



お口の健康は人生の健幸

～いつまでもおいしく食べ、誰もが笑顔でいられるまち～

- 2 お口の健康について考えてみませんか？
- 3 令和6年度多摩市自治功勞表彰・市民表彰受賞者
- 4 物価高騰対策くらし応援事業のご案内が送付されます

- 5 求人・募集、市政その他のお知らせ
- 6 障害者週間・人権週間 ぱらあーと×人権のつどい
- 7 ユニバーサル上映ってなんだろう
- 8 多摩市消費生活フォーラム2024開催！

- 9 講座・催し物
- 10 健康保険証の新規発行が終了になります
- 11 健康だより(受診相談)
- 12 Let's 健幸まちづくり！

市長コラム

多摩の風 第128回

「平和」でなければすよね。
やはりお口の健幸も野球も
被団協」がノーベル平和賞を受
賞。世界が核の脅威で破壊の危
機に瀕している今日、唯一の戦
争被爆国として核兵器廃絶の声
を広げていかなければと。
その広島そして長崎で「日本
被団協」がノーベル平和賞を受
賞。世界が核の脅威で破壊の危
機に瀕している今日、唯一の戦
争被爆国として核兵器廃絶の声
を広げていかなければと。

それにしてもメジャーでの日
本人選手の大活躍はすごい。私
事です、毎年のように子ども
たちと一緒に広島を訪れていた
ら、いつのまにか広島カーププ
アンになってしまつて。
今年、ワイルドシリーズはテ
レビに釘付けでした。ヤンキ
ースとドジャースとの対決は実
に43年ぶりだったとか。背番号17
の大谷翔平選手の雄叫びは最高
でしたね。

先月の「お口の健幸講座」での
話です。パンチ佐藤さんは川崎
市にお住まいですが、多摩セン
ターにかりつけの歯医者さん
がおられるとか。やはり硬いも
のを噛んで歯を痛めたそうです。
パンチ佐藤さんは1990年
にオリックス・ブルーウェーブ
にドラフト1位で入団。同時代
の選手には、その後メジャーリ
ーグのドジャースやメッツで活
躍した近鉄バファローズの野茂
英雄選手もいました。

「今年はちょっと時間を置いて
から食べるようにしたら、歯
を割らずに済んだ」と元プロ野
球選手のパンチ佐藤さんに話し
たら「少し溶けた方が小豆の甘
さもですよ」と。
「今年にはあつた」と元プロ野
球選手のパンチ佐藤さんに話し
たら「少し溶けた方が小豆の甘
さもですよ」と。



お口の健康について 考えてみませんか？

「多摩市みんなの笑顔が広がる
歯と口の健康を推進する条例」を
制定しました(令和7年4月1日スタート)



◀解説文や条例文など
詳細はこちら

ID1016004問健康推進課☎(376)9149

「お口の健康」はなぜ「人生の健幸」なの？

歯と口は「食べること」や「会話をしてコミュニケーションをとること」などの役割を持っているため、むし歯や歯周病によって多くの歯を失うと日常生活などに影響を与えます。特に、歯周病は、糖尿病や心疾患、脳梗塞、早産・低体重児出産など、さまざまな疾患との関連があります。

歯と口には、食べる・飲み込む・話すなど、私たちが健やかで幸せに生きていくためにとても大切な役割があります。

そのため、むし歯や歯周病などにならないように、家庭だけではなく、学校・職場・地域などで、歯と口の健康のために取り組むことが大切です。

市は、市民の皆さん一人ひとりが正しい知識を持ち、また市や歯科医師など社会全体で協力し、誰一人取り残さない歯と口の健康のための取り組みを推進するために、条例を制定しました。

また、高齢になると口腔機能が低下するため、低栄養や誤嚥性肺炎になるリスクも高まります。このように、全身の健康と密接な関係がある歯と口の健康は、健やかで幸せに生きるための土台となります。

お口の健康のためには、何をしたらいいの？

例えば…

- 適切な歯磨き方法やフロス、歯間ブラシの実践や、健康的な食習慣に気をつけましょう。
- むし歯や歯周病などの予防には、定期的な健診やフッ素塗布、継続的なクリーニングなどが大切なので、かかりつけ歯科医を持ちましょう。
- 保育園や幼稚園・学校での歯科健診だけでなく、歯科保健指導やブラッシング指導などで学んだことを取り入れ、予防歯科に取り組みしましょう。
- 災害時に備えて、口腔ケア用品を準備しましょう。



市

歯科医
など

企業など

皆さんの歯と口が健康になれるようサポートします！

例えば…

- 幼児・妊婦の歯科健診や歯周病検診・後期高齢者歯科健診など、ライフステージの特徴を踏まえた健診や相談事業を行います。
- 障がい者や介護を必要とする方などが定期的に歯科健診を受けられる「摂食嚥下機能診療」や「障がい児者歯科診療事業」などの体制の確保に取り組みます。
- 皆さんにお口の健康に関する知識をリーフレットやイベントなどでお伝えします。



10月1日に㈱ロッテ、多摩歯科医会と「市民の歯と口の健康づくりの推進に関する連携協定」を締結しました！

市民の歯と口の健康づくりの推進に一丸となって取り組み、市民の健康の保持増進や健康寿命の延伸を図ることにより、「健幸都市」の実現に向けた施策を実施します。3者がお互いの強みを活かし、子どもから高齢者までむし歯予防やしっかりとかわむことの重要性を啓発します。



▲左から
高崎誠司氏(㈱ロッテ執行役員)
須田副市長
浅井英夫氏(多摩歯科医会会長)



◀詳細はこちら

「歯と口のポスター・標語」入賞作品が決定しました！

ポスター183点の応募作品から各部門(小学1～3年の部・小学4～6年の部・中学校の部)に最優秀賞を含め6点、標語83点の応募作品から各部門(小学校・中学校の部)に最優秀賞1点を決定しました。

●ポスターの部(最優秀賞)



古市光さん
(瓜生小学校3年)の作品



永野菜々子さん
(東寺方小学校5年)の作品



石井華恵さん
(諏訪中学校3年)の作品

●標語の部(最優秀賞)

「自慢の歯 見せつけようよ 笑顔でね」

西川彩音さん(北諏訪小学校5年)の作品

「人生の いろいろな場面で 輝く歯」

佐々木陸雲さん(多摩永山中学校2年)の作品

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☑備考紹介先での医療機関では保険診療ID1002830

子ども・若者
関連情報

11月は児童扶養手当の支払月です

令和6年9月分～10月分の児童扶養手当を指定された口座に振り込みます。

また、年金が確定した・転出するなどの場合は届け出が必要となります。その他、何か変更事項がありましたら必ずご連絡ください。

振込日11月11日(月)(11月下旬になっても振り込まれていない場合は要問い合わせ) **ID**1003455 **図**子ども・若者政策課 **☎**(338)6851

2歳歯っぴー歯科相談

日12月12日(木)午後1時20分～2時50分 **分**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 **ID**1003437 **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)

●歯っぴー食事コース

日12月11日(水)午後1時15分～3時30分 **分**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

●ウェルTAMA！赤ちゃん準備コース(全2回)

日12月18日(水)午後1時15分～3時15分・21日(土)午前9時15分～正午 **図**出産予定日が2～4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)、妊婦体験、DVD「赤ちゃんの泣きへの理解と対処のために」、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 **備考**一人での参加可 **ID**1003411 **申****問**場11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・場など右上表の通り **図**未就学児のお子さんとその保護者 **備考**関戸公民館で、12月4日(水)午前11時から30分間「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

図永山公民館 **☎**(337)6661、関戸公民館 **☎**(374)9711

実施日	時間	場所	定員
11/18(月)	10:00～16:00	永山公民館第1・2保育室	20組程度
11/6・20、12/4、各水曜日	9:00～16:45	関戸公民館保育室	各7組程度

令和7年4月に「多摩市ひまわり教室」入園を希望する方へ

「多摩市ひまわり教室」は、心身の発達に遅れ・心配のある市内在住の2歳以上の未就学児に、一人ひとりの特性に合った個別・集団の総合的指導を行う児童発達支援事業です。

備考要事前相談。申請書は事前相談後に配布 **ID**1016035 **申****問**12月10日(火)午後5時までに、直接持参で、申請書を、障害福祉課発達支援室(諏訪複合教育施設「かけはし」内) **☎**(374)2717へ

永山公民館子育て支援講座第3弾「アイシェイプ診断体験」

子育てから少し離れて、エクセレントイメージコンサルタントによるアイシェイプ診断を体験しませんか？

日12月10日(火)午前10時～11時30分 **場**永山公民館集会室 **図**乳幼児の保護者(女性のみ。保育の対象でないお子さんは一緒に参加可) **定**12人(市内在住者優先の申し込み先着順) **保育**12人(1歳以上の未就学児) **講師**椿ありさ氏[(一社)パーソナルデザイン協会副理事長] **ID**1015905 **申****問**11月5日(火)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、永山公民館 **☎**(337)6661へ

