

このごみ、どうやって出したらいいかな？



- 2 ごみに出す前にちょっと待って！ そのごみ、実は資源かも？
- 3 子ども体験塾 この夏、特別な体験をしませんか？
- 4 子ども・若者関連情報、消費者相談室だより

- 5 富士見町発！ すずらんだより
- 6 多摩市いきものギャラリー、多摩市に吹く緑の風
- 7 講座・催し物
- 8 市政その他のお知らせ

- 9 訪問歯科診療を知っていますか？
- 10 知って、備えて、浸水に強いまちへ

市長コラム 多摩の風 第141回

よろしく願い申し上げます

4月の多摩市長選挙で多くの市民の皆さんから負託をいただき、再び市長に就任しました。

ちょうど今月開かれる市議会でも、「命を守り、地域を守り、仕事を守る」ことをベースに所信表明演説を行い、今後の市政運営について質疑を受け、選挙公約を形にしていきます。

所信表明でも述べましたが、米国・トランプ大統領とイスラエル・ネタニヤフ首相は、主権国家の政権転覆を狙い、指導者を殺害という暴挙に。

理由はともかく言葉はきついです。多国籍主義に基づく国際協調と相いれない国際法無視の帝国主義的専制君主の振る舞いとしか言いようがありません。

天文学の父・ガリレオは「あらゆる真実は一度発見されれば理解するのは容易だ。肝心なのは真実を発見することだ」との言葉を残しています。

今SNSなどでは、玉石混交の情報が入り乱れ、噂話か、フェイクか。さらに企業・個人のアカウントを偽装するサイトも登場するなど私たちには真実と事実を見極める眼が求められています。

トランプ大統領のXでは、意に從わない国々への罵詈雑言。時にご自身をキリストになぞらえるなど核超大国のリーダーとしていかかと思う発言も。

ガリレオは「人々にものを教えることはできない。自分で気づく手助けができるだけだ」との名言も残しています。

Facebook、Instagram、Xは私もイベント紹介や情報発信に使っています。今後とも、よろしく願い申し上げます。

(多摩市長 阿部裕行)



ごみを出す前にちょっと待って！ そのごみ、実は**資源**かも？

ペットボトルやダンボールなどの資源の種類は少なく、ほとんどはごみだと思っていませんか？ 実は家庭から出る「燃やせるごみ」の中の約4割、「燃やせないごみ」の中の約2割は、資源としてリサイクルできます。皆さんが普段何気なく有料指定袋に入れてごみとして出しているものも、実は資源になるかも？ 限りある資源を有効活用するためにも、まずはごみを出す前に、捨て方を再確認しましょう。

資源で出すと、
まだまだ有効活用できる！



貼るだけ簡単！ 傘の出し方

<p>傘を捨てたいけど、どうやって出したら良いかな…？</p> <p>燃やせないごみじゃない？</p>	<p>傘は指定袋に入れなくても、「多摩市」と書いた紙を1枚貼るだけで資源に出せるんだよ！</p> <p>多摩市</p>	<p>準備</p> <p>傘は金属の資源です！</p> <p>資源で出すものに「多摩市」と書いた紙やテープを貼る</p>	<p>完成！</p> <p>各地域の小型家電・金属類の日に出すだけ！袋に入れる手間がなく、有料指定袋を買う必要がないためお得です！</p>
---	---	---	--

あんなものやこんなものも**資源**で出せます

分別に悩んだら、
ごみ分別アプリ
「さんあ〜る」で確認！



小型家電・金属類 「多摩市」と書いた紙をテープで貼るだけ！
(大きさ・重さによっては粗大ごみ)

照明器具(シーリングライトなど)

ゼムクリップ

フライパン・鍋など

コード・プラグ類

ドライヤー

水筒

サーキュレーター

アイロン

オーブントースター

小さいものは「多摩市」と書いた小さい袋にまとめて出す

きれいなプラスチック類 プラスチック用指定袋(1枚10円/20ℓ)に入れるだけ！

マークを探してみよう！

詰め替え製品などの袋

CD

袋の口を十字に縛る。縛れない場合は粗大ごみで出す

大きな発泡スチロール

紙類 紙袋に入れるだけ！

雑紙回収袋を作ってみよう！

雑紙を出す際に紙袋がなくて困ったことはありませんか？読み終えた「たま広報」などを使った雑紙回収袋の作り方を紹介します！

紙類で出せるもの詳細はこちら

雑紙回収袋の作り方はこちら

小型家電・金属類で出せないもの

リチウムイオン電池内蔵のものは有害性ごみで出す！

ハンディファン

モバイルバッテリー

動画「ごみ・資源の分け方を見直そう」



エコくん

これらはどれも貴重な資源です。資源として出すことで、簡単かつちょっとだけお得にエコ活動ができます。あなたの一歩で多摩市の未来が変わります！

1002093 資源循環推進課 ☎ (338) 6836 ・ FAX (356) 3919





長谷工グループいきもの発見in 多摩～多摩市生物多様性セミナー～

日6月27日(土)午前10時～正午**集合**長谷工マンションミュージアムエントランス(鶴牧3-1-1)対近隣市在住の小学生以上の子どもとその保護者定10組(申し込み先着順)内長谷工マンションミュージアムのビオトープや多摩中央公園で生き物を観察講師仙仁径氏(パルテノン多摩学芸員)持ち物飲み物、タオル、帽子など備考歩きやすい服装で日1020118申問6月5日(金)から、インターネット手続きで、長谷工コーポレーション日https://forms.cloud.microsoft/r/TpBBJpJsE0・日03(3456)2346へ



ごみのゆくえを知ろう!「夏休み処分場見学会」

日①7月28日(火)午前9時～午後5時55分②30日(木)午前8時15分～午後6時15分③8月4日(火)午前8時30分～午後6時10分**集合**①JR線立川駅北口付近②西武線東村山駅東口付近③JR線三鷹駅北口付近対多摩地域在住の小学4年生～中学生とその保護者定各36人(応募者多数の場合は抽選)コー①立川市クリーンセンター～二ツ塚処分場・谷戸沢処分場②柳泉園クリーンポート～二ツ塚処分場・谷戸沢処分場③クリーンプラザふじみ～二ツ塚処分場・谷戸沢処分場日1,000円(昼食代。当日集金)備考小学3年生以下の同伴不可。貸し切りバスで移動(往復)。写真撮影やインタビューを依頼する場合あり日1011675申問主催7月6日(月)午後5時必着の、インターネット手続きまたは郵送で、「夏休み処分場見学会参加希望」、参加者全員の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、参加希望日を記入し、〒190-0181西多摩郡日の出町大字大久野7642東京たま広域資源循環組合日https://www.tama-junkankumiai.com/kouhou/summer・日042(597)6152へ



