



- 2 地球と家計にやさしい4R
- 3 子ども・若者関連情報、消費者相談室だより
- 4 令和8年度幼稚園・保育所・学童クラブ申し込み受け付けを開始します！
- 5 いきいきシニア、市民参画
- 6 地域協創のすすめ
- 7 第48回多摩市民文化祭プログラム、TAMATAMA FESTIVAL 2025
- 8・9 講座・催し物
- 10 高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の定期予防接種が始まります
- 11 健康だより、献血のお知らせ
- 12 聖蹟桜ヶ丘ぶらり謎とき！まち歩き、多摩中央公園オープン記念イベント

### 市長コラム 多摩の風 第137回

小さい秋。見つけませんか。アプリでかたんたん！楽しく歩いて健康に！TAMARAるんるんという「健康ポイント事業」が10月から始まりました。

多摩のまち。歩いていきますか。紅色に輝くヒガンバナ、ピンクやオレンジなどカラフルなコスモスを見るようになりました。

遊歩道や雑木林の近くで白いブラシのような花が咲くイヌシヨウマや紫の花を咲かせるノハラアザミなどに出会うことも。草むらからウマオイ、シヨウリヨウバツタが飛び出したり、コロギヤアオマツムシの鳴く声、キタテハ、アカタテハなど文様の美しいチョウや赤とんぼの乱舞に秋を感じる時も。

まちを歩くと、新しいお店がオープンしている、変身できそうな服や帽子、魚屋で脂がのったサンマなど心や胃のときめきを感じるかもしれません。

そうは言っても天気は「降れば豪雨晴れば猛暑」ですし、「四季」を感じる風情は遠のき、夏と冬だけの「二季」だなんて、ここはどここの国かと。

とはいえ、11月23日(祝)には多摩市健康づくり推進員協議会主催「多摩さわやかウォーキング大会」も開催されます。5km、8km、14kmの3コースが用意されています。一緒に歩きますか。

なお、「健康ポイント」ですが、お持ちのスマートフォンにアプリ「WOLN」をインストールしてください。日々の歩数などに応じてポイントが貯まります。詳細は、多摩市公式ホームページなどでご確認ください。ウォーキングで小さい秋、見つけませんか。



# 地球と家計にやさしい 4R

今ではさまざまな場所で見たり、聞いたりすることのある「4R」。これからは快適に暮らすためには、必要不可欠なことです。実はあなたが普段何気なくやっていることが「4R」かもしれません！4Rには地球にもやさしく、家計にもやさしいお得なことがいっぱいあり、少しのことを意識するだけで取り組むことができます。そんな「エコ」で「お得な」取り組みを紹介します。

リフューズ  
**Refuse**  
→必要ないものを断る

リデュース  
**Reduce**  
→減らす

リユース  
**Reuse**  
→繰り返し使う

リサイクル  
**Recycle**  
→再利用する



マイボトルを持ち歩くと、無料で給水スポットが利用でき、ごみ減量！  
使い捨て容器を断ると割引になるお店もあります。



▲設置場所一覧



「着られなくなったから捨てる」ではなく「着られなくなったら次の人へ」とエコな活動をやってみませんか？エコにこセンターでは子ども服などの回収を行っています。



▲詳細はこちら



生ごみをダンボールコンポストでたい肥化して家庭菜園などで活用！補助金を使って半額で購入できます。燃やせるごみの30%を占める生ごみを減らせて、有料指定袋も節約に！



▲詳細はこちら



多摩市とキューピーラボのエコレシピを活用すると、野菜の普段捨ててしまう部分もまるごとおいしく食べることができて燃やせるごみの袋が節約できますね！また、残さず食べることで食品ロス削減につながります。



▲詳細はこちら



「壊れたから捨ててしまう」より「できる限り直して使う」ことでごみも減って新しい靴を買う分の節約になります！



白色トレーや紙パックはすすいできれいにしたら店頭回収ボックスに入れてリサイクルへ！ごみがまた少し減りますね。有料指定袋の節約に！



▲市内の店頭回収状況



## さらに ステップアップ!

### リニューアブル Renewable

お買い物の際に「繰り返し使用できる素材や製品を選ぶ」ことは地球にやさしい取り組みです。現在、市では再生可能資源への切り替えを進めるため、4Rに加えてリニューアブルも推進しています。

☎ 1002067 資源循環推進課 ☎ (338) 6836 ・ FAX (356) 3919







### 児童館だより

#### 【共通事項】

●**申込**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

●**JUMP-JAM** 10月15日(水)午後3時30分～4時**場前庭備考**雨天中止 ☎1009975

●**とも～る永山児童館** ☎(373)0991

●**赤ちゃんタイム** 10月8日・15日・29日、11月5日各水曜日午前10時30分～11時30分**対**おおむね1歳3カ月までの子ども、妊娠中の方**備考**10月8日は栄養士による相談あり ☎1003610

●**幼児のつどい「ぼよぼよタイム」** 10月9日～11月6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 ☎1010027

●**あいらんど愛宕児童館** ☎(373)7677

●**ちびっこたいむ** 10月8日(水)・15日(水)、11月6日(水)、各午前10時30分～11時30分**対**未就学児と妊娠中の方**備考**10月8日は東愛宕中学校の生徒と交流。11月6日はふれあいマッサージ ☎1003619

●**コスモ連光寺児童館** ☎(338)5881

●**あかちゃんといっしょ「ラウンドスプーン」** 10月16日～11月6日の各木曜日午前10時30分～11時30分**対**0歳児、妊娠中の方 ☎1011413

●**幼児のつどい「かくれんぼ」** 10月10日～11月7日の各金曜日午前10時30分～11時30分**対**おおむね1歳以上

の未就学児 ☎1011412

●**のびのびハウス豊ヶ丘児童館** ☎(338)5882

●**はじめのいっぽ** 10月15日、11月5日各水曜日午前10時30分～11時30分**対**おおむね0～1歳児 ☎1003630

●**コアクラブ** 10月8日・22日各水曜日午前10時30分～11時30分**対**おおむね1歳以上の未就学児 ☎1010052

●**ビーボ東寺方児童館** ☎(338)5883

●**ビーボたいむ** 10月20日・27日各月曜日午前11時～11時30分**対**未就学児、妊娠中の方**備考**20日は保健師による出張教育のため正午まで ☎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」** 10月8日・15日・22日、11月5日各水曜日午前11時～11時45分**対**1歳以上の未就学児 ☎1010689

●**0歳児のつどい「ひなたぼっこ」** 10月9日・16日・23日、11月6日各木曜日午前10時30分～11時30分**対**0歳児**備考**10月23日はこども家庭センター保健師による出張講座。11月6日はあすのき保育園の先生による身長体重測定ほか ☎1010688

●**ゆう桜ヶ丘桜ヶ丘児童館** ☎070(1592)0571

●**あかちゃんとのんびりタイム** 10月10日・24日各金曜日午前11時～正午**場**桜ヶ丘集会所**対**0歳児 ☎1012614

●**ピッポッパ** 10月17日(金)午前10時30分～11時30分**対**1歳以上の未就学児**場**桜ヶ丘集会所 ☎1012615

●**TOM HOUSE落合児童館** ☎(371)5955

●**ベビー☆パラダイス** 10月8日・22日各水曜日午前11時～11時40分**対**おおむね0～1歳児**備考**8日は保健師による出張教育のため正午まで ☎1011033

●**キッズ☆パラダイス** 10月9日・23日各木曜日午前11時～11時40分**対**おおむね1歳以上の子ども ☎1011034

●**からきだ菖蒲館唐木田児童館** ☎(338)2277

●**CoCo♥KARAたいむ** 10月9日～11月6日の各木曜日午前11時～11時30分**対**0歳児 ☎1014060

●**Pico★KARAたいむ** 10月10日～31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 ☎1014061

師による出張教育のため正午まで ☎1011033

●**CoCo♥KARAたいむ** 10月9日

●**CoCo♥KARAたいむ** 10月9日

●**CoCo♥KARAたいむ** 10月9日



### 富士見町発！ すずらんだより

【第26号】

多摩市と友好都市である自然豊かな長野県富士見町。富士見町のイトコを、すずらの香りにのせて、お届けしていきます！

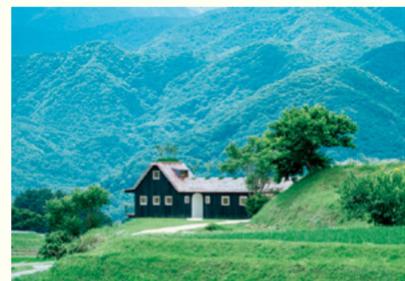
☎文化・生涯学習推進課 ☎(338)6882

#### ●都市の喧騒とは無縁の深い静けさに身を委ねるのはいかがですか？ ～富士見町にある一棟貸し宿をご紹介します～

●**小泊Fuji**(住所非公開。予約確定後に住所をお伝えします)

