



公園に行きたい!

- 2 多摩市のおすすめ公園5選
- 3 子ども・若者関連情報、ラスカル子ども映画祭
- 4 税、パブリックコメント募集

- 5 市政その他のお知らせ
- 6 講座・催し物
- 7 新型コロナワクチン関連情報

- 8 年末年始 暮らしの情報



多摩市のおすすめ公園5選

市の公園には、大型遊具・バスケットゴールなどたくさんの種類の遊具があります。日々笑顔であふれる公園を厳選し、子どものおすすめポイントと合わせて5カ所紹介！ 冬休みはぜひ公園で思い出を作ってみませんか？
※施設を利用される方は出来る限り公共交通機関をご利用ください

何で遊ぶか
まよっちゃうなあ

大谷戸公園

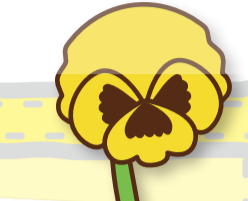
大型の複合遊具で自由に遊んじゃおう！
広い芝生では思い切り走り回ろう。
さらにはキャンプもできちゃう！
遊び方は無限大。家族
みんなで自然体験！
住所 連光寺5-17-1
アクセス 京王バス=聖ヶ丘二丁目バス停下車徒歩約7分、
春日神社バス停下車徒歩約8分



おっきな遊具で
大冒険！

とちのき公園

丘を駆け上がると大きな木製遊具が！
他にもターザンロープや新しくなった遊具で思い切り遊び尽くそう！ 丘を駆け回った子どもは、夜にはぐっすりと眠れちゃうかも！？
住所 豊ヶ丘2-34
アクセス 京王バス=とちのき公園入口バス停下車徒歩約3分



きれいな遊具
がいっぱい！

広いはらっぱで
おにごっこ！

一ノ宮公園

気持ちのいい芝生にレジャーシートを敷いてピクニック！ 川の音を聞きながらゆっくりと心地よいひと時を。
川を渡る電車も見られるので電車好きにはぴったり。帰りには少し寄り道してショッピングも！
住所 一ノ宮1049地先
アクセス 京王線聖蹟桜ヶ丘駅下車徒歩約7分



パパとママが
いつもより
わらってくれる！

お花がいっぱいで
きれいだなあ

愛宕第4公園

ロケットが公園のシンボル！
ロケットに乗って出発！
他にも水路で生き物観察や山道で山登り！？
遊んで学べて一石二鳥！
住所 愛宕4-62-1
アクセス 京王バス=愛宕四丁目バス停下車徒歩約3分



ロケットに乗って
宇宙へ出発！



ちょっぴり
おやつタイム！

落合南公園

バスケット・サッカーゴールがあって思い切りボールで遊べちゃう。さらに、回る遊具や不思議な形の滑り台も！ 砂場はフェンスに囲まれているので安心！ 家族みんなで汗を流そう！
住所 落合3-30
アクセス 京王バス=青木葉公園バス停下車徒歩約2分

遊び方は
無限大！



思い切り
シュートが打てる
のって最高!!



問紙面について=秘書広報課☎(338)6812、公園について=公園緑地課☎(338)6827、大谷戸公園キャンプ練習場について=スポーツ振興課☎(338)6954

● たま広報へのご意見をお寄せください ●

広報紙に関するご意見やご要望などがありましたら、次のフォームからお寄せください。
ID1012584 秘書広報課 ☎(338)6812



子ども・若者 関連情報

令和6年1月1日(祝)から使える「ひとり親家庭等医療費助成制度医療証」を12月25日(月)に発送します

現況届の提出がまだ済んでいない対象者の方は至急提出してください。現況届を提出済みで、1月4日(木)を過ぎて医療証が届かない場合は、ご連絡ください。

☎1003467 子育て支援課 ☎(338)6851・☎(372)7988

乳幼児の健康診査

受付時間 午後1時～1時45分 対3～4カ月児健康診査(内科、産婦健康診査)、1歳6カ月児健康診査(内科、歯科)、3歳児健康診査(内科、歯科) 持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)、問診票ほか 備考 対象者には個別通知。転入の方は要連絡 ☎1003433 健康推進課(健康センター) ☎(376)9177

妊婦歯科健康診査

☎1月24日(水)午後1時20分～2時50分 対妊娠している方 定20人(申し込み先着順) 内 歯科医による歯科診察・歯みがき指導、かかりつけ歯科の案内、唾液検査 持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)、いつも使っている歯ブラシ 備考 随時受け付け ☎1003405 申開場 電話または直接、健康推進課(健康センター) ☎(376)9177へ

みんなで楽しく「離乳食講習会」～レパートリーを増やそう!ステップアップコース～

☎1月19日(金)午後2時～3時 対令和5年3月～6月生まれの子どもがいる方 定12人(申し込み先着順) 持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)、筆記用具など 備考 試食あり。受講経験者は受講不可。第2子以降も受講可 ☎1003426 申開場 12月22日(金)から、電話または直接、健康推進課(健康センター) ☎(376)9177へ

多摩市ファミリー・サポート・センター会員募集・説明会

☎1月13日(土)午後1時30分～3時 場 永山公民館視聴覚室 定10人(申し込み先着順) 保育 3人(1歳6カ月児以上。申し込み先着順) ☎1012750 申開場 12月23日(土)から、電話で、多摩市ファミリー・サポート・センター ☎(357)5105・🌐http://famisapo.tama.jp/へ

子育て支援者スキルアップ研修「子どもの気になる行動の理解と対応～ABC分析と機能分析に基づいて～」(全2回)

☎1月13日・27日各土曜日午後1時～3時 場 子ども家庭支援センター「たまっこ」活動室 対 子育て支援関係機関・法人・団体などで就労中・活動中の方など 定18人(申し込み先着順) 講師 若松育子氏(島田療育センター臨床心理科公認心理師) ☎1013661 申開場 12月22日(金)から、電話またはメールで、子ども家庭支援センター「たまっこ」子育てひろば・一時保育事務室 ☎(375)0104・📧info@tamakko.jpへ

多摩モノレール お得な1日乗車券を販売!

