

●生活者応援・物価高騰対策！～多摩市、東京都が行う生活者応援事業です～

市

市は、国の「物価高騰対策重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、食料品などの価格高騰による家計負担の軽減を目的に、近くの店舗などで利用できる商品券を配布します。▶詳細はこちら⇒



◇対象：令和8年2月1日時点で多摩市住民基本台帳に登録されている方（申請不要）＊3月中に世帯主に事前案内（はがき）郵送 ◇配布内容：1人当たり4,000円（1,000円×4枚）のJCBギフトカード（使用期限なし） ◇配布方法：3月末～5月末に順次、世帯主あてに世帯人数分をまとめてゆうパックで郵送（対面受け取り方式）予定 ＊商品券受け取りを辞退される方は、3月19日（木）午後6時までに、市公式HPのインターネット手続きまたは多摩市物価高騰対策生活応援事業コールセンターへ連絡のこと ◇問い合わせ先：多摩市物価高騰対策生活応援事業コールセンター ☎0570-010-867 FAX 042-400-0325 ID:1019569

都

都は、東京アプリをダウンロードして、マイナンバーカードによる本人確認で11,000東京ポイントがもらえる、生活応援事業を実施中。東京ポイントは、都立施設などのチケットや日常の買い物で使えるポイントなどと交換できます。▶詳細はこちら⇒



◇実施期間：令和9年4月1日（木）まで ◇対象者：マイナンバーカードを持っている15歳以上で、東京都に住民登録されている方 ◇参加方法：①東京アプリに登録 ②デジタル認証アプリに登録 ③東京アプリの画面に従い、マイナンバーカードによる本人確認 ④東京ポイント取得の申し込み ◇問い合わせ先：東京都公式アプリ専用コールセンター ☎03-6901-7979

詐欺に注意！

商品券の受領に関して、市や郵便局などから金銭を求めることはありません。多摩市の職員を名乗り、電話や訪問で、カード番号や銀行口座をお聞きしたり、ATM操作をお願いしたりすることはありません

●バイク・軽自動車・自動車等の廃車や名義変更はお済みですか？

毎年4月1日時点の所有者に課税されます。譲渡や廃車をした場合は3月31日までに手続きをしてください。住所・名義変更時も申告が必要です。普通車の移転・抹消登録も同様に、運輸支局で忘れずに手続きをお願いします。

◇問合せ：原付バイクなどは市役所課税課 ☎042-338-6832、
125cc超のバイク＝東京運輸支局多摩自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2033、
三輪・四輪の軽自動車＝軽自動車検査協会東京主管事務所多摩支所 ☎050-3816-3104
自動車＝東京都自動車税コールセンター ☎03-3525-4066

●多摩市営駐輪場の利用料金を改定します ～4月1日から変わります～

◇開始日：4月1日 ◇対象：永山駅・永山駅北・北諏訪小南・多摩センター駅東・多摩センター駅西の各駐輪場
◇利用料：①一時利用＝自転車110円、原動機付自転車220円、自動二輪車125cc以下280円、自動二輪車126cc以上330円 ②定期利用＝公式HP参照 ◇備考：①当日1回利用、最初の2時間は無料
◇問合せ：道路交通課 ☎042-338-6826 ID:1002474

●【TICの春休み企画】メキシコ大使館とJICA（国際協力機構）に行ってみよう！

◇日時：2026年3月26日（木）8:30～17:00 ◇定員と対象：30名（小学生～大学生）
◇集合場所：京王多摩センター駅、京王永山駅、京王聖蹟桜ヶ丘駅 ◇持ち物：飲み物
◇費用：交通費（小人＝約750円、大人＝約1500円）＋昼食代1,000円程（JICAのカフェで世界のランチを食べます） ◇申し込み：3月21日（土）までに右のQRコードからお申し込みください。
資料をメールで送ります ◇問合せ先：（一社）多摩市国際交流センター ☎042-355-2118



●多摩センタースプリングフェスタ 2026～SPORTS DAY～

◇日時：2026年3月20日（祝）～21日（土）10:00～17:00 ◇場所：パルテノン大通り周辺
◇内容：多摩どまんなかバスケット、ストラックアウト、キックターゲット、フリーマーケット、キッチンカーなど
◇備考：天候により中止する場合あり。多摩どまんなかバスケット出場のみ要事前申し込み。詳細は要問合せ。その他は当日直接会場へ ◇問い合わせ先：多摩センタースプリングフェスタ実行委員会 ☎090-8636-4886（平日10:00～17:00） ID:1019541

●本の紹介：『英語でも読めるスイミー』～英語と日本語の両方で読める本です～



多摩市の図書館には、日本語と外国語がどちらも使われている本があります。とくに絵本はわかりやすい言葉で書かれているので、日本語に親しむための第一歩にすすめてできます。そして絵本は子どもだけのものではありません。美しい絵とすぐれた文章という2つの芸術の要素をもつ絵本は、大人も楽しむことができます。手に取って確かめてみてください。

書名：『英語でもよめるスイミー』 レオ＝レオニ／作 谷川俊太郎／訳 出版社：好学社 出版年：2013年

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/>

3/1(日) 武島内科クリニック ☎042-338-5665
落合 3-11-3
3/8(日) 大池内科クリニック ☎042-355-7001
東寺方 1-2-2 トータルビル 2F
3/15(日) 永山内科クリニック ☎042-338-2355
乞田 1426 KTAビル 2階
3/20(祝) 松田医院 ☎042-373-3205
貝取 1-48-1
3/22(日) たかはし内科・脳神経内科クリニック
関戸 2-66-1 ☎042-400-1508
3/29(日) あべ多摩センター内科 ☎042-373-7755
鶴牧 1-22-2

4/5(日) 渡辺クリニック ☎042-371-3321
豊ヶ丘5-8-1
4/12(日) 新垣内科外科クリニック ☎042-373-0514
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル3F

●急病人に限ります
●健康保険証・乳幼児医療証等を忘れずに

●必ず時間内に
※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

じゅんやしんりょうじょ けんこう 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

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) ☎042-375-0909

きゅうじつ し か おうきゅうしんりょうじょ けんこう ない し か
休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

(日・祝の 9:00～15:00) ☎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

がいこくご いりょうじょうほう とうきょうとほけんいりょうじょうほう
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 じょうしつ よてい
☆日本語教室の予定 (受講料:会員=無料)



たましいたくじきょう
多摩市委託事業

クラス	会場	時間	日程	
			3月	4月
月曜クラス	3月:パルテノン多摩4階会議室3・4 4月 20日はキャリアマム	9:45～11:45	2日・9日・16日・30日	6日・13日・20日・27日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30～11:30	2日・9日・16日・23日	6日・13日・20日・27日
木曜クラス	TIC 活動室(ヴァータ7F)	10:00～12:00	5日・12日・19日	9日・16日・23日
		19:00～21:00	5日・12日・19日	9日・16日・23日
土曜クラス	TIC 活動室(ヴァータ7F)	14:00～16:00	7日・14日・28日	11日・18日・25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もできます。TIC 事務局にご相談ください。

にほんご

日本語おしゃべりサロン 3月 21日(土)、4月 4日(土)13:30～15:00 TIC 活動室、予約不要・自由参加、無料
△上記の電話予約及び問合せは ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

はっこう た ま し やくしよ

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

まいつきとお か はっこう

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～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4ヶ国語(日本語・英語・中国語・ハングル)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 浮田 千枝子