富士見町の里山、広大な敷地に、長野県諏訪郡出身の世界的建築家藤森照信氏が設計した、特徴的ながらも不思議と自然に溶け込んだ建物がたたずんでいます。南アルプスと八ヶ岳の雄大なパノラマ、四季折々の風景に抱かれる、特別な宿泊体験をあなたに提供します。

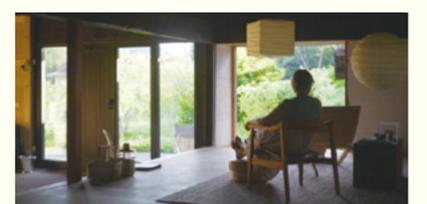
☎小泊Fuji ☎070(4792)8686・🌐<https://kodomari-fuji.jp/>



●**古民家宿コロク**(長野県諏訪郡富士見町境11184)

甲斐駒ヶ岳を臨む築100年の古民家が、貸し切りサウナを伴う洗練された宿泊施設に生まれ変わりました。ヒノキの香りに包まれたサウナとセルフロウリュで汗を流した後、五右衛門風呂の水風呂に肩まですっぽりつかり、身も心も整うプライスレスなひとときをお過ごしください。

☎古民家宿コロク ☎050(1809)4114・🌐<https://nennen-koroku.com/>



## 令和8年度幼稚園・保育所・学童クラブ申し込み受け付けを開始します！

☎幼稚園・保育所=1008034、学童クラブ=1018323☎幼稚園・保育所=子ども・若者政策課 ☎(338)6850、学童クラブ=児童青少年課 ☎(338)6884

#### 幼稚園(3～5歳児)

●**入園願書交付開始**10月15日(水)**入園願書受付・手続き開始**11月1日(土)

●**備考**入園案内・願書などの配布・受け付けは、各幼稚園・認定こども園(下表の通り)で実施。詳細は、直接各施設へ

幼稚園名	類型	住所	電話番号
多摩みゆき幼稚園	認定こども園	連光寺2-24-6	(400)6996
富士ヶ丘幼稚園	新制度幼稚園	乞田1145	(374)2600
緑ヶ丘幼稚園	現行制度幼稚園	和田712	(375)6755
東京大谷幼稚園	認定こども園	愛宕1-51	(375)0728
錦秋幼稚園	新制度幼稚園	永山3-8	(374)6767
文化学園大学附属すみれ幼稚園	新制度幼稚園	諏訪4-11	(374)7427
諏訪幼稚園	新制度幼稚園	諏訪5-3	(374)6141
せいとく幼稚園	新制度幼稚園	落合4-12	(376)6111
おだ認定こども園	認定こども園	落合5-7-2	(376)0211

#### 保育所

●**申請**は原則郵送・インターネット手続きをご利用ください。



●**郵送・インターネット手続き受付**

●**期間**10月20日(月)～11月5日(水)(郵送は消印有効、インターネット手続きは締切日の午後11時59分まで)

●**窓口受付期間**10月29日(水)～11月5日(水)午前9時～午後5時**対象施設**認可保育所等(認証保育所の申請は随時施設にて受け付け)**備考**詳細は、公式ホームページに掲載ま

たは市役所4階子ども・若者政策課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館、健康センター、各地域子育て支援拠点(全10カ所)で配布している「令和8年度保育所等入所のしおり」参照(各地域子育て支援拠点で、認可保育所等の入所説明会を開催予定。詳細は各拠点へ)。

#### 学童クラブ

●**申請書**は、10月3日(金)から公式ホームページに掲載の他、市役所4階児童青少年課、各児童館・学童クラブ、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布します。

●**備考**現在入所している児童も要申請。申請後に入所審査あり

●**申請方法** 次のいずれかの方法で申請してください。

①インターネット手続き 10月6



日(月)～11月1日(土)に、公式ホームページのインターネット手続きで申し込み



②郵送 10月6日(月)～11月1日(土)消印有効で、〒206-8666児童青少年課へ

③直接持参(公式ホームページのインターネット手続きで、要事前予約)

●**新規入所の方** 10月29日(水)～31日(金)=市役所4階児童青少年課、子ども・若者政策課横相談室、11月1日(土)=市役所第二庁舎会議室。時間はいずれも午前9時～正午・午後1時～5時

●**現在入所中の方** 10月29日(水)～31日(金)午前9時30分～正午に、在籍中の学童クラブへ

### いきいきシニア

#### フレイル予防はじめてみませんか?~TAMAフレイル予防プロジェクト(TFPP)~

10月22日(水)午後2時~4時 豊ヶ丘地区市民ホール第1会議室 65歳以上の市内在住者 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)、国土館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 1002881 当日直接会場へ 国土館大学ウエルネス・リサーチセンター (339)7347(土・日曜日、祝日を除く午前10時~午後4時)

#### 令和7年度老人福祉センター寿大学パソコン講座①エクセル初級(E初-3)②ワードで作る年賀状(W年-1)受講生募集

11月10日(月)・14日(金)・17日(月)・21日(金)、12月1日(月)・5日(金)・8日(月)、各午後2時~4時 11月12日・19日、各水曜日午前10時~正午 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 60歳以上の市内在住者でキーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方 各15人(応募者多数の場合は抽選) 1,400円 400円(いずれも全回分) 備考 詳細は、二幸産業・NSP健康福祉プラザ https://www.tama-fukushi.org/ 参照または要問い合わせ 1002887 10月27日(月) 29日(水) 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健康福祉プラザ3階老人福祉センター寿大学担当 (356)0303へ

#### 自分でできる!オーラルフレイル予防 お口の出張健康講座

10月17日(金)午前10時15分~11時45分(10時受け付け) 連光寺コミュニティ会館会議室1・2 市内在住のシニア 30人程度(申し込み先着順) 内ガムで咀嚼力をチェック 講師 歯科衛生士 持ち物 飲み物 備考 当日空いている場合は直接申し込み可 1017051 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、保険年金課 (375)9704へ

#### 高齢者向け情報ポータルページ「たまびより」ができました!

市公式ホームページの、シニアの皆さま向けの情報をまとめたページをリニューアルし、「たまびより」と名付けました。お気軽にアクセスしてください。

1016873 高齢支援課 (338)6924



#### 東京都シルバーパスのお知らせ(10月~3月新規購入の方)

有効期限 令和8年9月30日 都内に住民登録している70歳以上の方(寝たきりの方を除く) 表1の通り 必要書類 本人確認書類(マイナンバーカード、健康保険証など)の他、表1の②③に該当する方は次の(1)~(3)のいずれか1つも提示(1)令和7年度介護保険料決定通知書または納入通知書(2)令和7年度住民税非課税証明書または課税証明書(3)「生活扶助」の記載がある生活保護受給証明書(令和7年4月以降発行) 備考 表1②に該当し、令和6年に不動産譲渡所得に係る特別控除の適用がある方は、必要書類が異なる場合があります。70歳になる月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から申し込み可 1002885 必要書類を、直接持参で、表2の発行窓口へ 東京バス協会シルバーパス専用電話 03(5308)6950(土・日曜日、祝日を除く午前9時~午後5時)

表1 対象・費用

	対象	費用
①	令和7年度の住民税が「課税」で、②以外の方	12,000円
②	令和7年度の住民税が「課税」で、令和6年の合計所得金額※が135万円以下の方	1,000円
③	令和7年度の住民税が「非課税」の方	

※長期譲渡所得または短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除した額

表2 発行窓口一覧

発行窓口・問い合わせ	場所	取扱時間
京王バス 多摩営業所 (357)0031	南野1-1-1	10:00~16:00
京王電鉄バス 桜ヶ丘案内所 (375)1515	関戸1-10-10 (聖蹟桜ヶ丘駅西口)	10:30~19:00

