



市役所に行かなくても **大丈夫!**

証明書はコンビニで、

申請はオンラインで。

- 2 「市役所の手続き＝窓口に行くもの、電話してするもの」そうっていませんか？
- 3 子ども・若者関連情報、多摩センターひなまつり2026

- 4 富士見町発！すずらんだより
- 5・6 2月16日(月)から住民税(市民税・都民税)の申告受け付けが始まります！
- 7・8 講座・催し物

- 9 健康だより、障がい者関連情報
- 10 大人のための「こどもまんなか」入門

市長コラム

多摩の風 第140回

市民の皆さんには引き続きのご支援よろしくお願いします。

(多摩市長 阿部裕行)

切な一歩となります。

永山駅周辺の再生への大きな大

東京には引き続きの牽引、さ

療園の高度救急医療維持のため

つことができました。南多摩医

者への温かい眼差しに敬服です。

ようやくスタートラインに立

タッフ・関係者の建て替えへの

強い意志と救命救急現場での患

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

学多摩永山病院の牧野浩司院長

はじめ医師・看護師・全てのス

タッフ・関係者の建て替えへの

訴させていただきました。事故

や病など命の砦となる三次救急

は広域行政でしか守れないと。

そして、何よりも日本医科大学

「市役所の手続き＝窓口に行くもの、電話してするもの」 そうっていませんか？



最近コンビニで証明書などを取得することができ、スマートフォンやパソコンでできる手続きが増えています。手続きにかかる時間も短く、場所や時間にとらわれず便利です。ぜひご利用ください。

今後も市民の皆さんの利便性向上のため、手続きのオンライン化の取り組みを進め、パソコンやスマートフォンからインターネット経由で申請できる手続きを増やしていく予定です。

☎1005369 情報政策課
☎(338)6816



現在コンビニ・オンラインでできる手続き

コンビニ交付(午前6時30分～午後11時)

※年末年始・メンテナンス時を除く

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書
- ・課税(非課税)証明書
- ・戸籍証明書(多摩市に本籍のある方)
- ・戸籍の附票の写し

令和10年8月31日まで窓口より100円安い200円で取得できます。



▲コンビニ交付の詳細はこちら

オンライン申請(24時間申請可能)

- ・粗大ごみ収集
- ・公民館・総合体育館などの施設予約
- ・育児相談の申請 ・ゆりかごTAMA(妊婦面接)
- ・こども誰でも通園事業
- ・児童手当 子ども医療費助成制度
- ・大学など受験料及び模擬試験料助成
- ・多摩市子ども家庭サポーター派遣 など



▲その他の手続きはこちら

コンビニ交付？
オンライン申請？

「なんだか難しそう」「うまくできるか不安」と思った方必見！
市内在住のAさん・Bさんに体験していただきました！

Aさんの体験 市役所に行かなくてもできる！窓口より安い！ 住民票の写しのコンビニ交付



マイナンバーカードをマルチコピー機にセット



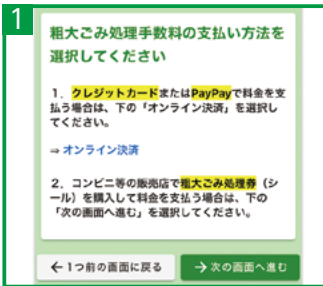
4桁の暗証番号を入力し、必要な書類を選んで料金を投入



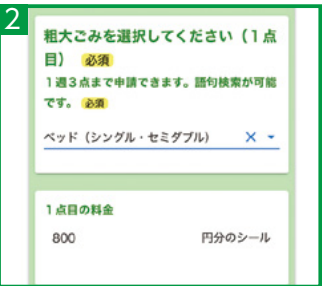
発行完了！



Bさんの体験 電話しなくてもできる！支払いもできる！ 粗大ごみ収集申し込みオンライン申請



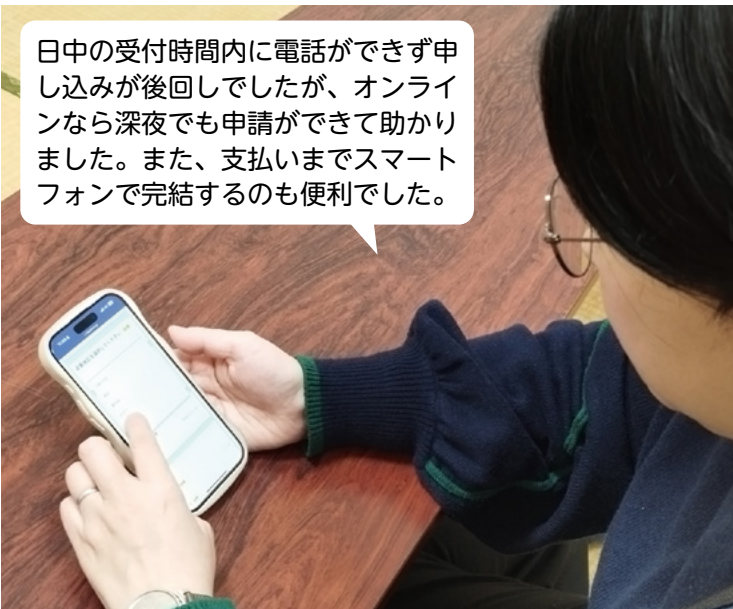
支払い方法を選ぶ(オンライン決済または粗大ごみ処理券をコンビニなどで購入)



収集地区・希望日・粗大ごみの種類を選ぶ(金額も分かります！)



氏名や住所を入力し、申請完了！



年度末に向けて、市役所の窓口は混雑が予想されます。コンビニなどで手続き可能なコンビニ交付とご自宅でも手続き可能なオンライン申請を始めてみませんか？



子ども・若者
関連情報

2月は児童手当・児童育成手当の支払月です

児童手当・児童育成手当を2月13日(金)ごろに受給口座へ振り込みます。2月末日になっても振り込まれていない場合はご連絡ください。

●児童手当の申請をお忘れなく

出生や転入などにより申請事由が発生したご家庭の方は忘れずに申請してください。手当は申請月の翌月分から支給対象になります。

☎児童手当＝1003454、児童育成手当＝1003456 ☎子ども・若者政策課 ☎(338)6851

1月中旬に就学通知書を送付しました

入学する学校や入学式の日時などをお知らせする就学通知書を送付しました。また、国立・私立・都立学校へ入学する方は、入学承諾書または入学許可書の原本と送付した就学通知書を至急学校支援課まで提出してください。

☎令和8年4月に市立小・中学1年生になる児童・生徒の保護者 ☎届いていない方は要問い合わせ ☎1009297 ☎学校支援課 ☎(338)6876

2歳歯っぴー歯科相談

☎3月12日(木)午後1時20分～2時50分 ☎健康センター ☎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 ☎1003437 ☎申問公式ホームページのインターネット手続きで、こども家庭センター「にじたま」 ☎(376)9177へ



