

さがみはら 広報

NO.1380
毎月
1日・15日発行
3/1
2018
平成30年
SAGAMIHARA

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
 - 住宅用火災警報器 そろそろ10年？定期的に点検しましょう …… 6
 - 災害が起こったとき 地域で災害時要援護者を支えるために… 7
 - 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 722,430人(258減)
男 361,671人 女 360,759人
世帯 319,734世帯(104増)
平成30年2月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

市政を語る会を開催しました

2月7日、「未来のさがみはら」をテーマに、子どもたちと市長が市政について語る「市政を語る会」を、向陽小学校で開催しました。同校6年生の児童164人と意見交換を行い、加山市長は「相模原のことを学んでくれてうれしく思います。次の時代に夢をつなげるためにも、皆さん一生懸命勉強してください」と、メッセージを送りました。

図広聴広報課 ☎042-769-8299



ひとりじゃないよ あなたの生きるを応援したい

～受け止めたい若者の悩み～



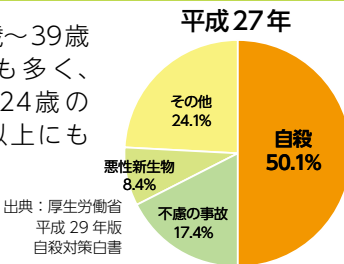
3月は
「自殺対策強化月間」

全国の自殺者数は減少傾向にあるものの、若い世代の自殺は減っていない状況にあります。

あなたの周りに不安や悩みを抱えている人がいたら、声を掛けてあげてください。また市では「死にたいと思うほどつらい」というときの電話相談窓口や、安心して悩みを相談できる窓口を設けています。一人で抱え込まずに、ぜひ相談してください。

自殺は若い世代の死亡原因のワーストワン

自殺は15歳～39歳の死因で最も多く、特に20歳～24歳の間では半数以上にもなります。



悩んでいる人に気付いたら

自殺を防ぐための3つの行動	気付き	見守り	つなぎ
	周りの人の悩みに気付く、耳を傾ける	温かく寄り添いながら、じっくりと見守る	早めに専門家に相談するように促す

声を掛けて温かく相手に寄り添い、適切な支援で気持ちが楽になる可能性を伝えてください。相手の気持ちも踏まえながら、医療機関や市の相談窓口の利用を提案しましょう。

上手に使えていますか？ ～インターネットやSNS～

インターネットやSNSはさまざまな情報が得られ、人とつながることができる一方で、過剰な使用によって生活が乱れる、SNSのやりとりに傷つくなど、体や心に及ぼす影響が心配されています。

使い方が気になったら…

「時間を決めてみる」「直接相手と話してみる」など、適度な距離を取ってみませんか。きっと上手な付き合い方があるはずです。

▶スマホ依存によるストレスなど、若者のメンタルヘルスに関する対処についての動画が見られます。



相談しよう そうしよう

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。

子どもや思春期の心の健康に関する相談

☎市内在住、在勤、在学の19歳以下とその保護者

平日	青少年相談センター ☎042-752-1658 月～金曜日(祝日等、12月29日～1月3日を除く) 午前9時～午後5時
平日	ヤングテレホン相談 ☎042-755-2552 月～金曜日(祝日等、12月29日～1月3日を除く) 午後3時30分～9時 ※受け付けは午後8時45分まで
土曜日	土曜日(祝日等、12月29日～1月3日を除く) 午後1時～5時 ※受け付けは午後4時45分まで
いつでも	Eメール相談 yantele@city.sagamihara.kanagawa.jp ※24時間受け付けますが、返信には数日かかります。

こころの健康に不安を感じたら

平日	こころの電話相談 ☎042-769-9819 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
土曜日	

自殺を考えるほどつらいときは

日曜日	“いきる”ホットライン(自殺予防・自死遺族専門電話相談) ☎042-769-9800 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 市自殺対策ホームページ リブちゃんネル 検索
-----	---

