

さがみはら がみ ら

広報

NO.1318

毎月1日・15日発行

2015 8/1
平成27年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

市職員を募集	2
児童扶養手当 現況届の提出を	2
8月は道路ふれあい月間です	3
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/>
携帯端末用/ <http://mobile.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 723,838人(74増)
男 362,622人 女 361,216人

世帯 319,369世帯(223増)
7月1日現在()は前月との増減

TOPICS

関係機関と合同で山岳救助訓練を実施



▲ヘリコプターで負傷者を救出する訓練

7月22日、市は、横浜市消防局航空隊・津久井警察署との合同山岳救助訓練を実施しました。

本市は、県内最高峰の蛭ヶ岳を含む丹沢山系などの多くの山々に囲まれた自然豊かな地域があるため、近年の登山ブームにより、山間部での事故が多くなっています。山間部では、救出活動が長時間になることもあります。負傷者を早期に救出することができるよう、日頃から関係機関との連携強化を図っています。

☎津久井消防署警備課 ☎042-685-0119



あなたの働きたい! を応援します!

本市には、皆さんの就職を支援するための、さまざまな相談窓口があります。「仕事探しがうまくいかない」「学生で就職活動中だけどなかなか内定が出ない」「失業して生活に困ってしまった」などで悩んでいたなら、まずは相談してください。



就職実績1,400人/年(平成26年度)

市総合就職支援センター

シティ・プラザはしもと6階

開所日時 月～金曜日、第2・第4土曜日(祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後5時

仕事を探している人それぞれの状況に応じて、きめ細かく支援します。

相談員とじっくり話し合いながら探したい

市就職支援センター

☎042-700-1618

キャリアコンサルタント(専門相談員)が個別相談に応じます。市内の求人情報の紹介や履歴書の書き方、面接対策のアドバイス、就職に役立つセミナーも開催します。南区での出張相談も行っています。詳しくはお問い合わせください。

～保育士等の人材確保の取り組み～

保育士等の専門相談を始めました

一度退職したけれど保育士として復帰したい人や保育士をめざしている人たちの就職のための相談や支援を実施しています。気軽に相談してください。

全国の求人情報から仕事を選びたい

ハローワーク職業紹介・相談コーナー

☎042-700-1560

求人情報の検索、窓口相談、紹介状の発行などができます。

仕事をしたいけれど

なかなか一歩が踏み出せない・・・

さがみはら若者サポートステーション

／さがみはらパーソナル・サポート・センター

☎042-703-3861

働くことに対して悩みや不安を持つおむね15歳～39歳の若者とその家族のための総合相談窓口です。就職につながるよう、対人関係の構築や就労体験など、一人一人の状況に合った支援を行います。必要に応じて同行支援も行います。

“内定”をめざして!
学生と地元企業の出会いの場

サガツクナビ

さがみはら産業創造センター内
☎042-703-6321

サガツクナビ 検索

地元企業と学生の出会いを“作り”“つなぐ”活動を行う、地元密着型の就職支援サービスです。学生の就職活動を応援するさまざまなプログラムを実施しています。

- ジョブミーツ! 合同就職説明会
 - ジョブトーク! 経営者や人事担当者との交流会
 - ジョブアクション! 若手社員の就職活動体験や人事担当者から“働く”を聞く機会
 - ジョブスタディ! 少人数制就職活動対策講座
 - 個別相談会 就職活動中の学生、保護者を対象とした相談会
- ※各プログラムについて詳しくは、サガツクナビホームページをご覧ください。

女性の「働きたい!」を応援する講座で豊富な情報などを提供

ソレイユさがみ

☎042-775-1775

女性の経済的自立を目的とした就労支援や起業支援、就業能力向上のための講座を開催しています。また、職場での自己表現やコミュニケーションに役立つワークショップなども開催しています。

※ソレイユさがみの講座については、2ページをご覧ください。



失業などによる生活困窮者を支援しています



自立支援相談窓口

失業や傷病、養育、介護などで働けない、収入が少ない、家賃や光熱水費などの支払いが苦しい、ひきこもり・不登校などで困っているなどの相談を受け、一人一人の生活状況・課題に合った支援を行います。

	自立支援相談窓口	電話番号	受付日時
緑区	シティ・プラザはしもと6階(市総合就職支援センター内)	042-774-1131	月～金曜日 午前9時～正午、 午後1時～5時
中央区	あじさい会館5階	042-769-8206	午後1時～5時
南区	南保健福祉センター1階	042-701-7717	(祝日等を除く)

※中央区、南区ではハローワークの相談員による職業相談や職業紹介を行っています。



参加者募集 就職活動を迎える学生の皆さんへ キャリア支援4STEP PROGRAM 2015

相模原市・町田市の魅力ある企業への訪問や、経験豊かな講師陣によるセミナーなど、就職活動に必要なスキルとノウハウが獲得できる体験型就職支援プログラムです。

STEP1

就活準備 セミナー

時 8月21日(金)
午前10時
～午後5時
会 相模女子大学
(南区文京)

STEP2 企業訪問(2社) いずれか1コースに参加

日にち	コース
8月24日(月)	地域・社会貢献に取り組む企業
26日(水)	魅力的な社会環境整備に取り組む企業
28日(金)	チャレンジスピリットを大切にしている企業

時 午前9時～午後6時
※詳しくは、さがまちコンソーシアムホームページ
をご覧ください。

STEP4 発表・交流会

時 10月18日(日) 午後1時～5時
会 町田市民ホール(町田市森野)

STEP3 中間報告会 自由参加

各チームでレポート作成
時 10月4日(日) 午後1時

- 対 大学生・大学院生・短期大学生・専門学校生・高等専門学校生
- 定 各コース10人程度(抽選)
- 申 8月18日までに、同コンソーシアムホームページから申し込んでください。

問 さがまちコンソーシアム事務局 ☎042-703-8535



女性の「働きたい!」を応援 ソレイユさがみの講座 子育てママの就活セミナー〈全6回〉

社会保険労務士やパーソナルライフデザイナーなどを講師に迎え、仕事と子育てを両立させ、女性が輝く生き方について考えます。

- 時 9月4日～10月9日の毎週金曜日 午前10時～正午
(9月4日は午前9時45分から)
- 内 税金・社会保険、子どもの預け先、再就職成功のポイントなど、将来を見据えた仕事と子育ての両立デザイン
- 対 結婚、出産、子育てなどで退職後、再就職を考える女性
- 定 20人(申込順)
- ※未就学児(生後6カ月以上)の保育あり(定 17人(申込順。要予約))
- 申 直接か電話で、同所(☎042-775-1775)へ



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

経験豊富な中小企業診断士が、開業準備の手順や事業計画の作成方法を説明します。

日にち	時間	会場	定員	費用
9月5日(土)	午前10時	大野南公民館	各30人 (申込順)	各1,000円 (テキスト代)
12日(土)	～午後4時	産業会館		
9月2日(水)・9日(水) 〈全2回〉	午後7時30分 ～9時30分	モリ杜のホールはしもと セミナールーム2		

- 対 開業をめざす人
- 申 8月3日～31日に、直接か電話で商業観光課(☎042-769-9255)へ
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- ※9月～10月に、市内商店街の空き店舗で開業をめざす人から事業計画を募集
します。入選者には奨励金交付などの支援があります。詳しくは、本紙9月1
日号でお知らせします。



お知らせ 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)

