



けんこう
健幸ポイントアプリ「TAMAるんるん♪」で
スマホを使って、気軽に、簡単に、
健幸習慣をSTARTしよう！

- 2 令和8年度も盛りだくさん！ TAMAるんるん♪
- 3 子ども・若者関連情報
- 4 「たまなびパスポート」の利用が始まります！
- 5 いきいきシニア、障がい者関連情報

- 6 多摩センターこどもまつり
- 7 自分に合った納付方法を見つけよう！
- 8 口座振替のススメ
- 9 税、相談案内

- 10 市民参画、市政その他のお知らせ
- 11 求人・募集、健康だより
- 12 検診は、20歳から。早期発見であなたの命を守ります。

令和8年度も盛りだくさん！ TAMAるんるん♪

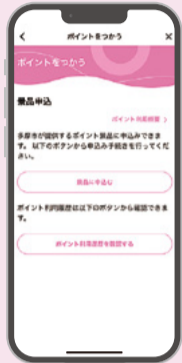
健康ポイントアプリ「TAMAるんるん♪」は、18歳以上の市内在住・在勤・在学者は誰でも利用できるアプリです。ウォーキングや毎日の食事記録・健診受診・市内イベントへの参加などで「健康ポイント」が貯められ、貯めたポイントを使って景品がもらえます。ご自身だけでなく、家族や友人とも一緒に使って、健康な生活を送りませんか？

☎1018289 企画課 ☎(338)6916

あなたも今から始めませんか？

TAMAるんるん♪利用の3STEP

- 1 アプリをダウンロードして利用登録をしよう！
- 2 ウォーキングや食事記録・イベントなどに参加してポイントを貯めよう！
- 3 貯めたポイントを使ってギフトをGETしよう！



▲アプリインストール方法などの詳細はこちら



スマートフォンを持って歩くだけで、TAMAるんるん♪の歩数記録に反映されます。食事記録をすると、足りない栄養素のアドバイスなどももらえてさらに健康に！アプリの使い方が分からないときは、公式ホームページ掲載の「TAMAるんるん♪を使いこなすには？」などをご覧ください。

多摩市健康ポイント事業コールセンター
☎0570(031)033(平日午前9時～午後5時)

TAMAるんるん♪を使いこなすには？▶



ポイントを「ためる」 イベント参加でポイントをさらに貯めよう！

多くの利用者の方にポイントを楽しく、たくさん貯めていただくために、年間を通してさまざまなポイント獲得企画を実施します！

参加で
50ポイント！

アプリの利用に不安がある方も！ アプリインストール＆ 利用説明会

これからTAMAるんるん♪アプリを始める方、すでにアプリやウェアラブル端末を利用しているけれど使い方が分からない方を対象とする、1 枠30分の個別説明会です。

日時	場所
5/28(木)9:30～16:30	消費生活センター講座室(ベルブ)
6/9(火)9:30～16:30	中央図書館活動室1
6/24(水)9:30～16:30	関戸公民館ギャラリー
7/15(水)9:30～16:30	消費生活センター講座室(ベルブ)
9/9(水)9:30～16:30	中央図書館活動室1



▲詳細・申し込みはこちら

定 各36人(申し込み先着順)

申 各回開催の1カ月前～2営業日前に、公式ホームページのインターネット手続きで、企画課へ

参加で
50ポイント！

デューク更家の ウォーキング教室

デューク更家氏によるウォーキング教室を今年度も開催します。

日 7月5日(日)午前10時30分～正午

場 パルテノン多摩オープンスタジオ

対 TAMAるんるん♪アプリをインストール・利用登録済みで、アプリ内でマイナポータル連携をする方(当日連携状況の確認あり)

定 60人(応募者多数の場合は抽選)

備考 結果は6月中旬に当選者に通知

申 4月21日(火)～6月14日(日)に、公式ホームページのインターネット手続きで、企画課へ



詳細・申し込みはこちら▶



ポイントを「つかう」 貯めたポイントを使って“ごほうび”をGET！

令和8年度はデジタルクーポンや地域ゆかりの景品など、年間を通してさまざまなキャンペーンを実施予定です。

第1弾キャンペーン PayPay商品券

①②ともに抽選で2,000円相当の商品券をプレゼント！

応募方法

①1,000ポイント使用 応募は一人1口まで！(1,100人当選)

②2,000ポイント使用 応募は何口でも可！(400人当選。複数応募の場合も当選は一人1口のみ)

応募期間 6月1日(月)午後1時～25日(木)

当選発表 7月22日(水)

商品券利用期間

7月22日(水)～9月30日(水)



①②の両方に応募すると、最大4,000円相当の商品券GETのチャンス！

TAMAるんるん♪企業協賛キャンペーン 大塚製薬(株)カロリーメイトゼリー

300ポイントを貯めた方には、大塚製薬(株)のカロリーメイトゼリー(3個セット)を抽選で24人にプレゼント！

応募方法 300ポイント使用 応募は一人1口まで

応募期間 4月20日(月)午後1時～5月8日(金)

備考 当選通知は景品の発送をもってかえさせていただきます

からだ
身体に必要な5大栄養素をいつでもどこでも手軽に補給できる！



各キャンペーンはアプリ内のポイントで「つかう」から応募してください！

各キャンペーンの詳細はこちら▶



TAMAるんるん♪今後のスケジュール

7月～8月ごろ ウェアラブル端末・体組成計の貸し出し(一部年齢制限あり)

秋ごろ 第2弾キャンペーン(地域ゆかりの景品が当たる！)

冬ごろ 第3弾キャンペーン(デジタルクーポンが当たる！)

その他、1年を通して健康イベントやウォークラリーの新コースリリース・説明会などさまざまな企画を実施予定！

TAMAるんるん♪アプリやたま広報などでお知らせします！

● たま広報へのご意見をお寄せください ●

広報紙に関するご意見やご要望などがありましたら、次のフォームからお寄せください。
☎1012584 秘書広報課 ☎(338)6812



子ども・若者 関連情報

児童扶養手当額を改定しました

児童扶養手当額が令和8年4月分から以下のように改定されました。本体額46,690円から48,050円、2子以降加算額11,030円から11,350円(満額支給の場合であり、これまで通り所得により減額あり)

☎1003455 子ども・若者政策課 ☎(338)6851

生活困窮世帯を対象に大学などの受験料および模擬試験料を助成します

●高校・大学進学のための模擬試験料支援

種類20歳未満の方が大学などを受験する年度に受ける模擬試験料、中学3年生が高校などを受験する年度に受ける模擬試験料**上限金額**20歳未満の模擬試験料=8,000円、中学3年生=6,000円

●大学などの受験料支援

種類20歳未満の方が大学など[大学、短期大学、専修学校(専門課程)、高等専門学校(4年時)]を受験する際の受験料**上限金額**53,000円

【共通事項】

備考世帯収入(所得)などの要件あり ☎1014103 ☎令和9年3月31日(水)消印有効の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送または直接持参で、市役所4階子ども・若者政策課 ☎(338)6958へ

多摩市子どもの学習支援事業利用者募集

☎7月下旬～令和9年3月(全30回。月4回程度。別途夏季・冬季休暇中の追加開催あり) **場所**など右上表の通り **対**市内在住で、次のいずれかに該当する世帯の中学生・高校生世代 ①児童扶養手当受給世帯②世帯の総所得が児童扶養手当受給世帯と同程度の世帯③生活保護受給世帯**備考**面接などによる選考あり。申し込みにあたっては、要件確認のために多摩市の関係部署に個人情報を提供することに要同意。②5月11日(月)必着の、郵送または直接持参で、令和7年度市民税課税(非課税)証明書を、市役所4階子ども・若者政策課へ要提出。所得の上限額あり(控除あり)☎1009617 ☎4月20日(月)～5月11日(月)に、公式ホームページのインターネット手続きで、子ども・若者政策課 ☎(338)6958・☎(372)7988へ

支援型	場所	曜日・時間	定員
学習塾型(1対2~3の集団指導)	永山駅周辺の施設(予定)	火曜日 18:00~19:30	30人程度
	J Smile多摩八角堂(豊ヶ丘5-5)	木曜日 18:30~20:00	
	マルチコミュニケーションサロン悠々(愛宕1-1-1)	金曜日 20:00	
家庭訪問型(1対1の個別指導)	利用者の自宅	相談の上、決定(保護者が在宅中に実施)	5人程度

乳幼児の健診事業

受付時間午後1時～1時45分 **場**健康センター **対**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 ☎1003433 ☎こども家庭センター「にじたま」☎(376)9177

みんなで楽しく「離乳食講習会」～レパートリーを増やそう！ステップアップコース～

☎5月26日(火)午後1時30分～3時 **場**健康センター **対**令和7年7月～10月生まれの子どもがいる方 **定**25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。第2子以降も受講可 ☎1003426 ☎4月22日(水)から、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

