



未来に向けて基盤をつくり、  
新たな一歩を踏み出せるまちへ

- 2 令和6年度市長施政方針(骨子)
- 3 令和6年度(2024年度)予算(案)
- 4 令和6年度の主な事業をお知らせします
- 5 多摩センターわくわくプロジェクト
- 6・7 子ども・若者関連情報

- 8 子ども・若者関連情報、多摩市に吹く緑の風
- 9 令和6年度「多摩市手話講習会」受講生募集!
- 10 創業という選択
- 11 していますか?地震から命を守る家具転対策
- 12 求人・募集

- 13・14 講座・催し物
- 15 健康だより(受診相談)、自殺防止!東京キャンペーン
- 16 ファッションやまちづくりをきっかけに幸せの土台である人権・多様性を考える



# 令和6年度 市長施政方針(骨子)

令和6年第1回多摩市議会定例会で阿部市長が施政方針を述べ、市議会・市民に対し理解と協力を求めました。

## はじめに

### ・自然災害の激甚化と地球沸騰化

東日本大震災発災から13年目の3月を迎えます。年明け早々には、能登半島地震が発生し、今なお厳しい避難生活を送っている方が多くいらっしゃいます。被災された皆様方に改めて心からお悔やみとお見舞いを申し上げます。

3.11以降、複数回にわたる大きな揺れに見舞われた熊本地震など、震度6弱以上の地震は31回も発生しています。震災を経験するたびに、私たちは多くの知見と教訓を得てきました。今回は、半島という地形の特殊性・住宅の耐震性、さらに交通網が遮断された中での水・トイレ・地域医療などの問題が大きくクローズアップされています。

また、国連のグテーレス事務総長が「既に地球沸騰化の時代に入った」と話されるように、猛暑・超巨大台風・洪水など気候危機による激甚化した災害が世界各地で多発しており、感染症などとの複合災害も想定しなければなりません。

### ・人口減少とDX

人口減少の影響は社会の随所に表れています。地方自治体も例外ではありません。高齢化・過疎化・公共交通網の縮小・店舗の減少などの課題に対処しながら、災害などのいざという時に備えた対策も想定しなければなりません。自治体行政の効率化などのDXを進め、時代に合った市民サービスの向上とマンパワーの振り向け方の転換を目指します。

### ・「コモンの再生」と地域協創

このところ、公園・水道・公共交通といった生活や産業に必要な地域社会に属する社会的資本に関連して「コモン(共同体)の再生」という言葉を聞くようになりました。人口が減少する中、市民・自治体が改めてこれら社会的資本をいかに持続可能なものとしていくかといった観点から分析し、組み立て直していく必要があります。



この4年間、モデルエリアでの実践などを通して、地域コミュニティの目指すべき方向性を定めました。多世代にわたる参画・多分野における協働を創出し、より多くの市民がゆるやかにつながり合えるコミュニティが生まれ、広がることで、新たなまちの魅力や価値が創造されること、これ

を「協創」と呼んでいます。

これまでの「10の活動をする1人」から「1の活動をする10人」への転換です。

この「協創」を実現するための、しくみやしかけが「地域協創」です。

本年は自治基本条例が施行されて20年の節目の年です。これを契機に、改めて条例の精神を大切に、市民主権のまちづくりを進めてまいります。その先に、地域主権による「コモン(共同体)の再生」の姿が見えてきます。



### ・くらしと市民生活

厚生労働省の発表によれば、労働者一人当たりの実質賃金は20カ月以上の連続減少となっており、いわゆる春闘での大幅賃上げの声だけでなく、政府からも強いトーンで底上げを求める声が上がっているいまこそ、社会全体で工夫を凝らし、物価上昇を上回る賃金アップをはかる時です。

少子化対策については、若い人たちの雇用や生活などの基盤を支援するとともに、子どもを産み・育てることに希望を持つことができるよう、国・東京都と連携しながら強い覚悟を持って取り組んでいきます。



さらに、地域共生社会を実現していくため学び直しへの支援を通して、国や東京都などとも連携しながら、雇用の流動化にも対応していかなければなりません。

## 市政運営における基本的な考え方

### ・地域で未来に希望を持ち続けることのできるまちを目指して

令和6年度は、昨年11月に策定した第六次総合計画に本格的に取り組む最初の年度です。4月には組織改正を行い、総合計画を推進するための体制を整備しますが、令和5年度を振り返っても、予想を超えたスピードで状況が変化し、予期せぬさまざまな問題への対応は終わることはありません。令和6年度に控えている各種計画の策定・改定を通じて、しっかりと基盤を仕上げていくとともに、状況の変化に柔軟に対応すること、既存の

枠組みにとらわれず、状況によっては、走りながらブラッシュアップしていくという気概をもって、未来に向けて基盤をつくり、新たな一步を踏み出す年度として取り組みます。

「つながり 支え 認め合い いきいきと かがやけるまち 多摩」という将来都市像を目指し、多世代がゆるやかにつながりながら、地域で未来に希望を持ち続けることのできるまちに向けて取り組んでいきます。

### ・分野を横断して重点的に取り組む事項

第六次総合計画では、分野横断的に取り組むべき3つの重点テーマとして、「環境との共生」「健康まちづくりの推進」「活力・にぎわいの創出」を位置付けました。これらに対し、庁内一丸となって取り組みを進めます。また、令和5年4月に施行されたこども基本法の基本理念とも大きく重なる、本市がこれまで進めてきた、こども若者政策をさらに発展させる形で積極的に取り組みます。

## むすびに

ウクライナそしてガザと世界では依然として大規模な戦闘により、多くの若い人々や子どもたちの命が奪われています。ロシアとイスラエルに対し、即時停戦を強く求めます。世界の多くの人々の願いです。平成25年から毎年、派遣している広島・長崎への「子ども被爆地派遣」は、コロナ禍あるいは台風などで中止となった時もありましたが、回を重ね10年を超えました。平和を語る若い伝道者が確実に育ってきています。本年も、子どもたちとともに被爆地を訪問し、「核なき社会」「戦争のない世界」を祈り、次世代に確かなバトンをつないでいきます。

第六次多摩市総合計画の将来都市像を各政策の共通目標にしっかりと据えて、市民主権のまちづくりをさらに進めていきます。

地球環境・人口減少・少子高齢社会・地域コミュニティ・経済・DXなど、私たちは今、道筋を明確に示すことが困難な時代の中にあります。先人たちが築いてきた我がまち多摩市を、市民をはじめ多様な主体の英知により、次の世代へ引き継げるよう、市議会各位の理解と協力を得ながら、取り組んでまいります。

令和6年度市長施政方針の全文は、  
公式ホームページをご覧ください



令和6年度 多摩市 施政方針 検索

☎1014083 企画課 ☎(338)6813  
・FAX(337)7658



令和6年度(2024年度)予算(案) 総額 617億9000万円

市民の生活を守るための支援や新たな行政ニーズに着実に取り組むための予算を編成しました。

多摩市が重点的に進める取り組みについてご紹介します

●環境との共生に向けた取り組み

省エネルギーの推進と再生可能エネルギーへの転換などの取り組みを進めていきます。また、異常気象が続いていることを踏まえ、その影響への適応強化と地球環境の負荷軽減への取り組みを推進し、環境と共生するまちづくりを進めていきます。

●健康まちづくりの推進に向けた取り組み

市民の健康と幸せを後押しし、健康まちづくりを更に計画的・体系的に推進していきます。健康まちづくりは全世代を対象とし、高齢世代の健康づくりと併せ、

子育てに適した環境の維持・充実も図っていきます。

●活力・にぎわいの創出に向けた取り組み

デジタル技術の活用や多様な人材の活躍を通じて、ニュータウン再生やまちのにぎわい創出、地域共生社会の実現に向けた取り組みを積極的に進めていくことで地域経済の発展や市民生活をさらに向上させていきます。

●子ども・若者政策を進めるための取り組み

若い世代が結婚・出産・子育ての希望をかなえ、安心して子どもを育てることが出来る環境づくりを進めていきます。

●物価高騰への取り組み

依然として市民生活や経済活動へ大きな影響を及ぼしている物価高騰に対応するため、生活支援や経済活動への支援など国や東京都の動きに連動して取り組んでいきます。

●デジタル化の取り組み

限られた予算と人財で持続可能な市政運営を行いながら、最適な市民サービスを提供していくため、事業の必要性や手法の有効性を一から見直した上で、DX(デジタルトランスフォーメーション)の推進や公民連携の積極的な活用など、既存概念にとらわれずに効率性の向上を図っていきます。

この他、災害時の備えなどをはじめ、分野別の取り組みも進めていきます。

主な事業は4面をご覧ください

会計別予算(案)

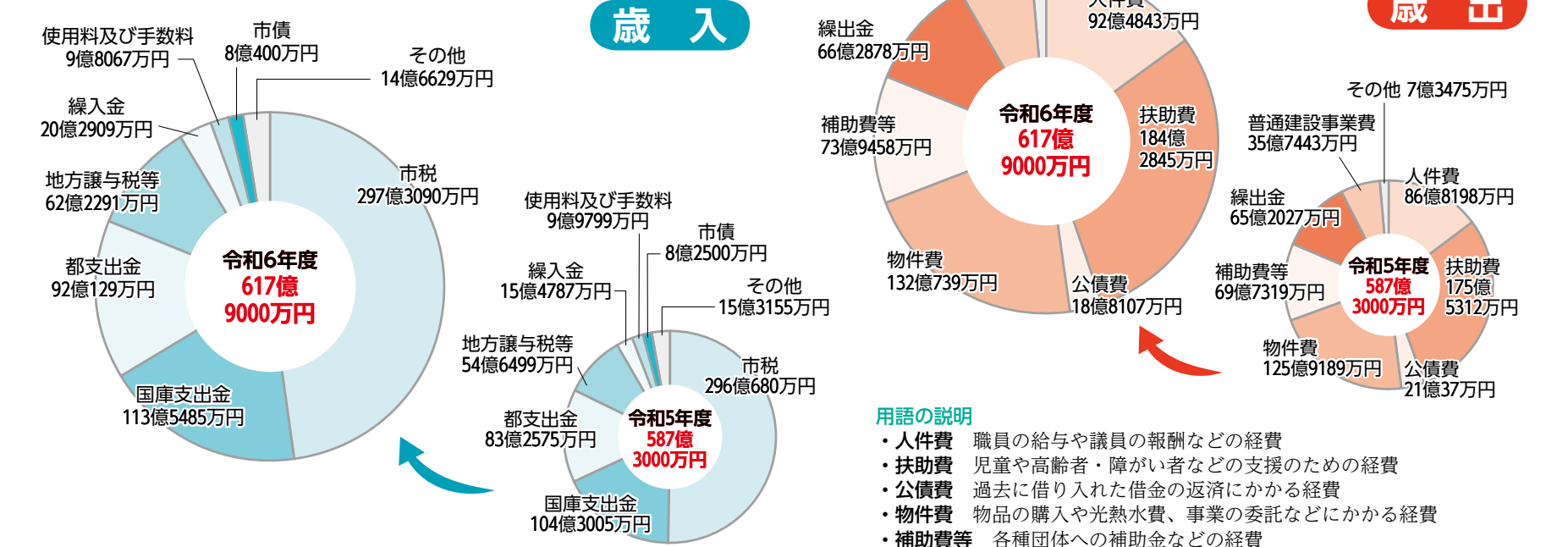
| 会計名  |             | 令和6年度      | 令和5年度      | 増減額       | 増減率   |
|------|-------------|------------|------------|-----------|-------|
| 一般会計 |             | 617億9000万円 | 587億3000万円 | 30億6000万円 | 5.2%  |
| 特別会計 | 国民健康保険特別会計  | 154億2218万円 | 154億3205万円 | ▲987万円    | ▲0.1% |
|      | 介護保険特別会計    | 124億8529万円 | 124億1060万円 | 7469万円    | 0.6%  |
|      | 後期高齢者医療特別会計 | 49億7114万円  | 46億907万円   | 3億6207万円  | 7.9%  |
|      | 合計          | 946億6862万円 | 911億8171万円 | 34億8691万円 | 3.8%  |

※ 千円単位で四捨五入しているため、合計額と会計ごとの合計は一致しない場合あり

| 区分      |               |    | 令和6年度     | 令和5年度     | 増減額       | 増減率    |
|---------|---------------|----|-----------|-----------|-----------|--------|
| 下水道事業会計 | 収益的収支<br>(※1) | 収入 | 33億5766万円 | 34億3047万円 | ▲7281万円   | ▲2.1%  |
|         |               | 支出 | 29億7725万円 | 31億710万円  | ▲1億2985万円 | ▲4.2%  |
|         | 資本的収支<br>(※2) | 収入 | 1億1040万円  | 1億4092万円  | ▲3052万円   | ▲21.7% |
|         |               | 支出 | 6億4958万円  | 4億2512万円  | 2億2446万円  | 52.8%  |