- ※前回支給決定された基準日から1年間は申請できません。
- ※支給条件など、詳しくはお問い合わせください。
- 支給額 市民税非課税世帯=10万円/年、その他世帯=6万円/年
- 基準日 8月1日 支給月 12月 申請受付期間 8月31日まで
- 申し込み(直接各窓口へ)・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
住んでいる地域の高齢者支援センター		藤野保健福祉課	☎042-687-2159

市職員を募集

試験区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
土木 (大学卒業程度)	10人程度	土木工事の設計、施工監理等、土木に関する専門業務	昭和55年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
建築 (大学卒業程度)	4人程度	建築・開発の許認可等、建築に関する専門業務	

※採用は、原則として平成28年4月1日以降です。

※詳しくは、受験案内をご覧ください。

受験案内・申込用紙の配布場所(休所日などは事前に確認してください)

人事委員会事務局、市役所本館1階受付、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)・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館など ※市ホームページにも掲載

申込受付期間 (電子申請) 8月7日午前9時～24日午後5時(受信有効)

(郵送) 8月7日～26日(消印有効)

第1次試験日 9月20日(日) 相模原教育会館(中央区富士見)

問 人事委員会事務局 ☎042-769-8320



お知らせ

児童扶養手当の認定を受けている人へ 現況届の提出を

8月3日～31日に、必ず本人が提出してください(支給停止中の人を含む)。現況届を2年間提出しないと、手当を受けられなくなります。

※必要書類など、詳しくは7月中旬に送付した通知をご覧ください。

問 市コールセンター ☎042-770-7777



お知らせ

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 在宅で常時介護を必要とする重度の障害児・者(所得制限あり)

手当月額 特別障害者手当 2万6,620円 障害児福祉手当 1万4,480円

特別児童扶養手当

対 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5万1,100円 中度3万4,030円

申 直接、住んでいる地区の窓口へ

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

窓口・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



お知らせ

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)
小児など	○小学校6年生以下 ※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、誕生日の約1カ月前に申請してください。	1歳以上はあり
小児入院	○中学生 ※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。	
ひとり親家庭など	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 ○父母がいない家庭 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。

問 地域医療課 ☎042-769-8231

8月は
道路ふれあい月間です

いい出会い いい道からの 贈り物

(平成27年度「道路ふれあい月間」推進標語入選作品)



市民の皆さんに最も身近な公共施設の一つである道路。
安全で安心して利用できる美しい道路となるよう、皆さんのご協力をお願いします。

「パツ!撮るん。」を活用しよう

道路通報アプリ
相模原市道路通報アプリ パツとるん。

「パツ!撮るん。」は、スマートフォンが持つカメラやGPSの機能を利用して、市が管理する道路の破損状況などをメールで通報できるアプリケーションソフト(※)です。1月5日から試験運用を始め、4月から本格的に運用を開始しています。下記の事例のような道路などの不具合を見つけたら、「パツ!撮るん。」の出番です。スマートフォンで写真を撮って、通報してください。



▲道に穴が開いている

▲横断防止柵が壊れている

▲雨水ますが壊れている



その他の事例 ○カーブミラーが傾いている・壊れている
○木が倒れて通行できない ○草木が道をふさいで見通しが悪い
○道路照明灯が点灯していない など

※利用には事前にダウンロードが必要です。ダウンロードは無料でできますが、ダウンロードに伴う通信費は利用者の負担になります。

ダウンロード方法

- 方法1 市ホームページ「パツ!撮るん。」のページから
- 方法2 App Store か Google Play で「相模原」と検索



App Store



Google Play

利用に際してのお願い

- 時間帯によっては、すぐに対応できない場合がありますので、緊急度に応じて「電話で通報」を選択し、電話による情報の提供をお願いします。
- 「メールで通報」により、市が利用者の個人情報(メールアドレスおよび位置情報)を取得することをご了承ください。取得した個人情報は法令等に定めがある場合を除き、市個人情報保護条例に基づき管理します。
- 撮影の際は周囲の状況に十分注意を払い、安全であることを確認してください。

岡路政課 ☎042-769-8359



ダウンロード 1,324件
通報 213件
(平成27年7月15日現在)

こんな行為はNG

- 道路に自動車や自転車を放置すること ○道路に看板などを置くこと
- 段差解消ブロックを設置すること ○道路に粗大ごみ、家電製品などを不法に投棄すること ○庭木などが道路にはみ出すこと(※) など
- ※切った庭木の枝などを一般ごみに出すときは、太さ10cm以下、長さ50cm未満に切り、ひもで束ねてごみ集積場所へ出してください。

お願い

枯れた樹木が倒れ、歩行者や通行車などに危険が及ばないように、管理している土地などの樹木の状況を日頃から確認してください。

日頃から道路を適正に利用しよう

道路は日常生活以外でも、緊急車両の通行や災害時の避難経路として利用されます。誰もが安全に、安心して道路を利用できるよう、ご協力をお願いします。

岡各土木事務所

緑土木事務所	☎042-775-8817
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	☎042-769-8262
南土木事務所	☎042-749-2212

はたちのつどい(成人式)

時平成28年1月11日(祝)

定平成7年4月2日～8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30分	もり社のホール はしもと
橋本公民館区、藤野	午後0時50分～1時40分	
相原公民館区、城山、相模湖	午後3時～3時50分	
中央区 上溝、田名、横山、星が丘	午前10時40分～11時30分	市民会館
中央、清新、光が丘	午後0時50分～1時40分	
大野北、小山	午後3時～3時50分	
南区 麻溝、大野南、東林、新磯	午前10時40分～11時30分	相模女子大学 グリーンホール (市文化会館)
相模台、相武台、大野中	午後0時50分～1時40分	

「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す。あなたも参加してみませんか。

定8月3日から、電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「はたちのつどい」と書いて、こども青少年課(☎042-769-8289) ✉kodomoseisyonen@city.sagamihara.kanagawa.jpへ

平和について考えよう

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、1分間の黙とうをお願いします。

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

岡地域福祉課 ☎042-769-9222

市民平和のつどい

NPO法人「地球のステージ」代表理事の桑山紀彦さんのステージです。世界で起きている出来事を生演奏と映像で伝えます。

定9月27日(日)午後2時～3時40分

会サン・エールさがみはら 定200人(申込順)

申9月10日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



市慰霊塔への戦没者の合祀

時10月3日(土)

申8月3日～9月1日に、合祀を希望する遺族は戦没者の写真などを持って、直接、地域福祉課(☎042-769-9222)へ

施設使用料、手数料等に係る費用を公表

市が提供するサービスの費用(コスト)がどの程度掛かっているのかを明らかにし、受益と負担の関係をより適正にするため、平成24年12月に「受益者負担の在り方の基本方針」を策定しました。

この方針に基づき、文化・スポーツ施設や住民票の写しの交付などに要する費用について公表しています。

閲覧場所 各行政資料コーナー・図書館、市立公文書館

※市ホームページにも掲載

岡経営監理課 ☎042-769-9240

土砂災害警戒区域等指定説明会

土砂災害警戒区域等(土石流、急傾斜地の崩壊)の指定について説明します。

地区	日にち	時間	会場
城山地区全域	9月11日(金)	午後7時～8時	川尻小学校体育館
	13日(日)	午前10時～11時	

※希望者は直接会場へ

岡県津久井治水センター工務課 ☎042-784-1111



コールセンターから
ちょっとおしらせ

お盆休み中も、ごみは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。



スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

5周年記念
緑区区制施行

甲州街道小原宿本陣祭 大名行列参加者募集

当時を模した衣装で甲州街道を練り歩き、江戸時代の参勤交代を再現します。

配役(衣装は用意します)

