

さがみはら

広報

NO.1376
毎月
1日・15日発行
1/1
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 市・県民税、所得税確定申告の準備はお早めに…………… 2
- 新春 さがみはらすごろく…………… 4・5
- さがみはらグリーンプール 開館20周年イベント…………… 8
- ウェルネス通信(子育て・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 722,287人(53減)
男 361,567人 女 360,720人
世帯 319,279世帯(132増)
平成29年12月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

ブラジル国内のスポーツ大会への出場結果を市長に報告

市では、2020年東京オリンピック競技大会でのブラジル選手団の事前キャンプ受け入れをきっかけとした交流事業を開始し、ブラジルで昨年11月に開催されたスポーツ大会「ブラリアン・ユース・スクール・ゲームズ」の水泳の部に、安藤 楓選手(中央区在住・高校2年生)、高坂彩由実選手(南区在住・高校1年生)を本市代表として派遣しました。12月14日に、両選手の報告を受けた加山市長は、「2人の活躍により、これからのブラジルとの交流に弾みがついた」と称賛しました。

固スポーツ課 ☎042-769-9245



大会に出場した安藤選手(左)と高坂選手(右)



輝かしい未来へ向けて、 夢と希望が広がるまちをめざして

年頭のごあいさつ

相模原市長 加山俊夫



市民の皆さまにおかれましては、希望に満ちた、輝かしい新年をお迎えのことと存じます。

昨年、青山学院大学陸上競技部が東京箱根間往復大学駅伝競走で3連覇を達成するという快挙に始まり、2020年東京オリンピック競技大会の事前キャンプについて、ブラジルオリンピック委員会と覚書を締結するなど、本市が大いに活気づく出来事が続きました。

銀河連邦建国30周年を記念して本市で開催した「こどもワールドサミット」では、国内外から参加した子どもたちが「夢と希望に満ちた宇宙と地球」について語り合い、次世代へつなぐ未来の大切さをメッセージとして発信してくれました。その姿に頼もしさを覚えると同時に、子どもたちの未来をしっかりと守っていくという決意を新たにいたしました。

市政におきましては、在日米陸軍相模総合補給廠の一部返還地において南北道路が開通し、相模原駅周辺の新市街地と広域交流拠点の形成に向け、第一歩を踏み出すことができました。また、共に支え合う地域社会の実現に向け、福祉、

人権などの施策を進めたほか、新たにこども・若者未来局を設置し、各区の子育て支援センターを拠点として切れ目のない子育て支援施策の充実を図るとともに、「相模原市子ども・若者未来基金」を立ち上げ、給付型奨学金制度を創設いたしました。さらに、防災力の向上、医療体制の充実、教育環境の整備、産業の集積、就労支援などの施策にも積極的に取り組んでまいりました。

これから本格的な人口減少社会を迎える中におきましては、本市の魅力をもっと向上させ、人や企業に選ばれる都市として、圏域全体の発展をけん引できるように持続的に都市力を高めていくことが重要であると考えております。

引き続き、「相模原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」に掲げた少子化対策、雇用促進、中山間地域対策の3つの重点プロジェクトをはじめ、子育て・教育環境の充実など、各分野の施策を進めてまいります。

輝かしい未来へ向けて、子どもたちが健やかにたくましく成長していけるよう、明るく活力にあふれ、夢と希望が広がるまちを目指して、邁進する所存でございます。

結びになりますが、市政に対する皆さまの変わらぬご協力をお願い申し上げますとともに、本年が皆さまにとりまして、実り多く、素晴らしい一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。



テレビ広報
新春特別番組

「市長と語る ～2018年のさがみはら～」を放送します。ぜひご覧ください。
放送局 テレビ神奈川(tvk) 放送日時 1月1日(祝)午前11時～11時15分

※1月上旬から、市ホームページの動画サイト「相模原チャンネル」からもご覧いただけます。



市・県民税、所得税確定申告の準備はお早めに

2月16日から各種申告が始まります。次の控除の条件に当てはまる人は、申告すると納める税金が少なくなります。

医療費控除

診察料や薬代以外にも対象となる場合があります

●介護サービス利用料は、次の区分により医療費控除の対象になります。
(○=対象 △=2分の1対象 ×=対象外)

対象になるサービス		1割(2割)負担額	居住(滞在)費	食費
居宅※①	医療系 訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用する場合)、複合型サービス(医療系サービスを含む組み合わせにより提供されるもの(生活援助中心型の訪問介護の部分を除く))	○	/	/
	通所リハビリテーション	○	/	○
	短期入所療養介護	○	○	○
	福祉系※② 訪問介護(生活援助中心型を除く)、訪問入浴介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合と連携型事業所の場合)、複合型サービス(医療系サービスを含まない組み合わせにより提供されるもの(生活援助中心型の訪問介護の部分を除く))、総合事業の訪問型サービス※③	○	/	/
施設	通所介護、認知症対応型通所介護、地域密着型通所介護、総合事業の通所型サービス※③	○	/	×
	短期入所生活介護、小規模多機能型居宅介護	○	×	×
	介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、地域密着型介護老人福祉施設	△	△	△
介護老人保健施設、介護療養型医療施設	○	○	○	

