



NO.1332
毎月1日・15日発行
2016 3/1
平成28年

LINE UP 今号の主な内容

平成28年度 施政方針の概要	2・3
青少年活動に参加しませんか	6
4月から介護予防・日常生活支援総合事業が始まります	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 720,914人
男 361,035人 女 359,879人
世帯 311,234世帯
平成27年10月1日現在
27年10月1日に行われた国勢調査の速報値(概数)

TOPICS

マイナンバーのお知らせ(通知カード)を受け取ることができなかった人へ

郵便局から戻された「通知カード」は、住んでいる区の区役所区民課で保管しています。まだ受け取っていない人は、早めに受け取ってください。

受取期限 3月31日(木)

受け取ることができる人 本人か、本人と同一世帯員
受取時に必要な物
○受け取り案内はがき
○本人確認書類(顔写真付きでない物は2点必要)



代理人(同一世帯員以外)の受け取りについては、お問い合わせください。

マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

緑区役所区民課 ☎042-775-8803
中央区役所区民課 ☎042-769-8227
南区役所区民課 ☎042-749-2131



3月は自殺対策強化月間です

あなたの“生きる”を応援したい

ひとりじゃないよ

平成26年中に日本全国で2万5,427人が自ら命を絶しました。これは、東日本大震災の死者・行方不明者1万8,457人(28年1月現在)よりも多い人数です。市内では、市内の交通事故での死亡者数(26年中)の約8倍に当たる123人が自殺で亡くなっています。

その多くは健康面の問題、経済的な問題、人間関係の問題など、いくつかの要因が複雑に絡み合い、「心理的に追い込まれた末の死」です。決して、個人の自由な意思や選択の結果ではありません。

あなたの周りに不安や悩みを抱えている人がいたら、声を掛けてあげてください。また市では、「死にたい」と思ったときの電話相談窓口や、安心して相談できる場を設けています。ひとりで悩まずに、ぜひ相談してください。

悩んでいる人に勇気を持って声を掛けてみませんか

こころの支援

り リスク **は** 判断 **あ** 安心

すく評価 さんだん・批評せず聴く あんしん・情報を与える

自殺を考えているか、実行したことがあるかなどを確認し、自殺についてどう思っているか、尋ねてみるのが大切です。 それぞれの問題は弱さや怠けからくるのではないことを理解し、責めたり決め付けたりしないで話に耳を傾けましょう。 現在の問題は、医療や生活支援が必要な状態で、適切な支援で良くなる可能性があることを伝えましょう。

サポート

さ サポート **せ** セルフヘルプ

ぽーとを得るように勧める せふへるぷ

医療機関などに相談するよう、相手の気持ちも踏まえながら提案しましょう。一緒に相談に行こうと勧めると安心につながります。 軽い運動をする、ゆっくり呼吸をするなどの気分転換を行うことで、心の問題による症状が緩和されることがあります。自分に合う対処法を悩んでいる人に勧めてみるのもいいでしょう。

大切な人を自死(自殺)で亡くされた人へ

さがみはら わかち合いの会(自死遺族の集い)
同じ体験を持つ人同士で語り合う場です(匿名可。話を聞くだけの参加もできます)。
時 3月10日(木)午後2時～4時
会場のホールはしもとセミナールーム2
定 20人(先着順) ※希望者は直接会場へ



不安や悩みを一人で抱えていませんか? ※相談の秘密は守られます。

こころの健康に関する市の相談機関

ひとりじゃないよ あなたの“生きる”を応援したい
自殺を考えるほどつらいときは
▶“いきる”ホットライン(自殺予防専門電話相談)
☎042-769-9800
時 毎週日曜日(12月29日～1月3日を除く)午後5時～10時
こころの健康に不安を感じたら
▶こころの電話相談 ☎042-769-9819
時 月～土曜日(12月29日～1月3日を除く)午後5時～10時

- 緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811
 - 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806
 - 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715
 - 津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
- 時 月～金曜日(祝日等、12月29日～1月3日を除く)
午前8時30分～正午
午後1時～5時

市自殺対策ホームページ リブちゃんネル 検索

※切り取って携帯することができます。



72万市民の笑顔あふれる 潤いのあるまちをめざして 施政方針の大要

平成28年度

2月22日から開催されている市議会3月定例会議の冒頭、加山俊夫市長が平成28年度施政方針演説を行いました。

この中で市長は、「72万市民の笑顔あふれる潤いのあるまちをめざして」をテーマに、「人にやさしく、活力あふれる地域社会の創造」「将来を見据えた都市経営」「信頼と連携を深める市政運営」の3点を市政運営に当たっての重要な視点として取り組むことを表明しました。

全文は、各行政資料コーナーと市ホームページでご覧になれます。

※主要施策や予算のあらましは、本紙4月1日号でお知らせします。

企画政策課 ☎042-769-8203

平成28年度 市長施政方針 (抜粋)

昨年は、環太平洋パートナーシップ (TPP) 協定交渉の大筋合意や安全保障法制の整備など、わが国の今後の経済、国際関係や安全保障の方向性に大きく関わる動きがございました。これらの新しい枠組みが、国民の平和で安全な暮らしを守るとともに、より豊かな生活につながることを期待しているところでございます。

経済情勢は、企業収益や雇用情勢の改善など、景気の緩やかな回復基調が続いているものの、中国をはじめとするアジア新興国の景気が下振れし、わが国の景気を下押しするリスクが懸念されているなど、依然として、先行きは不透明な状況が続いております。

また、わが国では、世界にこれまで例のない急速な人口減少、少子高齢化の進行

が見込まれており、年金・医療・介護をはじめとする持続可能な社会保障制度の確立や、地域の活性化と人口減少抑制をめざす地方創生は、一刻の猶予も許されない、喫緊の課題でございます。

加えて、全国各地で発生している自然災害に対する防災・減災対策、被災地の復興対策、エネルギー政策と地球温暖化対策、米軍基地問題など、国民生活に密接に関わる、多くの難しい課題を抱えております。

このように、わが国がさまざまな課題を抱えている中、地方自治体といたしましても、時代の潮流を踏まえた施策を着実に進め、地域が持つ資源や潜在力を最大限に生かすとともに、市民一人一人が力を発揮できる社会を築くことにより、日本に活力をもたらしていかなければならないと考えております。



重要な3つの視点

1 人にやさしく、活力あふれる地域社会の創造

誰もが住み慣れたまちで、健康で安心して、生き生きと暮らすことは、市民の皆さまに共通する願いであり、最も身近な基礎自治体である市の役割の原点でもございます。社会や暮らし、経済などが変わり続ける状況におきましても、この原点を追求し続けていくことが使命であると強く感じております。

こうした考えの下、今後も引き続き、医療、福祉、子育て支援の充実をはじめ、防災・減災対策、教育環境の整備など、市民の皆さまの安全・安心の確保と暮らしの充実を最優先した施策に取り組んでまいります。

また、暮らしやまちをつくる主人公である市民の皆さま一人一人が、地域や学校、職場などでそれぞれの個性や能力を生かし、生きがいを持って暮らすことができる環境をつくるとともに、住民同士のつながりをより深め、地域における支え合いの輪を広げる取り組みを進めてまいります。



2 将来を見据えた都市経営

わが国が人口減少、少子高齢化の局面を迎えている中、本市におきましても、将来人口推計では、今後、人口減少に転じ、少子高齢化が急速に進行すると予測しており、人口減少社会を見据えた持続可能な都市経営に迅速に取り組む必要がございます。

こうした状況を踏まえ、「相模原市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン及び総合戦略」を策定し、少子化対策、雇用促進、中山間地域



対策など、出生率の向上や転出抑制・転入増加につながる施策を重点的に進めてまいります。

また、本市では、リニア中央新幹線の駅が設置される橋本駅周辺と相模総合補給廠の一部返還地等の早期利用や小田急多摩線の延伸に取り組む相模原駅周辺を一体としたまちづくり、圏央道のインターチェンジ周辺における産業を中心とした新たな拠点づくりなど、全国でも有数の大規模プロジェクトが同時に進行しているところでございます。

こうした本市が持つポテンシャル(潜在力)を最大限に生かし、首都圏南西部における広域交流拠点都市のさらなる形成を図ることにより、「人や企業に選ばれる都市づくり」を進め、本市の活力を周辺地域や日本全体に届けてまいります。

3 信頼と連携を深める市政運営

地方分権改革の進展に伴い、国や県からの事務・権限の移譲が進められるなど、政令指定都市としての責任が今まで以上に増しております。

こうした中、適正かつ効果的な事務事業の執行に努め、公平・公正でより質の高い行政サービスを提供することで、市民の皆さまの信頼や期待に応えられるよう、全力を尽くしてまいります。

また、厳しい財政状況の中にあっても、今まで以上に市民生活に直結する施策の充実を図り、都市としての成長を続けていくためには、市民、関係機関、企業の皆さまとの連携・協力を一層深め、共に力を合わせていくことが不可欠でございます。

このため、市政へのご理解をより深めていただくための情報発信や協働の推進、参画を促進するための取り組みを積極的に進めてまいります。

さらに、本市を含む圏域全体を活性化し、持続的な発展をけん引していくために、産業や観光の振興、人や文化等の交流、防災や環境対策の取り組みなど、さまざまな分野において、近隣自治体や関係都市との連携を図ってまいります。



持続可能な都市経営の推進

厳しい財政状況の中、限られた財源と資産を有効活用し、市民福祉を向上させるための施策を効果的に推進するため、職員が一丸となり、効率的な行財政運営の追求や積極的な歳入確保などに努め、将来にわたり持続可能な都市経営に取り組んでいきます。

- 「新・相模原市総合計画」の着実な推進、次期実施計画の策定
- 「さがみはら都市経営指針」の見直し、実行計画の策定
- 「(仮称)公共施設マネジメント推進プラン」の策定
- 基幹システム最適化の推進
- コンプライアンス推進体制の強化
- 個人情報の適正な管理
- 地方分権改革の推進

予算

本市の財政は、景気の回復基調等を背景とした市税収入などの増加要因はあるものの、高齢化の進行や社会保障施策の充実などに伴う扶助費を中心とした義務的経費の増大が想定され、依然として厳しい財政運営が見込まれます。

こうした状況を踏まえ、平成28年度予算編成に当たっては、あらゆる事務事業を精査しながら、市民生活の向上や都市のさらなる発展に向けて、最終年度を迎える中期実施計画の着実な推進に重点を置いた予算編成を行いました。

