

広報さがみはら

NO.1290
毎月1日・15日発行

2014 6 / 1
平成26年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

| | |
|----------------------|----|
| 児童手当を受給中の人へ | 2 |
| 環境について考えよう | 3 |
| 今日からチャレンジ みんなで食育 | 7 |
| ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内) | 別冊 |



発行/相模原市 〒252-5277
相模原市中央区中央
2丁目11番15号

編集/総務局渉外部広聴広報課
☎042-769-8200

ホームページ/ <http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター
午前8時～午後9時 年中無休

☎042-770-7777

市の人口・世帯

人口 722,375人(1,197増)
男 362,237人 女 360,138人

世帯 315,284世帯(1,075増)
5月1日現在()は前月との増減

TOPICS

JAXA理事長が相模原市長を表敬訪問



6月13日の「はやぶさの日」に先立ち、4月21日にJAXAの奥村直樹理事長が加山市長を表敬訪問しました。奥村理事長からは、「今年『はやぶさ2』の打ち上げを予定しているので、引き続き応援をお願いします。今後も連携・交流を続けていきたい」とのお話がありました。加山市長は、「本市では宇宙をテーマとしたイベントに、子どもたちをはじめ、多くの市民が参加するなど、JAXAを応援しています。『はやぶさ2』プロジェクトを市民と共に応援していますので、ぜひ成功させてください」と激励しました。

関シティセールス・親善交流課 ☎042-707-7045

6月13日ははやぶさの日

宇宙兄弟#0 × 相模原市 × はやぶさ

WARNER BROS. PICTURES

©宇宙兄弟CES2014 アニメ映画「宇宙兄弟#0」8月9日(土)全国ロードショー

市では、宇宙をより身近に感じてもらえるよう、「宇宙」をキーワードとしたまちづくりを進めています。昨年度は、幅広い世代から支持されている「宇宙兄弟」が、本市観光ガイドブック「あしたさがみはら」の表紙や、「はやぶさウィーク」のイベントで淵野辺駅の大規模看板「ギャラクシーパネル」の1枚として登場しました。今年度も、「宇宙兄弟」と連携したイベントを行います。

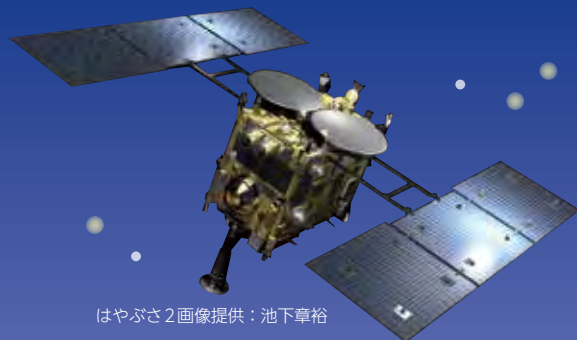
「はやぶさ2」打ち上げカウントダウン！
はやぶさウィークを楽しもう！

平成22年6月13日、小惑星探査機「はやぶさ」は、幾多の困難を乗り越えて地球に帰還し、多くの人々に感動と勇気を与えました。

その偉業をたたえて「銀河連邦」では、「はやぶさ」の開発・運用に関わった人々の「あきらめない心」「努力する心」を全国の皆さんに伝えていこうと、6月13日を「はやぶさの日」と制定しました。銀河連邦ではJAXAと連携して、将来を担う子どもたちに夢や希望を持ってもらえるような取り組みを進めています。

また、「はやぶさ」の後継機となる「はやぶさ2」が今年度中に打ち上げられる予定です。今度は「はやぶさ2」と一緒に応援しましょう。

本市では、「はやぶさの日」と「はやぶさ2」応援イベントを市内各所で実施しますので、ぜひ参加してください。



はやぶさウィークイベント

6月13日(金) はやぶさの日イベント
会 淵野辺駅南北自由通路

淵野辺駅発車メロディお披露目イベント

時 午後2時

地域の取り組みとして、同駅の発車メロディーが「銀河鉄道999」の曲に変わります。当日は、桜美林大学の学生が演奏します。

銀河連邦ヒーロー握手会

時 午後2時30分

銀河連邦ヒーロー6人が集結！記念撮影もできます。

謎を解いて宇宙グッズをゲットしよう！

時 午後3時～4時

正解者には、抽選で宇宙グッズを贈呈します。
定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

6月14日(土) 宇宙クイズラリー
会 淵野辺駅周辺

「はやぶさ」にちなんでチェックポイントを回り、問題を解きます。参加者には、参加賞をプレゼント。抽選で、はやぶさグッズ等も贈呈します。

時 午後1時～4時
集合場所 淵野辺駅
オーロラデッキ

定 300人(先着順)
※希望者は直接会場へ



その他の「はやぶさウィーク」のイベントは6面をご覧ください。



現況届の提出を

児童手当を受給中の人へ

児童手当を受給している人は、毎年6月に現況届の提出が必要です。提出がない場合は6月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず提出してください。

提出方法

6月中旬までに届く現況届を、6月30日(必着)までに子ども青少年課へ郵送するか、直接、各子ども家庭相談課・保健福祉課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所へ

※必要書類など詳しくは、現況届に付いている通知をご覧ください。

6月は手当の支払い月です

支払日 6月13日(金) ※着金までに2~3日かかる場合があります。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

意見募集 市議会基本条例(案)について

議会に関する基本的事項を定める同条例(案)についての意見を募集します。
資料の配布場所 政策調査課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・図書館・公民館(青根・沢井を除く)

意見の提出方法 6月16日(必着)までに、直接か郵送、ファクス、Eメールに意見を書いて、政策調査課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9803 FAX042-776-2362 ✉seisakuchousa@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※市議会ホームページからも資料の閲覧と意見の提出ができます。

委員募集

①環境審議会委員

環境の保全に関する基本的事項について審議します。
任期 8月~平成28年7月(会議は年3回程度) 定員3人(選考)
担当課 環境政策課 ☎042-769-8240 FAX042-754-1064
✉kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp

②広域交流拠点整備計画検討委員会

同整備計画の策定について審議します。
任期 委嘱の日~28年3月(会議は年2回程度) 定員3人(選考)
担当課 リニアまちづくり課 ☎042-707-7047 FAX042-754-8490
✉linear-ma@city.sagamihara.kanagawa.jp

③景観審議会委員

景観計画の変更や景観形成重点地区、景観重要建造物・樹木の指定などについて審議します。
任期 9月~28年8月(会議は年2回程度) 定員2人(選考)
担当課 街づくり支援課 ☎042-769-9252 FAX042-754-8490
✉machidukuri@city.sagamihara.kanagawa.jp

④(仮称)新・産業振興ビジョン策定委員会委員

工業集積や立地の促進、商業政策などを定める同ビジョンの策定について審議します。
任期 8月~28年3月(会議は年3回程度) 定員2人(選考)
担当課 産業政策課 ☎042-769-8237 FAX042-754-1064
✉sangyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp

⑤市民協働推進審議会委員

市民協働推進条例に基づき、協働に関する事項について審議します。
任期 8月13日~28年8月12日(会議は年3回程度) 定員2人(選考)
担当課 市民協働推進課 ☎042-769-9225 FAX042-754-7990
✉shiminkyoudou@city.sagamihara.kanagawa.jp

☎ 通

☑市内在住の20歳以上(本市の他の審議会の委員・職員・議員を除く)
☑6月①16日②③⑤23日(必着)、④25日(消印有効)までに、各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(青根・沢井を除く)にある応募用紙(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

相模女子大学・相模女子大学短期大学部と市が包括連携協定を締結



5月21日、相模女子大学・相模女子大学短期大学部と市は、さらなる連携の充実・強化のため、包括連携協定を締結しました。

市は、さまざまな分野に関する地域の課題解決や活性化に向けて、今後も市内の大学を中心に協定締結を進めていきます。

☎市民協働推進課 ☎042-769-9225

介護保険料 納入通知書発送と減免制度

■保険料納入通知書

65歳以上の人へ6月中旬に発送します。保険料額や納め方などについては、納入通知書を確認してください。

■保険料減免制度

次の理由などで保険料の納付が難しい人を対象に、減免を行っています。

- 災害により住宅等に著しい損害を受けた
- 世帯の生計を主として維持する人の収入が、失業等で著しく減少した
- 生活が著しく苦しく、次の要件に全て当てはまる
 - 〔生活保護基準未満、預貯金が単身で350万円(世帯員が1人増えるごとに100万円を加算)以下、居住用以外に土地や家屋などの資産がない など〕

※提出書類や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎介護保険課 ☎042-769-8321

市職員を募集

| 区分 | 応募資格・採用予定人数 |
|------------|---|
| 医師(公衆衛生担当) | 平成27年4月1日現在、満65歳未満の医師免許取得者で保健事業に必要な知識のある人(ただし、16年以降に医師免許を取得した人は、医師法第16条の2に規定する臨床研修を修了か採用日までに修了が見込まれる人) = 2人(選考) |

職務内容 感染症対策、成人保健、母子保健など
※詳しくは、職員課、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)などで配布する選考案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。
☑6月2日~27年1月30日(消印有効)に、郵送で、選考案内に付いている申込書と職務経歴・実績書を職員課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8213)へ
※随時選考を実施し、採用候補者を決定します。人数が確保された場合は申し込みを締め切ります。

施設を管理運営する法人・団体(指定管理者)を募集

市の斎場、自転車駐車場、自動車駐車場を指定管理者として管理運営する、民間事業者や特定非営利活動法人等を募集します。

募集要項などの配布
配布期間 6月2日(月)~7月4日(金) ※期間中に現地説明会を行う場合があります。
配布場所 各施設の申請の受付場所 ※市ホームページにも掲載
申請 ※法人その他の団体のみ。個人による申請はできません。
募集要項で定めている申請期間中に、直接、申請書と事業計画書・収支予算書等を各施設の申請の受付場所に持参してください。

指定管理者(候補団体)の選考方法
提出書類と提案説明会での内容から、最も適切に施設の管理を行うことができ、施設の活性化や市民サービスの向上につながる提案をした団体を、指定管理者選考委員会が選考します。
※選考された団体は、市議会の承認後、指定管理者として指定されます。
※申請の資格や募集のスケジュール、業務内容など、詳しくは募集要項等をご覧ください。

単独で募集する施設(指定期間 3年間)
施設名 市営斎場
申請の受付場所(募集要項配布場所) 区政支援課(☎042-769-9814)
複数の施設をまとめて募集する施設(指定期間 5年間)

| 施設名 | |
|-----|--|
| 駐車場 | 橋本駅北口第1自転車、橋本駅北口第2自転車、橋本駅南口第1自転車、橋本駅南口第2自転車、橋本駅北口第1自動車、橋本駅北口第2自動車 |
| | 相模原駅北口自転車、相模原駅南口自転車、矢部駅北口自転車、淵野辺駅南口第1自転車、淵野辺駅南口第2自転車、相模原駅自動車 |
| | 相模大野駅北口自転車、谷口北口自転車、谷口南口自転車、相模大野駅西側自転車、相武台前駅北口自転車、相模大野立体自動車、小田急相模原駅自動車、相模大野駅西側自動車 |

申請の受付場所(募集要項配布場所) 都市整備課(☎042-769-8258)

安全・安心 まちづくり 防犯活動の物品購入費を補助

支援・補助

地域で行う自主的な防犯活動に必要な物品の購入経費を補助します。
期間 6月2日(月)~7月31日(木) ※予算額に達した時点で締め切ります。

☑次の全てに該当する団体
○市内在住か在勤・在学の人自主的に運営している
○5人以上で毎月定期的に活動している ○過去に補助を受けていない

対象物品 帽子、ベスト、ブルゾン、腕章、合図灯、懐中電灯など
補助額 物品購入費の2分の1(限度額5万円)

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎生活安全課 ☎042-769-8229



6月は環境月間 6月5日は環境の日です

環境について考えよう

本市では「相模原市環境基本計画」の下、「やすらぎと潤いがあふれる環境共生都市」をめざして取り組みを進めています。今年度は大規模な開発等が行われる際、事前に環境への影響について調査・予測・評価をする「環境影響評価条例」の制定をめざします。

