HAND in HAND in たま

多摩市の生活情報
2026年9月号 Vol.395
やさしい日本語版

災害が起きた時のこと考えましょう

多摩市ホームページ ID 1016261

7月に熊本で大きな地震がありました。今、多摩市で地震があったらどうしますか。

① 家の中を見てください。家具は壁にとめてありますか？

② 食べ物と水はありますか。いつも食べているものが食べられるといいです。
3日分の食べ物と水があるといいです。「フェーズフリー」をしてください。

③ 水をもらえる場所（災害時給水拠点）を知っていますか。

わからないことは　防災安全課　☎042-338-6802 に 聞いてください

防災×やさしい日本語ワークショップ

多摩市ホームページ ID 1021167

日時	9月27日(日)午後2時～午後4時(午後1時30分から入れます)
場所	大栗川・かるがも館ホール
定員	40人(早く申し込んだ順番ではありません)
内容	やさしい日本語を勉強します。防災について一緒に考えます。
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)
申込	9月16日（水）までに、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　文化・生涯学習課　☎042-338-6882 に 聞いてください

アイスランド×多摩市

多摩市はアイスランド大使館と特別に仲良くすることにしました。
6月13日から6月21日にアイスランドウイークをしました。
10月には首都レイキャビク市で姉妹都市の約束をします。

市役所は電話の録音を始めます

多摩市ホームページ ID 1021181

市役所は市民の皆様との話を録音します。

① 市民へのサービスをもっと良くするため。（サービスの向上）

② 市民からの話を間違いなく聞くために　（正確な確認）

③ 職員に困ったことを言っていないか・・・（パワハラなどの防止）

わからないことは　総務契約課　☎042-338-6858　に聞いてください。

9月21日から9月30日は秋の『交通安全週間』です

●交通事故を起こさないために気をつけます　　多摩市ホームページID 1015677

自転車に乗る人は特に気をつけます。キックボードに乗る人も守ります。

① 反射材（光が当たると光ります）がついた服を着ます。自転車に反射材をつけます。

② 暗くなったら、ライトをつけます。お酒を飲みません。

③ 4月から交通ルールが変わっています。交通ルールを守ってください。

④ 二輪車の交通事故を減らしましょう」

●『交通安全フェスティバル in たま』 があります　　多摩市ホームページID 1015607

日 時　9月22日（火）午後1時(正午から会場に入ることができます。)

場 所　京王聖蹟桜ヶ丘SC A館アウラホール

定 員　100人(早く申し込んだ人が会場に入ることができます)

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**などがあります

出 演　ダンディ坂野さん(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（月）から、☎090-5428-2818(午前9時～午後5時)

わからないことは　多摩中央警察交通総務係　☎042-375-0110に 聞いてください

●運転者講習会があります　　多摩市ホームページID 1012856

日 時　9月26日（土）午後7時から午後8時まで

場 所　総合体育館大会議室　定 員　30人(早く来た人が入れます)

わからないことは　多摩中央警察交通総務係　☎042-375-0110に 聞いてください

旧富澤家・多摩中央公園で特別イベントをします　　！来てください！

●旧富澤家で小さな灯りを見て楽しみます

日 時　9月19日（土）～9月23日（祝）午後５時～午後８時

場 所　旧富澤家(多摩中央公園の中にあります)

夜のイベント

●水辺のマルシェスペシャル

日 時　9月19日（土）・9月20日（日）午後４時～午後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）～9月23日（祝）午後４時～午後８時

場 所　多摩中央公園

内 容　多摩市内の小山商店・タマツムジワークスが初めてお店を出します。
芝生広場でお酒を楽しみます。

雨が降ったら、中止です。　申し込みは要りません。

わからないことは　TAMAセントラルパークJV　☎ 042-400-0338 に 聞いてください

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。

休日診療当番医

午前9時から午後５時まで　　多摩市医師会　http://www.tama-med.or.jp/toban/

※日曜日・祝日に行くことのできる病院です。
※健康保険証・乳幼児医療証を持って行きます。
※時間を守ってください。



9月13日(日曜日)	鈴木内科胃腸科	永山5-4-10	☎042-371-2760
9月20日(日曜日)	武井小児科	関戸2-69-3	☎042-357-3030
	田村クリニック	落合1-32-1 多摩センターペペリビル5階	☎042-356-0677
9月21日(祝日)	せいせきこどもクリニック	一ノ宮4-20-23 バモス聖蹟1階	☎042-400-5032
	聖ヶ丘病院	連光寺2-69-6	☎042-338-8111
9月22日(祝日)	こどもクリニックしみず	鶴牧1-24-1 新都市センタービル 3階	☎042-373-0512
	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月23日(祝日)	江崎小児クリニック	落合3-20-2	☎042-376-5225
	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月27日(日曜日)	聖蹟トータルクリニック	東寺方1-2-2 トータルビル 1階	☎042-319-6307
10月４日(日曜日)	中村内科医院	諏訪5-10-7	☎042-375-7757
10月11日(日曜日)	多摩センタークリニックみらい	落合1-38 マグレブパーキングビル 1階	☎042-316-8570
10月12日(日曜日)	新垣内科外科クリニック	鶴牧1-24-1 新都市センタービル 3階	☎042-373-0514

こども準夜診療所（健康センター内）＝小児科

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。

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

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。

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）　日本語で病院を教えます。

消防庁救急相談センター　　＃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）　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

☆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＞
9月3日・9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）

（予約制です）
① 電話をかけます。
② 約束します。
10月は1日と15日です。

☆日本語教室の予定☆（ TIC の会員はお金はいりません）

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	
			9月	10月
月曜クラス	パルテノン多摩　4階　3・4会議室	9:45～11:45	14日・28日	5日・19日・26日
	永山公民館　5階　ベルプホール	9:30～11:30	7日・14日	5日・19日・26日
木曜クラス	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
土曜クラス	TIC活動室（ヴィータ 7階）	14:00～16:00	5日・12日・26日	3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 ☆

9月19日（土）
10月10日（土）

午後1時30分から3時まで
場所：TIC活動室

お金は要りません。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（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　西尾 尚子　　やさしい日本語　古瀬 千鶴