

第53号

2022年1月15日



向こう三軒両隣・互<sup>ごきんじよ</sup>近助づきあい八王子

# 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：22地区348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

## 元横地区特集

# 水と緑のまち 元横地区



スマホでサイトも  
チェックしてね！

八王子町自連

※詳細は町自連のサイトを  
ご覧ください



元横山町一丁目の旧美ささ苑内の「獨楽庵」(解説は中面に)

町自連のホームページを春に  
リニューアルします。お楽しみに！



八王子市  
町会自治会連合会  
会長 秋間 利久

明けましておめでとうございます。  
皆様には健やかに新春をお迎えのこととお  
慶び申しあげます。

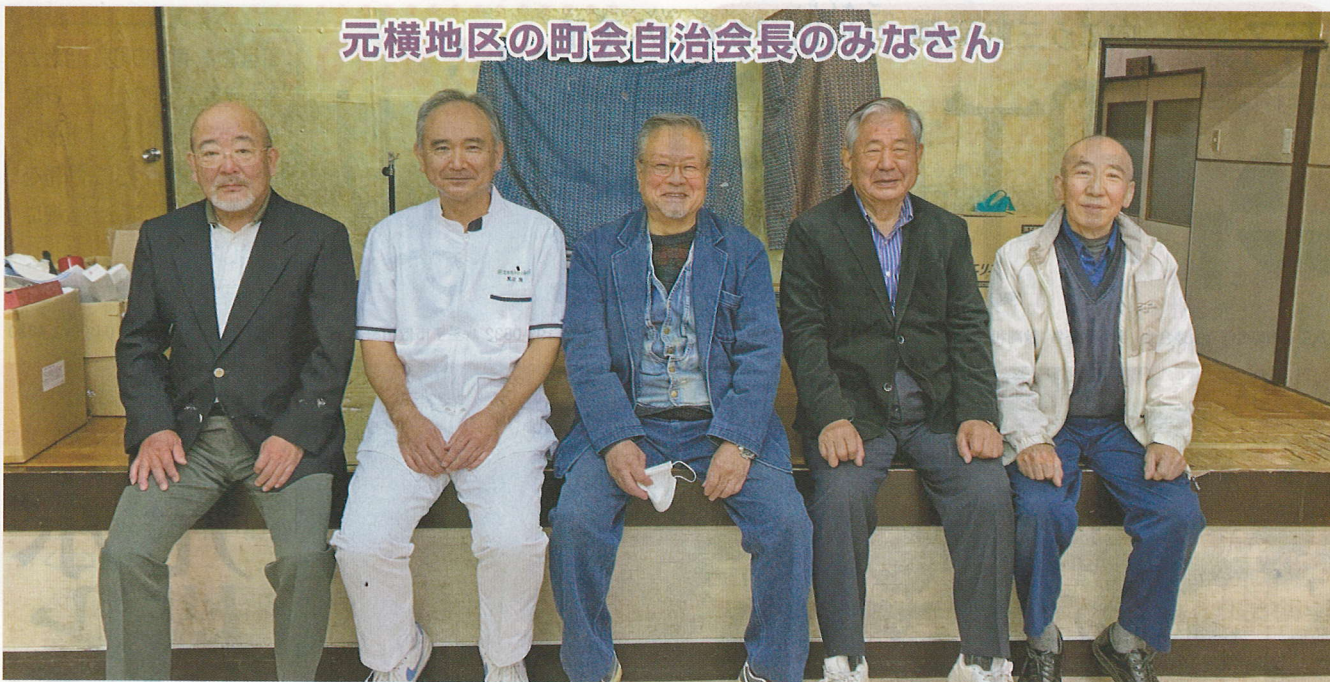
昨夏、東京2020オリンピック・パラリ  
ンピック競技大会が開催されました。

国が発出した「緊急事態宣言」下での開催  
のため自宅で観戦しましたが、画面から伝わ  
る選手の最後まで諦めずに戦う姿に熱く感動  
し、何事も誠実に取り組むことで、多くの方々  
にその思いが伝わるものと再認識をしました。

今年は、新型コロナウイルスなどへの感染  
症対策を考えながら私たちの活動を再開し、  
町会自治会連合会に加入する皆様への支援を  
してまいりたいと考えております。

