

2024年(令和6年) 11月20日号 No.1488





- 2 家庭でできる冬の省エネ・節電ポイントを紹介しま
- 秋の叙勲・褒章、子ども・若者関連情報
- 求人・募集、税、市民参画
- 5 相談案内
- 6 講座・催し物
- 7 講座・催し物

- 8 暴力は殴る・蹴るだけじゃない!心を傷つけること も暴力です
- 9 多摩市職員募集、健康だより(受診相談)
- 10 アイスランドのサンタは13人!

発行 ② 多摩市 〒206-8666 東京都多摩市関戸 6-12-1 編集 秘書広報課 市役所の代表電話 042 (375) 8111 代表ファクシミリ 042 (371) 2008 公式ホームページ https://www.city.tama.lg.jp/



家庭でできる

家計も地球も笑顔に!

間環境政策課**☎**(338)6831

冬の省エネ・節電ポイントを紹介します!

家庭でいくつ できているかな?

気候変動が進み、地球沸騰化とも言われる現代において、家庭で できる小さな省エネに取り組むことは、CO2の排出を減らすことに つながり、地球温暖化対策には必要不可欠です。小さなことでも積 み重ねると大きな節電効果が見込まれ、地球環境の負荷軽減につな

がります。我慢や無理をするので

はなく、かしこくスマートにエネルギーを使いましょう。省エネは家 計にも地球にも優しい暮らしにつながります。

地球温暖化を防ぐためにも、身近にできることから始めてみませんか?

照明編

- 家の電気を蛍光灯からLEDに変えている
- 使っていない部屋の電気を消している
- 日中の明るい時間は部屋 の電気を消している
- 照明をこまめに掃除して いる



エアコン・ヒーター編

- 室温を20℃(目安)に設定している
- 月に1・2度フィルター掃除をしている
- 扇風機などを使用し て、上にたまった暖 気を循環させている
- ヒーターを窓付近に 置いている



こたつ・電気カーペット編

- こたつ布団に上掛けとこたつ敷布団を合わせ て使っている
- 設定温度を低めに設定し ている
- 電気カーペットの下に断 熱マットを敷いている



冷蔵庫編

- 開けている時間を短くしている
- 食料などを詰め込み過ぎていない
- 季節に合わせた設定温度に調整している
- 料理やお茶などを熱いまま
 - 入れていない
- 直射日光や調理家電など熱 を持つものから離して設置 している



■ちょっとした工夫で

ウォームビズ 冬期の地球温暖化対策の1つとして、暖房使用時の室温を20℃ (目安)で快適に過ご すライフスタイルを推奨するものです。

一家団らん1つの部屋に集まることで、暖房や照明の使用数を減らすことができます。

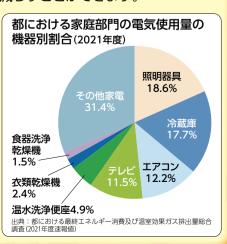
湯たんぽエアコンより電気を使わずに朝まで暖をとれます。

■どのくらいできていましたか?

その他も東京都が発行している「家庭の省エネハ ンドブック」に掲載していますので、ご覧ください。 また、電気について家電製品でみると右のグラ フのような消費量割合になります。



照明・冷蔵庫・エアコン・テレビで約6割を占めています。 省エネ機器に買い替えるなど、家電製品を見直すことが省エ ネ・節約につながります。家族で暮らしを見直し、工夫しな がら地球にも家計にも優しい省エネに取り組みましょう!





市は、脱炭素社会の実現および地球 温暖化防止に向けた取り組みの支援と

して、太陽光発電、再エネ 電力切り替えを対象に補助 金制度を実施しています。







子ども・若者 彈連情報

育児相談

12月25日(水)午前9時10分~10時30 分別乳幼児定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) 1003429 申問場11月22日(金)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~



離乳食講習会「初めてつくる離 乳食コース」

12月26日休午後1時30分~3時**对** 令和6年7月~8月生まれの初めて の子どもがいる方屋20人(申し込み 先着順) 持ち物 母子健康手帳(親子健 康手帳)、筆記用具など備考試食あ り。受講経験者は受講不可回10034 26 申問場11月22日金から、電話また は直接、健康推進課(健康センター) **☎**(376)9177**△**

乳幼児の健診事業

受付時間午後1時~1時45分对3~ 4カ月児健康診査(内科、産婦健康 診査)、1歳6カ月児健康診査(内科、 歯科)、3歳児健康診査(内科、歯 科) 持ち物母子健康手帳(親子健康手 帳)、問診票ほか備考対象者には個 別通知。転入の方は要連絡 10034 33問場健康推進課(健康センター)☎ (376) 9177

多摩市ファミリー・サポート・ センター会員募集・説明会

地域で支え合う子育て支援の組織 です。利用を考えている方・育児を 手伝いたい方・関心のある方はぜひ ご参加ください。

12月14日出午後1時30分~3時場 関戸公民館第3学習室配10人(申し 込み先着順)保育3人(1歳6カ月児 以上。申し込み先着順) 1012750 申 間11月22日金から、電話で、多摩市 ファミリー・サポート・センター☎ (357)5105 • Thttps://famisapo.ta ma.jp/ ^

緑の探検隊第8回「お正月飾り を創ります!」

12月15日(日)午前9時30分~正午場 鶴牧西公園みどりの家園小学生(要 保護者同伴) 定5人(申し込み先着順) ¥1,500円(材料費込み)内身近な竹 や松を組み合わせて、玄関ドア用の 正月飾りに挑戦講師峰岸久雄氏(環 境カウンセラー) 1011572 11 11 1月 22日金から、電話または直接、グリ ーンライブセンター**☎**(375)8716(祝 日を除く火~金曜日)へ

お得な1日乗車券「たまモノこ どもワンデーパス」を発売!