育児相談

☎5月27日(水)午前9時10分～10時30分 **場**健康センター **対**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 ☎4月22日(水)から、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

多摩市ファミリー・サポート・センター会員募集・説明会・講習会

地域で支え合う子育て支援の組織です。
●利用会員募集・説明会
☎5月9日(土)午後1時30分～3時 **場**永山公民館視聴覚室 **定**10人(申し込み先着順)
●提供会員養成講習会(全6回)
場 **内**右上表の通り **対**市内または近郊市在住の20歳以上で、育児のお手伝いをしたい方 **定**15人(申し込み先着順)

【共通事項】

保育3人(1歳6カ月児以上。申し込み先着順。5月11日は保育なし) ☎1012750 ☎4月22日(水)から、電話で、多摩市ファミリー・サポート・センター ☎(357)5105・☎https://famisapo.tama.jp/へ

日程	時間	内容	会場
5/11(月)	9:00～12:00	普通救命救急講習(資料代1,700円)	多摩消防署(諏訪1-69)
5/13(水)	10:00～12:00	子どもの健康について	こども家庭センター「たまっこ」活動室
	13:00～15:00	子どもたちの今と子育て支援の必要性	
5/15(金)	10:00～12:00	子どもの理解と遊び方	永山公民館集会室
	13:00～13:45	なぜ今 虐待防止が求められているのか?	
	13:50～16:20	提供会員の活動について	

大谷戸プレーパークTAMA

☎5月9日、6月13日、7月25日、8月1日、9月12日、10月10日、11月14日、12月12日、令和9年1月9日、2月27日、3月13日各土曜日午前9時～午後3時ごろ **場**大谷戸公園キャンプ練習場 **内**ぶらぶらブランコ、ハンモックなど **備考**雨天中止。その他、状況により中止や変更の場合あり。未就学児は要保護者同伴。けがや事故は自己責任。詳細は、公式ホームページ参照。自然体験活動指導者養成講座も実施中[申し込みは、電話またはメールで、国土館大学ウェルネス・リサーチセンター ☎(339)7347(平日午前10時～午後4時)・☎sea279@kokushikan.ac.jpへ] ☎1003981 ☎当日直接会場へ ☎教育振興課 ☎(338)6930

令和8年は長崎へ！ 多摩市子ども被爆地派遣事業の派遣員募集

被爆地・長崎で、戦争の惨禍や被爆の実相を学び、伝えます。長崎を歩き、現地の人々と話しながら、平和や戦争について考える第一歩を踏み出してみませんか？
☎7月30日(木)～8月1日(土) **対**市内在住・在学の小学5年生～中学生 **定**6

人(応募者多数の場合は選考) **費**食事代・交通費などの自己負担あり(飛行機代・宿泊代は市が負担) **内**長崎原爆資料館や平和公園の見学、現地の学生や被爆者の方々との交流など。8月9日(日)は、市内で事後活動 **備考**詳細は、公式ホームページに掲載または各施設で配布の募集要領兼派遣応募申込書参照。事前・事後活動、成果報告会に要参加 ☎1011250 ☎5月11日(月)必着の、郵送または直接持参で、派遣応募申込書を、〒206-0011関戸4-72ヴィータ・コミュニネ7階平和・人権課 ☎(376)8311・☎(339)0491へ



▲昨年度の派遣の様子(被爆樹木フィールドワーク)

多摩市、(一財)多摩市スポーツ協会主催事業 第52回多摩市民スポーツ大会 バドミントン競技中学生シングルス大会

☎5月10日(日)午前9時～午後6時 **場**総合体育館第1スポーツホール **対**市内在住・在学の中学生 **費**300円 ☎1003873 ☎4月22日(水)までに、電話またはメールで、バドミントン連盟 ☎090(6534)6353・☎emiko.imo0501@gmail.com 井元へ

緑の探検隊 第2回「身近な花の色を布に移します！」

☎5月30日(土)午前9時30分～正午[雨天時=5月31日(日)] **対**小学生(要保護者同伴) **定**10組(申し込み先着順) **費**1,500円(材料費込み) **講師**峰岸久雄氏(環境教育インストラクター) **主催**多摩環境教育研究会 ☎1011572 ☎4月22日(水)から、電話または直接、グリーンライブセンター ☎(375)8716へ

聖蹟桜ヶ丘 イベント情報 5月

RIVER SIDE DOG FES 2026



体験、ドッグマッサージ・ヨガ・コスプレ、キッチンカー **後援**多摩市 **情報提供**(一社)聖蹟桜ヶ丘エリアマネジメント **備考**荒天中止 **申**当日直接会場へ **主催**RIVER SIDE DOG FES 2026実行委員会 ☎090(2308)3463村上

その他、聖蹟桜ヶ丘の5月のイベント情報はこちら▶

せいせきカワマチで初開催！
多摩川を望む自然の中で人と犬が一緒に楽しむ1日。
☎5月2日(土)午前10時～午後4時 **場**せいせきカワマチ **内**ドッグラン

19施設に拡大！

令和8年度 多摩市子ども誰でも通園事業

「多摩市子ども誰でも通園事業」とは？
 子どもの育ちや子育て家庭への支援を強化するため、就労などの保育要件を問わず、幼稚園や保育所などに通園することができます。
 ◎同年代の子どもたちと触れ合うことで、家庭外での社会性やコミュニケーション能力を育む機会になります
 ◎充実した設備や、子どもとの関わり方・遊びの専門知識を持つ保育士などがある環境で過ごすことで、「人」「もの」への興味・関心が広がるのが期待できます
 ◎具体的な子育ての相談やアドバイスも受けることもできます
 ④保育所や幼稚園などに在籍していない乳幼児
 (0歳6カ月～満3歳未満)
利用時間1日8時間、月160時間の

範囲内(多摩市民の場合)
利用方法公式ホームページのインターネット手続きで申し込み、その後施設との面談を経て直接契約
備考各施設の対象年齢などの詳細は、公式ホームページ参照

▼実施施設一覧

緑ヶ丘幼稚園
富士ヶ丘幼稚園
錦秋幼稚園
諏訪幼稚園
せいとく幼稚園
文化学園大学附属すみれ幼稚園★
おだ認定こども園
あおぞら保育園
あすのき保育園
桜ヶ丘第一保育園
みどりの保育園
ピオニ第二保育園
こころプティ保育園
ゆりのき保育園★
こぐま保育園★
かおり保育園★
りすのき保育園★
のびのびっこ保育園★
たまっこ

※★は令和8年度から新たに実施する施設

☎1014314 園子ども・若者政策課 ☎(338)6850

涼しい! ハヶ岳少年自然の家 楽しい! 夏期利用申し込みを開始!

爽やかな風が心地よいハヶ岳で、楽しい夏の思い出をつくってみませんか?
備考申し込み人数により部屋割りを行うため、利用人数を確定の上、要申し込み。利用人数などにより

部屋の変更をする場合あり。詳細は、ハヶ岳少年自然の家 ☎https://www.tama-sizen.com/ 参照
 ☎1014610 申問電話で、ハヶ岳少年自然の家 ☎0266(66)2036(午前8時30分～午後5時30分)へ

	一次募集	二次募集	三次募集
受付期間	4/24(金)～30(木)	5/10(日)～31(日)	6/1(月)～利用日の3日前
対象	10人以上の市民団体	5人以上の団体	2人以上の団体
宿泊日数	指定枠表の中から1つを選択。ただし枠をまたいだり、2泊の枠で1泊のみの宿泊は不可。		自由選択(2泊3日まで可)
備考	少年自然の家の施設および富士見町内の運動施設の予約申し込み可。申し込みが重複した場合は、5/6(水)に実施する抽選会・調整会に参加。		少年自然の家体育館のみ予約可。富士見町内の施設は、各団体で直接申し込み。申し込み先着順。

日程	指定枠	部屋状況
7/24(金)		
25(土)	A	△
26(日)		×
27(月)	B	△
28(火)	C	○
29(水)	D	○
30(木)		×
31(金)		
8/1(土)	E	△
2(日)	F	○
3(月)	G	○
4(火)		
5(水)		×
6(木)	H	○
7(金)		
8(土)		×
9(日)	I	○

日程	指定枠	部屋状況
10(月)		
11(祝)	J	○
12(水)	K	○
13(木)	L	○
14(金)		
15(土)	M	○
16(日)	N	○
17(月)	O	○
18(火)		
19(水)	P	○
20(木)		
21(金)	Q	○
22(土)	R	○
23(日)	S	○
24(月)	T	○
25(火)		×
26(水)		×

○=空室、△=一部空室、×=満室

子どもたちの学校外での学びを支える制度 「たまなびパスポート」の利用が始まります!

