



# 市総合就職支援センターが あなたの「働きたい」を応援します！



市では、厚生労働省神奈川労働局と「雇用、福祉、産業施策等を一体的に実施するための協定」を結び、ハローワークと連携した就労支援事業の取り組みを進めています。6月には、就労に関するワンストップサービスの実現と、きめ細やかな就労支援を充実するため、市内に点在していたハローワークをはじめ各種就労支援機関を集約した「市総合就職支援センター」を開設しました。仕事を探している人はもちろん、働きたいけれど一歩を踏み出すことをためらっている人や、子どもの就労に向けての不安を抱えている家族など、ぜひ利用してください。

## 4つの就労支援機関が1フロアに集約

○●まずは電話で予約をしてください●○

### ハローワーク相模原（一部機能）

窓口で相談しながら求人情報を探し、希望の求人があった場合には紹介状を発行します。  
※雇用保険受給手続きや、事業主の求人申し込み手続きなどは行っていません。

お問い合わせ ☎042-700-1560

### さがみはら若者サポートステーション

働くことに対して悩みや不安を感じている人と、その家族のための総合相談窓口です。

※対象は15～39歳の人とその家族

お問い合わせ ☎042-703-3861

### 市就職支援センター

キャリアコンサルタント（専門相談員）が仕事探しに関するさまざまな相談に応じて、独自で開拓した市内の求人情報を紹介します。

※対象は市内在住の人

お問い合わせ ☎042-700-1618

### さがみはら

### パーソナル・サポート・センター

就労に向けて困難を抱えている人に対してカウンセリングなどを行い、必要に応じて他の支援機関へ相談員が同行しながら自立に向けた支援を行います。

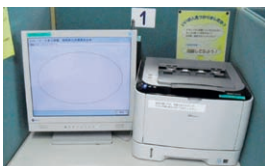
※対象は市内在住の人

お問い合わせ ☎042-770-9492

※障害者向けの求人情報は、障害者支援センター松が丘園(☎042-758-2121)へ相談してください。

8月1日(木)

### 求人情報 検索機を導入



タッチパネルで  
簡単検索

ハローワークの求人情報検索機を新しく10台設置しました。全国のハローワークで受け付けた求人情報を探せるので、ぜひ利用してください。

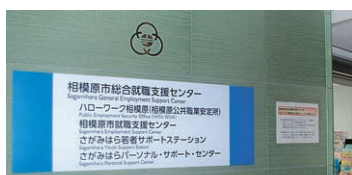


市就職支援センター  
キャリア  
コンサルタント  
工藤明子さん

気軽に相談してください。

4つの就労支援機関がひとつの場所に集まったので、移動する手間がなくなり通いやすくなったとの声が寄せられています。また、機関同士の連携も素早く取れることで、よりきめ細やかなサポートができるようになりました。

利用層は10代の人から主婦、年配の人まで幅広く、抱えている悩みや不安もさまざまです。ひとりで悩まずに、まずは相談してください。



### 市総合就職支援センター

所在地 緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと内6階

開所時間 午前8時30分～午後5時

開所日 月～金曜日、第2・第4土曜日(祝日、年末年始を除く)

お問い合わせ 市総合就職支援センター ☎042-700-1618

# さがみはら 広報

NO.1270  
毎月1日・15日発行  
2013 8/1  
平成25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  
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

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 ☎042-770-7777  
午前8時～午後9時 年中無休

市の人口・世帯  
人口 720,119人 (49増)  
男 361,344人/女 358,775人  
世帯 311,501世帯 (137増)  
7月1日現在 ( ) は前月との増減



潤水都市 さがみはら

政令指定都市・相模原の、未来へ向かう合言葉です。

## TOPICS ■ トピックス ■

### 「相模川から世界へ」 カヌー競技の世界大会に3選手が出場



◀左から八木美優選手、八木愛莉選手、小島大地選手



激流を下る八木愛莉選手▶

7月17日からスロバキアで開催された「カヌースラローム・ジュニア・U-23世界選手権大会」に、相模原市在住の八木愛莉選手(早稲田大学)、小島大地選手(県立橋本高校)、八木美優選手(県立城山高校)が出場しました。カヌーは明治時代初期に相模川に持ち込まれた本市に深く関わりのあるスポーツで、3選手は「相模川から世界へ」をコンセプトに、日々相模川で練習に励んでいます。今回は惜しくも決勝進出とはなりませんでした。今後世界を舞台としたさらなる活躍が期待されます。

お問い合わせ スポーツ課 ☎042-769-9245

## LINE UP 今号の主な内容

- 2 市税納付お知らせセンターを設置
- 3 2013市民平和のつどい
- 8 広報さがみはらをリニューアルします

別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)

### 市税納付お知らせセンターを設置

今年度、市では債権対策課を設置し、市税等の未納対策を推進しています。その一環として、市税納付お知らせセンターを債権対策課内に設置しました。市税の納め忘れ等を原因とする初期未納者に対し、電話で未納をお知らせします。けがや病気・やむを得ない事情などで納付が困難な場合は、相談してください。

お問い合わせ 同センター（債権対策課内） ☎042-769-8301

### 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夜間納税相談窓口を開設します。また、電話相談もできます。

日時 8月12日・19日の月曜日午後5時30分～7時

会場	相談・お問い合わせ
納税課※（市役所第2別館2階）	☎042-769-8300
緑市税事務所（緑区合同庁舎5階）	☎042-775-8808
南市税事務所（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。

### ごみ収集にお盆休みはありません



市コールセンターに去年よくあった質問だよ

Q. お盆休み中も、ごみは収集されますか？

A. 通常通り収集します。指定の曜日の午前8時30分までに出してください。

お問い合わせ 市コールセンター ☎042-770-7777

### 1月13日(祝) 平成26年はたちのつどい(成人式)

新たに成人となる人を祝う「はたちのつどい」を開催します。

対象 平成5年4月2日～6年4月1日に生まれた人

※対象者には、11月中旬に案内状を郵送します。

住んでいる区・地区(一部公民館区)	時間	会場
緑区 大沢、津久井	午前10時40分～11時25分	社のホール はしもと
橋本(橋本公民館区)、藤野	午後0時45分～1時30分	
橋本(相原公民館区)、城山、相模湖	午後2時50分～3時35分	
中央区 清新、中央、大野北、小山	午後1時20分～2時05分	相模女子大学 グリーンホール (市文化会館)
上溝、田名、横山、星が丘、光が丘 (一部の大沢地区を含む)	午後3時10分～3時55分	
南区 大野南、麻溝、東林	午前9時40分～10時25分	相模女子大学 グリーンホール (市文化会館)
相武台、相模台、新磯、大野中	午前11時30分～ 午後0時15分	

※地区(一部公民館区)について詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「青少年」→「青少年・成人に関する催し」をご覧ください。

### 「はたちのつどい」を自分たちで作りませんか？

「式典に出席するだけでなく、思い出に残る成人式を企画したい」という新成人が集まり、実行委員会をつくりまします。あなたも参加してみませんか。

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号を書いて、子ども青少年課(Eメール kodomoseisyonen@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

