

さがみはら

広報

NO.1337
毎月1日・15日発行
2016 2/15
平成28年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 3月7日(月)から市役所第2駐車場の入庫ゲートが変わります 2
- 平成28年度から国民健康保険税の税率を改正します 3
- 8
- 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

手洗い、うがいをして、インフルエンザ予防をしようミン♪
さがみはらシティセールス「さがみん」のページ

TOPICS

がん検診受診率向上へキックオフ!



市ホームタウンチームのノジマステラ神奈川相模原と和泉短期大学が、がん検診受診促進パートナーとして新たに加わり、市と共にごん検診受診率アップに向けて取り組んでいくことになりました。

1月28日に行われた登録証交付式では、特に20代の子宮頸がん検診の受診率が低いことから、ノジマステラ神奈川相模原は「ホームゲームで来場者への子宮頸がん検診の啓発」を、和泉短期大学は「学生への子宮頸がんの講義」を実施していくと、熱く語ってくれました。

健康企画課 ☎042-769-9220



中学生職場体験

「働く」って楽しい? 大変?



市立中学校では、将来、社会の中で自分の役割を果たしながら、自分らしく生きていく力を身に付けるため、地域の人たちの協力を得て、2年生を中心に1～4日間の職場体験を行っています。

職場体験のねらい

- ◎「働くこと」「生きていくこと」の尊さを実感し、自己を見つめ、自分の生き方について考えるきっかけとする
- ◎今、中学校で学んでいることが、将来の自分に意味のあることだと気づき、学習や学校生活に意欲的に取り組むようになる
- ◎社会的なルールやマナーを学び、異世代間も含めたコミュニケーション能力の向上を図る
- ◎地域や事業所に対する理解を深め、地元への愛着や誇りを持つようになる



どんな体験をするの?

自動車整備工場

タイヤ・オイル交換、洗車など



体力面でも大変でしたが、お客さまへの言葉遣いにとっても神経を使いました。今まであまり苦労をしたことがなかったので、仕事をやり終えた達成感が大きかったです。

左官業

鏝を使った壁の下塗り、漆喰の仕上げ、壁の仕上げ塗りなど



壁塗りは簡単そうに思えたけれど、実際はとても難しかったです。できるようになるまで修業して、初めて職人として仕事を任せられることが分かりました。

ホテル

客室の清掃(ゴミ捨て、ベッドメイキング等)、食堂の清掃など



社会に出るには体力と気力が必要だと感じました。仕事をするの大変さと大切さを学びました。いつも働いている親に感謝しようと思いました。

文具店

レジのお金合わせ、店内の掃除、検品、伝票整理、商品の陳列、売り場づくり、商品の仕分け、在庫品の確認、発注など



大人になって仕事をするのはつらく大変なことだと思っていましたが、お店の人と接する中で、一緒に頑張る仲間がいれば楽しく働くことができると思えるようになり、不安がなくなりました。



事業所の皆さんの声

我々の業界では職人が年々減少しています。若い人たちにこの仕事について知ってもらいたいと思い、中学生を受け入れています。(左官業)

中学生に教えることを通して、従業員も自分自身の業務について考えるようになり、私も普段気付かない従業員の新たな一面を発見することができました。お客さまにも好評で、皆さん「今の中学生はうらやましい。私たちの時にもこういうシステムがあったらよかったのに」と話していました。(理容店)

早い段階で社会とのつながりを持つことが大切だと思うので、実際の仕事に触れるのはとてもよいチャンスだと思います。仕事の楽しさも知ることができ、経済の勉強にもなると思います。(文具店)



体験前に事前学習も

各中学校では、1年生から事前学習に取り組み、当日の体験に備えます。実際に社会で働いている地域の人や保護者の皆さんなどを講師として招き、「働くこと」について考えるきっかけにしている学校もあります。

- 事前学習の内容 ◎自己の特性を知る ◎自分の将来の夢について考える ◎自分の将来の夢について考える 講師による事前学習の様子
◎どんな職業があるのか調べる ◎社会的なマナーについて学ぶ など



事業所の皆さんへご協力をお願い

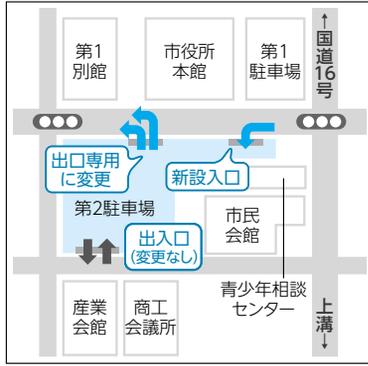
平成28年度も、市立中学校全37校で職場体験を実施する予定です。各中学校から依頼がありましたら、ご協力をよろしく申し上げます。

学校教育課 ☎042-704-8918

3月7日(月)から 市役所第2駐車場の 入出庫ゲートが 変わります

出庫待ち渋滞の解消を目的として、青少年相談センター側に新たに入庫ゲートを設置し、市役所側に設置している入出庫ゲートを出庫専用に変更します。ゲート変更にあたり、3月1日(火)から設置工事を実施します。工事期間中、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

図管財課 ☎042-769-8305



5月4日(祝)・5日(祝)に開催する「相模の大凧まつり」で揚げる大凧の題字は、277点の応募の中から「福風」に決まりました。この題字には、人や友達、家族の幸福が、「大凧」という一つの大きな幸福となって空高く舞い上がり、風に乗せて、日本中・世界中へと幸福を運びたいとの思いが込められています。

なお、佳作には「快風」「暁風」が選ばれました。

図商業観光課 ☎042-769-8236

委員を募集

地域福祉推進協議会

地域福祉計画に基づく施策の実施状況についての調査・審議などを行います。

任期 4月～平成30年3月(会議は年3回程度)

対 市内在住の20歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

定 2人(選考)

申 3月4日(必着)までに、地域福祉課、各行政資料コーナー・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、市立公文書館にある応募用紙(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-759-4395 ✉chiikifukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9222)へ

意見募集 相模原市防犯カメラの設置及び運用に関するガイドライン(案)

防犯カメラを適切かつ効果的に活用するために、防犯カメラの設置・運用における設置者などが配慮すべき事項について、意見を募集します。

資料の閲覧・配布場所 生活安全課、各行政資料コーナー・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 3月15日(必着)までに、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、同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8229 ☎042-757-2941 ✉seikatsuanzen@city.sagamihara.kanagawa.jp)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、同課や市ホームページなどで公表する予定です。

市職員採用 総合セミナー・職種別相談会

本市の紹介や、業務内容、求められる職画像、採用試験の概要などについてのセミナーと、職種別相談会を実施します。

時 3月11日(金) 総合セミナー 午前10時30分～午後0時10分
職種別相談会 午後1時30分～4時30分(入退場自由)

会 市民会館
対 平成28年度職員採用試験の受験希望者 ※手話通訳・要約筆記対応可
定 セミナーのみ800人(先着順)
※希望者は直接会場へ。車での来場はご遠慮ください。
※セミナーへの参加・不参加は、採用試験の可否に一切影響しません。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

図人事委員会事務局 ☎042-769-8320

介護保険料の特別徴収を開始

昨年65歳になった人や本市へ転入した65歳以上の人などで、介護保険料を普通徴収(納付書や口座振替など)で納めている人を対象に、介護保険料の特別徴収(年金から保険料を差し引く方法)を開始します。

図介護保険課 ☎042-769-8321

特別徴収の開始時期

特別徴収の要件に該当した時期(年金の支給裁定が行われた時期、年金受給住所を本市に変更した時期など)により、特別徴収の開始時期が決まります。

要件に該当した時期	平成27年4～9月	10・11月	12月、28年1月	2・3月
特別徴収の開始時期	28年4月	6月	8月	10月

※年金保険者(日本年金機構など)が、特別徴収の要件に該当した人を市町村へ知らせ、その情報を基に、特別徴収開始者を決定しています。

「28年度介護保険料特別徴収開始通知書」を送付

特別徴収が4月か6月に開始される人には、その開始月と保険料額を「特別徴収開始通知書」で事前にお知らせします。お知らせの時期は右表のとおりです。

特別徴収の開始時期	お知らせ時期
28年4月	2月下旬
6月	4月下旬

特別徴収が8月か10月に開始される人へ 6月中旬に送付する「平成28年度介護保険料納入通知書(兼 特別徴収決定通知書)」で、開始月と保険料額をお知らせします。特別徴収が開始されるまでは、保険料は普通徴収で納めてください。

例	8月開始の人→6・7月は普通徴収で納付	※4・5月は、特別な場合を除き普通徴収の納期はありません。
	10月開始の人→6～9月は普通徴収で納付	

特別徴収に該当しない人 ●老齢・退職・障害・遺族年金の受給額が、年額18万円未満●年金保険者(日本年金機構など)に届け出ている住所が本市以外 ●年金を担保に融資を受けている ●基礎年金部分の受給がない など