多摩市立小・中学校に通う子どもたちが、平日に学校で授業を受ける代わりに、2つの学びのスタイルから選択した学校外での体験的な学びを授業として扱う仕組みが、4月から始まります。
 全ての子どもが自分らしく学び育つことを応援していきます。

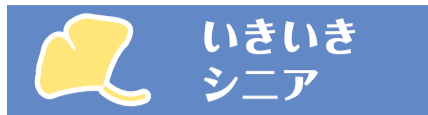
「たまなびパスポート」とは?
自分に合ったスタイルで学ぼう!
 ●ラーケーション
 平日に、生活科や総合的な学習の時間の体験活動・調べ学習として保護者などと学校外の地域や学校で学ぶ。
 (例)・家族と一緒に施設見学、イベントに参加
 ・地域行事やボランティア活動に参加
 ・多摩川流域や農園での自然体験 など
 ●デュアルスクール ※「デュアルスクール」は(株)あわの登録商標
 保護者と一緒に一定期間、通っている学校とは別の都外の学校で学ぶ。

デュアルスクールは富士見町と一緒に!
 多摩市と友好都市である長野県富士見町は、両教育委員会でデュアルスクールの実施に当たり、互いに連携・協力していく覚書を締結しました。多摩市立小・中学校に通う子どもたちは、富士見町立小・中学校での授業に参加することなどができます。

「たまなびパスポート」を利用するには
 ●利用日数は3～5日程度
 土・日曜日、祝日、長期休業・定期考査・行事期間を除く期間に利用できます(活動に応じて日数は要相談)。
 ●事前に学校へ利用申請を!
 利用期間や学びのスタイル、学習場所・内容などを、事前に保護者の方から学校へ申請します。申請の上、家庭・地域などでの探究的・体験的な学習活動であることや、学習記録を提出することなどの要件を満たすと、授業として認められます。

教えて!「たまなび」
 たまなびパスポートを利用している期間の、通っている学校での学習はどうなりますか?
 普段の授業を欠席したときと同様、学校に戻ったときに授業についていくのが難しくならないよう、学校と家庭で連携しサポートします。
 たまなびパスポートを使いたいと思ったら、誰に相談したらいいですか?
 まずは、家族に相談しましょう。やりたい活動が学校のどんな学びにつながるかや手続き方法は、先生とも相談しましょう。

☎教育指導課 ☎(338)6913・☎(337)7620



地域密着型サービス事業所「整備計画」を募集します

第9期多摩市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画に基づき、地域密着型サービスの基盤整備を計画しています。このことについて事前協議を受け付けます。

備考対象事業などの詳細は、公式ホームページ参照。申し込み前に電話で要事前予約 1017024 4月20日(月)～5月29日(金)に、直接、市役所1階高齢支援課 (338)6923へ

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-1)②パソコンを使いこなそう!(P使-1)受講生募集

5月18日(月)・20日(水)・22日(金)・25日(月)・29日(金)、6月1日(月)・3日(水)、各午前10時～正午②5月22日(金)・25日(月)・29日(金)、6月1日(月)・3日(水)・5日(金)、各午後2時～4時 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 市内在住の60歳以上の方で①キーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方②ワードやエクセルを使用したことがある方 各15人(応募者多数の場合は抽選) ①1,400円②1,200円(全回分) 備考詳細は、二幸産業・NSP健康福祉プラザ http

s://www.tama-fukushi.org/ 参照または要問い合わせ 1008280 5月8日(金)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・氏名を記入した通常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



手話通訳者を窓口に配置します

4月から障害福祉課窓口に手話通訳者を配置します。手話通訳が必要な方は、どなたでも利用できます。 毎週水曜日午後1時～5時 市役所1階障害福祉課 1016205 障害福祉課 (338)6903・(371)1200

視覚障がい者のための音訳ボランティア新人養成講座(全6回)

5月15日・22日・29日、6月5日・12日・19日各金曜日午後1時30分～3時30分 関戸公民館、関・一つむぎ館 全回参加でき、講座終了後も音訳ボランティアとして活動する意欲があり、パソコンの簡単な操作ができる方 20人程度(申し込み先着順) 1,000円(資料代) 音訳ボラン

ティアとして活動するために必要な知識の習得 講師 南部優子氏(新宿区図書館研究会すみだ録音グループ「声」) 持ち物 筆記用具 備考 5月15日は音訳活動の説明会。説明会のみ参加可 申 4月30日(木)までに、

インターネット手続きで、多摩市音訳グループ 03 https://onyakugroup-mayu.jimdofree.com・(39)3063(火曜日午後1時～4時)・ tamamayu 8@nifty.com へ



東京都シルバーパスのお知らせ 4月～9月・新規購入者用

都営交通・都内民営バス(京王バス・神奈中バスなど)、多摩市ミニバスなどが利用できます。

有効期間 9月30日(水)まで 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) 必要書類表1のとおり 備考 満70歳になる月の

初日(1日が誕生日の方は、前月の初日)から購入可 1002885 必要書類を直接持参で、表2の窓口へ 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)

対象者	費用	必要書類
①令和8年度住民税が「非課税」の方	1,000円	本人確認書類と、次の(1)～(3)のいずれか1点を提示(※2)(1)令和8年度介護保険料納入(決定)通知書(得段階区分欄に「1」～「6」のいずれかの記載があるもの。「7」段階の方でも、税法上の合計所得金額が135万円以下の場合あり)(2)令和8年度住民税課税・非課税証明書(非課税証明書または課税証明書で令和7年の合計所得金額が135万円以下のもの)(3)生活保護受給証明書(生活扶助)(令和8年4月以降発行)
②令和8年度住民税が「課税」だが、令和7年の税法上の合計所得金額(※1)が135万円以下の方 ただし、令和8年度の住民税および介護保険料の賦課決定が行われるまでの期間(4月～7月ごろ)は、令和7年度の書類で代用可。その場合、令和6年の合計所得金額が135万円以下の方		
③上記以外の方	6,000円	本人確認書類

※1 不動産譲渡所得に係る特別控除額(令和7年分)がある場合は控除あり(必要書類が異なる場合があります)
※2 (1)(2)の書類は、令和8年度の書類が発行されるまでの間は、令和7年度の書類を使用

発行窓口・問い合わせ先	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(平日) 10:30～18:00(土・日曜日、祝日)

市民のひろば

6月5日号の原稿受け付けは4月24日(金)までです(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 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
多摩俳句楽しむ会 毎月第1水曜日13:00～16:00 永山公民館、諏訪地区市民ホール 20歳以上の方 入会金(無料)、月会費(300円) 備考 伝統俳句・現代俳句問わず募集。公民館に毎月の句会報を掲示。初心者歓迎 090(8115)0089 佐藤
ELC(英会話) 毎週木曜日13:00～15:00 二幸産業・NSP健康福祉プラザ 60歳以上の市内在住者 入会金(無料)、月会費(2,000円) 090(8115)0089 佐藤
ビーバ卓球クラブ 毎週木曜日13:00～16:00 落合中学校クラブハウス 20歳以上の市内在住者 入会金(1,000円)、月会費(300円) 備考 卓球をやりたい・や

ってみたい人はどなたでも。みんなで仲良く初心者、歓迎! 337)8031 影山忠雄

太極拳・気功ゆるりらの会 第2・4木曜日10:00～12:30 関・一つむぎ館 太極拳に興味のある方 入会金(1,000円)、年会費(500円) 備考 別途、1回参加費1,500円・会場費200円。指導者に身体を見てもらいながら、身体バランスを意識して、筋力維持増進を目指す 402)8387 御代聡子

多摩シニア:ソフトボール 練習=毎週土曜日8:30～10:30、リーグ戦=第1・4日曜日 練習=豊ヶ丘小学校、リーグ戦=市内中学校 55歳以上の方 入会金(無料)、年会費(5,000円) 備考 健康目指しスローピッチを楽しみましょう 090(5756)4807 大木明

M/m多摩(58歳からのスローピッチソフトボール) 練習=第2・3日曜日9:00、リーグ戦=第1日曜日8:00・第4日曜日13:00 旧豊ヶ丘中学校グラウンド 58歳以上の方 入会金(無料)、年会費(5,000円) 備考 無料体験。見学大歓迎 080(6533)2324 木村孝

多摩市合唱団体連絡会 不定期 関・一つむぎ館など 市内・近隣で活動する合唱団 入会金(無料)、年会費(2,000円) 備考 7/12(日)にパルテノン多摩大ホールで第53回多摩市合唱祭を開催。