※①要支援1・2の人が利用する介護予防サービスを含む
※②ケアプランに基づき、医療系サービスと併せて利用する場合のみ対象
※③介護予防訪問介護か介護予防通所介護に相当するサービス(現行相当)に限る

●次のサービスで介護福祉士らにより喀痰吸引などが行われる場合、医療費控除の対象になります。

○医療系サービスと併用せずに利用する福祉系サービス○訪問介護(生活援助中心型)○認知症対応型共同生活介護(介護予防含む)○特定施設入居者生活介護(介護予防含む)○地域密着型特定施設入居者生活介護

医療費控除の対象 1割(2割)負担額の10分の1

☎介護保険課 総務・保険料班 ☎042-769-8321

●要介護認定者などのおむつ代が医療費控除の対象になる場合があります。

○おむつ代の医療費控除を初めて申告する人は、医療機関が発行する「おむつ使用証明書」で申告してください。
○2年目以降の人は、条件を満たすと、市が交付する「おむつ代の医療費控除に係る確認書※」でも申告できます。
※確認書の交付申請の前に、条件を満たすかを電話などで確認してください。

☎介護保険課 認定班 ☎042-769-8342

平成30年度の市・県民税申告書を2月1日に発送します

☎29年度市・県民税の申告書を提出した人
※昨年度の申告状況などを基に送付します。申告書が届かなくても申告する必要がある場合は、市ホームページからダウンロードするか、本紙2月1日号に掲載する方法で入手・申告してください。
※今年度から、申告書(市ホームページにも掲載)の様式が新しくなりました。
※医療費控除を受けるためには、「医療費控除の明細書」を作成・添付してください。

☎市民税課 042-769-8221

障害者控除

対象の人は認定書の申請をしてください

65歳以上の要介護認定者や扶養親族などは、要介護認定者本人の身体などの状況により、障害者控除の対象になる場合があります。同控除を受けるためには、障害者控除対象者認定書※が必要ですので、申請してください。

※障害者手帳などを持っていない65歳以上で、市町村長などが「知的障害者か身体障害者に準ずる」と認定した人に交付するもの。障害者控除を受けるために使用するもので、障害者向けのサービスが受けられるものではありません。

☎市内在住で次の全てに該当する人

- 認定を受けたい年の12月31日時点で、65歳以上
- 身体の障害や寝たきり、認知症により日常生活に支障がある(基準あり)
- 身体障害者手帳、療育手帳(判定を受けた人を含む)、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳の交付を受けていない
- 原子爆弾被爆者の認定を受けていない
- 本人かその扶養者が所得控除を受けられる

※障害者・特別障害者控除の対象区分などについては、お問い合わせください。
☎各高齢者相談課・保健福祉課にある申請書(市ホームページにも掲載)を、管轄する窓口へ

窓口・問い合わせ	電話番号
緑高齢者相談課	☎042-775-8812
中央高齢者相談課	☎042-769-8349
南高齢者相談課	☎042-701-7704
城山保健福祉課	☎042-783-8136
津久井保健福祉課	☎042-780-1408
相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
藤野保健福祉課	☎042-687-5511

社会保険料控除

納付済額をお知らせします

後期高齢者医療制度 介護保険 国民健康保険

平成29年中に納付した保険料(税)額をお知らせする通知を各担当課から発送します。通知する金額は、市・県民税、所得税確定申告の際に、29年中の所得の社会保険料控除として申告できます。

※発送予定日から数日経過しても通知が届かない場合は、各担当課へお問い合わせください。

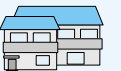
後期高齢者医療制度	介護保険	国民健康保険
1月22日	1月23日	1月26日
地域医療課 ☎042-769-8231	介護保険課 ☎042-769-8321	国民健康保険課 ☎042-769-8234

確定申告書(A申告書)説明会

日にち	時間	会場	定員(先着順)
1月24日(水)	午後2時~4時	県高相合同庁舎	100人
1月25日(木)		市民会館第2大会議室	70人
1月26日(金)		サン・エールさがみはら	70人

☎給与・雑(年金など)所得者で、医療費・住宅ローン控除の追加など、申告が必要な人
※希望者は、筆記用具、確定申告書・手引き(郵送された人)を持って、直接会場へ
※個別の申告相談、書類の受け付けは行いません。

☎相模原青色申告会 ☎042-756-4104



申告書の作成や手続きなど詳しくは、本紙2月1日号でお知らせします。

後期高齢者医療制度の案内

☎地域医療課 ☎042-769-8231

75歳の誕生日を迎える人へ

現在加入している健康保険は、75歳の誕生日から、後期高齢者医療制度に移ります。「後期高齢者医療被保険者証」は、誕生月の前月(誕生日が1日の場合は前々月)下旬に送付します。また、口座振替の案内などを後日送付します。