参考 65歳以上の人の介護保険料の納付方法は大きく分けて2つ

1 特別徴収 年金から保険料を差し引く方法 老齢・退職・障害・遺族年金を年額18万円以上受給している人は、原則、この納め方になります。差し引いた保険料は年金保険者から市に納入されるので、自身で納付する必要はありません。

2 普通徴収 納付書や口座振替などによる納付方法 特別徴収に該当しない人は普通徴収となります。特別徴収に該当する人でも、65歳になったばかりの人、最近本市に転入した人などは、半年～1年程度、普通徴収での納付となります。

※特別徴収が8月か10月に開始される人や、年度途中で特別徴収が中止された人は、2つの納付方法を併用することがあります(併用徴収)。

よくある質問

Q & A

- Q 特別徴収を開始するための手続きはありますか?
A ありません。年金の受給状況などの条件がそろえば、自動的に特別徴収に切り替わります。
- Q 特別徴収開始までにはどのくらいかかりますか?
A 65歳になってからか、本市へ転入してから、半年～1年程度かかります。これは、年金保険者と本市との間で特別徴収の準備が整うまでに一定期間かかるためです。
- Q 特別徴収をやめて、他の納付方法に変更できますか?
A 納付方法が特別徴収になった場合、介護保険法の規定により、変更できません。
- Q 口座振替で納付していますが、自動的に特別徴収に切り替わりますか?
A 自動的に切り替わります。なお、年度の途中で普通徴収による納付が必要になった場合は、登録している口座からの振り替えを併用することがあります(併用徴収)。
- Q 特別徴収が中止されたのは、どうしてですか?
A 所得更正等があり保険料額が減額した、年金を担保に融資を受けた、年金の種別を変更した、などの場合、特別徴収が中止されます。

平成28年度から 国民健康保険税の税率を改正します

問 国民健康保険課 保険税率の改正について ☎042-769-8235
軽減・減免について ☎042-769-8296
納税相談について ☎042-769-8234

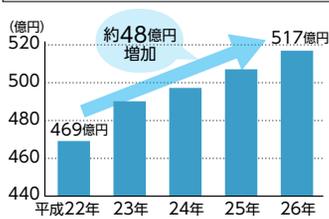
国民健康保険は、病気やけがの際に安心して医療が受けられるように、加入者の皆さんが保険税を出し合い必要な医療費に充てる、相互扶助の制度です。

税率改正の背景

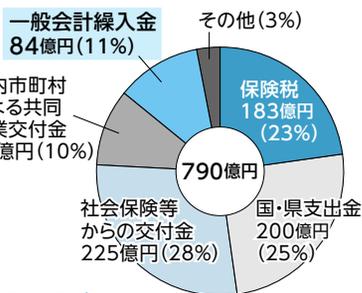
保険給付費などが年々増加

加入者の高齢化や医療技術の高度化などから、26年度の保険給付費(主に本人負担分を除いた医療費)は22年度に比べ約48億円も増加しています。また、国民健康保険などの医療保険者が拠出する後期高齢者医療制度を支えるための支援金や介護保険制度による介護納付金も増え続けています。

保険給付費の推移(決算額)



国民健康保険特別会計歳入に占める繰入金(26年度決算)



保険税の増額が必要で

保険給付費などの財源は、保険税と国・県からの補助金などで賄うことが原則ですが、保険給付費などの増加により、現行の保険税率では賄えていません。そのため、福祉・教育・道路整備などの行政サービスのために使う「一般会計」から多額の繰り入れを受けています。このような状況から、保険税率を改正します。

改正後の税率

※所得割の税率のみを見直し(均等割・平等割は変更なし)

保険税(年税額) ※1	医療分	支援金分 ※2	介護分 ※3
所得割	5.15%→5.33%	1.85%→2%	1.25%→1.52%
均等割(1人当たり)	2万3,000円	1万円	6,900円
平等割(1世帯当たり)	1万9,200円	4,800円	5,400円

具体的な税額は、6月中旬に送付する納税通知書をご覧ください。

- ※1 医療分・支援金分・介護分ごとに課税限度額があります。
- ※2 後期高齢者医療制度を支えるためのもので、加入者全員に賦課します。
- ※3 40歳～64歳の介護保険料で、加入している医療保険の中で賦課します。

保険税の軽減

22年3月末日以降に、倒産や解雇などで離職した人は、申告により、離職した本人の前年給与所得を100分の30として計算し、軽減します。

☑ 22年3月末日以降に倒産や解雇、雇止めなどで離職し、次の全てに該当する人
○国民健康保険加入者で、離職日時点で64歳以下○雇用保険受給資格者証の離職理由コードが、11、12、21、22、23、31、32、33、34のいずれか
※離職日により軽減の適用年度が異なります。

保険税の減免

申請により、減免される場合があります。 ※詳しくはお問い合わせください。

☑ 保険税の支払いが困難な次のいずれかに該当する世帯
○災害により家屋等が3分の1以上損害を受けた★
○会社都合の退職(解雇・会社倒産など)、事業不振、休業、公助の扶助を受けていて、現年見込み所得額が前年の所得の70%以下に減少する
○疾病により、医療費(税控除の対象分)が所得の30%以上となった
○土地・家屋を売却して、その収入の全額を債務の返済に充てた
○刑事施設等に収容され、療養の給付制限を受けた期間がある★
※★を除く世帯は、世帯主(国民健康保険に加入していない世帯主も含む)と国民健康保険の被保険者全員の所得額と、生活保護基準により算出した基準生活費との割合等で適用を判定します。

納期限までに必ず納めましょう

特別な事情がなく滞納が続くと、財産を差し押さえたり、保険証の返還を求めたりするなど、やむを得ず厳しい措置を取ることがあります。

- **納付は便利な口座振替で**
毎回納付する手間が省け、納め忘れの心配がなくなります。一度手続きをすれば翌年度も自動的に更新されます。
手続きに必要なもの 預金通帳、印鑑(通帳の届け出印)、保険証か納税通知書
- **休日納税相談窓口をご利用ください**
平日に保険税の納税相談や納税ができない人のために、窓口を開設します。電話での相談も受け付けます。
☑ 3月6日(日) 午前9時～午後4時
☑ 国民健康保険課(市役所本館1階)
- **直接、金融機関が国民健康保険課、緑・南区役所区民課、各まちづくりセンター(橋本、本庁地域、大野南を除く)・出張所へ**

麻溝台・新磯野第一整備地区土地区画整理事業

早期のまちづくりに向けて着実に前進

事業の進捗状況

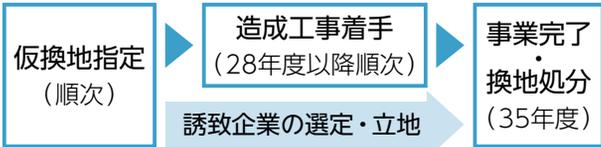
麻溝台・新磯野地区は、圏央道の相模原愛川インターチェンジ(IC)から約3kmに位置し、幹線道路の整備による交通利便性の向上が期待される地区です。同IC開通による産業系土地利用の需要を踏まえ、地区の中央部(第一整備地区)について、先行してまちづくりに取り組んでいます。

これまでに、地権者の皆さんと将来の土地活用について意向調整を進め、1月末には、事業の工事などを行うため、地区の一部について仮換地指定※を行いました。

※土地区画整理前の土地に換えて、新たに使用することができる土地(仮換地)を指定すること



位置と周辺の状況



☑ 麻溝台・新磯野地区整備事務所 ☎042-769-9254

お知らせ

記帳・帳簿書類の保存が必要です

平成26年1月から、個人で事業や不動産貸し付けなどを行う全ての人(所得税申告等が不要な人を含む)に、記帳と帳簿書類の保存が必要となりました。 ※詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☑ 相模原税務署 ☎042-756-8211

お知らせ

建築基準法一部改正 定期報告制度が変わります

6月から、同法12条に基づく定期報告・定期点検制度が変わります。これまでの報告対象用途に加え、診療所や飲食店、遊技場などが対象となる予定です。

☑ 建築審査課 ☎042-769-8254



さがみ風っ子教師塾

☑ 総合学習センター ☎042-756-3647

市立小・中学校教員志望者を対象に、人間性豊かな教師を養成するため、平成21年10月に開塾しました。現在、教育に対する夢や情熱を持った第7期生57人が、本市の教員をめざして学んでいます。

塾長から



さがみ風っ子教師塾長の川泰宣さん(JAXA名誉教授)

さがみ風っ子教師塾は、相模原市・日本・世界の未来を担う子どもたちを育てるために、教師とその卵の皆さんが「志と人間性を磨き育てる」場です。教育に対する夢や情熱を持った人の入塾を、経験豊かな専任講師たちと待っています。

塾生から



第7期生 宇田川翔平さん

講義や体験活動、塾生同士での協議など、教員に必要な力を付ける機会がたくさんあり、自分を高めています。塾で学んだことを、将来の教員生活で積極的に生かしていきたいです。

見学会を開催!