お問い合わせ 子ども青少年課 ☎042-769-8289

### 8月は「道路ふれあい月間」です

道路は市民の皆さんの身近で大切な財産です。誰もが気持ち良く安全に利用できるように心掛けましょう。

#### 道路上で禁止されている行為

- のぼり旗、看板などを置く
- ごみ、廃棄物などを投棄する
- 路上にはみ出た樹木を放置する など

※詳しくは、市ホームページの「市政情報」→「道路」→「道路の適正な利用について」をご覧ください。

お問い合わせ 道路管理課 ☎042-769-8359

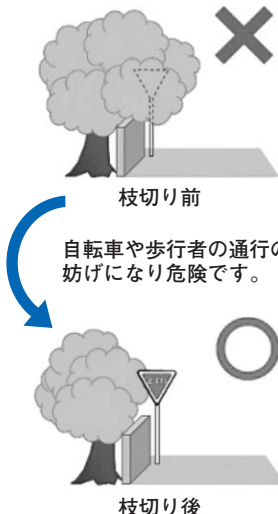
#### 道路上に危険な場所はありますか

穴の開いた舗装や破損したカーブミラー・ガードレールなどを見つけたら連絡してください。

緑土木事務所	☎042-775-8818
同 城山班	☎042-783-8151
津久井土木事務所	☎042-780-1417
同 相模湖班	☎042-684-3252
同 藤野班	☎042-687-5512

中央土木事務所	① ☎042-769-8266
	② ☎042-769-9235

南土木事務所	① ☎042-749-2213
	② ☎042-749-2215



- ① 道路の補修(穴の開いた舗装等)について
- ② カーブミラー、ガードレール等について

### 保険診療による医療費の自己負担額を助成

助成を受けるには、医療証が必要です。現在、医療証を持っていない人は申請してください(小児入院を除く)。

医療費助成制度の種類	対象	所得制限(養育者を含む)
乳児・幼児等	小学校3年生以下の子ども ※現在、所得制限により医療証がなく、次の年齢で資格審査を希望する場合は、誕生日の1か月前ごろに申請してください。	1歳以上はあり
小児入院	小学校4年生～中学校3年生 ※医療証は交付しません。詳しくは、入院費などの精算後にお問い合わせください。	あり
ひとり親家庭等	次のいずれかに該当する子ども(原則として高校卒業まで)とその養育者 ○母子・父子家庭 ○父か母に重度の障害がある ○両親がいない家庭 など	あり
重度障害者	次のいずれかに該当する人 ○身体障害者手帳が1級か2級 ○IQ(知能指数)が35以下 ○身体障害者手帳が3級でIQが50以下 ○精神障害者保健福祉手帳が1級か2級	なし

※所得制限や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

※現在医療証を持っている人は、新たな申請は不要です。

お問い合わせ 地域医療課 ☎042-769-8231

### 児童扶養手当の認定を受けている人へ

#### 現況届を提出してください

現況届を8月30日までに必ず本人が提出してください(支給停止中の人も含む)。現況届を2年間提出しない場合は、手当を受けることができなくなります。

※必要書類や受付場所など詳しくは、7月下旬に送付した通知をご覧ください。

お問い合わせ 子ども青少年課 ☎042-769-8232

### 特別障害者手当・障害児福祉手当・特別児童扶養手当の申請を

#### 特別障害者手当・障害児福祉手当

対象 在宅で常時介護を必要とする重度障害児・者(所得制限あり)

手当月額 特別障害者手当2万6,260円 障害児福祉手当1万4,280円

※10月から、特別障害者手当2万6,080円 障害児福祉手当1万4,180円に額改定予定

#### 特別児童扶養手当

対象 在宅で公的年金を受給していない20歳未満の障害児・者を養育している人(所得制限あり)

手当月額 重度5万400円 中度3万3,570円

※10月から、重度5万50円 中度3万3,330円に額改定予定

申し込み 直接、住んでいる住所を所轄する窓口へ

※申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

#### 窓口・お問い合わせ

緑障害福祉相談課	☎042-775-8810	城山保健福祉課	☎042-783-8136
中央障害福祉相談課	☎042-769-9266	津久井保健福祉課	☎042-780-1412
南障害福祉相談課	☎042-701-7722	相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
		藤野保健福祉課	☎042-687-5511

### 家族介護慰労金の支給

対象 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しないで自宅で介護してきた人

※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

基準日 8月1日 支給月 12月 申請受付期間 8月30日まで

#### 申し込み(直接各窓口へ)・お問い合わせ

緑高齢者相談課	☎042-775-8812	城山保健福祉課	☎042-783-8120
中央高齢者相談課	☎042-769-8349	津久井保健福祉課	☎042-780-1408
南高齢者相談課	☎042-701-7704	相模湖保健福祉課	☎042-684-3215
お近くの地域包括支援センター		藤野保健福祉課	☎042-687-2159

### 知って役立つ法律あれこれ 市民法律講座〈全5回〉

相続や離婚、近隣トラブル、交通事故など日常生活に関わる法律問題を、弁護士が分かりやすく解説します。

日時 8月29日～9月26日の毎週木曜日午後6時30分～8時30分

会場 相模原教育会館(中央区富士見)

対象 市内在住か在勤・在学の人=60人(申込順)

費用 1,000円(テキスト代)

申し込み 電話で8月19日までに市コールセンター(☎042-770-7777)へ



## 2013市民平和のつどい

## 夏休み平和映画上映会・被ばく体験者のお話

日にち	時間	内容
8月24日(土)	午後2時 ～4時	ヒロシマの証言 -被ばく者は語る- (記録映画) はだしのゲン2 (アニメ映画)
25日(日)		被ばく体験者のお話 夏服の少女たち (アニメ映画)

会場 市立図書館(中央区鹿沼台)

定員 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

## 平和・原爆ポスター展

日にち	会場
8月2日(金)～7日(水)	シティ・プラザはしもと内6階
8月6日(火)～30日(金)	あじさい会館
8月9日(金)～15日(木)	南区合同庁舎

お問い合わせ 渉外課 ☎042-769-8207

## 土砂災害防止法に基づく警戒区域等が指定されました

土砂災害の恐れがある地域を明らかにし、土砂災害防止対策を進めるため、土砂災害防止法に基づく警戒区域、特別警戒区域が指定されました。

## 指定された地域

○緑区三井・太井地域(土石流・急傾斜地の崩壊)

○緑区中野地域(土石流)

## 告示図書の縦覧について

日にち 月～金曜日(12月29日～1月3日、祝日を除く)

時間 午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所 県砂防海岸課(横浜市中区日本大通1)  
県津久井治水センター許認可指導課(緑区中野937-2)  
市危機管理課(消防指令センター3階)

※告示図書は、県ホームページ(<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/sabo/bousai/keikai/kouji.html>)でもご覧になれます。

## 指定説明会

①緑区根小屋地域、②緑区青山の一部地域(青山・鮎子自治会の区域を除く)・緑区長竹地域における土砂災害警戒区域と特別警戒区域の指定(土石流・急傾斜地の崩壊)についての説明

	日にち	時間	会場
①	8月28日(水)	午後7時30分～9時	串川ひがし地域センター
	9月8日(日)	午前10時～11時30分	
②	8月29日(木)	午後7時30分～9時	串川地域センター
	9月8日(日)	午後3時～4時30分	

※希望者は直接会場へ

お問い合わせ 県津久井治水センター工務課 ☎042-784-1111

## まちなみウォッチング

バスで小原宿本陣や県立藤野芸術の家などを巡り、まちの中のさまざまな表情を見つけていきます。

日時 9月13日・20日の金曜日午前9時～午後5時

集合・解散場所 市役所か橋本駅

対象 市内在住か在勤・在学の20歳以上の人=各18人(抽選)

費用 各50円(保険料)

申し込み はがきかファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、職業、電話番号、希望日を書いて、8月15日(必着)までに、街づくり支援課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9252 FAX042-754-8490 Eメール machidukuri@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

## 障害者の大震災対策フォーラム

ドキュメンタリー映画「逃げ遅れる人々 東日本大震災と障害者」の上映と、「東日本大震災における障害者の被災実態と大震災対策」をテーマにしたパネルディスカッションを行います。