販売期間 1月31日(水)まで 販売場所 多摩モノレール多摩センター駅改札窓口ほか 対 たまモノこどもとおとなのワンデーパス(小学生1人・大人1人)=900円、たまモノこどもワンデーパス(小学生)=200円 備考 詳細は、多摩モノレール 🌐https://www.tama-monorail.co.jp/ 参照 ☎多摩都市モノレール(株) ☎042(526)7800

東京ヴェルディ「バレーボール&3x3バスケットボール体験会」

☎1月27日(土)午前10時～正午(午前9時30分から受け付け) 場 総合体育館第1スポーツホール 対 市内在住・在学の小学生 定40人(応募者多数の場合は抽選) 持ち物 室内用運動靴 ☎1013642 申開場 12月20日(水)～1月15日(月)午後11時59分に、インターネット手続きで、東京ヴェルディ(株) 🌐https://tayori.com/form/d8e4832462fb9fb07728f631098523df19a aa803/・☎044(946)3183へ



いきいきシニア

高齢者の「障害者控除対象者認定書」をご申請ください

障害者手帳などがなくても同等の状態であると確認できれば、確定申告などにより障害者控除を受けられる認定書を発行しています。

対 令和5年12月31日時点で65歳以上の、要介護認定1～5度を受け、認知症および身体の障害が一定の基準に該当する方(介護保険の認定調査資料などを基に審査。所得税や住民税が非課税の場合は申請不要) 備考 申請書は公式ホームページに掲載の他、市役所1階高齢支援課で配布 ☎1002880 申開場 郵送または直接持参で、申請書を、〒206-8666 高齢支援課 ☎(338)6846へ

うんどう教室(1月～3月)

☎①1月11日、2月1日、3月7日、各木曜日午前10時～11時 ②1月11日、2月8日、3月14日、各木曜日午前10時30分～11時30分 場 ①乞田・貝取ふれあい広場公園(雨天時は公園周辺で実施) ②豊ヶ丘南公園(雨天中止) 持ち物 飲み物、帽子、汗拭き用タオル、手袋 備考 動きやすい靴と服装で ☎1012145 申開場 当日直接会場へ ☎高齢支援課 ☎(338)6924

認知症サポーターステップアップ講座～私ができることを私らしく支援する!～

☎1月23日(火)午前10時～午後0時15分 場 中央図書館活動室1 対 認知症サポーター養成講座受講者 定45人(先着順) 講師 認知症疾患医療センター(桜ヶ丘記念病院)スタッフ他 持ち物 オレンジカードまたはオレンジリング、筆記用具 ☎1013634 申開場 当日直接会場へ ☎高齢支援課 ☎(338)6846・

☎(371)1200

TAMAフレイル予防プロジェクト「フレイル予防測定会」

☎1月20日(土)午前10時～正午 場 からきだ菖蒲館ホール 対 おおむね65歳以上 内 簡単な問診・測定(片足立ち時間、歩く速度など)、簡単な体操・脳トレ 持ち物 上履き、飲み物 主催 唐木田コミュニティセンター運営協議会 共催 国士舘大学、多摩市 備考 動きやすい靴と服装で ☎1012713 申開場 当日直接会場へ ☎からきだ菖蒲館 ☎(338)6333、高齢支援課 ☎(338)6924

市民参画

傍聴

●令和6年1月多摩市教育委員会定例会

☎1月9日(火)・22日(月)午後2時 場 教育委員会会議室(ベルブ5階) 定各10人(先着順) 内 付議案件の報告・決定などについて 備考 日時・場所は変更する場合あり。事前に要問い合わせ ☎1005473 申開場 当日直接会場へ ☎教育振興課 ☎(338)6872

その他

●公民館・TAMA女性センター・消費生活センターの利用者懇談会

☎①1月19日(金)午後7時～9時 ②20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 定 ①60人 ②80人(いずれも先着順) 備考 いずれか都合の良い日に出席。ただし、TAMA女性センター登録団体は②に出席 ☎1003194 申開場 当日直接会場へ ☎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

せいせき桜ヶ丘 ラスカル子ども映画祭

宮崎駿初監督作品の「未来少年コナン」を特別編集した劇場版や、アイスランド絵本「まっくらやみのかいぶつ」の読み聞かせ(スクリーン上映)、アイスランド短編映画など親子で楽しめる作品を無料で上映します。

☎2月3日(土)・4日(日) 場 関戸公民館ヴィータホール他 定 映画上映プログラム(全8回)=各220人、5歳～小学生対象のワークショップ(全6回)=各10人(いずれも応募者多数の場合は抽選) 内 幼児・小学生・親子向けの映像上映、盲導犬デモンストレーション、ギフトカード作成ワークショップ、地元高校生のセレクトショップ、多摩中チャレンジ部のハチミツ販売、ラスカルコラボスイーツ販売、アニメ制作過程の複製画展示など 備考 詳細は、公式ホームページまたは市役所第二庁舎2階経済観光課・市内公共施設で配布のチラシ参照。車いすでの入場可 ☎1006552 申開場 1月10日(水)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、経済観光課 ☎(338)6909・☎(337)7659へ[当選者には1月18日(木)ごろにメールで連絡]

税

無料申告相談(要事前予約。午後に当日受け付けあり)

日 1月22日(月)～25日(木)①午前9時30分～午後4時30分②1時30分～4時30分(いずれも4時まで受け付け)場 市役所西第1～3会議室 市内在住者 ①各96人(申し込み先着順)②各60人(当日先着順)内 所得税・復興特別所得税・個人消費税などを税理士に相談 持ち物 前年の申告書の控え、源泉徴収票など申告に必要な書類、マイナンバーカードなどの個人番号確認書類、運転免許証などの本人確認書類、あらかじめ集計した医療費控除の明細書(医療費控除を受ける方のみ)備考 相談時間は1人30分。