※一般会計は、27年6月の肉付けの補正予算を加えた実質的な27年度当初予算との比較では、0.7%増となっております。

会計	予算案	前年度比
一般会計	2,577億円	0.9%増※
特別会計	1,938億円	3.3%増
合計	4,515億円	1.9%増
公営企業会計	274億円	0.4%減

市政運営の5つの柱と主な取り組み

★……新規事業

1 市民が安全で安心して、心豊かに暮らせるまちづくり

高齢者福祉の充実

- ★新しい介護予防・日常生活支援総合事業への円滑な移行
- ★生活支援コーディネーターの日常生活圏域への配置
- 認知症施策の推進 ●介護人材の確保・育成
- 特別養護老人ホームの整備促進



障害者福祉の充実

- 福祉型児童発達支援センターの拡充
- 療育センター再整備基本計画の策定
- 障害者差別解消に向けた取り組み

医療体制の充実

- 総合診療医の育成・確保に向けた支援

健康づくりの促進

- ★健康ポイントモデル事業による健康づくりの促進

消防・救急体制の充実

- 津久井消防署、青根分署の整備に向けた取り組み ●救急高度化の推進

地域防災力の向上

- 自主防災組織や避難所運営協議会などの支援
- 土砂災害警戒区域等における警戒避難体制の整備

暮らしにおける安全・安心の確保

- 消費生活センターの機能強化 ●空き家等対策の推進
- ★防犯カメラの設置促進 ●DV(ドメスティックバイオレンス)対策の推進

地域福祉の推進

- 生活困窮者・生活保護受給者の自立に向けた支援

基地対策

- 基地返還や航空機騒音の解消などに向けた取り組み
- 相模総合補給廠の一部返還地と共同使用区域の市民利用に向けた取り組み

2 将来を担う世代の健やかな成長と豊かな心を育む環境づくり

子どもを生き育てやすい環境づくり

- 小児医療費・妊婦健康診査費・特定不妊治療費の助成
- 民間保育所・小規模保育事業所の整備
- 認定保育室の認可化
- 保育人材の確保
- 「さがみはら児童厚生施設計画」の見直し
- 放課後子ども教室の実施



学校教育・教育環境の充実

- きめ細かな支援を目的とした児童支援専任教諭の配置の拡充
- 青少年教育・相談事業の充実
- 校舎改造、トイレ改修、空調設備の整備など、教育環境の整備
- 中学校給食の充実
- 県費負担教職員の事務・権限の移譲に向けた準備

子どもの権利保障の推進

- 子どもの権利の侵害に関する相談、救済などの取り組み

3 にぎわいと活力に満ち、魅力あふれる都市づくり

広域交流拠点の形成

- 橋本駅周辺整備に向けた取り組み
- 相模原駅周辺整備に向けた取り組み
- JR横浜線連続立体交差化に向けた調査・検討



広域交通ネットワークの充実

- 小田急多摩線の延伸に向けた取り組み
- 圏央道インターチェンジアクセス道路の整備に向けた取り組み
- 新しい交通システムの導入に向けた取り組み

圏央道インターチェンジ周辺における拠点の形成

- 相模原インターチェンジ周辺新拠点まちづくりに向けた取り組み
- 当麻地区整備促進事業の推進 ●麻溝台・新磯野地区整備事業の推進

安全で災害に強い都市基盤の整備

- 土木施設の予防保全的な維持管理 ●雨水管や雨水ますの整備などの浸水対策
- 住宅・建築物の耐震化の促進

戦略的な企業誘致の推進

- さがみはら産業集積促進方策(STEP50)の推進 ●業務系企業等の誘致策の検討

中小企業の支援

- 産業支援機関と連携した新製品等の研究開発や販路開拓などの支援
- 産業用ロボットの導入支援 ●中小企業融資制度による支援

地域商業・サービス業の振興

- 中心市街地のにぎわいづくりの促進 ●商店街の環境整備などの支援

都市農業の振興

- 農業の担い手の育成・確保 ●地産地消の推進

雇用対策の推進

- 市総合就職支援センターを中心とした就労支援
- 女性の活躍推進に向けた取り組み

4 環境を守り、自然と共生する社会づくり

地球温暖化対策

- 燃料電池自動車の普及促進
- 住宅用スマートエネルギー設備の導入促進
- 中小規模事業者に対する省エネルギー対策の推進
- 防犯灯の斉LED化

資源循環型社会の形成

- 旧南清掃工場跡地への粗大ごみ受け入れ施設、リサイクルスクエアの整備
- 北清掃工場の改良工事に向けた取り組み
- ★一般ごみ収集運搬体制の見直し

自然環境の保全

- 生物多様性の保全等に関する取り組み
- 相模原市市民の森の整備に向けた取り組み



5 地域の個性が光り、市民が誇りに感じるふるさとづくり

市民が主役の地域づくり

- さがみはら市民活動サポートセンターの運営体制の拡充
- さがみはら地域づくり大学の実施
- あじさい大学の充実
- 区制を生かしたまちづくりの推進



市民活動団体による活動発表の様子

生きがいを持ち心豊かに暮らせる環境づくり

- 公民館の老朽化等に伴う整備
- 美術館基本構想の策定

生涯スポーツ社会の実現

- (仮称)横山公園多目的フィールドの整備
- スポーツ・レクリエーションゾーン(相模総合補給廠共同使用区域内約10%)の整備に向けた取り組み
- ホームタウンチームなどとの連携、支援

本市の魅力の向上とシティセールス

- シティセールスの推進
- 観光エリアの形成の促進
- 2020東京五輪・さがみはらプロジェクトの推進
- 国際交流の推進

結びに

大きく変動する社会経済情勢の中、私たちが、将来にわたって豊かで幸せな暮らしを実現していくためには、先人たちが大切に築き上げ、引き継いでこられました、人と人との絆の力を遺憾なく発揮し、さまざまな困難にも臆することなく、新しい時代を切り拓いていくことが必要であります。

共に拓く新しい未来が、全ての市民の皆さまの笑顔があふれる、潤いのあるまちにつながることを信じ、これからも全力で市政運営に取り組んでまいります。

市民の皆さまの市政に対するご理解と一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます。





地域の安全・安心のために

さがみはら防災マイスター派遣制度を活用しましょう

「さがみはら防災スクール」で防災知識を学び、防災士の資格を取得した「さがみはら防災マイスター」を講師として派遣します。今年度は新たに54人が資格を取得しました。現在194人の防災マイスターが活躍しています。地域で防災講座などを実施する際には、ぜひ活用してください。

- ① 市内在住か在勤・在学の10人以上の団体
- ② 市防災協会にある申請書(市ホームページにも掲載)を直接かファクスで、同協会(☎042-753-0374 ☎042-753-9971)へ

防災マイスターによる講座内容

防災講座

大規模災害時の自助と共助について

災害図上訓練(DIG)

地図上で危険箇所などを確認し、地域の防災力を理解する訓練

避難所運営ゲーム(HUG)

避難所の運営方法を学ぶための、カードを使った模擬体験ゲーム

クロスロード

災害現場での葛藤が書かれたカードを使い、その課題について話し合うゲーム



DIGの様子

全戸配布 さがみはら防災ガイドブック

災害に対する日頃の備えや地域の協力体制を築くために必要な知識をまとめました。

配布期間 3月28日(月)まで

配架場所 危機管理課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所など

対象地区の住民・事業者へ配布 土砂災害ハザードマップ

(緑区鳥屋版、青野原版、青根版、与瀬・小原版、千木良版、若柳・寸沢嵐版) 土砂災害の恐れがある場所や避難場所などを表示した地図です。災害時の避難行動に役立ててください。

配布期間 3月22日(火)まで

配架場所 危機管理課、緑区役所行政資料コーナー、津久井・相模湖まちづくりセンター、鳥屋・青野原・青根出張所

※配布期間を過ぎても届かない場合は、危機管理課へ連絡してください。

※市ホームページにも掲載しています。

☎危機管理課 ☎042-769-8208

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、窓口を開設します。電話での相談も受け付けます。

☎ 休日=3月13日(日)・19日(土) 午前9時～午後4時

夜間=3月14日(月)・22日(火) 午後5時30分～7時

会場	相談・問い合わせ
納税課※(市役所第2別館2階)	☎042-769-8300
緑市税事務所(緑区合同庁舎5階)	☎042-775-8808
南市税事務所(南区合同庁舎3階)	☎042-749-2163

※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、市役所本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

提出した所得税の確定申告書に 誤りがあったときは

☎相模原税務署

☎042-756-8211

3月15日(火)まで

正しい計算に基づいて新たに確定申告書を作成し、上部に「訂正申告書」と書いて、相模原税務署へ提出してください。

3月16日(水)から

○納付税額が減少するか還付税額が増加する場合は、「更正の請求書」を相模原税務署へ提出してください。

※更正の請求ができる期間は、法定申告期限から5年以内です。

○納付税額が増加するか還付税額が減少する場合は、「修正申告書」を相模原税務署へ提出してください。

※加算税、延滞税がかかる場合があります。

募集 地域活性化事業交付金助成事業

地域の課題解決に向けて自主的に取り組む事業に対して交付します。

対象事業 各地区の活性化につながる事業 提案者の要件 5人以上の団体

事業の実施期間 4月～平成29年3月

※対象地区や交付条件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

優先的に交付する事業

- 自治会への加入促進
- 地域活動の新たな担い手の育成
- 参加者増加となる地域活動
- NPO・企業・ボランティア団体などとの連携
- 各地区のまちづくり会議で定めた地区特有の課題解決

④各まちづくりセンターにある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を活動予定地区のまちづくりセンターへ

※提出期限や優先的に交付する事業は、地区ごとに異なります。

※申し込み前に、事業内容などを提出先のまちづくりセンターへ相談してください。特に4・5月に事業を予定している場合は、早めに相談してください。

☎市民協働推進課 ☎042-769-8226

生き生きシニアのための 地域活動補助金事業実施団体を募集

栄養改善や認知症予防など、介護予防活動に取り組む団体に補助金を交付します。

対象活動期間 4月～平成29年3月

Aコース

④次の全てに該当する団体=30団体(選考)

- 原則月1回、年12回以上活動
- 1回当たりの開催時間は90分程度
- 資格を持つ人による介護予防講話(栄養、口腔機能向上、認知機能低下予防など)を年6回以上実施

○運営スタッフとして、市が養成している介護予防サポーター(悠遊シニアスタッフ)を2人以上配置

補助金額 1年間10万円

Bコース

④次の全てに該当する団体=15団体(選考)

- 原則月2回、年18回以上活動
- 1回当たりの開催時間は60分程度

補助金額 1年間5万円

..... 共 通

※他の補助金を受けているか受ける予定のある活動を行っている団体、政治・宗教や営利を目的とする団体は対象外

④3月22日までに、直接、高齢者支援課(☎042-769-9249)へ

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

ご意見をお寄せください



パブリックコメント

①相模原市空き家等対策計画(案)

空き家が地域住民の生活環境に及ぼす深刻な影響に対し、生活環境の保全や空き家の活用を促進するための対策などについて定める計画

担当課 生活安全課 ☎042-769-8229 ☎042-757-2941

☑seikatsuanzen@city.sagamihara.kanagawa.jp

ご意見をお待ちしています



意見募集

②障害者差別解消法に基づく職員対応要領(案)

4月からの障害者差別解消法の施行に伴い、市職員の障害者への対応について定める要領

担当課 障害政策課 ☎042-707-7055 ☎042-759-4395

☑shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp

線引き全市見直しに関する説明会

おおむね5年ごとに実施される線引き(都市計画区域の区域区分)の見直しについて、本市の方針などを説明します。

希望者は直接会場へ

日にち	時間	会場
3月12日(土)	午前10時	相模湖総合事務所
	午後2時	津久井保健センター
	午後6時	緑区合同庁舎
3月13日(日)	午前10時	消防指令センター
	午後2時	南区合同庁舎

☎都市計画課 ☎042-769-8247

シーズン開幕! ホームタウンチームを応援に行こう!

