

協議会Webサイト

「たまるくナビ」のご案内



圏域5市の魅力を紹介する「たまるくめぐり」や広域の施設利用、イベント情報などを掲載しています。スマートフォンで見やすくなりました。

「たまるくナビ」  
[tama6]で検索!

<https://www.tama6.jp/>



協議会について

新しいページです。  
是非ご覧ください。



- 協議会について
- 多摩六都とは
- 協議会の取組み
- 多摩六都広域連携プラン
- 協議会ニュースのバックナンバー

広域の施設



スポーツ



図書館

イベント



多摩六都フェア  
スポーツイベント  
アニメスタンプラリー

たまるくめぐり

散歩コース

特産品

みどころ

みどり

文化・体験

歴史

昔話

人気の散歩コースや、みどころの地図を見ながら、いろいろな場所を訪ねてください!

スポーツ施設の相互利用

多摩六都では、2006年(平成18年)から屋内体育施設の個人開放に限り、相互利用を行っています。小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市に在住・在勤・在学の方は、市民と同じように利用できます。

○相互利用を行っている屋内体育施設は、9施設です。

○利用方法・料金、個人開放の曜日や時間帯は、各市・各施設で異なります。

各施設のホームページ等でご確認ください。

施設へのリンク  
はこちらから▶

たまるくナビ  
スポーツ施設



小平市民総合体育館

マシントレーニング、水泳、卓球、バドミントン、バスケットボール、弓道 など  
鷹の台駅から徒歩3分

秋山公園卓球室

卓球  
秋山駅南口から徒歩3分



東京ドームスポーツセンター東久留米

マシントレーニング、水泳、卓球、バドミントン、バスケットボール、弓道 など  
東久留米駅東口から徒歩15分

西東京市スポーツセンター

マシントレーニング、ランニング、水泳、卓球、バドミントン、バスケットボール、バレーボール  
保谷駅・田無駅から西武バス  
ひばりヶ丘駅・東伏見駅から はなバス「保谷庁舎」下車

西東京市総合体育館

マシントレーニング、卓球、バドミントン、バスケットボール  
田無駅南口から徒歩15分、はなバス「市民公園前」下車

西東京市南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」

卓球、バドミントン、バスケットボール、ソフトバレーボール など  
田無駅南口から徒歩4分

清瀬市民体育館

(月1回)卓球、バドミントン  
清瀬駅北口から西武バス「台団地」下車

清瀬市しあわせ未来センター  
フィットネスルーム

マシントレーニング、ストレッチ  
清瀬駅北口から西武バス「宮の台団地」、  
「清瀬市役所」下車



多摩六都図書館ガイド

多摩六都では、1991年(平成3年)から市立図書館の広域利用を行っています。小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市にお住まいの方は、5市すべての図書館で、本や雑誌などを借りることができます。

借りるには

- 5市の図書館で使える多摩六都・共通利用カードを発行しています。図書館に住所・氏名を確認できるものをお持ちになって、登録してください。(利用する市の図書館で、それぞれ登録が必要です。)
- 貸出冊数などのサービス内容は、各市で異なります。利用する図書館にお問い合わせください。



たまるくナビ  
多摩六都  
図書館ガイド



宿泊施設の相互利用

多摩六都では、管外宿泊施設の相互利用を行っています。雄大な自然を満喫し、思い出のひとつを過ごしてみたいですか。

ご利用の際は、各市のホームページ等をご確認ください。

東村山市白州山の家(山梨県北杜市)  
清瀬市立科山荘(長野県北佐久郡立科町)



多摩北部都市広域行政圏のスポーツイベント

多摩六都の5つの市では、その市の市民だけでなく、皆さまに楽しんでいただけるスポーツイベントを実施しています。お気軽にご参加ください!



ドッチビー



ユニカール



キンボール

**小平市 ニュースポーツデー**  
ポッチャ・ユニカール・キンボールなど、毎回内容を変えています。

日程 5月、3月  
場所 小平市民総合体育館  
参加方法 当日会場へ 問合せ 小平市文化スポーツ課  
TEL042-346-9612

東村山市 ポッチャ教室

初心者から経験者まで、レベルに合わせて優しく指導します。

日程 毎月2回 場所 東村山市民スポーツセンター  
参加方法 当日会場へ(定員60名) ※5市に在住・在勤・在学の方のみ  
問合せ 市民スポーツセンター TEL042-393-9222

清瀬市 ニュースポーツ体験会

ポッチャ・フラバール・スポーツリバーシ・ドッチビーなど、年齢を問わず楽しめます。

日程 4月、6月、9月、11月、1月 場所 清瀬市立市民体育館(下宿地域市民センター)  
参加方法 当日会場へ  
問合せ 清瀬市生涯学習スポーツ課 TEL042-497-1816

東久留米市 ニュースポーツデー

ポッチャ、ラージボール卓球、ユニカールなど、比較的負担の軽いスポーツが楽しめます。

日程 原則、毎月第2土曜日  
場所 東京ドームスポーツセンター東久留米(4月・11月はわくわく健康プラザでも開催)  
参加方法 当日会場へ 問合せ 東久留米市生涯学習課 TEL042-470-7784

西東京市 ENJOYニュースポーツ

障害や年齢に関係なく、すぐに楽しめるスポーツがそろっています。

日程 毎月最終日曜日 場所 4月～9月 西東京市スポーツセンター、  
10月～3月 西東京市南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」  
参加方法 事前に電話申込 ※西東京市に在住・在勤・在学の方のみ  
問合せ 西東京市スポーツ振興課 TEL042-420-2818

令和5年度多摩北部広域子ども体験塾

出動!! たまるくちゃんねる

君だけの景色を見つけにゆこう

KODAIRA KIOSE HIGASHI MURAYAMA HIGASHI KURUME NISHI TOKYO

冬季プログラム：映像作品発表会

秋季プログラムで小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市の小・中学生が映像制作に挑戦!!

完成した5市の謎解きスポットを紹介する動画を、多摩六都科学館サイエンスエッグの大きなスクリーンでご覧いただけます。

日にち: 12月17日(日)・23日(土) 17:10～18:10  
会場・問い合わせ: 多摩六都科学館 (TEL: 042-469-6100)

ご応募等の詳細は、11月頃に多摩六都科学館ロクトリポート(二次元コード)でお知らせします。本イベントは東京都市長会 多摩・島しょ広域連携活動助成事業として多摩北部都市広域行政圏に在住・在学の小・中学生を対象に実施しています。



多摩東京移管 130周年記念イベント

主催 東京都・多摩30市町村 共催 島しょ9町村

多摩全域のデジタルスタンプラリー



日にち 10月28日(土)・29日(日)

場所 立川北口サンサンロード

JR立川駅 北口 徒歩2分 / モノレール立川北駅 徒歩1分



10月29日(日)まで