パパママ学級(両親学級)

●歯っぴー食事コース

☎3月4日(水)午後1時15分～3時45分 ☎対妊娠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、夫婦のチーム育児について、調乳体験

●ウェルTAMA！赤ちゃん準備コース(全2回)

☎3月11日(水)午後1時15分～3時15分・14日(土)午前9時15分～正午 ☎対出産予定日が5月・6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】

☎健康センター ☎定20組(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1人での参加可 ☎1003411 ☎申問2月9日(月)から、電話で、こども家庭センター「にじたま」 ☎(376)9177へ

公民館保育室開放デー＆あかちゃんおはなし会

☎会場 ☎下表の通り ☎対未就学児のお子さんとその保護者 ☎備考関戸公民館で、2月18日、3月4日午前11時から30分間「あかちゃんおはなし会」を実施 ☎永山公民館＝1003198、関戸公民館＝1003215 ☎当日直接事務室へ ☎関永山公民館 ☎(337)6661、関戸公民館 ☎(374)9711

実施日	時間	場所	定員
2/16(月)	10:00～16:00	永山公民館第1・2保育室	20組程度
2/18(水)、3/4(水)	9:00～16:45	関戸公民館保育室	7組程度

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
●JUMP-JÄM ☎2月25日(水)午後3時～3時30分 ☎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 ☎2月18日、3月4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3月4日は工藤純子氏(フィットネスインストラクター)による赤ちゃんトリフレッシュ体操 ☎1003610

●幼児のつどい「ぼよぼよタイム」 ☎2月12日～3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カ月以上の子ども ☎1010027

あいらんど愛宕児童館 ☎(373)7677
●ちびっこたいむ ☎2月12日・19日、3月5日各木曜日午前10時30分～11時30分 ☎対未就学児と妊娠中の方 ☎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」 ☎2月12日、3月5日各木曜日午前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」 ☎2月13日～3月6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 ☎2月18日、3月4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 ☎2月25日(水)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 ☎2月9日・16日、3月2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2月9日は栄養士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

●0歳児のつどい「ひなたぼっこ」 ☎2月12日～3月5日の各木曜日午前10時30分～11時30分 ☎対0歳児 ☎1010688

●幼児のつどい「はとぼっぽ」 ☎2月18日～3月4日の各水曜日午前11時～11時45分 ☎対1歳以上の未就学児 ☎1010689

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 ☎2月13日・27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 ☎2月6日・20日各金曜日午前10時30分～11時30分 ☎場桜ヶ丘集会所 ☎対1歳以上の未就学児 ☎1012615

トムハウス落合児童館 ☎(371)5955

●ベビー☆パラダイス ☎2月25日(水)午前11時～11時40分 ☎対おおむね1歳までの子ども ☎1011033

●キッズ☆パラダイス ☎2月12日・26日各木曜日午前11時～11時40分 ☎対おおむね1歳以上の未就学児 ☎1011034

●絵本とあそぼ！ ☎2月18日(水)午前11時～11時30分 ☎対未就学児 ☎内楽しい絵本の読み聞かせ ☎1011095

からきだ菖蒲館唐木田児童館 ☎(338)2277

●CoCo♥KARAたいむ ☎2月12日～3月5日の各木曜日午前11時～11時30分 ☎対0歳児 ☎1014060

●Pico★KARAたいむ ☎2月13日～3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 ☎1014061



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～

☎2月20日(金)午後2時～4時(3時30分まで受け付け) ☎場関戸公民館創作室 ☎対市内在住・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) ☎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ば～ず他 ☎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

多摩センター
ひなまつり2026

☎2月14日(土)～3月3日(火)午前10時～午後5時 ☎場パルテノン大通り十字路 ☎内ハローキティにあえる街 多摩センターでしか見られないハローキティのひな飾り ☎1016820 ☎多摩センター地区連絡協議会事務局 ☎090(8636)4886(平日午前10時～午後5時)

© 2025 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. P170115-1

消費者相談室だより No.188

身に覚えのない荷物が届いたら

「自分あてに荷物が届いたが、注文した覚えがない。どうしたらいいか？」という相談が多く寄せられています。商品と一緒に請求書や納品書などが入っている場合は、その内容を確認しましょう。「以前注文したことを忘れていた」「定期コースの契約をしていた」などの場合もあります。後日、クレジットカードに請求される可能性もあるため、カードの利用明細を確認しましょう。

注文していないのに一方的に送り付けられ、請求を受けた場合は、代金を支払う必要はなく、商品も処分することができます。請求書が入っていないので、プレゼントの場合も多いので、心あたりに問い合わせましょう。商品を発送した通販業者に問い合わせることで、送り主が分かることもあります。

☎1003281 ☎消費生活センター消費者相談室(バルブ) ☎(374)9595

求人・募集

都営住宅シルバーピア(地元割当)入居者

募集住宅 単身者向け＝4戸、二人世帯向け＝1戸**備考**詳細は、2月12日(木)～20日(金)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案内参照ID1009623**申** 2月27日(金)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8年度会計年度任用職員(短期)登録者

職種 短期事務補助員、保育士、短期保健師、児童館補助員、軽作業員(選挙事務、学校用務など)他**募集条件** 年齢制限なし。一部資格を要する職種あり**雇用期間** 1年以内**内**繁忙期の臨時勤務など**備考**登録者の中から必要に応じて採用。時給などの詳細は、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、永山公民館で配布または公式ホームページに掲載の募集要項参照ID1005506**申** 公式ホームページのインターネット手続きで、人事課☎(338)6804へ

からきだ菖蒲館コミュニティスタッフ(事務職員)

募集人数 1日勤務・時間勤務(午前8時45分～午後4時45分)＝若干名**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、パソコン入力(Word・Excelの基本操作)ができる方**業務内容** 受け付け、日常的な管理運営業務など**採用日** 4月1日(水)(3月中に研修あり)または8月1日(土)(6月下旬に研修あり)**募集要項配布・応募期間** 2月22日(日)午後8時まで[9日(月)を除く]**面接日** 3月8日(日)**備考** 詳細は、募集要項参照ID1003175**問** からきだ菖蒲館☎(338)6333

乞田・貝取ふれあい館コミュニティスタッフ(事務職員)

募集人数 1日勤務・時間勤務・夜間勤務＝若干名**内** 市内在住で、徒歩または自転車で通勤可能な、パソコン操作(主にWord・Excelでの入力など)ができる方**内** 日常的管理運営、受け付け業務**採用日** 4月1日(水)(3月中に研修あり)**募集要項配布・応募期間** 2月5日(木)～18日(水)午前10時～午後8時[16日(月)を除く]**面接日** 2月28日(土)**備考** 詳細は、募集要項参照。要項の郵送は不可ID1003170**問** 乞田・貝取ふれあい館☎(339)1700