また、中間見直しをする「相模原市水とみどりの基本計画」の中に、生物多様性基本法に基づく「生物多様性地域戦略」を加え、生物多様性の保全に関する取り組みを進めます。

「エコネットの輪」の環境学習プログラムを活用してください

「エコネットの輪」は、持続可能な社会の構築を担う、市民活動団体、企業、大学、個人から提供された環境学習プログラムをまとめたものです。幼稚園や学校などでの環境教育や、地域、事業所での環境学習などにぜひ活用してください。各公民館や小・中学校などに置いてあるほか、環境情報センターホームページにも掲載しています。

環境情報センター
☎042-769-9248

こども理科実験教室

理科の楽しさを知り、身の回りの「エコなこと」を見つけます。普段の生活では味わうことのできない「おどろき」や「おもしろさ」を感じることができます。

ボンボン船をつくって動かしてみよう

時 6月22日(日)午前10時～11時30分

会 環境情報センター

対 小学生＝20人(申込順) 費 300円

申 直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号、「理科実験教室」と書いて、同センター(☎042-769-9248 ㊚042-751-2036 ㊠kankyo@eic-sagamihara.jp)へ

さがみはら環境まつりを開催 希望者は直接会場へ

環境学習や環境保全活動を促進するため、「つながるつなぐれ ひと・まち・みどり」をテーマとして、地域の環境活動団体等のパネル展示や体験ブース、環境写真コンテストのほか、歌う生物学者・本川達雄さんの講演会などを開催します。

時 6月29日(日)午前10時30分～午後4時 ※講演会は午前11時

会 ユニコムプラザさがみはら

九都県市「ライフスタイルの実践行動」キャンペーンを実施

今年度は「『つづけよう』『ひろげよう』省エネ・節電～無理なく賢いエコライフ～」をテーマに、節電や省エネをはじめとした地球温暖化防止への取り組みを呼び掛けています。皆さんも、ぜひ協力してください。

環境政策課 ☎042-769-8240

地域で省エネ!! かしこく節電!! 市制施行60周年記念 クールシェアさがみはら2014 協力店舗・施設を募集

エアコンの稼働などで電力需要が高まる夏の日中を中心に、店舗や公共施設などを活用して暑さをしのぐ「クールシェアさがみはら2014」を7月1日(火)～9月30日(火)に実施します。この取り組みに協力していただける民間施設を募集しています。

対 クールシェア利用者が一時を過ごせるような椅子やベンチ等がある施設

申 6月20日までに、環境政策課にある参加登録申込書(市ホームページにも掲載)をファクスかEメールで同課(☎042-769-8240)へ

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

風水害 土砂災害 知っておきたい早めの対応

台風や集中豪雨による被害が毎年起きています。最近、短時間に局所的な大雨が降る集中豪雨が増加しています。被害を防ぐためには正しい情報を入手して、素早く行動することが重要です。

風水害による被害を防ぐために

家庭でできること

- ▶ 排水設備がごみや落ち葉で詰まらないよう点検・清掃する(排水溝・雨どい・側溝・雨水ますなど)。
- ▶ 家の周りなどに置いてある風で飛ばされそうな物を片付けたり、雨戸や窓などを補強したりする。
- ▶ 低地やくぼ地、地下室や地下書庫などでの浸水に備え、土のうや排水ポンプを設置する。

川など屋外での対策

- ▶ 気象情報を確認し、天候の変化に注意する。
- ▶ 上流の空に雨雲が見えたり雷鳴が聞こえたりしたときや、川の急激な増水やダムの放流警報を聞いたときなどは、すぐに川などから離れ安全な場所に避難する。



土砂災害に備えた行動を

次のような兆候があったら、すぐに避難しましょう。

- ▶ 山の斜面に亀裂が走った。
- ▶ 山の斜面から石が転がり落ちてきた。
- ▶ 湧き水が止まったり、水量が急に増えたりした。
- ▶ 地鳴りや立ち木の裂ける音が聞こえた。
- ▶ 川が濁り、流木が混ざり始めた。
- ▶ 雨が降り続けているのに、川の水位が下がった。
- ▶ 普段澄んでいる沢や井戸の水が濁ってきた。

防災情報の入手

防災情報は、テレビやラジオのほか、インターネット、防災メールで確認できます。非常時に情報が入手できるよう、事前にラジオの用意、防災メールの登録をしておきましょう。

●相模原市 気象情報 市内の時間ごとの天気予報や雨量情報など

※市ホームページからご覧になれます。

●気象庁 防災情報 気象情報、土砂災害警戒情報など

㊚http://www.jma.go.jp/jma/menu/flash.html

●防災メールに登録するには

- ① ㊠entry-sagamihara@bousai-mail.jpに空メール(本文に何も入力しない)を送信します。
- ② 自動的に登録用のメールが返信されます。
- ③ 返信されたメールの本文に書いてあるリンク先のページで希望するメールの種類、配信地域などを設定すると登録完了です。



防災メール登録

土砂災害ハザードマップ(緑区三井・太井・中野・又野・三ヶ木版)を作成しました

土砂災害防止法に基づく土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域を地図上に表示したものです。日頃から土砂災害の恐れのある場所や避難場所などを確認し、災害時の避難行動に役立てましょう。

配布場所 危機管理課、緑区役所地域振興課、津久井まちづくりセンター
※市ホームページからもご覧になれます。

環境危機管理課 ☎042-769-8208



募集

さがみ風っ子教師塾塾生 相模原で教師になろう

「さがみはら教育の魅力」を学び、教職への高い志と情熱、前向きに学ぶ姿勢を持つ人を募集します。

開塾期間 10月～平成27年3月

対 次の全てに該当する人＝50人程度(選考)

○昭和31年4月2日以降に生まれた ○相模原市立小・中学校教員を強く志望する

○小・中学校いずれかの教員免許があるか、平成27年度末までに取得見込み

申 7月31日(消印有効)までに、総合学習センターなどにある申込書(同塾ホームページにも掲載)を郵送で同センター(☎042-756-3647)へ

※募集要項など詳しくは、同塾ホームページをご覧ください。

お知らせ

雨水浸透ますの設置費用を助成

地下水の保全や大雨による浸水被害などを減らすため、宅地内への雨水浸透ます設置費用の一部を助成します。

※設置前に申請が必要です。設置後は性能維持のため、雨水浸透ます内のごみ除去など、定期的な清掃をお願いします。

下水道施設課 ☎042-769-8270 津久井下水道施設課 ☎042-780-1409

募集

新卒未就職者等就労支援事業 参加者

企業で働きながら知識や技術を習得し、正規雇用をめざします。

対 求職中の39歳以下の人(主に大学・高校等を卒業後3年以内の人)＝60人(選考)

雇用期間 7月中旬から11月中旬の間で必要と認められる期間

内容 人材派遣会社との雇用契約後、教育研修や市内企業での実務研修など

※期間中、人材派遣会社から給料が支払われます。

事業説明会 ※事業に参加するには説明会への参加が必要です。 対各20人

| 日にち | 時間 | 会場 |
|----------|------------------|----------------------------|
| 6月11日(水) | 午前10時、午後1時 | けやき会館 |
| 13日(金) | | ユニコムプラザさがみはら |
| 18日(水) | 午前10時 | ソレイユさがみ |
| 19日(木) | 午後1時・3時30分・6時 | ユニコムプラザさがみはら |
| 20日(金) | 午前10時、午後1時・3時30分 | けやき会館 |
| 24日(火) | 午前10時、午後3時30分 | 相模原TOBビル(中央区相模原4-3-17-301) |
| 25日(水) | | |
| 26日(木) | 午前10時、午後1時・3時30分 | けやき会館 |
| 27日(金) | | |
| 7月1日(火) | 午前10時、午後3時30分・6時 | 相模原TOBビル |
| 2日(水) | 午後1時・3時30分・6時 | けやき会館 |
| 3日(木) | 午前10時、午後1時 | ユニコムプラザさがみはら |

☎電話で同事業事務局(パソナ内) ☎045-314-2293 土・日曜日、祝日等を除く)へ





知っておきたい！ 歯医者さん選びと 「歯と口の健康づくり」

6月4日～10日は歯と口の健康週間



歯が痛い！
歯肉から
出血する！

食べ物がかみづらく
なってきた！

虫歯や歯周病は初期症状がほとんどありません。症状が出た後に歯科医院を受診したときには、すでに重症化していることがよくあります。治療だけでなく、虫歯や歯周病を予防するために、定期的に歯科医院を受診することも大切です。「歯が痛くなってから」ではなく、「予防のため」の歯科医院の受診について考えてみませんか。

健康企画課 ☎042-769-8345

歯科医院は治療以外に歯科疾患予防のための役割もあります

- 歯や歯肉の状態を定期的にチェック（※メンテナンス）します
- 歯や口のお手入れ方法についてアドバイスします
- 予防や治療の相談を受けます
- 口の中の状況に応じて定期受診の間隔を決めます



歯科医師を選ぶときのポイント

- 治療を始める前に、現状、今後の治療方針・方法や治療期間、治療費などについて説明をしてくれる
- 患者の質問にきちんと応えてくれる
- 予防のために、個人に適した歯磨き指導をしてくれる
- 歯のメンテナンス時期について定期的に案内してくれる など

※メンテナンスとは？

歯や口の健康を維持するための健康管理のことです。患者自身が行うセルフケア（歯磨きなど）と歯科医師・歯科衛生士による専門的ケアからなります。

予防や治療を進めていく上で大切なこと

- いつまでも健康な歯で元気に過ごしたいという熱意を持つ
- 疑問があれば、遠慮せず納得いくまで歯科医師に聞く
- インターネットや他人からの情報を全てうのみにしない
- 治療に必要な情報（持病や感染症、アレルギーなど）を正確に伝える
- 良いと思う治療法でも自分には適さない場合があることを理解する
- 診療の予約日時を守る

市歯と口腔の健康づくり推進計画を策定しました

市民・地域・行政・関係団体等がそれぞれ取り組むことを明らかにし、市民の皆さんの生涯にわたる歯と口の健康づくりを進めます。

基本理念 歯と口腔の健康からはじめる健康長寿
みんな豊かな生活 さがみはら

基本方針

- ①むし歯（う蝕）予防
- ②歯周病予防
- ③障害児・者と要介護者等の歯科保健
- ④歯科医療体制の充実（かかりつけ歯科医機能の定着等）

※同計画について、詳しくは市ホームページをご覧ください。

住居番号表示板の設置を

住居表示を実施している地域では、住宅の新築や建て替えのときに、住居番号の表示板を送付しています。分かりやすい街並みをつかっていくために、この表示板を建物の出入り口付近の見やすい場所に設置してください。また、古くなったり、破損したりした場合は新しい表示板を送りますので、連絡してください。

中央 11-15
2丁目

健康企画課 ☎042-769-9814

家族介護慰労金の支給

市内在住の要介護4・5に認定された65歳以上の人を、1年以上介護保険サービスを利用せずに自宅で介護してきた人（年間7日間までのショートステイを除く）

※支給決定された基準日から1年間は申請できません。

支給額
○市民税非課税世帯…10万円/年
○その他の世帯………6万円/年
※支給条件など、詳しくはお問い合わせください。

基準日 6月1日

支給月 10月

申請受付期間 6月2日～30日

| 問い合わせ・申し込み(直接窓口へ) | |
|-------------------|---------------|
| 緑高齢者相談課 | ☎042-775-8812 |
| 中央高齢者相談課 | ☎042-769-8349 |
| 南高齢者相談課 | ☎042-701-7704 |
| 城山保健福祉課 | ☎042-783-8120 |
| 津久井保健福祉課 | ☎042-780-1408 |
| 相模湖保健福祉課 | ☎042-684-3215 |
| 藤野保健福祉課 | ☎042-687-2159 |
| 住んでいる地域の高齢者支援センター | |

航空機騒音対策 住宅防音工事 受け付け対象建築年月日を緩和

防衛省が、厚木基地の航空機騒音対策として実施している助成制度の受け付け対象となる住宅の建築年月日が、6月16日から次のとおり変更になります。

| 対象 | 受け付け対象建築年月日 |
|---|--|
| 平成18年1月に新たに助成対象となった区域(★)に住んでいる人 | (変更前)平成 3年9月10日まで (変更後)平成13年9月10日まで |
| 乳幼児、高齢者、障害者が住んでいる場合 | (変更前)平成 8年9月10日まで (変更後)平成18年1月17日まで |
| 次の80W※区域に住んでいる場合 上鶴間本町2・3・5丁目の一部 ※W：航空機騒音の「うるささ」を表す単位 | |

