

●自転車ルールなどを再確認しましょう

2026年4月1日から自転車への「交通反則通告制度(青切符)」が導入されました。交通ルールを守って安全運転を心がけましょう。

★自転車安全利用5則 ①車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先 ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認 ③夜間はライトを点灯 ④飲酒運転は禁止 ⑤ヘルメットを着用

★自転車保険へ加入しましょう 条例により、自転車保険(自転車損害賠償保険など)への加入が義務化されています。

★ルールを守る=命を守る 傘差し・イヤホン等使用・携帯電話使用運転は禁止事項です。

◇問合せ:多摩中央警察署 ☎042-375-0110、市役所道路交通課 ☎042-338-6826 ID:1001732

●都営住宅入居申込み

詳細は市役所1階案内・東庁舎2階都市計画課、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

【東京都全体】:家族向け・単身者向け(抽選方式) ◇募集要項配布期間:5月7日(木)~15日(金)

◇〆切:5月21日(木)必着 ◇申込先:東京都住宅供給公社都営住宅募集センター ◇ID:1010282

【地元割当】:単身者向け4戸 ◇募集要項配布期間:5月18日(月)~26日(火)◇〆切:6月1日(月)必着

◇申込先:市役所都市計画課 ◇ID:1010284

●「パークカーニバル in TAMA 2026」開催 ~多摩センターの3か所を会場に~

◇日時:5月30日(土)10:00~19:30 *雨天・悪天候時は5月31日(日)に順延

◇会場と内容:①多摩中央公園=歌・踊り・大道芸のライブパフォーマンス、水辺のマルシェスペシャル、カラフルひみつきち作り ②旧富澤家=「昔のくらしめぐり」で〇〇時代にタイムスリップ ③グリーンライブセンター=シタケのコマ打ち体験、お花のクイズラリー、ボトルアクアリウム作りなど ◇主催:多摩中央公園・多摩センター連携協議会 ◇申込み:③ボトルアクアリウム作り=5月8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(<https://tama-central-park.jp/event/entry-375.html>、

☎042-375-8716 へ。その他=当日直接会場へ

◇問合せ:多摩中央公園 ☎042-400-0338(9:00~17:00) *費用・申し込み方法等の詳細は⇒



●「友好都市提携40周年記念」友好都市富士見町交流・体験事業~山野草植栽体験~

◇日時:6月13日(土)6:15~18:30(予定) ◇集合・解散場所:多摩センター駅前

◇対象:市内在住・在勤・在学者(中学生以下は要保護者同伴)◇定員:80名(申し込み先着順)

◇費用:5,000円 ◇内容:120万本のすずらんが咲き誇る入笠湿原で富士見町の方と一緒に植栽体験

◇備考:貸切バスで移動(往復)◇申込み、問合せ:6月5日(金)正午必着の、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、参加者全員の住所・氏名・電話番号・年齢・代表者氏名・メールアドレスなどを記入し、〒206-8666文化・生涯学習推進課 ☎042-338-6882へ(定員に達し次第、受付を終了します)

●(一社)多摩市国際交流センター(TIC)ガイダンス ~会員になって交流活動をしよう!~

◇日時:5月30日(土)13:30~15:00 ◇場所:関戸公民館大会議室 ◇対象:高校生以上

◇内容:外国人との交流や外国語の勉強などを行う7つの専門部の活動紹介

◇申し込み・問合せ:5月20日(水)までに、メールで多摩市国際交流センター事務局へ ☎042-355-2118

E-mail tic@kdn.biglobe.ne.jp

●できることから始めよう!「エコ活動」~ごみ減量の第一歩は生ごみから~

家庭から出る「燃やせるごみ」の約3割は生ごみ。生ごみを減らすことで、家庭からでるごみを減量できます。日々のごみ出しの軽減にもなります。

○生ごみをできるだけ出さない! ○捨てるときにひと絞りを! ○生ごみはコンポストに!

市は、ダンボールコンポスト・非電動式生ごみ処理機器の購入費や発酵促進剤などの消耗品の補助金を交付しています。補助金などを利用して家庭で生ごみ減量に取り組みませんか?

◇問合せ:資源循環推進課 ☎042(338)6836 FAX 042(356)3919 ID:1002149

●本の紹介：『こころ』～Level 3(1600-word)～



叢書名：洋販ラダーシリーズ 著者：夏目 漱石 著 R.F.ズフェルト 訳

出版社：IBC パブリッシング

日本では高校授業で必ず習う明治時代の有名な文学作品です。複雑な恋心と明治時代の家制度など当時の状況がわかる作品です。ラダーシリーズは、英語を学び始めた日本人向けに編集されている書籍で、比較的やさしい英語で翻訳されていて誰でも気軽に読めます。他の作品も電子図書館にありますので、ぜひ検索してみてください。

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/>

5/10(日) 中村内科医院 ☎042-375-7757
諏訪 5-10-7

5/17(日) みゆき消化器内視鏡クリニック ☎042-372-4853
永山 1-5 ベルブ永山 211

5/24(日) 永山諏訪内科呼吸器内科 ☎042-373-2522
永山 4-2-6-202

5/31(日) 山善内科クリニック ☎042-372-5588
一宮 4-40-3 聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス 1F

6/7(日) 江崎小児クリニック ☎042-376-5225
多摩市落合 3-20-2

- 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

- 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 しょうにか
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を受診ください。
(19:00～21:45) ☎042-375-0909



しんりょうきかん あんない 24じかんたいせい じつし
診療機関の案内(24時間体制で実施)

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
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

きゅうじつ し か おうきゅうしんりょうじょ けんこう 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 9:00～12:00, 13:00～15:30)

☎042-376-8009 注 要事前電話連絡

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=無料)



※予約制

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	
			5月	6月
月曜クラス	3月:パルテノン多摩4階会議室3・4	9:45～11:45	11日・18日・25日	8日・15日・22日・29日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30～11:30	11日・18日・25日	1日・15日・22日・29日
木曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ7F)	10:00～12:00	7日・14日・21日	4日・11日・18日
		19:00～21:00	7日・14日・21日	4日・11日・18日
土曜クラス	TIC 活動室(ヴィータ7F)	14:00～16:00	9日・16日・23日	6日・13日・27日

*特別な理由で直接教室に行くことができない人は、オンラインでの参加もできます。TIC事務局にご相談ください。

にほんご
日本語おしゃべりサロン 6月20日(土)13:30～15:00 TIC 活動室、予約不要・自由参加、無料

△上記の電話予約及び問合せは ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

はっこう たましやくしょ ぶんかぶ ぶんか しょうがいがくしゅうすいしんか
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

まいつきとおか はっこう
毎月10日発行

さくせい へんしゅう たましこくさいこうりゅう
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・コミュニネ 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です。)

※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 浮田 千枝子