幼児期からの「おうち性教育」はじめよう～自分を大切に生きるために～

性教育を受けなかった親世代の方や、子どもに関わる仕事をしている方はぜひご参加ください！

日11月30日(土)午後2時～4時(1時30分から受け付け) **場**永山公民館集会室 **図**子育て中の保護者、テーマに関心のある人 **定**30人(申し込み先着順) **¥**500円 **内**からだのしくみと多様性、プライベートゾーンとプライバシー、からだどころと性を大切にされて生きる権利・人権と自己決定の話、性に関する質問への対応など **保育**10人(1歳以上の未就学児) **講師**土屋麻由美氏(麻の実助産所助産師、認定NPO法人ピッコラーレ副代表) **持ち物**筆記用具 **企画**NPO法人子育て応援団そらいろのたね **備考**0歳児の同伴受講可 **ID**1016041 **申****問**11月5日(火)～22日(金)に、公式ホームページのインターネット手続き・電話または直接、永山公民館 **☎**(337)6661へ

川口孝大選手に
多摩市長特別賞を贈呈しました

ロンドンで7月に開催されたテニスのウィンブルドン2024U14シングルスで、日本人として初めて優勝した市内在住の川口孝大選手に、多摩市長特別賞を贈呈しました。今後も一層の活躍が期待されます。引き続き応援をお願いします。

多摩市長特別賞とは、市民ま

たは多摩市に縁故の深い個人・団体で、スポーツ・文化・芸術・学術などの分野において、輝かしい業績のある方を表彰するものです。

図多摩市長特別賞について＝総務契約課 **☎**(338)6800、川口選手について＝教育振興課 **☎**(338)6872



▲市長から記念の表彰盾をお渡ししました

令和6年度
多摩市自治功労表彰・市民表彰 受賞者

11月1日の市制施行を記念して、市政の振興に寄与し、市民の福祉増進に功績のあった38人の方々と7団体を表彰しました。(敬称省略)

ID1016026 **図**総務契約課 **☎**(338)6800

- 自治功労表彰受賞者**

 - 黒澤 菜穂子
(多摩市選挙管理委員会委員)
- 市民表彰受賞者**

 - 行政
 - ・鹿沼 順
 - ・小林 千登利
 - ・坂内 良弘
 - ・佐々木 誠子
 - ・山下 淑美
 - ・津布久 光男
 - コミュニティ
 - ・山田 祐子
 - ・武田 昭
 - ・白谷 章一
 - ・松本 俊雄
 - ・増山 正之
 - 健康
 - ・小坂 美紀
 - ・稲葉 澄子
 - ・武井 章人
 - ・飛田 正俊
 - 福祉
 - ・井上 よし子
 - ・特定非営利活動法人 多摩子ども劇場
 - ・鎌田 義恵
 - 防災・消防
 - ・倉渕 陽子
 - ・加藤 富雄
- 防犯・交通安全
 - ・槌本 敏政
 - 環境
 - ・清水 武志朗
 - ・相田 幸一
 - ボランティア
 - ・東桜寿会
 - ・西桜寿会
 - ・鶴牧西公園育てる会
 - ・緑地管理研究会
 - ・ヤングリース
 - ・ライトグリーン
 - ・後藤 進
 - ・大政 恵美
 - ・加藤 美和子
 - 社会教育
 - ・印南 セキ子
 - ・井上 美和
 - 文化・科学技術
 - ・渡辺 晃男
 - ・堀井 義昭
 - スポーツ
 - ・矢島 聖蘭
 - ・小林 唄
 - ・山田 楓喜
 - ・菅原 一樹
 - ・梅津 昭子
 - 寄附
 - ・川井 博之
 - ・川井 真里子
 - ・川井 光子

児童館だより

〔共通事項〕

申問は各館へ**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

けやきっずーノ宮児童館☎(375)4643

●**移動児童館「このゆびと〜まれinくるまぼり公園」**日11月21日(木)午後3時30分〜4時30分 場くるまぼり公園 **備考**雨天中止 日1003603

とも〜る 永山児童館☎(373)0991

●**赤ちゃんタイム**日11月6日〜12月4日の各水曜日午前10時30分〜11時30分(11月27日を除く) 対おおむね1歳3カ月までの子ども、妊娠中の方 日1003610

●**幼児のつどい「ママ&ぽよぽよ」**日11月7日〜12月5日の各木曜日午前10時30分〜11時30分 対おおむね1歳3カ月以上の未就学児 **備考**20日は健康センター栄養士による離乳食の話 日1010027

あいらんど愛宕児童館☎(373)7677

●**ちびっこたいむ**日11月7日〜21日の各木曜日午前10時30分〜11時30分 対未就学児 内体操、歌、ふれあい遊びなど **備考**14日は保健師によるアドバイスDAY 日1003619

コスモ連光寺児童館☎(338)5881

●**移動児童館「ひじり館であそぼう」**日11月20日(水)午後2時30分〜4時30分 場ひじり館ホール 内大人気のドッジビーや卓球などのさまざまな遊びを実施 日1011468

のびのびハウス豊ヶ丘児童館☎(338)5882

●**はじめのいっぽ**日11月20日・12月4日の各水曜日午前10時30分〜11時30分 対おおむね0〜1歳児 日1003630

●**コアラクラブ**日11月13日・27日の各水曜日午前10時30分〜11時30分 対おおむね1歳以上の未就学児 日1010052

ビーボ東寺方児童館 ☎(338)5883

●**ビーボたいむ**日11月11日〜12月2日の各月曜日午前11時〜11時30分 対未就学児、妊娠中の方 **備考**12月2日は東寺方図書館職員による読み聞かせ 日1011789

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11月13日〜12月4日の各水曜日午前10時30分〜11時30分 対1歳以上の未就学児 **備考**11月20日は工藤純子氏(フィットネスインストラクター)による親子フィットネス 日1010689

●**0歳児のつどい「ひなたぼっこ」**日11月7日〜12月5日の各木曜日午前10時30分〜11時30分 対0歳児と保護者 **備考**11月7日・12月5日はあすのき保育園による身長体重測定など。11月14日は健康センターの歯科衛生

士の講座。28日は北諏訪小学童クラブで開催 日1010688

ゆう桜ヶ丘桜ヶ丘児童館☎(338)7122

●**0歳児のつどい「あかちゃんとのんびりタイム」**日11月8日・22日の各金曜日午前11時〜正午 対0歳児 日1011347

●**幼児のつどい「ピッポッパ」**日11月15日・12月6日の各金曜日午前10時30分〜11時30分 対1歳以上の未就学児 日11月=1011348、12月=1012615

TOM HOUSE落合児童館☎(371)5955

●**ベビー☆パラダイス**日11月13日・27日の各水曜日午前11時〜11時40分 対おおむね1歳6カ月までの子ども 内27日は0歳児のための救急救命講座(要申し込み) 日1011033

●**キッズ☆パラダイス**日11月14日・28日の各木曜日午前11時〜11時40分 対おおむね1歳6カ月以上の未就学児 内14日は親子フィットネス 日1011034

からきだ菖蒲館唐木田児童館☎(338)2277

●**CoCo♥KARAたいむ**日11月7日〜12月5日の各木曜日午前11時〜11時30分 対0歳児 日1010078

●**Pico★KARAたいむ**日11月8日〜12月6日の各金曜日午前11時〜11時40分 対おおむね1歳以上の未就学児 日1008806



TAMAフレイル予防プロジェクト(TFPP)〜あなたがもっと健康になるためのフレイル度チェック!〜

日11月27日(水)午前10時〜11時30分 場関・一つむぎ館第1会議室 対65歳以上の市内在住者 内簡単なアンケートによる問診、測定(5m通常歩行速度、身長・体重・BMI、開眼片足立ち)、国土舘大学講師によるフレイル予防講座(足の筋力アップ体操、脳トレ、口腔体操など) **持ち物**飲み物、タオル **備考**動きやすい服装で 日1002881 **申**電話または直接、関・一つむぎ館 ☎(375)5566[11月18日(月)を除く]へ 関国土舘大学ウエルネス・リサーチセンター ☎(339)7347(祝日を除く月〜金曜日午前10時〜午後4時)

元気塾体験会

日11月25日(月)午後1時30分〜3時 場諏訪元気塾(諏訪複合教育施設「かけはし」1階) 対おおむね65歳以上の市内在住者とその家族 内元気塾で行っている介護予防プログラムの体験 日1002922 **申**電話で、諏訪元気塾 ☎(310)1519・☎(400)7644へ



シニアのためのスマホ相談会・体験会

〔共通事項〕

対スマートフォンの使い方に疑問や不安のある60歳以上の都民 **講師**東京都の委託による専門講師 **持ち物**ご自身がお持ちのスマートフォン 関東京都スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎03(6775)9480

