

広報 東京都

TOKYO METROPOLITAN GOVERNMENT NEWS

1月



特集の 見どころ

見つけよう多摩の魅力

多摩モノレールに
乗って出かけよう



タマ&フレンズ
©Sony Creative Products Inc.



東京都知事

小池百合子

明けましておめでとうございます。
新しい時代と切り拓き、変化と挑戦の一年が
始まります。大胆な発想で変革に挑み、
活力みなぎる東京と共に創り上げてまいります。
皆様にとって幸多き年となりますよう、
お祈り申し上げます。

令和七年 元日

都市×自然 見つけよう 多摩の魅力



多摩基礎知識

- 30の市町村から構成
- 面積は東京都全体の約半分
- 人口は都人口の約3分の1 (約430万人)



住

人との関わりを大切に
一緒に暮らしていく

都心とのアクセスは良好で、仕事や遊びで都心へ行くのにとっても便利です。充実した子育て・教育環境や、地域の人たちとの交流も魅力の一つです。

自然

都心部から近い場所に
いながら自然に癒やされる

野山や川など、豊かな自然がたくさんあり、アクティビティも充実。日帰りで行ける気軽さは多摩地域だからこそ。宿泊施設を活用してのんびり過ごすことも。

- JR線
- 京王線
- 小田急線
- 西武新宿線
- 西武池袋線
- 多摩モノレール



多摩地域って
こんなところ

「自然」「住まい」「食べ物」に
注目し、移住された方に各地域の
魅力を語っていただきました。

食

みずみずしい野菜や
果物で味覚からも四季を感じる

農業や畜産業が盛んに行われています。直売所や道の駅には、旬の野菜や多摩で採れた新鮮な卵など、多摩産の食材がずらり。



自然

地域の宝を守り、伝えていきたい

高水 健さん

あきる野市



——あきる野市の魅力はどこですか？

豊かな自然と秋川沿いの美しい渓谷、そして都心部へのアクセスが良いことです。僕はここが地元でもあるので、子供の頃から渓谷や川で遊んでいました。それが原体験となっているところもあり、この里山景観の揃った自然エリアが好きなんです。大人になって都心でサラリーマンをしてみましたけど都会の空気が合わず、あきる野市に戻り起業しました。現在、「自然人村」という渓流沿いのキャンプ場や、「ドームキッチン キャンパス」という地産食材にこだわったレストランなど複数の事業を展開しています。

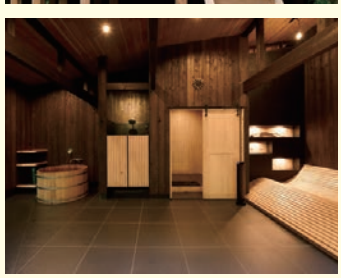
——事業内容も自然に関するものが多いですね。

自然は癒やしや安らぎなど、他の手段では得られない良い影響を与えてくれます。そもそも自然は人間のルーツであると思っていて、作物や水、生活必需品の材料、あらゆるものが自然の中から生まれており、僕たちの生活とは切っても切り離せない。そんな自然の価値や大切さを発信していきたいと思い、仕事に取り組んでいます。高齢化が進んでいる現実があり経営的な課題はありますが、先人たちが大切にしてきたあじさいの名所「南沢あじさい山」などをしっかり引き継いで

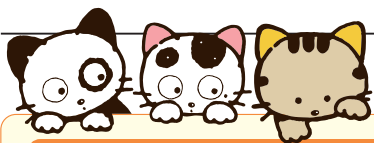
いきたいですね。自分たちの活動が地域と密接に繋がっていることを実感する時が一番嬉しいです。

——実際に自然を体験できる場所を提供されていますが、訪れた人にどう過ごしてもらいたいですか？

僕の施設に限らずですが、あきる野市に来た方にはぜひたくさん時間を味わっていただきたいと思っています。神秘的な景色や地元の食材を使ったご飯、都心では味わえない体験を通し、日々の疲れを癒やすだけでなく価値観を広げてクリエイティブな感覚を持ち帰っていただけたら嬉しいです。距離的にも気軽に足を延ばせる場所だと思うので、リフレッシュしたい時はお気軽に。ちなみに秋川渓谷は鮎の名産地。苔を食べて育った鮎特有の香りや味が最高なので、あきる野市に来た際にはぜひ味わってください。



「自然人村」には多摩産材を使った宿泊施設やサウナも



住

子育ても、仕事も、
背伸びすることなく自然体で

栗栖 佳代さん

東大和市



——実際に住んで感じた多摩エリア、東大和市の魅力は？

東大和市に家を購入したのですが、温かい人が多いのと、背伸びすることなく自然体でいられるのが魅力です。多摩モノレールに乗れば10分くらいで立川市に行けるので、買い物もしやすいですし、緑も多い。少し歩けばカブトムシが捕れるような自然の中で、幼い子供の子育てができたのは恵まれていましたね。また狭山公園や東大和南公園など大きな公園もあり、さまざまな世代の人が集まって交流の場になっているのも良かったです。今は子供も大きくなり、サッカーをやっているのですが、試合で都心に行くのも、アクセスがいいので不便さは感じていないようです。私も月に数回都心に行きますが、アウトプットは地元で、インプットは都心でという生活ができています。あとは、多摩の野菜は本当に美味しい。

