

はたらく

東京都最低賃金が改正されました

令和5年10月1日から時間額が1,113円に改正されます。また、最低賃金の引き上げに向けた環境整備のための支援策として、業務改善助成金等各種助成金制度を設けています。

東京最低賃金について＝東京労働局労働基準部賃金課 ☎03(3512)1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120(232)865、業務改善助成金について＝業務改善助成金コールセンター ☎0120(366)440

第165回 1～3級日商簿記検定

11月19日(日) 1級＝7,850円、2級＝4,720円、3級＝2,850円 10月2日(月)～23日(月)に、インターネット手続き・書店申し込みまたは直接持参で、多摩商工会議所(関戸1-1-5) ☎(375)1211・http://www.tamacci.or.jp/kentei/へ

①第55回カラーコーディネーター検定 ②第54回ビジネス実務法務検定 ③第18回ビジネスマネジャー検定

10月27日(金)～11月13日(月) IBT方式＝各自のパソコンで受験、CBT方式＝テストセンターのパソコンで

受験費 ①アドバンスクラス＝7,700円、スタンダードクラス＝5,500円 ②2級＝7,700円、3級＝5,500円 ③7,700円 9月22日(金)～10月3日(火)

に、インターネット手続きで、東京商工会議所検定センター https://kentei.tokyo-cci.or.jp へ 多摩商工会議所 ☎(375)1211

オクトーバー・ラン&ウォーク2023

無料のアプリを使う参加型のウォーキング・ランニングイベント。個人や市単位での「市区町村対抗戦」もあります。この機会に、運動を楽しみましょう！

10月1日(日)～31日(火) 備考詳細は、公式ホームページ参照 ID1003872 多摩スポーツ振興課 ☎(338)6954



快汗スポーツDAY2023

10月9日(祝)に、市内各体育施設でスポーツ教室や無料開放を実施します。実施スケジュールや申し込み方法などは、各施設のホームページをご覧ください。

イベントの一部をご紹介します

総合体育館

●チャレンジ広場

時間 午後0時30分～3時15分 持ち物 室内用運動靴 室内用運動靴内スラックライン、射的など 備考 参加者にはプレゼントあり(無くなり次第終了)



●ピラティス体験教室

時間 午前11時30分～午後0時15分 定員 20人(先着順) 備考 動きやすい服装で

アクアブルー多摩

●ライフジャケット着用体験

時間 午前10時～11時30分(9時30分から受け付け) 持ち物 水着 定員 30人(先着順)



●ちょこトレ・スタジオプログラム体験会

時間 午前11時～11時20分(10時30分から受け付け) 持ち物 室内用運動靴 定員 25人(先着順)

この他の事業については、こちらへ▶



ID1012746 当日直接会場へ 総合体育館・市内体育施設でのイベントについて＝総合体育館 https://tama-sports.com/ ☎(374)2313、アクアブルー多摩でのイベントについて＝アクアブルー多摩 https://www.tama-pool.org/ ☎(338)7667

多摩市ヴェルディ応援DAY



©TOKYO VERDY

東京ヴェルディ公式戦を事前に申し込むと特別価格で観戦できます。多摩市がホームタウンである東京ヴェルディを、味の素スタジアムで応援しましょう！

10月22日(日)午後2時(正午開場) 味の素スタジアム 対戦相手 ジェフユナイテッド市原・千葉 市内在住・在勤・在学者 ¥22歳以下・65歳以上＝無料(ホーム自由席)・

1,000円(バックB席)、23歳以上64歳以下＝1,000円(ホーム自由席)・1,500円(バックB席)、小・中学生＝500円(バックB席) 備考 Jリーグチケットに要利用登録(無料) ID1003895 10月21日(土)午後11時59分までに、インターネット手続きで、東京ヴェルディ https://www.jleague-ticket.jp/p/VN_20231022_tamashiday_special?ser=tturs2ux5 へ 東京ヴェルディ ☎03(3512)1969・ticket@verdy.co.jp、市役所スポーツ振興課 ☎(338)6954



市民のひろば

11月5日号の原稿受け付けは9月25日(月)～10月2日(月)です(先着30団体)。掲載には条件あり(掲載規定参照)。掲載規定・掲載用紙は公式ホームページに掲載の他、市役所3階秘書広報課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布 ID1005206 ※詳細は各連絡先へ。市は関与しません

会員募集

※場所は、主な活動場所です 有朋テニスクラブ(硬式) 日①火・木曜日10:00②土曜日12:00③日曜日・祝日13:00 ①②多摩東公園③鶴牧中学校 対50歳以上 ¥入会金(3,000円)、月会費(1,000円) 備考 ゲーム中心の健康テニス。コート代などを含む ☎080(3126)5849石井公一