※1 下水を処理するための収入と支出  
※2 下水道施設などを整備するための収入と支出

一般会計予算(案)内訳



令和6年度予算(案)について

歳入

市税は、定額減税・ふるさと納税による流出額の増加などにより市民税が減少するものの、法人市民税や固定資産税などの増加により、約1.2億円増えると見込んでいます。

歳出

高齢化に伴う各特別会計への繰出金の他、障がい福祉サービス費や生活保護費など、扶助費が引き続き増加しています。さらに物価高騰の影響により、経常的な経費も増加しています。

まとめ

一般会計の予算規模としては617億9000万円と、前年度と比較して30億6000万円の増額となりました。

社会保障経費や物価高騰の影響が続く中でも、引き続き持続可能な財政構造の構築・維持に向けた取り組みを進め、すべての人にとって住みやすく暮らしやすいまちを目指して、さまざまな課題への取り組みを着実に進めていきます。

# 令和6年度の主な事業をお知らせします～分野別の取り組み～

## 環境

### ●市民参加型の生きもの調査の実施 165万円

生物多様性の保全を推進するため、市民参加型で市内の動植物を調査します。

### ●気候変動による暑さ対策 120万円

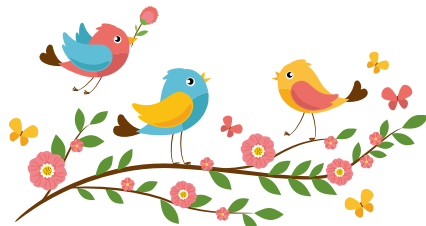
まちなかの暑さ対策を推進するため、各団体がイベント会場に設置するミスト設備に対して補助金を交付します。

### ●学校給食の生ごみリサイクル 1108万円

調理残さ(野菜くず)や給食残さ(食べ残し)をたい肥化し、市内農家などに配布することで、資源循環や食品ロス削減に取り組みます。

### ●都市農業推進補助金 30万円

脱プラスチック・カーボンニュートラルなど、環境保全に配慮した営農をする農業者に対して、環境保全型の農業資材購入代金の一部を補助します。



## 健康・福祉・医療・介護

### ●必要な支援が届いていない人への支援 2284万円

地域でつながりを持ち、社会に参加できるようにするため、人員を配置し、アウトリーチなどを通じた継続的支援および参加支援を実施します。

### ●健幸ポイントの導入 115万円

健診受診やウォーキングなどの健康づくりの取り組みに対しポイントを付与し、市民の健康づくりのきっかけとなる事業を実施します。

### ●多摩モノレール多摩センター駅のバリアフリー化補助 1000万円

誰もが円滑に公共交通機関を利用できるよう、多摩モノレールの多摩センター駅トイレのバリアフリー化工事に対して補助を行います。

## 都市づくり・住宅・防災

### ●災害対策用資機材の購入 683万円

給水タンクの増備・マンホールトイレ充水用ホースや外部給電器の整備の他、災害時の支援体制をより強化します。

### ●木造住宅耐震改修補助金等の対象拡大 825万円

グレーゾーン住宅とも呼ばれる新耐震基準であっても耐震性能の低い木造住宅についても、耐震改修補助金などを活用できるよう支援対象を拡大します。

## 産業振興・観光・農業

### ●聖蹟かわまちづくりのエリアマネジメントへの補助 1000万円

多摩川河川敷を活用して聖蹟桜ヶ丘駅周辺の魅力を高めるために地域が主体となって設立された団体に対してイベントなどで必要となる経費に対する補助を行います。

### ●多摩センター地区の活性化 3043万円

多摩センター地区のハード整備(まちづくり)を見据えた社会実験を実施し、(仮称)多摩センター地区まちづくり方針および多摩センター駅周辺地区都市再生整備計画を策定します。

## 子ども・学校教育

### ●こども誰でも通園事業・多様な他者との関わりの機会の創出事業 7263万円

幼稚園・保育所に在籍していない子どもを対象に、保育要件の有無に関わらず誰でも通園できる取り組みを実施します。

### ●子どもたちの多様な学びの場の確保 2513万円

不登校または不登校傾向が見られる中学生が安心して学校生活を送ることができるよう、東愛宕中学校にチャレンジクラス「(仮称)あたごSpace」を設置します。

### ●「(仮称)子どもまんなかフェス」の開催 208万円

子育て関係団体など官民一丸となって、多摩市の子育て環境や支援策について知ってもらうため、子どもが主役の企画なども織り交ぜた親子で楽しめるイベントを開催します。



## 文化・スポーツ・生涯学習・社会教育

### ●多文化共生推進基本方針の策定 22万円

多摩市に暮らす外国人を地域社会の一員としての受け入れをさらに進め、誰もが安心して生活することのできる多文化共生社会の実現に向け、「多文化共生推進基本方針」を策定します。

### ●東京ヴェルディとの協働事業の実施 72万円

J1昇格を果たした東京ヴェルディを応援するため、多摩センター駅周辺の街路灯に応援フラッグを掲げます。

## その他の取り組み

### デジタル化の取り組み

#### ●各公共施設へのキャッシュレス決済の導入 5007万円

これまで窓口で現金のみ支払い可能だった各公共施設使用料について、二次元コード決済などのキャッシュレスに対応するとともに、窓口に行かずにクレジットカードで支払うオンラインキャッシュレスを導入します。

#### ●各公共施設へのWi-Fi導入 5000万円

公共施設のデジタル環境を整備するため、1回の設定で国内外で利用できる国際的な規格のOpenRoaming対応のWi-Fiを導入します。

### 物価高騰への取り組み

#### ●保育所・幼稚園等における原油価格・物価高騰等総合緊急対策事業 5007万円

経済・物価情勢などの状況を踏まえ、保育所・幼稚園などに対して食料費などの物価高騰分の支援を継続実施します。

#### ●商店会への電気料金支援 43万円

商店会が設置した装飾街路灯にかかる電気料の一部を補助する商店会装飾街路灯電気料補助金において、電気料金高騰分について支援を行います。



もっと詳しく知りたい方へ

公式ホームページなどで公開されている「令和6年度当初予算(案)の概要」をご覧ください。

☎1014261 岡財政課 ☎(338) 6814 ・ 📠(337) 7658





# 多摩センターわくわくプロジェクト    Vol.4

多摩センターでは、令和4年度から「まちづくりを起点とした新たなまちのつくり方」をスタートし、これからのまちの事を考えています。また、令和6年度末に方向性をだすことを目指しています。

まちづかいから考えよう  
これからのまちのこと

令和5年度  
第4弾

## まちづかい！ 社会実験

10月にレンガ坂周辺で実施したまちづかい社会実験。今回はこれまでのワークショップなどで、多くの「つかい方」のアイデアが出たパルテノン大通りを中心に、空間演出の社会実験を実施します。平日は「日常」、多摩センタースプリングフェスタの日は「非日常」など、シーン(場面)に合わせたさまざまな「実験」を、ぜひ体感して、あなたの「声」をお聞かせください。



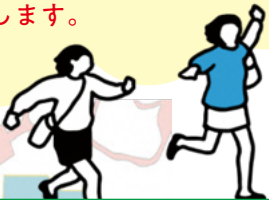
3月11日(月)～3月24日(日)

### 社会実験とは？

未来の地域を考えて、「あったらいいね」「こうなったらいいね」そんな共感が生まれるシーンを試して、皆さんに考えていただく場です。

まちの「声」を集めています！

期間中、アンケートに回答いただいた方に、先着で粗品をプレゼントします。



#### 屋根の下で過ごせる空間づくり

日3月11日(月)～24日(日)場パルテノン大通り

備考3月18日(月)以降は設置位置を変更予定



#### 日常づかいから安全な通行を考えよう ～サインを見ながら通行しよう～

日3月15日(金)～21日(木)場レンガ坂備考

詳細は、下記二次元コード参照場道路  
交通課☎(338)68

59



#### 芝生やイスがあるくつろぎ空間を

日3月22日(金)～24

日(日)場ココリア多

摩センター前花壇

横スペース



#### グリーンスローモビリティで ちょっと特別な移動を

日3月11日(月)～17日(日)午前10時  
～午後5時(1日14本運行予定)

◎ヤマハ発動機▶



#### 期間中、デジタル サイネージを 設置し、エリア情報 発信を強化します！



#### 植栽ますをつかってみよう！

まちの人と考えた植栽ますのつかい方！

日3月16日(土)午前10時～午後5時

場パルテノン大通り植栽ます



#### これからの移動手段！？

キックボード体験会

日3月16日(土)・17日(日)午前10時～  
午後5時

場パルテノン多摩前特設コース



### この社会実験は、「多摩センタースプリングフェスタ2024」とコラボします！

#### 多摩センタースプリング フェスタ 2024

日3月22日(金)～24日(日)午前10時～午後5時(内容により実施日・時間が異なります)場パルテノン大通りココリア前  
十字路とその周辺内パルテノン大通りマルシェ、ミニイベント、展示など(予定)備考詳細は、多摩センタースプリ

ングフェスタ公式X(旧Twitter) (@springfes\_tama) 参照  
ID1014224場多摩センタースプリングフェスタ2024実行委員会事務局☎090(8946)9909(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)

#### 多摩地域マイクロツーリズムプロジェクト企画「多摩良いスター」

日3月23日(土)午前11時～午後4時場ココリア多摩センター前主催ホスピタリティツーリズム専門学校「たまたまホスピ」場市役所経済観光課☎(338)6830

##### ・イースターペイント

絵を描いて自分だけのオリジナルエッグを作ろう！

##### ・イースターレース

たまごをつないでゴールを目指そう！(正午、午後2時スタート。各15分前から受け付け)

##### ・イースターハント

たまごをたくさん見つけてお菓子をつかみ取ろう！



#### ～地区協ミュージアム部会～お散歩謎解きイベント「不思議な謎解き日記」

日3月22日(金)～24日(日)午前10時～午後4時場パルテノン大通り十字路本部テント参加方法本部テントで配布の回答用紙に、公式ホームページに掲載の冊子(データ版)の謎の答えを記入。謎スポットは多摩センター駅周辺の5カ所備考参加にはスマートフォンなどが必要。すべての謎をクリアすると本部テントで特典をプレゼント。詳細は、市公式ホームページ参照場多摩センタースプリングフェスタ2024実行委員会事務局☎090(8946)9909(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時)、市役所経済観光課☎(338)6830



ID1012091場多摩センターわくわくプロジェクトについて＝経済観光課☎(338)6830、まちづかい社会実験について＝都市計画課☎(338)6856



子ども・若者  
関連情報

3月11日(月)に児童扶養手当を振り込みます

3月下旬になっても振り込まれていない場合はご連絡ください。  
ID1003455 子育て支援課 ☎(338)6851・FAX(372)7988

育児相談

日 4月24日(水)午前9時10分～10時30分  
対 乳幼児の保護者 定20人(申し込み先着順)  
内 身体計測、育児相談、栄養相談など  
持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)  
ID1003429 申問場 3月7日(木)から、公式ホームページのインターネット手続きで、健康推進課(健康センター) ☎(376)9177へ



2歳歯っぴー歯科相談

日 4月18日(木)午後1時20分～2時50分  
対 2歳～2歳6カ月未満の子ども 定32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、かかりつけ歯科医の紹介、唾液検査  
持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)、普段使っている歯ブラシ、タオル  
ID1003437 申問場 公式ホームページのインターネット手続きで、健康推進課(健



康センター) ☎(376)9177へ

パパママ学級(両親学級)

①歯っぴー食事コース

日 4月10日(水)午後1時15分～3時30分  
対 妊娠16週～35週の方とそのパートナー  
内 妊娠中の歯の健康、栄養と食事バランスチェックとレシピ紹介

②ウェルTAMA！赤ちゃん準備コース(全2回)

日 4月17日(水)午後1時15分～3時15分、4月20日(土)午前9時15分～正午  
対 出産予定日が6月・7月の初産の方とそのパートナー  
内 お産の準備と呼吸法、今から役立つ多摩市の情報、赤ちゃんのお風呂(沐浴実習)・DVD「赤ちゃんの泣きへの理解と対処のために・産後のママの気持ちの変化」、先輩パパママとの交流会、ベビー服・グッズなどの展示

【共通事項】

定 各20組(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  
備考 一人での参加可  
ID1003411 申問場 3月7日(木)から、電話で、健康推進課(健康センター) ☎(376)9177へ

公民館保育室開放デー＆あかちゃんおはなし会

日 場 定 右上表の通り  
対 未就学児とその保護者  
備考 詳細は、公式ホームページ参照。関戸公民館で、6日午前11時から「あかちゃんおはなし会」

を実施  
ID 永山公民館＝1003198、関戸公民館＝1003215  
申 当日直接各事務室へ  
問 永山公民館 ☎(337)6661、関戸公民館 ☎(374)9711

| 実施日           | 時間          | 場所           | 定員    |
|---------------|-------------|--------------|-------|
| 3/18(月)       | 10:00～16:00 | 永山公民館第1・2保育室 | 20組程度 |
| 3/6(水)、4/3(水) | 9:00～16:45  | 関戸公民館保育室     | 各7組程度 |

