

LINE UP 今号の主な内容

- 施政方針の概要をお知らせします 2
- 小・中学校への就学費用を援助 3
- 薬物乱用は、『ダメ。ゼッタイ。』 6
- 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 721,053人(424減)
 男 361,079人 女 359,974人
 世帯 315,416世帯(86減)
平成29年2月1日現在。()は前月との増減

さがみはら

広報

NO.1356
 毎月1日・15日発行
3/1
 2017 平成29年
 SAGAMIHARA

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

～まずは知ってください、自殺のこと～



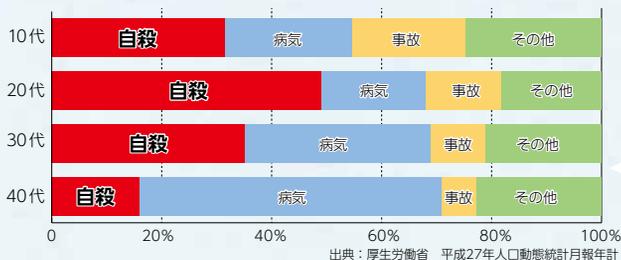
自殺は、社会に生きる全ての人に関わる身近な問題です。苦しい状況に置かれている人への理解を深めることで、あなたの大切な人が悩んだときに支えになることができます。周りの人の変化に気付いたら、温かく相手に寄り添ってみませんか。

自殺対策に関する4つの誤解

誤解1 自分には関係がない

国内では平成27年に2万4,025人、市内では122人も人が自ら命を絶ちました。このように、自殺とは非常に深刻で身近な社会問題です。

世代別に見る死亡原因の構成比(平成27年 10代～40代)



- 自殺は15歳～39歳の死因第1位
- 20代の死因の約半数が自殺
- 全世代の自殺による合計死者数は交通事故死者数の約6倍

誤解2 覚悟を決めている人を説得するのは不可能

強い自殺願望があるように見えても、実際は「生きたい」と「死にたい」の間で心が大きく揺れており、悲観的な気持ちだけが長く続くものではありません。だからこそ、周りの人の気付きや声掛けが、生きることへの後押しになります。

誤解4 本人の意思で決めたことだから、周りが口出しすべきではない

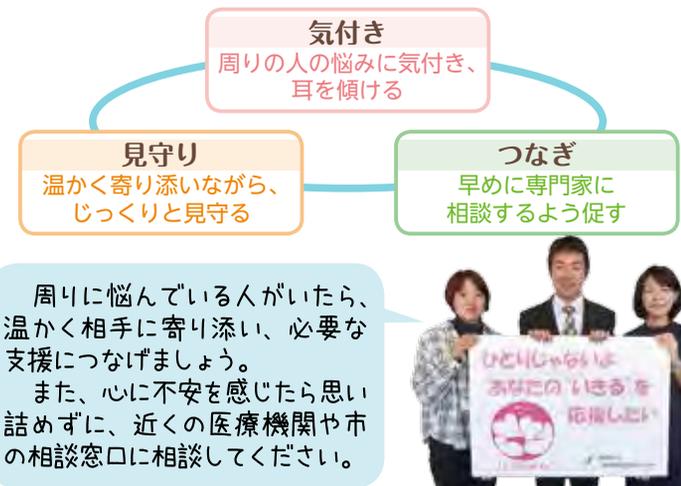
自殺に思い至る背景には、さまざまな悩みが重なり、自殺以外の選択肢を冷静に考えられない程に追い詰められた精神状態があります。決して個人の自由な意思や選択などではありません。

誤解3 自殺についての話をするのは、かえって危険だ

自殺を話題にすることを避ける必要はありません。素直に自殺への気持ちについて尋ねることで、むしろ信頼が深まり、自殺の衝動を減らすことにつながります。



自殺を防ぐための3つの行動



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。

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 日曜日(12月29日～1月3日を除く)午後5時～10時
 ※受け付けは午後9時30分まで

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
 ※受け付けは午後9時30分まで

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。

☎042-769-9818

こころの健康に関する市の相談窓口

- 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
- ☎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

TOPICS

「未来を拓くさがみはら」をPR 企業向けトップセミナーを開催

2月8日、東京・日本橋で「人や企業に選ばれる都市づくり」を進める本市を紹介する企業向けセミナーを開催しました。加山市長による「本市の将来展望」と題したプレゼンテーションをはじめ、特別講演やパネルディスカッションを通して、本市の魅力あるビジネス・投資環境についてPRし、参加企業102社215人の皆さんからは、本市への関心が高まったとの声を数多くいただきました。

☎042-707-7045





次代につなぐ 笑顔と希望があふれるまちをめざして

平成
29
年度

施政方針の概要を お知らせします

2月21日、市議会3月定例会議の冒頭で、加山市長が平成29年度施政方針演説を行いました。

演説の中で市長は、「次代につなぐ 笑顔と希望があふれるまちをめざして」をテーマに、重要な3つの視点を掲げて取り組むことを表明しました。予算案などが市議会でも可決された後、ここで掲げた取り組みを進めていくこととなります。

※施政方針の全文は、各行政資料コーナーや市ホームページでご覧になれます。

問企画政策課 ☎042-769-8203

施政方針とは

市長が市議会へ予算案などを提出するに当たり、市政運営に対する基本的な考え方を表明するもの。

重要な3つの視点

共に支え合う 地域社会の実現

子どもたちが地域全体から温かく見守られて育つよう、高齢者が地域のつながりの中で生きがいを持って生活できるよう、そして障害者が周囲の深い理解と協力の中で暮らせるよう、子育て支援、福祉、人権などの諸施策を力強く推進します。

未来へ向かい輝き続ける まちづくり

急速な人口減少、少子高齢化の進行が見込まれる中、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るとともに、広域交流拠点の形成を図り、本市が将来にわたり活力と魅力にあふれ、「人や企業に選ばれる都市」となるよう取り組みます。

豊かさを次代へつなぐ 都市経営

本市の資源や潜在力を最大限に生かす取り組みを進め、財政基盤の強化を図ることで、安定的に質の高い行政サービスを提供していくとともに、未来の日本を担う世代へ豊かさをつないでいけるよう取り組みます。

予算

財政については、市税収入の大幅な増加は期待できない一方で、高齢化の進行などにより扶助費を中心に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29年度の予算編成は、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発展に向け、新・相模原市総合計画後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。

会計	予算案	前年度比
一般会計	2,893億円(2,611億円)	12.3%増(1.3%増)
特別会計	1,979億円	2.1%増
合計	4,872億円(4,590億円)	7.9%増(1.7%増)
公営企業会計	282億円	2.9%増

※()は、県費負担教職員の事務・権限の移譲に伴い、平成29年度から新たに計上した教職員給与費等を除いた場合の予算額と前年度比

市政運営の5つの柱と主な取り組み

「主な取り組み」は抜粋です。

1 全ての市民が安全で安心して、心豊かに暮らせるまちづくり

防災・防犯対策や地域医療・福祉サービスの充実など、市民が安全で安心して暮らせる社会を実現するための根幹となる施策を着実に推進します。



主な取り組み

◆障害者が安心して暮らせる共生社会の実現

障害者差別解消法・障害者虐待防止法を踏まえた啓発活動や、障害者週間のつどいなどの開催により、障害者への理解の促進や権利擁護の推進を図ります。

◆地域包括ケアシステムの構築

高齢者ができる限り住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるよう、介護予防・日常生活支

援総合事業の充実や、在宅医療と介護の連携強化、認知症対策の推進による地域包括ケアシステムの構築を進めます。

◆防災力の向上

熊本地震の課題や教訓を踏まえた相模原市地域防災計画の見直しや防災資機材の整備、土砂災害ハザードマップの配布、避難訓練の実施などにより、防災力の向上を図ります。



2 次代を担う子どもの健やかな成長と豊かな心を育む環境づくり

妊娠、出産から子育てまで切れ目のない支援を行い、安心して子どもを生み育てられる環境をつくりまします。また、子どもたちが心豊かに育つよう、学校教育の充実、安全な居場所づくりなどに取り組みまします。

主な取り組み

◆子育て支援センターの設置

妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援を行うための拠点を各区に設置します。

◆児童の安全な居場所づくり

児童クラブの受け入れ枠を拡大し、待機児童の解消に取り組むとともに、こどもセンターや児童館などにおける放課後子ども教室の拡充を図ります。

◆学校教育の充実

教育的支援が必要な児童・生徒へのきめ細かい対応を図るため、支援教育支援員を増員するとともに、いじめや不登校などの課題に対して中心的な役割を担う児童支援専任教諭を全小学校に配置し、チームとしての対応力向上を図ります。



3 にぎわいと活力に満ち、多様な交流が生まれる都市づくり

魅力と活力にあふれた広域交流拠点の形成を進めるほか、中小企業の支援、商業や農業の振興を図り、本市の経済成長や雇用促進につなげまします。

主な取り組み

◆広域交流拠点都市の形成

リニア中央新幹線駅が設置される橋本駅周辺地区については、土地区画整理事業等の都市基盤整備に関する調査、都市計画案の作成に向けた検討を進め、駅南口の新たな核の形成に取り組まします。相模原駅周辺地区については、駅北口の新市街地の形成に向けて、国際コンベンション(国際会議やイベントなどの催し)施設や業務・行政施設など、導入すべき機能の検討に

向けた調査を行います。またJR横浜線の連続立体交差化の実現に向け、調査・検討を進めます。

◆産業基盤の強化

さがみはら産業集積促進方策(STEP50)のロボット関連産業への支援メニューを拡充し、新たな投資を促します。また「さがみはらロボット導入支援センター」を中心とした中小企業の産業用ロボットの導入支援を進め、市内の製造業全体の競争力強化を図ります。



4 環境を守り、自然と共生する社会づくり

本市の雄大な山並みや水源など、美しい自然環境を大切に守り、その豊かさを次の世代に継承していくため、地球温暖化対策、資源循環型社会の形成などの取り組みを進めます。

主な取り組み

◆地球温暖化対策

燃料電池自動車の購入費助成を行うほか、住宅のスマート化や中小規模事業者が行う省エネ設備導入の取り組みを支援します。

◆資源循環型社会の形成

北清掃工場の長寿命化に向けた改良工事を進めるとともに、ごみの減量化・資源化の啓発事業などを行い、4R(ごみの発生抑制・排出抑制・再使用・再生利用)活動のさらなる推進を図ります。



