



### 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☎紹介先での医療機関では保険診療の自己負担あり☎1002830 ☎健康推進課☎(376)9111・☎(371)1235

## 新型コロナワクチン接種

特例臨時接種(無料)は令和6年3月31日(日)で終了しました

多摩市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターの運営も終了しました。4月以降は健康推進課にお問い合わせください。

令和6年4月以降の接種について

65歳以上の方、60歳~64歳で重症化リスクが高い方を対象に、季節性インフルエンザと同様のB類疾病の定期接種(一部自己負担)。

秋冬に1回)として実施(予定)。定期接種以外で接種を希望する方は、任意接種として、全額自己負担で接種可能です(予定)。詳細は、決まり次第、たま広報・公式ホームページなどでお知らせします。

令和6年4月以降の新型コロナワクチン接種について (ID1014020)

☎健康推進課☎(376)9111・☎(371)1235  
(この記事は3月21日時点の情報で作成しています)

### 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  
☎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
- ・多摩消防署 救急病院案内(24時間) ☎042(375)0119  
※「多摩市急患テレホンセンター」は3月30日から名称・電話番号が変更になりました

#### ●休日診療当番医(医科)

急病人のみ。来院前に必ず電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。  
☎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
4/7(日)	あべ多摩センター内科	鶴牧1-22-2多摩メディカルビルディング2階	(373)7755
4/14(日)	斉藤内科呼吸器科	永山4-2-6-202	(373)2522

※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

## 市民のひろば

5月20日号の原稿受け付けは4月8日(月)~15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☎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

**多摩絵画サークル**☎毎月第2・4月曜日13:00~17:00☎関戸公民館創作室ほか☎どなたでも☎入会金(無料)、月会費(3,000円)☎備考水彩画、油彩画、パステル。講師指導あり。見学可☎☎090(2663)3545宮寄照美

**東京多摩プロバスクラブ**☎毎月第1水曜日13:30~15:30☎関戸公民館学習室ほか☎市内や近隣市在住者☎入会金(無料)、6カ月会費(12,000円)☎備考専門職退職男女。卓話、講話、研修旅行、見学会、サークル(俳句・ゴルフなど)☎☎k.ito.skyy.g@gmail.com 伊藤

**太極拳体操リイリイ**☎毎月第2・4水曜日13:00~14:40☎二幸産業・NSP健康福祉プラザ6階☎60歳以上☎入会金(無料)、月会費(2,000円)☎備考気軽に見学に来てください☎☎(375)6940佐藤

**多摩市山の会**☎毎月第3水曜日18:00~20:00☎永山公民館視聴覚室または学習室☎市内や近隣市在住・在勤者☎入会金(2,000円)、年会費(1,500円)☎☎090(7845)1704斉藤

**健康体操トリムゆう**☎月3回木曜日9:30~11:30☎落合中学校クラブハウ

ス☎若々しい毎日を望む方☎入会金(無料)、月会費(2,000円)☎備考筋トレ、ストレッチなど。体の軽さ・気持ちよさを感じてみませんか? 無料体験あります☎☎080(3426)7086黒部

**ボランティアサークル絵手紙くるくる**☎毎月第2木曜日13:00~16:00☎永山公民館、多摩ボランティア・市民活動支援センター☎どなたでも☎入会金(無料)、年会費(3,000円)☎備考ボランティアと一緒にしませんか☎☎090(2786)8116小谷陽子

**関戸絵手紙の会**☎毎月第3木曜日13:30~16:00☎TAMA女性センターワークショップルームまたは関戸公民館創作室☎どなたでも☎入会金(無料)、月会費(1,000円)☎備考お気軽に絵手紙を楽しみませんか。お待ちしております☎☎(373)2313平田

