

さがみはら

さがみはら

広報

NO.1322

毎月1日・15日発行

2015 10/1

平成27年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

| | |
|----------------------------|----|
| 平成28年度 新入園児を募集 | 3 |
| あなたのマイナンバーを「通知カード」でお知らせします | 6 |
| 住宅火災「0」をめざして | 7 |
| ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内) | 別冊 |

発行/相模原市 〒252-5277
相模原市中央区中央2丁目11番15号
編集/総務局渉外部広聴広報課
☎042-769-8200

ホームページ/ <http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
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 723,884人(152増)
男 362,669人 女 361,215人
世帯 319,646世帯(187増)
9月1日現在 ()は前月との増減

TOPICS

サッカー元日本代表選手が 相模原ギオンスタジアムに集結!



福西崇史さん

戸田和幸さん

©SAGAMIHARA DREAM MATCH

10月25日、「SC相模原 vs Y.S.C.C.横浜」の試合前に、さがみはらドリームマッチ2015が開催されます。

さがみはらドリームマッチ2015

J-DREAMS vs 相模原市高校選抜

時 10月25日(日) 午前10時30分

会 相模原ギオンスタジアム

出場選手 福西崇史さん、戸田和幸さんなどの元日本代表選手のほか、アーティストなども出場予定
※出場選手やチケットについて詳しくは、SC相模原ホームページをご覧ください。

SC相模原のJ3リーグ公式戦は、午後1時キックオフです。

みんなで応援に行こう!

関スポーツ課 ☎042-769-9245

自治会ってなあに?

自治会加入の気になることアレコレ

大きな災害が起こったときや、日頃から安全に安心して暮らすための支えとなる「地域の力」。その中心的な役割を担っているのが自治会です。

自治会は、防災訓練の実施や防災物資の備蓄、防犯灯の維持管理、登下校児童の見守り、地域のふれあい活動など、安全で安心なまちをつくるため、さまざまな活動をしています。

今回は、自治会についてもっと理解を深めるために、

自治会員の皆さんに、自治会について気になる「アレコレ」を聞いてみました。

Q プライバシーを守りたい! 近所に干渉されたくありません。



A プライバシーを守りたいという気持ちは自治会員も同じです。お互いのプライバシーを尊重することが、気持ち良いお付き合いを長続きさせるコツです。自治会加入は、「知らない人」を「知り合い」に変えるチャンスです。「知り合い」になると信頼関係が生まれ、良いお付き合いができるようになります。



Q 高齢で一人暮らし。生活や健康に不安があるのですが…。



A 日頃のあいさつやイベントでの交流など、適度な近所付き合いは、孤独がもたらす不安を遠ざけ、あなたの心身の健康にきっと良い影響を与えてくれると思います。



▲体育祭

Q いざというときは行政が何とかしてくれるのでは?



A 大災害のとき、消防車や救急車はすぐには駆け付けられません。日頃のご近所付き合いは、いざというときのお守りです。



▲防災訓練

Q 当番をやるのは大変です。どうしてやらないといけないの?



A 安全で清潔なまちを維持するためには、ご近所同士の協力が必要です。当番が回ってくると忙しくなりますが、期限を設けて、同じ人ばかりに負担が偏らないように助け合っています。



▲清掃活動



▲防犯パトロール

Q なぜお祭りや行事をするの?



A お祭りや行事にはたくさんの労力が必要ですが、そこから絆も生まれます。風に乗って聞こえてくる盆踊りの音や、楽しげに並ぶ屋台、浴衣姿の友達との出会いなどの情景を、子どもたちの思い出として残してあげることも大切なことです。



▲ふるさとまつり

自治会は、「自分のため」と「みんなのため」にあります。

自治会に加入しましょう

自治会への加入は、住んでいる地域の各自治会の役員へ申し込んでください。該当の自治会が分からない場合は、市自治会連合会事務局へお問い合わせください。

自治会加入のお問い合わせ 市自治会連合会事務局 ☎042-753-3419

関市民協働推進課 ☎042-769-8226

潤水都市さがみはら債(10年債)を発行

潤水都市さがみはら債は、公共施設の整備などに必要な資金を借りるため、市が発行する債券です。

窓口販売期間 10月8日(木)～21日(水)

発行総額 100億円

発行利率 国債の利率を参考に、10月7日(水)午後12時に決定予定

※決まり次第、市ホームページでお知らせします。

☑直接、取扱金融機関へ(先着順)

※窓口販売期間内でも売り切れになる場合があります。

取扱金融機関 横浜銀行全店、八千代銀行全店(目黒支店を除く)、山梨中央銀行全店(ローンスクエアを除く)、大和証券全店、野村證券相模原支店・町田支店、SMBC日興証券横浜支店、三菱UFJモルガン・スタンレー証券全店、浜銀T T証券全店

【注意】「さがみはらまちづくり債(5年債)」とは販売方法などが違います

「潤水都市さがみはら債」と「さがみはらまちづくり債」の主な違い

| 種別 | 潤水都市さがみはら債 | さがみはらまちづくり債 |
|------|--------------------|-------------------|
| 償還年限 | 10年 | 5年 |
| 購入資格 | 原則制限なし | 市内在住の20歳以上 |
| 申込期間 | 取扱金融機関へお問い合わせください。 | 平成28年1月1日～中旬を予定 |
| 販売期間 | 10月8日(木)～21日(水) | 28年2月中旬を予定 |
| 購入方法 | 直接、取扱金融機関で(先着順) | 事前に往復はがきなどを市へ(抽選) |
| 購入単位 | 1万円以上1万円単位 | 10万円以上10万円単位 |

※「さがみはらまちづくり債(5年債)」について詳しくは、本紙1月1日号でお知らせします。

☎市コールセンター ☎042-770-7777



パブリックコメント

市民の皆さんのご意見を取り入れた条例などを策定するための制度です。ご意見をお待ちしています。

| 件名 | 内容 | 担当課 |
|-------------------------------------|--|--|
| ①マイナンバー制度の特定個人情報保護評価書(個人住民税課税事務)(案) | 個人住民税課税事務で保有する、特定個人情報(マイナンバーを含む個人情報)ファイルの取り扱い方や、リスク対策など | 市民税課 ☎042-769-8221 FAX042-769-7038 ✉shiminzei@city.sagamihara.kanagawa.jp |
| ②相模原市都市公園条例の一部改正(案)について | 同条例第5条「行為の禁止」の一部修正、削除と追加 | 公園課 ☎042-769-8243 FAX042-759-4395 ✉kouen@city.sagamihara.kanagawa.jp |
| ③第7回線引き全市見直しにおける基本方針(案) | 線引き見直し(都市計画区域の整備、開発及び保全の方針、市街化区域と市街化調整区域の区分など)についての基本方針の策定 | 都市計画課 ☎042-769-8247 FAX042-754-8490 ✉toshikeikaku@city.sagamihara.kanagawa.jp |

資料の閲覧・配布場所 各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館 ※市ホームページにも掲載

意見の提出 ①10月13日～11月11日②③10月31日(直接のみ30日)(必着)に、直接か郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、意見を書いて、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

結果の公表 意見の概要や市の考え方については、まとまり次第、各担当課や市ホームページなどで公表する予定です。



国勢調査へのご協力をお願いします

インターネット回答が無かった世帯に、紙の調査票を配布しました。回答を書いた調査票は、郵送するか調査員に直接調査を装った「かたり調査」にご注意ください。

☎情報政策課 ☎042-769-8330



お知らせ

市民活動の「いま」を知ろう！協働事業提案制度公開プレゼンテーション・公開中間ヒアリングを開催

公開プレゼンテーション 来年度からの実施をめざす事業の提案説明

時 10月10日(土)午前9時30分

公開中間ヒアリング 現在取り組まれている事業の進捗説明

時 10月25日(日)午前10時45分

☑けやき会館 ☑各30人(先着順) ※傍聴希望者は直接会場へ

☎市民協働推進課 ☎042-769-9225



就職活動を応援



マザーズハローワーク相模原 ☎042-862-0042

キッズスペースや授乳スペースなどを設置し、子育て中の人利用しやすいハローワークです。

所在地 南区相模大野3-11-7 相模大野B&Vビル6階

開所時間 月～金曜日(祝日等を除く)午前10時30分～午後7時

※失業給付や事業主向けの手続き(求人、雇用保険、助成金)は行っていません。

相模大野職業相談コーナー ☎042-862-0040

就職活動に役立つセミナーも実施しています。

所在地 南区相模大野3-11-7 相模大野B&Vビル5階

開所時間 月～金曜日(祝日等を除く)午前10時30分～午後7時

第1・第3土曜日(祝日等を除く)午前10時～午後5時

※失業給付や事業主向けの手続き(求人、雇用保険、助成金)は行っていません。

さがみはら正社員就職面接会 参加予定企業18社

☑相模女子大学グリーンホール(市文化会館)多目的ホール

☑正社員をめざす人(平成28年3月卒業予定の学生を除く)

さがみはら新規大学等卒業予定者就職面接会 参加予定企業20社

☑麻布大学8号館7階百周年記念ホール(中央区淵野辺)

☑28年3月に大学院・大学・短大・高専・専修学校等卒業予定か、大学等を卒業して3年以内の人

時 10月16日(金)午後1時～4時(受け付けは午後0時30分～3時)

※希望者は履歴書(面接希望企業数分)を持って、直接会場へ。ハローワークカードがある人は持参してください。

☎ハローワーク相模原 ☎042-776-8609

さがみはらコミュニティビジネス起業セミナー(全3回)～あなたが生きる、地域が生きる、ビジネスをつくる～

相模原にある資源を生かし、地域コミュニティを活性化にするアイデアの実現方法を学びます。

時 10月25日(日)、11月1日(日)・8日(日)午後1時30分～4時30分

☑産業会館 ☑定20人(申込順)

☑10月22日までに、電話か、ファクス、Eメールに氏名、電話番号、「起業セミナー」と書いて、市産業振興財団(☎042-759-5600 FAX042-759-5655

✉sagamihara-cb@ssz.or.jp)へ

キラリ☆働き女子応援セミナー

働く女性に役立つ制度や仕組みが学べます。

時 10月28日(水)午後6時30分～8時30分

☑サン・エールさがみはら

☑市内在住か在勤の働く女性=30人(抽選)

☑10月15日までに、電話であじさいメイツ(☎042-775-5505)へ

働く女性の交流会 仕事女子☆ワールド・カフェ～自分らしく働く～

パーソナルライフデザイナーを講師に迎え、お茶を飲みながら仕事のストレス解消法などについての意見や情報を交換します。

時 11月14日(土)午後1時30分～4時30分

☑ソレイユさがみ

☑産休か育休中の女性や企業・団体などで就業している女性

☑30人(申込順) ※未就学児(6カ月以上)の保育あり(☑10人(申込順))

費 300円(お茶代)

☑11月13日までに、電話でソレイユさがみ(☎042-775-1775)へ



お知らせ

就学移行支援説明会

子どもの特性や支援内容を就学先の小学校へ伝える取り組みについて説明します。

| 日にち | 時間 | 会場 | 対象 | 定員 |
|----------|-----------|------------|---------------|-----------|
| 11月9日(月) | 午前10時～11時 | 緑区合同庁舎 | 市内在住の未就学児の保護者 | 各50人(申込順) |
| 12月7日(月) | | 南保健福祉センター | | |
| 19日(土) | | ウェルネスさがみはら | | |

☑電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ



お知らせ

安全・安心まちづくり市民大会

第1部 安全・安心まちづくり功労者・標語・ポスターの表彰

第2部 交通安全講話：県警察交通安全教育隊

お笑い芸人による防犯コント・漫才：世界事情、電撃ブリッツ、松下ひもの

時 10月24日(土)午後2時～4時 ☑あじさい会館 ☑350人(申込順)