★平成18年1月に新たに助成対象となった区域

| 次の地域の全部 | 次の地域の一部 |
|---|---|
| 旭町、鶴野森1～3丁目、古淵5・6丁目、相模大野1・4・5丁目、東大沼1丁目、文京1丁目、南台2丁目、豊町、若松1～3丁目 | 上鶴間本町1～3・5・8・9丁目、古淵3・4丁目、栄町、相模大野2・6丁目、西大沼1丁目、東大沼2・3丁目、文京2丁目、南台1・3・4丁目、若松4・5丁目 |

※該当地域など、詳しくはお問い合わせください。

南区役所行政資料コーナー、大野中・相模台・東林まちづくりセンターにある住宅防音工事希望届（防衛省南関東防衛局のホームページにも掲載）を、防衛省南関東防衛局（☎045-211-7137）へ

6月1日～7日は水道週間

受水槽や井戸水の衛生管理を

受水槽 設置者は保健所に届け出を行い、定期的な点検と衛生管理が必要です。なお、受水槽の清掃は毎年実施し、有効容量が8mを超える受水槽は、年1回検査を受けることが義務付けられています。

井戸水 定期的に水質検査をしましょう。なお、アパートなどの共同住宅で井戸水を生活用水として使うときは、市の条例に基づく確認を受ける必要があります。

生活衛生課 ☎042-769-8347 同課津久井班 ☎042-780-1413

ハチの巣を見つけたら

巣に近づかない、揺らさない、近くで大きな音を立てない

ハチに刺されたら、流水で洗い、冷やしてください。呼吸が苦しい、気分が悪いなどの症状が出た場合は急いで医療機関を受診してください。

巣の特徴からハチの種類を調べて対処する

○スズメバチ

巣はマール模様様のボール状です。攻撃性が強いので、自分で駆除することは危険です。個人の住宅（営業・賃貸用を除く）にできた巣は、市で駆除しています。ただし、巣が見えないなど、一部駆除できない場合があります。

○アシナガバチ

巣は半円形です。巣を刺激しなければ襲ってくることはありません。夜間に殺虫スプレーをかけると簡単に駆除できます。殺虫スプレーと防護服は市で貸し出しています（要予約）。

生活衛生課 ☎042-769-8347 同課津久井班 ☎042-780-1413

アートラボ はしもと ワークショップ ぞうけい！たのしい！ ～はしもとウォーターランド～

波や水面など「水」をテーマとしたワークショップを行います。

| 日にち | プログラム名 | 素材 |
|---------|--------------|---------|
| 6月8日(日) | ゆらゆらななへんげ | プラスチック板 |
| 14日(土) | きらきら波もよう | 樹脂粘土 |
| 15日(日) | つながるしずく | テラコッタ |
| 21日(土) | ウォータースカルプチャー | 石こう・木材 |
| 22日(日) | みずのまち | 発泡スチロール |



時間 午後1時～3時30分

対象 小学生以下（保護者同伴）＝各20人（抽選）

申込 開催日の1週間前までに、Eメールに住所、氏名、年齢、保護者名、電話番号、プログラム名を書いて、東京造形大学附属美術館（☐ museum@zokei.ac.jp ☎042-637-8169）へ

市民大学

前期は18講座で募集

16の大学などの協力により、市民大学を開催します。講師に各校の先生を迎え、それぞれの特色を生かした多彩なプログラムを用意しています。
募集は、前期(7月～9月開始の講座)と後期(10月以降開始の講座)があります。講座の内容など詳しくは、総合学習センター、各まちづくりセンター・公民館・図書館などにある講義案内をご覧ください。
※後期講座の内容や申し込みなどは、9月ごろ本紙でお知らせする予定です。

相模女子大学コース(南区文京2-1-1)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------|-----|----|
| 生誕201年目のヴェルディvsワグナー：その喜劇作品と悲劇作品(全5回) | 8月13日・20日・27日、9月10日の水曜日、9月2日(火) | 午前10時～11時30分 | 80人 | Ⓐ |
| ★英語講座 英語ニュースを聞きとろう!(全8回) | 9月22日～11月17日の毎週月曜日(11月3日を除く) | 午前11時～午後0時30分 | 40人 | Ⓑ |
| 『平家物語』を読み直す(全6回) | 9月23日～10月28日の毎週火曜日 | 午後2時40分～4時10分 | 80人 | |

※★英検2級程度

麻布大学コース(中央区淵野辺1-17-71)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|--|----------------------------|------------|------|----|
| 野生動物と共に生きる(全5回) | 7月30日～9月3日の毎週水曜日(8月13日を除く) | 午後7時～8時30分 | 各50人 | Ⓐ |
| 長寿社会を健やかに過ごすための知識 -生活習慣病・老年病の臨床と病理-(全5回) | 7月31日～9月4日の毎週木曜日(8月14日を除く) | | | |

和泉短期大学コース(中央区青葉2-2-1)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|----------------------------------|----------------|------------|-----|----|
| パイプオルガン入門～パイプオルガンを弾いてみませんか～(全4回) | 7月8日～29日の毎週火曜日 | 午後1時～2時30分 | 10人 | Ⓐ |

※未就学児(2歳以上)の保育あり(申込時に要予約。はがきに子どもの氏名・年齢・性別、「保育希望」と書いてください。)

女子美術大学コース(南区麻溝台1900)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|--------------------------------|-----------------|-----------------|-----|----|
| ①油彩画入門(全4回) | 9月6日～27日の毎週土曜日 | 午後1時～4時 | 20人 | Ⓑ |
| ②シルクスクリーンプリントで暮らしを彩る布を染める(全3回) | 9月13日～27日の毎週土曜日 | 午前9時30分～午後4時30分 | 10人 | Ⓒ |

※材料費別途①1,000円②3,000円

玉川大学コース(町田市玉川学園6-1-1)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|--------------------|------------------------------|------------|------|----|
| 楽しく歌って健康!元気!!(全4回) | 9月28日～10月26日の毎週日曜日(10月5日を除く) | 午後1時30分～3時 | 100人 | Ⓐ |

※15歳以上(中学生を除く)※抽選。市内在住か在勤・在学の人を優先
費Ⓐ=各1,000円、Ⓑ=各1,500円、Ⓒ=2,000円
※このほかに材料費などが別途必要な講座があります。
Ⓐ6月14日(必着)までに、はがき(1講座1枚のみ)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、電話番号、在勤・在学の場合はその旨、希望のコース・講座名、市民大学登録番号(登録済みの人のみ)を書いて、さがまちコンソーシアム事務局内 市民大学担当へ
※同コンソーシアムのホームページからも申し込めます。

図さがまちコンソーシアム事務局内 市民大学担当
〒252-0307 南区文京2-1-1 ☎042-703-8550

医療ビジネス観光情報専門学校コース(南区上鶴間本町3-18-27)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|---------------------------|-----------------|---------|-----|----|
| ホームページの作り方(全3回) | 7月28日(月)～30日(水) | 午前9時～正午 | 10人 | Ⓑ |
| 旅行業の仕組みを知り楽しい旅を計画しよう(全3回) | 8月4日(月)～6日(水) | | 15人 | |

※資料代別途500円

青山学院大学コース(中央区淵野辺5-10-1)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|-----------------------------|-----------------|--------------------------------|------|----|
| 科学技術ルネサンス時代を担う5つのトピックス(全5回) | 7月5日～8月2日の毎週土曜日 | 午前11時～午後0時30分 ※初回は午後0時40分まで | 250人 | Ⓐ |

法政大学コース ☎ユニコムプラザさがみはら

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|------------------------|-----------------------|---------------|-----|----|
| 江戸を楽しむ -15人の徳川將軍-(全3回) | 8月9日(土)・23日(土)・30日(土) | 午前11時～午後0時30分 | 60人 | Ⓐ |

サレジオ工業高等専門学校コース(町田市小山ヶ丘4-6-8)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|-------------------------------------|---------------------------------------|------------|-----|----|
| Active English in the News(中級)(全8回) | 7月7日・14日・28日、8月4日・11日、9月1日・8日・22日の月曜日 | 午後6時～7時30分 | 16人 | Ⓑ |

※中級程度(TOEICスコア450～500点)

和光大学コース ☎ユニコムプラザさがみはら

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|------------------|---------------|------------------|-----|----|
| 20世紀日本大衆音楽史(全3回) | 8月5日(火)～7日(木) | 午前11時15分～午後0時45分 | 20人 | Ⓐ |

北里大学コース ☎ユニコムプラザさがみはら

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|-----------------------|---------------------------------------|-----------------------------|-------|----|
| 舞台裏がみえる芸術鑑賞教室(全8回) | 9月2日～11月11日の毎週火曜日(9月23日、10月7日・28日を除く) | 午後1時～2時30分 ※初回は午後0時45分から | 各160人 | Ⓑ |
| 暮らしに役立つ医療の知識(全8回) | 9月17日～11月12日の毎週水曜日(11月5日は除く) | | | |
| 健康で豊かな人生のための基礎知識(全8回) | | 午後3時30分～5時 | | |

教科書展示会

平成27年度に使用される教科書の見本を展示します。

| 日時 | 会場 |
|---|----------|
| 6月13日(金)～27日(金) ※6月19日を除く 午前10時30分～午後1時、午後2時～7時 | 総合学習センター |
| 6月13日(金)～7月2日(水)(土・日曜日、祝日等を除く) 午前9時～正午、午後1時～5時 ※6月13日は午前10時から、7月2日は午後4時まで | 相模湖総合事務所 |
| 6月23日(月)～28日(土) 午後2時～7時 | 南区合同庁舎 |

図学校教育課 ☎042-769-8284

支援教育ボランティア養成研修講座(全7回)

学校での生活面や学習面で支援を必要としている子どもたちのために、発達障害の理解、具体的な支援の方法などについて学びます。
☎7月18日、8月29日、9月26日、10月17日、11月21日、12月12日、1月30日の金曜日 午前9時30分～11時30分
☎市民会館第1大会議室
☎市内在住で、学校支援ボランティアとして活動しているか、学校での無償ボランティアとしての活動を考えている人=100人(申込順)
☎6月2日～30日(必着)に、学校教育課にある申込書(市ホームページにも掲載)を同課(☎042-769-8284)へ

書き方講座 わかりやすく説得力のある論文を書くには

論文の組み立て方や留意点など、論文をまとめるための基本を学びます。
☎6月28日(土) 午後2時～5時 ☎総合学習センター
☎教育実践研究論文に興味のある人=60人(申込順)
☎6月20日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「書き方講座」と書いて、総合学習センター(☎042-756-0290 FAX042-758-8146 centerkk@sagamihara-kng.ed.jp)へ

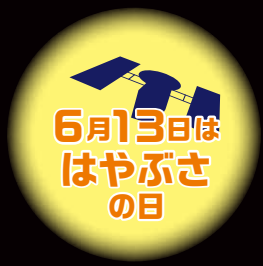
外務省公開講座 Enjoy! 地球の旅人 ～ベトナムに在勤して～

☎6月26日(木) 午後1時45分～3時30分
☎外務省研修所(南区相模大野)
☎谷崎泰明さん(外務省研修所所長)
☎市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=160人(申込順)
☎6月16日までに、直接か電話で総合学習センター(☎042-756-3443)へ





はやぶさウィークが始まるよ!



