

# さがみはら

## さがみはら

広報

NO.1333  
毎月1日・15日発行

2016 3/15  
平成28年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

4月から市の組織が変わります	2
学生募集 あじさい大学(高齢者大学)	5
	12
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

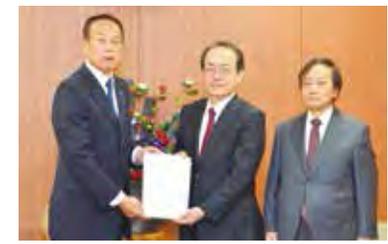
お花見 楽しみなんだミン♪

さがみはらシティセールス「さがみん」のページ



### TOPICS

#### ～広域交流拠点都市の形成に向けて～ 広域交流拠点整備計画検討委員会から答申



3月3日、広域交流拠点整備計画検討委員会(会長 岸井隆幸 日本大学教授、副会長 市川宏雄 明治大学専門職大学院長)から加山市長へ、同計画について答申が行われました。学識経験者、市民、交通事業者、関係行政機関等で構成される同委員会では、平成26年8月の発足から1年半にわたり、橋本・相模原両駅周辺地区の土地利用や交通ネットワーク等に関する整備計画の策定に向けて、さまざまな視点から議論をしてきました。

※答申書について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎リニア駅周辺まちづくり課 ☎042-707-7047  
相模原駅周辺まちづくり課 ☎042-707-7026

## 第43回 市民桜まつり

～72万人のふるさとづくり～

4月2日(土) 午後1時～5時  
4月3日(日) 午前10時～午後5時

会 市役所さくら通り ほか



### 2日(土) 開会式・パレード

午後1時30分  
テープカットに続き、鼓笛隊、市ホームタウンチーム、民謡のパレードなど

午後3時45分  
県警音楽隊の演奏、カラーガード隊ドリル演技、安全・安心まちづくりパレード

会 市役所さくら通り相模原郵便局前

### 3日(日) 市民パレード

鼓笛隊、よさこいなどの32団体が行進

第1部 午前10時15分～午後0時30分  
第2部 午後1時45分～4時

会 市役所さくら通り相模原郵便局前

### キャラクター&宇宙・国際コーナー

市マスコットキャラクター「さがみん」をテーマとした子どもが楽しめるブースのほか、JAXA宇宙科学研究所の活動紹介、友好都市(カナダ・トロント市とトレイル市、中国・無錫市)の紹介や雑貨の販売を行います。

時 2日(土) 午後1時～5時  
3日(日) 午前10時～午後5時

会 ウェルネスさがみはら前

### 相模相撲相模原場所

巨大紙相撲が相模原に登場!

時 2日(土) 午後1時30分～4時30分  
3日(日) 午前10時30分～午後2時30分

会 市役所～市役所第2駐車場

### 環境推進ブース

ごみ削減の普及啓発、リサイクル食器の販売など

時 2日(土) 午後1時～5時  
3日(日) 午前10時～午後5時

会 市体育館(市役所前) 駐車場

### 桜並木のライトアップ

昼間とは違う雰囲気の花見をお楽しみください。

時 3月下旬～4月上旬 午後6時～10時

※開花状況により変更になる場合があります。

会 国道16号相模原署前交差点付近～税務署入口交差点付近



※交通案内や臨時駐輪場などについては、6ページをご覧ください。  
※催しの会場や時間など詳しくは、当日配布するパンフレットをご覧ください。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

# 4月 市の組織が 変わります

市では、広域交流拠点整備事業の推進や下水道部門の強化などを目的に、行政組織を改編します。  
 関職員課 ☎042-769-8213

## ■ 新設する部(当該部内の新設・改称する課を含む)

部	旧部	新設部内の課など	問い合わせ
広域交流拠点推進部	まちづくり計画部の一部	リニア駅周辺まちづくり課、リニア事業対策課、相模原駅周辺まちづくり課	リニア駅周辺まちづくり課 ☎042-707-7047
道路部	土木部	道路計画課(改称)、路政課、道路整備課、河川課(改称)、緑・津久井・中央・南土木事務所	土木政策課 ☎042-769-8373
下水道部		下水道経営課、下水道料金課(新設)、下水道保全課(新設)、下水道整備課(新設)、津久井下水道事務所(改称)	下水道経営課 ☎042-769-8376

## ■ 新設・改編する課など(上記以外のもの)

課など	旧課など	場所	電話番号
人権・男女共同参画課	男女共同参画課	市役所第2別館4階	042-769-8205
交通・地域安全課	生活安全課	市役所本館1階	042-769-8229
消費生活総合センター(新設)	相模原消費生活センター	シティ・プラザさがみはら内	042-776-2598
地域包括ケア推進課	高齢者支援課	ウェルネスさがみはらB館3階	042-769-9231

# 4月 消費生活総合センターの新設に伴い 消費生活相談の受け付け方法が変わります

電話相談は、消費生活総合センターのみとなります。

相談窓口	相談日	時間	相談方法
消費生活総合センター(シティ・プラザさがみはら内)	毎日(年末年始を除く)	午前9時~午後4時(第2・第4金曜日は午後6時まで)	電話・来所 ☎042-776-2511
北消費生活センター(シティ・プラザはしもと6階)	月~金曜日(祝日等、年末年始を除く)	午前9時~正午 午後1時~4時	来所のみ
南消費生活センター(南区合同庁舎3階)			

※消費者ホットライン(☎188)に電話をすると、消費生活総合センターか、かながわ中央消費生活センターへつながります。

# 相模原市議会 町田市議会 包括連携協定を締結しました

2月15日、相模原市議会と町田市議会は、両市議会が相互に協力して取り組む課題への確に対応するため、包括連携協定を締結しました。さらなる議会の改革と機能の強化や人材の育成を進め、市民に信頼される議会をめざして取り組んでいきます。



町田市議会上野議長(左・協定締結時)と相模原市議会阿部議長(右)

関議会総務課 ☎042-769-8277

# 高齢者向け給付金 (年金生活者等支援臨時福祉給付金)

賃金引き上げの効果を受けにくい、所得の低い高齢者への支援や消費の下支えのために、対象となる人へ支給します。申請方法など、詳しくは4月以降お知らせする予定です。

- ☑平成27年度臨時福祉給付金の対象者※のうち、28年度中に65歳以上になる人(生年月日が昭和27年4月1日以前)
- ※平成27年1月1日現在、本市に住民登録があり、27年度市民税(均等割)が非課税の人。ただし、市民税(均等割)が課税されている人の扶養親族と、生活保護などを受給している人を除く

給付額 1人3万円

※4月以降に住民登録を異動する人は、郵便局に転居届を出してください。

関市臨時福祉給付金専用ナビダイヤル ☎0570-00-3392 (IP電話からは☎042-776-5920)

耳の不自由な人専用 ☎042-776-5935

午前8時30分~午後5時30分(土・日曜日、祝日等を除く)

## パブリックコメント 相模原市美術館基本構想(案)

美術館の整備に向けた基本理念や展開する事業などに関する基本構想  
 担当課 文化振興課 ☎042-769-8202 ☎042-754-7990  
 ☑bunkashinkou@city.sagamihara.kanagawa.jp

資料の閲覧・配布場所 文化振興課、相模原市民ギャラリー、アートラボはしもと、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 4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)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。

# 障害者・高齢者への助成・サービス

助成期間 4月~平成29年3月(年度途中で申し込みをした場合は申込月~29年3月)  
 ※申し込み・問い合わせ先は、下記をご覧ください。

## 障害者向け

在宅で重度の障害などがある人の社会参加を支援するための助成制度です。次のいずれかを選択してください。

### 福祉タクシー利用助成

福祉タクシー利用券(1枚500円)を1カ月当たり6枚交付します。

### 自動車燃料費助成

自動車燃料給油券(1枚1,000円)を1カ月当たり2枚(対象者が車を所有し運転する場合)か、1枚(対象者が所有する車を同居の家族などが運転するか、同居の家族などが所有する車を対象者や同居の家族などが運転する場合)交付します。

☑ 次のいずれかに該当する人

- 身体障害者手帳が1級か2級 ● 療育手帳がA1かA2
- 知能指数35以下と判定された ● 精神障害者保健福祉手帳が1級か2級
- ★ 特定医療費(指定難病)医療受給者証の交付を受けている人のうち、難病法施行前の特定疾患に対応する指定難病に罹患している
- ★ 県特定疾患医療受給者証か、特定疾患認定通知書の交付を受けている
- 小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けている人のうち、改正前の児童福祉法による小児慢性特定疾患に対応する疾病に罹患している

☑ 3月29日から、●は①~⑦、★は④~⑩へ

※住んでいる地区、対象障害などにより窓口が異なります。

※必要書類など詳しくは、各窓口にお問い合わせください。

## 高齢者向け

### はり・きゅう・マッサージ 施術料助成券

助成券(2,000円)を1カ月当たり1枚交付します。指定の施術所で1回につき1枚使用できます。

☑ 市内在住・在宅の70歳以上(28年度中に70歳になる人を含む。70歳~79歳は所得制限あり)

### 出張理美容サービス助成券

助成券(3,000円)を2カ月当たり1枚交付します。指定の事業者で1回につき1枚使用できます。

☑ 市内在住・在宅の65歳以上で、介護保険の要介護4・5の認定を受けている人

### 移送サービス利用券

市民税の課税状況で利用券の金額、配布枚数、1回に使用できる枚数が異なります。指定の事業者でのみ使用できます。

☑ 次の全てに該当する人

- 市内在住・在宅で、介護保険の要介護4・5の認定を受けている
  - 居室から移送車両までストレッチャーなどでの全介助が必要(生活保護受給者、福祉タクシー利用券・自動車燃料給油券の交付を受けている人を除く)
- ※ 城山・津久井・相模湖・藤野地区に在住の人は、サービス内容などが異なります。詳しくは、各保健福祉課へお問い合わせください。

☑ 3月29日から、直接、⑦⑪~⑬か、お近くの高齢者支援センターへ

※ はり・きゅう・マッサージ施術料助成券は、各まちづくりセンター(橋本・城山・津久井・相模湖・藤野・本庁地域・大野南を除く)・出張所でも申し込みます。

## 申し込み・問い合わせ

申込窓口	電話番号	城山	津久井	相模湖	藤野	緑保健センター	緑	中央	南	高齢者相談課
緑 障害	①042-775-8810		④042-783-8136⑭042-783-8120			⑧042-775-8816				⑪042-775-8812
中央 福祉	②042-769-9266		⑤042-780-1412⑮042-780-1408			⑨042-769-8260				⑫042-769-8349
南 相談課	③042-701-7722		⑥042-684-3216⑯042-684-3215			⑩042-701-7708				⑬042-701-7704
			⑦042-687-5511							

**国民健康保険課  
各区役所区民課**

**土曜日開庁・臨時開庁します**

月～金曜日に来庁できない人のため、次の日時に開庁します。

※他市町村への確認が必要なものなど、一部取り扱いができない業務があります。

	日にち	時間
土曜日開庁	第2・第4土曜日	午前8時30分～正午
臨時開庁	4月2日(土)※	

※市民桜まつり開催のため、市役所近隣の駐車場が閉鎖されます。国民健康保険課、中央区役所区民課への来庁は公共交通機関を利用してください。

**国民健康保険の手続き**

対象	持参書類
社会(健康)保険から国民健康保険に加入する人	社会(健康)保険資格喪失証明書など
国民健康保険を脱退する人	脱退する人全員の新しい健康保険証

※マイナンバーによる本人・番号確認を行います。次の書類を持参してください。

- 手続きする人の本人確認書類(運転免許証など)
- 世帯主と国民健康保険に加入・脱退する人の番号確認書類(個人番号カード、通知カードなど個人番号が書かれたもの)
- ※必要書類について詳しくは、国民健康保険課(☎042-769-8296)へお問い合わせください。