5 地域の個性が光り、市民が主役のふるさとづくり

地域社会の担い手である市民との協働によるまちづくりを進めるとともに、地域の魅力を再発見し、積極的に発信することで、誇りと愛着を持てるふるさとづくりを進めます。

主な取り組み

◆市民が主役となるまちづくり

自治会などの自主的な活動への支援を行うとともに、地域特性を生かした区民主体のまちづくりを推進します。

◆シティセールスの推進

多くの人から選ばれるまちの実現に向け、本市の重点施策や観光資源、文化などの魅力を積極的に市内内外に発信します。



小・中学校への就学費用を援助

子どもの国公立小・中学校(中等教育学校(前期課程)などを含む)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、費用の一部を援助します。援助には、収入などの条件があります。なお、児童・生徒を通じて保護者宛てに「就学援助(就学奨励金)のお知らせ」を配布しています。

申請書配布場所 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(青根・沢井を除く)、学務課
※市ホームページにも掲載

☎ 3月10日(新1年生は4月14日)までに、申請書類などを保護者が直接、子どもの就学する学校へ(審査の後、7月上旬に決定通知を郵送)

※前年度から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。
※申請は平成30年2月28日まで随時受け付けています。援助は申請月からです。
※条件などについて詳しくは、「就学援助(就学奨励金)のお知らせ」をご覧ください。

☎ 市コールセンター ☎042-770-7777

4月から 休日窓口サービスコーナーの開設場所が変わります

休日窓口サービスコーナーでは、休日や年末年始など市役所の閉庁時に、戸籍届出書の預かり、各種証明書の交付申請受け付け、電話予約を受けた各種証明書の交付などを行っています。3月末で大野中まちづくりセンター内の同コーナーは廃止となります。4月からの開設場所は次のとおりです。

4月からの開設場所 各区役所・総合事務所

開設日 土・日曜日、祝日等、12月29日～1月3日

開設時間 午前8時30分～午後5時(土曜日開庁時の各区役所は、正午～午後5時)

※取り扱い業務など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 区政支援課 ☎042-704-8911

住民票の写し・印鑑登録証明書のコンビニ交付サービスを一時停止

次の日程でメンテナンスを行うため、サービスを利用できません。

☎ 3月15日(水) 午前6時30分～午後11時

☎ 区政支援課 ☎042-704-8911

「避難準備情報」の名称が「避難準備・高齢者等避難開始」に命を守るために 早めの避難を!

平成28年の台風10号による水害で、東北・北海道の各地で高齢者の被災が相次ぎました。

そこで、避難情報発令時に取るべき行動を分かりやすくするため、下表のとおり避難情報の名称を変更しました。

市では、台風による土砂災害や河川の氾濫などの災害が発生する恐れがある場合に、次の3種類の避難情報を、災害の危険度に応じて発令します。

危険性	避難情報	発令時に取るべき行動
高	避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間がかかる人たちがその支援者は、避難開始。その他の人たちは、家族への連絡、非常持ち出し品の用意など、避難の準備を開始。
	避難警告	発令地域の人たちは、指定された避難場所などへ避難を開始。
	避難指示(緊急)	避難中の人には直ちに避難を完了してください。避難をしていない人は直ちに避難。避難ができない場合には屋内で安全を確保し、命を守る最低限の行動を。

※崖や川の近くに住んでいる人は、屋内の高い所(2階以上)で、崖の斜面や川から離れた部屋に避難する。

☎ 緊急対策課 ☎042-707-7044

募集 野外体験教室運営協議会委員

相模川ビレッジ若あゆとふじの体験の森やませみの運営などについて協議します。

任期 5月～平成31年4月(会議は年2回程度)

☎ 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)

☎ 2人(選考)

応募用紙配布場所 相模川ビレッジ若あゆ、ふじの体験の森やませみ、各行政資料コーナー・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(青根・沢井を除く)
※市ホームページにも掲載

☎ 3月21日(必着)までに、応募用紙を直接か郵送、ファクス、Eメールで相模川ビレッジ若あゆ(〒252-0135 緑区大島3497-1 ☎042-760-5445 ☎042-760-5215 ✉wakaayu@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

募集 認知症地域支援推進員

認知症の人を地域で支える取り組みを推進します。

勤務条件 4月～平成30年3月(更新あり)の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前9時30分～午後4時

賃金 月額22万1,200円

☎ 保健師免許か精神保健福祉士の資格があり、次の全てに該当する人=1人(選考)

○認知症に関する医療や介護の専門知識と経験がある ○普通自動車運転免許がある

☎ 電話連絡の上、3月7日までに、履歴書(写真貼付)と資格証を直接、地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ

南区内のごみ・資源に関する施設が、1箇所に集まります 南区麻溝台1524-1(南清掃工場敷地内)

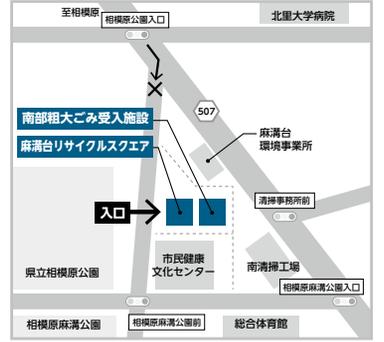
4月1日(土) 新設

麻溝台リサイクルスクエア(資源リサイクルステーション)

開館時間 午前9時～午後5時(年末年始を除く。資源の受け入れは午後4時まで)

電話番号 ☎042-742-0006(4月から。3月は資源循環推進課 ☎042-769-8334)

※暫定南部資源リサイクルステーションは3月31日(金)に閉鎖します。



4月3日(月) 移転 ※現在の施設では、4月1日(土)まで受け入れます。

南部粗大ごみ受入施設

受付時間 午前9時～午後4時(日曜日、年末年始を除く)

電話番号 ☎042-767-5305

75歳以上の運転者の皆さんへ 3月12日から運転免許制度が変わります

臨時認知機能検査

認知機能の低下により起こしやすい違反(信号無視や一時不停止など)をした時は、検査を受けなければなりません。

臨時高齢者講習(2時間)

臨時認知機能検査で、「認知機能低下の恐れがある」と判断されると、講習を受けなければなりません。

専門医による診断

運転免許証の更新時や臨時認知機能検査で「認知症の恐れがある」と判断されると、専門医の診断が義務付けられます。



注意

やむを得ない場合を除き、臨時認知機能検査や臨時高齢者講習を受けないと、免許の取り消しや停止となります。

視力や聴力の機能低下などにより運転に不安を感じるようになったら、免許の自主返納も考えてみてはいかがでしょうか。

☎ 交通・地域安全課 ☎042-769-8229

提出した平成28年分の確定申告書に誤りがあったら 3月15日(水)までに訂正申告書を提出してください

新たに確定申告書を作成し、上部に「訂正申告書」と書いて提出してください。

3月16日(木)からは

○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」を提出してください。更正の請求ができるのは、原則、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」を提出してください。なお、加算税、延滞税がかかる場合があります。

書類の提出先 相模原税務署

☎ 相模原税務署 ☎042-756-8211

原動機付自転車・軽自動車などの廃車申告(ナンバー返納)はお早めに

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者などに課税されます。次の場合は、3月31日までに廃車届・異動届などを提出してください。

○盗難・廃車・譲渡などの理由で現在車両を所有していない

○3月31日までに市外に転居する

○所有者が亡くなった

※3月は窓口の混雑が予想されます。時間に余裕を持った手続きをお願いします。

車種	窓口
原動機付自転車(排気量125cc以下)、ミニカー、小型特殊自動車(フォークリフト、農耕作業車など)	市民税課、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 廃車の場合の持ち物 ナンバープレート、標識交付証明書、印鑑 譲渡(市内の人同士の名義変更)の場合の持ち物 標識交付証明書、新所有者の印鑑、旧所有者からの譲渡証明書
二輪の軽自動車(排気量125cc超250cc以下)	軽自動車協会 相模支所(愛川町中津字桜台4071-33 ☎046-285-1888)
二輪の小型自動車(排気量250cc超)	関東運輸局神奈川運輸支局 相模自動車検査登録事務所(愛川町中津字桜台 ☎050-5540-2037)
三輪・四輪の軽自動車(排気量660cc以下)	軽自動車検査協会 神奈川事務所 相模支所(愛川町中津字桜台 ☎050-3816-3120)

☎ 市民税課 ☎042-769-8297



さがみはら地域づくり大学開講～地域の担い手を育成します～

さがみはら地域づくり大学は、地域活動や市民活動を行うために必要な知識や技術を学べる場です。座学とフィールドワークを合わせて、皆さんが楽しめるような講座になっています。地域社会の活性化のために、何かを始めたい人、自身の経験を役立てたい人など、一緒に学んでみませんか。

基礎・応用の各コースで必修3・選択1講座以上を受講した人には、修了証を交付します。

時 基礎コース=水曜日午後、応用コース・専門講座=土曜日午後 ※1講座90分

会 ユニコムプラザさがみはらほか

対 15歳以上(中学生を除く)

パンフレット(申込書付き)配布場所

各行政資料コーナー・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 ※ユニコムプラザさがみはらホームページにも掲載

申 電話連絡の上、4月15日までに、申込書を直接ユニコムプラザさがみはら(☎042-701-4370)へ

※内容など詳しくは、同所ホームページをご覧ください。

さがみはら地域づくり大学特別公開講座

官民協働のまちづくり～成熟社会における地域のあり方を考える

時 3月20日(祝) 午後3時～4時30分

会 ユニコムプラザさがみはら

講 椎川 忍さん(地域活性化センター理事長)