市ホームタウンチームのSC相模原とノジマステラ神奈川相模原の開幕戦が、相模原ギオンスタジアムで行われます。本市の誇りを背負って戦うホームタウンチームに、熱い声援をお願いします。
※試合日程やチケットの購入方法など詳しくは、各チームのホームページをご覧ください。

サッカー(J3リーグ所属) SC相模原

スローガン MOVE
TOPICS 昨シーズンはJ3リーグで4位に終わったSC相模原。新加入した元日本代表ゴールキーパーの川口能活選手がキャプテンとして若いチームを引っ張り、リーグ優勝をめざします。

相模原のために、持てる力の全てを發揮して頑張ります!

開幕戦

日にち	時間	対戦相手
3月13日(日)	午後1時	FC東京U-23

〒252-0244 中央区田名4834
☎042-810-7777

川口能活選手
キャプテン

女子サッカー(なでしこリーグ2部所属) ノジマステラ神奈川相模原

スローガン 志実 2016 ~瞬間は今~
TOPICS 昨シーズンはなでしこリーグ2部で2位となるも、入れ替え戦に敗れ、惜しくも1部昇格を逃したノジマステラ神奈川相模原。今季こそはリーグ優勝を果たし、1部への自動昇格を狙います。

全員で走り切るステラのサッカーで必ず優勝します!

開幕戦

日にち	時間	対戦相手
3月26日(土)	午後1時	ニッパツ横浜FCシーガルズ

〒252-0244 中央区田名4834
☎046-298-3881

尾山希選手
キャプテン

アメリカンフットボール(Xリーグ所属) ノジマ相模原ライズ

昨シーズンは、アメリカンフットボールの最高峰・Xリーグで優勝を逃したものの、3年ぶりにファイナルステージへ進出し、見事に3位という好成績を収めたノジマ相模原ライズ。4月24日からは、東日本王者をめざし、パールボウルトーナメントに挑みます。

〒252-0244 中央区田名4834
☎042-815-3094

ラグビーフットボール(トップイーストリーグ所属) 三菱重工相模原ダイナボアーズ

昨シーズン、ラグビー・トップリーグの2部に相当するトップイーストリーグで3連覇した三菱重工相模原ダイナボアーズ。トップリーグとの入れ替え戦に進出するも、NECグリーンロケッツに敗れ、トップリーグへの昇格は果たせませんでした。現在、来期の昇格に向け、トレーニングに励んでいます。

〒252-0244 中央区田名4834
☎042-761-2686

**新緑がきれいで、爽やかな風が吹く相模川の空に鯉のぼりを泳がせてみませんか
泳げ鯉のぼり相模川 鯉のぼり募集**

4月29日(祝)～5月5日(祝)に、子どもたちの健やかな成長を願って約1,200匹の鯉のぼりを泳がせます。家庭に使用なくなった鯉のぼりがあれば、ぜひ寄贈してください。
※材質や傷み具合により、泳がすことが難しい鯉のぼりは、丁寧に供養します。

④3月31日(必着)までに、鯉のぼりを直接(土・日曜日、祝日等を除く)か郵送で、泳げ鯉のぼり相模川実行委員会事務局(田名まちづくりセンター内 〒252-0244 中央区田名4834)へ

〒252-0244 中央区田名4834
☎042-770-7777

初節句の鯉のぼりも募集しています
子どもが初節句の場合は、鯉のぼりに下図のとおり名前を書いてください。



毎月第3日曜日は体験教室の日!
弓矢作り

竹で弓矢、黒曜石で矢じりを作り、射的体験をします。

④3月20日(祝) 午後2時～4時
⑤旧石器ハテナ館
⑥小学生以上
※小学生は保護者同伴
⑦30人(申込順)
⑧100円(材料代)
⑨電話で同館(☎042-777-6371)へ



町田市・相模原市ライトダウン
～まちだ・さがみはら絆・創・光～

電気を消して星を仰ぐことで、あらためて東日本大震災を思い返し、地球温暖化防止や大気環境(光害)について考え、節電や省エネ活動につなげます。

3月11日(金) 午後7時～8時はライトダウンにご協力を!
当日は生活や事業活動に支障のない範囲で、屋外照明などの消灯に、ご協力をお願いします。

FM HOT 839 (エフエムさがみ)
3・11 防災特番「まちだ・さがみはら絆・創・光」
ライトダウンの様子などを中継を交えて紹介します。

④3月11日(金) 午後4時～8時
☎042-769-8240

関連イベント
～あれから5年～環境情報センター特別写真展
～桜とみつめる東日本大震災～

市内在住の写真家・伊藤洋佑さんが撮影した、震災後の東北に咲く桜の写真を展示します。

④5月8日(日)まで 午前9時～午後5時
休所日 3月6日(日)・17日(木)・21日(休)、4月16日(土)・21日(休)・29日(祝)
⑤環境情報センター
☎042-769-9248

JAXAによる講演会と星空観望会(町田市会場)

JAXA宇宙科学研究所広報担当の大川さんらによる「星空を見上げて、地球のことを考えよう」をテーマにした講演会や星空観望会を通して、地球温暖化や光害の防止などについて考えます。

	日にち	時間	会場
講演会	3月11日(金)	午後6時～7時	まちだターミナルプラザ(町田市原町田)
観望会		午後7時～8時 (雨天中止)	まちだターミナルパーキング屋上(町田市原町田)

⑥市内か町田市に在住・在勤・在学の小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
※希望者は直接会場へ
☎042-724-4391

市立博物館へ行こう 〒252-0221 中央区高根3-1-15
☎042-750-8030

考古企画展「相模原市の遺跡2016
つくいの発掘 いくつも見発見!

津久井地域の旧石器時代から近世までの遺跡を紹介します。また、最新の発掘調査速報展と市指定文化財に指定予定の考古資料の特別公開も同時開催します。

④3月19日(土)～5月8日(日) 午前9時30分～午後5時

○記念講演会
④3月21日(休) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
講内川隆志さん(國學院大學学術資料センター教授)
中山誠二さん(山梨県教育庁学術文化財課文化財指導監)
⑤各200人(先着順)
○学芸員による展示解説
④3月27日(日)、4月17日(日)、5月8日(日) 午後2時～2時30分
○ワークショップ
土器の塗り絵、ジグソーパズルなど、自由に参加できます。
④3月27日(日)、5月5日(祝) 午前10時～午後4時
※材料がなくなり次第終了となるものもあります。

さがみはら宇宙の日・部分日食観望会 欠けた太陽を見よう

日本国内で約4年ぶりに見られる日食を、望遠鏡や日食メガネを使って観望します。悪天候の場合は、日食と太陽についての解説などを行います。

④3月9日(水) 午前9時50分～午後0時10分
※希望者は直接会場へ

民俗講話 地域の祭り

市内神社などで行われていた祭りの特徴などをお話します。

④3月12日(土) 午後2時～4時
⑤120人(先着順) ※希望者は直接会場へ

星空観望会(4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。

④4月16日(土)・29日(祝) 午後7時30分～9時30分
⑤各120人(申込順。1組4人まで) ※中学生以下は保護者同伴
⑥開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

休館日 月曜日(3月21日を除く)、3月22日(火)、5月6日(金)

社会性や自主性を育む 青少年活動に参加しませんか

仲間と協力しながらさまざまな経験をすることができる青少年活動は、喜びや感動、達成感を通して青少年の心に自信を芽生えさせるきっかけづくりになります。また、団体行動の中で社会性や協調性を身に付け、自ら率先して行動する力を育てます。

友達たくさん
できるかな!

子ども会

それぞれの子ども会では、地域のお祭りやキャンプ、スポーツ大会、クリスマス会などの楽しいイベントを行っています。ほかの学校や違う学年に友達の輪が広がることで、社会性を身に付けることができます。また子ども会を支える大人やジュニアリーダーのお兄さんやお姉さんの姿から、互いに協力すること、人を思いやる心を学びます。

育成団体 市子ども会育成連絡協議会

ジュニアリーダーのみんなも
子ども会活動をサポート



▲市内の子ども会が集まるイベントもあります

私たち子ども会
出身!子ども会は
楽しい!



ボーイスカウト ガールスカウト

市内ではボーイスカウト8個団、ガールスカウト2個団が、キャンプやハイキングなどのアウトドア活動のほか、相模川や境川の清掃などのボランティア活動を行っています。

自然の中で仲間との絆を深めるとともに、活動を通して自主性やリーダーシップ、社会性を身に付けます。

対 市内在住の年長～中学生

育成団体 相模原スカウト連絡協議会

自然を知ろう!
楽しもう!



▲たくましく生きる力を育てます

自然の中で
一緒に冒険しよう!



少年鼓笛バンド

市内では小学生隊12隊と中学生以上のリーダー隊1隊の全13隊が活動しています。それぞれの隊の特徴を生かして、個性あふれる演奏活動を行っています。

仲間と一つになって演奏に取り組み、協調性やチームワークを養うとともに達成感を得ることで、自分に対する自信も身に付きます。

対 市内在住の小学生

育成団体 市少年鼓笛バンド連盟



▲ステージでは息もぴったり

楽器と仲間に囲まれて♪
練習も楽しいよ!