パネルディスカッション 「教育への夢と情熱を語る」

塾生がパネリストになり、的川塾長と教育への夢や情熱を語り合います。第7期生が本市の教員をめざして学んでいる様子を見学しませんか。

☑ 2月27日(土) 午前10時～正午
☑ 総合学習センター
☑ 定50人(申込順)
☑ 2月26日までに、電話か、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、「見学会」と書いて、同センター(jyuku@sagamihara-kng.ed.jp)へ

※詳しくは、同塾ホームページをご覧ください。



会員募集 老人クラブに加入しよう!

老人クラブとは?

国や地方自治体から助成を受けて、高齢者の仲間づくりや生きがい・健康づくりを支援している組織です。市内には現在270を超えるクラブがあり、1万6,000人以上が加入しています。

こんな活動をしています

- ペタンク、ゲートボール、グラウンド・ゴルフなどのスポーツ、芸能大会、作品展、囲碁などの趣味や学習活動
- 在宅で寝たきりの会員への訪問や困り事の手助け、地域の助け合い活動など

老人クラブ連合会会長 安藤正義さん

老人クラブは高齢者がスポーツ・趣味・芸能等、生活を豊かにする活動や、地域の美化活動・会員相互の見守りなどの友愛活動等、地域を豊かにする社会活動を行っています。高齢化が進む中、高齢者同士が地域で楽しく元気に支え合いながら暮らすことが大切だと考えています。ぜひ老人クラブに加入し、一緒に活動しましょう。

クラブに加入できる人

市内在住のおおむね60歳以上(60歳未満でも大歓迎)
 ※加入希望者は、お問い合わせください。

〒042-769-9231 岡市老人クラブ連合会事務局(高齢者支援課内) ☎042-769-9231

会員の声

80代男性 友人の紹介で入会し、手芸、カラオケなど趣味を生かした活動を楽しんでいます。最近では地域の子もたちとの交流も始め、外出する機会も増え、息子に若返ったと喜ばれています。

60代女性 「老いもまんざら悪いものではない」。私にとって安心できる居場所が老人クラブです。仲間同士で悩みを語れば、解決へとつながります。笑顔が増える明るい老人クラブ。「入って良かった」と、心から思っています。

70代男性 健康関連講座に参加し、体を動かすようにしています。特に脳と体を同時に使い、認知症の予防につながる講座は、介護予防にも効果が期待できるのでお勧めです。

子どもの安全を守る地域の輪 子ども安全見守り活動



地域と学校が連携し、子どもたちの登下校時の安全を守るための活動を行っています。一緒に活動の輪を広げていきませんか。



インタビュー

富士見小安全ボランティア 近藤さん(78歳)

登下校時の見守りを始めて12年になります。

●活動して良かったと思うこと

日々子どもたちから元気をもらい、楽しく活動しています。今では子どもたちはもちろん、卒業生からも声を掛けてもらい、とてもうれしく思っています。

●活動への参加を考えている人へ

最初はなじめなくても、根気強く声を掛けることで子どもたちは必ず応えてくれます。活動はおのののやり方で行っているので、ぜひ積極的に参加してみてください。

※詳しくは、近くの小学校か学務課にお問い合わせください。

岡学務課 ☎042-769-8282

図書館活用講座

さがみはらの史跡散歩 ~身近な歴史再発見~

市内の史跡や近代遺産などを学芸員から楽しく学びます。見学する際のポイントやお薦めの散歩コース、書籍などについても紹介します。

時 3月4日(金) 午後2時~4時

会 相模大野図書館 定 50人(申込順)

申 2月16日~3月3日に、直接か電話で同館(☎042-749-2244)へ

図書館の催し

市立博物館へ行こう

※希望者は直接会場へ
 〒252-0221 中央区高根3-1-15
 岡市立博物館 ☎042-750-8030

生物講演会 うんこはごちそう 命をつなぐ生態系のホントのはなし

生態系での物質の循環について長年研究している伊沢正名さん(糞土師)が、キノコなどの役割を紹介しながら環境問題に鋭く切り込みます。

時 2月28日(日) 午後2時~4時 定 200人(先着順)

プラネタリウム・全天周映画

直径23mのドームスクリーンでお楽しみください。

期間	時間	午前11時	午後1時30分	午後2時40分	午後3時50分
3月 1日(火)~18日(金)	火・金曜日	プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ (新作)		プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ (新作)	全天周映画 スターオーシャン 同時上映 コズミック ジャーニー
	土・日曜日			子ども プラネタリウム おしえて! さがぼん お月さまって なあに?	プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ (新作)

※投影スケジュールが変更になる場合があります。

定 各210人(先着順) 費 各500円(4歳~中学生200円、65歳以上250円)

休館日 月曜日

桜美林大学 × アートラボ はしもと

桜美林大学卒業研究選抜作品展 基点と起点Ⅳ

希望者は直接会場へ

イベント名	日にち	時間	定員
作品展示	2月18日(木)~23日(火)	午前10時~午後5時 (★は土・日曜日を除く)	—
映画上映会★			
学生演劇「アザイロ」	2月20日(土)	正午~午後0時30分 午後4時~4時30分	各30人 (先着順)
	2月21日(日)	正午~午後0時30分 午後4時~4時30分	
学生によるアフタヌーンコンサート	2月20日(土)	午後1時~1時45分	
		午後3時~3時45分	

岡アートラボはしもと ☎042-703-4654

ようこそ歴史の世界へ

旧石器ハテナ館講演会 古代相模の文書と木簡

正倉院や東大寺にある文書と県内で発見された史料を使い、古代相模国や平城京との結びつきについて考えます。

時 3月6日(日) 午後2時~4時 講 中村順昭さん(日本大学教授)

定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

岡旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

市立公文書館講演会 わがまちの変遷

財政や都市景観の変化等について、相模原郷土懇話会の石井 篁会長が語ります。

時 3月5日(土) 午後2時~4時 定 58人(申込順)

申 2月16日から、電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数、「わがまちの変遷」と書いて、同館(☎042-783-8053) ☒koukai@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※当日の正午~午後5時は、同館の一般利用はできません。

勝坂を学ぼう! 勝坂遺跡周辺文化財探訪

御尊櫃御成道を歩く ~徳川家康 日光東照宮遷座の道~

宗仲寺や新戸の一里塚など、家康ゆかりの旧跡や小道を歩きます。

時 3月13日(日) 午前9時~正午

集合場所 相武台下駅 解散場所 史跡勝坂遺跡公園管理棟

定 30人(申込順)

申 3月10日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ

相模原歴史探訪講演会 長竹の自然と野の仏たち

相模原の歴史の中から、自然豊かな長竹地域に焦点を当ててお話しします。

時 3月12日(土) 午前10時~11時30分

会 社のホールはしもととセミナールーム2 定 30人(申込順)

申 2月16日~3月11日に、直接か電話(午前9時30分から)で橋本図書館(☎042-770-6600)へ

視聴覚ライブラリー

の催し 岡視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時	上映作品
月例子ども映画会 3月12日(土) 午後2時~3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶注文の多い料理店 ▶源吉じいさんと子ぎつね ▶ちびまる子ちゃん ツバメよ来い来い ▶ぎろろんやまと10ぴきのかえる
シネマサロン 3月13日(日)・15日(火) 午後2時~3時50分	▶山河遥かなり (1949年/米国/白黒/吹き替え)

会 市立図書館(中央区鹿沼台) 対 市内在住か在勤・在学の人
 定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

参加者募集 県障害者スポーツ大会

競技	障害種別	日にち	会場	申込期限
フライングディスク	身体・知的	4月17日(日)	不入斗公園(横須賀市不入斗町)	2月22日
ボウリング	知的	4月24日(日)	湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤)	3月14日
アーチェリー	身体		県総合リハビリテーションセンター(厚木市七沢)	
陸上	知的	5月15日(日)	県立体育センター(藤沢市善行)	3月7日
	身体	5月29日(日)		3月22日

※平成28年4月1日現在、13歳以上の障害者(膀胱か直腸機能障害以外の内部障害者を除く)

■申込期限(必着)までに、電話か、障害政策課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7055 FAX042-759-4395 ✉shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)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	定員(申込順)	費用
役立つ筋トレ	2月23日(火)	午後2時30分~3時30分	18歳以上(高校生を除く)	各15人	各200円
ストレッチング	3月1日(火)	午後2時30分~3時30分		各10人	
	フォームローラー	2月24日(水)		午後4時30分~5時30分	
役立つ筋トレ	3月1日(火)	午後4時~5時		各30人	
はじめての水球(全3回)	3月5日(土) 12日(土) 19日(土)	午後1時30分~2時30分	25m以上泳げる小・中学生	各30人	400円
はじめての個人メドレー	3月7日(月)	午後3時30分~4時30分	18歳以上(高校生を除く)	各20人	1,200円
絵手紙		午前10時~正午			3,000円
フラワーアレンジメント	3月22日(火)	午前10時30分~午後0時30分			