販売期間令和7年1月31日金まで販 売場所多摩モノレール各駅の券売機 対小学生¥200円備考詳細は、多摩 モノレール thttps://www.tama-m onorail.co.jp/参照問多摩都市モ ノレール(株)☎042(526)7800

いきいき シニア

令和6年度 老人福祉センター 寿大学パソコン講座パソコン を使いこなそう!(P使-3) (全6回)

国令和7年1月6日(月)・9日(木)・14 日(火)・16日(木)・20日(月)・23日(木)場二 幸産業・NSP健幸福祉プラザ704研 修室対市内在住の60歳以上で、文字 入力(漢字変換)ができる方定15人¥ 1,200円(全回分)備考詳細は、二幸 産業・NSP健幸福祉プラザ**畑**https: //www.tama-fukushi.org/ 参照ま たは要問い合わせ1002887111812月 23日 (月)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 は住所・氏名を記入したはがきを直 接持参し、〒206-0032南野3-15 -1二幸産業・NSP健幸福祉プラ ザ老人福祉センター☎(356)0303へ

健康講座「健康寿命を伸ばす」

国12月12日(木)午後2時~3時10分 (1時30分から受け付け)場永山公民 館ベルブホール図60歳以上の市内在 住者定50人(会場先着順)講師北川泰 之氏(日本医科大学多摩永山病院整 形外科部長) 用当日直接会場へ間・

主催多摩市老人クラブ連合会☎(356) 0309



わくわく スマホ

シニアのためのスマホ相談会

〔共通事項〕

囚スマートフォンの使い方や操作方 法について1対1の相談会講師東京 都の委託による専門講師<mark>持ち物</mark>自身 が使用しているスマートフォン主催 東京都間東京都スマートフォン普及 啓発事業事務局☎03(6775)9480

●永山公民館ギャラリー開催分

■12月3日(火)午前10時~正午・午後 1時~4時対60歳以上の都民定同時 に2人まで(会場先着順。1人30分 の入れ替え制) 1012630 11 当日直接 会場へ

●東寺方地区市民ホール第1会議室 開催分

目12月13日)金午後2時~4時**因**60歳 以上の都民屋8人(会場先着順。1人 30分の入れ替え制) 1012056 申当日 直接会場へ

●からきだ菖蒲館会議室3開催分

■令和7年1月14日(火)午後2時~4 時(30分ごとの計4枠) 図60歳以上の 市内在住者配各枠2人(申し込み先 着順) 1012056 12月1日(日)午後2 時から、電話または直接、からきだ菖 蒲館☎(338)6333へ

長年にわたるさまざまな分野での

功績により、市内在住の次の皆さん

が受章されました(敬称略・順不同)。

第2回スターライトバルコニーin関戸

間を過ごしませんか?

①スターライトコンサート

■12月13日金午 後7時~8時場 関戸公民館市民 ロビー定100人内



プラネタリウムの映像とピアノ三重 奏の生演奏協力(一社)星つむぎの村 ②宇宙のぞき箱~透明シートで探 る宇宙の構造~

12月14日(土)午後2時~4時場関 戸公民館ギャラリー**屋**28人(内5 人は③に参加可)内講演、透明シ ートを重ねてつくる「ミニ宇宙」の 作成講師下井倉ともみ氏(大妻女 子大学社会情報学部環境情報学専 攻准教授)

③寝ころびプラネタリウム&星空 観望会

12月14日出午後5時30分~7時

関戸公民館で星とつながる2日 30分場内関戸公民館市民ロビー= 寝ころんでプラネタリウム鑑賞、健

康センター屋上 =天体望遠鏡で 昴や木星などの 惑星を観察図3 歳~18歳の子ど もとその保護者 定70人協力(一 社)星つむぎの村



〔共通事項〕

備考申し込み先着順匝1013334申11 月25日(月)午前10時30分~12月12日 (木)午後5時に、①②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、関戸公民館☎(37 4)9711へ③電話または直接、一ノ 宮児童館☎(375)4643へ(25日は直 接のみ) 間関戸公民館☎(374)9711 · **(339)** 0491

おめでとうございます 令和6年 秋の叙勲・褒章

・瑞宝中綬章=鵜瀞 惠子

- ・瑞宝単光章=小泉 久好
- ・瑞宝双光章(危険業務従事者叙勲)=三木 康正
- ・黄綬褒章=加藤 史典



多摩市食プロジェクトinおだきゅう FamilyFunフェスタ2024

■12月7日(土)・8日(日)午前10時~午後4時場海老名中央公園(神奈川県海老 名市中央1-291-3。小田急・相模鉄道海老名駅東口下車徒歩5分)因 子どもが楽しめる鉄道コンテンツ、スタンプラリー&抽選会、沿線自治 体などによるPRブース、多摩市ブースではラスカルコラボお菓子

(7日のみ)、観 光情報展示な ど用当日直接 会場へ間経済 観光課☎(338) 6909





■1013512
■資源循環推進課 **☎** (338) 6836 ⋅ **᠓** (356) 3919



求人•募集

大栗川・かるがも館コミュニ ティスタッフ

募集人数夜間勤務(午後4時45分~ 9時45分)=1人募集条件原則市内 在住で、徒歩または自転車で通勤可 能な、ボランティア活動に理解のあ る方業務内容事務処理、日常的な施 設管理など面接日12月15日(日)採用日 令和7年2月1日出 応募期限12月7 日出午後8時備考詳細は、12月1日 (日)~7日(土)に、大栗川・かるがも館 で配布の募集要項参照 1003176 間 大栗川・かるがも館☎(372)7575



税

令和6年度住民税(市民税・都 民税)の申告はお済みですか

未申告の方は、課税(非課税)証明 書の発行ができないだけでなく、国 民健康保険税や公営住宅の家賃の軽 減、就学援助・各種給付金の審査な どが受けられなくなります。

12月13日金を過ぎると、令和7年

5月まで令和6年度以前の課税事務 処理ができなくなります。まだ申告 をしていない方は、至急申告の手続 きをしてください。

なお、令和7年度の申告の受け付 けは、令和7年2月中旬~3月中旬 に行います。詳細は、決まり次第、 たま広報などでお知らせします。

問課税課☎(338)6821

年末調整 • 定額減税説明会

目11月26日(火)午後2時~3時30分**場** オンラインまたは多摩商工会議所(関 戸1-1-5) 内源泉徴収票の書き 方、定額減税の注意点など講師日野 税務署担当指導官 □1016002 申問11 月22日 金までに、電話またはインタ ーネット手続きで、多摩商工会議所

 \triangle (375)1211 · \triangle (376)11 88 · Mhttps://www.ta macci.or.jp/ ^





市民参画

傍聴

(共通事項)