少年少女合唱団

12月にはクリスマスコンサート、3月には定期演奏会を開催しています。市民桜まつりなどのイベントにも参加しています。練習は土・日曜日に青少年学習センターで行うほか、春と夏には合宿もしています。仲間と心を通わせ、歌声を合わせてハーモニーを生み出す合唱は、高い感受性や協調性を育みます。

対 市内在住か在学の小学生～高校生

育成団体 市少年少女合唱団育成会

心と歌声を
合わせて♪



▲会場いっぱい歌声が響きます

一緒に合唱しませんか?
見学も大歓迎です♪



市内27地区
の青少年指導員が連
携して、指導力の充実
を図り、地域での青少
年活動を推進します。

青少年指導員
連絡協議会

鼓笛まつり

市内12隊の小学生鼓笛隊と中学生・高校生のリーダー隊が、日頃の練習の成果を発表します。

時 3月20日(祝)

午前10時30分～午後5時

会 市民会館

定 1,200人(先着順)

※希望者は直接会場へ

市少年少女合唱団定期演奏会

小学生～高校生の団員が、ディズニーソングやオリジナル曲などを歌います。

時 3月20日(祝)

午後1時30分～3時30分

会 市のホールはしもと

定 300人(先着順)

※希望者は直接会場へ

※活動日時や入会方法など、詳しくはお問い合わせください。 問 青少年学習センター ☎042-751-0091



介護予防・日常生活支援総合事業 (総合事業)が始まります



総合事業とは？

これまで要支援1・2の人に、全国一律の基準で介護予防給付として提供されていた訪問介護(ホームヘルプサービス)と通所介護(デイサービス)は、4月から本市が独自の基準で実施する「総合事業」に移行します。

総合事業へ移行後も、これまでの訪問介護や通所介護などの専門的なサービスは、引き続き利用できます。このほか新たに「短期集中予防サービス」を実施します。さらに、ボランティア、各種団体

などによる住民主体サービスなど多様なサービスも順次始まります。

こうしたサービスを利用できるのは、要支援1・2の人と、高齢者支援センターで実施する基本チェックリストの結果により、機能の低下などが確認された人(事業対象者)となります。

※要介護1～5の人は、今回の制度改正には該当しません。



※は、28年度も引き続き「介護予防給付」となります。

	現在と同じ訪問介護	現在と同じ通所介護
サービス内容	身体介護や生活援助などのホームヘルプサービス	機能訓練やレクリエーション、送迎などのデイサービス
サービス開始時期	4月 ※現在、訪問介護や通所介護を利用している人は、要支援認定の更新時に手続きが必要です。担当のケアマネジャーが高齢者支援センターに相談してください。	
利用者の負担	1割か2割(一定以上所得者)	1割か2割(一定以上所得者)、食費等実費分
サービス対象	要支援1・2の人、事業対象者(基本チェックリストに該当する人)	
相談する窓口	住んでいる地区の高齢者支援センター	

※4月からは、高齢者支援センターなどがサービス計画(ケアプラン)を作成します。

※これまで65歳、70歳など、5歳ごとの節目年齢の人に基本チェックリストを郵送し、介護予防の必要性を判定していましたが、4月からは高齢者支援センターでの相談や訪問の際に判定します。

短期集中予防(訪問・通所)サービスは、高齢者支援センターが実施する基本チェックリストの判定の結果、身体機能等の低下がみられるが、短期間(3カ月)の集中的な支援によって改善が見込まれる人を対象に、訪問か通所型のサービスを実施します。利用者の負担はありません。

現在と同じ訪問・通所介護について
高齢政策課 ☎042-707-7046

短期集中予防サービスについて
高齢者支援課 ☎042-769-9249

いきいき百歳体操始めませんか

いきいき百歳体操は、高齢者の筋力向上を主な目的として考案されました。「重錘バンド」という負荷が調整できる重りを手首や足首に巻き、DVDで体操の映像を見ながら、手足をゆっくりとしたペースで動かす体操です。

現在、市内5団体がモデル事業を実施し、参加者からは、「階段の上り下りが楽になった」など、喜びの声が届いています。

市では、この取り組みを広げていくために、希望するグループに対して、DVDなどの貸し出しや専門職の派遣などの支援を行います。この機会に、いきいき百歳体操を始めてみませんか。



参加者の声

- ① 歩いて、つまづくことがなくなりました。
- ② なかなか取れなかった膝の痛みがなくなりました。
- ③ 一人で続けるのは難しいけれど、みんなで見ながら取り組むと、楽しく続けられます。



淵野辺自治会の皆さん

- 実施の条件**
- ① 5人以上のグループで、半数以上が65歳以上
 - ② 週1・2回実施する
 - ③ 実施する会場と、映像を映す機材を用意できる
 - ④ まず3カ月試行し、その後自主的に継続できる

- 支援の内容**
- ① 重錘バンドとDVDの無償貸与
 - ② 体操のポイントを習得するための専門職の派遣(2回)
 - ③ 定期的な体力測定



随時受け付けています。
気軽にお問い合わせください。

高齢者支援課 ☎042-769-9249





スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

相模原市こどもデー プロ野球観戦にご招待

横浜DeNAベイスターズ1軍公式戦に、市内親子ペア合計5,000人を抽選で無料招待します。
 会 横浜スタジアム(横浜市中区)
 対 市内在住か在学の小・中学生とその保護者
 申 3月2日～22日に、横浜DeNAベイスターズホームページの専用応募フォーム(<https://dena.baystars.co.jp/child/form/>)から申し込んでください。
 ※必ず保護者が申し込んでください。

日にち	時間	対戦チーム	日にち	時間	対戦チーム
3月30日(水)	午後6時	巨人	4月20日(水)	午後6時	広島
3月31日(木)			阪神		4月26日(火)
4月1日(金)		東京ヤクルト			4月27日(水)
4月8日(金)	4月28日(木)				
4月9日(土)	5月10日(火)				
4月10日(日)	5月11日(水)				
4月19日(火)	午後6時	広島	5月12日(木)		

©YOKOHAMA DeNA BAYSTARS

※チーム名は略称

横浜DeNAベイスターズチケットインフォメーション

☎0120-35-4580(月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後6時)

親子で楽しむ凧作り教室



小学生でも簡単にできるダイヤ凧作りと凧揚げを楽しめます。
 時 3月26日(土)午後1時30分～4時
 会 相模の大凧センター
 対 子どもとその保護者=20人(申込順) ※小学生以上は1人でも参加可
 費 500円(材料費など)
 申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

フリーマーケット&おもちゃの病院

時 3月13日(日)午前10時～午後2時(雨天中止)
 ※おもちゃの病院の受け付けは午後1時30分まで
 会 橋本台リサイクルスクエア
 ※希望者は直接会場へ
 ※壊れたおもちゃの修理は1人2点まで(部品代は有料)
 ※出店者の募集は終了しました。



☎資源循環推進課 ☎042-769-8334

市民健康文化センター

〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776

教室名	日にち	時間	対象
水泳(全10回) 費①～⑦各5,500円⑧1組7,500円 ※プール利用料が別途必要			
①年少・年中幼児水泳	4月19日～7月5日 の毎週火曜日 (5月3日、6月14日を除く)	午後3時30分～4時15分	3歳～5歳
②小学1・2年生水泳		午後4時30分～5時30分	小学校新1・2年生
③小学3～6年生水泳		午後5時45分～6時45分	小学校新3～6年生
④平泳ぎ	4月20日～7月6日 の毎週水曜日 (5月4日、6月15日を除く)	午前11時～正午	18歳以上
⑤年長幼児水泳		午後3時30分～4時15分	5歳・6歳
⑥小学1・2年生水泳		午後4時30分～5時30分	小学校新1・2年生
⑦小学3～6年生水泳		午後5時45分～6時45分	小学校新3～6年生
⑧初心者水泳	4月21日～7月7日 の毎週木曜日 (5月5日、6月16日を除く)	午前11時～正午	18歳以上
⑨レベルアップ水泳		午後0時15分～1時15分	25m以上泳げる18歳以上
⑩年少・年中幼児水泳		午後3時30分～4時15分	3歳～5歳
⑪小学1・2年生水泳		午後4時30分～5時30分	小学校新1・2年生
⑫小学3～6年生水泳		午後5時45分～6時45分	小学校新3～6年生
⑬初心者水泳	4月22日～7月8日 の毎週金曜日 (4月29日、6月17日を除く)	午前11時～正午	18歳以上
⑭クロール中級		午後0時15分～1時15分	25m以上泳げる18歳以上
⑮年長幼児水泳		午後3時30分～4時15分	5歳・6歳
⑯小学1・2年生水泳		午後4時30分～5時30分	小学校新1・2年生
⑰小学3～6年生水泳		午後5時45分～6時45分	小学校新3～6年生
⑱親子水泳	4月23日～7月2日 の毎週土曜日 (6月18日を除く)	午前10時～10時45分	3歳～5歳の子どもとその保護者
スポーツ教室(全10回) 費⑲～⑳㉑㉒各5,500円㉓1組7,500円			
⑲いきいき健康	4月19日～7月5日 の毎週火曜日 (5月3日、6月14日を除く)	午後1時30分～2時30分	65歳以上
⑳ヨガ		午後3時～4時	
㉑アロマストレッチ	4月20日～7月6日 の毎週水曜日 (5月4日、6月15日を除く)	午前9時30分～10時30分	18歳以上
㉒親子ふれあいヨガ		午前11時～正午	開催期間中に10カ月になる乳児～2歳児とその保護者
㉓初級エアロビクス	4月22日～7月8日 の毎週金曜日 (4月29日、6月17日を除く)	午前9時30分～10時30分	18歳以上
㉔フラダンス		午前11時～正午	
定①～⑰⑲～㉑㉒各30人⑱㉒各20組(抽選) 申 3月20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、①～⑰は希望曜日を書いて、同センターへ			

市体育協会からののお知らせ

市体育協会 ☎042-751-5552 ㉒042-751-5545
 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
 ㉒taikyo@jade.dti.ne.jp ㉒http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

グラウンド・ゴルフ交流大会

時 3月10日(木) 午前8時30分～11時45分
 会 下溝古山公園スポーツ広場
 費 500円(市レクリエーション協会員は300円)
 ※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

初級・中級水泳教室(全10回)

時 ①4月5日～6月14日の毎週火曜日(5月3日を除く)午前10時～11時30分
 ②4月6日～6月15日の毎週水曜日(5月4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 市内在住か通勤・在学の18歳以上
 定 ①70人②60人(抽選)
 費 各6,000円
 申 3月10日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、①か②、「初級・中級水泳教室」と書いて、同協会へ