最後になりますが、皆様方には、くれぐれ  
も健康に留意され、素晴らしい一年となりま  
すことを心よりお祈り申しあげます。

## 元横地区の町会自治会長のみなさん



### 元横地区の歴史

元横地区は、甲州街道の北側から浅川までの地域で、元横山町五つの町会と田町の六町会で構成されています。

この地区は、平安時代後期から鎌倉時代・室町時代にかけて武蔵国を中心に下野、上野、相模といった近隣諸国にまで勢力を伸ばしていた武士集団である武蔵七党の筆頭である横山党の本拠地横山庄の中心の地であったと言われています。エリア内には横山党の

	町会・自治会名	世帯数	会長名
1	元一自治会	214	坂本 茂治
2	元横山町第二町会	596	秋間 利久
3	元横山中部自治会	174	半澤 秀雄
4	元横山町第四町会	257	黒沼 隆
5	元横山町第五自治会	215	小池 晋
6	田町町会	100	藤井 朝

あなたの身体歪んでますよ。骨盤矯正 姿勢改善。

くろめま健康カイロ院

☎080-4838-4301

開祖である横山義孝を祀った横山神社があります。また、神社から妙薬寺の一体の敷地は横山氏の居館があったと言われており、妙薬寺には永禄3年(1560年)に建立された横山将監小野秀綱の供養塔があります。

当時、横山村は広大な原野でおよそ中央線の北側は横山村、南側は子安村でした。天翔18年(1590年)八王子城が落城したのち、徳川家康が大久保長安を代官頭とし、八王子のまちづくりを行うにあたり、八王子城の城下町であった慈根寺付近(元八王子)の旧八王子宿の商人等を横山村へ移しました。この時横山村を十五宿に分断し、宿の北側を元の字をつけて元横山村、南側は新横山村となったのです。

田町の成り立ちは、明治26年(1893年)八日町、本町を焼く大火があり、これをきっかけに甲州街道に面した商業地、宿泊を伴う旅館や飲食業を八王子駅周辺に、女性の接待を伴うも

美ささ不動産グループ  
Step Forward with Best Effort

地域と共に  
創業1917年(大正6年)

美ささ(株) アクシス(株) 美ささ不動産(株)

八王子市散田町3-17-1 ☎:042-661-3333

ALPs  
スーパーアルプス

スーパーアルプス で 検索

くすりの仙昌堂

八王子駅徒歩10分

〒193-0063 八王子市元横山町1-22-3  
TEL.042-645-0938

MELS  
株式会社 電設

電源と社会の未来のために  
スイッチング電源の専門メーカー

〒192-0063 八王子市元横山町1-12-5  
TEL 042(660)4111(代)  
http://www.e-densetsu.co.jp

家族葬 1907年創業  
こすもす 家族会館®

いちようホール通りの3式場

☎0120-092-199  
株式会社 溝口祭典



【獨楽庵】元横山町一丁目の旧美さ苑内に「獨楽庵」はあります。「獨楽庵」は、千利休が天正年間(1580年代)に宇治田原に建てた茶室がその起こりです。その後、京都、大阪、江戸に移築され、大名茶人松平不昧公に愛用されたといわれています。しかし、1854年の安政東海地震の津波により、本体は流失の憂き目にあいました。その後、大正10年、北鎌倉にて復元され、終戦後、東京芝白金を経て、八王子の櫻崎家に移築されたものです。



【学校給食センター元横山】2021年、かつて町自連の事務所があった元横山町一丁目に、八王子市学校給食センター「はちっこキッチン元横山」が完成し、第一中・第五中・ひよどり山中・石川中・打越中の5校に給食を提供しています。市内に5か所に整備する学校給食センターの3番目としてはちっこキッチン元横山ができました。八王子の未来を担う子どもたちが「おいしい給食」を食べて、元気に成長することを願っています。

### 元一自治会

元一自治会の概要ですが、いちようホール通りを挟んで南に200m北に200m、東は桑並木通り、西は暁橋通りに囲まれて、214世帯で活動しています。コロナウィルス流行の前の年間行事は、4月に総会、役員改正、毎月第二土曜日は定例会、奇数月の日曜日、午前中竹の花公園の清掃、夏には八王子まつり参加、年末には、夜警や自治会内清掃などがあります。