参加希望される団体は登録が必要です 0 awatsu@ymail.ne.jp 粟津

催し案内

第2回読書会—あなたと読む村上春樹— 4/25(土)14:00～16:00 中央図書館活動室1 無料 備考 課題図書『風の歌を聴け』(講談社)。講師=小山鉄郎 多摩市現代文学を読む会 090(5803)2549 高橋祥子

合気道無料体験稽古 4/25(土)14:00～15:00 総合体育館第5スポーツホール 無料 備考 5歳からシニアまでご参加いただけます。動きやすい服装でお越しください 多摩合気会 090(6517)2049 増井(留守電へ)

多摩管弦楽団 第59回定期演奏会 5/3(祝)14:00(13:30開場) 場 パルテノン多摩大ホール 1,000円 備考 創立50周年記念の演奏会です。ぜひお越しください! 高校生以下無料 多摩管弦楽団 we b2014@tamakan.net

東京多摩プロバスクラブの例会見学会 5/6(水)13:30～15:30 関戸公民館第1学習室 無料 備考 毎月第1水曜日に開催。卓話、同好会活動の報告ほか。毎月の詳細はお問い合わせください 東京多摩プロバスクラブ k.ito.skyy@gmail.com 伊藤

第83回せきど落語会 5/6(水)14:00～16:00

関戸公民館ヴァイターホール 1,500円 備考 多摩市在住、落語芸術協会所属の真打「三笑亭可龍師匠」を応援する落語会です 多摩落語寝床の会 mail@nedokonokai.com 高橋昌子

自律神経の不調、呼吸で整えてみませんか? 5/7・21各木曜日10:00～12:15 関・一つむぎ館 1,000円 備考 参加は1回のみ。フットケアの時間もあり、レッスン内容は幅広いです 関 アロマヨガのびのびの会 akimiyo@hotmail.co.jp 御代聡子

着物着付け体験 5/8・22各金曜日13:30～15:30 関戸公民館和室1 500円 備考 着物を自分で着れるようになりたい・久しぶりに着たいと思っている方連絡お待ちしております! 関 和文化サークル 090(9293)5985 加藤

梅雨の中国薬膳の会 5/14(木)13:00～16:00 消費生活センター調理室(ベルブ) 1,700円 備考 梅雨の体に合う食材の話とレシピによる調理と試食 関 日中友好協会多摩支部 (376)4632 後藤チハタ

相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会 5/18(月)13:15～15:30 消費生活センター講座室(ベルブ) 無料 備考 要事前申し込み。各組45分以内の個別相談 関 NPO法人シニアサポート多摩 (400)5264



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	コミュニティガーデン&ファームプロジェクト 夏野菜を植え付けよう	日5月9日(土)午前10時~正午 場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) 講師NPO法人Green Works 持ち物 ガーデン手袋、移植ゴテ・ガーデン用ハサミ(お持ちの方のみ) 備汚れても良い服装で ID1017347 申問4月22日(水)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 URL https://tama-glc.jp/events/c260509/ ・ ☎(375)8716へ
	楽しいバラの育て方	日5月20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、保険料など) 講師 齊藤よし江氏(グリーンローズ主宰) 持ち物 筆記用具 備 同時期に、バラのボランティアによるオープンガーデン [5月20日(水)~24日(日)]・ガイドツアー [5月20日(水)・23日(土)]を開催 ID1018391 申問4月22日(水)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 URL https://tama-glc.jp/events/c260520/ ・ ☎(375)8716へ
健康・福祉	5月のスポーツ・健康・体力相談	日5月11日(月)午前10時~11時50分・21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 フォームローラーを使用したむくみ解消 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 ID1011366 申問 電話または直接、総合体育館 ☎(374)2313へ
	健康づくり推進員主催事業 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。ウォーキング用ポール持参可(ノルディックポールは不可)。雨天中止 問 健康推進課 ☎(376)9139	日5月17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 ヨガ相談会(スタジオレッスンなし) 備 当日空いている場合は直接申し込み可。1枠20分 ID1011366 申問 電話または直接、アクアブルー多摩 ☎(338)7667 ・ URL https://www.tama-pool.org/ へ
	5月の月例ウォーキング	日 集合①5月12日(火)=九頭龍公園 ②19日(火)=パルテノン多摩大階段下	対 初心者 内 ①聖蹟桜ヶ丘コース②多摩センターコース ID①1011721②1011728 申 当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ
	歴史を訪ねる国分寺寺院跡	日5月15日(金)午前9時30分~正午 集合 JR線西国分寺駅南口改札口前	対 初心者 定30人(申し込み先着順) コース JR線西国分寺駅~武蔵国分寺跡~文化財資料展示室~武蔵国分寺跡~国分寺~真姿の池湧水群~都立殿ヶ谷庭園(歩程約4km) ID1019709 申 4月22日(水)午前9時から、電話で、健康推進課へ
教育	連続講座「読み聞かせ(初級)~おはなし会で何読もう・どう読もう~」	日5月9日・16日各土曜日午後2時~3時30分、30日(土)午後2時~4時 場 中央図書館活動室1	対 18歳以上の市内在住・在勤・在学者で、読み聞かせに興味のあるまたは多摩市立図書館で読み聞かせボランティア活動を始めたい方 定30人(応募者多数の場合は抽選) 内 多摩市立図書館でおはなし会を始めたい方の必修講座 持ち物 筆記用具、飲み物 備 結果は5月2日(土)までに当選者に通知 ID1019845 申 4月21日(火)午前9時30分~28日(火)午後5時必着の、図書館・市公式ホームページのインターネット手続きまたは郵送で、〒206-0033落合2-35中央図書館 ☎(373)7955へ
文化	ボタニカルアート講座(全3回)	日5月22日、6月26日、7月24日各金曜日午後1時30分~3時30分 場 グリーンライブセンター多目的室	対 全回参加できる方 定16人(申し込み先着順) ¥6,000円(材料費込み) 講師 角田葉子氏(植物画家) 備 持ち物などの詳細は、グリーンライブセンター URL https://tama-glc.jp/events/botanicalart26-1/ 参照 ID1018024 申 4月22日(水)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へ

多摩センターこどもまつり 5/3(祝)~5(祝) ~ゴールデンウィークは多摩センターであそびつくそう!~



パルテノン大通り
10:00~17:00

内 わんぱく相撲、ダンスイベントや十字路を活用したボードゲームなどの子ども向けのイベント、テント演劇、キッチンカー・マルシェの出店ほか 備考 一部要申し込み ID1019755 申 当日直接会場へ 問
 主催 ガーデンシティ多摩センターこどもまつり実行委員会[新都市センター開発(株)内] ☎090(8636)4886(平日午前10時~午後5時)



グリーンライブセンター
10:00~16:00

内 マリーゴールド種まき体験、さといも・さつまいもの植え付け体験、竹笛づくり、木の実で遊ぼう!、たたき染めでオリジナルエコバッグをつくろう!、ボトルアクアリウムづくりなど 備考 一部有料 ID1019573 申 ボトルアクアリウムづくり=4月22日(水)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 URL https://tama-glc.jp/kodomo26/ ・ ☎(375)8716へ、その他=当日直接会場へ 問 グリーンライブセンター ☎(375)8716

多摩センターレガ坂通り
10:00~17:00


内 フリーマーケット 備考 天候などにより変更または中止する場合あり 申 当日直接会場へ

●出店者募集
 定100組(応募者多数の場合は抽選) 主催 ガーデンシティ多摩センターこどもまつり実行委員会 備考 結果は応募者全員に通知 申 4月26日(日)までに、インターネット手続きで、タイムマシーンカンパニー URL https://tama.love へ
 (共通事項)
 問 タイムマシーンカンパニー ☎090(4000)3300