**各区役所区民課での手続き**

戸籍の届け出や印鑑登録など、通常の窓口で行える手続きのほか、予約制で個人番号カード交付業務を行っています。予約方法など詳しくは、住んでいる区の区役所区民課へお問い合わせください。

※3～4月の窓口は混雑します。月～金曜日(祝日等を除く)はお近くのまちづくりセンターでも証明書発行など各種手続きができます。

圏緑区役所区民課 ☎042-775-8803 中央区役所区民課 ☎042-769-8227  
南区役所区民課 ☎042-749-2131 市コールセンター ☎042-770-7777

**委員を募集**

**食育推進委員会**

食育の推進や計画の進行管理について審議します。

**任期** 委嘱の日～平成30年3月(会議は年2回程度)  
**対象** 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)  
**定数** 3人(選考)  
**申込** 4月8日(必着)までに、地域保健課、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 FAX042-750-3066 ☒chiiki hoken@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9241)へ

**施設見学ができます!** **メガソーラーパーク**  
(さがみはら太陽光発電所)

時 4～9月  
第1水曜日・第4日曜日 午前10時30分～11時30分  
第2土曜日・第3水曜日 午後2時～3時

定 各30人(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)、見学希望日時、「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 ☒kan kyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ



**出展者募集**

**さがみはら環境まつり**

～地球の未来のために、今できること～

環境活動を紹介するブースへの出展者を募集します。

時 7月3日(日) 午前10時30分～午後4時

会 ユニコムプラザさがみはら

対 環境保全、環境教育、省エネルギーなどに取り組む市民・学生・事業者・教育機関等の団体

定 40組(申込順)

申 4月20日(必着)までに、環境情報センター(同センターホームページにも掲載)にある申込書をさがみはら環境まつり実行委員会事務局(同センター内 ☎042-769-9248)へ

**4月からの相談の案内**

時 午後1時30分～4時

(市民相談と労働相談、外国人相談を除く)  
予約が不要な相談の希望者は直接会場へ

予約が必要な相談(申込順)  
☒ 電話で各相談先へ

◎当日午前8時30分から  
●同一週の月曜日(年末年始の場合は前日)から  
☆前の週の水曜日(休日の場合は前日)から  
○2週間前から ★事前に

( )内の数字は定員

相談名(相談員)	内容	会場・相談日・時間(祝日等を除く)							
		市民相談室			まちづくりセンター				
		緑区役所※1 ☎042-775-1773	中央区役所 ☎042-769-8230	南区役所 ☎042-749-2171	城山 ☎042-783-8103	津久井 ☎042-780-1400	相模湖 ☎042-684-3214	藤野 ☎042-687-5514	
市民相談(市民相談員) ※電話相談可	夫婦、家族など日常生活上の悩み事	毎日	月～金曜日			水曜日	月曜日	第1・第3火曜日	第2・第4火曜日
法律相談(弁護士)	相続、離婚など日常生活上の法律全般	◎水曜日(12人) ○第4木曜日(6人)	◎火曜日(18人)	◎金曜日(18人) ○第2木曜日(6人)	★第2金曜日(6人)	★第3金曜日(6人)	★5月・8月・10月・2月の第4金曜日(6人)	★6月・9月・1月・3月の第4金曜日(6人)	
行政相談(行政相談委員)	国などの仕事についての意見や要望	第3水曜日	第2水曜日	第1水曜日	奇数月の第2木曜日	偶数月の第1金曜日	奇数月の第3木曜日	偶数月の第2金曜日	
人権相談(人権擁護委員)	人権に関する心配事	第4金曜日	第1・第3金曜日	第2水曜日	第1金曜日	第2水曜日	第2金曜日	第3水曜日	

相談名(相談員)	内容	会場・相談日・時間(祝日等を除く)		
		市民相談室		
		緑区役所※1	中央区役所	南区役所
税務相談(税理士)	相続・贈与税など	◎第2月曜日(5人)	◎第1・第3月曜日(5人)	◎第4月曜日(5人)
登記相談(司法書士)	売買・相続に伴う不動産登記など	◎第1木曜日(5人)	◎第4水曜日(5人)	◎第2水曜日(5人)
新築・増改築・修理等の相談(相談協力員)	新築などに関する技術的なこと	第2木曜日	第3木曜日	第1木曜日
社会保険労務士相談(社会保険労務士)	年金、健康保険、労働など	第2金曜日	第1水曜日	第3水曜日
行政書士相談(行政書士)	成年後見、官公署に提出する書類の作成など	第2火曜日	第1・第3水曜日	第4水曜日
不動産相談(宅地建物取引士)	不動産取引(空き家を含む)や借地・借家契約など	第3月曜日	◎第2金曜日・第4月曜日(5人)	第1月曜日
交通事故相談※2(弁護士)	交通事故に関すること	●第1金曜日(5人)	☆第2・第4月曜日(5人)	☆第3月曜日(5人)

相談名(相談員)	内容	会場・相談日・時間(祝日等を除く)
労働相談※3(県相談員) ※電話相談可	労使関係、労働条件、解雇など	木曜日 午前9時～正午、午後1時～4時
外国人相談(外国人相談員) 専用電話 ☎042-769-8319	市政や日常生活に関すること。弁護士による法律相談も実施(外国人相談時に要予約)	中国語=水曜日、英語=第3水曜日 スペイン語・ポルトガル語=金曜日 法律相談=第4木曜日 午前9時～正午、午後1時～4時 (法律相談は午後1時30分～4時)

☒ 市内在住か在勤・在学の人(※2・※3はどなたでも)  
 ※1 緑区役所市民相談室は、シティ・プラザはしもと6階にあります。祝日等も受け付けます。  
 ※2 相談日が祝日等に当たる場合は、次のとおり前後の週に振り替えて実施します。  
 中央区=10月10日→10月3日、平成29年1月9日→1月16日  
 南区=7月18日→7月11日、9月19日→9月12日、29年3月20日→3月13日

**相談は無料、秘密は守ります**





# 公園で仲良く遊ぼう安全に

～公園遊具の正しい遊び方～

公園にはたくさんの種類の遊具があり、それぞれに正しい遊び方があります。その遊び方を理解して、みんなで仲良く遊みましょう。

園公園課 ☎042-769-8243

## 仲良く遊ぼう

- 遊具で遊ぶときは順番を守りましょう。
- 前の人を押しつけたり、突き飛ばしたりしないようにしましょう。
- 自分より小さい友達にぶつからないようにしましょう。

## 遊ぶときの服装は

- マフラーやひも付きの手袋など、引っ掛かったりからまったりしやすいものは外しましょう。



- かばん、水筒、ヘルメットは外しましょう。
- 足に合った脱げにくい靴を履きましょう。

## 遊ぶときの天気に注意

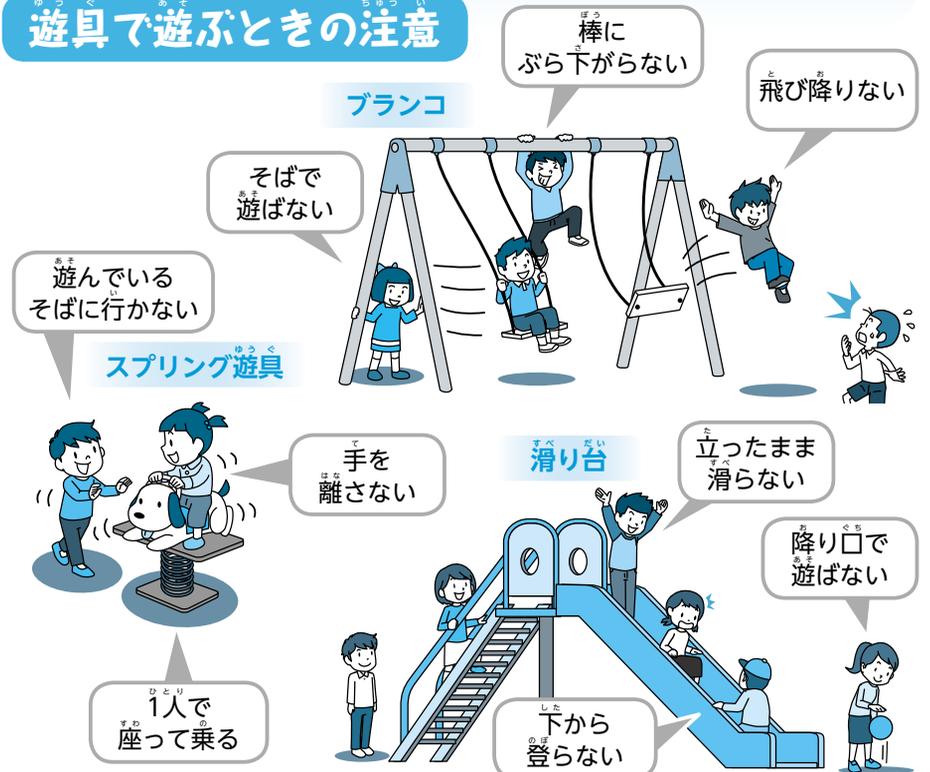
- 雨にぬれた遊具は滑ってけがをしやすいので注意しましょう。
- 雷が鳴ったら外で遊ばないようにしましょう。
- 夏の暑い日には帽子をかぶり、小まめに水などを飲みましょう。



## 危ない遊具で遊ばない

- 危ないと思った遊具では、遊んではいけません。
- 壊れている遊具や修理中の遊具、「使用禁止」と書いてある遊具では遊んではいけません。

## 遊具で遊ぶときの注意



## 4月から新生活がスタートする人へ

## 自転車駐車場をご利用ください

問 都市整備課 ☎042-769-8258

新年度が始まると、通勤・通学のため、新たに自転車を利用する人が増え、4・5月は駅周辺の自転車などの放置台数が増える傾向にあります。駅周辺に自転車などが放置されると歩行者の通行の妨げとなり、緊急時の活動にも影響を及ぼすだけでなく、まちの美観も損ねます。鉄道駅周辺の自転車駐車場の利用や、事前に通勤・通学時間帯の駅周辺の様子を確認するなど、自転車などを放置することがないよう、一人一人が責任を持って準備をしましょう。

### 利用してください 公共自転車駐車場

車種 自転車、125cc以下の原動機付自転車  
※空き状況、料金などは各施設にお問い合わせください。

下記のほか、民間の自転車駐車場もあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

名称	電話番号
橋本駅北口第1	042-779-1544
橋本駅北口第2	042-770-6177
橋本駅南口第1	042-772-1781
橋本駅南口第2	042-772-1782
橋本駅南口バイク	042-772-1782
相模原駅北口	042-755-7485
相模原駅南口	042-755-1152
矢部駅北口	042-753-8010
淵野辺駅北口	042-759-4064
淵野辺駅南口第1	042-753-2495
淵野辺駅南口第2	042-776-9529
古淵駅北口	042-755-0962
古淵駅南口	042-755-0972
古淵駅南口第2	042-755-0972

名称	電話番号
上溝駅	042-755-8920
上溝駅南側	042-755-8920
相模大野駅北口(旧館)★	042-749-6920
相模大野駅北口(新館)	042-749-6917
相模大野駅西側	042-741-0021
谷口北口(谷口陸橋下)	042-744-0828
谷口南口(谷口陸橋下)	042-744-0877
小田急相模原駅南口	042-744-6947
相武台前駅北口	046-257-9104
相武台前駅北	046-253-0552
東林間駅	042-744-0764
相模湖ふれあいパーク	042-684-3126
藤野駅周辺第1～第3	042-687-6788