■開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

緑区区制施行5周年記念 宮ヶ瀬湖マラソン大会に伴う交通規制

市営北岸林道が車両通行止めになります。ご協力をお願いします。

時 2月28日(日) 午前7時~午後1時

問 スポーツ課津久井地域班 ☎042-684-3257



銀河アリーナ 施設の教室

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

カーリング3月コース(全2回)

時 3月17日(木)・18日(金) 午後8時30分~10時45分

対 中学生以上=50人(申込順) ※18歳未満は保護者の同伴か送迎が必要

費 2,000円

申 3月1日から、直接か電話で同所へ

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(申込順)	費用
親子サッカー	3月21日(木)	午前9時~10時15分	小学校1~4年生とその保護者	15組	1組500円
プリザーブドフラワー~カラーポットで楽しむガーベラ~	3月24日(木)	午後1時~2時	18歳以上(高校生を除く)	20人	2,200円(材料費含む)

■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(FAX042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ

市体育協会からののお知らせ

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

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

親子ラグビー教室

時 2月21日(日) 午前9時~正午

会 麻溝公園スポーツ広場

対 市内か近隣市に在住の3歳~中学生とその保護者(保護者は在勤も可)

費 1人50円

※希望者は、運動ができる服装で直接会場へ

ボウリング(ダブルス競技会)

時 3月21日(木) 午前9時

会 相模ファーストレーン(中央区相模原)

対 市内在住か在勤・在学の人を含むチーム=36チーム(申込順)

費 1チーム5,000円

申 3月13日までに、直接か電話で同会場(☎042-755-1088)へ

さがまち学びフェア

中学生が進路を考える機会として、高校生に話を聞いたり、大学の模擬講義を受けたりすることができるイベントです。

時 3月13日(日) 会 ユニコムプラザさがみはら

プログラム	時間	定員(申込順)
地球の明日を想像し、サステナブルな社会を創造しよう!	午前10時~11時	70人
スポーツ選手の食事と栄養補給		各30人
脳のつくりを観察してみよう!		10人
フラワーアレンジメント実習	午前10時~11時30分	10人
月探査機「かぐや」(SELENE)の画像データを使ってみよう	午前10時30分~正午	18人
記者体験ワークショップ	午前10時30分~午後3時	8人
iPS細胞と未来の医療	午前11時30分~午後0時30分	90人
ファッションで歴史を見る		20人
メカロボ製作ワークショップ		15人
高校生活セミナー	午後1時~2時30分	50人
型紙を使った版画実習	午後2時~4時	30人
かぜや熱中症対策にも!自分の好きなスポーツドリンクを作ってみよう	午後2時30分~3時20分	25人
ジョブカフェ ①映像ディレクター ②臨床検査技師	午後2時45分~3時30分	各20人

■さがまちコンソーシアムホームページからか、電話で同コンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ

学ぶことは、面白い。



さがまちカレッジ

魅力的な「わたし」の「ワンショットムービー」をみんなで作ろう
~さがまちに住む明日のわたしたち~★

時 3月20日(祝)・27日(日) 午後1時30分~5時30分

会 町田市生涯学習センター(町田市原町田)

定 10人(抽選)

費 3,000円

月の科学、月の探査

時 3月29日(火) 午前9時~午後0時10分

会 相模女子大学(南区文京)

対 中学生以上

定 50人(申込順)

費 1,200円(中学生500円)

■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(★は3月1日(必着))をさがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ



グリーンカレッジつぐいの講座・催し

ふるさと談義

青野原 神さま 仏さま

~地域の神社、仏閣の歴史をひもとく~

青野原地域の神社・仏閣を歩きながら、地域の人たちの話を聞き、その歴史を学びます。

時 3月13日(日) 午前9時30分~午後3時

集合 午前9時に津久井生涯学習センター

定 20人(抽選)

冬期講座

ギフチョウデジカメ

観察講座(全2回)

県指定文化財のギフチョウをデジタルカメラで撮影します。

時 3月20日(祝) 午前9時30分~午後3時、

3月27日(日) 午前9時30分~午後0時30分

会 篠原の里・石砂山(緑区牧野)

定 15人(申込順)

費 1,000円

..... 共 通

■2月16日~28日(必着)に、直接か電話、はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、催し名を書いて、津久井生涯学習センター(〒252-0159 緑区三ヶ木414 ☎042-784-2400)へ



情報あ・ら・かると

お知らせ

新聞未購読世帯への「広報さがみはら」配布に関する更新手続き

対象者へ、本紙に同封してお知らせを送付しました。4月以降も引き続き戸別配布を希望する人は、手続きが必要です。
☎市コールセンター(☎042-770-7777)

自宅の無料耐震相談会

☎3月5日(土)午前9時～正午
☎大野中公民館
※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

平成27年度包括外部監査の結果

テーマ 道路・橋りょう等の維持管理等に関する事務の執行について
監査の結果報告書は、各行政資料コーナー・図書館で閲覧できるほか、市ホームページからもご覧になれます。
☎監査委員事務局

募集

フリーマーケット出店者

☎3月13日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)
☎橋本台リサイクルスクエア駐車場
☎市内在住の18歳以上(高校生は保護者同伴)=38組(抽選)
※1組1区画(約2.5m×5m)
費1,000円
☎2月29日(必着)までに、往復はがき(1世帯1枚)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、販売品目、参加人数(中学生以上)、「フリーマーケット出店」と書いて、資源循環推進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8334)へ
※団体・業者の出店、飲食物(缶詰などを含む)・生き物・電化製品・手作り品・大型家具・会場内で仕入れた物品・刃物等の危険物などは販売不可

納期限は2月29日(月)

▶国民健康保険税 第9期

※コンビニエンスストアでも納付できます

納税は便利な口座振替で

☎金融機関の窓口へ

相模大野パブリックインフォメーションの広告主

相模大野駅北口にあるデジタルサイネージ(電子広告)の特定広告主
放映期間 4月1日～3カ月以上(1カ月単位)
稼働時間 午前7時～午後10時
放映回数 55型液晶画面×3画面を同時利用した20秒広告を15分間に1回(1日60回)
費3カ月9万720円(1カ月3万2400円)
※放映するコンテンツの制作費は含まれません。
☎3月4日(必着)までに、市ホームページに掲載の申込書と必要書類を商業観光課(☎042-769-9255)へ
※3カ月に満たない短期放映は随時受け付けています。

市立公文書館の非常勤職員

窓口対応、データ入力、事務作業など
勤務 4月下旬～平成29年3月の火～日曜日のうち週2・3日(隔日)で、午前8時30分～午後5時(勤務のない月あり)
賃金 日額6,953円
☎パソコン操作ができる人=1人(選考)
☎2月26日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で情報公開課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8210)へ
※後日、面接あり

緑区役所行政資料コーナーの非常勤職員

窓口対応や事務作業など
勤務 4月～平成29年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち週2・3日(隔日)で、午前8時30分～午後5時(勤務のない月あり)
賃金 日額6,953円
☎1人(選考)
☎2月26日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で緑区役所区政策課(〒252-5177 緑区西橋本5-3-21 ☎042-775-8802)へ ※後日、面接あり

湘北建築高等職業訓練校の訓練生(建築大工)

期間 4月～平成31年3月の毎週土曜日
☎午前9時～午後5時
☎県立産業技術短期大学校(横浜市旭区中尾)
☎経験が浅い建築大工=30人(申込順)
費年間18万円程度
☎3月15日までに、電話で湘北建築高等職業訓練校事務局(☎046-251-0990)へ

観察実験アシスタント

小学校での理科の観察・実験の支援、準備など
募集校 旭・串川・津久井中央・内郷・藤野・藤野南・上溝・向陽・上溝南・淵野辺東・大野・鶴園・くぬぎ台小学校
勤務 5月～平成29年2月で、午前8時30分～午後4時のうち1日4時間30分(勤務日は応相談)
賃金 時給927円
☎各1人(選考)
☎勤務希望校へ電話連絡の上、2月19日までに、各募集校や学校教育課にある申込書(市ホームページにも掲載)を、直接勤務希望校へ
☎市コールセンター(☎042-770-7777)

自然環境観察員

身近な生き物の調査などを通じ、自然環境の変化などを捉えるボランティア
期間 4月～平成29年3月
☎タンポポの分布調査ほか
☎市内在住か通勤・在学の中中学生以上
☎3月15日(必着)までに、直接か電話、はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、職業(学生は年齢・学年)、電話番号、「自然環境観察員」と書いて、環境情報センター(〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248 ☎042-751-2036 ✉kan kyo@eic-sagamihara.jp)へ