多摩中央公園
10:00~16:00

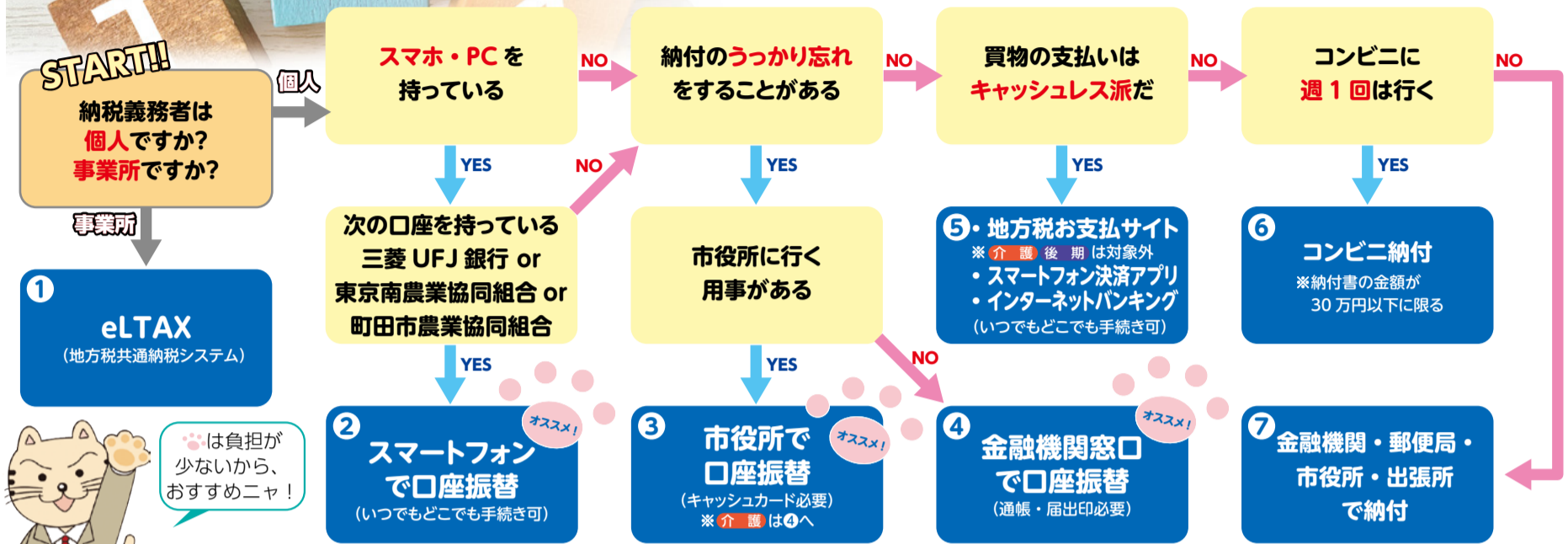
内 カヌー体験、つみきあそび、モンキーブリッジで大冒険!、キッチンカーなど 申 当日直接会場へ 問 多摩中央公園 ☎(400)0338



自分に合った納付方法を見つけよう！

税 保険料

● 市民税：市民税・都民税・森林環境税(普通徴収) ● 固定：固定資産税・都市計画税
● 軽自：軽自動車税 ● 国保：国民健康保険税 ● 後期：後期高齢者医療保険料
● 介護：介護保険料 ● ALL：上記6つの税・保険料に対応



多摩市令和8年度 市税等納期一覧表

納期限日	森林環境・都民税	市民税・都民税	固定資産税	軽自動車税	国民健康保険税	国民健康保険料	後期高齢者医療保険料	介護保険料
令和8年 6月1日			1期	全期				
6月30日	1期				1期			
7月31日			2期		2期	1期	1期	1期
8月31日	2期				3期	2期	2期	2期
9月30日					4期	3期	3期	3期
11月2日	3期				5期	4期	4期	4期
11月30日					6期	5期	5期	5期
12月28日			3期		7期	6期	6期	6期
令和9年 2月1日	4期				8期	7期	7期	7期
3月1日			4期		9期	8期	8期	8期
3月29日					10期			

納期ミニカレンダーは、市役所や市内金融機関などで配布しています！

納付方法

- ① eLTAX (市都民税特別徴収、法人市民税)
eLTAX(地方税共通納税システム)を使うと、いつでもどこでも申告から納税までワンストップで手続きできます。また、一度の操作で全地方公共団体へ一括で納付できます。
- ①⑤ 地方税お支払サイト (市民税 固定 軽自 国保)
④マークがある納付書は、キャッシュレス納付ができます。インターネットバンキング・クレジットカードで納付できます。
※クレジットカード支払いは別途手数料がかかります
※令和8年9月に「eLお支払いサイト」に名称変更予定です

- ⑤ スマートフォン決済アプリ (ALL) PayPay、au PAY、PayB
市民税 固定 軽自 国保 楽天ペイ、d払いなど
eL-QRに対応したスマートフォン決済アプリ
 - ⑤ インターネットバンキング (Pay-easy) (ALL)
Pay-easyに対応しているインターネットバンキングまたはATMで納付できます。
※多摩市公金取扱機関に限ります
 - ⑥ コンビニエンスストア (納付書記載のコンビニ取り扱い期限内のみ) (ALL)
セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップなど
※詳しい納付方法は、各店舗にお問い合わせください
 - ⑦ 取扱金融機関・郵便局 (一部支店を除く) (ALL)
・eL-QR対応の全国の金融機関(詳細は、地方税お支払サイト <https://www.payment.eltax.lta.go.jp/pbuser> 参照)
・eL-QRの記載がない納付書は以下の金融機関で納付できます。
みずほ銀行、三菱UFJ銀行、きらぼし銀行、多摩信用金庫、JA東京南、JA町田市、ゆうちょ銀行など
※三井住友銀行、りそな銀行、埼玉りそな銀行は、eL-QR記載納付書のみ納付可能
※横浜銀行の窓口納付は令和7年3月31日をもって終了しました
 - ⑦ 市役所本庁舎1階出納取扱窓口 (ALL)
⑩月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)
 - ⑦ 聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所 (ALL)
⑩月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)
※聖蹟桜ヶ丘駅出張所＝日曜日午前8時30分～午後5時、
多摩センター駅出張所＝土曜日午前8時30分～午後5時も納付可
- ※地方税お支払サイト・スマートフォン決済アプリ・Pay-easy・eLTAXをご利用される場合は、領収印のない納付書が手元に残りますので、二重払いしないようご注意ください。また、領収証書が必要な方は、コンビニエンスストアなどの窓口でご納付ください

①②③④は8面で詳しく紹介！

1001796 納税課 [市税・国民健康保険税] ☎ (338) 6852・☎ (338) 6810、介護保険課 ☎ (338) 6901・☎ (371) 1200、
保険年金課 [後期高齢者医療保険料] ☎ (338) 6807・☎ (371) 1200



うっかり、納付を忘れて、督促状が届いたことはありませんか？

口座振替(自動払い込み)制度は、一度手続きをすれば、翌年度以降も継続して自動的に口座から引き落としができ、納付忘れを防げます。

口座振替ができる税・保険料 **ALL** [市民税・都民税・森林環境税(特別徴収)、法人市民税は対象外]
取扱金融機関 次の「手続きは簡単です！口座振替のはじめ方」に記載の「対応金融機関」
備考 引き落とし日は、各期の納期限日。ただし、**市民税**と**固定**は第1期の納期限日に全期前納も可。口座振替時の領収証書発行・振替完了のお知らせはありません。通帳記帳などをご確認ください。

申込期限 引き落としを希望する納期限日の1カ月前

市民税：市民税・都民税・森林環境税(普通徴収) **固定**：固定資産税・都市計画税
軽自：軽自動車税 **国保**：国民健康保険税 **後期**：後期高齢者医療保険料
介護：介護保険料 **ALL**：上記の6つの税・保険料に対応

督促状とは？

督促状とは、納期限日までに税などを納められなかった場合に、地方税法に基づき送付される納付を求める文書です。督促状が届くと財産調査や、差押などの滞納処分への第1歩となります。納期内納付にご協力ください！

こんな方におすすめ！

毎回納付するのが手間だ

払い忘れたことがある

1年分まとめて払いたい(全期前納)
(市民税 固定のみ)

メリット

自動引き落としのため
払い忘れや毎回納付する手間がありません！

軽自動車税は口座振替が特におすすめ！

軽自動車(二輪車など含む)の車検の際、車検業者が納税状況を確認するので、基本的には車検用納税証明書は不要です。しかし、未納の場合は納税課または聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所(平日のみ)で車検用納税証明の発行を申請しなければなりません。(郵送請求可)



▲詳細はこちら

●手続きは簡単です！口座振替のはじめ方



▲詳細はこちら

ALL

1. スマートフォンで手続き②

対応金融機関 三菱UFJ銀行、東京南農業協同組合、町田市農業協同組合
対応回線 ドコモ、au、ソフトバンク(楽天モバイルは不可)
備考 AIRPOSTを利用して24時間いつでも、お手持のスマートフォンで口座振替のオンライン登録ができます。AIRPOSTはTOPPANエッジ(株)提供のサービスです。
※今年度中にサービス内容変更の可能性あり



2. 市役所で手続き③

対応金融機関 三菱UFJ銀行、ゆうちょ銀行、みずほ銀行、りそな銀行、きらぼし銀行、横浜銀行、東日本銀行、中央労働金庫、三井住友銀行、多摩信用金庫
申 キャッシュカード・本人確認書類(運転免許証など)を持参し、直接、市役所2階納税課・1階保険年金課へ
※**介護**は手続き不可
※家族カードなど手続きできないカードあり