★は自転車の定期利用のみ  
※南橋本・番田・原当麻・下溝・相武台下駅の自転車駐車場については、都市整備課へお問い合わせください。

### 放置自転車等に対する処置

市内14の駅周辺は自転車等放置禁止区域に指定され、禁止区域内であれば即日、区域外であれば警告札を貼付してから7日間経過後に放置自転車等を保管所(市内6カ所)へ移動しています。引き取るには、その移動・保管に掛かった費用の一部として、自転車は2,000円、原動機付自転車(50cc以下)は4,000円の支払いが必要です。

※チェーン等で標識や街路樹などに固定してある放置自転車・原動機付自転車は、チェーン等を切断し移動します。切断したチェーン等の弁償はしません。

### 歩ける距離は歩いてみよう

自転車の利用を控えることで、交通環境の改善や健康増進などにつながります。鉄道駅まで徒歩15分程度であれば、歩くことも検討してみてください。



## ネーミングライツ(施設命名権)の新規導入と更新

ネーミングライツについて、次のとおり決定しました。  
※施設の予約や利用方法などは変更ありません。

新規	
施設名	北市民健康文化センター(さがみはら北の丘センター)
愛称	LCA国際小学校北の丘センター
使用期間	4月から5年間
契約者	株式会社エル・シー・イー(緑区橋本台3-7-1)
問い合わせ	市民協働推進課 ☎042-769-9225

更新		
施設名	相模原市文化会館	相模原球場
愛称	相模女子大学グリーンホール	サーティーフォー相模原球場
更新期間	4月から10年間	4月から5年間
契約者	学校法人相模女子大学(南区文京2-1-1)	株式会社サーティーフォー(緑区橋本1-14-3)
問い合わせ	文化振興課 ☎042-769-8202	スポーツ課 ☎042-769-8288

## 市政モニターを募集します

市の施策や事業に関するアンケートに回答できる人を募集します(年3～5回程度)。

期間 5月下旬～平成29年3月

対 市内在住の16歳以上(29年3月までに16歳になる人を含む。公務員など公職の人やモニター経験が連続2年を超える人を除く。1世帯1人まで)

定 150人(選考)

申 4月15日(必着)までに、郵送かファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号、希望コース(インターネットか郵送)、Eメールアドレス(インターネットコース希望者のみ)、市政モニター経験の有無(ある場合は時期)、応募動機、「市政モニター」と書いて、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX042-730-5258 E-mail e-monitor@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8299)へ

※詳しくは、各まちづくりセンターなどにある募集のしおり(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

# 学生募集

# あじさい大学 (高齢者大学)

あじさい大学は、高齢者の皆さんが学ぶことを通じて、生きがいと喜びに満ちた生活を送るために開設しています。

☑平成28年4月1日現在、市内在住の60歳以上=1,218人(抽選)  
 費各7,800円(教材費が別途必要)

☑4月4日(消印有効)までに、高齢者支援課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・連絡所・公民館などにある「学生募集案内・入学申込書」に付いている申し込み専用はがきを、シルバー人材センター中央事務所へ  
 ※市シルバー人材センターホームページからも申し込みます(4月4日まで)。

受講できる科目 1人1科目(第3希望まで)  
 ※これまでに受講した学科は申し込みません。

受講期間  
 5月下旬～29年2月ごろ(全24回)  
 ※毎回午前か午後の2時間

相模原市シルバー人材センター

検索

## 学科一覧

学科名	内容	曜日	時間帯	会場
書道	書の基本と実習	金	午後	あじさい会館
		木		緑区合同庁舎
美術	水墨画の基礎と実習	水	午前	あじさい会館
	水彩画の基礎と実習	火		緑区合同庁舎
	油絵の基礎と実習	木		あじさい会館
	版画	水		あじさい会館
陶芸	陶芸の基礎と実習	月		れんげの里あらいそ
民謡	民謡の基礎と実習	金	午後	あじさい会館
		火		南保健福祉センター
詩吟	詩吟の基礎と実習	月	午前	あじさい会館
健康	健康体操★		午後	けやき体育館
	初歩からの健康太極拳★	水	午前	ソレイユさがみ
	みんなで楽しく歌おう(コーラス)	木		東林ふれあいセンター
	楽しく健康づくり体操★	金	午後	ソレイユさがみ
	足下からの健康づくり★	火		おださがプラザ
	みんなで楽しく歌おう(コーラス)	水	午前	けやき体育館

★は医師などから運動制限をされていない人に限ります。

学科名	内容	曜日	時間帯	会場
調理	シニアの食を彩る調理の基本と応用	火	午前	ソレイユさがみ
		金		ウェルネスさがみはら 南保健福祉センター
				あじさい会館
文芸	短歌の鑑賞と実作指導	火	午後	あじさい会館
			午前	杜のホールはしもと
文学	平安文学(源氏物語)	水	午後	あじさい会館
	江戸文学(雨月物語)	月	午前	プロミティふちのべ
	上代文学(万葉集)	月	午後	あじさい会館
	中世文学(宇治拾遺物語)	金	午前	ソレイユさがみ
歴史	世界の歴史と日本	木	午前	環境情報センター
	日本の歴史・郷土の歴史(近世～)			
教養	楽しく学ぼう宇宙科学	金		シルバー人材センター中央事務所 シルバー人材センター南事務所
パソコン	パソコン・デジカメの基礎と実習	水	午後	シルバー人材センター中央事務所 シルバー人材センター南事務所
		木	午前	
手芸	手芸の基礎と実習(編み物)	木	午後	シルバー人材センター中央事務所
園芸	草花の育て方・楽しみ方	金		

※各学科の内容など詳しくは、「学生募集案内・入学申込書」をご覧ください。

☎市コールセンター ☎042-770-7777



## 市民講座 学びのらいぶ塾

### 春講座

運営も講師も研修を受けた市民が行う講座です。

☑総合学習センター

☑3月28日(必着)までに、同センター、各公民館・図書館にある募集案内に付いている申込書(同センターホームページにも掲載)か、はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、講座名(第3希望まで)を書いて、同センター(〒252-0239 中央区中央3-12-10)へ  
 ※同センターホームページからも申し込みます。

※各講座の内容など詳しくは、募集案内か総合学習センターホームページをご覧ください。

☎総合学習センター ☎042-756-3443

講座名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
生き生き健康ウォーク(全2回)	4月18日(月)・25日(月)	午前10時～11時45分	どなたでも	20人	850円
「史記」を楽しく読む(全5回)	4月18日・25日、5月9日・16日・23日の月曜日			18人	1,200円
ビデオ開発のドラマ(全3回)	4月23日(土)、5月14日(土)・28日(土)			各20人	850円
心豊かに生きる道徳(全6回)	4月23日、5月7日、6月4日、7月2日、8月6日、9月3日の土曜日			各20人	1,200円
釈迦を学ぶ(全6回)	4月23日、5月7日・21日、6月4日・18日、7月2日の土曜日	午後2時～4時30分		2,400円	
脳トレ!! ワンダーランド	4月25日(月)	午前10時～正午		15人	800円
楽しむパソコン活用! 基礎編		午後2時～4時30分		30人	500円
俳句、楽しく始めよう(全5回)	4月26日、5月10日・24日、6月7日・21日の火曜日	午前10時～正午 ※6月7日は午前10時～午後3時		各18人	2,500円
歴史の残影: モロッコ(全3回)	4月29日(祝)、5月6日(金)・20日(金)	午前10時～11時45分	20歳以上		1,200円
知っとく生き生き術(全2回)	5月2日(月)・9日(月)		どなたでも	各20人	700円
おとなの元気塾(全4回)	5月9日～30日の毎週月曜日	午後2時～4時			1,500円
ハーバルライフ入門(全2回)	5月12日(木)・26日(木)	午前10時～正午	20歳以上の女性 (妊娠中の人を除く)	8人	2,000円
楽しい心理学パート2(全3回)	5月13日(金)・20日(金)・27日(金)	午前10時～11時30分	どなたでも	18人	800円

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに...



相模原市コールセンター

☎042-770-7777 午前8時～午後9時 年中無休  
 ☎042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。



# 第43回 市民桜まつり

4月2日(土) 3日(日) ~72万人のふるさとづくり~

雨天時の開催と開花状況の確認はここでチェック

圏市コールセンター  
☎042-770-7777

Facebookでも  
お知らせするよ。



## 会場・交通案内図

**来場者用駐車場はありません**  
(これまで利用できていた淵野辺公園隣と相模総合補給廠は、利用できません)

**電車・バス・無料巡回バスを利用してください**  
(両日とも、相模原駅南口からバスの直行便を運行します)  
※ペットを無料巡回バスへ持ち込む場合は必ずかごに入れてください。

**無料巡回バス**

**運行時間**  
2日(土) 午前11時~午後6時15分  
3日(日) 午前8時~午後6時15分

**コース**  
相模原駅南口臨時停留所 ↔ まつり会場臨時停留所  
※おおむね15分間隔で運行します。  
※最終便は、「相模原駅南口臨時停留所」「まつり会場臨時停留所」を午後6時15分に出発します。

**交通規制**

2日(土) 午後1時~5時30分  
3日(日) 午前10時~午後5時30分

催しの会場や時間など詳しくは、当日総合案内所(?)で配布するパンフレットをご覧ください。  
※市印刷広告協同組合ホームページからご覧になれます。パソコンやスマートフォン、タブレットから閲覧できる電子ブック版のパンフレットもあります。

SOIN桜まつり

スマートフォンから電子ブック版パンフレットをご覧になる場合、あらかじめApp StoreかGoogle Playから「Acti Book」というアプリケーションをインストールしておく必要があります。

## 阿津さくらまつり

~ひと足早い桜を見に来ませんか~

早咲きで有名な河津桜と、地粉を使ったうどんや模擬店などが楽しめます。

時 3月19日(土) 正午~午後9時  
3月20日(日) 午前10時~午後3時

※開花状況により、開催日が変更になる場合があります。

会 相模湖林間公園入り口周辺

☎相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3240



## 新磯桜まつり

舞踊や鼓笛隊のパレード、お囃子などが楽しめます。

時 3月27日(日) 午前10時~午後3時

会 新磯公民館ほか ※駐車場は新磯小学校を利用できます。

桜のライトアップ  
や提灯の点灯

点灯期間 3月19日(土)~4月1日(金) 午後6時~8時30分

※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。  
※天候により、日程を変更する場合があります。

☎市コールセンター ☎042-770-7777



## さがみ湖カタクリの郷が開園します

阿津川のほとりに、10万株の自生のカタクリが群生しています。

時 3月19日(土)~4月3日(日) 午前10時~午後5時(入園は午後4時30分まで) (雨天休園)

※開花状況により、開園期間が変更になる場合があります。

会 緑区寸沢嵐763 費 300円(小学生以下・障害者無料)

交通 相模湖駅から「三ヶ木」行きバス「寸沢嵐」下車、徒歩3分

※駐車場25台あり(費1台200円)

☎相模湖観光協会 ☎042-684-2633



## 津久井湖さくらまつり(水の苑地)

ステージイベントやどうぶつ広場のほか、フリーマーケット、地域特産品・軽食の販売など、イベントが盛りだくさんです。

時 4月2日(土) 午前10時~午後4時

4月3日(日) 午前10時~午後3時

会 県立津久井湖城山公園 水の苑地

☎津久井湖さくらまつり(水の苑地)実行委員会事務局(城山まちづくりセンター内)