多摩市、(一財)多摩市スポーツ協会主催事業第52回多摩市民スポーツ大会 バasketボール競技大会中学生の部

日8月8日(土)・9日(日)午前9時～午後5時日総合体育館第1スポーツホール対15歳以下日1チーム2,000円持ち

物濃淡ユニフォーム日1003873申問7月10日(金)までに、メールで、多摩市バスケットボール連盟日tama.basketball.rm@gmail.com 岸へ

多摩中央公園～わくわく遊びサポーター入門講座～(全3回)

受講後は、多摩中央公園遊びの森を使って、「わくわく遊び」を実施することができます。

日①6月11日(木)午後7時～8時30分②7月12日(日)午前10時～正午③8月23日(日)午後3時～5時日①オンライン②多摩中央公園クリエイティブキャンパス企画室③遊びの森自由広場対高校生以上定30人(申し込み先着順)内①子どもの力を引き出すわくわく遊び②わくわく遊びを豊かに安全にするために③ロープ・焚き火・泥んこの実践スキル講師日①高子未乃梨氏(日本冒険遊び場づくり協会神奈川地域運営委員)②鎌上茂樹氏[(一社)森遊クラブ]③長谷川洋氏(ボーイスカウト多摩第3団)主催遊びの森プレーパークの会日申問インターネット手続きで、多摩中央公園日https://tama-central-park.jp/event/asobi/entry-371.html・日(400)0338(午前9時～午後5時)へ

児童館だより

【共通事項】申問は各館へ備考対象の記載がないものはどなたでも。未就学児は要保護者同伴。申し込みの記載がないものは当日直接会場へ

けやきっずーノ宮児童館 日(375)4643

●0歳児のつどい「ぴーなっつベイビィ」日6月10日～7月1日の各水曜日午前10時30分～11時30分対おおむね0歳児日1003604

●幼児のつどい「スマイルぴーなっつ」日6月11日～7月2日の各木曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳以上の未就学児日1010025

とも～る永山児童館 日(373)0991

●赤ちゃんタイム日6月10日～7月1日の各水曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳3カ月までの未就学児、妊娠中の方備考6月10日は保健師による出張教育日1003610

●幼児のつどい「ぼよぼよタイム」日

6月11日～7月2日の各木曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳3カ月以上の未就学児日1010027

あいらんど愛宕児童館 日(373)7677

●ちびっこたいむ日6月11日・18日、7月2日各木曜日午前11時～11時40分対未就学児、妊娠中の方備考6月18日は栄養士による出張教育のため正午まで日1003619

コスモ連光寺児童館 日(338)5881

●あかちゃんといっしょ「ラウンドスプーン」日6月11日～7月2日の各木曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳3カ月までの未就学児、妊娠中の方日1011413

●幼児のつどい「かくれんぼ」日6月12日～7月3日の各金曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳以上の未就学児日1011412

のびのびハウス豊ヶ丘児童館 日(338)5882

●はじめのいっぽ日6月17日、7月1日各水曜日午前10時30分～11時30分対おおむね0歳～1歳児日1003630

●コアクラブ日

6月10日・24日各水曜日午前10時30分～11時30分対おおむね1歳以上の未就学児日1010052

ビーボ東寺方児童館 日(338)5883

●ビーボたいむ日6月8日～7月6日の各水曜日午前11時～11時30分対未就学児、妊娠中の方備考7月6日は歯科衛生士による出張教育のため正午まで日1011789

ヴィヴァーチェ諏訪児童館 日(375)0991

●0歳児のつどい「ひなたぼっこ」日6月11日・18日、7月2日各木曜日午前10時30分～11時30分対0歳児日1010688

●幼児のつどい「はとぼっぼ」日6月10日～7月1日の各水曜日午前11時～11時45分対1歳以上の未就学児日1010689

ゆう桜ヶ丘桜ヶ丘児童館 日070(1592)0571

●あかちゃんとのんびりタイム日6月12日・26日各金曜日午前11時～正午日桜ヶ丘集会所対0歳児日1012614

●ピッポッパ日6月5日・19日、7月3日各金曜日午前10時30分～11時30分日桜ヶ丘集会所対1歳以上の未

就学児日1012615

TOM HOUSE落合児童館 日(371)5955

●ベビー☆パラダイス日6月10日・24日各水曜日午前11時～11時40分対おおむね1歳までの未就学児備考10日は栄養士による離乳食講座のため正午まで日1011033

●キッズ☆パラダイス日6月11日・25日各木曜日午前11時～11時40分対おおむね1歳以上の未就学児備考25日は歯科衛生士による講座のため正午まで日1011034

からきだ菖蒲館唐木田児童館 日(338)2277

●CoCo♥KARAたいむ日6月11日～7月2日の各木曜日午前11時～11時30分対0歳児日1014060

●Pico★KARAたいむ日6月12日～7月3日の各金曜日午前11時～11時45分対おおむね1歳以上の未就学児備考6月26日はリトミックのため正午まで日1014061

6月の本庁舎

土日 部分開庁

13日(土)・28日(日)

時間 午前8時30分～正午、午後1時～5時 主な取り扱い業務 印鑑登録・住所変更などの手続き、住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍証明書の交付、日曜のみは納税相談、納付書再発行、納税証明書発行、口座振替受け付け(一部金融機関)備考一部取り扱いできない業務あり。各終了時間の30分前までに来庁してください日1001741日市民課日(338)6823、納税課日(338)6852

No.190

消費者相談室だより

海外からの「不審な電話」にご注意!

「自動音声で『数時間後に電話が使えなくなる』という不審な電話があった。『1を押す』よう指示があり押したら、電話口に出たので答えてしまった。後ほど、着信履歴から海外からの電話だと分かった」という相談が多く寄せられています。

「+1」、「+44」など、「+」から始まるのは、海外の電話番号です。心当たりのない国際電話は、詐欺や個人情報収集の可能性が高いです。また、こうした不審

な電話は国内からもかかってくる。怪しい電話には出ない、電話に出てしまっても、個人情報伝えず、すぐに電話を切りましょう。また、固定電話は常に留守番電話に設定し、相手を確かめるようにしましょう。

困ったとき、不安なときは早めに消費生活センターにご相談ください。

日1003281日消費生活センター消費者相談室(バルブ)日(374)9595



自分でできる！オーラルフレイル予防 お口の出張健康講座

日 6月30日(火)午前10時15分～11時45分(10時受け付け)場 関・一つむぎ館会議室1 対 市内在住のシニア 定 30人程度(申し込み先着順)内 オーラルフレイルのケア、ガムで咀嚼力をチェックなど講師 歯科衛生士 持ち物 飲み物 備考 当日空いている場合は直接申し込み可 日 1017051 申 日 6月8日(月)から、公式ホームページのインターネット手続きまたは電話 日 375)9704へ