3. 金融機関窓口で手続き④

対応金融機関 三菱UFJ銀行、東京南農業協同組合、町田市農業協同組合、ゆうちょ銀行、みずほ銀行、りそな銀行、埼玉りそな銀行、きらぼし銀行、横浜銀行、東日本銀行、三井住友銀行、三井住友信託銀行、多摩信用金庫、昭和信用金庫、中央労働金庫
申 預(貯)金通帳・届出印・納税通知書または納付書(通知書番号がわかるもの)を持参し、「預金口座振替依頼書」を、各金融機関窓口へ

収入の減少などで納税困難な方へ

納期内納付が困難である場合は、放置せず、納税相談をご利用ください。
☎電話または直接、市役所2階納税課25番窓口(市税および国民健康保険税)へ

市税未納の方に自動音声電話催告、SMS(ショートメッセージサービス)による催告を行っています

納期内に納付されていない方などに自動音声電話やSMSで催告を実施しています。市役所から連絡がありましたら納付を忘れていないか確認し、未納の場合は至急納付してください。この電話催告で特定の金融機関の口座番号への振り込み、ATMの操作をお願いすることはありません。

よくある問い合わせ

税や納付方法に関するよくある問い合わせをまとめているニャ！ぜひ見てニャ！



☎1001796 納税課 [市税・国民健康保険税] ☎(338) 6852・☎(338) 6810、介護保険課 ☎(338) 6901・☎(371) 1200、保険年金課 [後期高齢者医療保険料] ☎(338) 6807・☎(371) 1200

日曜日に市税の口座振替登録ができます

休日納税相談の開催日は、市税の口座振替登録ができます。次回の休日納税相談は4月26日(日)です。備考詳細は、公式ホームページ参照☎1011753 納税課 ☎(338) 6852



●元氣チェック

●文化祭「私の一枚 多摩市」写真展

●七タコンサート2026(7月5日)

●障がい者減免

●新規の方

●持ち物障害者手帳、運転免許証(マイナ免許証可)、令和8年度軽自動車税納税通知書(届いていなくても、

●その他の減免

●軽自動車税の税額

●暮らしの専門相談

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

☎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(会場)しごと・くらしサポートステーション(バルブ2階) ☎(338)6942

居住支援相談窓口

☎月～金曜日午前9時～午後6時、土曜日午前9時～午後5時(会場)居住支援相談窓口(バルブ2階) ☎(401)8640

休日納税相談(納税課)

☎4月26日(日)午前8時30分～正午・午後1時～5時(会場)市役所2階納税課(納税課) ☎(338)6852

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(備考)高齢者の在宅療養の医療に関する相談窓口(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)

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

創業・経営相談

☎月・水・木曜日午後1時～5時(会場)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(会場)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)

☎月～金曜日午前9時～午後5時(会場)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(会場)TAMA女性センター(ヴィータ7階) ☎(355)2110

女性を取り巻く悩みなんでも相談

☎会場)TAMA女性センター(ヴィータ7階) ☎(355)2110

面接相談

☎火・金曜日午前9時30分～午後0時20分、土曜日午後1時30分～4時20分(備考)公式ホームページのインターネッ

元氣チェック

☎5月7日(木)午後1時30分～3時(会場)ホール(備考)軽い運動と血圧・握力などの測定 ☎当日直接会場へ



税

軽自動車税の減免を受け付けます

[共通事項]

☎申請期間)5月1日(金)～6月1日(月) ☎1011268(会場)課税課 ☎(338)6832・☎(338)6825

●障がい者減免

●新規の方

☎持ち物障害者手帳、運転免許証(マイナ免許証可)、令和8年度軽自動車税納税通知書(届いていなくても、

登録が確認できれば受け付け可)、車検証など(備考)インターネットまたは郵送での申請可。事前に要問い合わせ。対象などの詳細は、納税通知書に同封の「軽自動車税についてのお知らせ」または公式ホームページ参照

●継続の方

令和7年度に減免を受け、継続の手続きをした方には、6月中旬に減免決定通知書を送付します。

☎備考)車両の買い替えなどで減免対象車両に変更があり、今回、納税通知書が届いた場合は要新規申請

●その他の減免

公益のための利用や障がい者のための構造の車両(8ナンバーに限る)は、減免の対象になる場合があります。詳細はお問い合わせください。

●軽自動車税の税額

三輪・四輪の軽自動車税は、初度検査年月により旧税額、標準税額または重課税額(初度検査から13年を経過した車両が該当。標準税額のおおむね20%重課)の適用となります。

また、令和7年4月1日～令和8年3月31日に新車登録した車両で、排出ガス性能および燃費性能の優れた環境負荷の小さいものは、令和8年度に限り軽課税額(標準税額のおおむね50%～75%軽減)が適用されます。

☎備考)初度検査年月や燃費基準など軽自動車税についての達成状況は、車検証に記載あり。税額表は公式ホームページまたは納税通知書に同封の「別紙 軽自動車税 税額」参照

ト申し込み可

●電話相談 ☎(355)2111(予約不要)

☎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(会場)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)(会場)消費生活センター消費者相談室(バルブ3階) ☎(374)9595

外国人のための生活相談室(LIFE COUNSELING FOR FOREIGNERS)

☎(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(会場)(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
☎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
☎第4火曜日午後1時30分～3時30分(共通事項)

☎会場)権利擁護センター(二幸産業・NSP健康福祉プラザ7階) ☎(373)5677

総合オンブズマンによる苦情相談

☎月～金曜日(会場)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

☎月～土曜日午前8時30分～午後6時(備考)虐待に関する相談にも応じます(会場)こども家庭センター「にじたま」 ☎(355)3833

ひとり親家庭相談

☎月～金曜日午前9時～午後5時(会場)

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(会場)教育センター ☎(372)1010

発達・教育初回相談窓口 ☎(372)1038

☎月～土曜日午前9時～正午・午後1時～5時(会場)諏訪複合教育施設「かけはし」2階(備考)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(会場)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(会場)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(会場)市役所2階生活福祉課 ☎(400)0868

養育費等に関する弁護士無料相談

☎5月13日・20日各水曜日午後2時～5時、29日(金)午前9時～正午(相談時間は45分以内)(会場)子ども・若者政策課 ☎(338)6833

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(会場)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(会場)多摩市社会福祉協議会(二幸産業・NSP健康福祉プラザ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(会場)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。(法律相談の5月7日分は4月23日から、11日分は4月27日から、12日分は4月28日から受け付け、税務相談の5月12日分は4月28日から受け付け)

☎会場)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・木曜日と祝日を除く)。相談時間帯は週・曜日により異なります。

税務相談

☎5月12日(火)午前9時30分～正午、19日・26日各火曜日午後1時30分～4時30分

不動産の相続・贈与等の登記相談

☎5月12日(火)午後1時30分～4時、26日(火)午前9時30分～正午

交通事故相談

☎5月7日(木)午後1時30分～4時(会場)相続・遺言等くらしの書類作成相談

☎5月11日(月)午後1時30分～4時、25日(月)午前9時30分～正午

不動産取引相談

☎5月25日(月)午後1時30分～3時

年金・社会保険・労務相談

☎5月28日(木)午後1時30分～4時(会場)人権・身の上相談

☎5月7日・21日各木曜日午前9時30分～正午、14日・28日各木曜日午後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



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8年度第1回多摩市学びあい育ちあい推進審議会定例会

日 4月27日(月)午後2時 場 教育委員会会議室(ベルブ5階) 定 10人(予定) 市の社会教育・公民館運営など 1012194 教育振興課 ☎(338)6930

●令和8年5月多摩市教育委員会定例会

日 5月11日・25日各月曜日午後2時 場 教育委員会会議室(ベルブ5階) 定 各10人 付議案件の報告・決定など 1012088 教育振興課 ☎(338)6872

パブリックコメント

●多摩市窓口サービス改革基本方針～フロントヤード(住民と行政の接点)の再設計による、窓口サービスの最適化～(素案)

閲覧場所 公式ホームページ、市役所3階行政管理課・第二庁舎1階行政資料室、中央図書館、多摩センター出張所、永山・関戸各公民館 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ぬ。意見は住所・氏名などを除き公開する場合あり 1019711 申 4月20日(月)～5月15日(金)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・直接持参または市役所3階行政管理課に設置の投函箱への投函で、「多摩市窓口サービス改革基本方針(素案)への意見」・住所・氏名・意見を記入し、〒206-8666行政管理課 ☎(338)6948・☎(337)7658へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)

市民委員募集

【共通事項】

選考方法 小論文・男女比率・年齢構成などを総合的に考慮し選考 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、公式ホームページ参照

●多摩市スポーツ推進審議会

任期 令和8年7月1日～令和10年6月30日 市の他の審議会などの委員になっていない、令和8年7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 備考 審議会は年4回程度(午後

