

広報 さがみはら

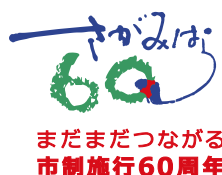
NO.1302
毎月1日・15日発行

2014 12/1
平成26年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 1月から小児慢性特定疾病医療費助成制度が変更 2
- あらためて、人権について考えてみませんか？ 4
- 楽しくなければ消防団じゃない！ 6・7
- ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内) 別冊



まだまだつながる
市制施行60周年

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 723,121人(190増)
男 362,372人 女 360,749人

世帯 316,513世帯(193増)
11月1日現在()は前月との増減

TOPICS

米軍基地問題について国に要請



中山外務副大臣(左)へ要請書を手渡す加山市長

11月14日、本市と市米軍基地返還促進等市民協議会は、相模総合補給廠一部返還地・共同使用区域の地元の意向に沿った早期利用、米軍再編の際に約束されている返還4事案の早期実現、米軍機による騒音被害の解消、住宅防音工事助成制度の見直しなど、米軍基地問題に関する要請を国・米軍に行いました。

中山泰秀外務副大臣からは、「頂いた内容については、米側としっかり交渉していきたい」との発言がありました。

問渉外課 ☎042-769-8207



まばゆく光る

さがみはら

ウィンターイルミネーション

SAGAMIHARA WINTER ILLUMINATION

2014-2015

さがみ湖イルミリオンの祭典

関東最大500万球の光の祭典

時 4月12日(日)まで(予定)午後5時～9時30分

会 さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト

※1月7日までは毎日開催。以降は金・土・日曜日、祝日等と3月20日～4月5日に開催 ※点灯時間は季節により異なります。

※観覧には料金が必要です。入場は午後9時まで

市制施行60周年記念キャンペーン実施中!

3月31日まで、市民を対象に、同所内の遊園地や温泉を特別料金で利用できます。詳しくは、同所ホームページをご覧ください。

問さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト ☎042-685-1111



ステスク クリスマスツリー2014



花や木製のオーナメント(飾り)を装飾した高さ12mのツリーに、緑を基調とした約2万球のLED電球が輝きます。

時 12月25日(木)まで
午前10時～午後11時

会 相模大野ステーションスクエアアトリウム広場

問相模大野ステーションスクエア

☎042-767-1000

アクアリウムさがみはらイルミネーション



高さ10mのモミの木をはじめ、施設全体にイルミネーションが灯ります。

時 12月13日(土)～1月末
午後4時30分～8時

会 相模川ふれあい科学館
アクアリウムさがみはら

点灯式

時 12月13日(土)
午後5時

問市観光協会 ☎042-771-3767

大野北地区イルミネーション



地域の温かい力が冬の夜空に映えます。

時 12月6日(土)～25日(木)
午後5時～10時

会 大野北公民館

点灯式 式典やコンサートなどを行います。

時 12月6日(土)
午後4時30分～7時

問大野北公民館 ☎042-755-6601

橋本駅前イルミネーション



シンボルツリーを中心に約6,000球のLED電球が輝きます。

時 通年 午後5時～11時
※点灯時間は季節により異なります。

会 同駅北口ペデストリアンデッキ

問商業観光課

☎042-769-9255

※このほか、市内で鑑賞できるイルミネーションに関する情報は12ページをご覧ください。



1月から小児慢性特定疾病(現・小児慢性特定疾患)医療費助成制度が変わります

小児慢性特定疾病の患者に対する医療費助成に対して、公平で安定的な制度を確立するため、児童福祉法の改正が行われました。
主な変更点は、以下のとおりです。

- 医療費の自己負担限度額について、所得税額ではなく市県民税額で判定するなど、月額自己負担限度額の金額や算定方法が変わります。
- 対象となる疾病の種類が拡大されます。
- 現在、小児慢性特定疾患の認定を受けている人は、引き続き医療費助成を利用するために申請手続きが必要です。

※市指定医・医療機関、対象となる疾病、制度などについては、市ホームページをご覧ください。

健康企画課 ☎042-769-8345

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金の申請を忘れずに

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金 申請期限は12月31日(消印有効)です

対象と思われる人には、申請書を郵送しています。
期限内に申請をしないと給付金を受け取ることはできません。必ず、期限までに申請してください。

忘れずに申請してね



また、市給付金専用ナビダイヤルは1月30日で終了します。2月2日以降は、市給付金支給担当(☎042-707-8636)へお問い合わせください。

窓口申請受け付け 12月11日(木)・14日(日)・19日(金)・21日(日) 午前9時～午後5時
あじさい会館 ※その場での給付は行いません。

種別	対象	給付額
臨時福祉給付金	平成26年1月1日に本市に住居登録があり、26年度の市県民税(均等割)が非課税で、次に該当しない人 ○市県民税(均等割)が課税されている人の扶養親族等 ○生活保護等を受給している	1人1万円 ※高齢基礎年金を受給している人は1人5,000円を加算
子育て世帯臨時特例給付金	26年1月分の児童手当(特例給付を含む)を受給している人のうち、25年の所得が児童手当の所得制限内で、次に該当しない人 ○臨時福祉給付金の対象になる ○生活保護等を受給している	対象児童(26年1月1日に中学生以下) 1人1万円

給付金を装った詐欺にご注意ください

市給付金専用ナビダイヤル ☎0570-00-3392

PHS・IP電話からは ☎042-758-5281

※午前8時30分～午後6時(土・日曜日、祝日等、12月27日～1月4日を除く。1月30日まで)

市内全小学校に緊急地震速報受信システムを設置

7月から8月にかけて、市内の全ての市立小学校と、防災教育実践校の小山中学校に緊急地震速報受信システムを設置しました。震度4以上の地震が予想される際には、自動的に地震到来の校内放送が校舎内外に流れます。システム稼働時間は、月～金曜日(祝日等を除く)の午前7時～午後7時です。

今後、設置された学校ではこのシステムを使った避難訓練を実施します。

また、平成27年度には市内の全ての市立中学校への設置を予定しています。

学校教育課 ☎042-769-8284

コミュニティバスの車体広告主募集

コミュニティバスせせらぎ号(アリオ橋本・橋本駅南口～相模川自然の村)の車体への広告掲出を通じて、運行を支援していただける事業者を募集します。

掲出期間 4月1日～平成28年3月31日

掲出箇所 車体右側面2か所、後面1か所(3台、合計9枠)

規格 1枠=縦30cm×横95cm

1枠=年額12万円

1月15日(必着)までに、直接か郵送で、必要書類を交通政策課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8249)へ

※必要書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

非常勤職員(事務補助)の募集

データ入力、文書整理、窓口や電話対応など

勤務場所 市役所本庁舎、各区役所・総合事務所など

登録期間 2月上旬～平成28年3月

勤務 市が指定する日の午前9時～午後3時30分か午前9時30分～午後4時の1日5時間30分(勤務がない月もあり)

賃金 時給890円

対 パソコン操作ができる人 定 100人(選考)

申 12月12日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名、電話番号、「非常勤職員登録面接申し込み」と書いて、職員課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8213)へ

面接日 1月17日(土) 面接会場 けやき会館

※面接時間は、1月8日までに返信はがきで通知します。

市国民健康保険に加入している人へ

1月診療分から70歳未満の人の高額療養費の自己負担限度額が変わります

12月診療分まで

区分	所得要件	自己負担限度額	
		3回目まで	4回目から※5
A	旧ただし書き所得※3 600万円超	15万円+(医療費※4-50万円)×1%	8万3,400円
B	旧ただし書き所得※3 600万円以下	8万100円+(医療費※4-26万7,000円)×1%	4万4,400円
C	市民税非課税世帯※2	3万5,400円	2万4,600円

※1 世帯の加入者(市国民健康保険に加入していない世帯主を含む)のうち、市民税が課税されている人が一人以上いる世帯

※2 世帯の加入者全員(市国民健康保険に加入していない世帯主を含む)が市民税非課税の世帯

※3 世帯の加入者(市国民健康保険に加入していない世帯主を除く)の平成25年中のそれぞれの総所得金額等から基礎控除額(33万円)を差し引いた額の合計金額

※4 保険適用分の医療費の総額(10割)