**レッツ英会話**☎毎月第1~3金曜日13:15~14:45☎二幸産業・NSP健康福祉プラザ視聴覚室☎60歳以上☎入会金(1,000円)、月会費(2,000円)☎☎(373)4324佐藤

**聖ヶ丘混声合唱団**☎毎月第2・4土曜日10:00~12:00☎ひじり館ほか☎初心者~経験者・男女不問☎入会金(1,000円)、月会費(2,000円)☎備考年齢は問いません。見学大歓迎。丁寧な指導で歌う喜びを味わえる楽しい合唱団です☎☎090(6537)4642奥山

**多摩写遊会(写真同好会)**☎毎月第3土曜日13:30~17:30☎TOM HOUSE☎デジタル写真愛好者☎入会金(2,000円)、年会費(12,000円)☎備考隔月プロの写真家による講評と指導を受けます。写真展あり☎☎kawakami-ys@nifty.com 川上

**ソフトボールチーム多摩ファイト**☎土

曜日練習、日曜日2回試合☎東寺方小学校で練習、市内中学校で試合☎57歳~70歳の野球など経験者☎入会金(無料)、年会費(5,000円)☎備考スローピッチソフトボール☎☎090(5444)5206福永憲明

**暮楽会(会員の囲碁レベル中級)**☎月16日~18日活動。13:00~17:00☎豊ヶ丘地区市民ホール☎どなたでも☎入会金(無料)、月会費(2,000円)☎備考生きがいと健康に! 会員平均年齢86歳以上☎☎(376)5134藤牧

**多摩市民「第九」をうたう会**☎毎週日曜日13:00~16:00☎二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的ホール☎合唱に興味・経験のある方☎入会金(無料)・年会費(36,000円)☎☎(375)3346能崎

### 催し案内

**合気道講習会 無料体験稽古**☎4/6(土)9:20~10:20☎武道館☎無料☎備考5歳~シニアの方まで参加できます。動きやすい服装でお越しください☎多摩市合気道連盟☎☎090(1806)7413橋本

**詩吟の無料体験会**☎4/6(土)13:15~15:45☎永山公民館創作室☎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

**春到来! 体力増強のための太極拳・気功体験会**☎4/11・25各木曜日10:00~12:15☎関・一つむぎ館(予定)☎¥1,000円☎備考日程はどちらかを選択。講師の個々に合わせた指導で元気に! ☎太極拳・気功ゆるりらの会☎☎akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子

**フルーツとリコーダーのファミリーコンサート**☎4/13(土)13:00~15:00☎関戸公民館ヴィータホール☎無料☎備考先

着250人☎リコーダーアンサンブルK&F☎☎080(3251)8342片切

**合気道無料体験稽古(5才~シニアの方)**☎4/13(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

**第6回大熊啓とささやかに歌うつどい in多摩**☎4/16(火)14:00~16:15(13:45からストレッチ)☎永山公民館ベルブホール☎¥700円☎備考歌詞を大きく映します☎大熊啓さんと歌う会☎☎090(1857)1357山本

**20周年記念参加型うたごえランド**☎4/20(土)14:30~16:00☎永山公民館ベルブホール☎¥1,000円☎備考ゲスト=村上敏明氏(テノールオペラ歌手)☎うたごえランド☎☎(371)7397石橋

**第五回パルテの言箱/春の朗読会**☎4/21(日)14:30(14:00開場)☎永山公民館集会室☎無料☎備考席数に限りがあるのでご予約をお願いします☎パルテの言箱☎☎090(1810)9059小川明子

**春中国薬膳**☎4/25(木)13:00~16:00☎消費生活センター調理室(ベルブ)☎¥1,700円☎備考薬膳の話、調理、試食。エプロン・頭巾要持参☎中国薬膳☎☎(376)4632後藤

**2024年ファミリーコンサート**☎4/28(日)14:00(13:30開場)☎南大沢文化会館主ホール☎無料☎備考全席自由席☎たまウィンドフィルハーモニーオーケストラ☎☎info@twpo.org

**弓道初心者教室(前半全6回、後半全6回)**☎5/12~8/4の土・日曜日18:30~21:00☎総合体育館第6スポーツホール☎¥3,000円(前半分)☎多摩市弓道連盟☎☎kyudo.tama.jim@gmail.com