#### 年金受給者の方へ、扶養親族等申告書の提出をお忘れなく

対象者に、日本年金機構から申告書が9月10日から順次送付されます(電子申請は除く)。 備考 遺族年金・障害年金は、非課税のため対象外。扶養控除などを受ける場合は要提出(電子申請も可) 1001952 扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル 0570(081)240・03(6837)9932

### わくわくスマホ

#### 初心者のためのスマホサロン~スマホでつながる遠くの家族と近くの友達~

10月17日(金)午後2時~4時(3時30分まで受け付け) 関戸公民館創作室 市内在住・在勤・在学者 同時に6人程度(会場先着順。1人30分の入れ替え制) 内スマートフォン の操作方法の個別サポートなど 講師 パソコンボランティア多摩、帝京大学ボランティアサークルあめんぼ~ 他 持ち物 自身が使用しているスマートフォン 1003214 当日直接会場へ 関戸公民館 (374)9711

#### 防災アプリを学ぶスマホ教室

10月20日(月)午前10時~正午 中央図書館活動室1 内スマートフォンの基礎的な使い方や防災アプリの使い方が分からない方 20人(申し込み先着順) 内スマートフォンの基礎や防災アプリの使い方を学ぶ 1016414 10月16日(木)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電話で、防災安全課 (338)6802へ

#### スマートフォン教室(全4回)

11月15日・22日・29日、12月6日 各土曜日午前9時~正午 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 内スマートフォンをお持ちでないまたは操作に慣れていない60歳以上の都民 10人(応募者多数の場合は抽選) 内基本操作、コミュニケーション、情報収集、申請・決済 持ち物 自身のスマートフォン(お持ちの方) 主催 東京都 備考 最長3カ月間のスマートフォン(Android)の貸し出しあり。講座内で東京都公式アプリを登録。初参加者にポイント付与 1012114 11月7日(金)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(6374)7746(平日午前9時~午後5時)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7年度第4回多摩市学びあい育ちあい推進審議会定例会 10月20日(月)午前10時 教育委員会会議室(ベルブ5階) 10人(予定) 内多摩市の社会教育・公民館運営などについて 1012194 教育振興課 (338)6930

#### 令和7年度第5回多摩市男女平等参画推進審議会

10月24日(金)午後5時~7時 TA MA女性センター活動交流室 6人 内第4次多摩市女と男がともに生きる行動計画中間見直しについて 他 1018348 平和・人権課 (376)8311・(339)0491

#### 第6回第三次多摩市特別支援教育推進計画有識者会議

10月14日(火)午後2時 教育センター4階 10人 内計画決定にむけた検討 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 1018398 教育センター (372)1010

#### パブリックコメント

#### 国登録有形文化財(建造物)川井家住宅主屋及び旧川井家住宅土蔵保存活用計画(素案)

閲覧場所 公式ホームページ、市役所第二庁舎1階行政資料室、中央図書館、永山・関戸各公民館、唐木田図書館、市民活動・交流センター 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 1018524 10月7日(火)~11月5日(水) 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・直接持参または各閲覧場所に設置の投函箱への投函で、「国登録有形文化財保存活用計画(素案)への意見」・住所・氏名・意見を記入し、〒206-0025 永山1-5ベルブ永山3階教育振興課 (338)6883・(337)7620へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)

### 10月の本庁舎

土 日 部分開庁

11日(土)・26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 1001741 市民課 (338)6823、納税課 (338)6852、保険年金課 (338)6840

# 求人・募集

## 南多摩都市霊園(多摩市分)

**所在地**八王子市南大沢<sup>対</sup>次の全ての要件を満たす方①令和6年11月1日以前から継続して市内に住民登録がある②一度も埋蔵(葬)および収蔵されたことのない遺骨を持ち、一定の続柄の範囲内にある③申込者がその遺骨の祭祀の主事者である<sup>備考</sup>詳細は、10月14日(火)から市役所1階案内、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「申し込みのしおり」参照<sup>ID</sup>1003150<sup>申</sup>10月24日(金)消印有効の、郵送または直接、〒206-8666市民課<sup>☎</sup>(338)6880へ

## 令和7年度 会計年度任用職員

**職種**生活保護面接相談員、保育等補助員、保健師(健康推進担当)、学校図書館司書<sup>募集人数</sup>各1人程度<sup>雇用期間</sup>令和8年3月31日まで(勤務成績が良好な場合は更新可)<sup>備考</sup>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<sup>ID</sup>1005506<sup>申</sup>公式ホームページのインターネット手続きで、人事課<sup>☎</sup>(338)6804へ

## 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。

**募集人員**若干名<sup>備考</sup>詳細は、多摩市社会福祉協議会<sup>URL</sup>https://tama-shakyo.jp/ 参照または二幸産業・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

<sup>日</sup>10月30日(木)午後2時<sup>場</sup>二幸産業・NSP健幸福祉プラザ705会議室<sup>定</sup>8人(申し込み先着順)<sup>申</sup>10月7日(火)午前9時から、電話で、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター<sup>☎</sup>(373)5677へ

## 市政その他のお知らせ

### ハケ岳少年自然の家の食事を令和8年4月から改定します

食材価格高騰のため、改定します。<sup>備考</sup>詳細は、公式ホームページ参照<sup>ID</sup>1013709<sup>問</sup>教育振興課<sup>☎</sup>(338)6930

### 多摩市勤労者市民共済会の会員になりませんか?

市内で働く皆さんの福利厚生の実のため、各種事業を行っています。<sup>対</sup>市内事業所(従業員100人以下)の従業員と事業主、市内在住の市外事業所従業員または事業主(他市共済会員を除く)<sup>内</sup>右上表のとおり<sup>入</sup>会金・月会費いずれも1人500円<sup>備考</sup>経営者負担の会費は税法上で必要経

費に計上可<sup>ID</sup>1002493<sup>問</sup>経済観光課内多摩市勤労者市民共済会事務局<sup>☎</sup>(338)6830・<sup>URL</sup>https://tamashi.zenpuku.or.jp/

内容	金額など
旅行補助	2,000円※
定期健康診断または人間ドック補助	2,000円または5,000円※
自己啓発補助	5,000円※
中小企業退職金共済掛金補助	月額1人500円を3年間
共済会給付(慶弔金など)	5,000~200,000円
余暇活動事業	映画・観劇・レジャー・温浴施設などの割り引き、教室開催ほか

※年度内1人1回

### 「令和6年度多摩市女と男がともに生きる行動計画推進状況評価報告書」を発行しました

**閲覧場所**TAMA女性センター(ヴィータ)、市役所第二庁舎1階行政資料室、各市立図書館、公式ホームペ

ージ<sup>ID</sup>1018423<sup>問</sup>平和・人権課<sup>☎</sup>(376)8311・<sup>TEL</sup>(339)0491

### 相続・不動産無料相談会～税も登記もまとめて解決～

<sup>日</sup>11月14日(金)午前10時・11時、午後1時・2時・3時(各50分)<sup>場</sup>市役所301・302会議室<sup>対</sup>市内在住・在勤者<sup>定</sup>各4組(応募者多数の場合は抽選)<sup>備考</sup>結果は10月31日(金)ごろに応募者全員に通知<sup>ID</sup>1010280<sup>申</sup>10月6日(月)~24日(金)必着の、ファクシミリまたは往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・参加人数・電話番号・希望の時間(第2希望まで)・相談概要を記入し、〒191-0031日野市高幡145岡崎ビル303東京税理士会日野支部事務局<sup>☎</sup>042(593)8241・<sup>TEL</sup>042(593)8240へ



### 多摩市×日野市連携事業 日野市「ひの市民大学 大学連携コース」

**日場内**下表のとおり<sup>定</sup>各30人(いずれも申し込み先着順)<sup>時間</sup>各午後2時~4時<sup>申</sup>各回開催日前日までに、インターネット手続き・電話または直接、日野市中央公民館<sup>URL</sup>https://www.city.hino.lg.jp/bunka/bunka/jigyoo/1007748/1029566.html<sup>☎</sup>042(581)7580(祝日を除く)へ

日程	タイトル	講師	会場
11/21(金)	日野周辺でみられる葉草	三宅克典氏(東京薬科大学准教授)	中央公民館(日野市日野本町7-5-23)
12/5(金)	ラグビーのルールを知って観戦しよう	相馬朋和氏(帝京大学ラグビー部監督)	中央公民館
12/6(土)	オトナのための金融経済入門	高橋桂子氏(実践女子大学教授)	平山交流センター(日野市平山5-18-2)
12/12(金)	高齢者支援の多様化と財産管理に関する法律上の問題	冷水登紀代氏(中央大学教授)	中央公民館
12/13(土)	残す力、活かす知恵 歴史的建造物の最前線	齊藤哲也氏(明星大学教授)	中央公民館