土地・建物・株式などの譲渡所得、相続、贈与の相談は不可。相談者以外への申告書の配布不可 日 1001827 申 ①1月10日(水)午前9時から、インターネット手続きまたは電話で、東京税理士会 https://coubic.com/hinozei/booking_pages#pageContent・事前申し込み専用電話 ☎03(6745)6350へ②当日直接会場へ(当日午後1時から整理券を配布) 東京税理士会日野支部 ☎080(6068)4760



令和6年度固定資産税(償却資産)申告のお願い

市内に土地と家屋以外の事業用償却資産がある方は、毎年1月1日(賦課期日)現在の償却資産について、

償却資産申告書の提出をお願いします。

日 1月4日(木)～31日(水)備考 昨年度の申告内容と同じ方や資産無しの方も要申告。詳細は、eLTAX http://www.eltax.lta.go.jp 参照 日 1001873 償却資産に関すること＝市役所課税課 ☎(338)6838、eLTAXに関すること＝eLTAXヘルプデスク ☎(0570)081459[つながらない場合は、☎03(5521)0019]

求人・募集

ひじり館①事務局長②コミュニティスタッフ

募集人数 ①1人②時間勤務＝1人、夜間勤務＝2人 応募 ボランティア活動に理解があり、徒歩または自転車で

通勤可能な市内在住者で、①パソコン・インターネットに詳しい方②基本的なパソコン操作ができる方 業務内容 日常的な施設管理、事務処理 採用日 4月1日(月)備考 詳細は、1月6日(土)から、ひじり館で配布の募集要項参照 日 1003173 申 1月6日～31日(水)の午前10時～午後8時[18日(木)を除く]に、直接、ひじり館 ☎(389)2211・☎(389)2212へ

コミュニティセンターから

申 各館へ。申し込みの記載がないものは、当日直接会場へ 貝取こぶし館 日 1003172 ☎(389)4196 ●新春コンサート2024 日 1月21日(日)午後1時～3時30分 場 ホール 出演 地域の音楽愛好家8団体

皆さんのご意見を募集します!

パブリックコメント募集

【共通事項】

閲覧・回収箱設置場所 各担当課、市役所第二庁舎1階行政資料室、中央図書館、多摩センター出張所、永山・関戸各公民館(公式ホームページでも閲覧可)備考 意見募集期間中、本件に関する「市政への提言」などは、パブリックコメントとして取り扱い、原則として個別回答はしません。記入漏れ、電話・口頭での意見は、パブリックコメントとして取り扱いません。意見は住所・氏名などを除き公開する場合あり 申 公式ホームページのインターネット手続き・郵送・ファクシミリ・直接持参または各回収箱への投函で、「ご意見をお寄せいただく計画などの名称」・住所・氏名・意見を記入し、各担当課へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)

多摩市自治基本条例改正案(素案)

誰もがつながり合える多世代型コミュニティの実現を目指して、協創の考え方を示す「多摩市自治基本条例改正案(素案)」をまとめました。

日 1013551 申込期限 1月18日(木)必着 日 206-8666市役所3階企画課 ☎(338)6813・☎(37)7658

多摩市障がい者(児)福祉計画(素案)

障害福祉施策の基本的な方向性や障害福祉サービスなどの目標などを定めた「多摩市障がい者(児)福祉計画(素案)」をまとめました。

その他の閲覧・回収箱設置場所 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ 日 1013641 申込期間 12月20日(水)～1月10日(水)必着 日 206-8666市役所1階障害福祉課 ☎(338)6847・☎(37)1200

多摩市犯罪のない安全なまちづくり推進計画(素案)

平成20年10月に「多摩市犯罪のない安全なまちづくり条例」を制定し、この条例に基づき平成21年に本計画を策定しました。5年計画のため、今回3回目の改定を行います。

日 1013535 申込期間 12月20日(水)～1月19日(金)必着 日 206-8666市役所2階防災安全課 ☎(338)6802・☎(339)7422へ

多摩市耐震改修促進計画改定(素案)

市の防災対応力の強化を図るため、耐震化の新たな目標などを定めた「多摩市耐震改修促進計画(素案)」をまとめました。

日 1013644 申込期間 12月22日(金)～1月15日(月)必着 日 206-8666市役所東庁舎2階都市計画課 ☎(338)6817・☎(339)7754

モノレール沿線まちづくり構想(素案)

令和3年12月に選定されたモノレール延伸ルート案を基に、モノレール沿線のまちづくりを検討するため、令和4年8月に町田市と共に「多摩都市モノレール町田方面延伸沿線まちづくり検討会」を設置しました。検討会は全6回実施し、「モノレール沿線まちづくり構想(素案)」をまとめました。

その他の閲覧・回収箱設置場所 TOM HOUSE 日 1013558 申込期間 12月20日(水)～1月19日(金)消印有効 日 206-8666市役所東庁舎2階都市計画課 ☎(338)6856・☎(339)7754

第9期多摩市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(令和6～8年度)(素案)

令和6～8年度の高齢者施策や介護保険制度の円滑な実施などを定めた「第9期多摩市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(素案)」をまとめました。

その他の閲覧・回収箱設置場所 市役所1階介護保険課、二幸産業・NSP健幸福祉プラザ 日 1013626 申込期間 12月21日(木)～1月17日(水)必着 日 206-8666市役所1階高齢支援課 ☎(338)6923・☎(371)1200

●市民説明会を開催します

日 ①1月10日(水)午後7時～8時30分②13日(土)午前10時～11時30分 場 ①関戸公民館第2学習室②市役所西第1会議室 定 各20人(申し込み先着順)備考 手話通訳・要約筆記あり 日 1013626 申 1月5日(金)午後5時までに、電話またはファクシミリで、高齢支援課 ☎(338)6923・☎(371)1200へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)