大谷戸プレーパークTAMA自然体験活動指導者養成講座

子どもたちのさまざまな体験活動をサポートする指導者を養成するための講座です。実技と講義を受講した方は、キャンプインストラクターの試験を受けることができます。

日 ①実技＝3月9日(土)または4月13日(土)の午前9時～午後3時  
②講義・実技＝1日間(午前9時～午後3時)。  
実施日は要相談  
場 ①大谷戸公園キャンプ練習場  
②国土館大学多摩南野キャンパス(南野2-11-1)(予定)  
対 18歳以上の方(子ども連れでの参加可)  
¥2,000円(教科書代)。資格取得希望者は別途15,300円(受験料・登録料・事務手数料)  
内 野外教育の必要性、自然体験活動、子どもとの関わり方、火起こし、道具作りなど  
持ち物 筆記用具、飲み物、昼食  
備考 動きやすく汚れてもいい服装で。キャンプインストラクターの資格取得希望者は受講終了後に試験あり  
ID 1011050 申問 ①の各前日午後4時ま

でに、メールで、件名「指導者養成講座」・氏名・性別・住所・連絡先を、国土館大学ウエルネス・リサーチセンター  
E-mail: seal79@kokushikan.ac.jp・☎(339)7347(平日午前10時～午後4時)へ



Poco Poco Festa2024～ステージアートのおもちゃ箱～

子どもがプロの芸術や舞台アートに触れて、びっくりしたり、感動したり、わくわくできる参加体験プログラム。1日参加券がなくても体験できるプログラムもあります！

日 3月20日(祝)午前10時～午後4時30分  
場 パルテノン多摩  
対 1日参加券＝3歳～大人(0歳～2歳児は保護者のチケットで入場可)  
定 ¥1日参加券＝500円・500円  
備考 事前申し込みが必要なプログラム有り[申込期限3月18日(月)]。詳細は、Poco Poco Festa2024  
URL: https://www.pocofes.com 参照  
申 1日参加券は、イープラスまたはパルテノン多摩で販売中  
問 認定NPO法人多摩子ども劇場 ☎(376)7651

みんなの  
やりたいを  
後押しする

**多摩ラボ**

ID1014263  
問 経済観光課  
☎(338)6830

**第2回** やってみた！人  
インタビュー

**多摩市若者会議** 高野さん、西山さん ▲インタビューの  
全文はこちら

若者の“やりたい”を後押しし、共に活動する多摩市若者会議。“まちづかい”の経験豊富な彼らが、多摩センターの広い公共空間に魅力を感じ、やりたい(活動)に共感してくれるまちの人と対話できる「まちづかいオープンカフェ」を11月23日に実施しました。このカフェは、“やってみたいこと”を教えてくれた人にコーヒーをプレゼントする仕組み。コーヒーをきっかけにまちの人たちの声を集めようとする新しい取り組みです。

今回は、この取り組みを実施した、多摩市若者会議のお二人にお話をお聞きました。

**“変人のパイオニア”を多摩市全体に増やしたい。**

**西山さん**  
(多摩市若者会議  
コアメンバー)

これまで私は、ワークショップなどに積極的に参加している方々と活動してきました。今回、オープンカフェという形で街に飛び出すことで、通りすがりの方など普段話す機会がない方とお話でき、市内の高校に通う学生からは「パルテノン多摩で寝転んで空を見たい」という話も聞けました。とっても素敵で、私もやってみたいなって！

今は、多摩センターでイベントを企画すると、行政や関係機関との調整が大変で、慣れていないと難しいこともあります。今後はだれもが気軽に多摩センターを使えるようになると良いと思います。

**高野さん**  
(多摩市若者会議  
運営)

今回は、私たちがしたかったことを“まちづかい”としてやってみました。今後は、「誰でも日常的に“やりたいこと”ができる街」になると、面白くなっていくと思います。“やりたい”という気持ちを持った人は変わった人が多いと思っていますよね(笑)。活動を通して、多摩市全体に“変人のパイオニア”を増やしていきたいな、と密かに狙っています。

※多摩市若者会議では、主に39歳以下の若者主体となってアイデアを生み出し、提案者が自らプロジェクトを企画・立案・実践しています。詳細は、多摩市若者会議  
URL: https://tamayouth.jp/about/ をご覧ください



子ども・若者  
関連情報

こどもかけっこ教室

日 3月21日(木)午後4時30分～5時30分(4時から受け付け)対小学生定30人(申し込み先着順)¥500円講師 徳田由美子氏(800m元日本記録保持者)持ち物 タオル、飲み物(水のみ可)主催 (一社)東京グリーンスポーツリンク備考 運動できる靴(スパイク不可)と服装で。雨天の場合は室内で実施ID1012861申問場 3月5日(火)～18日(月)午後4時に、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IDhttps://ws.formzu.net/fgen/S574612095/・☎(400)5487(午前10時～午後5時)へ



公民館50周年記念イベント 東大CASTのサイエンスショー～光と空気にひそむナゾ～

光の実験では、消えるボールを実際に体験。空気の実験では、大きな空気砲が見えるかも？

日 3月27日(水)午後1時30分～3時30分場 永山公民館ベルブホール対小学生(2年生以下は要保護者同伴)定40人(申し込み先着順)¥200円(材料

費)講師 東京大学サイエンスコミュニケーションサークルCASTID1014118申問 3月8日(金)午前9時から、電話で、永山公民館☎(337)6661へ



たま学びテラス総括イベント「プログラミング体験会」

日 3月16日(土)午前10時～午後3時場 関戸公民館市民ロビー対主に中学・高校生講師(株)スクーミー主催 関戸公民館、永山公民館、日野市中央公民館ID1014207申 当日直接会場へ問 関戸公民館☎(374)9711

児童館だより

〔共通事項〕

備考 対象の記載がないものはどなたでも。未就学児は要保護者同伴。申し込みの記載がないものは当日直接会場へ申問は各館へ

けやきっずーノ宮児童館☎(375)4643

●JUMP-JAM日 3月13日(水)午後3時～3時30分場前庭備考 雨天中止ID1009975

あいランド愛宕児童館☎(373)7677

●おはなしのへや日 3月13日(水)午後

3時15分～3時45分内 もりの文庫によるお話ID1009629

コスモ連光寺児童館☎(338)5881

●赤ちゃんといっしょ「ラウンドスプーン」日 3月7日・14日各木曜日午前10時30分～11時20分対 0歳児、妊娠中の方ID1011413

●幼児のつどい「かくれんぼ」日 3月8日(金)午前10時30分～11時20分対 おおむね1歳以上の未就学児定15組(申し込み先着順)ID1011412申 直接、連光寺児童館へ

のびのびハウス豊ヶ丘児童館☎(338)5882

●はじめのいっぽ日 3月6日(水)午前10時30分～11時30分対 おおむね0～1歳児ID1003630

●コアクラブ日 3月13日(水)午前10時30分～11時30分対 おおむね1歳以上の未就学児ID1010052

ビーボ東寺方児童館☎(338)5883

●よちよち日 3月13日(水)午前11時～11時30分場 ぐりぐらルーム対 0歳児、妊娠中の方内 パネルシアター鑑賞ID1011789

●いないいないばあ！日 3月13日(水)午前11時～11時30分場 遊戯室対 おおむね1歳以上の未就学児内 パネルシアター鑑賞ID1011790

ヴィヴァーチェ諏訪児童館☎(375)0991

●幼児のつどい「はとぼっぼ」日 ①3月6日②13日、各水曜日午前10時30

分～11時30分対 1歳児以上備考 ①はおたのしみ公演、②は進級パーティーID1014039

●0歳児のつどい「ひなたぼっこ」日 3月7日・14日各木曜日午前10時30分～11時30分対 0歳児備考 7日はあすのき保育園の先生による身長・体重測定ID1010688

ゆう桜ヶ丘桜ヶ丘児童館☎(338)7122

●ママとあかちゃんののんびりタイム日 3月8日・22日各金曜日午前11時～正午対 0歳児ID1011347

●ママとあそぼうピッポッパ日 3月15日(金)午前10時30分～11時30分対 1歳以上の未就学児ID1011348

TOM HOUSE落合児童館☎(371)5955

●ベビー☆パラダイス日 3月6日(水)午前11時～正午対 おおむね1歳6カ月までの子どもID1011033

からきだ菖蒲館唐木田児童館☎(338)2277

●CoCo♥KARAたいむ日 3月7日・14日各木曜日午前11時～11時30分対 0歳児ID1010078

●Pico★KARAたいむ日 3月8日・15日各金曜日①午前10時30分～11時②11時15分～11時50分対 ①1歳児②2歳以上の未就学児ID①1008806②1010077

健幸都市  
多摩市

# Let's 健幸まちづくり！vol.12

健幸まちづくりは、「健幸都市・多摩」の実現に向けて、行政だけでなく、市民・市民団体・事業者・大学などがともに進める、まちぐるみのチャレンジです。市役所には、すべての世代に関わるたくさんの業務があり、困りごとがある方に気付いて、適切な支援につなげていきます。

今回は、唐木田児童館の三瓶館長が出会ったエピソードから、気付いてつなぐ取り組みをご紹介します。

ID1002745問 健幸まちづくり推進室☎(338)6916



▲健幸まちづくりについて詳細はこちら

困っているお父さんとの出会い

当時勤めていた児童館近くの公園で、泣いている赤ちゃんを抱いているお父さんがいることに気付



▲三瓶館長

きました。赤ちゃんは全然泣き止まなくて、お父さんも何をしたらよいか困っている様子だったので、声をかけてみたんです。お父さんは、「赤ちゃんが泣き止まなくて、どうしたらいいか分からない」と話してくれました。そんな二人を自分の勤めていた児童館に誘いました。「妻はずっと子どもの世話をしてくれています。そんな妻に少しでも休んでもらいたくて外に出たんですが、赤ちゃんが泣き止んでくれなくて…」と話してくれました。その後、お母

さんも児童館に来てくれるようになり、ご夫婦で、困った時に児童館を頼った経験を周りの保護者の方にも伝えてくれました。

困りごとへの対応は自分たちだけで頑張るものじゃないと知ってほしい

困っていることがある方は、「助けを求めているのか」「もっと自分が頑張らないか」と思うことが多いかもしれません。でも、このお父さんが家庭以外にも「頼れる場所がある」と気付いたように、困っている時は、家庭やご自身だけで抱え込まなくても良いと知ってもらいたいです。



▲唐木田児童館の職員とゆったり過ごしている様子の親子

地域のつながりで、困っている方を支援する

児童館だけでなく、市役所にはいろいろな方が訪れます。サービスをご利用いただく中で関係を深めると、子どもの悩み、高齢であることや障がいがあることによる悩みなどが分かれます。そういった方を地域の人みんなで支えるために、市内のさまざまな支援をしている人が集まる会議(エリア別情報交換会)を開催しています。

地域情報の交換をしたり、他部署との連携を深めたりして、必要な支援を届けるため、日々奮闘しています。

多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会

これまでは市役所内であっても個人情報保護の観点から、支援を必要としている方の情報を他部署と共有

することが難しい場面がありました。しかし、令和4年度から個人情報保護をしつつ、必要な時には情報を共有できる仕組み(エリア別情報交換会を含む多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会)が整いました。

困った時に相談できる窓口は、児童館以外にもあります。まずは、ためらわずにご相談ください。支援団体が連携して支えます。相談窓口の詳細は、公式ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。

ID 児童館について=1011077、各種相談窓口のご案内=1010201



▲多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会のエリア別情報交換会の様子



子ども・若者  
関連情報

ジャイアンツアカデミー親子野  
球教室in多摩一本杉公園野球場

日 3月20日(祝)午前10時30分～正午  
(午前9時30分から受け付け)場 一本  
杉公園野球場(雨天時は総合体育館)  
対 市内在住の小学1～3年生と保護  
者1人定50組(申し込み先着順)¥  
200円内 投げる・守る・打つの基本  
とチームワークの大切さを学ぶ講師  
ジャイアンツアカデミー講師持ち物  
グローブ(お持ちの方のみ)、帽子、  
水筒、タオル(雨天時は室内履き)  
備考 動きやすく、汚れてもよい服  
装でID1014209申 3月7日(木)から、  
電話または直接、総合体育館☎(374)  
2313へ

東京ヴェルディサッカー教室

日 3月16日(土)午前10時30分～正午場  
陸上競技場対 ①4歳以上の未就学児  
②小学1・2年生③3・4年生④  
5・6年生定各20人(応募者多数の  
場合は抽選)講師 東京ヴェルディス  
クールコーチ持ち物 帽子、飲み物  
(蓋付き)主催 多摩市健幸スポーツパ  
ートナーズ備考 動きやすい服装で  
ID1014210申 3月11日(月)までに、イ  
ンターネット手続きで、東京ヴェル  
ディURLhttps://ws.form  
zu.net/sfgen/S13644318  
へ 問 武道館☎(371)8421