定 100人(先着順) ※詳しくは同所ホームページをご覧ください。

問 ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

	講座名	開講時期	定員	費用
基礎コース	必修	地方分権と協働政策	各20人(抽選)	1コース(最大6講座) 7,500円 1講座 各1,900円
		相模原を知ろう、学ぼう		
		協働の考え方と様々な協働のかたち		
	選択	組織運営の実際～思いを形にする～		
		効果的な広報とメディアの活用		
		相模原の未来を描く		
応用コース	必修	地域づくりのためのファシリテーション	各20人(抽選)	1コース(最大6講座) 7,500円 1講座 各1,900円
		福祉		
		まちづくり		
	選択	命を守る相模原の防災		
		子育て支援		
		環境		
専門講座	俳句と地域づくり～さがみはらを詠む～	8月上旬～中旬	各1,900円	
	ネイチャーゲーム	8月下旬～9月上旬		
	森林ボランティア	9月上旬～中旬		

学びのらいぶ塾フェスタ

希望者は直接会場へ

時 3月12日(日) 受付時間 午前9時30分

会 総合学習センター 費 500円

※複数の講座を受講できます。

当日のプログラム(変更になる場合があります)

タイトル	時間	定員(先着順)
歴史の残影 イタリア I	午前10時～11時45分	各40人
忘れないパスワード作り	午後0時30分～1時45分	
句会を楽しもう	午後2時～4時	18人
唐代伝奇を読む	午前10時～11時30分	各15人
イノベーションとは?	午後0時30分～1時15分 午後2時30分～3時15分	
みんなの食育・クイズに挑戦	午前11時～11時45分	各10人
はじめてのパターンアート(所要時間30分程度)	午後1時30分～2時15分	
絵手紙をかきましょう(所要時間30分程度)	午前10時～11時45分	各5人
心理学アラカルト	午後0時30分～4時	
漱石『坊っちゃん』を読む	午後2時～3時	15人
	午前10時～11時30分	18人

問 総合学習センター ☎042-756-3443

親子で楽しむ凧作り教室

簡単にできる角凧を作ります。

時 3月25日(土) 午後1時30分～4時

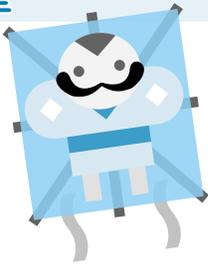
会 相模の大凧センター

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

申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ



地域活性化事業交付金助成事業の募集

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

申請者の要件 5人以上の団体

事業の実施期間 4月～平成30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 ●地域団体が実施する活動などへの参加者増加 ●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

申 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の地域の課題解決は、地区ごとに異なります。

※申し込み前に、事業内容などを活動予定地区のまちづくりセンターに相談してください。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。

問 市民協働推進課 ☎042-769-8226

旧石器ハテナ館の催し

問 旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

毎月第3日曜日は体験教室の日! 弓矢作り

竹で弓矢、黒曜石で矢尻を作り、的当てゲームを楽しみます。

時 3月19日(日) 午後2時～4時

対 小学生以上=30人(申込順)

※小学生は保護者同伴

費 100円(材料費)

申 直接か電話で同館へ



尾崎行雄(号堂)ゆかりの里帰り桜苗木を配布

尾崎行雄が東京市長時代に、米国ワシントンD.C.に贈った桜の子孫に当たる、里帰り桜の苗木を配布します。

樹種 カンザンカフゲンゾウ 本数 15本(抽選。1世帯1本)

※苗木は約2m。種類の選択はできません。尾崎号堂記念館まで取りに来られる人限定です。

申 3月10日(必着)までに、往復はがき(1世帯1枚)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「里帰り桜希望」と書いて、同館(〒252-0158 緑区又野691 ☎042-784-0660)へ

※抽選結果・配布日時は3月中旬にお知らせします。

グリーンカレッジつくい講座 ギフチョウデジカメ観察講座

県指定文化財のギフチョウを生息地で観察し、デジタルカメラで撮影します。

時 3月26日(日)、4月9日(日) 午前10時～午後3時

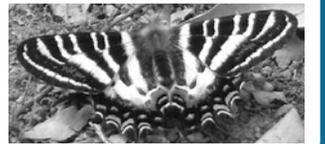
4月2日(日)・16日(日) 午前9時30分～午後0時30分(荒天中止)

集合場所 篠原の里

会 石砂山(緑区牧野)

定 各15人(申込順) 費 各500円

申 開催日の1週間前までに、直接か電話で、津久井生涯学習センター(☎042-784-2400)へ



市立視覚障害者情報センターが4月からオープンします

～保健と福祉のライブラリーが生まれ変わります～

ウェルネスさがみはらA館2階の保健と福祉のライブラリーが3月31日で閉館し、4月から市立視覚障害者情報センターとして生まれ変わります。従来の点字図書・録音図書の提供や対面朗読など、主に視覚障害のある人への情報サービスの提供や、新たに点訳者・音訳者の養成事業を実施します。

※これまでと同じように市立図書館などの図書の貸し出し・返却もできます。

問 障害政策課 ☎042-707-7055

シーズン開幕! ホームタウンチームを応援しよう!

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。



サッカー (J3リーグ所属) SC相模原

スローガン 禅足緑(ぜんそくりよく)

昨シーズンは、J3リーグで11位という結果に終わりました。巻き返しを図るため、昨シーズン途中で就任した安永聡太郎監督がどのようなチームに仕上げるか注目です。

2017シーズンは、3月12日に相模原ギオンスタジアムで開幕を迎えます。

J3リーグ 試合日程(ホームゲーム)

日にち	時間	対戦相手
3月12日(日)	午後1時	AC長野パルセイロ
4月1日(土)		ギラヴァンツ北九州

相模原ギオンスタジアム

相模原SC ☎042-810-7777

僕の地元である相模原を盛り上げ、貢献できるように頑張ります



工藤祐生選手



女子サッカー(なでしこリーグ1部所属) ノジマステラ神奈川相模原

スローガン 翔志~この舞台で~

昨シーズンは、なでしこリーグ2部で見事に優勝し、1部昇格を果たしました。いよいよ日本一に向けた新たな挑戦が始まります。

注目の2017シーズン開幕戦では、3月26日にノエビアスタジアム神戸でINAC神戸レオネッサに挑みます。

なでしこリーグ1部 試合日程(ホームゲーム)

日にち	時間	対戦相手
4月2日(日)	午後1時	AC長野パルセイロ・レディース
4月16日(日)		ちふれASエルフェン埼玉

相模原ギオンスタジアム

相模原ノジマステラ神奈川 ☎046-298-3881

ステラの力を全力でぶつけ、一つでも上位を目指し頑張ります



尾山沙希選手



ラグビーフットボール(トップチャレンジリーグ所属) 三菱重工相模原ダイナボアーズ

昨シーズンは、トップイーストリーグで4連覇を果たしましたが、1月28日に行われたトップリーグとの入れ替え戦で、豊田自動織機シャトルズに21対33で敗れ、残念ながらトップリーグへの昇格は果たせませんでした。

今シーズンは、トップリーグ2部に相当するトップチャレンジリーグに参戦します。

相模原三菱重工ダイナボアーズ ☎042-761-2686



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、9位という結果に終わりました。5月からは、東日本王者を懸け「パールボウルトーナメント」に挑みます。

相模原ノジマライズ ☎042-815-3094

※試合日程など詳しくは、各チームホームページをご覧ください。

市立博物館に行こう

市立博物館 ☎042-750-8030

〒252-0221 中央区高根3-1-15

休館日 月曜日(3月20日を除く)、3月21日(火)

プラネタリウム・全天周映画 希望者は直接会場へ

定 各210人(先着順)

費 各500円(4歳~中学生200円、65歳以上250円(要証明書))

※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20分の無料番組を上映します。上映スケジュールは変更になる場合があります。

期間	時間	上映内容			
		午前11時	午後1時30分	午後2時40分	午後3時50分
3月4日(土)~17日(金)	火~金曜日	プラネタリウム 火星の月をさぐる~火星衛星探査機MMXがめざすもの~		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	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 火星の月をさぐる~火星衛星探査機MMXがめざすもの~	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
春休みの特別上映 3月18日(土)~31日(金)					

考古企画展 相模原市の遺跡 2017

博物館 de トレジャーハンター ~お宝なぞ解き考古展~

遺跡から発見された考古資料の謎を解く参加型の考古展です。また、同時開催で速報展「さがみはら発掘最新情報」を行います。

時 3月18日(土)~5月7日(日) 午前9時30分~午後5時



土偶付きの土器

民俗講話

近隣地域の民俗から見た相模原

八王子など、近隣地域と比較しながら相模原の民俗の特徴を紹介します。

時 3月18日(土) 午後2時~4時

定 120人(先着順)

※希望者は直接会場へ

夜空の星を見上げてみよう

~星空観望会(4月)~

口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡などで、見頃の天体を眺めます。

時 4月8日(土)・22日(土) 午後7時30分~9時30分

定 各120人(申込順。1組4人まで。同世帯は人数制限なし)

※中学生以下は保護者同伴

開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

図書館の催し 春の大きなおはなし会

図書館の催し 保護者同伴可

相模原分館
☎046-255-3315

人形劇や布えほんの読み聞かせなど

時 3月15日(水)

2・3歳児向け

午前10時30分~11時15分

4歳児~小学校3年生向け

午後3時30分~4時15分

定 各50人(先着順)

※希望者は直接会場へ

橋本図書館
☎042-770-6600

人形劇「花さかじい」、手あそびうた、紙芝居など

時 3月24日(金)

2・3歳児向け 午後2時~2時45分

4歳児~小学生向け

午後3時30分~4時15分

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

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24日(金)

2・3歳児向け 午前11時~11時30分

4歳児~小学校3年生向け

午後3時~3時45分

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、大型絵本の読み聞かせなど

時 3月24日(金)

午後2時30分~3時30分

定 3歳~小学生

定 150人(先着順)

※希望者は直接会場へ

吉野宿ふじや 観覧日変更のお知らせ

4月1日から下記のとおり変更します。来館の際はご注意ください。

観覧日 土・日曜日、祝日等(年末年始を除く)

※臨時に休館する場合があります。

※団体(10人以上)に限り火~金曜日(祝日等の翌日を除く)の観覧ができます。申し込みは、観覧希望日の2週間前までに電話で市立博物館(☎042-750-8030)へ

鹿沼公園テニスコートリニューアル

日本スポーツ振興センターが行っている平成28年度スポーツ振興くじ(toto)助成金を活用して、4面全てを整備しました。ぜひ利用してください。

利用時間 午前8時30分~午後4時30分

(5~8月は午後6時30分まで)

休所日 12月29日~1月3日、保守点検日

利用料金 2時間1,300円(市外の方は6,500円)

利用方法 利用月の2カ月前から、さがみはらネットワークシステムなどで申し込みください。

相模原鹿沼公園管理事務所 ☎042-755-9781





薬物乱用は、『ダメ。ゼッタイ。』 その「1回だけ」が、 あなたの未来を奪う!!

