

さがみはら

広報

NO.1355
毎月
1日・15日発行
2/15
2017
平成29年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 介護保険料の特別徴収を開始…………… 2
- 介護予防のための教室へ参加しませんか…………… 3
- ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)…………… 別冊
- 発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号
- 編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200
- ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
- 携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター
午前8時～午後9時 年中無休
☎ 042-770-7777



手洗い、うがいをして元気に
過ごそうミン♪

子どもの安全を守る地域の輪 ～子ども安全見守り活動～

見守り隊は、地域と学校・保護者が連携し、子どもたちの登下校の安全を守る活動です。今回は湘南小学校の小学生と見守り隊の皆さんの登校の様子を紹介します。地域活動に興味のある人、一緒に活動の輪を広げてみませんか。



現役隊員さんに
聞きました

気軽に地域に
貢献できる
あたたかな活動



左から志村 守さん、平井 薫さん、田野倉 求さん、杉本信夫さん、田野倉 武さん。「子どもたちの元気な姿が何よりのやりがい」と口をそろえて話してくれました。

保護者も安心

通学路で危ないと思う箇所も、見守り隊の皆さんと一緒に寄り添って登校してくれるので安心でき、感謝しています。家から出て子どもにあいさつしてくれる人や「毎日子どもたちに癒やされる」と言ってくれる隊員の皆さんがいるのもうれしく思います。



PTA役員の志村さん 見守り隊と一緒に登下校している1・2年生

いつも
ありがとう!



あなたも見守り隊に 入りませんか

活動に興味を持った人は、電話で学務課が活動したい学校へお問い合わせください。

湘南小学校 旭小学校
平成28年度の学校安全表彰
(文部科学大臣表彰)を受賞
日頃の見守り隊の活動
が評価されました。

☎042-769-8282

TOPICS

中学生「宇宙記者」がロケット打ち上げの取材を体験

1月24日にH-IIAロケット32号機の打ち上げを現地からリポートするため、上溝南・鶴野森・北相中学校から3人の生徒が鹿児島県にあるJAXA種子島宇宙センターに一日宇宙記者として派遣されました。ロケットの打ち上げ中継や、技術者へのインタビュー取材を体験した生徒たちは、「発射の爆音・振動がすさまじかった」「宇宙飛行士を目指したいと思った」「感動を言葉で伝えるのは難しかったが、楽しかった」と感想を話してくれました。

☎042-769-8284



現地リポートがモニター中継されました



介護保険料の特別徴収※を開始

図介護保険課 ☎042-769-8321

対象 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※で納めている人

※特別徴収、普通徴収とは

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)。

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

開始時期

特別徴収の要件に該当した時期(年金の支給開始時期、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28年4～9月	10・11月	12月、29年1月	2・3月
特別徴収の開始時期	29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、特別徴収の開始対象者を決定します。

「29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	29年4月	6月
お知らせ時期	2月下旬	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29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、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	

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替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るのは、どういう場合ですか?
A 所得更正など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。

市国民健康保険に加入している人へ

医療機関の窓口で支払う一部負担金の減免申請ができます

申請により、一部負担金が減免される場合があります。

☑一部負担金の支払いが困難で、次のいずれかに該当する世帯

- ①災害により、住んでいる家屋が2分の1以上の損害を受け、前年の世帯所得が1,000万円未満
- ②会社都合による退職(解雇、会社倒産など)、事業の不振・廃業で、現年の見込み所得額が前年の半分に減少する

1～3月に申請した場合の所得判定基準

- ①前々年の所得 ②前年と前々年の所得の比較

※②は上記の要件のほか、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などで適用を判定します。

交通事故など第三者による行為で被害に遭ったら速やかに連絡を

交通事故や傷害などの第三者による行為で負傷した場合や、工作中や通勤途中でのけがで、国民健康保険被保険者証を使用するときは、事前に国民健康保険課へ連絡してください。

図国民健康保険課 ☎042-769-8235



5月4日(祝)・5日(祝)に開催する「相模の大風まつり」で掲げる大風の題字は、256点の応募の中から「輝星」に決まりました。この題字には、市ホームタウンチーム、ノジマステラ神奈川相模原のなでこ1部リーグでの飛躍を祈念するとともに、全ての国が星のように輝く明るい世界になるようにとの願いが込められています。

なお、佳作には「輝笑」「恵風」が選ばれました。

図商業観光課 ☎042-769-8236

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、求められる職員像、採用試験の概要などについてのセミナーと、職種別相談会を行います。

☑3月14日(火) **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)

☑市民会館

☑平成29年度職員採用試験の受験希望者 ☑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。

※手話通訳・要約筆記を希望する人は、2月24日までに人事委員会事務局へ連絡してください。

※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

平成31年度までに 証明書自動交付機を廃止

さがみはらカードを利用して、住民票の写し、印鑑登録証明書、各種税証明書が取得できる証明書自動交付機は、順次運用を終了します。今後はぜひ、マイナンバーカードを取得して、コンビニ交付を利用してください。

終了時期	場所
29年6月	アリオ橋本、相模大野駅連絡所
30年度	各まちづくりセンター、橋本駅・相模原駅連絡所、ラクアル・オダサガ
31年度	各区役所

図区政支援課 ☎042-704-8911

マイナンバー(個人番号)通知カードをまだ受け取っていない人へ

本人が受け取れずに戻ってきた通知カードは、住んでいる区の区役所区民課で保管しています。平成28年9月までに戻ってきた通知カードは、29年3月末に廃棄します。今後は、市に戻ってきてから6カ月を経過した後、廃棄しますので、早めに各区役所区民課で受け取ってください。なお、再発行は有料(500円)です。

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

市職員を募集

選考区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
身体障害者を対象とする行政	3人程度	一般行政事務	次の全てに該当する人 ●昭和56年4月2日～平成11年4月1日に生まれた ●身体障害者手帳の交付を受けている ●自力で職務遂行が可能 ●活字印刷文が点字による出題に対応可能

※採用は、原則として平成29年6月1日以降です。

※詳しくは、受験案内をご覧ください。

受験案内・申込用紙の配布場所(休所日などは事前に確認してください)

人事委員会事務局、市役所本館1階受付、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館など ※市ホームページにも掲載

申込受付期間(電子申請) 2月15日午前9時～2月24日午後5時(受信有効)
(郵送) 2月28日(消印有効)まで

第1次選考日 4月1日(土)

図桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス(中央区淵野辺)

図人事委員会事務局 ☎042-769-8320

体の衰えにより生活への支障を感じてきたら？ 介護予防のための教室へ参加しませんか

市では、いつまでも自立した生活を送るための支援として、介護予防のための各種プログラムを行っています。「最近転びやすくなった」「むせることが増えた」「外出がおっくうになってきた」など、老化により生活に不安が出てきたら、気軽に相談してください。

介護予防のための教室(短期集中予防サービス)に参加するには

市内在住の65歳以上

まずは相談してください

お近くの高齢者支援センターへ

面接をします

高齢者支援センターが、状態などにより参加対象かを確認

教室へ参加

※各教室への参加は1人1回限りです。

4月から

こんな教室を用意しています

筋力向上トレーニング

トレーニング機器を使った足腰の筋力トレーニングやストレッチ、各種体操や講話もあります。



口腔機能の健康プログラム

歯科衛生士が口腔機能に合わせたプログラムを作成します。口腔内の清掃や口腔体操を学びます。



自宅で実施(訪問型プログラム)