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
平日	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



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

平成
30
年度

施政方針の概要を お知らせします

加山市長は、「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」をテーマに30年度施政方針演説を行い、重要な3つの視点を掲げました。

予算案などが市議会で可決された後、本施政方針に掲げた取り組みを進めていきます。

※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

誰もが共に理解し、 支え合うまちづくり

子育て支援、福祉、人権などの施策をはじめ、地域での支え合いの輪を広げる取り組みを進め、市民一人一人がそれぞれの個性や能力を生かし、夢と希望を持って共に暮らすことができる地域社会の実現を目指します。

夢と希望があふれる まちづくり

本市の未来を担う子どもたちが、生まれた環境に左右されることなく、夢と希望を持ちながら生き生きと成長し、活躍できる社会を実現するため、子どもの貧困対策、ひとり親家庭等への支援、学力保障の取り組みなどを総合的に推進します。

将来にわたり、活力と 魅力に満ちたまちづくり

人口減少や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進めるとともに、本市が将来にわたり「人や企業に選ばれる都市」となるよう、本市の資源やポテンシャルを最大限に生かす取り組みにより、財政基盤の強化や都市力の向上を図ります。



予算

会計	予算案	前年度比
一般会計	2,935億円	1.5%増 ◯
特別会計	1,883億円	4.9%減 ▼
合計	4,818億円	1.1%減 ▼
公営企業会計	329億円	16.7%増 ◯

子育て・教育環境のより一層の充実に重点を置くとともに、「新・相模原市総合計画 後期実施計画」の着実な推進を図るため、あらゆる事務事業を精査しながら財政の硬直化の改善に努め、市民生活の向上や魅力あふれる都市としてのさらなる発展に向けて予算編成を行いました。



30年度の重点的な取り組み(抜粋)

誰もが安全でいきいきと暮らせる 安心・福祉都市

◆子育て支援の充実

- 児童クラブや保育所などの定員の拡大、保育人材の確保
- 保育の質の向上
- 通院に係る小児医療費の助成対象を中学校3年生まで拡大
- 新生児聴覚検査の費用助成の実施



◆子どもの貧困対策

- 無料学習塾や子ども食堂を運営する各団体が活動しやすい環境づくりの推進
- ひとり親家庭等の自立に向けた家庭学習支援や日常生活支援などの充実
- 「子ども・若者未来基金」を活用した給付型奨学金による高等学校などへの修学の支援

◆「共にささえあい 生きる社会」の実現

- 障害などに関する理解の促進や重度障害者の地域生活の支援、障害福祉サービスに携わる人材の確保・定着・育成の推進

◆高齢者福祉の充実

- 高齢者の自立支援や介護予防・重度化防止、在宅医療と介護の連携強化、認知症施策などを推進し、地域包括ケアシステムを構築
- 介護サービス基盤の充実に向けた人材の確保・定着・育成の推進