銀河連邦が制定した6月13日の「はやぶさの日」に合わせ、6月7日～15日を「はやぶさウィーク」としてイベントを行います。

「銀河連邦」とは、宇宙航空研究開発機構(JAXA)の研究施設がある4市2町(北海道大樹町、秋田県能代市、岩手県大船渡市、長野県佐久市、鹿児島県肝付町、相模原市)で構成する組織

銀河連邦関連のイベント

秋田県能代市のお米「あきたこまち」を使ったはやぶさ給食

「はやぶさの日」を身近に感じてもらうため、「はやぶさ給食」を市立小・中学校で実施します。「はやぶさ2」が描かれた「はやぶさゼリー」などで、宇宙気分を盛り上げます。

昨年、給食を食べた児童の感想

- ★星の形が多くて、はやぶさもたくさん星を見たんだと思った
- ★にんじんは嫌いだけど、星の形だから頑張って食べた
- ★メンチカツが星形がかっこよかった



岡学校保健課 ☎042-769-8283

岩手県大船渡市の“今”を伝える展示会

相模女子大学復興支援学生ボランティア委員会が、東日本大震災で被災した大船渡市の様子や、復興状況を伝える写真などを展示します。また、同市の企業と開発中の商品の試食や、紙芝居による活動紹介なども行います。



時 6月7日(土)・8日(日) 午前10時～午後9時(8日は午後8時まで)

※受け付けは終了時間の30分前まで

会 ユニコムプラザさがみはら

岡 相模女子大学教育研究推進課 ☎042-747-9563

市立博物館へ行こう!

岡市立博物館 ☎042-750-8030

プラネタリウムはやぶさ週間

「はやぶさ」関連のプラネタリウムと全天周映画を上映します。

| 日にち | 午前11時 | 午後1時30分 | 午後2時40分 | 午後3時50分 |
|---|---|---|---|---|
| 6月13日(金) 「はやぶさの日」 記念特別 無料上映 ※要整理券 | プラネタリウム はやぶさ2の 挑戦 ～新たなる 小惑星探査へ～ | 全天周映画 HAYABUSA BACK TO THE EARTH 2009年 バージョン | プラネタリウム はやぶさ2の 挑戦 ～新たなる 小惑星探査へ～ | 全天周映画 HAYABUSA BACK TO THE EARTH 帰還 バージョン DC版 |
| 6月7日(土) 8日(日) 14日(土) 15日(日) | こども プラネタリウム 1、2、3、4! 星空あそび(春) | | | |
| 6月10日(火) ～12日(木) | | | | |

定 各210人(先着順) ※希望者は直接会場へ

費 各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円)

※13日の無料上映の整理券は当日、午前の部は午前10時・午後の部は正午から同館で配布します(1人4枚まで)。

星空観望会(6月)

プラネタリウムで星空解説後、40cm大型望遠鏡で観望します。

時 6月6日(金)・21日(土)
午後7時～9時

定 各120人(先着順)

※中学生以下は保護者同伴

※希望者は当日午後6時30分～7時に直接会場へ

さがみはら宇宙の日

金星探査機あかつきトークライブ

金星探査機あかつきのミッションを振り返るとともに、「日本の月惑星探査と『あかつき』」をテーマにトークライブを開催します。

時 6月21日(土) 午前10時～正午

講 石井信明さん(JAXA宇宙科学研究所教授)

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

「はやぶさウィーク」が終わっても楽しめる宇宙関連のイベント

サマースペースキャンプ in さがみ湖リゾート



山崎直子さん

元宇宙飛行士の山崎直子さんの講演会や、天体観測を行います。2日目には、JAXA特別公開を見学します。

時 7月24日(木)～25日(金)〈1泊2日〉

会 さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト

イベントの内容や、費用、参加・申込方法など詳しくは、6月13日(金)以降に、JTBコーポレートセールス法人営業相模原支店のホームページ(<http://www.jtb.co.jp/shop/houjinsagami/>)をご覧ください。

宇宙兄弟 宝探しイベント

宇宙をテーマにした謎を解読し、相模原に隠された宝を探します。

時 7月19日(土)～8月31日(日)

会 淵野辺駅周辺など



©宇宙兄弟CES2014

今日からチャレンジ

みんなで食育

圏地域保健課
☎042-769-9241



相模原市食育推進
マスコットキャラクター
「サガピー」

「食」に関する知識と「食」を選ぶ力を習得し、健全な食生活を実践する力を身に付けること。これを食育といいます。生涯にわたって心身共に健康で楽しく生き生きと過ごすために、食育はとても大切なものです。「食べるのが楽しい」と思えるよう、一人ひとりができることから始めましょう。

チャレンジ1

毎日朝ごはんを
食べよう!

学校での授業・給食、
給食試食会の
取り組み

小・中学校では、栄養教諭、学校栄養職員、食育担当者を中心に、家庭と連携を深めながら、学校全体で食育を進めていきます。



給食を試食する保護者



栄養バランスの整った給食

チャレンジ2

食事のあいさつ
をしよう!

チャレンジ3

相模原で
採れる食べ物を
買おう!

農業体験や
イベントで学ぶ

都市農業への理解や食への感謝を深めることをめざし、小学生が田植えから稲刈りまで一連の農作業を体験する農業体験学習や、農業まつり、市民朝市など、農家と交流できるイベントを行っています。

チャレンジ4

食べ物の
旬を知ろう!



第2次相模原市
食育推進計画を策定

この計画では、子どもたちが健全な食生活を送ることを目標にしています。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。



チャレンジ5

弁当や加工食品は、
食品表示を見て買おう!



応援店マーク
「元気SUN」

健康づくり応援店の活用

メニューの栄養表示、栄養や健康に関する情報の提供など、健康づくりに配慮した取り組みを実施している店舗を健康づくり応援店として認定しています。
※登録店については、市ホームページをご覧ください。

チャレンジ6

主食・主菜・副菜を
そろえて食べよう!

チャレンジ7

行事食や郷土料理を
知ろう!

公民館行事や
イベントに参加

料理教室や食に関する展示など、子どもから大人まで参加できるイベントを行っています。食に関する専門家や、ボランティア団体「わかかな会」などが行うイベントもあります。



食について
学び、
伝えていこう!

食生活改善推進員養成講座の受講生を募集
～あなたも「わかかな会」の仲間になりませんか～

「わかかな会」は、食生活を中心に、子どもから高齢者までの皆さんが食べる楽しさを感じながら、健康について考える教室等を行っているボランティア団体です。入会には、同講座の受講が必要です。

| コース | 期間(全11回) | 曜日 | 時間 | 会場 | 定員(抽選) |
|-----|---------------|-------|--------------|------------|--------|
| A | 9月17日(水) | 原則水曜日 | 午前10時～正午(調理) | ウェルネスさがみはら | 50人 |
| B | ～平成27年3月6日(金) | 原則金曜日 | 実習時は午後1時まで | 南保健福祉センター | 30人 |

☑ 市内在住で、同講座終了後に「わかかな会」に入会し、「食生活改善推進員」として活動できる人
費 800円(材料費、資料代など)

☑ 6月2日～8月1日(必着)に、直接(ウェルネスさがみはら内)か電話、郵送、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、希望コース、応募理由を書いて、健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8322

☑ kenkoukikaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

リーダー研修会〈全5回〉

レクリエーションゲームや宿泊研修会などを通して、リーダーとしての知識と技術を学びます。

| 日にち | 時間 | 会場 |
|---------------------------|--------------------|------------|
| 7月6日(日) | 午前10時～午後5時 | 青少年学習センター |
| 7月19日(土)～20日(日) 〈1泊2日〉 | 集合 午前9時 解散 午後3時 | 相模川ビレッジ若あゆ |
| 9月21日(日) | 午前10時～午後5時 | 青少年学習センター |
| 10月5日(日)・26日(日) | 午後1時～5時 | |

対 市内在住の中学生～30歳 = 30人(申込順) 費 1,500円程度
 申 6月14日までに、直接か電話で青少年学習センター(☎042-751-0091)へ

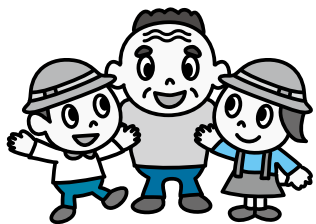
シニアのための地域活動実践講座〈全7回〉

地域活動の始めの一步を踏み出すためのノウハウなどを学びます。

時 6月18日～7月30日の毎週水曜日
 午前9時30分～11時30分

会 あじさい会館
 対 市内在住のおおむね50歳以上

定 30人(申込順)
 申 6月2日～13日に、電話で高齢者支援課(☎042-769-9231)へ



子どもアントレプレナー体験キャンプ

会社の設立から製造、販売、決算という経営の一連の流れを疑似体験します。

時 8月15日(金)～17日(日)〈2泊3日〉
 集合場所 サン・エールさがみはら 相模川ビレッジ若あゆ ほか
 対 市内在住か在学の小学校5・6年生 = 48人(抽選。初めての人優先)
 費 8,000円(宿泊費など)

申 6月11日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、性別、電話番号、保護者名、参加経験の有無を書いて、子どもアントレ事務局(さがみはら産業創造センター内 〒252-0131 緑区西橋本5-4-21 ☎042-770-9119)へ
 ※同センターホームページからも申し込みます。

シルバーいきいきライフ講習会

| 教室名 | 日にち | 時間 | 定員(抽選) | 費用 |
|------------------|-----------------|-----------|--------|-------|
| ① ビーズ編み(ネックレス作り) | 6月18日(水)・19日(木) | 午前9時～午後3時 | 各10人 | 各800円 |
| ② はじめよう水彩画〈全2回〉 | 6月25日(水)・26日(木) | 午前9時～午後4時 | 8人 | 500円 |

会 シルバー人材センター中央事務所 対 市内在住の60歳以上
 申 6月9日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、教室名、①は希望日を書いて、同事務所(〒252-0236 中央区富士見4-3-1 ☎042-753-7373)へ

旧石器ハテナ館の催し

体験教室の日 土器作り

土器を作りながら、形・模様について楽しく学びます。

時 6月15日(日) 午後2時～4時
 対 小学生以上 = 30人(申込順) 費 210円(材料費)
 申 電話で同館へ

講演会「ドングリとマメからみる八ヶ岳南麓の縄文集落—最近の資源利用研究成果から—」

時 6月21日(土) 午後2時～4時 講 佐野 隆さん(山梨県北杜市教育委員会職員)
 定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

ボランティアチャレンジスクール

ボランティア体験を通じて社会での役割を実感し、自主性を育みます。

| 日時 | 会場 | 内容 |
|-------------------------|--------|-----------|
| 7月12日(土) 午前9時30分～正午 | あじさい会館 | オリエンテーション |
| 7月19日(土)～8月21日(木)のうち数日 | 福祉施設など | 活動体験※ |
| 8月22日(金) 午前9時30分～11時30分 | あじさい会館 | 報告会 |

※福祉・子ども・環境・国際関係等の団体から異なる分野で2つ以上体験します。
 対 市内在住か在学の中学生～高校生 = 100人(抽選)
 申 6月30日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、緊急時の連絡先、保護者の署名、「ボランティアチャレンジスクール」と書いて、市社会福祉協議会中央ボランティアセンター(〒252-0236 中央区富士見6-1-20 ☎042-786-6181)へ

障害者スポーツ講座 はじめての水泳〈全2回〉

時 7月5日(土)・12日(土) 午後2時～3時 会 さがみはらグリーンプール
 対 市内在住か在勤・在学の障害児・者(水泳未経験者) = 15人(申込順)

※小学生は要付き添い
 申 6月28日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、「はじめての水泳」と書いて、けやき体育館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ ※ボランティアも多数募集しています。

市体育協会からののお知らせ

市体育協会 ☎042-751-5552 ☎042-751-5545
 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
 ☐taikyo@jade.dti.ne.jp ☎http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

① ニュースポーツフェスタ2014 in 津久井

ラグーゲッターやユニカールなど
 時 6月22日(日) 午前10時～正午
 会 津久井生涯学習センター
 対 市内か近隣市に在住・在勤・在学の4歳以上 = 50人(申込順)
 費 500円

② ウォーキングとブルーベリーつみ体験

時 7月6日(日) 午前9時～正午
 集合場所 津久井生涯学習センター
 対 市内在住か在勤・在学の人
 定 50人(申込順) 費 600円
 ①②共通
 申 電話かファクス、Eメールに住所(在勤の場合は勤務先)、氏名、年齢、電話番号、催し名を書いて、同協会津久井連絡所(☎042-705-5142 ☎042-705-5143 ☐taikyo-tukui@mica.dti.ne.jp)へ

市民選手権大会

① バレーボール(ママさん)
 時 7月20日(日)・27日(日) 午前9時
 会 総合体育館

② サッカー(中学生)

