

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度を使っている人にお知らせします。

マイナンバーカードと健康保険証は令和6年（2024年）12月2日から一緒になります。持っている保険を見てください。書いてある日（有効期限）まで使うことができます。12月からの保険証については後で知らせします。

※ わからないことは 保険年金課 ☎ 042-338-6880 に聞いてください

## 国民年金保険料を払うことができない人にお知らせします。

65歳になると国民年金がもらえます。保険料を払わなければいけません。保険料を払うことができない人は申し込みが要ります。今まで申し込みをしていた人も電話してください。

わからないことは 保険年金課 ☎ 042-338-6880  
府中年金事務所 ☎ 042-361-1011 に聞いてください

## 食べるものがない人に食べ物を配ります。

多摩市に住んでいる人

- ① 大学生より小さい子ども（18歳より小さい子ども）がいる家庭
- ② 学校や仕事に行くことができない人、  
家族以外の人と話すことができない人とその家族

食べ物をもらうためには申し込んでください。

申し込みの方法は「ボランティア通信（423号）」を見てください。



わからないことは 社会福祉協議会 ☎ 042-373-6611 に聞いてください

## 多文化共生講演会があります。～外国人住民も日本人住民も住みやすいまちをつくらう～

話す人 山脇啓造氏 明治大学国際日本学部教授

多摩市ホームページ ID1015101

パネルディスカッション 阿部裕行市長、外国人市民 他

7月21日（日）午後2時から午後4時まで（午後1時30分から入れます）

関戸公民館8階大会議室

80人（早く申し込んだ人が入れます。ホームページから申し込むことができます）



わからないことは 文化・生涯学習推進課 ☎ 042-373-6882 に聞いてください

## 図書館の本を紹介します

『やさ日まんが JAPAN ガイド』



◆書いた人 小川清美

◆外国人のためのサイト「MATCHA」に載っているまんがを本にしたものです。

- ① 「まちがしやすい日本語」
- ② 日本の文化がわからない？災害の時どうする？

などがやさしい日本語と英語で書かれています。ふりがなが付いています。日本語を初めて勉強する人にも楽しい本です。

★図書館ホームページはいろいろな国の言葉で見ることができます。言葉を選べると Google 翻訳を使うことができます。★

わからないことは 中央図書館 ☎ 042-373-7955 へ電話してください

## 読売巨人軍の多摩市フェスタがあります。

多摩市ホームページ ID1012115

イースタンリーグ公式戦の試合があります。相手は埼玉西武ライオンズです。

◆場所：読売ジャイアンツ球場

「京王よみうりランド駅」、遊園地「よみうりランド」からシャトルバスがあります。

8月24日（土）午後5時に試合が始まります。

（午後2時から入れます。楽しいイベントがたくさんあります）

多摩に住んでいる人、お金は要りません。（申し込みが要ります）

行きたい人は7月8日（月）から申し込むことができます。

チケット申し込みサイトへ →



わからないことは 読売巨人軍 Email へ [giants.info@giants.co.jp](mailto:giants.info@giants.co.jp)

## 東京ヴェルディの公開練習を見ることができます。

多摩市ホームページ ID1015100

◆場所：多摩市立陸上競技場

7月24日（水）・7月30日（火）・7月31日（水）→ 誰でも見ることができます。

7月26日（金）→ サイン会があります。

26日に見ることができるのは

多摩市に住んでいる人・多摩市の学校に行っている人・多摩市で仕事をしている人 だけです。

免許証・学生証・社員証などを持ってきてください。

時間が決まったら、ホームページに載せます。多摩市公式 X や LINE でも知らせます。

わからないことは スポーツ振興課 ☎ 042-373-6882 に聞いてください

びょういん やす ひ 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

ごぜん じ ごと じ  
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 しゆくじつ い びょういん  
※日曜日・祝日に行くことのできる病院です。

けんこうほけんしやう にゅうようじいりやうしやう 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。



7月14日(日曜日)	大池内科クリニック	東寺方1-2-2 トータルビル2階	☎042-355-7001
7月15日(祝日)	江崎小児クリニック	落合3-20-2	☎042-376-5225
7月21日(日曜日)	せいせきサトウクリニック	関戸1-7-5 京王聖蹟桜ヶ丘S.C. C館1階	☎042-337-2715
7月28日(日曜日)	せいせきゆずクリニック	関戸1-20-2 サクラテラスモール3階	☎042-401-8100
8月4日(日曜日)	渡辺クリニック	豊ヶ丘5-8-1	☎042-371-3321
8月11日(日曜日)	こどもクリニックしみず	鶴牧1-24-1 新都市センタービル3階	☎042-373-0512
8月12日(祝日)	まえはら小児科	関戸4-72 聖蹟桜ヶ丘オーパ5階	☎042-374-5028

じゅんやしんりょうしよ 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

ごご じ から ごご じ ぶん  
午後7時から午後9時45分までです。

じゅうしよ せきと  
住所： 関戸4-19-5 ☎042-375-0909

せいせきさくらがおかえき ある ぶん 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 おうきゅうせんたー けんこうせんたーない しか  
休日歯科応急センター(健康センター内) = 歯科

やす ひ 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。

ごぜん じ から ごご じ ぶん  
午前9時から午後3時30分までです。

じゅうしよ せきと  
住所： 関戸4-19-5 ☎042-376-8009

せいせきさくらがおかえき ある ぶん 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。

きゅうかん た ま しやうぼうしよない  
急患テレホンセンター(多摩消防署内) ☎042-375-9999

しやうぼうちやうきゅうきゅうさうだん けいたいでんわ  
消防庁救急相談センター #7119 (携帯電話から)

☎042-521-2323

とうきやうといりやうきかんあんない ひまわり  
東京都医療機関案内サービス ”ひまわり” ☎03-5272-0303

がいこくごいりやうじやうほう とうきやうとほけんいりやうじやうほう せんたー  
外国語医療情報(東京都保健医療情報センター)

あなたのご言葉で病院を教えます。

ごぜん じ から ごご じ  
午前9時から午後8時まで

☎03-5285-8181

がいくじん 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>

だい1 もくようび 午後1時30分から午後4時30分まで  
 第1木曜日

だい3 もくようび 午後1時30分から午後4時30分まで  
 第3木曜日

<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4日と18日です。

8月は1日と15日です。

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



8月はお休みです

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	ばしょ 場所	じかん 時間	にってい 日程	
			7月	9月
げつようび 月曜日 クラス	パルテノン多摩4階 会議室3・4	9:45~11:45	1日/8日	2日/9日/30日
	ながやまこうみんかん 永山公民館 5階 バルブホール	9:30~11:30	1日/8日	2日/9日/30日
もくようび 木曜日 クラス	TIC 活動室 (ヴィータ7階)	10:00~12:00	4日/11日/18日	5日/12日/19日
		19:00~21:00	4日/11日/18日	5日/12日/19日
どようび 土曜日 クラス	TIC 活動室 (ヴィータ7階)	14:00~16:00	6日/20日/27日	7日/14日/28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。(3ヶ月です)

☆New!! 日本語おしゃべりサロン 7月からの新しいプログラムです! 月に1回土曜日にします。

7月13日(土) 午後1時30分から午後3時まで  
 場所: TIC活動室

予約は要りません。  
 外国人来てください!

はっこう たましやくしよ 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 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)

じむきょく 事務所 〒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/

げつようび 月曜日~土曜日 10:00~17:00

(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。

ほしい人は TIC 事務局まで電話をください。

へんしゅう 編集 浮田 千枝子 やさしい日本語 ふるせ ちづる 古瀬 千鶴