日時 9月8日(日)午後1時30分～4時30分

会場 あじさい会館 定員 150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

※障害の有無にかかわらずどなたでも参加できます。

※手話通訳、要約筆記あり。映画は日本語字幕、音声ガイド付き

お問い合わせ

市障害児者福祉団体連絡協議会の羽田さん ☎042-748-3773

私たちの「相模川」

## 絵手紙コンクール作品募集

テーマ 相模川(支流を含む)、相模湖や宮ヶ瀬湖などの「湖」、「森林」での「思い出」や「大切にしたいという思い」

※手書きの絵と言葉で表現したもの

対象 市内在住か在勤・在学の人ほか

規格 はがき(次の規格の用紙も可)

○大きさ=縦14cm～15.4cm、横9cm～10.7cm

申し込み はがきか用紙の裏面に住所、氏名、年齢(学生は学年も)、電話番号、在勤・在学の場合は所在地の住所を書いて、直接か郵送で8月31日(消印有効)までに水みどり環境課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8242)へ

※詳しくは、市ホームページの「作品・スタッフ募集」をご覧ください。

## ペットと楽しく! 写真コンテスト2013

10月12日(土)に開催する「さがみはら動物愛護キャンペーン」の会場で展示し、人気投票します。

テーマ 家庭で飼っている動物(犬の場合は登録と今年度の狂犬病予防注射をしていること)

サイズ 140mm×140mmに収まるサイズ

対象 市内在住の人

応募点数 1家族1点まで

申し込み 生活衛生課や各公民館などにある応募票(市ホームページの「作品・スタッフ募集」からもダウンロード可)に写真を貼付し、9月27日(消印有効)までに同課(☎042-769-8347)へ

## STOP温暖化新聞コンテスト

地球温暖化や環境をテーマにした手作りの新聞を募集します。

応募資格 市内在住か在学の小学校4～6年生

規格 A3用紙を縦で使用

応募点数 1人・1グループ1作品まで

申し込み さがみはら地球温暖化対策協議会にある応募用紙(同協議会ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、10月31日(必着)までに、同協議会(環境情報センター内 ☎042-753-9550)へ

※入賞作品は、環境情報センター内に展示します。

皆さんの投票で決めてください

## 市食育推進マスコットキャラクター

「食育」を、幅広く親しみやすいものにするため、マスコットキャラクターを募集し、投票対象作品を選考しました。長く愛され親しまれるキャラクターを決めるため、皆さんの投票をお願いします。

投票方法 郵送かEメール(投票は1人1回まで)に、投票したい作品名、選んだ理由、「食育マスコットキャラクター投票」と書いて、10月19日(必着)までに地域保健課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9241 Eメール chiihoken@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※投票対象作品は、市ホームページの「作品・スタッフ募集」か、地域保健課、各公民館(沢井・青根公民館を除く)・こどもセンターなどにあるポスターでもご覧になれます。

お店開業のノウハウを伝授

## チャレンジショップセミナー

開業準備の進め方や事業計画の作成方法などを中小企業診断士が説明します。市の開業支援制度の紹介も行います。

日にち	時間	会場	定員	費用
9月8日(日)	午前10時 ～午後4時	大野南公民館	各30人 (申込順)	各1,000円 (テキスト代)
14日(土)		産業会館		
9月11日・18日 水曜日(全2回)	午後7時30分 ～9時30分	橋本公民館		

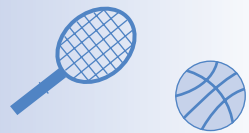
申し込み 直接か電話で商業観光課へ

※詳しくは、市ホームページの「産業・ビジネス」→「創業したい人向け情報」をご覧ください。

※開業支援制度は、9月～10月に、市内の商店街の空き店舗で出店をめざす人から事業計画を募集し、入選者には奨励金などを交付するものです。詳しくは、本紙9月1日号でお知らせします。

お問い合わせ 商業観光課 ☎042-769-9255

～スポーツ・レクリエーションを楽しもう～



# みんなの スポ・レク情報



## さがみはらグリーンプールの催し

**申し込み** ①直接か、往復はがき(1枚1コース)に住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号、希望コース、「夏休み短期体操」と書いて8月9日(必着)までに、②～⑤直接か電話で、同プール(〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151)へ

講座・教室名	コース	日にち	時間	対象	定員	費用
① 夏休み短期体操〈全3回〉 逆上がり、後転(マット運動)など	A	8月21日(水)～23日(金)	午後1時30分～2時30分	小学校1・2年生	各15人(抽選)	各1,200円
	B		午後3時～4時	小学校3・4年生		
	C	8月28日(水)～30日(金)	午後1時30分～2時30分	小学校1・2年生		
	D		午後3時～4時	小学校3・4年生		
② お腹引き締め〈全2回〉		8月15日(木)・16日(金)	午前11時～正午	15歳以上の人(中学生を除く)	各15人(申込順)	400円
③ 腰痛肩こり解消		8月20日(火)	午後2時～3時			200円
④ エンジョイダンス〈全6回〉		8月20日(火)～22日(木) 27日(火)～29日(木)	午前10時～11時	小学校1～3年生	各15人(申込順)	各1,200円
			午前11時30分～午後0時30分	小学校4年生～中学生		
⑤ 絵手紙体験		9月2日(月)	午前10時～正午	18歳以上の人	20人(申込順)	1,000円

## 銀河アリーナの催し

8月4日(日) プール感謝デー

### プールの無料開放

時間 午前9時～午後9時30分

### 水中パフォーマンスショー

水中パフォーマンス集団「トゥリトネス」によるショー

時間 午後2時～3時

※希望者は直接会場へ



### 教室

教室名	日にち	時間	対象・定員(抽選)	費用
ピラティス〈全10回〉	9月5日～11月28日の 毎週木曜日(10月24日 ～11月7日を除く)	午前9時～10時30分	18歳以上の人 =各20人	5,000円
練功十八法〈全10回〉		午後3時～4時30分		4,500円
骨盤矯正体操〈全5回〉	9月7日～10月5日の 毎週土曜日	午前10時～11時		2,500円

**申し込み** 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8月15日(必着)までに、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6)へ

お問い合わせ 銀河アリーナ ☎042-776-5311

## 北総合体育館の教室〈全8回〉

教室名	日にち	定員(抽選)
弓道	9月7日～10月26日の毎週土曜日	40人
バドミントン	9月20日～11月8日の毎週金曜日	50人

時間 午前9時30分～11時30分

対象 15歳以上の人(中学生を除く)

費用 各1回200円(65歳以上の人100円)

**申し込み** 往復はがき(1枚1教室)に住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を書いて、8月15日(必着)までに同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

## みんなで歩こう! 早朝ウォーク 木もれびの森散策〈11km〉

日にち 8月10日(土)〈小雨決行〉

集合 午前7時50分に相模大野中央公園

※解散場所は鹿沼公園

費用 500円

※希望者は飲料水、雨具を持って直接集合場所へ

お問い合わせ 市ウォーキング協会 ☎090-4134-5808

## 市体育協会からのお知らせ

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

### あじさいカップテニストーナメント(シングルス)

日にち 9月28日～10月13日の毎週土・日曜日

時間 午前9時

会場 淵野辺公園テニス場ほか

対象 市内在住か在勤・在学の人か、市内テニスクラブに在籍している人

費用 4,000円(小学生1,000円)

※申し込み方法など詳しくは、市テニス協会ホームページをご覧ください。

### 初級・中級水泳教室〈全10回〉

クラス	日にち	時間	定員(抽選)
午前	9月3日～11月5日の 毎週火曜日	午前10時～正午	80人
夜間	9月4日～11月6日の 毎週水曜日	午後7時～9時	60人