時 8月16日(土)～9月6日(土) 午前9時
 会 相模原ギオンフィールドほか

③ テニス(ダブルス(一般・小学生))

種別 男女別・一般は年代別
 時 7月26日(土)～8月9日(土) 午前9時
 会 淵野辺公園テニス場

④ 体操 ⑤ トランポリン

時 8月3日(日) 午前9時
 会 北総合体育館

..... 共 通

申 6月①15日②17日までに、市体育協会にある申込用紙を、③15日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、はがきに全員の住所・氏名・年齢・電話番号・種別・戦歴(JOP)を書いて、④⑤29日までに、市体操協会ホームページからか、電話で、市体育協会へ

盆踊り新譜講習会

時 6月①7日(土)②15日(日)③18日(水) 午後1時30分～3時30分

会 ①大野南公民館②橋本公民館
 ③市体育館(市役所前)
 ※希望者は、うちわと室内履きを持って直接会場へ

ペタンク初心者～中級者実技講習会

時 6月15日(日) 午前9時～正午
 集合場所 サーティーフォー相模原球会 会議室

会 淵野辺公園中央広場
 対 小学生以上
 ※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

フォーク・レクダンス特別講習会

時 6月21日(土) 午後1時30分～3時30分
 会 市体育館(市役所前)

費 500円(市レクリエーション協会員は無料)
 ※希望者は室内履きを持って直接会場へ

クレー射撃競技初心者講習会

時 6月29日(日) 午前8時
 会 県立伊勢原射撃場

(伊勢原市上粕屋2380)
 種別 トラップ射撃、スキート射撃
 対 市内在住か在勤・在学の人
 定 40人(先着順)
 費 1競技8,000円(学生4,000円)
 ※参加希望者は、銃砲・装弾・銃砲所持許可証・猟銃用火薬類等譲受許可証を持って、直接会場へ

高齢者初歩ダンススポーツ講習会〈全7回〉

時 7月2日～8月20日の毎週水曜日(7月30日を除く)

午前9時30分～11時45分

会 加藤会館(南区麻溝台6-15-22)
 対 市内在住か在勤のおおむね60歳以上
 定 50人(申込順)
 費 1,000円

申 6月27日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、「初歩ダンス」と書いて、同協会へ

夏の山行 高山植物の宝庫白馬岳～秘湯の蓮華温泉

時 7月24日(木)～27日(日)〈3泊4日〉
 集合 午後10時に相模原駅北口

対 市内在住か在勤の18歳以上
 定 37人(抽選)
 費 4万3,000円

申 6月13日(必着)までに、往復はがき(1グループ4人まで)に全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・生年月日・性別・電話番号、「白馬岳」と書いて、同協会へ
 ※歩行時間が長いので、健脚向きです。

視聴覚ライブラリー の催し 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

夏休み巡回映画会

映写ボランティア団体が会場まで出張し、映画会を開催します。子どもたちを対象に映画会を開いてみませんか。

巡回期間 7月19日(土)～8月24日(日)のうち希望する1日

上映時間 午後2時～4時、午後7時～9時

※市内の子ども会や自治会などの団体＝20団体(申込順)

※直接か電話で事前にお問い合わせの上、6月21日午前10時までに、直接同館へ

親子で楽しむ凧作り教室

小学生も簡単に作れる凧作りと凧揚げをします。

時 6月28日(土)、7月12日(土) 午後1時30分～4時

会 相模の大凧センター 定 各20人(申込順) 費 各500円

※直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「凧作り教室」と書いて、同センター(☎046-255-1311 ☎046-255-1361)へ

オリジナル風鈴作り

ガラスの風鈴にラインストーンやシールを貼り付けます。

時 6月29日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分

会 市民健康文化センター

定 各10人(申込順) ※未就学児は保護者同伴 費 各1,000円

※直接か電話で同センター(☎042-747-3776)へ

障害者ふれあい文化講座

①「一人で作るカンタンごはん」(全2回)

時 7月20日、8月10日の日曜日 午前10時～正午

※市内在住か在勤・在学の知的障害者＝8人(申込順)

②「楽しいお菓子作り」

時 7月3日(木) 午後6時～8時

※市内在住か在勤・在学の身体障害児・者か精神障害者＝16人(申込順)

会 けやき体育館 費 各500円

※①6月15日～7月13日②6月26日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、催し名を書いて、同体育館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ ※ボランティアも各5人(申込順)募集します。

津久井わくわく冒険隊

森遊び、森で昼食作り、渓流水族館作りなどを楽しみます。

時 7月12日(土) 午前10時～午後3時 会 中野山(緑区中野)

※小学生とその保護者＝40人(抽選) 費 2,000円(小学生1,000円)

※7月1日(消印有効)までに、往復はがきに住所、全員の氏名(ふりがな)・年齢・性別、代表者の電話番号、「津久井わくわく冒険隊」と書いて、津久井まちづくりセンター(〒252-5172 緑区中野633)へ

☎里山津久井をまもる会の安川さん ☎042-784-7847

初心者・ジュニアテニス教室(全5回)

| 日にち ※雨天時等変更あり | 時間 | 会場 |
|------------------------------|------------------|-----------------|
| 6月21日・28日、7月12日・26日、9月6日の土曜日 | 午前10時30分～午後0時30分 | やまびこ(小倉) テニスコート |
| 6月22日～7月20日の毎週日曜日 | | 津久井又野公園 |

※市内在住か在勤・在学の

①初心者コース＝15歳以上(中学生を除く)

②ジュニアコース＝小学校3年生～中学生

定 ①各会場20人②各会場10人(申込順) 費 各4,000円(保険料を含む)

※直接か電話、ファクスに氏名、年齢、電話番号、テニス経験の有無、希望会場、①か②を書いて、城山めいぶる(緑区久保沢1-1-53 ☎042-782-0303(火～金曜日の午前9時～午後3時) ☎042-782-1051)へ

※1コートにつき6人以上で開催。詳しくはお問い合わせください。

銀河アリーナ

施設の教室

プールオープン

時 6月10日(火)～9月16日(火) 午前9時～午後9時30分

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(抽選) | 費用 |
|--------------|-----------------------------|---------------|-----------|--------|--------|
| アクアビクス(全10回) | 6月19日～8月28日の毎週木曜日(7月31日を除く) | 午前10時～11時30分 | 18歳以上 | 各 | 4,500円 |
| キッズ水泳(全5回) | 6月23日(月)～27日(金) | 午後3時30分～4時45分 | 4歳以上の未就学児 | 30人 | 4,000円 |

※6月10日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名を書いて、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311)へ

さがみはらグリーンプール

施設の講座・教室

| 講座・教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(申込順) | 費用 |
|------------------|------------------|------------------|-------------------------|---------|---------------|
| はじめてのフラワーアレンジメント | 6月17日(火) | 午前10時30分～午後0時30分 | 18歳以上(高校生を除く) | 20人 | 3,000円(教材費含む) |
| スタート・ターンの練習(全4回) | 6月17日～7月8日の毎週火曜日 | 正午～午後1時 | | 30人 | 各4,000円 |
| はじめてのプール(全4回) | 6月18日～7月9日の毎週水曜日 | | オムツの取れている2歳以上の子どもとその保護者 | 30組 | |
| 泳力アップバタフライを泳ごう | 6月19日(木) | 午後5時30分～6時30分 | クロール25m以上泳げる小・中学生 | 30人 | 200円 |
| お腹引き締め(全2回) | 6月26日(木)・27日(金) | 午後2時30分～3時30分 | 15歳以上(中学生を除く) | 15人 | 各400円 |
| フォームローラー(全2回) | 6月30日(月)・7月1日(火) | 午後1時30分～2時30分 | 18歳以上(高校生を除く) | 10人 | |

※開催日前日までに、直接か電話で、同プール(☎042-758-3151)へ

総合体育館

施設の講座・教室

| 講座・教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(申込順) | 費用 |
|-------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|---------------------|---------|---------|
| 初心者ダンススポーツ(社交ダンス)(全10回) | 7月1日～9月16日の毎週火曜日(7月29日、8月26日を除く) | 午前9時30分～10時45分 | 15歳以上(中学生を除く) | 30人 | 各6,000円 |
| やさしいエアロビクス(全10回) | 7月4日～9月26日の毎週金曜日(7月25日、8月1日・22日を除く) | 午後2時～3時 | | 40人 | |
| ★3B親子体操(全10回) | 7月2日～9月3日の毎週水曜日 | 午前10時～11時 | 3・4歳児とその保護者 | 40組 | 各4,000円 |
| ピラティス(全10回) | | 午前11時15分～午後0時30分 | 15歳以上(中学生を除く) | 各40人 | 各1,600円 |
| ちびっこチャダンス(全4回) | 8月25日～9月29日の毎週月曜日(9月1日・15日を除く) | ①午後3時30分～4時30分 ②午後4時40分～5時40分 | ①4歳～6歳の未就学児 ②小学生 | | |
| からだの歪み調整&ヨガ(全10回) | 7月3日～9月4日の毎週木曜日 | 午前10時～11時 | 15歳以上(中学生を除く) | 30人 | 各6,000円 |
| スポーツチャンバラ(全10回) | 7月5日～9月20日の毎週土曜日(7月19日、8月9日を除く) | 午後1時30分～2時45分 | 小学生以上 | | |
| 短期少林寺拳法(全4回) | 7月10日～31日の毎週木曜日 | 午後6時30分～7時30分 | | 30人 | 1,600円 |
| フットサル短期集中(全2回) | 7月29日(火)・30日(水) | 午後3時～4時 | 4歳～6歳の未就学児 | 20人 | 各1,200円 |
| | 8月28日(木)・29日(金) | | 小学生 | 30人 | |

※6月15日(必着)までに、はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢(★は子どもの年齢と名前も)、電話番号、教室名を書いて、同館(〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781)へ

相模原ギオンスタジアム(相模原麻溝公園競技場)

施設の教室

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(申込順) | 費用 |
|-----------------------|--|-----------------|--------------------|---------|---------|
| 未就学児親子体操(全9回) | 7月7日～9月22日の毎週月曜日(7月21日、8月11日、9月15日を除く) | 午前10時30分～11時30分 | 2・3歳児とその保護者 | 20組 | 各9,900円 |
| 短期跳び箱・鉄棒集中月曜日クラス(全9回) | | 午後3時40分～4時40分 | 年中・年長 | 各20人 | |
| | | 午後5時～6時 | 小学校1～4年生 | | |
| 短期跳び箱・鉄棒集中金曜日クラス(全9回) | 7月4日～9月19日の毎週金曜日(7月25日、8月15日・29日を除く) | 午後3時40分～4時40分 | 年中・年長 | 各20人 | 5,000円 |
| | | 午後5時～6時 | 小学校1～4年生 | | |
| 骨盤すっきりエクササイズ(全10回) | 6月26日～9月18日の毎週木曜日(7月24日、8月14日・28日を除く) | 午前10時～11時 | 18歳以上 | | |
| 親子青空運動～芝の上で裸足で遊ぼう～ | 6月24日(火) | 午前11時～正午 | 1歳6か月～4歳の子どもとその保護者 | 30組 | 1組500円 |

※電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を書いて、同所(☎042-777-6088 ☎042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ

情報あ・ら・かると

お知らせ

自宅の無料耐震相談会

時 6月21日(土)・28日(土)
午前9時～正午
会 21日=相原公民館
28日=津久井中央公民館
※希望者は直接会場へ。確認通知書と図面があれば持参してください。
関 建築指導課

選挙人名簿・在外選挙人名簿の登録確認(縦覧)

関 選挙人名簿 平成6年6月2日までに生まれた人で、26年3月1日までに市の住民基本台帳に記録され、6月1日まで引き続き記録されている人

在外選挙人名簿 海外に転出し引き続き3か月以上滞在して在外選挙人名簿への登録申請をした人のうち、6月2日までに同名簿に登録された人

※いずれも新規に登録された人
時 6月3日(火)～7日(土)
午前8時30分～午後5時

会 各区選挙管理委員会事務局(7日のみ、緑区=緑区合同庁舎守衛室、中央区=市役所本館守衛室)