●体験会

日12月4日(水)午後1時〜4時 場関戸公民館創作室 対20人(応募者多数の場合は抽選) **備考**講座はAndroidの操作方法で説明。デモ機の貸し出しあり 日1012114 **申**11月27日(水)までに、電話で、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎03(6775)9480へ

●相談会

日12月6日(金)午後2時〜4時(30分ごとの計8枠) 場三方の森コミュニティ会館会議室2 対8人(会場先着順) 内1対1の相談会 **主催**東京都 日1012056 **申**当日直接会場へ

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11月15日(金)午後2時 場永山公民館視聴覚室 対市内在住・在勤者(未就学児不可) 対12人(申し込み先着順) 内画面操作・音声検索・地図の見方

東京都事業 物価高騰対策くらし応援事業のご案内が送付されます

令和6年度新たな非課税または均等割のみ課税世帯10万円給付金の受給世帯を対象に、1世帯あたり1万円分の商品券または電子ポイントを都が給付します。

発送時期11月〜12月ごろ 日1014837 関東京都物価高騰対策臨時くらし応援事業コールセンター ☎03(6700)8720(午前9時〜午後6時)

この封筒が届いた方へ

調整給付金の申請はお済みですか？

対象者には9月上旬にお知らせを発送しました。**申請期限は11月15日(金)です。**

固定額減税の対象で、所得税または個人住民税が減税しきれないと見込まれる方 **備考**詳細は、たま広

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 日1011731 **申**問11月6日(水)午前9時から、電話で、永山公民館 ☎(337)6661へ



11月は個人事業税第2期分の納期です(12月2日(月)まで)

納付方法口座振替、金融機関・郵便局のペイジー対応のATM、インターネット・モバイルバンキング、地方税お支払サイトによるクレジットカード決済、スマートフォン決済アプリ 関八王子都税事務所 ☎042(644)1111



多摩市福祉のしごと相談面接会

日11月13日(水)午後1時30分〜4時 場永山公民館ベルブホール 内採用担当者との面接・地域福祉活動に関する相談など **協力**多摩市内社会福祉法人ネットワーク連絡会 **備考**服装自由。面接希望者は履歴書を持参 **申**当日直接会場へ(入退場自由) 関多摩市社会福祉協議会総務係 ☎(373)5611

11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) **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 日1001741 関市民課 ☎(338)6823、納税課 ☎(338)6852、保険年金課 ☎(338)6840

求人・募集

生活支援員(登録型)

認知症や障がいなどで判断能力が不十分な方に、郵便物の確認や預貯金の出し入れ、公共料金の支払いなどの支援を行います。

募集人数若干名**備考**詳細は、多摩市社会福祉協議会📞<https://tama-shakyo.jp/>に掲載または二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階、多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ)で配布の募集要項参照

●**応募説明会にご参加ください**

📅11月25日(月)午後2時📍二幸産業・NSP健幸福祉プラザ705会議室📞📅11月22日(金)までに、電話または直接、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター☎(373)5677へ

市民後見人養成講座

📅令和7年4月中旬～5月＝基礎研修(講義3日間、動画研修12講義)、令和7年6月上旬～7月＝実務研修(8日間。1日約3時間、平日午後)、令和7年9月～令和8年3月ごろ＝現場研修(月1～2回、1回2～3時間程度)📍調布市内施設など📍多摩・調布・日野・狛江・稲城各市在住者**募集人数**10人程度**講師**弁護士、医師、司法書士、社会福祉士など**備考**書類選考・面接あり。申し込み方法など詳細は、多摩南部成年後見センター📞<http://www.kouken-center.or.jp/>に掲載または市役所2階福祉総務課で配布の募集要領参照📞**込期間**12月2日(月)～令和7年1月20日(月)必着📍多摩南部成年後見センター☎042(498)5802

「令和7年度版ごみ・資源収集カレンダー」に広告を掲載しませんか？

日々のごみ・資源の分別・排出方法を掲載した、市民生活に欠かせないフルカラーのカレンダーです。市内全世帯に戸別配布をするため、高いPR効果が期待できます。

発行時期令和7年3月**広告規格**縦4.5cm×横13.0cm程度**掲載料(税込)**1枠＝45,000円、2枠＝80,000円**募集枠数**24枠**備考**詳細は、公式ホームページ参照📞1012992📞📅11月5日(火)～29日(金)必着の、郵送または直接持参で、必要事項を、〒206-0024諏訪6-3-2エコプラザ多摩内資源循環推進課☎(338)6836へ

都営住宅入居者(地元割当)

募集住宅単身者向け＝5戸**備考**詳細

は、11月13日(水)～21日(木)に、市役所1階案内・東庁舎2階都市計画課、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📞1010284📞📅11月25日(月)必着の、郵送で、申込書に必要事項を記入し、〒206-8666都市計画課☎(338)6817へ

令和7年度会計年度任用職員

職種業務専任職員(専門スタッフ)**募集人数**3人程度**雇用期間**令和8年3月31日まで(ただし勤務成績が良好な場合は更新可)**備考**詳細は、公式ホームページに掲載または市役所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📞1005506📞📞公式ホームページのインターネット手続きで、必要書類を、人事課☎(338)6804へ

市民参画

傍聴

【**共通事項**】

備考会場先着順📞当日直接会場へ

●**令和6年度第1回多摩市みどりと環境審議会**

📅11月14日(木)午後2時30分～4時30分📍市役所第二庁舎会議室**定**5人📞1006023📍環境政策課☎(338)6831

●**令和6年度第2回多摩市総合教育会議**

📅11月15日(金)午前10時～正午📍市役所特別会議室**定**6人📞1015877📍企画課☎(338)6813

●**第1回多摩市自治推進委員会(第九期)**

📅11月15日(金)午後7時～8時30分📍市役所特別会議室**定**10人📞1015869📍協創推進室☎(338)6803

●**TAMA女性センター市民運営委員会**

📅11月19日(火)午後2時～3時30分📍TAMA女性センター活動交流室**定**10人📞1006307📍TAMA女性センター☎(355)2110

多摩市の「公共交通」について、意見交換会を開催します！

市は、公共交通(路線バス、多摩市ミニバス、一般タクシーなど)の利便性および持続可能性の向上に向けて「次期多摩市交通マスタープラン」の策定を進めています。

令和6年度は、公共交通の現状把握や課題整理を行い、令和7年度に目指すべき方向性や実施すべき施策・事業を検討した上で、交通マ

スタープランとして取りまとめます。

市民の皆さんの移動状況や問題点などを把握するために意見交換会を開催します。

📅永山地区＝11月18日(月)午後6時30分～8時、聖蹟桜ヶ丘地区＝11月22日(金)午後6時30分～8時、多摩センター・唐木田地区＝11月30日(土)午前10時～11時30分(各15分前から受け付け)📍永山地区＝永山公民館ベルブホール、聖蹟桜ヶ丘地区＝関戸公民館大会議室、多摩センター・唐木田地区＝中央図書館活動室1**定**各30人(会場先着順)📞1016028📞当日直接会場へ📍道路交通課☎(338)6826

市政その他のお知らせ

一人でも雇ったら、入ろう。労働保険

11月は「労働保険未手続事業一掃強化月間」です。

従業員を1人でも雇用している事業主は、労働保険(労災・雇用)の加入が義務付けられています。従業員が安心して働けるよう、労働保険の加入手続がお済みでない場合はすぐに加入の手続きをお願いします。

📍ハローワーク府中・雇用保険適用課☎042(336)8617、八王子労働基準監督署・労災課☎042(680)8923

多摩市固定資産評価審査委員会委員の再任のお知らせ

10月23日に任期満了となった川上俊宏氏が再任されました。

任期10月24日～令和9年10月23日📍人事課☎(338)6804

防災行政無線を用いた全国一斉のJアラートの情報伝達訓練を行います

📅11月20日(水)午前11時ごろ**方法**市内112カ所に設置してある防災行政無線から一斉に放送**放送内容**[チャイム]+「これはJアラートのテストです」×3回+「こちらは、防災多摩です」+[チャイム]**確認方法**①自動音声応答電話番号(アンサーバック)☎050(5433)9162②放送内容確認専用サイト📞<http://tama-city.site.ktaiwork.jp/>参照(夕焼けチャイムなどを除く。放送内容確認サイトは過去の内容も掲載しているため、要日時確認)📞1012896📍防災安全課☎(338)6802

食料などを無料配布します

📍市内在住で生活にお困りの①大学生以下の子どものいる世帯②社会的

なつながりが持てない・持つことが難しいなど生きづらさを抱えるおおむね30歳代までの方やその方と同居する世帯**主催**多摩地域企業・大学等連絡会(ゆるたまネット)**備考**詳細は、ふくしだより11月号・ボランティア通信11月7日号参照📍多摩ボランティア・市民活動支援センター☎(373)6611

