



# たま こどもフェス2026 開催!

～6月7日(日)は家族みんなで1日遊ぼう!～



2 たまこどもフェス2026開催!

3 生活者応援・物価高騰対策

4 令和8年度多摩市国民健康保険の保険税率などを変更しました

5 もしもの時に慌てないために～防犯・防災のお知らせ～

6 講座・催し物

7 熱中症を予防するには、事前の対策が大切です

8 相談案内

9 健康だより、コミュニティセンターから

10 6月13日(土)～21日(日)はアイランドウィーク



# たまこどもフェス2026開催!

**6月7日(日)**午前10時~午後4時  
永山公民館、永山北公園、  
グリナード広場・うえるかむ広場  
(永山1-4)

昨年、約1万人来場した「たまこどもフェス」を今年も開催します! 子どもが楽しく遊べる催しはもちろん、幼稚園・保育所選びに役立つ情報の提供や、子育てに関する相談もできます。さらに、シールを集めるとプレゼントがもらえる「シールラリー」を今年も実施します。家族みんなで充実した1日になること間違いなし! ぜひお越しください!



▲詳細はこちら

## たまこどもフェスを1日満喫できるおすすめコースを紹介!

### うえるかむ広場

#### 白バイ展示



パンフレットをもらってシールラリースタート!  
※パンフレットは各エリアで配布あり

白バイと一緒に写真を撮ろう!

### 永山公民館

#### 住環境紹介・体験コーナー



VRで多摩市の魅力を再発見!

### ワークショップ・あそび

約10種類

自分だけのワンちゃんを作れます!



### 永山北公園

#### ヒーローショー



火炎戦士バスターフラッシュをみんなで応援しよう!

### 幼稚園・保育所情報、あそびコーナー



幼稚園や保育所の先生たちに聞きたいことが聞けます! みんな来てね~

### あそび・体験 (児童館・大学生など)

10種類以上



うちわ作り・スーパーボールすくい・放水体験など、楽しいあそびが盛りだくさん!

### シールラリーゴール! プレゼントもGET!



周辺スポットで追加でシールを集めると、「京王れーランド・京王あそびの森HUGHUGの共通券」が当たるかも?!

### 軽食販売

※永山北公園・グリナード広場



主催 多摩市特別協力 京王電鉄(株) 共催 多摩市私立幼稚園協会 園長会、多摩市私立保育園園長会、多摩市認証保育所連絡会 協力 グリナード永山、京王電鉄バス(株)、KTU(京王電鉄・多摩市・UR都市機構)、コーチャンフォー若葉台店、子ども・誰でも食堂実施事業者、(一社)産後ケアラボ協会、多摩子ども劇場、たまふおす(多摩児童相談所フォスタリング機関二葉学園)、チームバスターフラッシュ、(公社)東京都宅地建物取引業協会第十二ブロック南多摩支部、永どんサポーターズクラブ、日産自

動車(株)、(株)ベネッセコーポレーション、放課後子ども教室[(社福)バオバブ保育の会、(社福)純心会]、Moplus(株)、UR都市機構、ワークセンターれすと、国士舘大学、多摩大学、中央大学、明星大学、多摩中央警察署、多摩市消防団、多摩ボランティア・市民活動支援センター、東京都都市整備局、東京都住宅政策本部、JKK東京(東京都住宅供給公社) 備考 内容変更の場合あり。当日悪天候などにより中止する場合あり。詳細は、公式ホームページ参照

☎ 1019761 閩子ども・若者政策課 ☎ (338) 6904

● 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

#### 高校・大学進学のための「受験生チャレンジ支援貸付」申し込み受け付け中

申し込みには初回相談(予約制)が必要です。お早めにご相談ください。

##### ●学習塾等受講料貸付金

種類 学習塾・各種受験対策講座・通信講座の受講費用(学習塾などに要件あり)対・上限金額 中学3年生・高校3年生=30万円

##### ●受験料貸付金

種類 高校(特別支援学校高等部・高等専門学校を含む)および大学(短期大学・専修学校・専門職大学・各種学校を含む)の受験料対・上限金額 中学3年生=2万7400円、高校3年生=12万円

##### 【共通事項】

申込期限 令和9年1月29日(金)備考世帯収入(所得)・資産・債務の状況などの要件あり。高校・大学などへ入学した場合は返済免除(要申請)。窓口開設時間は開庁日の月~金曜日午前9時30分~午後4時30分。詳細は、公式ホームページ参照ID 1003108 生活福祉課 ☎(400)0868

#### 乳幼児の健診事業

受付時間 午後1時~1時45分 健康

センター ③ 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ID 1003433 ども家庭センター「にじたま」☎(376)9177

#### 育児相談

日 6月24日(水)午前9時10分~10時30分 健康センター ① 乳幼児 ② 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)ID 1003429 申問 5月22日(金)から、公式ホームページのインターネット手続きで、ども家庭センター「にじたま」☎(376)9177へ

#### 「離乳食講習会」~初めてつくる離乳食コース~

日 6月30日(火)午後1時30分~3時 健康センター ① 令和8年1月~2月生まれの初めての子がいる方 ② 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ID 1003426 申問 5月22日(金)から、公式ホームページのインターネット手続きで、ども家庭センター「にじたま」☎(376)9177へ

#### 妊婦歯科相談

日 6月24日(水)午後1時30分・2時30分、各1時間程度 健康センター ① 20人(申し込み先着順)内 講話「赤ちゃんの防災準備」、歯みがき実習、唾液検査 持ち物 母子健康手帳(親子健康手帳)、いつも使っている歯ブラシID 1003405 申問 電話または直接、ども家庭センター「にじたま」☎(376)9177へ



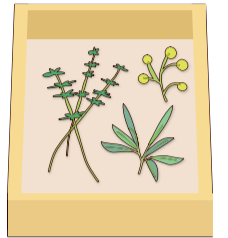
#### 多摩市ファミリー・サポート・センター会員募集・説明会開催

日 6月13日(土)午後1時30分~3時 場 関戸公民館 ① 10人(申し込み先着順)

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

#### 緑の探検隊 第3回「植物をよく知るために標本を創ります！」

日 6月28日(日)午前9時30分~正午 対 小学生(要保護者同伴) ② 10組(申し込み先着順) ¥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)ID 1011572 申問 場 5月22日(金)から、電話または直接、グリーンライブセンター ☎(375)8716へ



### おめでとうございます 令和8年春の叙勲・褒章

長年にわたるさまざまな分野での功績により、市内在住の次の皆さんが受章されました。(敬称略・順不同)

- 瑞宝中綬章=木實谷 浩史
- 瑞宝中綬章=寺川 祐一
- 瑞宝中綬章=浜 秀樹
- 瑞宝小綬章=宮内 勝
- 瑞宝単光章=白石 浩幸
- 瑞宝単光章・藍綬褒章=森久保 芳康
- 藍綬褒章=蜷川 高子
- 旭日中綬章=James Frederick Hartman



## 国の「物価高騰対策重点支援 地方創生臨時交付金」を活用した 生活者応援・物価高騰対策

au PAY 6月1日(月)~14日(日) キャッシュレスでGO!GO!多摩(第7弾) ~心晴れやか還元キャンペーン~

市内対象店舗でau PAYを使ってお買い物すると、どなたでもお得に! この機会にぜひご利用ください。

還元される上限額(1au ID当たり)

お買い上げ金額の最大20%[還元上限額1,000円相当/回・5,000円相当/期間中]

##### 還元時期

7月末ごろまでにau PAY残高に還元

##### 参加方法

①au PAYアプリをダウンロード  
ダウンロードはこちら▶

②au PAYの利用を開始

au PAYの使い方はこちら▶

##### 使い方相談

市内のauショップでアプリのインストール・利用方法などを、専門スタッフが丁寧に説明します。

各店舗のホームページから、インターネット手続きで、各店舗へ(予約がない場合、当日中の相談不可の場合あり。予約にはau IDへのログイン必須) 各店舗の営業時間などの詳細はこちら▶

##### ▼相談可能店舗

店舗名	住所	電話番号
au ショップ ココリア多摩センター	落合1-46-1	(310) 2435
au ショップ多摩永山	永山1-5-6 ベルブ永山1階	(356) 8095
au ショップ聖蹟桜ヶ丘	一ノ宮2-11-32 (聖蹟桜ヶ丘駅西高架下)	(337) 8881

##### 【共通事項】

備考 au PAYはauユーザーではない方でも利用可。一部対象外の店舗(コンビニエンスストア他)・商品(たばこ他)あり。詳細は、市公式ホームページ参照または要問い合わせID 1019714 利用者・事業者向けコールセンター ☎0120(843)708(午前10時~午後8時)

キャンペーンの詳細はこちら▶

1人当たり4,000円分の商品券(JCBギフトカード)を配付します

3月末から順次、世帯主宛にゆうパックで送付しています。6月中旬までに届かない場合は、お問い合わせください。

##### 対象者

- ①令和8年2月1日時点で多摩市住民基本台帳に登録されている方(申し込み不要)
  - ②配偶者からの暴力などを理由に市内へ避難している方(要申し込み)
- 日 6月30日(火)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、総務契約課へ

