

受診相談(救急相談、医療機関案内)

☎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
☎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。来院前に必ず電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。
☎月午前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
3/8日	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
3/15日	永山内科クリニック	乞田1426 KTAビル2階	(338) 2355
3/20日	松田医院	貝取1-48-1	(373) 3205

- 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 **☎**(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 **☎**(376)8009

Let's 健幸まちづくり! Vol.18

市内の企業や団体のトップが“健康で幸せな働き方”を宣言する「健幸!ワーク宣言」。その取り組みが広がり、参加団体は51団体となりました(令和8年2月現在)。市内では、企業と学生の交流会や学生向けリーフレット発行など、健幸的に働くための取り組みがさらに進んでいます。



今回のテーマ
健康で幸せに働く取り組み
～健幸!ワーク宣言団体が50団体突破!～

☎1002745 企画課 ☎(338)6916
FAX (337)7658

健幸!ワーク宣言についての詳細はこちら▶



健幸的な働き方を広げる動きが、市内で加速しています

健幸!ワーク宣言企業と学生が語り合う“健幸ワーク”

健幸的な働き方を推進する企業が集まり、学生に向けた働き方の紹介や、自分が考える理想の健幸ワークをテーマとしたグループワークを実施しました!



交流会の様子を動画で公開中!▲



企業の声

学生世代の価値観を知る良い機会となり、学生の率直な意見は私たちの職場づくりの大きなヒントになりました!

学生の声

仕事の幸せとプライベートの幸せの両方を追い求めながら、頑張っていきたいと思いました。



学生のための“健幸ワーク”リーフレット

学生の皆さんが自分に合った働き方を考えられるよう、健幸!ワーク宣言企業の取り組みを紹介するリーフレットを発行しました。働き方の価値観チェックや企業の実例を掲載し、“健やかで幸せに働く”ためのヒントを分かりやすくまとめています。



配布場所 市内健幸Spot、市内大学など

リーフレットの閲覧はこちら▶



健幸!ワーク宣言企業対抗ウォークバトル

多摩市健幸ポイント「TAMAるんるん」を使った「企業対抗ウォークバトル」を開催しました。多摩市役所を含む計4社が参加し、接戦の末、ケル(株)が優勝しました。

参加企業

- ・(株)アン・プロモーション
- ・(株)インフォテクノ朝日
- ・ケル(株)
- ・多摩市役所

「みんなで歩く」ことを意識し、楽しく健幸的に働くきっかけづくりとすることができました。



TAMAるんるんの詳細はこちら▲



優勝したケル(株)(一日あたり平均歩数12,536歩)▲

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

お金のプロが教える“貯まる法則”とは? NISA・iDeCoのポイントも解説 ファイナンシャルプランナーに学ぶ「はじめてのマネーセミナー」

3月20日(金・祝)無料・要予約 パルテノン多摩で開催

今や、節約だけでは貯められない時代。充実した人生のためには、お金についての正しい知識が必要です。何もしないままだと10年後、20年後に大きな差がつきます。そこで「ライフプラザパートナーズ」(※募集代理店=東京FA第三営業部 東京都新宿区西新宿1-21-1、明宝ビルディング12階 ☎03・5322・7213、LPPTK3-26-04【2028年1月31

日末日】)では、3月20日(金・祝)に「はじめてのマネーセミナー」をパルテノン多摩で開催します。

貯蓄・投資のノウハウを伝授 賢いお金の貯め方・守り方

セミナーでは、経験豊富なファイナンシャルプランナーの杉山健太さんが、プロだから知っている上手なお金の貯め方・増やし方、無駄のない保険の選び方、退職金の運用などわかりやすく解説してくれます。自分と家族のこれからの役立つ、上手

なお金との付き合い方やマネープランを学べます。セミナー終了後は、個々の疑問や悩みに応える無料個別相談の予約も。この機会に気軽に参加を。

☎3月20日(金・祝)【午前の部】午前10時～11時30分【午後の部】午後1時30分～3時 ※希望の部を伝えてください ※各部30分前から受付開始 **場** パルテノン多摩4階



※写真はイメージです

会議室2(多摩市落合2-35)各線「多摩センター」駅徒歩5分 **時** ゴディバのクッキーセット進呈(写真) **講師** ファイナンシャルプランナー 杉山健太さん(写真) **定** 各部12人(申し込み先着順) **料** 無料(要予約) **問** セミナー事務局(わかば企画内) ☎0120-661-339 午前10時～午後5時 ※応募者の個人情報は受付に利用



WEBの申込はこちらから