春休みジュニアボウリング教室(全3回)

時 3月28日(月)～30日(水) 午前10時～正午
 会 ①相模原パークレーンズ(中央区相模原) ②相模ファーストレーン(中央区相模原)
 対 市内在住か通勤・在学の小・中学生
 定 各20人(申込順)
 費 各1,500円
 申 3月17日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名、年齢、学年、性別、電話番号、「春休みジュニアボウリング教室」と書いて、各会場(①☎042-755-1110 ㉒042-755-1100②☎042-755-1088 ㉒042-754-1503)へ
 ※町田ボウリングセンター(☎042-742-3692)でも申し込みます。



成人水泳教室(全10回)

時 4月5日～6月14日の毎週火曜日(5月3日を除く)午前9時～9時50分
 会 さがみはらグリーンプール
 対 市内在住か通勤・在学の18歳以上で、クロール・背泳ぎができる人
 定 30人(抽選)
 費 6,000円
 申 3月10日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「成人水泳教室」と書いて、同協会へ

市民少林寺拳法選手権大会

時 4月17日(日)午前9時
 会 総合体育館
 対 市内在住か通勤・在学の人
 申 3月18日までに、電話で同協会へ
 ※種別など、詳しくは同協会ホームページをご覧ください。

春季ペタンク競技大会

時 4月9日(土)午前8時～午後3時30分
 会 相模原麻溝公園スポーツ広場
 対 市内在住か通勤の人=150人(申込順)
 費 700円(市ペタンク協会員は500円)
 申 3月24日(必着)までに、はがきに全員の住所・氏名(ふりがな(代表者に○))・電話番号、チーム名、「ペタンク大会」と書いて、市体育協会へ
 ※個人での参加も可能です。

レクリエーション・インストラクター資格取得講習会(全9回)

時 5月15日～10月2日の原則毎月第1・第3日曜日 午前9時～午後4時
 会 産業会館、けやき会館
 対 18歳以上=30人(申込順)
 費 3万5,000円(テキスト代など)
 申 4月15日(必着)までに、はがきかファクスに住所、氏名、電話番号、「資格取得講習会」と書いて、同協会へ

さがみはらグリーンプール 施設の催し・教室

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

無料開放 プールとトレーニング室を無料開放します。 **希望者は直接会場へ**
 ③3月20日(祝)午前9時～午後9時30分(入場は午後9時まで)

教室名	日にち	時間	対象	定員(申込順)
①健康エクササイズ	3月8日(火)	午後2時30分～3時30分	40歳以上	15人
②バランスボール		午後4時～5時	18歳以上(高校生を除く)	10人
③転倒予防	3月9日(水)	午後4時30分～5時30分	40歳以上	各15人
④ウォーキング	3月15日(火)	午後3時～4時	18歳以上(高校生を除く)	
⑤お腹引き締め	3月16日(水)	午後4時30分～5時30分	18歳以上(高校生を除く)	各30人
⑥泳力向上トレーニング(全4回)	3月22日(火)～25日(金)	午後5時～6時30分	バタ足で25m泳げる小・中学生	
⑦競泳スタート(全2回)	3月29日(火)・30日(水)	午後1時30分～2時30分	18歳以上(高校生を除く)	20人
⑧ZUMBA(全10回)	4月3日～6月5日の毎週日曜日	午後4時45分～5時45分	15歳以上(中学生を除く)	
⑨ジャズダンス(全10回)	4月5日～6月21日の毎週火曜日(5月3日・31日を除く)	正午～午後1時	18歳以上(高校生を除く)	各15人
⑩気功(全10回)	4月5日～6月28日の毎週火曜日(5月3日・17日・24日を除く)	午前9時30分～10時30分		
⑪リラクゼーションヨガ(全10回)	4月5日～6月14日の毎週火曜日(5月3日を除く)	正午～午後1時	15歳以上(中学生を除く)	各15人
	4月7日～6月16日の毎週木曜日(5月5日を除く)	午後7時30分～8時30分		
⑫バレエ(全10回)	4月5日～6月14日の毎週火曜日(5月3日を除く)	午後1時15分～2時15分	18歳以上(高校生を除く)	20人

費①～⑤各200円⑥⑧～⑩⑫各6,000円⑦2,000円⑪各1万円
 申開催日前日までに、直接(①～⑦)は電話も可)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

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)
体操 費①4,950円②③⑤⑥各6,600円④1万200円				
①ストレッチ&ヨガ(全9回)	4月5日～7月5日の毎週火曜日(4月12日、5月3日・17日・24日、6月14日を除く)	午後1時～2時	16歳以上★	40人
②練功&骨盤体操(全12回)	4月7日～7月14日の毎週木曜日(5月5日・19日・26日を除く)	午後3時30分～4時30分		20人
③健康体操(初級)(全12回)	4月8日～7月15日の毎週金曜日(4月29日、5月20日・27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
④プールサイドでホットヨガ(全12回)	4月11日～7月11日の毎週月曜日(5月23日・30日を除く)	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12回)	4月11日～7月11日の毎週月曜日(5月23日・30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
⑥元気アップ!シニア体操(全12回)		午前9時30分～10時30分	65歳以上	15人
水泳 費⑦～⑩各9,350円⑪～⑬各1万200円⑭9,000円				
⑦大人のための水泳教室(初級)(全11回)	4月6日～7月6日の毎週水曜日(5月4日・18日・25日を除く)	午前9時20分～10時20分	16歳以上の初心者★	10人
⑧大人のための水泳教室(中・上級)(全11回)		午前11時20分～午後0時20分	16歳以上の中級者★	
⑨プールだいすき!②(全11回)	4月8日～7月15日の毎週金曜日(4月29日、5月20日・27日を除く)	午後4時20分～5時20分	3歳～小学校新2年生の初心者	各20人
⑩目指せ25mクロール①(全11回)		午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生	
⑪プールだいすき!③(全12回)	4月11日～7月11日の毎週月曜日(5月23日・30日を除く)	午後4時20分～5時20分	5歳～小学校新3年生の初心者	各15人
⑫目指せ25mクロール②(全12回)		午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生	
⑬プールだいすき!①(全12回)	4月11日～7月11日の毎週月曜日(5月23日・30日を除く)	午後4時20分～5時20分	5歳～小学校新3年生の初心者	20人
⑭チャレンジスイム(初級)(全12回)		午後5時30分～6時30分	5m以上泳げる小学生	
⑮チャレンジスイム(中級)(全12回)	4月11日～7月11日の毎週月曜日(5月23日・30日を除く)	午後5時30分～6時30分	25m以上泳げる小・中学生	20人
⑯アクアストレッチ(全12回)		午後7時～7時45分	16歳以上	

★は高校生を除く
 申3月10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
①JAXA宇宙科学～宇宙の神秘とばたばたキューブづくり～	3月28日(月)	午前10時30分～正午	小学生以上(小学校新3年生以下は保護者同伴)	30人(申込順)
②いきいきウォーキング(全10回)	4月5日～6月14日の毎週火曜日(5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)	各25人(申込順)
③はつらつジョギング(全10回)		午前11時～午後0時15分		
④シニア健康体操(全10回)		午後2時～3時30分	60歳以上	30人(申込順)
⑤ソフトエアロ&ストレッチ(全10回)	4月8日～6月24日の毎週金曜日(4月29日、5月27日を除く)	午後2時～3時30分	18歳以上(高校生を除く)	各20人(抽選)
	4月11日～6月20日の毎週月曜日(5月2日を除く)	午前10時30分～正午		
⑥小学生サッカー(全5回)	4月12日～5月17日の毎週火曜日(5月3日を除く)	午後4時30分～5時30分	小学校新1・2年生 小学校新3・4年生	各15人(申込順)
⑦キッズスポーツ低学年(全20回)	4月13日～9月14日の毎週水曜日(5月4日、8月10日・17日を除く)	午後4時～5時	小学校新1・2年生	25人(抽選)
⑧キッズスポーツ中学年(全10回)	4月13日～6月22日の毎週水曜日(5月4日を除く)	午後5時15分～6時15分	小学校新3・4年生	25人(申込順)
⑨中国体操&ストレッチ(全10回)		午前9時30分～10時30分	18歳以上(高校生を除く)	20人(申込順)

費①300円②～⑤⑨各5,000円⑥各4,000円⑦6,000円⑧3,000円
 申3月⑤15日⑦20日(①～④⑥⑧⑨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)、年齢、電話番号、教室名、⑤は希望曜日を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

銀河アリーナ 施設の教室

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

教室名	日にち	時間	対象
やさしいフラダンス(全10回)	4月20日～6月22日の毎週水曜日	午後2時30分～4時	18歳以上の初心者(高校生を除く)
フラダンス(全10回)	4月21日～6月23日の毎週木曜日	午前10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く)

定各20人(申込順) 費各6,000円
 申4月18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

総合体育館 施設の教室

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

教室名	日にち	時間	対象
①体験キッズチアダンス	3月27日(日)	午前10時～11時	4歳～小学校新4年生
②スタイルアップヨガ(全10回)	4月5日～6月14日の毎週火曜日(5月3日を除く)	午前9時30分～10時30分	15歳以上(中学生を除く)
③リズム体操ストレッチ(全10回)		午前10時45分～11時45分	
④バレエストレッチ(全10回)		午後1時～2時	
⑤ZUMBA(全10回)	4月6日～6月15日の毎週水曜日(5月4日を除く)	午前10時～11時	15歳以上(中学生を除く)
⑥ピラティス(全10回)		午前10時30分～11時45分	
⑦かんたんフラダンス(全10回)	4月7日～6月2日の毎週木曜日(5月5日を除く)	午後1時～2時	4歳～小学生
⑧ノルディックウォーキング(全8回)※		午前10時30分～正午	
⑨やさしいヨガ(全10回)	4月7日～6月16日の毎週木曜日(5月5日を除く)	午前9時30分～10時30分	15歳以上(中学生を除く)
⑩初心者ジャズダンス(全10回)		午後1時～2時15分	
⑪ちびっこジャズダンス(全10回)	4月8日～6月17日の毎週金曜日(4月29日を除く)	午後4時～5時15分	4歳～小学生
⑫初・中級バドミントン(全10回)		午前10時～11時30分	

定①25人②～⑩各30人⑪60人(抽選)
 費①800円②～④⑦⑨⑪各5,500円⑤⑥⑧⑩⑫各4,500円
 ※ポールレンタル料は別途1回200円
 申3月18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(小学生は学年)、電話番号、教室名を書いて、同館へ