※5 12か月の間に4回以上高額療養費の対象となる場合の、4回目からの自己負担限度額

医療機関や薬局の窓口で支払った額が、1か月(月初～月末)で一定額(自己負担限度額)を超えた場合、その超えた金額が高額療養費として支給されます。この自己負担限度額の区分が、今までの3区分から5区分に細分化され、下表のように変更されます。

市国民健康保険に加入している人が高額療養費に該当した場合、診療月のおおむね3か月後に市から申請書を送付しますので、領収書の写しを添えて申請してください。

1月診療分から

区分	所得要件	自己負担限度額	
		3回目まで	4回目から※5
ア	旧ただし書き所得※3 901万円超	25万2,600円+(医療費※4-84万2,000円)×1%	14万100円
イ	旧ただし書き所得※3 600万円超～901万円	16万7,400円+(医療費※4-55万8,000円)×1%	9万3,000円
ウ	旧ただし書き所得※3 210万円超～600万円	8万100円+(医療費※4-26万7,000円)×1%	4万4,400円
エ	旧ただし書き所得※3 210万円以下	5万7,600円	4万4,400円
オ	市民税非課税世帯※2	3万5,400円	2万4,600円

高額療養費の計算方法について

●一つの医療機関の自己負担額では限度額を超えない場合でも、同じ世帯にいる市国民健康保険の加入者の自己負担額を、1か月単位で合算することができます。

●70歳未満の人については、医療機関ごとの自己負担額(院外処方による薬代を含む)が1か月2万1,000円以上の場合、合算の対象になります。

●同一の医療機関であっても、医科と歯科、入院と外来は別々に高額療養費の計算をします。

●差額ベッド代などの保険の対象にならないものや、入院時の食事代は高額療養費の計算対象になりません。

国民健康保険課 ☎042-769-8235

※健康保険組合、全国健康保険協会、国民健康保険組合、共済組合など、市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、各医療保険へお問い合わせください。

粗大ごみはお早めに!

市コールセンターには、この時期、粗大ごみに関するお問い合わせが最も多く寄せられます。そこで、粗大ごみの出し方などについて紹介します。

Q 粗大ごみを出したいのですが…。

A 「戸別収集」か「施設への持ち込み」で出すことができます。年末は大変混雑しますので、早めに出してください。

○ 戸別収集の申し込み

電話で粗大ごみ受付事務所(☎042-774-9933)へ
受付日 月～金曜日(祝日等、12月27日～1月4日を除く)

受付時間 午前9時～午後6時
 ※手数料や収集日は申込時に確認してください。

○ 施設への持ち込み

直接、次の施設へ車で持ち込んでください。

施設名	所在地	電話番号
南部粗大ごみ受入施設	南区麻溝台3-5-15	042-767-5305
北部粗大ごみ受入施設	緑区下九沢2083-1	042-775-5333
津久井クリーンセンター	緑区青山3385-2	042-784-2711

受付日 月～土曜日(12月31日～1月4日を除く)

受付時間 午前9時～午後4時

手数料 10kgごとに120円

問市コールセンター ☎042-770-7777

年末の土曜日の持ち込みは、1時間以上待つこともあるみたいだよ。



年内にパスポートが必要な人へ 申請はお早めに

12月16日までに申請すると、年内に受け取れます。窓口業務は12月28日までです。

申請	月～金曜日	午前9時～午後4時45分
受け取り	日・月・木・金曜日	午前9時～午後6時30分
	火・水曜日	
休所日	土曜日、祝日等(日曜日の場合は開所)、12月29日～1月3日	

※申請したパスポートセンターが受取場所です。

名称	所在地・電話番号
相模大野パスポートセンター	南区相模大野3-2-1 bono相模大野ノースモール4階 ☎042-702-5511
橋本パスポートセンター	緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと5階 ☎042-700-2727

※パスポートの申請に必要な戸籍などの証明書の交付を行う連絡所を併設(土・日曜日、祝日等を除く)しています。

市民若葉まつりに参加しよう!

参加団体

活動発表や作品展、ステージ発表、パレードなどへの参加を希望する団体を募集します。

日にち	時間
5月 9日(土)	午後1時～5時
10日(日)	午前10時～午後5時

☑市役所さくら通りほか

☑市内各種団体(個人、営利目的、物販のみの参加などは不可)

※申し込み多数の場合は抽選

☑12月25日までに、商業観光課、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンターにある申込用紙(市ホームページにも掲載)を同課・まちづくりセンターへ

※参加条件など詳しくは、申込用紙をご覧ください。

絵画コンテスト

入賞作品はポスターやパンフレットに利用します。また、応募者全員に記念品をプレゼントします。

テーマ 市民若葉まつりのイメージを自由に表現したもの

規格 四つ切り画用紙(54cm×38cmを縦長で使用)

☑市内在住か在学の小・中学生

☑1月16日(必着)までに、直接か郵送で、作品の裏面に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、学校名(学年・組)、電話番号を書いて、市民まつり実行委員会事務局へ

※応募作品は、原則返却しません。

※応募作品の著作権は、同実行委員会に帰属します。

市民芸能大会

舞踊(3人以上の組で1曲のみ)、演芸、詩吟、合唱、奇術、歌謡曲など1人(1グループ)1種目で5分以内(準備・片付けを含む)

日にち	時間	定員(抽選)
5月 9日(土)	午後1時30分～5時	40組
10日(日)	午前10時～午後5時	80組

☑市民会館

☑市内在住か在勤の個人・グループ(出演は1人1回のみ)

☑1組1,000円

※伴奏・テープなどは各自で用意

☑1月30日(必着)までに、はがき(1組1枚まで)に代表者の住所・氏名・電話番号、グループ名(グループ参加のみ)、全員の氏名(他グループとの重複は不可)、種目、題名、所要時間、伴奏・テープなどの有無、出演希望日を書いて、文化振興課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8202)へ

問市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内)

〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8236

市制施行60周年記念

かながわフィギュアスケート・フェスティバル 2015

出演予定選手 織田信成さん、本田武史さん、村主章枝さん、エフゲニー・プルシェンコさん、ステファン・ランビエルさん、トマシュ・ベルネルさん、カロリナ・コストナーさん ※出演選手は変更になる場合があります。

☑1月23日(金)午後7時、1月24日(土)午後1時・6時、1月25日(日)午後1時

☑銀河アリーナ

☑スーパーアリーナ席 = 各2万1,000円、アリーナ席 = 各1万7,000円、

S席 = 各1万4,000円、A席 = 各9,000円

※定員など詳しくはお問い合わせください。

3歳未満の子どもは入場できません。(3歳以上の人は入場券が必要です。)

織田信成さん
2013グランプリファイナル
銅メダル



トマシュ・ベルネルさん
(チェコ)
2009世界選手権4位



カロリナ・コストナーさん
(イタリア)
2014ソチオリンピック銅メダル

ステファン・ランビエルさん
(スイス)
2006トリノオリンピック
銀メダル



エフゲニー・プルシェンコさん
(ロシア)
2006トリノオリンピック金メダル



12月13日午前10時から 申し込み・支払い

予約システム	支払い場所	予約・申し込み方法
チケットぴあ (Pコード) (827-817)	①セブン-イレブン	マルチコピー機で申し込み(24時間対応)
	②サークルK・サンクス	カルワザステーションで申し込み ※午前2時～5時30分を除く
	③チケットぴあ	各店舗で申し込み
ローソンチケット (Lコード) (36000)	ローソン ミニストップ	電話予約の上、いずれかの店舗で手続き ○自動音声予約(24時間) ☎0570-02-9999(要Pコード) ※火・水曜日の午前2時30分～5時30分を除く 店頭端末機「Loppi(ロッピー)」で申し込み(24時間対応)
		電話予約の上、店舗で手続き ○自動音声予約(24時間) ☎0570-084-003(要Lコード)
		○オペレーター予約(午前10時～午後8時) ☎0570-000-777

※キョードー東京チケットオンライン、e+(イープラス)のホームページからも申し込みます。

※車いす席をご利用の場合は、キョードー東京へお問い合わせください。

問公演について CIC ☎03-5777-5350 チケットについて キョードー東京 ☎0570-550-799



▲県スケート連盟所属ジュニア&ノービスのスケーターも出場





12月4日～10日は「人権週間」
12月10日～16日は
「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」
 あらためて、人権について考えてみませんか？