会場 さがみはらグリーンプール

対象 市内在住か在勤の18歳以上の人

費用 各6,000円

**申し込み** 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、クラス名を書いて、8月8日(必着)までに市体育協会へ

### ソフトバレー友好団体設立記念大会

日時 9月16日(祝) 午前9時

- 会場 北総合体育館
- 種目 フリー、レディース、シルバー
- 費用 3,500円(協会登録団体は2,000円)
- 申し込み 市体育協会にある申込用紙を8月19日(必着)までに市バレーボール協会へ

### 夏休みジュニアボウリング教室

日にち 8月26日(月)～28日(水)

時間 午前10時～正午

会場 相模ファーストレーン(☎042-755-1088)

相模原パークレーンズ(☎042-755-1110)

南橋本ボウル(☎042-771-8868)

対象 市内在住か在学の小・中学生

定員 各20人(申込順) 費用 1,500円

申し込み 直接か電話で8月18日までに各会場へ

### 市体操祭

日時 11月24日(日) 午前10時～午後4時

会場 総合体育館

対象 市内で活動する体操団体=40チーム

費用 1種目600円(小・中学生300円)

**申し込み** 市体育協会にある申込用紙(市体操協会ホームページからダウンロード可)を8月24日までに市体操協会へ

### 紅葉の尾瀬ヶ原と至仏山ハイキング

日にち 10月4日(金)～6日(日)〈2泊3日〉

集合 午後10時に相模原駅北口

- ※移動は貸し切り大型バス
- 費用 3万6,000円
- 対象 市内在住か在勤の18歳以上の人
- 定員 39人(抽選)
- 申し込み 往復はがきに全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、「至仏山ハイキング」と書いて、8月19日(必着)までに市体育協会へ

### シルバー市民初心者ダンス講習会〈全7回〉

日にち 9月4日～10月16日の毎週水曜日

時間 午前9時～正午

会場 市体育館(市役所前)

対象 市内在住か在勤の人

費用 2,000円

**申し込み** 往復はがきに住所、氏名、電話番号、「初心者ダンス講習会」と書いて、8月15日(必着)までに市体育協会へ

### 市射撃協会主催クレー射撃競技市民選手権大会

日時 8月25日(日) 午前8時30分

会場 大月国際クレー射撃場(山梨県大月市猿橋町猿橋1022)

費用 1競技6,000円(学生3,000円)

定員 40人(先着順)

※希望者は鉄砲・装弾・銃砲所持許可証・猟銃用火薬類等護受許可証を持って直接会場へ

### 野球教室〈全3回〉

ベ이스ターズ・ベースボールアカデミーの指導員(元横浜ベイスターズの選手)が指導します。

**日時** 8月21日(水)～23日(金) 午前10時～午後3時  
**会場** サーティーフォー相模原球場 **費用** 4,000円  
**対象** 市内在住か在学で、軟式野球の経験があり、高校で硬式野球をしたいと思っている中学校3年生=60人(抽選)  
**申し込み** 直接か、ファクスに住所、氏名、学校名、学年、電話番号、ファクス番号、指導を希望するポジション(第2希望まで)、経験ポジション、高校で希望するポジションを書いて、8月15日までに同球場(☎042-753-6930 ㊚042-753-7897)へ

### 市民健康文化センターの教室

#### 文化教室

教室名	日にち	時間	対象	費用
マジック	8月24日(土)	午後1時30分～3時30分	小学生以上の人	700円

**定員** 30人(申込順) **申し込み** 直接か電話で同センターへ

#### スポーツ教室〈全10回〉

教室名	日にち	時間	対象	費用
いきいき健康	9月3日～11月26日の毎週火曜日(10月8日～22日を除く)	午後1時30分～2時30分	65歳以上の人	各5,000円
ヨガ		午後3時～4時		
アロマストレッチ	9月4日～11月27日の毎週水曜日(10月9日～23日を除く)	午前9時30分～10時30分	18歳以上の人	1組6,000円
★親子ふれあいヨガ		午前11時～正午	10か月～2歳の子どもの保護者	
初級エアロビクス	9月6日～11月29日の毎週金曜日(10月11日～25日を除く)	午前9時30分～10時30分	18歳以上の人	各5,000円
フラダンス		午前11時～正午		

**定員** 各30人、★は20組(抽選)  
**申し込み** 直接か電話で、8月19日までに同センターへ

**お問い合わせ** 市民健康文化センター ☎042-747-3776

### さがみはら北の丘センターの教室

**日にち** 9月9日・30日、10月7日・21日・28日、11月11日の月曜日

教室名〈全6回〉	時間	対象	定員(抽選)	費用
プール大好き	午後4時20分～5時20分	初めてプールに入る5歳～小学校3年生	20人	各4,800円
のびる背泳ぎ	午後5時30分～6時30分	25m以上泳げる小・中学生	各15人	
アクアストレッチ	午後6時30分～7時30分	16歳以上の人	20人	4,200円
健康体操(中級)		日頃運動している16歳以上の人		2,700円

**申し込み** 往復はがき(1教室1人1枚)に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、8月7日(必着)までに同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

### 障害者ふれあい文化講座 絵手紙〈全2回〉

**日時** 9月2日・9日の月曜日午後2時～4時  
**会場** けやき体育館 **費用** 200円  
**対象** 市内在住か在勤・在学の身体障害児・者=16人(申込順)  
 ※ボランティアも5人(申込順)募集します。  
**申し込み** 直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、「絵手紙」と書いて同館(☎042-753-9030 ㊚042-769-1200)へ

### Team UKYO チャレンジスクール ロープのワーク・アスレチック教室

**日時** 9月23日(祝) 午前8時30分～午後4時  
**会場** フォレストアドベンチャー・小田原(小田原市久野)  
**対象** 小学生以上の人=50人(申込順)  
**費用** 6,500円(小学生5,500円、中学生・高校生6,000円)  
**申し込み** 申込書〈Team UKYOのホームページ(<http://teamukyo.com/>)からダウンロード可〉を9月10日までに同スクール事務局(☎03-6407-8230)へ

### 図書館の催し 希望者は直接会場へ

#### 夏のおはなし会

**対象** 小学生

催し名	日時	会場	定員(先着順)	お問い合わせ
夏のこわいおはなし会	8月7日(水) 午後3時30分～4時30分	相模大野図書館	150人	相模大野図書館 ☎042-749-2244
夏のおはなし大会	8月21日(水) 午後4時～4時45分	ミウヰ橋本5階 コミュニティルーム	20人	橋本図書館 ☎042-770-6600
夏の大きなおはなし会	8月23日(金) 午後3時30分～4時15分	市立図書館(中央区鹿沼台)	80人	市立図書館 ☎042-754-3604

#### 大人のためのおはなし会 朗読と紙芝居で聴くこわいおはなし

**日時** 8月21日(水) 午後1時30分～3時  
**会場** 市立図書館 **定員** 30人(先着順)  
**お問い合わせ** 市立図書館 ☎042-754-3604

#### 夏の夕べのかみしばいの会

**日時** 8月7日～28日の毎週水曜日午後4時30分～5時  
**会場** 新磯野公園(南区新磯野4-8)  
**お問い合わせ** 相武台分館 ☎046-255-3315

### 相模原ごみDE71大作戦 親子リサイクル教室 牛乳パックで作ってみよう

牛乳パックを使って顕微鏡やペーパークラフト作りを体験します。

**日時** 8月17日(土) 午前10時～正午  
**会場** 環境情報センター  
**対象** 小学生とその保護者=20組(申込順)  
**申し込み** 電話で麻溝台環境事業所(☎042-747-1241)へ



ペーパークラフト(恐竜)

