

4月15日に児童手当を振り込みます。

たまし
多摩市ホームページ ID1003454

4月30日を過ぎても、振り込みがない時は市役所に電話をします。

児童手当：申し込みが要ります。（子供が増えました。多摩市に引っ越してきました。）

必ず市役所に話してください。

わからないことは 子ども・若者政策課 ☎042-338-6851 に電話してください

2025年度の国民年金の保険料が変わりました。

仕事を辞めた人は手続きが要ります。

たまし
多摩市ホームページ ID 10001961

◆国民年金保険料が17,510円/月になります。

◆手続きが要る20歳～59歳の人

- | | | |
|---|---|-----------|
| } | ①仕事を辞めた時
②仕事を辞めた人の夫、妻
③夫、妻が65歳になった時 | 手続きが要ります。 |
|---|---|-----------|

手続きには

仕事を辞めた日がわかる書類・基礎年金番号がわかる書類・本人確認書類（免許証など）
が要ります。

わからないことは 保険年金課 ☎042-388-6844 に電話してください。

府中年金事務所 ☎042-361-1011

多摩市の公共施設ではWi-fiを使うことができます。

たまし
多摩市ホームページ ID 1016833

<使うことのできる場所>

多摩市役所本庁舎1階ロビー・消費者生活センター・TAMA女性センター

総合体育館・武道館・健康センター・関戸公民館・永山公民館・関戸図書館・永山図書館

各コミュニティセンター



わからないことは 情報政策課 に聞いてください。 ☎042-338-6865

びょういん やす にち きゅう びょうき ひと い まえ でんわ
病院が休みの日に 急に病気になった人・行く前に電話をかけてください。

きゅうじつしんりょうとうばんい
休日診療当番医

こぜん じ こ こ じ
午前9時から午後5時まで

たましいしかい
 多摩市医師会 <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

にちようび しゅくじつ い びょういん
※日曜日・祝日に行くことのできる病院です。

けんこうほけんしょう にゅうようじりょうしょう も い
※健康保険証・乳幼児医療証を持って行きます。

じかん まも
※時間を守ってください。



がつ にち にちようび 4月13日(日曜日)	なかむらないかいいん 中村内科医院	すわ 諏訪5-10-7	☎042-375-7757
がつ はつ か にちようび 4月20日(日曜日)	せいせきサトウクリニック	せきど けいおうせいせきさくらがおか 関戸1-7-5 京王聖蹟桜ヶ丘S・C C館	☎042-337-2715
4月27日(日曜日)	あらがきないか け か 新垣内科外科クリニック	つるまき しんとし 鶴牧1-24-1 新都市センタービル3階	☎042-373-0514
4月29日(祝日)	えぎきしょうに 江崎小児クリニック	おちあい 落合3-20-2	☎042-376-5225
5月3日(祝日)	たむら 田村クリニック	おちあい 落合1-32-1 多摩センターペパビル5階	☎042-356-0677
	たまたま 多摩センタークリニックみらい	おちあい 落合1-38 マグレブパーキングビル 1階	☎042-316-8570
	たけいしょうにか しょうにか 武井小児科(小児科)	せきど 関戸2-69-3	☎042-375-3030
5月4日(日曜日)	あいクリニック	かいどり 貝取1431-3	☎042-375-9581
	たむら 田村クリニック	おちあい 落合1-32-1 多摩センターペパビル5階	☎042-356-0677
	にしだこどもクリニック	ながやま 永山1-2-14 フローラ永山1階	☎042-376-1001
5月5日(祝日)	たかはし内科・脳神経内科クリニック	せきど 関戸2-66-1	☎042-400-1508
	こどもクリニックしみず(小児科)	つるまき しんとし 鶴牧1-24-1 新都市センタービル 3階	☎042-373-0512
	たむら 田村クリニック	おちあい 落合1-32-1 多摩センターペパビル5階	☎042-356-0677
5月6日(振替休日)	みゆきクリニック	れんこうじ 連光寺1-8-3	☎042-372-4853
	たむら 田村クリニック	おちあい 落合1-32-1 多摩センターペパビル5階	☎042-356-0677
	からきだ 唐木田こどもクリニック(小児科)	からきだ 唐木田1-53-9 唐木田センタービル 2階	☎042-355-8505