人権とは、誰もが生まれながらにして持っている「人が人らしく幸福に生きていくための権利」です。しかし、私たちの周りには、女性に対する差別やドメスティックバイオレンス、子どもや高齢者、障害者に対する虐待や差別、性的指向や性同一性障害を理由とする偏見や差別、北朝鮮当局による拉致問題など、人権を侵害するさまざまな問題があります。また、福島第一原子力発電所の事故の影響により被災した人たちが差別されるなど、東日本大震災に起因する人権問題も発生しています。根拠のない思い込みや偏見で差別することは、人権侵害につながります。「ともに生きる」地域社会を実現するために、相手の気持ちを考え、優しさを忘れず、みんなで考えていきましょう。

● **人権啓発講演会**
目の前にある無限の可能性
～人と人との繋がりが築く未来～

時 1月24日(土)午後2時～3時40分
 会 あじさい会館
 講 高野 進さん(東海大学専任教授)
 定 150人(申込順)
 申 1月5日までに、電話(1回4人まで)で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



高野 進さん

● **性的少数者(セクシュアル・マイノリティー)の相談窓口**

性同一性障害(GID)や性的指向(同性愛など)に関する相談を受け付けています。専門の機関ではありませんが、こころの相談や学校生活に関わる悩みなどを相談できます。

相談日 月～金曜日 午前8時30分～正午、午後1時～5時
 (祝日等、年末年始を除く)

相談窓口	対 象
青少年相談センター ☎042-752-1658	市内在住か在勤・在学の小学生～19歳とその保護者
学校教育課 ☎042-769-8284	市内在住か在勤・在学の小・中学生とその保護者、就学予定の子どもの保護者
児童相談所 ☎042-730-3500	市内在住の18歳未満とその保護者
精神保健福祉センター ☎042-769-9818	市内在住か在勤・在学の主に20歳以上
疾病対策課 ☎042-769-8260	性感染症(エイズなど)に関して相談したい人

岡地域福祉課 ☎042-769-9222

人権のことで困ったときは

● **人権週間特設相談**

人権擁護委員が相談に応じます。 ※希望者は直接会場へ

相談日	時 間	受付窓口
12月 4日(木)	午後1時30分～4時	津久井まちづくりセンター
12月 5日(金)		緑・中央区役所市民相談室、 城山・相模湖・藤野まちづくりセンター
12月10日(水)		南区役所市民相談室

● **市役所などの相談窓口**

人権擁護委員などが相談に応じます。 ※希望者は直接会場へ

相談日	時 間	受付窓口	問い合わせ先
第4金曜日	午後1時30分～4時	緑区役所市民相談室	☎042-775-1773
第1・第3金曜日		中央区役所市民相談室	☎042-769-8230
第2水曜日		南区役所市民相談室	☎042-749-2171
第1金曜日		城山まちづくりセンター	☎042-783-8103
第2水曜日		津久井まちづくりセンター	☎042-780-1400
第2金曜日		相模湖まちづくりセンター	☎042-684-3214
第3水曜日		藤野まちづくりセンター	☎042-687-5514
月～金曜日	午前8時30分～午後5時15分	横浜地方方法務局相模原支局	☎042-753-2110

(祝日等、年末年始を除く)

● **電話相談** 相談日 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
 (祝日等、年末年始を除く)

全国共通人権相談ダイヤル ☎0570-003-110
 (みんなの人権110番)

▶さまざまな人権問題についての相談

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810
 ▶夫やパートナーからの暴力やセクハラなどの相談

子どもの人権110番 ☎0120-007-110
 ▶いじめや虐待など子どもの人権に関わる相談

中小企業の販路開拓を応援
トライアル発注認定製品
新たに6社6製品を認定

市内には、高度な技術力を備え、優れた製品を製造する中小企業が数多くあります。しかし、優れた新製品などを開発しても取り引きでは受注実績が重視されることなどから、販路開拓が思うように進まない状況もあります。

そのため市では、平成22年度に、市内中小企業などの優れた新製品を認定し販路開拓を支援する「トライアル発注認定制度」を創設しました。認定した製品を市ホームページやカタログに掲載したり、展示会への出展などを通じて幅広くPRしたりします。





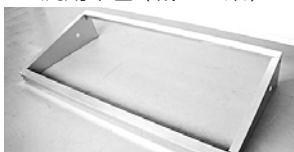
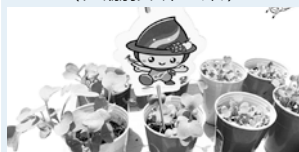
トライアル発注認定制度とは

市内中小企業が開発した優れた新製品を市が認定し、その一部を試験的に購入し評価する制度です。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

岡産業政策課 ☎042-769-9253

認定製品

<p>定温保冷輸送時の温度管理型シート「保冷レンジャー」(牧山商事)</p>  <p>4層構造プラス3層の空気層を備えた定温輸送シートです。パレット・カゴ車などの定温輸送時の保冷に適しています。</p>	<p>光カートリッジ DS001 (デジタルストリーム)</p>  <p>世界唯一の、光で針の動きを検知するアナログレコード用カートリッジです。</p>	<p>角印・ゴム印の位置ずれお助け器「ずれないくん」(大島機工)</p>  <p>大事な書類や契約書、小切手、賞状、のし袋などへの押印時に、斜め押しを防止します。</p>
<p>人工ゼオライト入り浄水器 (日本シンクマスター)</p>  <p>台所で使用する卓上型家庭用浄水器です。6層の除去対象物質別材で、高い除去性能を持っています。</p>	<p>太陽光発電パネル設置用汎用架台 (城山工業)</p>  <p>大きさや設置条件が異なるさまざまな屋根に対応した、高強度で軽量・廉価、設置作業性に優れた構造の架台です。</p>	<p>害虫捕獲用粘着シート (大協技研工業)</p>  <p>「昆虫の目が黄色に反応する」という習性を利用し、独自の色を採用した粘着シートです。生産者向けと一般家庭向けがあります。</p>

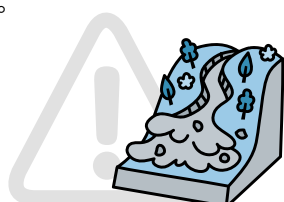
土砂災害ハザードマップ(緑区根小屋・長竹版、緑区青山版)を作成しました

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。

岡危機管理課 ☎042-769-8208



ごみを減らして、楽しく賢くリサイクル

親子リサイクル教室

時 12月23日(祝)午前10時～正午
 内 「ごみと資源の分別」のお話
 エコキャンドル作り
 ミニクリスマスツリー作り
 対 市内在住の小学生とその保護者
 定 15組(申込順)

リサイクル教室

時 12月23日(祝)午後1時30分～3時30分
 内 「ごみと資源の出し方再発見」のお話
 携帯ストラップ作り
 対 市内在住か在勤の人
 定 20人(申込順)



会 橋本台リサイクルスクエア

申 12月20日までに、電話で、麻溝台環境事業所(☎042-747-1241)へ



冬の大きなおはなし会

相武台分館 ☎046-255-3315

人形劇「すてきなバスケット」や紙芝居など
時 12月17日(水)
 午前10時30分～11時＝2・3歳児向け
 午後3時30分～4時15分＝4歳児～小学校低学年向け
定 各50人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ

相模大野図書館 ☎042-749-2244

人形劇「おうさまのみみはロバのみみ」、影絵「3びきのこぶた」など
時 12月19日(金) 午後2時30分～3時30分
対 3歳～小学生
定 150人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ

保護者同伴可

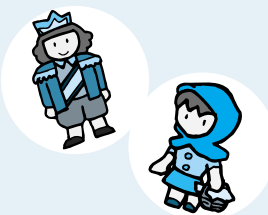
橋本図書館 ☎042-770-6600

人形劇「ヘンゼルとグレーテル」や影絵など
時 12月25日(木)
 午後2時～2時45分＝2・3歳児向け
 午後3時30分～4時15分＝4歳児～小学生向け
会 社のホールはしもと多目的室
定 各150人(先着順)
 ※12月2日午前9時30分から、同館で配布する整理券が必要



市立図書館(中央区鹿沼台) ☎042-754-3604

人形劇や大型絵本の読み聞かせ、大型紙芝居など
時 12月19日(金)
 午前11時～11時30分＝2・3歳児向け
 午後3時～3時45分＝4歳児～小学校低学年向け
定 各80人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ



あそびの学校「クリスマス飾りを作ろう」



身近な材料を使って、クリスマスにぴったりの飾りを作ります。
時 12月21日(日) 午後2時～4時
会 青少年学習センター
対 市内在住の小学生＝40人(申込順)
申 12月20日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ

星空観望会(12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 12月5日(金)・20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



☎市立博物館 ☎042-750-8030

クリスマスミュージックコンサート

クリスマスの名曲などを合唱団と一緒に歌いませんか。おなじみの歌もたくさんあります。ぜひ、家族みんなで参加してください。
時 12月23日(祝) 午前10時30分～11時30分
会 青少年学習センター **定** 150人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ



市青少年合唱団 団員募集

あなたも一緒に合唱をしてみませんか。初心者でも、歌うことが好きな人なら大歓迎です。青少年学習センターなどで土・日曜日に活動しています。公開練習も行っていますので、気軽にお問い合わせください。

対 市内在住か在学の小・中学生

☎青少年学習センター ☎042-751-0091

色ってなんだろう？ 暮らしに活かせる色のチ・カ・ラ

快適な生活を送るための色使いの工夫や、心身をコントロールするセルフカラーセラピーの方法を学びます。

時 1月25日(日) 午後2時～4時30分
会 総合学習センター
対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)＝30人(抽選)
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり(☎6人(要予約))
費 500円
申 12月23日までに、直接か電話で同センター(☎042-756-3443)へ
 ※同センターホームページからも申し込みます。

光景の翻訳、眼差しの在り方 成田禎介展

本市ゆかりの油彩画家・成田禎介さんの展覧会です。

時 12月4日(木)～9日(火)
 午前11時～午後6時
会 相模原市民ギャラリー

☎相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262



「連山風景」2012年作(油彩・F120号)

障害者週間作品展 12月3日～9日は障害者週間

障害者週間のポスターや心の輪を広げる体験作文の優秀作品を展示します。

時 12月3日(水)～9日(火) 午前8時30分～午後5時15分
会 市役所本館

☎障害政策課 ☎042-707-7055

藤野の懐かしい写真展 その2

緑区・藤野地区の昭和の風景を中心に、さまざまな情景を紹介します。
時 12月9日(火)～2月8日(日) 午前10時～午後4時
会 吉野宿ふじや
休館日 月曜日(祝日等の場合は翌日)、12月28日(日)～1月3日(土)
 ☎吉野宿ふじや ☎042-687-5022

年末の交通事故防止運動 12月11日～20日 「無事故で年末 笑顔で新年」

年末は交通量や飲酒の機会が増え、交通事故が多発する時期です。皆さん一人一人が交通ルールとマナーを守り、交通事故の防止に努めましょう。

飲酒運転は絶対にやめましょう

- 飲酒を伴う会合には、自動車や自転車で行かない。
- 車両を運転する人に、酒類を絶対に提供しない。

歩行者(特に高齢者)と自転車の交通事故に気を付けましょう

- 夜間の外出には、目につきやすい「明るい服装」や「夜光反射材」を身に付ける。
- 自転車の夜間走行時は、前照灯を点灯し、「夜光反射材」を活用する。

シートベルトとチャイルドシートの着用を徹底しましょう

- 自動車に乗車するときは、後部座席の人もシートベルトの着用を徹底する。
- 子どもを同乗させるときは、チャイルドシートを正しく着用させる。

年末年始特別警戒 12月1日～1月3日 「年末年始を安全に」

年末年始は、防犯に関して手薄になりやすい時期です。被害に遭わないよう、十分注意しましょう。

振り込め詐欺に注意！

- すぐにお金を振り込まない。
- 代理の人にお金を手渡さない。
- 家族や警察にまず相談する。

ひったくりなどの街頭犯罪に注意！

- ひったくり対策
○歩行中はバッグを車道と反対側に持つ。
- 自転車の前かごに防犯ネットを付ける。

車上ねらい対策

- 車を離れるときはかばんなどを必ず持ち出す。
- 手荷物が多いときはトランクに入れる。

自転車盗難対策

- 鍵は二重に掛け、駐輪場を利用する。

空き巣に注意！

- 二重ロック、防犯フィルム、センサーライトなどの防犯対策をする。
- 長期不在の場合は、新聞の配達を止める。



☎生活安全課 ☎042-769-8229

野球チームをつくりました!

中央方面隊第2分団第5部
班長 小川太朗さん

OBと現役の団員で野球チームを結成し、野球経験者を中心に楽しんで活動しています。一緒にプレーすることでチーム力が高まり、より良い消防団活動につながっていると感じています。また、応援に来てくれる家族同士も仲良くなり、子どもたちも友達が増えて喜んでます。



生涯勉強だと実感~人との出会いに感謝~

南方方面隊第2分団第5部 団員 山口利明さん

先に入団していた息子と一緒に活動しています。訓練や消防車の点検などの活動は新鮮で、研修などで身に付けた動作や防災知識を地域のために役立てられるのがうれしいです。まだまだ勉強できること、日々成長できることに喜びを感じ、消防団で得た人との出会いに感謝し、これからも仲間を増やしていきたいと思っています。

我らの消防団長

楽しく充実した消防団生活を

消防団長 清水映彦さん

日頃から、消防団活動にご理解、ご協力をいただき、ありがとうございます。私のモットーは、「楽しくなければ消防団じゃない!」ということです。団員にはいつも仲間との和を大切に、楽しく充実した消防団生活を送ってほしいと願っています。消防団活動で培った強い絆は人生に彩りを加え、得た知識は自分と自分の家族を守ってくれると信じています。

活動範囲は災害現場だけじゃない!

年代もさまざま

頼もしい女性団員

チームワークで災害に立ち向かう

中央方面隊第4分団第5部 団員 菅野公子さん
女性が消防団で活動できるのが最初は不安でしたが、仲間のサポートもあり、精一杯活動しています。9月には日頃の訓練の成果を発表・実演する「消防操法大会」に出場しました。本番でやり遂げたときは本当に感動し、自信もつきました。さまざまな職業や年齢の人が同じ目標を持って活動するのが消防団の魅力だと思います。今後は、機関員になって消防車の運転をしてみたいです。

学生も大活躍

貴重な経験ができる消防団への入団はおすすめ

津久井方面隊第2分団第2部 団員 長谷真秀さん

入団するまでは消防団の存在を知らなかったのですが、地域の人が災害活動や訓練などを知っていると知り驚きました。一番うれしかったのは、活動服で詰め所に向かっていたら、近所のおじさんに「いつも地域の安全を守ってくれてありがとう」と言ってもらったことです。消防団の活動では普段学べないことを身に付けられるので、ぜひ若い大学生にももっと入団してもらいたいです。

火消しの心意気をたすきに託して~相模湖駅伝に出場~

相模湖方面隊第1分団 分団長 溝口偉志男さん

30年近く前から、消防団のPRや火災予防広報の一環として、相模湖駅伝競走大会に出場しています。たすきをつなぐことと消防団活動は、メンバーが思いを一つにし、最後までやり遂げるところが似ていると思います。今では団員以外の仲間も増え、さまざまな大会に出場しています。



毎年開催大運動会!

南方方面隊

昼夜を問わず災害活動をしている消防団員が、心置きなく活動ができるのは家族の理解と協力があったからこそです。そんな団員と家族のコミュニケーションを図るため、年に一度、大運動会を開催しています。家族みんなで一緒にグラウンドを走り回り、それぞれがみんなに声援を送ります。



伝統のソフトボール大会

藤野方面隊

毎年11月に分団対抗のソフトボール大会を開催しています。今年で41回目を迎える歴史のある大会で、各地域の8チームが白熱した戦いを繰り広げます。他にも、藤野方面隊はスポーツが盛んで、ゴルフコンペなども行って親睦を深めています。汗を流した後は、地元の温泉でゆったりするのが私たちの伝統です。



楽しくなければ消防団じゃない!