——経営されている「クリカ食堂」でも使っていますか？

はい、冬に販売するネギ味噌クリームチーズというベーグルに、市内の契約農家さんから仕入れたネギを使っています。美味しくてみずみずしい新鮮な野菜が買えるのは、健康的ですし食卓が豊かになるので、これも多摩エリアの良さの一つですね。今後も多摩で少しでも多くの人々と関わりながら暮らしていきたいです。



今の仕事を継続しながら、
住環境を変えられる

清田 直博さん

檜原村



——檜原村の住み心地はいかがですか？

すごく良いです。移住前は世田谷に住んでいたのですが、子供を自然の中で育てたいという思いと、でも都心の仕事も続けたいと思っていた時にご縁があったのが檜原村でした。多摩の魅力は、都心部の人間関係や仕事を継続しながら住環境を大きく変えられる、東京のいいところ取りができるところでしょうか。

——お住まいにもこだわりがあるのですか？

広い敷地の古民家に住みたいという思いがあり、定住促進空き家活用事業なども活用し、空き家を購入・改修しました。築100年以上で独特の暗さがあったので、天井も壁も床もすべて抜いて大きなワンルームにしたら、2階のサッシから光が入ってすごく明るくなりました。床を土間にしたこととで段差がなくなり、子供が走り回って遊べるので良かったです。僕は、縁側で四季を感じる時間が好きです。改修に当たった補助金制度にはとても助けられました。

——檜原村ではどのようなお仕事、活動をしていますか？

滞在型のコワーキングスペースを運営しています。都心からのテレワークやワーケーションの受け皿となる場所としてだけでなく、地元の人との交流を通して、人と情報が集まる場所になればと始めました。利用者の中には移住を決めた方もいます。地域交流ワーケーション体験ツアーなども行っていますので、ぜひ足を運んで地域の皆さんと実際に交流してみてください。



食

目標は30年後も畑を残すこと
「ミズとうきょう農業」としても活動

梅村 桂さん

日野市



——なぜ多摩エリアで農業を始めたのですか？

以前地方で農業に関わっていた時は、収穫してからお客様のところに届くまで1～2週間くらいかかることもあり、鮮度が落ちてしまうことが悩みでした。そこで、より消費地に近い場所で農業を始めたいと思い、独立を決意したんです。複数の候補地を比較するなかで、実家があり慣れ親しんだ土地である日野市で「ネイバースファーム」を始めました。ここは、私もお気に入りの遊歩道やサイクリングロードが近くにあるので散歩をしている人が多く、日常的にコミュニケーションがとれるところが気に入っています。

——日野市で農業を続けていて良かったことは？

ボランティアさんが毎日来てくださって、地域の方と一緒に農作業ができること。また、5～6年前に初めて野菜を収穫した時、畑の前にテーブルを設置して現地販売をしたのですが、近所の方がたくさん買いに来てくださいました。応援していただいていることを実感できて嬉しかったです。旬の野菜を直接手に取ってもらい、一番美味しい採れたての状態で食べていただく。この距離の近さが、まさに理想だったんです。私自身も一消費者として多摩産の食材をよく買いますが、

野菜はもちろん果物も本当にみずみずしくて美味しいんです。機会があったらぜひ食べてみてください。

——特にオススメの野菜や果物がありますか？

日野は梨も有名ですし、トマトがすごくオススメです。特にファーストトマトは今流行の甘いトマトではなく、少しとんがった形の昔ながら品種で、先輩方が愛情を込めて育てています。別の設備が必要なので私のところでは作っていないのですが、農家さんも減少傾向にあるのでいつか継承したいですね。

——いつか継承したいという話が出ましたが、今後の目標は？

30年後もこの畑を残すことです。個人的に、畑は町の風景の一角を担うと思っています。春になったら菜の花が咲いて、夏には初夏に植付けした作物が青々と育ち、旬がくれば色づいて畑を彩る。そういった変化から四季を感じるだけでも生活が豊かになって、野菜もより一層美味しく感じられると思います。東京でこんな日々を過ごせるのは多摩エリアの大きな魅力だと思うので、そういう景色を守っていききたいですね。



東京の農業をPRする若手リーダー「ミズとうきょう農業」



今号の
表紙



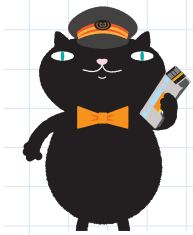
タマ 「うちのタマ知りませんか？」という猫捜しのポスターでお馴染みの岡本家の猫。3丁目在住。



たまらんにゃ～ 多摩の魅力を発信する公式キャラクター。多摩の「たまらんネタ」収集が好き。



タマオ 多摩モノレールPR担当として沿線の魅力を発信中。トレードマークはオレンジの蝶ネクタイ。



多摩モノレールに乗って出かけよう!