◆防災力の向上

- 「地域防災計画」に基づく取り組みの推進
- 総合防災訓練や、土砂災害警戒区域などに指定されている地区での避難訓練の実施

◆生活の安全・安心対策

- 自転車保険への加入促進に向けた取り組み、高齢者向け交通安全講習会の実施、空き家等への対策など地域の安全・安心の確保



学びあい 人と地域をはぐくむ 教育・文化都市

◆学校教育の充実

- 学習支援員の配置や放課後の補習学習の実施
- 外国人英語指導助手の増員や英語教育アドバイザーの配置
- スクールソーシャルワーカーの増員

◆2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた取り組み

- ホストタウンとしての各種交流事業の実施

- ブラジル選手団・カナダボートチームの事前キャンプの受け入れに向けた環境整備などの推進

◆文化の振興

- (仮称)美術館(橋本)の整備に向けた検討
- アートラボはしもとでの市民・大学などとの連携による新たなアートの取り組みの推進



やすらぎと潤いがあふれる 環境共生都市

◆地球温暖化対策

- 燃料電池自動車の購入費助成、定置式水素ステーションの整備に対する補助

◆資源循環型社会の形成

- 廃棄物処理施設の設置などを原因とした紛争の予防や調整を図るための取り組みの推進

◆産業基盤の強化

- 中小企業への産業用ロボットの導入促進、ロボット専門人材の育成支援
- 業務系・外資系企業などの戦略的な企業誘致の推進



活力にあふれ多様な交流が生まれる 広域交流拠点都市

◆広域交流拠点の形成

- リニア中央新幹線駅設置や小田急多摩線延伸等を見据えた橋本・相模原両駅周辺地区の都市基盤、土地利用などの検討や関係機関との調整

◆圏央道インターチェンジ周辺の拠点形成

- 立地特性を生かした産業や雇用の創出、地域コミュニティの維持・活性化などの推進



市民とともに創る 自立分権都市

◆市民とともに進めるまちづくり

- 「第2次市民協働推進基本計画」の策定に向けた取り組みの推進
- 自治会活動など公益性の高い活動に付与するポイント等を利用して、市内の商店街などで買い物ができるマイナンバーカード活用事業の推進

◆地域特性を生かしたまちづくり

- 区の魅力づくり事業など、区ビジョンに基づく施策の推進
- 区民主体のまちづくりの推進
- ◆シティプロモーションの推進
- 市の魅力を戦略的・効果的に市内外に発信



小・中学校への就学費用を援助

子どもの国公立小・中学校への就学に当たり、経済的な理由で困っている人に学用品費や給食費などの費用の一部を援助します。

援助内容 学用品・通学用品費、給食費、医療費(学校保健安全法に規定する疾病の治療費)、修学旅行費、眼鏡購入費など

対象 国公立の小・中学校か中等教育学校(前期課程)などに在学する市内在住の子どもの保護者で、次のいずれかに該当する人

- 収入が少ない(所得審査あり)
 - 児童扶養手当を受けている
 - 生活保護が停止・廃止になった
 - 収入のある全員に障害があるか、寡婦・寡夫で市民税が非課税
 - 災害により市民税・固定資産税・個人事業税のいずれかが減免された
 - 国民健康保険税が減免が徴収猶予された
 - 世帯全員の国民年金の掛け金が減免された
 - 社会福祉協議会から生活福祉資金の貸し付けを受けた
- ※手続き予定の人も申請できます。
※申請の際に添付書類が必要な場合があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



就学費用の援助

申請期間 小学校1～5年生、中学校1・2年生 3月9日まで

小・中学校新1年生 4月5日～4月13日まで

申請書配布場所 各市立小・中学校、学務課、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)
※市ホームページにも掲載

申請書と該当理由を証明する書類(コピー可)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)

※前年度に引き続き援助を希望する人も、新たに申請が必要です。
※申請は年度途中でも、受付最終期限(平成31年2月28日)までは随時受け付けます。ただし、援助の開始は申請した月からです。
※市で生活保護を受けている人は、申請書の提出は不要です。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送を実施

地震や武力攻撃など、対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に、国からの情報をひばり放送で伝えるものです。緊急時に情報を確実に伝えるため、全国一斉に試験放送を行います。

☎ 3月14日(水)午前11時ごろ

放送内容 「これは、Jアラートのテストです」という音声を3回繰り返します。

☎緊急対策課 ☎042-707-7044

生き生きシニアのための地域活動補助金を交付

おおむね65歳以上の人を対象とした介護予防活動をする団体に、補助金を交付します。

補助金額 上限5万円/年(最長3年間)

対象活動期間 4月～平成31年3月

補助要件 市内で活動していて、次の全てに該当する団体

- 介護予防活動が月2回、年間24回以上
- 1回につき標準2時間(最低90分)で次の活動を30分以上含むこと
運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防
- 介護予防活動を適切に行える人が従事
- 毎回の参加者が10人以上