備考会場先着順申当日直接会場へ

●第1回多摩市使用料等審議会

■11月28日休)午後6時30分から2時 間程度場市役所3階特別会議室定10 人内[公共施設の使用料設定にあた っての基本方針」の見直しについて ▶1005885間行政管理課☎(338)6948 ●令和6年第4回多摩市議会定例会 会期行事予定12月2日(月)~6日(金)= 本会議(行政報告、一般質問など)、

9日(月)・10日(火)=本会議(補正予算・ 条例等審議)、11日(水)=総務常任委員 会、12日休)=健康福祉常任委員会、 13日(金)=生活環境常任委員会、16日 (月)=子ども教育常任委員会、17日(火) =多摩市役所本庁舎建替基本計画特

別委員会、18日(水)=代表者会議、19 日休)=議会運営委員会、23日(月)=本 会議(最終日)時間午前10時場議場、 委員会室定議場=各35人、委員会室 =各15人備考行事予定は変更の場合 あり №1006655 問議会事務局 ☎(338) 6890

●令和6年12月多摩市教育委員会定 例会

目12月11日(水)・24日(火)午後2時場教 育委員会会議室(ベルブ5階) 配各10 人内付議案件の報告・決定など備考 日時・場所は変更になる場合あり。 事前に要問い合わせ№1005473個教 育振興課☎(338)6872

令和6年度 第3回多摩市若者会議ワークショップ

多摩市若者会議では、若い世 集合パルテノン多摩会議室1 260 代・子育て世代が「住んでみたい、 訪れてみたい」と思えるまちの魅 力をつくりだし、発信・実践して います。一緒に多摩の魅力を創り 出しませんか?

目11月22日(金)午後7時~9時20分

人(申し込み先着順) 🖸 1014974 🖪 問・企画インターネット手続きで、 合同会社MichiLab Inhttps:// tamayouth.jp/worksh op2024/ • ☎050(3707) 0206~

滞納はさせない放置しない遊がきない

まだ間に合う!税金の納付忘れのないように!!

今年度の税金、納め忘れはありませんか?

税金は教育・福祉・都市基盤整備などの市民サービスに必要不可欠な財源です

令和5年度の多摩市の徴収率は99.1%

多くの市民の方に市税の納期内納付をいただ いています。しかし、0.9%の市税は金額にす ると2億円を超えています。

●納期内納付をお願いします

納期限を過ぎても未納があると、法律(地方 税法)に基づき滞納処分(下図参照)を行います。 また延滞金も発生しますので、納期内納付をお 願いします。

※滞納処分は、法律(地方税法、国税徴収法)に 基づく手続きにより、税金の確保を図るもの です。

●便利な納付方法のご利用を!

一度の手続きで指定口座から各納期限日に自 動的に引き落としがかかる口座振替が便利です。 eL-QR・eL番号が印字されている納付書(納付 書左下の中央部に記載)は、地方税お支払いサ イトで納付できます。

また、eL-QRが印字されている納付書は、 電子決済アプリで、バーコードが印字されてい る納付書は、コンビニエンスストアで納付がで きます。



▲QR決済

●市税の納付が困難な方はお早めに相談を

納税課では、随 時納税相談を受け 付けています。

急激な収入の低 下など、やむを得



ない事情により、市税の納付が困難な場合は早 急にご相談ください。相談内容によっては、分 割での納付や納税の猶予制度の利用ができる場 合があります。相談がなく納期限を過ぎると、 滞納処分に向けた手続きが進んでしまいます。

▶1001789間納税課☎(338)6822

滞納処分の流れ

納期限までに完納 されない場合、 督促状を送付 します。



財産調査

金融機関や勤務先などに対し て調査を行います。対象となる

財産は、預 金・給与・ 不動産・生 命保険など です。



滞納処分

発見された財産に対し、 差し押さえを



換価処分

差し押さえた財産は公売・取 り立てなどを経て、未納の税金 に充てます。







市政その他の お知らせ

教育委員会だより第93号を発行

内全国学力・学習状況調査の結果・ 分析、児童・生徒の大会結果など□ 1005465圓教育振興課☎(338)6872

防災と環境保全に役立つ雨水貯 留槽購入費の一部を補助します

対100リットル以上の市販の雨水貯 留槽を購入し、設置した方補助額購 入した雨水貯留槽の本体価格の2分 の1(上限30,000円)備考詳細は、公 式ホームページ参照 1002428 間下 水道課☎(338)6842・☎(339)4413

11月30日は「年金の日」

厚生労働省は、ねんきんネットな

どを活用し、高齢期の生活設計に思 いを巡らす日として、11月30日を 「年金の日」としています。ねんきん ネットなどでご自身の年金記録や年 金受給見込額を確認し、将来の生活 設計について考えてみませんか?

備考詳細は、日本年金機構**见**https: //www.nenkin.go.jp/n net 参照 №1012178間日本年金機構専用ダイ ヤル☎0570(058)555(ナビダイヤル) [050から始まる電話の場合は☎03(6 700)1144]

八ヶ岳少年自然の家の宿泊利用 料金の一部を改定します

昨今の物価高騰への対応を図るた め、令和7年4月1日から、多摩 市・富士見町以外に在住の中学生以 下の宿泊利用料金を1,220円に改定 します。

備考詳細は、公式ホームページ参照 ▶ 1015957 問教育振興課 (338)6930

センターから

申問は各館へ。申し込みの記載がな いものは当日直接会場へ

貝取こぶし館№1003172☎(389)4196

福祉なんでも相談

目12月2日(月)午後1時30分~2時30 分場調理室

●元気チェック

目12月12日(木)午後 1 時30分~ 3 時場 ホール内介護予防の軽体操

●子どもと大人の工作の日「多摩そ ば作りと工作」

目12月8日(日)午前10時30分~午後2 時場ホール¥300円(中学生以下100 円)持ち物エプロン、三角巾定30人

■11月20日(水)午前10時30分から、電

話または直接、貝取こぶし館へ

●冬のロビーコンサート

■12月15日(日)午後5時~7時(4時 30分開場) 囚チェンバロ・ヴァイオ リン・チェロ・木管楽器による室内 楽コンサート定80人¥600円申12月 1日(日)午前10時30分から、直接、貝 取こぶし館へ