認知症を知る！備える！向き合う！認知症サポーター養成講座

日 7月11日(土)①午前10時～11時30分②午後1時30分～3時30分 場 関戸公民館大会議室 対 ①初めて参加する方②基礎編を受講済みの方 定 ①70人(会場先着順)②30人(申し込み先着順) 講師 ②多摩市初期集中支援チーム(天本病院) 持ち物 筆記用具②オレンジカード 日 1017265 申 日 ①当日直接会場へ②6月8日(月)午前9時から、電話で、高齢支援課 日 338)6846へ

老人福祉センター寿大学パソコン講座①ワード経験者レベルアップ(W経-1)②エクセル初級(E初-2)受講生募集

日 ①7月27日(月)・31日(金)、8月3日(月)・7日(金)・17日(月)・21日(金)・24日(月)各午前10時～正午②7月29日、8月5日・19日・26日、9月2日・9日・16日各水曜日午後2時～4時 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ704研修室 対 市内在住の60歳以上でキーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方 ①ワードを使用したことがある方 定 各15人(応募者多数の場合は抽選) 日 各1,400円(全回分) 日 1008280 申 日 ①7月13日(月)②15日(水)必着の、往復はがき(1講座につき1枚)往信欄裏面に希望講座名・住所・氏名・ふりがな・生年月日(年齢)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または、住所・氏名を記入した通常はがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階老人福祉センター寿大学担当 日 356)0303へ



多摩市医療的ケア児等コーディネーターを配置しています

医療的ケアを必要とする方を支える相談窓口を開設しました。安心して生活できるよう、関係機関とも調整します。
日 毎週月・水・金曜日午前10時～正午、午後1時～4時(祝日・年末年始を除く) 日 1019930 場 島田療育センター(中沢1-31-1) 日 070(1047)6454

都立八王子盲学校①学校公開②あいサポート研修会

日 ①6月20日(土)午前9時45分～11時50分②7月22日(水)午前9時～正午 内 ①授業公開、入進学相談、寄宿舎見学など②ワークショップなど 備考 詳細は、要問い合わせ 日 都立八王子盲学校(八王子市台町3-19-22) 日 042(623)3278



令和8年度市民税・都民税・森林環境税の納税等通知書の発送と課税(非課税)証明書の交付開始のお知らせ

●市民税・都民税・森林環境税の納税等通知書の発送
発送開始日 6月11日(木)備考 証明書の様式が全国統一のものに変更。郵便事情により到着が遅れる場合あり。非課税の方には発送なし。申告期限を過ぎて申告書を提出された方は、通知書に申告内容が反映されていない場合あり(順次申告内容を反映し、変更通知書などを送付)

●令和8年度課税(非課税)証明書の取得
交付開始日 6月11日(木)備考 本人・同居の親族以外からの申請は要委任状。様式は公式ホームページに掲載
・コンビニエンスストアなどのマルチコピー機での取得
手数料 1通200円 持ち物 マイナンバーカード 備考 最新年度のみ取得可。6月8日(月)～10日(水)はサービス停止
・窓口での申請・取得
交付場所 市役所2階課税課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所 手数料 1通300円 持ち物 本人確認書類(書類により1点または2点)
・郵送での申請
手数料 1通300円 申 申請書、本人確認書類の写し、手数料分の定額小為

替、申請者と同じ住所・氏名を記入し所要額の切手を貼付した返信用封筒を、〒206-8666課税課へ
[共通事項]
日 1001828 課税課 日 338)6821



令和9年4月からの多摩市立温水プール・多摩市総合福祉センターの指定管理者

備考 管理基準などの詳細は、公式ホームページ掲載の募集要項参照 日 1019915 申 日 7月15日(水)～24日(金)に、申請書類を直接持参で、市役所1階高齢支援課 日 338)6923・日 371)1200へ



傍聴
[共通事項]
備考 会場先着順 申 当日直接会場へ
●令和8年度第1回多摩市男女平等参画推進審議会
日 6月23日(火)午後5時～7時 場 TAMA女性センター活動交流室(ヴィータ) 定 6人 内 第4次多摩市女と男が

ともに生きる行動計画推進状況評価について他 日 1006310 平和・人権課 日 376)8311・日 339)0491

令和8年度第1回多摩市国民健康保険運営協議会

日 6月25日(木)午後1時30分～3時 場 市役所301会議室 定 3人 内 国民健康保険事業について 日 1019937 保険年金課 日 338)6824

TAMA女性センター市民運営委員会

日 6月26日(金)午前10時～11時30分 場 TAMA女性センター活動交流室(ヴィータ) 定 6人 内 男女平等参画の推進に向けた事業の立案・実施などについて 日 1006307 場 TAMA女性センター 日 355)2110・日 339)0491

その他

令和8年度第2回多摩市若者会議ワークショップ

若者会議から誕生したMichicafeの活用方法を考えます。
日 7月3日(金)午後7時～9時 場 パルテノン多摩会議室3・4 定 30人(申し込み先着順) 企画 合同会社MichiLab 日 1019901 申 日 7月3日(金)までに、公式ホームページのインターネット手続きで、企画課 日 338)6916へ



[第28号]

富士見町発！ すずらんだより

多摩市と友好都市である自然豊かな長野県富士見町。富士見町のイトコを、すずらんの香りにのせて、お届けしていきます！
今年度は友好都市提携40周年の記念の年です。両市町民が交流できる事業を行います。

日 1003285 文化・生涯学習推進課 日 338)6882

●「ワイン特区」富士見町

富士見町は、爽やかな気候と栽培に適した土壌を活用し、ワイン醸造に適したぶどうを栽培しています。また、富士見町を含む八ヶ岳西麓は、令和5年3月から国のワイン特区に指定されました。
現在、富士見町産ぶどう「甲州」のみで醸造された「甲州ブリュット」が発売されています。そして、富士見町産ぶどうを富士見町内で醸造するための醸造所の準備も進んでいます。
今後も、富士見町のワインから目が離せません。

「甲州ブリュット」▶

●今年もやります！富士見町2大リゾートキャンペーン

富士見町では、7月1日(水)から、多摩市民を対象とした富士見パノラマリゾートの Gondola 往復券や、富士見高原リゾートの天空カートまたは展望リフトをお得に利用できるキャンペーンが行われます。