☑10月16日までに、電話で生活安全課(☎042-769-8229)へ

平成28年度 新入園児を募集

募集要項の配布 10月15日(木)から
願書の受け付け 11月1日(日)から

詳しくは各園へお問い合わせください。

緑=緑区 中=中央区 南=南区

認定こども園



| 園名 | 所在地 | 電話番号 |
|--------------------|-----|--------------|
| 大島 | 大島 | 042-762-3633 |
| げんきっこ (大沢第二幼稚園) | | 042-761-3464 |
| 杜の光 (大沢幼稚園) | 上九沢 | 042-762-4389 |

| 園名 | 所在地 | 電話番号 |
|---------------------|------|--------------|
| 城山わかば | 若葉台 | 042-782-8185 |
| たいようのこ (太陽の子幼稚園) | 原宿南 | 042-782-6332 |
| 小白白ゆり | 宮下本町 | 042-773-8241 |
| 相模白ゆり | 矢部 | 042-752-2328 |

| 園名 | 所在地 | 電話番号 |
|-------------------------|------|--------------|
| 誠心こども園 | 宮下 | 042-700-0371 |
| 田名 | 水郷田名 | 042-761-1606 |
| ひばりっこクラブ (淵野辺ひばり幼稚園) | 淵野辺 | 042-755-0394 |
| 相模林間 | 上鶴間 | 042-742-8227 |
| 相模女子大学幼稚部 | 文京 | 042-742-1445 |

私立幼稚園



| 幼稚園名 | 所在地 | 電話番号 |
|--------|-----|--------------|
| 内郷 | 寸沢嵐 | 042-685-0005 |
| 相模野 | 二本松 | 042-772-2915 |
| 相模原みどり | 東橋本 | 042-772-4610 |
| 新町 | 相原 | 042-772-0926 |
| 津久井ヶ丘 | 長竹 | 042-784-5133 |
| てるて | 下九沢 | 042-762-3594 |
| 橋本 | 橋本 | 042-771-1448 |
| ばらの花 | 中野 | 042-784-0181 |
| あかね | 下九沢 | 042-773-0730 |
| 上田名 | 田名 | 042-761-6856 |
| 星が丘 | 星が丘 | 042-752-4842 |
| 相模栄光 | 矢部 | 042-752-8040 |
| 相模つばさ | 淵野辺 | 042-753-2196 |

| 幼稚園名 | 所在地 | 電話番号 |
|-------------|------|--------------|
| 清心 | 清新 | 042-754-5290 |
| たけのうち | 東淵野辺 | 042-756-5978 |
| 中央 | 光が丘 | 042-755-0391 |
| 虹ヶ丘 | 陽光台 | 042-755-3263 |
| 鳩川 | 上溝 | 042-761-4306 |
| けやきの子 | | 042-778-3704 |
| みずほ | | 042-762-2289 |
| 弥生 | 富士見 | 042-755-4575 |
| よこやま | 横山台 | 042-755-5603 |
| うのもり | 鶴野森 | 042-743-3597 |
| 大野文化 | 大野台 | 042-756-1218 |
| 相模すずのこ | 古淵 | 042-744-0503 |
| 相模原高等学校付属光明 | 当麻 | 042-778-2846 |

| 幼稚園名 | 所在地 | 電話番号 |
|--------|-------|--------------|
| 相模ひまわり | 東大沼 | 042-744-0220 |
| 相模翠ヶ丘 | 相南 | 042-742-1593 |
| 誠心相陽 | 磯部 | 046-254-5192 |
| 誠心第一 | 西大沼 | 042-748-8735 |
| 誠心第二 | 相模台 | 042-743-0403 |
| 豊泉 | 相模台 | 042-744-1539 |
| 相武台中央 | 相武台団地 | 046-251-2030 |
| つくしの | 新磯野 | 046-254-3614 |
| 南大野 | 上鶴間 | 042-742-8822 |
| 谷口 | 上鶴間本町 | 042-742-9661 |
| 中和田 | | 042-742-8530 |
| 林間のぞみ | 東林間 | 042-742-3394 |
| さがみひかり | 麻溝台 | 042-742-3479 |

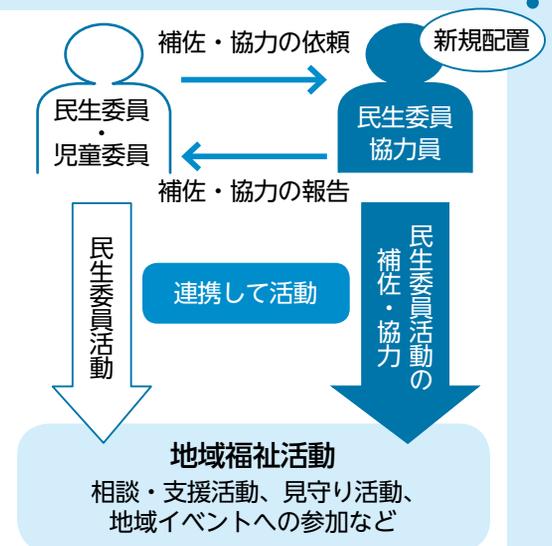
※市内の私立認定こども園・幼稚園では、教育時間終了後の預かり保育を全園で実施しています。



民生委員・児童委員活動のパートナー

民生委員協力員の活動が始まります

民生委員・児童委員(以下、民生委員)は地域福祉の担い手として、さまざまな活動を行っています。近年の高齢社会の急速な進展などに伴い、民生委員の役割の重要性はますます高まっていますが、民生委員の業務量の増加や、担い手不足が課題となっています。そこで、民生委員の負担を軽減するため、活動の補佐・協力をする「民生委員協力員」制度を導入することになりました。



- 民生委員協力員(以下、協力員)は、一緒に行動する民生委員の担当地区内の活動について、補佐・協力をを行います。

| 具体的な活動範囲の例 |
|-------------------------------|
| ○安否確認程度の簡易な訪問 |
| ○地域の福祉活動への参加・協力 |
| ○民生委員が調査対象者の自宅に訪問する際、必要に応じて同行 |

- 民生委員が「協力員が必要」と申し出た場合に、協力員が配置される制度です。
- 民生委員は、厚生労働大臣から委嘱された非常勤特別職の地方公務員ですが、協力員は、あくまでも自発的に協力をを行うボランティアとして市長が委嘱します。
- 協力員が活動により知り得た個人情報、民生委員の場合と同様に、他の人に知られることはありません。

問 地域福祉課 ☎042-769-9222

高齢者インフルエンザ予防接種を実施

希望者は、協力医療機関へ予約してから接種を受けてください。

時 10月10日(土)～12月31日(木)〈1人1回のみ〉
☎ 予防接種協力医療機関
※協力医療機関名簿は疾病対策課、各区役所区民課・まちづくりセンター・連絡所などにあります。市ホームページにも掲載しています。

☑ 本市に住居登録(外国人含む)がある①65歳以上②60歳～64歳の心臓・腎臓・呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に高度の障害がある人(障害者手帳1級相当)

費 1,500円

〈接種費用を改定〉

今年度からインフルエンザワクチンが、3種類のインフルエンザウイルスに対して免疫を得ることができる3価ワクチンから4価ワクチンに変更になりました。これによりワクチンの価格が大幅に上がったため、接種費用を改定しました。

費用の免除

上記対象者のうち、市民税非課税世帯か生活保護世帯の人、中国残留邦人等への支援給付を受けている人は、そのことを証明する資料(免除要件確認資料)を医療機関に提示すると費用が免除されます。

免除要件確認資料(次のいずれかが必要)

- 介護保険料納入通知書(保険料賦課の段階区分・根拠の欄の「本人」「世帯員」両方に非課税の記載がある人)
- 介護保険負担限度額認定証
- 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証
- 生活保護受給票
- 本人確認証(中国残留邦人等支援給付受給者)
- 市民税課税証明書(住民票上の世帯員全員のものが必要。発行には1通300円の手料が掛かります)

持ち物 健康保険証など住所・氏名・生年月日などが確認できるもの、接種費用。対象のうち②に該当する人は、身体障害者手帳1級の写しなど。費用の免除に該当する人は、上記「免除要件確認資料」のいずれか

☎ 直接か電話で、各協力医療機関へ

問 市コールセンター ☎042-770-7777

平成28年度 保育所等利用申し込み手続き説明会

子ども・子育て支援新制度や申し込みの手続きなどについて説明します。

| 区 | 日にち | 時間 | 会場 | 定員 |
|----|-----------|----------------------|-----------|----------------|
| 緑 | 10月17日(土) | 午前10時～正午、 午後2時～4時 | 緑区合同庁舎 | 各100人 (申込順) |
| 南 | | | 南保健福祉センター | |
| 中央 | 18日(日) | ウェルネスさがみはら | | |
| | | | | |

☑ 市内在住で28年度に保育所などの利用を検討している人

☎ 直接各こども家庭相談課へ

| | |
|------------|---------------|
| 緑こども家庭相談課 | ☎042-775-8813 |
| 中央こども家庭相談課 | ☎042-769-9267 |
| 南こども家庭相談課 | ☎042-701-7723 |



10月は 里親月間

里親制度を知っていますか?

さまざまな事情で保護者と一緒に生活することができない子どもたちを家庭に迎え入れ、愛情と理解をもって養育する人を里親といいます。里親制度は、児童福祉法に基づき、子どもの養育をお願いする制度です。

○里親になりませんか?

里親になりたい人、里親について知りたい人は、児童相談所か家庭養育支援センターに相談してください。

問 児童相談所 ☎042-730-3500
家庭養育支援センター(中心子どもの家内) ☎042-764-7046
家庭養育支援センター(相模原南児童ホーム内) ☎046-251-5590

○里親体験談を聞きに来ませんか?

里親になりたい人、里親について知りたい人のために、里親の活動をお話しします。

希望者は直接会場へ

| 日にち | 時間 | 会場 | 定員(先着順) |
|-----------|----------|-----------------|---------|
| 10月28日(水) | 午前10時～正午 | ユニコムプラザさがみはら | 70人 |
| 11月20日(金) | | 大野北公民館 | 30人 |
| 12月19日(土) | | ソレイユさがみセミナールーム2 | 70人 |

問 児童相談所 ☎042-730-3500



スーパーオープンスタジオ2015

アーティストたちのスタジオ(制作場)の公開や作品の展示をします。
スタジオ公開
 時 10月10日～11月1日の土・日曜日、祝日等 午後1時～6時
 ※都合により変更もあります。
 会 相模原・町田・八王子市内にある各スタジオ
 ※詳しくは、アートラボはしもとにある冊子が同所ホームページをご覧ください。
作品展示
 時 10月10日(土)～11月1日(日) 午前10時～午後6時(水曜日休館)
 会 アートラボはしもと

みる、みる、わかる! 対話型鑑賞ツアー
 時 10月10日(土) ①午後2時～3時 ②午後4時～5時
 会 アートラボはしもと
 対 ①小学生 ②中学生以上=各15人(申込順)
 申 直接か電話でアートラボはしもとへ
てくてく巡る、スタジオガイドツアー in 相原
 時 10月11日(日) 午後1時～4時(荒天中止)
 集合場所 JR横浜線相原駅改札口
 定 10人(申込順) ※小学生以下は保護者同伴
 申 直接か電話でアートラボはしもとへ
制作する場所～地域とスタジオの関係から(シンポジウム)
 時 10月17日(土) 午後6時～8時 会 アートラボはしもと
 定 30人(先着順) ※希望者は直接会場へ
CAMPえをかくこと#10 オープンスタジオで絵を見る(シンポジウム)
 時 11月1日(日) 午後6時～7時 会 アートラボはしもと
 定 30人(先着順) ※希望者は直接会場へ

アートラボはしもと ☎042-703-4654

絵画修復基礎講座

絵画修復士が、中世ヨーロッパの油彩画の成り立ちや修復の基礎を教えます。
 時 11月2日(月)・3日(祝) 午後1時～3時
 会 相模原市民ギャラリー
 対 高校生以上=各20人(申込順) 費 各500円
 申 直接か電話で同ギャラリー (☎042-776-1262)へ