## シリーズ第14回

# 地域協創のすすめ

<sup>ID</sup>1004704<sup>問</sup>協創推進室<sup>☎</sup>(338)6803・<sup>TEL</sup>(337)7660

市は、多世代がゆるやかにつながり、互いに助け合い、支えあう地域社会づくりを目指して、「地域協創のしくみ・しかけ」を導入して協創の実現に向けた取り組みを進めています。このシリーズでは、地域でのさまざまなつながりをきっかけに困り事が解決したり、市民が興味のあることに挑戦する機会となった事例を織り交ぜながら、安心して、楽しく暮らせる地域社会の実現に向けた取り組みをご紹介します。

## ツナたま補助金(地域協創市民活動事業補助金)の採択事業が決定しました! 各団体が進める取り組みに参加して、一緒に地域を盛り上げましょう!

### ツナコース(1事業)

#### (つながる多摩) つなたま掲示板

【東京ロイヤル<sup>株</sup>】のひと言  
市内の地域活動団体がスマホで簡単な操作を行えば、自動でチラシが印刷されて、市内の「掲示板」に約2週間掲示される事業です。

**取り組みへの関わり方**  
活動内容の情報提供、掲示板からの情報収集

### たまごコース(5事業) ※【括弧内】は団体名

#### 安心してきてね。多胎児、年子 予約休憩室

【子育て応援】のひと言  
子育てを応援したい! その思いで10月25日(土)多摩センターハロウィン時に設置する無料休憩室です。カフェ隣接♪

**取り組みへの関わり方**  
10月25日(土)当日の利用、運営協力

#### 地域のだれもが「やってみよう!」ができる場所

【三丁目の家くべる会】のひと言  
「まちの縁側」を目指し毎週金曜日に野菜市とこども文庫を開催中。他にも多摩にゆかりのある方を招いたワークショップを行っています。

**取り組みへの関わり方**  
各種取り組みへの参加・交流

#### 地域の音楽愛好家を結び、オープンマイクイベント

【<sup>株</sup>ブエン・カミーノ】のひと言  
音楽は最強のコミュニケーションツールです。互いに披露し合うことで、多摩市での新たな活躍や交流のきっかけが生まれれば幸いです。

**取り組みへの関わり方**  
10月26日(日)オープンマイクイベントへの出演、観覧

#### 諏訪・永山れきし散歩

【「諏訪・永山れきし散歩」プロジェクト】のひと言  
諏訪・永山地区の昔の写真を見て、同じ場所で同じ構図の写真撮影します。懐かしさもあり、ゲーム感覚で楽しめるイベントです。

**取り組みへの関わり方**  
11月に実施予定の交流イベントへの参加

#### 地域活動の必要性の理解を求めて - 自己変容と価値観共有 -

【東寺方寺小屋】のひと言  
持続可能な暮らしを一緒につくりませんか? 上映会や地域通貨を通じて地域とつながり、新たな活動を生み出す仲間を募集中!

**取り組みへの関わり方**  
10月26日(日)映画上映会などへの参加・交流

## 市税の納期限のお知らせ

10月31日(金)は、市民税・都民税・森林環境税第3期、国民健康保険税第5期の納期限です。期限内納付にご協力をお願いします。<sup>ID</sup>1009654<sup>問</sup>納税課<sup>☎</sup>(338)6852、保険年金課<sup>☎</sup>(338)6934



## 第48回多摩市民文化祭プログラム

10/11(土)~11/9(日)

市内の文化・芸術サークルなどが多数参加します。この秋、多彩なカルチャーとアートに触れてみませんか？

1・3月曜日を除く平日午前10時~午後4時)・  
 ☒tamasi-bdr@kbf.biglobe.ne.jp

ID1015703 多摩市文化団体連合事務局 ☎(355)2116(第



	場所	日時	団体名・内容など
関戸公民館	ヴィータホール	10/11(土)10:30~16:00	多摩市民謡連盟「Japanese Soul and Passion」
		10/12(日)13:00~16:00	たちばなの会「踊りと三味線で江戸の粋を楽しもう！」
		10/25(土)13:00~17:00	多摩市詩吟連盟「詩吟継続で健康な医療研究データ報告あり」
		10/26(日)11:30~12:30	つくしんぼ「みんなで元気に楽しく！」
		10/26(日)14:15~15:30	Shajara bellydance「心躍る、エキゾチックな世界へ」
		11/1(土)10:30~11:30	南京玉すだれ多摩お江戸隊「玉すだれで皆様に笑顔を届けます」
		11/2(日)12:30~14:00	せいせき鼓桜・太鼓連「打て！今響かせる、次の時代へ」
		11/3(祝)13:00~15:00	多摩市三曲協会「未来へつなごう、和の音色」
		11/9(日)12:00~16:00	多摩市舞踊連盟「華やかな舞姿をお楽しみください！」
		茶室・和室・大会議室・第3学習室	10/19(日)10:00~15:00
大会議室・第3学習室	10/26(日) 9:00~12:00(子供大会)・12:00~17:00(囲碁大会)	多摩市囲碁連盟「子供から大人まで囲碁で楽しもう」	
ギャラリー	10/24(金)~26(日)10:00~16:30(最終日は16:00まで)	多摩市国際交流センター(TIC)「外国人と共に暮らす多摩市を！」	
市民ロビー	10/26(日)13:00~15:00	多摩市国際交流センター(TIC)「外国人の日本語スピーチ大会」	
	10/30(木)~11/2(日)10:00~16:30(初日10:30から。最終日は16:00まで)	多摩市和紙人形連盟「和紙の美しさ」	

	場所	日時	団体名・内容など
永山公民館	ベルブホール	10/18(土)14:30~16:00	多摩おわら節同好会「越中おわら節風の盆へ誘うひと時」
		10/19(日)13:00~13:30	ハラウカナイブラマレイハアヘオ「Feel the Hawaii」
		10/26(日)13:00~14:30	琴遊会・箏縁会「誰もが曲・歌を楽しめる大正琴・箏」
	ギャラリー	10/17(金)~22(水)10:00~17:00(初日13:00から。最終日は16:00まで)	多摩市福祉センター陶芸同好会・福陶会「一人ひとりが自由に楽しむ陶芸」
	10/24(金)~27(月)10:00~18:00(初日15:00から。最終日は17:00まで)	多摩市の社会教育を考える会「市民の学びを大事にしていこう!!」	

	場所	日時	団体名・内容など
パルテノン多摩	小ホール	10/26(日)9:45~11:30	能サークル・初花会「謡と仕舞で能の魅力を紹介」
		10/26(日)13:00~16:00	たけひろ会「お子様から大人まで伝統を繋ぐ！」
		11/8(土)11:30~15:00	多摩市フラダンス連盟「ハワイアンブリーズ」
	大ホール	11/8(土)第1部16:30~17:20・第2部18:00~18:50	AMigo dance「ENJOIN vol.2」
	市民ギャラリー	10/18(土)~19(日)10:00~17:00	多摩市華道連盟「いけ花展 秋風と花」
		10/23(木)~26(日)10:00~18:00(最終日は16:00まで)	多摩市写真連盟「市民作品展(写真部門)」
オープンスタジオ	10/31(金)~11/3(祝)10:00~17:00(初日13:00から。最終日は16:00まで)	多摩市書道連盟「伝統と現代の美の饗宴」	
	10/23(木)~26(日)10:00~18:00(最終日は16:00まで)	白樺美術連盟「市民作品展(絵画・立体部門)」	



KEIO New TAMATAMA Festival 2025

2025.10.18, 19 sat & sun / 多摩センター駅 周辺エリア

# 10/18(土)・19(日)

パルテノン大通り  
パルテノン多摩  
多摩中央公園

午前10時30分~午後7時(予定)

## ABOUT TAMATAMA FESTIVAL

地域との共創による沿線活性化を目指す京王電鉄株と、オルタナティブなカルチャーをサポートするNiEW株が中心となり、多摩市をはじめ地域住民、アーティストや企業など、プロと市民がコラボレーションしながら作り上げる、ユニークかつ大規模な地域密着型文化祭イベント。