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

令和7年度第2回多摩市ニュータウン再生推進会議

日 2月16日(月)午前10時**場** 永山公民館集会室**定** 5人**内** 諏訪・永山まちづくり計画の進捗状況、貝取・豊ヶ丘地区での社会実験の実施報告ほかID1019055**問** 都市計画課☎(338)6959

令和7年度第6回多摩市学びあい育ちあい推進審議会定例会

日 2月18日(水)午後2時**場** 教育委員会会議室(ベルブ5階)**定** 10人(予定)**内** 市の社会教育・公民館運営などID1012194**問** 教育振興課☎(338)6930

第9回多摩市産業振興推進会議

日 2月18日(水)午後6時**場** 市役所第二庁舎会議室**定** 5人**内** 令和8年度事業についてID1018980**問** 経済観光課☎(338)6867

TAMA女性センター市民運営委員会

日 2月19日(木)午前10時～11時30分**場** TAMA女性センター活動交流室**定** 6人**内** 男女平等参画の推進に向けた事業の立案・実施などについてID1006307**問** TAMA女性センター☎(355)2110・FAX(339)0491

令和7年度第7回多摩市男女平等参画推進審議会

日 2月19日(木)午後5時～7時**場** TAMA女性センター活動交流室**定** 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ID1016722**問** 平和・人権課☎(376)8311・FAX(339)0491

令和7年度第2回多摩市みどりと環境審議会

日 2月20日(金)午前10時～正午**場** 市役所東庁舎会議室**定** 5人ID1019163**問** 環境政策課☎(338)6831

第8回多摩市自治推進委員会(第九期)

日 2月20日(金)午後7時～9時**場** 永山公民館視聴覚室**定** 10人ID1018907**問** 協創推進室☎(338)6803

市民委員募集

多摩市男女平等参画推進審議会

任期 4月1日～令和10年3月31日**対** 市の他の審議会などの委員になっていない、1月1日時点で18歳以上の市内在住・在勤・在学者**募集人数** 2人**報酬** 市の規定による**選考方法** 小論文・男女比率・年齢構成などを総合的に考慮の上、選考**備考** 結果は応募者全員に通知。提出書類の返却不

可。選出委員の氏名などは公表。詳細は、公式ホームページに掲載の選考要領参照ID1010364**申** 2月24日(火)必着の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送・ファクシミリまたは直接持参で、小論文「多摩市のこれからの男女平等参画推進について」(600字程度・様式自由)・住所・氏名・生年月日・性別・職業(在勤・在学者は名称と所在地)・電話番号・男女平等参画推進に関する学習・活動などについての略歴(ある場合)を記入し、〒206-0011関戸4-72ヴィータ・コミュニネ7階平和・人権課☎(376)8311・FAX(339)0491へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)

その他

多摩ニュータウン再生プロジェクト第13回シンポジウム

日 2月22日(日)午後2時**場** 永山公民館ベルブホール**定** 100人(会場先着順)**内** 再生推進会議の報告、基調講演「人口減少における豊かな地元未来のつくり方～つながりを育み、子育てや暮らしの困りごとを共助で解決するまちづくり～」、パネルトーク「子育て世帯に選ばれるまちに向けた、いまの働き方、暮らし方に合う多摩ニュータウンの住まいとは」**講** 師甲田恵子氏(株)AsMama代表取締役社長]

役社長]**備考** 後日市公式YouTubeチャンネルで公開予定ID1018958**申** 当日直接会場へ**問** 都市計画課☎(338)6959

市政その他のお知らせ

献血のお知らせ

日 2月15日(日)午前11時30分～午後4時**場** 永山公民館ギャラリーID1011945**問** 東京都赤十字血液センター立川事業所☎042(529)0405

2月の本庁舎

土曜日部分開庁

14日(土)・28日(土)

第4日曜日は開庁しません。

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(28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ID1001741**問** 市民課☎(338)6823、納税課☎(338)6852、保険年金課☎(338)6840

富士見町発！すずらんだより

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！

問 文化・生涯学習推進課☎(338)6882

●富士見町で夢の二拠点生活～薪ストーブのある暮らしを体験～

富士見町役場の岡村さん！富士見町の人ってお家に薪ストーブがあるって本当ですか？

©ふじまる

二拠点居住を検討している方が薪ストーブを体験できる宿泊施設もあるよ

冬の暖房は薪ストーブのみ、という人は結構いるよ！ふじまるは寒がりなのかな？

岡村さん(富士見町役場企画統計係)

冬はとても苦手です。薪ストーブ、憧れるな～

薪は薪屋さんで買うこともできるし、倒木を自分で処理する人もいますよ！一度火を起こせば、しばらく暖かさが持続するよ

わ～！暖かそうだね～！

富士見森のオフィスLivingはコワーキングスペースに併設された宿泊棟だから、滞在中に仕事もレジャーも楽しめてパッチリだね

富士見森のオフィスLiving

3月31日(火)まで、通常宿泊が10%オフ、一棟貸切が20%オフ

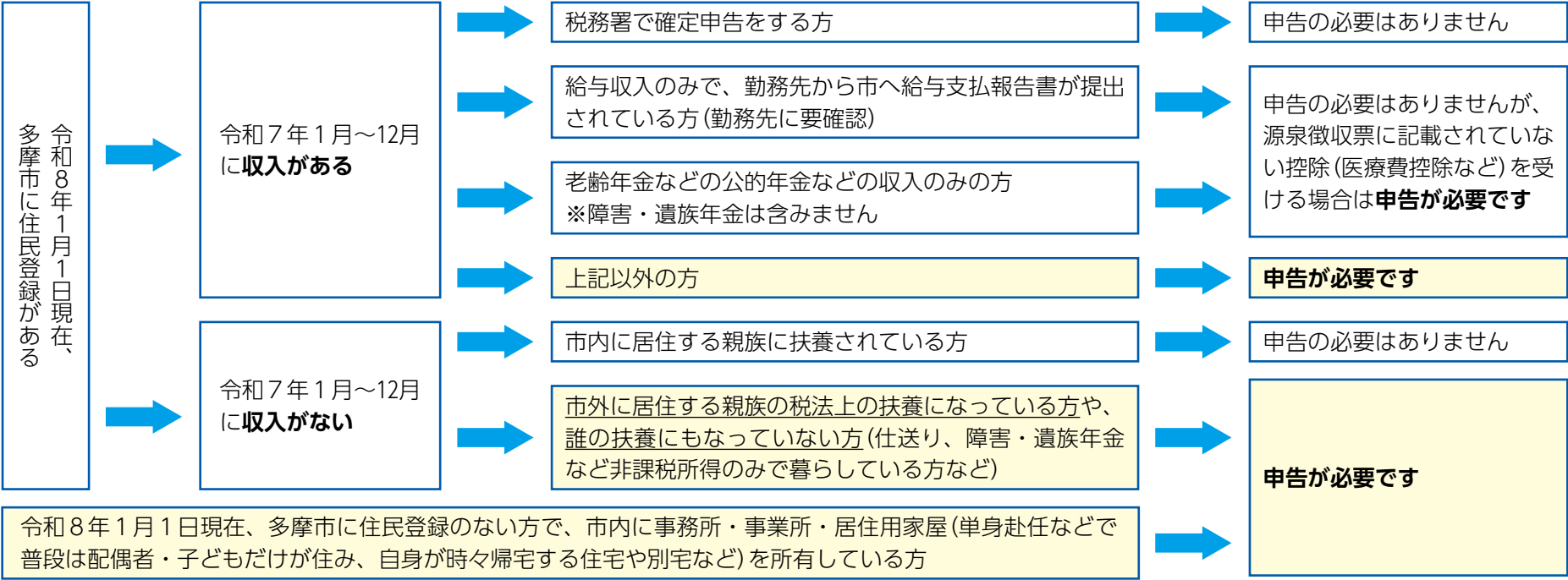
備考 詳細は、富士見森のオフィスURL<https://www.morino-office.com/post/20251206> 参照