グリーンライブセンターの再オープンに向けて事務所を一時閉館します

現在、施設改修工事のため、パルテノン多摩5階のクリエイティブ・キャンパス企画室に事務所を仮移転し、事業を行っています。

再オープンに向けた準備のため、12月27日(金)で一時閉館します。

各種講座や花とみどりの相談については、引き続き他の公共施設や電話などを活用しながら実施します。

再開館(予定)時期令和7年4月

●**花とみどりの相談**

受付時間火曜日～金曜日午前10時～正午・午後1時～3時(祝日を除く)**備考**12月28日(土)～令和7年1月20日(月)は移転作業のため休館。令和7年1月21日(火)～3月28日(金)は電話のみの受け付け。電話番号・ファクシミリ番号の変更はなし📍グリーンライブセンター☎(375)8716

日本赤十字社の活動にご協力をお願いします

日本赤十字社の活動は、赤十字会員(社員)として加入した方からお寄せいただく「会費(社費)」と、一般の方からお寄せいただく「寄付金」によって支えられています。令和5年度は、約244万円のご協力をいただきました。お預かりした活動資金は、医療救護班を派遣したり、救援物資などを届けたりする災害救護活動などに活用されます。活動資金の協力方法は、市役所福祉総務課窓口で現金をお預かりする他、クレジットカード決済や口座振替によるご協力もいただけます。

備考活動資金の詳細は、日本赤十字社東京都支部📞<https://www.jrc.or.jp/chapter/tokyo/contribute/>参照📞1002877📍福祉総務課☎(338)6889・📞(338)6881

あなたのいばしょ

ibashoChat.org

ひとりで悩んでいませんか？
24時間365日、いつでも、誰でも、無料・匿名で利用できるチャット相談窓口にご相談ください。

チャット窓口はこちら▶

障害者週間・人権週間行事 ぱらあーと×人権のつどい

場パルテノン多摩 講演・上映について＝平和・人権課 ☎(376)8311、ぱらあーと・障がい者施策について＝障害福祉課 ☎(338)6847

12月3日～9日は「障害者週間」、12月4日～10日は「人権週間」です

市は、誰もが社会の一員としてお互いを尊重し、支え合って暮らすことのできる共生社会の実現を目指し、さまざまな取り組みを行っています。今年のテーマは「ユニバーサルな価値観」。これは、すべての人が年齢・性別・障がいの有無などに関係なく、同じように便利で快適に過ごせる社会を作るという価値観のことです。

「ユニバーサルな価値観」を体験していただけるよう、「ぱらあーと」や「ユニバーサル上映」に関する講演会・ワークショップなどを開催します。この機会に、障がいがあってもなくても、さまざまな人が共に楽しめるということなのか、私たちの身近な楽しみである「アートと映画」を通じて体験してみませんか？

ぱらあーと第34回 多摩市みんなの美術作品展

12月5日～12日 午前10時～午後9時

今年で34回目となる「多摩市みんなの美術作品展」は、令和2年度まで開催されてきた多摩市障がい者美術作品展を継承・発展し、市の魅力を創出・発信・実践に取り組む「多摩市若者会議」とコラボして開催しています。令和3年度からは「ぱらあーと多摩市みんなの美術作品展」へ名称を変更し、障がいのある方もない方も、どなたでも参加できる“みんな”の美術作品展を目指しています。

今年は、絵画・手芸・立体作品の展示の他、ワークショップもあります。数多くの個性豊かな作品をお楽しみください。

日12月5日(木)～12日(木) 午前10時～午後9時 場 市民ギャラリー・オープンスタジオ 備考 詳細は、合同会社MichiLab ☎http://www.michi-lab.co.jp/art34/ 参照



▲詳細はこちら



▲「いつか夢は叶う」橋本あや

12/8(日) ハンドスタンプアート寄贈記念ワークショップ きらめくクリスマスオーナメントづくり

令和4年7月に市制施行50周年を記念し、「多摩市が次の50年に伝えたい“命の大切さ”」をテーマに市民の皆さんの手形などを使って制作したハンドスタンプアート「くらし・たのし・たまし」が、制作者の田川誠氏と深澤慎也氏から市に寄贈されました。このことを記念して、しおりとしても使えるクリスマスオーナメントを作るワークショップ



▲市制施行50周年記念ハンドスタンプアート「くらし・たのし・たまし」



◀クリスマスオーナメント

を開催します。

日12月8日(日) 午前10時30分～正午 場 オープンスタジオ 定30人(申し込み先着順) 講師 田川誠氏(画家)、深澤慎也氏(ディレクター) 日1012675 備考 ワークショップの前に寄贈式を予定。未就学児は要保護者同伴 申 日11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・電話またはファクシミリで、平和・人権課 ☎(376)8311・FAX(339)0491へ



▲Peter and Josephの田川氏(左)・深澤氏(右)

12/8(日) シルクスクリーン ワークショップ

シルクスクリーンは、布地などにプリントする印刷方法です。

このワークショップでは、「障がい者の表現」であるアールブリュット作品をTシャツに印刷します。無地のTシャツをご持参いただいてプリントすることも可能です(Tシャツの大きさや布地によって、印刷ができない場合もあります)。

ご来場の記念に、シルクスクリーンを使った「オリジナルTシャツ」

を作成してみませんか？

日12月8日(日) 午後2時～5時 場 オープンスタジオ 備考 小学生以下は要保護者同伴。Tシャツの実費負担あり。材料がなくなり次第終了 講師 ぱらあーとみんなの美術作品展実行委員会 申 当日直接会場へ 日 障害福祉課 ☎(338)6847



▲シルクスクリーンを使用したオリジナルTシャツ(イメージ)

ボッチャを始めてみませんか？

年齢や性別・障がいの有無にかかわらず、楽しみながら交流ができる、ユニバーサルスポーツです。

ボッチャはパラリンピックの正式種目にもなっており、「究極の頭脳戦」とも呼ばれる奥の深いスポーツです。

右表の施設でボッチャセットの無料貸し出しを行っています。

備考 貸し出し方法などの詳細は、公式ホームページ参照 日1016036 日 スポーツ振興課 ☎(338)6954

施設	電話番号
関戸公民館	(374)9711
永山公民館	(337)6661
総合体育館	(374)2313

障がいのある方とその家族のための 「成年後見の集い」

親が亡くなった後に備えた成年後見制度の活用について、具体例を交えながらお話しします。

日12月11日(水) 午後2時～4時(1時30分受け付け) 場 消費生活センター講座室(ベルブ) 日 精神障がい者・知的障がい者のご家族、関係者 定30人(申し込み先着順) 講師 渡部伸氏(「親なきあと」相談室主宰、行政書士、社会保険労務士) 申 日11月7日(木)から、電話またはファクシミリで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター ☎(373)5677・FAX(373)5612へ

12月8日(日)映画上映付き講演 ユニバーサル上映ってなんだろう ～みんなで観れば映画はもっとおもしろい!～

あなたの趣味は何ですか? 「映画鑑賞」と答える人も多いかもしれません。では、目の見えない人や耳の聴こえない人は、どうやって映画を鑑賞しているのでしょうか。

日本の映画館の多くは、障がいのない人たちが観るものという前提で作られています。そうした中、東京都北区田端にある映画館「CINEMA Chupki TABATA」は、視覚や聴覚に障がいがある人・車いすを使う人・小さな子どもがいる子育て中の人なども一緒に映画を楽しむことができる、日本初の「ユニバーサルシアター」です。

講演会では、シネマ・チュプキ・タバタ代表である平塚千穂子さんを講師に迎え、夢のユニバーサルシアターができるまでのお話や、ユニバーサル上映を通じて社会に広げていきたいことなどについてお聴きした後に、ユニバーサル上映を体験いただきます。

日12月8日(日)午後1時30分～4時30分(1時開場)場オープンスタジオ定100人(申し込み先着順)講師平塚千穂子氏(シネマ・チュプキ・タバタ代表)ID1012675備考手話通訳・要約筆記あり申11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・電話またはファクシミリで、平和・人権課 ☎(376)8311・FAX(339)0491へ



ユニバーサル上映 こころの通訳者たち What a Wonderful World

耳の聴こえない人にも演劇を楽しんでもらうために挑んだ、3人の舞台手話通訳者たちの記録。その映像を目の見えない人にも伝えられないか? 見えない人に「手話」を伝えるには。

壁にぶつかりながらも音声ガイドづくりを「諦めない」メンバーたちが、「こころ」のバトンを繋いでいく姿を追ったドキュメンタリーです。

監督山田礼於プロデューサー平塚千穂子製作Chupki備考上映時間94分。バリアフリー字幕(日本語字幕)付き、音声ガイドあり(FMラジオ使用) ©Chupki



ユニバーサル上映では、音声ガイドを聴くためのFMラジオ(イヤホン付き)を貸し出します!