##### 【共通事項】

ID 1019569 多摩市物価高騰対策生活応援事業コールセンター ☎0570(010)867



### 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)~

6月11日(木)午後1時30分~3時30分 貝取こぶし館ホール 65歳以上の市内在住者 測定(5m通常歩行速度、身長・体重・BMI、開眼片足立ち)、国士舘大学講師によるフレイル予防講座など 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴 1002881 当日直接会場へ 高齢支援課 ☎(338)6924へ

### 老人福祉センター寿大学パソコン講座①ワード初級(W初-1)②パソコンはじめてみよう!(P初-1)受講生募集

6月29日(月)、7月3日(金)・6日(月)・10日(金)・13日(月)・17日(金)、各午前10時~正午 6月29日(月)、7月3日(金)・6日(月)・10日(金)・13日(月)・17日(金)・24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パソコン操作に慣れていない方 各15人(応募者多数の場合は抽選) ①1,200円②1,400円(全回分) 6月15日(月)必着の、往復はがき(1講座につき1枚)往信欄裏面に希望講座名・住所・氏名・ふりがな・生年月日(年齢)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または住所・氏名を記入した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



### スマートフォン教室(全4回)

6月10日(水)・12日(金)・17日(水)・19日(金)各午後1時~4時 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 スマートフォンをお持ちでない・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) 基本操作、情報収集、申請・決済など 持ち物 ご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の貸し出しあり 1012114 6月3日(水)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(6316)3169(平日午前9時~午後5時)へ



### 令和8年度多摩市チャレンジ雇用職員(会計年度任用職員)募集

障がい者雇用・就労を推進するため、チャレンジ雇用「ハートフルオフィス」事業を実施しています。市で雇用された経験を活かし、一般企業への就労を目的としています。

要項に記載の勤務条件で勤務可能で、次の要件をすべて満たす方 ①愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている ②市が実施する庁内実習またはチャレンジ雇用体験実習を受けた、またはそれと同等の経験を有し、そのことを事業者(障害者総合支援法に基づく訓練等給付を提供する指定障害福祉サービス事業者などが認め、推薦書がある 備考 詳細は、公式ホームページ掲載または市役所1階障害福祉課・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 1005506 6月19日(金)までに、直接持参または特定記録郵便で、必要書類を、〒206-8666人事課へ 採用については人事課 ☎(338)6804、業務内容・就労支援については障害福祉課 ☎(338)6847

### 音訳者養成講座(初級)

音訳講座=8月28日(金)、9月4日(金)・11日(金)・25日(金)、10月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)、11月6日(金)・18日(水)・27日(金)、各午後2時~4時、デイジー編集講座=12月9日(水)~11日(金)午前10時~午後3時 10人 市内図書館で音訳者として活動するための必修講座 持ち物 筆記用具 備考 選考あり。対象・選考などの詳細は、図書館ホームページ掲載の募集要項参照 1019851 6月30日(火)までに、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直接、申込書を、中央図書館 ☎(373)7955へ

### みんなの美術作品展①実行委員②開催周知ポスター原画③来場者参加型ワークショップ・ライブパフォーマンス作品の募集

開催期間 11月29日(日)~12月6日(日) 活動期間 ①令和9年3月31日(水)まで 備考 ②選考あり。申し込み方法などの詳細は、合同会社MichiLab ☎https://www.michilab.co.jp/art36-entry/ 参照 1012522 障害福祉課 ☎(338)6847・☎(371)1200 詳細はこちら

## 後期高齢者医療保険料の令和8・9年度の保険料率が決定しました

後期高齢者医療制度の保険料率は、法令に基づき、2年に一度見直しを行っています。

●決定通知書発送 7月中旬

●見直しの理由

被保険者数や医療給付費の増加が見込まれます。その中でも後期高齢者医療制度の持続性を高め、被保険者の皆さんが安心して医療を受けられるよう制度改正が行われ、保険料に反映されます。また、令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が開始され、医療保険料と合わせて納めていただきます。

●改定の詳細

●均等割額と所得割率の引き上げ 保険料額は「均等割額」+「所得割額(保険料計算のもととなる所得金額×所得割率)」で決定します。

【医療分】

均等割額：47,300円から53,300円

に引き上げ

所得割率：9.67%から9.88%に引き上げ

【子ども・子育て支援金分】NEW

均等割額：1,300円

所得割率：0.26%

●保険料賦課限度額

医療分：80万円から85万円に引き上げ

子ども・子育て支援金分：21,000円

上限金額合計：87万1千円

●均等割額

均等割額の7割軽減は、令和8・9年度分の医療分に限り7.2割軽減となり、負担増を緩和します。

1002042 個別のご相談について = 保険年金課 ☎(338)6807、制度について = 東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター ☎0570(086)519・☎0570(086)075

## 令和8年度多摩市国民健康保険の保険税率などを変更しました

市の国民健康保険税(以下「保険税」)の税率などを改定しました。また子ども・子育て支援金制度の開始に伴い、保険税からも支援金の徴収が始まります。また未就学児の均等割の減免を実施します。具体的な年税額は6月中旬に送付する納税通知書で確認してください。

●保険税率の引き上げ

国保財政を健全に運営することを目指して、保険税率を引き上げました。

令和8年度の保険税率

区分		令和7年度	令和8年度
基礎課税分(医療分)	所得割税率	6.16%	6.28%
	均等割額	30,200円	30,800円
後期高齢者支援金等課税分(後期分)	所得割税率	2.00%	2.04%
	均等割額	12,400円	12,600円
介護納付金課税分(介護分)	所得割税率	1.78%	1.82%
	均等割額	12,600円	12,900円
子ども・子育て支援金課税分(子ども分)	所得割税率	-	0.30%
	均等割額	-	1,900円

●財政赤字の健全化

毎年お支払いいただいている保険税だけでは、支出をまかなうことができず赤字となり、他の財源から繰り入れ(法定外繰入金)を行

っています。市は各種保健事業を実施し医療費の適正化に努めていますが、この赤字を削減するため、保険税を増額する必要があります。今後も赤字を削減するため、毎年、保険税率を見直す予定です。

詳細はこちら▶



●子ども・子育て支援金制度の開始

国の子育て支援政策拡充のため、今年度から子ども・子育て支援金制度が始まりました。多摩市でもこの支援金を拠出するため、子ども・子育て支援金分として保険税から徴収します。

●未就学児の均等割額を減免します

市独自の制度として、未就学児均等割の半額減免を開始します。国の半額軽減とあわせ、未就学児の被保険者は均等割額が0円となります。

備考 通知送付直後は電話が混み合うため、6月15日(月)~30日(火)はお問い合わせフォームから問い合わせ可 1002017 保険年金課 ☎(338)6840



問い合わせフォームはこちら▶

### 市政その他のお知らせ

#### 蔵書点検による図書館休館

休館期間・施設名下表のとおり備考期間中ブックポストは終日利用可、貸出期間は延長、予約取り置き期間は受取館の7開館日。中央図書館書庫の資料は、6月1日(月)～5日(金)は提供不可。詳細は、図書館ホームページ・各市立図書館で配布の「やまばと通信」またはポスター参照ID1019928中央図書館☎(373)7955

休館期間	施設名
6/2(火)～5(金)	中央図書館
6/9(火)～11(木)	豊ヶ丘図書館
6/9(火)～12(金)	関戸図書館
6/12(金)	行政資料室
6/16(火)～18(木)	東寺方図書館
6/16(火)～18(木)	聖ヶ丘図書館
6/23(火)～25(木)	唐木田図書館
6/23(火)～26(金)	永山図書館

#### 多摩市スポーツ推進計画(中間見直し版)を策定しました

令和元年度に10カ年計画として策定した多摩市スポーツ推進計画の中

間見直し版を策定しました。備考詳細は、公式ホームページ参照ID1019942スポーツ振興課☎(338)6954

#### 第4次多摩市生涯学習推進計画(中間見直し版)を策定しました

令和2年度に10カ年計画として策定した第4次多摩市生涯学習推進計画の中間見直し版を策定しました。備考詳細は、公式ホームページ参照ID1019748文化・生涯学習推進課☎(338)6882

#### 「特定外来生物」の規制について

特定外来生物とは、海外起源の外来種で、生態系などに被害を及ぼすものとして外来生物法に指定された生物です。特定外来生物に指定された生物は、飼育・栽培・保管・運搬・譲渡・輸入することや、野外へ放つことなどが法律で禁止されています。

5月～7月に鮮やかな黄色の花が咲くオオキンケイギクも、特定外来生物に指定されています。花がきれ

いだからと持ち帰ったり、プランターなどに植えたりしないようにしてください。また、庭に生えていたらそのままにせず駆除しましょう。駆除は根から引き抜き、その場で2～3日天日にさらして枯死させた後、ビニール袋などに密封して刈草ゴミとして処分してください。

備考詳細は、環境省http://www.env.go.jp/nature/intro 参照ID1002370環境政策課☎(338)6831・FAX(338)6857