### むらさきのまちから 町田市 舩田コレクション ヴェトナム陶磁の二千年展

前期は14世紀まで、後期は14世紀後半以降の陶磁器などの展示を通して、2,000年にわたるヴェトナム陶磁文化を紹介します。本邦初公開の作品も多数展示します。

**期間** 前期=9月1日(日)まで  
 後期=9月7日(土)～10月14日(祝)  
**時間** 午前9時～午後4時30分  
**会場** 町田市立博物館(町田市本町田3562)  
**観覧料** 300円  
 (中学生以下無料、障害者は150円)  
**休館日** 月曜日(祝日の場合は翌日)



白釉襷袢唐草文六耳壺(12～13世紀) 前期展示

**お問い合わせ**  
 町田市立博物館 ☎042-726-1531

### 旧石器ハテナ館体験教室 勾玉作り

古代アクセサリーの製作体験や、勾玉に込められた意味などを学びます。

**日時** 8月18日(日) 午後2時～4時  
**対象** 小学生以上の人=30人(申込順) **費用** 350円(材料費)  
**申し込み** 電話で同館(☎042-777-6371)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、体操や機器を用い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	9月3日～10月11日の毎週火・金曜日	午後1時～2時30分	ワールドウィング町田 アネックス相模原(中央区清新5-24-12)	042-774-6725 (午前8時30分～午後5時30分) 土・日曜日、祝日を除く
②	9月5日～11月21日の毎週木曜日	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
③		午後2時30分～4時	スポーツクラブ ルネサンス橋本(緑区橋本3-3-1)	042-775-6600 (午前9時30分～午後11時、土・日曜日、祝日は午後7時まで) 金曜日を除く
④	9月17日～10月25日の毎週火・金曜日	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) 8月12日～18日を除く

**対象** 市内在住の65歳以上で、運動に支障がない人=各10人(抽選)  
**費用** ①4,000円②③各6,000円④3,600円  
**申し込み** 電話で8月①20日②28日③29日④31日までに各会場へ

# 情報 あら・かると

市役所 ☎042-754-1111(代)

## お知らせ

### 平和を願って黙とうを

世界恒久平和と戦争犠牲者の冥福を祈り、黙とうをお願いします。

	日にち	時間
広島	8月6日(火)	午前8時15分
長崎	8月9日(金)	午前11時2分
終戦	8月15日(木)	正午

問 地域福祉課

### 市慰霊塔への参拝

日 8月15日(木)  
 時 午前11時～午後3時  
 会 同所(南区東大沼1-17-1)  
 ※希望者は直接会場へ

問 地域福祉課

### 猫の相談会と譲渡面接会

相談会  
 譲渡面接会の参加申し込み、家庭や地域などでの猫に関する相談  
 日 9月3日・17日、10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  
 日 9月22日、10月27日の日曜日(雨天決行)  
 時 午前10時～正午  
 会 青少年学習センター  
 対 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欲しい人ともに市内在住の20歳以上の人  
 ※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ  
 問 生活衛生課

### 建物の耐震巡回相談

日 8月7日(水)

時間	会場
午前9時～正午	中央公民館
午後1時30分～4時30分	上鶴間公民館

※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。  
問 建築指導課

### 施設のお休み

環境情報センター  
 日 8月15日(木)・18日(日)  
 問 同所(☎042-769-9248)

### 市慰霊塔への戦没者の合祀

日 10月12日(土)  
 申 合祀を希望する遺族は戦没者の写真等を持って、9月2日までに地域福祉課(☎042-769-9222)へ

### マンション管理 無料相談会

日 ①8月11日(日)午後1時～5時  
 ②8月25日(日)午後1時30分～5時  
 会 おださがプラザ  
 対 市内のマンション管理組合役員と居住者=各10組(申込順)  
 申 電話で①県マンション管理士会相模原市支部(☎046-256-2683)、②首都圏マンション管理士会相模原部会事務局(☎042-765-0221)へ

### 宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

10月まで平日に空きあり  
 申 随時受け付け  
**11月分の抽選申し込み** さがみはらネットワークシステムが商業観光課、各まちづくりセンター・出張所・公民館にある申込書を8月10日までに各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは8月21日から電話で①☎0120-988-547②☎0267-55-6776へ  
**11月の休館日** ①18日(月)・19日(火) ※11日(月)・12日(火)は専用使用のため宿泊できません。  
 ②6日(水)・26日(火)・27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

### 8月は電気使用安全月間

電気を安全に使うポイント  
 ○タコ足配線をやめる○プラグは定期的に点検する○アース線はしっかり取り付ける○漏電遮断器を取り付ける  
 問 関東電気保安協会(☎042-772-1551)

## 募集

### 陽光園の非常勤職員

知的障害者の作業活動や生活全般の支援  
**勤務** 9月から月・木曜日、午前9時25分～午後4時10分  
**賃金** 日額6,000円

対 男性=1人 ※同性介助をする必要があるため  
 申 電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で同園(〒252-0226 中央区陽光台3-19-2 ☎042-756-8410)へ

### 就学時健康診断事務補助員

10月～12月に行う来年度小学校入学予定者の健康診断の事務補助  
**賃金** 時給885円  
 申 学校保健課(☎042-769-8283)へ電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を持って、9月2日(月)=市役所会議室棟第1会議室、9月4日(水)=南区合同庁舎3階講堂へ  
 ※時間はいずれも午前10時～正午

### 南子ども家庭相談課の

①臨時的任用職員(理学療法士)  
 ②非常勤職員(社会福祉職)の登録者

①子どもの理学療法業務や相談など②子どもの療育・発達相談など  
**勤務** ①10月～平成26年3月の月～金曜日のうち週2～5日間で、午前8時30分～午後5時15分②9月～26年3月の月～金曜日の午前9時30分～午後4時  
**賃金** 時給①2,520円②1,150円  
 対 ①理学療法士免許があり小児の理学療法業務や障害・療育に関する相談業務に従事した経験がある人②社会福祉主事の資格があり療育・発達相談業務の経験がある人  
 申 履歴書(写真貼付)と免許・資格証の写しを、直接か郵送で8月15日までに同課(〒252-0303 南区相模大野6-22-1 ☎042-701-7727)へ

### ①生活保護自立支援相談員 ②生活保護医療扶助適正化推進員

①就労支援や日常生活自立等に向けた相談援助②後発医薬品の使用促進や頻回受診など医療扶助の適正化に向けた相談援助  
 対 ①社会福祉士、精神保健福祉士等の資格がある人②薬剤師、保健師、看護師いずれかの免許がある人=各若干名

勤務地 南生活支援課  
**報酬** 週3日=月額13万2,000円  
 週4日=月額18万6,000円  
 週5日=月額22万3,600円

申 直接か郵送で、履歴書(写真貼付)、資格証等の写し、志望動機(原稿用紙1枚程度)、①か②を書いて、8月15日までに地域福祉課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7021)へ

## イベント

### ソレイユさがみの催し

### 女性のための心とからだの健康相談

日 8月24日(土)  
 時 午後1時30分・2時30分  
 定 各1人(申込順)  
 ※保育なし(子どもの同伴可)  
**市民企画講座「子育てコーチから学ぶ!子どもの幸せな自立と親の役割とは?」〈全5回〉**  
 日 9月1日～10月6日の毎週日曜日(9月22日を除く)  
 時 午前10時～正午  
 対 未就学児の保護者  
 定 10人(申込順)

### 男性のくらしナビ「柔道整復師から学ぶ肩こり・腰痛予防講座～夏の疲労解消!」

日 9月5日(木)  
 時 午後1時30分～3時  
 定 30人(申込順)  
**男の腕まくり「料理の基本のワザを身につける」**  
 手打ちうどん、けんちん汁、抹茶ミルクゼリー  
 日 9月7日(土)午前10時～午後1時  
 定 24人(申込順)  
 費 550円

申 直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、催し名を書いてソレイユさがみ(☎042-775-1775 FAX 042-775-1776)へ  
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