親子向け農家料理教室～多摩に  
伝わる農家のおやつ～

地元で採れた小麦を使って、昔な

がらの方法で3種類の農家おやつを  
作ります。

日 3月24日(日)午後2時～4時場 消費  
生活センター調理室(ベルブ)対 5歳  
～小学6年生くらいの子どもと保護  
者定6組程度(申し込み先着順)¥1  
組1,000円(子ども1人追加ごとに  
+500円)講師 小暮敦子氏(農家)持ち  
物 三角巾、エプロンID1014211申 問・  
主催 3月12日(火)までに、インターネッ  
ト手続きで、(株)エマリックにたちURL  
https://forms.gle/Luvx5tVcsr  
SwMcNR9・☎ponte@  
emalico.com へ

春休みに訪問しよう！ポーランド  
大使館とJICA地球広場

日 3月28日(木)午前8時30分～午後5  
時30分集合 京王多摩センター駅・京  
王永山駅・聖蹟桜ヶ丘駅各改札口前  
対 小学4年生～大学生定25人(応募  
者多数の場合は抽選)持ち物 昼食、  
飲み物¥300円(参加費)、集合場所  
～市ヶ谷駅～目黒駅(往復)の交通費  
内 JICAの地球広場の見学、海外協  
力隊の体験談、ポーランド大使館の  
訪問、ポーランドの説明備考 申し  
込み後に資料送付。資料が届かない  
場合は要問い合わせID1014219申 問  
3月21日(木)必着の、はがきで、「ポ  
ーランド大使館」・住所・氏名・学  
校名・学年・電話番号・メールアドレス  
・ポーランド大使館とJICAに  
質問したいことを明記の上、〒206-  
0011関戸4-72多摩市国際交流セン  
ター☎(355)2118・FAX(355)2104・☎ti  
c@kdn.biglobe.ne.jp へ

いきいき  
シニア

後期高齢者医療制度にご加入の方へ  
高額介護合算療養費支給申請書を該  
当者へ3月8日(金)ごろに送付します

医療費が高額になった世帯に介護  
保険の受給者がいる場合、医療保険  
と介護保険の限度額をそれぞれ適用  
後に、自己負担の年額(8月～翌年  
7月)を合算して、限度額を超えてお  
支払いいただいた分を払い戻す制度  
です。限度額は個人または世帯の所  
得に応じて決まっています。ただし、  
計算期間中に転入や医療保険の異動  
があった方は、案内が届かない場合  
がありますのでお知らせください。  
なお、多摩市国民健康保険の加入者  
には6月ごろに送付する予定です。  
ID1002058問 後期高齢者医療制度に  
ついて＝保険年金課☎(338)6807、  
介護保険について＝介護保険課☎  
(338)6907

▼高額医療・高額介護合算療養費の自己負  
担限度額表(8月～翌年7月)

| 負担<br>割合 | 所得区分            | 後期高齢者医療制度<br>+介護保険制度 |
|----------|-----------------|----------------------|
| 3割       | 課税所得<br>690万円以上 | 212万円                |
|          | 課税所得<br>380万円以上 | 141万円                |
|          | 課税所得<br>145万円以上 | 67万円                 |
| 2割       | 一般Ⅱ             | 56万円                 |
|          | 一般Ⅰ             | 56万円                 |
| 1割       | 住民税<br>非課税等     | 区分Ⅱ<br>31万円          |
|          |                 | 区分Ⅰ<br>19万円          |

令和6年度老人福祉センター寿  
大学(前期、通年)受講生募集

日 内 右表の通り場 二幸産業・NSP  
健幸福社プラザ対 60歳以上の市内在

住者備考 応募者多数の場合は抽選。  
定員・費用など詳細は、二幸産業・  
NSP健幸福社プラザURLhttps://ww  
w.tama-fukushi.org/ 参照または  
要問い合わせ申 問 3月31日(日)必着の、  
往復はがき(1講座につき1枚)往信  
欄裏面に、希望講座名・住所・氏  
名(ふりがな)・生年月日(年齢)・電  
話番号、返信欄宛名面に住所・氏名  
を記入し郵送、または3月30日(土)ま  
でに住所・氏名を記入したはがきを  
直接持参で、〒206-0032南野3-  
15-1 二幸産業・NSP健幸福社プ  
ラザ3階老人福祉センター寿大学担  
当☎(356)0303へ(記入漏れ・料金不  
足は無効)

|    | 講座名                 | 日程                       |
|----|---------------------|--------------------------|
| 通年 | 中国語入門(全16回)         | 5月～令和7年2月の月曜日9:30～11:00  |
|    | 書道入門(全16回)          | 5月～令和7年2月の月曜日13:00～15:00 |
|    | 英会話入門(全16回)         | 5月～令和7年2月の火曜日13:30～15:00 |
|    | ハングル初級(全16回)        | 5月～令和7年1月の木曜日10:00～11:30 |
|    | キーボード(ピアノ)入門(全16回)  | 5月～令和7年2月の金曜日10:30～12:00 |
| 前期 | 折り紙(全8回)            | 5月～8月の水曜日13:30～15:30     |
|    | 陶芸入門(全8回)           | 5月～9月の金曜日14:00～16:00     |
|    | ★椅子リズムダンス(全8回)      | 5月～8月の月曜日13:30～15:00     |
|    | ★太極拳1(全8回)          | 5月～9月の水曜日13:00～14:20     |
|    | ★太極拳2(全8回)          | 5月～9月の水曜日14:40～16:00     |
|    | ★らくらく運動(自彊術体操)(全8回) | 5月～9月の木曜日10:00～11:30     |
|    | ★美姿勢と体幹(全8回)        | 5月～9月の木曜日13:30～15:00     |
|    | ★ボディコンディショニング1(全8回) | 5月～9月の土曜日13:00～14:20     |
|    | ★ボディコンディショニング2(全8回) | 5月～9月の土曜日14:40～16:00     |
|    |                     |                          |

※1 ★印の申し込みはいずれか1つのみ  
※2 日時が重複する講座の同時申し込み不可

TOKYO VERDY

シリーズ

No.60

東京ヴェルディ・インフォメーションコーナー

多摩市に吹く緑の風

東京ヴェルディの16年ぶりのJ1の舞台での戦いを一丸となって応援しましょう！

ホームゲームの応援に行こう！

2月25日に国立競技場で開催された開幕戦に続き、いよいよホームスタジアムである味の素スタジアムでの試合が始まります。今シーズンは、15人の選手が加入し、平均年齢がとても若いことが特徴です。日々厳しいトレーニングを積み重ね、万全の準備を整え、最高の状態で試合に臨んでいるそうです。

新チームで臨む東京ヴェルディが繰り広げる、J1での白熱した試合を、ぜひ一緒にスタジアムで応援しましょう！

●今後のホームゲームの予定

第4節 日 3月16日(土)午後4時対戦相手 アルビレックス新潟戦

第5節 日 3月29日(金)午後7時対戦相手 京都サンガF.C.



▲キャプテンの森田晃樹選手  
©TOKYO VERDY



©TOKYO VERDY

J1昇格後初！「多摩市&立川市ヴェルディ応援DAY」開催！

多摩市在住・在学者は無料で観戦できます。J1での戦いが始まった東京ヴェルディに、味の素スタジアムで熱い声援を送りましょう！

日 4月7日(日)午後1時対戦相手 柏レイソル対 市内在住・在学者主催 東京ヴェルディ 備考 Jリーグチケットに要利用登録(無料)。申し込み方法など詳細は、市公式ホームページ参照ID1014281問 東京ヴェルディ☎ticket@verdy.co.jp・☎03(3512)1969(祝日を除く、火～金曜日午前10時～午後6時)、市役所スポーツ振興課☎(338)6954



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 ID 公式ホームページの広報ID 申 申し込み 問 問い合わせ URL ホームページアドレス IDの後の7桁の番号を、公式ホームページのトップページにある「広報ID検索」に入力すると記事に関連するページにすぐにアクセスすることができます。



 わくわく  
スマホ

スマートフォン講座@消費生活センター

日 3月26日(火)午後2時～4時 場 永山公民館視聴覚室(ベルブ) 対 市内在住・在勤・在学者 定 12人(申し込み先着順) 内 スマートフォン操作の説明・実習、利用の際の注意喚起 講師 松井貴光氏(ドコモショップグリナード永山店) 持ち物 自身が使用しているスマートフォン(お持ちでない方は申し込み時に要申し出) 定 1014204 申 3月8日(金)午前9時から、電話で、消費生活センター ☎(337)6610へ

公民館スマホ教室「音声検索や地図アプリを使って場所の検索などを学ぶ体験編」

日 3月15日(金)午後2時 場 永山公民館視聴覚室(ベルブ) 対 市内在住・在勤者 定 12人(申し込み先着順) 内 画面操作・音声検索・地図の見方などのスマホ操作の初歩 講師 松井貴光氏(ドコモショップグリナード永山店) 持ち物 自身が使用しているスマートフォン 備考 未就学児不可 定 1011731 申 3月8日(金)午前9時から、電話で、永山公民館 ☎(337)6661へ

 障がい者  
関連情報

障がい児(者)等歯科診療「ふれあい」

日 水・木曜日 対 一般の歯科診療所に通院が困難な方 受付時間 午前9時～正午 ¥ 保険診療の自己負担分 持ち物 健康保険証、障害者手帳、お薬手帳 定 1009365 申 問 電話で、健康推進課(健康センター) ☎(376)9111へ〔診療受付時間中は ☎(376)8009へ〕

令和6年度多摩市チャレンジ雇用職員(会計年度任用職員)募集(6月1日採用予定)

対 市内在住または市から障害福祉サービス受給者証の交付を受けている方、または市外在住で市に所在する通所事業所利用者と、一般就労を希望し、一定の要件に該当する方 備考 詳細は、公式ホームページに掲載または市役所1階障害福祉課・3階人事課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布の募集要項参照 申 込 期限 3月15日(金)必着 定 1014241 問 採用について＝人事課 ☎(338)6804、業務内容・就労支援について＝障害福祉課 ☎(338)6847

 市民参画

市民委員募集

●多摩市都市計画審議会  
市の都市計画に関する事項を調査・審議します。  
任期 令和6年5月15日～令和8年5月14日 対 市内に引き続き1年以上居住し、令和6年5月15日現在20歳以上で、多摩市に住民登録があり、市その他の審議会などの委員になっていない、市の都市計画に関心があり、市のまちづくりに積極的に関与する意思がある方 募集人数 3人 報酬 市の規定による 選考方法 小論文・男女比率・年齢構成などを総合的に考慮し選考 備考 選出委員の氏名などは公表。結果は5月上旬に応募者全員に通知。提出書類の返却不可。詳細は、公式ホームページに掲載の募集・選考要領参照 定 1010998 申 3月15日(金)～4月5日(金)消印有効の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送・ファクシミリまたは直接持参で、小論文「今後の多摩市の街づくりについて(現状と課題)」(1,000～2,000字程度。様式自由)・応募理由・住所・氏名・年齢・性別・市内居住年数・電話番号を記入し、〒206-8666市役所東庁舎2階都市計画課 ☎(338)6856・ ☎(339)7754へ

●第三次多摩市子どもの読書活動推進市民ボランティア連絡会

「第三次多摩市子どもの読書活動推進計画～すべての子どもに読書のよろこびを～」に基づいた各施策の取り組みの進捗状況・課題などについての審議、団体間の交流を行います。「(仮称)第二次多摩市読書活動振興計画」の策定についても意見交換を行います。

任期 令和7年3月31日まで 対 市内で子どもの読書活動を推進しているボランティア団体の代表者(1団体1人) 備考 募集要項・申込書は、公式ホームページに掲載の他、各市立図書館で配布。会議は年3～4回。子どもの同伴可 定 1014101 申 4月12日(金)までに、申込書に必要事項を記入し、郵送で、〒206-0033落合2-35中央図書館、または直接持参で、各市立図書館へ 問 中央図書館 ☎(373)7955

傍聴

〔共通事項〕  
定 各10人(会場先着順) 備考 日時・場所は変更になる場合あり。事前に要問い合わせ 申 当日直接会場へ

●TAMA女性センター市民運営委員会

日 3月18日(月)午後1時～3時 場 TAMA女性センター活動交流室(ヴィータ) 内 男女平等参画の推進に向けた事業の立案・実施などについて 定 1006307 問 TAMA女性センター ☎(355)2110・ ☎(339)0491

●令和5年度第2回多摩市一般介護予防事業評価委員会

日 3月22日(金)午後1時30分～3時30分 場 市役所302会議室 内 一般介護予防事業の評価と協議 定 1013045 問 高齢支援課 ☎(338)6924・ ☎(371)1200