に2時間程度)開催予定 1019813 申 5月22日(金)必着の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送または直接持参で、小論文「私が考える、多摩市のスポーツ振興とまちづくりについて」(800～1,200字程度。様式自由)・住所・氏名・ふりがな・生年月日・年齢・性別・職業・電話番号を記入し、〒206-8666市役所第二庁舎2階スポーツ振興課 ☎(338)6954へ

●パルテノン多摩等指定管理者候補者選定委員会

任期 委嘱日～令和9年3月31日 指定管理者募集施設の利用者で、原則として市の他の審議会などの委員になっていない、市内在住・在勤・在学者 募集人数 2人 報酬 市の規定による 対象施設 パルテノン多摩、多摩中央公園内駐車場 備考 初回は7月上旬に開催予定 1019823 申 4月20日(月)～5月11日(月)必着の、公式ホームページのインターネット手続き・郵送または直接持参で、小論文「パルテノン多摩の管理運営について指定管理者に求めること」(800字程度。様式自由)・住所・氏名・生年月日・年齢・性別・職業・電話番号・メールアドレス(任意)・利用している対象施設を記入し、〒206-8666市役所第二庁舎2階文化・生涯学習推進課 ☎(338)6882へ

●多摩市立温水プール及び多摩市総合福祉センター指定管理者候補者選定委員会

任期 委嘱日～令和9年3月31日 市立温水プールまたは二幸産業NSP・健幸福祉プラザの利用者で、原則として市の他の審議会などの委員になっていない18歳以上の市内在住・在勤・在学者 募集人数 2人以内 報酬 市の規定による 備考 委員会は5月～8月に4回程度開催 1019622 申 4月20日(月)～5月11日(月)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「公共施設として市民に求められる温水プール及び総合福祉センターの役割について」(800～1,200字程度。様式自由)・住所・氏名・生年月日・性別・職業・電話番号を記入し、〒206-8666市役所1階高齢支援課 ☎(338)6923・☎(371)1200へ(ファクシミリまたはインターネット手続き後に受信の確認メールが届かない場合、送信後に要電話連絡)

●第10期多摩市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定に向けた地域ワークショップ(全2回)

日 ①5月30日(土)午前10時～正午 ②6月20日(土)午後2時～4時 場 ①市役所西第1会議室 ②関戸公民館大会議室

全回参加でき、令和8年5月1日時点で18歳以上の市内在住・在勤・在学者 定 5人程度 1019667 申 5月15日(金)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「高齢者がこれからも住みやすいまちであり続けるためにあなたができることは何ですか?」(400字程度。様式自由)・応募理由・住所・氏名・生年月日・性別・職業・電話番号を記入し、〒206-8666市役所1階高齢支援課 ☎(338)6923・☎(371)1200へ

市政その他のお知らせ

多摩市役所本庁舎建替基本設計事業者が決まりました!

多摩市役所本庁舎建替事業における基本設計業務について公募型プロポーザルで事業者選定を行った結果、(株)佐藤総合計画と契約締結しました。令和8年度1年間を通して基本設計を行い、令和14年度中の新庁舎供用開始を目指します。

備考詳細は、公式ホームページ参照 1019651 総務契約課 ☎(338)6858



▲提案された新庁舎イメージ

多摩市公契約条例改正(令和9年4月1日施行)～すべての年齢の労働者に条例が適用されるようになります!～

多摩市公契約条例では、対象となる業務に従事する方の適正な労働条件などを確保するために、労務報酬下限額(賃金の下限額)を定めています。条例改正により、令和9年4月1日以降に新たに結ぶ業務委託契約と指定管理協定において、これまで対象外だった60歳以上の方も労務報酬下限額の適用対象になります。対象業務の受託業者におかれましては、すべての年齢の方に労務報酬下限額以上の賃金が支払えるよう、ご理解ご協力をお願いします。

備考詳細は、公式ホームページ参照 1019003 総務契約課 ☎(338)6808・☎(339)1490



重点対策加速化事業補助金を実施します

市内に居住する方および市内に事業所を有する法人または個人事業主のうち、補助対象機器などを新たに設置する方など 備考 申請にあたり要事前申請。今年度から市民向け太陽光補助は創エネルギー・省エネルギー機器等導入補助金との併用可。予算額に到達次第終了。要件などの詳細は、公式ホームページ参照 1015756 申 4月27日(月)～令和9年1月29日(金)に、環境政策課 ☎(338)6831・☎(338)6857へ

▼市民の方向け

対象機器など	補助上限額
自家消費型太陽光発電システム(市内事業者施工のみ)	太陽光発電システム=3万円/kw(上限なし)
	蓄電システム=20万円(設置費用の3/4)
ソーラーカーポート	100万円(設置費用の1/3)
断熱改修(戸建住宅)	100万円(設置費用の1/3)(うち玄関ドアは5万円)
断熱改修(集合住宅)	14万3千円(設置費用の1/3)(玄関ドアを改修する場合は19万3千円)

▼事業者向け

対象機器など	市内事業者施工補助上限額	市外事業者施工補助上限額
太陽光発電システム	3万円/kw 上限50kw未満(147万円)	2万円/kw 上限50kw未満(98万円)
ソーラーカーポート	上限100万円(設置費用の1/3)	
高効率空調	上限1000万円(設置費用の1/2)	
高効率照明		

(仮称)連光寺六丁目農業公園のオープンデーを開催します!

里山の自然環境を保全しながら、農体験や交流などを行うことができる場として整備工事を行い、令和9年秋にオープン予定です。工事前に現地について知ることができるイベントを行います。

日 5月16日(土)午前9時30分～正午 場 公園整備予定地(連光寺6-17) 収穫体験、予定地の散策、整備内容の説明 備考 雨天中止(前日午後3時に公式ホームページで公開)。一部体験プログラムは会場先着順。定員・プログラムの詳細などは、公式ホームページ参照 1017079 申 当日直接会場へ 公園緑地課 ☎(338)6953



はたらく

創業を応援！ 多摩市認定ビジネス支援施設が増えました！

地域経済の活性化のため、創業予定・創業して間もない方が、市が認定するビジネス支援施設を利用する場合に施設利用料の一部を補助しています。3月31日にオープンした「タトネ tatonner(関戸4-4-2)」を認定施設として追加しました。シェアキッチンなども併設し、利用料も補助対象です。ぜひご利用ください。

認定施設CoCoプレイス(ココリア多摩センター7階)、KEIO BIZ PLAZA(落合1-10-1京王多摩センターSC2階)、LILIC(関戸1-11-3桜ヶ丘プラザビル5階)ID1005595

経済観光課 ☎(338)6867・FAX(337)7659



第173回 1～3級日商簿記検定試験

6月14日(日) 1級 = 8,800円、2級 = 5,500円、3級 = 3,300円

4月27日(月)～5月18日(月)に、インターネット手続き・書店申し込みまたは直接、多摩商工会議所(関戸1-1-5) <https://www.tamacci.or.jp/kentei/>・☎(375)1211へ

求人・募集

令和8年度会計年度任用職員

職種など右上表の通り雇用期間令和

9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・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ID1005506

申請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

▼専門スタッフ

職種	募集人数
犯罪被害者等相談支援員	1人程度
生活保護資産調査員	1人程度
発達支援担当相談員	1人程度

▼補助スタッフ

職種	募集人数
保育園調理補助員	1人程度
市立図書館奉仕員B	1人程度

「国際フェスタin TAMA 2026」～歌と踊りとあなたとわたし～出演者

6月28日(日)午後1時～4時 関戸公民館ホール 舞台などでパフォーマンスの経験のある方 外国の歌、ダンス、楽器演奏

5月20日(水)までに、電話またはメールで、住所・氏名・電話番号・パフォーマンスの種類・国名を、多摩市国際交流センター(TIC)事務局 ☎(355)2118・✉tic@kdn.biglobe.ne.jp へ

「多摩市消費生活フォーラム2026」参加・出展団体および事務局員

12月5日(土)・6日(日) 永山公民館、消費生活センター他

消費者問題や環境問題を考える、主に市内で活動する市民団体・事業者、学校および個人

備考活動期間は6月～令和9年1月。各団体は実行委員会に要参加

ID1014689 4月20日(月)～6月12日(金)に、公式ホームページに掲載のエントリーシートに必要事項を記入し、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、消費生活センター ☎(337)6610・FAX(337)6003へ(ファクシミリの場合、送信後に要連絡)



これならできる！健康・栄養相談

5月13日(水)午前9時10分・9時40

分・10時10分・10時40分・11時(相談は各回1時間程度)定10人(申し込み先着順) 健康診断の見方と相談

ID1012092 申請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



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
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。
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
4/26(日)	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
4/29(水)	松田医院	貝取1-48-1	(373)3205
5/3(日)	せいせきこどもクリニック	一ノ宮4-20-23 パモス聖蹟1階	(400)5032
5/3(日)	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
5/4(月)	武井小児科	関戸2-69-3	(357)3030
5/4(月)	田村クリニック	落合1-32-1 多摩センターペペリビル5階	(356)0677
5/5(火)	こどもクリニックしみず	鶴牧1-24-1 新都市センタービル3階	(373)0512
5/5(火)	たかはし内科・脳神経内科クリニック	関戸2-66-1	(400)1508

- 子ども準夜診療所(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

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 **5/12 火**

《時間》9:30～11:30
《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1
《アクセス》●京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩15分
●バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分

まずは資料請求から

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター TEL.042-371-3580

※5月入会ご希望の方は、5/7(木)までにお電話ください。土・日・祝日は、ホームページよりご予約ください。

多摩市桜ヶ丘4-40-1

戸建ての塗り替え

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

お問い合わせ【見積無料】
☎042-375-2153
メール info@umezu-tokou.co.jp
所在地 多摩市関戸5-10-3

梅津塗工 検索

建設業許可 東京都知事許可(特-7)第84691

リアル恐竜ショー

恐竜パーク

大人気！ 赤ちゃん恐竜から、ティラノサウルスまで 遊んで笑って 夏休み 恐竜ショー

チケット発売中!