臨時環境整備員

ごみ収集作業
勤務 4～9月の原則週4日で、午前8時30分～午後4時45分のうち1日7時間30分
勤務場所 ①麻溝台環境事業所②橋本台環境事業所
賃金 時給1,200円
☎各2人(選考)
☎2月26日(必着)までに、①②にある申込書(市ホームページにも掲載)を、直接勤務希望の事業所(①☎042-747-1241②☎042-772-0218)へ
※後日、面接あり

「まなびのパスポート」2016年度春学期生募集説明会

相模女子大学で開講している科目をいくつでも自由に受講できる制度について
※大学の単位は修得できません。
☎2月26日(金)午前10時～11時、3月1日(火)午後2時～3時
☎相模女子大学(南区文京)
☎各60人(先着順)
※希望者は直接会場へ
☎同大学教育研究推進課(☎042-747-9563)

イベント

町田市・相模原市ライトダウン～まちだ・さがみはら絆・創・光～関連イベント 町田市立図書館「さるびあ亭かーこ。の紙芝居」節電に関する紙芝居

日にち	会場
2月17日(水)	金森図書館(町田市金森東)
2月24日(水)	忠生図書館(町田市忠生)
3月 9日(水)	さるびあ図書館(町田市中町)

☎午後3時30分～3時45分(おはなし会(午後3時～3時30分)終了後に実施)
※希望者は直接会場へ
☎町田市環境・自然共生課(☎042-724-4391)

ほっこりハンドメイド 障害者施設等製品販売会

障害者施設等で作られた小物、木工・布製品など
☎2月19日(金)～21日(日)午前10時～午後4時(19日は午後3時30分まで)
☎イトーヨーカドー古淵店2階(南区古淵)
☎障害者支援センター松が丘園(☎042-758-2121)

北の丘センターロードSHOW! 「東京物語」

☎2月28日(日)午後1時30分～3時50分
☎さがみはら北の丘センター
☎40人(先着順)
※2月15日から同所で配布する整理券が必要
☎同センター(☎042-773-5570)

ソレイユさがみの催し

①元お笑い芸人から学ぶ! 「ゴキゲンな人間関係にするコミュニケーションのお話」
☎3月11日(金)午後1時30分～3時30分
②さんかく広場～笑って笑って人生エンジョイ～おしゃべりをする気楽な交流の場「であいのサロン」の1年間のまとめの会
☎3月14日(月)午前10時～正午
費200円(茶菓子代)
③子育ておしゃべりサロン
自分らしい子育てをみつける場
☎3月21日(日)午前10時30分～正午
☎1歳未満の初めての子とその保護者…………… ☎ …… ☎ ……
☎①30人②50人③10組(申込順)
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
☎直接か電話、ファクスに氏名(ふりがな)、電話番号、保育希望の有無、催し名を書いて、同所(☎042-775-1775 ☎042-775-1776)へ

入賞作品展示

さがみはら観光写真コンテスト

最優秀賞1点、特選3点、準特選5点、入選15点

日にち	時間	会場
2月25日(木)～3月2日(水)	午前8時30分～午後5時	緑区 合同庁舎
3月4日(金)～10日(木)		南区 合同庁舎
3月14日(月)～18日(金)		市役所 本館

図市観光協会(☎042-771-3767)

市民桜まつり絵画コンテスト

桜まつり大賞2点、桜まつり賞20点

日にち	時間	会場
2月25日(木)～3月2日(水)	午前8時30分～午後5時	緑区 合同庁舎
3月7日(月)～11日(金)		市役所 本館
3月15日(火)～22日(火)		南区 合同庁舎
4月2日(土)	午後1時～5時	総合学習センター前 駐車場(市民桜まつり会場)
4月3日(日)	午前10時～午後5時	

図市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

講演・講座

パソコン・タブレット無料体験会

体験会	日にち	時間
パソコン	2月19日(金)	午前9時30分～午後4時20分(1回50分)
タブレット	2月24日(水)	
	3月4日(金)	

☎産業会館
 ☎初心者=各12人(申込順)
 ☎電話で同館(☎042-704-9888)へ
 ※時間が選べる有料講座も随時受け付け

庭木の剪定2～庭木の基礎を樹木医から学ぼう～

☎3月10日(木)午前10時～正午
 ☎淵野辺公園(雨天時は室内で実施)
 ☎18歳以上(平成27年12月実施の「庭木の剪定1」に参加した人・高校生を除く)
 ☎30人(抽選)
 ☎500円
 ☎2月24日(必着)までに、往復はがき(1枚1人まで)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「庭木の剪定2」と書いて、市まちみどり公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6624)へ

家族セミナー「若者の自立と就職に向けて」〈全2回〉

さがみはら若者サポートステーションの活動紹介、子どもや若者への理解について

☎2月27日(土)、3月5日(土) 午前9時30分～11時30分
 ☎サン・エールさがみはら
 ☎対ニート・ひきこもり状態やフリーターなど、就労に困難を抱えている若者の家族=30人(申込順)
 ☎2月26日までに、直接か電話でさがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

団体運営のための 知っておきたい! 労務の基本 & 伝わる! 事業報告書の書き方

①労務の基本②事業報告書の書き方
 ☎3月①2日(水)②8日(火) 午後2時～4時
 ☎さがみはら市民活動サポートセンター
 ☎NPOや市民活動に関心がある人
 ☎各20人(申込順)
 ☎各500円
 ☎開催日前日までに、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、団体名、講座名を書いて、同センター(☎☎042-755-5790 ☎sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

講演会「鉄道がつなげる可能性と未来、旅する幸せ」

鉄道の魅力と地域活性化について
 ☎3月8日(火) 午後1時30分～3時30分
 ☎海老名市文化会館(海老名市上郷)
 ☎矢野直美さん(鉄道フォトライター)
 ☎330人(抽選)
 ☎2月29日までに、県交通企画課ホームページからか、電話で同課(☎045-210-6190)へ

薬用植物栽培・加工体験講座 〈全10回〉

薬用植物(ハトムギ・エビスグサなど)の種まき、除草、収穫、加工作業を体験
 ☎原則、4月19日～12月の月1回火曜日 午前10時～午後4時
 ☎北里大学薬学部附属薬用植物園(南区北里)
 ☎市内在住か在勤の人=10人程度(抽選) ※保険料が掛かります。
 ☎2月29日(消印有効)までに、はがきかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「薬用植物栽培・加工体験講座」と書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8239)へ

学校支援ボランティア 入門・実践講座

ボランティアの登録方法や活動内容など
 ☎3月11日(金)午前10時～11時30分
 ☎総合学習センター
 ☎30人(申込順)
 ☎2月29日までに、直接か電話で同センター(☎042-756-3443)へ

エコ&スローライフ手づくり講座 干し野菜を作ろう

☎3月12日(土) 午前10時30分～午後0時30分
 ☎Tシャツで布ぞうりを作ろう
 ☎3月16日(水) 午前9時30分～午後0時30分

環境情報センター

☎各20人(申込順)
 ☎各500円
 ☎直接か電話、Eメールに氏名、電話番号、講座名を書いて、同センター(☎042-769-9248 ☎kankyo@eic-sagami-hara.jp)へ

女子美特別講座「テラコッタ技法で造る頭像」〈全4回〉

粘土の原形を焼成炉で焼く素焼き技法で、実物より小さい頭像を制作
 ☎3月16日(水)～18日(金)・24日(木) 午前10時～午後4時
 ☎女子美術大学(南区麻溝台)
 ☎15人(抽選)
 ※未就学児は保護者同伴
 ☎2,000円(教材費含む)
 ☎3月1日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「テラコッタ講座」と書いて、女子美オープンカレッジセンター(〒166-8538 杉並区和田1-49-8 ☎03-5340-4646)へ

障害者ふれあい文化講座 「Let'sマジック!」

マジックの鑑賞と実践
 ☎3月28日(月) 午後2時～3時30分
 ☎けやき体育館
 ☎市内在住か在勤・在学の小学生以上の障害児・者(小学生は要付き添い)
 ※手話通訳・要約筆記対応可
 ☎16人(申込順)
 ※ボランティア同時募集(☎3人(申込順))
 ☎3月21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、「Let'sマジック!」と書いて、同館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)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。