危険ドラッグが原因の事件や事故、有名人による薬物使用など、薬物汚染は大きな社会問題となっています。

薬物の乱用は、精神的・身体的に取り返しのつかない傷を受け、家族や友人にも計り知れない影響を与えてしまいます。薬物に「手を出さない」という毅然とした態度を持つことが大切です。

万が一薬物を使用してしまい、やめたくてもやめられない、どうしたらよいか分からない、といった悩みや不安を抱えている人やその家族は、市の相談窓口などを活用してください。

違法薬物の危険性「依存症」～薬の専門家の立場から～

一薬物乱用に共通する危険は「依存症」になることです

現在、私たちの周りで問題になっている違法薬物には麻薬、覚醒剤、大麻、危険ドラッグなどがあります。個々の薬物の有毒性も問題ですが、これらの薬物には依存性があり、一度でも使用すると「依存症」になる危険があります。

特に覚醒剤は毎年検挙される人数が1万人以上で、そのうち約65%が再犯者であることから、薬物乱用の原因が「依存症」であることは明らかです。

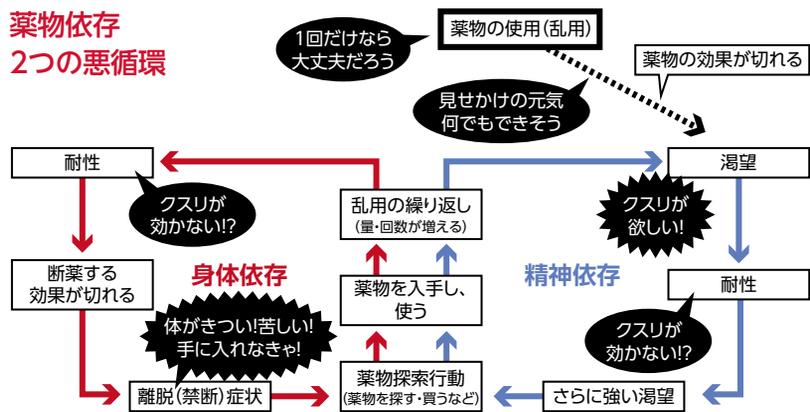


市薬剤師会 副会長 山下さん

一違法薬物に関わらないために

薬物の「依存症」は、薬物が脳に「偽りの快感」を与えることにより、薬物の使用を渴望するようになり、最後には薬物を得るために人生を台無しにしてしまいます。一度「依存症」になると治療には長い時間がかかり、元の生活を取り戻すのはとても難しくなります。薬物に関わらない生活を送るためには、絶対に「怪しい場所」「怪しい人」「怪しい薬物」に近づかないことが大切です。

薬物依存 2つの悪循環



薬物依存症体験談 覚醒剤依存症のAさんの場合

Q1 どのようなきっかけで使い始めたのですか?

友人が自宅に覚醒剤を持ってきました。好奇心が強かったので、ガラスパイプに入れた覚醒剤をあぶって吸引しました。当時はそれを「エス」と呼び、覚醒剤という自覚はありませんでした。

Q2 なぜ繰り返し使うようになったのですか?

気分転換や楽くなるためです。家族関係のトラブルがあったときなどに使うようになっていきました。

Q3 やめたい気持ちはありましたか?

ありました。自力で薬物をやめようと思って行動にも移しましたが、結局やめられず、解決策がありませんでした。

Q4 どのようなきっかけで回復につながったのですか?

家族と弁護士との紹介でダルク(依存症回復支援施設)に入寮したことがきっかけです。それまでは家族も私自身もどうにもできず、困り果てていました。

Q5 家族との関わり方で回復するために役立ったことはありますか?

家族から注意され、怒鳴られるとストレスになり、余計に使いたくなりました。

注意されるより、心配していることを伝えられる方が心に響いて、素直にやめた方がいいという気持ちになりました。



Q6 今はどのように過ごしていますか?

同じ依存症の問題を持つ仲間と、規則正しい生活を送っています。ミーティング、エイサー太鼓の練習など、さまざまなプログラムがあります。今は薬物を使わずに落ち着いた生活が送れています。

Q7 薬物について今はどのように考えていますか?

二度と使いたくないと思っています。依存症の仲間と関わりを持ちながら、順調に回復が進み、残りの人生は薬物無しで過ごせるとは思いますが、不安はあります。今後も仲間と共に回復に向けて取り組んでいきたいと思っています。



市や関連団体による活動 啓発活動や再乱用防止に取り組んでいます



薬物乱用防止啓発ポスター作成

市薬剤師会との協働事業

健康フェスタにて、キャラバンカーと「ダメ。ゼッタイ。子ちゃん」による啓発活動や「キッズ調剤体験」を行いました。

女子美術大学と連携して学生目線での啓発を呼び掛ける薬物乱用防止ポスターを作成。市内小・中学校や公民館、図書館などで掲示しました。



薬物再乱用防止プログラム「FLOW」、アルコール・薬物家族教室



▲「FLOW」では毎週金曜日にテキストを使用したグループワークを行っています。 ※写真はイメージです。

県薬物乱用防止指導員協議会 相模原支部

薬物の恐ろしさを直接市民に訴えるために、啓発リーフレットの配布や、高校などで開催される薬物乱用防止教室へ講師を派遣しています。



相模原ダルク

覚醒剤・大麻などの薬物や、アルコール・ギャンブルへの依存によって社会生活がまもなくなくなってしまった人たちが、各種プログラムを通じて回復や社会復帰をするための支援施設です。



地域のイベントで「エイサー」を披露

☎042-707-0391 (月～金曜日 午前9時30分～午後4時30分 土曜日 午前9時30分～正午)

相模原ダルク 検索

☎薬物乱用防止について 医事薬事課 ☎042-769-8343 薬物依存について 精神保健福祉センター ☎042-769-9818

この春 青少年活動に参加しませんか

地域や学校の垣根を越えて、新しい世界や友達と出会う場です。さまざまなイベントや交流を通して、自主性や社会性を身に付けることができます。



子ども会

野外活動やスポーツ大会、クリスマス会など、各地区の子ども会が工夫を凝らした楽しいイベントを行っています。

育成団体 市子ども会育成連絡協議会



少年少女合唱団

クリスマスコンサートや定期演奏会を開催しているほか、市民桜まつり、親子ふれあいの広場などのイベントで伸びやかな歌声を披露しています。

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



ボーイスカウト・ガールスカウト

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、募金などのボランティア活動を行っています。

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



少年鼓笛バンド

市内の行事で演奏を披露しています。演奏をしながら行進し、さまざまな隊列を組むなど「見せる演奏」を発表会で行っています。

対 市内在住の小学生
育成団体 市少年鼓笛バンド連盟

市少年少女合唱団 創立50周年記念演奏会

小学生から高校生までの団員が、50周年記念オリジナル曲などを披露します。



時 3月19日(日) 午後1時30分～3時30分
会 社のホールはしもと

定 500人(先着順) ※希望者は直接会場へ

鼓笛まつり

市内11隊の小学生鼓笛隊と中高生のリーダー隊が、日頃の練習成果を発表します。

時 3月12日(日) 午前10時30分～午後4時30分

会 市民会館

定 1,200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。

〒250-0291 相模原市青少年学習センター ☎042-751-0091

ゆめクラブ相模原(老人クラブ)の仲間になりませんか

会員募集

市内には23地区に269の老人クラブがあり、約1万6,000人の会員が、健康づくり、仲間づくりなど、日々生きがいを持って元気に活動しています。

皆さんも私たちの仲間になって、毎日楽しく過ごしましょう。

こんな活動をしています

- ゲートボール、ペタンク、グラウンド・ゴルフ、芸能大会、囲碁、各種講座など
- 寝たきりの会員宅への訪問や困り事の手助け、地域清掃活動など
- 会報「ふれあい」の発行、旅行やお得な施設割引情報の発信など

会員の声

私は、自分で老人クラブを立ち上げました。平均年齢が67歳と若いクラブで楽しく活動しています。会員からの提案とアイデアを参考に、今後も会員募集と地域の見守りに努めていきます。

60代男性

老人クラブが開いている「いきいき百歳体操」に参加しています。私にできるか不安でしたが、参加するたびに心身共に充実してきました。最近では、介護予防に取り組むクラブが増えているんですよ。

70代女性

最近では、高齢者の意識も多様化し、地域との関わりに対する考え方も以前とは変わってきていますが、クラブを通じて出会った地域の仲間たちと体を動かしたり、情報交換をしたりすることは、やはり楽しいものです。

健康寿命を延ばし、元気な老人クラブの仲間たちが中心となって、日頃から地域の高齢者たちがお互いに支え合うことで、災害などが起きたときに、あうんの呼吸で助け合いができる。そんな社会を実現できればいいなと考えています。



市老人クラブ 連合会会長 安藤正義さん



▲グラウンド・ゴルフ大会



▲芸能大会



▲ゆめクラブ神奈川 マスコットキャラクター Yuちゃん & Meちゃん

クラブに加入できる人

対 市内在住のおおむね60歳以上(60歳未満でも大歓迎)
※活動内容や会費はクラブごとに異なります。最寄りのクラブを紹介しますので、詳しくはお問い合わせください。

近くにクラブがない場合

クラブ活動が円滑に行える程度の同一小地域に住んでいる人がおおむね30人以上集まれば、新規でクラブを立ち上げることが可能です。詳しくはお問い合わせください。

〒250-0291 相模原市老人クラブ連合会事務局(地域包括ケア推進課内) ☎042-769-9231



情報あらかると

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

休日・夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

平日や日中に、市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可

休 休日は3月12日(日)午前9時～午後4時
夜間＝3月13日(月)・21日(火)
午後5時30分～7時

会場	電話番号
納税課 (市役所第2別館2階)※	042-769-8300
緑市税事務所 (緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南市税事務所 (南区合同庁舎3階)	042-749-2163