市立博物館へ行こう

中央地区「子どもと大人 共に学ぶ宇宙教室」公開講座
プラネタリウムで見る宇宙の姿&天体望遠鏡で星空観察
 時 10月17日(土) 午後6時～8時
 講 大川拓也さん(JAXA宇宙科学研究所科学推進部 広報・普及担当)
 定 70人(申込順) ※中学生以下は保護者同伴
 申 10月15日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

民俗講演会 着物の声が聞こえる 希望者は直接会場へ
 着物の着こなし方を通して、人と物との付き合い方を考えます。
 時 10月18日(日) 午後2時～4時
 講 宮本八恵子さん(日本民具学会理事) 定 200人(先着順)

さがみはら宇宙の日 講演会 金星探査機「あかつき」トークライブ 希望者は直接会場へ
 時 10月24日(土) 午後1時30分～3時30分
 講 リー・ヨンジュさん(JAXA宇宙科学研究所招聘研究員) 井上浩三郎さん(同研究所元研究員)
 定 200人(先着順)

星空観望会(11月)
 口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡で、見頃の天体を観望します。
 時 11月6日(金)・28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

民俗探訪会 磯部地区北部を歩く
 市民ボランティアの民俗調査会が作成した「相模原散策マップ①新磯北部ルート」を基に、学芸員と共に歩きます。
 時 11月11日(水) 午前9時30分～午後0時30分(小雨決行)
 集合場所 下溝駅
 対 数時間歩ける人=30人(抽選)
 申 10月15日(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加人数、「民俗探訪会」と書いて、同館へ

あそびの学校「やきいも」

焼き芋を焼きながら、みんなで楽しいゲームをします。
 時 10月25日(日) 午後2時～4時
 会 青少年学習センター
 対 市内在住か在学の小学生=30人(申込順)
 申 10月18日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ



さがみ風っ子文化祭開催

子どもたちの夢や努力の成果を表現する芸術・文化の祭典です。
開催セレモニー
 時 10月25日(日) 午後2時～3時 会 淵野辺公園

| 催し名 | 日にち | 時間 | 会場 |
|-------------|-------------------------------------|------------------------------|----------------------|
| 小学校連合音楽会 | 10月 8日(木) | 午前10時15分～午後3時 | 津久井中央公民館 |
| | 9日(金) | 午前9時40分～午後3時 | |
| | 15日(木) | 午前9時45分～午後2時30分 | 相模女子大学グリーンホール(市文化会館) |
| | 16日(金) | | 市民会館 |
| 造形「さがみ風っ子展」 | 10月22日(木)～11月3日(祝) ※10月27日(火)は休館 | 午前10時～午後5時 (入場は午後4時30分まで) | 女子美術大学(南区麻溝台) |
| | | 午前9時～午後4時 | 淵野辺公園 |
| 学校給食展 | 10月24日(土)～26日(月) | 午前9時～午後4時 (26日は午後2時30分まで) | 銀河アリーナ |
| 中学校演劇発表会 | 10月31日(土)、11月1日(日)・3日(祝) | 午前9時20分～午後4時30分 | 南市民ホール |
| 小・中学校音楽発表会 | 10月31日(土) 11月1日(日) | 午前9時30分～午後4時30分 | 相模女子大学グリーンホール(市文化会館) |
| 合同学芸会 | 11月21日(土) | 午前9時30分～午後3時 | 市民会館 |

| 内容 | 日にち | 時間 | 会場 |
|------------------|------------------|---------------------------|-------|
| ふれあいコーナー(親子工作など) | 10月24日(土) 25日(日) | 午前9時～午後4時 ※材料がなくなり次第終了 | 淵野辺公園 |

☎学校教育課 ☎042-704-8918

文化財研究協議会 当麻山無量光寺の開山忌の探訪

一遍上人ご本尊の拝観や踊り念仏講の見学など、境内の文化財を見て歩きます。
 時 10月23日(金) 午前9時15分～正午
 集合場所 原当麻駅改札口
 定 100人(先着順)
 ※希望者は歩きやすい服装と靴で、直接集合場所へ



☎文化財保護課 ☎042-769-8371

旧石器ハテナ館の催し

旧石器ハテナ館まつり

火おこし、石蒸し料理★(定30人(申込順) 費360円)、縄文服の試着、ペンダント作り、弓矢の射的など、大昔の生活を体験できます。模擬店やクイズラリー、魚に触れるコーナーもあります。
 時 10月17日(土) 午後2時～5時
 (雨天時は10月18日(日)に延期)
 申 ★は直接か電話で同館へ

さがみんも遊びに行くミン♪



学ぶことは、面白い。さがまちカレッジ

■ 木版でつくる年賀状ーはがきサイズのアート制作ー(全4回)
 時 11月8日・15日・29日、12月6日の日曜日 午前9時30分～11時30分
 会 町田市生涯学習センター(町田市原町田)
 対 小学校5年生以上=20人(抽選) 費 3,500円(材料費含む)

■ あなたの愛犬にもできる! ~ゲームを通じた科学的ドッグトレーニングを体験~
 時 11月14日(土) 午後2時～3時30分
 会 横山公園
 対 小学校4年生以上とその飼い犬
 定 16組(抽選)
 費 1,000円

■ カラダとココロをほぐすリラクゼーション講座~自分のココロに触れ、カラダの弛め方を知る~
 時 11月21日(土) 午後1時30分～3時
 会 町田市生涯学習センター(町田市原町田)
 対 18歳以上=40人(抽選)
 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。

10月は
3R推進月間

市では“4R”を推進しています
～ごみを減らそう! 資源化しよう!～

市では、3R (Reduce (排出抑制)・Reuse (再利用)・Recycle (再生利用))にRefuse (発生抑制)を加えた4Rに取り組んでいます。できることから少しずつ。未来により良い環境を残すために、ごみの減量化・資源化に取り組みましょう。

☎資源循環推進課 ☎042-769-8334

リサイクル
フェア
2015



「体験、発見、4R」をテーマに、見て、触って、体験することで、4Rをもっと身近に感じるイベントです。さまざまな体験ゲームなどを企画しています。ぜひ参加してください。
時10月18日(日) 午前10時～午後3時(雨天中止)
会相模原麻溝公園(水の広場、緑の広場)
 ※希望者は直接会場へ(★を除く)

フリーマーケット(全65区画)

エコキャラ人気投票

投票すると抽選で「別隊シゲンジャー銀河」の帽子が当たります。
抽選時間 午後1時15分



別隊シゲンジャー銀河
©WebCreators Fairytale / 相模原市

リユース家具・生ごみ処理容器抽選会

清掃・修理済みの一度は捨てられた家具や、生ごみ処理容器が当たります。
時午後1時45分

使用済み小型家電の回収

回収ボックスの投入口(30cm×15cm)に入る大きさの小型家電製品を回収します。持参した人には、特製レモンちゃんマウスパッドをプレゼントします。

おもちゃの病院

相模原おもちゃドクターの会の皆さんが、壊れたおもちゃを修理します。当日、午後2時30分までに会場へ持参してください。
 ※1人2点まで(部品代は有料)。修理できない場合もあります。

特別講演～4R最前線
簡単!!生ごみリサイクル～★

生ごみ処理容器「キエーロ」製作者の松本信夫さんや、生ごみリサイクル全国ネットワークの福渡和子さんを招いた講演会です。当日は生ごみ減量容器を参加者全員に、「キエーロ」を抽選で1人にプレゼントします。

終了後には出張ダンボールコンポスト講習会も開催します。
時午前11時30分～午後1時30分
定40人(申込順)
申電話で資源循環推進課へ

リサイクル音楽会

自ら楽器を作る創作音楽家のガインェさんらを講師に迎え、空き缶やペットボトルなどで世界で一つだけのオリジナルの楽器を作ります。

また、作成した楽器を使って、即興の音楽会を開催します。

楽器作成
時午前10時50分～11時50分、午後1時15分～2時15分
音楽会
時正午～午後0時30分



ガインェさん

ごみの減量化などに関する
キャンペーン

別隊シゲンジャー銀河やレモンちゃんも登場します。

1人1日レモン
1個分(100g)の
ごみを減らそう!



レモンちゃん
©WebCreators Fairytale / 相模原市

スーパーキャンペーン

| 日にち | 時間 | 会場 |
|-----------|---------|------------------------|
| 10月 2日(金) | 午後4時～5時 | スーパーアルプス相模原インター店(緑区川尻) |
| 6日(火) | | ライフ相模原モール店(中央区小山) |
| 7日(水) | | イトーヨーカドー古淵店(南区古淵) |
| 9日(金) | | ダイエー相模原店(中央区相模原) |
| 22日(木) | | 小田急OX相模大野店(南区相模大野) |

九都県市ごみ減量スマイルキャンペーン

| 日にち | 時間 | 会場 |
|-----------|---------|--------------|
| 10月11日(日) | 午後2時～4時 | アリオ橋本(緑区大山町) |

もっと環境について知ろう

こども理科実験教室★
なぜ回転するの?

モーターを作って回転の原理を考えよう

自分で考えて組み立て、省エネの工夫ができるか挑戦します。
時10月25日(日) 午前10時～11時30分
会環境情報センター
定小学校4～6年生=20人(申込順) 費300円

市民のための環境講座

～西洋文化から考える食と環境～

時11月12日(木) 午後6時30分～8時30分
会桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス(中央区淵野辺)
講原 耕造さん(生物多様性農業支援センター理事長)
定100人(申込順)

直接か電話、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、催し名(★は住所、学年、性別も)を書いて、環境情報センター(☎042-769-9248 FAX042-751-2036)へ
 ☐kankyo@eic-sagamihara.jpへ

環境情報センター休館日 10月4日(日)・15日(木)・18日(日)

絶滅危惧種カワラノギクと河原の植物観察会

時11月7日(土) 午後1時～4時
会相模川河川敷 集合・解散場所 市民会館
定20人(抽選) ※小学生以下は保護者同伴
申10月26日(必着)までに、直接か、はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「カワラノギク」と書いて、相模原の環境をよくする会事務局(環境政策課内)〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX042-754-1064 ☐kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8240)へ

ノジマメガソーラーパーク

(さがみはら太陽光発電所)の施設見学

時平成28年3月までの第1水曜日・第4日曜日
 午前10時30分～11時30分、
 第3水曜日・第2土曜日 午後2時～3時
定各30人程度(申込順) ※団体の場合は、上記日程以外でも対応可
申見学希望日の3日前(団体の場合は14日前)までに、電話かファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号(団体の場合は代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数)、希望日・時間、「メガソーラー施設見学」と書いて、環境政策課(☎042-769-8240 FAX042-754-1064 ☐kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

心豊かに 大人のための催し

あじさい大学公開講座

～百寿者に学ぶ～健康寿命を延ばす方法

健康寿命を延ばし、生き生きと輝くための道案内をします。
時10月21日(水) 午後2時30分～4時30分 **会**ソレイユさがみ
定市内在住の60歳以上=75人(申込順)
申電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

女性のためのセルフコーチングセミナー(全3回)

コーチングや呼吸法を通して、自分らしく働くこと・生きること、心と体のセルフケア方法について学びます。
時10月15日(木)・22日(木)・29日(木) 午前10時～正午
会ソレイユさがみ
定20代・30代の女性=20人(抽選)
申電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「女性のためのセルフコーチングセミナー」と書いて、精神保健福祉課(☎042-769-9813 ☐saga.mentor@gmail.com)へ

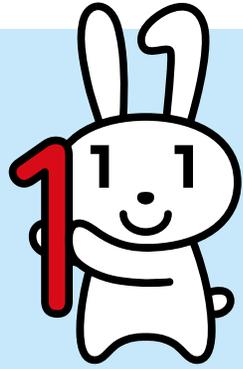
地域活動デビュー講座

「シニアの生きがい～ボケず寝込まず地域活動～」

生きがいを見つけ、地域で元気に活動する方法を学びます。
時10月13日(火) 午後6時30分～8時30分
会ユニコムプラザさがみはら
講瀬沼克彰さん(桜美林大学名誉教授)
定市内在住の50歳以上=100人(申込順)
申10月12日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

大人におくる紙芝居ライブ「うかれ紙芝居」

民話を元にした創作紙芝居をバイオリンや鳴り物の演出とともに楽しめます。
時10月26日(月) 午後1時30分～3時30分
会社のホールはしもと多目的室
定中学生以上=100人(申込順)
費1,000円
申電話で紙芝居ほっこり座の川上さん(☎090-1407-2819)か、ファクスに氏名、電話番号、「うかれ紙芝居」と書いて、同代表の本多さん(FAX042-751-6414)へ ※同事務局ホームページからも申し込みます。



マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

10月5日 マイナンバー制度(社会保障・税番号制度)開始

あなたのマイナンバーを「通知カード」でお知らせします

マイナンバー制度って何?