☎042-783-8117



# 人口減少社会の克服をめざして

市では、今後迎える人口減少社会を見据え、出生率の向上や人口の社会増をめざして、人口動向分析や人口シミュレーションを行った「相模原市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン」と平成31年(2019年)度までの政策の方向や重点的に取り組む施策などをまとめた「相模原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。



企画政策課 ☎042-769-8203

## 相模原市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン

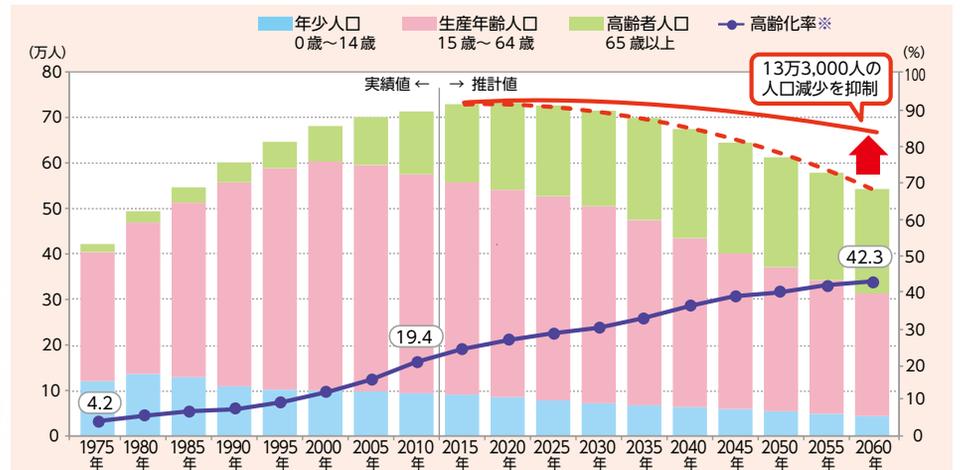
**相模原市の人口動向分析**  
 (2010年国勢調査に基づく相模原市の将来人口推計(既存推計)等の結果)

- ・2060年の総人口は、約54万2,000人、ピーク時の74%まで減少。年少人口は50%強の減、生産年齢人口は40%減。一方で、高齢者人口は70%増
- ・出生数は現在の6,000人程度から3,000人程度まで半減
- ・大学生世代は、転入超過であるが、卒業・就職とともに転出超過
- ・2000年以降、住宅購入世代(30歳~44歳)が転出超過
- ・転出超過地域は、東京23区と都心部に近い地域に集中

**展望**

- ・出生率の改善と若い世代の転出抑制につながる取り組みの強化が必要
- ・出生率が改善し、若い世代の転出抑制が同時に達成された場合、2060年の総人口は既存推計よりも13万3,000人程度多い67万5,000人程度。人口減少率は、24.4%から5.9%まで改善

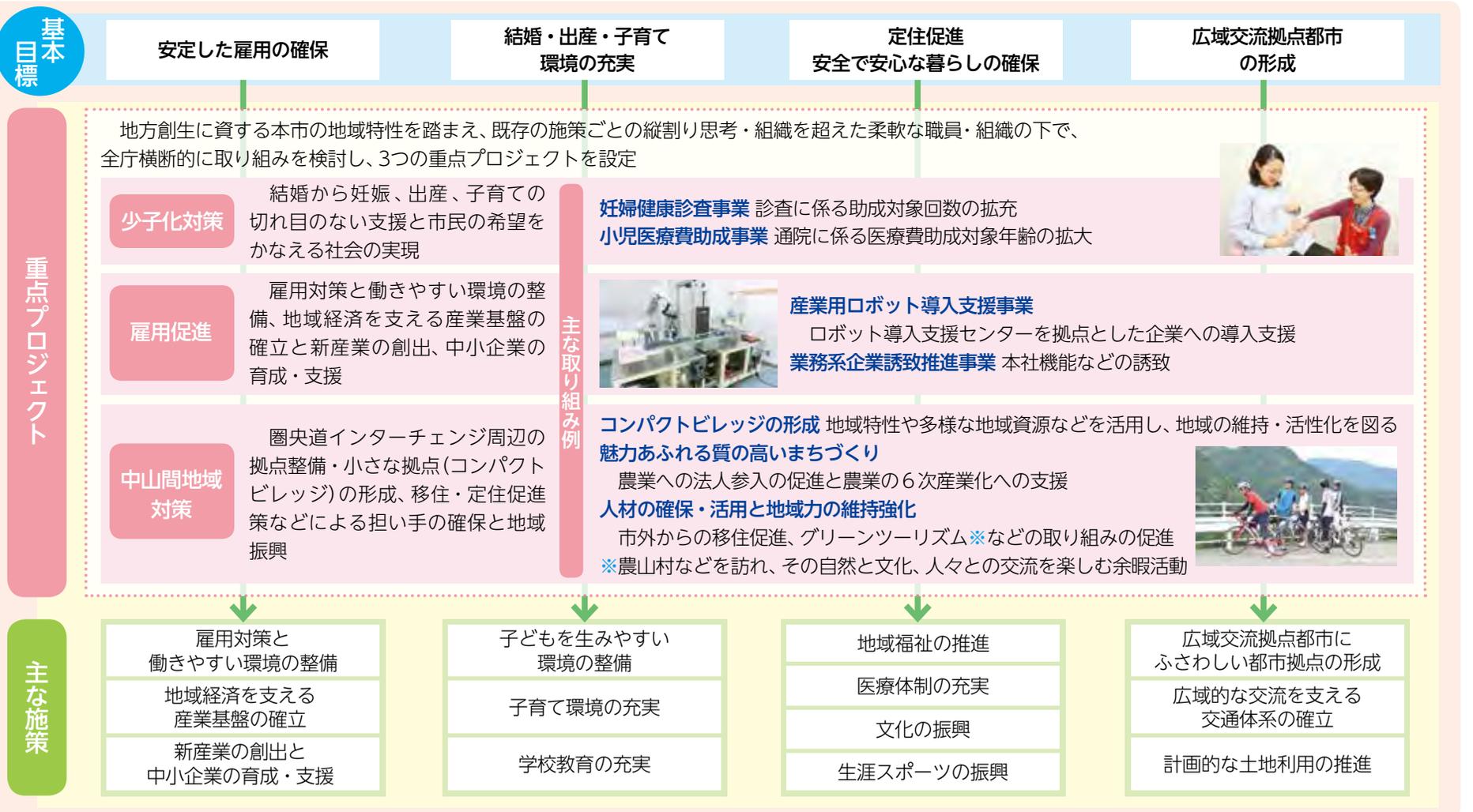
人口の現状と将来人口の推計



※65歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合(高齢者人口/総人口) 出典:1975年~2010年は国勢調査、2015年以降は既存推計

国と県の総合戦略を踏まえ、相模原市まち・ひと・しごと創生人口ビジョンの中長期の将来展望を見据えて、政策目標と施策を定めました。総合戦略の計画期間は27年(2015年)度から31年(2019年)度までの5カ年です。市内外のさまざまな主体との連携・協力をしていきます。

## 相模原市まち・ひと・しごと創生総合戦略



# 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
①リフレッシュヨガ (全12回)★	4月8日～7月15日の毎週 金曜日(4月29日、5月6日・ 27日を除く)	午前 9時30分 ～10時30分	18歳以上 (高校生を 除く)
	4月13日～7月13日の毎週 水曜日(5月4日・25日を除く)	午前11時～正午 午後 0時30分 ～ 1時30分	
	4月14日～7月14日の毎週 木曜日(5月5日・26日を除く)		
②跳び箱・鉄棒 (全9回)★	4月8日～6月24日の毎週 金曜日(4月29日、5月6日・ 27日を除く)	午後3時40分 ～4時40分	新 年中・年長
	4月11日～6月20日の毎週 月曜日(5月2日・30日を除く)	午後5時～6時	小学校 新1～4年生
③末就園児親子体操 (全9回)		午後3時40分 ～4時40分	新 年中・年長
④ファンクショナル トレーニング(全10回)	4月12日～6月21日の毎週 火曜日(5月3日を除く)	午前10時 ～11時30分	18歳以上 (高校生を 除く)
⑤シェイプアップ (全10回)	4月13日～6月22日の毎週 水曜日(5月4日を除く)	午前11時～正午	
⑥骨盤すっきり エクササイズ(全10回)	4月14日～6月23日の毎週 木曜日(5月5日を除く)	午前10時 ～11時	
⑦カルトナージュ教室 ～ローラアシュレイの 生地で作る ブックスタイルの箱～ 申込期限 4月8日	4月15日(金)	午前10時30分 ～午後 0時30分	
⑧楽しく健康、筋力アッ プ&リラクゼーション (全10回)	4月21日～6月30日の毎週 木曜日(5月5日を除く)	午前10時 ～11時30分	

定①各10人②④～⑥各20人③20組⑦10人⑧25人(申込順)  
 費①各8,400円②③各9,900円④～⑥⑧各5,000円、⑦2,500円(材料費含む)  
 申電話か、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、  
 ★は希望日時を書いて、同所(☎042-777-0161 ☎asamizo-stadium@  
 dream.jp)へ

## 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
①卓球	身体・知的	6月12日(日)	寒川総合体育館 (寒川町宮山)
②サウンドテーブルテニス	身体		
③水泳	身体・知的	7月 3日(日)	さがみはらグリーンプール

対平成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①②4月25日③5月16日(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 ☎042-759-4395  
 ☎shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

## サッカースクール(全10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	時間	対象	定員 (申込順)
①U-6	4月4日～6月13日 の毎週月曜日 (5月2日を除く)	午後5時～6時	4歳～6歳の未就学児	15人
②U-8		午後6時～7時	小学校新1・2年生	20人
③U-10	4月6日～6月15日 の毎週水曜日 (5月4日を除く)	午後5時～6時	小学校新3・4年生	15人
④U-12		午後6時～7時	小学校新5・6年生	20人

会小山公園スポーツ広場  
 費①1万2,000円②～④各1万5,000円(保険料・指導料など含む)  
 申3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(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 ☎042-700-0802)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
①早朝スケート	4月3日～24日の毎週日曜日	午前6時30分 ～8時30分	5歳以上
②ジュニア スケート	アイスホッケー	4月5日～26日の毎週火曜日	午後6時30分 ～8時15分
	スピードスケート・ フィギュアスケート	4月7日～28日の毎週木曜日	
③カーリング(全2回)	4月14日(木)・15日(金)	午後8時30分 ～10時45分	中学生 以上

定③50人(申込順) ※18歳未満は保護者の同伴か送迎が必要  
 ※①②希望者は直接会場へ。小学生以下は保護者が16歳以上の送迎が必要  
 費①②各1回500円③2,000円  
 ※①②貸靴代別途1回410円(中学生以下210円)  
 申③4月1日から、直接か電話で同所へ

## 市体育協会からののお知らせ

### フォークダンス・レクダンス 交流パーティー

時3月19日(土)午後1時～3時30分  
 会市体育館(市役所前)  
 費500円(市レクリエーション協会会員は  
 無料)  
 ※希望者は室内履きを持って直接会場へ

### ソフトテニス教室(ジュニア) (全11回)

日にち(8月を除く)	会場
4月9日～平成29年3月11日 の原則第2土曜日	鹿沼公園 相模湖 林間公園
4月23日～29年3月25日 の原則第4土曜日	横山公園 ★