8 上北台

親子でお出かけ!

絶景を楽しむ



1 多摩動物公園で動物と触れ合う

多摩動物公園

《中央大学・明星大学 ● 程久保》

多摩丘陵の地形を生かした広い園内で、約300種の動物が伸び伸びと暮らす様子を観察することができます。一年を通してチョウが舞う姿を見ることができる昆虫生態園が、これからの寒い季節にはオススメ。



■「多摩動物公園駅」より徒歩1分。㊟(㊟㊟の場合は翌日)休園。

2 新選組のふるさと歴史館で歴史を学ぶ

高幡不動

《程久保 ● 万願寺》

土方歳三や井上源三郎の出身地であり、土方歳三と近藤勇が出会ったとされる日野市にある資料館。新選組や甲州街道の宿場町「日野宿」などに関する貴重な資料が展示されています。



■「高幡不動駅」から京王バス(日野駅行き)「日野七小入口」下車、徒歩5分。㊟(㊟㊟の場合は翌日)休館。

3 国営昭和記念公園で自然に触れる

立川北

《立川南 ● 高松》

総面積180haにもおよぶ国営公園で、一年を通して自然を感じることができます。毎週火曜日に自然観察ツアーを開催中。その他にも、子供から大人まで楽しめるイベントを多数実施しています。



みんなの原っぱから見た富士山

■「立川北駅」より徒歩8分。1月の第3㊟から㊟休園。

4 国立極地研究所南極・北極科学館で知る

高松

《立川北 ● 立飛》

南極や北極の観測、研究などを行う国立極地研究所の広報展示施設。オーロラシアターでは美しいオーロラを鑑賞することも。1月18日まで「変わりゆく永久凍土の世界」の企画展示を実施中。



KD604大型雪上車

■「高松駅」より徒歩10分。㊟㊟㊟・第3㊟休館。

5 ダイヤモンド富士

万願寺～柴崎体育館

《高幡不動 ● 立川南》

富士山の山頂部と太陽が重なり、まるでダイヤモンドのように輝くことから「ダイヤモンド富士」と呼ばれています。この区間では、ホームから富士山を見ることができます。



その他の場所でも眺望可。詳細はこちら▶



6 北川原公園(グラウンド)

万願寺

《高幡不動 ● 甲州街道》

東京都の下水処理場「浅川水再生センター」の屋上に作られた芝生の公園。開放感があり、多摩モノレールや富士山の姿を眺めることができます。



■「万願寺駅」より徒歩10分。

7 上水小橋

玉川上水

《砂川七番 ● 桜街道》

玉川上水のすぐそばまで下りられるように作られた橋。緑が生い茂るなかで清流を身近に感じることができます。自然観察や散策を楽しめます。



■「玉川上水駅」より徒歩10分。

8 村山下貯水池取水塔

上北台

《桜街道 ● 上北台》

多摩湖にあるドーム屋根とレンガ造りの壁が特徴の取水塔。多摩湖はその美しさから「ダム湖百選」に選ばれており、澄み切った湖と取水塔、奥多摩の豊かな自然は絶景です。



■「上北台駅」からちょこバス(外回り)「多摩湖堤防下」下車、徒歩8分。

最新の情報はホームページをご確認ください。

多摩モノレール延伸計画進行中

多摩都市モノレールは多摩センター駅を起点とし、終点の上北台駅まで多摩地域を縦断する約16kmの路線。今回の計画では上北台駅がある東大和市から、武蔵村山市内を通過してJR箱根ヶ崎駅がある西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎まで延ばし、その区間には7つの駅(駅名は仮称)を整備する予定です。

2030年代半ばの開業を目指しています!



たまモノこどもワンデーパス発売中!

購入当日に限り、多摩モノレール全駅を自由に乗り降りできる小学生用の乗車券を全駅で発売。通常の小児一日乗車券より250円お得! 多摩モノレールを使ったお出かけにお役立てください。

発売期間 1月31日まで

金額 小児 200円

詳細はこちら↓



My TOKYO 都の情報をテーマごとに
わかりやすく発信中！



Tokyo 支援 都民・事業者向け
支援情報を簡単検索！



東京 動画 東京の「いま」がわかる
都公式動画チャンネル



「闇バイト」は仕事でなく

犯罪です！

いわゆる「闇バイト」が関係した強盗事件等が各地で相次いでいます。「闇バイト」に応募して犯罪に加担すれば必ず逮捕されます。

そのアルバイト

関わっては
ダメです

ご家庭などでも話し合い、
細心の注意を払ってください。

闇バイトに関わらないためのポイント

- 1 疑 う 「高額収入」「ホワイト案件」等と書かれた求人はまず疑う！
- 2 調べる インターネット等で正規の求人かをしっかり確認！
- 3 相談する 家族や友人等へまずは相談。一人で決めない・悩まないが鉄則！