オオキンケイギク 環境省提供▶

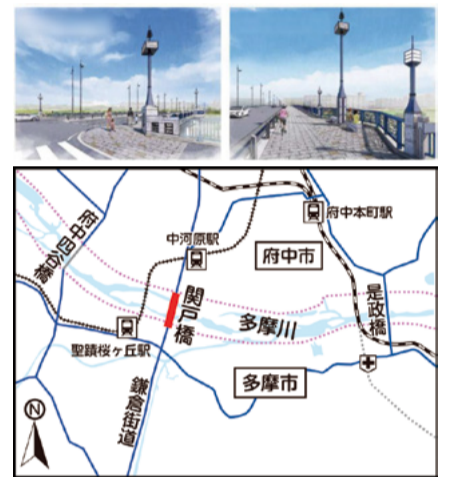
#### 関戸橋の架け替え事業を推進しています！

関戸橋は多摩川に架かる、多摩市と府中市を結ぶ極めて重要な橋であり、昭和12年に完成した下流橋と、昭和46年に完成した上流橋の二つの橋で構成されていました。特に下流橋は架橋後約80年が経過しており、老朽化に伴う架け替えが必要となりました。工事は平成27年に着手し、

仮橋の設置や下流橋の撤去を行い、現在は新しく架け替えた下流橋上部の仕上げ工事を行っています。今後は交通切り替え後、上流橋の改築に着手しさらに交通切り替えを経て、仮橋撤去予定です。

なお、架け替え後は上流橋・下流橋ともに歩道が整備された安全で快適な関戸橋に生まれ変わります。

ID1004982東京都市部多摩南部建設事務所工事第一課☎042(330)1838・FAX042(369)3890、東京都南多摩東部建設事務所工事課☎042(720)8643・FAX042(720)6563



## もしもの時に慌てないために～防犯・防災のお知らせ～

### ●住宅用防犯機器の購入・設置費用を一部補助します！

補助金を活用して、自宅の防犯対策をしましょう。

申請日時時点で市内に住民登録があり、居住している方補助内容防犯機器の購入・設置費用の2分の1を補助(上限1万円。千円未満は切り捨て)対象機器令和8年4月1日～令和9年1月31日に購入・設置した、住宅の侵入被害防止に有効な防犯機器[防犯カメラ、モニター付インターホン、防犯性能の高い錠、補助錠、サムターンカバー、ロックカバー、雨戸、シャッター、面格子、防犯フィルム、センサー付アラーム・ライトなど(譲渡品、リース品、個人間売買、オークション、フリマアプリ・サイトでの購入品は対象外)]備考令和7年度に補助金を受けている世帯は対象外。申請は1世帯あたり1回まで。予算額に到達次第終了ID1017917申請ID6月1日(月)～令和9年2月5日(金)必着の、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、申請者氏名、購入日・店名・機器名(品番)、機器ごとの金額が記載された領収書の写し(宛名がない場合は原本)、申請者名義の振込先口座情報・本人確認書類の写しを、〒206-8666防災安全課☎(338)6841へ

### ●家具転倒防止器具の取り付け・再設置作業を無料で行います！

地震のとき、家具の転倒はけがの原因になるだけでなく、避難経路をふさいでしまう恐れがあります。安心して避難できる住まいづくりのため、家具転倒防止器具の設置・再設置を無料で実施します。

市内に住民登録があり、令和9年3月31日時点で65歳以上の方のみの世帯調査・取り付け作業＝無料、器具などの購入＝自己負担(市が案内する業者から購入またはご自身で用意)ID100世帯(申し込み先着順)備考再設置の場合、器具の種類・状態によっては新たに器具が必要な場合があります。令和9年3月31日(水)までに設置作業を完了できない場合は対象外(申請から作業日程調整の連絡まで1～2週間程度)。対象者確認のため、住民基本台帳を市が確認することに要同意。詳細は、公式ホームページ参照ID1001556申請ID令和9年2月19日(金)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



家具転倒防止対策の動画はこちら

### ●新たな防災気象情報の運用開始～事前に避難行動を確認しよう～

大雨や台風で災害の恐れがある場合に気象庁から発表される、注意報や警報などの名称や体系が5月29日(金)から大きく変わります。警戒レベルに応じた避難行動をとりましょう。

ID1020040気象情報について＝気象庁☎03(6758)3900、避難行動について＝市役所防災安全課☎(338)6802

	河川氾濫 1級河川などの 大規模な氾濫	大雨 低地の浸水や 大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地の崩れや 土石流	住民が とるべき行動
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	命の危険 直ちに安全確保！
<警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！>				
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	危険な場所から全員避難
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	避難行動を確認(避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど)
警戒レベル 1	早期注意情報			災害への心構えを高める



### ●令和8年度多摩市・第九消防方面本部合同水防訓練を実施します

水害が発生しやすい時期を前に、関係機関と連携し、合同水防訓練を実施します。今回は約8年に一度実施される第九消防方面本部との大規模な合同訓練で、降雨体験車やヘリコプターも参加予定です。

なお、訓練実施中はサイレン音が鳴りますので、ご了承ください。ID5月24日(日)午前10時15分～正午(雨天決行、荒天中止)場一ノ宮公園参加機関多摩市、東京消防庁第九方面本部・多摩消防署、多摩市消防団、多摩消防少年団などID1001696申請当日直接会場へID防災安全課☎(338)6802



### ●防災行政無線を用いたJアラートの情報伝達訓練を行います

ID6月3日(水)午前11時ごろ[予備日7月1日(水)午前11時ごろ]市内112カ所に設置してある防災行政無線から一斉に放送 放送内容[チャイム]+「これはJアラートのテストです」×3回+「こちらは、防災多摩です」+[チャイム]・放送内容を確認できます(夕焼けチャイムなどの定時放送は除く)

#### 電話で確認する場合

自動音声応答電話番号☎050(5433)9162

#### インターネットで確認する場合

放送内容確認専用サイトhttp://tama-city.site.ktaiwork.jp/

ID1012896防災安全課☎(338)6802





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	植物写真展「林の縁の植物」	日6月2日(火)~28日(日)午前10時~午後4時 場旧多摩聖蹟記念館	内オオバギボシやヤマブキなど、林のふちによく見られる植物の写真を展示 備休館日は除く ID1011254 問教育振興課 ☎(338)6883
	自然観察会「夏のはじめ」	日6月2日(火)午前10時~11時30分 集旧多摩聖蹟記念館	内都立桜ヶ丘公園内の豊かな植物を観察 備雨天中止。歩きやすい靴と服装で ID1009625 申当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ 問教育振興課 ☎(338)6883
	コミュニティガーデン&ファームプロジェクトラベンダーでお楽しみ	日6月13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・ガーデン用はさみ(お持ちの方のみ) 備汚れても良い服装で ID1017347 申問5月22日(金)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-gl.c.jp/events/c260613/ ・ ☎(375)8716へ
健康・福祉	健康づくり推進員主催事業~夏にそなえて筋力アップ~ 持ち物 飲み物 備動きやすい靴と服装で 問健康推進課 ☎(376)9139		
	6月の月例ウォーキング	日集合①6月2日(火)=グリナード広場(永山1-4)②9日(火)=九頭龍公園 ③16日(火)=パルテノン多摩大階段下	対初心者内①永山コース②聖蹟桜ヶ丘コース③多摩センターコース 持ち物帽子、雨具(傘は不可) 備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 ID①1011720②1011721③1011728 申当日午前9時45分~10時に、直接集合場所へ
	運動、筋トレによる健康寿命、認知力アップおよびフレイル予防	日6月10日(水)午前10時~正午 場健康センター会議室2	定25人(申し込み先着順) 講師小山雅弘氏(NESTA認定パーソナルトレーナー) 持ち物タオル(汗拭き用) ID1019857 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	「貯筋」簡単トレーニング&歩くための基礎代謝アップ運動	日6月15日(月)午後2時~3時 集からきだ菖蒲館ホール	定15人(申し込み先着順)内梅雨時の運動不足解消、どなたでも自宅でできる運動の習得 講師内田英利氏(日本成人病予防協会指定講師) 持ち物室内用運動靴 ID1019736 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	腰痛・膝痛改善体操~運動を通じて「痛み」と上手に付き合おう!~	日6月15日(月)午後2時~4時 場ひじり館ホール	定25人(申し込み先着順)内腰痛・膝痛改善と予防体操、講義と実技 講師後藤靖治氏(日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー) 持ち物敷き物(バスタオルなど)、室内用運動靴、筆記用具、タオル(汗拭き用) ID1017146 申5月22日(金)午前9時から、電話で、健康推進課へ
	6月のスポーツ・健康・体力相談	日6月9日(火)午前10時~11時50分・19日(金)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) 内梅雨でもできる有酸素運動 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
		日6月21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 内関節痛相談会(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へ
	司法書士による市民のための成年後見相談会	日6月13日(土)午後1時30分~4時40分 場消費生活センター講座室(ベルブ)	対市内在住・在勤者定8組(申し込み先着順) 相談員リーガルサポート東京支部所属司法書士 備相談時間1組40分(要予約) 申問5月22日(金)から、電話またはファクシミリで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター ☎(373)5677・FAX(373)5612へ
文化	【“たまには芝居”参加作品】劇団ドラマ館 第37回公演「楽屋-流れ去るものはやがてなつかしき」	日6月20日(土)午後6時、21日(日)午前11時30分・午後2時30分(各30分前開場) 場関戸公民館ヴィータホール	定各150人(申し込み先着順) ¥2,500円(高校生以下1,000円) 主催多摩演劇フェスティバル実行委員会 ID1014868 申問電話・メールまたはインターネット手続きで、劇団ドラマ館 ☎090(9960)9773・✉doramakan@yahoo.co.jp・URL https://ticket.corich.jp/apply/441701/ 阿部へ
	アニメーション映画「ブレッドウィナー」上映会(日本語吹替・字幕版)	日6月27日(土)午前10時30分(10時開場) 場永山公民館ベルブホール	定140人(申し込み先着順)内家族を支えるために髪を切り、“少年”になった少女を描いた物語 ID1019940 申問5月22日(金)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、TAMA女性センター ☎(355)2110へ
	苔玉づくり講座	日6月28日(日)午前10時~正午 場市民活動・交流センター	定20人(申し込み先着順) ¥1,500円 内おしゃれでかわいい癒しのインテリア作り 講師上館由美氏(アトリエゆずか) 備小学3年生以下は要保護者同伴 申問6月1日(月)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
教育	電子図書館を使ってみよう!	日5月27日(水)午前11時~正午 場中央図書館サテライトカウンター前	内自宅で利用できる多摩市電子図書館の使い方を説明 持ち物スマートフォン、タブレット、パソコン(いずれかお持ちの方のみ) 備詳細は、図書館ホームページ参照 ID1016765 申当日直接会場へ 問中央図書館 ☎(373)7955
暮らし	マンション管理セミナー「区分所有法改正に伴う管理規約の見直しについて」	日6月20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)内区分所有法改正の概要やポイントについての講演・意見交換 講師高野光祥氏、坂田英督氏(いずれも多摩マンション管理士会) ID1011384 申問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、都市計画課 ☎(338)6817・FAX(339)7754へ
	セカンドライフに向けて、“今”知りたいお金の話	日6月27日(土)午前9時30分~11時30分(9時受け付け) 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40人(申し込み先着順) 内資産運用や形成、金融トラブルの最新事情など ID1018293 申問5月20日(水)~6月22日(月)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
スポーツ	ジュニア空手道講習会	日①5月24日②6月7日、各日曜日 午前9時30分~11時 場武道館	対小学生以上の市内在住・在勤・在学者 持ち物タオル、飲み物 備動きやすい服装で 申問①5月23日(土)②6月6日(土)までに、メールで、多摩市空手道連盟 okshinkar@gmail.com 岡本へ
	アーリーサマーフェスティバル2026 ①模擬店②hiphop(ダンス)教室③水泳教室体験会	日6月21日(日)①午前11時②午後1時~2時③幼児=午前9時30分、小学生=10時30分(各40分) 場アクアブルー多摩	対②高校生以上③幼児、小学生定②28人③各15人(いずれも申し込み先着順) ¥②900円③1,000円(別途プール入場料が必要) 備詳細は、アクアブルー多摩 URL https://www.tama-pool.org/ 参照 申問①当日直接会場へ②③5月21日(水)午前9時から、電話または直接、アクアブルー多摩 ☎(338)7667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8年度第2回多摩市学びあい育ちあい推進審議会定例会