市消防団は、約1,600人の団員が市民の安全・安心のため、日夜、災害活動や防災訓練の指導などを行っています。今回は、消防団活動を通して、人生を楽しんでいる人たちを紹介します。

問 消防総務課 ☎042-751-9116

消防団は、その地域に「住んでいる」「働いている」人たちによって構成される市町村の消防機関です。団員は、一人一人がそれぞれの本業の傍ら、「自分たちのまちは、自分たちで守る」という「心」で活動しています。



地域のお祭りでおはやしを披露

北方方面隊第4分団 分団長 関根 剛さん

地域の夏のお祭りで披露するため、団員の有志を含めた仲間と一緒に楽しみながら、おはやしを演奏したり、おみこしを担いだりしています。笛や太鼓で音を奏でるとすがすがしい気分になり、おみこしを担ぐと気持ちも高揚してきて、一体感が生まれます。



熱戦! 分団対抗綱引き大会

津久井方面隊

毎年開催する綱引き大会には約200人の団員が参加し、各分団のプライドを懸け熱戦を繰り広げます。団員は、額に大粒の汗をかき、日頃消防団活動で鍛えた体力、チームワークで優勝をめざします。応援に来てくれる家族へ、力強くたくましい父親の姿をお披露目する絶好の機会となっています。



消防団員になってみようかな



ステップ1

消防総務課に電話しよう

ダン吉さん「もしもし、消防団員になりたいのですが」
担当「お問い合わせありがとうございます。ダン吉さんのお住まいはどちらですか?」
ダン吉さん「中央区〇〇に住んでいます」
担当「中央区〇〇は中央方面隊第〇分団の管轄地域ですので、そちらの分団からあらためてご連絡します」



後日、地域の分団から連絡

第〇分団のヒゲノです。消防団の活動などについてお話をしますので、ご都合の良い日にお会いしましょう

ステップ2

分団の団員と面接しよう

ダン吉さん「消防団はどのような活動をするのですか?」
分団長さん「主に、火災のときの消火活動をはじめ、地震や大雨のときに救出活動を行います。平常時にも、地域の自主防災訓練の指導や消防車両の点検などをします」
ダン吉さん「私は普段会社に勤めているのですが、活動できるかなあ...」
分団長さん「活動できるときに活動していただければ大丈夫です。新入団員さん向けの研修もありますし、分団仲間と一緒に訓練をして徐々に慣れていけばいいんですよ」
ヒゲノ分団長さん「よく分かりました。入団します!」



ステップ3

入団届出書や、活動服の貸与に必要な書類などを提出

消防団員ダン吉の誕生!

地域のためにがんばります!





スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

市制施行60周年記念

相模湖駅伝競走大会に参加してみませんか

1月12日(祝)午前8時45分

- 種目** 一般の部=高校生以上★・中学生以上・市自治会編成、一般女子の部、中学生の部=男子・女子
距離 9.9km (★は14.7km)
チーム編成 監督1人、選手4人、補欠2人
費 1チーム2,000円(中学生の部は1,000円)
申 12月12日(必着)までに、スポーツ課か同課津久井地域班にある申込書(市ホームページにも掲載)と費用を同課津久井地域班(☎042-684-3257)へ
 ※定員やコースなど、詳しくはお問い合わせください。

やませみ自然体験スクール

- まき割りや餅つきを体験し、雑煮を作ります。
時 1月24日(土)午前9時40分～午後2時15分
会 ふじの体験の森やませみとその周辺
対 市内在住の小・中学生とその保護者=12組40人程度(抽選)
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
費 1人200円
申 12月19日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに住所、全員の氏名(ふりがな(代表者に○))・性別・続柄・学年、保護者の携帯電話番号、交通手段、保育の有無(人数)、「やませみ自然体験スクール」と書いて、同所(〒252-0182 緑区澤井936-1 ☎042-686-6025 FAX 042-687-5050 ✉yamasemi@sagamihara-kng.ed.jp)へ



ふれあい体験活動 チャレンジ! 若あゆ

- 自然の中での体験活動や人との触れ合いを通して、達成感や存在感を味わいながら、集団への適応力を高めます。
時 1月24日(土)午前10時～午後4時30分
会 相模川ビレッジ若あゆ
対 市内在住か在学の不登校や登校をためらいがち、集団生活が苦手な小・中学生とその保護者
定 50人(申込順) **費** 350円
申 12月17日までに、直接か電話で青少年相談センター(☎042-769-8285)へ



手話ダンス&フラダンスコンサート

- K's DANCE with SHUWA & HULAによるコンサートです。
時 12月7日(日)午前10時30分～11時
会 さがみはら北の丘センター
 ※希望者は直接会場へ



☎さがみはら北の丘センター ☎042-773-5570

あじさい大学ふれあい広場 参加者募集

教室名	日にち	時間	内容	対象	定員(抽選)
手芸	12月25日(木)	午後1時30分～3時30分	毛糸で作るクリスマスベル	市内在住か 在学の 小学生	各 15人
パソコン園芸	12月26日(金)		カード作り こけ玉作り		

- 会** シルバー人材センター中央事務所
申 12月19日までに、直接か電話で同事務所(☎042-753-7373)へ

市制施行60周年記念

北総合体育館ドッジボール大会

- 時** 1月11日(日)午前9時～午後5時
会 北総合体育館
対 市内在住の小学校3年生以上で編成するチーム=24チーム(抽選)
費 1チーム3,000円
申 12月20日までに、同館にある申込用紙(同館ホームページにも掲載)を直接かファクスで、同館(FAX 042-763-7712 ☎042-763-7711)へ

市民健康文化センター

施設の教室

教室名(全10回)	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
いきいき健康	1月13日～3月17日の毎週火曜日	午後1時30分～2時30分	65歳以上	各30人	各5,500円
ヨガ		午後3時～4時	18歳以上		
アロマストレッチ	1月14日～3月18日の毎週水曜日	午前9時30分～10時30分	10か月～2歳の子どもとその保護者	20組	7,500円
親子ふれあいヨガ		午前11時～正午			
初級エアロビクス	1月16日～3月20日の毎週金曜日	午前9時30分～10時30分	18歳以上	各30人	各5,500円
フラダンス		午前11時～正午			

申 12月11日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、同所(〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776)へ

市体育協会からののお知らせ

①市民スキー

- 時** 1月9日(金)～12日(祝)(3泊4日)
集合 午後8時=相模大野中央公園
 午後8時30分=市役所
会 乗鞍スノーリゾート(長野県松本市)
②市民日帰りスキー
時 2月8日(日)
集合 午前5時=南区合同庁舎
 午前5時15分=市役所
会 サンメドウズ清里スキー場(山梨県北杜市)
定 ①80人②40人(抽選)
 ※小学生以下は保護者同伴
費 ①3万9,500円(小学生以下3万3,500円。講習の有無問わず)②講習有9,500円、講習無7,500円(小学生以下6,500円)
 ※リフト代が別途必要。板と靴のセット・ウェアのレンタル希望者はレンタル代が別途必要
申 ①12月19日②1月20日(必着)までに、往復はがきに全員の住所・氏名・

年齢・生年月日・性別・電話番号、希望集合場所、講習の有無、①か②、レンタル希望者は身長・靴・服のサイズを書いて、同協会へ

市民空手道教室(全5回)

- 時** 1月10日～2月7日の毎週土曜日
 午後1時～3時
会 北総合体育館
対 年長以上=30人(申込順)
費 1,000円
申 12月25日(消印有効)までに、はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、空手経験の有無、「空手道教室」と書いて、同協会へ

初級・中級水泳教室(全8回)

- 時** ①1月6日・13日・20日、2月24日、3月3日・10日・17日・24日の火曜日 午前10時～正午
 ②1月7日・14日・21日、2月25日、3月4日・11日・18日・25日の水曜日 午後7時～9時

市体育協会 ☎042-751-5552 FAX 042-751-5545

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

✉taiky@jade.dti.ne.jp ㊚http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

さがみはらグリーンプール

- 対** 市内在住か通勤の18歳以上
定 ①80人②60人(抽選) **費** 各4,800円
申 12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、①か②を書いて、同協会へ

さがみはら元旦マラソン大会

- 時** 1月1日(祝)午前8時45分
会 相模原ギオンスタジアムと周辺道路
種別 1.5km(小学生・ジョギング・ファミリー)、3km、5km
費 500円
申 当日午前8時30分までに、市体育協会にある申込書(同協会ホームページにも掲載)と安全ピン8本(ナンバーカード用)を持って、直接会場内受け付けへ