「闇バイト」は、先輩や友人など身近な人による誘いや強要により関わってしまうケースもあります。勇気をもって断りましょう。

万が一関わって
しまった場合

最寄りの警察署か警視庁総合相談センター
☎ #9110へ必ず相談してください。

お問い合わせ

生活文化スポーツ局治安対策課 ☎03-5388-2279

特殊詐欺加害防止 特設サイト



お知らせ

物価高騰対策 臨時くらし応援事業

- 不在等で商品券を受け取れなかった場合
再配達を受け付けは1月31日13時まで。期限までにコールセンターにご連絡を。

- 電子ポイントの受け取りについて

受け取り期限は2月28日まで。申し込み(6年12月31日で受付終了)から1カ月程度で専用HPのマイページから受け取れます。操作に時間がかかる場合があるため、早めにアクセスしてください。ログインには対象世帯識別番号が必要です。分からない時はコールセンターにご連絡ください。

☎ 同 コールセンター ☎03-6700-8720(9時～18時)

新型コロナウイルスワクチンの 定期接種を実施中

3月31日まで。65歳以上の方(心臓等の機能に一定の障害がある場合は60歳以上)を対象に、区市町村で定期接種を実施しています。早めの接種をご検討ください。

☎ 区市町村か保健医療局感染症対策部 ☎03-5320-4397

2025年農林業センサス 〈調査期日2月1日〉

5年ごとに農林業関係者を対象に調査を実施します。1月中旬～2月下旬に身分証携帯の調査員が伺いますので、調査へのご理解とご協力をお願いします。

☎ 総務局産業統計課 ☎03-5388-2291

1月26日は文化財防火デー

災害等から文化財を守るため、火気の適正な管理や地震時における出火防止対策の促進など、文化財に対する防火防災体制の充実・強化を推進しています。

「火災を想定した消防演技」を1月下旬、護国寺(文京区)で行います。日時等詳細はHPで。

☎ 東京消防庁広報課 ☎03-3212-2111 (内線2315)

女性のための悩み相談 「女性はーとふるLINE@東京」

都内在住の18歳以上の女性を対象に、配偶者からのDVなど、さまざまな相談に応じるLINE相談を開始しました。お気軽にご相談ください。平日14時～20時(年末年始除く)。

☎ 東京都女性相談支援センター ☎03-5261-3911



LINEアカウント

1月～3月は若者の悪質商法 被害防止キャンペーン期間

最近の若者を狙う悪質商法では、SNS等を悪用した巧妙な手口が増えています。困った時は一人で悩まず、すぐにお近くの消費生活センターへご相談ください。

- 特別相談「若者のトラブル110番」
3月10日・11日9時～17時

相談専用電話 ☎03-3235-1155

- 消費者ホットライン ☎188

☎ 消費生活総合センター ☎03-3235-1157

1月は固定資産税(償却資産)の 申告月です

1月1日現在、23区内に償却資産を所有している方は、申告が必要です。1月31日までに、資産が所在する区の都税事務所に申告してください。申告には郵送や電子申告(eLTAX)を利用する等、窓口の混雑緩和にご協力をお願いします。

☎ 主税局償却資産班 ☎03-5388-3014

点字で納税通知書の内容を お知らせします

新たにご希望の方は、2月28日までに住所・氏名・電話・税金の種類を、主税局相談広報班 ☎03-5388-2925までご連絡ください。7年度分から点字のお知らせを同封します。

自動車を30台以上 使用していませんか？

環境への負荷低減を目的として、都内(島しょ除く)で30台以上自動車を使用している事業者は、自動車環境管理計画書

と実績報告書の提出が義務付けられています。様式等詳細はHPで。

☎ 環境局自動車環境課 ☎03-5388-3526

都議会提供テレビ番組

「トウキョウもっと！²元気計画研究所」1月26日19時～20時(再放送は2月1日14時～15時)、TOKYO MXで。司会／東貴博さん(タレント)。「もっと東京の水産業の魅力を知ってもらうために！」をテーマに有識者と都議会議員が討論。

☎ 議会局広報課 ☎03-5320-7124

はたちの献血キャンペーン 1月1日～2月28日

冬は風邪やインフルエンザの流行などで献血者数が減少しがちです。「はたち」の若い世代をはじめ、都民の皆さんの献血へのご協力をお願いします。

☎ 保健医療局疾病対策課 ☎03-5320-4506

募 集

都市計画審議会の傍聴者

2月6日13時30分、都庁で。抽選で15人。申込／1月15日(消印)までに往復はがき(1人1枚・重複申込不可)に住所・氏名・電話・傍聴希望と書き、〒163-8001東京都都市整備局都市計画課(☎03-5388-3225)へ。審議案件は同課がHPで。

下水道モニター

資格／7年4月1日現在、18歳以上の方(公務員・同モニターの経験者・島しょ在住者を除く)で、HP閲覧とメールの送受信ができる方。1,000人程度。内容／アンケートの回答など。謝礼有。任期／4月1日から1年間。申込／1月7日10時～2月28日17時にHPで。