詳細はこちら▲

2月16日(月)から住民税(市民税・都民税)の申告受け付けが始まります！

☎1009622 問 課税課 ☎(338)6821

あなたは住民税(市民税・都民税)の申告が必要ですか？(一般的な例です。当てはまらない場合もあります)



ご注意ください

申告が必要な方が申告をしない場合、課税(非課税)証明書の発行ができない他、各種軽減措置・給付金審査などができなくなります。また、申告が遅れると、1回あたりの納付額が増える場合があります。必ず、受付期間内に手続きをしてください。

申告の方法

以下のいずれかの方法により申告をお願いします。

電子での申告

個人住民税の申告は、令和8年度申告分(令和7年分の収入に対する申告)から、電子申告が可能になりました。

詳細は、市公式ホームページをご確認ください。

郵送での申告

申告書に必要事項を記入し、添付書類を同封して送付してください。記入方法が分からず記入していない項目がある場合でも、必要な添付書類が揃っていれば受け付けますが、書類が不足していると控除などが認められない場合があります。

郵送で提出し、申告の受付書の返却が必要な方は、必要代金分の切手を貼った返信用封筒を同封してください。

市役所での申告

受付期間	受付時間	場所
2/16(月)～3/16(月) ※土・日曜日、祝日を 除く[3/1(日)は開場]	9:00～16:00 ※受付時間 厳守	市役所西 第1～3会議室

令和8年度課税(非課税)証明書の発行および課税対象者への税額等通知書の郵送開始は6月上旬の予定です

申告時に添付または提示が必要なもの

所得控除などの詳細は、公式ホームページ参照▶

必要書類	対象者	必要書類の詳細	郵送の場合	
住民税申告書	申告するすべての方	前年度に住民税(市民税・都民税)の申告書を提出した方へ2月3日(火)に発送しました。 今回、申告書が必要な方は課税課へ連絡してください(申告会場でも配布します)	原本★	
前年中の収入が分かる書類	給与・公的年金などの収入のある方	源泉徴収票、給与支払証明書など	写し可	
	上記以外の収入のある方	収入や必要経費を確認できる支払調書や帳簿書類など	写し可	
各種控除に関する書類	医療費控除を受ける方	医療費の領収書に基づいて作成した明細書 ※医療費通知(医療費のお知らせなど)の原本を添付すると明細の記入を一部省略可	写し可	
	セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)を受ける方	セルフメディケーション税制の明細書	写し可	
	社会保険料控除(▲)を受ける方	国民年金保険料	日本年金機構が発行する控除証明書	原本★
		・国民健康保険税 ・後期高齢者医療保険料 ・介護保険料	添付義務はありませんが、金額が確認できるものがあれば持参	写し可
		・生命保険料控除(▲)を受ける方 ・地震保険料控除(▲)を受ける方	保険会社が発行する控除証明書	写し可
	障害者控除を受ける方	障害者手帳(障害の等級・交付年月日が記載されているページ)または高齢者の障害者控除対象者認定書(市役所高齢支援課で発行)など	写し可	
	雑損控除を受ける方	被災証明、盗難証明、災害関連支出の領収書など	写し可	
	寄附金税額控除を受ける方	寄附金の受領書(寄附した団体などから交付されたもの)	写し可	
	扶養控除(国外に居住する親族を扶養する場合)を受ける方	親族関係書類と送金関係書類、被扶養者が留学生である場合は、留学ビザ関係の書類など ※外国語で作成されたものは日本語の翻訳文も必要	写し可	
	その他の控除を受ける方	その控除に該当することを証明する書類	写し可	
個人番号(マイナンバー)確認書類	申告するすべての方	マイナンバーカード・通知カード・個人番号が記載された住民票など ※申告には個人番号の記載と提示が必要 ※扶養控除を申告する場合は、被扶養者の個人番号確認書類が必要	写し	
本人確認書類	本人が申告する場合	マイナンバーカード、運転免許証など。書類の種類により1～2点での確認が必要	写し	
代理人選任届(委任状)	代理人が申告する場合	委任者の本人確認書類を除いた必要書類を要持参(代理人の本人確認書類は郵送では写し)	原本★	

▲＝源泉徴収票に記載がある分については不要 ★＝原本は原則返却不可。返却希望の場合、要問い合わせ

5・6面で
一つの記事に
なっています



令和8年度から適用される住民税(市民税・都民税)の主な税制改正

令和7年1月1日～12月31日の収入を基礎とする令和8年度の個人住民税から適用される主な改正内容は以下のとおりです。

給与所得控除の見直し

給与所得者に適用される給与所得控除について、給与収入金額が190万円以下の方の最低保証金額が最大10万円引き上げられます。
※給与の収入金額190万円以下の方のみの改正。190万円を超える方の改正はなし

各種扶養控除などに関する所得要件の引き上げ

各種扶養控除などの適用を受ける場合における所得要件額が10万円引き上げられます。
(例)同一生計配偶者及び扶養親族の前年の合計所得金額の要件が48万円から58万円に引き上げ。

特定親族特別控除(大学生世代の子等に関する特別控除)の創設

従来より、納税義務者に、扶養範囲内で19歳以上23歳未満の控除対象扶養親族がいる場合、その納税義務者の前年の総所得金額などから、住民税は45万円を控除することとされてきました。令和8年度の個人住民税から、扶養範囲を超える19歳以上23歳未満の親族の場合も、当該親族の合計所得金額に応じて段階的に控除が受けられる仕組みが創設されました。