一定の障害のある65歳~74歳の人へ

現在加入している健康保険を脱退し、後期高齢者医療制度に任意で加入できます。
☎次のいずれかに該当するか、同程度の障害のある人
○身体障害者手帳1~3級か4級の一部(音声・言語・そしゃく機能の障害、下肢障害の1・3・4号のいずれか) ○療育手帳A1かA2 ○精神障害者保健福祉手帳1級か2級
○国民年金、厚生年金などで1級か2級の障害認定を受けている ○労災保険などで1~4級の障害認定を受けている
※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

1月分の納期限は
1月31日(水)

後期高齢者医療保険料を普通徴収で支払っている人は、納期限までに、保険料額決定通知書13ページに記載している指定金融機関などで保険料をお支払いください。

保険料などについて

◆保険料の算定方法

所得額に応じて個人単位で算定されます。

$$\text{保険料} = \text{均等割}(4万3,429円) + \text{所得割}(\text{総所得金額等} - 33万円) \times 8.66\%$$

※世帯の所得額などにより、軽減措置があります。

※現在、社会保険に被扶養者として加入していて、保険料を支払っていない人も保険料がかかるようになります。

◆保険料の納付方法

特別徴収(年金天引き)を開始するまでに時間がかかるため、それまでは普通徴収(納付書か口座振替)となります。

※国民健康保険などで口座振替を利用している場合も、再度申し込みが必要です。
※後期高齢者医療保険料は、コンビニエンスストアでは納付できません。

◆医療費の自己負担割合

世帯の所得額などに応じて、1割か3割です。

市国民健康保険に加入している人へ

平成30年4月に国民健康保険税の特別徴収(公的年金からの差し引き)が行われる人に、30年度の特別徴収仮徴収額通知書を2月中旬に発送します。

対 次の全てに該当する人

- 世帯の国民健康保険加入者全員が65歳～74歳
 - 世帯主が国民健康保険に加入している
 - 特別徴収の対象となる年金受給額が年額18万円以上で、国民健康保険税と介護保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超えない
- ※世帯主が30年度中に75歳になる場合は、特別徴収になりません。
 ※対象となる年金の種類は、介護保険料が特別徴収となる年金です。

特別徴収を希望しない場合

口座振替を申し込むことで、納付方法を変更できます。申し込みの際は、預金通帳、金融機関に登録されている印鑑、国民健康保険証を持参し、国民健康保険課か緑・南区役所区民課、各まちづくりセンター・出張所、口座振替のできる金融機関の窓口で手続きをしてください。既に口座振替となっている世帯は、特別徴収になりません。

※口座振替の申し込み時期によっては、4月の特別徴収が中止にならない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

☎国民健康保険課 ☎042-769-8296

第12代 相模原市観光親善大使募集

観光親善大使になって、本市の魅力をPRしてみませんか。

応募資格 次の全てに該当する人

- 市内在住か在勤・在学中、モデルなどの専属契約がない18歳以上(平成30年4月1日時点)
 - 観光イベントやキャンペーン、各メディア等で観光PRなどの業務ができる(ステージ出演、チラシ配布、雑誌取材、テレビ・ラジオ出演など)
 - 年間15回程度(土・日曜日、祝日等を含む)の活動に参加できる
 - 観光親善大使のTwitterやFacebookで、活動内容などの報告を積極的にできる
- 任期 4月～31年3月 賞金 5万円(他に活動時の報酬あり)

対 3人以内(選考)

※書類審査通過者への面接(2月17日(土)を予定)で、特技のある人は披露してもらいます。

申 1月4日～31日(消印有効)に、市観光協会、sagamix、商業観光課、各まちづくりセンター・公民館(青根・沢井を除く)にある応募用紙(同協会ホームページにも掲載)を直接か郵送、Eメールで、市観光親善大使事業運営委員会(市観光協会内 ☎info@e-sagamihara.com ☎042-771-3767)へ

第11代観光親善大使のコメント



尾身なつきさん

活動を通して、たくさんの人にお会いできたことが何よりも幸せで、素敵な経験をさせていただきました。少しでも相模原市の魅力をお伝えできていたら嬉しいです。



久保田ゆりさん

イベントやSNSなどを通じて大好きな相模原市を紹介し、お会いする皆さんの笑顔を見たときに幸せを感じます。活動を通して成長できることも魅力の1つです。



高橋英礼奈さん

活動を通して、相模原市の魅力を再発見しつつ自分自身も成長する事ができました。この活動で得た経験や出会いは、私にとってかけがえのない一生の宝物になると思います。

4月から津久井老人福祉センターが充実

高齢者の介護予防や居場所づくりのため、新たに個人利用ができる談話室を設けたり、健康器具や健康福祉に関する図書を置いたりするほか、定期的に保健師などによる健康・生活相談などを行います。