☎ 下水道局広報サービス課 ☎03-5320-6511

TOKYO YOUTH HEALTHCARE 10代からの健康・医療サイト

10代の子供・若者(ユース)を対象に、知っているようで知らない思春期のヘルスケア情報や、性や体、心の悩み・不安の解消に役立つ情報を発信しています。

お問い合わせ 子供政策連携室企画調整課 ☎03-5388-3812



消 防 団 員 募 集

～あなたの力が地域を守る！

消防団は、火事や地震、風水害などが起こった時に、地域の安心・安全を守っています。入団資格は、都内在住・在勤・在学の18歳以上の健康な方。会社員・自営業・学生・主夫・主婦など、さまざまな方が消防団員として活動しています。

身分・待遇

非常勤(特別職)の地方公務員です。一定の年額報酬のほか、災害や訓練に出動した際にも手当等が支給されます。

入団希望の方はHPから登録してください。

お問い合わせ

〈23区に在住の方〉
東京消防庁消防団課 ☎03-3212-2111(内線4126)
〈市町村に在住の方〉総務局防災戦略課 ☎03-5388-2457



「募集」の続き

「(次期)東京都スポーツ推進総合計画」中間まとめへの意見

計画の閲覧／[HP](#)か都民情報ルームで。応募／1月24日までに[HP](#)で。

[問](#) 生活文化スポーツ局スポーツ総合推進部 ☎03-5388-2219

都民住宅(東京都施行型)入居者

中堅所得者層のファミリー向け住宅、30団地の使用料を6年12月から引き下げ(2,600円～16,600円)。対象／2人以上の家族で、世帯の所得金額が一定基準内などの要件を満たす方。募集住戸／対象団地の中から入居可能な住戸で随時受付。初期費用／礼金・仲介手数料・更新料なし、保証金有。申込は[HP](#)で先着順。[問](#) JKK東京 都営住宅募集センター ☎03-3498-8894(平日9時～18時)

働く

ライフ・ワーク・バランス EXPO東京

2月6日10時～18時、新宿住友ビル三角広場およびオンラインで。ライフ・ワーク・バランスの推進に向け、働き方改革等に先駆的に取り組む経営者による講演やパネルディスカッションなどを開催。男性育業の促進に関する「男性育業フォーラム」も実施。来場・視聴には[HP](#)で登録が必要。

[問](#) 産業労働局労働環境課 ☎03-5320-4649

私らしく働く合同就職面接会

2月6日・7日・8日10時～17時(二部制)、新宿住友ホールで。正規雇用への転換・就業を希望する女性等と、家庭や仕事の両立に関し優れた取り組みを実

職員採用

東京都職員 (①海技②無線通信Ⅱ類、Ⅲ類)

人数／①4人程度②2人程度。勤務先／総務局小笠原支庁。採用／①4月1日以降(原則、合格発表の翌月1日)②4月1日。

催し

羽田みんなのみらい 水素エネルギー展

2月1日・2日10時～17時(2日は16時まで)、東京国際空港(羽田空港)第2ターミナル、HANEDA INNOVATION CITYで。水素エネルギーについて楽しく学び、水素で変わる羽田エリアの未来を体感できるイベント。ゲスト／ボンボンTV(マルチ系クリエイター)など。来場し、アンケートに回答いただいた方に、タンブラーをプレゼント(数量限定)。1月31日は事業者向

中学校夜間学級生徒

対象／都内在住か在勤で、15歳以上の方などの要件有。

募集校(★印は日本語学級併設校)

★墨田区立文花中学校 ☎03-3617-1562

大田区立糀谷中学校 ☎03-3741-4340

★世田谷区立三宿中学校 ☎03-3424-5255

荒川区立第九中学校 ☎03-3892-4177

★足立区立第四中学校 ☎03-3887-1466

★葛飾区立双葉中学校 ☎03-3602-7979

★江戸川区立小松川中学校 ☎03-3684-0745

八王子市立第五中学校 ☎042-642-1635か ☎042-620-7339(八王子市教育委員会)

[問](#) 各学校(教育委員会)か教育庁義務教育課 ☎03-5320-6752

施している企業との就職面接会。キャリアアレンジセミナーや就活用写真撮影コーナー、キャリアカウンセラーによる個別相談コーナーなど。託児サービス有(要予約)。申込は[HP](#)で。

[問](#) 産業労働局就業推進課 ☎03-5320-4708

保育士試験(前期)

試験／筆記：4月19日・20日、実技：6月29日。受験手数料／12,700円(筆記試験・実技試験すべて免除の場合は、2,400円。振込手数料等別)。申込／1月29日(消印)までに[HP](#)(17時まで)か郵送で。「受験申請の手引き(郵送申請用)」を請求される方は保育士試験事務センター[HP](#)をご確認ください。

[問](#) 福祉局保育支援課 ☎03-5320-4130



東京都LINE公式スタンプ配布中！

都の重要なお知らせやイベント等のお得な情報など、都政情報をいち早くお届けする「都LINE公式アカウント」をより多くの方に利用してもらうため、人気キャラクター「ガチャピン・ムック」とコラボしたスタンプを作成しました！