手話を学び地域で活動する手話通訳者になりませんか？

令和6年度「多摩市手話講習会」受講生募集！

聴覚障がい者への理解促進・手話技術の普及・手話通訳者養成のための手話講習会です。手話を学んでみたい未経験の方、歓迎です。

場 二幸産業・NSP健康福祉プラザ 備考 4月27日(土)に開講式、令和7年3月8日(土)に閉講式を実施。原則として修了したコースの再受講は不可(実践コースを除く)。未修了の場合でも3回以上同コースの受講不可。会場は変更する場合あり。子ども連れでの受講は不可 定 1003043 申 問 はがきまたは公式ホームページのインターネット手続きで、氏名(ふりがな)、住所(在学・在勤の場合は学校名または会社名・住所)、年齢、電話番号、希望コース、昼間部・夜間部の別、講習会受講経験(コース名、受講時期、受講地域)、応募理由を記入し、〒206-8666障害福祉課 ☎(338)6903・ ☎(371)1200へ(結果と詳細は、4月中旬に応募者全員へ文書で通知)

| コース   | 入門コース(各全36回)                 |                          |
|-------|------------------------------|--------------------------|
|       | 昼                            | 夜                        |
| 目的    | 言語である手話の初歩を学び、聴覚障がい者への理解を深める |                          |
| 対象    | 義務教育修了以上の市内在住・在勤・在学で、初心者の方   |                          |
| 実施日   | 5/7～2/25の各火曜日10:00～12:00     | 5/8～2/26の各水曜日19:00～21:00 |
| 対象・定員 | 各25人(応募者多数の場合は抽選)            |                          |
| 申込期限  | 3/25(月)必着                    |                          |

| コース   | 基礎コース(各全36回)                         |                          |
|-------|--------------------------------------|--------------------------|
|       | 昼                                    | 夜                        |
| 目的    | 聴覚障害問題の学習と、手話ボランティア活動のできる技術を習得する     |                          |
| 対象    | 義務教育修了以上の市内在住・在勤・在学で、入門コース修了または同程度の方 |                          |
| 実施日   | 5/8～2/26の各水曜日10:00～12:00             | 5/7～2/25の各火曜日19:00～21:00 |
| 対象・定員 | 各25人(応募者多数の場合は抽選)                    |                          |
| 申込期限  | 3/25(月)必着                            |                          |

| コース   | 手話通訳者養成講座                                                             |                          |                                               |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------|
|       | 基本コース                                                                 |                          | 実践コース                                         |
|       | 昼                                                                     | 夜                        |                                               |
| 目的    | 地域で日常的な手話通訳活動ができる技術を習得する                                              |                          | 多摩市登録通訳者になるにあたっての技術や心構えなどを習得する・手話通訳者全国統一試験の合格 |
|       | 手話通訳者として必要な技術や心構えなどを習得する(実践コースに向けた事前学習や手話通訳者全国統一試験の対策など)              |                          |                                               |
| 対象    | 義務教育修了以上の市内在住・在勤・在学で、基礎コース修了または同程度の方                                  |                          | 多摩市で応用コースを修了した市内在住者                           |
|       | 18歳以上の市内在住・在勤・在学で、手話活動経験3年以上(手話講習会の受講期間も含む)で、基本コース修了または同程度の方(市内在住者優先) |                          |                                               |
| 実施日   | 5/10～2/28の各金曜日10:00～12:00                                             | 5/7～2/25の各火曜日19:00～21:00 | 5/18～12/21の各土曜日14:00～16:00                    |
|       | 5/10～3/1の各土曜日10:00～12:00(毎月第2週は金曜日19:00～21:00)                        |                          |                                               |
| 対象・定員 | 各15人                                                                  | 15人                      | 10人                                           |
| 回数    | 各全36回                                                                 | 全36回                     | 全20回                                          |
| 申込期限  | 3/18(月)必着                                                             |                          |                                               |
| 備考    | 4/6(土)に審査を実施。詳細は、3/25(月)発送の文書で通知                                      |                          |                                               |

3月の本庁舎

土日 部分開庁

9日(土)・24日(日)

時間 午前8時30分～正午・午後1時～5時 主な取り扱い業務 印鑑登録・住所変更などの手続き、住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍証明書の交付、納税相談(日曜日のみ)、小・中学校の転入学などの届出(日曜日のみ) 備考 一部取り扱いできない業務あり。各終了時間の30分前までに来庁してください 定 1001741 問 市民課 ☎(338)6823、納税課 ☎(338)6852、保険年金課 ☎(338)6840、学校支援課 ☎(338)6876





## 市民参画

## その他

## ●図書館アンケート～あなたの回答が今後の図書館を変える！？～

「(仮称)第二次多摩市読書活動振興計画」を策定する上で、図書館における現状やニーズを把握するアンケートを実施します。

●中学生以上●回収箱設置場所市役所1階ロビー・第二庁舎1階行政資料室、各市立図書館、諏訪老人福祉館、二幸産業・NSP健康福祉プラザ、永山・関戸各公民館、市民活動・交流センター、各コミュニティセンター●ID1014099●期間3月31日(日)までに、公式ホームページのインターネット手続きまたは各回収箱への投函で、中央図書館☎(373)7955へ

## ●令和5年度多摩市若者会議フィールドワーク

若い世代・子育て世代が多摩市に「住んでみたい」「訪れてみたい」と思えるよう、具体的な取り組みを進めるため、地域への理解を深め、隠れた資源を探すフィールドワークを行います。「身近な地域で同年代とつ

ながりたい」「何かにチャレンジしたい」「多摩市が好き」そんな思いと一緒にかなえませんか？

●3月24日(日)午後1時～5時●集合聖蹟桜ヶ丘駅西口改札口前●定20人(申し込み先着順)●ID1014137●申請・企画インターネット手続きで、合同会社MichiLab●https://tamayouth.jp/fieldwork2023-02/・☎050(3707)0206へ



## 税

## バイク・軽自動車の廃車・名義変更はお済みですか？

毎年4月1日現在、原付バイク・126cc以上のバイク・軽自動車などを所有する方に課税されます。譲渡・廃棄・盗難・紛失などで現在車両をお持ちでない方は、手続きをしてください。また、所有している126cc以上のバイクや三輪・四輪の軽自動車の車両名義や住所の変更・廃車などの手続きを行った場合は、必ず軽自動車税の申告が必要です。●期限3月29日(金)●ID1001891●申請・手続き窓口原付バイクなど＝市役所課税課☎(338)6832、126cc以上のバイク＝東京運輸支局多摩自動車検査登録事務所(国立市北3-30-3)☎050(5540)2033、三輪・四輪の軽自動車＝軽自動車検査協会東京主管事務所多摩支所(府中市朝日町3-16-22)☎050(3816)3104

●提出・納付期限所得税及び復興特別所得税・贈与税＝3月15日(金)、個人事業者の消費税及び地方消費税＝4月1日(月)●備考納付税額がある場合は、納付期限までに要納付。申告書の提出後に、税務署から納付書の送付無し●日野税務署☎042(585)5661(自動音声)

## 日野税務署からのお知らせ 令和5年分の確定申告書の提出および納付期限

●都税について●自動車の移転手続き・廃車手続き自動車税種別割は、毎年4月1日現在、自動車検査証(車検証)に登録されている所有者(割賦販売の場合は使用者)の方に課税されます。自動車を譲渡時には移転登録、廃車時には抹消登録の手続きが必要です。●手続き場所管轄の運輸支局または自動車検査登録事務所●東京都自動車

税コールセンター☎03(3525)4066

## ●引越し時には、自動車の変更登録の手続きが必要です

管轄の運輸支局または自動車検査登録事務所手続きが必要です。手続きが遅れると、自動車税種別割の納税通知書が届かないなどのトラブルの原因となります。手続きが遅れる場合は、電子申請や電話などで納税通知書の新しい送付先住所をお知らせください。

●東京都自動車税コールセンター☎03(3525)4066

## ●個人事業税の申告

●前年に事業主控除額を超える事業所得などのある個人事業主●備考所得税の確定申告書や住民税の申告書を提出した方は、事業税の申告書は不要。事業廃止の場合、廃止日から1カ月以内(死亡による廃止の場合は4カ月以内)に個人の事業税を申告する必要あり●期限3月15日(金)●八王子都税事務所☎042(644)1111

## 【共通事項】

●備考詳細は、東京都主税局●https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/参照

創業  
という  
選択

## 市内で夢を実現しました

●ID1011724●経済観光課☎(338)6867・FAX(337)7659

## 市の支援制度を受けて、夢を実現した事業者を紹介します。

神成さん家  
代表 神成 新吾  
(鶴牧2-23-13)



## ●事業内容

ほっこりできる家庭料理と無ろ過生原酒の日本酒の品揃えが豊富な居酒屋です(できる限り来店前には電話をいただいています)。

## ●店名の由来・経営理念

どんなにオシャレな店名にしても、きっと「カンナリさんのところ」と言われるようになるだろうと思い、潔く「神成さん家」としました。長く地域で愛されるお店(場所)になれたらと思っています。



## ●多摩市で創業して良かったこと

創業して7年目になっても、常に気にかけていただき感謝しています。相談場所があるという安心感は大きいです。

## ●今後の夢

みんなが心身共に健康に毎日を過ごしていくためのリゾートの場として、美味しいお酒とほっこり家庭料理を提供していければと思っています。食品ロスゼロも目指します。

## ●多摩市で利用した制度

創業相談、志創業塾、経営塾、制度融資

さえずりの森 おざわ整骨院  
代表取締役 小澤 敦  
(永山2-21-3 ファミリー汪1階)



## ●事業内容

インナーマッスルの活性化を中心とした施術で、身体の不調を改善します。また、心も身体も癒される、カフェのような空間を提供する整骨院です。

## ●店名の由来・経営理念

近所にある「さえずりの森」から名付けました。多摩市で育った私の先祖の時代からそのままの姿をとどめ、地域の方に安らぎを与えている森のように、心身共に楽になっていただける空間を提供していきたいという思いを込めました。

## ●多摩市で創業して良かったこと

創業して、これまで近くに住んでいたけれど、知らなかったご近所の方との新たな出会いや、さまざまな発見があり、日々充実しています。

## ●今後の夢

自分が生まれ育った多摩市で、地元で愛される整骨院を目指しています。施術だけでなく、施術者の育成や信頼のネットワークの構築を進め、身体の不調で悩むすべての人の笑顔を増やしていきたいです。

## ●多摩市で利用した制度

創業相談、志創業塾、経営塾、制度融資

## 創業・経営相談

創業に関する素朴な疑問・事業アイデアの具体化・事業計画書の作り方・資金調達などについてワンストップで相談に応じます。

●月・水・木曜日午後1時～5時(1人60分)

●市役所相談員多摩市創業・経営支援事業推進員

## セミナー

経営理念の作成・経営戦略・利益計画など具体的な事業計画の作成を行い、創業を実践レベルで学ぶ「志創業塾」、経営の基本や販路開拓、マーケティングなどを学ぶ創業塾のフォローアップ講座の「経営塾」も実施しています。



## 市税の納期限のお知らせ

3月29日(金)は、国民健康保険税第10期の納期限です。期限内納付にご協力をお願いします。納期内納付には、便利な口座振替をご利用ください。●ID1009654●保険年金課☎(338)6840



市政その他のお知らせ

3月1日から戸籍制度が変わりました！

●**広域交付開始**  
多摩市が本籍地でなくても、多摩市役所の窓口で戸籍証明書・除籍証明書を請求できるようになりました(コンピューター化されていない戸籍・除籍、一部事項証明書、個人事項証明書、戸籍の附票等は除く)。  
**請求できる方**本人、配偶者、父母や祖父母などの直系尊属、子や孫などの直系卑属(兄弟姉妹の請求不可)**持ち物**顔写真付きの本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、パスポート)**備考**郵送請求・代理人請求不可。遡りで戸籍を数種類請求する場合、午後4時までの受け付け分は当日発行。午後4時以降の受け付け分は当日発行できない場合あり。土・日曜日の開庁日は、現在戸籍のみ請求可ID1014199申直接、市役所1階市民課へ[聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所は4月1日(月)から平日に現在戸籍のみ発行開始]  
●**戸籍届出の提出の際、戸籍謄本の添付が不要になりました**  
例えば、婚姻届出を夫・妻になる人の本籍地以外に提出する際、戸籍添付が不要です。  
**備考**詳細は、公式ホームページ参照 問市民課 ☎(338)6898

一本杉公園で炭焼きを行います

市内の公園などから発生する樹木

の剪定枝や伐採木をリサイクルするため、炭焼きを行います。炭焼き期間中、近隣に煙・臭気が生じることもありますが、資源のリサイクルにご理解とご協力をお願いします。  
ID炭材窯詰め＝3月3日(日)午前9時～昼ごろ、炭焼き＝16日(土)午前8時～20日(水)午前ごろ(見学は16日のみ)、炭出し＝31日(日)午前9時～正午ごろ  
**場**一本杉公園(南側)炭焼き窯**備考**見学は自由。できるだけ午前中にお越しくださいID1008789問一本杉炭やき倶楽部 ☎090(1106)6055祐乗坊