風景や人物の表情、しぐさなどの視覚的な情報を、音声ガイドからお聴きいただけます。

貸出台数50台(視覚に障がいのある方が優先の申し込み先着順)備考希望者は申し込みの際に要相談



「障がい者差別」と「人権」

「人権」は、誰もが自分らしく幸せに生きるために、すべての人が生まれながらに持っている権利です。近年、人々の人権意識が高まりをみせる一方で、いじめや虐待、誹謗中傷などさまざまな人権問題が依然として存在しており、障がいのある方への理解の無さから生じる差別や偏見もその一つです。

障がいのある方への差別をなくし、障がいの有無によって分け隔てられることなく、誰もが暮らしやすい共生社会を目指して、市はさまざまな取り組みを行っています。

合理的配慮を広げるためにお店のバリアフリー化を考えている事業者の方へ

誰もが安心してお店を利用できるように、バリアフリー化工事・段差解消スロープ設置・点字メニューなどの費用の一部を助成します。

困ったときの相談先

障がいがあることにより、差別を受けたり、見たりした経験や障がいのある方へどのような配慮すれば良いか分からない時などのご相談ください。

問障害福祉課 ☎(338)6847・FAX(371)1200



図書館の企画展示

「障害理解・差別解消～だれもが自分らしく生きるために～」をテーマとした展示を行います。

日12月2日(月)～28日(土)場中央図書館1階



皆さんのご意見を募集します! パブリックコメント募集 (市民意見)

次期多摩市都市計画マスタープラン(素案)を作成しました

都市づくりの目指す将来像を示すとともに、都市計画を決定・変更していく際の方向性を示す「多摩市都市計画マスタープラン(多摩市都市計画に関する基本的な方針)」の素案を作成しました。

閲覧場所市役所東庁舎2階都市計画課・第二庁舎1階行政資料室、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館、公式ホームページ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ID1016010申問11月26日(火)～12月26日(木)必

着の、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・直接持参または行政資料室、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館に設置の投函箱への投函で、「次期多摩市都市計画マスタープラン(素案)への意見」・住所・氏名・意見を記入し、〒206-8666都市計画課 ☎(338)6856・FAX(339)7754へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)



●素案説明会

日①11月26日(火)午後7時～8時30分②30日(土)午後2時～3時30分場①消費生活センター講座室(バルブ)②市役所東庁舎会議室定各20人(申し込み先着順)申問各開催日前日必着の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送またはファクシミリで、住所・氏名・電話番号・メールアドレス・参加希望日を、〒206-8666都市計画課 ☎(338)6856・FAX(339)7754へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)



多摩市消費生活フォーラム2024開催！

各団体による企画展示はもちろん、講座や高齢者向けのイベント、地場野菜の販売会などのさまざまな企画があります！ ぜひご来場ください！
日12月7日(土)・8日(日) **場**永山公民館・消費生活センター(ベルブ永山) **備考**詳細は、市公共施設などで配布のチラシまたは公式ホームページ参照 **ID**1013119
問消費生活センター内事務局 ☎(337)6610・FAX(337)6003

12月7日開催		12月8日開催		両日開催	
時間	内容など	時間	内容など	時間	内容など
10:00～12:00	ドキュメンタリー映画「食の安全を守る人々」上映 主催 農山漁村と手をつなぐ会 備考 要事前申し込み	10:00～12:00	マイクロプラスチックストーリー/ぼくらがつくる2050年(映画上映) 主催 みず多摩	10:00～16:00	企画パネル展示(展示) 主催 全団体
10:00～15:30	おもちゃ病院 主催 おもちゃ病院kebo	10:00～販売終了	地場野菜の販売会 主催 多摩市農産物即売推進協議会	10:00～16:00(予定)	JUKIアップサイクルソーイングスタジオ 主催 JUKI(株)、ミシンランドMOGGY 備考 要事前申し込み
10:00～12:00	ダンボサロン 主催 ダンボくらぶ	13:00～15:00	家計簿塾 主催 多摩友の会桜ヶ丘方面 備考 要事前申し込み	14:00～14:30	ミニ講座「環境を守るため、私たちにできることってなんだろう?！」 主催 多摩市水辺の楽校運営協議会、よみがえれ、大栗川を楽しむ会
10:00～15:00	TAMAフレイル予防プロジェクト 主催 国士舘大学、多摩市	14:00～18:00	映画上映「SILENT FALLOUT サイレント・フォールアウト」 主催 放射線量測定室・多摩	10:00～15:00	フリーマーケット 主催 消費生活フォーラム実行委員事務局 備考 要事前申し込み
13:30～15:30	DVD上映「便利なスマホの裏側にあるものを知ろう」 主催 いのちと環境を考える多摩の会				
14:00～16:00	多摩市をCO²ゼロのまちに、さらなるアクションを! 主催 (一社)多摩循環型エネルギー協会				
13:30～15:30	災害時にも役立つなべ帽子料理(調理) 主催 多摩友の会 桜ヶ丘方面 備考 要事前申し込み				

多摩センターイルミネーション2024点灯式

多摩センター冬の風物詩、多摩センターイルミネーション2024点灯式を開催します。点灯式を盛り上げるオープニングセレモニーやオープニングファンタジーショーをお楽しみください。
日11月16日(土)午後4時**場**パルテノン大通り十字路**申**当日直接会場へ**主催**・**問**多摩センターイルミネーション実行委員会 ☎090(8636)4886(平日午前10時～午後5時)



多摩市の映画祭

「第34回映画祭 TAMA CINEMA FORUM」開催！

今年34回目を迎える多摩市の映画祭。豪華な授賞式・多彩なプログラムを予定しています！
日11月16日(土)～12月1日(日)[18日(月)～22日(金)・27日(水)～29日(金)は休映]**場**パルテノン多摩大ホール・小ホール、永山公民館ベルブホール、関戸公民館ヴィータホール**主催**TAMA映画フォーラム実行委員会**共催**(公財)多摩市文化振興財団**後援**多摩市、多摩市教育委員会**備考**オンライン配信も予定。なお、社会情勢の変化などにより、予定を変更する場合あり。チケットの詳細・登壇情報などのプログラム詳細については、TAMA映画フォーラム実行委員会 <https://www.tamaeiga.org> 参照**問**永山公民館内TAMA映画フォーラム実行委員会 ☎(337)6661

各会場のプログラムをピックアップしてご紹介！

関戸公民館ヴィータホール
23日(祝) 第25回TAMA NEW WAVEコンペティション
 今年の応募数183作品の中から実行委員が選んだノミネート作品を一挙上映し、グランプリを発表します。
永山公民館ベルブホール
23日(祝) 「大きな家」の特別先行プレビュー
24日(日) 恒例の団地団企画、ゲストたちによるトーク
25日(月)・26日(火) 新鋭監督と俳優の出会い
 永山公民館で配布するチラシを持参すると、当日券800円のところ500円でご覧いただけます。