興味・関心に合わせた情報を配信

「防災」「くらし・住まい」「子供・教育」「文化・芸術」など19のカテゴリーの中から欲しい情報を設定することで、自分に合った情報を入手できます。

災害時に必要な防災情報を配信

Lアラート(災害情報共有システム)との連携により、防災情報をプッシュ配信。

16種の「江戸のお仕事」を解説！



[お問い合わせ](#) 政策企画局戦略広報課 ☎03-5388-3078

別支援学校の理数好きの小学生が自分で決めたテーマについて深く研究した成果の中から、選ばれた66作品を展示。11日・12日・25日・26日には、各会場で代表児童による口頭発表も実施。

[問](#) 教育庁義務教育指導課 ☎03-5320-6841

特別支援学校総合文化祭

「書道作品展」1月30日～2月4日9時～17時(4日は15時まで)、都庁都政ギャラリーで。

[問](#) 教育庁特別支援教育指導課 ☎03-5320-6868

パラスポーツ参加体験型イベント「チャレスポ! TOKYO」

2月11日10時～17時、東京体育館で。障害のある人もない人も楽しめるパラスポーツの体験・展示、ゲストによる競技体験やステージイベントなどを実施。

[問](#) 同運営事務局 ☎03-4400-0893(平日10時～17時)か生活文化スポーツ局パラスポーツ課 ☎03-5388-2882



「パラスポーツフォーラム」に金メダリストが登壇！

2月16日13時～17時30分、TOC有明(江東区)およびオンラインで。会場は抽選で200人。パラスポーツ支援活動を後押しするイベント。パラアスリートの上地結衣選手やデファスリートの山田真樹

選手らのトークセッションなど。申込／1月31日までに[HP](#)で。

[問](#) 同運営事務局 ☎03-6915-8003(平日10時～17時)か生活文化スポーツ局パラスポーツ課 ☎03-5320-6286

参加・体験・感動！ふれあいこどもまつり

①2月22日、狛江エコルマホール②3月1日・2日、多摩市立関戸公民館③3月8日・9日、ひの煉瓦ホール(日野市)④3月15日・16日・22日・23日、亀戸文化センター(江東区)で。舞台公演／ミュージカル、演劇、人形劇、コンサートなど(1,500円～2,500円)。ワークショップ／声優、マジック体験、人形づくりなど(1,000円～2,000円)。申込は[HP](#)で。[問](#) 同実行委員会事務局(児演協内) ☎03-5909-3064か東京芸術劇場 ☎03-5391-2116

障害者のためのふれあいコンサート

3月1日14時～16時、文京シビックホールで。抽選で1,300人。〈第1部〉cobaさん(アコーディオン)、〈第2部〉東京都交響楽団。申込／1月31日(消印)までに[HP](#)か往復はがき、ファクスに代表者の住所・氏名・電話・人数(うち障害者数・障害の種類・車椅子使用者数・客席への移乗の可否・ヒアリングループ希望者数等)を書き、日本チャリティ協会(〒160-0022新宿区新宿1-18-12-3階) ☎03-3359-7964へ。

[問](#) 同協会 ☎03-3341-0803か福祉局障害者施策推進部 ☎03-5320-4147、☎03-5388-1413

東京都提供
テレビ番組

東京サイト
(テレビ朝日 月～金13時45分～)

東京交差点 ONE MOMENT
(テレビ東京 月21時54分～)

東京GOOD！TREASURE MAP
(テレビ東京 月21時54分～)

東京インフォメーション
(TOKYO MX 月～金7時15分～)

監査により安全性の確保などを改善

監査委員は、都の行財政が正しく無駄なく運営されているか監査し、問題点を指摘して各局に改善を求めています。6年12月、101件が改善済みとなったとの公表を行いました。

主な改善事例

石綿障害予防規則が改正され、施行日(5年10月1日)以降の契約で建築物等の石綿分析調査を委託する場合は、有資格者に行わせる必要がありましたが、資格要件が仕様書に示されていませんでした。

石綿障害予防規則への適切な対応について通知文を発出し、分析調査等の従事者の資格要件、適正な仕様書の記載例等について周知しました。加えて、その他事業の関係法令の改正についても改めて確認するよう周知し、再発防止を図りました。

お問い合わせ 監査事務局総務課 ☎03-5320-7017



学 ぶ

視覚・聴覚障害者対象の講座・教室

視覚障害／①「音楽教室」1月17日13時～15時30分。②「教養講座」1月26日13時30分～16時。聴覚障害／③「文章教室」1月8日～29日の毎週13時30分～16時。各日40人。いずれも東京都障害者福祉会館で。④「コミュニケーション教室」1月25日～2月8日、オンラインで。⑤「社会教養講座」2月3日までオンラインで。申込／①～③は開催日前の平日17時までに①電話で東京都盲人福祉協会☎03-3208-9001②HPで電話で教育庁生涯学習課☎03-5320-6859③HPで電話、ファクスで東京都聴覚障害者連盟☎03-5464-6055、FAX03-5464-6057④は1月16日までにHPでファクスで東京都中途失聴・難聴者協会FAX03-5919-2563⑤は教育庁生涯学習課HPへ。
問 教育庁生涯学習課☎03-5320-6859