ひじり館№1003173☎(389)2211

●第27回ひじり館音楽祭

■12月8日(日)午後0時30分(正午開 場)場ホール内聖ヶ丘中学校吹奏楽 部による演奏、混声合唱、女声合唱、 独唱、ピアノ・ハープ・マンドリン ・ギター各合奏、吹奏楽持ち物上履 き

つらいお悩みがある方へ

東京都自殺相談ダイヤルに ご相談ください

年中無休・正午~翌朝午前5時30分 ☎(0570)087478

相談案内

原則、電話で予約してください。市外局番は042です。祝日・年末年始(12月29日~1月3日)は実施していません。相談は先 着順で、無料です。秘密は守られます。お気軽にご相談ください。№1003237

生活困窮者自立相談

国月~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

国月~金曜日午前9時~午後6時、土 曜日午前9時~午後5時間場居住支援 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)

■11月24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 **固**納税課☎(338)6852、保険年金課☎ (338) 3313

高齢者在宅療養支援窓口

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

目月~金曜日午前9時~午後5時**間場** ハローワーク府中永山ワークプラザ (ベルブ4階)☎(375)0951

創業・経営相談

■月・水・木曜日午後1時~5時間経 済観光課☎(338)6867

リモート労働相談

■毎月第3木曜日午前11時、午後1時 30分・3時30分間場市役所第二庁舎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)

国月~金曜日午前9時~午後5時間場 平和・人権課(ヴィータ7階)☎(338)6914 LGBT電話相談☎(355)2112(専用ダ イヤル) (予約不要)

■奇数月第3火曜日午後4時~8時、 偶数月第3火曜日午後2時~6時**間**T AMA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

国火・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)

国木曜日午前10時~午後1時・1時30 分~4時30分(相談時間は30分程度) 女性のための法律相談

■第3水曜日午前9時30分~正午圓 場TAMA女性センター(ヴィータ7 階) 🕿 (355) 2110

消費生活相談(予約不要)

■月~金曜日、第1・3土曜日午前9 時30分~正午、午後1時~4時(第 1・3木曜日を除く) 間場消費生活セ 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 FOREIG-NERS)

国(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間場(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
- **国**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 **国**第4火曜日午後1時30分~3時30分 〔共通事項〕

間場権利擁護センター(二幸産業・N SP健幸福祉プラザ7階)☎(373)5677 総合オンブズマンによる苦情相談

■月~金曜日間場市役所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

目月~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

国月~金曜日午前9時~午後5時**間**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)

■月~金曜日午前10時~正午・午後1 時~5時間教育センター☎(372)1010 発達・教育初回相談窓□☎ (372) 1038 ■月~土曜日午前9時~正午・午後1 時~5時場諏訪複合教育施設「かけは し」2階<mark>備考</mark>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間 障害福祉課発達支援室☎(374)2717、

教育センター☎(372)1010 就学・転学相談☎(372)2050

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

受験生チャレンジ支援貸付事業相談

■月~金曜日午前9時30分~午後4時 30分間場市役所2階福祉総務課☎(400)

障がい者の相談

障がい者の総合相談

• 地域活動支援センター「のーま」

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

• 地域活動支援センター「あんど」

■月~土曜日(第2土曜日を除く)午前 8時30分~午後5時間場多摩市社会福 祉協議会(二幸産業・NSP健幸福祉プ ラザ3階)☎(356)0307

障がい者の就労相談

■月~金曜日午前9時30分~午後6時、 第1・3土曜日午前9時30分~午後5時 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。

間場市役所 1 階市民相談室☎(338)6806 法律相談

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

税務相談

■12月3日・17日・24日各火曜日午後 1時30分~4時30分、10日(火)午前9時 30分~正午

不動産の相続・贈与等の登記相談

■12月10日(火)午後1時30分~4時・24 日火午前9時30分~正午

交通事故相談

■12月5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

12月9日(月)午後1時30分~4時・23 日(月)午前9時30分~正午

不動産取引相談

国12月23日(月)午後1時30分~3時 年金・社会保険・労務相談

目12月26日(木)午後 1 時30分~ 4 時

人権・身の上相談

■12月5日・19日各木曜日午前9時30 分~正午、12日·26日各木曜日午後1 時30分~4時

行政相談

■12月19日休)午後1時30分~4時 心のテレホンサービス☎(338)6818(専 用ダイヤル)(予約不要)

■毎週金曜日午後1時30分~4時





講座・催し物

■日時・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 ■申し込み 間問い合わせ □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