リハビリの専門職員が訪問して自宅でできるプログラムを作成し、体操の方法などを教えます。



地域包括ケア推進課 ☎042-769-9249

奨励金の第3期申請を受け付け

住宅用スマートエネルギー設備導入奨励金

平成28年4月1日以降に、自らが住んでいる市内の住宅に対象設備を設置したか、対象設備が設置された市内の建売住宅を購入した人

対象設備	奨励金額(一律)	奨励件数(抽選)★
①太陽光発電システム	3万円	427件
②太陽熱利用システム		
③家庭用燃料電池システム(エネファーム)	5万円	233件
④定置用リチウムイオン蓄電池		
⑤スマートハウス加算※	2万円	39件

※スマートハウス加算の対象となる場合 HEMS(ホームエネルギー管理システム)+①+③④(いずれか1つでも可)を設置し、同時に申請

電気自動車等購入奨励金

平成28年4月1日以降に、急速充電器対応の電気自動車・プラグインハイブリッド自動車を購入した、次のいずれかに該当する人

- ①市内在住の個人か、市内に事業所がある法人・個人事業主
- ②①に対して対象自動車をリースする事業者

奨励金額(一律) 5万円

奨励台数 13台(抽選)★

- 申請3月15日までに、環境政策課にある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を直接、同課(☎042-769-8240)へ
- ★奨励件数・台数は、第2期の残数を含む
- ※申請は対象設備ごとに1回限りです。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

非常勤職員などを募集

健康企画課、医事薬事課の郵送先
〒252-5277 中央区中央2-11-15

職種など	職務内容・勤務条件など	賃金・報酬	対象・定員(選考)	申し込み・問い合わせ
統計調査員(登録)	国・県・市が行う各種統計調査実施時の、世帯や事業所への調査票の配布・回収など(調査は年に1・2回程度)		市内在住の20歳以上で、責任を持って調査事務を遂行できる人=30人程度 ※その他条件あり。詳しくはお問い合わせください。	3月15日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ
さがみはら市民活動サポートセンタースタッフ	窓口業務全般、セミナー・イベントの運営など 4月~平成30年3月の週2・3日で、午前9時~午後9時のうち1日4~8時間(勤務日・時間は応相談)	時給962円	市民活動・ボランティア活動に興味があり、パソコンの基本操作ができる人=若干名	2月25日(必着)までに、同センターにある応募用紙を同センター(☎042-755-5790)へ ※後日、面接あり
障害支援区分認定調査員	対象者(在宅、施設入所)への聞き取り調査や報告書の作成など 4月~30年3月(更新あり)の月~金曜日(祝日等を除く)で、原則午前9時30分~午後4時のうち1日5時間30分	時給1,840円	普通自動車運転免許があり、障害支援区分認定調査員研修を受講済みか、4月以降に開催される同研修を受講でき、次のいずれかに該当する人=若干名 ●保健師・看護師・社会福祉士・精神保健福祉士のいずれかの免許・資格がある●社会福祉主事の任用資格がある●障害者支援施設などで1年以上働いた経験がある	3月3日までに、電話で障害福祉サービス課(☎042-769-8355)へ ※後日、履歴書などの提出と面接あり
国民健康保険課の窓口非常勤職員	国民健康保険事業の窓口対応、電話相談業務 4月~30年3月の月~金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分~午後5時のうち1日5時間30分	時給1,100円	パソコン操作ができる18歳以上(高校生を除く)=10人程度	2月24日までに、電話で国民健康保険課(☎042-769-8234)へ ※後日、履歴書などの提出と面接あり
青少年学習センターの管理代行員	施設の管理業務全般、事務・事業補助 4月から、週1・2日程度で、原則午後5時~10時	時給962円	パソコン操作ができる市内在住の18歳以上(高校生を除く)=若干名	3月1日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ ※3月7日(火)~9日(木)に面接あり
歯科衛生士	歯科保健事業業務補助(個別指導、集団教育など)、一般事務(簡単なパソコン作業) ①5月下旬~9月上旬の月~金曜日(祝日等を除く)で、1日5時間30分(勤務日数は応相談) ②4月から月数日で、1日2時間30分~5時間 勤務場所 ウェルネスさがみはらほか	時給1,270円	歯科衛生士免許と普通自動車運転免許(取得後1年以上)がある人=若干名	2月28日(必着)までに、履歴書(写真貼付)と歯科衛生士免許証の写しを直接か郵送で、健康企画課(☎042-769-8345)へ ※後日、面接あり
医療安全相談員	電話による医療に関する相談など 月~金曜日(祝日等を除く)のうち週3日で、午前9時~午後4時 勤務場所 ウェルネスさがみはら	月額 13万6,200円	パソコンで文書作成ができ、臨床経験がある看護師=1人	2月28日(消印有効)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で、医事薬事課(☎042-769-8343)へ ※後日、面接あり
市立小・中学校の臨時的任用職員・非常勤職員(教諭・養護教諭・栄養士・学校事務職員)の登録	出産などで休む教職員の代替職員 ※詳しくはお問い合わせください。		小・中学校いずれかの教諭・養護教諭免許か、栄養士免許がある人(学校事務職員は免許不要)	毎週水曜日(祝日等を除く)の午後1時~4時30分に、教員などの免許証(学校事務職員は不要)と最終学歴の卒業証書の原本、登録申込書(市ホームページに掲載)を直接、教職員課(☎042-769-8279)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 5月~30年2月(学期ごとの任用。学校休業期間を除く)で、午前8時30分~午後4時のうち1日4時間30分 ※勤務日数は学校規模(小学校3~6年の学級数)による 募集校 相原・淵野辺・南大野・中央・東林・大沼・上鶴間・鶴の台・緑台・大島・田名北・弥栄・宮上・若松・広陵・当麻田・鳥屋・青野原・桂北・内郷・藤野小学校	時給962円	各校1人	勤務希望校へ電話連絡の上、2月22日までに、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 ※後日、面接あり ※詳しくは、市コールセンター(☎042-770-7777)へお問い合わせください。
相模川ビレッジ若あゆの非常勤看護師	利用者のけがや病気に対する応急措置 4月から週2・3日で、午前9時~午後9時のうち1日5時間か6時間(土・日曜日、祝日等の勤務あり)	時給1,270円	看護師か准看護師の免許がある人=若干名	電話連絡の上、3月3日までに、履歴書(写真貼付)と看護師・准看護師免許証を直接、同所(☎042-760-5445)へ ※後日、面接あり





桜美林大学卒業研究選抜作品展 基点と起点 V

学生による作品の展示や映画上映、演劇や演奏会などを行います。

時 2月23日(木)～28日(火) 午前10時～午後5時
会 アートラボはしもと ※希望者は直接会場へ

昨年の
展示作品



イベント名	日にち	時間	定員 (先着順)
ワークショップ 簡単菜園キットづくり	2月25日(土) ・26日(日)	正午～午後4時30分 (所要時間30分程度)	各50人
アートギャラリーコンサート	2月26日(日)	正午～午後1時、午後2時～3時	各30人
演劇「おもったこと」		午後1時30分～1時45分、 午後3時30分～3時45分	

アートラボはしもと ☎042-703-4654

「さがみロボット産業特区」ロボット展

生活支援ロボットの实用化に取り組む企業などによる展示や体験会です。

時 2月21日(火) 午前10時～午後4時30分

会 ユニコムプラザさがみはら

対 福祉施設・ロボット関連企業で働いているか、ロボットに興味がある人

申 ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、「ロボット展」と書いて、さがみはら産業創造センター(☎042-770-9077 ☎042-770-9119)へ

映画上映会「三太物語」

NHK連続放送劇「三太物語」の映画化第1作(1951年公開)を、出演者らを招いて上映します。

時 2月25日(土) 午後1時～4時

会 津久井中央公民館 定 340人(先着順)

※2月15日から同会場、緑区内の各まちづくりセンター、津久井生涯学習センターで配布(午前8時30分～午後5時)する整理券が必要

問 津久井まちづくりセンター津久井中央連絡所 ☎042-784-2400

グリーンカレッジつくい講座 感動の未体験ゾーン 城山ダム!