時午前8時30分～10時30分  
 ★1・2月＝午前10時30分～午後0時  
 30分  
 対市内在住か在学の小学生  
 定各50人(先着順)  
 費各2,000円  
 ※希望者は運動ができる服装で、ソフト  
 テニス用具一式と費用を持って直接  
 会場へ(用具の貸し出しあり)

### ソフトテニス教室(レディース) (全13回)

時4月5日～平成29年3月7日の原則第1  
 火曜日(8月を除く)、1月17日(火)、2  
 月21日(火)午前10時30分～午後2時  
 30分  
 会鹿沼公園テニス場  
 対市内か近隣市に在住・在勤か、市ソフ  
 トテニス協会員の女性  
 定80人(先着順)  
 費2,000円  
 ※希望者は運動ができる服装で、ソフト  
 テニス用具一式と費用を持って直接  
 会場へ

### バウンドテニスジュニア教室 (全6回)

時4月16日～9月17日の毎月第3土曜日  
 午後7時30分～9時  
 会星が丘小学校体育館  
 対市内在住か在学の小学校3年生～中学  
 生(小学生は保護者同伴)  
 定20人(申込順)  
 申4月15日までに、電話で市バウンド  
 テニス協会の磯崎さん(☎042-756-  
 -0093)へ

### 平成28年度ねんりんピック長崎大会 選手選考会

①ラージボール卓球  
 時4月10日(日)午前9時  
 会総合体育館  
 費800円  
 申4月2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、種別、「ねんりん卓球」と書いて、  
 市体育協会へ  
 ※種別など詳しくは、市卓球協会ホーム  
 ページをご覧ください。  
 ②ボウリング  
 時4月17日(日)午前9時  
 会相模原パークレーンズ(中央区相模原)  
 定50人(申込順)  
 費2,000円  
 申4月10日までに、直接か電話、ファ  
 クスに住所、氏名、生年月日、年齢、  
 性別、電話番号、「ねんりんボウリン  
 グ」と書いて、同会場(☎042-755-  
 -1110 ☎042-755-1100)へ  
 ③バウンドテニス  
 時4月30日(土)午後7時30分～9時  
 会北総合体育館  
 申4月10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、「ねんりんバウンドテニス」と  
 書いて、市体育協会へ  
 ..... 共 ..... 通 .....  
 対市内在住で昭和32年4月1日以前に  
 生まれた人

### 陸上競技公認記録会

時4月23日(土)  
 ※受け付けは午前8時から  
 会相模原ギオンスタジアム  
 対小学生以上  
 ※詳しくは市陸上競技協会ホームペー  
 ジをご覧ください。

### 市民バスケットボール選手権大会 (一般・マスターズ)

時4月29日(祝)、5月1日(日)・8日(日)  
 ・28日(土)午前9時  
 会総合体育館ほか  
 対市内在住か在勤・在学の人  
 申4月10日までに、市体育協会にある  
 申込用紙(同協会ホームページにも掲  
 載)を同協会へ

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	定員	
水泳 費①1,500円(DVD代含む)②6,000円③④各500円⑤⑥各3,000円⑦⑧⑨各7,000円⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿					
①水中撮影フォームチェック	4月1日(金)		18歳以上(高校生を除く)	各30人(申込順)	
②初心者シンクロナイズスイミング<全8回>	4月2日~6月18日の毎週土曜日(4月23日、5月14日・28日、6月4日を除く)	午後3時~4時	クロールで25m泳げる小・中学生		
③おためしインターバル水泳	4月4日(月)	午後1時30分~2時30分	18歳以上(高校生を除く)		
④平泳ぎ<全3回>	4月6日(水)・13日(水)・20日(水)	午後0時30分~1時30分			
⑤競泳スタート	4月7日(木)	午前9時30分~10時30分			
⑥春季成人水泳<全10回>	初級 中級 上級	4月12日~6月21日の毎週火曜日(5月3日を除く)	正午~午後1時		
⑦春季幼児水泳<全10回>		4月12日~6月21日の毎週火曜日(5月3日を除く)	午後4時~5時		3歳以上の未就学児
		4月13日~6月22日の毎週水曜日(5月4日を除く)			
		4月14日~6月23日の毎週木曜日(5月5日を除く)			
⑧春季小学生水泳<全10回>	初心者~ バタフライ	4月12日~6月21日の毎週火曜日(5月3日を除く)	午後5時30分~6時30分		小学生
	バタフライ・個人メドレー	4月13日~6月22日の毎週水曜日(5月4日を除く)			
⑨春季中高生水泳<全10回>		4月14日~6月23日の毎週木曜日(5月5日を除く)	午後6時~7時	中学生・高校生	
⑩おためしアクアビクス<全4回>		4月13日~5月11日の毎週水曜日(5月4日を除く)	午後2時~2時45分	50人(申込順)	
⑪初心者水泳<全3回>		4月14日(木)・21日(木)・28日(木)	午前11時30分~午後0時30分	18歳以上(高校生を除く)	
⑫クロール初心者息継ぎ練習		4月18日(月)	午後1時30分~2時30分		
⑬アクアウォーキング<全4回>		4月20日~5月18日の毎週水曜日(5月4日を除く)	午後0時30分~1時30分		
体育 費⑭⑮各6,000円					
⑭春季幼児体育<全12回>		4月15日~7月8日の毎週金曜日(4月29日を除く)	午後4時~4時50分	新 年中・年長	
		4月16日~7月16日の毎週土曜日(4月30日、6月4日を除く)	午後2時~2時50分 午後3時~3時50分	新年少	
		4月17日~7月17日の毎週日曜日(5月1日、6月5日を除く)	午前10時~10時50分	新 年中・年長	
⑮春季小学生体育<全12回>	小学校低学年向け	4月15日~7月8日の毎週金曜日(4月29日を除く)	午後5時~5時50分	小学生	
		4月17日~7月17日の毎週日曜日(5月1日、6月5日を除く)	午前11時~11時50分		
	小学校中・高学年向け	4月15日~7月8日の毎週金曜日(4月29日を除く)	午後6時~6時50分		
		4月16日~7月16日の毎週土曜日(4月30日、6月4日を除く)	午後4時~4時50分		
文化 費⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿					
⑯はじめてのフラワーアレンジメント		4月12日(火)	午前10時30分~午後0時30分	18歳以上(高校生を除く)	
⑰ビーズアクセサリー		4月16日(土)	午前10時~午後1時	小学生以上(小学校新1~3年生は保護者同伴)	
⑱絵手紙		4月18日(月)	午前10時~正午	18歳以上(高校生を除く)	

①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿ 3月26日(必着)までに、往復はがき(1人1枚、兄弟姉妹の連名不可)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年、電話番号、教室名、希望日時を書いて、同プールへ

サーティーフォー相模原球場		施設の教室			
〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930					
教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
ダイエットヨガ<全10回>	4月20日~6月22日の毎週水曜日	午前10時~11時30分	18歳以上(高校生を除く)	各30人(申込順)	各6,000円
ヨガ<全10回>	4月21日~6月23日の毎週木曜日	午後2時30分~4時			

④4月18日までに、直接か電話で同球場へ

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

プラネタリウム・全天周映画		希望者は直接会場へ			
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
春休み特別上映	3月19日(土)~31日(木)	こ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?	全天周映画 ドラえもん宇宙ふしぎ大探検2 ~太陽系のひみつ~		プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ
	4月1日(金)~3日(日)	こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 春の星座の物語	プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ	全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー 特別バージョン	プラネタリウム 春の星空模様
4月5日(火)~5月8日(日)	火・金曜日	火・金曜日		プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ	全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー 特別バージョン
	土・日曜日 祝日等			こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 春の星座の物語	プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ

※4月1日~5月8日の日曜日、祝日等は、午後0時10分から「おためしタイム」として、約10分の無料番組を上映します。  
 ※上映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(3月21日を除く)、3月22日(火)、5月6日(金)

図書館の催し 問市立図書館 ☎042-754-3604

①ひよこちゃんのわらべうた会<全6回>  
 ②ぺんぎんちゃんのわらべうた会<全6回>

親子のスキンシップを中心としたわらべうた遊びと、絵本の読み聞かせや本の紹介をします。  
 時4月~9月の毎月①第1②第3木曜日 午前10時30分~11時  
 会市立図書館(中央区鹿沼台)  
 対市内在住の①0歳児とその保護者②1・2歳児とその保護者  
 定各15組(申込順)  
 申3月24日までに、直接か電話で同館へ



勝坂を学ぼう! 講演 古墳時代のまつりと鏡  
 ~勝坂有鹿谷祭祀遺跡などの事例から~

遺跡から出土した鏡を基に、祭祀や時代背景、当時の人々の思いについてお話しします。  
 時4月10日(日) 午前9時30分~11時30分  
 会史跡勝坂遺跡公園管理棟  
 対高校生以上=30人(申込順)  
 申4月7日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ



同遺跡出土の珠文鏡

グリーンカレッジつくい前期講座  
 ギフチョウデジカメ観察講座<全2回>

デジタルカメラで撮影しながら観察します。  
 時4月3日(日)・10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  
 申3月16日~31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、「ギフチョウデジカメ観察講座」と書いて、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

### さがみはらアンテナショップ sagamixがリニューアルオープン

ポーノ相模大野2階フロアの改装に伴い、店舗を一新します。新たなカフェメニューの提供や、大学生とコラボレーションしたオリジナルトートバッグを抽選でプレゼントする企画も行います。

時 3月26日(土) 午前10時  
問 市観光協会(☎042-771-3767)



### 就学相談説明会

平成29年度に小学校入学予定で、障害などにより教育的配慮を必要とする児童の就学相談について

日にち	会場
4月18日(月)	ウェルネスさがみはら7階視聴覚室
4月19日(火)	緑区合同庁舎
4月20日(水)	南保健福祉センター
4月21日(木)	津久井総合事務所

時 午前10時～11時30分  
※希望者は直接会場へ  
※29年度入学予定児童以外の保護者も参加できます。  
問 学校教育課

### 納期限は3月31日(木)

#### ▶国民健康保険税 第10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

### 自宅の無料耐震相談会

時 3月26日(土) 午前9時～正午  
会 上鶴間公民館  
※希望者は直接会場へ。確認通知書と図面があれば持参してください。  
問 建築指導課

### 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

時 4月1日(金)～5月31日(火)  
午前8時30分～午後5時  
※土・日曜日、祝日等を除く  
会 資産税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター  
問 固定資産税納税者、同納税者と同居の親族・代理人・相続人、納税管理人  
※希望者は、本人確認ができるもの(運転免許証やパスポートなど(顔写真のないものは2点以上)、代理人は委任状、相続人は戸籍謄本など)を持って直接会場へ  
問 資産税課

### 日本年金機構 相談・手続き窓口のご利用を

時 〇月～金曜日(祝日等を除く)  
=午前8時30分～午後5時15分  
※週初めの開所日は午後7時まで  
〇毎月第2土曜日  
=午前9時30分～午後4時  
会 相模原年金事務所(南区相模大野)、街角の年金相談センター 相模大野(相模大野ステーションスクエア1階)  
問 相模原年金事務所(☎042-745-8101)

### ナイスガイドさがみはら 「SAGAMIHARA 暮らしのガイド 2016-2018」を発行

市役所の窓口や防災、救急、保健・福祉、医療機関など、市民生活に必要な情報をまとめた同ガイドを、市印刷広告協同組合との協働により発行しました。転入者や希望者へは次の場所で配布しています。  
配布場所 各行政資料コーナー・区役所区民課・まちづくりセンター・出張所・連絡所、広聴広報課  
問 広聴広報課

