



せつしよくえんげ  
**摂食嚥下機能診療**

食事中むせる・唾液が口にたまるなど、飲食に困難を感じ始めたら要注意。誤嚥性肺炎・窒息・低栄養・脱水などを起こしやすくなります。

日12月9日(木)午後2時30分～3時30分 月保険診療の自己負担分 持ち物健康保険証・飲食物 備考要予約 会場健康推進課(健康センター) ☎(376)9111

**これならできる! 健康栄養相談**

管理栄養士・保健師が相談に応じます。  
日12月10日(金)・22日(水)午前9時10分～11時 定各5人(申し込み先着順) 因健診結果の見方と相談。その他健康に関する相談も可 注意事項健診結果があれば要持参 申開場11月22日(月)から、電話で、健康推進課(健康センター) ☎(376)9111、☎(371)1235へ

**放射線の測定および検査の結果(7月～9月分)**

毎月1回の市内の空間放射線量率の測定結果は、毎時0.03～0.05マイクロシーベルトの範囲で、いずれも環境省が指標とする毎時0.23マイクロシーベルト未満でした。市民の皆さんから依頼された食品検査および給食検査はすべて基準値以下でした。結果の詳細は公式ホームページをご覧ください。

問環境政策課 ☎(338)6831

**救急診療・電話案内など**

- 救急車を呼ぶべきか迷ったら(24時間体制)
  - 消防庁救急相談センター #7119
  - {ダイヤル回線の場合は☎042(521)2323}
  - 東京都医療機関案内サービス“ひまわり” ☎03(5272)0303
  - 急患テレホンセンター(多摩消防署内) ☎042(375)9999

**休日診療当番医(医師)**

急病人のみ。来院前に要電話予約。必ず時間内にご連絡・ご来院ください。

時午前9時～午後5時 持ち物健康保険証・乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
11/21(日)	佐々部医院	関戸4-9-2 コンフォート聖蹟1・2階	(375)7313
11/23(祝)	貝取内田医院	貝取1-52-1 ノーブル貝取1階	(389)3646
11/28(日)	松田医院	貝取1-48-1	(373)3205
12/5(日)	田村クリニック2	落合1-35ライオンズプラザ多摩センター3階	(357)3671

※当番医は都合により変更の場合あり

**子ども準夜診療所(健康センター内) = 小児科**

子どもの急病にはまずこの診療所にご連絡ください。

受付時間午後7時～9時45分 申☎(375)0909

**休日歯科応急診療所(健康センター内) = 歯科**

受付時間日曜日・祝日の午前9時～午後3時30分 注意事項来院前に必ず電話でご予約ください 申☎(376)8009

**国民健康保険・後期高齢者医療制度のお知らせ**

お早めに 年に1度の健康チェック!  
多摩市国民健康保険特定健康診査・後期高齢者健康診査 間もなく終了!

対象者にはすでに受診券を送付しました。終了期日が迫ると大変混み合い、希望する医療機関で受診できない場合があります。また冬は新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症が流行しやすい時期です。早めに受診しましょう。

健診期間令和4年1月31日(月)まで 対40歳以上の多摩市国民健康保険被保険者と、後期高齢者医療制度被保険者 持ち物健康保険証・受診券(再発行は要問い合わせ) 受診方法①医療機関を選ぶ(市内54カ所。土・日曜日に実施している医療機関あり。詳細は、受診券に同封の案内または公式ホームページ参照)②電話で予約(一部医療機関は予約不要)

問保険年金課[特定健康診査について] = ☎(338)6824、後期高齢者健康診査について = ☎(338)6807

**総合健康診査(人間ドック)の費用を助成します**

被保険者の方が保険医療機関で総合健康診査(人間ドック)を受診し、申請条件を満たした場合、受診料の半額(年度に1回、10,000円限度)を助成します。

備考受診日の翌日から2年以内に要申請

**令和3年度からの変更点**

- ①国民健康保険特定健康診査・後期高齢者健康診査との併用不可(当該年度に上記健康診査を受診した場合、人間ドック料助成申請不可)
- ②助成上限額を10,000円に変更
- ③脳ドック・婦人科ドック単独での申請不可

問保険年金課[多摩市国民健康保険加入者] = ☎(338)6824、後期高齢者医療制度加入者 = ☎(338)6807

**多摩市国民健康保険健診結果提供促進事業を始めました**

多摩市国民健康保険に令和3年4月1日から引き続き加入している方で、その他の条件を満たした方が、職場などでの健診結果を保険年金課に提供した場合、2,000円相当の謝礼を贈呈します。詳細はお問い合わせください。