老年学・老年医学公開講座

「健康寿命を延ばすための生活習慣病管理」。1月24日13時15分～16時、板橋区立文化会館で。当日先着1,200人。
問 東京都健康長寿医療センター☎03-3964-1141

都民向け東京iCDCフォーラム

「災害時に健康と生命を守るための感染症対策」。2月1日13時30分～16時、都庁大会議場およびオンラインで。会場

は抽選で300人。感染症の専門家と武田真一さん(フリーアナウンサー)らによる講演、防災関連用品の展示コーナーなど。
申込／1月31日17時までにHPで。
問 同運営事務局☎050-4560-4707か保健医療局調査・分析課☎03-5320-4542

東京都立病院機構講演会「フレイル予防トピックス」

2月9日14時～16時15分、東京都医師会館(千代田区)で。抽選で200人。人生100年時代、健康寿命を延ばすために大切なフレイル予防について学ぶ。申込／1月27日までにHPで所定の申込書(HPで入手)をファクスで講演会事務局FAX03-6264-0569へ。
問 同事務局☎03-6264-0577か同機構☎03-5320-5812

東京ブリッジサポーター講習会

2月21日13時30分～16時30分、東京都道路整備保全公社で。都内在住・在勤の方、抽選で30人。道路や橋の異変を早期発見・通報することで、安全を保つための仕組みを学ぶ。申込／1月31日までにHPで。
問 同公社☎03-5381-3351

北足立市場「旬を迎える野菜の選び方」といちごの話」

2月22日10時～12時。小学生以上(小学生は保護者同伴)、抽選で15組(1組2人まで)。いちごの食べ比べやおいしい野菜の選び方を学ぶ。申込／2月2日までに

冬の「都民半額観劇会」

申 込

1月14日(消印)までに、はがき(料金85円・往復はがき不可)に①希望公演番号(1枚1公演有効)②人数(2人まで)③郵便番号・住所④氏名⑤年齢⑥電話を書き、〒104-0061中央区銀座5-1-7-6階 都民劇場「都民半額観劇会事務局」へ。抽選で5,750人。

入場券の送付

当選者には、1月31日ごろ(公演番号1～6)、2月26日ごろ(公演番号7～14)、3月13日ごろ(公演番号15～23)に当選通知兼コンビニ専用払込票をお送りします。送金確認後、入場券を郵送します。落選者には通知しませんのでご了承ください。

劇場名・料金(席数)	演 目	公演番号	日 時	
歌舞伎座 9,500円(800席)	三月大歌舞伎	1	3月5日	11時
		2	3月6日	16時
明治座 8,000円(400席)	屋根の上のヴァイオリン弾き	3	3月11日	18時
		4	3月13日	18時
シアタークリエ 7,250円(300席)	ボニー & クライド	5	3月17日	13時
		6	3月21日	13時
歌舞伎座 9,500円(800席)	四月大歌舞伎	7	4月7日	11時
		8	4月8日	16時
日生劇場 8,000円(600席)	ウェイトレス	9	4月11日	18時
		10	4月15日	18時
明治座 8,500円(200席)	1789 ーバステューユの恋人たちー	11	4月14日	13時
		12	4月23日	13時
東京建物プリリアホール 8,000円(1,000席)	フランケンシュタイン	13	4月15日	18時
		14	4月16日	13時
歌舞伎座 12,000円(200席)	八代目 尾上菊五郎襲名披露 六代目 尾上菊之助襲名披露 五月大歌舞伎	15	5月7日	11時
		16	5月8日	16時
新橋演舞場 6,750円(400席)	反乱のボヤージュ	17	5月12日	11時30分
		18	5月13日	16時
シアター1010 5,000円(300席)	5月文楽公演 第一部、第二部 (主催:国立劇場)	19	5月12日	11時(一部)
		20	5月13日	15時15分(二部)
シアター1010 3,000円(150席)	5月文楽公演 第三部 (主催:国立劇場)	21	5月14日	19時(三部)
東京建物プリリアホール 8,000円(600席)	ダンス オブ ヴァンパイア	22	5月15日	18時
		23	5月21日	18時

※料金はいずれも半額後の入場料金+取扱手数料500円(入場券1枚当たり)の金額。ほかに送金手数料176円および入場券郵送料110円が必要

お問い合わせ

都民劇場 都民半額観劇会事務局 ☎03-3572-4343
東京芸術劇場 ☎03-5391-2111
日本演劇興行協会 ☎03-3561-3977
生活文化スポーツ局文化事業課 ☎03-5000-7231

演目詳細



HPで。

問 同市場☎03-3857-7181

都立新宿山吹高等学校生涯学習講座

スポーツ・教養・芸術など全15講座。期間／4月から1年間(約30回)平日に実施。

対象／都内在住・在勤・在学の15歳以上の方(中学生を除く)。定員／各講座20人程度。応募多数の場合抽選。費用／3,480円(保険・教材費等別途)。申込／1月22日までにHPで。