神奈川の水源である城山ダムと青山浄水場を見学し、施設の機能を学びます。

時 3月15日(水) 午前9時～午後4時

集合 午前9時に橋本駅南口か、午前9時30分に津久井湖記念館前

定 20人(抽選) 費 2,800円(バス・昼食代などを含む)

申 2月28日(必着)までに、直接か電話、はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「ダム見学」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

★ 町田市★相模原市ライトダウン ★ ～まちだ・さがみはら絆・創・光～ 3月11日(土) 午後7時～8時

家庭や事業所で無理のない範囲での消灯をお願いします。このライトダウンをきっかけに、あらためて東日本大震災を思い返し、地球環境について考え、省エネや節電行動につなげましょう。

ライトダウン 登録施設を募集

ライトダウン当日、屋外看板などの消灯に協力できる施設を募集します。

申 3月3日までに、環境政策課にある参加登録申込書(市ホームページにも掲載)をファクスかEメールで、同課(☎042-769-8240 ☎042-754-1064 ✉kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

町田市立図書館の催し

「さるびあ亭かーこ。」 の紙芝居

おはなし会(午後3時～3時30分)の後に、節電に関する紙芝居を行います。

日にち	会場
2月22日(水)	忠生図書館(町田市忠生)
3月 1日(水)	鶴川駅前図書館(町田市能ヶ谷)
3月 8日(水)	さるびあ図書館(町田市中町)

映画会

「遠い空の向こうに」

時 3月10日(金) 午後2時～3時50分

会 町田市立中央図書館(町田市原町田)

定 117人(先着順)

※当日午前10時から、5階視聴覚カウンター前(午後1時以降は6階ホール前)で配布する整理券が必要

FC町田ゼルビア開幕試合でのPRイベント

FC町田ゼルビア×絆・創・光 ステッカーと缶バッジをそれぞれ先着200人に配布します。

時 2月26日(日) 午前11時～午後2時(予定)

会 ゼルビーランド(野津田公園内)

〈町田市野津田町〉

問 町田市環境・自然共生課 ☎042-724-4391

ようこそ歴史の世界へ

鈴木重光 絵葉書コレクション巡回展

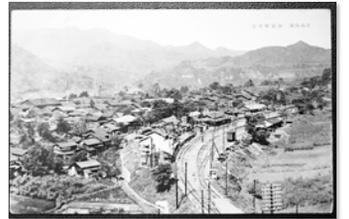
緑区若柳出身の郷土史家・鈴木重光氏が収集した明治期から昭和前期の絵はがきのうち、津久井地域のものを中心に紹介します。

時 2月18日(土)～3月19日(日)

午前9時30分～午後5時

休館日 月曜日

会 市立博物館



かつての与瀬駅(現在の相模湖駅)周辺

問 市立博物館 ☎042-750-8030

講演会 村の明治維新

～松代藩士関口守衛と津久井県牧野村の人々～

明治政府による神仏分離と廃仏毀釈を発端に起こった「村の明治維新」を、郷土史研究家の村田公男さんが当時の資料から探っていきます。

時 3月4日(土) 午後2時～4時

会 市立公文書館 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)、連絡先、参加人数を書いて、同館(☎042-783-8053 ✉koukai@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

講演会 顔のついた縄文土器

～顔面把手と釣手土器を中心に～

約5000年前の西関東～中部高地に登場した顔の表現のある土器を通して、「土器を身体に見立てる造形」の意味を考えます。

時 3月11日(土) 午後2時～4時 会 旧石器ハテナ館

講 中村耕作さん(國學院大學栃木短期大学専任講師)

定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

問 旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

勝坂遺跡周辺文化財探訪

原当麻駅周辺の文化財を巡る

文化財ボランティアの案内で、天応院や東原古墳など古代ロマンあふれる文化財を巡ります。

時 3月12日(日) 午前9時～正午

集合・解散場所 原当麻駅改札前

定 30人(申込順)

申 3月9日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ



季節展示 藤野のおひなさま

藤野地域に伝えられる昭和期のひな人形などを展示します。

時 3月25日(土) まで 午前10時～午後4時

休館日 月曜日(3月20日を除く)、3月21日(火)

会 吉野宿ふじや

問 吉野宿ふじや ☎042-687-5022



図書館の催し

相模大野図書館 ☎042-749-2244

図書館活用講座 さがみはら伝説探訪 ～語り継がれる照手姫伝説ほか～

照手姫伝説の起源や史跡について、紙芝居の上演を交えて紹介します。

時 3月3日(金) 午後2時～4時

定 50人(申込順)

申 3月2日までに、直接か電話で同館へ



視聴覚ライブラリー



問 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11日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶花さき山 ▶蛇女房 ▶ひなまつり ▶みいちゃんのでのひら
シネマサロン 3月12日(日)・14日(火) 午後2時～4時	▶巴里のアメリカ人 (1951年/米国/カラー/吹き替え)

会 市立図書館(中央区鹿沼台) 問 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

情報あらかると

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

はがき・ファクス・Eメール
などで申し込むとき



記入する必要事項

- ①希望する催し名
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話番号

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。来年度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)

宮ヶ瀬湖マラソン大会に伴う交通規制

市宮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26日(日) 午前7時～午後1時
 開 スポーツ課津久井地域班(☎042-684-3257)

建築士による自宅の無料耐震相談会

日にち	会場
① 3月2日(木)	大野南公民館
② 3月7日(火)	緑区合同庁舎

時 午後1時30分～4時30分
 定 各6組(申込順)
 ※確認通知書と図面があれば持参
 申 ①2月24日②3月1日までに、電話で建築指導課(☎042-769-8252)へ

分譲マンション無料相談

管理組合の運営や大規模修繕など
 時 3月6日(月) 午後1時30分～4時30分
 会 中央区役所市民相談室
 対 市内分譲マンションか、分譲型の団地に住んでいる人
 定 3組(申込順)
 申 3月1日までに、電話で建築指導課(☎042-769-8252)へ

休日納税相談窓口のご利用を

平日に国民健康保険税の納付相談や納税ができない人のために、窓口を開設。電話相談も可
 時 3月5日(日) 午前9時～午後4時
 会 国民健康保険課(市役所本館1階)
 開 同課(☎042-769-8234)

納期限は 2月28日(火)

●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
 申 金融機関の窓口へ

人はもっと優しく社会はもっと面白い サポステ説明会 & 出張簡易相談会 in 南区

若者の就労と社会的自立をサポートする施設の説明と簡易相談
 時 2月28日(火) 午後2時～4時
 会 南区地域福祉交流ラウンジ
 対 ニート・引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などとその家族
 定 20人(申込順)
 申 2月27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

合同就職説明会 (サガツクナビ ジョブミーツ)

地元企業のプレゼンテーションと個別説明会

日にち	会場
3月 9日(木)	プロミティあつぎ(厚木市中町)
3月24日(金)	町田市民ホール(町田市森野)

時 午後2時30分～5時20分
 対 就職活動中の人(平成29年3月卒業予定か卒業後3年以内)＝各50人(申込順)
 申 サガツクナビホームページから申し込んでください。
 開 さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

子犬・子猫の譲渡会と 飼い方等の相談

譲渡会
 時 3月5日(日) 午後1時～1時30分
 開 雨天決行
 対 市内在住の20歳以上で①譲りたい人②欲しい人
 ①子犬・子猫は生後約2～5カ月で、1週間前までに市獣医師会所属の動物病院で健康チェックと駆虫(実費1,000円から)を受けてください。②印鑑と健康保険証などの住所・氏名を証明できる書類、2,000円(マイクロチップ代・装着費用)が必要
 ※希望者は①午後0時45分②午後1時までに直接会場へ
 飼い方等の相談
 時 3月5日(日) 午後1時30分～2時
 対 当日、譲渡会で子犬・子猫を譲り受けた人
 会 衛生研究所の北側に隣接する建物(中央区富士見1-3-41)
 ※愛犬・愛猫の同伴は不可
 開 市獣医師会譲渡会事務局(相南動物病院内 ☎042-743-0539)か生活衛生課