富士見町に遊びに行く際にぜひご活用ください。
備考 詳細は、富士見町 日 https://www.town.fujimi.lg.jp/page/r8-2resortcampaign.html 参照



講座・催し物

日日時・日程・期間 場場所 対対象 定定員 ¥費用(記載のないものは無料) 内内容 備備考 申申し込み 問問い合わせ
 ID公式ホームページのトップページにある「広報ID検索」に7桁の数字を入力すると関連ページにアクセスできます

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
はたらく	サイバーセキュリティセミナー	日6月18日(木)午後2時～3時40分 場 関戸公民館	対中小・小規模事業者定50人(申し込み先着順)内サイバーセキュリティの必要性、近年流行しているサイバー犯罪手口・対策主催多摩市、多摩商工会議所、稲城市、稲城市商工会、多摩中央警察署申問6月10日(水)までに、インターネット手続きで、多摩商工会議所URLhttps://www.tamacci.or.jp/・☎(375)1211へ
	女性しごと応援キャラバン&個別相談会in多摩～これからの見通しを立てる～お金から考えるライフとキャリア①セミナー②相談	日7月2日(木)①午前10時～正午(9時30分開場)②午後0時15分～1時20分 場 関戸公民館大会議室	対働きたい女性定①40人②10人(いずれも申し込み先着順)内税や社会保障の扶養制度を理解しながら、収入や働き方の選択肢を考える保育10人[6カ月以上の未就学児。6月25日(木)正午までの申し込み先着順]ID1019918申問6月9日(火)午前9時から、インターネット手続きまたは電話で、女性しごと応援キャラバン運営事務局URLhttps://josei-caravan.jp・☎03(4550)0973へ
スポーツ	多摩市スポーツ推進委員協議会主催事業問スポーツ振興課☎(338)6954		
	ニュースポーツ体験教室	日6月21日(日)午前9時20分～11時30分場 総合体育館第2スポーツホール	対小学生以上の市内在住・在勤・在学者内ポッチャ、ネオテニス、モルック持ち物室内用運動靴、飲み物、タオル備運動できる服装でID1018413申当日直接会場へ
	ゴール後に梅雨期の風物詩“あじさい”観賞を楽しむノルディックウォーキング体験教室	日6月28日(日)午前9時30分～11時30分(9時15分受け付け) 場 集せいせき公園	対市内在住・在勤・在学者定25人(申し込み先着順)コース一ノ宮公園～多摩川・浅川合流点～ふれあい橋～京王線高幡不動駅(歩程約4.2km)持ち物帽子、タオル、飲み物、ひんやりグッズ備雨天中止。希望者はゴール後にあじさい観賞。運動できる靴と服装、両手の空くかばんで。ノルディックポールの無料貸し出しありID1011279申問6月5日(金)～26日(金)に、電話で、スポーツ振興課(当日は☎070(1591)6185)へ
	楽しく学んでフレイル予防ウォーキング&簡単筋トレ教室	日6月18日(木)午前10時30分～正午(10時受け付け) 場 南豊ヶ丘フィールド	対成人の方(高齢者向け)定25人(申し込み先着順)¥500円講師徳田由美子氏(800m元日本記録保持者)持ち物タオル、飲み物(水のみ)主催(一社)東京グリーンスポーツリンク備運動のできる靴(スパイク不可)と服装で申問6月16日(火)午後5時までに、インターネット手続きまたは電話で、南豊ヶ丘フィールドURLhttps://ws.formzu.net/fgen/S249917267/・☎(400)5487(午前10時～午後5時)へ
総合体育館第2期定期教室事業	日7月～9月 場 総合体育館	定14人～25人(申し込み先着順)¥教室により異なる内幼児・児童＝体育スクール、チアダンス、K-POPなど、大人＝ZUMBA、ピラティス、骨盤シェイプなど備詳細は、要問い合わせID1011366申問6月10日(水)午前9時から、費用を持参し、直接、総合体育館☎(374)2313・URLhttps://tama-sports.comへ	

多摩市

いきものギャラリー

©多摩市



このコーナーでは、市民の皆さんから投稿いただいた市内の動植物や、多摩市生きもの調査隊隊員がinaturalist(スマートフォンで生きものを撮影し投稿すると、種名・見つけた場所・日時などを記録できる無料の生きもの観察アプリ)に投稿した写真の一部をご紹介します。



▲ギンイチモンジセセリ(m_sato撮影)



▲コミズク(tamagreatt撮影)

皆さんの投稿をお待ちしています! ID野鳥=1004344、自然全般=1004335

市内動植物の把握とともに、市民の皆さんに市内の自然環境の豊かさを改めて知ってもらうため、市内の動植物の写真を募集しています。公式ホームページでは、これまで投稿された写真を見ることができます。

多摩市いきもの季節観測ID1004327

地球温暖化の影響で大きく変化している地球の気候の問題を考えるきっかけとして、季節ごとに特徴のある動植物や昆虫などの情報は「多摩市いきもの季節観測」へご投稿ください。

6月～8月ごろの対象種：アジサイの開花、カブトムシなど

多摩市生きもの調査隊の隊員募集をしています。詳細は、公式ホームページをご確認ください。問環境政策課☎(338)6831・FAX(338)6857

TOKYO VERDY シリーズ



多摩市に吹く緑の風

東京ヴェルディ・インフォメーションコーナー

No.70

4月5日、陸上競技場で、東京ヴェルディによる横浜FCとのトレーニングマッチが開催されました。春の穏やかな陽気の中、約900名の来場者が訪れ、選手たちのプレーに熱い視線を送っており、



©TOKYO VERDY

間近でトップレベルの選手の動きを感じられる機会となりました。試合終了後は、東京ヴェルディの選手によるファンサービスが行われ、サインを求める子どもたちや、写真撮影を楽しむ来場者に、選手たちは一人ひとりに丁寧に対応し、笑顔で交流を深めていました。選手と直接触れ合える時間は、子どもたちにとって忘れられない思い出となり、スポーツへの関心や憧れをより一層高める機会になりました。今後も市は、「スポーツを見る・する・応援する」という多様な関わり方を大切にしながら、地域とスポーツがともに発展するまちづくりを進めていきます。

●東京ヴェルディ

次回ホームゲーム 6月6日(土)午後4時キックオフ(2026明治安田J1百年構想リーグプレーオフラウンド第2戦)場味の素スタジアム備考試合・チケット購入などの詳細は、東京ヴェルディ公式サイトURLhttps://www.verdy.co.jp/ 参照問東京ヴェルディ☎03(3512)1969、市役所スポーツ振興課☎(338)6954