※夜間納税相談窓口で午後6時以降に市役所へ来庁する場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

猫の相談会と譲渡面接会

相談会 家庭や地域での猫に関する相談
時 3月7日(火)・14日(火)午後2時～4時
会 ウェルネスさがみはら4階会議室1

※希望者は直接会場へ

譲渡面接会
時 3月26日(日)午前10時～正午(雨天決行)
会 青少年学習センター

対 市内在住の20歳以上で①譲りたい人＝10人(申込順。相談会での申し込みが必要)②欲しい人
※いずれも一部費用負担あり
※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ

関 生活衛生課

建築士による自宅の無料耐震相談会

日にち	会場	定員
① 3月22日(水)	市役所会議室棟	各6組(申込順)
② 3月28日(火)	緑区合同庁舎	

時 午後1時30分～4時30分
申 3月①15日②22日までに、電話で建築指導課(☎042-769-8252)へ

分譲マンション管理 無料相談会

時 3月11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)

申 3月10日までに、電話で県マンション管理士会県央相模支部(☎046-256-2683)へ

グリーンジャンボ宝くじ グリーンジャンボミニ宝くじ 販売中～市内で購入を～

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。

販売期間 3月17日(金)まで
関 財務課

省エネ基準適合性判定制度 4月から開始

4月以降、延床面積2,000㎡以上の非住宅建築物を建築する場合、設備機器などのエネルギー消費量が省エネ基準に適合しているかの判定を受ける必要があります。

関 建築審査課

日本年金機構 相談・手続き窓口のご利用を

日にち	時間
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)
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)

予 予約相談
時 月～金曜日(祝日等を除く)午前8時30分～午後4時
申 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)、毎月第2土曜日午前9時30分～午後4時に、電話でねんきんダイヤル(☎0570-05-1165(050から始まる電話からは☎03-6700-1165))へ
※申し込み時に基礎年金番号が必要
関 相模原年金事務所(☎042-745-8101)

宿泊利用 相模川清流の里

5月まで平日に空きあり
申 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相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは、3月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

6月の休館日 12日(月)・13日(火)

選挙人名簿・在外選挙人名簿の 登録確認(縦覧)

関 選挙人名簿 平成11年3月2日までに生まれた人で、次のいずれかに該当する人○28年12月1日までに市の住民基本台帳に記録され、29年3月1日まで引き続き記録されている○引き続き3カ月以上市の住民基本台帳に記録され、かつ転出後4カ月を経過しない

対 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(金)～7日(火)午前8時30分～午後5時

会 各区選挙管理委員会事務局(4日・5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)

関 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

※4日・5日は、緑・中央区は市役所本館守衛室(☎042-754-1111)へ

募集

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、説明会への参加、経営者や採用担当者との交流機会を提供

対 大学院・大学・短大・高専・専修学校などに在学中か、卒業して3年以内の人
申 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)

あじさい青年学級生〈全10回〉

学習やスポーツ、キャンプなどのレクリエーション活動

時 4月～平成30年2月(8月を除く)の毎月第2日曜日 原則午前9時～午後3時
会 あじさい会館、けやき体育館(ほか)

対 市内在住か在勤の15歳以上で、知的障害のある人
費 2,000円 ※参加費(実費)が別途必要
申 電話で同学級(市手をつなぐ育成会内 ☎042-759-4310)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、書類審査の事務補助など

勤務 4月中旬～平成30年3月(更新あり)の月～金曜日(祝日等を除く)のうち週3日程度で、午前9時30分～午後4時のうち1日5時間30分
賃金 時給962円

関 市内在住でパソコン操作ができる人
関 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

南保健福祉センターの非常勤職員

介護保険関係の事務など

勤務 4月～平成30年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち週3～5日で、午前8時30分～午後5時のうち1日5時間30分
賃金 時給962円

関 パソコン操作ができる人＝若干名(選考)
申 3月7日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、南高齢者相談課(〒252-0303 南区相模大野6-22-1 ☎042-701-7704)へ
※後日、面接あり

非常勤保健師

高齢者の介護予防に関する業務

勤務 4月～平成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時のうち指定する時間(週27時間30分)
勤務場所 緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センターのいずれか
賃金 時給1,760円

関 保健師免許と普通自動車運転免許がある人＝若干名(選考)
申 電話連絡の上、3月7日(必着)までに、履歴書(写真貼付)、保健師免許証・普通自動車運転免許証の写しを、郵送で地域包括ケア推進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9249)へ
※後日、面接あり

救護所医師、看護師、 救急救命士等ボランティア

災害発生時に市内救護所で負傷者の応急処置などの医療救護活動

関 医師・歯科医師・薬剤師・柔道整復師・保健師・助産師・看護師・准看護師・救急救命士のいずれかの免許がある人
申 直接か電話で地域医療課(☎042-769-9230)へ

イチオシ! 自然体験イベント

多摩・三浦丘陵の緑と水景をたのしむ・ まなぶ・まもる! 里地里山文化プログラム

NPO法人「相模原こもれび」の保全活動に参加し、明るい森にするために、のこぎりを使って樹木の伐採や細断をします。

時 3月11日(土)午前9時～正午
会 木もれびの森
集合 午前8時に古淵駅前
定 30人(申込順) ※子ども同伴可

申 3月8日までに、直接か電話、Eメールに8面上の必要事項と性別、生年月日を書いて、水みどり環境課(☎042-769-8242 ✉midori@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※詳しくは、多摩・三浦丘陵の緑と水景に関する広域連携会議ホームページか、同課、各区役所・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)などにあるチラシをご覧ください。

イチオシ! 役立つ講座

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します。

時 4月12日～平成30年2月14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)

関 同組合所管地区内に住んでいる68歳以下の人＝20人(抽選)

所管地区 緑区(相原、大島、大山町、上九沢、下九沢、田名、西橋本、二本松、橋本、橋本台、東橋本、元橋本町)、中央区、南区

※事前説明会終了後に抽選を行います。

事前説明会
時 4月5日(水)午前10時
会 同センター

申 3月20日(消印有効)までに、往復はがきに8面上の必要事項を書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9233)へ

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
 申3月31日(必着)までに、相模湖商工会にある申込書を同祭実行委員会(同商工会内 ☎042-684-3347)へ
 ※詳しくはお問い合わせください。

イベント

愛犬と行くワンだふる中央区

中央区の見どころを巡りながら、愛犬の撮影術やしつけのコツなどを紹介
 時3月25日(土)午後0時30分～4時
 集合場所 市役所本館正面玄関前
 対犬を飼っている人とその愛犬
 定10組程度(抽選)
 申3月20日までに、電話かEメールに住所、代表者の氏名・連絡先、参加人数、愛犬の犬種・性別・年齢・頭数を書いて、中央区役所地域振興課(☎c-chiikishinkou@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9801)へ
 ※愛犬の参加条件、費用など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

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
 時3月18日(土)午後2時～6時
 3月19日(日)午前10時～午後5時
 対荒天中止
 問さがみはらソーシャルデザイン研究所 astro coms (☎042-715-8980)

橋本台リサイクルスクエアの催し

①フリーマーケット②おもちゃの病院③ダンボールコンポスト講習会
 時3月12日(日)〈雨天中止〉
 ①②午前10時～午後1時
 ③午前11時～午後1時
 ※①出店者の募集は終了
 ※②受け付けは午後0時30分まで。壊れたおもちゃの修理は1人2点まで(部品代は有料)
 ※希望者は直接会場へ
 問資源循環推進課

橋本まちゼミ

橋本駅周辺の商店街で店員が講師となって、暮らしの豆知識を楽しく紹介
 時3月24日(金)まで
 会橋本駅周辺商店街各店舗(約30店舗)
 ※講座の内容・開講日、申し込み方法など詳しくは、橋本駅周辺の商店街各店舗、緑区役所地域振興課などにあるチラシをご覧ください。
 問東橋本商店会事務局(ケイ・ライフ内 ☎042-774-8442)

津久井障害者地域活動支援センター 竹の子祭

自主製品や手作りお菓子などの販売、ハンドベル演奏など
 時3月14日(火)
 午前10時30分～午後2時30分
ハンドベル演奏 午前11時、午後1時30分
 ※希望者は直接会場へ
 問同センター(☎042-780-0740)

講演・講座

障害者が生きる価値とは～「津久井やまゆり園事件」について考える～

時3月26日(日)午後2時～4時30分
 会あじさい会館
 講佐藤光展さん(読売新聞社記者)
 定358人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
 問市社会福祉協議会中央ボランティアセンター(☎042-786-6181)

あじさい大学・地域活動支援事業 公開講座「笑って長生き～免疫力を高め病気を防ぐ～」

時3月17日(金)午後2時30分～4時30分
 会市民会館第1大会議室
 講川上千里さん(日本笑い学会講師)
 対市内在住の50歳以上
 定150人(申込順)
 申3月15日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

さがみはら若者サポートステーション 若者支援特別講座

時3月13日(月)午後6時30分～8時30分
 会ソレイユさがみ
 講ドリアン助川さん(作家)
 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、社会参加を目指す若者とその家族
 定150人(申込順)
 申3月11日までに、直接か電話で同ステーション(☎042-703-3861)へ

研修講演会「大島・向原・小倉・葉山島地域のこれからのを考える」

地域の観光振興について
 時3月15日(水)午後2時～4時
 会もみじホール城山
 対観光振興による地域活性化に関心がある人=100人程度(申込順)
 講大下 茂さん(帝京大学経済学部教授) 大貫英明さん(東京農業大学非常勤講師)
 申直接か電話、ファクス、はがきに8面上の必要事項を書いて、商業観光課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-754-1064 ☎042-769-8236)へ

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、国語と算数の勉強をサポート
 時①3月27日(月)～29日(水)
 ②3月30日(木)・31日(金)・4月3日(月)
 午前9時30分～11時30分

会場	定員(申込順)	電話番号
シルバー人材センター緑事務所	6人	042-783-1313
同センター中央事務所	各8人	042-754-1177
同センター南事務所		042-745-2158