- ▶ 供侍 2人 ▶ 近習 4人 ▶ 茶坊主 1人
- ▶ 典医 1人 ▶ 姫 1人(25歳以下の女性)
- ▶ 腰元 8人(45歳以下の女性)
- ▶ かごかき 6人(体力に自信がある人)
- ▶ 奴 2人(事前練習に参加できる人★)

時 11月3日(祝) 午前10時～午後4時

会 小原宿本陣と小原地域

対 16歳以上=25人(選考) 費 1,000円(クリーニング代)

申 9月15日(必着)までに、小原宿本陣祭ホームページにある申込用紙がA4判程度の大きさの紙に、住所、氏名、年齢、電話番号、希望配役名、身長、服・靴のサイズを書いて、自分が写っている写真を添付し、郵送かEメールで同祭実行委員会(〒252-0173 緑区小原419-98 info@obarahonjin.com ☎080-4338-5937)へ

★事前練習の日程など、詳しくはお問い合わせください。



古民藝展

緑区小原在住の学芸員・尾久彰三さんの所蔵品など、小原地域に伝わる古民芸品を展示します。

時 8月11日(火)～9月23日(祝)
午前9時30分～午後4時30分

休館日 月曜日(9月21日を除く)

会 小原の郷

本人による展示品の解説 8月16日(日) 午後1時～2時
※希望者は直接会場へ 9月19日(土) 午後2時～3時

岡相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3240

緑区区制施行 5周年記念 相模湖ふれあい広場2015 出店者・企業等紹介者募集

時 10月18日(日) 午前10時～午後3時 会 相模湖林間公園

対 市内で活動している団体・個人

※出店は申し込み多数の場合抽選。定員など、詳しくはお問い合わせください。

費 出店=飲食3,000円、フリーマーケット1,000円
団体・企業等紹介=3,000円

申 電話連絡の上、8月21日(必着)までに、相模湖商工会にある申込用紙を同実行委員会事務局(相模湖商工会内 ☎042-684-3347)へ

市民健康文化センターの催し

休所日 8月10日(月)

健文ロードSHOW!「父と暮せば」

時 8月15日(土) 午後1時30分～3時15分 定 70人(先着順)

※未就学児は保護者同伴。8月1日から同所で配布する整理券が必要

岡市民健康文化センター ☎042-747-3776

新磯ふれあいセンターの催し

①男のストレッチヨガ教室(全4回)

時 9月4日～25日の毎週金曜日 午前10時～11時30分

②ふれあい童謡教室(全10回)

時 9月8日～11月24日の毎週火曜日(9月22日、11月3日を除く)
午前10時～11時30分

..... 共 通

対 ①市内在住か通勤で50歳以上の男性 ②市内在住の60歳以上

定 ①30人 ②40人(申込順) 費 各2,000円

申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

毎月第3日曜日は旧石器ハテナ館定例体験教室の日 勾玉作り

古代のアクセサリーである勾玉作りを通して、勾玉の魅力や当時の人々の思いなどを考えます。

時 8月16日(日) 午後2時～4時

会 旧石器ハテナ館

対 小学校4年生以上=30人(申込順) 費 400円

申 直接か電話で同館(☎042-777-6371)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楽しめます。

種類	日にち	時間
ダイヤ凧・角凧・六角凧のうち1つ	8月22日(土)	午後1時30分～4時
角凧	9月26日(土)	

会 相模の大凧センター

対 子どもとその保護者=各20人(申込順) ※小学生以上は1人でも参加可

費 各500円(材料費など)

申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

学ぶことは、面白い。 さがまちカレッジ (9月講座)

こころの応急処置

～大切な人のこころの健康のために～「うつ病・自殺編」

時 9月2日(水) 午後1時30分～4時30分 会 ソレイユさがみ

対 高校生以上=40人(申込順) 費 700円

申 各区役所地域振興課・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。

鶴見大学・鶴見大学短期大学部 出前講座

鶴見大学・同短期大学部が文学や歴史、歯学、歯科医療分野などの講座を行います。

講座名	日にち	時間
ものの交流を通して見た日本と世界 —江戸時代オランダ船は何をもってきたのか—	8月17日(月)	午後1時30分～2時30分
読書について考えてみる —コンピューター時代の読書—	18日(火)	
かんたん やきもの オリジナル箸置きをつくろう!★	19日(水)	午前10時30分～正午
イギリスの伝統行事	20日(木)	午後1時30分～3時
口腔ケアでお口の健康力アップ!!	21日(金)	
「咬む」からみえる健康長寿 —歯を大事に、無くしたら義歯を—	24日(月)	午前10時30分～11時30分
源氏物語の意外な一面 中原中也と小林秀雄	25日(火)	午後1時30分～2時30分

会 ユニコムプラザさがみはら 定★のみ36人(先着順)

※希望者は直接会場へ

※詳しくは同大学ホームページをご覧ください。

岡鶴見大学地域連携推進課 ☎045-574-8625

さがみはらグリーンプール 施設の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員
①夏休み短期水泳(全4回)	8月24日(月)～27日(木)	初心者～クロール	小・中学生	各40人(抽選)
		午後9時～10時		
		午後1時30分～2時30分		
		午前11時～正午		
②水中撮影フォームチェック	9月1日(火)	午後3時30分～4時30分	バタ足で25m泳げる小・中学生	30人(申込順)
		正午～午後1時		
③かんたんアクアビクス(全8回)	9月2日～10月28日の毎週水曜日(9月23日を除く)	午後1時～1時45分	18歳以上(高校生を除く)	50人(申込順)
④絵手紙	9月7日(月)	午前10時～正午		各20人(申込順)
⑤フラワーアレンジメント	9月12日(土)	午前10時30分～午後0時30分		

費 ①各800円②1,000円③8,000円④1,200円⑤3,000円

申 ①8月10日(必着)までに、往復はがき(1人1枚、兄弟姉妹の連名不可)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、電話番号、希望時間、「夏休み短期水泳」と書いて、同プール(〒252-0242 中央区横山5-11-1)へ。②～⑤開催日前日までに、直接か電話で同プール(☎042-758-3151)へ

北総合体育館

施設の教室

教室名 (全8回)	日にち	時間	対象	定員 (抽選)	費用
バドミントン	9月11日～10月30日 の毎週金曜日	午前 9時30分 ～11時30分	15歳以上 (中学生を 除く)	50人	各1回 200円
弓道	9月12日～10月31日 の毎週土曜日			40人	

※8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

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)
①小学生サッカー (全8回)	8月25日～10月27日 の毎週火曜日 (9月22日、10月20日 を除く)	午後5時15分 ～6時15分	小学校 3・4年生	20人
②いきいき ウォーキング(全10回)	9月1日～11月24日 の毎週火曜日 (9月22日、10月20日、 11月3日を除く)	午前 9時30分 ～10時45分	18歳以上 (高校生を 除く)	25人
③ファンクショナル トレーニング(全10回)		午前10時 ～11時30分		20人
④はつらつ ジョギング(全10回)		午前11時 ～午後 0時15分		25人
⑤シニア健康体操 (全10回)	9月3日～10月8日 の毎週木曜日	午後2時 ～3時30分	60歳以上	30人
⑥キッズチアリーディ ング(全6回)		午後4時 ～5時15分	小学生	20人