税制改正の詳細は、市公式ホームページをご確認ください
☎1018515



よくある質問

- Q**：市役所で確定申告書の配布はありますか。また、確定申告書の書き方は教えてもらえますか。
A：市役所で確定申告書の配布や書き方の指導はできません。日野税務署にお問い合わせください。
- Q**：自分は年金収入を得ているが、申告をした方がよいですか。
A：基本的に申告は不要ですが、400万円以上の年金収入やその他の所得が20万円を超える場合には確定申告が必要です。また、公的年金などの「源泉徴収票」に記載されていない各種控除(医療費控除など)を追加したい場合や、年金の他に20万円以下の所得がある場合には住民税の申告が必要です。
- Q**：昨年中は収入がありませんでした。申告の必要はありますか。
A：市外に居住する親族の税法上の扶養になっている方や誰の扶養にもなっていない方は住民

税の申告が必要です。申告が必要な方が申告をしなかった場合、課税(非課税)証明書の発行ができない他、各種軽減措置・給付金審査などができなくなります。

- Q**：ふるさと納税の「ワンストップ特例」を申請済みですが、医療費控除などのために確定申告をします。何か注意はありますか。
A：ワンストップ特例は「申告をしないこと」を前提とした制度です。確定申告や住民税の申告をすると、ワンストップ特例による寄附金控除の申請はすべて「無効」になります。そのため、ふるさと納税の寄附金についても、改めて申告書にすべて記入して提出する必要があります。

その他のよくある質問は市公式ホームページをご覧ください



日野税務署からのお知らせ

所得税・贈与税などの確定申告について

作成済み確定申告書は市役所でも提出できます

確定申告書の市役所での受け付けは投函箱による提出のみです。提出の際は、申告書と添付書類を、氏名・住所を記した封筒に入れて封をした上で、投函箱に提出してください。申告書の控えは

同封しないようご注意ください。

- ※令和6年分確定申告より申告書の控えに税務署の収受印が押印されないことになりました(税務署の運用変更)
※市役所で確定申告書の配布はありませんのでご注意ください

投函箱の設置期間	設置時間	場所
2/16(月)～3/16(月)の平日 ※3/1(日)は設置	9:00～16:00	市役所西第1～3会議室
2/16(月)～3/16(月)の開所日	8:30～17:00	聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所

※聖蹟桜ヶ丘駅出張所は土曜日・祝日を除く

※多摩センター駅出張所は日曜日・祝日を除く。2月19日(木)は臨時閉所

☎確定申告について＝日野税務署☎042(585)5661(自動音声)、住民税について＝市役所課税課☎(338)6821

税理士会からのお知らせ

「にせ税理士」「にせ税理士法人」にご注意ください

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジ

を着用しています。

☎東京税理士会事務局☎03(3356)4461・URL<https://www.tokyozeirishi.kai.or.jp>



個人住民税の寄附金税額控除を受けるには確定申告が必要です

個人住民税の寄附金税額控除を受けるためには、確定申告書の「住民税に関する事項」欄に寄附先・寄附金額などを記載し、領収書などを添付の上、税務署に申告する必要があります。なお、所得税が課税されずに個人住民税のみが課税される方は、お住まいの市町村に住民税申告を行ってください。なお、令和8年4月1日以降に支出する都知事が認可した公益信託への寄附金も新たに税額控除の対象となります。

備考詳細は、東京都主税局URL<https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp> 参照☎寄附金税額控除について＝東京都主税局課税部課税指導課☎03(5388)2969、具体的な税額などについて＝市役所課税課☎(338)6821

個人事業者の青色申告決算書・消費税申告 個別指導会

☎2月9日(月)・13日(金)・17日(火)・19日(木)・25日(水)・27日(金)、3月2日(月)・5日(木)・10日(火)・11日(水)☎個人事業者定150人(申し込み先着順)☎青色申告決算書・消費税申告作成指導講師経営指導員持ち物税務署より送付された書類、令和5・6年分決算書、確定申告書など☎贈与税に関するご相談や分離課税、譲渡などを含む相談は対象外。持ち物などの詳細は、多摩商工会議所URL<https://www.tamacci.or.jp> 参照☎主催電話で、多摩商工会議所☎(375)1211へ