※縦覧希望者は直接会場へ(電話での登録確認はできません)

| 問い合わせ | |
|-------|---------------|
| 緑区 | ☎042-775-8820 |
| 中央区 | ☎042-769-9259 |
| 南区 | ☎042-749-2117 |

※7日のみ、緑・中央区は(☎042-754-1111)へ

はかりの定期検査

取引や証明に使用するはかりの検査のため、6月から県計量協会が店舗などに伺います。

費 種類により1台250円～5万1,200円
※対象地区など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

関 生活安全課

夜間納税相談窓口のご利用を

日中に、市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可
時 6月16日(月)・26日(土)
午後5時30分～7時

| 会場 | 電話番号 |
|----------------------|--------------|
| 納税課 (市役所第2別館2階)※ | 042-769-8300 |
| 緑区税事務所 (緑区合同庁舎5階) | 042-775-8808 |
| 南区税事務所 (南区合同庁舎3階) | 042-749-2163 |

※午後6時以降に市役所へ来庁する場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

技能功労者を推薦してください

優れた技能を持つ人などを表彰
関 次の全てに該当する人 ○市内在住で主に市内で技能職種に従事○同一職種に30年以上従事した60歳以上(平成26年10月1日現在)○優れた技能を持ち、後進の育成などその職種の発展に寄与し、他の模範として認められる
時 6月2日～13日に、直接か電話で、各技能職団体か、団体のない職種は雇用政策課(☎042-769-8238)へ

マンション管理 無料相談会

時 6月14日(土)午後1時～5時
会 市民会館
関 市内マンション管理組合役員と居住者
定 10組(申込順)
申 電話で県マンション管理士会県央相模支部(☎046-256-2683)へ

労働保険の確定・概算申告と保険料等の納付はお早めに

期間 6月2日～7月10日
※市綿健康被害救済のための一般拠出金も申告・納付してください。
※4月から一般拠出金率が1,000分の0.02に変わりました。
関 神奈川労働局労働保険徴収課(☎045-650-2803)

猫の譲渡会と相談会

相談会
時 6月3日・17日、7月1日・15日の火曜日 午後2時～4時
会 ウェルネスさがみはら
※希望者は直接会場へ
譲渡面接会(相談窓口もあり)
時 6月22日(日)、7月27日(日)
午前10時～正午
会 青少年学習センター
関 市内在住の20歳以上で、①譲りたい人=各10人(申込順。相談会での申し込みが必要)②欲しい人
※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ
関 生活衛生課

統計調査にご協力を

経済センサス-基礎調査と、商業統計調査を実施
調査方法 6月中旬から調査のお知らせを、6月23日から調査票を配布し、7月1日～中旬に回収(企業の本社などには傘下の事業所の調査票を一括して郵送し、郵送で回収)します。
※インターネットからの回答も可
関 情報政策課

マザーズハローワーク 相模原がオープン

職業紹介・予約相談や、保育サービス・子育て支援関連情報の提供など
所在地 南区相模大野3-11-7 相模大野B&Vビル6階
開所時間 月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時30分～午後7時
関 同所(☎042-862-0042)
※同ビル5階の「かながわキャリアアップハローワーク」は「相模大野職業相談コーナー」に改称しました。

潜在看護職復職支援 就職相談会

市病院協会加盟35病院の概要説明と復職に関する相談
時 6月22日(日)午前10時30分～午後3時
会 ユニコムプラザさがみはら
関 保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの免許がある人
※希望者は直接会場へ
関 同協会(☎042-755-0531)

街頭労働相談会

解雇・賃金不払い、労働保険・社会保険などの労働相談や障害者の就労相談
※職業紹介はありません。
時 6月17日(火)午前11時～午後5時
※社会保険労務士による相談は午後2時～5時
会 橋本駅自由通路
※希望者は直接会場へ
関 かながわ労働センター県央支所(☎046-296-7311)

宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

8月まで平日に空きあり
関 随時受け付け
9月分の抽選申し込み 6月10日午後5時までに、さがみはらネットワークシステムからか、商業観光課、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館にある申込書を各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは、6月21日から、電話で①☎0120-988-547 ②☎0267-55-6776へ
9月の休館日 ①16日(火)・17日(水) ②3日(水)・17日(水)
②日～金曜日は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

販売士検定試験3級

時 7月12日(土)
会 産業会館
費 4,120円
時 6月13日～19日に直接か、6月18日までにインターネットで、相模原商工会議所(☎042-753-8134)へ

募集

中央高齢者支援センター職員

勤務 原則、月～金曜日(土曜日の勤務あり)で、午前8時30分～午後5時(時間は応相談)
関 保健師・看護師・理学療法士・作業療法士のいずれかの免許がある人
関 若干名(選考)
申 電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と免許証を持参して相模原中央病院(☎042-751-5061)へ

6・7月 施設の催し・講座

※会場・問い合わせは原則各施設です

ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

シェアードオフィス1日見学会

時 6月8日(日)午前10時、午後2時・7時
会 オーサージュカフェ

美の法則 芸術
時 6月7日(土)午後2時～3時
女子美染織コレクションについて
時 6月14日(土)午後2時～3時

※希望者は直接会場へ

さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

お茶会
スリランカのお話とラウンジの成り立ち、イベントについて
時 6月15日(日)午前10時～正午
会 ユニコムプラザさがみはら
定 40人(先着順)
※希望者は直接会場へ

産業会館 ☎042-753-8133

金融説明会と個別相談会

時 6月10日(火)午後2時～4時30分
関 市内中小企業者など

定 30人(申込順)
申 電話か、Eメールに氏名、事業所名、「金融説明会」と書いて、相模原商工会議所(☎042-753-8135) 関 keieisien@sagamihara-cci.or.jp)へ

パソコン研修(6月講座)
定 各12人(申込順)
費 3時間コース4,100円から

※開講日時など詳しくは、お問い合わせください。
申 電話かインターネットで同館へ

セミナー&交流会「出会った人をトリコにする! 営業名刺の作り方」
時 7月5日(土)午後1時30分～5時
関 市内事業者か起業をめざす人

定 50人(申込順)
費 500円

申 6月2日～7月2日に、電話か、ファクス、Eメールに氏名、電話番号、「セミナー&交流会」と書いて、市産業振興財団(☎042-759-5600) 関 042-759-5655 関 soho@ssz.or.jp)へ

ソレイユさがみ ☎042-775-1775

デジカメ撮影テクニック講座

時 6月5日(木)、7月10日(木)、8月14日(木)
午後1時30分～4時

定 各30人(申込順) 費 各1,000円
★女と男のいきいきフォーラム「夢をあきらめない～女子プロ野球選手第1期生として～」

時 6月21日(土)午前10時～正午
関 坪内 瞳さん(日本大学国際関係学部女子硬式野球部監督)

定 180人(申込順)
生活習慣病予防の料理教室

時 6月28日(土)午前10時～午後1時
定 24人(申込順) 費 550円(材料費)
市民企画講座「楽しく活される服装の力～衣服を通して歴史をのぞいてみませんか～」

時 6月28日(土)午後2時～4時
定 30人(申込順)

申 直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、催し名を書いて、同所(☎042-775-1776)へ(★のみ6月2日から受け付け)
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

市制施行60周年記念 男女共同参画フェスティバル～「ソレイユさがみ」知らないなんてモッタイナイ!～

体験教室やスタンプラリーなどさまざまなイベントを開催
時 6月21日(土)・22日(日)
午前10時～午後4時
※希望者は直接会場へ

サン・エールさがみはら ☎042-775-5665

土曜コンサート「混声合唱」

時 6月14日(土)午後5時30分～7時
定 220人(先着順)
※希望者は直接会場へ

施設のお休み

さがみはら北の丘センター

時 6月1日(日)・2日(月)
関 同所(☎042-773-5570)

環境情報センター
時 6月8日(日)・19日(木)・29日(日)

関 同所(☎042-769-9248)
市民健康文化センター

時 6月9日(月)
※10日(火)・11日(水)はプールがお休みです。
関 同所(☎042-747-3776)

①児童育成指導員②児童館指導員
③児童育成補助員④児童館補助員

こどもセンターや児童クラブで児童の遊びや生活面を指導
勤務 7月から①②週4日程度③④週2・3日程度の主に夏休み期間
賃金 ①②時給1,000円③④時給890円
※募集施設など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
6月2日～13日に、こども施設課、各こどもセンター・公民館などにある申込書(市ホームページにも掲載)をこども施設課(☎042-769-9227)へ

日連診療所の非常勤看護師

勤務 8月から週3日程度(土・日曜日、祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時か、午前か午後の1日4時間(勤務日は応相談)
賃金 時給1,780円
※看護師か准看護師免許がある人
定1人(選考)
6月2日～30日(必着)に、直接か郵送で、履歴書(写真貼付)と看護師か准看護師免許証の写しを国民健康保険課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8235)へ

ファミリーサポートセンター会員

子どもの送迎等、子育ての手助けを受けたい利用会員と手助けをしたい援助会員
市内在住か在勤・在学で入会説明会に参加でき、次に該当する人
○利用会員=生後3か月～小学生(障害児は18歳まで)の子どもがいる○援助会員=20歳以上で講習会に出席できる
※保育士、幼稚園・小学校教諭、保健師などの資格か免許がある人は、講習の一部が免除されます。
入会説明会
6月20日(金)・24日(火)・26日(木) 午前10時～11時
あじさい会館
援助会員講習会(全2回)
7月1日・8日の火曜日 午前9時30分～午後3時30分(8日は午後4時まで)
市民会館
6月2日から、電話で同センター(☎042-730-3885)へ
※保育あり(定各5人(申込時に要予約))

保健福祉相談員

精神保健福祉手帳等の申請案内など
勤務 7月～平成27年3月(更新あり)の月～金曜日(1日6時間)で週2・3日程度
勤務場所 緑障害福祉相談課
報酬 時給1,750円
※保健師の免許か精神保健福祉士等の資格があるか、保健福祉相談業務の経験がある人=若干名(選考)
6月2日～13日(必着)に、直接か郵送で、履歴書(写真貼付)を精神保健福祉課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9813)へ
※後日、面接あり

障害者歯科診療補助

勤務 7月からの火・木曜日で、午後0時30分～5時30分(所定外労働あり)
勤務場所 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)
報酬 日額9,000円
※歯科衛生士・看護師の免許がある人
定各1人(選考)
※勤務条件など、詳しくはお問い合わせください。
6月2日～10日(必着)に、直接か郵送で、履歴書(写真貼付)を市歯科医師会事務局(〒252-0236 中央区富士見6-1-1 ☎042-756-1501)へ

さがみ美術展の作品

6月20日(金)～24日(火)に相模原市民ギャラリーで開催
出展 1人2点まで。規格は8～100号(80～100号は1点)
費1点3,000円、2点4,000円、80～100号4,000円
6月15日午前10時～午後5時に、直接、作品を同ギャラリーへ
※作品は額装し、必ず掛けひもを付けてください。ガラス入り額不可
市美術協会事務局の阿部さん(☎042-751-7030)

親子コミュニケーション
支援事業ボランティア

絵本を通して豊かな親子関係が築けるよう支援するボランティア
※活動には講習会の受講が必要です。日程など、詳しくはお問い合わせください。

6月20日までに、ファクスかEメールに住所、氏名、ファクス番号かEメールアドレス、「親子コミュニケーション」と書いて、らいうらいぶ(☎042-741-7130 FAX 042-741-7196 info@live-lib.jp)へ

イベント

英語でティータイム Fun Baking!
国際交流員によるカナダのお菓子作り
6月15日(日) 午後2時30分～4時30分
会ユニコムプラザさがみはら
市内在住か在勤・在学の高校生以上
定30人(申込順) 費350円
6月8日までに、電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

フリーマーケット&おもちゃの病院

6月15日(日)〈雨天中止〉
午前10時～午後2時(おもちゃの病院の受け付けは午後1時30分まで)
会橋本台リサイクルスクエア
※壊れたおもちゃの修理は無料(1人2点まで。部品代は有料)
※希望者は直接会場へ
資源循環推進課

神奈川土建住宅デー

無料住宅相談や耐震相談、包丁研ぎなど
6月8日(日) 午前10時～午後3時
※会場など、詳しくはお問い合わせください。
神奈川土建一般労働組合相模原支部(☎042-754-8023)