多摩センター駅周辺の3エリアを中心に音楽ライブ、カルチャーマーケット、カレーフェス、ワークショップなどのプログラムを全エリア無料で実施します。

パルテノン大通り

NEW TOWN PARTY

- ・NiEW株主催の音楽イベント「exPoP!!!!」による豪華アーティストの無料ライブ
- ・カレーフェス「東京カレーカルチャー in TAMA」など

パルテノン多摩

TAMATAMA PALACE

- ・多摩ニュータウンにゆかりのあるクリエーター・アーティストの2日間限定の美術館
- ・カルチャーマーケットやトークショー、KEIOeSPORTSによる親子で楽しめるゲームプログラムも

多摩中央公園

TAMATAMA PARK

「中央公園秋祭」を開催。地域の皆さんと作る「のど自慢大会」や「盆踊り」など、子どもが楽しめるコンテンツが盛りだくさん！



18日(土)限定

## ラスカルも来るよ！

~多摩中央公園でラスカルグリーティング~

備考詳細は、市公式ホームページ参照ID1018472 経済観光課 ☎(338)6909

☎NiEW株 ☎<https://tamatafes.com/>、市役所文化・生涯学習推進課 ☎(338)6882



▲問い合わせはこちら



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
	旧多摩聖蹟記念館秋季企画展・多摩ふるさと資料館特別展「戦前の多摩村と皇室」	日①10月16日(木)~12月14日(日)午前10時~午後4時②10月18日(土)~12月7日(日)午前9時30分~午後4時30分場①旧多摩聖蹟記念館②多摩ふるさと資料館多目的室	内戦前の多摩地域における皇室と地元住民の関係を振り返る展覧会。①11月15日・29日、12月6日②10月25日、11月29日、12月6日、各土曜日午前10時・11時、午後2時・3時は学芸員によるギャラリートークあり(各20分程度)備①祝日を除く月・水曜日、11月25日(火)、12月9日(火)②11月10日(月)は休館ID1015804申当日直接会場へ問教育振興課☎(338)6883
	ヴィータ・コンサート ラブ・コメディオペラ「ドン・パスクワレ」ハイライト	日10月24日(金)午後5時30分(5時開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定200人(会場先着順)出演オペラ愛好家集団Ciao!曲目その眼差しに彼の騎士は(アリア)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(3室。会場先着順)ID1012270申当日直接会場へ問関戸公民館☎(374)9711
	音楽の集い~歴史・自然とかなでるハーモニー~	日11月1日(土)午後1時~3時 場旧多摩聖蹟記念館	内混声合唱やオペラ、ジャズの演奏など、さまざまなジャンルの音楽コンサートID1012969申当日直接会場へ問市役所教育振興課☎(338)6883、都立桜ヶ丘公園サービスセンター☎(375)1240
文化	多摩のめかいづくり講座(全5回)	日①11月2日(日)・8日(土)・9日(日)・15日(土)午後1時30分~4時30分②3日(祝)午前10時~午後3時30分場①グリーンライブセンター多目的室②なな山緑地	対18歳以上の全回参加できる方定15人(申し込み先着順)¥4,000円(全回分。材料費・テキスト代込み)内多摩のめかいづくりを、材料の篠竹採取から実践を通して学ぶ講師多摩めかいの会会員ID1012772申問10月7日(火)から、電話または直接、グリーンライブセンター☎(375)8716へ
	やさしい古文書~多摩市の古文書基礎講座~(全3回)	日11月6日・13日・27日各木曜日午後2時~4時 場①パルテノン多摩会議室3・4②オンライン	定①30人②100人(いずれも応募者多数の場合は抽選)¥3,000円(全回分)内簡単な崩し字の読み方、市内の古文書解読の基礎知識講師長田直子氏(山梨大学非常勤講師ほか)持ち物筆記用具備期間限定の見逃し配信あり申問主催10月10日(金)必着の、インターネット手続きまたは往復はがきで、必要事項を記入し、〒206-0033落合2-35パルテノン多摩「やさしい古文書」係☎(375)1414・URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/eazy-komonjo2025へ
	キタカイさんぽ館フェスタ2025~はにわづくり体験~	日11月9日(日)午前9時40分~11時10分・午後0時10分~1時40分 場市民活動・交流センター創作活動室1	対小学生以上(小学3年生以下は要保護者同伴)定各16人(申し込み先着順)¥1,500円(材料費込み)備当日は成型まで。焼いた完成品は12月中旬以降にお渡しID1018392申問主催10月9日(木)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
	古文書から歴史を読む【徳川幕府編】2025(全4回)	日11月21日・28日、12月5日・12日、各金曜日午前10時~11時40分 場①パルテノン多摩会議室3・4②オンライン	定①30人②100人(いずれも応募者多数の場合は抽選)¥4,000円(全回分)講師福留真紀氏(清泉女子大学文学部教授)持ち物筆記用具備期間限定の見逃し配信あり申問主催10月10日(金)必着の、インターネット手続きまたは往復はがきで、必要事項を記入し、〒206-0033落合2-35パルテノン多摩「古文書から歴史を読む【徳川幕府編】」係☎(375)1414・URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/komonjo-tokugawa2025へ
	まち美化キャンペーン(清掃活動)	日①10月16日(木)②17日(金)③20日(月)、各午後3時~4時④18日(土)午前10時~11時集合①唐木田駅改札口付近②④小田急多摩センター駅改札口付近③聖蹟桜ヶ丘駅西口交番付近	清掃場所①唐木田駅周辺②多摩センター駅周辺③聖蹟桜ヶ丘駅周辺④乞田川沿い(山王橋付近)共催多摩市まち美化推進協議会備雨天中止。中止の場合は①②④開催日前日の午後5時③当日午前10時までに公式ホームページに掲載。当日は集合場所へのぼり旗ありID1002290申当日直接集合場所へ問環境政策課☎(338)6831
環境	楽しいバラの育て方~初心者のための1年間のバラの育て方~	日10月22日(水)午後1時~3時 場グリーンライブセンター	定20人(申し込み先着順)¥500円(材料費、保険代など)内グリーンライブセンターの庭を巡ってバラの育て方を学ぶ講師齊藤よし江氏(ガーデンカフェ・グリーンローズ主宰)ID1018391申問10月7日(火)から、インターネット手続きまたは電話で、グリーンライブセンターURLhttps://tama-gl.c.jp/events/c251022/・☎(375)8716へ
	グリーンライブセンターの草花を使ってハワイの花飾りを編んでみよう	日11月3日(祝)午前11時~正午 場グリーンライブセンター	対中学生以上定8人(申し込み先着順)¥500円(保険料など)講師梅崎美帆氏(Hula Kiana主宰)持ち物持ち帰り用のビニール袋と紙袋ID1017671申問10月7日(火)~30日(木)に、インターネット手続きまたは電話で、グリーンライブセンターURLhttps://tama-gl.c.jp/events/c251103/・☎(375)8716へ
	まちの大きな樹を巡る~貝取・瓜生・永山方面~	日11月8日(土)午前9時30分~午後2時 集合グリーンライブセンター	定15人(申し込み先着順)¥500円(資料代・保険料込み)コースグリーンライブセンター~瓜生緑地~京王・小田急永山駅解散(歩程約5km)講師多摩グリーンボランティア森木会会員持ち物帽子、飲み物、昼食、雨具備動きやすい靴でID1018320申問10月7日(火)から、電話または直接、グリーンライブセンター☎(375)8716へ
	紅葉の谷戸沢処分場自然観察会(バスツアー)	日11月27日(木)午前8時20分~午後5時10分 集合JR西府駅北口付近(詳細は当選者に通知)	対多摩地域在住・在勤・在学者定40人(応募者多数の場合は抽選)¥500円(昼食代。当日集金)内埋め立てが終了した谷戸沢処分場で、再生した里山的自然環境を体感コースクリーンセンター多摩川~ニツ塚処分場(車窓見学)・谷戸沢処分場(散策)備申し込み方法などの詳細は、公式ホームページ参照ID1012703申問主催①10月31日(金)午後5時②31日(金)必着の、①インターネット手続き②郵送で、必要事項を記入し、〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合URLhttp://www.tama-junkankumiai.com/kouhou/momiji・☎042(597)6152へ
	第24期グリーンボランティア講座・初級(全11回)	日令和8年1月~11月の毎月第4土曜日[7月を除く。12月13日(土)入講式]場グリーンライブセンター、一本杉公園、多摩よこやまの道ほか	対高校生以上の市内在住・在勤・在学者定24人(応募者多数の場合は抽選)¥3,500円(全回分)内市内の緑地をまわりながら、雑木林の育成管理などの実習をはじめとする知識・スキルの習得など備天候により日程変更の場合ありID1012774申問11月9日(日)必着の、郵送またはファクシミリで、住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒206-0033落合2-35グリーンライブセンター☎(375)8716・FAX(375)0087へ

