

ゴミを捨てる時、もう一度見ます

たまし
多摩市ホームページ ID1002093

「燃やせるゴミ」の40%、「燃やせないゴミ」の20%は資源です。
リサイクルすることができます。

袋に入れる前にもう一度見てください。

ゴミの捨て方がわからない人はアプリで見ることができます。 →



さんあ〜る

わからないことは 資源循環推進課 ☎042-338-6836 に聞いてください

6月は児童手当・児童育成手当の支払月です。

たまし
多摩市ホームページ ID 1003454 / ID 1003456

「児童手当」「児童育成手当」をもらうことができる人に6月15日（月）に口座に振込をします。通帳を見てください。

6月30日を過ぎても、振り込みがない時は市役所に電話をします。

市役所から手紙が来た人は、その紙に書いて必ず市役所に返してください。

※申し込んだ時と収入が変わった時、多摩市に住まなくなった時は必ず市役所に話してください。

わからないことは 子ども・若者政策課 ☎042-338-6904 に聞いてください

令和8（2026）年度市民税・都民税・森林環境税の納税等通知書を送ります。

市役所は 6月11日（木）からみなさんのところに「市民税・都民税・森林環境税」の納付書を送ります。

令和8（2026）年度課税（非課税）証明書が要る人 読んでください。

たまし
多摩市ホームページ ID 1001828

6月11日（木）から令和8（2026）年度の課税（非課税）証明書を取ることができます。

※証明書は全国同じ形になりました。

※本人と、一緒に住んでいる親族が申請することができます。他の人が申請するときは「委任状」が要ります。

※コンビニエンスストアで申請することができます。市役所の窓口でもらうより100円安いです。

（令和8年度分だけ取ることができます）

わからないことは 課税課 ☎042-338-6821 に聞いてください

多摩市×アイスランド交流5周年イベント

～アイスランドの映画「女性の休日」を見ます～

日時 6月14日(日) 午前10時30分に始まります
場所 関戸公民館8階ヴィータホール
定員 200人(早く申し込みをした人が見ることができます)
費用 500円。6月14日にヴィータで払ってください。

多摩市ホームページID 1019954

申し込みは
こちらから→



わからないことは 文化・生涯学習推進課 ☎042-338-6882 に聞いてください

国際フェスタ in TAMA 2026

～楽しいパフォーマンスがたくさんあります～

① 歌と踊りとあなたとわたし

日時 6月28日(日) 午後1時30分から
場所 関戸公民館8階ヴィータホール
内容 オリエンタルダンス・ウクレレ、チェロの演奏・
ラテンソング・アフリカの太鼓 他
民族衣装ファッションショー



② 世界の民族衣装の展示をします

日時 6月26日(金)～6月28日(日) 午前10時から午後4時まで
場所 関戸公民館7階ギャラリー
内容 いろいろな服を見てみよう。世界の国々の衣装を着て写真を撮ろう

わからないことは 多摩市国際交流センター ☎042-355-2118 に聞いてください
E-mail: tic@kdn.biglobe.ne.jp

女性しごと応援キャラバン&個別相談会in多摩

多摩市ホームページID 1019918

働きたい女の人のための相談会です。①セミナーと②相談会があります。---

日時 7月2日(木) ①午前10時～正午(9時30分から入れます) ②午後0時15分～午後1時20分
場所 関戸公民館大会議室
対象 働きたい女の人
定員 ①40人 ②10人 (早く申し込んだ人が聞くことができます)
内容 税金や社会保障のことを勉強します。収入や働き方を考えます。
保育 10人〔6カ月以上の学校に行っていない子どもを預かります。〕



6月25日(木) 昼の12時までに申し込んでください。早く申し込んだ人が使えます

6月9日(火) 午前9時から申し込みができます。インターネット手続きまたは電話をしてください。
女性しごと応援キャラバン運営事務局 <https://josei-caravan.jp> ☎03-4550-0973

びょういん やす にち きゅう びょうき ひと い まえ でんわ
病院が休みの日に急に病気になった人・行く前に電話をかけてください。

きゅうじつしんりょうとうばんい
休日診療当番医

午前9時から午後5時まで

たましいしかい
多摩市医師会 <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

にちようび しゅくじつ い びょういん
※日曜日・祝日に行くことのできる病院です。

けんこうほけんしょう にゅうようじりょうしょう も い
※健康保険証・乳幼児医療証を持って行きます。

じかん まも
※時間を守ってください。



がつ にちようび
6月14日(日曜日)