- 住民票のある全ての人に12桁のマイナンバー(個人番号)を付与して、社会保障・税・災害対策等の分野で皆さんの情報を適切に把握し、公平・公正な社会を実現するための仕組みです。特別永住者や中长期在留者などの外国籍の人も対象です。
- 平成28年1月から、国民年金や税金などの各種手続きで利用できます。
- マイナンバーは生涯使うものです。漏えいして不正に使われる恐れがある場合を除いて、変更できません。

10月から通知カードを送付

- マイナンバーを記載した通知カードを、世帯単位で住民票の住所・世帯主宛てに、簡易書留で郵送します(転送されません)。
- ※全国一斉に送付を開始するため、手元に届くのが11月以降になる場合があります。
- マイナンバーが必要となる手続きの時に利用できます。
- 身分証明書としての利用はできません。手続きで利用する時は、公的な身分証明書などによる本人確認が必要です。



通知カード(表)

- マイナンバー、氏名、住所、生年月日、性別を記載
- 紙製のカード
- 運転免許証、キャッシュカードなどと同程度の大きさ

希望者のみ 個人番号カードを交付

- 希望者のみに交付します。交付を希望する人は申請してください。
 - 個人番号カードは公的な身分証明書として使用できます。
 - 電子証明書を使って、e-Tax(国税電子申告・納税システム)などの各種電子申請ができます(※)。
 - 市では、全国のコンビニエンスストアなどで、住民票の写しや印鑑登録証明書の交付を受けることができるコンビニ交付サービスの導入を予定しています(※)。土・日曜日、祝日等も利用できます。
- ※暗証番号の登録が必要です。

初回交付は無料です。



▲個人番号カード(表)



▲個人番号カード(裏)

- マイナンバー、氏名、住所、生年月日、性別を記載
- 本人の顔写真入り
- ICチップを搭載

個人番号カード申請の流れ

※28年1月から、全国一斉に個人番号カードの交付を開始するため、交付までに日数がかかる場合があります。

申請手続き

- 次のいずれかの方法で申請してください。
- 通知カードに同封の申請書を郵送
 - スマートフォンなどから申請
 - パソコンから申請

個人番号カード交付通知書を送付

28年1月以降に、住民票の住所へ郵送します。

受け取り

同通知書に記載された指定の交付場所で、本人確認と暗証番号の登録をした後、個人番号カードを受け取ります。

※申請方法について詳しくは、通知カードに同封する案内をご覧ください。

住民基本台帳カードを持っている人へ

住民基本台帳カードは、個人番号カードの交付開始に伴い廃止となります。交付済みの住民基本台帳カードは有効期限まで利用できますが、電子証明書の更新はできません。個人番号カードの交付を申請した場合、受け取りの時に住民基本台帳カードを回収します。

事業者の皆さんへ

税や社会保障関係の手続きの時に、従業員や扶養家族のマイナンバーを記載し、行政機関に提出する必要があります。

事業者向けマイナンバー制度説明会

時 10月21日(水)～23日(金) 午後6時30分～8時
 会 ウェルネスさがみはら7階視聴覚室
 定 各120人(先着順) ※希望者は直接会場へ
 問 相模原税務署 ☎042-756-8211

個人番号カードコールセンター(全国共通ナビダイヤル)

無料通話ではありません

※通知カードについての問い合わせも受け付けます。

日本語対応

☎0570-783-578

IP電話からは

☎050-3818-1250

外国語対応

☎0570-064-738

受付時間

月～金曜日 午前8時30分～午後10時

土・日曜日、祝日等 午前9時30分～午後5時30分 ※12月29日～1月3日を除く

市マイナンバーコールセンター ☎0570-05-0170 (10月13日から)

受付時間

月～金曜日(祝日等を除く) 午前9時～午後6時

問い合わせ

マイナンバー 検索

消防士が教える住宅防火の“心得”

住宅火災「0」をめざして



相模原消防署 山元浩晃消防士

昨年、市内では203件の火災が発生し、3人が死亡、37人が負傷しました。このうち、マンションなどを含む住宅火災は65件で、全体の約3割を占めています。

火災は、ちょっとした不注意から起こります。日頃の備えと心得を家族みんなで確認し、火災予防に努めましょう。
圖予防課 ☎042-751-9117



その1 調理中はその場を離れない

IHコンロも危険だよ!

住宅火災で最も多いのはコンロが火元になる火災です。火のそばを離れるときは、必ず火を消しましょう。



歩きタバコも危険!

タバコの不始末で多くの死者が出ています。灰皿には、水を入れておきましょう。



その3 家の周りを整理整頓する

燃えやすいものを置いてない?

放火犯はあなたの家を狙っています。家の周りには燃えやすいものを放置しないで、整理整頓をしましょう。



その2 寝たばこは絶対やめよう

ストーブの上に洗濯物を干すのは危険です。また、寝返りによって布団が接触する火災も多く発生しています。寝るときは、必ずストーブを消しましょう。



カーテンなどは防災製品がオススメ!



火遊びが原因の火災で、幼い命が奪われています。火の元となるライターやマッチは、子どもの手が届かない所に置きましょう。

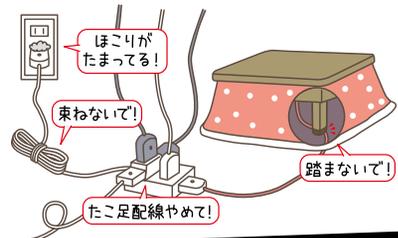
火遊びはいけません!



その4 ストーブの周りに燃えやすい物を置かない

その5 ライターなどは子どもの手が届かない所に保管する

電気が原因の火災が増えています。



- プラグとコンセントの隙間にほこりがたまると、プラグの差し刃部分で通電し、ショートして出火することがあります。乾いた布で、ほこりを拭き取りましょう。
- 電気コードは、踏み付けや折り曲げにより傷み、出火することがあります。
- 電源タップは、使用できる電気の量が定められています。多くの電気機器をつないで使用すると、許容量を超え、過熱して出火することがあります。

使わないときはプラグを抜こう



その6 電気機器にもご注意ください!

備えあれば憂いなし

住宅用火災警報器を設置しましょう

火災の熱や煙を感知して警報音などで知らせる住宅用火災警報器は、火災予防条例で全ての住宅の寝室、台所、階段に設置が義務付けられています。設置したことで、火事になる前に発見されたり、ばやですんだりした事例が多数報告されています。



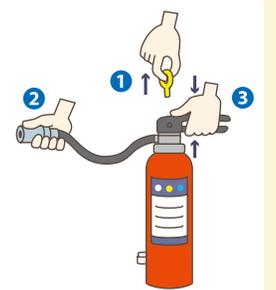
警報器は、おおむね10年で電池切れや耐用期限を迎えるので、設置している人は定期的に清掃や点検を行い、作動しないときは必ず交換しましょう。

消火器を設置しましょう

火災の初期に消火器はとても有効です。小型で軽量の住宅用消火器やエアゾール式消火具は、子どもや高齢者でも簡単に使用できます。いざという時のために、消火器やエアゾール式消火具を備えましょう。

〈消火器の使い方〉

- ①ピンを上引き抜く
- ②ホースを外す
- ③ホースを火元に向けレバーを握る



スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

10月12日(祝) 体育の日は 体育施設を無料開放

| 施設名 | 会場 | 時間 | 電話番号 |
|-------------------|-----------------------|---|------------------------------|
| 総合体育館 北総合体育館 | 体育室、柔道場、 トレーニング室など | 午前 9時 ～午後 10時 | 042-748-1781 042-763-7711 |
| さがみはら グリーンプール★ | 各プール、 トレーニング室 | 午前9時 ～午後9時30分 (プールは午後9時 20分まで) | 042-758-3151 |
| 銀河アリーナ | トレーニング室 | 午前9時 ～午後9時30分 | 042-776-5311 |
| サーティーフォー 相模原球場 | 体育室 | 午前8時30分 ～午後9時30分 | 042-753-6930 |
| ふじのマレット ゴルフ場 | マレットゴルフ コース | 午前9時 ～午後5時 | 042-687-5700 |

★50mタイム測定(公式の競技用測定器具を使用)、体力測定などを実施
※運動靴、室内履き、運動着、水着などは各自持参してください。
※個人の利用に限ります。詳しくは各施設にお問い合わせください。

スポーツフェスティバル2015

サッカーやラグビーなどのスポーツ体験や、アスリートとの交流ができます。
時 10月12日(祝) 午前9時30分～午後3時15分(雨天中止)
会 相模原ギオンスタジアム、相模原ギオンフィールド
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ
※各施設のトラックとフィールド内は、ハイヒールやパンプスなどでは入れません。
岡市体育協会 ☎042-751-5552

サッカースクール(全9回)

日本サッカー協会公認指導員が指導します。

| コース | 日にち | 対象 | 定員(申込順) |
|-------|-------------------------|------------|---------|
| ①U-6 | 10月19日～12月21日 の毎週月曜日 | 4歳～6歳の未就学児 | 15人 |
| ②U-8 | (11月23日を除く) | 小学校1・2年生 | 各24人 |
| ③U-10 | 10月14日～12月9日 | 小学校3・4年生 | |
| ④U-12 | の毎週水曜日 | 小学校5・6年生 | |

時 ①③午後5時～6時②④午後6時～7時
会 小山公園スポーツ広場
費 ①1万円②～④各1万2,960円(保険料・指導料など)
申 10月①②18日③④14日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢(小学生は学年)、電話番号、希望コース、「サッカースクール」と書いて、同公園(☎042-700-0801 FAX042-700-0802)へ

市体育協会からののお知らせ

ペタンク初心者実技講習会

時 10月11日(日)
午前8時30分～午後0時30分
集合場所 サーターフォー相模原球場
会議室
会 淵野辺公園中央広場
対 小学生以上
※希望者は運動ができる服装で直接集
合場所へ

市民チャリティーダンス フェスティバル

時 10月18日(日)
午前11時30分～午後4時
会 総合体育館
費 当日券1,000円、前売り券500円
※希望者はダンスシューズを持って直
接会場へ
※前売り券の購入希望者は、電話で市
ダンススポーツ連盟の岡本さん(☎
080-1034-2908)へ

市民子供ダンススポーツ講習会 (ジュニア)(全3回)

時 10月31日(土)、11月14日(土)・28日(土)
午後1時30分～4時30分
会 市体育館(市役所前)
対 4歳～中学生
※希望者は、運動ができる服装と室内
履きを持って直接会場へ

ペタンク親善大会

時 11月3日(祝) 午前8時～午後3時
会 相模原麻溝公園スポーツ広場
定 200人(申込順)
費 1,000円
申 10月15日(必着)までに、はがきに
住所、氏名、生年月日、年齢、性別、
電話番号、「ペタンク親善大会」と書い
て、同協会へ

みんな元気がみはらウォーク2015 &健康・体験イベント

コース ①ウォーキング「行こう!秋深
まる鎌倉古道・七国峠」(12km)

やませみ自然体験スクール(秋)