がんばっていきまっしょい
©令和6年度優秀映画鑑賞推進事業

25日(月) 「がんばっていきまっしょい」「死に花」の上映
26日(火) 「Shall we ダンス?」「キツキと雨」の上映



Shall we ダンス?
©令和6年度優秀映画鑑賞推進事業

パルテノン多摩大ホール
30日(土) 第16回TAMA映画賞授賞式
 豪華ゲストをお招きし、華やかな授賞式を行います。



第15回TAMA映画賞授賞式
©2023 TAMA CINEMA FORUM

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
 健康・福祉	晩秋の道を行くウォーキング(健康づくり推進員主催事業)	日11月26日(火)午前9時30分～午後0時30分 集合京王線国領駅北口駅前交通広場	対中級者定25人(申し込み先着順)コース野川沿い～野川の水車～調布飛行場～京王線西調布駅解散(歩程約8km)持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)備動きやすい靴と服装で。ウォーキングポール利用者は要持参(ノルディックポールは不可)。雨天中止ID1015935申問11月7日(木)から、電話で、健康推進課☎(376)9139へ
	市民向け災害ボランティア講座 	日11月29日(金)午後2時～4時30分 場多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ)	対市内在住者定20人(申し込み先着順)申問11月7日(木)から、電話・ファクシミリ・メールまたはインターネット手続きで、多摩ボランティア・市民活動センター☎(373)6611・FAX(373)6629・✉tamavc@tamashakyo.jp へ
 文化	文化財ウィーク2024特別公開事業「木造隨身倚像」	日11月10日(日)午前10時～午後3時 場小野神社(一ノ宮1-18-8)	内小野神社内に置かれた都指定有形文化財「木造隨身倚像」の年に1度の特別公開備雨天時は公開時間の変更や中止の場合ありID1013320問教育振興課☎(338)6883
	What's JAZZ! ジャズへの招待Vol.70～70回記念スインギー奥田&ザ・ブルースカイオーケストラのビッグバンド～	日12月6日(金)①午前11時30分②午後1時15分③3時(各30分前開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定各230人(申し込み先着順)￥各2,000円(2回分以上購入の場合は1,000円引き)出演スインギー奥田&ザ・ブルースカイオーケストラ、Meri(ヴォーカル)、マリア・エヴァ(ヴォーカル)曲目キエンセラ、その手はないよ他ID1013102備③は来場者によるダンスあり[定員5組(申し込み先着順)]申11月6日(水)～12月5日(木)午前9時(初日は10時)～午後5時に、直接、多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ)へ問What's JAZZ実行委員会☎(371)4084山中、関戸公民館☎(374)9711 
	今年も関戸公民館に都民寄席がやってくる！ 	日令和7年1月25日(土)午後1時30分(1時開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定200人(応募者多数の場合は抽選。未就学児不可。全席指定)内真打に昇進したばかりの新進気鋭の師匠とベテラン師匠による古典落語出演三遊亭わん丈、ダーク広和(奇術)、三遊亭遊雀備申し込みは1人につき2人分まで。当選者には入場券を送付ID1016025申12月5日(木)までに、インターネット手続きで、都民寄席応募フォームURLhttps://tomin-fes.com/ticketform_yose/ へ問関戸公民館☎(374)9711
 スポーツ	初心者のためのトレーニング教室(各全5回)	日①11月12日～12月10日の各火曜日午前10時～11時②11月14日～12月12日の各木曜日午後7時～8時 場総合体育館	対高校生相当以上の市内在住・在勤・在学で、医師から運動制限を受けていない方定各5～10人(申し込み先着順)￥各4,000円持ち物室内用運動靴、飲み物備運動できる服装で。申し込み時に市内在住・在勤・在学が分かるものを要掲示ID1011366申問11月1日(金)～14日(木)午後5時に、直接、総合体育館☎(374)2313へ
	ニューススポーツ体験教室(多摩市スポーツ推進委員協議会主催事業)	日11月17日(日)午前9時20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・在学者内ポッチャ、ネオテニスなど持ち物室内用運動靴、飲み物、タオル備運動できる服装でID1011498申当日直接会場へ問スポーツ振興課☎(338)6954
	ジョギング＆ランニング教室 	日11月21日(木)午前10時30分～正午(午前10時から受け付け) 場南豊ヶ丘フィールド	対18歳以上の方定25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)ID1013361申問11月19日(火)午後4時までに、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URLhttps://ws.formzu.net/fgen/S889508972/・☎(400)5487(月～日曜日・祝日午前10時～午後5時)へ
	紅葉を楽しみながら巡るノルディックウォーキング体験教室(多摩市スポーツ推進委員協議会主催事業)	日11月24日(日)午前9時30分～11時30分(9時15分から受け付け) 集合永山北公園	対市内在住・在勤・在学者定25人(申し込み先着順)コース永山北公園～多摩東公園～桜ヶ丘公園～大谷戸公園または九頭龍公園解散(歩程約3.5kmまたは約5km)持ち物帽子、タオル、飲み物、ノルディックポール(貸し出し可)備雨天中止。運動できる靴と服装、両手の空くかばんでID1011279申問11月6日(水)～22日(金)に、電話で、スポーツ振興課☎(338)6954へ
	多摩市、(一社)多摩市体育協会主催事業 第50回多摩市民体育大会ID1003873		
	少林寺拳法競技大会	日11月10日(日)午後1時～4時 場武道館	￥500円(少林寺拳法連盟に所属する会員を除く)持ち物道衣(服装規定に準ずる)、保険証の写し申問11月7日(木)までに、電話で、少林寺拳法連盟☎090(5993)9295申へ
	マラソン競技大会	日12月22日(日)午前9時～11時30分 場陸上競技場	対市内在住・在勤・在学の小学4年生以上￥高校生以上800円、小・中学生300円申問11月25日(月)までに、電話またはメールで、陸上競技協会☎(373)4644・☎070(2188)9194(午後7時～9時)・✉toshio-ohkubo@u01.gate01.com 大久保へ
 暮らし	多摩市食プロジェクトin多摩モノまつり2024	日11月16日(土)午前10時～午後3時 場多摩モノレール車両基地(立川市泉町1078-92)	内車両基地の見学、特殊車両(警察、消防、自衛隊、バスなど)の展示、食プロジェクトに特別協力をいただいている「SHIMA」による多摩市産食材とアイランド風食材がコラボした米粉のパンやお菓子の販売ID1013424 申当日直接会場へ問経済観光課☎(338)6909 
	キタカイさんぽ館フェスタ2024 	日11月24日(日)午前9時30分～午後2時30分 場キタカイさんぽ館	内ミニ土器づくり(要事前申し込み)、人形劇など、ポッチャ体験、めかい作り、作品展示、体育館発表、キックターゲットなど、ボーイスカウト体験、スタンプラリー、抽選会、多摩ふるさと資料館特別展示など持ち物室内用靴(体育館のみ)備詳細は、市民活動・交流センターURLhttps://tama-kitakai.com/ 参照ID1015936申問当日直接会場へ。ミニ土器づくりのみ、電話または直接、市民活動・交流センター☎(400)7723へ
	アメリカにおける女性の現状ーフェミニズムは終わったのか？	日12月8日(日)午後3時～5時(2時30分開場) 場関戸公民館大会議室	定60人(申し込み先着順)内ジェンダーに関するアメリカの実情保育4人[1歳以上の未就学児対象。11月28日(木)午後5時までの申し込み先着順]講師スザンヌ・レオナード氏(シモンズ大学大学院教授)ID1015906申問11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、TAMA女性センター☎(355)2110へ

健康保険証の新規発行が終了になります

12月2日からマイナ保険証を基本とする仕組みに変わります。

現在お使いの健康保険証は、国民健康保険加入の方は令和7年9月30日まで、後期高齢者医療制度加入の方は令和7年7月31日まで、引き

続きお使いいただけます。

加入(新規)・更新時などは、マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」を、お持ちでない方には「資格確認書」を交付します。

後期高齢者医療制度加入の方は、暫定的に令

和7年7月31日まではマイナ保険証の保有状況に関わらず「資格確認書」を交付します。

☎1001979☎保険年金課[国民健康保険について＝☎(338)6824、後期高齢者医療制度について＝☎(338)6807]

国民健康保険・後期高齢者医療制度からのお知らせ

お早めに！ 多摩市国民健康保険特定健康診査・後期高齢者健康診査

健診期間 令和7年1月31日(金)まで **対**40歳以上の多摩市国民健康保険被保険者、後期高齢者医療制度被保険者 **持ち物** 保険の資格が確認できるもの(健康保険証、マイナンバーカードなど)、受診券(ない場合は要再発行) **受診方法** 医療機関を選び、電話で予約(土・日曜日に実施している医療機関あり。詳細は、受診券に同封の案内または公式ホームページ参照。一部医療機関は予約不要) **ID** 特定健康診査＝1010300、後期高齢者健康診査＝1010279

総合健康診査(人間ドック)の費用を助成します 被保険者の方が、保険医療機関で総合健康診

査(人間ドック)を受診し、申請条件を満たした場合、受診料の半額(年度に1回、助成上限額10,000円)を助成します。

備考 申請は受診日の翌日から2年以内。特定健康診査・後期高齢者健康診査との併用不可(当該年度に上記健診を受けた方は人間ドック料助成制度の申請不可) **ID** 国民健康保険＝1002023、後期高齢者医療制度＝1002066

条件に該当した方に2,000円分の謝礼を贈呈！

多摩市国民健康保険に令和6年4月1日から引き続き加入し、その他条件を満たした方で、職場などでの健診結果を提供していただいた場合、2,000円相当の謝礼を贈呈する多摩市国民健康保険健診結果提供促進事業を実施しています。

備考 詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ **ID** 1002030

多摩市国民健康保険医療費通知の発行には申請が必要です

多摩市国民健康保険は、申請した方に、医療費通知(各医療機関で受けた費用などを記載)を発行しています。

対 多摩市国民健康保険被保険者 **発行時期** 令和2年11月～令和5年10月受診分＝随時、令和5年11月～令和6年10月受診分＝令和7年1月下旬以降[申請から発行までは2週間程度。各1年分(11月～翌年10月分)をまとめて発行] **備考** 詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ **ID** 1001983

☎ 保険年金課[多摩市国民健康保険に加入の方＝国保担当☎(338)6824、後期高齢者医療制度に加入の方＝後期高齢者医療担当☎(338)6807]、社会保険に加入の方＝加入先の医療保険者

市民のひろば

12月20日号の原稿受け付けは11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

TAMA太極拳 **ID** 毎週月曜日10:00～12:00 **場** 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ **対** 60歳以上の市内在住者 **¥** 入会金(1,000円)、月会費(2,000円) **備考** 楊名時太極拳と気功を中心に活動しています **☎** (389)0458 遠藤

有朋テニスクラブ **ID** ①火・木曜日10:00～18:00 ②土曜日12:00～16:00 ③日曜日・祝日13:00～17:00 **場** ①②多摩東公園 ③鶴牧中学校 **対** 50歳以上 **¥** 入会金(3,000円)、年会費(12,000円) **備考** ゲーム中心 **☎** 080(3126)5849 石井公一