### 市街化調整区域の 土地購入や利用にご注意を

市街化調整区域は原則として建築物を建てることはできません。また、一定の区画に分け、宅地と見せかけた「現況有姿分譲地」は、倉庫や物置、コンテナなども建てることはできません。  
問 開発調整課

## 募集

### 「泳げ鯉のぼり相模川」の ボランティア

日にち	会場	内容
4月17日(日)	田名小学校 体育館	鯉のぼりの補修
4月29日(祝)	相模川 高田橋上流	上げ作業
5月6日(金)		下げ作業

時 午前9時～正午  
申 3月31日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、参加希望日、「鯉のぼりボランティア」と書いて、同実行委員会事務局(☐koi.sagamihara@gmail.com)へ

### 市民農園の利用者(再募集)

募集農園 レクリエーション農園(麻溝台、当麻東原)、健康づくり農園(第7) ※区画数や料金など詳しくは、募集案内が市ホームページをご覧ください。  
募集案内・申込書の配布場所 農政課、津久井地域経済課、緑・南区合同庁舎、城山・麻溝まちづくりセンター、相原・大沼連絡所、橋本・相模大野図書館  
申 3月29日(消印有効)までに、申込書を農政課(☎042-769-8239)へ

### 大野南・上鶴間 高齢者支援センター職員

地域の高齢者等への相談業務など  
勤務 月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時30分  
賃金 月額23万円から  
問 保健師・社会福祉士・介護支援専門員のいずれかの免許・資格がある人  
定 若干名(選考)  
申 電話で幸園(☎042-766-1700)へ

### さがみはら北の丘センター ミニフリーマーケット出店者

時 4月17日(日) 午前9時～午後4時  
問 市内在住か在勤の人  
定 7区画(抽選) ※1組1区画(約3m×2m)  
費 1,000円  
申 3月22日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、販売品目、駐車場使用希望の有無、「フリーマーケット出店」と書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ  
※団体・業者の出店、食品類・生き物・手作り品などは販売不可。詳しくはお問い合わせください。

### 就職支援サービス 「サガツクナビ」学生会員

地元企業の求人情報や、合同説明会への参加、経営者や採用担当者との交流の機会を提供  
問 市内や近隣の企業に就職を希望する大学生・大学院生・高等専門学校生など  
申 Eメールに住所(市区町村まで)、氏名(ふりがな)、学校名、学部、学科、学年、電話番号、件名に「学生会員申し込み」と書いて、さがみはら産業創造センター(☐sagatukunavi@sic-sagamihara.jp ☎042-703-6321)へ  
※サガツクナビホームページからも申し込みめます。

## イベント

### さくら市 ～相模原にぎわいマルシェ～

「CHORUS」掲載店が、西門買物公園道路(中央区相模原)に大集合。豊富な商品知識や店主のこだわりの味など各店の魅力が満載。歌やダンスなどのステージや体験型ワークショップも開催  
CHORUSとは 消費者がリポーターとなって、取材したお店の魅力や情報を発信するウェブサイト。市と協働で実施  
時 3月27日(日) 午前10時～午後5時  
〈荒天中止〉  
※西門夜ざくらまつりも同時開催  
問 さがみはらソーシャルデザイン研究所 astro coms(☎042-715-8980)

## 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

### 産業会館 ☎042-704-9888

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	3月25日(金)	午前9時30分
タブ	3月23日(水)	～午後4時20分 (1回50分)
レット	4月6日(水)	

対 初心者=各12人(申込順)  
申 電話で同館へ  
※時間が選べる有料講座も随時受け付け

### さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

カナダ人国際交流員と親子で Easter Eggs Fun!  
卵に絵を描くエッグデコレーションなど  
時 3月27日(日) 午前10時～11時30分  
対 市内在住か在学の5歳～9歳児とその保護者=24人(申込順)  
費 100円  
申 3月22日までに、電話で同ラウンジへ

### サン・エールさがみはら ☎042-775-5665

春休み親子映画鑑賞会  
「かわいいミルクやさん」「はれときどきぶた」など  
時 3月29日(火) 午前10時～11時40分  
定 220人(先着順)  
※希望者は直接会場へ

### ソレイユさがみ ☎042-775-1775

①であいのサロン  
おしゃべりをする気楽な交流の場  
時 4月11日(月) 午前10時～正午  
②子育ておしゃべりサロン  
自分らしい子育てを見つける場  
時 4月18日(月) 午前10時30分～正午  
対 1歳未満の初めての子とその保護者  
③講演とトーク&トーク  
「どう守る? 深刻化する子どもの貧困」  
時 4月21日(木) 午後6時30分～8時30分  
定 ①③各30人②10組(申込順)  
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)  
申 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(☎042-775-1776)へ

### ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

オーサーズカフェ  
「哲学の謎(私)とは何か?」  
自己と他人の境界線について  
時 3月26日(土) 午後2時～3時  
※希望者は直接会場へ

### さがみはら北の丘センター ☎042-773-5570

大人のための水泳教室(初心者)〈全12回〉  
時 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)  
午前11時20分～午後0時20分  
対 16歳以上=20人(抽選)  
費 1万200円  
元気アップ! 水中運動〈全11回〉  
時 4月14日～7月14日の毎週木曜日  
(5月5日・19日・26日を除く)  
午前9時20分～10時20分  
対 65歳以上=20人(抽選)  
費 6,050円  
申 3月22日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1)へ

### 古民家園 (相模川自然の村公園内) ☎042-769-8371(文化財保護課)

おはなし会  
いろいろを囲んで、語り部の皆さんが披露する懐かしい昔話を楽しむ  
時 3月27日(日) 午前10時～11時30分  
定 40人(先着順)  
※希望者は直接会場へ



### 施設のお休み

老人福祉センター若竹園浴室  
修繕を行うため利用を休止します。  
時 3月18日(金)～31日(木)  
問 高齢者支援課  
蔵書点検による休館  
相模大野図書館、橋本図書館  
時 4月5日(火)～11日(月)  
市立図書館(中央区鹿沼台)、相武台分館、公民館等の図書室など  
時 4月12日(火)～18日(月)  
問 市立図書館(☎042-754-3604)

### 街かどコンサート

バイオリン演奏。出演はデュオドゥフルール  
 時3月21日(休)午後4時~4時30分  
 会 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  
 文化振興課

### 春休みワークショップ

①イースターフラワーアレンジメント  
 卵と季節のお花を使った制作  
 時3月27日(日)午後1時~3時  
 対小学生以上=20人(申込順)  
 ※10人以下の場合は中止

②親子でバッグを作ろう!!  
 おしゃれなバッグを制作  
 時3月27日(日)午後1時~3時30分  
 対小学生以上=12人(申込順)

町田・デザイン専門学校(町田市森野)  
 費各3,500円(材料費含む)  
 申3月21日までに、直接か電話で同校(☎042-725-1287)へ

### たてしな自然の村バスツアー

たてしな自然の村に宿泊し、大河ドラマ「真田丸」ゆかりの城下町・上田や高遠城址公園などを散策  
 時4月12日(火)~13日(水)〈1泊2日〉  
 集合 午前7時30分に相模大野駅前か、午前8時に相模原駅前  
 解散 午後5時に相模原駅前  
 対市内在住・在勤・在学か、町田市在住の人=40人(抽選)  
 費1万7,500円(4食付き)  
 申3月28日(必着)までに、往復はがきかファクスに全員の住所・氏名(ふりがな(代表者に○))、年齢、電話番号、「たてしな自然の村4月バスツアー」と書いて、たてしな自然の村(〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田ハケ野赤沼995 ☎0267-55-7188 ☎0267-55-6776)へ



上田城

### 相模原市民ギャラリー アートスポット展示「児玉沙矢華展 -あの空に想うならば-」

時3月19日(土)~5月8日(日)  
 午前9時~午後8時  
 ※土・日曜日、祝日等は午後5時まで  
 同ギャラリー(☎042-776-1262)



児玉沙矢華「空を泳ぐ嘘」S50号

### あそびの学校スペシャル

ゲームやクラフトなど、さまざまな遊びを体験  
 時3月21日(休)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  
 定50人(先着順)  
 ※希望者は動きやすい服装・靴で直接会場へ  
 同センター(☎042-751-0091)



### 灯りの街小原宿ライトアップ

数々のあんどんなどの灯りが、本陣や街道沿いを暖かく幻想的に照らす。をばら本陣焼きやうどんなどの販売もあり  
 時3月26日(土)午後5時30分~8時  
 会小原宿本陣とその周辺(緑区小原)  
 同相模湖まちづくりセンター(☎042-684-3240)

### しろやま得の市

農産物や工芸品などの販売会  
 時3月27日(日)  
 午前10時~午後1時30分(雨天中止)  
 会城山総合事務所前道路  
 ※当日、同道路は歩行者天国になります。  
 同実行委員会(城山商工会内☎042-782-3338)

### 講演・講座

#### 救命講習会 ~大切な人を救うのはあなたです~

日にち	会場	定員(申込順)
①普通救命講習Ⅰ(成人への応急手当て)		
4月16日(土)	南消防署	各50人
5月15日(日)	消防指令センター	各50人
6月10日(金)	津久井中央公民館	30人
②上級救命講習		
4月22日(金)	南消防署	各50人
6月26日(日)	消防指令センター	各50人
③普通救命講習Ⅲ(小児・乳児・新生児への応急手当て)		
5月26日(木)	南消防署	50人
④応急手当普及員再講習		
6月15日(水)	消防指令センター	50人

時①③④午前9時~正午  
 ②午前9時~午後6時  
 対①②③市内在住か在勤・在学の中学生以上④平成25・26年度に資格を取得したか再講習を受講した人  
 費①③④各1,000円②各3,000円  
 ※④はテキスト代が別途必要(持っていない場合)  
 申開催日1週間前までに、市防災協会ホームページに掲載の申込書をファクスかEメールで同協会(☎042-753-0374 ☎info@sdpa.or.jp ☎042-753-9971)へ

#### 春休み交通安全教室

自転車シミュレーターを使って、自転車の正しい乗り方を学ぶ  
 時3月28日(月)~4月1日(金)・4日(月)・5日(火) 午前10時~11時30分、午後1時30分~4時  
 会児童交通公園(鹿沼公園内)  
 対小学生  
 ※希望者は直接会場へ  
 同生活安全課



### おさらい教室<全3回>

教員経験などがあるシルバー人材センター会員が、国語と算数の復習をサポート  
 時○3月28日(月)~30日(水)  
 ○3月31日(木)、4月1日(金)・4日(月) 午前9時30分~11時30分  
 会市シルバー人材センター緑・中央・南事務所  
 対小学校3~6年生  
 定同センター緑事務所=各6人、同センター中央・南事務所=各8人(申込順)  
 費各3,000円  
 申開催日6日前までに、電話で希望する会場へ

会場	電話番号
同センター緑事務所	042-783-1313
同センター中央事務所	042-754-1177
同センター南事務所	042-745-2158

### 中途失聴・難聴者のためのコミュニケーション教室

①手話教室<全12回>  
 日常生活に必要な手話の学習  
 時4月9日(土)、5月~平成29年3月の毎月第1土曜日 午前10時~正午  
 ②ふれあい教室<全12回>  
 簡単な手話や読話の学習と交流会  
 時4月~29年3月の毎月第3土曜日 午後1時~3時

あじさい会館  
 ※①12月3日は市民会館第2中会議室  
 対市内在住で18歳以上の中途失聴・難聴者=各30人(申込順)  
 ※要約筆記あり  
 申電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号、教室名、①は手話経験の有無を書いて、市難聴者協会・土の会の佐藤さん(☎☎042-769-5987)へ