定 30団体(選考)

申請 3月30日までに電話連絡の上、4月2日～5月31日に直接、地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ

※詳しくは、各高齢者支援センターにある募集要項(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

4月から

相模原ギオンスタジアムの夜間照明設備の利用が始まります

対象種目 陸上、サッカー、ラグビー、アメリカンフットボール

利用時間 個人利用(陸上のみ) 4～10月の水・金曜日午後9時まで(一般利用料金のみで利用可)

利用方法 個人利用 直接会場へ※
専用利用 電話で同所(☎042-777-6088)へ

※当日の利用状況など詳しくは、同所ホームページをご覧ください。

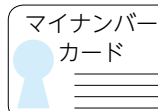
照明設備代	照度	専用利用(1時間)
	1,500ルクス	17万8,000円
	800ルクス	8万9,000円
	500ルクス	4万4,500円
	200ルクス	1万7,800円

3月5日から

国民年金の手続きにはマイナンバーが必要です

各種手続きには、マイナンバー(個人番号)の確認と本人確認が必要となります。次の①②の書類をお持ちください。

①
番号確認書類
(いずれか1つ)



通知カード

住民票の写し
(マイナンバーの記載あり)

住民票記載事項証明書
(マイナンバーの記載あり)

②
本人確認書類

- 1つの確認で足りるもの
マイナンバーカード、運転免許証、住民基本台帳カード(写真付き)、旅券(パスポート)、在留カード、特別永住者証明書、身体障害者手帳 など
- 2つ以上の確認が必要なもの
公的医療保険の被保険者証、年金手帳、印鑑登録証明書 など

※代理人が手続きをする場合は、①のほか、委任状と代理人の本人確認書類(②と同様)が必要です。

☎国民年金課 ☎042-769-8228

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 各地区の活性化につながる事業を行う5人以上の団体

事業実施期間 4月～平成31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

申請書の配布時期 3月15日から

申請書の配布場所 各まちづくりセンター

申請 4月2日から、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区の課題は、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へ相談してください。特に4・5月に事業を予定している場合は、早めに相談してください。

☎市民協働推進課 ☎042-769-8226



自転車利用で「移動」を「エコ」に

市とまち・みどり公社では、市役所の公用自転車や同公社のレンタサイクル貸し出し用自転車、合計約300台に、地球温暖化対策のための国民運動「COOL CHOICE」などのステッカーを貼り、自転車利用を推進しています。皆さんも自転車を利用して移動をエコにしませんか。

※レンタサイクル事業について、詳しくはまち・みどり公社ホームページをご覧ください。

☎環境政策課 ☎042-769-8240



「移動」を「エコ」に。

smart move

提出した平成29年分の確定申告書に誤りがあったら

書類の提出先 相模原税務署

3月15日まで

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日から

○納付税額が減少するか、還付税額が増加する場合
「更正の請求書」を提出してください。更正の請求ができる期間は、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
「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。

☎相模原税務署 ☎042-756-8211

3月21日(祝)

田名公民館 臨時休館

全館停電を伴う工事を実施します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

☎田名公民館 ☎042-761-1251





さがみはら地域づくり大学開講

～知る・見る・やってみる！地域の担い手を育成します～

コース	講座名	開講時期	費用
基礎	必修	協働とは何か～地方分権と協働～	6月上旬～中旬
		相模原を知ろう、学ぼう	7月上旬～中旬
		協働の考え方と 様々な協働のかたち	11月上旬～下旬
	選択	組織運営の実際 ～思いを形にする～	12月上旬～中旬
		私が描く相模原ビジョン	平成31年1月上旬～下旬
応用	必修	まちづくり	6月上旬～下旬
		地域づくりのための ファシリテーション	7月上旬～下旬
		福祉～現状を知り、自分にできる ことを探す～	11月上旬～下旬
	選択	環境～地域の自然と 私たちの生活から考える～	12月上旬～中旬
		命を守る相模原の防災	31年1月中旬～下旬
専門	郷土の味「酒まんじゅう」を作ろう	8月中旬～下旬	
	きらりと輝くPR ～上手な広報のコツ～	8月上旬～下旬	
	俳句と地域づくり ～さがみはらを詠む～	9月下旬～10月中旬	
	誰でもできる子育て支援	10月中旬～下旬	