市政その他のお知らせ

アクアブルー多摩臨時休館・プール長期休場のお知らせ

電気設備点検のため、2月10日(土)に臨時休館します。また、保守点検などのため、プールは1月22日(月)～2月16日(金)は利用できません。

☎1008349 〇〇アクアブルー多摩 ☎(338)7667

国民年金保険料を納付している方へ 付加保険料を納めると老齢基礎年金に加算されます

月額400円を納めると、終身で付加年金(年額「200円×付加保険料納付月数」)が加算されます。

備考国民年金基金に加入中および免

除・納付猶予中の方は、納付不可。個人型確定拠出年金との併用可(納付額によって加入できない場合あり)。詳細は、各金融機関に要問い合わせ。申し込みをした月の分から納付可 ☎1001961 〇〇市役所保険年金課 ☎(338)6844、府中年金事務所 ☎042(361)1011

自衛官募集事務に係る対象者情報の除外申出制度を新設します

市は、自衛隊法施行令第120条に基づき求めに応じて、防衛大臣に対して自衛官および自衛官候補生の募集事務に係る対象者情報(住所、氏名、性別、生年月日)を名簿で提出しています。市は、個人情報の提出を望まない方への配慮として、防衛大臣による情報提供依頼の対象となった方が除外申出書を提出していただくことにより、自衛隊へ提出する

名簿から募集対象者情報を除外する制度を設けます。

除外申出の受付期間については、

たま広報・公式ホームページでお知らせします。

☎1002481 〇〇市民課 ☎(338)6880

多摩センターイルミネーション2023フォトコンテスト作品募集

●プリント部門

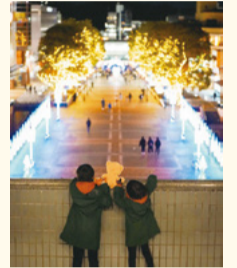
☎1月23日(火)必着の、郵送で、必要書類を、〒206-0034 鶴牧1-24-1 新都市センター開発(株)内多摩センターイルミネーション実行委員会フォトコンテスト係または、12月25日(月)～1月23日(火)に、直接持参で、カメラのキタムラ多摩センター店(丘の上プラザ3階)へ

●SNS部門

☎1月8日(祝)午後11時59分までに、Instagramで、作品名・撮影日・「#たまイルミフォトコン2023」を付けて投稿

【共通事項】

協力カメラのキタムラ多摩センター店、帝京大学小笠原ゼミ、多摩市備考詳細は、多摩センターイルミネーション ☎https://twitter.com/IllumiTama 参照 ☎1013499 〇〇多摩センターイルミネーション実行委員会 ☎090(8946)9909(平日午前10時～午後5時)



▲作品名：特等席どうぞ

相談案内

原則、電話で予約してください。市外局番は042です。祝日・年末年始(12月29日～1月3日)は実施していません。相談は先着順で、無料です。秘密は守られます。お気軽にご相談ください。☎1003237

生活困窮者自立相談

仕事や家計・家族の問題などさまざまな課題を抱えた方のための無料相談窓口です。

☎月～金曜日午前9時～午後6時、土曜日午前9時～午後5時備考ひきこもりに関する相談にも応じます 〇〇場しごと・くらしサポートステーション(ベルブ2階) ☎(338)6942

居住支援相談窓口

☎月～金曜日午前9時～午後6時、土曜日午前9時～午後5時〇〇場居住支援相談窓口(ベルブ2階) ☎(401)8640

休日納税相談(納税課・保険年金課)(予約不要)

☎12月24日(日)午前8時30分～正午・午後1時～5時〇〇場市役所1階保険年金課納税課 ☎(338)6852、保険年金課 ☎(338)6840

高齢者在宅療養支援窓口

☎月～金曜日午前10時～正午・午後1時～4時〇〇場高齢者の在宅療養の医療に関する相談窓口〇〇多摩市高齢者在宅療養支援窓口(多摩市医師会) ☎(357)1677

就職相談(予約不要)

☎月～金曜日午前9時～午後5時〇〇場ハローワーク府中永山ワークプラザ(ベルブ4階) ☎(375)0951

創業・経営相談

☎月・水・木曜日午後1時～5時〇〇場経済観光課 ☎(338)6867

リモート労働相談

☎毎月第3木曜日午前11時、午後1時30分・3時30分〇〇場市役所第二庁舎2階経済観光課 ☎(338)6867

犯罪被害者などの相談窓口(予約不要)

☎月～金曜日午前9時～午後5時〇〇場平和・人権課(ヴィータ7階) ☎(338)6914

LGBT電話相談 ☎(355)2112(専用ダイヤル)(予約不要)

☎奇数月第3火曜日午後4時～8時、

偶数月第3火曜日午後2時～6時〇〇場TAMA女性センター ☎(355)2110

女性を取り巻く悩みなんでも相談

〇〇場TAMA女性センター(ヴィータ7階) ☎(355)2110

・面接相談

☎火・金曜日午前9時30分～午後0時30分、土曜日午後1時30分～4時30分

・電話相談 ☎(355)2111(予約不要)

☎木曜日午前10時～午後1時・1時30分～4時30分(相談時間は30分程度)

女性のための法律相談

☎第3水曜日午前9時30分～正午〇〇場TAMA女性センター(ヴィータ7階) ☎(355)2110

消費生活相談(予約不要)

☎月～金曜日、第1・3土曜日午前9時30分～正午、午後1時～4時(第1・3木曜日を除く)〇〇場消費生活センター消費者相談室(ベルブ3階) ☎(374)9595

外国人のための生活相談室

(Life Consultation for Foreigners)

☎(ひにち)第1・3木曜日午後1時30分～4時30分(Date)1st and 3rd Thursdays, PM1:30～4:30〇〇場(とこと)多摩市国際交流センター(ヴィータ7階)(Place)Tama City International Center※Please make a reservation by phone. ☎042(355)2118

