

## ●年末年始の粗大ごみなどの申込みは計画的に！

12月は大掃除などでゴミ・資源を出す機会が増えます。計画的に出しましょう。



ごみ・資源の排出は必ず午前8時までに出してください

年末年始は普段より排出量が多いため、収集の時間帯が普段以上に大きく変わります。(午前8時以降にごみ・資源を出すと、収集されない場合があります)年始は1月5日(月)午前8時30分から申込みを受け付けます。

★粗大ごみの収集 収集、清掃工場への持ち込みとともに、事前申込みが必要です。収集日は「ごみ・資源収集カレンダー」で確認してください。

通常収集・電話での申込み…年内は12月26日(金)午後5時で受付終了(収集希望日前日の受付は午後3時まで)・インターネット手続きでの申込み⇒年中無休(年末年始の申込みの場合は収集まで日数がかかります)

\*年内の粗大ごみ運び出しサービスは12月12日(金)収集分まで。年始は1月5日(月)収集分から  
清掃工場への直接持ち込み 年内は12月26日(金)午後5時までに申し込むと、30日(火)午後4時30分まで持ち込み可。\*注意:・持ち込み前に要電話予約。・受け入れ台数に制限あり。年始の直接持ち込みは1月5日(月)午前8時30分から(要事前連絡)

平日お忙しい方 第4日曜日の直接持ち込みも受け付けています。12月26日(金)午後5時までに申し込むと28日(日)に直接持ち込みができます。\*注意:受け入れ台数に制限あり

◇問い合わせ:粗大ごみ専用ダイヤル☎042-375-9713(12/26・17:00~1/5・8:30を除く) ID:1002127

## ●12月は児童手当の支払い月です～出生、転入などの申請事由はお早めに連絡を！～

◇振込日:12月15日(月)頃 \*12月26日(金)までに振り込みがない場合は要連絡。申請月の翌月から支給。

◇問い合わせ:子ども・若者政策課 ☎042-338-6851 ID:1003454

## ●子どもの発達とことばの関係性～周りの大人ができるることは～

◇日時:1月26日(月)午前9時30分～11時30分(9時20分受付)◇場所:諏訪複合教育施設「かけはし」

◇対象:子どもの言葉の発達に心配のある保護者、関係職員◇定員:15名(申し込み先着順)◇内容:子どもにできる対応のコツ・より良い関わり方に関する講義◇講師:青木さつき氏(言語聴覚士)◇ID:1018215◇申込み:12月8日(月)午前9時～1月16日(金)午後5時に電話またはインターネット手続きで、障害福祉課発達支援室☎042-374-2717

## ●「デジログ」運動会～マリオパーティでゲーム大会～

◇日時:1月6日(火)午後2時～4時(1時30分開場)◇場所:からきだ菖蒲館ホール◇対象:小学生以上の多世代交流・脳トレに興味がある方◇定員:32人(会場先着順)◇内容:マリオパーティ、カードゲーム、体育あそびなど◇場所:開催時間前後30分はフリープレイ可◇ID:1014089◇問合せ:永山公民館☎042-337-6661へ

## ●早めに受診を！①国民健康保険特定健康診査②後期高齢者健康診査③オーラルフレイル健診

◇検診期間:2026年1月31日(土)まで

◇対象:40歳以上の多摩市国民健康保険被保険者、多摩市後期高齢者医療制度被保険者、③は今年度76・78・80・82・84・86歳になる方

◇持ち物:保険資格が確認できるもの(健康保険資格確認書、マイナンバーカード)、受診券(ない場合は要再発行)

◇受診方法:医療機関または歯科医院に電話で予約。詳細は、受診券に同封の案内または公式HP参照

◇問い合わせ:保険年金課 ☎042-375-9704 ID:①1010300 ②1010279 ③1002064

★総合健康診査(人間ドック)の費用助成 :受診料の半額まで助成(上限10,000円)。助成は年度に1回。申請は受診日翌日から2年以内。上記の①②との併用は不可。詳細は公式ホームページ参照

◇問い合わせ:保険年金課 ☎042-375-9704 ID:国民健康保険1002023、後期高齢者医療制度1002066

★条件に該当した方に2,000円分の謝礼を贈呈！

令和7年4月1日から引き続き多摩市国民健康保険に加入し、その他条件を満たした方で、職場などでの健診結果を提供した方 ◇届け出期限:3月12日(木) ◇詳細:公式ホームページまたは要問い合わせ ID:1002030

## ●グリーンライブセンタークリスマスイベント 12月20日(土)、21日(日)午前10時～午後5時

◇内容：音楽ライブ、クリスマス工作、イルミネーション、フォトスポット、キッチンカーなど。◇当日直接グリーンライブセンターへ。◇問い合わせ：グリーンライブセンター ☎042-375-8716 ID:1018787

### 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

12/14(日) 江崎小児クリニック	☎042-376-5225
落合 3-20-2	
12/21(日) 中村内科医院 諏訪 5-10-7	☎042-375-7757
12/28(日) せいせきゆずクリニック	☎042-401-8100
関戸 1-20-2 サクテラスモール 3F	
みゆき消化器内視鏡クリニック	☎042-372-4853
永山 1-5 ベルブ永山 211	
12/29(年末) あいクリニック	☎042-375-9581
貝取 1431-3	
まえはら小児科	☎042-374-5028
関戸 4-72 聖蹟桜ヶ丘オーパ 5F	
12/30(年末) 多摩センタークリニックみらい	☎042-316-8570
落合 1-38 マグレブパーキングビル 1F	
武井小児科 関戸 2-69-3	☎042-357-3030
12/31(年末) 田村クリニック	☎042-356-0677
落合 1-32-1 多摩センターペペリビル 4F	
こどもクリニックしみず	☎042-373-0512
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル 3階	

●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

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

1/1(元旦) 田村クリニック	☎042-356-0677
落合 1-32-1 多摩センターペペリビル 4F	
1/2(年始) 田村クリニック	☎042-356-0677
落合 1-32-1 多摩センターペペリビル 4F	
1/3(年始) 田村クリニック	☎042-356-0677
落合 1-32-1 多摩センターペペリビル 4F	
1/4(年始) せいせきこどもクリニック	☎042-400-5032
一ノ宮 4-20-23 バモス聖蹟1階	
聖ヶ丘病院	連光寺 2-69-6 ☎042-338-8111

### ●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

### 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

注 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 じっし 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 とうきょうとう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(ヴィータ7階)※予約制

### にほんごきょうしつ よていい ☆日本語教室の予定 (受講料:会員=無料)



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	
			12月	1月
月曜クラス	パルテノン多摩 4階会議室3・4	9:45～11:45	1日・8日・15日	19日・26日
	永山公民館 5階 ベルブホール	9:30～11:30	1日・8日・15日・22日	19日・26日
木曜クラス	TIC活動室(ヴィータ7F)	10:00～12:00	4日・11日・18日	8日・22日・29日
		19:00～21:00	4日・11日・18日	8日・15日・22日
土曜クラス	TIC活動室(ヴィータ7F)	14:00～16:00	6日・13日・20日	10日・24日・31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 12月27日(土)、1月17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

はつこう たましやくしょ 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 每月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・コミュニティ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)で用意しておりますので、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

