



講座・催し物

日日時・日程・期間 場場所 対対象 定定員 費用(記載のないものは無料) 内内容 備備考 申申し込み 問問い合わせ
 新型コロナウイルス感染症の影響により延期・中止の場合があります。また、参加の際は感染症対策にご協力ください。

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
健康・福祉	1月の月例ウォーキング ①聖蹟桜ヶ丘コース②多摩センターコース	日集合①1月10日(火)=九頭龍公園②17日(火)=パルテノン多摩大階段下	対初心者 持ち物 飲み物・帽子・雨具(傘は不可) 備歩きやすい靴と服装で。ウォーキングポール使用不可。雨天中止。1月は永山コースはなし 申当日午前9時45分～10時に、直接各集合場所へ 問健康推進課 ☎(376)9139
	健康づくり推進員主催事業 申問12月22日(休)から、電話で、		健康推進課 ☎(376)9139へ(ウォーキングは1つのみ申し込み可)
	初春の健康祈願ウォーキング	日1月6日(金)午前9時10分～正午 集合京王線東府中駅改札口前	対初級者 定20人(申し込み先着順) コース 東府中駅～東京競馬場～大國魂神社～下河原緑道～郷土の森～中河原駅解散(歩程約7km) 持ち物 飲み物・帽子・雨具(傘は不可) 備歩きやすい靴と服装で。ウォーキングポール使用不可。雨天中止
文化	新田川から郷土の森 冬の寒さの中を歩こう	日1月26日(木)午前10時～正午 集合九頭龍公園	対初級者 定20人(申し込み先着順) コース 九頭龍公園～関戸橋～住吉公園～新田川緑道～郷土の森(府中市矢崎町5-5)解散(歩程約7km) 持ち物 飲み物・帽子・雨具(傘は不可) 備歩きやすい靴と服装で。ウォーキングポール使用不可。雨天中止
	1月の自然観察会「冬の雑木林」	日1月10日(火)午前10時～正午 集合 当日午前10時～11時に、都立桜ヶ丘公園記念館口公園駐車場へ	内都立桜ヶ丘公園内で観察 備雨天中止。歩きやすい靴と服装で。受け付けは、駐車場前の「明治天皇御製・昭憲皇太后御歌碑」前。当日は資料を配布し、各自で観察 共催 多摩市植物友の会 問教育振興課 ☎(338)6883
はたらく	【オンラインセミナー】 YouTuberシオリヌから学ぶ!～性のギモン・悩みをオープンに～	日2月4日(土)午後2時～4時 場オンライン (Zoom)	定90人(申し込み先着順) 内人には聞けない生理のこと・話しにくい家庭内での性教育について 講師 シオリヌ(大貫詩織)氏(助産師・性教育YouTuber) 申問12月22日(木)午前9時から、公式ホームページのインターネット手続きで、TAMA女性センター ☎(355)2110、FAX (339)0491へ
	年末調整個別指導会	日1月11日(水)・17日(火)午前10時～午後4時 場多摩商工会議所(関戸1-1-5)	対市内事業者 講師 経営指導員 持ち物 源泉徴収簿(貸金台帳)・各種控除証明書・前期納付書(7月納付分) 備要予約 申問主催 電話で、多摩商工会議所 ☎(375)1211、URL http://www.tamacci.or.jp/event/nentyokobetu2023.html へ
暮らし	個人事業者の①確定申告 決算書作成②インボイス 制度説明会	日1月18日(水)午後2時～3時・3時10分～4時10分 場多摩商工会議所会議室(関戸1-1-5)	対市内事業者 内経費や所得控除の誤りやすい事例、税務調査のポイント、税制改正・インボイス制度の概要など 講師 日野税務署担当指導官 備オンライン (Zoom)でも受講可 備要予約 申問主催 電話で、多摩商工会議所 ☎(375)1211、URL http://www.tamacci.or.jp/event/kessan-invoice_seminar.html へ
	多摩の野菜でお正月を! 暮れの野菜即売会	日12月29日(木)午前9時～売り切れ次第終了 場市役所地下駐車場	内多摩市の農家が育てた新鮮な市内産野菜の即売会 問東京南農協多摩支店 ☎(375)8211
	公民館などの利用者懇談会	日①1月20日(金)午後7時～9時②21日(土)午前10時～正午 場①関戸公民館大会議室②永山公民館ベルブホール	対永山・関戸各公民館、TAMA女性センター、消費生活センターの利用団体 定①60人②80人(いずれも先着順) 内公民館などからのお知らせ、意見交換・交流など 備TAMA女性センター登録団体は①、消費生活センター登録団体は②に出席 申当日直接会場へ 問永山公民館 ☎(337)6661、関戸公民館 ☎(374)9711、TAMA女性センター ☎(355)2110、消費生活センター ☎(337)6610
	終活支援講座～最期まで自分らしく～	日1月28日(土)午前9時30分～11時30分 場消費生活センター講座室(ベルブ)	対市内在住・在勤・在学者 定30人(申し込み先着順) 内終活とは(全体的な概要)・エンディングノート作成 講師 石崎公子氏(終活カウンセラー) 持ち物 筆記用具 申問12月22日(木)午前9時から、電話で、消費生活センター ☎(337)6610へ
はじめての資産運用講座	日2月4日(土)午前9時30分～11時30分 場永山公民館視聴覚室	対市内在住・在勤・在学者 定20人(申し込み先着順) 内初心者向け資産運用 保育5人(1歳以上の未就学児。申し込み先着順) 講師 石村衛氏(金融広報アドバイザー) 備事前に1年間の支出総額・預貯金額・今後15年でやりたい事とその経費を要確認 申問12月22日(木)午前9時から、電話で、永山公民館 ☎(337)6661へ	

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

シルバー人材センターが 多摩市内へ 人材派遣

勤務条件に合う人を見つけられない、即戦力が欲しい...
そんなお悩みにお応えします。

- 短時間・短期間OK ■ 最短2週間で派遣可能
- 実務経験者多数

例えば...

- 会員:Aさん(63才) 医療事務歴19年
- 会員:Bさん(65才) 一般事務歴12年

受付・窓口・事務業務に強い!

申込み方法は簡単!
派遣までの流れ

事務局まで
お問い合わせ

ヒアリング
ご要望をお聞かせください

お見積り

契約/
人材マッチング

派遣開始!

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター | 多摩市桜ヶ丘4-40-1 ☎042-371-3580

医療法人財団青溪会

駒木野病院

【院長】菊本 弘次 【副院長】田 亮介・笠原 麻里

精神科

児童精神科

老年精神科

神経内科

リハビリテーション科

当院は、皆様から親しまれ信頼される医療機関として、精神医療の提供に取り組んでいます。うつや統合失調症などの精神疾患に加えて、子どもの精神疾患や、アルコール依存症、認知症など、様々なことの問題に対して診断や治療を行いながら、健康を取り戻すお手伝いをしております。

Tel.042-663-2222

Fax.042-663-3286

〒193-8505 東京都八王子市裏高尾町273