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
 文化	永山公民館サロンライトコンサート	日2月14日(土)午後3時～4時15分(2時45分開場) 場永山公民館ベルブホール	対小学生以上定130人(会場先着順)出演曲目CREARE(ソプラノ・マリンバ・ピアノ)=アヴェ・マリア(シューベルト)、アンサンブルあい(女声アンサンブル)=恋人もいないのに他ID1018248申当日直接会場へ問永山公民館☎(337)6661
	永山公民館子育て応援コンサート～親子で楽しむ0歳からのクラシック～	日2月18日(水)午前11時～11時45分(10時40分開場) 場永山公民館ベルブホール	対乳幼児とその保護者定130人(申し込み先着順)出演城所素雅(ヴァイオリン)、中川さおり(ピアノ)曲目ハッピーバースデー、チャルダッシュ他ID1003201申問2月7日(土)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、永山公民館☎(337)6661へ 
	ヴィータ・コンサート たまたま奏でる繋がるプロジェクトスーパーライブ!～昭和歌謡・JAZZ・ビートルズ…多摩川が聴いている 珠玉の音色～	日2月27日(金)午後6時(5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)曲目銀河鉄道999(ゴダイゴ)、「L-O-V-E」(ナット・キング・コール)、カントリーロード(本名陽子)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
	文化財ウォーク「多摩の文化財めぐり」	日2月28日(土)午前9時30分～午後0時30分 集合都立埋蔵文化財調査センター(落合1-14-2)	定20人(応募者多数の場合は抽選)内多摩ニュータウン遺跡の発掘調査を振り返りながら、永山駅まで古民家などの文化財をめぐる街歩き備荒天の場合は中止。1回の申し込みで申込者本人のみ有効ID1008768申2月12日(水)必着の、インターネット手続きまたは往復はがきに必要事項を記入し郵送で、〒206-0033落合1-14-2東京都埋蔵文化財センター「文化財ウォーク『多摩の文化財めぐり』」係URLhttps://www.tomai-bun.jp へ問東京都埋蔵文化財センター☎(373)5296、市役所教育振興課☎(338)6883
	パルテノン多摩ミュージアム企画展関連イベント「多摩ニュータウンノ色まち歩きツアー諏訪・永山編」	日2月28日(土)午前10時～正午 集合永山駅前 交番前 	対小学校高学年以上(高低差のあるコースを歩ける方)定25人(応募者多数の場合は抽選)¥500円内諏訪・永山地区の団地建物の色を歩いて見て回る講師多摩ニュータウン色彩調査隊メンバー、パルテノン多摩学芸員申問2月20日(金)午後4時までに、インターネット手続きで、パルテノン多摩URLhttps://www.parthenon.or.jp/event/202511exhibition/・☎(375)1414へ
	【“たまには芝居”参加作品】TAGWEAP「泥中に咲け。」 	日2月28日(土)午後7時、3月1日(日)午後1時・5時(各30分前開場) 場永山公民館ベルブホール	定各120人(申し込み先着順)¥1,000円(小学生以下無料)主催多摩演劇フェスティバル実行委員会ID1014868申問電話またはインターネット手続きで、TAGWEAPURLhttps://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScv7yHeUcIQfe3Ez375PYQRrNyIWNdByr-JTANℓ64NtS7h2OA/viewform・☎070(3982)1339・✉tagweap.new@gmail.com 辻へ
	What's JAZZ! ジャズへの招待Vol.75～Happy Jazz～ 	日3月13日(金)午後1時・4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(全回購入の場合は3,000円)内On the Sunny Side of the Street、Hello,Doℓly!、bittersuite samba、stardust他出演小野優佳(トランペット)、金山マサ裕(ピアノ)、菅井信行(ベース)、スインギー奥田(ドラム)主催What's JAZZ実行委員会備当日空いている場合は午前11時から会場で当日券を販売ID1013102申問前売り券=2月9日(月)～3月12日(水)午前9時(初日は10時)～午後5時に、直接、関戸公民館☎(374)9711へ
 暮らし	「似合う色」を知って賢く消費行動を～パーソナルカラー診断講座～	日2月21日(土)午前9時30分～11時30分 場消費生活センター講座室(ベルブ)	対市内在住・在勤・在学者定24人(応募者多数の場合は抽選)講師椿ありさ氏[(一社)パーソナルデザイン協会]ID1019166申問2月6日(金)～12日(水)に、公式ホームページのインターネット手続きで、消費生活センター☎(337)6610へ 
	楽しく防災の知識が身につく! 屋内版防災キャンプ	日2月21日(土)午前10時～午後1時 場聖ヶ丘小学校体育館	定40人(申し込み先着順)内新聞紙やダンボール製品を使った生活環境づくり他持ち物室内用運動靴、飲み物ID1019172申問2月16日(月)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、防災安全課☎(338)6802へ
	ネット社会を生きる子どもたち～使わせる大人の役割を考える～	日2月28日(土)午後2時～4時 場関戸公民館第3学習室	定30人(申し込み先着順)内SNSやオンラインゲーム上での大人とのやりとりで子どもの被害を防ぐための利用上の注意点など保育4人[1歳以上の未就学児。2月13日(金)までの申し込み先着順]ID1019252申問2月9日(月)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・電話またはファクシミリで、氏名・電話番号・保育希望の有無を、TAMA女性センター☎(355)2110・FAX(339)0491へ
	多摩の伝統と恵みを味わう! 「多摩そば」づくり体験会 	日3月1日(日)午前10時～午後1時 場消費生活センター調理室(ベルブ)	対小学生以上の市内在住・在勤・在学者定20人(応募者多数の場合は抽選)¥1,000円協力岡崎和子氏(多摩うどんばんぼこ)、市内農家備多摩そばは、そば粉ではなく小麦でできたうどん。小麦アレルギーの方は要注意ID1019165申問2月15日(日)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、消費生活センター☎(337)6610へ
	星宇宙ミーティング～星と宇宙を聴いて体験する2日間～①スターライトコンサート②にじいる宇宙探検! ～光で探る 星と宇宙のひみつ～	日①3月6日(金)午後7時～8時②7日(土)午後2時～3時30分 場関戸公民館①市民ロビー②ギャラリー	定①100人②28人(いずれも申し込み先着順)内①星・宇宙にまつわる曲[月光(ベートーヴェン)、見上げてごらん夜の星を(いずみたく)、星に願いを(Leigh Harℓine)]のピアノソロコンサート②講演、「CD分光器」作成ワークショップ出演①唐木千咲氏(ピアニスト)講師②松元理沙氏(国立天文台ハワイ観測所すばる望遠鏡広報普及員)ID1019265申問2月9日(月)午前9時～3月5日(水)午後5時に、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、関戸公民館☎(374)9711へ
教育 	公民館市民企画講座 多摩市差別解消条例のとりくみとこれから～しょうがい当事者からのメッセージ～	日3月14日(土)午後2時～4時場関戸公民館ヴィータホール	定100人(会場先着順)内障がい者差別の解消と社会参加できるまちづくりに向けた当事者と支援者によるシンポジウム講師藤吉さおり氏(多摩市権利擁護専門部会委員)ほか備要約筆記・手話通訳、横になって休めるスペースありID1019039申当日直接会場へ問企画自立ステーションつばさ☎(389)6491・✉tsubasa199404tbs@gmail.com