太極拳華葉会 **ID** 毎週火曜日9:30～11:30 **場** 武道館 **対** 初心者・未経験者歓迎 **¥** 入会金(無料)、月会費(2,000円) **備考** 見学・体験入会大歓迎。11月9日武道館で表演会あり **☎** 090(6317)7493 奥澤

抒情歌100曲歌う会 **ID** 毎月第2・4水曜日14:00～16:00 **場** 関・一つむぎ館 **対** 歌が好きな方など誰でも **¥** 入会金(無料)、月会費(2,500円) **備考** 9月開講。ピアノ

に合わせてメロディーをご一緒に **☎** (371)6315 宮林

関戸絵手紙の会 **ID** 毎月第3木曜日13:30～16:00 **場** 関戸公民館ワークショップルーム・創作室 **対** 老若男女どなたでも **¥** 入会金(無料)、月会費(1,000円) **備考** ヘタでいいヘタがいい絵手紙で人生を楽しみませんか **☎** (373)2313 平田久子

多摩シニア(健康スローピッチソフトボール) **ID** 毎週土曜日8:30～10:30 **場** 豊ヶ丘小学校 **対** 55歳以上の方 **¥** 入会金(無料)、年会費(5,000円) **備考** 野球・ソフトボール好きな方大歓迎です **☎** 080(8742)2038 久保田

ヨガグループ「ジャスミン」 **ID** 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 杵渕

催し案内

第46回多摩写游会写真展 **ID** 11/6(水)～15(金)10:00(初日13:00)～17:00(最終日15:00) **場** TOM HOUŠE 展示ホール **¥** 無料 **☎** 多摩写游会 ☎070(2171)0665 清水

リヴィエール・ド・ピエール 第四回演奏会 **ID** 11/8(金)19:00～20:30 **場** 関戸公民館ヴィータホール **¥** 一般500円、多摩市民無料 **備考** 木管アンサンブルドビュッシー小組曲ほか **☎** リヴィエールドピエール ☎080(8890)5033 町田

多摩市茶道連盟 月釜へのお誘い **ID** 11/10、令和7年2/9、3/9、各日曜日10:00～15:00 **場** 関戸公民館茶室 **¥** 各800円 **備考** 茶室で出会う、日本文化のゆたかな

ひととき **☎** 多摩市茶道連盟 ☎(375)7005 小西

第22回水彩画スケッチ展 **ID** 11/11(月)～17(日)10:00(初日12:00)～17:00 **場** 関戸公民館ギャラリー **¥** 無料 **備考** 多摩地域近隣の風景や静物 **☎** TAMA スケッチ同好会 ☎090(6135)3728 黒川俊樹

第64回多摩市福祉センター油絵同好会展 **ID** 11/13(水)～18(月)10:00～17:00(初日は13:30開場、最終日は16:00終了) **場** 永山公民館ギャラリー **¥** 無料 **☎** 多摩市福祉センター油絵同好会 ☎090(2469)1900 西野

第36回多摩市民第九演奏会 **ID** 12/14(土)15:00(14:00開場) **場** パルテノン多摩大ホール **¥** 指定席(2,800円)、自由席(2,500円) **備考** 指揮＝古谷誠一、管弦楽＝日野市民オーケストラ。学生券1,500円あり **☎** 多摩市民『第九』をうたう会 ☎mn24457@ttv.ne.jp 能崎

都立南多摩看護専門学校 学校祭(南翔祭) **ID** 11/16(土)10:00～12:30 **場** 都立南多摩看護専門学校 **¥** 無料 **備考** 内容＝研究発表、献血車、学校説明会、公開講座 **☎** 都立南多摩看護専門学校 ☎(389)6601

多摩管弦楽団 第56回定期演奏会 **ID** 11/16(土)14:00(13:30開場) **場** パルテノン多摩大ホール **¥** 1,000円 **備考** 全席自由。当日券あり **☎** 多摩管弦楽団広報 ☎web2014@tamakan.net 鈴木

音楽会：やざりんとリオを迎えて **ID** 11/18(月)14:30・18:30 **場** パルテノン多摩小ホール **¥** 一般＝1,000円、学生・車いす＝500円 **備考** 収益はふるさとTAMA応援寄附金みどりの保全分野に寄

付。要申し込み **☎** 自然と市民のまちづくり ☎090(4168)1192 こうの

朗読(息吹の会)～深秋の朗読会～ **ID** 11/20(水)13:30(13:00開場) **場** 関戸公民館第3学習室 **¥** 無料 **備考** 定員30人。要予約。5人の女性と俳優草野裕の朗読を **☎** 息吹の会 ☎090(1426)5853 クサノ(非通知不可)

和太鼓ドンドン～レッツトライ！～ **ID** 11/23(祝)14:00～16:00 **場** 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階 **¥** 無料 **備考** 小学生以上。和太鼓衆雅武者ホームページ参照。上履き持参 **☎** 和太鼓衆雅武者 ☎gamusyamura@yahooc.co.jp 佐藤

相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会 **ID** 11/28(木)13:10・14:00・14:50 **場** 消費生活センター講座室(ベルブ) **¥** 無料 **備考** 各回45分程度の個別相談 **☎** NPO法人シニアサポート多摩 ☎(400)5264

冬の中国薬膳の会 **ID** 11/28(木)13:00～16:00 **場** 消費生活センター調理室(ベルブ) **¥** 1,700円 **備考** お話と調理・試食。要申し込み **☎** 日中友好協会多摩支部 ☎(376)4632 後藤

結婚支援 **ID** 11/30(土)10:00～12:00 **場** 関戸公民館第2学習室 **¥** 無料 **☎** NPO法人タマリバティアカデミー ☎ha5ru2gon7@yahoo.co.jp 松本

第1回RYM朗読会 **ID** 12/8(日)13:00～16:00(12:30開場) **場** 中央図書館活動室1 **¥** 無料 **備考** 3部構成。休憩時は入退出自由。企画・賛助出演＝物集女 **☎** RYM ☎oikawamh@hotmai.co.jp 及川恵美子



性感染症(HIV・梅毒など)無料検査

11月19日(火)、12月3日(火)(結果説明は各7日後の午後2時～4時のみ受け付け)場東京都南多摩保健所(永山2-1-5)各検査日の2週間前午前10時～前日午後8時に、電話またはインターネット手続きで、東京都HIV等検査予約センター ☎050(3801)5309[午前10時～午後8時(年末年始を除く土・日曜日、祝日を含む)]・ https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/inspection_consultation/index.html へ 東京都南多摩保健所保健対策課 ☎(371)7661

「薬物乱用防止ポスター・標語」入賞作品が決定しました！

ポスター148点、標語831点の応募作品から、地区会長賞ポスター1点・標語2点、佳作各5点、特別賞各25点を決定しました。

●標語の部(地区会長賞)
「『ちょっとだけ...』 その決断が命取り 二度と終わらない 負のスパイラル」李曉萱さん(鶴牧中学校3年)の作品

「薬物は あなたを壊す 絶対にすすめられても 断る勇氣」山口結菜さん(鶴牧中学校3年)の作品

●ポスターの部(地区会長賞)
丸野内奏さん(聖ヶ丘中学校2年)の作品



●作品の展示
11月26日(火)～12月3日(火)場京王聖蹟桜ヶ丘SC AB館7階連絡ブリッジ主催東京都薬物乱用防止推進多摩市協議会 ID1002829 健康推進課 ☎(376)9149

胃がん検診(内視鏡)・肺がん検診

日・場など 右上表のとおり 備考 今年度からバリウム検査は廃止。対象は令和7年3月31日時点の年齢。令和5年度に①を受診した方は今年度①

は受診不可。必要事項の記載がない場合や当日の体調などにより検診を受けられない場合あり。胃・肺の病気の治療中または経過観察中の方などは対象外の場合あり。肺がん検診は自分で立ってられない方・車いすの方は受診不可。応募者多数の場合は抽選。申し込み結果は11月下旬ごろ郵送予定。はがきは1人1枚。①②の両方を申し込む場合も1枚。詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ ID1002803 11月5日(火)～15日(金)必着の、公式ホーム

	検診名	対象	実施日	金額	実施場所	内容	結果通知 送付時期
①	胃がん検診 (内視鏡)	50歳以上	12月1日(日)～ 令和7年1月31日(金)	2,500円	指定医療機関	問診、内視鏡検査	11月下旬
②	肺がん検診	40歳以上	12月23日(月)、 令和7年1月30日(木)	700円	健康センター	質問、胸部X線検査、 喀痰細胞診検査(ハイリス スク者のみ)	

