HAND in HAND in たま

多摩市の生活情報
2026 年 9 月号 Vol.395

●今日できる 防災チェック✔!

近年、各地で地震が発生しています。7 月にも最大震度 7 を観測した令和 8 年熊本地震が発生しました。もしもの時に慌てないためには、普段の備えが大切です。自分や家族の安全を守るために、今日できる防災対策を確認してみましょう。

●家の安全をチェックしましょう!　転倒防止器具の正しい取り付け方を市公式 YouTube で紹介しています▶

過去の地震では、家具の転倒により多くの方が亡くなっています。
地震から身を守るため、家の安全対策を見直しましょう。

●家の備えをチェックしましょう!　さらに詳しく知りたい方は、東京備蓄ナビ(東京都総務局)をご活用ください▶

普段使う食品や生活用品を災害時にも活用する「フェーズフリー」を取り入れ、
最低3日分、できれば1週間分を備えておきましょう。

●最寄りの災害時給水拠点の場所をチェックしましょう!

断水時に困らないために、飲料水の備蓄とあわせて、　地図はこちら▶
お近くの災害時給水拠点の場所や利用方法を確認しておきましょう。

問合せ　防災安全課 ☎042-338-6802・Fax042-339-7422　ID 1016261

●防災×やさしい日本語ワークショップ

日 時　9月27日(日)午後2時～4時(1時30分開場)　場 所　大栗川・かるがも館ホール
定 員　40人(応募者多数の場合は抽選)
内 容　外国人にも伝わりやすい、やさしい日本語を学びながら、防災について一緒に考える
講 師　菊池哲佳氏(明星大学人文学部国際コミュニケーション学科准教授)　ID 1021167
申込・問合せ　9月16日㈬までに、公式ホームページのインターネット手続きで、文化・生涯学習推進課 ☎042-338-6882

●アイスランド×多摩市　10月にレイキャビク市と姉妹都市提携へ

多摩市は5年前に「駐日アイスランド大使館との友好協力関係に関する覚書」を締結しました。今年も6月13日～21日にアイスランドウイークを開催し映画上映会や記念講演など多彩なイベントを実施しました。

アイスランドはジェンダー平等先進国であり多摩市も学ぶことの多い国です。この10月には首都レイキャビク市にて姉妹都市提携を締結します。これを契機に様々な分野で交流を進めていきます。

●9 月 28 日(月)から市役所本庁舎の電話で発着信通話の録音を実施します

市民の皆さんへの行政サービスの適正な提供およびサービス向上を図るとともに、通話内容の正確な確認や職員への不当な要求などの防止を目的として、電話応対時の通話録音を実施します。
電話をかけていただくと、はじめに録音をお知らせする音声ガイダンス(約 7 秒)が流れます。

問合せ　総務契約課 ☎042-338-6858　ID 1021181

●守ろう交通ルール 広げよう交通安全　9月21日㈷～30日㈬は秋の全国交通安全運動です

●交通安全運動重点目標　ID 1015677
①歩行者の安全確保と反射材用品の着用推進　②夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
③自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底　④二輪車の交通事故防止

●交通安全フェスティバル in たま　ID 1015607
日 時　9月22日㈫午後1時(正午開場)　場 所　京王聖蹟桜ヶ丘SC A館アウラホール
定 員　100人(申し込み先着順)
内 容　式典、交通安全教室、警視庁音楽隊・カラーガードMECによるコンサート出演ダンディ坂野氏(お笑い芸人)
主 催　多摩中央警察署、多摩稲城交通安全協会、多摩市、稲城市
申 込　9月7日㈪から、電話で、多摩市中央警察署交通総務係☎090-5428-2818(平日午前9時～午後5時)
問合せ　多摩中央警察署交通総務係　☎042-375-0110

●運転者講習会　ID 1012856
日 時　9月26日㈯午後7時　場所　総合体育館大会議室　定 員　30人(会場先着順)　申 込　当日直接会場
問合せ　多摩中央警察署☎042-375-0110、市役所道路交通課 ☎042-338-6826

●旧富澤家・多摩中央公園特別イベント

●御小休所の庭灯り

日　時　9月19日(土)～23日(祝)午後5時～8時　　場　所　旧富澤家(多摩中央公園内)