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
 環境	春を待つ動植物を探そう! 	日2月23日(祝)午前10時～午後0時30分 集合場所グリーンライブセンター多目的室	定24人(申し込み先着順)¥500円(保険料など)内冬越しする生き物や早春の草木の観察講師小林健人氏(NPO法人フュージョン長池)備未就学児は要保護者同伴ID1019153申問2月7日(土)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☎(375)8716・URLhttps://tama-gl.c.jp/events/c260223/へ
	TAMAサスティナブル・アワード2025-2026ワークショップ・講演会	日2月28日(土)午後2時～4時 場パルテノン多摩市民ギャラリー 	定30人(応募者多数の場合は市内在住・在勤・在学者優先の抽選)内水になり地球上を旅するワークショップ他講師武田智子氏(WWFジャパン)備小学3年生以下は要保護者同伴ID1019262申問2月18日(水)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ファクシミリで、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(子どもは学年)・住所・電話番号・メールアドレスを記入し、環境政策課☎(338)6831・FAX(338)6857へ
	コミュニティガーデン講座～早春のお手入れ(選択的除草)とコミュニティファームのプランニング	日3月7日(土)午前10時～正午 場グリーンライブセンター 	定24人(申し込み先着順)¥500円(保険料など)講師NPO法人GreenWorks備長袖長ズボン、汚れても良い服装でID1017347申問2月7日(土)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/c260307/・☎(375)8716へ
 スポーツ	楽しく!美しい!ラジオ体操教室	日2月18日(水)午前10時～11時30分(9時30分受け付け) 場愛宕かえで館	対市内在住・在勤・在学者定30人(申し込み先着順)内からだの効果的な伸ばし方や、体操のコツを丁寧に指導講師山田小太郎氏(国士舘大学男子新体操部監督)持ち物室内用運動靴、タオル、飲み物ID1012979申問2月15日(日)までに、電話または直接、愛宕かえで館☎(375)2990へ
	ランニング教室 	日2月19日(木)午前10時30分～正午(午前10時受け付け) 場南豊ヶ丘フィールド	対成人定20人(応募者多数の場合は抽選)¥500円講師徳田由美子氏(800m元日本記録保持者ほか)持ち物靴(スパイク不可)、タオル、飲み物(水のみ)主催(一社)東京グリーンスポーツリンク備運動できる服装で申問2月17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/sfg/en/S889508972/・☎(400)5487へ(午前10時～午後5時)
	多摩市×東京ヴェルディOver-40サッカー教室 	日2月28日(土)午前10時～11時30分 場陸上競技場	対40歳以上の市内在住・在勤者定40人(応募者多数の場合は抽選)内東京ヴェルディのスクールコーチによるサッカー教室持ち物サッカーボール、スパイク、飲み物共催東京ヴェルディ(株)備運動できる服装でID1019309申問2月10日(火)～23日(祝)に、公式ホームページのインターネット手続きで、スポーツ振興課☎(338)6954へ
 健康・福祉	初心者向けバルーンアート講座(多摩市社会福祉協議会ボランティア活動等振興助成事業)	日2月19日(木)午後1時30分～4時 場多摩ボランティア・市民活動支援センター活動室(ヴィータ)	対バルーンアートに興味があり、受講後に市内でボランティア活動をしたい方定20人(申し込み先着順)¥1,500円(ポンプ持参の方は1,000円)内子どもに人気のある作品を中心としたバルーンアートの基礎講師主催スマイルバルーン申問2月13日(金)までに、電話またはファクシミリで、多摩ボランティア・市民活動支援センター☎(373)6611・FAX(373)6629へ
	令和7年度福祉大会講演会 	日2月28日(土)午後2時15分～3時45分 場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ多目的フロア	定100人(会場先着順)講師山中孝一郎氏(東京2025デフリンピックマラソン選手)内デフリンピックでの競技の様子や自身の障がいについて備詳細は、多摩市社会福祉協議会URLhttps://tama-shakyo.jp/news/r7ftaikai 参照申当日直接会場へ問多摩市社会福祉協議会☎(373)5611・FAX(373)5612
	ライフウェルネスワークショップ 講義と体験で身につく、今から始める健幸習慣! 	日①3月7日②14日、各土曜日午前10時～11時30分 場パルテノン多摩練習室3	定各15人(いずれも申し込み先着順)内①呼吸と運動②食事と睡眠持ち物室内用運動靴、タオル、飲み物講師鈴木皓晴氏(パーソナルジムBEYOND多摩店トレーナー)備動きやすい服装で。②オンライン参加も可(定員なし)ID1019301申問2月6日(金)～27日(金)に、公式ホームページのインターネット手続きで、企画課☎(338)6916へ
	女性の健康週間企画定30人(申し込み先着順)		
	知って安心!更年期を味方にするヒント～女性の健康応援講座～ 	日3月8日(日)午前10時～正午 場健康センター会議室2	対更年期に関心がある方、市内在住・在勤・在学者内①講義②ヨガ講師①関口敦子氏(日本医科大学多摩永山病院女性診療科・産科医師)②河野郁江氏(多摩市スポーツリーダー)持ち物飲み物、フェイスタオル(運動補助用)備ヨガマット持参可。動きやすい服装で。夫婦・パートナーとの参加可ID1016479申問2月9日(月)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、健康推進課☎(376)9139へ
	不妊・不育症講演会「妊娠前からの身体づくり～不妊・不育症について考えよう～」 	日3月15日(日)午前10時～11時30分 場健康センター会議室2	対妊娠や不妊症・不育症、不妊治療に関心のある方内不妊・不育症の基礎知識と妊娠前からの健康づくり他講師早川繁氏(こまちレディースクリニック院長)ID1019203申問2月5日(木)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、こども家庭センター「にじたま」☎(376)9177へ
	きて!みて!つながって!たまボラ・テラス～多摩ボラセンのボランティア見本市～ 	日3月13日(金)午後1時30分～4時 場関戸公民館、多摩ボランティア・市民活動支援センター(ヴィータ)	対市内または近隣在住・在勤・在学者内ボランティア団体の活動紹介や体験、団体巡りツアー、ボランティア活動に関する個別相談共催多摩ボラセン登録団体連絡会『たまぼら連』備参加団体などの詳細は、多摩市社会福祉協議会URLhttps://tama-shakyo.jp/mihonnichi8 参照申当日直接会場へ問多摩ボランティア・市民活動支援センター☎(373)6611・FAX(373)6629
	骨盤ケア講座～骨盤から整える、呼吸とリラックス習慣～(全6回)	日4月9日・23日、5月14日・28日、6月11日・25日各木曜日午前10時～11時20分 場二幸産業・NSP健幸福祉プラザ集会室	対おおむね18歳以上の女性定15人(応募者多数の場合は抽選。定員に満たない場合は中止の可能性あり)内快適な体を維持するためのストレッチ¥7,800円(全回分)講師末政めぐみ氏(骨盤ケアトレーナー)備応募者全員に結果などをはがき・メールで通知申問3月19日(木)必着の、往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢層・電話番号を記入し郵送・通常はがきを直接持参またはインターネット手続きで、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階センター事務室管理係URLhttps://www.tama-fukushi.org/・☎(356)0303へ



令和7年度多摩市三師会市民公開講座「見えにくさを感じたら、白内障ってどんな病気?～症状から治療までをやさしく解説します～」

日 3月1日(日)午後2時15分～3時30分(1時45分開場)場 パルテノン多摩第一会議室定50人(会場先着順)講師

木村純一氏(木村眼科院長)主催 多摩市三師会(多摩市薬剤師会、多摩歯科医会、多摩市医師会)申当日直接会場へ 関(一社)多摩市医師会 ☎(372)3488

歯周病相談

日 3月5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 普段使っている

歯ブラシ 日 1012097 申 関 場 2月9日(月)午前9時から、電話で、健康推進課(健康センター) ☎(376)9139へ



障がい児(者)等歯科診療「ふれあい」

日 水・木曜日 対 一般の歯科診療所に通院が困難な方 受付時間 午前9時30

分～11時45分 費 保険診療の自己負担分 持ち物 マイナ保険証、資格確認書、障害者手帳、お薬手帳 備考 障がいをお持ちの方などへの地域の歯科医院の紹介・相談は要問い合わせ 日 1009365 申 関 場 電話で、健康推進課(健康センター) ☎(376)9149[診療受付時間中は ☎(376)8009]へ

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

市民のひろば

3月20日号の原稿受け付けは2月4日(水)～12日(木)、4月1日号の原稿受け付けは2月16日(月)～24日(火)です(先着30団体)。掲載には条件あり(掲載規定参照)。掲載規定・掲載用紙は公式ホームページに掲載の他、市役所3階秘書広報課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布 日 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
聖フレッシュ 日 毎週月曜日13:00～14:45・15:00～16:45 場 ひじり館ホール 対 女性 費 入会金(1,000円)、3ヵ月会費(5,000円) 備考 シニア中心で椅子などを使用