水源の探索や、「おしるこの煮だんご」を食べて、秋の自然を楽しみます。
時 11月14日(土) 午前9時40分～午後3時30分
集合場所 ふじの体験の森やませみ
対 市内在住の小・中学生とその保護者=12組40人程度(抽選) 費 1人100円
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申 10月13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、代表者の電話番号、交通
手段、保育希望の有無(人数)、「やませみ自然体験スクール(秋)」と書いて、
同所(〒252-0182 緑区澤井936-1 FAX042-687-5050 ☎
yamasemi@sagamihara-kng.ed.jp ☎042-686-6025)へ

青山学院大学硬式庭球部による 硬式テニス教室

時 10月25日(日) ①午前9時30分～正午②午後1時30分～4時(雨天中止)
会 同大学緑が丘グラウンド(中央区緑が丘)
対 市内在住か在勤の18歳以上で、テニス初・中級者=各50人(抽選)
費 各500円(傷害保険代)
申 10月12日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、①か②、
「テニス教室」と書いて、同グラウンド(〒252-0225 中央区緑が丘2-
40-1)へ
岡同大学硬式庭球部OGの川原さん ☎090-1848-1332

秋季ポニー教室(全5回)

スタッフの指導の下、ポニーの世話や乗馬を体験します。
時 11月8日～29日の毎週日曜日・23日(祝) 午前9時40分～正午
会 相模原麻溝公園ふれあい動物広場
対 市内在住の小・中学生(保護者同伴)=20人(抽選)
申 10月26日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学年、性
別、電話番号、保護者氏名、「秋季ポニー教室」と書いて、同広場(〒252
-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ
※過去に参加した人は応募できません。

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 |
|------------------|-----------------------|------------------|-------------------|--------------|-----------------|
| ①幼児スケ ート(全4回) | 11月7日～28日 の毎週土曜日 | 午前 9時 ～10時30分 | 4歳以上の 未就学児 | 25人 (抽選) | 各 3,000 円 |
| ②骨盤矯正 (全5回) | 11月7日～12月5日 の毎週土曜日 | 午前10時 ～11時 | 18歳以上(高 校生を除く) | 20人 (申込順) | |

※①貸靴代別途1回210円
申 ①10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、「幼児スケート」と書いて、同所へ。②11月5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

アイススケート場オープン

時 10月20日(火)～平成28年5月6日(金)
午前9時～午後8時15分(火・木曜日は午後6時まで)
費 800円(18歳以下600円、4歳～中学生・65歳以上400円)、貸靴代410円(中
学生以下210円) ※障害者とその介護者は入場料無料
※手袋と、帽子かヘルメットを着用してください。

市体育協会 ☎042-751-5552 FAX042-751-5545

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

☎taikyo@jade.dti.ne.jp ☎http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

②クイズウォーク(約2km)

時 11月3日(祝)
受付時間 ①午前8時45分～9時15分
②午前8時45分～午後2時30分
集合場所 アリオ橋本屋外イベント広場
(緑区大山町)
定 各500人(申込順)
費 ①500円(未就学児は無料)②200
円(①の参加者は無料)
申 10月27日(必着)までに、はがきか
ファクス、Eメールに全員の住所・
氏名(ふりがな(代表者に○))・年齢・
電話番号、希望コースを書いて、同
協会へ
※販売やクラフトなどのコーナーあり

平成28年度ねんりんピック長崎 大会選手選考会(テニス(ダブルス))

時 12月7日(月)・8日(火)
〈予備日22日(火)〉午前9時
会 淵野辺公園テニス場
種目 男子60歳以上・70歳以上、女子
60歳以上

対 市内在住で昭和32年4月1日以前に
生まれた人=80組160人(抽選)

費 1組2,000円(振り込み)
※振込先など詳しくは、市テニス協会
ホームページをご覧ください。
申 10月15日(必着)までに、市テニス
協会ホームページからか、封書に全員
の住所・氏名・生年月日・年齢・電話
番号、種目(1組1種目)、「ねんりんテ
ニス」と書いて、振込控のコピー、返
信用はがきと一緒に市体育協会へ

平成28年度ねんりんピック 長崎大会選手選考会(ゲートボール)

時 12月7日(月)〈予備日8日(火)〉
午前8時30分～午後4時
会 緑が丘2丁目公園スポーツ広場
対 市内在住で昭和32年4月1日以前に
生まれた人
申 11月29日(必着)までに、電話で市
ゲートボール協会の山村さん(☎
042-758-0410)か、市体育協会
にある申込用紙を市体育協会へ

さがみはらグリーンプール 施設の教室

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 費用 |
|----------------------|---|------------------|--------------------|--------|
| ①競技力向上飛び込み(全6回) | 10月19日～11月30日の月曜日(10月26日、11月9日を除く)、11月3日(祝) | 午前11時～午後0時30分 | 18歳以上(高校生を除く) | 9,000円 |
| ②競技力向上飛び込み(全4回) | 11月6日～27日の毎週金曜日 | 午後7時30分～9時 | 小学生～高校生 | 3,000円 |
| ③初心者シクロナイズスイミング(全6回) | 11月7日～平成28年1月9日の毎週土曜日(11月28日、12月5日・19日、1月2日を除く) | 午前11時30分～午後0時30分 | クロールで25m以上泳げる小・中学生 | 4,500円 |
| ④フラワーアレンジメント | 11月17日(火) | 午前10時30分～午後0時30分 | 18歳以上(高校生を除く) | 3,000円 |

定員①③各30人②15人④20人(申込順)
 申込 開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

さがみはら北の丘センター 施設の教室

〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570
休所日 10月13日(火)

| 教室名(全8回) | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(抽選) |
|---|---|------------------|------------------|--------|
| 体操 費①6,400円②～⑤各4,000円 | | | | |
| ①プールサイドでホットヨガ | 11月16日～平成28年1月25日の毎週月曜日(11月23日、12月28日、1月11日を除く) | 午前11時30分～午後0時30分 | 16歳以上★ | 15人 |
| ②健康体操(中級) | 11月17日～28年1月26日の毎週火曜日(12月8日・29日、1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 |
| ③ストレッチ&ヨガ | 11月19日～28年1月21日の毎週木曜日(12月24日・31日を除く) | 午後1時～2時 | 16歳以上★ | 40人 |
| ④練功&骨盤体操 | 11月20日～28年1月22日の毎週金曜日(12月25日、1月1日を除く) | 午後3時30分～4時30分 | | 20人 |
| ⑤健康体操(初級) | 11月16日～28年1月25日の毎週月曜日(11月23日、12月28日、1月11日を除く) | 午後1時～2時 | 運動不足を感じている16歳以上★ | 40人 |
| プール 費⑥～⑩⑬～⑮各6,400円⑪⑫⑯⑰⑱⑲⑳各5,600円 | | | | |
| ⑥プールだいすき!① | 11月16日～28年1月25日の毎週月曜日(11月23日、12月28日、1月11日を除く) | 午後4時20分～5時20分 | 5歳～小学校3年生の初心者 | 20人 |
| ⑦チャレンジスイム(初級) | | 午後5時30分～6時30分 | 5m以上泳げる小学生 | 各15人 |
| ⑧チャレンジスイム(中級) | 11月18日～28年1月20日の毎週水曜日(12月23日・30日を除く) | 午後7時～7時45分 | 25m以上泳げる小・中学生 | 20人 |
| ⑨アクアストレッチ | | 午後9時20分～10時20分 | 16歳以上の初心者★ | 10人 |
| ⑩大人のための水泳教室(初級) | 11月20日～28年1月22日の毎週金曜日(12月25日、1月1日を除く) | 午前11時20分～午後0時20分 | 16歳以上の中級者★ | 各20人 |
| ⑪大人のための水泳教室(中・上級) | | 午後4時20分～5時20分 | 3歳～小学校2年生の初心者 | |
| ⑫プールだいすき!② | 11月20日～28年1月22日の毎週金曜日(12月25日、1月1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目指せ25mクロール① | | 午後4時20分～5時20分 | 5歳～小学校3年生の初心者 | |
| ⑭プールだいすき!③ | 11月20日～28年1月22日の毎週金曜日(12月25日、1月1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 |
| ⑮目指せ25mクロール② | | | | |

★は高校生を除く
 申込 10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、同センターへ

相模原ギオンスタジアム 施設の教室

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 |
|---------------|--------------------|------------|-----|----------|--------|
| キッズチアダンス(全6回) | 10月29日～12月3日の毎週木曜日 | 午後4時～5時15分 | 小学生 | 20人(申込順) | 6,600円 |

申込 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、「キッズチアダンス」と書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

カナガワ・デフ・ウェイ2015相模原

手話フラダンスやトークショーなどを通じ、聴覚障害者と交流します。
 時 11月1日(日)午前9時50分～午後4時15分
 会 市民会館 ※希望者は直接会場へ
 関 県聴覚障害者協会 ☎0466-26-5467 ☒0466-26-5454

ミニ運動会 in 津久井

競技、応援合戦、ダンスなど、みんなで楽しめるスポーツイベントです。
 時 11月5日(木)午後2時～3時30分
 会 津久井やまゆり園(緑区千木良)
 対 市内在住か在勤・在学の小学生以上の障害児・者=50人(申込順)
 ※小学生は要付き添い ※手話通訳・要約筆記対応可
 申 10月25日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、手話通訳・要約筆記希望の有無、「ミニ運動会 in 津久井」と書いて、けやき体育館(☎042-753-9030 ☒042-769-1200)へ

障害児・者バスレクリエーション りんご狩り(長野県佐久市)

時 11月14日(土)午前7時～午後6時30分
 集合場所 けやき体育館か津久井総合事務所
 対 市内在住か在勤・在学の小学生以上の障害児・者とその付き添い
 定 38組76人(抽選) 費 1組3,000円(昼食代)
 申 10月31日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「りんご狩り」と書いて、同体育館(☎042-753-9030 ☒042-769-1200)へ

ほかほかふれあいフェスタ2015

障害のある人や障害児・者団体、ボランティア団体によるボランティア体験コーナー、音楽やダンスの発表、模擬店、バザーなどが楽しめます。
 時 10月17日(土)午前10時～午後3時30分
 会 あじさい会館、ウェルネスさがみはら前 ※希望者は直接会場へ
 関 ほかほかふれあいフェスタ実行委員会 ☎042-759-7982

親子で楽しむ凧作り教室

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 | 会場 |
|------|-----------|------------|-----------|
| ダイヤ凧 | 10月31日(土) | 午後1時30分～4時 | 相模の大凧センター |
| 角凧 | 11月21日(土) | | |

定 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、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、種類を書いて、同センター(☎046-255-1311 ☒046-255-1361)へ

市民健康文化センターの催し 市民健康文化センター

☎042-747-3776

休所日 10月6日(火)～12日(祝) ※プール・浴室の再開日は11月3日(祝)
 11月3日(祝)～8日(日)はプール・浴室無料開放

こどもイベント 希望者は直接会場へ

| 日にち | 時間 | 内容 |
|----------|---------|--------------|
| 10月4日(日) | 正午～午後1時 | フラダンス |
| | 午後1時～2時 | ハワイアンリボンレイ作り |

対 4歳～中学生とその保護者=各20組(先着順)

健文ロードSHOW!「東京物語」

時 10月17日(土)午後1時30分～3時15分 定 70人(先着順)
 ※10月1日から同所で配布する整理券が必要

健文祭

伊藤華英さんトークショー・見本泳法・水泳教室

トークショー 時 11月8日(日)午前10時

※希望者は直接会場へ

見本泳法 時 11月8日(日)午前11時～11時30分

※希望者は直接会場へ

※プールサイドで観覧する場合には、水着を着用してください。

水泳教室

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員 |
|-----|----------|------------------|-------|----------|
| 子ども | 11月8日(日) | 午前11時30分～午後0時30分 | 小・中学生 | 各20人(抽選) |
| 大人 | | 午後1時～2時 | 16歳以上 | |

申 10月21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、同センター(〒252-0328 南区麻溝台1872-1)へ