対小学校3～6年生 費各3,000円
 申3月①21日②23日までに、電話で各会場へ

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18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17日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と性別を書いて、同公園(☎042-758-0886 ☎042-758-0586)へ

卓文化

土曜コンサート「歌謡曲／ZUTTO FOREVER」

時3月18日(土)午後3時30分～5時
 会サン・エールさがみはら
 定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ
 問同所(☎042-775-5665)

女子美術大学 大学院修了制作作品展

時3月11日(土)～18日(土)午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
 会女子美アートミュージアム(南区麻溝台)
 問同所(☎042-778-6801)

初心者民謡講座〈全10回〉

藤本秀京華さんによる講座
 時4月11日～8月8日の毎週火曜日(4月18日、5月2日・16日、6月6日・20日、7月11日・18日、8月1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3月31日までに、電話で市民謡協会の藤本さん(☎090-7019-3181)へ

街かどコンサート

フルートの演奏。出演は那須末里香さん、小川真由子さん、高嶋光江さん
 時3月10日(金)午後0時20分～0時50分
 会伊勢丹相模原店2階ギャラリースクエア(南区相模大野)
 ※希望者は直接会場へ
 問文化振興課

スポーツ

キッズ運動教室

教室名	会場
走り方	①小山公園スポーツ広場
	②横山公園野球場
ヘキサスロン	③小山公園スポーツ広場

時3月①18日(土)午前10時30分～正午②25日(土)午前8時30分～10時③26日(日)午前10時30分～正午(雨天中止)
 対小学生=各40人(申込順)
 費①②各1,000円③500円
 申開催日前日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と学年、性別を書いて、①③小山公園(☎042-700-0801 ☎042-700-0802) ②横山公園(☎042-758-0886 ☎042-758-0586)へ

幼児スケート教室〈全4回〉

時4月1日～22日の毎週土曜日
 午前9時～10時30分
 会銀河アリーナ
 対4歳以上の未就学児=25人(抽選)
 費3,000円 ※貸靴代別途1回210円
 申3月15日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項を書いて、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311)へ

3月1日～7日は春の火災予防運動
 消しましょう その火その時 その場所で 問予防課

イチオシ！芸術イベント

フォトシティさがみはら2016 アマチュアの部受賞作品展

日にち	時間	会場
3月 3日(金)～30日(木)	午前9時～午後3時 (土・日曜日、祝日等を除く)	JA相模原市 さがみ夢大通り支店 (中央区相模原)
3月13日(月)～19日(日)	午前8時30分～午後7時 (13日は午後1時から、 19日は午後5時まで)	もみじホール城山
3月17日(金)～30日(木)	午前9時～午後9時 (火曜日を除く。 30日は午後3時まで)	県立藤野芸術の家

問フォトシティさがみはら実行委員会事務局(文化振興課内)
 ☎042-769-8202

イチオシ！省エネ活動

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時は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)
 特別番組「3.11を忘れない 光で創る絆ラジオ」
 時3月11日(土)午後6時～8時30分
 問環境政策課 ☎042-769-8240

関連イベント JAXAによる講演会と星空観望会 希望者は直接会場へ

時3月11日(土)
 ①講演会「星空を見上げて、地球のことを考えよう」午後6時～7時
 会まちだターミナルプラザ(町田市原町田)
 ②星空観望会 午後7時～8時(雨天中止)
 会まちだターミナルパーキング屋上(町田市原町田)
 対市内か町田市在住・在勤・在学の小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
 問町田市環境・自然共生課 ☎042-724-4391

相模原ギオンスタジアム 施設の教室など
〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

4月1日(土)から 相模原ギオンスタジアム・相模原ギオンフィールドの利用料金が変わります

施設名	専用利用(1時間)	一般利用
相模原ギオンスタジアム	5,200円	各1回260円
相模原ギオンフィールド	4,550円	(中学生以下、65歳以上は130円)

教室名	日にち	時間	対象	定員
①キッズバレエ	3月27日(月)	午前10時30分～午後0時30分	年長～小学校3年生	20人(申込順)
②JAXA春休み宇宙科学～月と春の星空観察～	3月31日(金)	午後6時10分～7時40分	小学生以上(小学校1・2年生は保護者同伴)	30人(申込順)
③アスレティクスアカデミー～かけっこ必勝法～	4月9日(日)	午前10時～11時30分	小学校新1～3年生 小学校新4～6年生	各75人(申込順)
④ソフトエアロ&ストレッチ(全10回)	4月7日～6月23日の毎週金曜日(5月5日、6月2日を除く) 4月10日～6月19日の毎週月曜日(5月1日を除く)	午後2時～3時30分 午前10時30分～正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人(抽選)
⑤リラククスヨガ(初級)(全12回)	4月12日～7月5日の毎週水曜日(5月3日を除く) 4月13日～7月6日の毎週木曜日(5月4日を除く)	⑤午前9時30分～10時30分 午後0時30分～1時30分	18歳以上(高校生を除く)	各25人(申込順)
⑥リフレッシュヨガ(中級)(全12回)	4月7日～7月7日の毎週金曜日(5月5日、6月2日を除く)	⑥午前11時～正午		

費①500円②300円③1,000円④各5,000円⑤⑥各8,400円
☎電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と③は学年、④は希望日、⑤⑥は希望日時を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

市民健康文化センター 施設の教室
〒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⑧7,500円 ※プール利用料が別途必要			
①年少・年中幼児水泳	4月18日～6月27日の毎週火曜日(5月2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		午前11時～正午	18歳以上
⑤年長幼児水泳	4月19日～6月28日の毎週水曜日(5月3日を除く)	午後3時30分～4時15分	5・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		午前11時～正午	18歳以上
⑨レベルアップ水泳	4月20日～6月29日の毎週木曜日(5月4日を除く)	午後0時15分～1時15分	50m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		午前11時～正午	18歳以上
⑭中級水泳	4月21日～6月30日の毎週金曜日(5月5日を除く)	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・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22日～7月1日の毎週土曜日(4月29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

教室名	日にち	時間	対象
スポーツ教室(全10回) 費⑲～⑳各5,500円㉑7,500円			
⑲いきいき健康	4月18日～6月27日の毎週火曜日(5月2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	18歳以上
㉑アロマストレッチ		午前9時30分～10時30分	
㉒親子ふれあいヨガ	4月19日～6月28日の毎週水曜日(5月3日を除く)	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21日～6月30日の毎週金曜日(5月5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①～⑰各50人⑱⑳各20組㉑㉒各40人(抽選)
申3月25日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項と性別、教室番号・曜日(複数可)を書いて、同センターへ

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

3月20日(祝) 無料開放 プール 午前9時～午後9時20分
トレーニング室 午前9時～午後9時30分
※希望者は直接会場へ ※入場は午後9時まで

教室名(全12回)	日にち	時間	費用
①春季幼児体育	4月14日～7月14日の毎週金曜日(5月5日、6月16日を除く)	午後4時～4時50分	各6,000円
②春季小学生体育		午後5時～5時50分	
③春季幼児体育	4月15日～7月15日の毎週土曜日(5月6日、6月17日を除く)	午前10時～10時50分	
④春季小学生体育		午前11時～11時50分	
⑤春季幼児体育	4月16日～7月16日の毎週日曜日(5月7日、6月18日を除く)	午前10時～10時50分	
⑥春季小学生体育		午前11時～11時50分	

対①③⑤新年中・年長②④⑥小学生 定①③⑤各12人②④⑥各15人(抽選)
申3月29日(必着)までに、往復はがき(1教室1枚)に11面上の必要事項と教室番号を書いて、同プールへ

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	定員(抽選)
①スタイルアップヨガ(全10回)	4月4日～6月6日の毎週火曜日	午前9時30分～10時30分	各30人
②リズム体操ストレッチ(全10回)		午前10時45分～11時45分	
③ピラティス&ボディケアストレッチ(全10回)	4月5日～6月14日の毎週水曜日(5月3日を除く)	午前10時30分～11時45分	
④かんたんフラダンス(全10回)		午後1時～2時	
⑤やさしいヨガ(全10回)	4月6日～6月15日の毎週木曜日(5月4日を除く)	午前9時30分～10時30分	
⑥ノルディックウォーキング(全8回)	4月6日～6月1日の毎週木曜日(5月4日を除く)	午前10時30分～正午	
⑦カラダ調整エクササイズ(全10回)	4月6日～6月15日の毎週木曜日(5月4日を除く)	午後1時～2時	
⑧初・中級バドミントン(全10回)	4月7日～6月16日の毎週金曜日(5月5日を除く)	午前10時～11時30分	60人
⑨エンジョイエアロビクス(全10回)	4月12日～6月21日の毎週水曜日(5月3日を除く)	午前10時～11時	30人

対15歳以上(中学生を除く)
費①②④⑤⑦⑨各5,500円③⑥⑧各4,500円
※⑥はポールレンタル料別途1回200円が必要
申3月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ

LCA国際小学校 北の丘センター 施設の教室
(さがみはら北の丘センター)
〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

教室名	日にち	時間	対象	定員
①大人のための水泳教室(初心者)(全11回)	4月5日～7月12日の毎週水曜日(5月3日・17日・24日・31日を除く)	午前9時20分～10時20分	16歳以上の初心者(高校生を除く)	10人(抽選)
②大人のための水泳教室(中級)(全11回)		午前11時20分～午後0時20分	16歳以上の中級者(高校生を除く)	20人(抽選)
③プールだいすき! ②(全11回)		午後4時20分～5時20分	3歳～小学校新2年生の初心者	各25人(抽選)
④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	
⑤大人のための水泳教室(初級)(全12回)	4月6日～7月13日の毎週木曜日(5月4日・18日・25日を除く)	午前11時20分～午後0時20分	16歳以上(高校生を除く)	20人(抽選)
⑥プールだいすき! ③(全12回)	4月7日～7月14日の毎週金曜日(5月5日・19日・26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25人(抽選)
⑦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	
⑧大人のための水泳教室(上級)(全12回)	4月10日～7月10日の毎週月曜日(5月22日・29日を除く)	午前11時20分～午後0時20分	4種目の泳力向上を目指す16歳以上(高校生を除く)	20人(抽選)
⑨プールだいすき! ①(全12回)		午後4時20分～5時20分	5歳～小学校新3年生の初心者	25人(抽選)
⑩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	各15人(抽選)
⑪チャレンジスイム(中級)(全12回)			25m以上泳げる小・中学生	
⑫アクアストレッチ(全12回)		午後7時～7時45分	16歳以上	20人(抽選)