平成28年度包括外部監査の結果

テーマ 補助金に係る財務に関する事務の執行について
 閲覧場所 各行政資料コーナー・図書館
 ※市ホームページにも掲載
 開 監査委員事務局

募 集

フリーマーケット出店者

時 3月12日(日) 午前10時～午後1時(雨天中止)
 会 橋本台リサイクルスクエア駐車場
 対 市内在住の18歳以上＝38組(抽選)
 ※高校生は保護者同伴
 ※1組1区画(約2.5m×5m)
 費 1,000円
 申 2月28日(必着)までに、往復はがき(同一住所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希望」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、缶詰などを含む飲食物・生き物・電化製品・手作り品・会場内で仕入れた物品などの販売不可。詳しくはお問い合わせください。

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32年3月の毎週土曜日
 時 午前9時～午後5時
 会 県立産業技術短期大学校(横浜市旭区中尾)
 対 経験の浅い建築大工＝30人(申込順)
 費 年間18万円程度(入学金・月謝など)
 申 3月15日までに、電話で同校事務局(県建設労連湘北地区協議会事務局内 ☎046-251-0990)へ

大野北地区コミュニティバス 車体広告の広告主

広告掲出を通じて、コミュニティバス(矢部駅～馬場十字路・淵野辺駅～矢部駅)の運行を支援する事業者
 掲出期間 6月～平成30年3月(10カ月)
 掲出箇所 右側面2カ所、後面1カ所
 規格 1枠＝縦30cm×横95cm
 車体・枠数 2台・6枠(抽選)
 費 1枠＝10万円
 申 3月31日(必着)までに、必要書類を直接か郵送で、交通政策課(〒252-

5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8249)へ
 ※必要書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

屋外広告物審議会委員

屋外広告物条例に関する重要な事項について審議
 任期 4月24日～平成31年4月23日
 ※会議は年1・2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 1人(選考)
 応募用紙配布場所 街づくり支援課、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
 申 2月28日(必着)までに、応募用紙を直接か、郵送、ファクス、Eメールで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-754-8490 ✉machidukuri@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9252)へ

イ ベ ント

ソレイユさがみの催し

- ①地域デビュー応援講座 50歳からの夫婦円満片づけ術 講義と交流会
 時 3月9日(木) 午後6時30分～9時
 対 20歳以上
 費 600円(材料費・飲み物代)
- ②さんかく広場 ～歌ってエンジョイ アンデスの風について～
 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
 時 3月13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見つける場
 時 3月20日(祝) 午前10時30分～正午
 対 1歳未満の初めての子どもとその保護者
 定 ①20人②50人③10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5面上の必要事項と保育希望の有無を書いて、同所(☎042-775-1775 ☎042-775-1776)へ

イチオシ! 65歳以上の地域活動を応援 生き生きシニアのための 地域活動補助金

おおむね65歳以上の人を対象とした介護予防教室 対象活動期間
 などを実施する団体に、補助金を交付します。 4月～平成30年3月

補助金額	対 象
Aコース =10万円	次の全てに該当する団体＝30団体(選考) ●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の講話(運動、栄養、口腔機能向上、認知機能低下予防等)を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
Bコース =5万円	次の全てに該当する団体＝15団体(選考) ●月1・2回、年18回以上活動●1回当たりの開催時間は60分程度●介護予防(運動、栄養、口腔機能向上、認知機能低下予防等)に関する活動を実施

申 3月10日までに、市ホームページに掲載の申請書と必要書類を直接地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ
 ※他の要件や必要書類について、詳しくはお問い合わせください。

イチオシ! みんなでランナーを応援しよう 相模原クロスカントリー大会2017

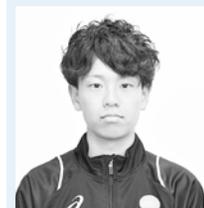
希望者は直接会場へ

全国から集まったトップランナーたちが、クロスカントリー仕様のコースで熱いレースを繰り広げます。

時 3月11日(土) 小雨決行
 午前9時30分から競技開始
 会 相模原ギオンスタジアム(ジョギングコース、ウッドチップコース)
 ※当日のコースや競技の予定時間など、詳しくは市体育協会ホームページをご覧ください。

神野大地さんが ゲストランナーとして出場!

中学生男子の部に参加
 時 午前9時30分から競技開始
 トークショー
 時 午前10時55分～11時20分



神野大地さん
 コニカミノルタ所属(青山学院大学出身)
 第90～92回箱根駅伝出場。第91回での功績から「三代目山の神」と呼ばれる。

開市体育協会 ☎042-751-5552



情報あらかると

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

あじさい大学 学生交流作品展

今年度、同大学で学んだ学生の作品(書道、水墨画、水彩画、油絵、版画、陶芸、短歌、手芸)を展示
時 3月2日(木)～6日(月) 午前10時～午後5時(2日は午後3時から、6日は午後3時まで)
会 相模原市民ギャラリー
問 市シルバー人材センター(☎042-754-1288)

スタンドアート サンキャッチャー作り

アクリル板を10cm四方に加工したものを
時 3月12日(日) 午前10時～正午、午後1時～3時
会 市民健康文化センター
定 各15人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費 各500円
申 直接か電話で同センター(☎042-747-3776)へ

オーサズカフェ 「女性アーティスト 創造の軌跡」

時 2月25日(土) 午後2時～3時
会 ユニコムプラザさがみはら
※希望者は直接会場へ
問 同所(☎042-701-4370)

ココロとからだのセルフケア ～骨盤体操&ストレスマネジメント～(全2回)

時 3月11日(土)・20日(祝) 午前10時～正午
会 ソレイユさがみ
対 就業中か、就職を考えている女性
定 20人(申込順)
※未就学児(1歳以上)の保育あり(定6人(申込順。要予約))
申 直接か電話で市総合就職支援センター(☎042-700-1618)へ

座禅教室

時 3月18日(土) 午前10時～11時30分
会 北総合体育館
対 15歳以上(中学生を除く)=30人(抽選)
費 500円
申 2月28日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に7面上の必要事項を書いて、同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

講演・講座

駆け込みパソコン集中講座

時 休館日(日曜日、祝日等)を除く毎日

午前9時30分～午後4時20分のうち1回50分

会 産業会館
対 入社に向けてパソコン操作のレベルを上げたい人=各日6人(申込順)
費 3,000円(延長は10分600円)
※テキストの利用希望者は、テキスト代が別途必要
申 電話で同館(☎042-704-9888)へ
※パソコン・タブレット無料体験も随時受け付け

学んで!食べよう!食育セミナー 幼児期の食の大切さについて～バランスよい食事の適量を知ろう～

講義と調理実習
時 2月25日(土) 午前10時～午後1時
会 ソレイユさがみ
対 市内の私立保育所などに就職を希望する人か食育を学びたい保育士・栄養士
定 20人(申込順)
申 2月20日までに、直接か電話で市就職支援センター(☎042-700-1618)へ

自然とともに働きたい人へ プレ就活ワークショップ

時 2月28日(火) 午後2時～5時
会 環境情報センター
対 環境分野での就職を目指している学生、若手社会人など=20人(申込順)
申 2月27日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、「プレ就活ワークショップ」と書いて、環境情報センター(☎042-769-9248 FAX042-751-2036 ✉kan kyo@eic-sagamihara.jp)へ