多摩市社会福祉協議会権利擁護センターによる相談

・弁護士によるふくし法律相談

☎第3木曜日午後1時30分～3時30分

・社会福祉士による成年後見相談会

☎第4火曜日午後1時30分～3時30分【共通事項】

〇〇場権利擁護センター(二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階) ☎(373)5677

総合オンブズマンによる苦情相談

☎月～金曜日〇〇場市役所4階オンブズマン事務局 ☎(338)6809

子どもの相談

子どもと家庭に関する総合相談 ☎(355)3777(予約不要)※面接は要予約

☎月～土曜日午前9時～午後6時備考虐待に関する相談にも応じます〇〇場子ども家庭支援センター「たまっこ」 ☎(355)3833

ひとり親家庭相談※面接は要予約

☎月～金曜日午前9時～午後5時〇〇場市役所4階子育て支援課 ☎(338)6833

電話教育相談「子どもホットライン」

☎(372)2000(予約不要)

☎月～金曜日午前10時～正午・午後1時～5時〇〇場教育センター ☎(372)1010

発達・教育初回相談窓口 ☎(372)1038

☎月～土曜日午前9時～正午・午後1時～5時〇〇場諏訪複合教育施設「かけはし」2階備考インターネットやSNSのトラブルに関する相談にも応じます〇〇障害福祉課発達支援室 ☎(374)2717、教育センター ☎(372)1010

就学・転学相談 ☎(372)2050

☎月～金曜日、第2・4土曜日午前10時～正午、午後1時～5時〇〇場教育センター(諏訪複合教育施設「かけはし」2階) ☎(372)1010

受験生チャレンジ支援貸付事業相談

☎月～金曜日午前9時30分～午後4時30分〇〇場市役所2階福祉総務課 ☎(400)0868

障がい者の相談

障がい者の総合相談

・地域活動支援センター「のーま」

☎月～金曜日午前9時30分～午後6時、第1・3土曜日午前9時30分～午後5時〇〇場マルシェたま(健康センター4階) ☎(311)2300

・地域活動支援センター「あんど」

☎月～土曜日(第2土曜日を除く)午前8時30分～午後5時〇〇場多摩市社会福

祉協議会(二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階) ☎(356)0307

障がい者の就労相談

☎月～金曜日午前9時30分～午後6時、第1・3土曜日午前9時30分～午後5時〇〇場障がい者就労支援センター「なちゅーる」(健康センター4階) ☎(311)2324

暮らしの専門相談

相談時間は30分(交通事故相談、人権・身の上相談は50分)です。法律・税務相談の予約は相談日の1週間前から受け付けます。

〇〇場市役所1階市民相談室 ☎(338)6806

法律相談

☎月・火・木曜日(第5月・火・木曜日を除く)。相談時間帯は週・曜日により異なります。

税務相談

☎1月9日・16日各火曜日午前9時30分～正午、16日・23日各火曜日午後1時30分～4時

不動産の相続・贈与等の登記相談

☎1月9日(火)午後1時30分～4時、23日(火)午前9時30分～正午

交通事故相談

☎1月4日(木)午後1時30分～4時

相続・遺言等くらしの書類作成相談

☎1月15日(月)午後1時30分～4時、22日(月)午前9時30分～正午

不動産取引相談

☎1月22日(月)午後1時30分～3時

年金・社会保険・労務相談

☎1月25日(木)午後1時30分～4時

人権・身の上相談

☎1月4日・18日各木曜日午前9時30分～正午、11日・25日各木曜日午後1時30分～4時

心のテレホンサービス ☎(338)6818(専用ダイヤル)(予約不要)

☎毎週金曜日午後1時30分～4時



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
 ID公式ホームページのトップページにある「広報ID検索」に7桁の数字を入力すると関連ページにアクセスできます

