



水と緑と学びのまち
タマ
多摩区
シンボルマーク

2026(令和8)年 1月1日発行

発行
多摩区役所
〒214-8570
多摩区登戸1775-1

総合案内 ☎ 044-935-3113

1
月号

多摩区・3大学トピックス

専修大学は学内におけるSDGsに対する関心を高める取り組みのほか、多摩区が実施する「SDGs多摩区こども研究発表会」の審査員を務めるなど、地域と協力しSDGsの取り組みの普及啓発および達成を目指しています。

「帰る場所」から「過ごす場所」になる“まち”。
地域の活動を聞いて、見て、イメージして。
ここから始まる、あなたの“まち”時間。



令和7年度 地ケアフォーラム
地域活動マッチングイベント

地域つながり! たまたまみつけ!

2月11日 水・祝

13時半～15時半(開場13時15分)
多摩市民館3階大会議室ほか

詳細は区HPで

問 区役所地域ケア推進課
☎ 044-935-3241 FAX 044-935-3276参加無料
申し込み不要途中入退場
自由

第1部 イントロダクション・体験談トーク(13時半～14時)

過去の同イベントをきっかけに地域活動を始めた先輩が登壇。活動との出会いから現在までの歩みを等身大の言葉で話します。



別日で開催! 百聞は一見に如かず! ちょこっと活動見学!

「少し興味が出たので雰囲気を見てみたい」「一人で見学は心細い」という人向けにイベント以後、3月末までに出展団体の活動の様子を見学できる機会を設けます!
※参加申し込みは2月11日のイベント内で受け付けます。見学可能な団体の詳細は会場で。



ウォーキングコースの下見に同行の様子

第2部 活動団体ブース巡り(14時～15時半)

区内で活動する団体がブースを設け、取り組みを紹介します。

参加団体のジャンル

※団体名などの詳細は区HPで。

- ・ウォーキング活動
- ・認知症カフェ
- ・老人クラブ
- ・スポーツウエルネス吹矢
- ・地域カフェ
- ・認知症啓発活動
- ・屋内外で体操
- ・教育
- ・見守り
- ・SDGsのまちづくり
- ・多世代交流
- ・絵本の読み聞かせ
- ・園芸活動
- ・こども食堂
- ・障害者支援
- ・ボランティア相談
- ・生涯学習情報紹介
- ・活動支援
- ・生涯学習情報紹介
- ・活動支援

第2部で複数のブースを回った人にオリジナルマグカップをプレゼント!

限定
100個

※画像はイメージです。

多摩区スポーツフェスタを開催します

体を動かすきっかけづくりとして、約20種類のスポーツを気軽に体験できます。

体験可能種目

- ・ダブルダッチ
- ・モルック
- ・バドミントン
- ・卓球
- ・野球教室
- ・アーチェリー
- など



過去開催の様子

日時 3月8日(日)10時~16時(9時半から開会式・過去世界大会3連覇のチームによるダブルダッチパフォーマンス)

場所 多摩スポーツセンターほか

申し込みが必要な種目は2月25日17時までに申し込みフォームで。[抽選]

問 区役所地域振興課 ☎044-935-3133 FAX 044-935-3391

※その他の種目、申し込みの有無や実施時間など詳細は区HPで。



区HP

同日開催! 防災フェア&安全・安心フェスタ

- ◆防災に役立つ情報の紹介
- ◆防犯に関するブース
- ◆自転車交通安全教室

4月から自転車の交通違反に対して反則金が科されます。自転車のルールについて一から学び直しましょう。



区HP

日時 2月11日(祝)10時~13時

場所 区役所

問 区役所危機管理担当

防災フェアについて ☎044-935-3146 FAX 044-935-3391

安全・安心フェスタについて ☎044-935-3135 FAX 044-935-3391

区のお知らせ掲示板

申し込み方法は市版6面参照

区役所危機管理担当

問 ☎044-935-3146 FAX 044-935-3391

多摩区総合防災訓練を実施します

避難所開設訓練の他、地震体験車、土のう作製・積み上げ体験 ブースなど。詳細は区HPで。①1月31日(土)9時~12時 稲田小学校。



区役所地域振興課

〒214-8570多摩区登戸1775-1
問 ☎044-935-3118 FAX 044-935-3391

フラワーアレンジメント講習会

「花いっぱい運動」のつどいとして、フラワーデザイナーを招き、講習会を開催。②2月26日(木)14時~16時 区役所内在住60人 ￥1,500円 申込1月30日(必着)までに往復ハガキで。[抽選]



ひなた山ぼっこ祭り

①1月18日(日)10時~13時(受け付け9時半)。雨天中止。日向山の森(東生田緑地) ￥300円(中学生以下無料)問 日向山うるわし会(齊藤) ☎090-7948-7864(9時~18時)。

「長沢の里巡り」ガイドツアー

生田駅から諏訪社、盛源寺など長沢地区の史跡や寺社を巡る約6キロのコース。聖マリアンナ医大入口(バス停)解散②2月18日(火)9時~12時。荒天中止。生田駅改札前集合 30人 ￥300円 申込1月13日~23日15時(必着)に申し込みフォーム、往復ハガキで。[抽選]



