
	野崎 忠行	元八		蛭子井信雄	由 木
監 事	荒木 紀行	川口		石井 修一	横山南
	今 高雄	東南部		岸 弘文	横山北
常任理事	沖倉 勉	浅川		野崎 忠行	元 八
	小室 崇司	中 部		前原 教久	恩 方
	小峰 千春	東 部	荒木 紀行	川 口	
	秋間 利久	元 横	関根 栄	加 住	
	高松 和幸	東南部	尾川 幸次	由 井	
	白倉 博	南 部	吉田 升三	北 野	
	尾崎 敏夫	西部第一			

第22回定期総会

5月26日(日)、八王子エルシィで、町自連定期総会を開催しました。総会では、令和5年度事業報告、決算報告並びに監査報告、令和6年度事業計画並びに予算の各議案を上程し、何れの議案も原案のとおり可決されました。議案内容は、町自連のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

町会自治会等会長・役員研修会

6月29日(土)八王子エルシィで開催しました。研修会では、町会自治会の運営に関する説明、町会活動に関する行政からの支援のほか、(公財)東京都つながり創生財団による町会・自治会応援のための事業説明や個別相談会を行いました。応援事業に関して、お聞きになりたい場合は、市(協働推進課)もしくは町自連事務局まで、お気軽にご相談ください。

市長と町自連三役との懇談会

7月1日(月) 八王子市役所内会議室において、初宿市長ほか行政幹部職員と町自連三役との懇談会を開催しました。今年は「山間地域の地域交通事業」「避難所運営」「街頭配備消火器」の取り組みをテーマに、町自連としての意見を述べ、市長からはこうした問題に対する行政の姿勢など説明がありました。地域の問題解決には、市民とともに町会や行政が連携して取り組む必要性などを改めて感じたところです。懇談会の会議内容の整理が終わり次第、HPなどを通じ報告いたします。

東京都町会連合会・定期総会報告

6月20日(木) 京王プラザホテルにて、定期総会が開催されました。81名の方が都町連会長から都町連会長表彰を受け、当連合会から、荻島孝之、飯田功、高野元伸、三澤進の各氏が表彰されました。

八王子税務署の書類の送付先が変わります

令和6年7月10日から「東京国税局業務センター武蔵府中分室」において八王子税務署の一部の内部事務(※)を集約して処理する「内部事務のセンター化」を実施することとしております。令和6年7月10日以降、八王子税務署管内の皆様が申告書、申請書及び添付書類等の書類を郵送等で提出される場合は、「東京国税局業務センター武蔵府中分室」宛てに送付していただきますようお願いいたします。なお、窓口で提出する場合は、引き続き税務署に提出をお願いいたします。

(※) 申告書の入力処理や納税者の皆様へのお尋ね文書の発送などの事務をいいます。

東京国税局業務センター武蔵府中分室
〒183-8510 東京都府中市本町4丁目2番地

内部事務のセンター化はこちら→



「ここにしておよかったね」
心に寄り添うセレモニーをご提案いたします



ドリーミーホール八王子



ドリーミーホール西八王子



無料 家族葬の
事前相談

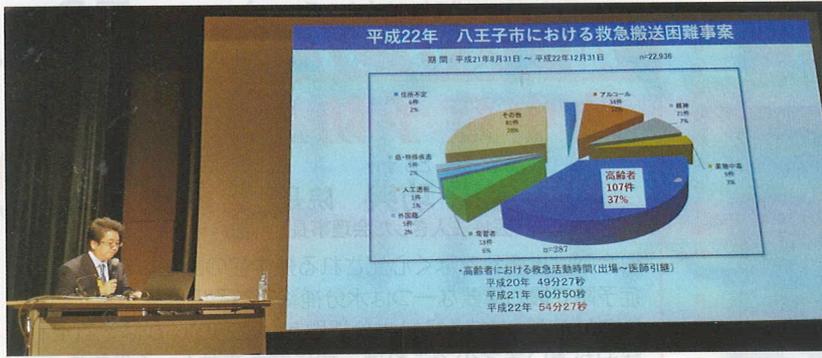
無料 ホールの
施設見学

お葬式はドリーミー

24時間365日
受付しております

0120-29-7511





さる12月に行われた八高連主催の講演会での田中会長

慣れない言葉ですが、医療倫理の先生でしたね。臨床倫理って聞き慣れない言葉ですが、

「救急安心シート」を書き添えておくことからはじめたいんだ」といってお話を聞き、ちよつと安心しました。

田中先生（以下T）そう、今回は、ACCPの実践に必要な「臨床倫理」の考え方について語りたと思います。

——昨年12月の講演会でも、メインの講演は医療倫理の先生でしたね。臨床倫理って聞き慣れない言葉ですが、

「ACCP先進国のアメリカでも皆、ACCPが普及せず医療関係者も一般人も悩んでいる。でもあまり難しく考えなくても仕方ない、とりあえず『救急安心シート』を書き添えておくことからはじめたいんだ」といってお話を聞き、ちよつと安心しました。