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
環境	1月の自然観察会「冬の雑木林」	日1月9日(火)午前10時～正午 集合当日午前10時～11時に、旧多摩聖蹟記念館へ	内都立桜ヶ丘公園内の豊かな自然を散策共催多摩市植物友の会備雨天中止。歩きやすい靴と服装で。当日は資料を配布し、各自で観察ID1009625問教育振興課☎(338)6883
	1月の植物写真展示	日火・木～日曜日午前10時～午後4時場旧多摩聖蹟記念館	内「お正月を飾る植物」をテーマに、センリョウなどの写真を展示備[1月2日(火)・11日(木)・16日(火)・23日(火)・30日(火)]は休館日ID1011254問教育振興課☎(338)6883
健康・福祉	健康づくり推進員主催事業 問健康推進課☎(376)9139		
	1月の月例ウォーキング	日集合①1月9日(火)=九頭龍公園②16日(火)=パルテノン多摩大階段下	対初心者内①聖蹟桜ヶ丘コース②多摩センターコース持ち物 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ID①1011721②1011728申当日午前9時45分～10時に、直接集合場所へ
	やって実感 脳トレ体操～パート2～	日1月10日(水)午前10時～11時30分場健康センター会議室2	定20人(申し込み先着順)内認知機能向上に関する講義と実技講師 今泉幸子氏(作業療法士)持ち物 飲み物、タオルID1013487申12月22日(金)から、電話で、健康推進課へ
	初春の八王子七福神めぐり 八尊の福の神ウォーキング	日1月12日(金)午前9時～午後2時30分集合JR線西八王子駅改札口前	対中級者定25人(申し込み先着順)コース 吉祥院～宗格院～了法寺～善龍寺～信松院～富士森公園(昼食)～金剛院～傳法院～本立寺～JR線八王子駅南口(歩程約9km。アップダウンあり)持ち物 飲み物、帽子、雨具(傘は不可)、昼食、敷物備歩きやすい靴と服装で。要防寒対策。ウォーキングポール使用不可。雨天中止ID1013488申12月22日(金)から、電話で、健康推進課へ
教育	「何があっても大丈夫」を土台に自己肯定感と安心感を育む	日1月16日(火)午前9時30分～11時30分(9時15分開場)場永山公民館ベルブホール	定150人(先着順)保育7人[1歳以上の未就学児対象。1月5日(金)までの申し込み先着順]内自己肯定感を育む「生と性といのち」について講師 青木千景氏(いのちの語り部)共催多摩市立小学校PTA連絡協議会ID1013624申当日直接会場へ問永山公民館☎(337)6661
	「多摩市女と男の平等参画を推進する条例」施行10周年記念講座(鼎談)「制度の平等から結果の平等へ」	日1月20日(土)午後2時～4時(1時30分開場)場関戸公民館大会議室	定50人(申し込み先着順)保育4人[1歳以上の未就学児対象。1月12日(金)午後5時までの申し込み先着順]出演 浅倉むつ子氏(早稲田大学名誉教授)、ジョ・ギョウバイ氏(多摩市男女平等参画推進審議会委員)、阿部市長主催多摩市の男女平等条例を考える会ID1013517申問12月22日(金)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または電話で、TAMA女性センター☎(355)2110・FAX(339)0491へ
文化	永山公民館市民企画講座「聞き書き」ボランティア養成講座(全4回)	日①1月21日②28日③2月25日④3月3日、各日曜日午後1時～4時場永山公民館集會室	対「聞き書き」ボランティア活動を希望する方定20人(申し込み先着順)¥1,000円(全回分)講師①②④平尾一彦氏(日本聞き書き学校認定講師)③小田豊二氏(日本聞き書き学校主宰、文筆家)持ち物 筆記用具、ICレコーダーなど録音できる機器申問企画12月22日(金)午前9時から、メールまたは電話で、ボランティアTAMA聞き書き隊☒otou.kazuhiko@gmail.com・☎080(6809)1543平尾へ
	「アジアノット教室」～中国の伝統的な編みひもでストラップ作り～	日1月27日(土)午後2時～4時場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ501研修室	対小学3年生以上(小学生は要保護者同伴)定8人(申し込み先着順)¥1,500円講師 清水友香氏(中国結び講師)申問12月20日(水)午前10時から、電話または直接、二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階事務室管理係☎(356)0303へ
	めかいづくり講座	日1月27日(土)午前10時30分～午後0時30分場キタカイさんば館創作活動室2	対小学4年生以上定10人(申し込み先着順)¥500円内無形民俗文化財に指定されためかいを作る講師 多摩めかいの会持ち物 持ち帰り用の袋ID1013392申問1月4日(木)午前9時から、電話または直接、市民活動・交流センター☎(400)7723へ
スポーツ	卓球教室(①初級コース②中上級コース)	日12月25日、1月15日・29日、2月12日・26日、3月11日・25日、各月曜日場南豊ヶ丘フィールド	対20歳以上定各若干名(応募者多数の場合は抽選)¥1回500円×回数分(初回に集金)講師 山崎勇治氏(元全日本出場選手)備①午後2時15分～4時15分②正午～午後2時申問12月27日(水)までに、インターネット手続きまたは電話で、南豊ヶ丘フィールドURL https://ws.formzu.net/fgen/S807013355/・☎(400)5487(午前10時～午後5時)へ
暮らし	多摩の野菜でお正月を！暮れの野菜即売会	日12月29日(金)午前9時(売り切れ次第終了)場市役所地下駐車場	内市内の農家が育てた新鮮な市内産野菜の即売会ID1013652問東京南農協多摩支店☎(375)8211
	はじめてのNISA講座	日1月20日(土)午後2時～3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20人(申し込み先着順)内NISAの基本・制度の変更点、資産運用可能額の試算について講師 石村衛氏(金融広報アドバイザー)備当日までに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ID1013678申問12月22日(金)午前9時から、電話で、永山公民館☎(337)6661へ
	SNS時代の理想のパートナーシップとは？～デートDV対策講座～	日1月27日(土)午後2時～4時場①関戸公民館大会議室②オンライン(Zoom)	定①45人②50人(いずれも申し込み先着順)内SNSの注意点や、日常で起こりうる加害者・被害者の事例を通して、よりよいパートナーシップについて考える(保育4人[1歳以上の未就学児対象。1月19日(金)までの申し込み先着順]講師 穂志乃愛莉氏(NPO法人DV対策センター代表理事)ID1013528申問12月22日(金)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・電話またはファクシミリで、氏名・電話番号・保育希望の有無を、TAMA女性センター☎(355)2110・FAX(339)0491へ

第39回 新年恒例 新春歩こう会

1年の始まりに水辺の自然を楽しみながら京急大師線川崎大師駅まで歩きます。

日1月28日(日)コース・集合①20kmコース=午前9時にJR線登戸駅近くの多摩川河川敷～川崎大師駅②10kmコース=午前11時にJR線武蔵小杉駅近くの

多摩川河川敷～川崎大師駅市内在住・在勤・在学者(中学生以下は要保護者同伴)備考案内係あり。雨天・降雪時は中止ID1013643申問1月10日(水)必着の、公式ホームページのインターネット手続きまたははがきで、住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス・参加コース(①または②)・過去の参加有無と回数を記入し、〒206-8666スポーツ振興課☎(338)6954へ(複数で申し込む場合は参加者全員分を要記入。詳細は、後日申し込み者に通知)

市主催の催し物などは、変更・中止する場合があります。事前に主催者にお問い合わせいただくか、ホームページなどでご確認ください。特別の記載がない場合の市の窓口の受付時間は午前8時30分～午後5時です。

健康だより

これならできる！健康栄養相談

健診を受けたら健康栄養相談を受けましょう。生活改善のワンポイントが見つかります。管理栄養士・保健師が相談に応じます。

1月23日(火)午前9時10分～11時定10人(申し込み先着順)内血糖・血圧・中性脂肪・コレステロール改善など何でも相談可備考健診結果があれば要持参。治療中の方は主治医に相談の上、要連絡ID1012092申問場電話で、健康推進課(健康センター)☎(376)9139へ