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。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。

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
暮らし	たまかんフェスタ 	日10月19日(日)午前10時～午後3時 場多摩清掃工場	内煙突のぼり体験、清掃工場特別見学会、ステージ、模擬店ほか備詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ申当日直接会場へ問多摩ニュータウン環境組合URL <a href="https://www.tama-seisokojo.or.jp">https://www.tama-seisokojo.or.jp</a> ・☎(374)6331(平日午前9時～午後5時)
	公民館事業者提案型講座「人生100年時代を見据えたライフプランを考える」	日①11月1日(土)②15日(土)③27日(木)、各午後2時～4時 場①消費生活センター講座室②③永山公民館集会所	対原則、市内在住・在勤者定50人(申し込み先着順)内①これからの資産形成②介護と相続③終活講師池田翔氏[アクサ生命(株)マスターフィナンシャルプランアドバイザー]共催アクサ生命保険(株)ID1018465申問10月7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で、関戸公民館☎(374)9711・FAX(339)0491へ
	マンション管理セミナー「駐車場をめぐる課題と対策」	日11月1日(土)午後1時30分～4時(1時開場) 場永山公民館ベルブホール	定80人(申し込み先着順)内居住者の高齢化から生じる課題ほかID1011384申問10月7日(火)午前9時から、電話・ファクシミリまたは公式ホームページのインターネット手続きで、都市計画課☎(338)6817・FAX(339)7754へ
スポーツ	楽しく学んでフレイル予防 ウォーキング&簡単筋トレ教室 	日10月16日(木)午前10時30分～正午(10時受け付け) 場南豊ヶ丘フィールド	対成人の方(中高年向け)定30人(応募者多数の場合は抽選)¥500円講師徳田由美子氏(元800m日本記録保持者ほか)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運動のできる服装・靴(スパイク不可)で申問10月14日(火)午後3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URL <a href="https://ws.formzu.net/fgen/S249917267/">https://ws.formzu.net/fgen/S249917267/</a> ・☎(400)5487(午前10時～午後5時)へ
	多摩市、(一財)多摩市スポーツ協会主催事業 第51回多摩市民スポーツ大会ID1003873		
	ターゲット・バードゴルフオープン大会	日10月23日(木)午前10時～午後4時 場新日本物流スタジアム多摩	¥500円備運動のできる服装で。道具の貸与あり申問10月16日(木)までに、電話またはメールで、ターゲット・バードゴルフ協会☎090(5033)8147(午後1時～5時)・✉m.iijima3@gmail.com 飯嶋へ
合気道演武大会	日10月26日(日)午前9時30分～午後0時30分 場武道館	対5歳以上備運動のできる服装で。演舞体験あり申問演舞大会出場希望者=10月25日(土)までに、メールで、合気道連盟✉kero6341@gmail.com 阿久津へ。体験希望者=当日午前9時30分に、直接会場へ	
ラグビー市民大会	日11月2日(日)午前9時～午後3時30分、9日(日)午前9時～午後4時 場陸上競技場	対5歳～壮年の市内在住・在勤・在学者で構成されるチームまたは協会所属チームのチーム単位持ち物ユニホーム備スパイクまたは運動靴で申問10月15日(水)までに、電話で、ラグビーフットボール協会☎090(9801)6856(午前9時～午後6時)笠松へ	
健康・福祉	健康づくり推進員主催事業 申問10月7日(火)午前9時から、電話で、健康推進課☎(376)9139へ		
	元タカラジェンヌによる人気のストレッチ	日10月22日(水)午後1時30分～3時30分場ひじり館ホール	定20人(申し込み先着順)講師八汐ゆう美氏(元宝塚歌劇団星組)持ち物ヨガマットまたはバスタオル(敷物用)、上履き、飲み物備動きやすい服装でID1018179
	小田急多摩線の沿線を通り森林浴を楽しむ	日10月24日(金)午前8時40分～正午 集合小田急多摩線栗平駅南口改札口	対中級者(アップダウン、山道あり)定25人(申し込み先着順)コース小田急多摩線栗平駅～鶴川台尾根緑地～真光寺公園～汁守神社～諏訪南公園～永山北公園(歩程約9km)持ち物飲み物、帽子、雨具(傘は不可)備動きやすい服装と運動靴で。試行でウォーキング用ポール使用可(ノルディックポールは不可)。雨天中止ID1015724
専門職後見人懇談会 	日11月14日(金)午後2時～4時 場二幸産業・NSP健康福祉プラザ7階研修室	対市内在住または市内で後見活動をしている・活動予定の専門職の方定20人(申し込み先着順)内死後事務と相続財産引き継ぎまでの流れ講師芳賀培之氏(東京弁護士会)備詳細は、多摩市社会福祉協議会URL <a href="https://tama-shakyo.jp">https://tama-shakyo.jp</a> 参照申問10月7日(火)から、電話またはインターネット手続きで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター☎(373)5677・URL <a href="https://forms.gle/8wwzKJdMGzWwUGDr6">https://forms.gle/8wwzKJdMGzWwUGDr6</a> へ	

## 市民のひろば

11月20日号の原稿受け付けは10月7日(火)～10月15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、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布ID1005206 ※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  
**ヨガサークル・スーリヤ**日第1・3月曜日、毎週木曜日など、各10:00～11:00・11:20～12:20場貝取こぶし館ほか対中高年～シニア、初めての方¥入会金(無料)、1回(600円)備考お気軽にお問い合わせください☎090(1469)7412所  
**フォークダンス同好会LaLaLa**日第1・3・4水曜日10:00～12:00場二幸産業・NSP健康福祉プラザ対どなたでも¥入会金(無料)、月会費(250円)備考はじめての方でも大丈夫!健康維持、ス

トレス解消に!問☎090(6717)2521松田繁  
**スマイル(社交ダンス)**日毎週木曜日9:45～11:45場多摩永山中学校クラブハウス対初級～中級¥入会金(1,000円)、月会費(3,000円)備考ダンスの正しい形を追求し、健康で美しい体の線を作る!問☎(374)0505三宅  
**太極拳・気功ゆるりらの会**日第2・4木曜日10:00～12:30場関・一つむぎ館対太極拳に興味のある方¥入会金(1,000円)、年会費(500円)備考参加チケット3,000円(2回分)。別途参加時の会場費200円問✉akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子  
**基楽会**日毎月16～18日程度、各13:00～17:00場豊ヶ丘地区市民ホール対どなたでも¥入会金(無料)、6カ月会費(2,000円)備考会員20名。総当たり大会年中開催。たのしい人生と囲碁を問☎(338)2040ハギワラ

### 催し案内

**第15回多摩絵画サークル作品展**日10/7(火)～12(日)10:00～17:00(初日は12:00か

ら)場関戸公民館ギャラリー¥無料問多摩絵画サークル☎090(8749)0104野崎己見子(代表)  
**オカリナとギター・津軽三味線のコンサート**日10/12(日)12:00～13:00場関戸公民館市民ロビー¥無料備考♪コンドルは飛んでいく♪いそしぎ♪千本桜♪エーデルワイス他問オカリナサークルまーがれっと☎090(4957)4602児玉  
**不調と向き合う 優しいヨガ体験会**日10/16、11/6各木曜日10:00～12:15場関・一つむぎ館¥1,000円備考ヨガの前にフットケアタイムあり。体験参加は原則1回のみ問アロマヨガのびのびの会✉akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子  
**相続①勉強会②相談**日10/21(火)・30(木)①10:00・13:30②11:30・15:00・16:00場関戸公民館創作室¥無料備考21日=宮武弁護士、30日=上野税理士問終活健康サポート多摩☎090(8089)7578  
**第9回大熊啓とささやかに歌うつどい in多摩**日10/21(火)14:00～16:15(13:45からストレッチ)場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