樹木医から学ぶ樹木管理② ～冬の管理方法～

時 3月1日(水) 午前10時～正午
会 座学=橋本台リサイクルスクエア 剪定の実演=相模原北公園(小雨決行)
対 市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)=30人(申込順)
費 500円
申 2月27日までに、直接か電話、ファクスに7面上の必要事項を書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 FAX042-751-2345)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
時 3月6日(月) 午後3時～4時30分
会 総合学習センター 定 30人(申込順)
申 2月28日まで(2月16日を除く)に、直接か電話で同センター(☎042-756-3443)へ

職種探究セミナー 社会人と「はたらくこと」を考えよう

さまざまな業種・職種で活躍する社会人が、やりがいや就職活動についてパネルディスカッションで講義
時 2月23日(木) 午後5時～6時30分
会 相模女子大学(南区文京)
対 大学生、大学院生、短期大学生、専門学校生、高等専門学校生=50人(申込順)
申 2月21日までに、さがまちコンソーシアムホームページから申し込んでください。
※終了後、1時間程度の交流会を開催(自由参加)
問 さがまちコンソーシアム事務局(☎042-703-8535)

NPO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
時 3月①2日(木)②9日(木) 午後2時～4時
会 ①けやき会館 ②さがみはら市民活動サポートセンター
対 NPOや市民活動に関心がある人
定 各20人(申込順) 費 各500円
申 開催日前日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、団体名、①か②(両方も可)を書いて、同センター(☎FAX042-755-5790 ✉sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

さがみはら地域ポータルサイト 活用講座

同ポータルサイトに掲載する団体ホームページを制作する方法と相談会
時 3月10日(金)・14日(火) 午後1時30分～4時30分
会 産業会館
定 各12人(申込順)
申 開催日前日までに、各公民館(青根・沢井を除く)、さがみはら市民活動サポートセンター、総合学習センターにある申込用紙(同ポータルサイトのホームページにも掲載)を同ポータルサイト事務局の鮎川さん(☎090-4613-7931)へ

通訳実務・実践研修会 医療編

医療通訳の心得や経験談、意見交換など
時 3月11日(土) 午後2時～4時
会 さがみはら国際交流ラウンジ
対 市内在住か在勤・在学で医療通訳ボランティアに関心がある人=25人(申込順)
申 3月5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、「通訳実務・実践研修会」と書いて、同ラウンジ(☎FAX042-750-4150)へ

障害者スポーツ講座 楽しく運動(全2回)

リズムや音楽、ゲームなどで運動
時 3月8日(水)・17日(金) 午前10時30分～11時30分
会 けやき体育館
対 市内在住か在勤・在学で、車いすを利用している身体障害のある人
定 10人(申込順)
※ボランティア同時募集(定2人(申込順))
※手話通訳・要約筆記対応可
申 3月1日までに、直接か電話、ファクスに7面上の必要事項と手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて、同館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

地域活動入門講座 楽しく仲間が増える地域活動

時 3月8日(水) 午後2時～4時30分
会 市民会館
対 市内在住の50歳以上=40人(申込順)
申 3月6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会(全2回)

高齢者支援の基礎や、自立に向けた具体的な介護の知識と技術など
時 3月19日(日)・20日(祝) 午前9時30分～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
定 30人(抽選) 費 900円
申 2月28日(必着)までに、往復はがきに7面上の必要事項と生年月日、性別、職業を書いて、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
※20日に検定あり。合格者は日赤健康生活支援員に認定されます。

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
時 原則、4月11日～12月の月1回火曜日 午前10時～午後4時
会 北里大学薬学部附属薬用植物園(南区北里)
対 市内在住か在勤の人=10人(抽選)
費 500円(保険代)
申 2月28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

はがき・ファクス・Eメールなどで申し込むとき **必要事項** ①希望する催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 を記入

情報あらかると

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	費用
競技力向上飛び込み〈全6回〉	2月28日～3月28日の毎週火曜日、3月6日(月)	午前10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く)	各30人(申込順)	1万円
おためし個人メドレー	3月6日(月)	午後1時30分～2時30分			500円
競泳スタート	3月9日(木)	午前11時30分～午後0時30分			1,000円
水中撮影フォームチェック	3月16日(木)	午前11時～正午			1,500円(DVD代含む)
個人メドレーを泳ごう	3月18日(土)	午前11時30分～午後0時30分	バタ足で25m泳げる小・中学生	40人(申込順)	250円
泳力向上水泳〈全4回〉	3月21日(火)～24日(金)	午後5時30分～6時30分		50人(申込順)	3,000円
紙バンドでカゴ作り	3月25日(土)	午前10時～午後1時	小学生以上(小学校1～3年生は保護者同伴)	20人(申込順)	1,500円

☎開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

相模原ギオンスタジアム 施設の教室

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
ランニングクリニック	3月20日(祝)	午前10時～正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人(申込順)	1,000円
押し絵づくり～かぶと飾り～ 申込期限 3月16日	3月23日(木)	午前11時～午後0時30分			1,500円(材料費含む)
楽しく誰でもできるケアトランポリン体験	3月24日(金)	午前10時～11時			500円

☎電話か、ファクス、Eメールに7面上の必要事項を書いて、同所(☎042-777-0161) ☎asamizo-stadium@dream.jp)へ

LCA国際小学校 北の丘センター (さがみはら北の丘センター) 施設の催し・教室

〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

障害者プール縁日
プールサイドでヨーヨーすくいや輪投げを楽しみます。
☎3月5日(日) 午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分
☎障害者手帳などを持っている人とその介護者 ※希望者は直接会場へ

春休み! 5Days水泳教室〈全5回〉
☎3月27日(月)～31日(金) 午前8時30分～9時30分
☎小学生=30人(抽選) 費5,000円
☎2月22日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に7面上の必要事項を書いて、同センターへ

北の丘ロードSHOW! 「麦秋」
☎2月26日(日) 午後1時30分～3時40分
☎40人(先着順) ※2月15日から同センターで配布する整理券が必要

スイーツデコで作るお菓子の家
☎3月5日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
☎各15人(申込順) ※未就学児は保護者同伴 費各1,300円
☎直接か電話で同センターへ

銀河アリーナ 施設の教室

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

カーリング〈全2回〉
☎3月16日(木)・17日(金) 午後8時30分～10時45分
☎中学生以上=50人(申込順)
※18歳未満は保護者同伴か送迎が必要
費2,000円
☎3月15日までに、直接か電話で同所へ



市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 ☎042-751-5545 ☎taikyo@jade.dti.ne.jp
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

ボウリング(ダブルス競技会)

☎3月20日(祝) 午前9時
☎相模ファーストレーン(中央区相模原)
☎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
☎3月13日までに、直接か電話で同会場(☎042-755-1088)へ

募集

市体育協会の期間職員、臨時職員
期間職員
勤務 4月から週5日で、午前7時45分～午後7時30分のうち1日7時間45分
賃金 月額16万8,000円(賞与あり)
臨時職員
勤務 4月から週4日で、午前7時50分～午後7時30分のうち1日5時間30分
賃金 時給962円
※いづれも土・日曜日、祝日等の勤務あり(シフト勤務)
☎各若干名(選考)
☎3月5日(必着)までに、申込書(写真貼付)を直接か郵送で同協会へ
※詳しくは、同協会にある募集要項か同協会ホームページをご覧ください。

市春季短水路記録会(水泳)

平成29年度ねりんピック大会の選考会を兼ねています。
☎3月26日(日) 午前9時～午後5時
☎さがみはらグリーンプール
☎1,000人(申込順)
費1種目700円、リレー1,400円
※申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある募集要項か、市水泳協会ホームページをご覧ください。



読者のひろば (敬称略)

京2-15-5) ☎高橋(☎090-9842-0396)