健康体操ひまわり 日 月3回水曜日9:30～11:30 和田中学校クラブハウス 楽しく健康になりたい方 ¥入会金(無料)、月会費(3,000円) 備考 無料体験に参加してみませんか ☎080(1198)3886松尾

グリーンクラブ(トリム体操) 日 月4回水曜日13:00～15:00 武道館 対45歳以

上の市内在住者 ¥入会金(500円)、月会費(1,500円) 備考 健康のため、体を動かしましょう！ 無料体験あり ☎(372)2753早川

司馬遼太郎を語る会 日 毎月第1・3木曜日 貝取こぶし館 市内在住者 ¥入会金(無料)、月会費(500円) 備考 歴史や現代の出来事について、順番にテーマを選んで自由に議論 ☎090(4925)3124松浦隆夫

日本棋院支部多摩市囲碁教室 日 毎週木・土曜日13:00～16:00 関戸三丁目倶楽部 対囲碁が好きな方、学びたい方 ¥入会金(無料)、年会費(1,200円)、1回(300円) 備考 講座・対局・指導 碁など ☎・FAX(373)5028貴島

催し案内

合気道無料体験稽古(5歳～シニアの方) 日 9/23(祝)・30(土)14:00～15:00 総合体育館第5スポーツホール ¥無料 備考 動きやすい服装でお越しください 多摩合気会 ☎090(1806)7413山田

多摩ヨガ 日 9/28、10/5・12・19、各木曜日9:30～11:00(2部制) 場 連光寺本村集会所 ¥500円 備考 駐車場あり 多摩ヨガ ☎090(6012)7758原田

いざという時に役立つ楽しいSDGs体験 日 10/1(日)10:00～16:00 場 大谷戸公園

¥100円 備考 放置竹林の竹を利用したインディアンテント作りや火起こし体験 備考 エコベル研究会 ☎090(1707)3646山澤

第63回福祉センター油絵同好会展 日 10/1(日)～7(土)10:00(初日13:00)～17:00(最終日16:00) 場 永山公民館ギャラリー ¥無料 備考 福祉センター油絵同好会 ☎090(1803)2016小畑

リカバリーカレッジ多摩 日 10/1(日)13:30～16:15 場 関・一つむぎ館第四会議室 ¥無料 備考 健康者と当事者、家族の方、地域の方、医療・福祉の皆さんのフラットな居場所です ☎NPO法人縁 ☎080(3319)5364澤田

競技かるた多摩大会初心者の部多摩市大会 日 10/7(土)9:30～17:00 場 武道館 ¥個人戦1,000円、源平戦無料 備考 初心者かるた大会。個人戦と小・中学生3人組源平戦 永山かるた会 ☎011_kawano@mbn.nifty.com

マジック講習会・不思議な世界へあなとも！ 日 10/7・14各土曜日18:15～19:45 場 永山公民館視聴覚室 ¥500円(材料費) 備考 初心者歓迎。丁寧に指導します。先着10人 備考 マジックエコー ☎(371)0504田口

第29回定期演奏会 日 10/8(日)14:00(13:30開場) 場 南大沢文化会館主ホール ¥無

料 備考 全席自由 多摩ウインドフィルハーモニーオーケストラ ☎info@twpo.org

第5回大熊啓とささやかに歌うつどい in多摩 日 10/10(火)14:00～16:15(13:45からストレッチ) 場 永山公民館ベルブホール ¥700円 備考 定員130人 備考 大熊あきらさんと歌う会 ☎090(1857)1357山本

親子で楽しむ市内の食材を使った料理作り 日 10/14(土)10:00～11:30 場 パルテノン多摩キッチンラボ ¥2,000円 備考 米粉マフィンとネイルオイル作り。後援：多摩市教育委員会 備考 Natural Spa Mana ☎msmshop0201@gmail.com

鴻翔中国語サークル 体験授業 日 10/20・27各金曜日9:30～11:00 場 二幸産業・NSP健康福祉プラザ501研修室 ¥無料 備考 中級(会話中心、初級相談) 要事前申し込み 備考 鴻翔中国語サークル ☎yoriko_kyo@yahoo.co.jp 京順子 多摩市硬式テニスミックスダブルス大会 日 12/3・10各日曜日8:00[予備日12/24(日)] 場 多摩東・一本杉・奈良原各公園庭球場 ¥1組3,000円 備考 申し込み締切：10/22(日) 多摩センターテニスクラブ ☎tctc@s500.xrea.com 落合