田中先生（以下T）そう、今回は、ACCPの実践に必要な「臨床倫理」の考え方について語りたと思います。

——昨年12月の講演会でも、メインの講演は医療倫理の先生でしたね。臨床倫理って聞き慣れない言葉ですが、

前回に引き続き、八王子市高齢者救急医療体制広報連絡会（以下八高連）会長でる陵北病院院長でいらつ



いま、伝えたいこと

By Kimie Kato

ACCP その⑤

「八高連」田中会長に聞く・後編

「臨床倫理」を知ってほしい

※ACCPアドバンスケアプランニング、別名人生会議。自分がいかに人生最後の時を迎えたいか、元気なうちに周りと話して共有しておくということ。

「ACCP先進国のアメリカでも皆、ACCPが普及せず医療関係者も一般人も悩んでいる。でもあまり難しく考えなくても仕方ない、とりあえず『救急安心シート』を書き添えておくことからはじめたいんだ」といってお話を聞き、ちよつと安心しました。

田中先生（以下T）そう、今回は、ACCPの実践に必要な「臨床倫理」の考え方について語りたと思います。

——昨年12月の講演会でも、メインの講演は医療倫理の先生でしたね。臨床倫理って聞き慣れない言葉ですが、

新任Dr. のご紹介

この度、クリニック0（ゼロ）の院長に就任しました、新博次です。素晴らしい緑豊かな環境の中、地域の医療を私が担当いたします。これまでの循環器領域での臨床経験を活かし、その他内科領域全般に対応いたします。よろしくお願ひ申し上げます。

クリニック0（ゼロ）
〒193-0943 八王子市寺田町490
TEL 042-666-1556

医療法人社団永生会

急募！

サービス提供責任者

【必須資格】
介護福祉士・普通自動車免許 必須

【勤務地】
有限会社十字会ケアステーション

【休日休暇】
4週8休 夏季休暇 年末年始休暇など

まずはお電話ください

詳しくはこちら！

有限会社 十字会ケアステーション
八王子市めじろ台1-9-1
☎ 0120-537-080

高乗寺・高尾霊園情報

写経や坐禅会、喫茶安下処
 (水土日祝の10時~16時 ※水のみ11時)など、
 一般の方々に広く門を開いております。
 詳しくは「インスタ」をご覧ください。



詳細はこちら↓



高乗寺・高尾霊園
 ☎042-661-6852

知らなかった皮膚科⑱

熱中症予防

お話し 岸田 功典 院長
 (医療法人さしだ会理事長)



今回は皮膚科でなく心配される熱中症の話をしてします。熱中症予防で最も重要な一つは水分補給であるの言うまでもありませんが、どれくらい水分摂取をしたらいいかはそれぞれ状況が違いますのでこれは一概に言えません。そのため、一つの指標としてお小水(おしっこ)の色を気にして頂きたいと思います(少し汚い話でごめんなさい)。体内の水分が充分ですと色は透明です。脱水になると、黄色くなってきますので、色が出てきたら注意が必要です。濃い色になったら脱水が進んでいる証拠ですから要注意です。脱水時の水分補給にはスポーツドリンクや、ミネラル豊富でカフェインフリーの麦茶が推奨されています。アルコールは水分摂取にならないどころか、脱水が進みますのでご注意ください。アルコールを摂取するならば、水分と交互に飲むことをお勧めします。

高尾駅南口徒歩2分

高尾駅南口皮フ科

八王子市初沢町1231-5 高尾メディカルビル 3階
 休診日 火曜・祝祭日 TEL 042-669-0012

車 高価買取 キャンペーン!

自走できる普通車は 買取最低保証

5万円

車を売るなら 今がチャンス

★ご自宅まで出張査定無料
 ★即日現金でお支払い 軽自動車は最低買取保証1万円

八王子市・日野市・そのほか近隣地区も無料出張します

クルマ高く売るなら!

ハッピーカーズ

八王子店 090-8596-4228

東京都公安委員会 第308762121566号

台風に備え 屋根や雨どいの点検はしていますか?

台風被害で屋根の雨漏りは多いのですが、強風での棟板金の飛散やめくれ、雨どいの破損や雨漏りも多いです。台風前にドローンで雨どいの健康診断してみませんか?

— 東京都板金工業組合加盟 —

八王子で54年! 八王子・日野市

屋根・雨どい・雨漏り専門店

屋根のフルヤ

〒192-0911 八王子市打越町2113-13

電話 090-4951-8314

家族葬はセレモア

39.8万円~ (43.78万円 税込) からお選びいただけます

365日 24時間 0120-650-650

株式会社 セレモア 八王子本社 担当: 岩本 恵子 (080-2073-2979)

資料請求

お申込みの方に 経済的なパック葬のパンフレットなどをお送りします。

子どもから高齢者まで。地域から親しまれる医療機関をめざして 駒木野病院 ☎042-663-2222