催し 費用の記載がない場合は無料です。
●町田・相模原イーストメリーウィンドオーケストラ定期演奏会 曲目は交響曲第1番「ブラール」ほか 2月18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) ☎同楽団(☎070-3149-4974)
●やさしい社交ダンス体験講習会 2月25日(土) 午前9時～10時30分、大野南公民館。定員20人(申込順) ☎電話で久森(☎046-219-2020)へ
●スクエアダンス初心者講習会 3月11日(土) 午後1時～3時、文京集会所(南区文

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。
●英会話 月4回水曜日午前9時30分、大野北公民館ほか。対象は初級者 ☎守屋(☎090-2666-3926)
●サッカー 火・木曜日を除く毎日午後5時、市内小・中学校校庭ほか。体験可 ☎清澤(☎090-8017-3551)
●着付け 毎月第1・第3木曜日午後1時30分、けやき体育館。初心者歓迎、見学可 ☎阿部(☎080-2248-0202)
●着付け 月2回金曜日午後1時、上溝公民館。初心者歓迎、見学可 ☎土屋(☎042-753-5029)

▶掲載の申込方法は毎月1日号でお知らせします

2017年 平成29年

広報 さがみはら

2/15

No.0083

毎月15日発行



みどり

<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/midoriku/>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 173,073人 (64減)

男 87,177人 / 女 85,896人

世帯数 72,070世帯 (19増)

平成29年1月1日現在 ()は前月との増減

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



緑区内には、地域に愛される多くの飲食店があります。まだ行ったことがないお店、気になるお店、評判のお店、一度その味を堪能してみたいお店はありますか。

今月号に掲載された対象のお店では、「特典」に記載されたサービスを受けることができます。注文時に「**広報さがみはらを見た**」と言ってください。期間 平成29年3月末日まで

「おいしい」で あなたを笑顔に

特典は
3月末日まで
だよ!



1 カフェこたつ

昼はほのぼのの定食屋
夜はほっと一息居酒屋

☎042-810-8538
所在地 橋本6-19-5
ルート橋本ビル3階

カフェこたつ



無農薬の玄米が中心。優しい味わいの手作り料理と、木の温もりを感じる店内は心安らぐこと間違いなし。記念日や大切な人との食事会にもぴったりです。ほっこり気分、絶品料理を召し上げ。

特典 樽生クラフトビール
テイastingサービス

2 ハックルベリー

体に元気!
あったかシチューに舌つづみ

☎042-782-7700
所在地 城山4-2-10

ハックルベリー



自然木を使った白壁のログハウス。じっくり煮込んだシチューやパエリアが味わえます。毎月第2・第4火曜日の午前中には「ハックルマルシェ」を開催。地元食材や手作りグッズなどに会えます。

特典 温玉トッピングサービス
(1グループ2個まで)



ここはイタリア!?
夢のようなレストラン

3 童人夢農場 (ドリームファーム)

☎042-784-0961
所在地 青山3126

童人夢農場



緑の庭園に囲まれた洋館は、外国のような雰囲気。毎週土曜日の夕方にはジャズライブも開催。自家農園の野菜で作るこだわりの窯焼きピザと甘い果物のデザートピザにリピーター続出です。

特典 自家製ドリンク1杯目
半額サービス

娘との夢を紡ぎ続ける
母親の優しい愛

4 カフェ&レストラン まあさの家

☎042-780-8682
所在地 三ヶ木198-4

まあさの家



「一緒にお店を出す」という、今は亡き娘まあささんとの約束のお店。障害者支援にも取り組み、その家庭的な優しい味でみんなを笑顔にします。愛情が詰まった料理の数々に、心も体も満腹に。

特典 障害者が作った点字用紙
のコースタープレゼント

5 まなはれ mana harree

異国情緒漂う
多国籍料理のカフェ

☎070-3960-4535
所在地 千木良77

まなはれ



細い道の先に立つ隠れ家的カフェ。アフリカの雑貨で飾られた明るい店内では、エジプトやモロッコの料理が食べられます。豊かな自然に開放された心とスパイスの風味で、食欲は全開に。

特典 食事注文でイトイン
デザート50円引きサービス

6 百笑の台所

藤野のあふれる自然
と澄んだ空気です!

☎042-689-6105
所在地 牧野4611-1

百笑の台所



併設の安心農園で採れる野菜が中心。丁寧に仕込んだ本格韓国料理で心も体もリフレッシュ。敷地内では、地元産無農薬食材の販売からバーベキュー、テニスまでさまざまな藤野の魅力を体験できます。

特典 ランチ注文で自家製茶
1杯サービス

※営業日・時間は各店舗にお問い合わせいただくか、各店舗ホームページをご覧ください。

募集! みんなのおすすめ緑区の「おいしい」お店

区内の「地域ならではのおいしいお店」を多くの人に知ってもらうため、「あなたが人にオススメしたいお店」を募集します。事業者からの自薦、利用者からの他薦は問いません。応募されたお店のうち、掲載条件を満たす店舗を順次広報さがみはら緑区版で紹介いたします。

☑緑区内の飲食店

※地場産の食材を使っている、市の事業に参加しているなどの掲載条件があります。

詳しくは、緑区ホームページをご覧ください。

※掲載希望の応募は、電話かEメールで緑区役所区政策課までお問い合わせください。



☎緑区役所区政策課 042-775-8802 [✉g-kuseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp](mailto:g-kuseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)



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>



2017年 平成29年

広報 さがみはら

2/15

No.0083

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 270,812 人 (12増)
男 136,191人 / 女 134,621人

世帯数 118,196 世帯 (19増)
平成29年1月1日現在 ()は前月との増減

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

高齢者が安全に自動車の運転を続けるために

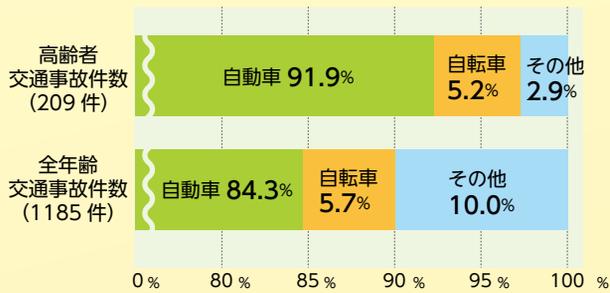
最近のニュースや新聞などで、高齢者の交通事故や運転免許証の返納に関する話題が頻繁に取り上げられています。

交通事故の多くは自動車によるもので、特に高齢者はその割合が高くなっています。また、高齢者は買い物などの日常生活の中で事故を起こしている実態があります。

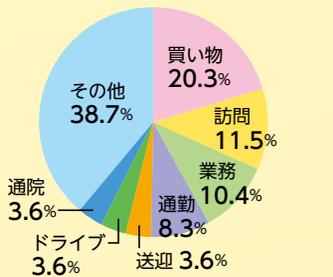
運転にさまざまな影響を及ぼす身体や認知機能の低下は、自覚しにくいものです。高齢者が日常生活に必要な自動車を安全に使い続けるためには、加齢による運転の傾向を認識し、安全運転に努めることが必要です。また、周囲の人も高齢ドライバーに優しい運転を心掛けましょう。

区内の高齢者交通事故の状況 (平成28年)

事故の原因者の交通用具別



事故の原因者の利用目的別



自動車教習所指導員からのアドバイス

高齢者の運転にみられる傾向は

- 注意が一点に集中し、周囲の状況が見えにくくなる
- 左折するとき大回りになる
- 右左折時にウィンカーを出すのが遅くなる
- 一時停止線で止まったつもりでいても動いている
- 減速が不十分なままカーブを曲がる