問大熊啓さんと歌う会☎090(1857)1357山本  
**相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会**日10/23(木)13:15～15:30場消費生活センター講座室(ベルブ永山)¥無料備考要事前申し込み。各組45分以内の個別相談問NPO法人シニアサポート多摩☎(400)5264  
**朗読を楽しむ会発表会**日10/24(金)13:30～16:00場中央図書館活動室1 ¥無料備考私達は好きな物語を読んでいます。どうぞおいでください問朗読を楽しむ会☎(338)2205森章二  
**第1回子どもが好きな昔話を大人が聞く会**日10/26(日)14:00～16:00場中央図書館活動室2・3 ¥無料備考子どもの喜びをともに味わい昔話を楽しみましょう問多摩おはなしネットワーク☎080(5547)8434辻山妙子  
**うんこと死体の復権上映会**日10/26(日)18:50～20:40(18:30開場)場永山公民館視聴覚室¥大人(1,500円)、大学生(1,000円)備考映画上映後、循環について考えてみませんか!問東寺方寺小屋✉htg.terakoya2060003@gmail.com

# 高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の定期予防接種が始まります ▶10月6日(月)から

予防接種	高齢者インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
実施期間	10月6日(月)～令和8年1月31日(土)	10月6日(月)～令和8年3月31日(火)
接種費用	2,500円 ※生活保護または中国残留邦人等支援給付の受給者の方は無料	3,500円
対象者	接種当日に多摩市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方 ①65歳以上の方 ②60～64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に重い障がいがあり、身体障害者手帳1級をお持ちの方	
接種回数	実施期間内に各1回(どちらかのみ接種も可)	
接種間隔	接種間隔に制限はありません。医師が特に必要と認めた場合には、同時接種も可能です	
持ち物	・本人確認書類(マイナンバーカードや資格確認書など) ・身体障害者手帳または診断書の写し(対象者②に該当する方のみ) ・受給証明書(生活保護または中国残留邦人等支援給付の受給者の方のみ)	
接種義務	接種義務はありません。接種を希望する方のための予防接種です。	
注意事項	・接種券の送付はありません ・実施期間以外に接種した場合は、全額自己負担となります	

## ●下市の市内医療機関以外での接種

八王子市・町田市・日野市・稲城市の実施医療機関でも接種できます。施設入所中や長期入院中などの特別な理由で、実施医療機関以外での接種を希望する場合は、健康推進課までお問い合わせください。

## ●予防接種による健康被害救済制度

万が一、定期予防接種による健康被害が発生した場合、厚生労働大臣の認定による健康被害救済制度があります。申請の必要が生じた場合は、診療した医師または健康推進課までご相談ください。

## ●定期接種対象外の方の接種(任意接種)

接種を希望する方は、直接医療機関へご相談ください。接種費用は全額自己負担です。

📍1015683健康推進課(健康センター)  
☎(376)9111

## 実施医療機関一覧 ※令和7年8月29日時点(変更する場合あり)

予約が必要な実施医療機関には、電話などで予約をしてください。★=かかりつけの方のみ

医療機関名	住所	電話番号	実施予防接種		予約の必要
			インフル	コロナ	
北澤ニュータウンクリニック	愛宕4-17-1リエス多摩センター1階	(376)3112	○	★	要
山善内科クリニック	一ノ宮4-40-3聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス1階	(372)5588	○	○	要
多摩センター庄司整形外科	落合1-9-9多摩クレイドルビル3階	(310)1301	○	—	不要
めぐみクリニック	落合1-32-1多摩センターペリビル4階	(311)1566	★	—	要
田村クリニック	落合1-32-1多摩センターペリビル4・5階	(356)0677	○	○	要
田村クリニック2	落合1-35ライオンズプラザ多摩センター3階	(357)3671	○	—	要
多摩センタークリニックみらい	落合1-38マグレブパーキングビル1階	(316)8570	○	○	コロナのみ要
多摩センター痛みのクリニック	落合1-39-1マグレブEAST8階	(400)1950	○	—	要
武島内科クリニック	落合3-11-3	(338)5665	○	—	要
江崎小児クリニック	落合3-20-2	(376)5225	○	—	要
椎の木内科クリニック	落合6-15-4第5椎の木ビル	(337)5711	○	—	不要
布施川医院	落川1329	(373)5858	○	★	要
あいクリニック	貝取1431-3	(375)9581	○	○	要
松田医院	貝取1-48-1	(373)3205	★	★	コロナのみ要
貝取内田医院	貝取1-52-1ノーブル貝取1階	(389)3646	○	○	コロナのみ要
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	○	○	要
からきだ駅前クリニック	唐木田1-1-7プラザ唐木田104	(376)3800	○	○	不要
若生脳神経外科	唐木田1-53-9唐木田センタービル1階	(373)1160	○	○	要
唐木田こどもクリニック	唐木田1-53-9唐木田センタービル2階	(355)8505	○	—	要
永山内科クリニック	乞田1426KTAビル2階	(338)2355	○	—	要
永山整形外科	乞田1426KTAビル4階	(337)5555	○	—	不要
松田健身クリニック	桜ヶ丘2-10-17	(375)3337	★	—	要
ひとみタウンケアクリニック	諏訪1-65-1永山ハウス101	(338)3281	○	○	要
多摩かぜまち内科クリニック	諏訪2-2プリリア多摩ニュータウンB-100	(338)6611	○	—	要
多摩クリニック	諏訪5-10-1	(375)7753	○	○	コロナのみ要
中村内科医院	諏訪5-10-7	(375)7757	○	○	コロナのみ要
せいせき耳鼻咽喉科	関戸1-1-5ザ・スクエア2階	(401)8735	○	○	コロナのみ要
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	○	○	要

医療機関名	住所	電話番号	実施予防接種		予約の必要
			インフル	コロナ	
ヒルズクリニック聖蹟	関戸1-5-2	(316)5556	○	—	要
せいせきサトウクリニック	関戸1-7-5京王聖蹟桜ヶ丘SC C館1階	(337)2715	○	★	要
やはの内科胃腸科クリニック	関戸1-11-9桜ヶ丘富澤ビル6階	(356)3761	○	—	不要
せいせきゆずクリニック	関戸1-20-2サクテラスモール3階	(401)8100	○	○	要
平賀診療所	関戸2-10-10	(375)7154	○	○	コロナのみ要
たかはし内科・脳神経内科クリニック	関戸2-66-1	(400)1508	○	○	要
武井小児科	関戸2-69-3	(357)3030	○	—	要
かどた皮ふ科・形成外科 聖蹟桜ヶ丘院	関戸4-3-3-1A	(400)1102	○	—	不要
佐々部医院	関戸4-9-2コンフォート聖蹟1階	(375)7313	○	○	コロナのみ要
まさ内科クリニック	関戸4-72ヴィータモールせいせき5階	(355)2300	○	—	不要
多摩ゆうあいクリニック	鶴牧1-1-14コージーコート1階	(310)1881	○	○	要
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	○	—	要
新垣内科外科クリニック	鶴牧1-24-1新都市センタービル3階	(373)0514	○	○	コロナのみ要
多摩海上ビル診療所	鶴牧2-1-1多摩東京海上日動ビル中央館1階	(356)2222	○	○	コロナのみ要
井上内科クリニック	鶴牧2-24-12	(400)1335	★	★	要
つまき八木クリニック	鶴牧5-4-1	(319)3449	○	—	要
渡辺クリニック	豊ヶ丘5-8-1	(371)3321	○	—	不要
天本病院	中沢2-5-1	(310)0333	○	—	要
多摩永山腎・内科クリニック	永山1-4グリナード永山5階	(311)2417	○	★	コロナのみ要
宮国医院	永山1-4グリナード永山5階	(376)4747	○	○	要
みゆき消化器内視鏡クリニック	永山1-5ベルブ永山211	(372)4853	○	—	不要
多摩みなみクリニック	永山1-7-8	(311)4415	○	○	要
たかまつ耳鼻咽喉科クリニック	永山1-14-12キャスケード11階	(371)1187	○	—	不要
永山諏訪内科呼吸器内科	永山4-2-6-202	(373)2522	○	○	要
鈴木内科胃腸科	永山5-4-10	(371)2760	★	—	不要
和光内科胃腸科	永山6-6-1	(311)7311	○	★	要
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	○	—	不要
聖ヶ丘病院	連光寺2-69-6	(338)8111	○	○	要

※通常の診療時間とは異なる場合あり。接種日時の詳細は、各医療機関のホームページなどで要確認

### コミュニティセンターから

愛宕かえで館 1003174 ☎ (375) 2990

#### ●かえで館まつり

日①10月12日(日)午前10時～午後4時  
②13日(祝)午前10時～午後3時30分  
①オープニングセレモニー、音楽舞踊  
②作品展示、飲食出店、野菜・パン・小物販売、クイズ脳トレ  
当日直接会場へ

### 健康だより

#### 都立南多摩看護専門学校公開講座「腸のメカニズムを知り、お通じを整える方法～身体の便りを意識していますか?～」

日11月15日(土)午前10時30分～11時30分  
場南多摩看護専門学校6階実習室(山王下1-18-1)定30人(申し込み先着順)  
内腸内環境と免疫力、ストレスと便秘、運動前後の腹部の聴診  
講師 都立南多摩看護専門学校教員  
申日11月14日(金)までに、電話またはインターネット手続きで、都立南多

摩看護専門学校 ☎ (389)6601  
https://logoform.jp/form/tmgform/1161996 へ  
申し込みはこちら ▶



#### 歯周病相談

歯周病は、口の中だけの病気ではなく、全身に深く関わっています。健康維持のために、相談してみませんか?