した有酸素運動とストレッチ 関 ☎090(9325)1536 上野和美
桜ヶ丘公園雑木林ボランティア 日 毎週土曜日9:30～12:00 場 都立桜ヶ丘公園 対 18歳以上 費 入会金(無料)、年間ボランティア保険料(700円) 備考 雑木林の維持管理、谷戸田の景観回復 日 3月7日(土)13:00 応募者説明会 関 ☎(339)0745 谷村信弘
混声合唱団「あざみの花」 日 日曜日10:00～12:00(月2回) 場 関・一つむぎ館3・4階 対 合唱好きな方 費 入会金(無料)、月会費(2,000円) 備考 「大地讃頌」「この街で」「大きな古時計」を練習中 関 ☎(371)6315 宮林
多摩市茶道連盟 日 月釜＝第2日曜日10:00(年5回) 場 関戸公民館茶室・会議室 対 有資格者 費 入会金(3,000円)、年会費(5,000円) 備考 その他月例会、市民茶会、茶道教室、委託事業。良き友と出

●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 マイナ保険証、健康保険資格確認書、乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
2/8(日)	佐々部医院	関戸4-9-2 コンフォート聖蹟1・2階	(375) 7313
2/11(祝)	つるまき八木クリニック	鶴牧5-4-1	(319) 3449
2/15(日)	鈴木内科胃腸科	永山5-4-10	(371) 2760

●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 対 原則、15歳以下 関 ☎(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 関 ☎(376)8009

会い茶の湯を通して地域社会と交流を 関 ☎(375)7005 小西

催し案内

東風吹く朗読会 朗読遊人の会<彩聲>
日 2/17(火)13:30(13:00開場) 場 消費生活センター講座室(ベルブ) 費 無料 備考 定員40人(要予約)。5名の女性の朗読を(多少変更あり) 関 朗読遊人の会 ☎090(1426)5853 草野(非通知不可)
『SILENT FALLOUT 無音の死の灰』上映会 日 2/20(金)①14:30②18:00 場 永山公民館ベルブホール 費 500円 備考 ①16:00から川崎哲氏(ICAN)講演あり。アメリカの核汚染の実態を暴く話題作。後援＝多摩市、TIC 関 『SILENT FALLOUT』自主上映の会 関 eiga@neoflow.jp
第2回子どもが好きな昔話を大人が聞く会 日 2/21(土)14:00～16:00 場 中央図書

館活動室2・3 費 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 関 多摩おはなしネットワーク ☎080(5547)8434 辻山妙子
春の中国薬膳の会 日 2/26(木)13:00～16:00 場 消費生活センター調理室(ベルブ) 費 1,700円 備考 春の体に合う食材の話とレシピによる調理・試食 関 日中友好協会多摩支部 ☎(376)4632 後藤チハタ
愛宕テニスクラブ体験会 日 3/2(月)・5(木)・7(土)・8(日)10:00～12:00 場 愛宕東公園テニスコート 費 無料 備考 体験会では主に基本練習を行います。初心者の方も歓迎します 関 愛宕テニスクラブ 関 atagotennis.c@gmail.com 西山裕
弁護士が教えるカッコイイ相続・認知症対策 日 3/3(火) 場 関戸公民館第3学習室 費 無料 備考 ①セミナー10:00・13:30②相談会11:30・15:00・16:00 関 終活健康サポート多摩 ☎090(8089)7578

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 2月11日(水)～3月1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感じてください。

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

おかげさまで**37年**

多摩市で焼肉!! 権左工門

「たま広報」持参の方 **10%OFF**

焼肉 権左工門 ご予約は平日のみ承っています。
〒206-0002 東京都一ノ宮1丁目23-5(1F)
ご予約お待ちしております!
042-389-2901
営業時間:平日 17時～23時 / 土日祝 16時～23時

戸建の塗り替え

雨漏り診断 各種防水

アパート マンションの修繕工事

1956年創業の実績と信頼
梅津塗工株式会社
多摩市関戸 5-10-3

お問い合わせ 見積無料
電話 **042-375-2153**
メール **info@umezu-tokou.co.jp**

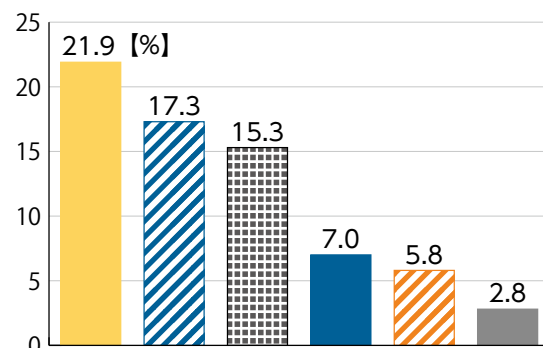
梅津塗工 🔍 検索
東京都知事許可(特)第84691号

目の不自由な方へ、たま広報を音訳したCD「声のたま広報(デジ版)」を発行しています(一部のパソコンでも再生可)。申し込みは秘書広報課 ☎(338)6812へ。
この広報紙は再生紙を使用しています。この広報紙は読みやすい書体(ユニバーサルデザインフォント)を使用しています。

大人のための「こどもまんなか」入門



子ども・若者に聞いた、あなた自身が「守られていない」と思う権利



※「多摩市子ども・若者の権利を保障し支援と活躍を推進する条例」で定めた6つの権利から最大3つを選択(回答は15～39歳の市内在住者)

- 意見を表明し、暮らしやすいまちの実現に向けて参画する権利
- 自らの意思で挑戦し、その挑戦を後押しされながら成長する権利
- 抱える困難に応じて必要な支援を受ける権利
- 育つ権利
- 守られる権利
- 生きる権利

▲「多摩市子ども・子育てに関する計画策定に係るニーズ調査報告書(令和6年3月)」より

子ども・若者の意見を受け止めていますか？

入門

こどもまんなか社会実現のために大人ができること 一人の人として尊重しよう



Point1

✓ 年齢で区別しない

- ・『子ども・若者』だから無理」と決めつけない
- ・興味や意見を、一人の人のものとして受け止める

例えば、こんな受け止め方

美術館に興味があるのね！
何か見たいものがあるの？



Point2

✓ 話を最後まで聞く

- ・最後まで聞くことで気持ちや考えの理解につながります
- ・「聞いてもらえた」という安心感が信頼につながります

例えば、こんな受け止め方

うん、何があったの？
お父さんに教えて！



Point3

✓ 大人の考えを押し付けない

- ・「こうした方がいい」と決めつけない
- ・自分で決めることが子ども・若者の自信につながります

例えば、こんな受け止め方

そうなのね！ どうして□□高校に行きたいと思ったの？

実際に子ども・若者と関わる時には...

3つのPointを意識した上で、**一人ひとりの個性や状況に応じて関わり方を工夫**すると、より良い関係性の構築につながります。

時には、**大人としての経験をもとに、**

子どもにとって適切な方向性を示すことも大切です。

子ども・若者の気持ちや意見を尊重し、理解しようと意識しながら、**「こどもまんなか社会」**を目指しましょう！

市でも、子どもみらい会議や地域でのワークショップ、市の説明会などのさまざまな場面で子ども・若者の意見や考えを聞いています。
このマークも、子ども・若者の投票で誕生しました。



私たちもできる
ことから始めて
みましょう！