新型コロナに関する相談

- 多摩市新型コロナ電話相談☎042(376)9111
- 月～金曜日の午前9時～正午・午後1時～5時(祝日を除く)備考はじめに「新型コロナ電話相談」とお伝えくださいID1002609
- 東京都新型コロナ相談センター☎

0120(670)440(24時間、土・日曜日、祝日を含む毎日)

[共通事項] ID1002608問健康推進課☎(376)9111

つらいお悩みがある方へ

東京都自殺相談ダイヤルにご相談ください
年中無休・正午～翌朝午前5時30分 ☎(0570)087478

新型コロナワクチン「令和5年秋開始接種」予約受け付け中(接種費用無料) ID1012759

国の方針や現在の予約状況を踏まえ、**聖蹟桜ヶ丘会場で実施している集団接種は、令和5年12月27日(水)で終了します。**以後、3月末までに接種を希望する方は、**市内の個別接種実施医療機関または都の大規模接種会場をご予約ください。**詳細は、公式ホームページ参照またはコールセンターにお問い合わせください。

※第一三共社の新型コロナワクチン(XBB.1.5対応型)の使用については現在調整中

※4月以降の接種については詳細が分かり次第、お知らせします備考都の大規模接種会場の予約は、

東京都URL<https://www.tokyovacine-rsv.metro.tokyo.lg.jp/pages/gu202202.html> 参照



▲「令和5年秋開始接種」の詳細はこちら



▲東京都新型コロナウィルスワクチン大規模接種予約システム

武田社ワクチン(ノババックス)は接種終了します

有効期限到来に伴い、市では12月23日(土)で接種を終了します。接種を希望する方は至急コールセンターにお問い合わせください。

多摩市に転入した方へ

接種を希望する方は、多摩市の接種券の発行申請をしてください。

申公式ホームページのインターネット手続きまたは新型コロナウィルスワクチン接種コールセンターにご連絡ください

ワクチンの効果・安全性

詳細は、市公式ホームページ・厚生労働省URL<https://www.mhlw.go.jp>(「コロナワクチンの有効

性・安全性」と検索)をご覧ください。

新型コロナワクチンの接種は強制ではありません

ID1002575問新型コロナウィルスワクチン接種コールセンター ☎042(313)7003(日曜日・祝日、12月29日(金)～1月3日(水)を除く午前9時～午後5時)・FAX042(313)7754



ワクチン特設ページ▶

(この紙面は12月8日時点の情報で作成しています)

市民のひろば

2月5日号の原稿受け付けは12月21日(木)～28日(木)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
琴遊会(大正琴)日①月2回第2・4月

曜日13:00～15:00②第2・4水曜日12:30場①永山公民館②ひじり館☎どなたでも¥入会金(2,000円・教本代)、月会費(3,000円)問☎(373)0170江塚

能サークル初花会日月2回水曜日9:30～15:00場主に貝取こぶし館和室☎どなたでも¥入会金(無料)、月会費(500円)備考講師謝礼別途問☎090(2644)1491先原

植物画サークル「かぜくさ」日毎月第2金曜日13:00～17:00(1・8月は休み)場永山公民館学習室ほか☎どなたでも¥入会金(無料)、5カ月(12,000円)備考植物画の第一人者が講師。植物を見る目が変わります問☎h-kita0110@outl

ook.jp 北
多摩ブルースカイ(バレーボール)日毎週土曜日14:00～18:00・日曜日10:00～18:00場諏訪小学校体育館☎小学生¥入会金(3,000円)、月会費(1,500円)備考初心者歓迎。男女共に見学・体験大募集問☎tama_bluesky@say-web.net

トム将棋クラブ日毎週日曜日13:30～17:30場TOM HOUSE☎将棋の好きな方どなたでも¥入会金(100円)、年会費(2,000円)問☎(337)1962安部

催し案内

檻の中のライオンin多摩日1/6(土)13:30

～16:30(13:00開場)場永山公民館ベルブホール¥大人1,000円(オリジナル憲法条文クリアファイル付き)、学生無料問憲法カフェ☎090(4168)1192この木管アンサンブルおたまじゃくし定期演奏会日1/7(日)13:30～16:30場関戸公民館ヴィータホール¥無料備考木管楽器の柔らかな響きで新年を。親子室完備問木管アンサンブルおたまじゃくし☎otamajyakusi2004@yahoo.co.jp 金詠子

冬 中国の薬膳日1/25(木)13:00～16:30場消費生活センター調理室(ベルブ)¥1,700円備考要事前申し込み問中国薬膳の会☎(376)4632後藤

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

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ

入会説明会
日程のご案内

1/16(火) 2/13(火) 3/12(火) 予約制

《時間》9:30～11:30
《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1
《アクセス》京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩10分
バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分

まずは資料請求から

TEL.042-371-3580

※1月入会ご希望の方は、1/5(金)までにお電話ください。

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

自分のペースで学べる
正規の通信制大学

4月入学生
出願受付中!
3月12日まで

詳細はこちら→



TEL03-5428-3011

放送大学
東京渋谷学習センター

年末年始 暮らしの情報

受診相談(救急相談、医療機関案内)

☎1002731

- ・消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119、☎042(521)2323
病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者など)が年中無休で対応します。
- ・子供の健康相談室 小児救急相談(東京都) ☎#8000、☎03(5285)8898
☎月～金曜日の午後6時～翌朝8時(土・日曜日、祝日、年末年始の午前8時～翌朝8時)
- ・東京都医療機関案内サービス“ひまわり”(24時間) ☎03(5272)0303
- ・急患テレホンセンター(多摩消防署内)(24時間) ☎042(375)9999

●休日診療当番医(医科)