	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	
••	12月の自然観察会「紅葉」	■12月3日巛午前10時~正午 集合当日午前10時~11時に、旧 多摩聖蹟記念館へ	図都立桜ヶ丘公園内の豊かな自然を散策共催多摩市植物友の会D1009625備雨天中止。歩きやすい靴と服装で。当日は資料を配布し各自で散策関教育振興課☎(338) 6883	
環境	12月の植物写真展示	日毎週月・水曜日、祝日を除く 午前10時~午後4時 場旧多摩聖蹟記念館	図「紅葉」をテーマに、イチョウ・イロハモミジ・カキ・メタセコイアなどの写真を展示備12月10日(火)・17日(火)・24日(火)・29日(日)~31日(火)は閉館□1011254間教育振興課☎(338)6883	
はたらく	【セミナー&相談会】働く 人のためのハラスメント セミナー〜判例から学ぶ 対処法〜	■12月9日(月)・12日(木) 場東京都労働相談情報センター 多摩事務所7階セミナー室(立川市柴崎町3-9-2)集合セミナー =午後1時30分~3時30分、個別相談会=午後3時30分~4時30分	図労働者、テーマに関心のある方定70人(申し込み先着順)内専門家によるハラスメント問題への具体的な対処法などについて講師新村響子氏(弁護士)共催多摩市、立川市、稲城市、国分寺市□1016030申問主催インターネット手続きまたは電話で、T0KY0はたらくネット風https://www.hataraku.metro.tokyo.ℓg.jp/seminarform/index/48menu/、東京都労働相談情報センター多摩事務所☎042(595)8731へ	
教育	多摩市立図書館製本体験 〜自分で書いて作った本 を図書館に!!〜	■12月15日(日)午後1時30分~4時場中央図書館活動室1	定10人(申し込み先着順)内和綴じ本の制作体験持ち物自作原稿を製本する場合は、指定サイズの自作原稿・表紙用薄紙企画持田哲也ほか多摩市立図書館市民協働者協力大妻女子大学地域連携プロジェクト・大妻女子大学図書館サークル〇LIVE備小学3年生以下は要保護者同伴。詳細は、各市立図書館で配布・掲示のチラシまたは図書館および市公式ホームページ参照申問11月22日(金)午前9時30分~12月8日(日)午後5時に、図書館公式ホームページのインターネット手続きで、中央図書館☎(373)7955へ	
	12月の月例ウオーキング	日集合①12月3日(火)=グリナード 広場(永山1-4)②10日(火)=九頭龍 公園③17日(火)=パルテノン多摩大 階段下、各午前9時45分~正午	対初心者内①永山コース②聖蹟桜ヶ丘コース③多摩センターコース持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)主催健康づくり推進員備動きやすい靴と服装で。ウオーキング用ポール使用不可。雨天中止□①1011720②1011721③1011728申当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ問健康推進課☎(376)9139	
健康	晩秋の森林浴ウオーキング〜大田川源流部を見に 行こう〜	12月6日(金午前9時30分~正午 集合南大沢駅前交番前	対初級者定20人(申し込み先着順) コース南大沢中郷公園〜溜池公園〜小山内裏公園(戦車道路・鮎道・大田切池)〜南大沢緑地沿い〜南大沢駅解散(歩程約5.2km) 持5物飲み物・帽子・雨具(傘は不可)主催健康づくり推進員備動きやすい靴と服装で。試行でウオーキングポール持参可(ノルディックポールは不可)。雨天中止 1015967申間11月22日 金から、電話で、健康推進課 (376)9139へ	
• 福 祉	生活習慣病が気になる方の料理教室「高血圧・高血糖を改善しよう!~管理栄養士による講義と調理実習~」	■①12月16日②令和7年1月20日 ③2月17日、各月曜日午後2時~ 4時 場二幸産業・NSP健幸福祉プ ラザ調理実習室	図高血圧・高血糖・高脂血症などの生活習慣病の方やそのご家族など配各16人(申し込み先着順) 図各1,500円内①食後血糖を抑える②血圧と食事と生活③栄養価の高い食事講師福島由香里氏[(医)心施会管理栄養士] 持ち物エプロン、三角巾、食器用布巾2枚、ハンドタオル、筆記用具、電卓、ご自身の検査結果など 101016006 申問11月20日(水)午前10時から、①12月9日(月)②令和7年1月14日(火)③2月10日(月)までに、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(日曜日・祝日・第2土曜日を除く午前8時30分~午後5時)	
	令和6年度障がい者スポ ーツ体験教室	■12月3日(火)午後2時~3時 場聖蹟桜ヶ丘SCせいせきアウ ラホール	対障がいの有無に関わらずどなたでも内ダンス、ヴェルディバスケ持5物飲み物 主催東京ヴェルディ㈱、多摩市協力京王聖蹟桜ヶ丘SC□1010691申当日直接会場へ 間東京ヴェルディ㈱普及部☎044(946)3042	
	12月のスポーツ・健康・ 体力相談	■12月8日(日)午前10時~正午 場アクアブルー多摩トレーニン グルーム	¥大人310円、シニア150円内冬におすすめのアロマ〜巡りの良い身体作り〜備スタジオレッスンではありません。当日空いている場合は、直接申し込み可□1011366申問電話または直接、アクアブルー多摩☎(338)7667へ	
ノ スポーツ		■12月10日(火午前10時~11時50 分・19日(水午後1時~2時50分場 総合体育館第3スポーツホール 内相談コーナー	¥210円(市外の方は420円)内変形性膝関節症の予防持ち物室内用運動靴備当日空いている場合は直接申し込み可D1011366申問電話または直接、総合体育館☎(374)2313へ	
-	アクアブルー多摩骨盤ス トレッチ教室	■①令和7年1月5日(日)~3月23日 (日)②1月6日(月)~3月24日(月)(各全 12回) 場アクアブルー多摩	図高校生以上の健康な方定各35人(応募者多数の場合は抽選)¥各9,600円(全回分) 備詳細は、アクアブルー多摩風https://www.tama-pooℓ.org/参照 申問 12月5日 休必着の、往復はがき往信欄裏面に必要事項を記入の上郵送または未使用のはがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-2アクアブルー多摩☎(338)7667へ[11月26日火)は休館のためはがき持参は不可]	
	やわらか音楽講座〜ピア ノで巡る音楽の旅 (クリ スマス編) 〜	■12月7日出午後2時~3時45分場永山公民館第1音楽室	別小学生以上の方 定 25人(市内在住者優先の申し込み先着順)曲目坂本龍一:戦場のメリークリスマス、チャイコフスキー:「くるみ割り人形」小序曲ほか講師風呂本佳苗氏(ピアニスト、NHKカルチャー特別講座講師) 1003206申問主催11月22日俭 午前9時から、電話で、永山公民館☎(337)6661へ	
文	ヴィータ・コンサート 唐木千咲 ピアノ・リサ イタル〜冬の午後、トキ メキのひととき〜	■12月13日(金午後2時(1時30分開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定200人(会場先着順)出演唐木千咲曲目子犬のワルツ・幻想即興曲(ショパン)、亜麻色の髪の乙女(ドビュッシー)、愛の夢(リスト)、トロイメライ(シューマン)ほか主催ヴィータ・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) □1012270申当日直接会場へ問関戸公民館☎(374)9711	
化	恋路稲荷神社の秘密 ~古 墳の上の神社の伝来資料	日令和7年6月8日(日)までの午前 10時~午後5時30分 (休館日を除く)場パ ルテノン多摩ミュー ジアム	図移転に伴い寄贈された恋路稲荷神社伝来資料・稲荷塚古墳周辺の調査で出土した遺物により明らかになってきた黄檗寺院資福院などの紹介主催多摩市教育委員会、パルテノン多摩備詳細は、パルテノン多摩吸https://www.parthenon.or.jp/event/20241lexhibition/参照申当日直接会場へ問パルテノン多摩☎(375)1414	