問保険年金課 ☎(338)6824

**多摩市国民健康保険医療費通知の発行には申請が必要です**

申請した方に医療費通知(各医療機関で受けた費用などを記載)を発行しています。

対多摩市国民健康保険被保険者 発行時期令和元年11月～令和2年10月受診分 = 随時、令和2年11月～令和3年10月受診分 = 令和4年1月下旬以降 備考申請から発行まで2週間程度かかります。各1年分をまとめて発行。詳細は公式ホームページ参照




または要問い合わせ

問保険年金課 ☎(338)6824

**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

**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**



介護施設屋上庭園から見た本部

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(自立型) ■居室区分/定員1～2名(個室のみ対象) ■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

**SECOM セコムグループのシニアレジデンス**

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隣接する安心感
- 安心と信頼のセコムグループが事業運営

**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)6611 FAX 042(797)6622

ご見学のお申し込み・資料請求は  
**0120-27-1461**

**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 12/8(水)**  
**日程のご案内 R4.1/11(火) 2/9(水)**

《時間》説明会 9:00～10:30  
入会受付 10:30～(最大12:00頃まで)

《定員》30名 ※新型コロナウイルス対策の為、人数を限定

《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10分  
バス「霞が関橋」より徒歩4分

《持ち物》①印鑑 ②本人確認書類(免許証等)  
③ゆうちょ銀行の口座番号が分かるもの(お持ちの方)

完全予約制

令和3年度 入会者に限り  
年会費・保険料  
3,920円が不要

**0円**

当日のご入会も可能です

予約はお電話にて承ります  
**公益社団法人 多摩市シルバー人材センター TEL.042-371-3580**



# レンガ坂のリニューアル工事をを行います

多摩センター駅周辺の各施設(パルテノン多摩、多摩中央図書館、多摩中央公園)の再整備にあわせて、多摩中央公園西側にあるレンガ坂のさらなる賑わいの創出・活性化に向け、多様な活用ができる新たな遊歩道空間にリニューアルする工事をを行います。

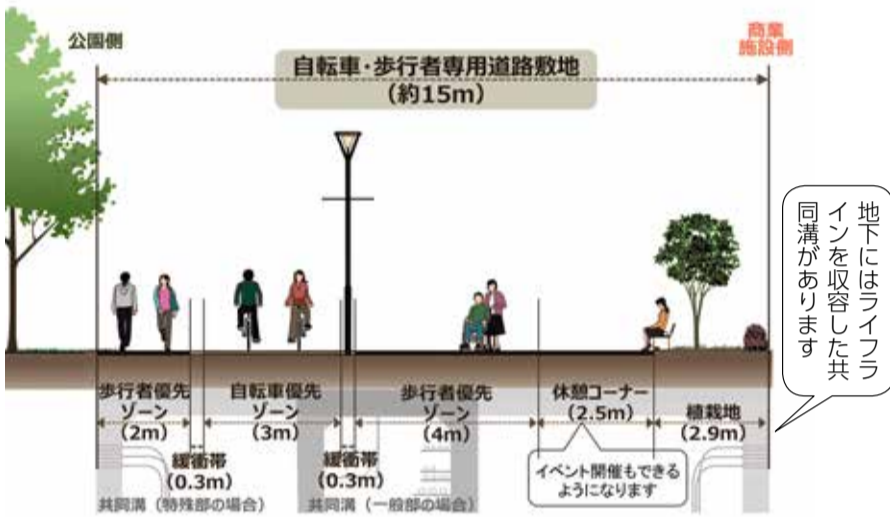
問 道路交通課 ☎ (338) 6864、 ☎ (339) 7754

レンガ坂橋からレンガ坂方面を見た様子(イメージ図)



## 方針1 歩行者の安全性を確保するため、歩行者道と自転車道を分離します

リニューアル後



## 方針2 倒木の危険のある樹木を植え替えます

令和元年度に行ったユリノキの樹木診断の結果、根元や幹に空洞があるなど、7割以上に異常が確認されました。また、地下に構造物があるため十分に根が張れない状況です。そのため、樹高14m程に生育しているにも関わらず、根の深さが浅く、倒れやすい状況になっています。