- キコリ体験とシタケホダ木ゲット! 2月20日(土)午前10時～正午(雨天中止)、木もれびの森。定員20人(申込順)。費用500円 ☎電話で高橋(☎090-4629-4843)へ
- 護身術を体験してみませんか 2月20日(土)、3月5日(土)午後2時～4時、市体育館(市役所前)。対象は6歳～70歳、定員各50人(申込順) ☎電話か、Eメールに氏名、希望日、「護身術体験」と書いて、桜美林健康堂(☎042-798-2335 ☎youshoukan@gmail.com)へ
- 町田・相模原イーストメリーウインドオーケストラ定期演奏会 曲目は「さくらのうた」ほか 2月27日(土)午後5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) ☎同団事務局(☎080-4062-3696)
- やまと子どもミュージカル公演 演目は友情がテーマの「ロンの花園」 4月9日(土)午後1時～2時40分、午後4時30分～6時10分、海老名市文化会館(海老名市上郷)。費用各1,500円(前売り券1,300円) ☎電話か、ファクスに住所、氏名、年齢、電話番号、希望時間、「やまと子どもミュージカル」と書いて、葛西(☎☎046-235-6554)へ
- さがみ人間未来フィルムフェスティバル「鳥の道を超えて」など8作品を上映 4月29日(祝)午前10時～午後8時5分、社のホールはしもと多目的室。費用500円(中学生以下無料)。入退場自由 ☎能勢(☎042-777-5557)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- 英会話 月3回土曜日午後1時30分、サン・エールさがみはら。対象は初心者 ☎野崎(☎090-1405-1656)
- 将棋 月3回日曜日午前9時、上溝公民館。女性歓迎、見学可 ☎長野(☎042-758-8142)
- ジュニアバドミントン 曜日を選んで活動 月・水・金・土・日曜日、祝日等=並木小学校体育館、火・木曜日=光が丘小学校体育館。午後5時(土・日曜日、祝日等は正午)。対象は小学生(幼児も歓迎) ☎藤野(☎090-3216-9291)
- 社交ダンス 毎週金曜日午後1時、産業会館ほか。見学・体験可 ☎高橋(☎042-782-5572)
- 押し花 毎月第2・第4火曜日午後1時、相模公民館 ☎内海(☎042-774-2777)
- 書道 月2回水曜日午後1時、田名公民館。初心者歓迎、見学可 ☎樋口(☎042-761-6226)

▶掲載の申込方法は毎月1日号でお知らせします



2016年 平成28年

広報 さがみはら

2/15

No.0071

毎月15日発行



みどり

緑区イメージキャラクター
「ミウル」

区版

<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/midoriku/>

区の人口・世帯

人口 175,632人 (15減)
男 88,549人 / 女 87,083人世帯数 74,217世帯 (23増)
国勢調査の結果を集計中のため、平成27年9月1日
現在を掲載。()は8月との増減発行/相模原市 編集/緑区役所区政策課
〒252-5177 相模原市緑区西橋本5-3-21
緑区合同庁舎内

☎042-775-8802

親子で「のしく」地域密着型子育て



「mama & kids cafe つむぎ」では、地域密着をモットーに地域のお店などと連携しながら子育て支援を行っています。

母親同士のつながりができるのはもちろんですが、着物屋さんで着付け教室、保育園で英語教室、和菓子屋さんでお菓子作りなど、地域との交流を通して大人も子どももみんながちょっと成長できるのが「mama & kids cafe つむぎ」の魅力です。

地元の
農家と

トマトの収穫体験

地元の農家に協力してもらい、トマトの収穫を体験してもらいました。トマトが嫌いだった子が自分で採ったトマトをペロリと平らげる一幕も。



大学生と

クリスマス飾り制作

アトラボはしもとで、桜美林大学の学生と一緒にクリスマスの飾りを制作。作品はクリスマスの期間に同所で展示されました。



母親
同士で

洋服の交換会

サイズが合わなくなって着られなくなった洋服を持ち寄ってリサイクル。残った洋服は海外へ寄付します。

mama & kids cafe つむぎ
代表 岩村有紀子さん



引っ越してきて、知らない人ばかりで、子育てについて相談できる相手もいませんでした。そこで、子どもを持つ親が情報交換できたり、悩み事を相談できたりする場としてこの会を立ち上げました。会では、「地域との連携」、「楽しみながら親子で成長する」ことを心掛けています。

活動に興味がある人は、気軽に連絡してください。

mama & kids cafe つむぎ

検索

☎ma_ma_cafe3@yahoo.co.jp ☎090-2497-6696

☎緑区役所区政策課 ☎042-775-8802

緑区絆づくり交流会

～地域デビュー！はじめての一步～

自分たちの地域を自分たちの手で、暮らしやすく、魅力ある地域にしてみませんか。地域活動団体の紹介やお茶を飲みながらの交流、認知症チェックもできるので、地域活動に興味がある人、退職を控えている人、退職した人など、気軽にお越しください。

時 2月19日(金) 午後1時～4時

会 社のホールはしもと多目的室 ※希望者は直接会場へ

☎地域デビュープロジェクト実行委員会事務局(緑区役所区政策課内)

☎042-775-8802

湘南小学校スクールバス運転手(非常勤職員)の募集

児童の送迎など

勤務 4月5日～7月31日、9月1日～平成29年3月31日の原則月～金曜日(祝日等を除く)のうち指定した日で、午前8時30分～午後5時のうち指定する1時間30分か3時間

賃金 時給1,140円

☑普通自動車運転免許がある人=若干名(選考)

☑2月23日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で学務課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8282)へ



緑区のイベント情報や地域の話題などを、「ミウル」が紹介中!



LINE「ミウル」
ID: @miuru



Twitterアカウント「ミウル」
@miuru_midori



Facebookページ「ミウル」
<https://www.facebook.com/miuru.midori>



2016年 平成28年

広報 さがみはら

2/15

No.0071

毎月15日発行

ちゅうおう 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/

区の人口・世帯

人口 **270,587** 人 (115増)
男 136,714人 / 女 133,873人
世帯数 **118,755** 世帯 (86増)
国勢調査の結果を集計中のため、平成27年9月1日現在を掲載。()は8月との増減
発行 / 相模原市 編集 / 中央区役所区政策課
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15 市役所本庁舎内
☎042-769-9802

高齢者の皆さんがいつまでも安心して暮らせるまちに



高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らしていくためには、地域との関わりも深めていくことが大切です。中央区内では、さまざまな人たちが、高齢者の見守り活動や健康づくり、生きがいくくりなど、幅広い支え合いの活動をしています。今回は、市の地域活性化事業交付金を活用した4つの取り組みを紹介します。ぜひお近くの活動に参加してみませんか。



みんなで声掛け・見守り活動 ～田名福祉ねっとわーく～

田名地区では「みんなであつろう ほっとする田名のまち」を合言葉に、あいさつや声掛けを通じて、見守り活動に取り組んでいます。見守りは自治会員などを中心とした約700人の「福祉ねっとわーく協力員」が行っています。新聞や郵便物の受け取り状況など、変化に気付いたら、民生委員・児童委員に連絡することで、深刻な事態になることを未然に防ぎます。



田名地区社会福祉協議会福祉ねっとわーく
推進委員会(田名まちづくりセンター内)
☎042-761-0056



マンガで知る認知症 ～やさしさいっぱい星が丘を創る会～

星が丘地区では「認知症の人を見つけた場合どうすればいいか」など、認知症に関することを分かりやすく地域に広めるため、漫画を作成しています。漫画は医療などの専門家の監修の下で作成し、自治会員などに配布しています。



田名地区社会福祉協議会福祉ねっとわーく
推進委員会(田名まちづくりセンター内)
☎042-761-0056

身近な交流・仲間づくり ～中央地区はやぶさの会～

月に2回程度、高根2丁目自治会館で音楽に合わせて体を動かしたり、楽しくおしゃべりをしたりしています。また、マジックショーや落語などのほか、交通安全講話や認知症予防講座などを行っています。



中央地区はやぶさの会会長の藁科さん
☎080-1317-5403

ラジオ体操で健康増進 ～清新ラジオ体操の会～

清新3丁目にある矢懸公園では毎週木曜日、清新4丁目公園では毎週水曜日に、朝7時30分からラジオ体操を実施しています。

ラジオ体操に参加することで、健康の維持と体力向上、また、参加者同士のコミュニケーションが図られ、お互いを見守りにもつながっています。

清新ラジオ体操の会会長の田邊さん
☎042-752-8956

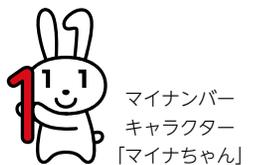
このほかにも、各高齢者支援センターでは高齢者からの相談に乗ったり、介護予防に関する教室の開催なども行っています。

中央高齢者相談課
☎042-769-8349

マイナンバーの通知カードを受け取ってください

まだ、「通知カード」を受け取っていない人は3月31日までに手続きをしてください。

中央区役所区民課 ☎042-769-8227



地域の元気

上溝地区

～備えあれば憂いなし！ 上溝地区防災訓練～

昨年9月27日、上溝小学校で「上溝地区防災訓練」が実施され、地区の16自治会から約100人が参加しました。

この防災訓練は、地震など災害発生時における住民相互の協力による組織的対応の大切さや、防災器材の活用法の習得などを目的として行われました。

訓練では、初期消火、炊き出し、避難所対応、救出・搬送、応急救護などのほか、自治会に配備された小型消防ポンプによる放水実技や消防団による操法披露なども行われました。