内　容　月が輝く秋の夜長に、明治時代にタイムトリップしたかのような空間演出による夜間特別公開

●水辺のマルシェスペシャル

日　時　9月19日(土)・20日(日)午後4時～8時　　場　所　多摩中央公園大芝生広場

●酒ナイト

日　時　9月21日(祝)～23日(祝)午後4時～8時　　場　所　多摩中央公園

内　容　市内の小山商店・タマツムジワークスが初出店。芝生広場で野点酒を開催

〔共通事項〕

備　考　雨天・悪天候時は中止　　申　込　当日直接会場へ

問合せ・主催　TAMAセントラルパークJV　☎042-400-0338(午前9時～午後5時)

休日診療当番医　9:00～17:00

多摩市医師会: http://www.tama-med.or.jp/toban/

9/13(日)　鈴木内科胃腸科　☎042-371-2760
永山 5-4-10

9/20(日)　武井小児科　☎042-357-3030
関戸 2-69-3

9/20(日)　田村クリニック　☎042-356-0677
落合 1-32-1 多摩センターペペリビル 5 階

9/21(祝)　せいせきこどもクリニック　☎042-400-5032
一ノ宮 4-20-23 バモス聖蹟1階

9/21(祝)　聖ヶ丘病院　☎042-338-8111
連光寺 2-69-6

9/22(祝)　こどもクリニックしみず　☎042-373-0512
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル3階

9/22(祝)　たかはし内科・脳神経内科クリニック
関戸 2-66-1　☎042-400-1508

9/23(祝)　江崎小児クリニック
落合 3-20-2　☎042-376-5225

9/23(祝)　多摩せいせき消化器内視鏡クリニック
関戸 1-1-5 ザ・スクエア 2 階　☎042-400-6580

9/27(日)　聖蹟トータルクリニック　☎042-319-6307
東寺方 1-2-2 トータルビル 1 階

10/4(日)　中村内科医院　☎042-375-7757
諏訪 5-10-7

10/11(日)　多摩センタークリニックみらい　☎042-316-8570
落合 1-38 マグレブパーキングビル1F

10/12(月)　新垣内科外科クリニック　☎042-373-0514
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル3F

●急病人に限ります
●健康保険証・乳幼児医療証等を忘れずに
●必ず時間内に
※来院前に電話連絡を
※当番医は、都合により変更の場合あり

こども準夜診療所(健康センター内)＝小児科

(19:00～21:45)　☎042-375-0909

休日歯科応急診療所(健康センター内)＝歯科

(日・祝の 9:00～15:30)　☎042-376-8009

注　要事前電話連絡



診療機関の案内(24時間体制で実施)

消防庁救急相談センター　☎#7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線)　☎042-521-2323(ダイヤル回線)

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(東京都保険医療情報センター)

9:00～20:00　☎03-5285-8181

☆外国人のための生活相談室　第1・第3木曜日 (13:30-16:30) TIC 活動室 (ヴィータ 7 階)

※予約制



多摩市委託事業

☆日本語教室の予定

(受講料:会員＝無料)

クラス	会場	時間	日程	
			9 月	10 月
月曜クラス	パルテノン多摩　3，4階会議室	9:45～11:45	14 日・28 日	5 日・19 日・26 日
	永山公民館　5階　ベルブホール	9:30～11:30	7 日・14 日・28 日	5 日・19 日・26 日
木曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ 7F)	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
土曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ 7F)	14:00～16:00	5 日・12 日・26 日	3 日・17 日・24 日

※特別な理由で直接教室に行くことができない人は、オンラインでの参加について相談を承ります。TIC 事務所にご相談ください

日本語おしゃべりサロン　9 月 19 日(土)、10 月 10 日(土)13:30～15:00 TIC 活動室、予約不要、自由参加、無料

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　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・コミューネ 7 階　☎ 042-355-2118　FAX 042-355-2104

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

月～土 10:00～17:00　(日、第 1・3 月、祝、年末年始、臨時休館日はお休みです。)

※記事に関するご意見・ご希望がありましたら上記までお寄せください。また、当会報は 4 ヶ国語(日本語・英語・中国語・ハングル・やさしい日本語)で用意してありますので、ご希望の方は TIC 事務局までご連絡ください。

編集　西尾 尚子