情報あ・ら・かると

お知らせ

小・中学校への就学費用を援助

子どもの小・中学校への就学に当たり、経済的な理由で困っている人に学用品費や給食費などの一部を援助

対 国公立の小・中学校か中等教育学校(前期課程)等に在学する市内在住の子ども

の保護者で、①か②に該当する人
①収入が少ない(審査あり)
②目安となる年間総所得上限額※

世帯人数	年間総所得上限額
2人	214万円
3人	284万円
4人	350万円
5人	377万円

※平成27年中の世帯員全員の所得の合計額。給与所得者は源泉徴収票の「給与所得控除後の金額」、事業所得者は年間収入額から必要経費を差し引いた金額
※世帯構成などで、上限額を超えても該当する場合や、上限額未満でも該当しない場合あり

②27年度か28年度に次のいずれかに該当するか、申請予定

- 児童扶養手当を受けている
- 生活保護が停止・廃止になった
- 収入のある人全員に障害があるか寡婦・寡夫で、市民税が非課税

- 災害により市民税・固定資産税・個人事業税のいずれかが減免された
- 世帯員全員の国民健康保険税が減免か徴収猶予された

- 世帯員全員の国民年金の掛け金が減免された
- 社会福祉協議会から生活福祉資金の貸し付けを受けた

申請書記布場所 各市立小・中学校、各区役所区民課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・連絡所・公民館、学務課

※市ホームページにも掲載
甲 3月11日(新1年生は4月15日)までに、申請書と該当理由を証明する書類(コピー可)を子どもが就学する学校へ

※前年度に引き続き援助を希望する人も新たに申し込みが必要です。
※申し込みは29年2月28日まで随時受け付けますが、援助の開始は申請した月からです。
※生活保護(教育扶助)を受けている人は修学旅行費と医療費が援助対象ですが、申請書の提出は不要です。
問 市コールセンター(☎042-770-7777)

新たに申し込みが必要です。
※申し込みは29年2月28日まで随時受け付けますが、援助の開始は申請した月からです。

※生活保護(教育扶助)を受けている人は修学旅行費と医療費が援助対象ですが、申請書の提出は不要です。

問 市コールセンター(☎042-770-7777)

選挙人名簿・在外選挙人名簿の登録確認(縦覧)

対 選挙人名簿 平成8年3月2日までに生まれた人で、27年12月1日までに市の住民基本台帳に記録され、28年3月1日まで引き続き記録されている人

在外選挙人名簿 海外に転出し引き続き3カ月以上滞在して在外選挙人名簿への登録申請をした人のうち、3月2日までに同名簿に登録された人

※いずれも新規に登録された人
時 3月3日(木)~7日(月)

午前8時30分~午後5時
会 各区選挙管理委員会事務局(5日・6日は、緑区=緑区合同庁舎守衛室、中央区=市役所本館守衛室)

※縦覧希望者は直接会場へ(電話での登録確認はできません)
問 各区選挙管理委員会事務局

区	電話番号
緑	042-775-8820
中央	042-769-9259
南	042-749-2117

※5日・6日は、緑・中央区は市役所本館守衛室(☎042-754-1111)へ

市立診療所 外来診療日時の変更

4月から、市立青野原・千木良・藤野診療所の外来診療日・時間が変わります。

診療日	時間
火~土曜日	午前9時~正午 午後3時30分~5時

休診日 日・月曜日、祝日等、12月29日~1月3日

問 地域医療課

外国からの私費留学生に奨学金

年間7万円を2回に分けて贈呈。条件など、詳しくはお問い合わせください。

甲 3月15日までに、電話で相模原市国際交流協会事務局の坂野さん(☎042-754-6626)へ

平成27・28年度 小規模修繕業者名簿掲載の申請

同名簿は小規模修繕(土木、建築、電気、管などの簡易な修繕)の発注のときに、見積もり依頼の参考にします。

資格 一年以上該当業務を営み、国・地方税を完納していることなど

甲 毎月10日(消印有効)までに、市ホームページに掲載の申請書などを契約課(☎042-769-8217)へ

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

保育の仕事 出張相談会

保育士等就職支援コーディネーターによる個別相談会

日にち	時間	会場
3月10日(木)	午後1時30分~5時	あじさい会館
3月24日(木)		南保健福祉センター

対 市内の保育所などに就職を希望する人

甲 直接か電話で市総合就職支援センター(☎042-700-1618)へ

※毎週木曜日に同センターで保育士就職相談を開催

分譲マンション管理 無料相談会

時 3月12日(土)午後1時~5時
会 市民会館

対 市内マンション管理組合役員と居住者定5組(申込順)

甲 3月11日までに、電話で県マンション管理士会県相模支部(☎046-256-2683)へ

自宅の無料耐震相談会

日にち	時間	会場
3月12日(土)	午前9時	相模台公民館
3月19日(土)	~正午	小山公民館

※希望者は直接会場へ。確認通知書と図面があれば持参してください。

問 建築指導課

道路境界確定費用の一部変更

4月から、未確定箇所の道路境界を確定する場合、現地調査など境界確定に必要な経費は申請者負担となります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 道路課

宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

5月まで平日に空きあり
甲 随時受け付け

6月分の抽選申し込み 3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、3月21日から、電話で①(☎0120-988-547)、②(☎0267-55-6776)へ

6月の休館日

①13日(月)・14日(火) ②7日(火)・8日(水)・29日(水)

※②日~金曜日は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

募集

相模湖やまなみ祭の出店者

飲食店やフリーマーケットなど
時 4月29日(祝)午前10時~午後3時

会 県立相模湖公園
費 1,000~3,000円

※定員など詳しくはお問い合わせください。
甲 3月22日(必着)までに、相模湖商工会などにある申込書を同祭実行委員会(同商工会内 ☎042-684-3347)へ

ケアマネジメント推進員

高齢者支援センター等が作成する介護予防ケアプランの点検など
勤務 4月から、月~金曜日(祝日等を除く)のうち週4日で、午前8時30分~午後5時

報酬 月額24万1,300円

対 主任介護支援専門員の資格がある人
定 1人(選考)

甲 3月15日までに、直接か電話で高齢者支援課(☎042-769-9231)へ

※後日、面接あり

3・4月 施設の催し・講座

※会場・問い合わせは原則各施設です

さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

お茶会~外国人との交流の広場~

アメリカ人による母国のお話と、外国人市民に、がんに関する支援をしている「がん哲学外来さがみはら・F」の活動紹介
時 3月20日(祝)午前10時~正午

会 ユニコムプラザさがみはら
定 48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

オーサーズカフェ

「薬膳の基礎と春の薬膳」

時 3月5日(土)午後2時~3時

シェアードオフィス一日見学会

時 3月13日(日)

午前10時、午後2時・7時

..... 共 通

※希望者は直接会場へ

相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

ワークショップ

「きれいに撮れる人物写真」

プロ写真家の指導でモデルのスタジオ

撮影を体験し、作品を講評

時 3月19日(土)午後2時~4時

対 高校生以上(初心者可)

定 10人(申込順)

費 1,000円

甲 3月18日までに、直接か電話で同ギャラリーへ

サン・エールさがみはら ☎042-775-5665

4月(10月利用分)から、部屋の予約は

全てインターネットで受け付けます

※事前登録が必要。説明会の日程など、詳しくは同所ホームページをご覧ください。

土曜コンサート

「クラシック・ポピュラー」

時 3月12日(土)

午後5時30分~7時30分

定 220人(先着順)

※希望者は直接会場へ

環境情報センター ☎042-769-9248

①ダンボールコンポスト学習会

環境に優しいダンボールコンポストによる生ごみ堆肥化の学習会

時 3月14日(月)午後1時30分~2時30分

②発見しよう!まちの中の小さな自然

自然観察指導員と共に植物や昆虫など

について学びながら散策

時 3月15日(火)、4月15日(金)

午前9時30分~11時30分(荒天中止)

③おもちゃもったいないセンター

使わなくなったおもちゃと会場にある

おもちゃをポイントに応じて交換、壊れたおもちゃを修理

時 3月27日(日)、4月24日(日)

午前10時~午後3時

..... 共 通

※希望者は②飲み物・帽子・ルーペなど

観察に必要な道具(貸し出しあり)③おもちゃを持って、直接同センターへ

「地球環境を守る」を仕事に

—環境のお仕事相談会—

時 3月24日(木)午後1時30分~4時30分

会 橋本公民館

対 高校生・大学生・30代くらいまでの

若手社会人=30人(申込順)

甲 直接か電話、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、「環境のお仕事相談会」と書いて、同センター(FAX 042-751-2036) kankyo@eic-sagamihara.jp)へ

女子美アートミュージアム ☎042-778-6801

女子美術大学 大学院修了制作作品展

時 3月7日(月)~15日(火)

午前10時~午後5時

※入館は午後4時30分まで

施設のお休み

さがみはら市民活動サポートセンター

時 3月5日(土)・28日(月)

問 同センター(☎042-755-5790)

環境情報センター

時 3月6日(日)・17日(木)・21日(休)

問 同センター(☎042-769-9248)

さがみはら北の丘センター

時 3月8日(火)・9日(水)

問 同センター(☎042-773-5570)

市民健康文化センター

時 3月14日(月)

問 同センター(☎042-747-3776)

総合学習センター運営協議会委員

市民の生涯学習・学校教育などを支援する同センターの運営について協議
任期 4月～平成30年3月
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14日(必着)までに、総合学習センター、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)を同センター(☎042-756-3443)へ

障害福祉サービス課の非常勤職員

特別児童扶養手当に関するシステム入力、書類整理の事務補助など
勤務 4月中旬～平成29年3月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前9時30分～午後4時のうち1日5時間30分
賃金 時給927円
対 パソコン操作ができる人=1人(選考)
申 3月14日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で障害福祉サービス課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8355)へ
※後日、面接あり

陽光園の非常勤職員

発達障害児・者の相談・評価など
勤務 4月～平成29年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち指定する週2日で、午前9時～午後5時のうち1日5時間30分
賃金 時給1,150円
対 臨床心理士か臨床発達心理士の資格がある人=1人(選考)
申 3月11日までに、電話で同園(☎042-756-8411)へ
※後日、面接あり

水道フレンズ

インターネットでのアンケート回答、施設見学や利き水体験など交流会への参加
対 県営水道給水区域内在住で、インターネット・Eメールができる18歳以上
定 300人(申込順)
申 3月16日までに、県営水道ホームページから申し込んでください。
関 県企業庁経営課(☎045-210-7219)