申し込みフォーム

稲城市・多摩区 ふれあい「あるくマップ」ウォーキング

ジャイアンツタウンスタジアム周辺を巡ります。②2月15日(日)8時半~12時。雨天中止。京王よみうりランド駅集合。※当日は動きやすい服装でタオル・飲み物持参。

ホームゲーム区民招待

①NECレッドロケッツ川崎(群馬グ

リーンウイングス戦)②

川崎ブレイブサンダース

(琉球ゴールデンキングス 戦)①は2月28日(土)14時5分、3月1日(日)13時5分②は2月7日(土)、8日(日)15時5分いずれも東急

ドレッセとどろきアリーナ

区内在住①は各100人

②は各20人 申込①は2月1日②は1月20日までに申し込みフォームで。[抽選]



①の申し込みフォーム



②の申し込みフォーム

区役所地域ケア推進課

申込 ☎044-935-3241 FAX 044-935-3276

献血に御協力を

献血バスによる献血を実施します。

①2月4日(火)9時15分~11時半、13時~16時 区役所1階アトリウム。

子ども子育て講演会~「生まれてくれてありがとう」を届けよう~

講師・西野博之氏(認定NPO法人フリースペースたまりば理事長)による「子どもの居場所」をテーマとした講演会。②2月3日(火)10時~12時(開場9時45分)多摩市民館 100人 申込1月15日 10時から区HP、直接、電話で。[先着順]



多摩図書館

問 ☎044-935-3400 FAX 044-935-3399

大人のためのおはなし会

読み聞かせや朗読とは異なるストーリーテリングの会。読み手が覚えた昔話や民話を語ります。①1月24日(土)10時半~12時(10時開場)同多摩市民館第1会議室 15歳以上、当日先着45人。

多摩市民館

申込 ☎044-935-3333 FAX 044-935-3398

生涯学習交流集会「あそこも、ここも、publicパブリック」

自主講座の企画運営団体やボランティア団体の活動発表や交流の場。[公共]を育むことをテーマに意見交換もします。②1月31日(土)13時45分~16時15分 同館大会議室。

災害からの復興や備えを学ぶ講座

白洲次郎と東日本大震災との意外

多摩SDC通信Vol.25

イベントボランティア募集!

皆さんの参加お待ちしております!



多摩SDCでは、地元の若者が中心となって、子どもの楽しみや保護者の交流にもなる取り組みを実施しており、一緒に活動してくれる仲間を募集しています。ぜひ私たちと一緒に、地域の賑わい創出をしてみませんか。



多摩SDC HP

①ドッジボール講座

日時 2月1日(日)9時~12時半 場所 西生田中学校

②登戸・たまがわうんどうかい

日時 2月15日(日)9時半~15時半 場所 登戸地区多摩川河川敷(小田急線高架下付近・登戸駅徒歩5分)

※詳細は多摩SDC HPで。

問 ボランティアの参加申し込みは電話、メールで多摩SDC

☎044-281-4422(平日10時~16時) toiwase@tama-sdc.com

問 区役所企画課 ☎044-935-3147 FAX 044-935-3391

多摩SDCでは地域で活動する団体などの支援を行っています!

この他にも、地域で一緒に活動するスタッフを募集しています!

詳細は多摩SDCまで

な関係や旧白洲邸武相荘見学、仙台市天文台の特別番組鑑賞も。②2月26日(木)、3月5日(木)14時~16時、7日(土)15時~18時 同館



ほか 20人 申込1月15日



10時から区HP、直接、電話で。[先着順]

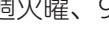
多摩老人福祉センター

申込 ☎044-935-2941 FAX 044-933-5024

文学講座 源氏物語の世界と紫式部の生きた時代 ふたたび

②2月10日~24日の毎週火曜、9時半~11時半、全3回 同センター

60歳以上20人 ￥100円 申込1月15日



9時から直接、電話で。[先着順]

電子レンジで作る簡単料理教室

①2月18日(火)②2月25日(火)いずれも9時半~11時半 同センター

①は60歳以上男性 ②は60歳以上女性、各8人 ￥800円 申込1月30日16時までに85円ハガキを持参し直接。[抽選]

ボクシングエアロ

一緒に有酸素運動をしませんか

③3月13日(金)11時~12時 同センター

60歳以上25人 申込2月2日9時から直接、電話で。[先着順]

多摩区社会福祉協議会

問 ☎044-935-5500 FAX 044-911-8119

多摩区社会福祉大会を開催

地域福祉に貢献した人を表彰する

記念式典と映画「九十歳。何がめでたい」を上映。③3月6日(金)13時半~16時(13時開場、映画上映からの入場は不可)多摩市民館 当日先着900人。※車いすでの来場、記念式典で手話通訳・要約筆記が必要な場合は2月6日までに同協議会へ連絡。映画に日本語字幕はありません。

市緑化センター

申込 ☎044-911-2177 FAX 044-922-5599

各種講習会のお知らせ

①ハーブのせっけんづくり②クリスマスローズの育て方 ①は2月11日(祝)②は2月15日(火)いずれも13時半~15時半 同センター 各24人 ￥①1,000円 ②は2,000円 ③は13時半~15時半 同センター 各24人 ①は1月23日 ②は1月27日、いずれも9時から電話で。[先着順]

消防局救急課

申込 ☎044-223-2627 FAX 044-223-2619

普通救命講習

心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の取り扱い方法の講義と実習。受講者には終了証を交付。③3月4日(火)9時~12時 多摩消防署 中学生以上30人 ￥800円 申込2月5日9時から申し込みフォーム、電話で。[先着順]



申し込みフォーム