講演・講座

災害ボランティアコーディネーター
養成講座(全2回)

6月21日(土)・22日(日) 午前9時30分～午後5時
会あじさい会館緑分室(緑区合同庁舎内)
市内在住の人
定20人(申込順) 費500円
6月2日～20日に、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、「養成講座」と書いて、市社会福祉協議会中央ボランティアセンター(☎042-786-6181 FAX 042-786-6182 svc@sagamiharashishakyo.or.jp)へ

子育て広場たんとう虫歯予防セミナー

6月21日(土)
①午前11時～正午
②午後1時～2時
会伊勢丹相模原店(南区相模大野)
対①0歳児とその保護者
②1歳～2歳くらいの子どもの保護者
定各20組(申込順)
電話か、Eメールに保護者の氏名、子どもの月齢、携帯電話番号、参加人数を書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

子育て講演会

発達障害についての講演など
6月28日(土) ①午前10時～正午②午後1時30分～4時
③7月6日(日) 午後1時30分～4時
県内在住か在勤・在学で、発達障害やその傾向のある子どもの保護者・支援者・関係者など
定①35人②50人③20人(申込順)
会①②サン・エールさがみはら
③社のホールはしもとセミナールーム2
費①500円②995円③保護者500円、支援者・関係者など995円
電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、希望日時を書いて、発達障害の会神奈川オアシス(☎090-8506-0714 FAX 042-703-9830 oasisu_semi@yahoo.co.jp)へ
※同会ホームページからも申し込みます。講演の内容など、詳しくはお問い合わせください。

6月8日～14日は
危険物安全週間

ガソリンは燃えやすく、とても危険です。
ガソリンをポリタンクに入れることは禁止されているので、ガソリン専用の携行缶を使用してください。



図 予防課

学ぶことは、面白い。 さがまちカレッジ 〈7月講座〉

衛星からのメッセージ
—みんなで使う宇宙データ

7月5日(土) 午後1時～5時
会JAXA相模原キャンパス(中央区由野台3-1-1)
対中学生以上
定80人(申込順)
費1,000円

こころの応急処置～大切な人の健康のために～(全4回)

7月13日・20日、8月3日・17日の日曜日 午前9時30分～午後0時30分
会ユニコムプラザさがみはら
対16歳以上
定各40人(抽選)
費2,000円(1回だけの参加は600円)

集中講座「基礎デッサンの勘どころ」—初心者から経験者まで(全4回)

7月13日(日)・20日(日)・21日(祝)・27日(日) 午前10時～正午
会町田・デザイン専門学校(町田市森野)
対中学生以上
定12人(抽選)
費6,000円(教材費を含む)

家庭でできる!ハーブを使用したレシピ

7月17日(木) 午前11時～午後1時
会町田市生涯学習センター(町田市原町田)
定30人(抽選)
費2,500円(材料費を含む)

6月17日(必着)までに、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館などにある申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ
※同コンソーシアムホームページからも申し込みます。

読者のひろば (敬称略)

催し 費用の記載がない場合は無料です。

- フラメンコ初心者講習会 6月12日(木)・19日(木) 午後7時～8時、青少年学習センター。費用1,000円 電話で鈴木(☎042-754-1975)へ
- 北里大学農医連携シンポジウム「食のリスクとその軽減方法」 7月12日(土) 午後0時30分～3時30分、ユニコムプラザさがみはら。定員120人(申込順) 電話で稲熊(☎042-778-9765)へ
- フェスタ「みんなで生きる」 福祉施設による自主製品の展示販売や模擬店など 6月7日(土) 午前10時～午後2時、海老名中央公園(海老名市中央1-291-3) 田武富(☎0467-78-4178)
- 相模湖音楽隊ブリーズハーモニー定期演奏会 曲目は「威風堂々」など 6月22日(日) 午後1時30分～3時30分、県立相模湖交流センター。定員200人(先着順)。体験あり 田上(☎042-814-8948)
- ダンスパーティー 6月9日(月)・15日(日)・7月14日(月)・27日(日) 午後1時～4時、サン・エールさがみはら。費用各600円 田小沼(☎090-8740-7580)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- フラワーアレンジメント 月1・2回木曜日 午前10時30分、サン・エールさがみはら。初心者歓迎 田上(☎090-6224-0549)
- 吹奏楽 月3回火曜日が水曜日、月1回土曜日 午前10時、小山公民館ほか。対象は経験がある女性 田角(☎042-715-8731)
- 歌 月3回水曜日午後1時30分、相武台公民館 田久保(☎090-4418-0373)
- 女声カラオケ 毎週水曜日午後2時、サン・エールさがみはら。見学可 田安室(☎080-5486-0522)
- 英会話 月3回水曜日午後2時から午後6時、橋本公民館。見学可 田田島(☎042-771-3024)

応募は発行日の3週間前まで

掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX 042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。
催しは過去6か月以内、仲間は過去1年以内に掲載された団体は応募できません。掲載は抽選(仲間は希望号と次号の2回)。掲載の場合は、発行日の10日前ごろに連絡します。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。



若あゆ かかしフェスティバル 出展者募集

9月13日(土)～10月13日(祝)に開催する同フェスティバルにかかしを出展しませんか。

☎市内の小・中学生とその保護者
市内の青少年団体

☎6月2日～7月11日に、直接か電話で、相模川ビレッジ若あゆ(☎042-760-5445)へ



アジサイフェア '14

色鮮やかに咲く、市の花アジサイの魅力に触れてください。当日は、アジサイの展示、苗の配布などもあります。



| 日にち | 時間 | 会場 |
|----------|--------------|---------------------|
| 6月 8日(日) | 午前9時～午後3時30分 | 相模原麻溝公園(170種6,000株) |
| 6月15日(日) | | 相模原北公園(200種1万株) |

☎相模原麻溝公園管理事務所 ☎042-777-3451
相模原北公園管理事務所 ☎042-779-5885

グリーンカレッジつくい前期講座

①津久井のアウトドア講座「カヌー in相模湖」

昭和39年の東京オリンピックで競技開催地となった相模湖で、カヌー(カヤック)のテクニックなどを学び、水源地の大自然を満喫します。

| コース | 日にち | 時間 |
|-----|-------------|----------------|
| A | 6月28日(土) | 午前9時30分～11時30分 |
| B | ※荒天時は29日(日) | 午後1時30分～3時30分 |
| C | 7月 5日(土) | 午前9時30分～11時30分 |
| D | ※荒天時は6日(日) | 午後1時30分～3時30分 |

集合場所 県立相模湖漕艇場管理運営棟前

☎小学校2年生以上＝各コース15人(申込順) 費各2,000円

②スポーツ健康講座「太極拳」〈全10回〉

太極拳を習いながら、心と体を元気にしましょう。

☎6月20日～8月29日の毎週金曜日(8月15日を除く)
午後1時30分～3時30分

☎津久井生涯学習センター、串川地域センター

☎20人(申込順) 費5,000円

☎6月15日(消印有効)までに、直接か電話、はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、講座名、①は希望コースを書いて、津久井生涯学習センター(〒252-0159 緑区三ヶ木414 ☎042-784-2400)へ



初夏の麻溝

川めぐりハイキング〈約3.8km〉

自然・史跡などを巡り、麻溝地区の魅力を発見します。

☎6月21日(土)〈雨天中止〉

集合 午前9時30分～10時に原当麻駅東口

コース 原当麻駅～天応院～道保川沿い～三段の滝展望広場～下溝駅

☎50人(申込順)

☎6月2日～18日に、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、「川めぐりハイキング」と書いて、麻溝まちづくりセンター(☎042-778-1006

☎042-778-2249 ☎asamizo-syu@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※雨天時のお問い合わせは、市コールセンター(☎042-770-7777)へ



本沢梅園の梅もぎ取り 予約不要

梅の収穫時期に合わせて、川尻財産区の本沢梅園を開園します。品種は梅酒や梅干しなどで楽しめる白加賀です。

☎6月7日(土)～10日(火)、6月14日(土)～16日(日)
午前9時～午後4時

※梅がなくなり次第、終了します。

☎緑区川尻4457-1(城山発電所そば、無料駐車場あり)

交通 橋本駅南口から若葉台住宅行きバスで終点下車、徒歩約30分

☎1kg500円(入場は無料)

☎市コールセンター ☎042-770-7777



銀河連邦サク共和国のりんご樹オーナー募集

銀河連邦事業で交流のある長野県佐久市臼田地域の「サンふじ」のオーナーになってみませんか。太陽の光をいっぱい浴びた甘いりんごが収穫できます。

収穫時期 11月上旬～中旬 ※収穫に行けない人には、宅配便で届けます。

☎1本2万1,600円(約150玉は最低保証)

受け入れ本数 40本(抽選)

☎6月2日～20日に、ファクスかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、ファクス番号、希望本数を書いて、臼田地域りんご樹オーナー制度委員会(☎0267-82-3116 ☎u-keizaikensetsu@city.saku.nagano.jp)へ

☎佐久市臼田支所経済建設係 ☎0267-82-3113



道保川公園 公園の自然めぐり

自然豊かな園内を樹木医の解説を聞きながら、のんびりと巡ります。

☎6月21日(土)午前10時～正午〈小雨決行〉

集合場所 道保川公園管理事務所前

☎中学生以上＝20人(申込順) 費300円

☎直接か電話で、市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ



たてしな自然の村バスツアー 1泊2日

たてしな自然の村に宿泊し、サントリー白州蒸留所や上高地など、初夏の信州を満喫します。

☎6月25日(水)～26日(木)

集合 午前7時15分に相模原駅前

解散 午後5時ごろに同駅前

☎市内在住・在勤・在学の人か町田市在住の人

☎40人(抽選) 費1万5,000円(4食付き)

☎6月13日(必着)までに、往復はがきかファクスに、全員の住所・氏名(代表者に○)・年齢・電話番号、「たてしな自然の村バスツアー」と書いて、たてしな自然の村(〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田八ヶ野赤沼平995 ☎0267-55-6776 ☎0267-55-7188)へ



上高地穂高連峰

ウェルネス通信



6/1

発行 相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号 ホームページ <http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/> 編集 総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200

●会場や申込先については下記をご覧ください

子どもとお父さん、お母さんのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

離乳食教室(スタート編)

離乳食の講習、簡単な実習と試食

| 日にち | 時間 | 会場 |
|---------|------------|----|
| 7月7日(月) | 午後1時~2時15分 | ㊦ |
| 28日(月) | 2時45分~4時 | ㊮ |

対平成26年1月~2月生まれの初めての子の保護者とその家族

定各20人(申込順。調整あり)

申⑮

ママの心のケアルーム 「ママの休み時間」

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」などを感じているお母さん同士が語り合い、気持ちを楽にする場

対6月11日(水) 午前10時~11時30分

会㊦

対乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)

申⑥

ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び

時7月8日(火) 午前10時~11時30分

会㊮

対おおむね4歳未満のふたご・みつごと

その家族か、ふたご等を妊娠中の人

定20組(申込順)

申⑨

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

時午前10時~11時15分

対乳幼児とその保護者

※希望者は直接会場へ

申⑦⑧⑨

| 日にち | 会場ほか |
|----------|---------------|
| 6月17日(火) | 二本松㊮、陽光台㊮、田名㊮ |
| 18日(水) | 横山㊮、相武台㊮ |
| 19日(木) | 湖㊮、大野北㊮、上鶴間㊮ |
| 24日(火) | 富士見㊮、鶴園中和田㊮ |
| 25日(水) | 並木㊮ |
| 26日(木) | 城山㊮、麻溝㊮ |