市立城山幼稚園の非常勤職員

保健指導補助など
勤務 4月から、月～金曜日(祝日等を除く)のうち週2日で、午前8時30分～午後5時のうち1日5時間30分
賃金 日額5,775円
対 養護教諭・保健師・看護師のいずれかの免許があるか、保健・公衆衛生業務に5年以上従事した経験がある人=1人(選考)
申 電話連絡の上、3月11日までに、履歴書(写真貼付)と免許証の写しを直接、保育課(☎042-769-8341)へ
※後日、面接あり

青少年学習センターの非常勤職員(管理代行員)

鍵や物品の貸し出し・返却、戸締まりなど、施設管理業務全般
勤務 4月から、原則週1日程度で、午後5時～10時
賃金 時給927円
対 市内在住の18歳～30歳(高校生を除く)
定 若干名(選考)
申 3月15日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で同センター(〒252-0207 中央区矢部新町3-15 ☎042-751-0091)へ
※後日、面接あり

イベント

岡本太郎氏作壁画「初恋」を一般公開

時 3月8日(火)・9日(水) 午前9時～午後8時
会 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)
関 相模原市民ギャラリー(☎042-776-1262)

合同就職説明会(サガツクナビジョブミーツ5th)

地元優良企業が集合。企業説明会と個別相談を通じた、自分に合った企業探し
時 3月24日(木) 午後1時30分～6時
会 ユニコムプラザさがみはら
対 就職活動中の大学生・大学院生・専門学校生など=50人(申込順)
申 3月23日までに、サガツクナビホームページから申し込んでください。
関 さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

津久井障害者地域活動支援センター 竹の子祭

自主製品や手作り菓子などの販売、ハンドベル演奏
時 3月15日(火) 午前10時30分～午後2時30分
※ハンドベル演奏は午前11時、午後1時30分
※希望者は直接会場へ
関 同センター(☎042-780-0740)

講演・講座

NPO法人の会計講座「ここまでできれば大丈夫！」

会計担当者向けに、活動計算書、貸借対照表、財産目録の作り方や税務報告などについて説明。税理士による個別相談と訪問サポートあり
時 3月23日(水) 午後2時～4時
会 けやき会館
定 20人(申込順) 費 500円
申 3月22日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、団体名、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、個別相談・訪問サポート希望の有無(希望日・相談内容)、「会計講座」と書いて、さがみはら市民活動サポートセンター(☎☎042-755-5790 ☒sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

市民農業研修講座〈全25回〉

実習や講義を通し、農家の手伝いができる人を育成
時 4月13日～平成29年2月15日の水曜日(月2・3回程度)
会 市農業協同組合営農センター(緑区田名)
対 同組合所管地区内に在住の68歳以下
※所管地区=緑区(橋本・大沢地区)、中央区、南区
定 20人(抽選)
※事前説明会終了後に抽選を行います。
事前説明会
時 4月6日(水) 午前10時
会 同センター
申 3月18日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「農業研修講座」と書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9233)へ

マンション管理セミナー

環境や防犯に配慮したリニューアル工事について
時 3月6日(日) 午後1時30分～4時
会 相模原市民ギャラリー
対 市内か近隣のマンション居住者
定 50人(申込順)
申 3月5日までに、電話で相模原・町田マンション管理ネット(☎042-704-3431)へ

ガーデニング教室～身近な植物の基礎的な栽培管理方法～

時 3月12日(土) 午前10時～正午
会 横山公園野球場会議室
定 20人(申込順) 費 1,000円
申 3月11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、「ガーデニング教室」と書いて、同公園(☎042-758-0886 ☎042-758-0586)へ

あじさい大学・地域活動支援事業 公開講座「ピンピンコロリの生活術～痛みのない快適な老後～」

時 3月24日(木) 午後2時30分～4時30分
会 市民会館
対 市内在住の50歳以上=120人(申込順)
申 3月22日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

若者支援特別講座 The Better Drifting ～より良いキャリアの流され方～

「この先どうしたらいいのだろう」「なかなか前に踏み出せない」、そんな悩みを抱える若者に向けた講演会
時 3月26日(土) 午前9時30分～11時30分
会 ソレイユさがみ
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、社会参加をめざす若者とその家族=60人(申込順)
申 3月25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

3月1日～7日は 春の火災予防運動
無防備な 心に火災が かくれんぼ 関 予防課

グリーンジャンボ 宝くじ販売 ～市内で購入を～

販売期間 3月18日(金)まで

市内で購入された宝くじの収益金は、本市のさまざまな事業に役立てられます。ぜひ、市内の宝くじ売り場でお買い求めください。

関 財務課

図書館の催し 保護者同伴可 春の大きなおはなし会

相模台分館 ☎046-255-3315

人形劇やエプロンシアターなど
時 3月16日(水) 午前10時30分～11時15分 = 2歳・3歳児向け 午後3時30分～4時15分 = 4歳児～小学校3年生向け
定 各50人(先着順)
※希望者は直接会場へ

市立図書館(中央区鹿沼台) ☎042-754-3604

人形劇や大型絵本の読み聞かせなど
時 3月25日(金) 午前11時～11時30分 = 2歳・3歳児向け 午後3時～3時45分 = 4歳児～小学校低学年向け
定 各50人(先着順)
※3月1日午前9時30分から同館で配布する整理券が必要

相模大野図書館 ☎042-749-2244

人形劇やパネルシアターなど
時 3月24日(木) 午後2時30分～3時30分 = 3歳児～小学生向け
定 150人(先着順)
※希望者は直接会場へ

橋本図書館 ☎042-770-6600

人形劇「こぶとりじいさん」やパネルシアターなど
時 3月24日(木) 午後2時～2時45分 = 2歳・3歳児向け 午後3時30分～4時15分 = 4歳児～小学生向け
会 社のホールはしもと多目的室
定 各150人(先着順)
※3月1日午前9時30分から同館で配布する整理券が必要

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。

●3.11あの日を忘れないために～命の大切さそして未来へ 大船渡小学校校長としての経験～ 3月6日(日) 午前9時30分～11時30分、市民会館第2大会議室。定員80人(先着順)、費用311円。防災テキストなどの販売あり 関 藤田(☎090-4594-8050)
●野菜ソムリエと作ろう!手打ちうどんと野菜かき揚げ料理教室 3月21日(木) 午前10時～正午、午後0時30分～2時30分、ユニコムプラザさがみはら。定員各25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 申 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望時間、「野菜ソムリエ料理教室」と書いて、林(☎090-8942-8125 ☒info-w@sagamif.com)へ
●人生が100倍楽しくなる子育て法 3月24日(木) 午前10時～正午、和光大学ポプリホール鶴川(町田市能ヶ谷)。対象は未婚の人や高校生以下の子どもがいる人など=40人(申込順)、費用1,000円。未就学児の保育あり(要予約) 申 電話で北村(☎090-2489-4030)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●呼吸法全身体操 毎月第1・第3木曜日 午前10時、津久井中央公民館。見学・体験可 関 長谷川(☎042-784-0913)
●空手道 毎週火・日曜日午後6時30分、北総合体育館。対象は年長以上 関 仲島(☎090-4811-1160)
●混声コーラス 毎週土曜日午後2時、橋本公民館ほか。初心者歓迎、見学可 関 望月(☎042-753-4563)
●社交ダンス 毎週水曜日午前9時、あじさい会館ほか。経験者歓迎、見学・体験可 関 松本(☎080-3306-7337)
●フラダンス 月3回金曜日 午後1時、月2回土曜日 午前10時、橋本公民館ほか。見学・体験可 関 秋山(☎090-5317-6702)

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。





九都県市首脳会議は福島県を応援しています

東日本大震災の発生から5年が経過する現在も、多くの福島県民が県内外での避難生活を余儀なくされ、県産品や観光への風評被害が続いています。

九都県市首脳会議(埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市)では、福島県産品の販売や観光PRなど、共同の取り組みを通して福島県の復興を応援しています。

関広域行政課 ☎042-769-8248

～福島県からのメッセージ～

相模原市の皆さんから多大なるご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

福島県は、数多くの課題を抱えながらも、復興への道のりを一步一步進んでいます。引き続き、温かいご支援をよろしくお願いします。

**花見山
(福島市)**

「福島に桃源郷あり」とたたえられ、桜、ハナモモ、レンギョウなどが咲く花の山。見頃は4月。

**鶴ヶ城
(会津若松市)**

市のシンボルであり、約1,000本の桜が咲き誇る会津随一の名所。見頃は4月中旬～下旬。

関福島県広報課 ☎024-521-7014



「潤水都市さがみはら×美少女戦士セーラームーンCrystal」スタンプラリー

本市の充実した居住環境を広く情報発信する定住促進プログラムの一環として、「美少女戦士セーラームーンCrystal」とコラボレーションしたスタンプラリーを実施中です。

実施期間 3月27日(日)まで

参加方法 対象施設で台紙を入手し、スタンプ(全6種)を集めてください。獲得

数に応じて、達成記念グッズをプレゼントします。

対象施設 市立博物館★、相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはら、さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト(緑区若柳)★、アリオ橋本(緑区大山町)、イトーヨーカドー古淵店(南区古淵)★、伊勢丹相模原店(南区相模大野)

- スタンプ3種「オリジナルマグネット」=5,000人(先着順)
- スタンプ全種「オリジナルクリアファイル」=2,000人(先着順)
- グッズ オリジナルクリアファイルには専用応募はがきが付いています。応募者の中から抽選で1人にプレミアムグッズをプレゼントします。

※達成記念グッズの交換は各1人1点です。

※★は達成記念グッズの引き換えができる施設です。

関市コールセンター ☎042-770-7777



©武内直子・PNP・講談社・東映アニメーション



がんばっぺし 大船渡!