分類	名称	日時・場所	対象・定員・申し込み・問い合わせなど
暮らし	「耳をすませば」と「雫の住む街」パネル展	日6月14日(日)までの午前10時～午後8時 場 京王聖蹟桜ヶ丘SC AB館7階連絡ブリッジ	内「宮崎駿イメージボード全集 6 耳をすませば On Your Mark」に関連したパネル展示・書籍の特設コーナー設置など ID1020167 申当日直接会場へ 問 せいせき観光まちづくり会議 URL https://seiseki.tokyo/
	図書館連携企画展示「せかいにはじいろ～男女共同参画週間・多様な性と生～」	日6月30日(火)まで 場 中央図書館サテライトカウンター	内6月の男女共同参画週間とプライド月間に親子で読んでほしい本のパネルと書籍展示 ID1020113 申当日直接会場へ 問 TAMA女性センター ☎(355)2110・FAX(339)0491
文化	パルテノン多摩ミュージアム市民学芸員共同企画展「バスとまち 多摩丘陵北部～走った道、これからのカタチ～」	日6月5日(金)～11月9日(月)午前10時～午後5時30分 場 パルテノン多摩ミュージアム	内多摩ニュータウンとその周辺を走る路線バスについて多角的に紹介 備詳細は、パルテノン多摩 URL https://www.parthenon.or.jp/event/202606exhibition/ 参照 申当日直接会場へ 問 パルテノン多摩 ☎(375)1414
	TAMA女性センター登録団体活動紹介パネル展示	日6月10日(水)～17日(水)午前10時～午後5時 場 関戸公民館ギャラリー	内女性問題の解決・男女平等のための活動を目的としたTAMA女性センター登録団体の活動紹介 備休館日は除く ID1019932 問 TAMA女性センター ☎(355)2110・FAX(339)0491
健康・福祉	永山公民館サロンライトコンサート	日6月13日(土)午後3時～4時15分(2時45分開場) 場 永山公民館ベルブホール	対小学生以上 定130人(会場先着順) 出演 曲目 樑～こごうの巻～(箏曲)=ながらの春(菊岡桜校)ほか、グリル原田亨(ギター弾き語り)=赤い橋ほか ID1015949 申当日直接会場へ 問 永山公民館 ☎(337)6661
	「気軽に楽しむクラシックピアノコンサート」～雨上がりのきらめくメロディで心のリフレッシュ～	日6月27日(土)午後2時～3時50分(1時30分開場) 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階多目的フロア	定80人(会場先着順) ¥700円(中学生以下=300円、未就学児無料) 出演 唐木千咲氏(ドイツ音楽コンクール最高位、ザイラー国際コンクール奨励賞受賞) 曲目 プルグミュラー、ショパン他 ID1018654 申当日直接会場へ 問 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ ☎(356)0303
健康・福祉	親族後見人懇談会	日6月13日(土)午前10時30分～11時30分 場 消費生活センター講座室(ベルブ)	対市内在住または市内で活動している親族後見人、親族後見人として活動予定の方 定20人(申し込み先着順) 内活動について参加者同士で懇談、司法書士からのアドバイス 備司法書士がアドバイザーとして参加。詳細は、多摩市社会福祉協議会 URL https://tama-shakyo.jp 参照 申問6月11日(木)までに、電話またはインターネット手続きで、多摩市社会福祉協議会権利擁護センター ☎(373)5677・URL https://forms.gle/uCPRBGsCxzUqYEkB6 へ
	筋力アップで若返り講座	日6月20日(土)午後2時～4時(1時45分受け付け) 場 愛宕かえで館ホール	定25人(申し込み先着順) 内筋肉の簡単な説明と実技指導 講師 山田洋一氏(健康運動指導士) 持ち物 飲み物、タオル 主催 健康づくり推進員 備動きやすい服装で ID1019939 申問6月8日(月)午前9時から、電話で、健康推進課 ☎(376)9139へ
	総合体育館体力測定会	日6月21日(日)午後2時～4時 場 総合体育館第1スポーツホール	内血圧・体重測定、握力、10m障害物歩行、6分間歩行、血管年齢など 持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物など 備運動できる服装で ID1011366 申当日午後1時45分～3時40分に直接会場へ 問 総合体育館 ☎(374)2313
	「骨盤ケア講座」～骨盤から整える、呼吸とリラックス習慣～(全6回)	日7月9日・23日、8月13日・27日、9月10日・24日 各木曜日午前10時～11時20分 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ集会室	対おおむね18歳以上の女性 定15人(応募者多数の場合は抽選) ¥7,800円(全回分) 講師 末政めぐみ氏(骨盤ケアトレーナー) 備結果は応募者全員に通知。募集定員に満たない場合は中止の可能性あり ID1019943 申問6月18日(木)必着の、インターネット手続き・往復はがき往信欄裏面に講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入し郵送、または住所・氏名を記入した通常はがきを直接持参で、〒206-0032南野3-15-1 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階センター事務室管理係 ☎(356)0303・URL https://www.tama-fukushi.org/ へ
夏のボランティア体験2026	日7月18日(土)～8月31日(月) 場 市内・近隣の福祉施設、児童館、ボランティア団体施設など	対小学生以上(18歳未満は要保護者同意書) ¥350円(ボランティア保険代) 備申し込み方法などの詳細は、多摩市社会福祉協議会 URL https://tama-shakyo.jp/natsubo-ra2026 参照 申問 主催6月5日(金)午前9時から、電話またはインターネット手続きで、多摩ボランティア・市民活動支援センター ☎(373)6611へ	



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

SECOM セコムグループのシニアレジデンス

介護付有料老人ホーム **コンフォート ロイヤルライフ多摩**

四季の移ろいを感じながら自分らしく～これからの安心・快適がここに～

- 豊かな自然と街の利便性が融和する住環境
- 心ふれあうスタッフが日々の暮らしをサポート
- 万一の時にも救急指定病院が近接する安心感
- 安心と信頼のセコムグループが事業運営

「昼食付見学会」開催 6月13日(土)～28日(日)

●時間:午前11時～午後1時30分 ●定員:各日先着2組様 ●参加費:無料

※お車での送迎をご希望の方はお気軽にご相談ください。

セコムフォート多摩株式会社 0120-27-1461

UEKIYA KAKUMEI 植木屋革命

www.919g.co.jp

QG クイック・ガーデニング

庭木の 見積・出張費 無料! お手入れ 承ります

剪定 伐採 草むしり

三ツ星カットデザイナー ★★★★★ 石沢 昭一

0120-329-919 [受付] 9:00～18:00 土・日・祝日も受付(年末年始を除く)