※①1回300円②～⑤各5,000円⑥6,600円
※電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、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

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
①ジュニア水泳 (全5回)	8月24日(月)～28日(金)	午前10時30分 ～正午	小学生	30人 (抽選)	4,000 円
②やさしい フラダンスⅡ (全10回)	9月3日～11月19日 の毎週木曜日 (9月24日、10月22日 を除く)	午前10時 ～11時30分	18歳以上 (高校生を 除く)	各20人 (申込順)	各 6,000 円
③ヨガⅡ (全10回)	9月4日～11月13日 の毎週金曜日 (10月23日を除く)				
④骨盤矯正体操 Ⅱ(全5回)	9月5日～10月3日 の毎週土曜日	午前10時 ～11時			3,000 円

※①8月9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、「ジュニア水泳」と書いて、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311)へ。②～④開催日2日前までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

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
ヨガ (全10回)	9月3日～11月12日 の毎週木曜日 (9月24日を除く)	午後2時30分 ～4時	18歳以上 (高校生を除く)	30人 (申込順)	6,000 円

※9月1日までに、直接か電話で同球場(☎042-753-6930)へ

さがみはら北の丘センター

施設の教室

夏休み北の丘センターロードSHOW

子ども向けの16ミリフィルムを上映します。

日にち	時間	作品名
8月 8日(土) 22日(土)	午後4時～4時40分	ミッキーマウスのゆかいな船長さん ミッキーマウスとプルート

※希望者は直接会場へ

韓国語教室(全12回)

コース	日にち	時間	対象
①入門編	9月2日～12月16日 の毎週水曜日 (9月9日・23日、 11月11日、12月9日 を除く)	午後3時10分 ～4時10分	18歳以上で初めて韓国語に 接する人
②初級～ 中級編		午後4時20分 ～5時20分	18歳以上で韓国語に接した ことがあるか、ハングルを多 少読めるか話せる人

※各20人(申込順) 費①4,000円②5,000円

※直接か電話で同センター(☎042-773-5570)へ

教室名	日にち	時間	対象	定員 (抽選)
体操 費①3,000円②③⑤各4,000円④6,400円				
①ストレッチ&ヨガ (全6回)	9月1日～10月27日 の毎週火曜日 (9月8日・22日、 10月13日を除く)	午後1時～2時	16歳以上★	40人
②錬功&骨盤体操 (全8回)	9月3日～10月22日 の毎週木曜日	午後3時30分 ～4時30分		20人
③健康体操(初級) (全8回)	9月4日～10月23日 の毎週金曜日	午後1時～2時	運動不足を 感じている 16歳以上★	40人
④プールサイドで ホットヨガ(全8回)	9月7日～11月9日 の毎週月曜日	午前11時30分 ～午後 0時30分	16歳以上★	15人
⑤健康体操(中級) (全8回)	9月21日、10月12日 を除く)	午後6時30分 ～7時30分	日頃運動をして いる16歳以上	20人

※水泳 費⑥～⑨⑪～⑬各6,400円⑩8,000円⑭5,600円

⑥大人のための水泳 (初級)(全8回)	9月2日～11月4日 の毎週水曜日 (9月9日・23日 を除く)	午前 9時20分 ～10時20分	16歳以上の 初心者★	10人
⑦大人のための水泳 (中・上級)(全8回)		午前11時20分 ～午後 0時20分	16歳以上の 中・上級者★	
⑧プールだいすき!② (全8回)	9月3日～12月17日 の毎週木曜日	午後4時20分 ～5時20分	3歳～小学校 2年生の初心者	各 20人
⑨目指せ25m クロール①(全8回)		午後5時30分 ～6時30分	12m程度 泳げる小学生	
⑩元気アップ! 水中運動(全16回)	9月4日～10月23日 の毎週金曜日	午前 9時20分 ～10時20分	65歳以上	各 15人
⑪プールだいすき!③ (全8回)		午後4時20分 ～5時20分	5歳～ 小学校3年生 の初心者	
⑫目指せ25m クロール②(全8回)	9月7日～11月9日 の毎週月曜日 (9月21日、 10月12日を除く)	午後5時30分 ～6時30分	12m程度 泳げる小学生	各 20人
⑬プールだいすき!① (全8回)		午後4時20分 ～5時20分	5歳～小学校 3年生の初心者	
⑭チャレンジスイム (初級)(全8回)	9月7日～11月9日 の毎週月曜日 (9月21日、 10月12日を除く)	午後5時30分 ～6時30分	5m以上泳げる 小学生	各 15人
⑮チャレンジスイム (中級)(全8回)		午後5時30分 ～6時30分	25m以上 泳げる 小・中学生	
⑯アクアストレッチ (全8回)		午後7時 ～7時45分	16歳以上	20人

※★は高校生を除く

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

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 ㊴http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

居合道・杖道体験教室

時 8月23日(日) 午前9時～正午
会 市体育館(市役所前)
対 15歳以上(中学生を除く)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

初心者ダンス講習会(全7回)

時 9月2日～10月21日の毎週水曜日
(9月23日を除く)
午後7時～9時20分
会 市体育館(市役所前)
対 市内在住か在勤の50歳以上
費 2,000円
申 8月20日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「初心者ダンス」と書いて、同協会へ

初級・中級水泳教室(全10回)

①午前の部 ②夜間の部
時 ①9月1日～11月17日の毎週火曜日
(9月22日、11月3日を除く)
午前10時～11時30分
②9月2日～11月11日の毎週水曜日
(9月23日を除く)
午後7時～8時30分
会 さがみはらグリーンプール
対 市内在住か在勤・在学の18歳以上
定 ①60人②40人(抽選)
費 各6,000円
申 8月7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、「初級・中級水泳教室」と書いて、同協会へ

ダンススポーツ技術認定講習会(グレードコース)

時 8月9日(日)・22日(土)
午後1時30分～5時
会 総合体育館
定 各50人(先着順) 費 各500円
※希望者はダンスができる服装で室内履きを持って直接会場へ

市民ソフトボール選手権大会(シニア)

時 9月13日(日)・20日(日)・27日(日)
午前9時(予備日10月4日(日))
会 ひばり球場ほか
対 市内在住か在勤の59歳以上で構成されたチーム
申 8月28日までに、市体育協会にある申込用紙を同協会へ

あじさいカップテニストーナメント(一般・小学生、シングルス)

時 9月26日～10月24日の毎週土・日曜日 午前9時
会 洲野辺公園テニス場
対 市内在住か在勤・在学、加盟団体かクラブ所属の人
定 600人(抽選)
費 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。



情報あ・ら・かると

お知らせ

事業者の皆さんへ マイナンバー(社会保障・税番号) 制度について

平成28年1月以降、民間事業者は従業員やその扶養家族からマイナンバーの提示を受け、各種法定調書や被保険者資格取得届などに記載し、行政機関などに提出します。マイナンバーを従業員などから取得するときは、利用目的の明示と厳格な本人確認が必要です。