### 元横山町第四町会

元横山町第四町会は、町会(役員、理事、婦人部、交通部)と育成会(役員、こども会)の相互協力により各種地域活動を積極的に実施しています。春、秋、に北大通り花の植え替え、イベント参加、夏はこども夜店大会、年末はこども夜警、冬には餅つき大会などを実施しています。

のは北側へという都市整備が行われたことに由来します。そこで元は浦田と呼ばれていた元横山町の妙薬寺裏の田地(今の田町)に八王子遊郭が移されました。

### 元横山町第二町会

当町会では住民の安全安心な暮らしが守れるよう防犯と防災に力を入れています。①防犯活動/夜間のパトロールを週1回、15年以上継続して実施。②防災活動/災害時の安否確認体制の確立、災害力良品備蓄品の管理、浅川反乱に備えた住民への周知など。③親睦行事の実施/近所との協力体制の維持が災害発生時には大きな力になることを踏まえ親睦行事を行っています。

### 元横山町第五自治会

元横山町第五自治会では、地震に対応したマニュアルや役員の対応の指針を作成していました。しかし、令和元年10月に東日本を襲った最大級の台風により浅川の氾濫の恐れが出て避難する状況となったことから、地震や水害に対する安全安心に対応するマニュアルを作成しました。また毎年1月には「新春の集い」を開き、餅つきなどを行い自治会内の皆さんの懇親を深めています。

昭和33年遊郭が廃止されましたが、道路はそのままの広さで残され現在、元横地区連合で地域の交流を目的に「ふれあい交流」が開催されています。

## 総合電気設備工事



AKIMA ELECTRIC CORPORATION

## 秋間電設株式会社

〒192-0063 東京都八王子市元横山町1-13-19  
TEL.042-644-3675 FAX.042-644-4822  
e-mail akimadensetsu@io.ocn.ne.jp

“高尾の天狗”  
八王子酒造りプロジェクト

八王子のお米で造った日本酒です。



詳細はコチラ



## 株式会社 さわぶち不動産

〒192-0083 東京都八王子市元横山町1-27-1  
TEL 042-644-9500  
FAX 042-646-0407  
☒ hachioji@sawabuchi.co.jp

## 木下の介護 KINOSHITA GROUP

### グループホーム八王子

〒192-0063 東京都八王子市元横山町1-20-9  
TEL. 042-631-9077

ご見学  
受付中

# わが青春の思い出

元横山子連鼓会総代 半澤秀雄

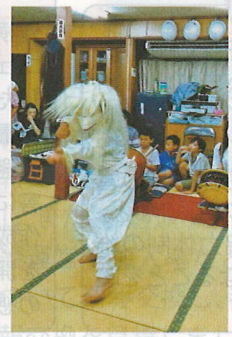
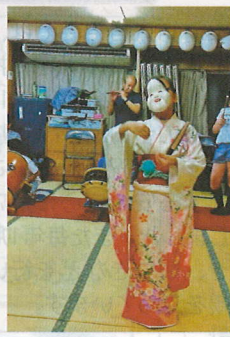
小さいころから祭りが大好きだった。その理由の一つに、神社が近くにあって、根方をしていて、威勢がよくて同級生の女の子には結構人気者であった。そんな折、仲間の誰かが俺たちもお囃子を習おうか、と。その一言で、今の元横山子連鼓会が生まれることにつながっていくのだ。祭りが終

わってすぐに仲間5人が集まり祭り談義、お囃子談義が始まる。まず、どこに習いに行こうか、師匠は誰がいいだろうか。仲間を増やそう、と皆、一生懸命動き回った。その甲斐があつて18人の青年が集まり23歳の時（昭和46年9月16日）に会が発足した。運がいいのか元横山町の山車に乗れ、神社を任せられ、10年経った頃には年間30か所お囃子の

依頼が来るようになった。各町会のお祭り、盆踊り、結婚式など祝い事、他市へも行くようになり、いろいろな方々にも巡り合えた。45歳で八王子まつり囃子連合会を立ち上げ、今も23団体が八王子まつりで活躍している。山車に乗っている半分が連合会の会員である。うれしいことだ。ここ2年近くは新型コロナウィルスのまん延で練習がストップしていましたが、収束と共に練習も始まり73歳の指導者から8歳の子供ま