岩手県大船渡市は、「銀河連邦」による交流の促進と東日本大震災による風評被害払拭のため、市民桜まつりや潤水都市さがみはらフェスタなどで、水産加工品や郷土菓子などの特産品を販売しています。ホタテやサンマの炭火焼きは絶品です。ぜひ、お買い求めください。

関大船渡市商業観光課 ☎0192-27-3111



本沢梅園一般開放

約1,000本の梅の花で斜面が白一色に染まる、壮麗な景色をお楽しみください。

時 3月5日(土)～21日(木) 午前9時30分～午後3時30分

会 本沢梅園(緑区川尻) ※城山発電所そば、無料駐車場あり

交通 橋本駅南口から「若葉台住宅」行きバス終点下車、徒歩30分

関市コールセンター ☎042-770-7777



とんちのまちから

企画展 清親 - 光線画の向こうに

明治の浮世絵師、小林清親の回顧展。『東京名所図』や、風刺画、歴史画など約300点(期間中展示の入れ替えあり)の作品を紹介します。

時 3月12日(土)～4月17日(日) 午前10時～午後5時

(土・日曜日、祝日等は午後5時30分まで。入館は閉館の30分前まで)

休館日 月曜日(3月21日を除く)、3月22日(火)

会 町田市立国際版画美術館(町田市原町田)

費 800円(高校生・大学生・65歳以上400円、中学生以下無料)

関町田市立国際版画美術館 ☎042-726-2771



『海運橋 第一銀行雪中』明治9年ごろ

市民桜まつり

時 4月2日(土) 午後1時～5時、3日(日) 午前10時～午後5時

会 市役所さくら通りほか

※詳しくは本紙3月15日号でお知らせします。

ごみ分別ボランティアを募集

詳しくは、さがみコミュニティ実行委員会事務局の山崎さん(☎090-1733-8642)へお問い合わせください。

関市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236



アートラボ・ライブショー Vol.1

関アートラボはしもと

☎042-703-4654

●ワークショップ 時 3月26日(土)

催し名	時間	対象・定員(申込順)	費用
服×つくる+歩く=ファッションショーをつくろう!	午後2時～5時	小学生とその保護者=10組	700円
音を描く	午後3時～5時	小学生=12人	500円
思い出をつむぐ～みんなで思い出を共有しよう!～	午前10時～午後1時	小学校3年生以上=10人	無料

申 直接か電話で、同所へ

●公演 時 3月26日(土)

公演名	時間	定員(先着順)
桜の咲くころに。	午後5時30分～6時15分	20人
Alive Painting - Circle -	午後6時30分～7時15分	各40人
ART LiVERS Song Collection 2016	午後7時30分～8時30分	

※希望者は直接会場へ

●展示 休所日 水曜日

日にち	内容
3月18日(金)～24日(木)	中山晃子による公開制作
3月20日(祝)～25日(金)	ガラス窓への巨大な映像投影

※詳しくは同所ホームページをご覧ください。



▲ART LiVERSのパフォーマンスの様子

ウェルネス通信



3/1

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
4月11日(月)	午後1時~2時15分	南	⑮
4月15日(金)	午後2時45分~4時	緑	
4月18日(月)	午後2時45分~4時	ウ	

対 平成27年10~11月生まれの初めての子の保護者とその家族
定 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」などと感じているお母さん同士が語り合い、気持ちを楽にする場

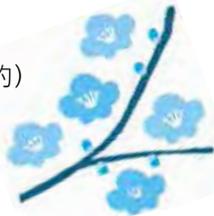
時 3月9日(水) 午前10時~11時30分

会 ウ

対 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16日(水)	相武台(ウ)
3月17日(木)	湖、大野北(ウ)、上鶴間(ウ)

ウ こどもセンター

ウ 栄養士による栄養相談もあり

子育て広場 緑のおうち講座 アートワーク「コラージュ」

気に入った絵や写真を切り貼りして、気分をリフレッシュします。

時 3月7日(月) 午前10時30分~正午

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 ※子ども同伴可。保育なし

定 4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



コミュニケーション講座

相手を思いやり、自分も大切にできるような家族間コミュニケーションのコツを学びます。

時 3月12日(土) 午前10時~11時30分

会 総合学習センター

対 市内在住か在勤・在学の人

定 50人(申込順)

申 3月11日までに⑭



精神保健福祉普及啓発講演会

~心の病を抱えた者が 自分らしく、地域で暮らすには~

時 3月26日(土) 午後1時30分~4時

会 市民会館第1大会議室

講 風間美代子さん(多摩草むらの会代表理事)ほか

定 150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

申 市社会福祉協議会中央ボランティアセンター ☎042-786-6181

高齢者筋力向上トレーニング南会場Aコース(全24回)

体操を中心に、各種トレーニングを行います。

時 5月12日~8月4日の毎週月・木曜日(7月18日を除く) 午前10時~正午

会 未定(相模大野周辺地域を予定)

対 短期集中予防サービス対象者(65歳以上で、病気やけが、加齢に伴う衰え等により、身体機能等が低下し、その改善に向けた支援が必要な人)

定 10人(選考)

申 3月3日までに、電話で、住んでいる地区の高齢者支援センター(申込先が分からない場合は⑮)へ

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
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

健康診査・検診・検査 ※費用の記載がある場合でも70歳以上は全て無料

市内協力医療機関で、健康診査やがん検診などを随時実施しています。検診には受診券が必要です。
 ※市国民健康保険に加入している40歳～74歳、過去3年間にがん検診、お口の健康診査、健康診査(75歳以上)を受診した人などには、昨年4月(一部の人は6月以降)に受診券を送付しています。
 ※市民税非課税世帯の人は、事前申請で無料になります。
 ※生活保護を受給している人などは、医療機関の窓口で生活保護受給票等提示し、免除申請書を記入することで無料になります。
 ④受診券がない人は、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

▶(特定)健康診査 検査項目 問診、身体計測(腹囲・BMIなど)、血液検査、尿検査など 施設健診

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	市国民健康保険加入の40歳～74歳※	1,000円
		後期高齢者医療制度加入の人	無料
		医療保険未加入で生活保護を受給している人など	1,000円

休日会場健診 ※下記の日にちに、右表のがん検診(集団検診)と同じ会場を実施

日にち	会場	時間・対象・費用など
4月17日(日)	緑台小学校	☑午前のみ
4月24日(日)	南保健福祉センター	☑市国民健康保険加入の40歳～74歳※
5月15日(日)	大野小学校	☑1,000円
5月22日(日)	緑区合同庁舎	☑健診日の10日前(祝日等の場合はその前日)までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ
5月29日(日)	田名小学校	

※市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、各医療保険者が実施する特定健康診査を受診してください。

▶歯科健康診査(お口の健康診査)

日にち	会場	対象	費用	検査項目
随時	市内協力医療機関	平成27年4月2日～28年4月1日に40歳～80歳になる人	500円	☑口腔内診査(歯周病の有無など)

▶肝炎(B型・C型)ウイルス検査

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	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。原則1回)	無料
		40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	1,200円

▶結核健診

日にち・会場・締切日	対象	費用
右表のがん検診(集団検診)と同じ	65歳以上(28年度中に65歳になる人を含む)で、職場などで胸部X線を受ける機会がない人	無料

▶がん検診

施設検診 ☑随時 ☑市内協力医療機関

検診種目・費用

- 胃(X線) 2,900円(内視鏡) 3,900円 大腸 500円
- 肺(X線のみ) 800円(X線+喀痰) 1,700円
- 子宮(頸部のみ) 1,700円(頸部+体部) 2,200円
- ※子宮(頸部+体部)は、医師の判断により実施
- 乳(視触診のみ) 700円(視触診+マンモグラフィ) 2,000円

集団検診(検診車)

日にち	会場	日にち	会場
4月16日(土)	ウェルネスさがみはら★	5月14日(土)	藤野中央公民館
4月17日(日)	緑台小学校	5月15日(日)	大野小学校
4月19日(火)	銀河アリーナ	5月16日(月)	北総総合体育館
4月23日(土)	城山保健福祉センター	5月17日(火)	銀河アリーナ
4月24日(日)	南保健福祉センター★	5月20日(金)	ウェルネスさがみはら★
4月26日(火)	ウェルネスさがみはら★	5月21日(土)	南保健福祉センター★
4月28日(木)	北総総合体育館	5月22日(日)	緑区合同庁舎★
5月6日(金)	ウェルネスさがみはら★	5月27日(金)	ウェルネスさがみはら★
5月7日(土)	桂北小学校★	5月28日(土)	南保健福祉センター★
5月8日(日)	南保健福祉センター★	5月29日(日)	田名小学校

検診種目・費用

- 胃(X線) 900円 大腸 500円 肺(X線のみ) 200円(X線+喀痰) 700円
- 子宮(頸部のみ) 600円 乳(視触診+マンモグラフィ) 2,000円
- ※乳(視触診のみ)は実施していません。

時間区分 午前のみか、午前・午後(★会場のみ) ※胃は午前のみ

受付時間 午前8時30分～9時30分=男性、午前9時30分～11時=女性
 午後1時30分～2時30分=男女とも(★会場のみ)

※乳は別途指定する時間

締切日 検診日の14日前(土・日曜日の場合は金曜日、祝日等の場合はその前日)

☑電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※定員になり次第締め切り。乳は申し込み多数の場合、抽選

..... 共 通

☑○胃・大腸・肺=40歳以上 ○子宮=20歳以上の女性

○乳(視触診のみ)=30歳以上の女性

(視触診+マンモグラフィ)=40歳以上の女性で2年に1回の受診

※乳は、授乳中や生理中、生理前1週間は受診をご遠慮ください。

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、体操や機器を使っ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・受付時間など
① 4月1日～6月24日の毎週金曜日(4月29日を除く)	午後3時30分～5時	スポーツクラブルネサンス淵野辺(中央区鹿沼台)	042-753-5461 (午前9時30分～午後9時 ※日曜日、祝日等は午後7時まで) 月曜日を除く
② 4月5日～5月20日の毎週火・金曜日(4月29日、5月3日を除く)	午後1時～2時30分	ワールドウィング町田アネックス相模原(中央区清新)	042-774-6725 (午前8時30分～午後5時30分) 土・日曜日、祝日等を除く
③ 4月6日～6月29日の毎週水曜日(5月4日を除く)	午後1時～2時30分	コナミスポーツクラブ相模大野(南区南台)	042-748-6611 (午前10時30分～午後5時) 金曜日を除く
④ 4月7日～6月30日の毎週木曜日(5月5日を除く)	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) 火曜日を除く
⑤ 4月13日～6月29日の毎週水曜日	午後3時30分～5時	スポーツクラブルネサンス相模大野(南区相模大野)	042-702-0303 (午前10時～午後11時30分 ※土・日曜日、祝日等は午後8時まで) 金曜日を除く

☑運動に支障がない市内在住の65歳以上=①8人②～⑤各10人(抽選)

費用①③～⑤各6,000円②4,000円 ④⑤ 3月①③⑤20日②18日④2日～20日までに、電話で各会場へ

療養教室 胃がんと大腸がんの検診について

北里大学東病院健康科学センター長が、分かりやすく説明します。

☑3月19日(土)午前10時～正午

☑北里大学東病院(南区麻溝台) ☑40人(申込順)

☑3月18日までに、電話で同病院トータルサポートセンター(☎042-748-9111)へ

+愛の献血

日にち	時間	会場
3月5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
3月8日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
3月14日(月)		橋本駅ペDESTリアンデッキ下
3月13日(日)		

☑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。

☑医事課 ☎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)

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)。