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ています。
- ・子供の健康相談室 小児救急相談(東京都) ☎#8000、☎03(5285)8898
日～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
- ・(厚生労働省・東京都)医療情報ネット
医療機関・薬局を検索することができます。 医療情報ネットへのアクセスはこちら▶
- ・多摩消防署 救急病院案内(24時間) ☎042(375)0119
- 休日診療当番医(医科) ※当番医は、都合により変更の場合あり
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。
日 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
11/10(日)	多摩永山高田クリニック	貝取3-6 医療モール永山3階	(400) 5145
11/17(日)	武島内科クリニック	落合3-11-3	(338) 5665

- 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 原則、15歳以下 日 ☎(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 日 ☎(376)8009

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 11月13日(水)～27日(水)
●時間：午前11時～午後1時30分 ●定員：各日先着2組様 ●参加費：無料
※ゆったりとした館内で醸し出される温かな雰囲気をぜひご体感ください。

東京都有料老人ホーム設置運営指導指針による表示事項 ■類型／介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ■介護保険／東京都指定特定施設入居者生活介護事業者(一般型)東京都指定No.1373200383号・介護予防特定施設入居者生活介護事業者 東京都指定No.1373200383号 ■居住の権利形態／利用権方式 ■入居時の要件／混合型(自立含む) ■居室区分／定員1～2名(親族のみ対象) ■指定特定施設入居者生活介護事業者(一般型)である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制／1.5:1以上 ■利用料の支払い方式／選択方式(全額前払い方式・月払い方式)

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

多摩市聖ヶ丘・無料駐車場完備
International Private School, MartialArts & Fitness
Shape Yourself for Your World Life

老若男女、体験レッスン募集中！
世界から多摩へ、多摩から世界へ
"From the World to Tama, From Tama to the World"

学び、海外留学、海外試合サポート！
カラダとココロの健康を大切に！

実戦&松濤館空手
Traditional Karate (Shotokan), K1/Shin-Karate
FullContact Karate & Aikido

キックボクシング
Forge Your Spirit, Master the Fight:
Kickboxing & Muay Thai Awaits

ボクシング
Boxing for Defense and Fitness

ヨガ Yoga

英会話 English Conversation

Inquires in English Welcome
TEL050-6868-9645
二次元コードは各講義と異なります

運営：私塾・揚心館(ようしんかん)
場所：東京都多摩市聖ヶ丘2-22-3-3
KARATE: www.yoshinkan-karate.com
KICKBOXING: www.tama-kickboxing.com
Boxing: www.tama-boxing-school.com
English: crossculturalenglishschool.com
Yoga: www.yoshinkan-yoga.com

大学受験 多摩センター⑦2F
駅東口5分・デニズ近く

多磨高等予備校

映像なし・マイクなし
少人数授業

大学受験専門
個別指導・コーチング

11月 無料
体験授業
好評実施中

お問い合わせ・資料請求はこちらから
☎0120-964-873
所在地 多摩市愛宕4-17-11
クレスト多摩センター2F

HPIはこちら

Let's 健幸まちづくり！Vol.14

ついつい長時間スマホを見たり、パソコンで細かい作業をしたりといった、目が疲れる生活をしていませんか？ 今回はいつまでも健幸な日常生活を送るうえで重要な、「目の健幸」に関する情報をお届けします。

☎1002745 企画課 ☎(338)6916 ・ ☎(337)7658

今回のテーマは
「目の健幸」
です！

健幸都市



▲健幸まちづくり
について詳細は
こちら

現代人の「目」はどうなっている？

子どもから大人まで、スマホやパソコン・タブレットなどを日常的に使うことが当たり前になった今、画面を長時間見続けて目の疲れを感じる人が多くなっています。長時間目を使い続けると目の充血や痛み、視界のかすみ、頭痛や肩こりなどの影響がある他、目の病気に関するリスクが高まることもわかっています。

「目の健幸三箇条」を心がけて、健幸的な生活を送りましょう！

①目を休ませてリフレッシュ！

長時間、画面を見続けるときは適宜休みをとりましょう。目安として1時間連続で見たら15分程度休憩できると良いです。休憩が難しい時でも遠くを見たりマッサ



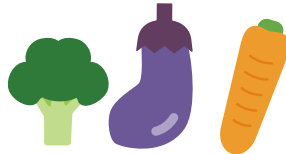
ージをしたりすることで目のリフレッシュになるため、積極的に取り入れましょう。

②目に良い食べ物をセッシュ！

栄養バランスのとれた食生活は目の健幸にも非常に重要です。目の疲れを解消してくれる栄養素を含む食べ物をいくつか紹介します。

「ブロッコリー・ほうれん草(ルテイン)」「ブルーベリー・なす(アントシアニン)」「にんじん・かぼちゃ(ビタミンA)」など目の疲れに効果的な食べ物はたくさんあります。普段の食生活で意識的に摂取して、健幸的な食生活を送りま

しょう。



③定期的に眼科でチェック！

現代人は日常的に目を酷使しているため、気になる症状を自覚したと

きはもちろんのこと、特に症状がなくとも一年に一回を目途に眼科専門医を受診して検査を受けましょう。特に「眼底検査」を受けることで血管や網膜・視神経を調べることができます。人間の体の中で唯一、外から直接血管を観察できるため、目の病気だけではなく全身の病気の早期発見にもつながります。

多摩市眼科一覧
(多摩市医師会ホームページ)▶



こどもの目の日

「はぐくもう！6歳で視力1.0」という願いを込めて、6月10日が「こどもの目の日」として登録されました。弱視や近視の早期発見・予防を大切にする節目の日です。近年は子どもたちの近視が増えており、近視はたとえ軽度でも緑内障や網膜剥離などの、近視以外の目の病気にかかるリスクを上昇させることが疫学調

査で明らかになっています。将来にわたって健幸な目を保つためには子どもの頃から予防することがなにより大切です。市でも子どもの目を守る取り組みを行っています。親子で協力して、子どもから大人まで、一緒に目の健幸について取り組んでみませんか？



多摩市教育委員会
キッズビジョン
トレーニング
Supported by
国士舘大学&東京
メガネの様子▶

第25回永山フェスティバルにて子どもの目の健幸を考えるイベントを開催し、たくさんの方に来場いただきました。

(内容は日本眼科医会のホームページを一部引用して作成)

東京都
からのお知らせ

関戸橋の架け替え事業を推進しています！

関戸橋は多摩川を横断する箇所に架かる、多摩市と府中市を結ぶ極めて重要な橋であり昭和12年に完成した下流橋と、昭和46年に完成した上流橋の二つの橋で構成されていました。

特に下流橋は架橋後約80年経過しており、老朽化に伴う諸課題を解決するため架け替えが必要となりました。工事は平成27年に着手し、これまでに仮橋設置や下流橋の撤去を行い、現在は新しい下流橋の下部工まで完成しました。なお、工事は、着手から約16年間の期間を予定しています。また新しい下流橋には歩道が設置され、架け替え後は、上流橋・下流橋ともに歩道が整備された安全で快適な関戸橋に生まれ変わります。

▼関戸橋の完成イメージ



橋詰周辺



バルコニー周辺

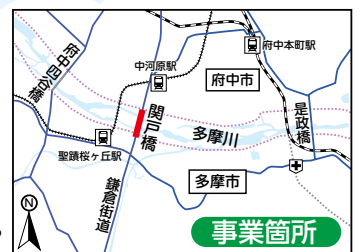
現在の状況

今年の秋から再来年春ごろまでの工事は、大型のクレーンなどを用いた、下流橋の上部工事(桁および床版)を予定しています。

東京都 建設局 関戸橋

検索

☎東京都北多摩南部建設事務所工事第一課 ☎042(330)1838・
☎042(369)3890、東京都南多摩東部建設事務所工事課 ☎
042(720)8643・☎042(729)4919



事業箇所

一緒に食品ロスを削減しましょう！ mottECO！知ってコ！使ってコ！

「mottECO」とは、環境省が提唱する、飲食店で食べきれなかった料理を利用者の「自己責任」で持ち帰る行為の愛称です。市は、飲食店での食べ残しによる食品ロスを削減するため、食べ残しの持ち帰りの普及・定着を図る「mottECO普及推進モデル事業」を開始しました。



▲mottECOボックス

このmottECOボックスをご存じですか？ 一見するとテイクアウト容器にも見えますが違うのです。これは、飲食店などで注文した料理が食べきれないときに、「残った料理」を「自分で詰めて、持ち帰る」ことができる箱です。食品ロス削減のためには「食べきれない量を注文」して「食べきる」ことが大切ですが、さまざまな理由でどうしても食べきれないときに「持ち帰る」という選択肢を提案するのがこの「mottECO」です。

すでに市内に協力店が多数あります！ mottECOロゴのある飲食店を利用して、「残ったら持ち帰る」ことで食品ロス削減にご協力ください！

mottECOにご協力いただける店 舗も募集中です！

詳細はこちら▶



▲目印はこのロゴ！



☎1015134 資源循環推進課 ☎(338)6836