日 5月26日(火)午後2時 場 教育委員会 会議室(ベルブ5階) 定10人(予定) 内 多摩市の社会教育・公民館運営など 1012194 教育振興課 ☎(338)6930

### ●令和8年度第1回多摩市都市計画審議会

日 5月28日(木)午前10時 場 市役所第二庁舎会議室 定10人 内 多摩市総合計画審議会委員の推薦など 1006068 都市計画課 ☎(338)6856

### ●令和8年第2回多摩市議会定例会

会期行事予定 6月5日(金)=本会議(議会人事・行政報告等・市長所信表明・代表質問)、8日(月)~15日(月)=本会議(一般質問)、16日(火)・17日(水)=本会議(補正予算・条例等審議)、18日(木)=総務常任委員会、19日(金)=健康福祉常任委員会、22日(月)=生活環境常任委員会、23日(火)=子ども教育常任委員会、24日(水)=多摩市役所新庁舎建設等特別委員会、25日(木)=代表者会議、26日(金)=議会運営委員会、30日(火)=本会議(最終日) 時間 午前10時 議場、委員会室 議場=各35人、委員会室=各15人 備考 行事予定は変更する場合あり 1006655 議会事務局 ☎(338)6890

### ●令和8年6月多摩市教育委員会定例会

日 6月18日(木)午後2時 場 教育委員会 会議室(ベルブ5階) 定10人 内 付議案件の報告・決定など 1012088 教育振興課 ☎(338)6872

## 市民委員募集

### ●多摩市総合計画審議会

第六次多摩市総合計画の基本計画の改定内容の検討を行います。 任期 令和8年7月下旬~令和9年3月31日(水) 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(水)時点で18歳以上の市内在住・在勤・在学・活動団体に属する者 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 備考 4~6回程度開催。結果は応募者全員に通知。提出書類の返却は不可。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 1019493 6月17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・ファクシミリまたは直接持参で、小論文「市民

目線からの将来都市像の実現に向けた課題と対応策について(800字。様式あり)、氏名、生年月日、性別、住所、在勤・在学先の名称(在勤・在学者のみ)を記入し、〒206-8666市役所3階企画課 ☎(338)6813・FAX(337)7658へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)



### ●多摩市廃棄物減量等推進審議会

ごみの排出抑制・分別の徹底・資源化の推進などごみの減量に関する事項を審議します。 任期 令和8年7月1日(水)~令和10年6月30日(金) 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 選考方法 小論文・男女比率・年齢構成などを総合的に考慮 備考 年4回程度開催。結果は応募者全員に通知。提出書類の返却は不可。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 1014629 6月5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「ごみ減量と資源循環を“自分ごと”にするために必要な市民の行動変容と行政の支援」(600~800字。様式自由)・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・メールアドレスを記入し、〒206-0024 諏訪6-3-2 資源循環推進課 ☎(338)6836・FAX(356)3919へ(ファクシミリの場合、送信後に要電話連絡)



### ●多摩市ニュータウン再生推進会議

ニュータウン再生の推進のための検討・提案を行います。 任期 令和8年7月15日(水)~令和10年3月31日(金) 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15日時点で18歳以上の市内在住・在勤・在学者 募集人数 3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 備考 結果は応募者全員に通知。提出書類の返却は不可。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 1010997 6月12日(金)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直接持参で、小論文「あなたの思う多摩市のニュータウン再生」(1,000~2,000字。様式自由)、応募理由、住所、氏名、生年月日、年齢、性別、在勤・在学先、電話番号、メールアドレスを記入し、市役所東庁舎2階都市計画課 ☎(338)6959へ



# 熱中症を予防するには、事前の対策が大切です

熱中症は、条件次第で誰でもなる可能性があります。正しい対策をすることで防ぐことができます。

体が暑さに慣れていない今の時期から対策を意識して過ごしましょう。

## 熱中症を防ぐための主な対策

- ・室内でエアコンを使用するなど、涼しい環境で過ごしましょう。
- ・水分と塩分を補給しましょう。
- ・高齢者・乳幼児などの熱中症になりやすい方は特に注意しましょう。

### 65歳以上の方に熱中症予防ハンドブックを配布しています

熱中症予防の正しい知識を身につけ、適切な対処をしましょう。

配布場所 市役所1階高齢支援課、各地域包括支援センター 1019923 高齢支援課 ☎(338)6924



当日の熱中症の危険度が色でわかるカード付き!

## 熱中症特別警戒アラートを確認し、必要に応じてクーリングシェルターをご利用ください

熱中症特別警戒アラートは広域的に過去に例のない危険な暑さになった時に発表されます。また、クーリングシェルターは、冷房の効いた施設など、暑さを一時的にしのげる場所で、熱中症特別警戒アラートが発表された際には下表のとおり開設します。自宅にエアコンがあり、涼しい環境が確保できる場合には、クーリングシェルターに移動する必要はありません。涼しい環境の確保が難しい方はご活用ください。

備考 各指定施設の休館日・定員などの詳細は、公式ホームページ参照 1015274、熱中症特別警戒アラートについて=1014963 環境政策課 ☎(338)6831

## クーリングシェルター一覧



詳細はこちら

公共施設	
愛宕児童館	からきだ菖蒲館
一ノ宮児童館	ひじり館
諏訪児童館	ココソモ連光寺
永山児童館	三方の森コミュニティ会館
中央図書館	大栗川・かるがも館
関戸図書館	多摩センター駅出張所
唐木田図書館	パルテノン多摩
豊ヶ丘図書館	市民活動・交流センター
永山図書館	武道館
聖ヶ丘図書館	エコプラザ多摩
関戸公民館	健康センター
永山公民館	市役所本庁舎
愛宕かえで館	総合体育館
TOM HOUSE	二幸産業・NSP健康福祉プラザ
貝取こぶし館	アクアブルー多摩
乞田・貝取ふれあい館	グリーンライブセンター
関・一つむぎ館	多摩中央公園クリエイティブキャンパス企画室