で、41名一丸となって頑張っている。早いもので今年で創立50年を過ぎ、50周年の会を催す所存である。これからも若い会員を育て芸能文化を追究する所存です。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いたします。

## 元横山地区はここです！



## BASE CREATION SPACE

基礎を大切に、独創と調和を考えた創造空間をめざして

国土交通省許可倉庫・東京倉庫協会会員・一般貨物取扱

### 八王子食糧株式会社

八王子市元横山町3丁目6番7号  
**TEL:042-622-8228(代)**  
<http://www.hachiouji-shokuryo.co.jp>

ISO 9001 認証取得  
 エコアクション21 認証取得

## 黒須建設株式会社

代表取締役社長 黒須 光隆

本社 〒192-0063 東京都八王子市元横山町1-29-12  
 TEL.042-642-5331(代) FAX.042-642-5314  
<http://www.kurosu-kensetsu.co.jp>

## 家族葬

少人数のお見送りも可能です

「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

## 新型コロナ時代に保健所から皆さんへ ②

### 免疫力を高める食材、料理など

免疫力を高めるためには、栄養バランスのとれた食事を心がけることが基本です。そのほか、抗酸化作用のあるビタミンA、ビタミンC、ビタミンEを摂取して免疫細胞を活性化させる、腸の環境を整える発酵食品や食物繊維を摂取することがおすすめです。

#### 免疫力を高めるためにとりたい栄養素

##### ① 腸内環境を整える

腸には約70%もの免疫細胞が集まっています。その腸の環境を整えるために乳酸菌とそのえさになる食物繊維などをとりましょう。

・発酵食品(乳酸菌を多く含む)... ヨーグルト、漬物、みそ、チーズ、キムチなど・食物繊維の多い食材... きのこと類、野菜、海藻、果物など・オリゴ糖を多く含む食材... たまねぎ、バナナ、大豆製品など

##### ② 免疫細胞を活性化させる

抗酸化作用(細胞の酸化を防ぐ作用)をもち、免疫細胞を活性化させるビタミン類をとりましょう。

- ・ビタミンA... レバー、緑黄色野菜(ほうれん草、人参など)
  - ・ビタミンE... 魚介類、種実類(ごま、アーモンド、ピーナッツなど)
  - ・ビタミンC... ピーマン、ブロッコリー、果物など
- ※3つを総称してビタミンACE(エース)とよばれています。

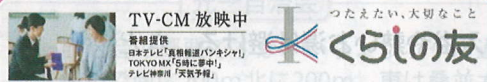
##### ③ 免疫細胞のもとを作る

免疫細胞の材料となる良質のたんぱく質をさまざまな食品からとりましょう。

- ・動物性たんぱく質... 肉、魚、鶏卵など
- ・植物性たんぱく質... 豆腐、納豆、豆乳など

##### 【料理例】

五目炊き込みごはん、根菜たっぷりカレー、豚肉のきのこ巻き、サバの味噌煮、鮭のホイル焼き、レバニラ炒め、豆腐ステーキ、ひじきの煮物、じゃがいもとピーマンの胡麻和え、バナナヨーグルトなど



#### くらしの友冠婚葬祭互助会システム

月々1,000円～加入できます

ご葬儀のスタイルは、時代と共に変わっていきます。

家族葬、1日葬、音楽葬など多様なご要望にお応じます。



八王子総合斎場 南大沢総合式場 葬儀専用式場  
八王子駅南口より徒歩約5分 南大沢駅より徒歩約9分 八王子北野せしモコーホーム北野駅北口より徒歩約5分

資料請求  
ご相談などお気軽に  
お問い合わせください  
TEL042-645-5730

### 市長と町自連三役との懇談会

定例の市長と町自連三役との懇談会が、10月4日(月)に市役所において開催されました。懇談会では、日常生活における共助活動に向けた組織化の推進、災害時における共助活動の組織と推進などについて、活発な意見交換し、今後の市政運営に反映するとの話をいただきました。

### 2月開催 研修会のお知らせ

令和4年2月16日(水)、午後2時から「いちょうホール」において、町自連主催「町会自治会研修会」を開催します。危機管理教育研究所危機管理アドバイザー国崎信江氏を講師にお迎えし、「災害時における避難所の運営、避難のあり方」についての研修を予定しています。

株式会社  
**藤井商店**

八王子市元横山町1-13-5  
TEL:042-645-6601  
FAX:042-646-4061

**包装資材**

の事なら当社におまかせ!