①X'masのつどい(楽しいニュースポーツ・ゲーム・歌・踊りなど)

- 時** 12月14日(日)
 午前9時30分～11時30分

②フォーク・レクダンスX'masパーティー

- 時** 12月20日(土)午後1時～4時
 共 通
会 市体育館(市役所前)
費 各500円(レクリエーション協会会員は無料)
 ※希望者は室内履きを持って直接会場へ

スノーシューハイキング

- 時** 2月7日(土)～8日(日)(1泊2日)
集合 午前7時に相模原駅北口
会 高峰温泉(長野県小諸市)
対 市内在住か通勤の18歳以上
定 24人(抽選)
費 2万8,000円
申 12月13日(必着)までに、往復はがき(1枚4人まで)に全員の住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号、「スノーシューハイキング」と書いて、同協会へ
 ※雪の中を歩くので、防水の登山靴など山の装備が必要

JAXA宇宙科学教室

～冬休みだからできる!宇宙の楽しみ方～

- 時 12月25日(木)午前10時30分～正午
- 会 相模原ギオンスタジアム(相模原麻溝公園競技場)
- 対 小学生以上(小学校1・2年生は保護者同伴)
- 定 50人(申込順)
- 費 300円
- 申 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、「JAXA宇宙科学教室」と書いて、同所(☎042-777-6088 ㊟042-777-0161 ㊼asamizo-stadium@dream.jp)へ



市体育館(市役所前)

施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
シェイプアップエクササイズ<全7回>	1月15日～2月26日の毎週木曜日	午後1時30分～2時30分	15歳以上(中学生を除く)	30人(抽選)	3,500円

申 12月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「シェイプアップエクササイズ」と書いて、同館(〒252-0236 中央区富士見1-2-15 ☎042-769-5201)へ

総合体育館

施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
バレエストレッチ<全10回>	1月6日～3月10日の毎週火曜日	午後1時～2時	15歳以上(中学生を除く)	30人	5,500円
ピラティス<全10回>	1月7日～3月18日の毎週水曜日(1月21日を除く)	午前10時～11時15分		各40人	4,000円
やさしいヨガ<全10回>	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午前10時～11時		5,500円	
初級・中級バドミントン<全10回>	1月9日～3月20日の毎週金曜日(3月13日を除く)	午前10時～11時30分		60人	4,000円
やさしいエアロビクス<全10回>	1月9日～3月13日の毎週金曜日	午後2時15分～3時15分		各30人	5,500円
初心者弓道<全10回>	1月10日～3月14日の毎週土曜日	午後6時30分～8時30分		4,000円	
新体操ジュニア<全10回>★	1月10日～3月28日の毎週土曜日(1月17日、2月14日を除く)	午後1時30分～2時30分		小学生	20人
ちびっこ空手教室<全8回>★	1月10日～3月7日の毎週土曜日(1月17日を除く)	午後3時～4時	4歳～小学生	30人	4,500円

申 12月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢(★は学年)、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

北総合体育館

施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
ヨガ<全7回>	1月14日～2月25日の毎週水曜日	午前10時30分～11時30分	15歳以上(中学生を除く)	各30人	各3,500円
インナーストレッチ<全7回>	1月15日～2月26日の毎週木曜日	午前10時～11時			
健康シェイプアップ<全8回>	1月16日～3月6日の毎週金曜日	午後2時～3時30分		40人	1回200円
ズンバ<全7回>	1月17日～2月28日の毎週土曜日	午前10時30分～11時30分		30人	3,500円
気功<全8回>	1月20日～3月10日の毎週火曜日	午後1時30分～3時30分		40人	1回200円
トレーニングを学ぼう	1月24日(土)	午前10時～正午		50人	500円

申 12月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名を書いて、同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

さがみはらグリーンプール

施設の催し・教室

クリスマス会

クリスマスミニコンサートやバルーンアート、サンタさんからの菓子のプレゼントなどがあります。

- 時 12月21日(日)午前11時～午後4時
- ※希望者は直接会場へ



教室名	日にち	時間	対象	定員(申込順)	
健康<全10回> 費①⑩～⑭各1万5,000円②～⑧⑯各9,000円⑨1万円					
①キッズ体操	1月20日～3月24日の毎週火曜日	午後3時15分～4時15分	3歳～年中	各10人	
	1月24日～3月28日の毎週土曜日	午後1時15分～2時15分 午後2時30分～3時30分			
②ジュニア体操	1月20日～3月24日の毎週火曜日	午後4時30分～5時30分 午後5時45分～6時45分	小学校1～4年生	各15人	
	1月24日～3月28日の毎週土曜日	午後3時45分～4時45分			
③リラクゼーションヨガ	1月6日～3月10日の毎週火曜日	午前10時20分～11時20分	18歳以上(高校生を除く)	各20人	
	1月11日～3月15日の毎週日曜日	午後7時30分～8時30分			
④リラクゼーションストレッチ	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午後3時～4時 午後4時15分～5時15分			
⑤ヨガ	1月9日～3月13日の毎週金曜日				午後3時15分～4時15分
⑥シンプルエアロ	1月7日～3月18日の毎週水曜日(2月11日を除く)	午後3時～4時 午後4時15分～5時15分			
⑦ピラティス	1月10日～3月14日の毎週土曜日				午後7時15分～8時15分
⑧はじめてステップ	1月9日～3月13日の毎週金曜日	午後1時～2時			15人
⑨ファンクショナルコンディショニング	1月7日～3月18日の毎週水曜日(2月11日を除く)	午前10時45分～11時45分 正午～午後1時 午後1時30分～2時30分			10人
⑩シェイプエアロ	1月9日～3月13日の毎週金曜日	午後1時～2時			各20人
⑪ボディメイクピラティス	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午後2時20分～3時20分 午後4時40分～5時40分			
⑫スタイルアップヨガ	1月11日～3月22日の毎週日曜日(1月18日を除く)	午前11時50分～午後0時50分			
⑬シェイプボクシング	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午後6時～7時			
⑭るんるん足腰	1月11日～3月22日の毎週日曜日(1月18日を除く)	午後1時10分～2時10分	小学校1～4年生	各30人	
	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午後6時～7時	小学校5年生～中学生		
	⑮ジュニアヒップホップ	1月11日～3月22日の毎週日曜日(1月18日を除く)	午後1時10分～2時10分		

文化 費2,000円

英語であそぼう★	12月21日(日)	午後3時～4時	年長～小学生	20人
----------	-----------	---------	--------	-----

申 開催日前日までに、直接(★のみ電話も可)同プール(☎042-758-3151)へ

サーティーフォー相模原球場

施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
ミズノ初級者卓球<全8回>	1月8日～2月26日の毎週木曜日	午後1時～2時30分	15歳以上(中学生を除く)	15人(申込順)	6,500円

申 12月27日までに、直接か電話で同球場(☎042-753-6930)へ

銀河アリーナ

施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
いきいき健康体操<全10回>	1月8日～3月12日の毎週木曜日	午前10時～11時30分	15歳以上(中学生を除く)	20人(申込順)	6,000円

申 12月27日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ



臨時給食調理員(給食受け入れ作業)

給食センターなどから搬送される給食・牛乳の受け入れ・引き渡しなど
勤務 月～金曜日の週5日以内で、午前8時30分～午後5時のうち、指定する1日4時間
賃金 時給890円

臨時給食調理員(中学校給食作業)

業者から搬送されるランチボックスなどの受け入れ・引き渡し、牛乳パックの洗浄など
勤務 月～金曜日の週2・3日で午前8時30分～午後5時のうち、指定する1日4時間
賃金 時給890円

臨時学校技能員

校舎内外の清掃、植栽管理、動物の飼育など
勤務 月～金曜日で、午前7時40分～午後5時30分のうち、指定する1日5時間
賃金 時給920円

教育総務室(☎042-769-8280)に電話予約の上、履歴書(写真貼付)を持って会場へ
※面接あり

Table with 2 columns: 日にち, 会場. Rows include 12月11日(木) 市役所会議室棟, 12日(金) 同, 16日(火) 南区合同庁舎, 17日(水) 相模湖総合事務所