費①～④各9,350円⑤～⑪各1万200円⑫9,000円
申3月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に11面上の必要事項と性別を書いて、同センターへ



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



施設の催し

※会場・問い合わせは原則各施設です

ユニコムプラザさがみはら
〒252-0303 南区相模大野3-3-2-301
☎042-701-4370

オーサズカフェ
「3.11大震災から6年、いま被災地の子どもと学校は」
時3月11日(土)午後2時~3時
※希望者は直接会場へ

さがみはら市民活動サポートセンター
〒252-0236 中央区富士見6-6-23
☎FAX 042-755-5790

NPO法人の会計講座 STEP4
「決算書を作ろう!」
活動計算書、貸借対照表、財産目録の作り方について。税理士による個別相談と訪問サポートあり
時3月23日(木)午後2時~4時
対NPO法人か法人化を検討している団体
定20人(申込順) 費500円(資料代)
申3月22日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と団体名、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)を書いて、同センター(✉sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

環境情報センター
〒252-0236 中央区富士見1-3-41
☎042-769-9248

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を使った生ごみ堆肥化について
時3月13日(月)午後1時30分~2時30分
※希望者は直接会場へ
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(水)午前9時30分~11時30分
(雨天中止)
※希望者は、飲み物、帽子、ルーペなど観察に必要な道具(貸し出しあり)を持って直接会場へ
おもちゃもったいないセンター&おもちゃの病院
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26日(日)午前10時~午後3時
※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ



ソレイユさがみ
〒252-0143 緑区橋本6-2-1
☎042-775-1775

手作り作家 総勢60人大集合!
ソレイユゆめひろば プチマルシェ
女性作家によるアクセサリーなどの手作り品の販売や体験ワークショップ
時3月19日(日)午前10時~午後3時

さがみはら国際交流ラウンジ
〒252-0233 中央区鹿沼台1-9-15
☎FAX 042-750-4150

カナダ人国際交流員と聖パトリックデイを楽しもう!
カナダの文化や歴史の紹介と、カナダ料理「パテ・シノフ」作り
時3月12日(日)午前11時~午後1時
会大野北公民館
対市内在住か在勤・在学の高校生以上
定20人(申込順)
費500円
申3月8日までに、電話で同ラウンジへ
お茶会~外国人との交流の広場~
ベネズエラ人による母国のお話と交流会
時3月19日(日)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

けやき体育館
〒252-0236 中央区富士見6-6-23
☎042-753-9030

ピエロがやってくる!
ピエロの「じっさい」さんによるパフォーマンス
時3月28日(火)午後2時~3時30分
対市内在住か在勤・在学で障害のある人(小学生以下は要付き添い)=50人(申込順)
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)
申3月21日までに、直接か電話、ファクスに11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(FAX 042-769-1200)へ

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4日(土)・27(日)
同センター(☎042-755-5790)
環境情報センター
時3月5日(日)・16日(木)・20日(祝)
・30日(木)・31日(金)
同センター(☎042-769-9248)
市民健康文化センター
時3月13日(月)
同センター(☎042-747-3776)
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)
時3月14日(火)・15日(水)
同センター(☎042-773-5570)

市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 FAX042-751-5545 ✉taikyo@jade.dti.ne.jp
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

フォーク・レクダンス交流パーティー
時3月18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員は無料)
※希望者は室内履きを持って直接会場へ

グラウンド・ゴルフ交流大会
時3月25日(土)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

平成29年度ねりんピック秋田大会選手選考会(ラージボール卓球)
時3月25日(土)午前9時
会総合体育館
対市内在住で、平成30年4月1日時点で60歳以上
費800円
申3月18日(必着)までに、はがきに11面上の必要事項と生年月日、性別、種別を書いて、同協会へ
※種別など詳しくは、市体育協会にある募集要項か、市卓球協会ホームページをご覧ください。

春休みジュニアボウリング教室(全3回)
時3月28日(火)~30日(木)午前10時~正午

会場	電話番号
相模原パークレーンズ(中央区相模原)	042-755-1110
相模ファーストレーン(中央区相模原)	042-755-1088

対市内在住か在学の小・中学生
定各20人(申込順)
費各1,500円
申3月20日までに、直接か電話で各会場へ
※町田ボウリングセンター(☎042-742-3692)でも申し込みます。

水泳教室①初級・中級②成人(全10回)

日時	定員
4月4日~6月6日の毎週火曜日 午前10時~11時30分	70人(抽選)
① 4月5日~6月14日の毎週水曜日 (5月3日を除く) 午後7時~8時30分	50人(抽選)
② 4月4日~6月6日の毎週火曜日 午前9時~9時50分	30人(抽選)

会さがみはらグリーンプール
対市内在住か在勤の18歳以上
※②はクロールと背泳ぎができる人
費①各6,000円②5,000円
申3月10日(消印有効)までに、往復はがきに11面上の必要事項と生年月日、性別、①は希望日時を書いて、同協会へ

市民少林寺拳法選手権大会

時4月16日(日)午前9時
会総合体育館
対市内在住か在勤・在学の人
申3月17日までに、電話で同協会へ
※種別など詳しくは、同協会にある開催要項か、同協会ホームページをご覧ください。

市民登山教室(初級)~富士展望の山旅~「石割山」から山中湖へ

時4月15日(土)
集合 午前6時15分に相模原駅北口
対市内在住か在勤の18歳以上で、5時間以上登山可能な人
定45人(抽選)
費6,800円
申3月9日(必着)までに、往復はがき(1枚4人まで)かEメールに11面上の必要事項と性別(全員分(代表者に○))を書いて、往復はがきは市体育協会へ。Eメールは市山岳協会(✉sidosotai@sosankyo.com)へ

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21日~10月1日の原則毎月第1・第3日曜日(8月20日を除く)
午前9時~午後4時10分
会市役所周辺の公共施設
対18歳以上
定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11面上の必要事項を書いて、同協会へ

読者のひろば

(敬称略)

催し 費用の記載がない場合は無料です。

- ふれあいコンサート 曲目は「小さな楽団のための組曲」ほか 3月26日(日)午後2時~4時、大野中公民館 同 上田(☎090-7230-0549)
- 水彩スケッチ「水陽・輝水会展」 4月20日(木)~25日(火)午前10時~午後5時(20日は午前11時から、25日は午後1時まで)、相模原市民ギャラリー 同 大柴(☎080-6610-1924)

- 真向法体操 3月20日(祝)午前10時~正午、新磯ふれあいセンター。希望者はバスタオルやヨガマットなどの敷物・飲料水持参 同 渡辺(☎042-745-3906)
- さがみ人間未来フィルムフェスティバルドキュメンタリー映画などの上映 4月30日(日)午後1時~8時、杜のホールはしもと多目的室。定員200人(先着順)、費用500円(中学生以下無料) 同 能勢(☎042-777-5557)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- カラオケ&ダーツ 毎月第2・第4日曜日午前11時、ディープフォレスト(中央区

- 淵野辺)。中高年歓迎 同 中田(☎080-1187-8708)
- フラダンス 月3回金曜日午後1時、橋本公民館ほか。見学・体験可 同 秋山(☎090-5317-6702)
- 女声合唱 毎週火曜日午前10時、青少年学習センター。見学可 同 根本(☎042-754-1489)
- フラワーアレンジメント 月1・2回木曜日午前10時30分、サン・エールさがみはら。初心者歓迎 同 上田(☎090-6224-0549)
- 書道 毎月第2・第4水曜日午前10時、杜のホールはしもとセミナールーム。初心者歓迎 同 大村(☎042-774-6631)
- 陶芸 毎月第2・第3・第4土曜日午前9

時、あじさい会館。対象は50~60代。初心者歓迎、見学・体験可 同 野宮(☎090-5190-3768)

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 FAX042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。
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。

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
FAX 042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。



春のさがみはらに出掛けよう!



第44回市民桜まつり

時 4月1日(土)午後1時~5時、4月2日(日)午前10時~午後5時
 会 市役所さくら通りほか
 ※来場者用の駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
 ※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

当日のごみ分別ボランティアを募集します。詳しくは、さがみコミュニティ実行委員会の中村さん(☎090-4926-7113)へお問い合わせください。

☎市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

灯りの街 春の相模湖「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、温かく幻想的に照らします。
 時 3月25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)

同時開催 伝統楽器の演奏

和太鼓 時 午後5時30分~6時
 琴 時 午後6時30分~7時
 二胡 時 午後7時15分~7時45分

☎相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3212

入賞作品を展示

さがみはら観光写真コンテスト

最優秀賞1点、特選3点、準特選5点、入選15点

会場	日にち	時間
緑区合同庁舎	3月7日(火)まで	午前8時30分 ~午後5時
南区合同庁舎	3月9日(木)~15日(水)	
市役所本館	3月17日(金)~24日(金)	

☎市観光協会 ☎042-771-3767



▲最優秀賞「サマーわぁ!ニバル」

市民桜まつり絵画コンテスト

桜まつり大賞2点、桜まつり賞20点

会場	日にち	時間
緑区合同庁舎	3月7日(火)まで	午前8時30分~午後5時
市役所本館	3月9日(木)~15日(水)	
南区合同庁舎	3月17日(金)~24日(金)	
産業会館2階	4月1日(土)	午後1時~5時
	4月2日(日)	午前10時~午後4時

☎市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

相模湖の歴史と早春の景色をめぐるウォーキング

歴史ある与瀬神社、弁天島、小原宿本陣などを巡り、県立相模湖公園で遊覧船に乗ります。

時 3月25日(土)午前9時40分~午後3時30分(小雨決行)

集合場所 相模湖駅改札口

対 中学生以上=30人(申込順) 費 500円

申 3月17日(必着)までに、はがきかファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「相模湖ウォーキング」と書いて、相模湖まちづくりセンター(〒252-5162 緑区与瀬896 ☎042-684-3618 ☎042-684-3212)へ



川尻財産区 本沢梅園一般開放

約1,000本の木に咲く梅の花で白一色に染まる、壮麗な景色が楽しめます。

時 3月4日(土)~20日(祝)

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、徒歩約30分



☎市コールセンター ☎042-770-7777

鯉のぼりを泳がせよう! 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い、約1,200匹の鯉のぼりを泳がせます。使わ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。

申 3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、田名まちづくりセンター(〒252-0244 中央区田名4834)へ

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。



☎市コールセンター ☎042-770-7777

福島に行ってみて 味わってみませんか?