証明書の取得はコンビニ交付で、転出届はマイナポータルから！

3月・4月は市民課窓口が大変混雑します。  
マイナンバーカードをお持ちの方は、窓口に行かなくても次の手続きが可能です。  
●**各種証明書の取得**  
住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍謄(抄)本(★)・戸籍の附票の写し(★)は、コンビニエンスストアのマルチコピー機で取得できます。  
**備考**★印の証明書は、本籍が多摩市にある方で、現在戸籍のみ取得可ID1001746  
●**市外(日本国内)へのお引っ越し**  
マイナポータルからオンラインで転出の届出が可能です。  
**備考**マイナポータルで転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要ID1011100**備考**詳細は、公式ホームページ参照 問市民課[コンビニ交付について＝☎(338)6880、オンラ

インによる転出届について＝☎(338)6823]

献血にご協力ください

現在、A型・O型の400ml献血が足りていません。輸血を必要とする患者さんの命を守る献血に、ご協力をお願いします。  
ID3月10日(日)午前11時30分～午後4時**場**関戸公民館ギャラリーID1011945問東京都赤十字血液センター立川事業所 ☎042(529)0405

暮らしを応援！TOKYO元気キャンペーン(最大10%還元)

都内の対象店舗で二次元コード決済(au PAY、d払い、PayPay、楽天ペイ)を行うと、後日、決済額の最大10%のポイントが還元されます。  
ID3月11日(月)～31日(日)還元上限決

済キャリアごとにキャンペーン期間中3,000円相当**備考**予算額に達する見込みとなった場合は早期終了予定ID1014195問暮らしを応援！TOKYO元気キャンペーン事務局コールセンター ☎03(6311)8964

はたらく

家内労働の「委託状況届」は4月30日までにご提出ください

家内労働者へ仕事(内職など)を委託している委託者は、毎年4月1日現在の家内労働者数等について、「委託状況届」を労働基準監督署に提出することが義務付けられています。  
ID1014202問東京労働局労働基準部賃金課家内労働係 ☎03(3512)1614

第43回せいせき桜まつりプレ企画  
～東日本大震災・能登半島地震復興支援～

ID①3月20日(祝)午後1時～3時(0時30分開場)②4月6日(土)午後1時30分～4時(0時30分開場)③4月3日(水)～7日(日)午前11時～午後5時(最終日3時)④3月23日(土)～4月2日(火)午前11時～午後5時(最終日正午)**場**関戸公民館①②ヴィータホール③ギャラリー④関・一つむぎ館定①②200人(会場先着順)内①トークセッション「東日本大震災と能登半島地震について」、コンサート「未来の光へ」(浪江中学校生徒作詞)、多摩第一小6年生と多摩中の有志による「福島しあわせ運べるように合唱団」の大合唱②福島県浪江町出身の原田雄一氏(元浪江町商工会会長)と牛来美佳氏(シンガーソングライター)による講演とコンサート③④ふるさと浪江の文化や伝統の10年間の学びを未来に残す博物館展**備考**詳細は、桜ヶ丘商店会連合会IDhttps://seiseki-s.com 参照ID1011967申当日直接会場へ問・主催桜ヶ丘商店会連合会(せいせき桜まつり実行委員会) ☎(373)5869・☎070(6518)7061

していますか？    地震から命を守る家具転対策

令和6年能登半島地震が発生しました。この地震で、石川県志賀町で震度7、北海道から九州地方まで震度6強から震度1を観測し、家具の転倒や落下物により負傷者が発生しています。避難経路や出入口周辺に転倒し、避難経路を塞いで避難の妨げになることもあります。また、家具などがストープの上などに転倒・落下することで、火災が発生するなど、二次的な被害も引き起こします。  
家具転対策とは、家具類の転倒・落下・移動防止対策のことです。

方法として、L字金具・つっぱり棒での固定や避難経路の妨げにならない安全な家具の配置などがあります。  
災害を「自分事」として捉え、地震時の室内被害による人的被害の軽減を図るために、家具転対策の必要性や方法を学んで、あなたや大切な人を守るために家具転対策を実施しましょう。  
問多摩消防署警防課防災安全係地域防災担当 ☎(375)0119

3つの対策

1. 集中収納  
クローゼットや据え付け収納家具へ集中収納することで、できるだけ生活空間に家具類を置かないようにしましょう。

2. 家具類のレイアウト工夫  
寝室には、なるべく家具を置かないようにしましょう。置く場合は、レイアウトや置く方向を見直しましょう。

3. 家具類の転倒・落下・移動防止対策器具の設置  
それぞれに適した対策器具を設置しましょう。

ポール式    ストッパー式    L型金具





## 求人・募集

### 「多摩市援農ボランティア講習」第10期受講生

担い手不足や高齢化が進む都市農業を持続させていくために、基本的な農作業を学び、農作物の生産を手伝います。

**場内**市内農家の畑＝毎月2～4回程度の実習、農林水産振興財団講堂(立川市富士見町3-8-1)＝開講・修了式、座学**対**農業に興味があり、講習会終了後に市内の農家で農作業の手伝いが可能な市内在住・在勤・在学者**定**8人(応募者多数の場合は抽選)**備考**詳細は、要問い合わせ**ID**1005729**申問**3月7日(木)～21日(木)に、直接、市役所第二庁舎2階経済観光課**☎**(338)6848へ

### 歯科衛生士

**募集人数**1～2人**対**歯科衛生士資格をお持ちの方**内**乳幼児健診時の歯科保健指導・出張教育**任用期間**5月～令和7年3月の月2日～4日程度(主に水・木曜日)(更新あり)**謝礼**1事業につき8,600円**ID**1014218**申問**3月29日(金)消印有効の、郵送または直接持参で、履歴書・資格証の写しを、〒206-0011関戸4-19-5健康推進課(健康センター)**☎**(376)9177・**☎**(371)1235へ

### 日本語講師養成講座(全8回)

外国人に日本語を教える日本語講

師を養成します。

**日**4月～7月の第1・3日曜日午前9時～正午**定**15人(申し込み先着順)**¥**9,500円(受講料、教材費)**講師**長沼ゆり氏(南多摩日本語の会代表)**持ち物**ノート、筆記用具**主催**南多摩日本語の会**備考**詳細は、南多摩日本語の会**ID**https://m-tama-nihongo.org 参照**申問場**3月11日(月)午前9時から、多摩ボランティア・市民活動支援センター**☎**(373)6611・**☎**(373)6629へ

### 自衛官(令和6年度)

●幹部候補生(一般、飛行要員、歯科薬剤科)

**応募資格**22歳～26歳未満の方、26歳未満の大学卒業者、28歳未満の大学院卒業者**1次試験日**1回目＝4月20日(土)・21日(日)、2回目＝6月22日(土)・3回目＝10月5日(土)**申込期限**1回目＝4月12日(金)、2回目＝6月13日(木)、3回目＝9月26日(木)

●航空学生(パイロットを目指す方)

**応募資格**海上＝18歳～23歳未満、航空＝18歳～24歳未満。いずれも高等学校卒業者・高専3年次修了者**1次試験日**9月16日(祝)**申込期限**9月5日(木)

●一般曹候補生(部隊の中核を担う隊員)

**応募資格**18歳～33歳未満**1次試験日**1回目＝5月17日(金)～26日(日)、2回目＝9月14日(土)～22日(祝)、3回目＝12月7日(土)～12日(木)の各指定される1日**申込期限**1回目＝5月7日(火)、2回目＝9月3日(火)、3回目＝11月28日(木)

●自衛官候補生(任期制自衛官)

**☎**(373)1312伊東節子

**豊友会(囲碁)****日**毎週水曜日14:00、金・日曜日13:00**場**市民活動・交流センター**対**初段以上**¥**入会金(無料)、6カ月会費(4,000円)**☎**(373)0228ナガタケ

**スプリングクラブ卓球****日**毎週金曜日13:00～16:00**場**落合中学校クラブハウス**対**卓球を楽しみたい方**¥**入会金(500円)、月会費(200円)**備考**競技はしません。ラリーを楽しみます。練習機会を増やしたい方も歓迎**☎**090(6528)1552浅海總一

**多摩群読同好会****日**月1回第3金曜日10:00～12:00**場**関戸公民館創作室ほか**対**楽しみを見つけない方**¥**入会金(無料)、月会金(600円)**備考**楽しく声を合わせて詩や文を読みましょう。体験無料**☎**080(6712)1947石坂

**ヨガグループ「ジャスミン」****日**毎週土曜日10:00～11:30**場**総合体育館第5スポーツホール**対**どなたでも**¥**入会金(1,000円)、月会費(2,000円)**備考**体験あり**☎**(373)2569杵淵

**多摩市失語症友の会** **こだま日**毎月第1土曜日13:30～15:30**場**二幸産業・NS

## 多摩市

## いきものギャラリー

©多摩市

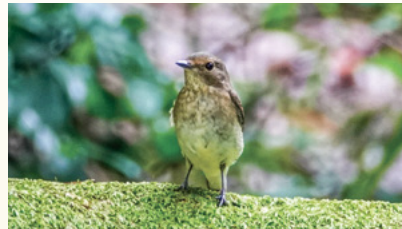


このコーナーでは、市民の皆さんから投稿いただいた市内の動物や植物を紹介します。

**環境政策課****☎**(338)6831・**☎**(338)6857



▲オオタカ(令和5年11月撮影)



▲キビタキ メス(令和5年10月撮影)



▲クロヒカゲ(令和5年10月撮影)



▲マヤラン(令和5年10月撮影)

皆さんの投稿をお待ちしています！**ID**野鳥＝1004344、自然全般＝1004335

市内の動植物の写真を募集しています。公式ホームページでは、これまでに投稿された写真を見ることができます。

**多摩市いきもの季節観測****ID**1004327

3月～5月ごろの対象種：サクラの開花、モンシロチョウなど

多摩川野鳥  
ギャラリー



多摩の自然  
ギャラリー



**応募資格**18歳～33歳未満**受付期間**年間を通して受け付け

●個別説明会を実施中

**受付時間**平日午前8時30分～午後5時(オンライン対応可)

**【共通事項】**

**備考**キャリア採用幹部、医科歯科幹部、技術曹などの採用も実施。詳細は、防衛省自衛隊東京地方協力本部

府中分駐所**ID**https://www.mod.go.jp/pco/tokyo/fuchu/index.html 参照。応募資格の高等学校卒業者、高専3年次修了者、大学卒業者、28歳未満の大学院卒業者は見込みを含む**ID**1002481**防衛省自衛隊東京地方協力本部府中分駐所****☎**・**☎**042(365)5011、**☎**recruit17-tokyo-ea@inet.gsdf.mod.go.jp



## 市民のひろば

4月20日号の原稿受け付けは3月11日(月)～18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**ID**1005206  
※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

**聖フレッシュ****日**毎週月曜日13:00～14:45・15:00～16:45**場**ひじり館ホール**対**女性**¥**入会金(各1,000円)、3カ月会費(各4,000円)**備考**シニア中心でいすなどを使った有酸素運動の健康体操**☎**(316)9023落合

**多摩遊の会(親睦)****日**月・火・木・金曜日など活動により異なります**場**貝取こぶし館、青陵中学校クラブハウス、近郊など**対**どなたでも**¥**入会金(無料)、年会費(3,000円)**備考**体操・卓球・グラウンドゴルフ・散策など行事多数**☎**

**P健康福祉プラザ****対**失語症の障がいがある方**¥**入会金(無料)、年会費(2,000円)**☎**(374)0718阿部

**多摩平和まつり(劇出演者)****日**本番＝7/28(日)。練習＝4/7(日)から毎週日曜日10:00～12:00**場**本番＝関戸公民館ヴィータホール、練習＝南多摩教育会館**対**小学3年生以上**¥**入会金(無料)、月会費(無料)**☎**090(2907)6510林

### 催し案内

**鴻翔中国語サークル** **体験授業****日**3/8・15、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)。初級要相談。要事前申し込み**場**鴻翔中国語サークル **☎**yoriko\_kyo@yahoo.co.jp 京順子 **子供も大人も楽しめる多言語ワークショップ****日**①3/9(土)10:00～11:30②20(祝)10:30～12:00**場**①永山公民館②関戸公民館**¥**無料**☎**ヒッポファミリークラブ **☎**noriko1208noriko@yahoo.co.jp 中川

**詩吟の無料体験会****日**3/9(土)13:15～15:45**場**永山公民館科学室**¥**無料**備考**お気軽にご参加ください(初心者歓迎)**☎**

岳精流永山詩吟の会**☎**090(7946)0300 藤村

**児童合唱団入団オーディション****日**3/9(土)16:00または3/16(土)17:30**場**関・一つむぎ館3階**¥**無料**備考**呼吸法・発声法を習得し、合唱したい人対象。課題曲あり。詳細は、ホームページへ**場**多摩ファミリーシンガーズ事務局**☎**(375)8558