㊮こどもセンター

㊮栄養士による栄養相談もあり

㊮歯科衛生士による歯科相談もあり



相談

| 相談名(相談員) | 日にち | 時間 | 会場 | 申込 | 内容・定員・問い合わせなど | |
|---------------------------------|-------------------|--------------------------|--------------------------------------|-------|--|---|
| 健康相談 電話相談(保健師) | 月~金曜日 | 午前8時30分~午後5時 (祝日等を除く) | ㊮ ㊦ ㊮ ㊮ ㊮ ㊮ ㊮ ㊮ | | 健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※㊮(津)湖(藤)城は来庁相談のみ 申⑦⑧⑨ | |
| | 月・木曜日 | | | | | |
| | 火曜日 | | | | | |
| | 水曜日 | | | | | |
| | 金曜日 | | | | | |
| 電話歯科相談 (歯科医) | 月~金曜日 (祝日等を除く) | 午前9時~11時 | | | 口の健康に関する悩みや相談 ※健診等により歯科医師が不在の場合もあります。 申健康企画課 ☎042-769-8344 | |
| エイズ等の 検査・相談 | 火曜日 | 午前9時~11時 | ㊮ | ④ | エイズ、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料・匿名) 定各12人(申込順) | |
| | 6月14日(土) | 午後2時~4時 | 橋 | | | |
| ひきこもり 家族教室 | 6月18日(水) | 午後2時~4時 | ㊮ | ⑭ | ひきこもりについての理解を深め、対応を学びます。 対市内在住か在勤でひきこもりの状態にある人の家族 定10組(申込順) | |
| 思春期・ ひきこもり 特定相談 (精神科医) | 6月19日(木) | 午後2時~4時 | | けやき会館 | ⑭ | 対思春期相談 13歳~17歳の精神的な問題を抱える人とその家族 ひきこもり相談 おおむね40歳ぐらまでのひきこもりの状態にある人とその家族 定2組(申込順。調整あり) |
| | | | | | ⑭ | 対アルコールに関する問題を 持つ人とその家族 定2組(申込順。調整あり) |
| みんなの アルコール 相談 | 6月17日(火) | 午前10時~正午 | | ⑭ | 専門医などが、お酒の量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談に応じます。 対アルコールに関する問題を 持つ人とその家族 定2組(申込順。調整あり) | |
| アルコール・ 薬物家族教室 | 6月25日(水) | 午後2時~4時 | ㊮ | ⑭ | アルコール・薬物問題を理解し、その対応を学びます。 対市内在住か在勤のアルコール・薬物問題がある人の家族 定10組(申込順) | |
| くすりの相談 | 6月19日(木) | 午後1時30分~3時 | ㊮ | | ※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 申市薬剤師会 ☎042-756-1502 | |

もっと健康になるための教室

| 教室名 | 日にち | 時間 | 会場 | 申込 | 内容・対象など |
|------------------|----------|---------------|----|----|--|
| ダンベル体操 | 7月2日(水) | 午前10時~正午 | ㊮ | ⑧ | 生活習慣改善と運動の必要性についての講義と実技ほか 対20歳以上で運動の実技に支障がない人 定25人(申込順。初めての人優先) |
| 運動プログラム 作成コース | 7月10日(木) | 午後1時15分~4時15分 | ㊮ | ⑧ | 体力測定と健診結果を基に運動プログラムを作成 対20歳以上で生活習慣病が気になる、運動が必要な人(6か月以内に受診した健診結果が必要) 定12人(申込順。初めての人優先) 費1,000円 |

※受講後、運動習慣定着コースに続けて参加できます。

産後のカラダスッキリ♪ ママ'sセミナー<全2回>

血管・体年齢などの測定や、ライフコーダ(身体活動測定機)を身に付けて運動量をチェックします。

時7月11日(金)・18日(金) 午前10時~正午

会㊮ 対市内在住か在勤の人=25人(申込順)

申7月10日までに、直接か電話で⑨へ

アレルギー疾患講演会

小児ぜんそくとアレルギー性鼻炎(花粉症)

小児期の予防対策と日常ケアについて学びます。

時7月3日(木) 午後2時~4時

会㊮ 対50人(申込順) ※保育あり(対15人(申込時に要予約))

申7月2日までに、電話で⑦へ

主な実施会場

| | |
|---------------|--------------|
| ㊮ ウェルネスさがみはら | 中央区富士見6-1-1 |
| ㊮ 緑区合同庁舎 | 緑区西橋本5-3-21 |
| 橋 シティ・プラザはしもと | 緑区橋本6-2-1 |
| ㊮ 南保健福祉センター | 南区相模大野6-22-1 |
| 城 城山保健福祉センター | 緑区久保沢2-26-1 |
| 津 津久井保健センター | 緑区中野613-2 |
| 湖 相模湖総合事務所 | 緑区と瀬896 |
| 藤 藤野総合事務所 | 緑区小淵2000 |

申し込み・問い合わせ (6月2日から ※⑨を除く)

| | |
|-------------|---------------|
| ① 緑高齢者相談課 | ☎042-775-8812 |
| ② 中央高齢者相談課 | ☎042-769-8349 |
| ③ 南高齢者相談課 | ☎042-701-7704 |
| ④ 疾病対策課 | ☎042-769-8260 |
| ⑤ 健康企画課(成人) | ☎042-769-8322 |
| ⑥ 健康企画課(母子) | ☎042-769-8345 |
| ⑦ 緑保健センター | ☎042-775-8816 |

| | |
|--------------|---------------|
| ⑧ 中央保健センター | ☎042-769-8233 |
| ⑨ 南保健センター | ☎042-701-7708 |
| ⑩ 城山保健福祉課 | ☎042-783-8120 |
| ⑪ 津久井保健福祉課 | ☎042-780-1414 |
| ⑫ 相模湖保健福祉課 | ☎042-684-3216 |
| ⑬ 藤野保健福祉課 | ☎042-687-5515 |
| ⑭ 精神保健福祉センター | ☎042-769-9818 |
| ⑮ 市コールセンター | ☎042-770-7777 |

ラジオ体操・みんなの体操講習会

テレビやラジオでおなじみの体操指導者の長野信一さんと一緒に、効果的な健康づくりのための正しい体操方法を学びます。

| 日にち | 時間 | 会場 | 定員(申込順) |
|----------|----------------|-----------|---------|
| 6月22日(日) | 午前9時30分～11時30分 | 南保健福祉センター | 40人 |
| 28日(土) | 午後2時～4時 | 富士見小学校 | 100人 |

市内在住の人

6月15日までに、電話(1回の申し込みで1会場2人まで)で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

専属トレーナーが、各種の体操や機器を使った筋力トレーニングなどを指導します。

| 日にち | 時間 | 会場 | 電話番号 |
|------------------------------|-----------------|----------------------------------|---|
| ① 7月9日～9月24日の毎週水曜日 | 午後1時～2時30分 | コナミスポーツクラブ 相模大野 (南区南台3-1-27) | 042-748-6611 (午前10時30分～午後5時) 金曜日を除く |
| ② 7月3日～9月25日の毎週木曜日(8月14日を除く) | 午前10時30分～11時50分 | NSP上溝スイミングスクール&クラブ (中央区上溝3991-1) | 042-763-3140 (午前10時～午後7時) 日曜日を除く |
| ③ 7月2日～9月24日の毎週水曜日(8月13日を除く) | 午後3時30分～5時 | スポーツクラブ ルネサンス相模大野 (南区相模大野7-19-1) | 042-702-0303 (午前10時～午後11時30分、土・日曜日、祝日等は午後8時まで) 金曜日を除く |
| ④ 7月4日～9月26日の毎週金曜日(8月15日を除く) | | スポーツクラブ ルネサンス淵野辺 (中央区鹿沼台1-9-15) | 042-753-5461 (午前9時30分～午後9時、日曜日、祝日等は午後7時まで) 月曜日を除く |

運動に支障がない市内在住の65歳以上の人 ①②③各10人④8人(抽選) 費各6,000円

6月①23日③④21日までに、②6月2日～21日に、電話で各会場へ

公開講座 コレステロール、血糖値、血圧が気になりはじめた人へ

| 日にち | 時間 | 会場 | 内容 | 申込先 |
|---------|---------------|------------|--------------------------|------------------------|
| 7月4日(金) | 午前10時～正午 | 緑区合同庁舎 | 血糖値が気になりはじめた人へ | 緑保健センター ☎042-775-8816 |
| 10日(木) | | ウェルネスさがみはら | 中性脂肪・コレステロール値が気になりはじめた人へ | 中央保健センター ☎042-769-8233 |
| 14日(月) | 午後1時30分～3時30分 | 南保健福祉センター | 血圧が気になりはじめた人へ | 南保健センター ☎042-701-7708 |

市内在住か在勤の人=各50人(申込順) 6月2日から、電話で各申込先へ

シックハウス症候群にご注意を

住宅建材や家具に使われている塗料・接着剤などから放散される化学物質が原因で、「シックハウス症候群」と呼ばれる症状が出る場合があります。

- 症状** 目がチカチカする、頭痛、めまい、鼻水、のどの痛み、せき、集中力の低下、疲労感など
- 予防と対策**
- 住宅の建材や内装、家具などは、化学物質の放散量の少ない材料を使用している製品を選ぶ
 - 十分に換気をして外の空気を取り入れる
 - 症状が出たときは、医療機関へ

生活衛生課 ☎042-769-8347 同課津久井班 ☎042-780-1413

シニアのための歯っぴー健口セミナー〈全5回〉

歯や口の機能を維持・向上させるため、一人ひとりに合ったプログラムを作成し、口の体操や清掃などの方法を学びます。

6月27日、7月4日・25日、8月1日・8日の金曜日 午前9時45分～11時45分

南保健福祉センター

65歳以上(介護保険要介護・要支援者を除く)で、次のいずれかに該当する人=若干名(選考)

- 半年前に比べて硬いものが食べにくくなった
- お茶や汁物などを飲んだときにむせることがある

口の湯気が気になる

6月2日～13日に、電話で南高齢者相談課(☎042-701-7704)へ

食中毒が発生しやすい季節がやってくる前に

家庭でできる食中毒予防の



5つのポイント



1 購入

- 新鮮な物を選び、食べ切れる量を買う
- 購入後はすぐに持ち帰る

2 保存

- すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保存する
- 冷蔵庫に食品を詰め込み過ぎない

3 調理

- 調理の前に手を洗う
- 加熱して調理する食品は十分加熱する

4 食事

- 食事の前に手を洗い、時間を置かずに食べる

5 後片付け

- 使った皿はすぐに洗い、清潔な布巾で水気を拭き取る
- 残った食品は冷蔵庫で保存し、温め直すときは十分加熱する
- 時間がたち過ぎた物は、思い切って捨てる

生活衛生課 ☎042-769-9234 同課津久井班 ☎042-780-1413

実施中

健康診査・検診・検査

(特定)健康診査、がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)、お口の健康診査、肝炎ウイルス検診を、市内協力医療機関や公共施設などで実施しています。

- 費用や日程など詳しくは、本紙7月1日号でお知らせします。
- 肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど)は、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。

申し込み・問い合わせ 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

認知症サポーター養成講座

～その笑顔にほっとする 認知症高齢者を支えるまちづくり～

認知症の症状や認知症の人への基本的な接し方を学びます。

6月26日(木) 午後2時～4時30分 緑区合同庁舎

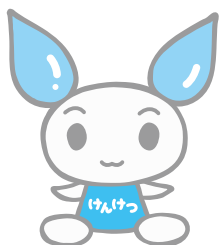
市内在住か在勤・在学の人(介護サービス従事者を除く)=60人(申込順)

6月20日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

+愛の献血

| 日にち | 時間 | 会場 |
|-------------------|---------------------------|---------------|
| 6月5日(木) 12日(木) | 午前10時～正午 午後1時30分～4時 | 市役所前 |
| 6月15日(日) | 午前10時～正午 午後1時30分～3時30分 | さがみはら北の丘センター前 |

16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験が必要) 所要時間 40分程度 ※本人確認をしています。



医事薬事課 ☎042-769-8343

急病などで困ったときは

(電話番号をよく確かめて)

医科 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000

平日 午後5時～翌朝9時 土曜日 午後1時～翌朝9時 日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時

※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行いません。

歯科 休日急患歯科診療所 ☎042-756-1501

日曜日、祝日等の昼間 午前8時45分～11時30分、午後1時15分～4時30分

接骨 休日当番柔道整復施設所案内 ☎0120-19-4199

日曜日、祝日等の昼間 午前9時～午後5時

精神科 精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070

平日 午後5時～翌朝8時30分

土・日曜日、祝日等

午前8時30分～翌朝8時30分 (いずれも翌平日朝は8時まで受け付け)

※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、必要に応じて精神科医療機関を紹介します。(神奈川県・横浜市・川崎市・相模原市共同運営)