☎福島県広報課 ☎024-521-7014

九都県市首脳会議について ☎広域行政課 ☎042-769-8248

東日本大震災の発生から6年。本市をはじめとする九都県市(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、福島県の復興・創生を応援しています。

福島県の日本酒

豊かな福島の自然の恵みから生まれた日本酒。各蔵元が切磋琢磨しながら造り上げた自慢の日本酒です。



花見山(福島市)

春になると、ピンク、黄色など色とりどりの花が一斉に咲き誇ります。日本を代表する写真家、故・秋山庄太郎氏が「福島に桃源郷あり」と賞賛。

相馬野馬追(南相馬市・相馬市)

毎年7月に開催される、戦国時代をほうふつとさせるお祭り。約500の騎馬武者による武者行列や、背に旗指物を着けての甲ちゅう競馬は圧巻です。



鶴ヶ城(会津若松市)

四季折々の景観が楽しめる名所。特に全国でも珍しい赤瓦の天守閣を背景に咲く桜は必見です。



みんな元気! さがみはら 笑顔で楽しく健康づくり

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.1356

平成29年(2017年)

3/1

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

ママの心のケアルーム「ママの休み時間」

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」など感じているお母さん同士が語り合い、気持ちを楽にする場

時 3月8日(水) 午前10時～11時30分
会 ㊦
対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
申 ⑥

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10日(月)	午後1時～2時15分	㊦	⑮
4月19日(水)	午後2時45分～4時	㊩	
4月21日(金)	～4時	㊧	

対 平成28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)

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

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

日にち	会場ほか
3月16日(木)	㊨、大野北㊩、上鶴間㊩、麻溝㊩
3月21日(火)	二本松㊩、陽光台㊩

㊩ こどもセンター
㊫ 栄養士による栄養相談もあり

子育て家庭による地域子育て相互支援育成事業「いっしょに子育て！」

①「つくってあそぼう! パネルシアター」
②子育て講座「食べることが気になる子の食事のヒント」

時 3月11日(土) ① 午前10時～11時30分 ② 午後0時30分～2時30分
会 和泉短期大学(中央区青葉)
対 ① 未就学児とその保護者=30組(先着順)
② 子育て中の保護者(子ども同伴可)=50人(先着順)
※希望者は直接会場へ
※詳しくは同大学ホームページをご覧ください。
間 和泉短期大学 ☎042-754-1133

中途失聴・難聴者のための催し・教室

内容	日時	会場	対象
① コミュニケーション交流会	3月18日(土) 午後1時～3時	ソレイユさがみ	A 中途失聴・難聴者 B Aの家族・友人
② 手話教室(全12回) 日常生活に必要な手話の学習	4月8日(土)、5月～平成30年3月の毎月第1土曜日 午前10時～正午	あじさい会館 ※12月2日のみ 市民会館	中途失聴・難聴者
③ ふれあい教室(全10回) 簡単な手話や読話の学習と交流	4月～30年2月の毎月第3土曜日(8・11月を除く)、8月26日(土) 午後1時～3時	あじさい会館	

定 各30人(申込順)
申 電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、ファクス番号、① Aは障害の程度、BはAとの関係 ② 手話経験の有無、希望する催し名を書いて、市難聴者協会・土の会の佐藤さん(☎042-769-5987)へ
※要約筆記あり

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)	㊧	⑦⑧⑨	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談可) ※㊦㊨㊩㊪は来庁相談のみ
	月・木曜日		㊨		
	火曜日		㊩		
	水曜日		㊪		
	金曜日		㊫		
精神保健相談(精神科医)	3月8日(水)	午後1時～2時	㊦	⑦	こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がいない人 定 各2・3人(申込順。調整あり) 申 ㊦ 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ㊨ 津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 ㊩ 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㊪ 緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811
	3月28日(火)		㊨		
	3月13日(月)		㊩		
	3月14日(火)		㊪		
	3月17日(金)		㊫		
大人の食生活相談(管理栄養士)	4月12日(水)	午後1時～3時30分	㊩	⑨	生活習慣病予防などに関する栄養・食事相談 持ち物 健康手帳(持っている人)
	4月26日(水)		㊧		
HIV(エイズ)等の検査・相談	火曜日(3月28日を除く)	午前9時～11時15分	㊦	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	㊨		
	3月25日(土)		㊩		
思春期・ひきこもり特定相談(精神科医)	3月16日(木)	午後1時30分～3時30分	㊮	⑭	対 思春期相談 13歳～17歳の精神的な問題を抱える人とその家族 対 ひきこもり相談 おおむね40歳ぐらいまでの引きこもりの状態にある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり)
みんなのアルコール相談	3月21日(火)	午前10時～正午	㊮	⑭	専門医などが、お酒の量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談に応じます。 対 アルコールに関する問題がある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり)
アルコール・薬物家族教室	3月27日(月)	午後2時～4時	㊦	⑭	アルコール・薬物問題を理解し、その対応について学びます。 対 市内在住か通勤でアルコールや薬物問題がある人の家族 定 10組(申込順)
くすりの相談	3月16日(木)	午後1時30分～3時			※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 間 市薬剤師会 ☎042-756-1502
家族のための分かち合い・コミュニケーション教室「ガーベラ」	3月15日(水)	午後2時～4時	㊦	⑭	家族間コミュニケーションをテーマに家族問題についての理解を深め、対応を学びます。 対 引きこもりの状態にある人・アルコールや薬物問題がある人の家族 定 20組(申込順)

不安・強迫性障害相談(全6回)

過剰な不安や強迫的な心配と上手に向き合う方法について学び、練習します。
時 4月14日・28日、5月12日・26日、6月9日・23日の金曜日 午前9時30分～11時30分
会 けやき会館
対 市内在住か通勤・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=2人(申込順)
費 1回2,000円 申 ⑭

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、毎年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を提示し、免除申請書を記入することで無料になります。
- ☑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16日(日)	南保健福祉センター	時 午前のみ
4月30日(日)	緑区合同庁舎	☑市国民健康保険加入の40歳～74歳※
5月7日(日)	南保健福祉センター	☑1,000円
5月14日(日)	大野小学校	☑健診日の14日前までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ
5月28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28年4月2日～29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15日(土)	ウェルネスさがみはら★	5月13日(土)	桂北小学校
4月16日(日)	南保健福祉センター★	5月14日(日)	大野小学校
4月22日(土)	緑台小学校	5月16日(火)	銀河アリーナ
4月23日(日)	城山保健福祉センター	5月19日(金)	ウェルネスさがみはら★
4月26日(水)	北総合体育館	5月20日(土)	藤野中央公民館
4月27日(木)	ウェルネスさがみはら★	5月21日(日)	緑区合同庁舎★
4月29日(祝)	南保健福祉センター★	5月23日(火)	北総合体育館
4月30日(日)	緑区合同庁舎★	5月27日(土)	南保健福祉センター★
5月7日(日)	南保健福祉センター★	5月28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

※但し、4月15日(土)・16日(日)実施分については4月4日(火)締め切り

☑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

☑○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〉**

専属トレーナーの指導の下、各種の体操や機器を用いたトレーニングなどを行います。

①	②	③	④	⑤	⑥
4月4日～5月16日の毎週火・金曜日(5月5日を除く)	4月4日～5月11日の毎週火・木曜日	4月5日～6月28日の毎週水曜日(5月3日を除く)	4月5日～6月28日の毎週水曜日(5月3日を除く)	4月6日～6月29日の毎週木曜日(5月4日を除く)	4月7日～6月30日の毎週金曜日(5月5日を除く)
午後1時～2時30分	午後3時30分～5時	午後3時30分～5時	午後1時～2時30分	午前10時30分～11時50分	午後3時30分～5時
ワールドウィング町田 アネックス相模原(中央区清新)	ほのぼのサービスセンター(緑区中野)	スポーツクラブネサンス 相模大野(南区相模大野)	コナミスポーツクラブ 相模大野(南区南台)	NSP上溝スイミングスクール&クラブ(中央区上溝)	スポーツクラブネサンス 淵野辺(中央区鹿沼台)
042-700-2156 午前11時～午後1時、午後4時～7時(水曜日を除く)	042-780-7977 午前8時30分～午後5時(日曜日、祝日等を除く)	042-702-0303 午前10時～午後11時30分(金曜日を除く) ※土・日曜日、祝日等は午後8時まで	042-748-6611 午前10時30分～午後5時(金曜日を除く)	042-763-3140 午前10時～午後7時(日曜日を除く)	042-753-5461 午前9時30分～午後9時(月曜日を除く) ※日曜日、祝日等は午後7時まで

☑運動に支障がない市内在住の65歳以上=①～⑤各10人⑥8人(抽選) 費①4,000円②～⑥各6,000円

☑①3月2日～20日、3月②18日③～⑤20日⑥19日までに、電話で各会場へ

高齢者筋力向上トレーニング南会場 **〈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。

☑5月11日～8月3日の毎週月・木曜日(7月17日を除く)午前10時～正午

☑未定(相模大野周辺地域を予定)

☑市内在住65歳以上で、病気・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接によって改善に向けた支援が必要と判断された人

☑10人(選考)

☑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市コールセンター(☎042-770-7777))へ

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
3月3日(金)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
3月9日(木)	午後2時30分～4時	
3月14日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	橋本駅ペDESTリアンデッキ下
3月12日(日)	午後1時30分～4時	

☑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)

まずはかかりつけ医・歯科医へ。休診の場合は下記の問い合わせ先へ。

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。

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

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。

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。