### 発見しよう! まちの中の小さな自然

日 8月14日(水)、9月15日(日)〈荒天中止〉  
 時 午前9時30分～11時30分  
 会 環境情報センター周辺  
 ※希望者は飲み物と帽子、ルーペなど観察に必要な道具(貸し出しあり)を持って、直接同センターへ  
 問 同センター(☎042-769-9248)

凡例 日時=日時 日にち=日にち 時間=時間 会場=会場 講師=講師 対象=対象 費用=費用(記載のない場合は無料) 定員=定員(指定のないものは選考) 申し込み=申し込み(期限で指定のないものは、必着) お問い合わせ=お問い合わせ 電話=電話 ファクス=ファクス Eメール=Eメール ホームページ=ホームページ

クールシェアをしよう！  
環境映画・無料上映会～エアコンを切って環境情報センターへGO

未来の食卓  
日 8月10日(土)・13日(火)  
モンサントの不自然な食べもの  
日 8月20日(火)・24日(土)  
◇ ◇  
時 午後2時～4時  
会 環境情報センター  
定 各80人(先着順)  
※希望者は直接会場へ  
問 同センター(☎042-769-9248)

古民藝展  
日 8月10日(土)～9月20日(金)  
時 午前9時30分～午後4時30分  
古民藝品説明会  
日 8月17日、9月7日の土曜日  
時 午後2時～3時  
※希望者は直接会場へ  
◇ ◇  
会 小原の郷  
問 相模湖経済観光課(☎042-684-3240)

バスで行く、省エネ・創エネ施設見学会  
東京ガス根岸工場、東京電力浮島太陽光発電所などを見学  
日 8月28日(水)  
時 午前8時30分～午後6時  
対 市内在住の小学校4年生～中学生とその保護者=40人(申込順)  
費 1組500円  
申 ファクスかEメールに氏名、年齢、電話番号、「施設見学会」と書いて、8月12日までにさがみはら地球温暖化対策協議会(☎042-753-9550 [E] info@s-ontai-kyou.jp)へ

夏休み親子映画鑑賞会  
上映作品は①「ミッキーマウスのゆかいな船長さん」他5本②「あしたぶたの日ぶたじかん」他2本  
日 8月8日(木)・9日(金)  
時 ①午前10時～②午後1時30分～  
会 サン・エールさがみはら(緑区西橋本)  
対 ①未就学児②小学生以下の子どもとその保護者=各220人(先着順)  
※希望者は直接会場へ  
問 同所(☎042-775-5665)

さがみはら国際交流ラウンジの催し  
お茶会  
アメリカのお話と紙芝居ほっこり座の活動紹介  
日 8月18日(日)  
時 午前10時～正午  
定 40人(先着順)  
※希望者は直接会場へ  
中国語入門講座〈全4回〉  
日 9月1日～22日の毎週日曜日  
時 午前10時～正午  
対 市内在住の高校生以上の人  
定 20人(申込順)  
費 300円  
申 電話で同ラウンジへ  
◇ ◇  
問 同ラウンジ(☎042-750-4150)

講演・講座

大日野原遺跡発掘調査現地説明会  
市立博物館と中央大学との共同で発掘調査中の同遺跡とこれまでに出土した遺物の解説  
日 8月7日(水)  
集合 午後2時にふじの体験の森やませみ前(駐車場なし)  
※希望者は直接集合場所へ。集合後、現地へ移動します(徒歩20分)。  
問 市立博物館(☎042-750-8030)

ふれあい童謡教室〈全10回〉  
日 9月3日～11月12日の毎週火曜日(10月1日を除く)  
時 午前10時～11時30分  
会 新磯ふれあいセンター  
対 市内在住の60歳以上の人  
定 40人(申込順)  
費 2,000円  
申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

みどりの講習会「葉っぱでデザインエコバッグ作り」  
日 8月29日(木)  
時 午前10時～11時30分  
会 相模原麻溝公園  
対 小・中学生=20人(申込順)  
※小学校3年生以下は保護者同伴  
費 300円  
申 電話で市みどりの協会(☎042-777-2860)へ

親子で楽しむ凧作り教室  
日 8月24日(土)  
時 午後1時30分～4時  
会 相模の大凧センター  
定 20人(申込順)  
※小学生以上は1人でも参加可  
費 500円  
申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

さがまちカレッジ 9月講座

親子で学ぶ子どもの病気～子供の感染症と予防  
日 9月8日(日) 午前10時～正午  
会 町田市生涯学習センター(町田市原町田)  
対 子育て中の家族(1家族2人まで)=20組(抽選)  
費 1組1,000円  
※未就学児(2歳以上)の保育あり〈定員6人(要予約)〉  
江戸を楽しむ～江戸のヒーローたち～  
日 9月8日(日)  
時 午後1時30分～4時30分  
会 ユニコムプラザさがみはら  
定 70人(抽選)  
費 1,000円  
◇ ◇  
申 各まちづくりセンター・公民館などにある申込書〈さがまちコンソーシアムホームページ(http://sagamachi.jp/)からダウンロード可〉を8月20日までに同事務局(☎042-747-9038)へ

園芸教室「秋のバラの管理」

日 9月7日(土)  
時 午後1時30分～3時30分  
会 県立相模原公園  
定 30人(申込順)  
費 2,000円(花苗代含む)  
申 電話で8月7日から同公園(☎042-778-1653)へ

小規模社会福祉施設等の防火実務研修会

日 9月20日(金) 午後1時～4時  
会 市体育館(市役所前)  
対 社会福祉施設等の関係者  
定 40人(申込順) 費 2,000円  
申 費用を持って直接、市防災協会(消防指令センター内 ☎042-753-9971)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。

▼教養講座「東海大学 寺尾保教授の健康維持増進のための高地トレーニング」 9月8日(日) 午前11時～正午、ラポール千寿閣(南区上鶴間本町)。定員100人(先着順) 問 今泉(☎090-9019-2979)  
▼海上自衛隊横須賀音楽隊 相模原ふれあいコンサート 9月13日(金) 午後6時30分～8時30分、相模女子大学グリーンホール(市文化会館)。定員1,000人(抽選) 問 往復はがき(1枚2人まで)に住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、8月23日(必着)までに海上自衛隊第4航空群司令部ふれあいコンサート係(〒252-1101 綾瀬市無番地 ☎0467-78-8611 内線5051)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

▼バドミントン 毎週水曜日午前9時30分、総合体育館。対象は女性。見学・体験可 問 若林(☎042-771-1194)  
▼女声コーラス 月3回土曜日午後2時30分、相模台小学校ほか。見学可 問 清水(☎042-712-5841)  
▼三国志研究 9月6日、12月6日、平成26年2月7日、6月6日の金曜日午後3時、大野南公民館 問 落合(☎042-756-1882)  
▼スポーツ吹き矢 月3回日曜日午前か午後=県立神奈川総合産業高校(南区文京)。月3回水曜日午後=文京集会所(南区文京2-15-10) 問 丸岡(☎042-744-4211)  
▼ダンススポーツ 毎週水曜日午後7時30分、中央中学校。対象は経験者。見学可 問 奥田(☎080-3012-3651)  
▼ハーモニカ 毎月第1・第3金曜日午後1時30分、中央公民館。初心者歓迎。見学可 問 高田(☎042-754-1913)  
▼社交ダンス 月4回金曜日午後2時、新磯公民館。初心者歓迎 問 小島(☎080-1194-6918)

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 ☎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)。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

# 広報さがみはらをリニューアルします

「広報さがみはら」がより読みやすく魅力的な紙面になるよう、次号（8月15日号）から紙面のデザインを一新します。今後も、市民の皆さんに親しみを持って読んでもらえるような紙面づくりをめざしていきます。