時 午前9時～午後4時

対 おおむね60歳以上

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎津久井保健福祉課 ☎042-780-1408

さがみはら新規大学卒業予定者等就職面接会

参加予定企業は20社です。履歴書なしでも面接できます。

時 1月25日(木)午後1時～4時

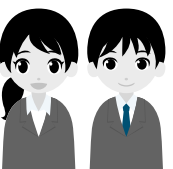
会 麻布大学8号館7階百周年記念ホール(中央区淵野辺)

対 3月に大学院・大学・短大・高専・専修学校などの卒業予定者か、卒業して3年以内の人

※希望者は直接会場へ

※参加企業など、詳しくはハローワーク相模原ホームページをご覧ください。

☎ハローワーク相模原 ☎042-776-8609(部門コード44#)



見直してみませんか?あなたの運転



運転適性検査及び認知・判断力診断講習

加齢に伴う変化を自覚し、交通事故を防止できるよう、検査・講習を行います。

時 1月19日(金)午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

対 市内在住で運転免許があり、平成29年4月1日時点で65歳以上

対 30人(申込順)

申 1月4日～18日に、電話で交通・地域安全課(☎042-769-8229)へ

※運転免許更新の講習ではありません。

契約トラブル などの相談は 消費生活総合センターへ

「友人に紹介すればもうかると言われて高価な商品を勧められた」「利用した覚えのないサイトから請求がきた」などの悪質商法や契約トラブルは、消費生活総合センターへ相談してください。

◎こんな言葉や電話などには要注意!

「無料で診断(体験)できます」「必ずもうかる」「至急連絡してください」

◎トラブルに遭わないために

- ・友達から誘われて断りづらくても、きっぱりと断る
- ・身に覚えのない請求に応じたり、安易に個人情報や教えたりしない
- ・不審なメールや電話は受信・着信拒否設定にする

特別電話相談 若者トラブル188番

時 1月17日(水)～19日(金)午前9時～午後4時

消費者ホットライン「188」

※お近くの消費生活センターにつながります。

消費生活メールマガジン配信

トラブルの事例や対策を紹介します。登録用アドレス(☎sagami_syouthi@e.bme.jp)に空メールを送信すると登録できます。



登録用アドレス

☎消費生活総合センター ☎042-776-2511

旧石器ハテナ館の催し

☎旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

連続講座 ものづくりの考古学(全3回)

勾玉や古鏡作りを通して、古墳時代について学びます。

時 2月3日(土)・10日(土)午後2時～4時、

3月3日(土)午前8時～午後6時★

(★は群馬県立歴史博物館などの見学)

対 中学生以上=20人(抽選)

費 500円(材料費)〈★はバス代6,000円程度と入館料が別途必要〉

申 1月4日～19日に、直接か電話で同館へ



市立博物館に行こう

☎市立博物館 ☎042-750-8030
休館日 月曜日(2月12日を除く)、2月13日(火)

プラネタリウム 新番組「だれかいますか?」 いつかは行ってみたい太陽系外惑星!

時 1月4日(木)～3月4日(日)

※希望者は直接会場へ

費 500円〈4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書)〉

※詳しくは同館ホームページをご覧ください。

プラネタリウムの休映	2月6日(水)・7日(木)は終日休映、 2月11日(祝)は一部休映です。
------------	---

博物館からのお知らせ

博物館のプラネタリウムを貸し切りで利用してみませんか?

利用日の6カ月前から団体利用を受け付けています。展示見学などと組み合わせることで日程を組むこともできます。詳しくはお問い合わせください。

時 火～金曜日の午前10時15分、午後1時(学校の長期休み期間、祝日等を除く)

対 20人以上の団体(4歳以上)

星空観望会(2月)

口径40cmの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 2月3日(土)・24日(土)午後7時～9時

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

申 開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

生きものミニサロン

博物館の周辺で季節ごとの生き物を観察します。

時 毎月第4土曜日 正午～午後0時30分

定 30人(先着順) ※希望者は直接会場へ



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

夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

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
時 1月9日(火)・25日(木)
 午後5時30分～6時30分

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。

宿泊利用 相模川清流の里

3月まで平日に空きあり
申 随時受け付け
4月分の抽選申し込み 1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、1月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ
4月の休館日 16日(月)・17日(火)

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 1月9日・23日、2月6日・20日の火曜日
 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 1月28日(日)、2月25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=各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
問 生活衛生課



募集

外国人懇話会の参加者 「外国人市民の教育環境について」

外国人市民と市の意見交換や情報共有
時 2月11日(祝) 午後1時30分～3時30分
会 プロミティふちのべ(中央区鹿沼台)
対 市内在住か在勤・在学の外国人市民
定 3人(選考)
申 1月11日(必着)までに、さがみはら国際交流ラウンジ、シティセールス・親善交流課にある申込用紙(市ホームページにも掲載)を同課(☎042-707-7045)へ
 ※傍聴希望者は直接会場へ
定 20人(先着順)

ミニアートギャラリー (総合学習センター内) 作品展示希望団体

絵画、版画、書、写真、手芸など
展示期間 4月～平成31年3月(各1週間)
申 1月4日～31日(1月18日を除く)に、総合学習センターにある申込書を直接、同センター(☎042-756-3443)へ

