

●地震発生！ その時あなたはどうする？

防災安全課 ☎042-338-6802

家具転倒防止に努めてください！

大地震が発生した際は、多くの方が家具の下敷きになり、亡くなったり 大けがをしたりしています。次の例を参考に、日ごろから転倒防止策を講じて、被害を最小限にとどめてください！

- 家具が転倒しないように、家具転倒防止器具などを使って壁などに固定しましょう。
- 寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かないようにし、倒れた際に出入口を塞がないように配置を工夫しましょう。
- 手の届くところに懐中電灯やスリッパ・ホイッスルなどを準備しておきましょう。

防災用品をあっせんしています！

家具転倒防止器具や感震ブレーカーなどの地震対策用品、アルファ化米などの保存食料、避難用品がひとまとめになった避難 21 点セットなどの避難用品をあっせんしています。



『防災用品の
あっせんのお知らせ』

ごみ袋による安否確認

家庭用ごみ袋(可燃)に「無事です」と印字しています。災害時には安否確認の手段の1つとして、無事を伝えるごみ袋をドアノブやベランダなどに掲示してください。また9月3日～11月30日を訓練推奨期間としています。お住まいの地域の自主防災組織などと協力し、ごみ袋による安否確認訓練を実施してください。

●台風接近中！ どのタイミングで何をする？

防災安全課 ☎042-338-6802

- 警戒レベル1 早期注意情報
- 警戒レベル2 大雨・洪水注意報
- 警戒レベル3 高齢者等避難
- 警戒レベル4 避難指示
- 警戒レベル5 緊急安全確保

警戒レベル4までに必ず避難！
警戒レベル5が発令されたら
命の危機が迫っているため
直ちに身の安全を確保！



『外国人のみなさんの
ための防災ガイド』

災害に備えましょう

災害が発生した場合に備えて、普段から飲料水や保存のきく食料を備蓄しましょう。

次の内容は一例ですが、これらを非常用持ち出しバッグなどに入れて、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。飲料水＝最低3日分(目安:1日1人3リットル)、非常食＝最低3日分(アルファ化米・乾パン・板チョコなど)、ウェットティッシュ、ペーパータオル、タオル、ビニール袋、スリッパ、現金、貴重品、印鑑、懐中電灯、携帯ラジオ、眼鏡や常備薬、モバイルバッテリーや充電ケーブル、携帯トイレ、ブランケットなど

※多摩市では、外国人のみなさんのための防災ガイドを作っています！災害がくる前に読んでください

あなたに必要な備蓄はどれかな？

東京備蓄ナビを使えば、質問に回答するだけでご自身の状況に合わせた必要な備蓄や持出品の目安が確認できます。「子どもがいるときはどうするの？」、

「高齢のおじいちゃんがいるけど何を備蓄すればいい？」などと疑問に思う方はご覧ください。『東京備蓄ナビ』



防災情報メール

多摩市から、気象情報・火災情報・地震情報・水防情報などを送信しています。

登録方法などは、右から公式ホームページをご覧ください。⇒



●多摩消防署からのお知らせ

多摩消防署 ☎042-375-0119

最近、多摩消防署管内で大きな火災が発生しました。

防火について、次のことなどをもう1度、確認してください。

- ◆たばこ ・寝たばこは絶対しない ・灰皿にたばこを貯めない ・吸殻は水で完全に消す
- ◆ストーブ ・外出、就寝するときは必ず消す ・布団やカーテンの近くに置かない
- ◆コンロ ・調理中はコンロから離れない ・周りに可燃物を置かない ・調理中の着衣着火に注意する
- ◆電気コード ・コンセントの差し込み部分を定期的に掃除する ・電気コードの折れ曲がり、家具の下敷きに注意する ・テーブルタップは決められた要領で使用する

●第23回永山フェスティバル

永山フェスティバル実行委員会事務局 ☎042-337-6661

永山駅周辺の屋内の会場で市民参加型のフェスティバルを開催！

▽日時:9月23日(祝)～25日(日)午前11時～午後8時(時間は各会場で異なる)

音楽演奏やダンスなどのパフォーマンスやみんなが楽しめる体験型の展示、

スタンプラリーなどをお楽しみください。詳細は、公式ホームページ・市内公共施設で配布のチラシ参照



●せいせきみらいフェスティバル 2022

経済観光課 ☎042-338-6909

～30m ナイアガラ&手持ち花火で楽しむ夕べ～

FAX 042-337-7659

夏の終わりの多摩川で花火を楽しむイベント!