8月15日号をお楽しみに！

## リニューアルのポイント

### 魅せる

紙面全体のデザインを一新し、明るい色使いと楽しいイラストなどを使って、動きのある紙面を展開。幅広い年代の人に手に取ってもらえるような「魅せる」デザインにします。

### 分かりやすい

さまざまな情報の中から、必要な情報がすぐに見つかるように、分野ごとに記事を集約して掲載する、一目で分かるアイコンを付けるなど、「分かりやすく」なる工夫をします。

### 読みやすい

文字の形が分かりやすく読み間違えにくいという特徴を持つ、ユニバーサルデザインフォントを採用し、文字情報の多い紙面も「読みやすく」していきます。

例えば

2万5,600円 → 2万5,600円

お問い合わせ 広聴広報課 ☎042-769-8200

会場  
ユニコムプラザ  
さがみはら

伝統的七夕ライトダウンキャンペーン2013

## 親子で星空を見上げよう

伝統的七夕（旧暦の七夕）の日にみんなで明かりを消して星空を見上げる「伝統的七夕ライトダウンキャンペーン」として、星空や七夕に思いをはせるイベントを行います。

日にち 8月13日（火） 申し込み 直接か電話で同所へ

午後2時～4時 親子工作教室「映して遊ぼう ちょこっとプラネタリウム」

七夕や宇宙にちなんだ工作を楽しみます。

対象 4歳～10歳の子どもとその保護者＝20組（1組4人まで。申込順） 費用 1組500円

午後6時～9時 七夕セミナー、天体観測

伝統的七夕や夏の天の川などのお話を聞いた後、bono相模大野の屋上庭園で月や土星、天の川の星、「銀河鉄道の夜」にも登場するはくちょう座の二重星「アルビレオ」などを眺めます。

※天体観測は雨天・強風の場合中止

講師 阪本成一さん（JAXA宇宙科学研究所教授）

対象 小学生とその保護者＝60組（1組3人まで。申込順）



阪本成一さん

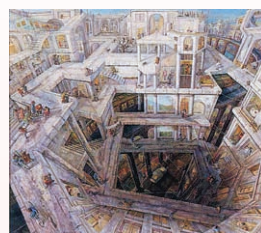
同時開催 「銀河鉄道の夜」イメージ画展 期間 8月9日（金）～14日（水）

お問い合わせ ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

## 相模原の女性画家展

時代を翔る女たち

上條陽子さんや遠藤彰子さん、大谷有花さんなど女性画家13人の新作や市収蔵作品などを展示します。



遠藤彰子「迷宮の街」1983年

期間 8月10日（土）～25日（日）

※水曜日は休館

時間 午前10時～午後6時  
（入館は午後5時30分まで）

会場 相模原市民ギャラリー

### ■ギャラリートーク

美術専門員が展示作品を解説します。

日時 8月10日～24日の毎週土曜日午後2時～3時

## ～女性画家展の出品作家が講師～ 関連ワークショップ

8月18日（日）大切な人に贈る絵画うちわを作ろう

山田まほさん（日本画家）と水彩画うちわを作ります。

8月25日（日）体験！現代アートに触れよう

真島明子さん（現代美術家）と板などを使ってアート作品を作ります。

時間 午後2時～4時

対象 中学生以上の人＝各20人（申込順）

申し込み 電話で同ギャラリーへ

お問い合わせ  
相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

## 幽玄の世界 相模原薪能

宵闇を灯すかがり火の揺らめきに照らし出される能や狂言などをお楽しみください。

日にち 8月15日（木）

時間 午後6時30分～8時30分

会場 相模女子大学グラウンド（南区文京）

※雨天時は相模女子大学グリーンホール（市文化会館）で実施

演目 能「土蜘蛛」ほか

○当日席は無料。希望者は直接会場へ（入場整理券は不要）

○予約席（400席）は500円。希望者は8月2日（金）午前10時から電話でチケットMoveへ



お問い合わせ チケットMove ☎042-742-9999



# ウェルネス

広報 さがみはら 別冊 保健・介護予防事業案内

2013(平成25年)

# 通信

# 8/1

みんな元気! さがみはら 笑顔で楽しく健康づくり

【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

## 主な実施会場

⓪ ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
① 緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
② シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
③ 南保健福祉センター	南区相模大野6-22-1
④ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
⑤ 津久井保健センター	緑区中野613-2
⑥ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
⑦ 藤野総合事務所	緑区小淵2000

## 申し込み・お問い合わせ

① 緑高齢者相談課	☎042-775-8812	⑧ 中央保健センター	☎042-769-8233
② 中央高齢者相談課	☎042-769-8349	⑨ 南保健センター	☎042-701-7708
③ 南高齢者相談課	☎042-701-7704	⑩ 城山保健福祉課	☎042-783-8120
④ 疾病対策課	☎042-769-8260	⑪ 津久井保健福祉課	☎042-780-1414
⑤ 健康企画課(成人)	☎042-769-8322	⑫ 相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
⑥ 健康企画課(母子)	☎042-769-8345	⑬ 藤野保健福祉課	☎042-687-5515
⑦ 緑保健センター	☎042-775-8816	⑭ 精神保健福祉センター	☎042-769-9818

## 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。

教室名	日にち	会場	内容・時間・対象など	申込
離乳食教室 (スタート編)	9月9日(月)	③	離乳食の講習、簡単な実習と試食 時間 午後1時～2時15分、2時45分～4時 対象 平成25年3月～4月生まれの初めての子の保護者とその家族	⑥
	9月10日(火)	①	定員 各20人(申込順。調整あり) 申し込み 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ	
ママの心のケアルーム 「ママの休み時間」	8月7日(水)	①	「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」などと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 時間 午前10時～11時30分 対象 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)	⑥

## もっと健康になるための教室

教室名	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
ダンベル体操	9月4日(水)	午前10時～正午	①	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 対象 20歳以上で運動の実技に支障がない人 定員 ダンベル体操=20人、チューブ体操=25人(申込順)	⑦
チューブ体操		午後2時～4時	②		⑧
運動プログラム作成コース	9月12日(木)	午後1時15分～4時15分	②	体力測定と健診結果を基に運動プログラムを作成 対象 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診結果が必要) 定員 12人(申込順。初参加優先) 費用 1,000円	⑧

※受講後、運動習慣定着コースに参加できます。

## 健康診査・検診・検査

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9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・お問い合わせ 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

認知症の症状や、認知症の人への基本的な接し方などを学びます。  
日時 9月9日(月) 午後2時～4時 会場 南保健福祉センター  
対象 市内在住か在勤・在学の人(介護サービス従事者を除く)  
定員 110人(申込順)  
申し込み 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

### 難病講演会 パーキンソン病関連疾患

治療と療養の最新情報などについてお話しします。  
日時 9月5日(木) 午後3時～5時  
会場 南保健福祉センター 定員 60人(申込順)  
申し込み 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