必要となる主な準備

○マイナンバーを適正に扱うための社内規定づくり…基本方針、取扱規定の策定
○マイナンバーに対応したシステム開発や改修…人事・給料・会計システムなどへの対応

○マイナンバーを含む個人情報の安全管理措置の検討…組織体制、漏えい防止、アクセス制御など

○研修・教育の実施…特に総務・経理部門など、マイナンバーを取り扱う事務を行う従業員への周知

※詳しくは、内閣官房ホームページをご覧ください。

☎マイナンバーコールセンターナビダイヤル(☎0570-20-0178(午前9時30分～午後5時30分 ※土・日曜日、祝日等を除く))

消防団を応援して地域に貢献しています 市消防団協力事業所 新たに11事業所を認定

消防団に入団している従業員が3人以上いるなど、消防団活動に理解のある協力的な事業所を、市の消防団協力事業所として認定しています。今年度、新たに11の事業所を認定し、市内の消防団協力事業所は53事業所になりました。

新規認定の市消防団協力事業所

緑区 双和製作所(根小屋)、ヤマト運輸津久井湖センター(太井)、誠幸商事(青山)、吉野郵便局(吉野)、日相建設(日連)、アイコーレーション(中野)

中央区 エム・エイチ・アイさがみハイテック(田名)、和田建設(上溝)、丸豊建設(矢部)、トワ建設(相模原)、進建(矢部)

※市ホームページにも消防団協力事業所一覧を掲載しています。

☎消防総務課

環境情報センターのお休み

☎8月9日(日)・20日(木)・30日(日)

☎同所(☎042-769-9248)

夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

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

☎8月7日(金)・17日(月)
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

※夜間納税相談窓口で午後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。

マンション管理 無料相談会

☎8月9日(日) 午後1時～5時

☎市民会館

☎市内マンション管理組合役員と居住者定5組(申込順)

☎8月8日までに、電話で県マンション管理士会県央相模支部(☎046-256-2683)へ

都市計画審議会

線引き全市見直しについて

☎8月18日(火) 午後3時

☎市役所第2別館第3委員会室

☎定10人(抽選)

※傍聴希望者は、当日午後2時45分までに直接会場へ

※審議内容により非公開になる場合あり
☎都市計画課

猫の譲渡会と相談会

相談会

家庭や地域での猫に関する相談

☎8月4日・18日、9月1日・15日の火曜日 午後2時～4時

☎ウェルネスさがみはら4階会議室1

※希望者は直接会場へ

譲渡面接会

☎8月30日(日)、9月27日(日)

午前10時～正午(雨天決行)

☎青少年学習センター

☎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

※①の希望者は一部費用負担あり

※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ

☎生活衛生課

不登校相談会・進路情報説明会

県・市教育委員会がフリースクールなどと連携して行う、不登校や進路についての相談

☎9月6日(日) 午後1時～4時30分

☎総合学習センター

☎不登校や進路で悩んでいる児童・生徒、高校中退者とその保護者、教員など
※希望者は直接会場へ

☎青少年相談センター南相談室(☎042-767-5570)

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

☎随時受け付け

11月分の抽選申し込み 8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、8月21日から、電話で①(☎0120-988-547)、②(☎0267-55-6776)へ

11月の休館日 ①16日(月)・17日(火)②5日(木)・25日(水)・26日(木)

※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

募集

相模台まちづくりセンターの 非常勤職員

証明書自動交付機に関する問い合わせなどの対応

勤務 10月から、原則毎月第4月曜日の午後5時～8時(第4月曜日が祝日等の場合は、午前8時30分～午後1時か午後1時～5時)

※12月29日・30日の午前8時30分～午後1時か午後1時～5時の勤務あり

賃金 時給909円(※は1,319円)

☎定2人(選考)

☎電話連絡の上、8月3日～21日に、履歴書(写真貼付)を直接同センター(☎042-744-1609)へ

※面接あり

麻溝まちづくりセンターの 非常勤職員

窓口事務補助

勤務 10月～平成28年9月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時のうち指定する4時間、4時間30分、5時間30分の交代勤務(勤務のない月あり)

賃金 時給909円

☎簡単なパソコン操作ができる人

☎定2人(選考)

☎8月3日～14日(必着)に、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、同センター(〒252-0336 南区当麻1324-2 ☎042-778-1006)へ
※後日、面接あり

日連診療所の非常勤看護師

勤務 9月から、週1～3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

☎看護師か准看護師の免許がある人

☎定2人(選考)

☎8月3日～21日(必着)に、履歴書(写真貼付)と看護師か准看護師免許証の写しを、直接か郵送で、国民健康保険課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8235)へ

緑保健センターの非常勤保健師

乳幼児健診や育児相談、生活習慣病予防などの保健指導

勤務場所 相模湖総合事務所

※藤野総合事務所、津久井保健センター、城山保健福祉センターでの出張勤務あり

勤務 ○11月～平成28年1月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時15分のうち1日5時間30分

○28年2月～3月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時15分のうち1日7時間45分

※勤務日は応相談

賃金 時給1,760円

☎保健師免許と普通自動車運転免許があり、パソコン操作ができる人

☎各若干名(選考)

☎8月3日～9月7日に、電話で緑保健センター(☎042-775-8816)へ

※後日、面接あり

美術専門員(臨時採用)

アートのスポット展の開催、ギャラリー利用者への対応など

勤務場所 相模原市民ギャラリーなど

勤務 10月～平成28年3月の週5日(水曜日を除く)で、午前8時30分～午後10時のうち1日7時間

賃金 月額20万5,400円

☎定1人(選考)

☎8月14日までに電話予約の上、8月15日・16日に、同ギャラリーなどにある応募用紙(市ホームページにも掲載)と作文(「美術専門員として市の文化振興のために私ができること」をテーマに800字以内)を直接同ギャラリー(☎042-776-1262)へ

※面接あり

※応募条件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

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909円
定 若干名(選考)
申 8月3日から、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、直接、8月31日(月)に南区合同庁舎3階講堂か、9月2日(水)に市役所会議室棟第1会議室へ
 ※時間はいずれも午前10時～正午

サン・エールさがみはらジャズコンサートの出演者

10月25日(日)に開催する同コンサートに出演
定 スタンダード曲を中心に10曲以上演奏できる、社会人で構成されている団体
申 8月20日(必着)までに、代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、団体名、演奏楽器、活動内容、コンサートの実績を書いて、デモテープ(CD・MD・DVDのいずれか)を同封し、直接か郵送で同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665)へ
 ※応募書類等は返却しません。

みどりのカーテンコンテスト

募集作品 8月1日～9月7日に撮影したみどりのカーテンの写真
 ※みどりのカーテン1点につき写真2枚(1枚はみどりのカーテン全体が写っているもの)
規格 ○電子データ=500万画素以上、JPEG形式○カラープリント=2L判以上
定 市内在住か在勤・在学の人
申 9月7日(必着)までに、市まち・みどり公社などにある応募用紙(同公社ホームページにも掲載)と写真を、直接か、郵送、Eメールで同公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎greeninfo@sagamiharashi-machimidori.or.jp ☎042-751-6624)へ

イベント

お茶会 ~外国人との交流の広場~

ベナン人による母国のお話と、ベナンの文化や歴史などについて考える「AAAグループ」の紹介
時 8月16日(日)午前10時～正午
会 ソレイユさがみセミナールーム5
定 30人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
問 さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)

♪街かどコンサート♪

フルート四重奏
時 8月6日(木)午後0時20分～0時50分
会 市役所本館1階ロビー
 ※希望者は直接会場へ
問 市民文化財団(☎042-749-2207)