▽日時:9月18日(日)午後5時30分～7時(荒天中止) 場所:一ノ宮公園

▽対象:①手持ち花火(1組6本)=小学生～中学生(要保護者同伴。保護者1人につき子ども2人まで)

②ナイアガラ滝花火(午後6時30分から)=どなたでも

▽定員:①100組(応募者多数の場合は抽選)

②なし

▽申込:9月9日(金)午後4時までに、インターネット手続きで、

せいせきみらい活性化実行委員会へ URL <https://seiseki-mirai-fes.com/>

▽注意事項:長ズボン着用。サンダル不可。一ノ宮公園での花火は通常禁止

▽備考:申し込みは保護者がしてください。実施の可否は、実行委員会ホームページでお知らせ



きゅうじつしんりょうとうばん い

休日診療 当番医 9:00～17:00

多摩市医師会: <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

9/11(日) 山善内科クリニック ☎042-372-5588
一ノ宮 4-40-3 聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス 1F

10/2(日) 齊藤内科呼吸器科 ☎042-373-2522
永山 4-2-6-202

9/18(日) 鈴木内科胃腸科 ☎042-371-2760
永山 5-4-10

10/9(日) 佐々部医院 ☎042-375-7313
関戸 4-9-2 コンフォート聖蹟 1・2F

9/19(月・祝) あべ多摩センター内科 ☎042-373-7755
鶴牧 1-22-2 多摩メディカルビルディング 2F

10/10(月・祝) こどもクリニックしみず ☎042-373-0512
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル 3F

9/23(金・祝) 唐木田こどもクリニック ☎042-355-8505
唐木田 1-53-9 唐木田センタービル 2F

●急病人に限ります
●健康保険証・乳幼児医療証等を忘れずに

9/25(日) みゆきクリニック ☎042-372-4853
連光寺 1-8-3

●必ず時間内に
※来院前に電話連絡を
※当番医は、都合により変更の場合あり

じゅんやしんりょうじょ けんこう ない しやうにか
こども準夜診療所(健康センター内)=小児科

こどもの急病にはまずこの診療所を受診ください。

(19:00～21:45) ☎042-375-0909

きゅうじつ し か おうきゅうしんりょうじょ けんこうせんたーない し か
休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

(日・祝の 9:00～15:30) ☎042-376-8009

☎ 要事前電話連絡



しんりょうきかん あんない じかんだいせい じっし
診療機関の案内(24時間体制で実施)

急患テレホンセンター(多摩消防署内) ☎042-375-9999

消防庁救急相談センター ☎#7119(携帯電話、PHS、プッシュ

回線) ☎042-521-2323(ダイヤル回線)

東京都医療機関案内サービス“ひまわり” ☎03-5272-0303

がいこくご いりょうじょうほう どうきょうとほけんいりょうじょうほうせんたー
外国語医療情報(東京都保険医療情報センター)

9:00～20:00 ☎03-5285-8181

がいこくじん

せいかつそうだんしつ

★外国人のための生活相談室 第1・第3木曜日(13:30-16:30) TIC 活動室(ヴィータ7階) ※予約制

にほんごきょうしつ よてい
★日本語教室の予定

(受講料:会員は無料)



たましいたくじぎょう
多摩市委託事業

クラス	会場	時間	日程	
			9月	10月
月曜クラス	パルテノン多摩 4階会議室 / キャリアマム	9:45～11:45	5日・12日	3日・17日・24日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30～11:30	5日・12日	3日・17日・24日
木曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ 7F)	10:00～12:00	15日・22日・29日	6日・13日・20日
		19:00～21:00	8日・15日・22日	6日・13日・20日
土曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ 7F)	14:00～16:00	3日・10日・24日	1日・8日・15日

△上記の電話予約及び問合せは ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

はっこう た ま し やくしよ

発行 多摩市役所 くらしと文化部 文化・生涯学習推進課 ☎ 042-338-6882 毎月10日発行

まいつきとお か はっこう



さくせい へんしゅう

作成・編集 多摩市国際交流センター(TIC)

事務局 〒206-0011 多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニエ 7階 ☎ 042-355-2118 FAX 042-355-2104

E-mail: tic@kdn.biglobe.ne.jp URL: <http://www.tic-tama.jp/>

月～土 10:00～17:00 (日、第1・3月、祝、年末年始、臨時休館日はお休み)

※記事に関するご意見・ご希望がありましたら上記までお寄せください。また、当会報は4ヶ国語(日本語・英語・中国語・ハンガール)で用意してありますので、ご希望の方は TIC 事務局までご連絡ください。 編集 菅井洋子