

HAND in HAND in たま

たまし
多摩市の生活情報
ねんがつごう
2026年1月号 Vol.387
にほんごばん
やさしい日本語版

1月9日に児童扶養手当を振り込みます。

たまし
多摩市ホームページ ID1003455

令和7年（2025年）11月・12月の児童扶養手当を振り込みます。

1月20日を過ぎても、振り込みがない時は市役所に電話します。
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 電話してください
FAX 042-372-7988

さくらがおか
せいせき桜ヶ丘 ラスカル子ども映画祭

たまし
多摩市ホームページ ID1006552

日時 1月31日（土）・2月1日（日） 午前10時から午後5時まで
場所 関戸公民館 VITA ホール（8階）ギャラリー（7階）

映画会 年齢にあった映画を見るることができます（2歳以上の子ども）

映画を見たい人はインターネットから申し込んでください。（70人まで）
当日来た人は早く来た順番で見ることができます。

ワークショップ 申し込みが要ります。映画を見た後にできるものがあります。

その他イベント 申し込みは要りません。当日来て楽しんでください。

映画を見た人には『おやつ交換券』をプレゼントします。

パンフレットを見てください。

申込 1月6日（火）12時から1月15日12時までです。

インターネットで申し込んでください。

わからないことは 経済観光課 ☎ 042-338-6909 に 電話してください
FAX 042-372-7988

かくていしんこく ひとはや せいむしょ い
確定申告をする人は早く税務署に行きましょう。

所得税・復興特別所得税・贈与税・個人事業者の消費税・地方消費税を
納める人は日野税務署で相談することができます。入場整理券が必要です。

入場整理券は国税庁LINE公式アカウントから手に入れることができます。
相談は2月16日（月）～3月16日（月）午前9時～午後4時までです。

土曜日・日曜日・祝日は休みです。

3月1日（日）は立川税務署で相談することができます。

駐車場はありません。

確定申告はe-Tax（オンライン）でもできます。



かくていしんこくしょ
確定申告書
さくせい
作成コーナー



わからないことは 日野税務署 ☎ 042(585)5661 に 聞いてください

スペイン～世界遺産と食文化～ 国際理解講座×多文化共生講演会

多摩市ホームページ ID1019100

日時
場所
内容

1月18日(日)午後1時～4時(0時30分から入ることができます)

パルテノン多摩 オープンスタジオ

①多文化共生の講演会・外国人市民とのトークセッション

②国際理解講座スペイン

③市内・近隣で多文化共生関連活動をしている団体の活動を紹介します

登壇者 ①菊池哲佳さん(明星大学人文学部国際コミュニケーション学科准教授)

ファム・ディン・トンさん(ベトナムの人、(社福)啓光福祉会)

濱崎アンナさん(アメリカの人、TIC会員)

②オスカル・メンドーサさん(TIC会員)

わからないことは 文化・生涯学習推進課 ☎042-338-6882 に 聞いてください

市税の口座振替登録ができます

多摩市ホームページ ID1001811

市税の支払いを銀行の窓口でしている人1月25日(日)に市役所で登録ができます。

本人確認書類を持ってきてください。

わからないことは 納税課 ☎042-338-6852 に 聞いてください
保険年金課 ☎042-338-6934

茶道をしてみたい人にお知らせです

多摩市ホームページ ID1018977

2月21日(土)・28日(土) 午前10時～正午(9時45分までに来てください)

関戸公民館和室・茶室

14人(早く申し込んだ人が入ることができます)

高校生以上の人・両日参加できる人・茶道をしたことがない人が一緒にできます。

茶道について、お茶会のことを多摩市茶道連盟の人が教えます。

足袋または白いソックス、ノートとペンを持ってきてください。

1月6日(火)午前9時から、公式ホームページのインターネットで受付けます。

わからないことは 関戸公民館 ☎042-374-9711 に 聞いてください

アクアブルー多摩の休みを知らせます。

多摩市ホームページ ID1008349

アクアブルー多摩は1月17日(土)から2月10日(火)はプールが使えません。

2月14日(土)はアクアブルー多摩が使えません。

わからないことは アクアブルー多摩 ☎042-338-7667 に 聞いてください

『教えて!ゆか先生 日本語会話表現60』

この本を書いた人:村上由佳 本を出した所:アスク出版

日本語を勉強している人にお知らせします。

「いつも使える言葉を知りたい!」と思ったことはありますか?

この本では、日本人が使っている会話から、自然な日本語表現を知ることができます。

日本語教師がおすすめする勉強の方法も書いてあります。



びょういん やす ひ 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

午前9時から午後5時まで

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

にちようび しゆくじつ 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 にゅうようじいりょうしょう も い
※健康保険証・乳幼児医療証を持って行きます。

じかん まち
※時間を守ってください。



1月11日(日曜日)
1月12日(祝日)
1月18日(日曜日)
1月25日(日曜日)
2月1日(日曜日)
2月8日(日曜日)

ふせかわいいん
布施川医院
たかはし内科・脳神経外科クリニック
せいせきサトウクリニック
多摩かぜまち内科クリニック
渡辺クリニック
さくべいいん
佐々部医院

落川 1329
たかはし内科・脳神経外科クリニック
せいせきサトウクリニック
諏訪 2-2 ブリリア多摩ニュータウンB-100
豊ヶ丘 5-8-1
たかはし内科・脳神経外科クリニック
関戸4-9-2 コンフォート聖蹟 1階・2階

042-373-5858
042-400-1508
042-337-2715
042-338-6611
042-371-3321
042-375-7313

こども準夜診療所(健康センター内) = 小兒科

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

午後7時から午後9時45分までです。

じゅうしょ せきど
住所: 関戸4-19-5 042-375-0909

(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。)

休日歯科応急診療所(健康センター内) = 歯科

ゆす ひ 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。

午前9時から 午後3時までです。

じゅうしょ せきど
住所: 関戸4-19-5 042-376-8009

(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。)

診療機関の案内(24時間いつでも)

にほんご びょういん おし
日本語で病院を教えます。

消防厅救急相談センター

#7119 (携帯電話から)

042-521-2323

東京都医療機関案内サービス "ひまわり"

03-5272-0303

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。

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☆

困ったこと、わからないこと話ができます。

☎042-355-2118

<いつ>

1月15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。

2月は5日と19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) 

たましいたくじきょう (たまし たの) 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	
			1月	2月
月曜クラス	パルテノン多摩 4階 3・4会議室	9:45~11:45	19日・26日	2日・9日・16日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30~11:30	19日・26日	2日・9日・16日
木曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ 7階)	10:00~12:00	8日・15日・22日	5日・12日・19日
		19:00~21:00	8日・15日・22日	5日・12日・19日
土曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ 7階)	14:00~16:00	10日・24日・31日	7日・14日・21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 月に1回土曜日にします。

1月17日 (土)

午後1時30分から3時まで

場所: TIC活動室

無料

よやく いりません。
 外国人の人来てください!

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

作成・編集

一般社団法人多摩市国際交流センター (T I C)

事務局 ☎206-0011 多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミューネ7階

☎042-355-2118 FAX 042-355-2104

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

月曜日～土曜日 午前10時から午後5時まで

(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。



henshuu niishi naoi やさしい日本語
 编集 西尾 尚子 ふるせ ちづる
 にほんご やさしい日本語 古瀬 千鶴