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
	丘の上収穫祭 2024		内東京グリーンシステムズ(株)で栽培した新鮮な野菜などを日ごろの感謝を込めて販売問主催東京グリーンシステムズ(株)☎(310)1261
	古民家のかまど炊きで新 米を食べよう!	■12月7日仕)午前11時~午後1時 場一本杉公園内旧加藤家住宅	対小学生以上図12人(申し込み先着順)内多摩市の生産者と交流をしながら、多摩市産の新米をかまどで炊いて食べる¥1,500円持ち物ご自身の箸□1016172申間主催インターネット手続きで、あぐりあぐり風https://nouiku-tokyo.com/event/・図ponte@emalico.comへ
暮らし	ミニ門松づくり	■12月22日(日)午前10時~正午 場キタカイさんぽ館創作活動室 2	対小学3年生以下は要保護者同伴記10人(申し込み先着順)¥1,000円内ミニ門松づくり持ち物手拭き、持ち帰り袋備汚れても良い服装で№1016017申問12月1 日田(田)午前9時から、電話または直接、市民活動・交流センター☎(400) 7723へ
J	第20回せいせきハートフ ルコンサート ▲本名陽子氏 ▲Kao氏	日令和7年1月12日(日)午後2時~3 時30分 場関戸公民館ヴィータホール	200人(応募者多数の場合は抽選) □ 本名陽子氏(声優、歌手)、Kao氏(ヴァイオリン奏者)、多摩中学校生徒、聖ヶ丘中学校生徒、司会=三浦摩利氏(聖ヶ丘中学校指導教諭) □ 1011979 ■ 11月30日(土)必着の、往復はがき往信欄裏面に申し込み者の郵便番号・住所・氏名・電話番号、参加人数を記入し、〒206-0003 聖蹟桜ヶ丘郵便局留せいせきハートフルコンサート係へ(はがき1枚につき1組2人まで申し込み可) 間主催中央商店会 (373)5869

市民のひろば

1月1日号の原稿受け付けは11月20 日(水)~27日(水)、1月20日号の原稿受け 付けは12月4日(水)~11日(水)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、聖蹟桜ケ丘駅・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

催し案内

朗読クラブ <風遊 > 霜月の朗読会日

11/26火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 読を圓朗読クラブ☎090(1426)5853ク サノ(非通知不可)

太極気功螺旋棒 11/28休10:00~11:30 場関戸公民館第3学習室¥2,500円備 署太極棒でツボを軽くたたき、血流を 良くします 固太極気功螺旋棒☎070(38 16)6258林

ここまでわかった!古街道展日11/29 (金)13:00~16:30·30(土)10:00~17:00場 パルテノン多摩市民ギャラリー・オー プンスタジオ¥無料備考20周年記念 行事問歷史古街道団☎090(3315)2381

野の花コーラス 35周年記念コンサー

▶■12/7(生)13:30~15:30場貝取こぶし 館ホール¥無料備考活動拠点の地元で、 感謝の想いを歌に込めてお届けしたい と思います問野の花コーラス☎(376) 2708関口千代子

健康気功体験会目12/10火13:00~14: 30場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ6 階集会室¥無料備考ゆるやかな動きと 呼吸で免疫力をつける体操です。ふる ってご参加ください間花みずき体操ク ラブ☎(373)5124小林

会員募集

※場所は、主な活動場所です 演歌の会(カラオケ) 国第1・3・5火曜 日13:00~16:45場愛宕かえで館音楽室

対どなたでも¥入会金(無料)、1回(300 円)備考男性希望問☎090(8026)7832 ながしま

ジュニア書道[墨の花] 国火曜日15:30 ~19:00、水曜日15:00~19:00、各月3 回場乞田・貝取ふれあい館会議室図6 歳以上の方¥入会金(無料)、月会費 (3,000円) 備考見学・体験へどうぞ問 ☎090(7211)5036岡本

健康体操ひまわり国月3回水曜日9:30 ~11:30場和田中学校クラブハウス対 楽しく健康になりたい方¥入会金(無

料)、月会費(2,000円)備考無料体験に 参加してみませんか?体が軽くなり変 化に気づき、若々しい毎日を送りませ んか? 間☎080(1198)3886松尾

ELC(英会話) **国**毎週木曜日13:00~15: 00場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ 図60歳以上の市内在住者¥入会金(無 料)、月会費(2,000円)固☎090(8115) 0089佐藤

お詫びと訂正

11月5日号に掲載した会員募集の一 部に誤りがありました。それぞれ「年 会費」と記載しましたが、正しくは「月 会費」です。お詫びして訂正いたしま す。正しい情報は次の通りです。

TAMA太極拳目毎週月曜日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 ています問☎(389)0458遠藤

太極拳華葉会目毎週火曜日9:30~11: 30場武道館对初心者·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間☎090(6317) 7493奥澤

関戸絵手紙の会団毎月第3木曜日13: 30~16:00場関戸公民館ワークショッ プルーム・創作室図老若男女どなた でも¥入会金(無料)、月会費(1,000 円)備考へ夕でいいヘタがいい絵手 紙で人生を楽しみませんか問☎(37 3)2313平田久子

ヨガグループ「ジャスミン」国毎週土 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 体験あり間☎(373)2569杵渕

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ

入会説明会 日程のご案内 12/11水 予約制

《時間》9:30~11:30

《場所》多摩市桜ケ丘4-40-1 《アクセス》京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩10分 バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分

まずは 資料請求 から



EL.042-371-3580 ※12月入会ご希望の方は、12/4(水)までにお電話ください。

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター | 多摩市桜ケ丘4-40-1



お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから お客様へのお約束 ✓±日でもOKです ノトイレはお借りしません

✓お茶はご遠慮します

生垣剪定 長さ1m 高さ2m

1本からの ガーデンごのスラルス

∞ 0120-61-4128

11月25日~12月1日は犯罪被害者週間です

№1011739間平和・人権課金(376)8311

「寄り添って 周囲でつむぐ 理解の輪 (令和6年度犯罪被害者等支援に関する標語 最優秀作品)

犯罪被害者やその家族は、ある日突然、幸福に生きる権利を奪 われます。それは一部の特別な人に起こることではなく、誰にで も起こり得ることです。犯罪被害に遭われた方が再び安心して平 穏な生活を送るためには、周囲の人々の理解と支援が必要です。 市は「犯罪被害者等支援条例」に基づき、犯罪被害者やその家族 犯罪被害者等支援 を支援する相談窓口を開設しています。