どうしてそのような運転になるのか

- 視野が狭くなっている (30歳代180度⇒70歳代150度)
- 動体視力が低下する (30歳代0.7⇒70歳代0.1)
- 状況を認識してから動作に移るまでに時間がかかるようになる
- 瞬発力や脚力が衰える

安全に運転を続けるために

- 危険を回避できるよう車間距離に余裕を持ちましょう
- 危険を予測し、早めに状況判断しましょう
- 慣れた道であっても油断せず、注意して運転しましょう
- 加齢とともに運転能力が低下することを認識しましょう

事故を起こさないためには ~こんなことも事故防止に役立ちます~

運転を確認してもらいましょう

自分の運転は安全なのか自分では気づきにくいものです。家族や身近な人に助手席に乗ってもらい、自分の運転を時々確認してもらいましょう。



高齢運転者標識を表示しましょう



高齢運転者標識

自ら運転する70歳以上の人は、自動車に高齢運転者標識を表示しましょう。

体を動かしましょう

瞬発力や脚力の衰えを防ぐために、体操や散歩などで体を動かしましょう。



運転免許証の返納ができます

運転を継続する意思がなく、運転免許証を返納したいという人のために、自主的に運転免許証の返納ができる制度があります。



☎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

清新地区

~「防災カフェ」~

「高齢者には防災に関する情報が伝わりにくい」「1人暮らしだからこそ備えが大事」という地域の声をきっかけに、70歳以上の1人暮らし高齢者を対象として、コーヒーを飲みながら災害に対する備えの大切さを感じてもらおう「防災カフェ」を始めました。

「防災カフェ」では、避難場所や非常持ち出し品の情報を伝えたり、非常食の試食をしたりと盛りだくさんな内容で、毎回多くの人が集まります。

参加者からは「いざという時に自分の身を守るためには、備えとお互いに助け合う顔見知りがいることが大切であると分かりました」と防災意識の向上に役立っています。



☎清新地区社会福祉協議会(清新公民館内) ☎042-755-0055

まちづくりに若いチカラ

緑が丘中学校

緑が丘中学校では、校訓としている「郷土愛」を育むため、毎年1月に校庭で行われる、緑が丘1丁目自治会主催の餅つき大会に、生徒がボランティアとして参加しています。

餅つき大会に参加した生徒は、「餅つきは難しかったけれど、地域の人たちに喜んでもらえてうれしかった」「夏祭りの手伝いや地域の防災訓練にも参加して、地域の人たちと交流したい」と笑顔で話してくれました。

生徒たちにとって、地域で活躍する人たちと触れ合う良い機会となったようです。



左から堀さん、矢野さん、近藤さん、日笠さん

☎緑が丘中学校 ☎042-755-4842

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 2月23日(木)午後7時~8時(再放送 2月28日(火)午後11時~12時)

はみだし中央区

次回の放送日 3月 3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

●中央区のInstagramで、なぜか中央区役所職員の愛妻弁当が紹介されているよ。

2017年 平成29年

広報 さがみはら

2/15

No.0083

● 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 277,592人 (37減)
男 137,865人 / 女 139,727人

世帯数 125,236世帯 (41増)

平成29年1月1日現在 ()は前月との増減

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



お近くの窓口へお越しください

まちづくりセンターなどでも
各種手続きや証明書の発行ができます

これからの時期は住所変更の手続きなどで南区役所区民課の窓口が大変混雑し、お待ちいただく時間が長くなってしまふ場合があります。ぜひ、近くのまちづくりセンターや連絡所をご利用ください。



証明書は、連絡所での発行が便利



戸籍謄本・抄本、住民票の写し、印鑑登録証明書、税証明などの証明書は、次の連絡所でも発行しています。

施設名	所在地	電話番号
大沼連絡所	南区東大沼3-17-15	☎042-741-2420
大野台連絡所	南区大野台5-16-38	☎042-776-6511
上鶴間連絡所	南区上鶴間本町7-7-1	☎042-749-6623
相模大野駅連絡所	南区相模大野3-2-1 ポーノ相模大野ノースモール4階	☎042-702-5514

※転入や転出などの住所変更の手続きはできませんのでご注意ください。



コンビニでの証明書取得がお得



マイナンバーカードを持っている人は、コンビニエンスストアでも証明書の交付を受けることができます。手数料は、市の窓口や証明書自動交付機よりも50円お得です。

※さがみはらカードでは利用できません。

利用できる証明書	住民票の写し・印鑑登録証明書
交付手数料	各250円(窓口・証明書自動交付機では各300円)
利用できる店舗	セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、サークルKサンクス、コミュニティストア(マルチコピー機設置店に限る)
利用時間	午前6時30分～午後11時 (年末年始、各種システムメンテナンス時を除く)



窓口混雑状況を確認できます



区民課の窓口の待ち人数や呼び出し番号などが携帯電話、スマートフォン、パソコンで確認できます。窓口に行く際の目安として利用してください。



市ホームページには過去の受付件数などを基に作成した窓口混雑予想カレンダーを掲載しています。

相模原市南区役所区民課 混雑 検索



住所変更は、まちづくりセンターをご利用ください



転入や転出などの住所変更の手続きや住民票の写しなどの証明書の発行は、次の各まちづくりセンターで行うことができます。

施設名	所在地	電話番号
大野中まちづくりセンター	南区古淵3-21-1	☎042-742-2226
麻溝まちづくりセンター	南区当麻1324-2	☎042-778-1006
新磯まちづくりセンター	南区磯部916-3	☎046-251-0014
相模台まちづくりセンター	南区相模台1-13-5	☎042-744-1609
相武台まちづくりセンター	南区新磯野4-1-3	☎046-251-5373
東林まちづくりセンター	南区相南1-10-10	☎042-744-5161

☎南区役所区民課 ☎042-749-2131

インフォメーションBOX

女子美術大学企画展の展示替えを行いました



ポーノ相模大野2階ポーノウォークに面している南区インフォメーションBOXで、女子美術大学の学生がデザインした「南区の魅力」を発信するディスプレイを展示しています。今回は相模の大風をモチーフに、空高く飛んでいる大風たちが、南区の魅力スポット「木もれびの森」「たまご街道」「北里アクアリウムラボ」(北里大学海洋生命学科ミニ水族館)を見下ろしている雄大な作品です。

☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

南区少年野球春季大会 開幕



南区長杯を懸けて、南区の小学生球児たちが、10回目の南区少年野球大会に臨みます。熱い戦いを繰り広げる球児たちに、皆さんの温かい声援をお願いします。

時2月18日(土)～3月11日(土)の毎週土・日曜日
(雨天等により延期になる場合があります)

※試合会場や結果など、最新の情報は市少年野球協会ホームページをご覧ください。

☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

南区合同 高齢者支援センターまつり

2回目の開催となる同まつりでは、落語(午後2時30分から)、高齢者見守りシステムや介護食の紹介、高齢者支援センター職員による介護・健康相談、誰でも楽しめるゲームコーナーなどがあります。ぜひお立ち寄りください。

時3月16日(木)午後1時30分～3時30分

会南区地域福祉交流ラウンジ

ご存じですか? 高齢者支援センターは身近な相談窓口です

高齢者や家族がより身近なところで健康、福祉、介護などについて相談ができます。皆さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援しています。

☎近くの高齢者支援センターか大野南高齢者支援センター ☎042-767-3701

自転車にはツーロックをかけて盗難を防止しよう!

