

こくみんけんこうほけん こうきこうれいしゃいりようせいと かいごほけん 国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険について

たまし てがみ とど み
～多摩市から手紙が届きます。よく見てください。～

- ① 国民健康保険(70歳～74歳の人)

たまし
多摩市ホームページ ID1002003・ID1002011

- ② 後期高齢者医療制度(75歳以上の人)

たまし
多摩市ホームページ ID1012177・ID1002042

- ③ 介護保険(65歳以上の人)

たまし
多摩市ホームページ ID100971・ID1002967

がつ 31 日 で使えなくなります。

てつづ 手続きが要ります。

インターネットで手続きをしてください。

市役所で手続きをしてください。

わからないことは

① 保険年金課 国民保険担当

☎042-338-6824

② 保険年金課 後期高齢者医療担当

☎042-338-6807

③ 介護保険課 介護保険担当

☎042-338-6901

介護保険課 認定給付担当

☎042-338-6907 に聞いてください

てがみ とど み
手紙が届いた人は必ず見てください。

がつ 7 月 は じどうふようてあて しはらいつき 7月 は 児童扶養手当の支払月です。

たまし
多摩市ホームページ ID 1003455

がつ と お か きんようび じどうふようてあて こうざ ふりこみ つうちょう み
7月10日(金)、「児童扶養手当」を口座に振込をします。通帳を見てください。

がつ 7 月 31 日 を過ぎてても、振り込みがない時は市役所に電話をします。

市役所から手紙が来た人は、その紙に書いて必ず市役所に返してください。

※申し込んだ時と収入が変わった時、多摩市に住まなくなった時は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 聞いてください

たまし ひと こうしきせん しやうたい 多摩市の人をファームリーグ公式戦に招待します。

しあい み ひと もう こ
試合を見たい人は申し込んでください。

かね い
お金は要りません

にちじ がつ 9 月 5 日 (土) しあい ごご じ
日時 9月5日(土) 試合は午後5時からです。午後2時から入ることができます。

VS 中日ドラゴンズ

ばしよ じゃいあんつたうんスタジアム (いなぎしやのくち みなみやま がいく こう)
場所 ジャイアンツタウンスタジアム(稲城市矢野口3228 南山95街区1号)

たまし す ひと たまし がっこう かよ ひと たまし はたら
多摩市に住んでいる人、多摩市の学校に通っている人、多摩市で働いている人

はや もう ひと い
早く申し込んだ人が行くことができます。

がつ な の か かようび じ
7月7日(火) 12時からインターネットで申し込んでください。



↑
申し込みは
こちらから

夏休み！小学生が行くことのできる遊びがあります。

- くりらぼ in 多摩 (多摩中央図書館) 7月31日(金) 多摩市ホームページID 1020177
① プログラミング体験 午前10時から12時30分まで
② 3Dプリンターモデル作成 午後2時から午後4時30分まで



- 自由研究応援！大学生と学ぶバルーンアート 8月9日(日) 多摩市ホームページID 1020195
(多摩中央図書館)

- ① 1回目 午前10時から午前11時20分まで
- ② 2回目 午前11時30分から午後0時50分まで



※行きたい人はQRコードから申し込みます。

- 東大キャスト サイエンスショー 多摩市ホームページID 1020191

- ① ながめてさわって！ふしぎな光と液体のサイエンス
8月5日(水) (午後1時30分から3時30分まで)
(永山公民館 ベルブホール) ☎042-374-6661

- ② みえない力「大気圧」の秘密 多摩市ホームページID 1020192
8月18日(火) (午後1時30分から3時30分まで)
(関戸公民館 ヴィータホール) ☎042-374-9711