ユニコムプラザさがみはらの催し

オーサーズカフェ「万葉集の世界」
時 8月8日(土)午後2時～3時
シェアードオフィス一日見学会
時 8月9日(日)午前10時、午後2時・7時
 ※希望者は直接会場へ
問 同所(☎042-701-4370)

チャリティーダンスパーティー

収益金は市社会福祉基金に寄付。プロA級の関・大藤組によるワンポイントレッスンあり
時 8月9日(日)午前10時～午後3時30分
会 総合体育館
 ※希望者は直接会場へ
費 1,000円
問 市ダンス協会の小川さん(☎090-8017-4056)

土曜コンサート「ハワイアン」

時 8月15日(土)午後5時30分～7時30分
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)

酒まんじゅうづくりと城山散策

時 8月22日(土)午前10時～午後3時
会 津久井湖観光センター
定 30人(申込順)
費 2,500円(昼食代含む)
申 8月3日から、電話で同センター(☎042-784-6473)へ
 ※雨天時は、酒まんじゅう作り体験のみ

講演・講座

初心者向けバルーンアート教室

時 9月9日(水)午後6時30分～9時
会 サン・エールさがみはら
定 市内在住か在勤の18歳以上
定 15人(抽選)
費 500円
申 8月10日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「バルーンアート教室」と書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5515 ☎sun-yell@ajisaimetsu.or.jp ☎042-775-5665)へ

市民法律講座(全5回)

交通事故などの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
時 8月27日～9月24日の毎週木曜日 午後6時30分～8時30分
会 相模原教育会館(中央区富士見)
定 市内在住か在勤・在学の人
定 60人(申込順)
費 1,000円(テキスト代)
申 8月19日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

健康づくり普及員養成講座(全8回)

地域住民の健康づくりを推進するボランティアを養成

	日にち	時間
①	9月1日・8日・29日、平成28年1月19日の火曜日、★	午後1時30分～3時30分
②	9月2日・9日・30日、28年1月20日の水曜日、★	午前10時～正午
③	9月4日・11日、10月2日、28年1月22日の金曜日、★	
★	10月中旬～28年1月中旬のうち3回※1	
	28年2月2日(火)※2	午後1時30分～3時30分

会 ①津久井保健センター②ウェルネスさがみはら③南保健福祉センター
 ※1市内各所
 ※2ウェルネスさがみはら
定 ①緑区②中央区③南区在住で、同講座終了後、地域での健康づくり活動を企画・運営できる人
定 各公民館区で若干名(申込順)
申 8月3日～14日に、電話で健康企画課(☎042-769-8345)へ

離れて暮らす親のために出来ること

遠距離介護についての講演会
時 9月5日(土)午後1時30分～3時30分
会 ソレイユさがみ
定 30人(申込順)
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申 電話か、ファクスに氏名(ふりがな)、電話番号、保育の有無、「遠距離介護」と書いて、同所(☎042-775-1775 ☎042-775-1776)へ

森づくりボランティア講座

除伐作業と木材製材施設見学
時 9月19日(土)〈予備日9月20日(日)〉 午前8時30分～午後3時
集 小田急線本厚木駅南口
会 青根小学校ほか
定 18歳以上=50人(申込順)
費 1,000円(昼食代)
申 9月4日までに、電話でかながわトラスとみどり財団(☎045-412-2255)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。

- 野鳥写真展「鳥日和」 8月3日(月)～9日(日)午前10時～午後7時(9日は午後6時まで)、相模大野ギャラリー 問塩原(☎090-2321-7043)
- ワンストロークペインティング展示会 展示のほか、実演あり 8月9日(日)・10日(月)午前9時30分～午後6時(10日は午後4時まで)、サン・エールさがみはら 問井上(☎042-784-1779)
- フォークソング公開練習 曲目は「少年時代」ほか 8月29日(土)午後2時～4時、橋本公民館。定員90人(申込順) 問電話で山田(☎042-761-7603)へ
- 野菜ソムリエと作ろう!健康野菜スムージー! 9月6日(日)午前10時～正午、ユニコムプラザさがみはら。定員24人(申込順)。費用950円(小学生以下無料)。小学生以下は保護者同伴 問電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「野菜スムージー」と書いて、林(☎090-8942-8125 ☎info-w@sagamif.com)へ
- 教養講座「東海大学副学長平野葉一教授の算数マジック教室～図形で遊ぼう～」 9月6日(日)午後1時30分～2時30分、ラポール千寿閣(南区上鶴間本町)。対象は小中学生とその保護者。定員50人(先着順) 問加藤(☎090-1484-1414)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- 峨眉気功 毎月第2・第4水曜日午後1時30分、上鶴間公民館。体験可 問渋谷(☎042-742-8908)
- ビデオ制作の勉強・上映 毎月第4金曜日午後1時、視聴覚ライブラリー。初心者歓迎 問岡(☎042-754-5220)
- 女声合唱 月3回木曜日午前10時、大野南公民館ほか。見学可 問小泉(☎042-733-6106)
- 社交ダンス 毎週火曜日午前10時、産業会館。初心者歓迎 問松永(☎090-5217-3826)
- 太極拳 毎週木曜日午後1時30分、総合体育館 問水口(☎042-754-1787)

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カ月以内、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。

図書館の催し

橋本図書館 電話 ☎042-770-6600

夏のおはなし大会 希望者は直接会場へ
 面白いお話や怖いお話などを楽しみます。

時 8月19日(水) 午後4時～4時45分
 会 ミウィ橋本5階コミュニティルーム(緑区橋本)
 対 一人でお話を聞ける小学生=20人(先着順)

親子でまなぼう 江戸しぐさ～江戸しぐさに学ぶ思いやりの心～

江戸しぐさ講師が、道具を使って実践的に講義します。
 時 8月20日(木) 午前10時～11時30分
 会 ミウィ橋本5階コミュニティルーム(緑区橋本)
 対 小学生とその保護者=10組20人(申込順)
 申 8月19日までに、直接か電話(午前9時30分から)で同館へ



市立図書館(中央区鹿沼台) 電話 ☎042-754-3604

夏休み子ども不思議実験教室
 水を使った面白い実験やブックトークを行います。
 時 8月23日(日) 午後2時～3時30分 対 小学生=20人(申込順) 費 100円
 申 電話で同館へ

読書普及講座 ～お話を覚えて語る～ストーリーテリング中級編(全4回)
 語りの意義や語り手に必要な技術などを学びます。
 時 9月8日・15日、10月6日、11月10日の火曜日 午前10時～正午
 対 ストーリーテリング経験か、講座を受講したことがある人=15人(抽選)
 申 8月15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、ボランティア経験年数、「読書普及講座」と書いて、同館(〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1)へ

相武台分館 電話 ☎046-255-3315

夏の夕べのかみしばい会 希望者は直接会場へ
 時 8月5日～26日の毎週水曜日 午後4時30分～5時(雨天中止)
 会 新磯野公園(南区新磯野4-8)

相模大野図書館 電話 ☎042-749-2244

SC相模原×ブックトーク～選手がすすめるこの1冊！～
 SC相模原の選手や図書館職員が、夢や職業をテーマにライブトークや本の紹介をします。選手との交流時間もあります。
 時 8月26日(水) 午後3時～5時 対 小学校3～6年生=30人(申込順)
 申 直接か電話で同館へ