横浜営業所  
横浜市神奈川区山内町1  
市場ビル108  
TEL:045-459-3407  
FAX:045-441-2388

きもの・不動産

**樫実紡織株式会社**

〒192-0063 八王子市元横山町2-3-2  
TEL 042-642-4541  
FAX 042-642-4035

お祭り・玩具・花火・駄菓子・ファンシーの総合卸問屋

FESTIVAL PARTY SUPPLIER

**Yanigishi**  
SINCE 1945

株式会社ヤマギシ

〒192-0063 東京都八王子市元横山町2-3-16  
TEL 042-646-7700

C. BECHSTEIN

**ピアノ芸術。**  
ベヒシュタイン、ピアノ芸術のさらなる高みへ

フラッグシップショールームが  
日比谷にオープン! 詳細はHPで

株式会社 ベヒシュタイン・ジャパン  
八王子技術営業センター  
〒192-0063 八王子市元横山町1-12-6 www.bechstein.co.jp/

## 八王子税務署から確定申告のお知らせ

### ■確定申告書作成会場の開設

令和4.2.1④～3.15④(土、日及び祝日を除く。但し、2/20⑤、2/27⑤は開場)

[受付]8:30～16:00 [相談]9:00～17:00

会場への入場には入場整理券が必要となります。入場整理券は税務署で配付するほか、LINEアプリで事前に入手可能(詳しくは国税庁HP参照)。入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。なお、税務署の駐車場は、2/1④～3/31④までは使用できませんので、公共交通機関のご利用をお願いします。

### ■税理士による無料申告相談開催(日時要確認※)

1/25④～1/28⑤ 南大沢文化会館  
2/1④～2/15④ 八王子市役所本庁舎1F市民ロビー  
※日時などの問い合わせは、

八王子税務署 **TEL042-697-6221** へ

### ■申告書提出

税務署は大変混雑します。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、①スマホ・パソコンによるe-Tax(電子申告)の利用、②書面での申告は郵送による提出にご協力をお願いします。

## 冬は特に要注意!入浴時の事故を予防しよう

入浴時の心停止は溺水だけでなく、急性心筋梗塞や脳卒中などが原因で起こることもあります。

特に冬の時期、湯船の中と浴室の温度差が大きいことなどから、心停止の発生頻度は、夏の時期に比べて約10倍になります。



### 【予防策】

- 冬の時期は、浴室、脱衣所、廊下をあらかじめ温める
- 飲酒後や眠気を催す薬の服用後の入浴は避ける
- 入浴の前後にコップ1杯程度の水分補給をする
- 長時間の入浴や熱いお湯は避ける など

(出典 赤十字救急法基礎講習教本)

このほかにも、赤十字講習の知識を動画で紹介しています。



**WEB CROSS**  
電子講習室



## 北原<sup>24時間</sup>相談・駆けつけサービス

1人暮らしが不安な方、離れて住む家族が心配な方へ

- ☑ 時間を問わず気軽に相談できる
- ☑ 必要な時は救急救命士が駆けつけてくれる
- ☑ 北原病院協力なので救急のたらい回しにあわない

北原病院との協力で  
実現した安心のサービス



※病状に応じて他院と連携し転送させて頂く場合があります。

お申込・お問合せはお電話でお願いします。

**042-642-8882**

月曜日～土曜日(日祝除く) 9:00～17:00

北原トータルライフサポート倶楽部

## 多摩地域情報交換会

11月19日(金)、八王子市内において、都町連未加盟団体を含む多摩地域10団体の町会自治会連合会の情報交換会が開催され、八王子からは秋間会長が出席し、また、都町連からも会長や役員も参加しました。組織運営や加入率など、町会・自治会の抱える課題について情報交換し、都町連加盟による引き続きの情報交換を目指しました。

住宅機器の多様化に対応する品揃え供給・サービス体制がさらに充実しました

人・街・未来へ 住宅設備機器の総合商社  
**株式会社 小泉多摩**

一八王子営業所一

**TEL:042-644-2251**

**FAX:042-646-7178**

あなたの会社のPRを「町自連だより」でしませんか?