じゅんやしんりょうじょ けんこうせんたーない しょうにか
こども準夜診療所(健康センター内) = 小児科

よる きゅう びょうき さい した びょういん
夜、急に病気になったこども(15歳より下)の病院です

こご じ こ こ じ ぶん
午後7時から午後9時45分までです。

じゅうじょ せきど
住所： 関戸4-19-5 ☎042-375-0909

せいせきさくらがおかえき ある ぶん くるま と
 (聖蹟桜ヶ丘駅から歩いて5分です。車を停めるところがあります。)

きゅうじつ し か おうきゅうしんりょうじょ けんこうせんたーない しか
休日歯科応急診療所(健康センター内) = 歯科

やす にち きゅう は いた ひと い
休みの日、急に歯が痛くなった人が行くことができます。

こぜん じ こ こ じ
午前9時から 午後3時までです。

じゅうじょ せきど
住所： 関戸4-19-5 ☎042-376-8009

せいせきさくらがおかえき ある ぶん くるま と
 (聖蹟桜ヶ丘駅から歩いて5分です。車を停めるところがあります。)

しんりょうきかん あんない じかん にほんご びょういん おし
診療機関の案内(24時間いつでも) 日本語で病院を教えます。

しょうぼうちょうきゅうきゅうそうだん
消防庁救急相談センター

けいたいでんわ
#7119 (携帯電話から)

☎042-521-2323

とうきょうといりょうきかんあんない
東京都医療機関案内サービス ”ひまわり”

☎03-5272-0303

がいこくごいりょうじょうほう とうきょうとほけんいりょうじょうほう せんたー
外国語医療情報(東京都保健医療情報センター) あなたの国の言葉で病院を教えます。

こぜん じ こ こ じ
午前9時から午後8時までです。

☎03-5285-8181

がいこくじん せいかつそうだんしつ
☆外国人のための生活相談室☆

こま 困ったこと、わからないこと はなし 話ができます。

☎042-355-2118

<いつ>

4月3日 ・ 4月17日

午後1時30分から午後4時30分まで

<どこで>

TIC 活動室 (ヴィータ7階)

よやくせい
(予約制です)

① 電話をかけます。

② 約束します。

5月は1日と15日です。

にほんごきょうしつ よてい
☆日本語教室の予定☆ (TICの会員はお金はいりません)



たましいたくじぎょう
 多摩市委託事業 (多摩市から頼まれています)

クラス	ばしょ 場所	じかん 時間	にっぺい 日程	
			4月	5月
げつようび 月曜日 クラス	ココリア5階 キャリアマム	10:00~12:00	7日	12日/19日/26日
	パルテノン多摩 4階会議室3・4	9:45~11:45	14日/21日	12日/19日/26日
もくようび 木曜日 クラス	TIC 活動室 (ヴィータ7階)	10:00~12:00	10日/17日/24日	8日/15日/22日
		19:00~21:00	10日/17日/24日	8日/15日/22日
どようび 土曜日 クラス	TIC 活動室 (ヴィータ7階)	14:00~16:00	5日/19日/26日	10日/17日/24日

△ 日本語教室に行きたい人は電話をしてから来てください。

△ 教室に行くことができない人はオンラインで参加することもできます。TICに電話を下さい。

☆ 日本語おしゃべりサロン 7月から始まりました！ 月に1回土曜日にします。

3月15日(土) 午後1時30分から午後3時まで
 場所：TIC活動室

予約は要りません。
 外国の人来てください！

はっこう たましやくしよ ぶんかぶ ぶんか しょうがいがくしゅうすいしんか
 発行 多摩市役所 くらしと文化部 文化・生涯学習推進課

☎ 042-338-6882 毎月10日発行



さくせい へんしゅう たましこくさいこうりゅう
作成・編集 多摩市国際交流センター (TIC)

じむきょく たいましせきど かい
 事務局 〒206-0011 多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階

☎042-355-2118 FAX 042-355-2104

E-mail: tic@kdn.biglobe.ne.jp URL: http://www.tic-tama.jp/

げつようび ともようび
 月曜日～土曜日 10:00~17:00

(日曜日、第1・3月曜日、祝日、年末年始、臨時休館日はお休みです。)

※ HAND in HAND について聞きたいことがある人は電話をください。E-mailをください。

HAND in HAND は4ヶ国語 (日本語・英語・中国語・韓国語) と、やさしい日本語があります。

ほ 欲しい人は TIC事務局まで電話をください。

へんしゅう うきた ちえこ へんご ふるせ ちづる
 編集 浮田 千枝子 やさしい日本語 古瀬 千鶴