相模原市民ギャラリー 電話 ☎042-776-1262 休館日 水曜日

市収蔵美術品展 抽象-2つの感性 上條陽子 真島明子 展
 海外でも活躍する2人の現代美術家の作品を展示します。
 時 8月8日(土)～23日(日) 午前10時～午後6時
ギャラリートーク
 作家が制作の意図や活動に伴うエピソードについて語ります。
 時 8月8日(土) 午後1時30分～2時30分 ※希望者は直接会場へ



▲上條陽子「くつ1」



▲真島明子「Existence 14-03」

アートラボはしもと 電話 ☎042-703-4654 休館日 水曜日

アートラボはしもと 第9期学生企画展 「数でこころ、動くんだ」展

大学生たちが「数が持つ力」をテーマとした展覧会を開催します。
 時 8月8日(土)～23日(日) 午前10時～午後6時

	タイトル	日時	対象・定員(申込順)	費用
ワークショップ	使って感じる木が減るティッシュボックス	8月8日(土) 午後2時～4時	小学生以上=15人	各300円
	ぼくらのますますワーク	8月9日(日) 午後2時～4時	小学校3～6年生=15人	
	MYお茶碗を作ろう	8月16日(日) 午後2時～3時	小学生以上=15人	各500円
	ふたりのすうじ ウェディング	8月23日(日) 午後2時～4時	小学生とその保護者=5組(大人2人と子どもの組)	

申 直接か電話で同館へ

	タイトル	日時	内容
トークショー	愛のかず騒ぎ	8月15日(土) 午後1時～2時	学生作家とゲストが愛にまつわる数値について語ります。
	ギャラリーツアー	会期中の月～金曜日 午後2時～5時	学生スタッフが展示作品を解説します。

定 各20人(先着順) ※希望者は直接会場へ

「銀河鉄道の夜」イメージ画巡回展

一般公募したイメージ画を展示します。



▲昨年の様子

期間・時間	会場
8月5日(水)～9日(日) 午前9時30分～午後8時(土・日曜日は午後6時まで)	橋本図書館
8月12日(水)～15日(土) 午前10時～午後6時	ユニコムプラザさがみはら
8月17日(月)～22日(土) 午前10時～午後5時	桜美林大学プルナスホール(中央区湊野辺)
8月27日(木)～9月6日(日) 午前9時～午後5時	アートラボはしもと

市立博物館へ行こう

問 市立博物館 ☎042-750-8030
 休館日 月曜日(9月21日を除く)、9月24日(木)

民俗講話 酒まんじゅうのお話 希望者は直接会場へ

相模原を代表する食べ物の酒まんじゅうを巡る地域の民俗について紹介します。
 時 8月8日(土) 午後2時～4時
 定 120人(先着順)

星空観望会(9月)

口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡で、見ごろの天体を観望します。
 時 9月4日(金)・26日(土) 午後7時～9時
 定 各120人(申込順。1組4人まで) ※中学生以下は保護者同伴
 申 開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

企画展 JAXA × 博物館 希望者は直接会場へ

あれもこれも世界初！日本の太陽系探査

同企画展をさらに楽しむための解説です。
特別講師の展示解説
 時 8月2日(日)・8日(土)・16日(日)・22日(土)・30日(日) 午後1時30分～2時、午後3時～3時30分
 講 山田陽志郎さん(元国立天文台職員)
担当学芸員の展示解説
 時 8月9日(日)・29日(土) 午後1時45分～2時15分

ウェルネス通信



8/1

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	申込
9月 7日(月)	午後1時～2時15分	⑦	⑮
14日(月)	午後2時45分～4時	⑧	

⑦平成27年3月～4月生まれの初めての子の保護者とその家族
⑧各20人(申込順。調整あり)

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

⑧8月5日(水) 午前10時～11時30分

⑨

⑩乳幼児の母親

※保育あり(要予約)

⑪⑥

もつ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
ホップステップ! 筋力アップ【生活習慣病予防運動】(全6回)	8月29日、9月5日・26日、10月17日、11月14日、12月12日の土曜日	午前10時～正午	⑫	運動習慣を身に付けるための講義と実技 ⑫市内在住か在勤の20歳～59歳で、運動に支障がない人 ⑬15人(抽選) ⑭8月6日までに⑦

食中毒に注意しましょう

食中毒が発生しやすい時季です。調理前の手洗いや、食品の衛生的な取り扱いを心掛けましょう。市では、食の安全性を確保するため、8月31日まで、スーパーマーケットなどを中心に「夏期食品総点検」を行います。

食中毒予防キャンペーン

日にち	時間	会場
8月5日(水)	午後2時～3時	南区相模大野・古淵の大型店など
	午後2時～4時30分	緑区城山・藤野地区のスーパーマーケットなど
6日(木)	午後3時～4時30分	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

- | | |
|---|---|
| <p>1 購入</p> <ul style="list-style-type: none"> ○新鮮な食品を選び、食べきれぬ量だけ買う ○購入後はすぐに持ち帰る | <p>4 食事</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食事の前には手を洗い、時間を置かずに食べる |
| <p>2 保存</p> <ul style="list-style-type: none"> ○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 | <p>5 後片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ○使った皿などはすぐに洗い、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 ○時間がたち過ぎた食品は、思い切って捨てる |
| <p>3 調理</p> <ul style="list-style-type: none"> ○調理の前に手を洗う ○加熱調理する食品は、中まで十分加熱する | |

⑮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・問い合わせ ⑮

主な実施会場

⑦ ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
⑧ 緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
⑨ シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
⑩ 南保健福祉センター	南区相模大野6-22-1
⑪ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
⑫ 津久井保健センター	緑区中野613-2
⑬ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
⑭ 藤野総合事務所	緑区小淵2000

申し込み・問い合わせ (8月3日から ※⑮を除く)

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
		⑮ 市コールセンター	☎042-770-7777

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)	⑬	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※⑬⑭⑮⑯は来庁相談のみ ⑰⑱⑲
	月・木曜日		⑭		
	火曜日		⑮		
	水曜日		⑯		
	金曜日		⑰		
精神 保健相談 (精神科医)	8月11日(火)	午後1時～2時	⑮	⑮	こころの病気や治療の必要性についての相談 ⑲かかりつけ医がない人 ⑳各2・3人(申込順。調整あり) ㉑⑮=南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㉒⑮=中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806
	28日(金)		⑰		
	8月12日(水)		⑱		
	25日(火)		⑲		
生活習慣 改善相談 (保健師・栄養士・健康運動指導士)	9月 8日(火)	午前9時～9時30分 10時～10時30分	⑮	⑲	生活習慣病予防のための個別相談や各種測定 ㉓各5人(申込順)
HIV(エイズ)等の 検査・相談	火曜日	午前9時～11時	⑰	⑳	HIV(エイズ)、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) ㉔各12人(申込順)
	8月22日(土)	午後2時～4時	㉕		
ひきこもり 家族教室	8月19日(水)	午後2時～4時	⑰	㉖	ひきこもりについての理解を深め、対応を学びます。 ㉗市内在住か在勤でひきこもりの状態にある人の家族 ㉘10組(申込順)
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	8月27日(木)	午後2時～4時	⑰	㉙	㉚[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 ㉛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 ㉜2組(申込順。調整あり)
みんなの アルコール 相談	8月18日(火)	午前10時～正午	けやき会館	㉞	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。 ㉟アルコールに関する問題を持つ人とその家族 ㊱2組(申込順。調整あり)
アルコール・ 薬物家族教室	8月26日(水)	午後2時～4時	⑰	㉟	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。 ㊲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 ㊳10組(申込順)
くすりの相談	8月20日(木)	午後1時30分～3時	⑰	⑲	※希望者は直接市薬剤師会会議室へ ㊴市薬剤師会 ☎042-756-1502