### 初心者民謡講座<全10回>

時4月12日~6月28日の毎週火曜日(5月3日・10日を除く)午後2時~4時  
 会市民会館けやきの間  
 定30人(申込順)  
 費2,000円  
 申4月11日までに、電話で市民謡協会の五十嵐さん(☎090-4372-4162)へ

## 市指定文化財を新たに指定

3月31日付で市登録天然記念物1件を登録解除し、4月1日に市指定有形文化財として建造物1件と考古資料3件を新たに指定します。

市登録天然記念物  
 (登録解除(滅失))  
 善勝寺のコウヤマキ

#### 市指定有形文化財(新指定)

- ①亀ヶ池八幡宮日本殿 附 文禄五年棟札1枚
- ②田名塩田遺跡群出土のクシミ形土器
- ③勝坂遺跡D区出土のマメ圧痕土器
- ④田名半在家遺跡G地点出土の龍文鏡

### 企画展「相模原市の遺跡2016

#### 相模原市新指定文化財(考古資料)特別公開

時3月19日(土)~5月8日(日) 午前9時30分~午後5時  
 休館日 月曜日(3月21日を除く)、3月22日(火)、5月6日(金)  
 会市立博物館  
 ※①は亀ヶ池八幡宮境内で公開



文化財保護課 ☎042-769-8371

## 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。

- フォトシティさがみはらサポーターズクラブ写真展「さがみはら幸せの時間」 3月17日(木)~22日(火) 午前10時~午後6時(17日は午後1時から、22日は午後4時まで)、相模原市民ギャラリー 同菊地(☎080-6685-3255)
- 防災・減災について考えよう 避難所ゲームから学ぶ相模原の災害 3月19日(土) 午後1時30分~5時、ソレイユさがみ。定員60人(申込順) 申ファクスに住所、氏名、電話番号、「避難所ゲーム」と書いて、安藤(☎045-201-0784 ☎090-8462-4295)へ
- ハーモニカ春コンサート 曲目は「山の人気者」ほか 4月9日(土) 午後2時~4時30分、サン・エールさがみはら。定員220人(先着順) 同内谷(☎042-782-5900)
- 家庭倫理講演会「いのちの輝き」 4月9日(土) 午前10時~11時40分、あじさい会館。費用1,000円。保育あり(要予約) 同山田(☎042-750-2318)

#### 仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

- コーラス 毎週金曜日午前9時40分、大野北公民館ほか 同野崎(☎042-752-8147)
- 社交ダンス 毎週火曜日午後1時か午後2時30分、東林ふれあいセンター 同谷岡(☎046-257-0627)
- 俳句 毎月第2日曜日午後1時、中央公民館ほか。初心者歓迎、見学可 同金子(☎042-758-9519)
- 英会話 月2回金曜日午後1時、大野北公民館。対象は中・上級者 同江島(☎042-741-8480)
- 複音ハーモニカ 月2回金曜日午後1時30分、中央公民館ほか。初心者歓迎 同鈴木(☎090-8040-5438)
- クラシックギター 月3回土曜日午後1時、大野台公民館 同岡(☎042-753-0852)
- 太極拳 毎週火曜日午前10時、総合体育館。初心者歓迎、見学可 同楢野(☎042-746-3453)
- フラダンス 月4回水曜日午後2時、大野北公民館ほか 同花島(☎090-4427-8343)
- 着付教室 月2回水曜日午前9時45分、大沢公民館 同日沢(☎080-5565-6296)

▶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

3/15

No.0072

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

区の人口・世帯

人口 173,710人  
男 87,485人 / 女 86,225人

世帯数 71,168 世帯  
平成27年10月1日現在を掲載。  
27年10月1日に行われた国勢調査の速報値(概数)

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

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

## 津久井の恵み “キクイモ”で 元気なまちへ

菊に似た黄色の花を咲かせるキクイモは、津久井地域の各地で栽培され、さまざまな健康機能性を持つ食品として注目されています。

津久井商工会では、キクイモや津久井在来大豆などの資源を活用しながら、地域の活性化と健康のまちづくりをめざしています。キクイモを使ったうどんやチップス、ドリンクなどの商品が開発されているので、まずは一度、味わってみてはいかがでしょうか。



キクイモって  
なんだろう？

芋と呼ばれていますが、でんぷんを含まず血糖値の上昇や脂肪の吸収を抑えると言われている「イヌリン」を多く含むキク科の植物です。11～3月頃に収穫されるキクイモは、水にさらしてサラダにしたり炒めてきんぴら風にしたりして、楽しむことができます。地場産のキクイモは津久井観光センターやあぐりんずつくいなどで販売しています。



### 健康のまちを めざして

農業、医療、産業、商工業など多方面の代表者が参加し、「健康のまち・未病を治すまち津久井委員会」を設立しました。現在は商工会女性部や地域の飲食店が協力してレシピの開発を行い、各商店やイベントでのキクイモを使った新メニューの提供を計画しています。



#### 相模原協同病院 病院長 高野靖悟さん

元気に長生きするには、病気になる前の段階から予防することが大切です。当院では未病・漢方外来を開設し、食事指導の一環として病院薬膳ランチを定期的に開催して、食の大切さを伝えています。その中で、キクイモを取り入れた食事の提供もしています。キクイモには血糖値を下げる効果と高脂血症の予防が期待でき、まさに未病・予防にふさわしい食材です。津久井のキクイモを積極的に食事に取り入れて健康な体をめざしましょう。



キクイモのサラダと団子汁を取り入れた薬膳ランチ

#### キクイモドリンク発売予定!

津久井原産のキクイモを使用し、飲みやすくリンゴ味にしたゼリー飲料です。現在、販売開始に向け、準備を進めています。

☎津久井商工会 ☎042-784-1744



☎緑区役所区政策課 ☎042-775-8802

### 保護司の活動拠点を開設しました

保護司は、犯罪や非行をした人たちの立ち直りを助けるとともに、犯罪予防活動を行う地域ボランティアです。緑区での保護司の活動拠点となる相模原緑保護区保護司会更生保護サポートセンターを、城山保健福祉センター2階に開設しました。更生保護サポートセンターは、市内では初めての開設となり、犯罪のない地域社会づくりに貢献する役割を担っています。



☎相模原緑保護区保護司会更生保護サポートセンター ☎042-851-2341

### 区内の安全・安心まちづくり推進協議会が表彰されました!

地域の交通安全や防犯活動に取り組んでいる同協議会の区内6支部が、交通死亡事故の抑止をはじめ、地域への交通安全活動における多大な功労が認められ、県交通安全対策協議会から表彰されました。当日は、黒岩県知事から感謝状を贈呈されました。



☎緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801



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

3/15

No.0072

毎月15日発行

# ちゅうおう 区版

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

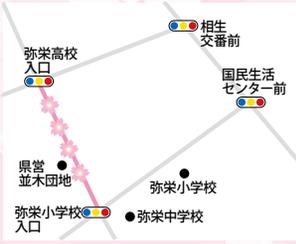
区の人口・世帯

人口 270,021人  
男 135,787人 / 女 134,234人

世帯数 116,294世帯  
平成27年10月1日現在を掲載。  
27年10月1日に行われた国勢調査の速報値(概数)  
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

## 市内の「開花宣言」「満開宣言」はどこで行われているの？

中央区内の消防指令センター北側の歩道にあるソメイヨシノが標本木です。5～6輪の花が咲くと開花、全体の8割以上の花が咲くと満開となります。



※写真は、市道南橋本青葉の県営並木団地付近の桜並木です。65本のソメイヨシノのトンネルが見事です。

区のシンボルマークにも使われている桜。中央区内には見どころが10数カ所あります。区ホームページで見どころを紹介していますので、ぜひ訪れてみてください。



## ソメイヨシノだけではない桜の魅力！

### 横山公園

毎年多くの人がお花見を楽しむ同公園には、たくさん植えられているソメイヨシノのほかにも、しだれ桜や八重桜なども咲いています。いろいろな桜の魅力をお楽しみください。



所在地 中央区横山5-11-50

### 上溝さくら公園

昨年3月にオープンした同公園には、ソメイヨシノや河津桜など8種類の桜が植樹されています。その中には、福島復興への願いが込められた新種の八重桜「はるか」も植樹されています。



所在地 中央区上溝1880-7



区内の桜まつり情報	鹿沼公園さくらまつり	西門夜ざくらまつり
	時 3月26日(土)・27日(日) 午前10時～午後5時 会 鹿沼公園	時 3月25日(金)～27日(日) 午前10時～午後9時 会 西門買物公園道路

☎中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

## だいすき! 中央区 DAY ピッチ内ツアー & サッカー教室

市ホームタウンチーム「SC相模原」の特別企画「だいすき! 中央区DAY」が開催されます。試合開始前のピッチに立って見学できる「ピッチ内ツアー」と、プロからテクニックを学べる「サッカー教室」も実施します。



### ピッチ内ツアー

時 4月24日(日) 会 相模原ギオンスタジアム  
対 中央区在住か在学の小・中学生とその保護者=10組20名  
※イベントは試合開始(午後1時)の前に実施します。  
※申し込み方法や、サッカー教室の詳細は4月以降SC相模原ホームページをご覧ください。  
☎SC相模原 ☎042-810-7777

## 今日から実行! 自転車に乗る時は

区内では、朝・夕の通勤・通学時間帯に交差点やT字路での自動車や歩行者との出会い頭の衝突など、重大な自転車事故が多く発生しています。自転車も車の仲間です。被害に遭わないのはもちろんのこと、加害者にならないよう、自転車に乗る時は次のことを徹底しましょう。

- 一時停止や信号は必ず守りましょう。
- 携帯電話やスマートフォンの使用は禁止です。
- 傘は差さずに雨がっぱを着用しましょう。
- ヘルメットをかぶりましょう。



☎中央区役所地域振興課本庁地域まちづくりセンター ☎042-707-7049

## 地域元気

### 小山地区

#### ～減らそう! 自転車の交通事故～

小山地区では、安全・安心まちづくり推進協議会小山支部が中心となり、区内の各団体が協力して、昨年8月から自転車事故撲滅に取り組んでいます。

相模原駅の駐輪場を利用する人への自転車の交通マナーの呼び掛けや、子どもたちや高齢者を対象とした自転車交通安全教室の開催など、地区をあげたさまざまな取り組みにより、地区内で発生した自転車事故の件数が56件(平成26年)から44件(27年)へと減少しました。石井支部長は「今後もこうした活動を継続し、事故を減らしていきたい」と、語ってくれました。



☎中央区役所地域振興課本庁地域まちづくりセンター ☎042-707-7049

## まちづくりに若いチカラ

### 県立相模原高等学校

相模原高等学校では各クラスから選ばれた42人の生徒で構成する福祉委員会が中心となって、地域貢献活動に積極的に取り組んでいます。福祉委員会では、手作りのポスターを作製し、さまざまなボランティアへの参加を生徒へ呼び掛けています。毎年6月と9月には、近隣の横山台保育園のプールの設置・解体作業を行っています。力仕事で汗をかいたあとは、園児と一緒に遊び、交流を深めています。福祉委員会委員長の高橋さんは「園児から『ありがとう』など声を掛けられると本当に嬉しいです。とてもいい経験になりました」と笑顔で話していました。



プールの解体作業の様子



福祉委員会委員長の高橋さん

☎県立相模原高等学校 ☎042-752-4133

FM HOT 839(エフエムさがみ)で中央区の魅力をお伝え!