詳しくは町自連へお電話ください。

“こころ”  
あたたまる  
家族葬

ドリーミーホール  
西八王子



八王子市千人町1-1-7  
JR中央線西八王子駅徒歩8分

ドリーミーホール  
八王子



八王子市長沼町854  
京王線長沼駅徒歩8分



ドリーミーホール  
オリジナルサービス

「おもいで」の映像を無料上映いたします

事前相談・ホール見学無料

霊安室完備 24時間受付

経済産業大臣許可(互)3087号

お葬式はドリーミー

**☎0120-29-7511**



3児の母でもある多忙な管理栄養士、鈴木さん

「認定栄養ケア・ステーション」の在宅訪問管理栄養士、鈴木真由美さん。ここでは地域密着型の栄養指導を受けられる拠点です。

**訪問する楽しさ**

「管理栄養士が訪問するというシステムはまだ知らない方もいらっしゃると思います。医師が訪問管理栄養士が必要だと判断すれば、私たちが伺うことができるので、相談してみてください。」（鈴木真由美さん）。鈴木さんの属する認定栄養ケア・ステーションには、鈴木さんを含め3人の管理栄養士さんがいて、病院内の管理栄養士業務のほか、訪問も行っています。

「終末期の患者さんが退院されてお家に戻られて。訪問で栄養指導にお伺いし

たんです。私が作ったお料理をとても気に入ってくださり。余命が半年と言われていたのですが、それから約3年、おいしくお食事して亡くなられました。奥様にも感謝されて、それが私のいい思い出です」（同）。

高齢者でなくても、認定栄養ケア・ステーションで相談することもできます。詳しくは以下の囲みをご覧ください。（取材・氷川希衣）

コーディネーター  
**加藤公恵** (かとうきみえ)

**プロフィール**  
医療法人社団永生会  
在宅総合ケアセンター  
センター長  
介護統括管理部長

長年福祉と介護の世界にたずさわる介護のエキスパート。

**管理栄養士とは？**

世間には、「調理に関する」仕事がたくさんあります。レストランやホテルのシェフ、学校給食の職員の方々、調理師さん、栄養士さん、管理栄養士さん……。素人には、なんだか違いが分かりにくいのですが、その中でも国家資格なのは、管理栄養士さんだけです。そして、管理栄養士さんというのは、「調理をする」のが仕事ではなく、病気を患っている方や高齢で食事をとりづらくなっている方、また健康な方、一人一人に合わせて専門知識で栄養指導や栄養管理を行います（それに対して栄養士さんは、都道府県知事の免許を受けた資格で、主に健康な方を対象にして栄養指導や給食の運営を行います）。



**いま、伝えたいこと**

By Kimie Kato

**「管理栄養士」さんは  
こんな仕事もしています**

あなたは管理栄養士さんに関して知識がありますか？実は、管理栄養士さんは医師と同じ「医療従事者」なのです。

**～食のかけつけを目指して～**



永生会では管理栄養士が切れ目なく“食のサポート”を行います！

永生クリニックでの  
外来栄養指導

ご自宅での  
訪問栄養指導

地域の方を対象とした  
栄養相談、栄養講座

病気を悪化させない食生活の  
改善に向けたお手伝いをします

通院が難しい方に対し、生活  
や身体の状態に合わせた食事  
の悩みにお応えします

病気や介護予防のために必要な  
「食生活」のポイントをお伝えします



永生病院認定栄養ケア・ステーション

月～金  
9:00～16:00

☎ 042-661-4141



3児の母でもある多忙な管理栄養士、鈴木さん

「認定栄養ケア・ステーション」の在宅訪問管理栄養士、鈴木真由美さん。ここでは地域密着型の栄養指導を受けられる拠点です。

「訪問する楽しさ」 「管理栄養士が訪問するというシステムはまだ知らない方もいらっしゃると思います。が、医師が訪問管理栄養士が必要だと判断すれば、私たちが何うことができるので、相談してみてください。」

コーディネーター 加藤公恵 (かとうきみえ)