**植物画ジニア作品展****日**3/13(水)～21(木)10:00～17:00**場**TOM HOUSE**¥**無料**備考**3/20(水)14:00から会議室にて小林英成講師による公開講座開催**場**植物画ジニア**☎**(372)2714大石

**多摩混声合唱団創立50周年記念第25回定期演奏会****日**3/31(日)14:00(13:30開場)**場**杜のホールはしもと(相模原市緑区橋本3-28-1ミウィ橋本7・8階)**¥**1,000円**場**多摩混声合唱団**☎**080(1326)0805道田

**卓球初心者講習会(全4回)****日**4/6・13・20、5/18、各土曜日9:00～11:30**場**総合体育館第2スポーツホール**¥**1,000円(全回分)**備考**先着20人。欠席分の返金無し。上履き要持参**場**多摩市卓球連盟 **☎**090(4824)5967井口(平日19:00以降)



| 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<br>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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <br>文化                                                      | たま学びテラス総括イベント「ゆるくつながる学びの一步！」第2弾！                                                                   | 日3月16日(土)・17日(日)午前9時～午後5時<br>場 関戸公民館ギャラリー                                                | 内3年に渡り日野市と協働で行った事業の展示ほか主催関戸公民館、永山公民館、日野市中央公民館ID1014206申当日直接会場へ問関戸公民館☎(374)9711                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                              | ヴィータ・マンスリーコンサート 春のコンサート～聴いて！観て！笑って！歌って！Shinと一緒Part3～                                               | 日3月22日(金)午後2時(1時30分開場)<br>場 関戸公民館ヴィータホール                                                 | 定200人(会場先着順)出演混声合唱団Shin曲目さくらさくら、糸、365日の紙飛行機ほか主催ヴィータ・マンスリーコンサート実行委員会備乳幼児などの親子室利用による鑑賞可(先着3室) ID1012270申当日直接会場へ問関戸公民館☎(374)9711                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                              | はじめての茶の湯(全2回)<br> | 日3月23日・30日、各土曜日午前10時～正午<br>場 関戸公民館和室・茶室                                                  | 対全回参加できる18歳以上の方定14人(申し込み先着順)内茶の湯の魅力、茶会体験講師協力多摩市茶道連盟持ち物足袋または白いソックス、筆記用具ID1014049申問3月7日(木)午前9時～20日(祝)に、電話で、関戸公民館☎(374)9711へ                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                              | TAMA映画 フォーラム 特別上映会「チョコレートな人々」～人気チョコレートブランドと多様な働き方～                                                 | 日3月23日(土)①午前10時30分②午後1時③4時④6時10分(各20分前開場。上映時間102分)、トーク＝午後2時45分(②の鑑賞者のみ)<br>場 永山公民館ベルブホール | 定各198人￥一般＝前売り各1,000円・当日各1,200円、障がい者と付添者1人・支援会員・小学生以下＝各800円(一般以外はオンライン販売のみ)内愛知県「久遠チョコレート」。夏目浩次代表と、多様な背景を持つ人々の泣き笑いの日々の記録ID1010709申問主催インターネット手続きまたは直接、永山公民館内TAMA映画フォーラム実行委員会URLhttps://www.tamaeiga.org/・☎080(5450)7204・☎(337)6661へ                                                 |
|                                                                                                                                              | 【“たまには芝居”参加作品】劇団March Wind第9回公演『お勢登場』                                                              | 日3月30日(土)午後6時、31日(日)正午・午後3時(各30分前開場)<br>場 関戸公民館ヴィータホール                                   | 定各200人(申し込み先着順)￥各1,500円主催多摩演劇フェスティバル実行委員会原作江戸川乱歩演出脚本川本出雲ID1012325申問インターネット手続き・メールまたは電話で、希望日時・枚数・予約者氏名・連絡先を、申込専用フォームURLhttps://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSecS-7vgnMTn6MBeJu98OiZqIvD8bfu0ljog3h5H68Kda3iSQ/viewform、劇団March Wind☒chang.izumo@gmail.com・☎080(3563)2483川本へ  |
| <br>暮らし                                                    | 令和6年度植物観察会ステップアップコース①指導コース②資料コース③運営補助コース(各全5回)                                                     | 日4月25日、5月16日、6月20日、9月26日、令和7年3月20日、各木曜日場木もれびの森(神奈川県相模原市南区大野台8-5)など                       | 対ある程度植物に詳しい方。③は観察会講師を目指す方定①50人(抽選)②③なし￥①5,000円②1,250円③無料(いずれも全回分)講師内野秀重氏(長池自然館館長)備詳細は、パルテノン多摩URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/stepupcourse2024/ 参照申込期限3月29日(金)午後4時必着問パルテノン多摩☎(375)1414                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                              | 外国人のための防災教室 Disaster Drill for Foreigners                                                          | 日3月17日(日)午後2時～4時<br>場 市役所301・302会議室、芝生広場                                                 | 対市内・近隣市在住の外国人定30人(申し込み先着順)内多摩消防署員の講義、煙ハウス、消火器体験など備雨天時は、内容の変更あり。詳細は、多摩市国際交流センターURLhttps://www.tic-tama.jp/ 参照ID1014221申込期間3月7日(木)～15日(金)問多摩市国際交流センター☎(355)2118・FAX(355)2104・☒tic@kdn.biglobe.ne.jp                                                                                                                                                                    |
| <br>スポーツ                                                  | ニュースポーツ体験教室                                                                                        | 日3月17日(日)午前9時30分～11時30分場 総合体育館第2スポーツホール                                                  | 対小学生以上の市内在住・在勤・在学者内ボッチャ、ネオテニス、ミニテニス他持ち物室内用運動靴、タオル、飲み物主催多摩市スポーツ推進委員協議会備運動できる服装でID1008729申当日直接会場へ問スポーツ振興課☎(338)6954                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                              | ノルディックウオーキング体験教室(市の定期開催イベント)                                                                       | 日3月20日(祝)午前9時30分～11時30分(9時15分から受け付け。雨天中止)<br>集合 多摩中央公園(桜美林大学多摩アカデミーヒルズ前広場)               | 対市内在住・在勤・在学者定25人(申し込み先着順)コース 宝野公園～奈良原公園～鶴牧西公園～鶴牧東公園ガリバー山～多摩中央公園解散(歩程約3km)内ノルディックウオーキングの技術の習得持ち物帽子、タオル、飲み物、ノルディックポール(貸し出しあり)主催多摩市スポーツ推進委員協議会備運動できる靴と服装、両手の空くかばんでID1003882申問3月5日(火)～19日(火)正午に、電話で、スポーツ振興課☎(338)6954[当日は☎070(1592)0559]へ                                                                                                                                |
|                                                                                                                                              | 総合体育館第1期自主事業教室                                                                                     | 日4月～6月<br>場 総合体育館                                                                        | 内幼児・児童＝チアダンス・体育スクール・フットサル、児童＝K-POP、大人＝ヨガ・ピラティスなど備詳細は、要問い合わせID1011366申問3月12日(火)から、費用を持参の上、直接、総合体育館☎(374)2313・URLhttps://tama-sports.com/ へ                                                                                                                                                                                                                            |



## 花とみどりの講座

多摩市と恵泉女学園大学は協定を締結し、市の緑化を推進しています

【共通事項】  
備考申し込み先着順。費用は全回分。材料費含むID1012579申問3月13日(水)～各講座初回日の10日前に、インターネット手続き・郵送またはファクシミリで、講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、郵送・送信日を、〒206-8586南野2-10-1 恵泉女学園大学庶務課「公開講座担当」係☎(376)8211・FAX(376)8218・URLhttps://www.keisen.ac.jp/extension/open-class/ へ

●花に親しみ花を撮る(全3回)  
日4月4日、5月9日、6月6日、各木曜日午前10時～正午場 鶴牧西公園定12人￥9,000円講師おちあいまちこ氏(写真家)

●プロが教えるおいしい果樹の育て方(全4回)  
日4月16日、5月21日、6月18日、7月16日、各火曜日午後1時30分～3時場 永山公民館(4回目は鶴牧西公園)定20人￥12,000円講師小林幹夫氏(恵泉女学園大学名誉教授)

●季節を感じるフラワーアレンジメント(全5回)  
日4月18日、5月23日、6月13日、7月11日、8月29日、各木曜日午前10時～11時30分場 パルテノン多摩定23人￥34,000円講師恵泉園芸センター講師

●ボタニカルアート入門(全4回)  
日4月19日、5月17日、6月14日、7月19日、各金曜日午後1時30分～3時30分場 パルテノン多摩定16人￥12,000円講師角田菓子氏(植物画家)

●ガーデナー入門実践編(全4回)  
日4月23日、5月21日、6月11日、7月23日、各火曜日午後1時30分～3時30分場 パルテノン多摩定12人￥13,000円講師香山三紀氏(香山園芸代表)

●共に生きる社会を目指す園芸療法(全2回)  
日5月8日・15日各水曜日午後2時～4時場 永山公民館定25人￥6,400円講師澤田みどり氏(恵泉女学園大学特任准教授)

市外局番の記載のない電話番号などの市外局番は、(042)です。申し込みの宛て先住所が記載されていない場合は、郵便番号のみで送れます。  
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。





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                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>環境    | はじめてのダンボちゃん                                                                                               | 日4月6日(土)午前10時～正午<br>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)内ダンボールコンポスト「ダンボちゃん」の詳細説明、使い方の紹介講師ダンボくらぶ備希望者は当日ダンボちゃんセットを購入可。申込時に要申し出ID1012951申3月7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または電話で、資源循環推進課☎(338)6836へ問消費生活センター☎(337)6610、資源循環推進課                                                                       |
|           | よこやまの道ノルディックウォーキング体験                                                                                      | 日3月30日(土)午前10時～正午<br>集合一本杉公園野球場管理棟                                   | 対医師から運動制限を受けていない高校生相当以上の方定15人(申し込み先着順)¥500円コース一本杉公園～多摩よこやまの道～アクアブルー多摩(歩程約3km)内ノルディックウォーキングを通じた健康維持持ち物帽子、飲み物、ノルディックポール(貸し出し可)主催二幸産業・NSPグループ、多摩市健康スポーツパートナーズ備運動できる靴と服装、両手の空くかばんでID1011366申問3月7日(木)午前10時～28日(木)午後8時に、電話で、総合体育館☎(374)2313・URLhttps://tama-sports.com/へ |
| <br>健康・福祉 | 健康づくり推進員主催事業 対中級者定各25人(申し込み先着順)備いずれか1つのみ参加可。歩きやすい靴と服装で。ウォーキングポール使用不可。雨天中止申問3月7日(木)から、電話で、健康推進課☎(376)9139へ |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|           | ウォーキング～春風を感じて…～                                                                                           | 日3月22日(金)午前10時～午後2時<br>集京王相模原線多摩境駅改札口前                               | コース多摩境駅～小山内裏公園～東京都立大学～富士見台公園～京王堀之内駅解散(歩程約9km)持ち物昼食、敷物、飲み物、帽子、雨具(傘は不可)ID1014077                                                                                                                                                                                     |
|           | 国領から野川、飛行場から飛田給へ                                                                                          | 日3月26日(火)午前9時30分～正午<br>集京王線国領駅改札口前                                   | コースこくきた公園～野川河川敷～調布飛行場～武蔵野の森公園～武蔵野の森公園サービスセンター(歩程約7km)持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)ID1014200                                                                                                                                                                                   |
|           | 尾根緑道お花見ウォーキング(東コース)                                                                                       | 日3月27日(水)午前9時～午後2時<br>集からきだ菖蒲館                                       | コース日本大学第三高等学校まで路線バスで移動～大賀藕絲館～尾根緑道～小山内裏公園～鮎の道～京王線南大沢駅解散(歩程約10km)持ち物昼食、敷物、飲み物、帽子、雨具(傘は不可)、交通費ID1014044                                                                                                                                                               |
|           | 令和5年度多摩市三師会市民公開講座「口のささいな衰えを見逃すな～オーラルフレイルをご存じですか?～」                                                        | 日3月17日(日)午後2時～3時30分<br>場パルテノン多摩第3・4会議室                               | 定50人(会場先着順)講師平野浩彦氏〔(独法)東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長〕主催多摩市三師会(多摩歯科医会、多摩市薬剤師会、多摩市医師会)ID1014104申当日直接会場へ問(一社)多摩市医師会☎(372)3488                                                                                                                                                 |
|           | 青空ヨガ                                                                                                      | 日3月24日・31日各日曜日午前10時～11時<br>場陸上競技場                                    | 対高校生相当以上定各30人(申し込み先着順)¥各500円持ち物ヨガマット(お持ちの方のみ)主催多摩市健康スポーツパートナーズID1011366申問3月7日(木)午前10時から、電話で、武道館☎(371)8421・URLhttps://tama-sports.com/へ                                                                                                                             |
|           | スローヨガ入門～やさしいヨガで心と体のリラックス～                                                                                 | 日3月30日(土)午前10時～11時30分<br>場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ多目的フロア                      | 対中学生以上定25人(申し込み先着順)¥1,000円備定員に満たない場合は中止の場合ありID1011340申問3月5日(火)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                                                                                                                                                   |
|           | スローヨガ～ヨガの呼吸で心と体のバランスを整えましょう～(全6回)                                                                         | 日4月12日・26日、5月10日・24日、6月14日・28日、各金曜日午後6時～7時<br>場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ多目的フロア | 対中学生以上定25人(応募者多数の場合は抽選)¥4,800円(全回分)ID1010711申問3月23日(土)必着の、往復はがき往信欄裏面に、「4月～6月スローヨガ申込」・住所・氏名(ふりがな)・年齢層(例:40歳代)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または住所・氏名を記入した未使用のはがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階事務室管理係☎(356)0303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