「備えあれば憂いなし」。いざ災害が起きた時の備えが大切だと実感した1日でした。



上溝まちづくりセンター ☎042-762-0079

まちづくりに若いチカラ

中央中学校

中央中学校陸上部は35人が在籍し、毎週火～土曜日に練習を行っています。昨年10月18日に中央小学校で行われた中央地区町民運動会では、10人の部員が運営を手伝い、徒競走、むかで競争や綱引きなどの競技の審判や用具係などを担当しました。2年目となるこの活動では、中学生と地域の人たちとの交流が生まれています。

参加した陸上部の皆さんは「町民運動会には小学生の時に出場していました。今回お手伝いをして、運営している地域の方のありがたさを知りました」「地域の人から『ありがとう』と感謝されてうれしかったです」と話していました。

中央中学校 ☎042-755-0071



町民運動会の様子



陸上部の平岡さん、鈴木さん、大川さん(左から)

次回の区民会議

時 2月18日(木) 午後2時 会 市役所第2別館 第3委員会室 ※傍聴希望者は午後1時50分までに直接会場へ
議題 中央区区ビジョンの取り組みの推進について
場 中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

FM HOT 839(エフエムさがみ)で中央区の魅力をオンエア!



大好き! 中央区 次回の放送日 2月25日(木) 午後7時～8時(再放送 3月1日(火) 午後11時～12時)

はみだし中央区 次回の放送日 3月 4日(金) 午後1時～1時30分

中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

中央区内のイベント情報や地域の話題などを発信中です!



Facebookページ「相模原市中央区」
https://www.facebook.com/sagamihara.chuoku



はみだし中央区★ 2年前の2月は中央区内でも積雪56cmを記録しました。大雪などへの備えをしましょう!

2016年 平成28年

広報 さがみはら

2/15

No.0071

● 毎月15日発行 ●



みなみ 区版

<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/minamiku/>

区の人口・世帯

人口 277,665人 (52増)

男 137,406人 / 女 140,259人

世帯数 126,674世帯 (78増)

国勢調査の結果を集計のため、平成27年9月1日現在を掲載。()は8月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 南区役所区政策課
〒252-0377 相模原市南区相模大野5-31-1
南区合同庁舎内

☎042-749-2134

市観光協会
オススメ

さがみはらの特産品



市内には、菓子や農産物などをはじめ多くの特産品があります。
市観光協会では、同協会の基準に合格した商品を、推奨品(贈って、贈られてうれしい逸品)として、
同協会ホームページや冊子で紹介しています。
今回は、この中から南区内5店舗の商品を、店舗のコメントと一緒に紹介します。



市役所、合同庁舎などで配布中です。

新・あじさいの夢

市の花アジサイをイメージし、栗と梅の2種類
を使用したお菓子です。

アーモンドの粉末がたっぷり入ったぜいたくな生地を使用して焼き上げました。

価格 1,944円(10個入り)



岡ニューオリオン洋菓子店

南区若松3-26-9 ☎042-743-1347

カステラ

麻溝台地域の「たまご
街道」では、卵やスイーツ
などを地域ブランドとして
販売しています。自社
生産している卵「恵壽卵」
を使用したカステラは、
素材の濃厚な風味を壊さ
ないよう、丁寧に手作業
で製造しています。

価格 540円(1本)



岡農場の家 コトブキ園

南区麻溝台2-9-20 ☎042-705-7410

生プリン ほか

市のブランド卵の存在
と味を広く知ってもらう
ために、自社生産の看板
卵「鳳凰卵」(1kgセット
518円)をぜいたくに使用
した「生プリン」(1個248
円)のほか、さがみはらス
イーツフェスティバルで
グランプリを受賞した「さがみはらいもっこプ
リュレ」(1個 280円)などがあります。



岡小川フェニックス

南区麻溝台5-14-39 ☎042-742-6621

相模の大風サブレ

市を代表する祭りの一つ「相模の大風まつり」
をモチーフに、北海道産の新鮮なバターと地元
相模原で採れた新鮮な卵や素材をたっぷりと使用
した、栄養
価の高いサ
ブレです。

価格

1,188円

(9枚入り)



岡上州屋

南区南台4-15-4 ☎042-742-8509

津久井在来大豆の納豆糍漬 ほか

市内で古くから栽培され、受け継がれてきた
「津久井在来大豆」を使用。納豆に米糍と醤油を
加えたおいしいおかず納豆「納豆糍漬」(200g
610円)のほか、ふ
かし豆「わたしの
街・さがみはら」
(135g 500円)や
「津久井きなこ」
(100g 360円)な
どがあります。



岡豊国屋

南区新戸3024 ☎046-251-0048

岡市観光協会 ☎042-771-3767

さがみはらアンテナショップ
sagamix

sagamixは、ポーノ
相模大野ショッピング
センター2階にある市
観光協会の直営店で、
市にゆかりのある商品
を購入できます。
※一部取り扱いな
い商品があります。



岡sagamix ☎042-705-8455

※フロアの改装に伴い、3月下旬まで一時休業中です。
休業中は、市観光協会へお問い合わせください。

南区区制施行5周年記念

南区親子ウォークラリー大会

地図に書かれた指示だけ
を頼りに、親子でウォー
キングをしながら新磯地区内
を巡ります。コース上に用
意されたさまざまな課題を
クリアして、賞品をゲット
しよう。

時 3月26日(土)

午前9時～午後0時30分

〈雨天時は翌日に順延、翌日も雨天の場合は中止〉

集合・解散場所 風と花の観光休憩所あらいそ(南区新戸)

対 南区在住か在勤・在学の親子

定 50組(申込順。家族での参加も可)

申 3月11日までに、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電
話番号、参加人数、子どもの年齢、「南区親子ウォークラリー
大会」と書いて、南区役所地域振興課(☎042-749-2135FAX 042-749-2116 ✉ m-chiikishinkou@city.sagamihara.
kanagawa.jp)へ南区区制施行5周年記念
南区学生自転車会議
ゆるキャラフェスタ

南区内で活動している大学
生や高校生の有志で構成する
南区学生自転車会議による、自
転車事故防止キャンペーン
イベントを開催します。

当日は、同会議の新しいマス
コットキャラクターの発表や、
安全運転やマナー順守を呼び
掛けるパフォーマンスが披露
されます。ぜひお越しくださ
い。

時 3月6日(日)

午前11時～午後2時

会 ポーノ相模大野ポーノ広場

岡南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



学生たちが、自転車事故
防止に向けて、自主的に
イベントを企画し実施し
ています。



南区区制施行5周年記念

南区少年野球
春季大会開幕!

南区長杯を手にするため、南区在住・
在学の小学生球児たちが大会に臨みま
す。球児たちの熱い戦いに、皆さんの温
かい声援をお願いします。

時 2月20日～3月5日の毎週土・日曜日

(雨天等により変更になる場合あり)
※試合会場や結果などは「市少年野球協
会」ホームページでご覧になれます。

岡南区役所地域振興課

☎042-749-2135



ウェルネス通信



2/15

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 (モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習、試食、相談会

日にち	時間	会場	申込
3月 2日(水)	午後1時～2時15分	南	⑮
3月22日(水)	午後2時45分～4時	ウ	

対平成27年6～7月生まれの初めてのの子の保護者とその家族
定各15人(申込順。調整あり)

離乳食教室

離乳食の講習、簡単な実習と試食

時 3月2日(水) 午後1時～2時30分

会 城

対 27年6～10月生まれの初めてのの子の保護者とその家族

定 15人(申込順。調整あり)

申 ⑦

親子で歯っぴい ちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘けつや歯磨きの裏技実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
3月 2日(水)	南	各20組	⑮
3月14日(月)			
3月 4日(金)	ウ		
3月22日(水)			
3月28日(月)	緑	30組	

時 午前10時～11時30分

対 27年1～5月生まれの乳幼児とその家族

ぴよぴよサロン

約2,000g未満で生まれたか、運動発達が緩やかな乳幼児とその家族の交流サロン

日にち	時間	会場	申込
3月 4日(金)	午前10時～11時	南	⑨
3月11日(金)		ウ	⑧
3月25日(金)		緑	⑦

対乳幼児とその家族
※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要



産後ママのエクササイズ

産後の日常生活に取り入れることができる運動体験

日にち	会場	定員(申込順)	申込
3月11日(金)	緑	15組	⑦
3月18日(金)	南	10組	⑨

時 午前10時～正午

対 産後4～6カ月の乳児と母親(初めての人優先) ※保育なし

ハローマザークラス <全2回>

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	時間	会場
4月 8日(金) ・15日(金)	午後1時30分～4時	ウ