民間施設	
AFFIDAMENTO BAGEL(山王下1-12-12 福満ビル2階)	
トヨタモビリティ東京多摩ニュータウン店(関戸6-5-2)	
トヨタモビリティ東京U-Car多摩ニュータウン店(関戸6-6-11)	
トヨタモビリティ東京多摩永山店(永山1-2-1)	
トレーニングスタジオest.多摩諏訪店(諏訪3-14-10 ホワイトハウス1階)	
トレーニングスタジオest.多摩鶴牧店(鶴牧5-1-1 エステート鶴牧101)	
東京南農協協同組合多摩支店(関戸6-11-1)	
京王聖蹟桜ヶ丘SC(関戸1-10-1)	
龍生堂薬局多摩センター店(落合1-44 丘の上プラザ101)	
龍生堂薬局永山店(永山1-4 グリナード永山3階)	
龍生堂薬局永山調剤店(永山1-4 グリナード永山5階)	
龍生堂薬局ベルブ永山店(永山1-5 ベルブ永山2階)	
ネコサポグリナード永山店(永山1-4 グリナード永山3階)	
ダイハツ東京販売(株)U-CAR多摩センター店(落合1-2-24)	



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

## 居住支援相談窓口

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

## 休日納税相談(納税課)

☎5月24日(日)午前8時30分～正午・午後1時～5時  
☎市役所2階納税課 ☎(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  
☎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  
☎ハローワーク府中永山ワークプラザ(ベルブ4階) ☎(375)0951

## 創業・経営相談

☎月・水・木曜日午後1時～5時  
☎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  
☎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  
☎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  
☎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

☎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  
☎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)  
☎消費生活センター-消費者相談室(ベルブ3階) ☎(374)9595

## 外国人のための生活相談室

(LIFE COUNSELING FOR 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  
☎(とことろ)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)

☎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

☎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  
☎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  
☎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  
☎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  
☎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  
☎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  
☎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

☎6月3日(水)午前9時～正午、17日(水)・30日(火)午後2時～午後5時(相談時間は45分以内)  
☎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  
☎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  
☎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  
☎障がい者就労支援センター「なちゅーる」(健康センター4階) ☎(311)2324

## 暮らしの専門相談

相談時間は30分(交通事故相談、人権・身の上相談、行政相談は50分)です。法律相談・税務相談の予約は相談日の1週間前から、また、その他の相談は相談日の属する月の1カ月前の月初めの日から受け付けます。

☎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

☎6月2日・23日各火曜日午後1時30分～4時30分、9日(火)午前9時30分～正午

### 不動産の相続・贈与等の登記相談

☎6月9日(火)午後1時30分～4時、23日(火)午前9時30分～正午

### 交通事故相談

☎6月4日(木)午後1時30分～4時

### 相続・遺言等くらしの書類作成相談

☎6月8日(月)午後1時30分～4時、22日(月)午前9時30分～正午

### 不動産取引相談

☎6月22日(月)午後1時30分～3時

### 年金・社会保険・労務相談

☎6月25日(木)午後1時30分～4時

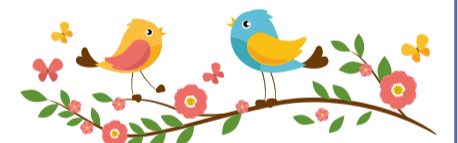
### 人権・身の上相談

☎6月4日・18日各木曜日午前9時30分～正午、11日・25日各木曜日午後1時30分～4時

### 行政相談

☎6月18日(木)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



## 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

6/10 水

予約制

《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



TEL.042-371-3580

※6月入会ご希望の方は、6/3(水)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。

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター | 多摩市桜ヶ丘4-40-1

## 断熱玄関ドア交換

## 断熱内窓取付

## 断熱真空ガラス交換

# 補助金制度 あります(国と東京都より)

窓・ドアのリフォームお任せください!

申請手続代行手数料ご相談・お見積り 無料

増改築相談員がいるお店 窓とガラスの専門店

創業 株式会社 芹沢ガラス

71年 会社 ☎0120-953-577

国立市中2-5-17 営業時間/9:00～17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜

# 求人・募集

## 多摩市国際交流センター「ワールドキャンパス in 多摩2026」①ホストファミリー②ボランティア

世界9カ国の若者が多摩市でホームステイや市民との交流などを行うプログラムです。

●8月4日(火)～10日(月)②高校生以上①寝る場所・食事の提供、送迎。8日(土)はホストファミリーと交流②企画・会場準備・進行・記録・引率など**使用言語**英語(日本語も使用可)

●説明会にご参加ください  
●5月31日(日)=永山公民館視聴覚室、6月6日(土)=関戸公民館第3学習室、各午後1時30分～3時①当日直接会場へ

●共通事項  
●多摩市国際交流センターユース国際交流部ワールドキャンパス多摩実行委員会 ☎(355)2118・✉info2@world-campus-tama.com

●多摩市国際交流センターユース国際交流部ワールドキャンパス多摩実行委員会 ☎(355)2118・✉info2@world-campus-tama.com

# コミュニティセンターから

●申請は各館へ。申し込みの記載がないものは当日直接会場へ

●乞田・貝取ふれあい館 ☎1003170 ☎(339)1700

●国立音大ジャズ専修コンサート

●6月28日(日)午後1時～1時45分・2時15分～3時①ホール②各50人(申し込み先着順)③KUNION-5の5名が奏でるサクソ、ピアノ、ベース、ギター、ドラムが響き合う

●来週のジャズ**備考**6月15日(月)は休館④5月20日(水)午前10時から、電話または直接、乞田・貝取ふれあい館へ

●貝取こぶし館 ☎1003172 ☎(389)4196

●福祉なんでも相談  
●6月1日(月)午後1時30分～2時30分①調理室

●文化祭2026

●6月6日(土)午後1時～5時、7日(日)午前10時～午後3時①絵画・写真・書・手芸品などの展示。切り絵・折り紙などの体験。写真展

●元気チェック

●6月11日(木)午後1時30分～3時①ホール②介護予防体操と血圧・握力などの測定**共催**多摩市社会福祉協議会

●よくわかる低栄養予防講座4

●6月20日(土)午前10時～11時30分①低栄養を理解して寝たきりや認知症予防②30人(申し込み先着順)③5月21日(木)午前10時30分から、電話または直接、貝取こぶし館へ