ひじりがおきょういん
聖ヶ丘病院

れんこうじ
連光寺2-69-6

☎042-338-8111

がつ にち にちようび
6月21日(日曜日)

ふせがわいん
布施川医院

おちかわ
落川1329

☎042-373-5858

がつ にち にちようび
6月28日(日曜日)

たま きょういん
あべ多摩センター内科

つるまき
鶴牧1-22-2 多摩メディカルビルディング2階

☎042-373-7755

がついつか にちようび
7月5日(日曜日)

すすきないかいちようか
鈴木内科胃腸科

ながやま
永山5-4-10

☎042-371-2760

がつ にち にちようび
7月12日(日曜日)

ささべいん
佐々部医院

せきど
関戸4-9-2 コンフォート聖蹟1・2階

☎042-375-7313

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

よる きゅう びょうき さい しだ びょういん
夜、急に病気になったこども(15歳より下)の病院です

午後7時から午後9時45分までです。

じゅうしよ せきど
住所： 関戸4-19-5 ☎042-375-0909

せいせきさくらがおかえき ある ふん くるま と
(聖蹟桜ヶ丘駅から歩いて5分です。車を停めるところがあります。)

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

やす にち きゅう は いた ひと い
休みの日、急に歯が痛くなった人が行くことができます。

午前9時から 午後3時までです。

じゅうしよ せきど
住所： 関戸4-19-5 ☎042-376-8009

せいせきさくらがおかえき ある ふん くるま と
(聖蹟桜ヶ丘駅から歩いて5分です。車を停めるところがあります。)

しんりょうきかん あんない じかん にほんご びょういん おし
診療機関の案内(24時間いつでも) 日本語で病院を教えます。

しょうぼうちようきゅうきゅうそうだん
消防庁救急相談センター

#7119 (携帯電話から)

☎042-521-2323

とうきょうといりょうきかんあんない
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 と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(東京都保健医療情報センター)

あなたの国の言葉で病院を教えます。

午前9時から午後8時までです。

☎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☆

こま 困ったこと、わからないこと はなし 話が できます。

☎042-355-2118

<いつ>

6月4日・6月18日

午後1時30分から午後4時30分まで

<どこで>

TIC 活動室 (ヴィータ7階)

よやくせい
(予約制です)

① 電話をかけます。

② 約束します。

7月は2日と16日です。

にほんごきょうしつ よてい
☆日本語教室の予定☆ (TICの会員はお金はかかりません)



たましいたくじぎょう
 多摩市委託事業 (多摩市から頼まれています)

クラス	会場	時間	日程	
			6月	7月
月曜クラス	パルテノン多摩 4階 3・4会議室 キャリアマム ココリア5階	9:45~11:45 10:00~12:00	8日・15日・22日・29日	6日・13日
	永山公民館 5階 ヘルプホール	9:30~11:30	1日・15日・22日・29日	6日・13日
木曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ7階)	10:00~12:00	4日・11日・18日	2日・9日・16日
		19:00~21:00	4日・11日・18日	2日・9日・16日
土曜クラス	TIC活動室 (ヴィータ7階)	14:00~16:00	6日・13日・27日	4日・11日・25日

△ 日本語教室に行きたい人は電話をしてから来てください。

△ 教室に行くことができない人はオンラインで参加することもできます。TICに電話を下さい。

☆ 日本語おしゃべりサロン 月に1回土曜日にします。

6月20日・7月18日

午後1時30分から3時まで 場所：TIC活動室

無料

予約は要りません。
 外国の人来てください!

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



作成・編集 一般社団法人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/

月曜日～土曜日 午前10時～午後5時

(日曜日、第1・3月曜日、祝日、年末年始、臨時休館日はお休みです。)

※ HAND in HAND について聞きたいことがある人は電話をください。E-mailをください。

HAND in HAND は4ヶ国語(日本語・英語・中国語・韓国語)と、やさしい日本語があります。

欲しい人はTIC事務局まで電話をください。

編集 西尾 尚子 やさしい日本語 古瀬 千鶴