

●11 月是儿童抚养津贴支付月

2024 年 9 月～10 月的儿童抚养津贴将转入指定账户。养老金最终确定后或迁出市外时需要通知我们，如有其他变动事项，也请务必联系我们。

转账日 11 月 11 日（周一）（如果到 11 月下旬仍未收到转账，请与我们联系）

问询 儿童青少年政策科 ☎ 042-338-6851 ID 1003455

●东京都应对物价上涨的“生活支援项目说明”将发送给您

2024 年度以新的非课税或均等割课税家庭 10 万日元支付金的领取家庭为对象，东京都将给每户支付 1 万日元的商品券或电子积分。

发送时间 11 月～12 月左右 **问询** 东京都物价高涨对策临时生活支援事业呼叫中心

☎03-6700-8720（上午 9 点-下午 6 点） ID 1014837

●都营住宅入住者（当地分配）

招募住户 面向单身 5 户 **备注** 详细情况请参照 11 月 13 日（周三）～21 日（周四）在市政府 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、永山公民馆发放的招募指南。

申请及问询 填写申请表，并于 11 月 25 日（周一）前邮寄至 〒206-8666 城市规划科

☎042-338-6817 ID 1010284

●11 月市政大厅周六、周日部分开放 9 日（周六）・24 日（周日）

时间 上午 8 点 30 分～正午・下午 1 点～5 点

主要办理业务 印章登记、住址变更等手续，居民证复印件、印章登记证明书、户籍证明书的发放，纳税咨询（仅限星期日）

备注 有一部分无法处理的业务。请在各结束时间的 30 分钟前到办公厅。 ID 1001741

问询 市民科 ☎042-338-6823、纳税科 ☎042-338-6852、保险年金科 ☎042-338-6840

●健康保险证的新发行将停止

自 12 月 2 日起，将改成基本使用“我的健康保险证”（即使用个人编号卡作为健康保险证的制度）。目前使用的健康保险证，对于加入国民健康保险的人有效期至 2025 年 9 月 30 日；加入后期高龄者医疗制度的人有效期至 2025 年 7 月 31 日。新加入或更新时，如持有“我的健康保险证”，将发放“资格信息通知”；若未持有，将发放“资格确认书”。后期高龄者暂定在 2025 年 7 月 31 日之前，无论是否持有“我的健康保险证”，均可获得“资格确认书”。

（※）我的健康保险证…个人编号卡可以作为健康保险证使用的保险证

问询 保险年金课（关于国民健康保险 ☎042-338-6824 关于后期高龄者健康保险制度

☎042-338-6807 ID 1001979

●免费发放食物等

对象 居住在市內生活困难的①有大学生以下孩子的家庭②没有或者缺乏社会联系等生活困难的大概 30 岁之下的人及其同居家庭

主办 多摩地域企业・大学联络会（Yurutama 网）

备注 详情请参见 11 月号的《福利便报》和 11 月 7 日的《志愿者通讯》。

问询 多摩志愿者・市民活动支援中心 ☎042-373-6611

●面向市民的灾害志愿者讲座

时间 11 月 29 日（周五）下午 2 点至 4 点 30 分 **地点** 多摩志愿者・市民活动支援中心（Vita）

对象 市內居民 **定员** 20 人（以报名先后为序） **报名及问询** 从 11 月 7 日（周四）起，可通过电话、传真、电子邮件或互联网向多摩志愿者中心办理报名手续。

☎ 042-373-6611 Fax 042-373-6629 ✉ tamavc@tamashakyo.jp



●KITAKAI 散步馆的活动 2024

时间 11月24日上午9点~下午2点30分 **地点** KITAKAI 散步馆 (多摩市貝取 1-26-1)

内容 制作迷你陶器 (需提前报名)、人偶剧、体验 (意大利式的) 室外地滚球戏、制作作品展示等。

携带物品 室内用鞋 (仅限体育馆) **问询** 市民活动・交流中心 ☎042-400-7723



●“都民寄席”将再次来到関戸公民馆!

时间 2025年1月25日 (周六) 下午1点30分 (1点开场) **地点** 関戸公民馆 Vita 大厅

定员 200人 (若报名人数多将抽签。学龄前儿童不可入场, 全座指定) **内容** 新晋升为真打的年轻师傅与资深师傅的传统落语表演。 **备注** 每人最多可申请两张票。当选者将收到入场券。

申请 请在12月5日 (周四) 前通过网络申请。



●多摩中心 2024 冬季灯饰点灯仪式

作为多摩中心的冬季特色, 2024 年冬季灯饰点灯仪式即将举办, 届时将有开幕仪式及幻想秀助兴。

时间 11月16日 (周六) 下午4点 **地点** 帕特农大道十字路口 **申请** 请当天直接前往会场

主办・问询 多摩中心灯饰执行委员会 ☎090-8636-4886 (平日 10:00-17:00)

节假日值班医院 9:00~17:00

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

11/17(周日) 武島内科クリニック 落合 3-11-3
☎042-338-5665

11/23(节日) つるまき八木クリニック 鶴牧 5-4-1
☎042-319-3449

11/24(周日) 鈴木内科胃腸科 永山 5-4-10
☎042-371-2760

12/1(周日) あべ多摩センター内科 鶴牧 1-22-2
多摩メディカルビルディング2楼 ☎042-373-7755

12/8(周日) 山善内科クリニック 一ノ宮 4-40-3
聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス1F ☎042-372-5588

●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

晚上孩子得了急病请先联系此诊疗所。

(19:00~21:45) 原则上限 15 岁以下 ☎042-375-0909

节假日牙科应急诊疗所(健康中心内)=牙科

(周日, 节日の 9:00~15:00) ☎042-376-8009

注 需事先电话联系



医疗机关指南 (24 小时)

消防厅急救咨询中心 ☎#7119 (手机、PHS、Push 电话线)
☎042-521-232 3 (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 ☎03-5285-8181

☆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	
			11 月	12 月
周一班	帕特农多摩 会议室 3・4F	9:45~11:45	11 日・18 日・25 日	2 日・9 日・16 日
	永山公民馆 5F BERUBU 大厅	9:30~11:30	11 日・18 日・25 日	2 日・9 日・16 日
周四班	TIC 活动室 (VITA 7F)	10:00~12:00	7 日・14 日・21 日	5 日・12 日・19 日
		19:00~21:00	7 日・14 日・21 日	5 日・12 日・19 日
周六班	TIC 活动室 (VITA 7F)	14:00~16:00	9 日・16 日・30 日	7 日・14 日・21 日

※因特殊原因无法直接去教室上课的人, 可以咨询上网课事宜。请向 TIC 事务所咨询。

日语口语沙龙 11月16日 (周六) 10:30~12:00 TIC 活动室、无需预约、自由参加、免费

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)

事务局 〒206-0011 多摩关户 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/>

周一~周六 10:00~17:00 (周日、第一、三个周一、休日及年末年初、临时休馆日休息。)

※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 事务局联系。 編集 西尾 尚子 中文翻译 吴梅华