# 健康だより

## これならできる！健康・栄養相談～健診結果の見方・相談～

●6月9日(火)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)④10人(申し込み先着順)**備考**治療中の方は主治医に要相談⑤1012092⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿㏀㏁㏂㏃㏄㏅㏆㏇㏈㏉㏊㏋㏌㏍㏎㏏㏐㏑㏒㏓㏔㏕㏖㏗㏘㏙㏚㏛㏜㏝㏞㏟㏠㏡㏢㏣㏤㏥㏦㏧㏨㏩㏪㏫㏬㏭㏮㏯㏰㏱㏲㏳㏴㏵㏶㏷㏸㏹㏺㏻㏼㏽㏾㏿㐀㐁㐂㐃㐄㐅㐆㐇㐈㐉㐊㐋㐌㐍㐎㐏㐐㐑㐒㐓㐔㐕㐖㐗㐘㐙㐚㐛㐜㐝㐞㐟㐠㐡㐢㐣㐤㐥㐦㐧㐨㐩㐪㐫㐬㐭㐮㐯㐰㐱㐲㐳㐴㐵㐶㐷㐸㐹㐺㐻㐼㐽㐾㐿㑀㑁㑂㑃㑄㑅㑆㑇㑈㑉㑊㑋㑌㑍㑎㑏㑐㑑㑒㑓㑔㑕㑖㑗㑘㑙㑚㑛㑜㑝㑞㑟㑠㑡㑢㑣㑤㑥㑦㑧㑨㑩㑪㑫㑬㑭㑮㑯㑰㑱㑲㑳㑴㑵㑶㑷㑸㑹㑺㑻㑼㑽㑾㑿㒀㒁㒂㒃㒄㒅㒆㒇㒈㒉㒊㒋㒌㒍㒎㒏㒐㒑㒒㒓㒔㒕㒖㒗㒘㒙㒚㒛㒜㒝㒞㒟㒠㒡㒢㒣㒤㒥㒦㒧㒨㒩㒪㒫㒬㒭㒮㒯㒰㒱㒲㒳㒴㒵㒶㒷㒸㒹㒺㒻㒼㒽㒾㒿㓀㓁㓂㓃㓄㓅㓆㓇㓈㓉㓊㓋㓌㓍㓎㓏㓐㓑㓒㓓㓔㓕㓖㓗㓘㓙㓚㓛㓜㓝㓞㓟㓠㓡㓢㓣㓤㓥㓦㓧㓨㓩㓪㓫㓬㓭㓮㓯㓰㓱㓲㓳㓴㓵㓶㓷㓸㓹㓺㓻㓼㓽㓾㓿㔀㔁㔂㔃㔄㔅㔆㔇㔈㔉㔊㔋㔌㔍㔎㔏㔐㔑㔒㔓㔔㔕㔖㔗㔘㔙㔚㔛㔜㔝㔞㔟㔠㔡㔢㔣㔤㔥㔦㔧㔨㔩㔪㔫㔬㔭㔮㔯㔰㔱㔲㔳㔴㔵㔶㔷㔸㔹㔺㔻㔼㔽㔾㔿㕀㕁㕂㕃㕄㕅㕆㕇㕈㕉㕊㕋㕌㕍㕎㕏㕐㕑㕒㕓㕔㕕㕖㕗㕘㕙㕚㕛㕜㕝㕞㕟㕠㕡㕢㕣㕤㕥㕦㕧㕨㕩㕪㕫㕬㕭㕮㕯㕰㕱㕲㕳㕴㕵㕶㕷㕸㕹㕺㕻㕼㕽㕾㕿㖀㖁㖂㖃㖄㖅㖆㖇㖈㖉㖊㖋㖌㖍㖎㖏㖐㖑㖒㖓㖔㖕㖖㖗㖘㖙㖚㖛㖜㖝㖞㖟㖠㖡㖢㖣㖤㖥㖦㖧㖨㖩㖪㖫㖬㖭㖮㖯㖰㖱㖲㖳㖴㖵㖶㖷㖸㖹㖺㖻㖼㖽㖾㖿㗀㗁㗂㗃㗄㗅㗆㗇㗈㗉㗊㗋㗌㗍㗎㗏㗐㗑㗒㗓㗔㗕㗖㗗㗘㗙㗚㗛㗜㗝㗞㗟㗠㗡㗢㗣㗤㗥㗦㗧㗨㗩㗪㗫㗬㗭㗮㗯㗰㗱㗲㗳㗴㗵㗶㗷㗸㗹㗺㗻㗼㗽㗾㗿㘀㘁㘂㘃㘄㘅㘆㘇㘈㘉㘊㘋㘌㘍㘎㘏㘐㘑㘒㘓㘔㘕㘖㘗㘘㘙㘚㘛㘜㘝㘞㘟㘠㘡㘢㘣㘤㘥㘦㘧㘨㘩㘪㘫㘬㘭㘮㘯㘰㘱㘲㘳㘴㘵㘶㘷㘸㘹㘺㘻㘼㘽㘾㘿㙀㙁㙂㙃㙄㙅㙆㙇㙈㙉㙊㙋㙌㙍㙎㙏㙐㙑㙒㙓㙔㙕㙖㙗㙘㙙㙚㙛㙜㙝㙞㙟㙠㙡㙢㙣㙤㙥㙦㙧㙨㙩㙪㙫㙬㙭㙮㙯㙰㙱㙲㙳㙴㙵㙶㙷㙸㙹㙺㙻㙼㙽㙾㙿㚀㚁㚂㚃㚄㚅㚆㚇㚈㚉㚊㚋㚌㚍㚎㚏㚐㚑㚒㚓㚔㚕㚖㚗㚘㚙㚚㚛㚜㚝㚞㚟㚠㚡㚢㚣㚤㚥㚦㚧㚨㚩㚪㚫㚬㚭㚮㚯㚰㚱㚲㚳㚴㚵㚶㚷㚸㚹㚺㚻㚼㚽㚾㚿㜀㜁㜂㜃㜄㜅㜆㜇㜈㜉㜊㜋㜌㜍㜎㜏㜐㜑㜒㜓㜔㜕㜖㜗㜘㜙㜚㜛㜜㜝㜞㜟㜠㜡㜢㜣㜤㜥㜦㜧㜨㜩㜪㜫㜬㜭㜮㜯㜰㜱㜲㜳㜴㜵㜶㜷㜸㜹㜺㜻㜼㜽㜾㜿㝀㝁㝂㝃㝄㝅㝆㝇㝈㝉㝊㝋㝌㝍㝎㝏㝐㝑㝒㝓㝔㝕㝖㝗㝘㝙㝚㝛㝜㝝㝞㝟㝠㝡㝢㝣㝤㝥㝦㝧㝨㝩㝪㝫㝬㝭㝮㝯㝰㝱㝲㝳㝴㝵㝶㝷㝸㝹㝺㝻㝼㝽㝾㝿㞀㞁㞂㞃㞄㞅㞆㞇㞈㞉㞊㞋㞌㞍㞎㞏㞐㞑㞒㞓㞔㞕㞖㞗㞘㞙㞚㞛㞜㞝㞞㞟㞠㞡㞢㞣㞤㞥㞦㞧㞨㞩㞪㞫㞬㞭㞮㞯㞰㞱㞲㞳㞴㞵㞶㞷㞸㞹㞺㞻㞼㞽㞾㞿㟀㟁㟂㟃㟄㟅㟆㟇㟈㟉㟊㟋㟌㟍㟎㟏㟐㟑㟒㟓㟔㟕㟖㟗㟘㟙㟚㟛㟜㟝㟞㟟㟠㟡㟢㟣㟤㟥㟦㟧㟨㟩㟪㟫㟬㟭㟮㟯㟰㟱㟲㟳㟴㟵㟶㟷㟸㟹㟺㟻㟼㟽㟾㟿㠀㠁㠂㠃㠄㠅㠆㠇㠈㠉㠊㠋㠌㠍㠎㠏㠐㠑㠒㠓㠔㠕㠖㠗㠘㠙㠚㠛㠜㠝㠞㠟㠠㠡㠢㠣㠤㠥㠦㠧㠨㠩㠪㠫㠬㠭㠮㠯㠰㠱㠲㠳㠴㠵㠶㠷㠸㠹㠺㠻㠼㠽㠾㠿㡀㡁㡂㡃㡄㡅㡆㡇㡈㡉㡊㡋㡌㡍㡎㡏㡐㡑㡒㡓㡔㡕㡖㡗㡘㡙㡚㡛㡜㡝㡞㡟㡠㡡㡢㡣㡤㡥㡦㡧㡨㡩㡪㡫㡬㡭㡮㡯㡰㡱㡲㡳㡴㡵㡶㡷㡸㡹㡺㡻㡼㡽㡾㡿㢀㢁㢂㢃㢄㢅㢆㢇㢈㢉㢊㢋㢌㢍㢎㢏㢐㢑㢒㢓㢔㢕㢖㢗㢘㢙㢚㢛㢜㢝㢞㢟㢠㢡㢢㢣㢤㢥㢦㢧㢨㢩㢪㢫㢬㢭㢮㢯㢰㢱㢲㢳㢴㢵㢶㢷㢸㢹㢺㢻㢼㢽㢾㢿㣀㣁㣂㣃㣄㣅㣆㣇㣈㣉㣊㣋㣌㣍㣎㣏㣐㣑㣒㣓㣔㣕㣖㣗㣘㣙㣚㣛㣜㣝㣞㣟㣠㣡㣢㣣㣤㣥㣦㣧㣨㣩㣪㣫㣬㣭㣮㣯㣰㣱㣲㣳㣴㣵㣶㣷㣸㣹㣺㣻㣼㣽㣾㣿㤀㤁㤂㤃㤄㤅㤆㤇㤈㤉㤊㤋㤌㤍㤎㤏㤐㤑㤒㤓㤔㤕㤖㤗㤘㤙㤚㤛㤜㤝㤞㤟㤠㤡㤢㤣㤤㤥㤦㤧㤨㤩㤪㤫㤬㤭㤮㤯㤰㤱㤲㤳㤴㤵㤶㤷㤸㤹㤺㤻㤼㤽㤾㤿㥀㥁㥂㥃㥄㥅㥆㥇㥈㥉㥊㥋㥌㥍㥎㥏㥐㥑㥒㥓㥔㥕㥖㥗㥘㥙㥚㥛㥜㥝㥞㥟㥠㥡㥢㥣㥤㥥㥦㥧㥨㥩㥪㥫㥬㥭㥮㥯㥰㥱㥲㥳㥴㥵㥶㥷㥸㥹㥺㥻㥼㥽