まずはご相談ください

(多摩市犯罪被害者相談窓口)

相談先平和・人権課(相談専用電話)☎(338)69 14相談時間午前9時~午後5時(土・日曜日、祝 日、年末年始を除く)

東京都の相談窓口

●犯罪被害者等のための東京都総合相談窓□

相談先☎03(3222)9050、☎042(506)1042(多摩 支所)、1203(3222)9053相談目時月・木・金曜 日=午前9時30分~午後5時30分、火・水曜日 =午前9時30分~午後7時(祝日・年末年始を 除く)備考(公社)被害者支援都民センター(東 京都公安委員会指定 犯罪被害者等 早期援助団体)が対応します



●東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支 援センター

相談先全国共通無料ダイヤル☎#8891(はやく ワンストップ)、NTTひかり電話の場合=☎ 0120(8891)77、性暴力救援ダイヤルNaNa(有 料) 203(5577) 3899

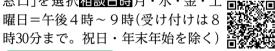
子供・保護者専用性被害ホットライン

相談先都内からかけるとき=☎0120(333)891(無 料)、都外からかけるとき=203(6811)0850(有料) 相談時間24時間365日対応備考NPO 🔳 🚓 🗀

法人性暴力救援センター・東京(SAR C東京)が対応します

●相談ほっとLINE@東京(東京都)

相談先相談ほっとLINE@東京内の「性被害相談 窓口」を選択<mark>相談日時</mark>月・水・金・土 📵 😹 🕍 🗎 曜日=午後4時~9時(受け付けは8



警視庁の相談窓□

●警視庁犯罪被害者ホットライン

相談先☎03(3597)7830相談時間午前8時30分~ 午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を 除く)

●性犯罪被害相談電話(全国統一)

相談先☎ #8103相談時間24時間対応



展示「ミニ・生命のメッセージ展」in 多摩

犯罪や事 故などによ って、理不 尽に生命を 奪われた犠 牲者が主役



のアート展です。犠牲者一人一人の等身大の 人型パネル、その足元に「生きた証」である靴、 そして遺された家族の言葉などのメッセージ を通じて、命の大切さを伝えます。

■11月26日(火)~12月1日(日)場関戸公民館市民 ロビー・ギャラリー 1015187

犯罪被害者週間パネル展

犯罪被害者の実情を伝えるパネルを展示し ます。

■11月27日(水)~12月2日(月)場市役所1階ロビ **─□**1015187



暴力は殴る・蹴るだけじゃない!心を傷つけることも暴力です

~毎年11月12日~25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です~

「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律(以下、DV(※)防止法〕」では、暴力を「身体に対する暴力又はこれに準ず る心身に有害な影響を及ぼす言動]としています。しかし[暴力=殴る・蹴る]というイメージが強いことから、被害者自身が[殴られてい ないからDVではない」と思い込んでしまう場合もあります。

あなたがされている日常の行為もDVかもしれません。モヤモヤしたり、悩んでいたりするなら、まずは話してみませんか。 ※DV=ドメスティック・バイオレンス

身体的な暴力以外のDV

●精神的DV

大声で怒鳴る・無視をする・脅すなど、相 手を精神的に傷つける行為

●経済的D V

生活費を渡さない・仕事を制限させるなど、 金銭の自由を奪う行為

●性的DV

嫌がっているのに性行為を強要する、避妊 に協力しないなどの行為

●社会的DV

スマホを取り上げる・交友関係を監視する など、生活の自由を奪う行為

【相談はTAMA女性センターなどの相談機関へ!】

1人で悩まず、まずは気軽に専門機関にお 話ください。

●TAMA女性センター

相談先 🏗 (355) 2110

●東京ウィメンズプラザ 相談先 203 (5467) 1721

●DV相談+(内閣府)

メールやチャットでの相談が可能です。

相談先 ☎0120(279)889・

Thttps://soudanplus.jp/



●東京都女性相談支援センター 多摩支所

相談先 2042 (522) 4232

●警察(夜間・緊急の場合)

相談先 🗗 110

事業のご案内

●STOP!DV・児童虐待~みんなで考えよ う、Wリボン~

子どもの見ている前でDVを行うこと(面 前DV)は児童虐待にあたります。

11月は児童虐待防止推進月間でもあること から、女性に対するあらゆる暴力の根絶のシ ンボルであるパープルリボン、児童虐待防止 のシンボルであるオレンジリボンを組み合わ せて、一体的に啓発を行っています。

●パネル展示

■①11月24日(印)まで②11月25日(月)まで**場**①京 王聖蹟桜ヶ丘SC AB館7階連絡ブリッジ② 市役所1階ロビー

●時計塔ライトアップ

聖蹟桜ヶ丘駅前ヴィータ・コミューネの時 計塔を2つのリボンの色にちなんでライト アップしています。

■11月30日生まで





№1003356**週**TAMA女性センター**☎**(355) 2110 · **(339)** 0491



健康だより

これならできる!健康・栄養相談

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

国12月13日金午前9時10分・9時40 分・10時10分・10時40分・11時(相談は 各1時間程度) 配各2人(申し込み先 着順)内健診結果の見方と相談備考 健診結果があれば要持参。治療中の

場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、健康推進課 (健康センター)☎(376)9139へ

摂食嚥下機能診療

むせたり、食べることや飲み込む ことに困難を感じている方を対象に 診療を行っています。

国毎月第2木曜日午後2時30分~4 時30分¥保険診療の自己負担あり内 歯科診査など持ち物健康保険証、 お薬手帳 1002786 申問場健康推進 課(健康センター)☎(376)9111へ

交通事故などにあったときは届け出が必要です

けがの治療を保険診療とする場 合は届け出が必要です。

交通事故など第三者から受けた けがなどの医療費は、加害者(相 手方)が過失割合に応じて負担し ますが、届け出により保険診療を 自己負担分を除いた医療費を保険 者が一時的に立て替え、後で加害 者(相手方)に請求します。診療を 受ける際には、医療機関に事故に よる受診であることを申し出てく ださい。