南区内で自転車の盗難が多発しています。自転車から離れる時は、備え付けの鍵とは別にチェーンなどでもう一つ鍵をかけ、ツーロックにすることで盗難を防止しましょう。

- ・自宅の敷地内やマンション・アパート・コンビニ・塾などの駐輪場でも必ず鍵をかけましょう。
- ・短時間でも必ず施錠。
- ・ツーロックでさらに安心。
- ・路上放置はやめましょう。



☎相模原南警察署 ☎042-749-0110

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

広報 **さがみはら** 別冊

保健・介護予防事業案内

No.1355

平成29年(2017年)

2/15

- 主な実施会場
- ① ウェルネスさがみはら 中央区富士見6-1-1
 - ② 緑区合同庁舎 緑区西橋本5-3-21
 - ③ シティ・プラザはしもと 緑区橋本6-2-1
 - ④ 南保健福祉センター 南区相模大野6-22-1
 - ⑤ 城山保健福祉センター 緑区久保沢2-26-1
 - ⑥ 津久井保健センター 緑区中野613-2
 - ⑦ 相模湖総合事務所 緑区与瀬896
 - ⑧ 藤野総合事務所 緑区小淵2000
 - ⑨ けやき会館 中央区富士見6-6-23

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

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上記をご覧ください ●

パパママのための教室

※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13日(月)	午後1時	南	⑮
3月14日(火)	午後2時15分 午後2時45分	ウ	
3月27日(月)	午後4時	緑	

対平成28年6~7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
3月1日(水)	南	各20組	⑮
3月13日(月)	ウ		
3月3日(金)	ウ	30組	⑮
3月14日(火)	ウ		
3月27日(月)	緑	30組	⑮

対午前10時~11時30分
対28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3日(金)	午前10時 ~11時	南	⑨
3月10日(金)		ウ	⑧
3月24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

対3月17日(金)午前10時~正午
会緑
対産後4~6カ月の女性(初めての人優先)
※保育なし(4~6カ月の乳児同伴可)
定15組(申込順)
申⑦

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育
児相談、身体計測、親子遊びの紹介

対午前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(水)	大野台
3月2日(木)	新磯、鹿島台
3月3日(金)	上溝南、 星が丘
3月7日(火)	向陽、大野南
3月8日(水)	横山、並木、 津、相武台
3月9日(木)	城山、相模台、 大沼
3月10日(金)	大島、橋本
3月14日(火)	清新、田名、 富士見、藤、 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

相談など

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 ウ 南	⑨	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談可) ※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17日(金)	午前9時 9時30分 10時 10時30分	南	⑨	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) ※参加者が2人以下の場合は開 催を中止することがあります。
	3月22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6日(月)	午前9時 ~11時30分	南	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)
	3月13日(月)	午後1時 ~3時30分	ウ	⑧	
	3月15日(水)	午前9時 ~11時30分	緑	⑦	
健康チェック ~19歳から 39歳の あなたへ~	3月8日(水)	午前9時~10時	ウ	⑤	診察、基本検査(身体測定、 尿・血液検査、胸部X線、心 電図)と保健指導 定40人(申込順) 費4,910円 ※健康診断書の発行や労働安 全衛生法に基づく定期健診 などは行っていません。
不妊・不育 専門相談	3月14日(火)	<電話相談> 午前9時~11時30分 申⑥			
		<面接相談> 午後1時~3時30分 申⑦ 3月13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。 ※健診など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8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)	①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮	※日程はお問い合わせください。		⑥	対障害のある乳幼児
HIV(エイズ) 等の 検査・相談	火曜日 (2月28日を除く)	午前9時 ~11時15分	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11日(土)	午後2時 ~3時45分	橋		
HIV(エイズ) 即日検査	2月28日(火)	午前9時 ~10時30分	ウ	④	その日のうちに結果が分 かるHIV(エイズ)検査・相談 (無料。匿名) 定15人(申込順)
高齢者 認知症相談	3月7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23日(木)	午後2時~4時	南	③	
	3月27日(月)	午後1時30分 ~3時30分	緑	①	
がん体験者による無料相談 がんピア サポート	3月12日(日)	午前10時 ~午後3時	南	⑤	がん体験者による自らの体 験をもとにした相談 対がん患者やその家族 定各4組(申込順。各組1時間)
	3月26日(日)		ウ		

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。

実施中

申し込み・問い合わせ

⑮

**平成28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
 - 28年4月～29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・呼吸器の機能が、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に重度の障害がある
- ※すでに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です。
- 費 4,000円(接種時に市協力医療機関で支払い)

次に該当する人は費用が免除されます。

- 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

免除の要件を満たしているか確認するために、次のいずれかの書類が必要です(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。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

**市発達障害啓発講演会
「これからの発達障害支援と本市の療育・支援教育～発達障害者支援法10年を経て～」**

法改正を踏まえた今後の支援の展望についての講演の後、保護者や教育関係者を交えたシンポジウムを行います。

時 3月12日(日) 午後1時30分～4時30分

会 あじさい会館

講 大塚 晃さん(上智大学総合人間科学部社会福祉学科教授)

対 市内在住か在勤・在学の人=300人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎市発達障害支援センター ☎042-756-8411

**ひろめよう! 認知症サポーターの輪
～相模原市キャラバン・メイト活動報告会～**

「認知症にやさしいまちづくり」を目指す、認知症サポーター養成講座の講師(キャラバン・メイト)が、活動報告とパネルディスカッションを行います。

時 3月4日(土) 午後2時～4時30分

会 あじさい会館

定 350人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎地域包括ケア推進課 ☎042-769-9249

**始めていますか?
認知症サポーター活動(認知症サポーターフォローアップ研修)**

グループワークや実際に認知症の人の声を聞く機会を交えながら、今後どんな活動ができるかについて考えます。

時 3月13日(月) 午後2時～4時

会 緑区合同庁舎

対 市内在住か在勤・在学の認知症サポーター養成講座修了者

定 50人(申込順)

☎3月9日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

市認知症サポーター
シンボルマーク

**健康長寿教室
「介護者のための認知症教室～ストレスとの付き合い方を身につける～」**

時 3月14日(火) 午前10時～正午

会 老人福祉センター若竹園

対 市内在住の60歳以上

定 20人(申込順)

☎3月13日までに、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

**市民公開講座「経絡ストレッチと
認知症予防の為に運動療法
～東洋医学を利用した健康づくり～」**

生活習慣から起こる体のゆがみを正し、認知症予防のための運動療法を身に付けます。

時 2月19日(日) 午後2時～4時

会 ソレイユさがみ

定 50人(申込順)

☎2月18日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「市民公開講座」と書いて、相模原鍼灸マッサージ師会事務局(相模在宅療養センター内 ☎042-700-2682 FAX042-700-2683)へ

**健康づくり講座「歌って笑って
体操で心と体の健康づくり」**

ラジオ体操指導者の長野信一さんと元気に体操した後、作曲家の杉本龍之さん指導の下、会場全体で合唱します。

時 3月10日(金) 午後1時～4時

会 相模女子大学グリーンホール
(市文化会館)多目的ホール

対 市内在住か在勤・在学の人

定 100人(申込順)

☎3月5日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



長野信一さん

精神科セカンドオピニオン外来

時 3月8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

☎2月27日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

**さがみはら わかち合いの会
(自死遺族の集い)**

同じ体験をした人同士で語り合う場です。

時 3月9日(木) 午後2時～4時

会 社のホールはしもとセミナールーム2

対 家族など大切な人を自死で亡くした人

定 20人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎精神保健福祉センター ☎042-769-9818

**愛の献血 あなたもご協力を!
命を救う身近なボランティア**

日にち	時間	会場
2月16日(木)		市役所前
2月28日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
2月26日(日)		橋本駅ペデストリアンデッキ下
2月19日(日)	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25日(土)		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。



献血キャラクター
けんけつちゃん

☎医事薬事課 ☎042-769-8343

急病などで困ったときは

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。
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。

※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全額自費となります)。

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・歯科案内は行っていません。

歯科 休日急患歯科診療所
☎042-756-1501

日曜日、祝日等

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 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、

精神科医療機関を紹介します。

※必ず紹介することを約束するものではありません。