㥾㥿㦀㦁㦂㦃㦄㦅㦆㦇㦈㦉㦊㦋㦌㦍㦎㦏㦐㦑㦒㦓㦔㦕㦖㦗㦘㦙㦚㦛㦜㦝㦞㦟㦠㦡㦢㦣㦤㦥㦦㦧㦨㦩㦪㦫㦬㦭㦮㦯㦰㦱㦲㦳㦴㦵㦶㦷㦸㦹㦺㦻㦼㦽㦾㦿㧀㧁㧂㧃㧄㧅㧆㧇㧈㧉㧊㧋㧌㧍㧎㧏㧐㧑㧒㧓㧔㧕㧖㧗㧘㧙㧚㧛㧜㧝㧞㧟㧠㧡㧢㧣㧤㧥㧦㧧㧨㧩㧪㧫㧬㧭㧮㧯㧰㧱㧲㧳㧴㧵㧶㧷㧸㧹㧺㧻㧼㧽㧾㧿㨀㨁㨂㨃㨄㨅㨆㨇㨈㨉㨊㨋㨌㨍㨎㨏㨐㨑㨒㨓㨔㨕㨖㨗㨘㨙㨚㨛㨜㨝㨞㨟㨠㨡㨢㨣㨤㨥㨦㨧㨨㨩㨪㨫㨬㨭㨮㨯㨰㨱㨲㨳㨴㨵㨶㨷㨸㨹㨺㨻㨼㨽㨾㨿㩀㩁㩂㩃㩄㩅㩆㩇㩈㩉㩊㩋㩌㩍㩎㩏㩐㩑㩒㩓㩔㩕㩖㩗㩘㩙㩚㩛㩜㩝㩞㩟㩠㩡㩢㩣㩤㩥㩦㩧㩨㩩㩪㩫㩬㩭㩮㩯㩰㩱㩲㩳㩴㩵㩶㩷㩸㩹㩺㩻㩼㩽㩾㩿㪀㪁㪂㪃㪄㪅㪆㪇㪈㪉㪊㪋㪌㪍㪎㪏㪐㪑㪒㪓㪔㪕㪖㪗㪘㪙㪚㪛㪜㪝㪞㪟㪠㪡㪢㪣㪤㪥㪦㪧㪨㪩㪪㪫㪬㪭㪮㪯㪰㪱㪲㪳㪴㪵㪶㪷㪸㪹㪺㪻㪼㪽㪾㪿㫀㫁㫂㫃㫄㫅㫆㫇㫈㫉㫊㫋㫌㫍㫎㫏㫐㫑㫒㫓㫔㫕㫖㫗㫘㫙㫚㫛㫜㫝㫞㫟㫠㫡㫢㫣㫤㫥㫦㫧㫨㫩㫪㫫㫬㫭㫮㫯㫰㫱㫲㫳㫴㫵㫶㫷㫸㫹㫺㫻㫼㫽㫾㫿㬀㬁㬂㬃㬄㬅㬆㬇㬈㬉㬊㬋㬌㬍㬎㬏㬐㬑㬒㬓㬔㬕㬖㬗㬘㬙㬚㬛㬜㬝㬞㬟㬠㬡㬢㬣㬤㬥㬦㬧㬨㬩㬪㬫㬬㬭㬮㬯㬰㬱㬲㬳㬴㬵㬶㬷㬸㬹㬺㬻㬼㬽㬾㬿㭀㭁㭂㭃㭄㭅㭆㭇㭈㭉㭊㭋㭌㭍㭎㭏㭐㭑㭒㭓㭔㭕㭖㭗㭘㭙㭚㭛㭜㭝㭞㭟㭠㭡㭢㭣㭤㭥㭦㭧㭨㭩㭪㭫㭬㭭㭮㭯㭰㭱㭲㭳㭴㭵㭶㭷㭸㭹㭺㭻㭼㭽㭾㭿㮀㮁㮂㮃㮄㮅㮆㮇㮈㮉㮊㮋㮌㮍㮎㮏㮐㮑㮒㮓㮔㮕㮖㮗㮘㮙㮚㮛㮜㮝㮞㮟㮠㮡㮢㮣㮤㮥㮦㮧㮨㮩㮪㮫㮬㮭㮮㮯㮰㮱㮲㮳㮴㮵㮶㮷㮸㮹㮺㮻㮼㮽㮾㮿㯀㯁㯂㯃㯄㯅㯆㯇㯈㯉㯊㯋㯌㯍㯎㯏㯐㯑㯒㯓㯔㯕㯖㯗㯘㯙㯚㯛㯜㯝㯞㯟㯠㯡㯢㯣㯤㯥㯦㯧㯨㯩㯪㯫㯬㯭㯮㯯㯰㯱㯲㯳㯴㯵㯶㯷㯸㯹㯺㯻㯼㯽㯾㯿㰀㰁㰂㰃㰄㰅㰆㰇㰈㰉㰊㰋㰌㰍㰎㰏㰐㰑㰒㰓㰔㰕㰖㰗㰘㰙㰚㰛㰜㰝㰞㰟㰠㰡㰢㰣㰤㰥㰦㰧㰨㰩㰪㰫㰬㰭㰮㰯㰰㰱㰲㰳㰴㰵㰶㰷㰸㰹㰺㰻㰼㰽㰾㰿㱀㱁㱂㱃㱄㱅㱆㱇㱈㱉㱊㱋㱌㱍㱎㱏㱐㱑㱒㱓㱔㱕㱖㱗㱘㱙㱚㱛㱜㱝㱞㱟㱠㱡㱢㱣㱤㱥㱦㱧㱨㱩㱪㱫㱬㱭㱮㱯㱰㱱㱲㱳㱴㱵㱶㱷㱸㱹㱺㱻㱼㱽㱾㱿㲀㲁㲂㲃㲄㲅㲆㲇㲈㲉㲊㲋㲌㲍㲎㲏㲐㲑㲒㲓㲔㲕㲖㲗㲘㲙㲚㲛㲜㲝㲞㲟㲠㲡㲢㲣㲤㲥㲦㲧㲨㲩㲪㲫㲬㲭㲮㲯㲰㲱㲲㲳㲴㲵㲶㲷㲸㲹㲺㲻㲼㲽㲾㲿㳀㳁㳂㳃㳄㳅㳆㳇㳈㳉㳊㳋㳌㳍㳎㳏㳐㳑㳒㳓㳔㳕㳖㳗㳘㳙㳚㳛㳜㳝㳞㳟㳠㳡㳢㳣㳤㳥㳦㳧㳨㳩㳪㳫㳬㳭㳮㳯㳰㳱㳲㳳㳴㳵㳶㳷㳸㳹㳺㳻㳼㳽㳾㳿㴀㴁㴂㴃㴄㴅㴆㴇㴈㴉㴊㴋㴌㴍㴎㴏㴐㴑㴒㴓㴔㴕㴖㴗㴘㴙㴚㴛㴜㴝㴞㴟㴠㴡㴢㴣㴤㴥㴦㴧㴨㴩㴪㴫㴬㴭㴮㴯㴰㴱㴲㴳㴴㴵㴶㴷㴸㴹㴺㴻㴼㴽㴾㴿㵀㵁㵂㵃㵄㵅㵆㵇㵈㵉㵊㵋㵌㵍㵎㵏㵐㵑㵒㵓㵔㵕㵖㵗㵘㵙㵚㵛㵜㵝㵞㵟㵠㵡㵢㵣㵤㵥㵦㵧㵨㵩㵪㵫㵬㵭㵮㵯㵰㵱㵲㵳㵴㵵㵶㵷㵸㵹㵺㵻㵼㵽㵾㵿㶀㶁㶂㶃㶄㶅㶆㶇㶈㶉㶊㶋㶌㶍㶎㶏㶐㶑㶒㶓㶔㶕㶖㶗㶘㶙㶚㶛㶜㶝㶞㶟㶠㶡㶢㶣㶤㶥㶦㶧㶨㶩㶪㶫㶬㶭㶮㶯㶰㶱㶲㶳㶴㶵㶶㶷㶸㶹㶺㶻㶼㶽㶾㶿㷀㷁㷂㷃㷄㷅㷆㷇㷈㷉㷊㷋㷌㷍㷎㷏㷐㷑㷒㷓㷔㷕㷖㷗㷘㷙㷚㷛㷜㷝㷞㷟㷠㷡㷢㷣㷤㷥㷦㷧㷨㷩㷪㷫㷬㷭㷮㷯㷰㷱㷲㷳㷴㷵㷶㷷㷸㷹㷺㷻㷼㷽㷾㷿㸀㸁㸂㸃㸄㸅㸆㸇㸈㸉㸊㸋㸌㸍㸎㸏㸐㸑㸒㸓㸔㸕㸖㸗㸘㸙㸚㸛㸜㸝㸞㸟㸠㸡㸢㸣㸤㸥㸦㸧㸨㸩㸪㸫㸬㸭㸮㸯㸰㸱㸲㸳㸴㸵㸶㸷㸸㸹㸺㸻㸼㸽㸾㸿㹀㹁㹂㹃㹄㹅㹆㹇㹈㹉㹊㹋㹌㹍㹎㹏㹐㹑㹒㹓㹔㹕㹖㹗㹘㹙㹚㹛㹜㹝㹞㹟㹠㹡㹢㹣㹤㹥㹦㹧㹨㹩㹪㹫㹬㹭㹮㹯㹰㹱㹲㹳㹴㹵㹶㹷㹸㹹㹺㹻㹼㹽㹾㹿㺀㺁㺂㺃㺄㺅㺆㺇㺈㺉㺊㺋㺌㺍㺎㺏㺐㺑㺒㺓㺔㺕㺖㺗㺘㺙㺚㺛㺜㺝㺞㺟㺠㺡㺢㺣㺤㺥㺦㺧㺨㺩㺪㺫㺬㺭㺮㺯㺰㺱㺲㺳㺴㺵㺶㺷㺸㺹㺺㺻㺼㺽㺾㺿㻀㻁㻂㻃㻄㻅㻆㻇㻈㻉㻊㻋㻌㻍㻎㻏㻐㻑㻒㻓㻔㻕㻖㻗㻘㻙㻚㻛㻜㻝㻞㻟㻠㻡㻢㻣㻤㻥㻦㻧㻨㻩㻪㻫㻬㻭㻮㻯㻰㻱㻲㻳㻴㻵㻶㻷㻸㻹㻺㻻㻼㻽㻾㻿㼀㼁㼂㼃㼄㼅㼆㼇㼈㼉㼊㼋㼌㼍㼎㼏㼐㼑㼒㼓㼔㼕㼖㼗㼘㼙㼚㼛㼜㼝㼞㼟㼠㼡㼢㼣㼤㼥㼦㼧㼨㼩㼪㼫㼬㼭㼮㼯㼰㼱㼲㼳㼴㼵㼶㼷㼸㼹㼺㼻㼼㼽㼾㼿㽀㽁㽂㽃㽄㽅㽆㽇㽈㽉㽊㽋㽌㽍㽎㽏㽐㽑㽒㽓㽔㽕㽖㽗㽘㽙㽚㽛㽜㽝㽞㽟㽠㽡㽢㽣㽤㽥㽦㽧㽨㽩㽪㽫㽬㽭㽮㽯㽰㽱㽲㽳㽴㽵㽶㽷㽸㽹㽺㽻㽼㽽㽾㽿㿀㿁㿂㿃㿄㿅㿆㿇㿈㿉㿊㿋㿌㿍㿎㿏㿐㿑㿒㿓㿔㿕㿖㿗㿘㿙㿚㿛㿜㿝㿞㿟㿠㿡㿢㿣㿤㿥㿦㿧㿨㿩㿪㿫㿬㿭㿮㿯㿰㿱㿲㿳㿴㿵㿶㿷㿸㿹㿺㿻㿼㿽㿾㿿