子ども家庭相談員

子どもの療育や女性相談・支援、母子・父子家庭の自立支援など
勤務 4月～平成28年3月の月～金曜日のうち週4日で、午前9時～午後5時
勤務場所 緑・中央・南子ども家庭相談課のいずれか
報酬 月額24万6,100円

社会福祉士や保育士などの資格がある人
定 若干名(選考)

12月12日(必着)までに、直接か郵送で、履歴書(写真貼付)と応募動機(A4原稿用紙800字以内)を子ども青少年課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8232)へ
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

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

児童へ遊びや生活面について指導
勤務 4月から①②週4日程度③④週2・3日程度
勤務場所 各こどもセンター・児童クラブ・児童館など
賃金 ①②時給1,000円③④時給890円
※勤務地・条件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

1月23日までに、こども施設課、各こどもセンター・児童クラブ・児童館・公民館などにある申込書(市ホームページにも掲載)を同課(☎042-769-9227)へ
※後日、体力測定・面接あり

ファミリーサポートセンター会員

子どもの送迎など、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
市内在住か通勤・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

Table with 3 columns: 日にち, 時間, 会場. Rows include 1月22日(木) 緑区合同庁舎, 23日(金) 午前10時～11時 南保健福祉センター, 24日(土) あじさい会館

援助会員講習会(全2回)

Table with 3 columns: 日にち, 時間, 会場. Rows include 1月27日(火) 午前10時～午後3時30分 緑区合同庁舎, 29日(木) 午前9時30分～午後4時 同

※保育あり(定各5人(要予約))
申 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望の会員種別、入会説明会の参加希望日、保育の有無(子どもの年齢)を書いて、同センター(☎042-730-3885 famisapo@sagamiharashishakyu.or.jp)へ

市老人クラブ連合会「ゆめクラブ大学」参加者

高齢者の健康や介護予防に関する講習会
時 12月15日(月)午後1時～4時(予定)
会 あじさい会館
対 市内在住のおおむね60歳以上
定 100人(申込順)
申 12月8日までに、電話で同会事務局(高齢者支援課内 ☎042-769-9231)へ

市書道連盟展の作品

2月7日(土)～9日(月)に相模原市民ギャラリーで展示
部門 漢字・かな・前衛・近代詩文・刻字・篆刻・墨象
規格 1人1点で、仕上げり寸法=2m42cm×62cm(縦作品のみ)、1m84cm×92cm、1m21cm×1m21cm以内で、裱装か額装、軸装(ガラス額、仮巻、壁面使用以外のは不可)
※作品には必ず所定の出品票と釈文(搬入日に配布)を添付
対 市内在住か通勤・在学の18歳以上
費 3,000円
申 2月5日午前10時～正午に、作品を持って同ギャラリーへ
問 同連盟事務局の中森さん(☎090-2750-7016)

イベント

土曜コンサート「ゴスペル」

時 12月13日(土)午後5時30分～7時
会 サン・エールさがみはら
定 220人(先着順)
※希望者は直接会場へ
問 同所(☎042-775-5665)

赤ちゃんだって楽しみたい家族で楽しむ心ぼっかぽかクリスマスコンサート

クラシック音楽と少女少女合唱団の歌
時 12月20日(土)午前10時30分～正午
会 あじさい会館
定 300人(先着順)
費 500円
チケット販売 同館、同館南分室・緑分室
問 同館(☎042-759-3963)

講演・講座

ハッピー☆ワーキング☆ライフ講座

働く人に役立つ法律の解説や、県産野菜を使ったおやつなどの作り方、子どもの頃から気を付けたい歯の健康について
※講座終了後、希望者への労働相談あり
時 2月28日(土)午前10時～正午
会 ユニコムプラザさがみはら
対 20歳前後～40歳代=50人(申込順)
※未就学児(1歳6か月以上)の保育あり(定10人(要予約))
申 1月20日までに、ファクスに氏名(ふりがな)、電話番号、保育の有無、「ハッピーワーキングライフ講座」と書いて、県労福祉課(☎045-210-5739 FAX 045-210-8873)へ

家族セミナー(全2回)

就労に困難を抱えた若者たちが直面する課題や支援について

Table with 3 columns: 日にち, 会場, 内容. Rows include 12月6日(土) 産業会館 子ども・若者への理解, 13日(土) 青少年学習センター さがみはら若者サポートステーションの活動紹介

時 午後2時～4時
※1回だけの参加も可
対 ニート・ひきこもり状態やフリーターなど、就労に困難を抱えている若者の家族
定 30人(申込順)
申 直接か電話でさがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

パソコン研修(12月講座)

パソコン入門、ワード・エクセル・タブレット講座
会 産業会館 定各12人(申込順)
費 3時間講座4,100円から
申 直接か電話で同館(☎042-753-8133)へ

初心者民謡講座(全10回)

時 1月21日～4月1日の毎週水曜日(2月11日を除く)午前10時～正午
会 市民会館
定 30人(申込順) 費2,000円
申 12月30日までに、電話で市民謡協会の西鳥羽さん(☎042-755-9359)へ

市民カメラマン募集

市ホームページなどで使用する写真や、市内の行事、風景などの記録用写真を撮影し、市の魅力や地域資源を紹介するための活動を行います。

市内在住か通勤・在学で月に2・3回活動できる18歳以上(高校生を除く)
定 10人程度(選考)
※書類選考後、合格者は面接を行い、決定します。
※カメラ(原則、デジタルカメラ)は各自で用意してください。
活動期間 5月～平成28年4月

2月13日(必着)までに、直接か郵送で、「私の好きな相模原」をテーマにした写真1枚(カラープリントで2L～四つ切りサイズ。写真は返却しません)とその写真で伝えたいこと(200～300字)、写真の裏に住所、氏名、年齢(学生は学年も)、電話番号を書いて、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8200)へ

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。

- MOA美術館相模原市児童作品展 12月6日(土)・7日(日)午前10時～午後7時(7日は午後3時まで)、あじさい会館 問星(☎090-3696-0995)
歌おう!いいところ応援歌～発達障がいを持つ子の見方を変えるメッセージ～ 12月7日(日)午後2時～4時、あじさい会館。定員200人(申込順)。費用500円(中学生以下無料) 申 ファクスかEメールに住所、氏名、電話番号、参加人数と中学生以下の人数を書いて、あすぽーと(FAX)042-758-9627 smile06302002@gmail.com ☎080-5413-5869)へ
詩と絵画のコラボレーション展 精神障害者が書いた詩と、それを題材にあじさい大学修了者などが描いた絵の展示 12月18日(木)～22日(月)午前10時～午後6時(18日は午後1時から、22日は午後3時まで)、相模原市民ギャラリー 問 地域活動支援センターカミング(☎042-759-5117)
父母の離婚を経験する親子のためのクリスマス交流会 12月23日(祝)午後2時～7時、ユニコムプラザさがみはら。定員30人(先

着順)。費用1,500円(個人賛助参加の場合は900円) 問 林(☎090-2096-4835)

仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

- 源氏物語 毎月第2・第4金曜日午前10時、市民会館。見学可 問 館入(☎090-2905-6996)
ダンスフィットネス 月5回程度午前9時30分か午後1時30分、城山保健福祉センター 問 西田(☎090-6012-1195)
フラダンス 毎週月曜日午後1時、大野台公民館。対象は60歳～70歳の初心者。体験可 問 三留(☎090-3339-8904)
社交ダンス 毎週水曜日午後7時30分、中央中学校。初心者歓迎。見学・体験可 問 奥田(☎080-3012-3651)
社交ダンス 毎週月曜日午前10時、産業会館。初心者歓迎 問 松谷(☎090-5527-9339)

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。



新緑の宮ヶ瀬湖と虹の大橋



上溝夏祭り



青山学院大学 (中央区淵野辺)
 校内のヒマラヤ杉と礼拝堂のステンドグラスをライトアップします。
時 1月5日(月)まで
 午後4時30分～9時30分



まばゆく光る
 さがみはら
 ウインターイルミネーション
 SAGAMIHARA WINTER ILLUMINATION

和泉短期大学 (中央区青葉)
 和泉クラーク・ホール前のモミの木にイルミネーションが灯ります。
時 12月25日(木)まで (予定)
 午後5時～9時



アリオ橋本イルミネーション
 美しい色のLED電球が輝き、アリオ橋本の夜を華やかに彩ります。
時 2月末まで(予定) 午後4時～10時
会 アリオ橋本
問 アリオ橋本SC管理事務所
 ☎042-779-3311