※行きたい人は多摩市のHPから申し込みます。電話でも申し込むことができます。

多摩中央公園で水遊びができます。

多摩市ホームページID 1002517

夏の間「きらめきの広場」では水が出ます。その中で遊べます。

7月18日(土)から8月31日までです。
きまりがあります。守ってください。



←多摩中央公園チラシより

月曜日から金曜日まで 午前10時から午前12時まで(火曜日は遊べません)
土曜日と日曜日 午前10時から午後4時まで キッチンカーが出ます。

とても暑い日(※熱中症特別警戒アラートが出た時)は遊べません。

わからないことは 多摩中央公園 ☎ 042-400-0338 に 聞いてください

本の紹介をします。

『セターアニメ(日本語/英語) 織姫と彦星の話 中国の民話一』

日本にはいろいろな記念日があります。

7月7日は七夕です。「七夕」は中国の話です。日本でもたくさんの方が七夕を楽しみます。

この話が英語でも聞けます。

みんなが楽しむことができます。他の本もたくさんあります。見てください。



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 し こご し
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 にゅうようしりょうしょう 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 7月12日(日曜日)	さ さ べ い い ん 佐々部医院	せき ど せいせき かい 関戸4-9-2 コンフォート聖蹟1・2階	☎042-375-7313
がつ にち にちようび 7月19日(日曜日)	せいせき せいせきサトウクリニック	せき ど かい 関戸1-7-5 京王聖蹟桜ヶ丘 SC C 館1階	☎042-337-2715
がつ にち 7月20日(祝日)	つるまき つるまきハ木クリニック	つるまき 鶴牧5-4-1	☎042-319-3449
がつ にち にちようび 7月26日(日曜日)	たけし ま い か 武島内科クリニック	おち あ い 落合3-11-3	☎042-338-5665
がつ ふ っ か にちようび 8月2日(日曜日)	わた な べ 渡辺クリニック	とよ が お か 豊ヶ丘5-8-1	☎042-371-3321
がつ こ の か にちようび 8月9日(日曜日)	なが や ま な い か 永山内科クリニック	こ っ た かい 乞田1426 KTA ビル 2階	☎042-338-2355
がつ にち 8月11日(祝日)	ま え は ら し ょ う こ まえはら小児科	せき ど かい 関戸4-72 ヴィータモールせいせき5階	☎042-374-5028

じゅんやしんりょうしよ けんこう セ ン タ ー ない し ょ う こ
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 し こご し ふん
午後7時から午後9時45分までです。

じゅうしよ 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 ふん 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しよ けんこう セ ン タ 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 し こご し
午前9時から 午後3時までです。

じゅうしよ 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 ふん 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。

しやうぼうちやうき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

とうきやうといてりやうきかんあんない
東京都医療機関案内サービス ” ひまわり”

☎03-5272-0303

がいこくごいりやうじやうほう とうきやうとほけんいりやうじやうほう セ ン タ ー
外国語医療情報（東京都保健医療情報センター）

く に こ と ば びょういん おし
あなたの国の言葉で病 院を教えます。

こぜん し こご し
午前9時から午後8時までです。

☎03-5285-8181

☆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>

がっ づ つか がつ にち
7月2日・7月16日

こ こ し ぶん こ こ し ぶん
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)

よくせい
(予約制です)

① 電話をかけます。

② 約束します。

8月は6日と20日です。

☆日本語教室の予定☆

(TICの会員はお金はいりません)



8月はお休みです。

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	会場	時間	日程	
			7月	9月
月曜クラス	パルテノン多摩 4階 3・4会議室 キャリアマム ココリア5階	9:45~11:45 10:00~12:00	6日 13日	14日・28日 7日
	永山公民館 5階 パルプホール	9:30~11:30	6日・13日	7日・14日・28日
木曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ7階)	10:00~12:00	2日・9日・16日	10日・17日・24日
		19:00~21:00	2日・9日・16日	10日・17日・24日
土曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ7階)	14:00~16:00	4日・11日・25日	5日・12日・26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18日 午後1時30分から3時まで 場所：TIC活動室

☆ 日本語を初めて勉強する人のクラスがあります。☆

無料¥0

7月21日から8月3日まで 午後6時30分から午後8時30分まで 場所：永山公民館

発行 多摩市役所 暮らしと文化部 文化・生涯学習推進課

☎ 042-338-6882 毎月10日発行



作成・編集

一般社団法人多摩市国際交流センター (TIC)

事務局 〒206-0011 多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニエ7階

☎042-355-2118 FAX 042-355-2104

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

月曜日～土曜日 午前10時～午後5時

(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。

欲しい人はTIC事務局まで電話をください。

編集 浮田 千枝子

やさしい日本語

ふるせ ちづる
古瀬 千鶴