

●5月是“安全使用自行车 TOKYO 宣传活动”月

东京都为了向市民广泛宣传安全使用自行车，正在与区市町村、警视厅、相关团体合作，开展各种宣传活动。骑自行车的时候，要遵守《自行车安全使用五项规则》，注意骑车安全。

●**自行车安全使用五项规则** ①原则上公路上是左侧通行，人行道例外，行人优先 ②在十字路口遵守信号灯和停车标识，注意安全确认 ③夜间要开灯 ④禁止酒后骑车 ⑤戴头盔

●**购买对人赔偿保险** 在东京都，根据法令必须购买自行车保险（如自行车责任保险）。为了保护自己和他人的安全，请务必购买此类保险。

●**遵守规则 = 保护生命** 禁止打伞骑车、使用耳机或手机

问询 多摩中央警察署交通课 ☎ 042-375-0110 市役所道路交通课 ☎ 042-338-6826 ID: 1014673

●都营住宅入住者募集（东京都全部）

募集住房种类 面向家庭及单身（抽签方式）

备注 可在线申请。详细情况请参照 5/7（周二）～5/15（周三）市政府 1 楼问讯处、东政府大楼 2 楼城市计划课、圣迹樱丘站・多摩中心站各出張所、永山公民馆分发的募集指南书、或者官方主页。

问询 JKK 东京（东京都住宅供给公社）都营住宅募集中心 募集期间中 ☎ 0570-010-810、募集期间外 ☎ 03-3498-8894、市役所都市计划课 ☎ 042-338-6817 ID: 1010282

●5月10日（周五）儿童抚养费将到账

2024 年 3 月至 4 月的儿童抚养费将转入指定账户。

另外，儿童抚养费的金额已从 2024 年 4 月起进行了调整。详情请参见官方网站 ID1003455

如果到 5 月下旬仍未收到转账，请与我们联系。养老金最终确定后或迁出市外时需要通知我们，如有其他变动，也请联系我们。

问询 儿童青少年政策课 ☎ 042-338-6851

●对于超过领取儿童抚养费和特殊补助金上限的人

如果 2024 年父母中收入较高者的收入低于最高收入限额，则可通过再次申请领取儿童抚养费及特别补助金。 ID: 1003454 **问询** 儿童青少年政策课 ☎ 042-338-6851

●电子图书馆藏书介绍

书名: 『Himalaya -A Literary Homage to Adventure, Meditation, and Life on the Roof of the World-』

作者: Edited by Ruskin Bond & Namita Gokhale

出版社: Shambhala

简介: 2018 年出版，由 20 多位作家写的关于喜马拉雅山的散文选集。

文中描述了莫斯科和尼泊尔等邻国存在的跨国边境口岸的景象，以及生活在山脚下人们的风土人情，还有山羊、牦牛、雪豹等高寒地区特有的动物和风景，让人联想到那些不容易见到的雄伟景观。因为其中一些是以调查书的形式投稿的，所以您也可以以调查队一员的心情来阅读这些文章。在这本书的任何一篇文章中，您都可以感受到在日本永远无法体验到的各种惊喜。

●5月市役所本厅舍 11 日(周六)、26 日(周日)部分开门有一些业务无法办理。

时间 上午 8:30～中午 12:00、下午 1:00 ～下午 5:00 请提前 30 分钟到。

主要服务内容 印章登记、地址变更等手续；提供交付居民票复印件、印章登记证明、户籍证明副本；提供税务咨询（仅限周日）

问询 市民科 ☎ 042-338-6880、 纳税科 ☎ 042-338-6852、 保险年金科 ☎ 042-338-6840 ID: 1001741

● 多摩川沿河徒步

时 间	5月23日(周四) 上午9点30分～下午2点
集合地点	九头龙公园 対象 中级水平
定 员	25人
报 名	5月7日(周二)～ 已到达先后为序
路 线	程久保川～日野市福利支援中心～向岛用水亲水路・水车小屋～浅川交流桥～万愿寺中央公园(午餐)～多摩川～根川绿道～柴崎体育馆解散(步程约9公里)
携带物品	午餐、户外坐垫、饮料、帽子、雨具(禁止使用雨伞)
问 询	健康推进科 ☎042-376-9139 ID: 1014445
备 注	穿徒步舒适的鞋和衣服。禁止使用行走杆。雨天中止。

节假日值班医院 9:00～17:00

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

5/12(周日) 中村内科医院 諏訪5-10-7 ☎042-375-7757
 5/19(周日) 多摩永山高田クリニック 貝取3-6医療モール永山3楼 ☎042-400-5145
 5/26(周日) つるまき八木クリニック 鶴牧5-4-1 ☎042-319-3449
 6/2(周日) 布施川医院 落川 1329 ☎042-373-5858

6/9(周日) 佐々部医院 関戸4-9-2
 コンフォート聖蹟・1・2楼 ☎042-375-7313

- 仅限急病人
- 务必在开诊时间内
- 请勿忘记携带健康保险证・乳幼児医疗证等
- ※ 去医院前请先电话联系
- ※ 值班医生有变更的可能

儿童晚间诊疗所(健康中心内)=小儿科

孩子得了急病请先联系此诊疗所。

(19:00～21:45) ☎042-375-0909

节假日牙科应急诊疗所(健康中心内)=牙科

(周日, 节日 9:00～15:30) ☎042-376-8009

注 需事先电话联系



医疗机关指南(24小时)

急患电话中心(多摩消防署内) ☎042-375-9999

消防厅救急咨询中心 ☎#7119(手机、PHS、Push 电话线)

☎042-521-2323(拨号线)

东京都医疗机关指南服务(向日葵) ☎03-5272-0303

外国语医疗信息(东京都保健医疗信息中心)

9:00～20:00 ☎03-5285-81

☆为外国人开办的生活咨询室 每月第1、3个星期四(13:30-16:30) TIC 活动室(VITA 7F)

※预约制

(听讲费: 会员=免费)



多摩市委托事业

☆日语讲座日程

班级	地点	时间	日程	
			5月	6月
周一班	PARTHENON 多摩 会议室3・4F	9:45～11:45	13日・20日・27日	3日・17日・24日
	永山公民馆 5F BERUBU 大厅	9:30～11:30	13日・20日・27日	3日・10日・24日
周四班	TIC 活动室(VITA 7F)	10:00～12:00	9日・16日・23日	6日・13日・20日
		19:00～21:00	9日・16日・23日	6日・13日・20日
周六班	TIC 活动室(VITA 7F)	14:00～16:00	11日・18日・25日	8日・15日・22日

※有特殊原因无法直接去教室上课的人, 可以咨询上网课事宜。

△上述事项的电话预约及问询处 ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

发行 多摩市役所 生活文化部 文化・终身学习推进科 ☎ 042-338-6882 每月10日发行



制作・编辑 多摩市国际交流中心(TIC)

事務局 〒206-0011 多摩関戸4-72 VITA Commune 7楼 ☎ 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。)

※如对以上内容有意见或建议的话, 请与上述部门联系。另外还备有4国语言的版本(日语・英语・中文・韩语)及简易日语。有需要者请与TIC事務局联系。 編集 西尾 尚子 中文翻译 吴梅华