株式会社クイック・ガーデニング 〒183-0016 東京都府中市八幡町 3-19-20 サンサティア TEL.042-330-5919

市政その他のお知らせ

多摩市ブロック塀撤去工事助成金を交付します

次の条件を全て満たすもの①市内に設置されている②避難路(道路)または避難所などに沿って設けられている③地上部分のすべてを撤去または路面からの高さを60cm以下に縮小する工事④耐震診断の結果、倒壊の危険があると判断されたもの⑤ブロック塀・万年塀・玉石塀・大谷石・レンガ造のいずれかに該当する⑥令和9年2月末日までに完了する工事交付額次のいずれかの最も少ない額①撤去する長さ(メートル)×25,000円②助

成対象工事に要する費用(税抜き)の80%③30万円(上限金額)定10件(申し込み先着順)備考要事前問い合わせID1011646回防災安全課☎(338)6802 ▲詳細はこちら

災害への備えは万全ですか？用品をあっせんします

あっせん期間令和9年3月31日(水)まで品目家具転倒防止用品、感震ブレーカー、消火器、アルファ化米、保水水、簡易トイレ、トイレ用脱臭剤、口腔ケア用品、避難セット、カセットコンロなど備考9月1日(火)～30日(水)に市役所1階ロビーで見本を展示。詳細は、市役所2階防災安全課ほか、各公共施設で配布のチラシ参照ID101555回防災安全課☎(338)6802

緊急地震速報の伝達訓練を実施します

6月17日(水)午前10時ごろ方法市内112カ所の防災行政無線から一斉に放送放送内容[チャイム]+「こちらは防災多摩です。ただ今から訓練放送を行います」、[緊急地震速報アラーム]+「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」×3回、「こちらは防災多摩です。これで訓練放送を終わります」+[チャイム]備考気象状況などにより訓練を中止する場合ありID1011782

●放送内容を確認できます

防災行政無線の音声は屋内などで聞き取りにくい場合は、放送内容を確認することができます(夕焼けチャ

イムなどの定時放送は除く)
 ●電話で確認する場合
 自動音声応答電話番号☎050(5433)9162で確認できます。
 ●インターネットで確認する場合
 放送内容確認専用サイトhttp://tama-city.site.ktaiwork.jp/で確認できます。なお、過去の放送内容も掲載されているため、日時をご確認ください。
 回防災安全課☎(338)6802

地籍調査に基づく登記が完了いたしました(和田・東寺方地区)

東京法務局により3月18日までに登記が完了しました。
 ID1005096回道路交通課☎(338)6860

市民のひろば

7月20日号の原稿受け付けは6月10日(水)～17日(水)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ID1005206

会員募集

※場所は、主な活動場所です
バイオレット(社交ダンス) 毎週月曜日13:15～15:45場多摩永山中学校クラブハウス対どなたでも¥入会金(100円)、1回(200円)備考自由練習サークル。詳細は電話かショートメッセージでお問い合わせください回☎070(8345)0317近藤

筋力向上体操同好会 毎週火曜日9:30～12:00場二幸産業・NSP健康福祉プラザ多目的フロア対どなたでも¥入会金(500円)、月会費(2,500円)備考介護予防のため筋力向上体操で体力アップをめざす回☎090(2537)5644高橋

社交ダンス舞ルビー 毎週火曜日13:00～15:00場市民活動・交流センター音楽活動室2対初心者から初中級くらいまでの方¥入会金(無料)、月会費(2,000円)備考定年後の体力維持と健康にぜひ体験してください回☎090(1777)5049吉田

演歌の会 第1・3火曜日13:00～16:40場愛宕かえで館音楽室対男性¥入会金(無料)、1回(300円)備考若干名希望。待ってます回☎090(8026)7832ナガシマ

有朋テニスクラブ 毎週火・木曜日10:00～16:00、土曜日(不定期)12:00～16:00場多摩東公園テニスコート対50歳以上の市内・近隣在住者¥入会金(3,000円)、年会費(12,000円)備考無料体験できます。気軽に来てください回☎090(6134)0936岡野稔

スマイル(社交ダンス) 毎週木曜日9:

45～11:45場多摩永山中学校クラブハウス対初級～中級¥入会金(1,000円)、月会費(3,000円)備考ダンスの正しい形を追求し、健康で美しい体の線を作る！回☎(374)0505三宅

TAMAスケッチ同好会 毎月第2・4土曜日9:30～12:30場多摩市周辺の景観地(真夏・真冬は公民館などの室内)対市内・近隣在住者¥入会金(無料)、月会費(1,000円)備考6月4日(木)～9日(火)は京王聖蹟桜ヶ丘SC展示スペースAB館5階ブリッジギャラリーにて作品展を開催回shi.fumio30@gmail.com篠崎文雄

岳精会永山詩吟の会 土曜日(月2回)13:15～16:00場永山公民館創作室、消費生活センター(ベルブ)対年齢問わず初心者大歓迎¥入会金(1,000円)、月会費(3,000円)備考無料体験。見学大歓迎。詩吟は俳句、短歌も吟じます回☎090(7946)0300藤村

卓球 天狗クラブ 毎週日曜日13:00～16:00場東落合小学校多目的ホール対運動・おしゃべり好きの方¥入会金(500円)、月会費(150円)備考初心者でも安心です回☎090(6040)5516畑中

多摩スマイル吹奏楽団 毎週日曜日18:00～21:00場永山公民館音楽室ほか対吹奏楽をしたい方¥入会金(無料)備考月会費(社会人2,000円、大学生1,500円、高校生1,000円)。初心者・ブランクのある方大歓迎です回tamasma2525@gmail.com鈴木

阿波おどり 東京たま桜 毎週日曜日19:00～20:30場関・一つむぎ館対子ども～大人の初心者¥入会金(無料)、月会費(1,000円)備考未経験OK!楽しく踊ろう。はじめてでも大歓迎です!太鼓・篠笛・三味線に興味ある方も大歓迎!回☎080(1203)4703片岡道子

たちばなの会 日曜日(月2回)場永山公民館集会所など対小学生～大学生¥入会金(無料)、月会費(無料)備考日本舞踊・三味線の教室。初年度無料。見学可回tanzerin.1218@gmail.com

催し案内

陶芸作品「陶志朗」展示会 6/6(土)13:00～17:00・7(日)10:00～15:00場貝取こぶし館2階会議室¥無料回陶志朗☎080(5674)7911影山忠雄

多摩スイングジャズオーケストラ定期演奏会 6/6(土)15:00(14:15開場)場関戸公民館ヴィータホール¥500円備考第16回レギュラーコンサート。全席自由。小学生以下無料回多摩スイングジャズオーケストラfranchise.swing.11@gmail.com黒澤佑介