プロフィール

医療法人社団永生会 在宅総合ケアセンター センター長 介護統括管理部長

長年福祉と介護の世界にたずさわる介護のエキスパート。

「認定栄養ケア・ステーション」の在宅訪問管理栄養士、鈴木真由美さん。ここでは地域密着型の栄養指導を受けられる拠点です。

管理栄養士とは？

世間には、「調理に関する」仕事がたくさんあります。レストランやホテルのシェフ、学校給食の職員の方々、調理師さん、栄養士さん、管理栄養士さん…。素人には、なんだか違



いま、伝えたいこと

By Kimie Kato

「管理栄養士」さんは「こんな仕事もしています」 あなたは管理栄養士さんに関して知識がありますか？ 実は、管理栄養士さんは医師と同じ「医療従事者」なのです。

～食のかかりつけを目指して～



永生会では管理栄養士が切れ目なく“食のサポート”を行います！

永生クリニックでの 外来栄養指導

ご自宅での 訪問栄養指導

地域の方を対象とした 栄養相談、栄養講座

病気を悪化させない食生活の改善に向けたお手伝いをします

通院が難しい方に対し、生活や身体の状態に合わせた食事の悩みにお応えします

病気や介護予防のために必要な「食生活」のポイントをお伝えします



永生病院認定栄養ケア・ステーション

月～金 9:00～16:00

042-661-4141



# 高尾霊園の譲渡会!!



「津久井・橋本・八王子」犬猫の会では、毎月第4土曜日、高尾霊園で犬猫の譲渡会を行っています。詳しくは右のQRコードからサイトに行けますのでご覧ください

詳細はこちら↓



高尾はペットの聖地です  
**高乗寺・高尾霊園  
犬猫墓地**

**☎042-661-6853**

動物が旅立ったら、まずはお電話ください

# 知らなかった皮膚科 ⑧

## 皮脂欠乏性湿疹

きしだ こうすけ  
**お話 岸田 功典 院長**  
(医療法人きしだ会理事長)



本格的な冬を迎え、乾燥による湿疹の患者さんが増えてきております。皮脂欠乏性湿疹というもので、老若男女を問わず日本人の湿疹の中で1番多いものです。人間の肌の中で最も乾燥しやすい「すね」の部分に起きやすく、特に皮膚が乾燥しやすい高齢者の方に多くみられます。保湿剤をしっかり塗って肌に潤いを与えて予防することもとても大事ですし、ひどくなってしまった場合には保湿剤の使用だけではなかなか治りませんので、ステロイドの塗り薬や抗アレルギー薬などのかゆみ止めの飲み薬もよく使います。また、この時期は「あかぎれ」や「しもやけ」、湯たんぼなどによる低温やけども増えてきております。特に、低温やけどを起こしてしまった場合には、治療に長い時間がかかる上にきれいに治らないこともよくありますので十分にご注意ください。

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

# ～備えて安心～ 遺言・相続のお話

身内が亡くなり、家族での話し合いや戸籍謄本の収集などで苦労された方もいらっしゃるのではないのでしょうか。でも、相続手続の大部分は、有効な遺言があれば省略できる可能性があります。自分が亡くなった後は家族が苦労をしないで済むように、遺言を作ってみてはいかがでしょうか。

## 家族への最後の手紙 遺言書

行政書士 監修 遺言川柳



遺言・相続のご相談は、お近くの行政書士へお気軽に。

東京都行政書士会八王子支部  
TEL 070-4219-8805

受付時間 10:00AM～5:00PM (土日・祝日を除く)  
http://gyoseisyosi.net/ ホームページはこちらから▶



# 屋根の雪の対策はできていますか? 雨樋の修理・清掃 屋根の雨漏り対策 お任せください!



いつ降るかわからない雪。降り積もる前に屋根の点検をしませんか。知らずに溜まった屋根の落ち葉で雨樋が詰まってしまうと雨漏りの原因にもなります。普段見えない屋根だからこそ丁寧なケアが必要です。屋根のことならプロにお任せください!!

八王子で51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



# ◆ 家族葬から一般葬まで幅広くご相談を承ります ◆



セレモア品質  
— CEREMORE QUALITY —



資料 事前  
請求 相談

☎ 0120-650-650

Eternal Heart 株式会社 セレモア

セレモア 検索



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