## 相談

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
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(祝日を除く)	①	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※②③④⑤は来庁相談のみ お問い合わせ ⑦⑧⑨	
	月・木曜日		②		
	火曜日		③		
	水曜日		④		
	金曜日		⑤		
生活習慣改善相談 (保健師・栄養士・健康運動指導士)	9月2日(月)	午前9時～9時30分 10時～10時30分	⑥	生活習慣病予防のための各種測定や個別相談 定員 各5人(申込順)	⑧
	9月6日(金)	午後1時30分～2時 2時～2時30分	⑦		⑪
エイズ等の検査・相談	火曜日	午前9時～11時	⑥	エイズ、性器クラミジア、梅毒の検査・相談(無料・匿名) 定員 各12人(申込順)	④
	8月10日(土)	午後2時～4時	②		
思春期・ひきこもり特定相談	8月22日(木)	午後2時～4時	けやき会館	専門医などが相談に応じます。 対象 思春期相談 13～17歳の精神的な問題を抱える人とその家族等 ひきこもり相談 おおむね40歳ぐらいまでのひきこもりの状態にある人とその家族等 定員 各2人(申込順。調整あり)	⑭
みんなのアルコール相談	8月20日(火)	午前10時～正午	けやき会館	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等の相談に応じます。 対象 アルコールに関する問題を持つ人とその家族 定員 2人(申込順。調整あり)	⑭
ひきこもり家族教室	8月21日(水)	午後2時～4時	⑥	ひきこもりについての理解を深め、対応を学びます。 対象 市内在住か在勤の人	⑭
アルコール・薬物家族教室	8月28日(水)	午後2時～4時	⑥	アルコール・薬物問題を理解し、その対応を学びます。 対象 市内在住か在勤のアルコール・薬物問題のある人の家族 定員 10組(申込順)	⑭
くすりの相談	8月15日(木)	午後1時30分～3時	⑥	※希望者は直接市薬剤師会会議室へ お問い合わせ 市薬剤師会 ☎042-756-1502	

### タバコをやめたい人・やめさせたい人のための禁煙サポート講座

禁煙に成功した人の体験談や、タバコ依存度の測定などを行います。  
日時 9月7日(土) 午前10時～正午  
会場 ウェルネスさがみはら 定員 50人(申込順)  
申し込み 直接か電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ

愛の献血

Table with columns: 日にち, 時間, 会場. Dates: 8月8日(木), 10日(土), 14日(水). Times: 午前10時~正午, 午後1時30分~4時. Locations: 市役所前, 橋本駅, ペDESTリアンデッキ下.

対象 16~69歳の健康な人 (65~69歳の人は、60~64歳の間に献血経験が必要)

※本人確認を行っています。

所要時間 40分程度

※200ml献血を行わない場合があります。

お問い合わせ 医事薬事課 ☎042-769-8343



けんけつちゃん

マタニティオーラルセミナー〈全2回〉

~元気な赤ちゃんはママのお口の健康から~

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響、妊娠期の口腔ケアについて歯科医師による講義と歯科健康診査を行います。

日時 9月9日(月) 午後1時30分~3時30分

※当日、2回目の日程をお知らせします(9月下旬を予定)。

会場 ウェルネスさがみほら

対象 妊娠28週未満の妊婦=32人(申込順)

申し込み 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

口腔がん検診

口腔粘膜の状態を検診します。

日時 9月8日(日) 午前9時30分~午後0時30分

会場 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみほら内)

対象 市内在住の40歳以上の人=65人(抽選) 費用 500円

申し込み はがき(1人1枚)に住所、氏名、生年月日、電話番号、「口腔がん検診」と書いて、8月15日(必着)までに健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8345)へ

※むし歯、歯周病の検診は行いません。

脳を鍛える! 脳活道場〈全13回〉

認知症予防の講話やウォーキング等のグループワークを通して、脳の活性化を図ります。

Table with columns: 日時, 会場, 申込先. Dates: 9月3日(火), 9月12日~11月28日, 9月4日~11月27日, 9月5日~11月28日. Locations: 南保健福祉センター, ウェルネスさがみほら, 津久井保健センター. Contact: 南高齢者相談課, 中央高齢者相談課, 緑高齢者相談課.

対象 65歳以上で介護認定を受けていない、物忘れなどが気になる人

定員 各16人(選考) 費用 無料(一部実費負担あり)

申し込み 電話で8月12日までに各申込先へ

統合失調症家族教室〈全4回〉

統合失調症の知識や当事者とのコミュニケーション術などを医師等から学びながら、家族同士の交流を深めます。

日にち 9月18日(水)・25日(水)、10月2日(水)・8日(火)

時間 午後2時~4時 会場 ウェルネスさがみほら

対象 統合失調症の発病からおおむね10年以内の人の家族

定員 15人(申込順)

申し込み 電話で9月17日までに中央障害福祉相談課(☎042-769-9806)へ

子育て支援 発達障害講座

Table with columns: テーマ, 日にち, 時間, 費用. Topics: ①お父さんのための発達障害の理解と対応, ②お母さんのための発達障害講座, ③大人の発達障害, ④発達障害への支援、発達障害と医療. Dates: 9月1日(日), 7日(土), 29日(日). Times: 午前10時~正午, 午後2時~4時15分, 午後1時30分~4時10分, 午前10時30分~午後4時. Fees: 500円, 1,000円.

会場 ①~③ソレイユさがみ④サン・エールさがみほら(緑区西橋本)

対象 発達障害のある子どもの保護者、親子の支援に関わる人

定員 各50人(申込順) ※保育なし

申し込み インターネットからか、電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、質問(ある人のみ)を書いて①②8月27日、9月③2日④24日までに発達障害の会神奈川オアシス(HTTP://www.rak2.jp/town/user/oasisuclub/ ☎090-8506-0714 FAX042-703-9830)へ

急病などで困ったときは(電話番号をよく確かめて)

Table with columns: 医科, 相模原救急医療情報センター, 休日急患歯科診療所, 休日当番柔道整復施療所案内, 精神科救急医療情報窓口. Includes contact numbers and hours.

~忙しくてもあきらめない!~

働く世代のメタボ撃退術〈全2回〉

血管・カラダ年齢や運動量の測定、生活習慣病予防について学びます。

日時 8月31日、9月7日の土曜日午前10時~正午

会場 南保健福祉センター 対象 市内在住か在勤の人=30人(申込順)

申し込み 電話で南保健センター(☎042-701-7708)へ

子育て世代向け生活習慣病予防教室

産後のカラダスッキリ♪ママ'Sセミナー〈全2回〉

血管・カラダ年齢等の測定や、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。

日時 9月9日(月)・18日(水) 午前10時~正午

会場 緑区合同庁舎 対象 市内在住の人=30人(申込順)

申し込み 電話で緑保健センター(☎042-775-8816)へ

悠遊シニアスタッフ養成講座〈全9回〉

地域包括支援センターで行う地域介護予防教室等の活動を支援する人を養成します。

会場 ウェルネスさがみほら

対象 市内在住の40歳以上の人

定員 20人(抽選)

申し込み 電話で8月15日までに中央高齢者相談課(☎042-769-8349)へ

※このほか見学実習が1回あり

食中毒にご注意を

食中毒が発生しやすい季節です。調理前の手洗いや、食品を十分に加熱するなど衛生的な調理を行いましょ。食の安全性確保のため、スーパーマーケットなどを中心に「夏期食品総点検」を8月31日まで行います。

食中毒予防キャンペーン

Table with columns: 日にち, 時間, 会場. Dates: 8月7日(水), 8日(木). Times: 午後2時30分~3時30分, 午後3時~4時30分. Locations: 緑区橋本, 南区相模大野, 古淵の大型店など, 緑区城山・藤野地区のスーパーマーケットなど, 緑区津久井・相模湖地区のスーパーマーケットなど

家庭でできる食中毒予防の5つのポイント

- 1 購入: 新鮮なものを選び、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過ぎない。
3 調理: 調理の前に手を洗い、加熱して調理する食品は十分に加熱する。
4 食事: 食事の前に手を洗い、時間を置かずすぐに食べる。
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に加熱する。時間が経ち過ぎたものは思い切って捨てる。

お問い合わせ

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

子育て広場たんとプレママ・プレパパセミナー

出産や子育ての心構えを先輩ママ・パパが伝授します。沐浴体験も行います。

日時 8月31日(土) 午前11時~午後0時30分、午後2時~3時30分

会場 伊勢丹相模原店(南区相模大野) 定員 各10組(申込順)

対象 平成26年2月までに産産を予定している人とその家族

申し込み 電話か、Eメールに氏名、電話番号、出産予定月を書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 Eメール ta nt-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