



これならできる!健康・栄養相談

日 2月20日(金)午前9時10分・9時40

分・10時10分・10時40分・11時(相談は各回1時間程度)定10人(申し込み先着順)備考治療中の方は主治医に相談の上、要連絡D1012092甲問場公式ホームページのインターネット手続きまたは電話で、健康推進課

(健康センター)☎(376)9139へ



第121回多摩センター健康セミナー「心房細動とお口の衰え」

日 2月20日(金)午後1時~2時(0時30

分開場)場ココリアホール(ココリア多摩センター)定50人(会場先着順)講師小谷英太郎氏(日本医科大学多摩永山病院副院長)、内宮洋一郎氏(おうちで歯科院長)ほか甲当日直接会場へ問健康セミナー事務局☎(311)2250

受診相談(救急相談、医療機関案内)

D1002731

- 消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119、☎042(521)2323
病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者など)が年中無休で対応しています。
子供の健康相談室 小児救急相談(東京都) ☎#8000、☎03(5285)8898
日 月~金曜日の午後6時~翌朝8時(土・日曜日、祝日、年末年始の午前8時~翌朝8時)
東京都医療機関案内サービス“ひまわり”(24時間) ☎03(5272)0303
(厚生労働省・東京都)医療情報ネット
医療機関・薬局を検索することができます。
医療情報ネットへのアクセスはこちら
多摩消防署 救急病院案内(24時間) ☎042(375)0119

休日診療当番医(医科) ※当番医は、都合により変更の場合あり
急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。
日 午前9時~午後5時持ち物 マイナ保険証、健康保険資格確認書、乳幼児医療証など

Table with 4 columns: 診療日, 医療機関名, 所在地, 電話番号

子ども準夜診療所(健康センター内)=小児科

来院前に必ず電話でご連絡ください。

受付時間 午後7時~9時45分 原則、15歳以下 問 ☎(375)0909

休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科

来院前に必ず電話でご予約ください。

受付時間 日曜日・祝日の午前9時~正午、午後1時~3時30分 問 ☎(376)8009

市民のひろば

3月5日号の原稿受け付けは1月20日(火)~27日(火)です(先着30団体)。掲載には条件あり(掲載規定参照)。掲載規定・掲載用紙は公式ホームページに掲載の他、市役所3階秘書広報課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布D1005206 ※詳細は各連絡先へ。市は関与しません

会員募集

※場所は、主な活動場所です
認知症予防運動の会 日 毎月第2・4月曜日10:00~12:00 場 二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的ホール 定 70歳以上の男性 ¥ 入会金(1,000円)、月会費(1,000円) 備考 最近物忘れが気になるようになった方。3人程度 問 ☎090(4438)8300 熊谷
南京玉すだれ たまいち座 日 毎月第3月曜日13:00~16:00 ほか 場 関戸公民館 ほか 定 小学生~大人 ¥ 入会金(無料)、

月会費(1,000円) 備考 日程が合わない方は要相談。小さなすだれで釣竿や橋、旗などさまざまな形を演じる芸 問 ☎090(8512)3130 石橋
桜が丘テニスクラブ 日 毎週土・日曜日、祝日13:00~16:00 場 和田中学校テニスコート 定 成人。初中級レベルから ¥ 入会金(無料)、月会費(600円) 備考 テニス久しぶりの方も大歓迎。一度体験会にお越しください 問 函 ito4yk@gmail.com 伊藤由紀子

催し案内

合気道無料体験稽古 日 1/24(土)14:00~15:00 場 総合体育館第5スポーツホール ¥ 無料 備考 5歳からシニアの方まで参加できます。動きやすい服装でお越しください 問 多摩合気会 ☎090(6517)2049 増井(留守電)
読書会-あなたと読む村上春樹- 日 1/24(土)14:00~16:00 場 中央図書館活動室1 ¥ 無料 備考 第1回課題図書『ノルウェイの森』(講談社)。講師:小山鉄郎 問 多摩市現代文学を読む会 ☎090(5803)2549 高橋祥子

ピアノ伴奏! シャンソン・タンゴ体験 日 1/27、2/3各火曜日13:30~15:30 場 関・一つむぎ館会議室 ¥1,000円 備考 要予約。5人まで。初心者、女性、70歳までの方 問 けいおうシャンソンクラブ ☎090(6157)8080(10:00~20:00)
早稲田大学交響楽団「弦楽四重奏」演奏会 日 1/31(土)13:00~15:00 場 キャリア・ママホール(ココリア多摩センター) ¥ 無料 問 多摩稲門会 ☎090(2498)0689 稲垣 相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会 日 2/4(水)13:15~15:30 場 消費生活センター講座室(パルプ) ¥ 無料 備考 要事前申し込み。各組45分以内の個別相談 問 NPO法人シニアサポート多摩 ☎(400)5264
多摩市茶道連盟 月釜へのお誘い 日 2/8、3/8各日曜日10:00~15:00 場 関戸公民館茶室 ¥各800円 備考 茶室で出会う日本文化の豊かで、特別なひととき 問 多摩市茶道連盟 ☎(375)7005 小西
第82回せきど落語会 日 2/11(祝)14:00~16:00 場 関戸公民館ヴィータホール ¥

1,500円 備考 多摩市在住で落語芸術協会真打の「三笑亭可龍師匠」を応援する会です 問 多摩落語寝床の会 函 mail@nedokonokai.com 高橋昌子
木管アンサンブル おたまじゃくし定期演奏会 日 2/23(祝)13:30 場 関戸公民館ヴィータホール ¥ 無料 備考 木管楽器の室内楽コンサート。クラシックから耳なじみの曲まで 問 木管アンサンブルおたまじゃくし 函 otamajyakusi2004@yahoo.co.jp 金詠子
自分の心との上手な付き合い方 日 2/24(火)10:30~12:30 場 ココリアホール(ココリア多摩センター) ¥ 無料 備考 対象:40~60歳代の女性。申し込み先着順。講師:藤本志乃氏 問 NPO法人シーズネットワーク 函 info@seeds-tama.com
第44回多摩市硬式テニスシングルス大会 日 4/12・19各日曜日[予備日5/10(日)] 場 多摩東公園テニスコートなど ¥2,000円 備考 詳細は多摩市硬式庭球連盟ホームページ参照 問 永山テニスクラブ 函 nagayama.tennis.c@gmail.com

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください
※たま広報・市公式ホームページへの広告掲載希望の方は、株式会社ウィット ☎072(668)3275にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ
予約制 入会説明会日程のご案内
2月 10火
時間 9:30~11:30
場所 多摩市桜ヶ丘4-40-1
アクセス 京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩15分、バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分
初年度 会費免除
1~3月入会者限定
公益社団法人 多摩市シルバー人材センター
TEL.042-371-3580
※2月入会ご希望の方は、2/3(火)までにお電話ください。

戸建の塗り替え
雨漏り診断 各種防水
アパート・マンションの修繕工事
1956年創業の実績と信頼
梅津塗工株式会社
多摩市関戸5-10-3
お問い合わせ 見積無料
電話 042-375-2153
メール info@umezu-tokou.co.jp
梅津塗工 検索
東京都知事許可(特)第84691号