光墨会作品展 水墨画 6/11(木)～14(日)10:00～17:00(初日は13:00から。最終日は16:00まで)場永山公民館ギャラリー¥無料回光墨会☎(374)9047藤田

春季市民囲碁大会 6/14(日)11:40場関戸公民館8階¥1,000円回多摩市囲碁連盟☎(373)0228ナガタケ

22周年241回うたごえランド 6/14(日)14:30～16:00場永山公民館ベルブホール¥1,000円備考ゲスト=藤沼哲朗氏(カンツォーネ歌手)回うたごえランド☎(371)7397石橋

講演会～カモフラージュする発達障害 6/20(土)14:00～15:30場消費生活センター講座室(ベルブ)¥無料備考「見えない困りごとに気づく」講師=申ももこ氏(当事者、支援者)。要申し込み回多摩社会福祉士会☎080(5373)8146永田

令和8年度中央大学第21回市民講演会 6/21(日)14:00～15:30(13:30開場)場パルテノン多摩第1会議室¥無料備考キャッシュレス世界の新しい方向性。講師=近廣准教授回多摩白門会☎(355)7098富澤

スポーツウエルネス吹矢前期初心者教室 6/22・29、7/6・13各月曜日13:00～15:00場総合体育館第1会議室¥各100円備考腹式呼吸を使いどなたでもできる健康スポーツ回多摩市スポーツウエルネス吹矢協会☎090(5329)5987小池

13:30、相談会=6/24(水)11:30・15:00・16:00場関戸公民館¥無料回終活健幸サポート多摩☎090(8089)7578

ママたちの合唱サークルSirenコンサート 6/27(土)14:00(13:30開場)場関戸公民館ヴィータホール¥無料備考0歳から入場可。ブログ・Instagramもご覧ください回ママたちの合唱サークルSiren回siren.go2.song@gmail.com鈴木

フルーツとピアノのティータイムコンサート 6/28(日)14:45～16:00場永山公民館ベルブホール¥多摩市民無料備考一般500円(当日受け付け)。曲目=パンの笛、アルルの女メヌエット他回ブーケドトーン☎080(8890)5933町田

ファミリーコンサート2026 7/5(日)13:30～16:00場八王子市南大沢文化会館主ホール¥無料備考市内で活動している吹奏楽による楽しいコンサートです回多摩ウィンドフィルハーモニーオーケストラ回info@twpo.org

第53回多摩市合唱祭 7/12(日)9:30～16:30場パルテノン多摩大ホール¥無料備考市内の31の合唱団が歌います。ぜひお越しください回多摩市合唱団体連絡会回awatsu@ymail.ne.jp粟津

クラシックコンサート 聖蹟桜ヶ丘音楽の会 7/12(日)13:30～16:00場関戸公民館ヴィータホール¥3,000円備考3歳から大人まで楽しめます!子供割あり。お申し込みはメールで回聖蹟桜ヶ丘音楽の会回seiseikiongaku@gmail.com喜多

フランス語カフェカラーカ 7/21(火)までの毎週火曜日17:00～18:30場カラーカ(豊ヶ丘4-2-5-107)¥各1,000円備考歌・映画・料理で楽しく学びましょう!誰でも参加OK回カラーカフランス語教室回koizumi-kouta@ed.tmu.ac.jp小泉幸太

第2回ジュニアソフトテニス教室 7/26(日)10:00～12:00[予備日8/2(日)]場多摩永山中学校テニスコート¥無料回多摩市ソフトテニス連盟回hidemaru.i@gmail.com丸山



第122回多摩センター健康セミナー「将来の楽しみをあきらめない！～見てわかる糖尿病治療をめざして～」

日 6月19日(金)午後1時～2時(0時30分開場) 場 ココリア多摩センターココリアホール 定 50人(会場先着順) 内 ①薬剤師はパートナー～目標に向かって二人三脚～②糖尿病診療のチェックポイント③見たから変わった～私とリプレの出会い～講師①寺田武司氏(南多摩薬剤師会薬剤師)②中村弘之氏(中村内科医院院長)③森本友紀恵氏(クリニックみらい立川栄養士)、三浦由起子氏(龍生堂薬局薬剤師) 共催 多摩センター地区連絡協

議会、多摩市医師会、多摩市 当日直接会場へ 健康セミナー事務局 (311)2250

第1回多摩南部地域病院公開講座「胃がん検診と治療～内視鏡センター見学ツアー～」

日 6月20日(土)午前10時～11時30分(9時30分開場) 場 多摩南部地域病院第2会議室(中沢2-1-2) 定 40人(申し込み先着順) 講師 相原永子氏(多摩南部地域病院内視鏡科医師) 日 6月6日(土)から、インターネット手続きまたは電話で、多摩南部地域病院市民公開講座担当 https://www.tmh.jp/tamanan/news/event_news/tamashi-event0620.html (338)5111(平日午後1時～4時)

申し込みはこちら▶

ちょうどいいを見つけよう！あなたのBMIはどれくらい？

朝から体がだるい・肌が荒れやすい・集中力が続かないなどの不調はありませんか？ 原因はエネルギー不足かもしれません。BMI(体重(kg)÷身長(m)²で求める体格指数)は普通体重が18.5以上25.0未満とされていますが、日本の女性は先進国の中でも低体重の割合が高いとされています。エネルギー不足が続くと、基礎代謝の低下・骨粗鬆症の可能性上昇・不妊の可能性や未来の赤ちゃんへの影響など、さまざまな問題が出てきます。普段から、バランスの良い食事・規則正しい睡眠・適度な運動を心がけ、ちょうどいい体を作りましょう！ やせに潜む健康リスクについてはこちら▶

「からだ気くばりメニュー店」のご紹介

「からだ気くばりメニュー店」とは、皆さんの健康づくりに役立つ野菜たっぷりのメニューや栄養バランス・減塩に配慮したメニューを提供しているお店のことです。備考 市内の「からだ気くばりメニュー店MAP」は、健康センター・多摩センター駅出張所・南多摩保健所で配布している他、南多摩保健所 https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/shisetsu/jigyosyo/hokenjyo/minamitama/topics/yasai に掲載 日 1002858 南多摩保健所保健栄養担当 (371)7661



受診相談(救急相談、医療機関案内) 日 1002731

- 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

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
6/7日	江崎小児クリニック	落合3-20-2	(376)5225
6/14日	聖ヶ丘病院	連光寺2-69-6	(338)8111

こども準夜診療所(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 日 (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 日 (376)8009

訪問歯科診療を知っていますか？

「入れ歯が合わなくて困っているけど、通院できない」「介護をしているけど、口腔ケアがうまくできない」などの悩みを抱える方へ、通院しなくても歯科診療を受けられる方法をご紹介します。