藤野駅前イルミネーション
 12mのツリーに約5,000球のLED電球が輝きます。
時 12月5日(金)～31日(水) 日没～午前0時
会 藤野駅前広場
点灯式
時 12月5日(金) 午後6時
問 藤野商工会
 ☎042-687-2138



津久井湖城山イルミネーション
 高さ30mのメタセコイアや、津久井湖観光センター周辺の公園内を色鮮やかに装飾します。
時 12月25日(木)まで
 午後5時～9時
会 県立津久井湖城山公園 花の苑地、津久井湖観光センター周辺
問 同実行委員会(津久井湖観光センター内) ☎042-784-6473



ミウィ橋本 Welcome to Funny town
 インナーガーデンに、ムービングライトやスノーフォールライトを使用して、雪に包まれた森の世界を創り出します。高さ10mのツリーも美しく輝きます。
時 12月25日(木)まで 午前8時30分～午前0時
会 ミウィ橋本インナーガーデンほか
問 ミウィ橋本統括管理事務所
 ☎042-700-7400



北里大学 (南区北里) クリスマスイルミネーション
 L1号館前のモミの木と校舎外階段をライトアップします。
時 12月2日(火)～25日(木) 午後4時30分～9時
点灯式
時 12月2日(火) 午後5時30分



相模女子大学 (南区文京)
 サンタクロスやトナカイのオーナメント(飾り)にイルミネーションが灯ります。
時 12月25日(木)まで(土・日曜日を除く)
 午後4時30分～9時
 ※観覧の際は守衛室に声を掛けてください。



桜美林大学 (中央区淵野辺) クリスマス・イルミネーション
 同大学プラネット淵野辺キャンパスにキリストの降誕を告げる優しい光が灯ります。
時 1月6日(火)まで
 午後4時30分～午前1時



さがみ湖 やまなみイルミネーション
 手作りのイルミネーションの光が灯ります。
時 12月6日(土)～1月13日(火)
 午後5時～10時
会 相模湖駅前広場、県立相模湖公園
問 相模湖観光協会 ☎042-684-2633



ウェルネス通信



12/1

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
1月 9日(金)	午後1時~2時15分	㊦
19日(月)	午後2時45分~4時	㊮
30日(金)	午後1時~2時15分	㊭

㊦平成26年7月~8月生まれの初めての子の保護者とその家族
 ㊮各20人(申込順。調整あり)
 ㊭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

㊦12月10日(水) 午前10時~11時30分
 ㊦㊦
 ㊦乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
 ㊦⑥

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

㊦午前10時~11時15分

㊦乳幼児とその保護者

※希望者は直接会場へ

㊦⑦⑧⑨

日にち	会場ほか
12月16日(火)	二本松㊭、陽光台㊭、田名㊭、富士見㊭、鶴園中和田㊭
17日(水)	㊮、横山㊭、相武台㊭
18日(木)	㊦、大野北㊭、上鶴間㊭、麻溝㊭

㊭こどもセンター

㊭栄養士による栄養相談もあり



もつ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	1月14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 ㊦20歳以上で運動の実技に支障がない人 ㊦25人(申込順。初めての人優先)
運動プログラム作成コース	1月15日(木)	午後1時15分~4時15分	㊦	⑧	体力測定と健康診断の結果を基に運動プログラムを作成 ㊦20歳以上で生活習慣病が気になり、運動が必要な人(6か月以内に受診した健康診断の結果が必要) ㊦12人(申込順。初めての人優先) ㊦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。

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) ※㊮㊦㊭㊭は来庁相談のみ ㊦⑦⑧⑨
	月・木曜日		㊮		
	火曜日		㊦		
	水曜日		㊭		
	金曜日		㊭		
精神保健相談(精神科医)	12月10日(水)	午後1時~2時	㊦	㊦	こころの病気や治療の必要性についての相談 ㊦かかりつけ医がない人 ㊦各2~3人(申込順) ㊦㊦=中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ㊦㊮=南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㊦㊭=津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
	16日(火)		㊦		
	12月9日(火)		㊮		
	26日(金)		㊭		
	12月15日(月)		㊮		
エイズ等の検査・相談	12月9日(火)	午前9時~11時	㊦	㊦	エイズ、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) ㊦各12人(申込順)
	16日(火)		㊦		
	12月6日(土)	午後2時~4時	㊭		
	13日(土)		㊭		
ひきこもり家族教室	12月17日(水)	午後2時~4時	㊦	㊦	ひきこもりについての理解を深め、対応を学びます。 ㊦市内在住か在勤でひきこもりの状態にある人の家族 ㊦10組(申込順)
思春期・ひきこもり特定相談(精神科医)	12月18日(木)	午後2時30分~4時30分	けやき会館	㊦	㊦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 ㊦2組(申込順。調整あり)
アルコール・薬物家族教室	12月24日(水)	午後2時~4時	㊦	㊦	アルコール・薬物問題を理解し、その対応について学びます。 ㊦市内在住か在勤でアルコールや薬物問題がある人の家族 ㊦10組(申込順)
くすりの相談	12月18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 ㊦市薬剤師会 ☎042-756-1502

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、市内協力医療機関などで実施しています。

●費用など詳しくは、本紙1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㊦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
㊮ 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
㊭ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
㊮ 津久井保健センター	緑区中野613-2
㊦ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
㊭ 藤野総合事務所	緑区小淵2000

申し込み・問い合わせ

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

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 1月5日～3月30日の毎週月曜日(1月12日を除く)	午前10時15分～11時45分	コナミスポーツクラブ橋本(緑区西橋本5-1-1)	042-772-0541(午前10時30分～午後5時)木曜日を除く
② 1月7日～3月25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
③ 1月8日～3月26日の毎週木曜日	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 1月9日～3月27日の毎週金曜日	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
⑤ 1月15日～2月23日の毎週月・木曜日	午後3時30分～5時	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
⑥ 1月15日～2月23日の毎週月・木曜日	午前11時～午後0時30分	相模原ドルフィンクラブ(緑区橋本1-4-1)	042-771-7333(午前10時～午後5時)

※運動に支障がない市内在住の65歳以上=①～④⑥各10人⑤8人(抽選)

費①～⑤各6000円⑥3,600円

申12月①26日②25日③⑤21日④⑥20日までに、電話で各会場へ

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、一人一人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。

日にち	会場	申込先
12月22日、1月19日、2月2日・16日、3月2日の月曜日	ウェルネスさがみはら	中央高齢者相談課(☎042-769-8349)
12月26日、1月9日・30日、2月6日・13日の金曜日	南保健福祉センター	南高齢者相談課(☎042-701-7704)
1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日の火曜日	緑区合同庁舎	緑高齢者相談課(☎042-775-8812)

時 午前9時45分～11時45分

対 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=各若干名(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
- 口の渇きが気になる

申 12月12日までに、電話で各申込先へ

やっどミセミナー(心理教育プログラム)(全6回)

「自分らしい生活」をめざし、病気や薬、地域で生活するために役立つことなどを楽しく学びます。

時 1月20日～2月24日の毎週火曜日 午前10時～正午

会 橋本障害者地域活動支援センターぷらすかわせみ

対 統合失調症の人=8人(選考) ※事前面接あり

申 1月9日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

インフルエンザ・感染性胃腸炎などの感染症を予防しよう!

これからは感染症が流行しやすい時期です。手軽にできることを習慣にして予防に努めましょう。

正しい手の洗い方

ポイント1 水と石けんを使って15秒以上洗いましょう。



ポイント2 流水でよく洗い流し、水分をよく拭き取りましょう。

せきエチケット



せきやくしゃみをするときは周りの人から顔を背けましょう。



ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう。



使用したティッシュはすぐにごみ箱に捨てましょう。



せき、くしゃみなどの症状がある人はマスクを着用しましょう。

ポイント マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、隙間がないように着用しましょう。

問 疾病対策課 ☎042-769-8260

+ 愛の献血

日にち	時間	会場
12月6日(土)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	橋本駅 ペDESTリアン デッキ下
12月9日(火) 15日(月)		市役所前
12月11日(木)	午前9時30分～11時	相模原 警察署前

対 16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の人は、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。

問 医事業務課 ☎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)