病態別健康教育 コレステロール、血糖値、血圧が気になりはじめた人へ

生活習慣を振り返り、病気の予防や悪化を防ぐ方法を学びます。

日にち	時間	会場	内容	申込先
9月 4日(金)	午後1時30分	⑬	血圧が気になりはじめた人へ	⑦
7日(月)	～3時30分	⑮	血糖値が気になりはじめた人へ	⑨
10日(木)	午前10時～正午	⑰	中性脂肪・コレステロール値が気になりはじめた人へ	⑧

㉕市内在住か在勤の人=各50人(申込順)

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
9月3日～11月19日 の毎週木曜日	午後3時30分～5時	メガロス相模大野 (南区相模大野)	042-745-4600 (午前10時～午後8時) 8月10日～13日、火曜日を除く
	正午～午後1時30分	VIGROS 相模原相生 (中央区相生)	042-751-7091 (午前10時～午後7時) 8月12日～16日、日曜日、祝日等を除く
9月11日～11月27日 の毎週金曜日	午後1時～2時30分	スポーツクラブ ルネサンス橋本 (緑区橋本)	042-775-6600 (午前10時～午後10時、土・日曜日、 祝日等は午後7時まで) 金曜日を除く

※運動に支障がない市内在住の65歳以上=各10人(抽選) 費各6,000円
 申8月20日までに、電話で各会場へ

高齢者筋力向上トレーニング 緑区Bコース〈全24回〉

運動機能の維持・向上を目的とした体操や各種トレーニングを行います。

時9月25日～12月18日の毎週火・金曜日(11月3日を除く) 午前10時～正午
 会スポーツクラブルネサンス橋本(緑区橋本)
 対足腰の衰えを感じている市内在住の65歳以上
 定10人(選考)
 費2,000円
 申8月3日～5日に、電話で高齢者支援課(☎042-769-9249)へ

アレルギー疾患講演会

乳幼児期の食物アレルギーについて学びます。

時9月2日(水) 午後2時～4時
 会緑区合同庁舎
 定50人(申込順) ※保育あり(定15人(申込順。要予約))
 申8月3日～9月1日に、電話で緑保健センター(☎042-775-8816)へ

妊娠したい人を応援します ハッピー♡ベビカムセミナー

妊娠について知っておきたい知識や不妊治療など、子を産み育てることについて講義します。

時8月29日(土) 午後1時30分～4時
 会ウェルネスさがみはら
 対将来赤ちゃんが欲しい人、不妊かなと思っている人=30組(申込順)
 申8月3日～28日に、直接か電話で健康企画課(☎042-769-8345)へ

教室・講座・講演会

■歯科医師presents!

マタニティオールラウンドセミナー〈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や、口腔ケアについての講義など

時9月14日(月)
 午後1時30分～3時30分
 ※当日、2回目の日程(9月か10月を予定)をお知らせします。

会ウェルネスさがみはら
 対妊娠28週未満の妊婦
 定32人(申込順)
 ※妊娠期間中1回のみ受診可
 申9月13日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

■子育て世代向け生活習慣病予防教室 “産後の”カラダスッカリ♪

ママ'sセミナー〈全2回〉

体・血管年齢の測定やライフコーダ(身体活動測定機)で運動量をチェック

時9月16日(水)・24日(木)
 午前9時30分～11時30分
 会ウェルネスさがみはら
 対市内在住の人=25人(申込順)
 ※子ども同伴可

申8月3日～9月9日に、直接か電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ

■～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〉

体・血管年齢や運動量の測定と、生活習慣病予防について

時9月5日(土)・12日(土)
 午前10時～正午
 会南保健福祉センター
 対市内在住か在勤の人=30人(申込順)
 申8月3日から、電話で南保健センター(☎042-701-7708)へ

■メンタルヘルス市民講座 こころの病を持った方とのコミュニケーション 自分自身の気持ちになるために

心の病や障害がある人の特徴と関わり方を学ぶ

時9月7日(月) 午後2時～4時
 会ユニコムプラザさがみはら
 講土屋 徹さん(精神保健福祉士)
 対市内在住か在勤・在学の人
 定150人(申込順)
 申8月23日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

■子育て広場たんと プレママ・プレパパセミナー

出産や子育てへの心構えなど
 時9月5日(土) 午前11時～正午
 会伊勢丹相模原店(南区相模大野)
 対平成28年2月までに産予定の人とその家族=10組(申込順)

申電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、携帯電話番号、参加人数、出産予定日、「プレママ・プレパパセミナー」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 ✉tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

■子育て広場 緑のおうち講座 アートワーク「カラーージュ」

気に入った絵や写真の切り貼りで気分をリフレッシュ
 時8月25日(火)
 午前10時30分～11時30分
 会子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)
 対3歳くらいまでの子どもの保護者
 定5組(申込順)
 ※子ども同伴可。保育なし
 申8月3日から、電話(月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時)で同所(☎042-703-5136)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学び、家族同士の交流を深める
 時9月8日(火)・11日(金)・14日(月)・18日(金) 午後2時～4時
 会ウェルネスさがみはら
 対統合失調症の発症から10年以内の人の家族
 定15人(申込順)
 申8月3日～9月4日に、電話で中央障害福祉相談課(☎042-769-9806)へ

■若年性認知症の人と家族の交流会

活用できる制度についての講話。本人と家族が分かれて行うプログラムもあり

時8月29日(土)
 午後2時～4時
 会ウェルネスさがみはら
 申8月3日～25日に、電話で高齢者支援課(☎042-769-9249)へ

■子育て支援事業 実践! スキルアップ講座 ペアレント・トレーニング ～子育てに活かすABA～〈全6回〉

時8月23日(日)★、10月4日(日)・18日(日)、11月1日(日)・15日(日)・29日(日)
 午後1時30分～3時40分
 ※★のみの参加も可
 会サン・エールさがみはら
 対発達障害やその傾向がある子どもとその保護者・支援者
 定20人(抽選。全回参加できる人を優先)
 費5,500円(★のみの参加は550円)
 申8月3日～10日に、電話(月～金曜日 午前10時～午後4時)か、Eメールに住所、氏名、電話番号、子どもとの間柄、子どもの学年、希望日(★のみか全6回)、研究協力の可否、「スキルアップ講座」と書いて、発達障害の会神奈川オアシス(☎090-8506-0714 ✉oasisu_semi@yahoo.co.jp)へ
 ※研究内容など詳しくはお問い合わせください。

+ 愛の献血

日にち	時間	会場
8月 5日(水)	午後2時～4時	市役所前
11日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	
16日(日)		橋本駅 ペDESTリアンデッキ下

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。
 関医事業課 ☎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)

症状が軽い場合は、かかりつけ医・歯科医に相談しましょう。

医科 相模原救急医療情報センター
☎042-756-9000

月～金曜日(祝日等を除く) 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
 ※事前に連絡をしてから受診してください。

接骨 休日当番柔道整復施療所案内
☎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

月～金曜日(祝日等を除く) 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)。