日11月6日(木)午前9時20分～11時30分  
定7人(申し込み先着順)  
内歯科医師による診査・相談、歯科衛生士による個別指導  
持ち物 普段使用している歯ブラシ  
日10月22日(水)午前9時から、電話で、健康推進課(健康センター) ☎ (376)9139へ

#### 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  
日1002830  
健康推進課 ☎ (376)9149  
☎ (371)1235(平日午前9時～午後5時)

#### 40歳から必ず受けよう！ 乳がん検診

近年、日本人女性の9人に1人が乳がんにかかると言われていますが、乳がんは早期に発見して治療すれば95%以上が治癒します。早期発見のために必ず2年に1度、定期的に検診を受けましょう(令和5年度は、多摩市乳がん検診で24人のがんを発見することができました)。

日令和8年3月31日まで 場 下表のと

医療機関名	所在地	電話番号
聖ヶ丘病院	連光寺2-69-6	0120(015)811
日本医科大学多摩永山病院	永山1-7-1	(202)8489
田村クリニック	落合1-32-1多摩センターペペリビル4・5階	0120(980)826
多摩センターレディースクリニック	鶴牧1-22-2多摩メディカルビルディング3階	(375)5122
多摩海上ビル診療所	鶴牧2-1-1多摩東京海上日動ビル中央館1階	(356)2222
都立多摩南部地域病院	中沢2-1-2	(373)5489

#### 献血のお知らせ

現在、献血への協力が必要量に届かない状況が続いています。病気やけがなどで輸血を必要としている患者さんを救うため、ご理解とご協力をお願いします。

日10月15日(水)午前10時～11時30分、午後0時45分～4時  
場 市役所東側駐車場  
日1011945  
東京都赤十字血液センター立川事業所 ☎ 042(529)0405

#### 受診相談(救急相談、医療機関案内)

日1002731

- ・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
- ・(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
10/5(日)	まへはら小児科	関戸4-72ヴィータモールせいせき5階	(374)5028
10/12(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
10/13(祝)	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
10/19(日)	せいせきサトウクリニック	関戸1-7-5京王聖蹟桜ヶ丘SC C館1階	(337)2715

#### ●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 日原則、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～正午、午後1時～3時30分 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  
※たま広報・市公式ホームページへの広告掲載希望の方は、株式会社ウィット ☎072(668)3275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 10月11日(土)～26日(日)

- 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。

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 FAX 042(797)6622

ご見学のお申し込み・資料請求は  
☎0120-27-1461

庭木1本から承ります

お客様へのお約束  
トイレはお借りしません  
土日でもOKです  
お茶はご遠慮します

たま広報をご覧の方に  
生垣の剪定 (長さ高さ1m2m)  
通常2,200円を  
初回限定 先着10名様 1,100円(税込)

ガーデンエクステル 多摩店  
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ ☎9:00~17:00  
☎0120-61-4128

VITA MALL SEISEKI  
ヴィータモールせいせき

2025年  
10月31日(金)  
リニューアルオープン

この街のランドマークが  
名前も新たに生まれ変わります。

VITA MALL SEISEKI  
〒206-0011 東京都多摩市関戸4-72  
(お問い合わせ先) 株式会社ザイマックス tel.03-6771-7143



2025 10月11日(土) ▶ 11月9日(日)

聖蹟桜ヶ丘 2025秋

ぶらり 謎とき! まち歩き

～公園と素敵なお店～

謎ときイラストをさがしながら 聖蹟桜ヶ丘の“まち”の魅力を再発見!



▲詳細はこちら

**50th** NIPPON ANIMATION since 1973

和田に制作スタジオがある日本アニメーション(株)は、2025年6月に創業50周年を迎えました。1975年に放送された『フランダースの犬』から始まった「世界名作劇場」シリーズは、深いメッセージと感動的なストーリーによって、次の世代へと引き継がれる名作です。市内で制作された名作にちなんで謎ときをしながら、まちを歩いてみませんか？

🔍 **コースを選んでまちを歩きながら謎ときポスターを探そう!** 詳細は、公式ホームページをご確認ください。

**赤毛のアン コース(謎とき難易度★)**

お菓子作りが大好きなアンとめぐるコースです。謎とき難易度は易しめなので、『赤毛のアン』を知らない方が作品を知るきっかけにもぴったり!

! 『赤毛のアン』は、脚本・演出を高畑勲さんが、作画監督・キャラクターデザインを近藤喜文さんが手掛けた作品です。



**フランダースの犬 コース(謎とき難易度★★★)**

『フランダースの犬』の世界に浸れるコースです。謎とき難易度は難しめで、アニメ作品に出てくるシーンやアイテムが出題されます。友人同士でアニメを見ていた頃を思い出したり、親から子にストーリーを教えたりして、謎ときに挑戦してみましよう!



**🎁 謎ときとアンケートに答えて限定特典をGET!**

**赤毛のアン コース正解特典**  
コットン巾着(先着500人)

**フランダースの犬 コース正解特典**  
A4コットンバッグ(先着500人)

**アンケート回答特典**  
ポストカード3枚セット(先着1,000人)

📍 景品交換所 カフェれすとなな(関戸公民館7階)

📌 限定 描き下ろし



**🏠 ラスカルコラボメニューを食べよう!**

イベント期間中、聖蹟桜ヶ丘の協力店舗ではラスカルコラボメニューを販売! ぜひこの機会にすてきなお店をご利用ください。



📞 1008782 関経済観光課 ☎ (338) 6909 ・ 📠 (337) 7659 / ©NIPPON ANIMATION CO., LTD. "Anne of Green Gables"™ AGGLA

ハローキティにあえる街 多摩センター

～多摩中央公園オープン記念イベント～

HELLO KITTY'S TOWN × 多摩中央公園 TAMA CENTRAL PARK

市では、多摩センターの親善大使であるハローキティや周辺に立地する企業と協力し、「ハローキティにあえる街 多摩センター」として市の魅力をPRしています。そんなハローキティにあえる街に、約11万㎡の広大な都市公園である”多摩中央公園”がオープンしたことを記念して、特別なイベントを用意しました! この機会に、ぜひ多摩中央公園へ遊びに来てください。

📞 1018440 関経済観光課 ☎ (338) 6830 ・ 📠 (337) 7659

📌 多摩中央公園の 詳細はこちら

**ハローキティとお花を植えよう**

**ハローキティとつながり! 重ね押しスタンプラリー**

**📅 日時** 11月1日(土)・16日(日) 午前11時・午後1時・3時  
※各約45分(うちハローキティ出演時間約20分)

**📍 場所** グリーンライブセンター

**👤 対象** 小学生とその保護者(1日は市内在住者限定)

**👥 定員** 各15組30人程度(応募者多数の場合は抽選)

**📖 内容** ハローキティとMCと一緒に、公園内にあるグリーンライブセンターの花壇に、パンジーのお花を植えよう。ワークショップやハローキティとの写真撮影も

**📝 備考** 雨天の場合、一部内容を変更して実施予定

**📄 申し込み** 10月5日(日)～15日(水)に、公式ホームページのインターネット手続きで、経済観光課へ

📌 申し込みはこちら ▶



📌 多摩中央公園の 詳細はこちら



📌 多摩中央公園の 詳細はこちら



ノベルティ ▲

© 2025 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. P170911-1