イベント

お茶会～外国人との交流の広場～

カンボジア人による母国のお話と交流会
時 1月21日(日) 午前10時～正午
会 さがみはら国際交流ラウンジ
定 48人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
費 100円(中学生以下無料)
問 同ラウンジ(☎042-750-4150)

フォトシティさがみはら2017 「私のこの1枚写真展」

日時	会場
1月24日(水)～30日(火) 午前10時～午後7時 (30日は午後4時まで)	伊勢丹相模原店 2階ギャラリー スクエア (南区相模大野)
1月31日(水) ～2月13日(火) 午前8時30分 ～午後10時	ミウィ橋本5・6階 インナーガーデン (緑区橋本)

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)

歯の衛生に関する図画・ポスター 及び歯科保健啓発標語の展示

小・中学生の入選作品を展示
時 1月4日(木)～12日(金)
会 市役所本館
問 学校保健課

♪♪♪街かどコンサート♪♪♪

宮崎啓佑さんによる津軽三味線の演奏
時 1月13日(土) 午後2時～2時30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 市民文化財団(☎042-749-2207)

障害者バスレクリエーション いちご狩り(伊豆長岡方面)

いちご狩りとジャム作り体験
時 2月4日(日) 午前8時～午後6時
集合・解散場所
 けやき体育館か津久井総合事務所
対 市内在住か在勤・在学中、小学生以上の障害のある人とその付き添い
定 18組36人(抽選)
 ※リフト付きバスを利用
費 1組1万56円(体験費用・昼食代)
申 1月4日～22日に、直接か電話、ファクスに6面上の必要事項を書いて、けやき体育館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ

講演・講座

七宝焼き教室 ～春に向けての梅ペンダント～

時 1月19日(金) 午後1時～4時
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) **費** 1,000円
申 1月4日～18日に、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

LaLaLaフィット(全4回)

日常生活の動きに不安がある人向けの、体を動かし運動機能の向上を目指す教室
時 2月2日～23日の毎週金曜日
 午前10時～11時
会 サーティーフォー相模原球場
対 18歳以上(高校生を除く)
定 15人(申込順) **費** 4,000円
申 1月4日～31日に、直接か電話で同球場(☎042-753-6930)へ

オーサズカフェ 「観光の現状と訪日外客促進政策」

時 1月13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)

子育て広場たんと 子育て支援者養成講座 「子育て支援 はじめの一步」

市の子育て支援の現状を知り、支援者として必要な技術を学ぶ
時 1月19日(金) 午前10時～11時30分
会 ユニコムプラザさがみはら
対 子育て支援をしているか、したい人
定 15人(申込順)
 ※電話・Eメールの着信時間順に受け付け
申 電話(非通知不可)か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、携帯電話番号、「はじめの一步」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971)へ
 ☎tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp

親子健康づくり教室「元気のもと、おいしく食べて楽しく運動！」

料理教室と、ニュースポーツの体験
時 1月27日(土) 午前10時～午後3時
会 ウェルネスさがみはら
対 市内在住の小学生以上とその保護者
定 40人(申込順)
費 保護者300円、子ども200円
申 1月4日～19日に、電話で、さがみはら市民健康づくり会議事務局(健康増進課内 ☎042-769-8274)へ

女性活躍推進セミナー

「ワーク・ライフ・バランスは経営戦略～イクボスで、誰もが活躍できる職場へ～」
時 2月5日(月) 午後2時～4時20分
会 市民会館第1大会議室
内 第1部 仕事と家庭両立支援推進企業表彰式
第2部 女性活躍推進セミナー
講 川島高之さん
(ファザーリング・ジャパン理事)
定 100人(申込順)
申 1月4日～31日に、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)か、ファクスかEメールに氏名、電話番号、参加人数、「女性活躍推進セミナー」と書いて、人権・男女共同参画課(☎042-753-9413)へ
 ☎jinkendanjo@city.sagamihara.kanagawa.jp

施設の催し*** ※会場・問い合わせは原則各施設です

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

パネル展男女共同参画川柳コンテスト
2017入賞作品展示
時1月12日(金)～2月12日(休)
午前9時～午後9時50分
世界の遊びと衣装の出張博物館
～大学生といっしょに遊ぼう!～
世界の遊びや衣装の着用を体験するワークショップ
時1月21日(日)
午前10時25分～午後0時25分
対小学生(保護者の見学可)
※希望者は直接会場へ

男性のための地域デビュー応援講座
作る・食べる・語るランチ交流会
時1月27日(土)午前10時～午後1時
対男性 費600円(材料費・保険料)
知って安心! はじめての家族介護
高齢者支援センターや社会福祉協議会の役割と介護で知っておきたい情報
時2月1日(木)午前10時～正午
..... 共 通

定各20人(申込順)
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申1月4日から、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(保育希望者は子どもの氏名・年齢・性別)を書いて、同所(FAX042-775-1776)へ