日 1002830 健康推進課(健康センター) ☎(376)9149・☎(371)1235

訪問歯科診療とは

通院困難な方を対象に、歯科医師などが自宅や施設に訪問することで、慣れた環境で歯科診療を受けられます。通院できずに諦めていた治療を受けることで、お口の痛みや不快感が軽減され、食欲や栄養状態の改善、感染症予防などにもつながります。市では、このような訪問歯科診療を実施している歯医者さんの紹介を行っています。利用できるか判断が難しい方や歯医者さんをお探しの方は、健康推進課までご相談ください。

訪問歯科診療ができること

- 診療
 - 健診
 - むし歯や歯周病の治療
 - 入れ歯の作製・修理 など
- 口腔ケア
 - 歯や粘膜についた汚れや歯石の除去
 - 家族や介助者への口腔ケアの指導
- 口腔リハビリテーション
 - 口腔機能の維持・向上のためのお口の体操
 - 唾液腺マッサージ
 - 発音訓練 など

よくある質問とアドバイス

Q1. ベッドから動くことができません。治療してもらうことはできますか？

A1. 無理のない範囲で治療を行うことができます。聞きたいことがある場合は、訪問当日までにまとめておきましょう。

Q2. 胃ろうや経管栄養の場合、口腔ケアはしなくてもいいですか？

A2. 口腔ケアは必要です。口から食事ができなくても、お口の中は汚れます。食べることや話すことができないと、唾液の分泌が減り、汚れを洗い流せません。「歯だけ」でなく、「舌や唇、頬などのお口全体」もきれいにしましょう。お口をきれいに保つことで、誤嚥性肺炎の予防にもつながります。

どんな人が利用できるの？

高齢者や障がいのある方、けがなどで歯科医院へ通院することが困難な方が対象です。子どもから高齢者まで幅広い世代の方が利用できます。

保険診療で受けられるの？

保険診療で受けられますが、診療所から訪問先まで半径16km以内の範囲が対象です。

知って、備えて、 浸水に強いまちへ

近年の気候変動に伴い豪雨災害が頻発する中、多摩地域でも市街化が進み、森林など浸透能力の高い土地が減少している傾向があります。

浸水の危険性を正しく理解し、一人ひとりが取り組むことで、浸水災害リスクの低減につながります。

その具体的な対策として有効なのが、「雨水貯留槽」の設置です。市では購入費を助成していますので、この機会にぜひ導入をご検討ください。



事前に知る

大雨による浸水の危険性を
確認しましょう
～雨水出水浸水想定区域を
指定しました～

雨水出水浸水想定区域は、想定し得る最大規模の降雨時に、下水道や水路などの排水施設が雨水を処理しきれなかったり、川の水面が上昇して雨水を排水できなかったりすることで、市街地に水があふれる「内水氾濫」が予想される区域のことです。

市では、令和8年3月1日に多摩市雨水出水浸水想定区域を指定しました。

お住まいの地域や職場など、よく利用する場所の浸水の危険性を事前に確認して、日頃の備えや大雨の際の安全な避難行動にご活用ください。

閲覧場所 市役所 2階防災安全課 1010
19694 防災安全課 ☎(338)6802



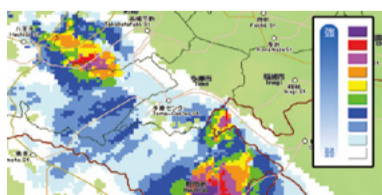
▲詳細はこちら



東京アメッシュで降雨状況を確認しましょう！

東京アメッシュは東京都下水道局が提供する降雨情報サイトです。お住まいの地域の降雨情報がリアルタイムで確認できますので、ぜひご活用ください。

東京都下水道局流域下水道本部技術部計画課 ☎042(527)4828



▲東京アメッシュのイメージ



豪雨に備えて

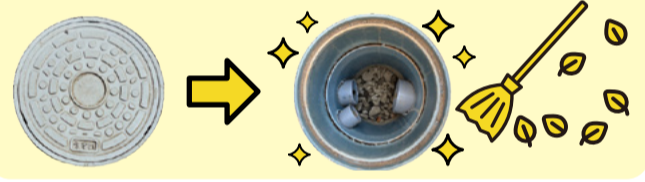
側溝・水路にごみを捨てないでください ～6月は浸水対策強化月間です～

雨水ますや側溝・水路がふさがっていると、雨水が雨水管に流れ込まず、浸水の危険性が高まります。ごみを捨てたり、上に物を置いたりしないようにしましょう。



雨水浸透ますを定期的に清掃しましょう

市では、宅地などの開発に合わせて、雨水を地中に染み込ませるための雨水浸透ますの整備を原則とし、設置を進めています。雨水浸透ますの効果が最大限に発揮できるように、定期的に蓋を開け、落ち葉や泥が溜まっている場合は除去しましょう。



雨水貯留槽を設置しませんか？ ～購入費を助成しています～

市では雨水貯留槽を設置された方へ、購入費の一部補助を行っています。ぜひご活用ください。



●浸水対策だけじゃない！ 雨水貯留槽を設置するメリット

浸水災害リスクを低減するだけでなく、雨水を有効利用することができます。

- ・植木への水やり
- ・車の洗浄
- ・掃除用水



●対象

以下のすべてを満たす方・事業所

- ①市内に住所を有する個人および市内に所在する団
体で、市内に所有する家屋などに市販の雨水貯留
槽を設置した
- ②雨水貯留槽を設置し、同一年度内に申請を行った
- ③市税などを滞納していない

●補助限度額など

補助対象の貯留槽	補助限度額	備考
1基当たりの容量が100リットル以上の雨水貯留槽	30,000円(本体購入価格(消費税・運搬費および設置費などを除く)の1/2)	建物(集合住宅については1戸)当たり2基まで
1基当たりの容量が500リットル以上でトイレ洗浄水に利用する大型雨水貯留槽	100,000円	トイレ洗浄水として利用した場合は下水道料金の徴収対象。自己負担で雨水計測用メータなどを設置する必要あり

備考申請から交付まで1カ月程度 1002428 雨水貯留槽を購入・設置後、補助金交付申請書・雨水貯留槽の購入を証明する領収書(製品名・本体価格および税率・購入日が明記されているもの)・設置状況を写した写真・雨水貯留槽の構造が分かる取扱説明書の写しなど、借家・集合住宅などの場合は家主・管理組合など当該家屋を管理する者の同意書を、直接持参で、市役所第二庁舎1階下水道課へ



詳細はこちら▶

1002436 下水道課 ☎(338)6842