公式HP

8/5(水) 12:00(4,900円) 15:00(3,900円)
8/8(土) 10:30(4,900円) 13:00(4,900円) 15:30(3,900円)

町田市民ホール

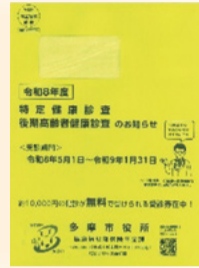
全席指定・税込 3歳以上有料、2歳以下路上鑑賞無料

お問合せ:サンライズプロモーション0570-00-3337(平日12:00～15:00)

検診は、20歳から。早期発見であなたの命を守ります。

日々の健康づくりには、まず今の自分の状態を知ることが大切です。検診は、生活習慣の見直しや体調管理に役立つ情報を得ることができる大切な機会です。検査結果を活かし、必要に応じて医療機関を受診することで、より良い健康づくりにつながります。

あなたが対象となる検診を、ぜひこの機会に受診してみませんか？



受診券イメージ画像
※受診券を必要としない検診もあります

☎1002784 健康推進課 ☎(376)9139、国民健康保険特定健康診査・後期高齢者健康診査について = 保険年金課 ☎(375)9704

発症前の受診が大切です

外科医として、多くの患者さんから「もっと早く受けていれば」との声を聞きます。胃がんは、50歳から胃内視鏡検査を。大腸がんは、40歳から便潜血検査を。安心安全な内視鏡検査で症状が出る前の一歩を。



多摩南部地域病院 外科部長 畑地 健一郎先生



あなたが受けられる検診は？

① 勤務先や健康保険組合などで検診を受診する機会がない方のみ対象

▶対象年齢は、令和9年3月31日時点の年齢です。

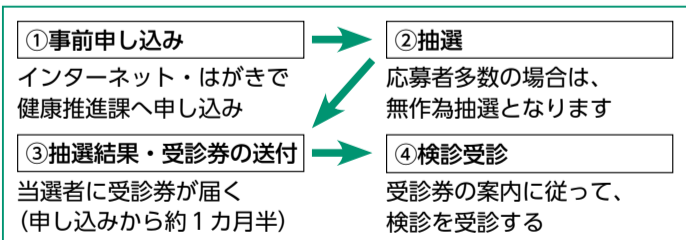


検診内容	受診間隔	対象	自己負担額	実施期間	申し込み方法	注意事項
歯周病検診 歯周組織の検査	節目	20・30・40・50・60・70歳	無料	5月1日(金)～令和9年3月31日(水)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。令和7年度未受診の方も受診可のため、該当の方は健康推進課へ要問い合わせ。
子宮頸がん検診 子宮頸部細胞診	2年に1度	20歳以上の偶数年齢の女性	500円	5月1日(金)～令和9年3月31日(水)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。令和7年度未受診の方も受診可のため、該当の方は健康推進課へ要問い合わせ。
30代健康診査 身体測定・血液検査など	毎年	30歳代	無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券(はがき)が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。社会保険加入者で未受診の方は、健康推進課へ要問い合わせ。
国民健康保険特定健康診査	毎年	40歳以上の多摩市国民健康保険被保険者	無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話で、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(5月8日(金)までに送付予定)。
成人健康診査 身体測定・血液検査など	毎年	40歳以上の生活保護受給者	無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。
結核健康診断 胸部X線検査	毎年	40歳以上	40～64歳 500円 65歳以上 無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日) ※社会保険加入者は通年	電話または直接、実施医療機関へ	健康保険組合の健診と必ず同時に受診。
大腸がん検診 便潜血反応検査	毎年	40歳以上	無料	5月1日(金)～令和9年3月31日(水)	電話または直接、実施医療機関へ	健康保険組合の健診と同時受診可。
乳がん検診 マンモグラフィ	2年に1度	40歳以上の偶数年齢の女性	1,500円	5月1日(金)～令和9年3月31日(水)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。令和7年度未受診の方も受診可のため、該当の方は健康推進課へ要問い合わせ。
肺がん検診 胸部X線検査(2方向)	毎年	40歳以上	700円	インターネット手続きまたははがきで、健康推進課へ。詳細は、紙面下部の「胃がん・肺がん検診のご案内」参照。		
肝炎ウイルス検診 血液検査	生涯に1度	40歳以上で未受診の方	無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話または直接、実施医療機関へ	国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者は、健診と必ず同時に受診。社会保険加入者は、単独で受診可。
胃のABC検査 血液検査	生涯に1度	40歳代で未受診の方	500円	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話または直接、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(4月末までに送付予定)。届くのは40歳の方のみ。41～49歳の方は、医療機関へ未受診を自己申告の上、受診。
前立腺がん検診 血液検査	節目	50・55・60・65・70歳の男性	無料	5月1日(金)～令和9年3月31日(水)	電話または直接、実施医療機関へ	健康保険組合の健診と同時受診可。
胃がん検診 胃内視鏡検査	2年に1度	50歳以上	2,500円	インターネット手続きまたははがきで、健康推進課へ。詳細は、紙面下部の「胃がん・肺がん検診のご案内」参照。		
後期高齢者健康診査	毎年	75歳以上の多摩市後期高齢者医療制度被保険者	無料	5月1日(金)～令和9年1月31日(日)	電話で、実施医療機関へ	受診券が届いてから申し込み(5月8日(金)までに送付予定)。

胃がん・肺がん検診のご案内

① 胃・肺の病気の治療中または経過観察中の方は、対象外の場合あり
肺がん検診は、自力で立ってられない方・車いすの方は受診不可

■申し込みから受診までの流れ



■胃がん・肺がん検診日程表 4月20日(月)から第1回の申し込みを受け付けています。

回数	申込期間(必着)	胃がん検診実施日	肺がん検診実施日	抽選結果の送付
第1回	4月20日(月)～30日(木)	6月1日(月)～7月31日(金)	6月22日(月)・29日(月)・30日(火)、7月24日(金)	5月下旬
第2回	6月19日(金)～30日(火)	8月1日(土)～9月30日(水)	8月12日(水)、9月5日(土)	7月下旬
第3回	8月20日(木)～31日(月)	10月1日(木)～11月30日(月)	10月30日(金)、11月7日(土)	9月下旬
第4回	10月20日(火)～11月5日(木)	12月1日(火)～令和9年1月31日(日)	12月15日(火)・16日(水)、令和9年1月13日(水)	11月下旬

■申し込み方法

インターネット申し込み

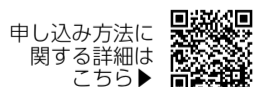
☎1002803

はがき申し込み

通常はがきに必要事項を記入し、申込期間内に到着するように郵送してください。

※申込期間外に到着したものは全て無効

宛先 〒206-0011 関戸4-19-5健康センター



はがき記入例 ※生活保護を受給中の方は☎と記入してください

胃がん検診のみ

- ①胃がん検診希望
- ②住所
- ③氏名(フリガナ)
- ④生年月日
- ⑤性別
- ⑥電話番号

肺がん検診のみ

- ①肺がん検診希望
- ②肺がん検診希望日(第1～最大第4希望)
- ③住所
- ④氏名(フリガナ)
- ⑤生年月日
- ⑥性別
- ⑦電話番号

胃がん・肺がん検診両方

- ①胃がん・肺がん検診希望
- ②肺がん検診希望日(第1～最大第4希望)
- ③住所
- ④氏名(フリガナ)
- ⑤生年月日
- ⑥性別
- ⑦電話番号