相模の大風センター 〒252-0326 南区新戸2268-1 ☎046-255-1311

①凧作り教室
簡単に作れる角凧作り
時1月27日(土)午後1時30分～4時
対小学生以上=20人(申込順)
費500円(材料費含む)
②ひな人形作り
時1月30日(火)午前9時30分～午後3時30分
対18歳以上(高校生を除く)
定10人(申込順)
費2,500円(材料費含む)
..... 共 通

申1月①4日から②4日～23日に、直接か電話、ファクスに6面上の必要事項を書いて、同センター(FAX046-255-1361)へ

サン・エールさがみはら 〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665

土曜コンサート「クラシック」
アンサンブル オブ エンライトメントによる演奏
時1月13日(土)午後3時30分～5時
定220人(先着順)
※希望者は直接会場へ

はじめてのマージャン教室(全6回)
時1月30日～3月6日の毎週火曜日
午後1時30分～3時30分
対初めてマージャンをする、市内在住か
在勤の18歳以上(学生を除く)

定24人(抽選) 費2,500円
冬のトレーニング教室
～背筋を伸ばして綺麗な姿勢!～
時1月31日(水)午後6時30分～8時
対市内在住か
在勤の18歳以上(学生を除く)
定10人(抽選) 費200円
※トレーニング室利用料100円(65歳以上50円)が別途必要
..... 共 通

申1月4日～15日(必着)に、はがきかファクス、Eメールに6面上の必要事項を書いて、同所(FAX042-775-5515 ☐ sun-yell@ajisaimeitsu.or.jp)へ

女子美術ミュージアム 〒252-8538 南区麻溝台1900 ☎042-778-6801

女子美術大学 退職教員記念展
平成29年度に定年退職する教員の作品を展示
時1月10日(水)～31日(水)
午前10時～午後5時
(入館は午後4時30分まで)
※日曜日、祝日等は休館

市民健康文化センター 〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776

健文ロードSHOW! 『父ありき』
時1月20日(土)午後1時30分～3時5分
定70人(先着順)
※未就学児は保護者同伴
※1月4日から同センターで配布する整理券が必要
スタンドアートフォトフレーム作り教室
時1月21日(日)午後1時30分～3時30分
定15人(申込順)
※小学生以下は保護者同伴
費500円
申1月4日から、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					
教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
①幼児スケート(全4回)★	2月3日～3月3日の毎週土曜日(2月24日を除く)	午前 9時～10時30分	4歳以上の未就学児	25人(抽選)	4,000円
②ヨガで骨盤矯正(全8回)	1月20日～3月10日の毎週土曜日	午前10時～11時15分	18歳以上(高校生を除く)	20人(申込順)	6,000円

★貸靴代別途1回210円
申①1月15日(必着)までに、往復はがきに6面上の必要事項を書いて、同所へ
②1月4日～18日に、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)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	日時	対象	定員(申込順)	費用	
ランニングクリニック 前への推進力を高める腕の振り方	2月3日(土)午前10時～正午	18歳以上(高校生を除く)	20人	1,500円	
小学生サッカー(全5回)	2月13日～3月13日の毎週火曜日(予備日3月20日(火))午後4時30分～5時30分	小学校1・2年生 小学校3・4年生	各15人	各4,000円	

申電話か、ファクス、Eメールに6面上の必要事項と小学生は学年を書いて、同所(FAX042-777-0161 ☐asamizo-stadium@dream.jp)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。
●アンサンブルコンサート トロンボーンやフルート、オカリナ、尺八などの演奏
1月20日(土)午後1時～7時10分、杜のホールはしもと 岡鈴木(☎090-5414-7419)
●鈴木良幸展-エイジレスなる旅- 短歌と水墨画 1月20日(土)～23日(火)午前10時～午後5時(20日は午後1時から、23日は午後3時まで)、相模原市民ギャラリー 岡鈴木(☎042-758-1950)
●フォト四季写真展「四季精彩」 1月25日(木)～29日(月)午前10時～午後6時(25日は正午から、29日は午後4時まで)、相模原市民ギャラリー 岡山口(☎042-746-1716)

●大人のための韓国語・英会話入門講座(全8回) 1月31日～3月28日の毎週水曜日(3月21日を除く)韓国語=午後6時～7時、英会話=午後7時30分～8時30分、サン・エールさがみはら。定員各15人(申込順)。費用5,000円(テキスト代別途2,000円) 申電話で国際文化交流協会(☎090-6489-2803)へ

●親子で楽しむ子供プログラミング(全4回) 3月4日～25日の毎週日曜日①午前9時～10時20分②午前10時30分～11時50分、サン・エールさがみはら。対象は小学校2～4年生とその保護者、定員各10組20人(申込順)。費用1組1回900円 ☐電話で親子プログラミングドットエグゼ(☎042-703-3445)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。
●俳句 毎月第3水曜日から1時、串川ひがし地域センター。初心者歓迎 岡重野(☎042-784-2579)
●社交ダンス 毎週金曜日午後1時、産業会館ほか。初心者歓迎、見学・体験可 岡高橋(☎042-782-5572)