問 同校☎03-5261-9771

「知事への提言」 都政に対する 提言・意見・要望等	手紙・はがきで	〒163-8001 「都民の声総合窓口」	ホームページで
	ファクスで	FAX 03-5388-1233	
	電話で	☎03-5320-7725 月～金 9時～17時	

都庁の代表電話 ☎03-5321-1111

都庁総合ホームページ

<https://www.metro.tokyo.lg.jp/>



発行元: 東京都政策企画局戦略広報部戦略広報課
〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1
TEL 03-5388-3093
FAX 03-5388-1329

広報東京都

検索



- 「広報東京都」は新聞折り込みでのお届けのほか、区市町村の窓口・図書館や都の施設・都営地下鉄等にも置いています。
- 点字版・音声版もありますので、お知り合いで希望する方がいらっしゃいましたら☎03-5388-3093へ。

※本紙に記載の会社名・製品名は、一般に各社の商標・登録商標です

聴覚障害者向け電話代理支援

HPから、手話・筆談等で都庁・都事業所(警視庁・東京消防庁は除く)へ問い合わせができます。



TokyoTokyo

東京ブランドの発信

世帯と人口

■ 757万785世帯
■ 人口1,420万2,541人(男:696万7,530人 女:723万5,011人)
*参考:外国人数 71万7,604人
6年11月1日現在の推計

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

R100

古紙/カルパ配合率100%再生紙を使用しています。
石油系溶剤を含まないインキを使用しています。

印刷物規格表第1類 印刷番号(6)18



多摩で迎える 新しい一年



長い歴史のある多摩エリア。初詣に行ったり、
美味しい多摩産食材を味わったり、多摩で素敵な一年を始めましょう。

正月の風物詩！ 縁日屋台也大賑わい

大國魂神社

武蔵国の守り神として大國魂大神おおくにたまのおおかみを祀っている神社。大神は出雲のまつ大國主神と御同神で、福神、縁結び、厄除け・厄払いの神として著名な神様です。元旦の午前0時から太鼓の音で悪疫を退散させる初太鼓打初式祭、歳旦祭、1月2日は海幸山幸祭が執り行われます。



■京王線「府中駅」より徒歩5分／ JR武蔵野線・南武線「府中本町駅」より徒歩5分

初詣の後は登山道にある茶屋で一休み

高尾山薬王院有喜寺

薬王院は、霊山として、また行楽地として昔から親しまれている高尾山にある寺院。大本堂に祀られている「飯縄大権現」いすなだいこんげんを本尊とし、その眷属とされる天狗の像をあちこちで見ることができる。初日の出を迎える迎光祭、新年初詣大護摩供などが執り行われます。



■京王高尾線「高尾山口駅」から徒歩3分の「清滝駅」から高尾登山電鉄ケーブルカーに乗りし「高尾山駅」より徒歩20分。

美味しい多摩産食材に出会える！直売所や道の駅に行ってみよう



ファーマーズセンター みの一れ立川

立川をはじめとする多摩地域の農畜産物や加工品を中心に取り揃えています。入ってすぐのコーナーには旬の野菜や果物が並び、市内産の豚肉や卵、立川の観光推奨品や姉妹都市である長野県大町市の物産も購入できます。屋内のカフェでは東京牛乳を使用したソフトクリームなどの軽食が楽しめ、屋外の芝生広場では季節ごとにお祭りやマルシェを開催しています。

■JR「立川駅」北口から「大山団地折返場」「東中神駅」または「東中神駅入口行き」のバスで「砂川五差路」下車、徒歩3分。 ※12月31日～1月4日休業



道の駅 八王子滝山

東京唯一の道の駅。広々とした店内には、八王子で栽培された野菜や果物、畜産物など東京の恵みが集まります。花や苗、総菜なども取り扱うほか、八王子周辺の人気のお土産も購入可能。時期によっては物産展が開かれ、全国各地の特産品に出会うことができます。食事処ではパスタやそばなどの食事ができるほか、テイクアウトでジェラートも味わえます。

■京王線「京王八王子駅」から④番乗り場のバスで、JR「八王子駅」から⑫番乗り場のバスで、「道の駅八王子滝山入口」下車、徒歩3分。

もっと知りたい多摩の魅力！

多摩の魅力発信プロジェクト

たま発！

多摩30市町村と連携し、多摩の魅力を発信しています。スポット紹介や各地域のイベント特集など、さまざまな視点から多摩の情報を掲載しています。

詳細は
こちら↓



東京の多摩と島の観光サイト

TAMASHIMA

多摩だけでなく、大島や八丈島など東京にある島々も紹介しています。インフルエンサーの魅力体験レポートなど、思わず行きたくなるような動画コンテンツが充実。

詳細は
こちら↓



東京多摩島しょ移住定住相談窓口

専属の相談員が移住を希望する方の相談内容に応じて、きめ細かく対応を行っています。



相談窓口



移住定住ポータルサイト

■JR有楽町駅前 東京交通会館8階
☎080-8719-4073(固 図除く。年始は1月7日から)

一人ひとりと生きるまち。



東京都