イベント 希望者は直接会場へ ※未就学児は保護者同伴

| 日にち | 時間 | 内容 |
|----------|-------|----------------------|
| 11月7日(土) | 午前11時 | 沖縄の唄と踊り |
| | 午後1時 | ママさんプラス 相模原こっこ隊の演奏 |
| | 3時 | ファゴット・バイオリン・チェロ演奏 |
| 11月8日(日) | 午前9時 | 縁日、野菜直売 |
| | 10時 | 認知症講演会 |
| | 午後1時 | 県立弥栄高等学校芸術科音楽専攻生徒の演奏 |
| | 3時 | 桜美林大学落語研究部の寄席 |



競泳元オリンピック 日本代表の伊藤華英さん

情報あ・ら・かると

お知らせ

10月11日～20日は安全・安心まちづくり旬間

市内では、自転車やオートバイの盗難などの街頭犯罪が多発しています。被害に遭わないために、鍵を掛けるなど日頃から注意しましょう。
☑生活安全課

10月15日～21日は違反建築防止週間

期間中、工事中の住宅を中心に特別パトロールを実施
☑建築審査課

休日・夜間納税相談窓口のご利用を～相談はお早めに～

平日や日中に、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
☑休日＝10月25日(日)午前9時～午後4時
☑夜間＝10月5日(月)・15日(木)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 |

※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。

街頭労働相談会

解雇・賃金不払い、労働保険・社会保険などの労働相談や障害者の就労相談
※職業紹介はありません。
☑①10月19日(月)午前11時～午後6時
☑②10月30日(金)午前11時～午後5時
※障害者の就労相談は午後5時まで
☑①淵野辺駅自由通路②橋本駅自由通路
※希望者は直接会場へ
☑かながわ労働センター県央支所(☎046-296-7311)

戦没者合同慰霊祭

☑時10月8日(木)午前10時30分～正午
☑会市民会館
☑市内在住の人
※参列希望者は直接会場へ
☑地域福祉課

市広域交流拠点整備計画検討委員会 相模原駅周辺地区小委員会

☑時10月9日(金)午後7時
☑会市役所第2別館第3委員会室
☑定10人(抽選)
※傍聴希望者は当日午後6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
☑相模原駅周辺まちづくり課

都市計画案の縦覧と意見書の提出

生産緑地地区の変更
☑時10月15日(木)まで
☑午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜日、祝日等を除く
※意見書の提出方法など、詳しくはお問い合わせください。
☑☑都市計画課

社会保険労務士会無料相談会

年金、健康保険、雇用保険、労災、労働問題などについて
☑時10月21日(水)午前10時～午後4時
☑会市役所本館1階ロビー
☑市内在住の人か、事業者
※希望者は直接会場へ
☑県社会保険労務士会相模原支部(☎042-707-1717)

JICAボランティア体験談&説明会

開発途上で活動するJICAボランティアの制度や内容について
☑時10月28日(水)午後7時～9時
☑会相模女子大学グリーンホール(市文化会館)
※希望者は直接会場へ
☑JICA青年海外協力隊事務局(☎03-5226-9813)

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
☑時10月6日・13日、11月10日・17日の火曜日 午後2時～4時
☑会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

☑時10月18日(日)、11月29日(日) 午前10時～正午(雨天決行)
☑会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

自宅の無料耐震相談会

☑時10月17日(土)午前9時～正午
☑会上溝公民館
※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。
☑建築指導課

簡易裁判所・家庭裁判所の調停委員による無料調停相談会

金銭問題、交通事故、土地・建物のめめ事、離婚、遺産相続などについて
☑時10月18日(日)午前10時～午後3時
☑会ソレイユさがみ ※希望者は直接会場へ
☑横浜地方裁判所相模原支部(☎042-755-4681)

相模原珠算競技大会

個人総合(乗算・除算・見取暗算・見取算)、種目別(読上暗算・読上算)
☑時11月23日(祝)
☑会産業会館 費1,800円
☑申10月19日～23日に、直接、相模原商工会議所(☎042-753-8134)へ

外国人無料なんでも相談会

☑時10月25日(日)午後1時～4時
☑会さがみはら国際交流ラウンジ
☑市内在住の外国人
☑申直接か電話で同ラウンジ(☎042-750-4150)へ
※当日参加も可

宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

12月まで平日に空きあり
☑申随時受け付け
☑平成28年1月分の抽選申し込み 10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、10月21日から、電話で①(☎0120-988-547)、②(☎0267-55-6776)へ
☑1月の休館日 ①18日(月)・19日(火)②13日(水)・27日(水)
※②日～金曜日(1月1日(祝)～3日(日)を除く)は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

マンション管理 無料相談会

☑時10月10日(土)午後1時～5時
☑会市民会館第3小会議室
☑市内マンション管理組合役員と居住者
☑定5組(申込順)
☑申10月9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

日商簿記検定

☑時11月15日(日)
☑会桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス(中央区淵野辺)、相模女子大学(南区文京)
☑費1級7,710円、2級4,630円、3級2,570円
☑申10月13日～16日に直接か、10月14日までにインターネットで、相模原商工会議所(☎042-753-8134)へ

募集

『子育てガイド』協賛広告

平成28年度版(4月発行予定)掲載分
☑申28年1月29日までに、市印刷広告協同組合にある申込書(同組合ホームページにも掲載)を、直接かファクス、Eメールで同組合(☎042-712-5533 FAX 042-776-5656 E-mail kosodate@soin.or.jp)へ
※掲載基準など、詳しくはお問い合わせください。

10・11月 施設の催し・講座

※会場・問い合わせは原則各施設です

さがみはら北の丘センター ☎042-773-5570

寄せ植え教室

☑時10月30日(金)午後1時30分～3時
☑費2,000円

写経教室〈全5回〉

「般若心経」の書写
☑時10月30日～11月27日の毎週金曜日 午前10時～正午
☑費4,000円

☑対18歳以上(高校生を除く)

☑定各20人(申込順)

☑申直接か電話で同センターへ

北の丘フェスタ〈秋〉

同センターのロビーをステージに、合唱、鼓笛隊、3B体操、バンド演奏を実施
☑時10月18日(日) 午前9時30分～午後4時
※希望者は直接会場へ

新磯ふれあいセンター ☎046-255-1311

ふれあい美術展

陶芸、水彩画、書道、つるし雛の作品展示
☑時10月10日(土)・11日(日) 午前9時～午後5時

ソフトエアロビクス&リンパストレッチ〈全8回〉

☑時10月16日～12月4日の毎週金曜日 午前10時～11時30分
☑対50歳以上＝30人(申込順)
☑費2,500円(保険料含む)

☑申直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「ソフトエアロビクス&リンパストレッチ」と書いて、同センター(FAX 046-255-1361)へ

サン・エールさがみはら ☎042-775-5665

①水彩画教室〈全2回〉

☑時11月6日(金)・13日(金)午後6時～8時
☑費2,500円

②木彫りアート教室～オリジナルオブジェを作ろう～〈全2回〉

☑時11月10日(火)・17日(火)午後6時～8時
☑費2,000円

③ボディコンバット教室〈全3回〉

☑時11月10日(火)・17日(火)・24日(火) 午後7時～8時
☑費1,500円

④ファイナンシャルプランナー 3級講座〈全10回〉

☑時11月12日～平成28年1月21日の毎週木曜日(12月31日を除く) 午後6時30分～9時
☑費1万3,000円(テキスト代含む)

☑対市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)

☑定①②各10人③30人④20人(抽選)

☑申10月①～③15日④20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、教室・講座名を書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX 042-775-5515 E-mail sun-yell@ajsaimetsu.or.jp)へ

☑☑市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)

☑定①②各10人③30人④20人(抽選)

☑申10月①～③15日④20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、教室・講座名を書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX 042-775-5515 E-mail sun-yell@ajsaimetsu.or.jp)へ

土曜コンサート

「ポップス～ビートルズ・トリビュート～」

☑時10月17日(土)午後5時30分～7時
☑定220人(先着順)

※希望者は直接会場へ

ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

シェアードオフィス 一日見学会

☑時10月11日(日) 午前10時、午後2時・7時

オーサーズカフェ

三味線って!まさかそんな楽器だったとは

☑時10月17日(土)午後2時～3時

KATAZOMEについて

型染めの変遷を紹介する女子美術大学染織コレクション展の概要

☑時10月31日(土)午後2時～3時

☑☑市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)

☑定①②各10人③30人④20人(抽選)

☑申10月①～③15日④20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、教室・講座名を書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX 042-775-5515 E-mail sun-yell@ajsaimetsu.or.jp)へ

さがみはら国際交流ラウンジ ☎FAX 042-750-4150

外国語入門講座(英語)〈全4回〉

☑時10月24日、11月7日・14日・21日の土曜日 午後4時30分～6時

☑対英語に興味があり、ボランティア活動に関心のある外国人

☑定20人(申込順)

☑申10月23日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「外国語入門講座」と書いて、同所へ

津久井百景フォトコンテスト作品

応募期限 10月28日(必着)
対象 津久井地区で2年以内に撮影された、未発表のもの(1人2点まで)
規格 四つ切りかA4のプリント
 ※額入り、パネル貼り不可
部門 一般、小・中学生
 ※応募方法など詳しくは、津久井観光協会ホームページをご覧ください。
問い合わせ先 同協会(☎042-784-6473)

さがみはら観光写真コンテスト作品

テーマ 「発見!相模原の魅力!」
対象 平成26年12月1日以降に撮影した市内の行事や祭り、自然景観、都市景観、文化財など、市を内外に紹介するものとしてふさわしい作品
 ※作品のサイズなど、詳しくは募集要項をご覧ください。
募集要項と応募票の配布場所 市観光協会、各公民館・地域センターなど
 ※同協会ホームページにも掲載
申込 12月11日(消印有効)までに、裏側に応募票を貼付した作品を直接か郵送で市観光協会(〒252-0143 緑区橋本6-4-15 Flos橋本内 ☎042-771-3767)へ

イベント

子どもの虐待防止推進 全国フォーラム in all かながわ

日時 11月8日(日) 午前10時～午後4時45分
会場 はまぎんホール(横浜市西区みなとみらい)、横浜市社会福祉センター(横浜市中区桜木町)
 ※内容など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
定員 500人(申込順)
申込 10月2日～28日(必着)に、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(青根・沢井を除く)にある申込書を郵送かファクスで、同事務局(子ども青少年課内 〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-759-4395 ☎042-769-9811)へ
 ※市ホームページの「電子申請」からも申し込みめます。

みんなの消費生活展

市内の消費者団体や企業・学校による展示、クイズラリー、コンサートなど
日時 10月16日(金)・17日(土) 午前10時～午後4時
会場 ミウヰ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本)
問い合わせ先 同生活安全課

児童作品展

子どもたちがこどもセンターや児童館で作った作品の展示
日時 10月16日(金)～18日(日) 午前10時～午後6時
会場 アリオ橋本アクアガーデン(緑区大山町)
問い合わせ先 同こども施設課

さがみはら国際交流フェスティバル

世界の料理コーナー、歌や踊り、フリーマーケット、外国人との交流など
日時 10月11日(日) 午前10時～午後4時
会場 さがみはら国際交流ラウンジ、大野北公民館など ※希望者は直接会場へ
問い合わせ先 同ラウンジ(☎042-750-4150)

障がいのある人のための「新成人を祝う会」

日時 平成28年1月17日(日) 午後1時～4時
会場 あじさい会館
対象 市内在住か在勤の障がいのある新成人とその家族など=200人(申込順)
申込 10月31日(必着)までに、電話か、はがき、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、新成人を応援する会(市手をつなぐ育成会事務局内 〒252-0243 中央区上溝1887-1 ☎042-759-4310)へ

中途失聴・難聴者のためのコミュニケーション交流会

日時 10月31日(土) 午後1時～3時
会場 あじさい会館
対象 市内在住の18歳以上で、①中途失聴・難聴者②①の家族・友人=30人(申込順)
申込 10月15日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号、①は障害の程度、②は①との関係を書いて、市難聴者協会・土の会の佐藤さん(☎042-769-5987)へ
 ※要約筆記あり

