

がつ にち じどうふようてあて ぶん こ
11月11日に児童扶養手当を振り込みます。

たまし
多摩市ホームページ ID1003455

れいわ ねん (2024年) 9月・10月の児童扶養手当を振り込みます。

11月20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。

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 ☎ 042-338-6851 に 電話してください

とうきょうとじぎょう しゅうにゆう すく ひと へんない とうきょうと とど
東京都事業、収入の少ない人をたすける案内が東京都から届きます。

届いた人は10,000円の商品券、または電子ポイントをもらうことができます。

申し込みをしてください。

たまし
多摩市ホームページ ID1014837

わからないことは とうきょうとぶつかこうとうたいさくりんじ おうえんじぎょう
東京都物価高騰対策臨時くらし応援事業コールセンター
☎ 03-6700-8720 (午前9時から午後6時まで) に聞いてください。

とえいじゅうたく す ひと み
都営住宅に住みたい人は見てください。

一人で住んでいる人が申し込むことができます。

11月13日から11月21日まで多摩市役所・聖蹟桜ヶ丘出張所・多摩センター出張所・公民館
などで申し込みの案内書を配ります。

郵便で申し込みます。11月25日までに市役所に届くようにします。

わからないことは 市役所 都市計画課 ☎ 042(338)6817 に 聞いてくださ
い。

けんこうほけんしょう か
健康保険証が変わります。

たまし
多摩市ホームページ ID1001979

12月2日からマイナンバーカードは健康保険証として使うことができます。

今の保険証は新しくなりません。国民健康保険証は2025年9月30日まで使う事ができます。

後期高齢者医療証は2025年7月31日まで使う事ができます。そのあとは市役所が連絡をしま
す。

わからないことは 市役所 保険年金課

(国民健康保険証) ☎ 042(338)6824

(後期高齢者医療制度) ☎ 042(338)6807 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
- 申し込みの方法は「ボランティア通信（11月7日号）」をご覧ください。

わからないことは 多摩ボランティア・市民活動支援センター ☎ 042-373-6611に聞いてください

市民向け災害ボランティア講座

日時 11月29日（金）午後2時から午後4時30分

場所 多摩ボランティア・市民活動支援センター（VITA7階）

多摩市に住んでいる人が参加できます。11月7日から申し込むことができます。

わからないことは 多摩ボランティア・市民活動支援センター ☎ 042-373-6611に聞いてください

キタカイさんぽ館フェスタ 2024

日時 11月24日（日）午前9時から午後2時30分

場所 キタカイさんぽ館（多摩市貝取1-26-1）

楽しいイベントがたくさんあります。来てください。



ここからチラシをご覧ください

わからないことは 多摩市立市民活動・交流センター ☎ 042-400-7723 に聞いてください

落語を聞きますか？

多摩市ホームページ ID1016025

日時 2025年1月25日（土）午後1時30分から 午後1時から入る事ができます。

場所 関戸公民館（VITA7階）

早く申し込みをした人が参加できます。

12月5日からインターネットで申し込みます。



チラシ



申込 FORM

わからないことは 関戸公民館 ☎ 042-374-9711 に聞いてください

多摩センターのイルミネーションが始まります

多摩センターのイルミネーションは 11月16日から始まります。

パルテノン多摩大通り 午後4時にスイッチが入ります。ぜひ来てください。



（写真は2023年のものです。イルミネーションガイド HP から）

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

ごぜん じし から ごご じし まで
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。

けんこうほけんしやう にゅうようじいりやうしやう ち 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。



11月17日(日曜日)	武島内科クリニック	落合3-11-3 落合3-11-3	☎042-338-5665
11月23日(祝日)	つるまき八木クリニック	鶴牧5-4-1	☎042-319-3449
11月24日(日曜日)	鈴木内科 胃腸科	永山5-4-10	☎042-371-2760
12月1日(日曜日)	あべ多摩センター内科	鶴牧1-22-2 多摩メディカルビル2階	☎042-373-7755
12月8日(日曜日)	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1階	☎042-372-5588

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 じし から ごご じし 45ふん までです。
午後7時から午後9時45分までです。

じゅうしよ 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しよ 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。

ごぜん じし から ごご じし までです。
午前9時から午後3時までです。

じゅうしよ 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。

しょうぼうちやうきゅうきゆうさうだん
消防庁救急相談センター

#7119 (携帯電話から)

☎042-521-2323

とうきやうといりやうきかんあんない
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）

あなたの国の言葉で病院を教えます。

ごぜん じし から ごご じし までです。
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>

11月7日 11月21日

午後1時30分から午後4時30分まで 午後1時30分から午後4時30分まで

<どこで>

よやくせい (予約制です)

- ① 電話をかけます。
 ② 約束します。
 12月は5日と19日です。

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



8月は休みです

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	場所	じかん 時間	日 程	
			11月	12月
げつようび 月曜日 クラス	パルテノン多摩 パルテノン多摩	9:45~11:45	18日/25日	16日
	ココリア多摩センター5階 キャリアラム	10:00~12:00	11日	2日/9日
もくようび 木曜日 クラス	TIC 活動室 (ヴィータ7階)	9:30~11:30	11日/18日/25日	2日/9日/16日
		10:00~12:00	7日/14日/21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)	19:00~21:00	7日/14日/21日	5日/12日/19日
		14:00~16:00	9日/16日/30日	7日/14日/21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。

☆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。

11月16日(土) 午前10時30分から12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!

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 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 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。

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