急病人のみ。発熱者の診療は時間帯を分けて診療している場合あり。

受診の際は、来院前に必ず電話をしてから受診してください。

必ず時間内のご連絡・ご来院ください。

時間 午前9時～午後5時 持ち物 健康保険証・乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
12/24(日)	中村内科医院	諏訪5-10-7	(375)7757
12/29(金)	江崎小児クリニック	落合3-20-2	(376)5225
	みゆきクリニック	連光寺1-8-3	(372)4853
12/30(土)	武井小児科	関戸2-69-3	(357)3030
	聖ヶ丘病院	連光寺2-69-6	(338)8111
12/31(日)	多摩センタークリニックみらい	落合1-38マダレパークビル1階	(316)8570
	多摩市子ども準夜診療所★	関戸4-19-5健康センター内	(375)0909
1/1(祝)	田村クリニック	落合1-32-1多摩センターペペビル5階	(356)0677
	多摩市子ども準夜診療所★	関戸4-19-5健康センター内	(375)0909
1/2(火)	田村クリニック	落合1-32-1多摩センターペペビル5階	(356)0677
	多摩市子ども準夜診療所★	関戸4-19-5健康センター内	(375)0909
1/3(水)	唐木田子どもクリニック	唐木田1-53-9唐木田センタービル2階	(355)8505
	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	(400)6580

※当番医は、都合により変更の場合あり ★=子ども準夜診療所は日中診療あり

●子ども準夜診療所(健康センター内)=小児科

来院前に必ず電話でご連絡ください。

受付時間 午後7時～9時45分 ☎(375)0909

●休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

来院前に必ず電話でご予約ください。

受付時間 日曜日・祝日の午前9時～午後3時 ☎(376)8009

施設・各種業務など

年末年始の市の施設の開館日・各種業務などの取り扱いは、

年末は12月28日(木)まで、年始は1月4日(木)から

上記期間と異なる施設・各種業務などは、下表の通りです。

施設・業務名	12/27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)	1/1(祝)	2(火)	3(水)	4(木)	備考
証明書のコンビニ交付			休	休	休	休	休	休		通常は土・日曜日、祝日も交付していますが、年末年始は休止
永山マイナンバーカードセンター			休	休	休	休	休	休		第1・3木曜日は休館日
永山公民館			休	休	休	休	休	休		第1・3木曜日は休館日
消費生活センター			休	休	休	休	休	休		第1・3木曜日は休館日
パルテノン多摩			休	休	休	休	休	休		
コミュニティセンター・コミュニティ会館			休	休	休	休	休	休	①	①ひじり館は休館
南多摩斎場		②			③	休	休	休	④	12/28・1/1～3は施設の使用申請・使用料払い込み不可。受け付け・霊安室業務は通常通り ②火葬は休み②④通夜のみ利用可③告別式のみ利用可
一本杉公園野球場管理事務所	年末年始も営業									
大谷戸公園キャンプ練習場					休	休				宿泊は12/29まで
交通公園		休	休	休	休	休	休	休		
エコプラザ多摩			⑤	休	休	休	休	休		⑤年末の資源持ち込みは12/29の16:00まで
剪定枝の持ち込み	休	⑥	休	休	休	休	休	休		⑥年末は12/28の16:00まで(水曜日は定休)
犬猫の死体収容			⑦	休	休	休	休	休		⑦年末は12/29の17:00まで
し尿くみ取り				休	休	休	休	休		
多摩清掃工場				休	休	休	休	休		粗大ごみの搬入予約は12/28の17:00まで
ハヶ岳少年自然の家	年末年始も営業									

※旧富澤家・グリーンライブセンターは、多摩中央公園改修整備事業のため休館中(グリーンライブセンターは12月29日(金)～1月3日(水)を除き、電話は可)

年末年始のごみ・資源の収集

☎1010693 ☎資源循環推進課 ☎(338)6836・☎(356)3919

12月30日(土)～1月3日(水)の収集はお休みです。右表や「ごみ・資源収集カレンダー」を確認し、出し忘れのないように計画的に排出してください。

※12月20日(水)に回収する品目の、次回の収集日は1月17日(水)です

注意

- ・ごみ・資源は必ず午前8時までに排出してください。
- ・ペットボトルは必ずキャップとラベルを外し、軽くすすいでから出してください。ルールが守られていないものが混入している場合、回収容器内すべて収集しません(缶含む)。
- ・粗大ごみは、必ず事前に多摩市粗大ごみ電子申請か粗大ごみ専用ダイヤル☎(375)9713へ申し込んでください。年内の電話での申し込み受け付けは、12月28日(木)午後5時で終了します。12月29日(金)・1月4日(木)の収集分は午後3時までです。

地区	ごみ種別	収集日												
		12/20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	1/30(土)～(水)	4(木)	5(金)
イエロー地区 愛宕1～2丁目、落川、貝取1800番台、関戸1～4丁目、一ノ宮、桜ヶ丘3～4丁目、東寺方、百草、和田	燃やせるごみ	●					●			●				●
	プラスチック、粗大ごみ							●						
	びん、缶、ペットボトル、雑誌雑紙			●							●			●
オレンジ地区 愛宕3～4丁目、乞田、桜ヶ丘1～2丁目、聖ヶ丘、連光寺、貝取1300～1700番台、関戸5～6丁目、馬引沢	燃やせるごみ	●					●			●				●
	プラスチック、粗大ごみ			●							●			●
	びん、缶、ペットボトル、雑誌雑紙							●						
グリーン地区 貝取1～5丁目、永山、諏訪、南野	燃やせるごみ			●					●					●
	プラスチック、粗大ごみ							●						
	びん、缶、ペットボトル、雑誌雑紙								●					
ブルー地区 落合、鶴牧、山王下、中沢、唐木田、豊ヶ丘	燃やせるごみ			●					●					●
	プラスチック、粗大ごみ							●						
	びん、缶、ペットボトル、雑誌雑紙									●				●