♪♪♪街かどコンサート♪♪♪

鍵盤ハーモニカ。出演は高橋宏樹さん
日時 10月18日(日) 午後4時～4時30分
会場 ミウヰ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本) ※希望者は直接会場へ
問い合わせ先 同杜のホールはしもと(☎042-775-3811)

南障害者地域活動支援センター FESTAみなみ風

チェロ、ケーナ等の演奏や阿波踊り、利用者によるパフォーマンス、カフェ、福祉事業所の自主製品販売など
日時 10月25日(日) 午前11時～午後4時
会場 同センター(☎042-701-3932)

さがみはら菓子まつり

菓子職人が精魂込めて作った工芸菓子の展示や、お菓子がもらえるじゃんけん大会、オーナメント作り体験など
日時 10月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後6時
会場 bono相模大野ショッピングセンター2階
問い合わせ先 同市観光協会(☎042-771-3767)

講演・講座

中国を知る講座

～中国人留学生に聞いてみよう! 中国ってどんな国?～

日時 10月24日(土) 午後2時～4時
会場 桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス(中央区淵野辺)
定員 40人(申込順)
申込 10月19日までに、電話で市日中交流協会事務局(シティセールス・親善交流課内 ☎042-707-7045)へ

研究機関等公開講座 「国民生活センター」コース

消費生活相談に関する講義と、国民生活センターの見学
日時 11月10日(火) 午後1時～4時30分
会場 国民生活センター相模原事務所(中央区弥栄)
対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=30人(申込順)
申込 10月14日までに、直接か電話で総合学習センター(☎042-756-3443)へ

強い会社のちょっとした経営戦略 働く人の健康づくり地域・職域連携推進 連絡会 特別講演

企業の事例から学ぶ好業績を持続させるヒントなど
 ※相模原労働災害防止団体連絡協議会経営首脳セミナーと同時開催
日時 11月13日(金) 午後2時～3時20分
会場 サン・エールさがみはら
講師 坂本光司さん(法政大学大学院教授)
対象 市内在住か在勤・在学の人
定員 100人(申込順)
申込 11月8日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

春の妖精エビネを咲かせましょう

ラン植物の専門家から学ぶ、エビネの植え替えや育て方など
日時 11月6日(金) 午後1時30分～2時30分、午後3時30分～4時30分
会場 環境情報センター
対象 18歳以上(高校生を除く)
定員 各25人(申込順)
費用 各2,500円(苗代含む)
申込 11月5日までに、直接か電話で市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ

日赤幼児安全法講習会(全2回)

幼児の事故予防、応急手当てなど
日時 11月1日(日)・3日(祝) 午前9時～午後5時
会場 相模原赤十字病院(緑区中野)
対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上
定員 25人(申込順) ☎1,800円
申込 10月23日までに、電話で同病院(☎042-784-2429)へ
 ※最終日の検定合格者は幼児安全法支援員認定証が交付されます。

相模女子大学社会福祉シンポジウム 福祉をひらく 地域をつなぐ～暮らしの中のウェルビーイングを求めて～

「現場、地域、大学との対話」をテーマに、認知症を取り巻く現状などについて
日時 10月24日(土) 午後1時～4時
会場 相模女子大学マーガレットホール(南区文京)
対象 市内在住・在勤・在学の人か、社会福祉に関心のある学生=100人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
問い合わせ先 同大学の浮ヶ谷さん(☎042-749-2311)

「県央相模川サミット」六市町村合同 クリーンキャンペーン 相模川クリーン作戦

日時 10月25日(日) 午前9時～10時(小雨決行)
 ※当日は軍手・ごみ袋を持って直接会場へ(相模川を愛する会の緑の旗が目印)
 ※荒天時のお問い合わせは、当日午前7時30分以降に市役所守衛室(☎042-754-1111)へ
問い合わせ先 同相模川を愛する会事務局(水みどり環境課内) ☎042-769-8242

| 地区 | 会場 |
|----|--------------------------------|
| 城山 | 葉山島青少年広場前、小倉橋周辺 |
| 大沢 | 相模川自然の村周辺(上大島キャンプ場付近含む)、神沢河原周辺 |
| 田名 | 高田橋周辺 |
| 麻溝 | 昭和橋周辺 |
| 新磯 | 三段の滝下周辺、磯部頭首工周辺、新戸スポーツ広場周辺 |

さがみはら動物愛護キャンペーン2015

「ペットと楽しく!!」写真コンテスト2015作品展示・人気投票、市獣医師会によるペットの健康相談、動物愛護に関するパネル展示や講演会などを行います。
日時 10月24日(土) 午前11時～午後3時
会場 アリオ橋本1階アクアガーデン(緑区大山町)
特別講演
「今日からできる犬のしつけ～無駄ぼえの予防と対策～」 同正午～午後1時
「地域猫セミナー～3者協働で進める地域猫活動～」 同午後2時～3時
 ※希望者は直接会場へ。ペット同伴不可
問い合わせ先 同生活衛生課 ☎042-769-8347

読者のひろば

(敬称略)
催し 費用の記載がない場合は無料です。
 ●**フラワーセラピー養成講座体験教室** 10月21日(水) 午後2時～4時、ユニコムプラザさがみはら。定員30人(申込順)。費用1,500円 ☎電話でフラワーセラピー研究会(☎03-3409-3756)へ
 ●**発達障害のある子のこころを育てる「はーといっぱいコミュニティ」** 10月30日(金) 午前10時～正午、市民会館第1大会議室。定員100人(申込順)。費用500円 ☎ファクスかEメールに住所、氏名、電話番号、参加人数を書いて、安田(FAX)042-758-9627 ☎smile06302002@gmail.com)へ ☎西澤(☎080-5413-5869)
 ●**ダンスフェスティバル** 11月8日(日) 午後3時～5時、法政大学多摩キャンパス(町田市相原町)。詳しくは同大学ホームページをご覧ください。 ☎同大学総務課(☎042-783-2081)
 ●**相模原老鳩柿展示会** 盆栽の展示・販売、育て方の講習会・相談会 11月5日(木)～8日(日) 午前9時30分～午後4時、サカタのタネグリーンハウス(県立相模原公園内) ☎清藤(☎090-7249-7944)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。
 ●**なぎなた** 毎週火曜日午後1時30分、北総合体育館。初心者歓迎 ☎池田(☎042-784-3677)
 ●**スポーツ吹き矢** 月3回日曜日午後=県立神奈川総合産業高校、月3回水曜日午後=文京集会所(南区文京2-15-5) ☎丸岡(☎042-744-4211)
 ●**ハンドベル** 毎月第2・第3火曜日、月1・2回土・日曜日午前10時、相武台公民館。初心者歓迎、見学・体験可 ☎瀬戸(☎080-5404-7719)
 ●**陶芸** 毎月第2・第4水曜日午前9時～正午、さがみはら北の丘センター ☎中村(☎090-8300-1208)

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」からも申し込みめます。
 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。

15周年記念

記録!表現!記憶! 市総合写真祭 フォトシティさがみはら2015

今年で15回目を迎える写真の祭典。今年創設したアマチュアの部「ジュニア賞」受賞作品など、プロやアマチュアの写真154点を展示するほか、シンポジウムやギャラリートークなども開催します。この機会に、写真の持つ記録性、芸術性などの素晴らしさを体感してください。

問文化振興課 ☎042-769-8202

受賞作写真展

☒相模原市民ギャラリー ※希望者は直接会場へ

時10月16日(金)～11月3日(祝) 午前10時～午後7時(水曜日休館)

写真講評会・ギャラリートーク

視覚に障害がある人のために、展示作品の音声ガイドを行います。希望者は、お問い合わせください。

時10月18日(日)

アマチュアの部写真講評会 午後1時～3時 プロの部ギャラリートーク 午後3時～5時

15周年記念特別シンポジウム

※希望者は直接会場へ

パネルディスカッション

「アジア写真新世紀ー台湾、日本、東アジアへ、戦後70年の視座からー」

時10月17日(土) 午後2時30分～4時30分

会社のホールはしもと多目的室 ☒200人(先着順)

コーディネーター 伊藤俊治さん(美術史家)

パネリスト 張 照堂さん(さがみはら写真アジア賞受賞者)
江成常夫さん(写真家、九州産業大学名誉教授)
邱 奕堅さん(写真史家)



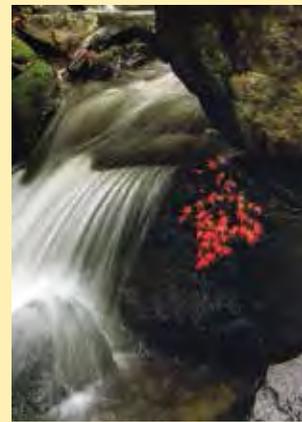
私のこの1枚写真展

| 日にち | 会場 |
|---------------------|-----------------------|
| 平成28年1月8日(金)～21日(木) | ユニコムプラザさがみはら |
| 28年1月22日(金)～2月4日(木) | ミウヰ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本) |

申12月18日までに、展示ボード(500円)に写真(1人1作品)を貼って受付場所へ
※展示ボードの配布・受付場所など詳しくは、各公民館などにある募集案内をご覧ください。



▲プロの部 さがみはら写真賞『意識の流れ』より『水鏡 14.WM-72』2014 ©Risaku Suzuki / Courtesy of Gallery Koyanagi



▲アマチュアの部 市民奨励賞『谷川の秋』



▲アマチュアの部 金賞『自由奔放』



▲アマチュアの部 ジュニア賞『夏の色』

写真賞各部門受賞者一覧(敬称略)

| 区分 | 賞 | 作品名 | 氏名 | 国・都道府県等 |
|-----------|------------------|-----------|-------|---------|
| プロの部 | さがみはら写真賞 | 意識の流れ | 鈴木理策 | 東京都 |
| | さがみはら写真アジア賞 | 歲月 | 張 照堂 | 台湾 |
| | さがみはら写真 新人奨励賞 | torii | 下道基行 | 愛知県 |
| アマチュアの部 | 金賞 | 自由奔放 | 東山昌弘 | 滋賀県 |
| | 銀賞 | 風雪超えて・・・ | 富所 上 | 新潟県 |
| | | 大好き!ドッグラン | 中島慶治 | 高知県 |
| | 銅賞 | 黙黙 | 小高紘佑 | 神奈川県 |
| | | 駆けぬける | 畠堀ひと美 | 神奈川県 |
| | 市民奨励賞 | 谷川の秋 | 久保田武彦 | 相模原市中央区 |
| | ジュニア賞 | 夏の色 | 越智優心 | 相模原市緑区 |
| | | 居残り練習 | 三浦菜々恵 | 和歌山県 |
| パトロールだワン! | | 師井和奏 | 山口県 | |



秋のイベントを楽しもう!