大好き! 中央区 次回の放送日 3月24日(木) 午後7時～8時(再放送 3月29日(火) 午後11時～12時)  
はみだし中央区 次回の放送日 4月 1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 ●消防指令センター前の道路にはソメイヨシノが70本ありますが、相模原消防署前信号には1本だけ大島桜があり、白い花が咲きます。

2016年 平成28年

広報 さがみはら

3/15

No.0072

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 277,183人  
男 137,763人 / 女 139,420人

世帯数 123,772世帯

平成27年10月1日現在を掲載。  
27年10月1日に行われた国勢調査の速報値(概数)

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

## 行ってみよう! 聞いてみよう!

## 子育て広場 たんと



「子育て広場 たんと」は、平成23年2月のオープン以来、多くの利用者でにぎわっています。ここでは、いつでも気軽に訪れて、おしゃべりしたり遊んだりできる、みんなの居場所であり、情報交換の場でもあります。

研修を受けたスタッフが常駐しているので、悩み相談のほか、子育ての“ちょっと尋ねてみたいこと”なども遠慮なく聞いてください。



パパも気軽に  
来てください

子育て親育ち応援団With.cfc  
代表 中島隆子さん

以前は公民館で「子育て広場」を月2回開催していましたが、「広場を毎日開催してほしい」と切望する声を受け、市の協働事業提案に応募しました。そして、伊勢丹相模原店の協力もあり、「たんと」のオープンが実現しました。

“ねんね”の赤ちゃんでも安心して遊べる広場です。パパと子どもで来てくれる人もいます。「たんと」が、子育て中の皆さんの居場所になると嬉しいです。

利用は  
無料

### 子育て広場 たんと 利用案内

毎月～金曜日、第2・第4土曜日 午前10時～午後3時

※祝日、年末年始、伊勢丹相模原店の休業日は休み

☒伊勢丹相模原店本館6階ベビー&キッズコミュニティーテラス

☒3歳くらいまでの子どもとその保護者、妊娠中の人とその家族

※子どものみの預かりは行いません。

☎子育て親育ち応援団With.cfc ☎080-5431-0971

ここはママ友たちとの交流があり、子どもと一緒におもちゃや絵本を楽しんでいます。スタッフに気軽に相談できることや、午後3時まで利用できることもうれしいです。

山口ピアンカさんと  
英里沙ちゃん



### 子育てに関する情報が満載! 子育てガイド

市内で出産・子育てをする人のために相談機関や各種手当、子どもの遊び場などの情報が掲載された便利な冊子です。

※28年度版子育てガイドは、4月1日から各まちづくりセンター・公民館・こどもセンターなどで配布します。

☎こども青少年課 ☎042-769-9811



## 行ってきました! 南区の社会科見学

vol. 34

南区内の隠れスポット、歴史、人物などを紹介します

### 酪農家 藤曲和美さん



磯部で藤曲牧場を経営する藤曲さんは、市畜産振興協会の会長を務めるなど長年畜産業に貢献されています。参加した畜産共進会(品評会)では県や中部日本地域などで優秀な成績を収め、自宅には獲得したトロフィーが所狭しと並んでいました。

現在は、同牧場で自身の母校である相原高校の生徒を実習生として受け入れるなど、若い後継者の育成にも力を入れています。

藤曲牧場では、約30頭のホルスタイン(乳牛)を飼育しており、1頭の牛から1日に搾る牛乳は25~50kgにもなるそうです。この日実習に来ていた相原高校の生徒は「学校では、乳牛の飼育は3頭なので、搾乳体験などの順番がなかなか回ってきませんが、ここでは搾乳のほか、たくさんの牛と触れ合えていい経験になります」と笑顔で語ってくれました。



実習生として牛の世話をする生徒



厳しくも優しい目で牛舎を見渡す藤曲さん



☎南区役所区政策課 ☎042-749-2134

ざる菊を手入れする  
愛好会の皆さん



新磯のざる菊花見会の様子



また、藤曲さんは「新磯のざる菊花見会」を開催する「新磯ざる菊愛好会」会長として地域の活性化にも取り組んでいます。

10月下旬から11月中旬にかけて紅・白・黄・桃色など1,300株を超えるざる菊が会場一面に咲き誇る花見会は、毎年多くの人でにぎわい、新磯地区の秋の風物詩として定着しています。



Facebookページ「相模原市南区区民会議」

<https://www.facebook.com/sagamiharasi.minamiku.kuminkaigi>



区民会議の活動やイベント情報などを発信中です!

# ウェルネス通信



3/15

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
4月5日(火)	午後1時～2時15分	⑦	⑮
4月27日(水)	午後2時45分～4時	⑧	

対平成27年7～8月生まれの初めての子の保護者とその家族  
定各15人(申込順。調整あり)

### 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
4月5日(火)	⑦	各20組	⑮
4月15日(金)			
4月11日(月)	⑧		
4月27日(水)			
4月25日(月)	⑨	30組	

時午前10時～11時30分  
対27年2～6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
4月8日(金)	午前10時～11時	⑦	⑧
4月22日(金)		⑧	⑨
4月22日(金)		⑨	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

### 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
5月7日(土) ・14日(土)	午後1時30分～4時	⑧
5月10日(火) ・17日(火)		⑨

対妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族  
定⑧のみ60組(申込順)  
申4月25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  
時⑦⑧⑨

日にち	会場ほか
4月8日(金)	橋本⑩
4月12日(火)	清新⑩、大野南⑩、藤⑩
4月13日(水)	津⑩、大野台⑩、
4月14日(木)	新磯⑩、鹿島台⑩、相模台⑩
4月15日(金)	上溝南⑩、星が丘⑩

⑩こどもセンター  
⑪栄養士による栄養相談もあり  
⑫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)	⑦	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※⑦⑧⑨は来庁相談のみ 時⑦⑧⑨
	月・木曜日				
	火曜日				
	水曜日				
	金曜日				
栄養相談(栄養士)	4月6日(水)	午後1時～3時30分	⑧	⑨	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)
	4月11日(月)	午前9時～11時30分	⑦		
	4月25日(月)		⑧		
不妊・不育専門相談	4月12日(火)	〈電話相談〉 時午前9時～11時30分 時⑥			
		〈面接相談〉 時午後1時～3時30分 会⑦ 申4月11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 ※治療内容に関する相談は受け付けません。 ※健診等により歯科医師が不在の場合もあります。 時健康企画課 ☎042-769-8344
歯科健康相談(歯科衛生士)	4月6日(水)	午前9時30分～11時30分	⑦	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
	4月13日(水)		⑧		
かんがる～歯科健診(歯科医)	⑦⑧⑨⑩			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15分	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) 定各12人(申込順)
	4月2日(土)	午後2時～3時45分	⑧		
高齢者認知症相談	4月12日(火)	午前10時～正午	⑦	②	専門医による認知症についての相談 定各2人(申込順)
	4月25日(月)	午後1時30分～3時30分	⑧		
	4月28日(木)	午後2時～4時	⑨		

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5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

### 電話設備改修のため、ウェルネスさがみはら館内の電話が一時不通になります

ご不便をお掛けして申し訳ありませんが、ご理解とご協力をお願いします。  
時3月26日(土)午前9時～正午のうち、1時間程度  
時地域保健課 ☎042-769-9241

## 子育て広場たんとトイレトレーニングセミナー

無理をしない「おむつはずれ」のノウハウをお話しします。

時4月16日(土)午前10時30分～11時30分、午後1時～2時

会伊勢丹相模原店(南区相模大野)

対乳幼児とその保護者

定各15組 ※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、「トイレトレーニングセミナー」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 ☒tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

### 主な実施会場

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

### 申し込み・問い合わせ

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

## もっと健康になるための教室

会場・申込先は表面の「主な実施会場」[申し込み・問い合わせ]をご覧ください。

教室名	日にち	時間	会場	内容・対象など
今こそからだのメンテナンス！ 運動習慣つけて生涯現役〈全6回〉	5月10日・17日、 6月7日・28日、 7月26日、8月23日 の火曜日	午前10時～正午	ウ	運動習慣を身に付けるための講義と実技 ①運動に支障がない市内在住か在勤の60歳～69歳(昭和22年4月2日～32年4月1日生まれ)で、運動習慣がない人 ②定15人(抽選) ③4月18日までに①へ ※過去に参加したことがある人は参加できません。

### 高齢者筋力向上トレーニング 中央会場A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**5月17日～8月5日の毎週火・金曜日 午前9時30分～11時30分  
**会**ウェルネスさがみはら  
**対**市内在住の65歳以上で、短期集中予防サービスの対象者(病気・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能などが低下し、その改善に向けた支援が必要な人)  
**定**10人(選考)  
**申**3月17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市コールセンター(☎042-770-7777))へ



### 知ってほしい子宮頸がん～4月9日は子宮の日～

がんは、若い人には関係ないと思われがちですが、子宮頸がんは20～30代の女性に増えています。子宮頸がんは、主にヒトパピローマウイルス(HPV)が原因で、性交渉によって感染します。このウイルスは必ずしもがん化するわけではありません。しかし、性交渉の経験がある女性の80%が一生涯に一度は感染するといわれています。自覚症状がない時期に検診で早期発見することがとても大切です。

#### 平成28年度がん検診等の受診券を4月上旬に送付します

国民健康保険に加入している40歳～74歳の人、後期高齢者医療制度に加入して過去3年間に健康診査を受診した人、過去3年間にがん検診・お口の健康診査を受診した人、20歳～70歳の年齢末尾が0と5の人などに送付します。

がん検診受けようね



ノジマステラ神奈川相模原 工藤麻未選手

関市コールセンター ☎042-770-7777

### 補装具更生相談(肢体不自由・聴覚障害)

補装具の購入・修理などの相談や申請の受け付け、判定を行います。

相談名	日にち	会場	窓口・問い合わせ
肢体不自由	4月4日(月)	あじさい会館	緑障害福祉相談課 ☎042-775-8810
	5月2日(月)		中央障害福祉相談課 ☎042-769-9266
	4月21日(木)	南保健福祉センター	南障害福祉相談課 ☎042-701-7722
	5月19日(木)		城山保健福祉課 ☎042-783-8136
	5月30日(月)		津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
聴覚障害	4月20日(水)	南保健福祉センター	相模湖保健福祉課 ☎042-684-3216
	5月25日(水)		あじさい会館
			障害者更生相談所 ☎042-750-6150

時午後0時30分～2時

対18歳以上で身体障害者手帳(肢体不自由・聴覚障害)を持ち、補装具購入などの判定が必要な人  
 ※希望者は住んでいる地域の窓口へお問い合わせください。

## 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
4月10日(日)	午前10時～午後3時	南保健福祉センター
4月24日(日)		ウェルネスさがみはら

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

### 精神科セカンドオピニオン

時4月27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の医師から意見を求める人  
 ※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

申電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

### 不安・強迫性障害相談(全6回)

不安や強迫症状を助長しない思考や行動力を身に付けるための、心理教育と認知行動トレーニングを行います。

時4月8日・22日、5月13日・27日、6月10日・24日の金曜日  
 午前9時30分～11時30分

会けやき会館

対市内在住か在勤・在学中で、不安や強迫症状により日常生活に支障がある人

定2人(申込順)

費1回2,000円

申電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

## +愛の献血

日にち	時間	会場
3月23日(水)	午後2時～4時	市役所前
3月24日(木)	午前10時～正午	
3月21日(水)	午後1時30分～4時	橋本駅ペデストリアンデッキ下
3月26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

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。

献血キャラクター  
けんけつちゃん



関医事業課 ☎042-769-8343

## 急病などで困ったときは

(電話番号をよく確かめて)

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。

### 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)。