SECOM セコムグループのシニアレジデンス

介護付有料老人ホーム コンフォート ロイヤルライフ多摩

四季の移ろいを感じながら自分らしく  
～これからの安心・快適がここに～

- 豊かな自然と街の利便性が融和する住環境
- 心ふれあうスタッフが日々の暮らしをサポート
- 万一の時にも救急指定病院が近接する安心感
- 安心と信頼のセコムグループが事業運営

「昼食付見学会」開催 3月9日(土)～4月7日(日)

- 時間: 午前11時～午後2時 ●定員: 各日先着2組様 ●参加費: 無料
- ※春の中庭はしだれ桜やソメイヨシノが咲き誇ります。ぜひご来館ください。

セコムフォート多摩株式会社

〒194-0202 東京都町田市下小山田町1461  
TEL 042(797)6619 FAX042(797)6622

ご見学のお申し込み・資料請求は  
☎0120-27-1461

あの頃の歌が、  
あの頃より  
ずっと楽しい。

YAMAHA  
MUSIC FOUNDATION

好評  
実施中

ほら、ヤマハで  
キラッキラ。

お友達紹介  
キャンペーン

青春ポップス

歌って 踊れる ヤマハの教室で

“カラオケ以上、レッスン未満” 歌の新しい楽しみ方!

1回90分・月2回 全額 月3,850円(税込) 入会金 2,200円(税込) 随時入会受付 詳しくは ヤマハ音楽 100%

詳しくは、最寄り会場にお問い合わせください

- ミュージックサロン多摩 … ☎042-375-5312 ●南大沢駅前センター … ☎042-675-8711
- 永山センター … ☎042-375-5321 ●桜ヶ丘センター … ☎042-375-8349

スガナミ楽器 HPはこちらから! スガナミ 検索

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

新型コロナに関する相談

- 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)  
ID1002608健康推進課☎(376)9111

かかりつけ歯科医を紹介します

☑かかりつけ歯科医のいない方、訪問(自宅)での歯科医療を希望する方など【備考】紹介先の医療機関では保険診療の自己負担ありID1002830健康推進課☎(376)9111・FAX(371)1235

受診相談(救急相談、医療機関案内)

ID1002731

- 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  
ID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  
※3月30日(土)から名称・電話番号が変更されます

- 休日診療当番医(医科)  
急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。  
ID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      |
|---------|-------------------|---------------------|-----------|
| 3/10(日) | 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 |
| 3/17(日) | 大池内科クリニック         | 東寺方1-2-2トータルビル2階    | (355)7001 |
| 3/20(祝) | 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 | (373)0512 |

※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  
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

新型コロナワクチン接種

無料での接種は3月31日(日)で終了します！



令和5年秋開始接種(令和5年9月20日以降に1人1回接種)および初回(1・2回目)接種を希望する方はお早めにご予約ください。都の大規模接種会場でも実施しています。

■予約方法

(1)多摩市ワクチン予約サイト

URL<https://covid19.city.tama.lg.jp/>



(2)新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎042(313)7003

FAX042(313)7754(聴覚に障がいなどのある方専用)

【備考】都の大規模接種会場の予約は、東京都URL<https://www.tokyo.ovaccine-rsv.metro.tokyo.lg.jp/pages/gu202202.html> 参照



▲東京都新型コロナウイルスワクチン大規模接種予約システム

※予約には接種券が必要です。転入・紛失などで接種券をお持ちでない方のインターネットおよびコールセンターでの申請受け付けは、令和6年3月15日(金)で終了します。なお、受け付けから発送まで1週間程度を要します



接種券申請フォーム▶

■4月以降の接種について

主に65歳以上の方の重症化予防を目的として定期接種(有料で秋冬に1回)を実施する予定です。



▲令和6年4月以降の新型コロナワクチン接種の詳細はこちら(ID1014020)

新型コロナワクチンの接種は強制ではありません

ID1002575新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
☎042(313)7003(平日午前9時～午後5時)・FAX042(313)7754

(この記事は2月22日時点の情報で作成しています)

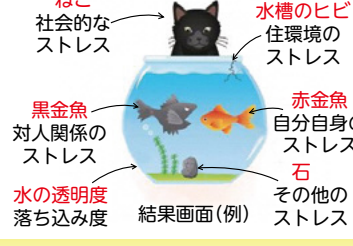
3月は東京都の自殺対策強化月間です

自殺防止！東京キャンペーン「気づいてください！ 体と心の限界サイン」

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、誰もが当事者となり得る重大な問題です。市の自殺者数は令和2年に大きく減少したものの、令和3年から再び増加傾向にあります。新型コロナウイルス感染症の位置付けが5類に変更された後も、生活の不安定化などによる心身面の不調など、その影響は市民生活のあらゆる面に引き続き残っています。悩みや心配事を一人で抱え込まず、まずはご相談ください。

多摩市の取り組み

- 心のテレホンサービス☎(338)6818  
専門カウンセラーが電話相談に応じます。  
☑誰にも話せない悩み事や心配事などを抱えている方ID毎週金曜日午後1時30分～4時(祝日を除く)  
その他の市相談窓口は、市公式ホームページ参照▶
- 日野市・多摩市わかち合いの会  
身近な方を自死でなくした方が集まり、ありのままの胸の内を語り合い、支え合う場です。  
ID毎月第4日曜日午後2時～4時ID関戸公民館第3学習室ID1012837ID当日直接会場へ
- 令和5年度自殺対策講演会  
ID3月30日(土)ID関戸公民館大会議室【備考】詳細は、たま広報2月20日号または公式ホームページ参照ID1014179

- こころの体温計  
URL<https://fishbowlindex.jp/tama/> ID携帯電話やパソコンで気軽にできるメンタルヘルスのセルフチェック【備考】市公式ホームページからも利用可。利用料は無料(通信料は自己負担)。個人情報への入力不要  


東京都の取り組み

- LINE相談「相談ほっとLINE@東京」 ID毎日午後3時～11時(10時30分まで受け付け)  
※各種相談窓口の詳細は、東京都URL<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kenkou/tokyokaigi/madoguti/index.html> 参照

| 窓口名称・電話番号                                 | 特別相談実施期間(3月中)など                                                                                                                               |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| フリーダイヤル 特別相談 ☎0120(58)9090                | ID3月6日(水)までの20:00(3/4月)は22:30、3/5(木)は17:00～翌朝2:30【実施機関】NPO国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター【備考】通常相談は毎日20:00～翌朝2:30(月曜日は22:30から、火曜日は17:00から)に、☎03(5286)9090へ |
| 有終支援いのちの山彦電話ー傾聴電話ー ☎03(3842)5311          | ID3月の火・水・金・土・日曜日、祝日の12:00～20:00【実施機関】NPO有終支援いのちの山彦電話【備考】通常相談は火・水・金・土曜日に実施                                                                     |
| 自殺予防 いのちの電話 ☎0120(783)556                 | ID3/31(日)までの16:00～21:00(10日)のみ20:00～翌朝8:00【実施機関】(一社)日本いのちの電話連盟【備考】通常相談は、年中無休・24時間、東京いのちの電話☎03(3264)4343(社福)いのちの電話)へ                           |
| 東京都自殺相談ダイヤルーこころといのちのほっとラインー ☎0570(087478) | ID3/27(水)～31(日)(24時間)【実施機関】NPOメンタルケア協議会【備考】通常相談は、毎日12:00～翌朝5:30に、☎0570(087478)へ                                                               |
| 自死遺族傾聴電話 ☎03(3796)5453                    | ID3/5(火)～8(金)11:00～16:00【実施機関】NPOグリーフケア・サポートプラザ【備考】通常相談は、火・木・土曜日11:00～16:00に実施                                                                |
| 自死遺族 相談ダイヤル ☎03(3261)4350                 | ID3/11(月)～13(水)10:00～17:00【実施機関】NPO全国自死遺族総合支援センター【備考】通常相談は、木曜日10:00～20:00、日曜日10:00～18:00に実施                                                   |





# ファッションやまちづくりをきっかけに 幸せの土台である人権・多様性を考える



あなたが「好き!」「楽しい!」「面白い!」と感じる「もの」や「こと」を、そのまま表現したり、  
誰かに伝えることができたなら、それは一つの「幸せ」ではないでしょうか。  
自分にとっての幸せとは何か、自分以外の人が感じる幸せとはどんなものか。  
想像してみることで、「自分も含めたみんなが幸せを実感できるまち」の実現への近道になるのかもしれない。

## ファッションから人権や障害について考える多摩市人権週間行事 ～すべての人が笑顔になれる服～

12月9日・10日に、障害の有無や年齢・国籍・性別を問わず、みんなが分け隔てなくおしゃれを楽しめるブランド「tenbo」の衣装展示を中心に、パネルディスカッションやワークショップ、パネル展示を行いました。衣装展示では、車いすユーザーなど体に障がいのある人・子ども・高齢者などに、どんな人でも着られる衣装を、実際に見たり体験したりしてもらいました。



▲tenboの衣装展示の様子



© 2024 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. P150219-1



大人も子どもも興味・関心の持てる内容で、ちょっと視野を広げることができると思います



自分や家族のこととして、障害について考える機会になりました

## ワークショップで完成した 色とりどりの作品は、 会場をカラフルに彩りました!

Peter and Josephの田川誠氏・深澤慎也氏を講師にお招きし、「じぶん」をアクリル板に表現するワークショップを開催しました!



## まちづくりから多様性について考えるパネルディスカッション「みんなでデザインするカラフルな健幸都市・多摩」

デザイナー・建築家・支援者・障がい当事者であるパネリストが、さまざまな背景をもつ人々がお互いに理解を深め、自分らしく生きられるまちについて考えました。



### 鶴田能史氏(tenbo代表デザイナー)

人が幸せになるために、服をどう添えるか。まず着る人のことを考え、その人が車いすユーザーで、とても不便な生活をしているとしたら、その不便をどのように補えるかというのをファッションに落とし込んでいます。ファッションという入り口から、人権・平和・ハンセン病など、難しく感じてしまうことも、自然と伝えられる仕組みづくりを心掛けています。個々の多様性を認めながら生きられるまちを実現するには、やはり「教育」が鍵になっていくのではないかと考えており、自身も学校を立ち上げてみたいと考えています。



### 横溝惇氏(スタジオメガネ一級建築士事務所)

「都市とは、一人の青年が1日中まちを歩いて、こうなりたい自分に出会える場所」と表現した建築家がいいます。そういうまちは、とても豊かで多様だと思うので、これをキーワードに活動しています。自分が生きていくことのテーマを絞ってみると、いつからでも勉強を始められるし、そういうテーマを持つ人は、周りの人が興味を持てるように伝えることができる。こういう自分以外の人との触れ合いやコミュニティが地域の中でいっぱいあるといいなと思います。



### 影近卓大氏[合同会社ライフイズ/(一社)Lifeis代表]

支援者と紹介されることが多いですが、自分自身を支援者だと思ったことはありません。誰もが支援者・被支援者になる場面があります。今は、駄菓子屋という入り口から子どもたち、高齢者の方、障がいのある方など、いろんな人が自然と交流するような場づくりをしています。相手のことを理解しようと思うと、かえって遠慮してしまう気持ちが出てくると思います。しかし、相手との違いを知るから初めて多様性への理解が生まれるということだと思うので、触れ合いを恐れずに飛び込んでいくことが大事だと思います。



### 藤吉さおり氏(多摩市在宅障害者の保障を考える会)

小さい時から障がい者も健常者も一緒に環境にいたら、合理的配慮や、インクルーシブ教育という言葉が必要なくなるんじゃないでしょうか。障がい者と健常者を分けていることがたくさんあります。分けられていると障がいのある友達はできますが、健常者の友達がなかなかできない。電車の乗り方や、人とどうやって喋ったらいいかなど、いわゆる一般常識を学ぶ機会がないんです。誰もが自立して、取り残されないようにしていくために、重度障がい者の人たちの自立支援活動などにこれからも取り組んでいきたいと思っています。

☎1014266 図記事全体について＝健幸まちづくり推進室 ☎(338) 6916、  
人権啓発について＝平和・人権課 ☎(376) 8311、障がい者施策について＝障害福祉課 ☎(338) 6847