# 市民のひろば

●6月20日号の原稿受け付けは5月18日(月)まで、7月5日号の原稿受け付けは5月26日(火)～6月2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⑩1005206  
●※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  
●あすなろ卓球クラブ ☎毎週月曜日13:00～16:00①場東愛宕中学校クラブハウス②対初級以上③入会金(1,000円)、月会費(2,000円)④備考コーチ指導あり⑤☎(376)8190上嶋  
●悠々太極拳 ☎毎週水曜日10:00～12:00①場乞田・貝取ふれあい館ホール②対女性③入会金(無料)、月会費(2,000円)④備考太極拳で健康な「からだ作り」をしましょう！⑤☎(339)4582相澤三恵子  
●司馬遼太郎を語る会 ☎毎月第1・3木曜日14:00～16:00①場貝取こぶし館②対15歳以上の都内在住者③入会金(無料)、月会費(500円)④備考歴史的事件や現代の出来事を会員各自が選んで気楽に議論して⑤☎090(4925)3124松浦隆夫  
●富士見剣正会(剣道) ☎毎週土・日曜日9:00～12:00①場西落合小学校体育館②対小学生以上③入会金(1,000円)、年会費(小・中学生(18,000円)、高校生以上(12,000円))④備考男女問わず子どもから大人まで元気に稽古しています。見学・体験随時募集中！⑤☎fujimikenseikai1982@googlegroups.com 吉田啓和

# 催し案内

●第21回アンサンブル・ロセータ コンサート ☎5/30(土)15:00(14:40開場)①場関戸公民館ヴィータホール②無料③備考クラシックギター アンサンブルの調べ④☎アンサンブルロセータ ☎little\_jug@yahoo.co.jp 梅田  
●スポーツウエルネス吹矢落合連続教室 ☎5/30、6/6・20各土曜日13:00～15:00①場管理事務所2階第1サロン(落合4-9-1)②¥500円(全回分)③備考先着5/26まで事前に問い合わせください④☎スポーツウエルネス吹矢多摩落合くれない ☎090(2224)5004平井  
●市民ロビーコンサートたまてばこact. ☎5/31(日)12:00①場関戸公民館市民ロビー②無料③備考ジャズ、クラシック、昭和歌謡やポップスなど。さまざまなジャンルと編成でお届けします④たまてばこ奏でる繋がるプロジェクト ☎080(1168)1997峰岸  
●ウィーン音楽・オーケストラ演奏会 ☎5/31(日)13:30～16:00ごろ(13:00開場)①場パルテノン多摩大ホール②無料③備考多摩市後援。未就学児可。途中入場可④☎日本ヨハン・シュトラウス協会管弦楽団事務局 ☎strauss\_orchestra@yahoo.co.jp 松田  
●大人のための朗読会読み語り物集女 ☎6/5(金)13:30(13:00開場)①場TOMHOUSEホール②無料③備考電話をしているふり/羅生門/チヨ子。要申し込み。先着50人④☎読み語り物集女 ☎090(1810)9059小川  
●午後の音楽会～モーツァルトへの憧れ～ ☎6/15(月)14:00～15:15ごろ(13:30開場)①場パルテノン多摩小ホール②¥2,000円③備考全席自由④☎音楽工房さくら ☎sakura.20250224@gmail.com  
●第1回ジュニアソフトテニス教室 ☎6/28(日)10:00～12:00①場愛宕東公園テニスコート②無料③☎多摩市ソフトテニス連盟 ☎hidemaru.i@gmail.com 丸山

## 受診相談(救急相談、医療機関案内)

# 6月13日(土)~21日(日)はアイスランドウィーク

~今年も駐日アイスランド大使館との交流5周年!~

## アイスランドと多摩市のつながり

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会でホストタウンとなったことをきっかけに、多摩市はアイスランドとの交流を続けています。5年前の令和3年12月に駐日アイスランド大使館と友好協力関係に関する覚書を締結し、その後は市内でのアイスランドウィーク開催や駐日アイスランド大使の市内学校訪問・講演会、市内のお店でアイスランドの食材・レシピを使ったメニューが楽しめる「アイスランド風まちバル」など、さまざまな取り組みを行っています。なお、今年の「アイスランド風まちバル」は11月に実施予定です。

また3月議会において、多摩市とアイスランドの首都・レイキャビク市との姉妹都市提携に関する議案が全会一致で可決されました。現在、姉妹都市提携に向けた取り組みを進めています。6月には、レイキャビク市の教員団が市内中学校を視察予定です。

学生同士の交流をはじめ、市民同士が関わるアイスランドとの交流をこれからも広がっていきます。



▲駐日アイスランド大使館との友好協力関係に関する覚書締結

▲レイキャビク市との友好関係構築に関する覚書締結



## アイスランドが世界一のジェンダー平等国と呼ばれるのはなぜ?

アイスランドの独立記念日である6月17日とその前後の9日間を「アイスランドウィーク」とし、駐日アイスランド大使館共催のもと、さまざまなイベントを実施します。今年の注目は、アイスランドのジェンダー平等について! ジェンダー平等世界1位のアイスランドの秘密を探ることで、普段はあまり意識しない、ジェンダーにより決められた役割や人との関わり方について考えるヒントにしてみませんか?

### 6/14(日) 10:30~12:00 映画上映「女性の休日」

ジェンダー平等先進国と呼ばれるアイスランドも、以前はそうではなかった?

女性たちが一斉に行動したことで何が起こったのかを追うドキュメンタリー映画。

開場午前9時30分

場 関戸公民館ヴィータホール

定 200人(申し込み先着順)

¥500円(小学生未満は、膝上鑑賞の場合無料)

申 5月22日(金)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、文化・生涯学習推進課

へ



© 2024 Other Noises and Krumma Films.

### 6/14(日) 14:00~15:30 記念講演会 ~世界一のジェンダー平等国 アイスランドの魅力~

「女性の休日」から50年。アイスランドでの女性活躍やアイスランド文化・社会の魅力を探ります。

開場午後1時

場 関戸公民館ヴィータホール

定 200人(申し込み先着順)

講師 大門小百合氏(元ジャパントイムズ編集長)、

浜田敬子氏(元AERA編集長)

協賛 ハロースマイル実行委員会

申 5月22日(金)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、文化・生涯

学習推進課へ



▲大門小百合氏



▲浜田敬子氏

講演会参加者には、Hello Smileグッズをプレゼント!



© 2026 SANRIO CO., LTD. APPROVAL No.P1804301

## 多摩市でアイスランドを見て・聞いて・楽しむ!

### ●アイスランド講演会~アイスランドから見た日本の魅力~

日 6月20日(土)午前11時~正午 場 中央図書館活動室1 定 50人(申し込み先着順) 申 5月22日(金)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、文化・生涯学習推進課へ



### ●アイスランド絵本『本当にやる!できる!必ずやる!アイスランドの「女性の休日」のワークショップ』

日 6月20日(土)午後2時30分~4時 場 中央図書館活動室1 備考 申し込み方法などの詳細は、

図書館ホームページ参照



### ●アイスランド風景写真などの展示

場 パルテノン多摩、二幸産業・NSP健康福祉プラザ他

### ●アイスランドにちなんだ食品・書籍などの販売

聖蹟桜ヶ丘・多摩センター・永山の各エリアで販売します!

### ●市内小・中学校でアイスランド給食の提供

アイスランドの文化や食材に着目した特別給食を提供します。一部の小学校には駐日アイスランド大使が訪問し、児童と交流する予定です。

日 6月15日(月)~19日(金)(期間中1日のみ提供。提供日は学校により異なる)



▲駐日アイスランド大使館職員による小学校訪問(令和7年)

各イベントの詳細は、公式ホームページをご確認ください▶



☎1011531 文化・生涯学習推進課 ☎(338) 6882