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。



1月8日 祝 さがみはらグリーンプール 開館20周年イベント

平成9年5月20日にオープンした同プールが開館20周年を迎えました。これを記念して、リオデジャネイロオリンピック800mフリーリレー銅メダリストの松田丈志さんによる水泳教室や、本市出身で3m飛板飛込代表の坂井 丞選手のデモンストレーションなどを開催します。



松田丈志さん 坂井 丞 選手

松田丈志の水泳教室

泳法	時間	対象
クロール	午前10時～11時30分	クロールで50m以上泳げる人
バタフライ	午後1時～2時30分	バタフライで25m以上泳げる人

定各30人(申込順) 費各2,000円

申1月4日から、直接か電話で同プールへ

坂井 丞のデモンストレーション

時午後2時45分～3時15分

※希望者は直接会場へ

その他、飛び込み体験会やスタンプラリーなども開催します。詳しくは同プールホームページをご覧ください。

問さがみはらグリーンプール ☎042-758-3151

宮ヶ瀬湖マラソン大会

一般の部

時2月25日(日)

受け付け

午前8時～8時30分に津久井馬術場(緑区鳥屋)

対5kmの部 = 市内在住か在勤・在学の高校生以上(制限時間35分)

10kmの部 = 高校生以上(制限時間70分)

費1,000円

申1月15日～31日(必着)に、スポーツ課津久井地域班、各公民館(青根・沢井を除く)にある申込書(市ホームページにも掲載)を同班(☎042-684-3257)へ



市消防出初式

式典のほか、消防団ラッパ隊の吹奏や消防部隊による車両分列行進、一斉放水を行います。

時1月14日(日)午前10時～正午(小雨雪決行)

会サーティーフォー相模原球場、淵野辺公園中央広場

※希望者は直接会場へ



問警防課 ☎042-751-9140

多摩美術大学×アートラボはしもと ワークショップ

親子合体ロボ

～3つのミッションで感覚をとぎすませ～

目隠しをしながら、親子で協力してゲームをクリアしていく体感型ワークショップです。

時1月7日(日)・8日(祝)

午前9時30分、午後0時30分・3時

(各回90分程度)

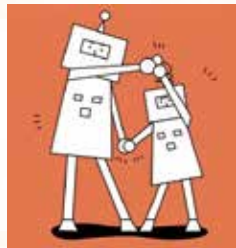
会アートラボはしもと

対小学生とその保護者

定各回20組40人(申込順)

申Eメールに全員の氏名、子どもの学年、電話番号、Eメールアドレス、希望日時を書いて、多摩美術大学(✉robo.ws2017@gmail.com)へ

問アートラボはしもと ☎042-703-4654



大人向け

新春紙芝居劇場

日本独自の文化である紙芝居で新年をスタートしませんか。

時1月16日(火)午前10時30分～11時30分

会市立図書館(中央区鹿沼台)

対中学生以上=50人(先着順)

※希望者は直接会場へ

問市立図書館 ☎042-754-3604



みんな元気！ さがみはら 子どもから大人まで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

子育て・保健・介護予防事業案内

No.1376

平成30年(2018年)

1/1

- 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月4日から(15)を除く

- 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 健康増進課 ☎042-769-8322
- ⑥ 緑保健センター ☎042-775-8816
- ⑦ 緑保健センター(津久井) ☎042-780-1414
- ⑧ 中央保健センター ☎042-769-8233
- ⑨ 南保健センター ☎042-701-7708
- ⑩ こども家庭課 ☎042-769-8345
- ⑪ 緑子育て支援センター ☎042-775-8829
- ⑫ 中央子育て支援センター ☎042-769-8222
- ⑬ 南子育て支援センター ☎042-701-7710
- 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 総務局渉外部広報誌課 ☎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、気持ちを楽しむ場

時 1月10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 ⑩

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

開 ⑪⑫⑬

日にち	会場ほか
1月16日(火)	二本松㊦、向陽㊦、陽光台㊦、田名㊦
1月17日(水)	横山㊦
1月18日(木)	城山㊦、大野北㊦、上鶴間㊦
1月23日(火)	富士見㊦、鶴園中和田㊦
1月24日(水)	並木㊦
1月25日(木)	湖㊦、大沼㊦、麻溝㊦

㊦ こどもセンター
㊦ 栄養士による栄養相談もあり

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
2月7日(水)	午後1時～2時15分	南	⑮
2月9日(金)	午後2時45分～4時	緑	
2月26日(月)	～4時	ウ	

対 平成29年8～9月生まれの子の保護者とその家族

定 各20人(申込順。初めての子の保護者優先)

子育て広場

親子で楽しむムーブメント

子どもの「やりたい!」を大切に、遊びを通して、体・頭・心の調和が取れた発達を支援します。

緑のおうち講座

時 1月24日(水)