ユリノキは元々倒れやすい樹木ですが、レンガ坂では倒木の危険性がより一層高まっており、早急に植え替える必要があります。

そのため、改修範囲内のユリノキは伐採し、地形にあった、今後長く生育できる樹種に植え替えます。

※令和2年10月から約1カ月間実施した、現地での投票形式によるアンケート

ートでは、約1,000人の方にご参加いただき、「花や紅葉を楽しめる樹種」が人気の高い結果となりました

台風による倒木被害



▲令和元年台風第15号による倒木の状況。全体の1割強の13本が倒木

土壌断面調査



## 方針3 歩きやすい舗装や、イベントにも対応した休憩空間を確保します

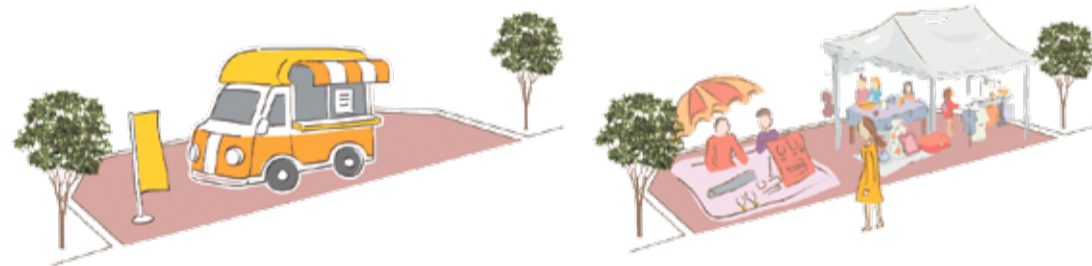
- ベンチなどの休憩できるスペースを設けます。
- フリーマーケットの開催やキッチンカーの出店など、さまざまなイベントを行うことができるよう、電源・給排水設備などを設置します。

### 安全性の向上と現在の景観への配慮

現在舗装に使用している「レンガタイル」は滑りやすく、特に雨天時には転倒の危険性があります。改修後の舗装は水はけが良く、滑りにくい材料を使用します。

その際、レンガ調の模様のある塗装を行い、現在の景観を継承します。

### 改修後の舗装のイメージ



## 皆さんからのご意見

10月2日に、リンクフォレストで工事の説明会を開催し、26名の方にご参加いただきました。その際にいただいたご意見と、説明会後にいただいたご質問のうち、件数が多かったものをご紹介します。



説明会の資料は、公式ホームページに掲載しています。

質問	回答
なぜ工事するのか。	整備後30年が経過し老朽化だけでなく、自転車と歩行者の交錯や歩道の破損、倒木などの課題や安全面について利用者の皆さんからの要望も数多くいただいていることから、30年先も利用しやすい遊歩道へリニューアルします。
自転車を優先するのはなぜか。歩行者が優先ではないのか。	自転車優先ゾーンを中央付近に設置していることは、自転車優先ではなく、歩行者の安全な空間に配慮したものです。改修後も利用方法などについては引き続き市民の皆さんと一緒に検討していきます。
南側の広場は現在のように広場のままとしてほしい。	自転車利用者の速度超過、歩行者との交錯を避け、交通安全面の向上を図るため、広場の中央部分に楕円形の「溜まり場」を設置します。
工事中は通行できなくなるのか。	通行止めはしません。一時的に通行できる幅が狭くなる場合がありますが、交通誘導員を配置し安全に誘導します。

## これまでの取り組みと今後の予定

令和4年1月から、倒木の危険がある樹木から伐採していく予定です。

平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
・社会実験(11/4) 歩行者・自転車道の分離を検証	・樹木医による街路樹診断(2月~3月)	(基本・実施設計) ・オープンハウス(10/24) 更新樹木の種類について調査	(工事) ・工事説明会(10/2) ・追加工事説明会(12/11) 10月 1月 3月 ← 本体工事 → 3月 準備工 伐採・伐根	

### 追加工事説明会を開催します

初めての方も、前回ご参加いただいた方も、ぜひご参加ください。

📍12月11日(土)午前10時~正午📍リンクフォレスト(鶴牧3-5-3)📍市内在住・在勤・在学者50人(申し込み先着順)📍11月22日(月)~12月6日(月)に、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、住所、氏名、電話番号、在勤・在学者は勤務先または学校名・所在地を記入し、〒206-8666東庁舎2階道路交通課へ



### 人口と世帯数

世帯: 73,450(88減) 人口: 147,712(210減) (男: 72,303、女: 75,409) 人口の内外国人住民: 2,727 ※11月1日現在(住民基本台帳調べ)

多摩市は健康まちづくりに取り組んでいます

