

市民のひろば

11月5日号の原稿受け付けは9月24日(火)~10月1日(火)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D1005206 ※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毎週火・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 ゲーム中心でシニア健康テニス。コート代などを含む 問 ☎080(3126)5849石井公一
トリム体操 スカイクラブ 日毎週木曜

日10:00~11:45 場 武道館ほか 対女性 ¥入会金(無料)、月会費(2,000円) 備考 無料体験あり。「トリム体操で100歳まで元気」広々とした武道館の畳を使った健康体操です 問 ☎(339)0745谷村
日本棋院支部多摩市囲碁教室 日毎週木・土曜日13:00~16:00 場 関戸三丁目倶楽部 対 対局経験のある方歓迎 ¥入会金(無料)、年会費(1,200円) 備考 別途参加費1回300円。講座・対局・指導碁など 問 ☎・FAX(373)5028貴島

催し案内

合気道無料体験稽古 日9/21(土)9:20~10:20 場 武道館 ¥無料 備考 5歳からシニアの方。動きやすい服装でお越しください。水筒持参(任意) 問 多摩市合気道連盟 ☎090(6517)2049増井
第12回きのご展 日9/28(土)~29(日)10:00~18:00(最終日17:00まで) 場 パルテノン多摩市民ギャラリー ¥無料 備考 実物のキノコに触れてみよう 問 東京きのこ

同好会多摩支部 info@tokyokinoko.com 熊谷
スポーツウエルネス吹矢技術講習会 日10/7・28、11/4・25、12/9・23、各月曜日13:00~15:00 場 総合体育館第2スポーツホール ¥無料 備考 60歳以上 問 多摩市スポーツウエルネス協会事務局 ☎090(2224)5004平井
20周年221回参加型うたごえランド 日10/14(祝)14:30~16:00(14:00開場) 場 関戸公民館ヴィータホール ¥1,000円 備考 ゲスト=村上敏明(テノールオペラ歌手) 問 うたごえランド ☎(371)7397石橋
多摩市硬式テニスミックスダブルス大会 日12/1(日)~8(日)8:00 場 多摩東・一本杉・奈良原各公園庭球場 ¥3,000円(1組) 備考 締切=10/20(日)、申し込み方法は多摩市硬式テニス連盟ホームページ参照 問 多摩センターテニスクラブ info@tc@s500.xrea.com 落合

無料公証電話相談を実施します!

10月1日(火)~7日(月)は「公証週間」です。期間中、遺言や契約などの公証事務に関する相談をお受けします。
時間 午前9時30分~正午、午後1時~4時30分 **相談電話番号** ☎03(3502)8239 問 東京法務局東京公証人会 ☎03(3502)8050



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。D1003237

生活困窮者自立相談

日 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 問 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

日 月~金曜日午前9時~午後6時、土曜日午前9時~午後5時 問 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)

日 9月29日(日)午前8時30分~正午・午後1時~5時 場 市役所1階保険年金課 問 納税課 ☎(338)6852、保険年金課 ☎(338)6840

高齢者在宅療養支援窓口

日 月~金曜日午前10時~正午・午後1時~4時 問 高齢者の在宅療養の医療に関する相談窓口 問 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)

日 月~金曜日午前9時~午後5時 問 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

日 月・水・木曜日午後1時~5時 問 経済観光課 ☎(338)6867

リモート労働相談

日 毎月第3木曜日午前11時、午後1時30分・3時30分 問 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)

日 月~金曜日午前9時~午後5時 問 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)

日 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 問 TAMA女性センター ☎(355)2110

女性を取り巻く悩みなんでも相談 問 場 TAMA女性センター(ヴィータ7階) ☎(355)2110

面接相談

日 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)

日 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

日 第3水曜日午前9時30分~正午 問 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)

日 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) 備考 電話での相談も可 問 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 COUNSELING FOR FOREIGNERS)

日 (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 問 場 (ところ)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
日 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
日 第4火曜日午後1時30分~3時30分 [共通事項]

問 場 権利擁護センター(二幸産業・NSP健康福祉プラザ7階) ☎(373)5677

総合オンブズマンによる苦情相談

日 月~金曜日 問 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
日 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 問 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

日 月~金曜日午前9時~午後5時 問 場 市役所4階子ども・若者政策課 ☎(338)6833

電話教育相談「子どもホットライン」

☎(372)2000(予約不要)

日 月~金曜日午前10時~正午・午後1時~5時 問 場 教育センター ☎(372)1010

発達・教育初回相談窓口 ☎(372)1038

日 月~土曜日午前9時~正午・午後1時~5時 問 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 問

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

日 月~金曜日、第2・4土曜日午前10時~正午、午後1時~5時 問 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

日 月~金曜日午前9時30分~午後4時30分 問 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」
日 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 問 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」

日 月~土曜日(第2土曜日を除く)午前8時30分~午後5時 問 場 多摩市社会福祉協議会(二幸産業・NSP健康福祉プラザ3階) ☎(356)0307

障がい者の就労相談

日 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

問 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、行政相談は50分)です。法律相談・税務相談の予約は相談日の1週間前から、また、その他の相談は相談日の属する月の1カ月前の月初めの日から受け付けます。

問 場 市役所1階市民相談室 ☎(338)6806

法律相談

日 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

日 10月1日・15日・22日各火曜日午後1時30分~4時30分、8日(火)午前9時30分~正午

不動産の相続・贈与等の登記相談

日 10月8日(火)午後1時30分~4時、22日(火)午前9時30分~正午

交通事故相談

日 10月3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

日 10月7日(月)午後1時30分~4時、28日(月)午前9時30分~正午

不動産取引相談

日 10月28日(月)午後1時30分~3時

年金・社会保険・労務相談

日 10月24日(木)午後1時30分~4時

人権・身の上相談

日 10月3日・17日各木曜日午前9時30分~正午、10日・24日各木曜日午後1時30分~4時

行政相談

日 10月17日(木)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)

日 毎週金曜日午後1時30分~4時