また、事故(自損事故含む)にあ ったら、速やかに届け出てくださ い。必要な書類(被害届など)は、 事故の状況などをお聞きした上で

ご案内しますので、事故日から30 日以内に提出してください。

備考交通事故の場合は、事故証明 書が必要のため警察へ要届け出。 社会保険に加入の方は、加入先の 医療保険者へ要問い合わせ

多摩 受けることができます。この場合、 市国民健康保険に加入の方=1001 992、後期高齢者医療制度に加入 の方=1002062間保険年金課[多摩 市国民健康保険に加入の方=☎

> (338)6824、後 期高齢者医療制 度に加入の方=

2 (338) 6807]





受診相談(救急相談、医療機関案内)

D1002731

- ・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 ■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) **2**3 (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。

・多摩消防署 救急病院案内(24時間)

2042 (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
11/23(祝)	つるまき八木クリニック	鶴牧5-4-1	(319) 3449
11/24(🗆)	鈴木内科胃腸科	永山5-4-10	(371) 2760
12/1(⊟)	あべ多摩センター内科	鶴牧1-22-2	(373) 7755

●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**对**原則、15歳以下**問**☎(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時間☎(376)8009

葬祭費支給申請のお知らせ

園被保険者の方が亡くなり、葬祭 加入の方=1002061**間**保険年金課 を行った方支給額50,000円備考葬 祭を行った翌日から2年以内に要 申請。社会保険に加入の方は、加 入先の医療保険者へ要問い合わせ ■多摩市国民健康保険に加入の方

=1001999、後期高齢者医療制度に

[多摩市国民健康保険に加入の方=

☎(338)6824、後期高齢者医療制度

に加入の方 =**5**(338)68

07]





多摩市に吹く緑の 東京ヴェルディ・インフォメ・

今シーズンの明 治安田J1リーグ 戦は、いよいよホ \ ーム最終戦を迎え ました。東京ヴェ ルディは来シーズ ンもJ1の舞台で 🧖 戦うことが決まっ ています!1試



合でも多くの勝利を届けるために、最後まで強度が高く厳しいトレ ーニングを継続しています。今シーズン最後のホームゲームでも、 ピッチで戦う選手たちへの後押しをスタジアムでお願いします! 今シーズンも東京ヴェルディへの熱いご声援、ありがとうございま

●次回ホームゲーム(ホーム最終戦)

目11月30日出午後2時キックオフ<mark>対戦相手</mark>川崎フロンターレ場味 の素スタジアム備考試合・チケット購入などの詳細は、東京ヴェ ルディ**風**https://www.verdy.co.jp/ 参照 **間**東京ヴェルディ**☎**03 (3512)1969、市役所スポーツ振興課☎(338)6954

NEWをつくろう!



募集職種など下表の通り備考詳細 は、公式ホームページに掲載また は市役所3階人事課、聖蹟桜ケ丘 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12月6日金**№**101 6170間人事課☎(338)68



職種	区分	人数
一般事務(障がい者対象)	上級、中級、初級	3人程度
一般事務(社会福祉士)	上級	2人程度
土木技術	上級	5人程度
電気技術	上級	1人程度
機械技術	上級	1人程度
保育士	中級	1人程度
保健師	F 糸及	3人程度

知ってる? 第4号 アイスランドのサンタは13人!

東京2020オリンピック・パラリンピック大会を機に、多摩市はアイスランドのホストタウンとなりました。このシリーズ記事では、アイスランドの情報をさまざまなテーマでお届けします!

今回はこの時期にぴったりなクリスマスの話題を紹介します。

アイスランドには、サンタクロースが13人もいるのをご存じでしょうか? しかもその正体は日本でよく見かける、赤い服に白いひげの優しいサンタさんではなく、ユールラッズという13人兄弟のトロールです。

このサンタたちは山に住んでいて、12月12日から1日1人ずつ町にやってきて、12月24日のクリスマスイブに全員が集合し、クリスマスをお祝いします。アイスランドの子どもたちは、良い子にしていれば13人のサンタから13日間毎日プレゼントがもらえるそうです!

現在は温和なサンタたちですが、昔はとてもいたずら好きで、町にくるとそれぞれ特徴的ないたずらをしていたようで…。

町でいたずらをしたサンタたちは、12月25日からまた 1 人ずつ山に帰っていき、1月6日に最後の 1 人が帰ると、花火でクリスマスシーズンを締めくくります。

こんな風に、アイスランドのクリスマスシーズンは12月12日~1月6日ととても長く、13日間もプレゼントをもらえるんです!

同じサンタでも、日本のサンタのイメージと全然違いますね。

備考13人のサンタのパネル展示実施予定。詳細は、公式ホームページ参照**□**1012593**週**文化・生涯学習推進課☎(338)6882・**四**(371)3711



チャレンジを 多度ラボ

第4回 ^{やってみた!}人 インタビュー

日常の中で、公共空間をより快適に楽しく活用するための新しい試みとして、9月19日にココリア多摩センターとパルテノン大通りのオープンスペースを利用した「パブリックビューイング IN 多摩センター」と題し、プロ野球の中継を壁面に映し出しました。

くつろぎ空間の創出や連携企画のスタンプラリーの実施など、民間施設と公共スペースの一体的な活用やナイトタイムの賑わいをみんなで作り上げ、まちがもっと素敵な場所になっていくことを目指して検証を行いました。

今回は、その取り組みにご協力いただ いた方にお話をお聞きしました。





▲ココリア多摩センター軒下でスタンプラリー抽 選会の賞品を配布しました

圓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

ココリア多摩センター 営業担当

想像以上の反響

今回のパブリックビューイング(PV)は、たくさんの方が参加した注目度の高いイベントになったと思います。多摩センターは、平日の夜は人が少ないのですが、PV当日は夕方以降に人が増えたり、滞在時間が伸びたりと、目に見えた効果がありました。

想像以上に反響があり、このような地元に 親しまれる取り組みには、ココリア多摩セン ターの軒下利用も含めて、協力したいと考え ています。

読売巨人軍 金丸さん

まちの活性化に向けた取り組みとの相乗効果

今回のパブリックビューイングは、都市部 の屋外では初めての試みとなりました。プロ 野球を視聴する機会が減少している中で、地域の方など多くの人が集まってプロ野球を観戦し、楽しい時間を共有できた良い機会になったと感じています。

今回のPVをきっかけに、多摩市の皆さんに 読売ジャイアンツをより身近に感じていただ き、球場へお越しいただけるように、このよ うな機会を増やしていきたいと思っています。