相模湖ふれあい広場2015

バンド演奏やダンスなどのステージイベント、フリーマーケット、積み木体験など

時10月18日(日) 午前9時30分～午後3時30分(雨天中止)

会相模湖林間公園

問相模湖ふれあい広場実行委員会事務局(相模湖商工会内) ☎042-684-3347



津久井やまびこ祭り

ステージイベントや各種模擬店、フリーマーケット、防災フェアなど

時10月25日(日)〈荒天中止〉 午前10時～午後3時

会中野中学校校庭とその周辺

前夜祭 ステージイベントなど

時10月24日(土) 午後5時～9時

会中野中学校校庭

問津久井やまびこ祭り実行委員会事務局(津久井商工会内) ☎042-784-1744



藤野ふる里まつり

ステージでの演奏や舞踊、模擬店、特産品の販売、体験イベントなど

時10月25日(日) 午前10時～午後3時 〈雨天決行〉

会名倉グラウンド

問藤野ふる里まつり実行委員会事務局(藤野商工会内) ☎042-687-2138



甲州街道小原宿本陣祭

恒例の大名行列や、大名茶会、川越藩砲隊演武、歴史講座など

時11月3日(祝) 午前10時～午後4時 〈雨天時、大名行列は中止〉

会小原宿本陣周辺、小原の郷 問市コールセンター ☎042-770-7777



11月は児童虐待防止推進月間

映画 「うまれる ずっと、いっしょ。」 上映会

時11月29日(日) 午前10時～午後0時30分=ママさんタイム上映※、午後2時～4時30分=一般上映
※赤ちゃんや小さな子ども連れでも参加しやすいよう、会場を真っ暗にしないなどの対策をして上映します。

会サン・エールさがみはら 対市内在住か在勤・在学の人=各200人(抽選)

申11月8日(消印有効)までに、往復はがき(1枚5人まで)に代表者の住所、全員の氏名(代表者に○)・年齢、希望時間(第2希望まで記載可)を書いて、こども青少年課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9811)へ



ウェルネス通信



10/1

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 |
|-----------|------------|----|----|
| 11月 9日(月) | 午後1時～2時15分 | ⑦ | ⑮ |
| 16日(月) | 午後2時45分～4時 | ⑨ | |
| 20日(金) | 午後1時～2時15分 | ⑩ | |

※平成27年5月～6月生まれの初めての子の保護者とその家族
定員各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
時10月7日(水)午前10時～11時30分
会⑦
※乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
申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

時午前10時～11時15分
※乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ
間⑦⑧⑨

| 日にち | 会場ほか |
|-----------|---------------|
| 10月20日(火) | 二本松⑩、陽光台⑩、田名⑩ |
| 21日(水) | 横山⑩、相武台⑩ |
| 22日(木) | 城山⑩、麻溝⑩ |
| 27日(火) | 富士見⑩、鶴園中和田⑩ |
| 28日(水) | 並木⑩ |

⑩こどもセンター
⑪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

骨密度測定de骨元気アップセミナー

骨粗しょう症予防の話、骨密度測定、お口の元気チェックコーナーを開催します。
時10月21日(水)午前9時45分・10時15分・10時45分★、午後1時30分
★は子ども連れの人を対象(保育はありません)
会⑨
※20歳～70歳(昭和20年4月2日～平成8年4月1日生まれ) = 各25人(申込順)
費各700円 申10月20日までに⑮

生活習慣病予防運動教室

いつまでもきれいでいたいあなたのための運動でアンチエイジング(全6回)
時11月19日(木)・26日(木)、12月18日(金)、平成28年1月8日(金)、2月5日(金)、3月3日(木)午前10時～正午
会⑩ 申10月28日までに⑦

ホップステップ筋力アップで疲れなからだづくり(全6回)

時12月12日・19日、平成28年1月9日・30日、2月27日、3月26日の土曜日
午後2時～4時
会⑦ 申11月19日までに⑧

※市内在住か在勤の20歳～59歳(昭和31年4月2日～平成8年4月1日生まれ)で、運動習慣がなく運動に支障がない人=各15人(抽選)

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11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あるなど)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 |
| ⑩ 緑区合同庁舎 | 緑区西橋本5-3-21 |
| ⑪ シティ・プラザはしもと | 緑区橋本6-2-1 |
| ⑫ 南保健福祉センター | 南区相模大野6-22-1 |
| ⑬ 城山保健福祉センター | 緑区久保沢2-26-1 |
| ⑭ 津久井保健センター | 緑区中野613-2 |
| ⑮ 相模湖総合事務所 | 緑区与瀬896 |
| ⑯ 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 |

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) | ⑩ | ⑮ | 健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※⑩⑪⑫⑬は来庁相談のみ 間⑦⑧⑨ |
| | 月・木曜日 | | | | |
| | 火曜日 | | | | |
| | 水曜日 | | | | |
| | 金曜日 | | | | |
| 精神 保健相談 (精神科医) | 10月13日(火) | 午後1時～2時 | ⑩ | ⑮ | 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 定員各2・3人(申込順。調整あり) ⑩⑪=南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ⑫=中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ⑬=津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 |
| | 23日(金) | | | | |
| | 10月14日(水) | | | | |
| | 27日(火) | | | | |
| | 10月19日(月) | | | | |
| HIV(エイズ)等の 検査・相談 | 火曜日 | 午前9時～11時 | ⑦ | ④ | 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) 定員各12人(申込順) |
| | 10月24日(土) | 午後2時～4時 | ⑪ | | |
| ひきこもり 家族教室 | 10月21日(水) | 午後2時～4時 | ⑦ | ⑭ | 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 定員10組(申込順) |
| 思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医) | 10月15日(木) | 午後2時～4時 | | ⑭ | ※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歳ぐらいまでのひきこもりの状態にある人とその家族 定員2組(申込順。調整あり) |
| みんなの アルコール 相談 | 10月20日(火) | 午前10時～正午 | | ⑭ | 専門医などが、お酒の量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談に応じます。 ※アルコールに関する問題を持つ人とその家族 定員2組(申込順。調整あり) |
| アルコール・ 薬物家族教室 | 10月28日(水) | 午後2時～4時 | ⑦ | ⑭ | 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 定員10組(申込順) |
| くすりの相談 | 10月15日(木) | 午後1時30分～3時 | ⑦ | | ※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 間市薬剤師会 ☎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 |
|-----------|---------------|----|--------------------------|----|
| 11月 5日(木) | 午前10時～正午 | ⑩ | 中性脂肪・コレステロール値が気になりはじめた人へ | ⑦ |
| 9日(月) | 午後1時30分～3時30分 | ⑨ | 血圧が気になりはじめた人へ | ⑨ |
| 13日(金) | 午前10時～正午 | ⑦ | 血糖値が気になりはじめた人へ | ⑧ |

※市内在住か在勤の人=各50人(申込順)

高齢者筋力向上トレーニング 南区C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12月7日～平成28年3月10日の毎週月・木曜日(12月28日・31日、1月11日、2月11日を除く)午前10時～正午
会スポーツクラブルネサンス相模大野(南区相模大野)
対足腰の衰えを感じている市内在住の65歳以上(介護保険の認定を受けている人を除く)=10人(選考)
費2,000円
申10月5日までに、電話で高齢者支援課(☎042-769-9249)へ

元気高齢者向け 筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

専属トレーナーが各種の体操や機器を用いた筋力トレーニングなどを指導します。
時11月5日～12月15日の毎週火・木曜日 午後3時30分～4時30分
会ほのぼのサービスセンター(緑区中野)
対運動に支障がない市内在住の65歳以上=10人(抽選)
費6,000円
申10月20日までに、電話で同センター(☎042-780-7977)へ

～あなたを待っている人がいる～ 骨髄バンク休日ドナー登録会

移植を待つ患者さんを救うために、一人でも多くの人の登録が必要です。登録時には説明や問診、採血など簡単な手続きがあります。
時10月10日(土)午前11時30分～午後4時30分
会アリオ橋本(緑区大山町) ※献血と同じ会場で実施します。

ドナー登録できる人

- 骨髄提供の内容を十分に理解している
- 健康な18歳～54歳
- 体重が男性45kg以上、女性40kg以上

☎042-769-8343

口腔がん検診

口腔粘膜の状態を検診します。
時11月8日(日)午前9時30分～午後0時30分
会相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)
対市内在住の40歳以上=65人(抽選) **費**500円
申10月15日(必着)までに、はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、性別、電話番号、「口腔がん検診」と書いて、健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8345)へ
 ※虫歯、歯周病の検診は行いません。

教室・講座・講演会

子育て広場たんとう離乳食セミナー

管理栄養士による離乳食中期～完了期の話と試食(保護者のみ)
時10月17日(土)午前11時30分～午後1時、午後2時～3時30分
会伊勢丹相模原店(南区相模大野)
対乳幼児とその保護者=各15組(申込順)
 ※電話、メールの着信時間順に受け付け
申電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、携帯電話番号、子どもと保護者の各参加人数、希望時間を書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 ☒tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

臨床栄養セミナー

摂食・嚥下障害の栄養ケアについて
 看護師と管理栄養士による、高齢者への適切な栄養摂取の方法や食事介助などについての講演
時10月22日(休) 午後6時30分～8時30分
会ユニコムプラザさがみはら
対医療・福祉関係者、栄養管理関係者 **定**100人(申込順)
申10月21日までに、ファクスかEメールに氏名(ふりがな)、勤務先、職種、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「臨床栄養10」と書いて、相模女子大学栄養科学部「人と食をつなぐ未来」プロジェクト(同大学教育研究推進課内 ☎042-743-4717 ☒hitoshoku@mail2.sagami-wu.ac.jp ☎042-747-9563)へ

看護職復職支援事業 技術研修会

注射や採血など、復職に向けて必要な最新の看護知識について
時10月25日(日) 午前10時30分～午後3時
会相模原看護専門学校(南区新磯野)
対保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの免許がある人 **定**20人(申込順)
申10月16日までに、電話で市病院協会事務局(☎042-755-0531)へ
 ※託児・駐車場有、昼食付き

看護師再就労セミナー

再就労に向けた最新の看護知識や、医療・福祉現場の紹介、個別相談など
時10月26日(月)午後1時～4時
会ユニコムプラザさがみはら **定**50人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
会かながわ福祉人材センター(☎045-312-4816)
 ※託児希望者は要相談

緑のおうち 子育て講座

子どもの特徴や成長に合わせた遊びについて
時10月27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1歳～3歳の乳幼児とその保護者 **定**6組(申込順)
申月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時に電話で同所(☎042-703-5136)へ

家族介護教室・ほっとサロン会

訪問医が答える認知症の介護
 講義と質疑応答、情報交換会
時10月30日(金)午前10時～正午
会南区地域福祉交流ラウンジ
対介護をしているか、したことがある人 **定**30人(申込順)
費100円(茶菓子代)
申10月20日までに、電話で大野南高齢者支援センター(☎042-767-3701)か、上鶴間高齢者支援センター(☎042-767-2731)へ

さがみ糖尿病週間行事

がんや糖尿病の運動と食事療法、血圧・血糖からみた糖尿病性腎症についての講演と、ヘモグロビンA1c測定(☎50人(先着順))や糖尿病に関する相談など
時11月1日(日)午後1時～4時
会ユニコムプラザさがみはら **定**100人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
会北里大学病院内科専門外来(☎042-778-8111)

ちよきちよきぺたぺた季節遊び ～はさみとのりを使って遊ぼう～

折り紙などでモミジの葉を作り、模造紙にみんなで貼り付けて遊ぶ

| 日にち | 時間 | 会場 |
|----------|-------|--------|
| 11月5日(休) | 午前10時 | 大野南公民館 |
| 12日(休) | ～正午 | 橋本公民館 |

対おおむね2歳～4歳の子どもの保護者=各20組(申込順)
申開催日前日までに、直接か電話で健康企画課(☎042-769-8345)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11月6日～27日の毎週金曜日 午後2時～4時
会南保健福祉センター
対統合失調症の発症から10年以内の人の家族=15人(申込順)
申10月31日までに、電話で南障害福祉相談課(☎042-701-7715)へ

難病講演会 原発性胆汁性肝硬変 最新の治療と日常生活

専門医などの講演、相談、助言のほか、最新の治療や生活上の注意点に関する情報提供など
時11月11日(水)午後2時～4時
会南保健福祉センター
講中澤真秀さん(北里大学病院消化器内科医師)
対患者とその家族など=100人(申込順)
申11月10日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)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・血管年齢などの測定やライフコグ(身体活動測定機)を身に付けて運動量をチェック
時11月14日(土)・21日(土) 午前10時～正午
会ウェルネスさがみはら **定**30人(申込順)
申11月6日までに、直接か電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ

愛の献血

| 日にち | 時間 | 会場 |
|----------|------------------------|---------------------|
| 10月2日(金) | 午前10時～正午 午後2時～4時 | 市役所前 |
| 16日(金) | 午前9時30分～正午 | 相模原北警察署前 |
| 10月3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 |
| 10日(土) | 午前11時30分～午後4時30分 | アリオ橋本 |
| 11日(日) | | |
| 12日(日) | | |

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。
☎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)。