対 妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族

申 3月30日までに⑮

ふれあい親子サロン

保健師、保育士らによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

時 午前10時～11時15分

対 乳幼児とその保護者

※希望者は直接会場へ

申 ⑦⑧⑨

日にち	会場ほか
3月 1日(火)	向陽☉、大野南☉
3月 2日(水)	大野台☉
3月 4日(金)	上溝南☉、星が丘☉
3月 8日(火)	藤☉、清新☉
3月 9日(水)	津☉、横山☉、並木☉
3月10日(木)	城山☉、新磯☉、鹿島台☉、相模台☉、大沼☉、麻溝☉
3月11日(金)	大島☉、橋本☉
3月15日(火)	二本松☉、陽光台☉、田名☉、富士見☉、鶴園中和田☉

☉こどもセンター

☉栄養士による栄養相談もあり

☉歯科衛生士による歯科相談もあり

相談

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
健康相談 電話相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く)	緑	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※津(湖)藤(城)は来庁相談のみ 申 ⑦⑧⑨
	月・木曜日		津		
	火曜日		湖		
	水曜日		藤		
	金曜日		城		
生活習慣 改善相談 (保健師・ 栄養士・健康 運動指導士)	3月 9日(水)	午前 9時 9時30分 10時 10時30分	ウ	⑧	生活習慣病予防のための個別相談や各種測定 定各5人(申込順)
	3月23日(水)	午後 1時30分 1時45分 2時 2時30分	津	⑪	
栄養相談 (栄養士)	3月 8日(火)	午前 9時 ～11時30分	緑	⑦	食事の相談 持ち物 母子健康手帳か、健康手帳(持っている人)
	3月18日(金)		南	⑨	
	3月14日(月)	午後1時 ～3時30分	ウ	⑧	
不妊・不育 専門相談	3月 8日(火)	<電話相談> 時 午前9時～11時30分 申 ⑥			
		<面接相談> 時 午後1時～3時30分 会 申 3月7日までに⑥			
電話歯科相談 (歯科医)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～11時			口の健康に関する相談 ※健診等により歯科医師が不在の場合もあります。 申 健康企画課 ☎042-769-8344
歯科健康相談 (歯科衛生士)	3月 9日(水)	午前 9時30分 ～11時30分	ウ	⑥	ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談や、すぐに測れるお口の元気度チェック
かんがる～ 歯科健診 (歯科医)			会 緑(ウ)南(津)		⑥ 対障害がある乳幼児 ※日程はお問い合わせください。
HIV(エイズ) 等の 検査・相談	火曜日	午前9時～11時	ウ	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) 定各12人(申込順)
	3月12日(土)	午後2時～4時	橋		
高齢者 認知症相談	3月 1日(火)	午前10時～正午	ウ	②	専門医による認知症についての相談 定各2人(申込順)
	3月24日(木)	午後2時～4時	南	③	
	3月28日(月)	午後1時30分 ～3時30分	緑	①	

実施中

健康診査・検診・検査

(特定)健康診査、がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)、お口の健康診査、肝炎ウイルス検診を、市内協力医療機関などで実施しています。
●費用や日程など詳しくは、本紙3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

精神科セカンドオピニオン

時 3月23日(水) 午前10時～正午

会 けやき会館

対 精神科治療中で、自身の治療方針について主治医以外からの意見を求める人
※医療過誤や訴訟に関する内容などは受けられない場合があります。

定 3人(抽選) 費 2,000円 申 ⑭

主な実施会場

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

平成27年度の接種は3月31日まで 高齢者の肺炎球菌感染症定期予防接種はお済みですか

会 市協力医療機関
対 市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人
 ○27年4月～28年3月に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる
 ○60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能か、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に重度の障害がある
 ※既に23価肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがある人は対象外
費 4,000円(接種時に医療機関でお支払いください)

費用の免除について
 市民税非課税世帯の人、生活保護受給世帯の人、中国残留邦人等への支援給付を受けている人は、費用が免除されます。免除要件確認資料を医療機関に提示してください。
免除要件確認資料
 (次のいずれか。接種日時点で最新のもの)
 ○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(中国残留邦人等への支援給付受給者)
 ○市民税課税証明書(住民票上の世帯員全員のものが必要)

希望者は市協力医療機関へ予約の上、3月31日までに接種してください。

※市協力医療機関など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
圏市コールセンター ☎042-770-7777

救護所医師、救急救命士、 看護師のボランティアを募集

災害発生時に、市内救護所で負傷者の応急処置などの医療救護活動を行うボランティアを募集します。
対 医師・救急救命士・看護師・保健師・助産師・准看護師のいずれかの免許がある人
申 電話で地域医療課(☎042-769-9230)へ

+愛の献血

日にち	時間	会場
2月18日(木)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
2月29日(月)		橋本駅ペデストリアンデッキ下
2月20日(土)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	相模大野駅前 コリドー
2月28日(日)		

対 16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験が必要)
所要時間 40分程度 ※本人確認をしています。
圏医事業課 ☎042-769-8343

発達障害啓発講演会 成人期を見据えた特別支援教育の あり方について

時 3月19日(土)午後2時～4時30分 **会** 産業会館
講 柘植雅義さん(筑波大学人間系障害科学域知的・発達・行動障害学分野教授)
対 市内在住か在勤の人=200人(先着順) ※希望者は直接会場へ
圏 発達障害支援センター ☎042-756-8411

北里大学医学部附属新世紀医療開発センターシンポジウム

病院を受診する動機の多くは痛みです。その痛みの意味や種類、対応について説明します。
時 3月3日(木)午後6時～7時40分 **会** ユニコムプラザさがみはら
講 金井昭文さん(同大学医学部附属新世紀医療開発センター疼痛学教授)
 林 経人さん(同大学医学部麻酔科学助教)
定 180人(申込順)
申 月～金曜日(祝日等を除く)の午前11時～午後5時に、電話でプランニングウィル(☎03-6801-8084)へ
 ※詳しくは同大学ホームページをご覧ください。

地域活動デビュー講座 体験談・地域活動10年 ～7つの会・2つの会社を立ち上げて～

時 3月12日(土)午後2時～4時30分
会 産業会館
講 瀬沼克彰さん(桜美林大学名誉教授)
 渡辺重男さん(八王子高齢者活動コーディネーター会会長)
対 市内在住の50歳以上=100人(申込順)
申 3月10日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

日赤健康生活支援講習支援員養成講習会〈全2回〉

健康増進と高齢者に起こりやすい事故の予防・手当てや、具体的な介護方法など、支援に役立つ知識と技術を学びます。最終日の検定合格者は、赤十字健康生活支援講習支援員に認定されます。
時 3月19日(土)・20日(日)午前9時～午後5時
会 あじさい会館
対 市内在住か在勤・在学の15歳以上=30人(抽選) **費** 900円
申 2月29日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、職業、電話番号、「日赤健康生活支援」と書いて、日赤相模原市地区本部(地域福祉課内 〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9222)へ

がん患者とその関係者の皆さんへ

市民公開講座

緩和ケアをすべてのがん患者さんに ～痛みでできないことや困っていることは ありませんか?～

時 3月5日(土)午後2時～3時
会 相模原南メディカルセンター
講 的場元弘さん(日本赤十字社医療センター緩和ケア科部長)
定 100人(申込順)
申 電話で市医師会事務局(相模原中央メディカルセンター内 ☎042-756-1700)へ

ひとりもん交流会

北里大学医学部の先生による講演や笑ヨガ、調理実習などを行います。
時 3月5日(土)午後1時～3時30分
会 ユニコムプラザさがみはら
対 一人で闘病中のがん患者とその関係者
定 30人(申込順)
申 3月4日までに、電話で鈴木さん(☎090-3213-0760)へ

がん体験者による無料相談

がんピアサポート

つらさや不安を抱え込んでいませんか。がん体験者が自らの体験をもとに、がん患者やその家族の相談に定期的に応じます。

日にち	時間	会場
3月13日(日)	午前10時～午後3時	南保健福祉センター
3月27日(日)		ウェルネスさがみはら

対 がん患者やその家族=各4組(申込順。各組1時間)
申 電話で健康企画課(☎042-769-8322)へ

急病などで困ったときは

(電話番号をよく確かめて)

かかりつけ医・歯科医や近隣の医療機関が休診で困ったときは、お問い合わせください。
 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。

※急病の診療は応急的なものです。後日、必ずかかりつけ医・歯科医か近隣の医療機関で診療を受けましょう。
 ※受診のときは、健康保険証、各種医療証を必ず持参してください(保険証などがない場合は自費となります)。

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。

電話相談 かながわ小児救急ダイヤル
☎045-722-8000
 (市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合#8000)

毎日 午後6時～午前0時
 ※子どもの急な体調の変化で心配なときに、電話で相談できます。

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)。

