

●2月は児童手当・児童育成手当の支払月です

児童手当・児童育成手当を2月14日(金)ごろに受給者の口座へ振り込みます。2月末日になっても振り込まれていない場合はご連絡ください。

●児童手当の申請をお忘れなく

出生や転入などにより申請事由が発生したご家庭の方は忘れずに申請をしてください。手当は申請月の翌月分から支給対象になります。ID 児童手当＝1003454、児童育成手当＝1003456

問合せ 子ども・若者政策課 ☎ 042-338-6851

●一本杉公園で炭焼きを行います

市内の公園や道路から発生する剪定枝の再利用を目的に炭焼きを行います。炭焼き期間中、近隣に煙・臭気が生じることもありますが、資源のリサイクルにご理解とご協力をお願いします。炭材の詰め込み作業など＝3月2日(日)午前9時ごろ～正午ごろ〔雨天の場合は3月8日(土)または9日(日)に延期〕、

炭焼き＝3月15日(土)午前8時ごろ～3月19日(水)午前ごろ、

炭出し＝3月30日(日)午前9時ごろ～正午ごろ

場所 一本杉公園炭焼き窯

備考 見学可、見学はできるだけ午前中にお越しください。

申込・問い合わせ 電話で、一本杉炭やき倶楽部 ☎090-1106-6055 祐乗坊へ ID 1004079

●日本年金機構から国民年金の社会保険料控除証明書が送付されます

令和6年10月1日～12月31日に初めて納付した方で、郵送を希望した方には2月上旬に送付されます。なお、令和6年1月1日～9月30日に納付した方は、昨年送付済みです。

備考 確定申告などの手続きの際に必要なため、要保管。紛失した場合は再交付可 ID 1001948

問合せ ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004(ナビダイヤル)、
050 から始まる電話の場合＝☎ 03-6630-2525

●多摩センター駅出張所臨時休所のお知らせ

2月20日(木)は電気設備点検による停電のため、多摩センター駅出張所は臨時休所します。

ご不便をおかけしますが、聖蹟桜ヶ丘駅出張所・市役所本庁舎を利用してください。ID 1004554

お問合せ 市民課 ☎ 042-338-6880

●「からだ気くばりメニュー店」に行ってみよう!

メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防には、バランスの良い食事を心がけることが重要です。

皆さんの健康づくりに役立つ野菜たっぷりのメニュー、栄養バランスや減塩に配慮したメニューを提供している「からだ気くばりメニュー店」をご利用ください。市内にあるからだから気くばりメニュー店を紹介した「からだ気くばりメニュー店 MAP」を健康センター、南多摩保健所で配布しています。

問合せ 南多摩保健所保健栄養担当 ☎ 042-371-7661



●東日本大震災・能登半島地震復興支援「能登と多摩をつなぐふれあいコンサート♪」

日時 2月24日(月)午後1時～3時30分

場所 多摩大学附属聖ヶ丘中学高等学校講堂(聖ヶ丘4-1-1)

定員 600人 **内容** 日本航空高等学校石川吹奏楽団と多摩大学附属聖ヶ丘中学高等学校吹奏楽部の生徒代表が能登半島地震についてメッセージを発表、同2校の吹奏楽コンサート

申込 当日直接会場へ **問合せ・主催** 第44回せいせき桜まつり実行委員会 ☎ 042-373-5869

●多摩中央公園を起点にスタジイや観梅スポットを周回するノルディックウォーキング体験教室

日にち 2月19日(水) 午前9時30分～11時30分(受付9時15分～) 対象 市内在住・在勤・在学
 集合 桜美林大学多摩アカデミーヒルズ前(落合 2-31-1) 定員 25人(申し込み先着順)
 コース 多摩中央公園～平久保公園～多摩中央公園解散(歩程約3.0km)
 持ち物 帽子、タオル、飲み物、ノルディックポール(無料貸し出しあり)
 備考 運動できる靴と服装、両手の空くかばんで。雨天中止。主催 多摩市スポーツ推進委員協議会
 申込・問合せ 2月5日(水)～2月18日(火)に、電話でスポーツ振興課 ☎042-338-6954
 (当日連絡先は ☎070-1591-6185) ID 1011279

きゅうじつしんりょうとうばん い

休日診療当番医 9:00～17:00

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

2/11(祝) 聖ヶ丘病院 連光寺 2-69-9 ☎042-338-8111
 2/16(日) 佐々部医院 関戸 4-9-2
 コンフォート聖蹟 1・2 階 ☎042-375-7313
 2/23(祝) 永山内科クリニック 乞田 1426 KTAビル2階 ☎042-338-2355
 2/24(振休) つるまき八木クリニック 鶴牧5-4-1 ☎042-319-3449

3/2(日) あべ多摩センター内科 鶴牧 1-22-2 ☎042-373-7755
 3/9(日) からきだ駅前クリニック 唐木田 1-1-7 プラザ唐木田 104 ☎042-376-3800

●急病人に限り
 ●必ず時間内に
 ●健康保険証・乳幼児医療証等を忘れずに
 ※来院前に電話連絡を
 ※当番医は、都合により変更の場合あり

こども準夜診療所(健康センター内)=小児科

こどもの急病にはまずこの診療所を受診ください。

(19:00～21:45) 原則 15歳以下 ☎042-375-0909

休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

(日・祝の9:00～15:30) ☎042-376-8009

☎ 要事前電話連絡



しんりょうきかん あんない じかんたいせい じつし
 診療機関の案内(24時間体制で実施)

消防庁救急相談センター ☎#7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線) ☎042-521-2323(ダイヤル回線)

東京都医療機関案内サービス“ひまわり” ☎03-5272-0303

外国語医療情報(東京都保険医療情報センター)

9:00～20:00 ☎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

第1・第3木曜日(13:30-16:30) TIC活動室(ヴァータ7階)

※予約制

にほんごきょうしつ よてい

(受講料:会員=無料)

★日本語教室の予定



たましいたくじぎょう
 多摩市委託事業

クラス	会場	時間	日程	
			2月	3月
月曜クラス	パルテノン多摩 会議室 3.4	9:45～11:45	3日・10日・17日	3日・10日・17日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30～11:30	3日・10日・17日	3日・10日・17日
木曜クラス	TIC活動室(ヴァータ7F)	10:00～12:00	6日・13日・20日	6日・13日
		19:00～21:00	6日・13日・20日	6日・13日
土曜クラス	TIC活動室(ヴァータ7F)	14:00～16:00	1日・8日・15日	1日・15日・22日

※特別な理由で直接教室に行くことができない人は、オンラインでの参加について相談を承ります。TIC事務所にご相談ください
 日本語おしゃべりサロン 2月22日(土)13:30～15:00 TIC活動室、予約不要、自由参加、無料

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

まいつきとおか はっこう

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)

事務局 〒206-0011 多摩市関戸 4-72 ヴァータ・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～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。)

※記事に関するご意見・ご希望がありましたら上記までお寄せください。また、当会報は5言語(日本語・英語・中国語・ハンダ・やさしい日本語)で用意してありますので、ご希望の方は TIC事務局までご連絡ください。

編集 西尾 尚子