①午前10時～10時40分 ②午前10時45分～11時40分

会 サン・エールさがみはら

対 3歳以下の子ども(①歩行前～よちよち歩きの子とも ②しっかり歩ける子ども)とその保護者

定 各10組(申込順)

申 1月9日から、月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時に、電話で子育て広場緑のおうち(☎042-703-5136)へ

バンビのぼれぼれ広場講座

時 1月30日(火) ①午前10時～10時40分 ②午前10時45分～11時40分

会 あさひ児童館(中央区鹿沼台)

対 3歳以下の子ども(①歩行前～よちよち歩きの子とも ②しっかり歩ける子ども)とその保護者

定 各10組(申込順)

申 1月9日から、電話(月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時)か、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、電話番号、「親子ムーブメント」と書いて、バンビのぼれぼれ広場(☎042-776-2286 ✉famisapobambino@gmail.com)へ

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	
成人健康相談 母子保健相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く)	㊧	⑨	成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子どもの健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※津(湖)藤(城)は来庁相談のみ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬	
	月・木曜日		㊦			
	火曜日		㊨			
	水曜日		㊩			
	金曜日		㊪			
精神保健相談 (精神科医)	1月9日(火)	午後1時～2時	南	⑨	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 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ウ中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 津津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 緑緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811	
	1月26日(金)		ウ			
	1月10日(水)		㊦			
	1月23日(火)		㊨			
	1月15日(月)		㊩			
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	2月8日(水)	午後1時～3時30分	南	⑨	生活習慣病予防などに関する栄養・食事相談 持ち物 食事メモ、健康手帳(持っている人)	
	2月28日(水)		緑			⑥
HIV(エイズ)等の検査・相談	火曜日(1月2日を除く)	午前9時～11時15分 午後2時～3時45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)	
	1月13日(土)		橋			
高齢者認知症相談	2月6日(火)	午前10時～正午 午後2時～4時 午後1時30分～3時30分	ウ	②	専門医による認知症相談 定 各2組(申込順)	
	2月27日(火)		南			③
	2月7日(水)		緑			①
思春期・ひきこもり特定相談 (精神科医)	1月18日(水)	午後2時～4時	け	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 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	1月16日(火)	午前10時～正午	け	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	1月22日(月)	午後2時～4時	ウ	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 市内在住か在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	1月18日(水)	午後1時30分～3時			※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 申 市薬剤師会 ☎042-756-1502	
家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」	1月31日(水)	午後2時～4時	ウ	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 ひ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 30組(申込順)	

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歳の人、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、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、事前申請で費用が免除になります。
- 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などを提示し、免除申請書を記入することで費用が免除になります。

☑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

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

※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。

▶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

▶がん検診

がん検診の受診はお済みですか？

平成29年度がん検診などの「受診券」や「がん検診無料クーポン券」の有効期限は、30年3月31日です。
※年度末は医療機関が混み合いますので、早めの受診をお勧めします。

日にち	会場	検診種目・費用
随時	市内協力医療機関	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

☑○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。

▶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	29年4月2日～30年4月1日に40歳～80歳になる人	500円	口腔内診査(歯周病の状況など)

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。匿名で話を聞くだけの参加もできます。

時 1月11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(自殺)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

発達障害支援センター子育て講座 「学校の先生への相談術」

時 2月2日(金)午前10時～11時30分

会 陽光園

対 市内在住で、発達障害やその傾向がある小・中学生の保護者

定 15人(申込順)

申 1月9日～26日に、直接か電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ

日赤健康生活支援短期講習会 (認知症講習)

認知症の正しい理解と的確な対応を学びます。

時 1月20日(土)午前10時～11時30分

会 相模原赤十字病院(緑区中野)

定 25人(申込順)

申 1月4日～12日の月～金曜日(祝日等を除く)に、電話で同病院医療社会事業課(☎042-784-1323)へ

精神科セカンドオピニオン外来

時 1月24日(水)午前10時～正午

会 けやき会館

対 精神科治療中で、自身の治療方針などについて主治医以外の精神科医からの意見を求める人

※医療過誤や訴訟に関する内容などは受けられない場合があります。

定 3人(抽選)

費 2,000円

申 1月4日～10日に、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

がん予防市民公開講座

最新の乳がん検診、早期発見・治療についてお話します。

時 2月3日(土)午後2時～3時30分

会 相模原南メディカルセンター

講 福田 護さん(聖マリアンナ医科大学附属研究所ブレスト&イメージング先端医療センター附属クリニック院長)

定 100人(申込順)

申 1月4日～2月2日に、電話でかながわ健康財団(☎045-243-6933)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
1月 5日(金)	午前10時～正午 午後 1時30分～4時	市役所前
1月13日(土)		橋本駅 ペDESTリアンデッキ下

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

☎地域保健課 ☎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

1月3日まで、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

1月4日まで、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

1月3日まで、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

1月3日まで、土・日曜日、祝日等

午前8時30分～翌朝8時30分

(翌日が平日の場合、受け付けは翌朝8時まで)

※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。