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組み合わせ、皆さんが楽しめるような講座を用意しています。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。

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
※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。

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)

定各20人(抽選)

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、市立公文書館

※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

消滅の危機から5年連続J1へ ヴァンフォーレ甲府の軌跡 地域が支えるヴァンフォーレ甲府、ピンチこそチャンスだった

時3月18日(日)午後2時～3時30分

会ユニコムプラザさがみはら

講平嶋彰英さん(立教大学経済学部経済学科特任教授)

定100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

☎ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

ソレイユさがみ女性相談

一般相談(電話・面接)

女性が抱える、夫婦、家族、男女、人間関係の問題や就労などの悩みについて

☎042-775-1777 ※面接は予約が必要です。

相談日 毎日(毎月第4月曜日、年末年始を除く)
午前10時～午後4時30分(火・木曜日は午後8時まで)

専門相談 ※一般相談の後に予約を受け付けています。

女性のための法律相談(面接)

女性への暴力、セクシュアル・ハラスメント、離婚、相続、借金など法律上の問題について

相談日 毎月第1・第2・第3木曜日 午後2時～4時(1人30分以内)
※木曜日が5回ある月は第1・第2・第4木曜日

女性のための心の相談(電話・面接)

心の悩みを軽減し、生き生きと行動する力を付けるための相談
相談日 毎月第2土曜日、偶数月の第4土曜日 午後2時～4時20分(1人40分以内)

☎関人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205



市役所6階食堂で中学校給食を提供

3月11日で、東日本大震災から7年がたちます。市内中学校では、「食」から東北を支援しようという思いから、大船渡市で水揚げされたブリなど、東北の食材や郷土料理を取り入れた「復興支援 がんばれ東北!! 給食」を提供します。

また、同様のメニューを市役所食堂で提供します。

時3月8日(木)午前11時30分から

会市役所本館6階食堂

費535円 ※限定70食。売り切れ次第終了

☎関学校保健課 ☎042-769-8283



高齢者筋力向上トレーニング(中央会場)〈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。

時5月18日～8月7日の毎週火・金曜日 午前9時30分～11時30分

会ウェルネスさがみはら

対市内在住の65歳以上で、病気・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接で改善に向けた支援が必要と判断された人=10人(選考)

申3月5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

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、各種体操や機器を使った筋力トレーニングなどを行います。

	日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
①	4月3日～5月15日の毎週火・金曜日(5月4日を除く)	午後1時～2時30分	ワールドウィング町田アネックス相模原(中央区清新)	042-700-2156 午前11時～午後1時、午後4時～7時(水曜日を除く)
②	4月4日～6月20日の毎週水曜日	午後1時～2時30分	コナミスポーツクラブ相模大野(南区南台)	042-748-6611 午前10時30分～午後5時(金曜日を除く)
③	4月4日～6月20日の毎週水曜日	午後3時30分～5時	スポーツクラブルネサンス相模大野(南区相模大野)	042-702-0303 午前10時～午後11時30分(金曜日を除く。土・日曜日、祝日等は午後8時まで)
④	4月6日～6月22日の毎週金曜日	午後3時30分～5時	スポーツクラブルネサンス淵野辺(中央区鹿沼台)	042-753-5461 午前9時30分～午後9時(月曜日を除く。日曜日、祝日等は午後7時まで)

対運動に支障がない市内在住の65歳以上

定①～③各10人④8人(抽選)

費①4,000円②～④各6,000円

申3月20日までに、電話で各会場へ



非常勤職員などの募集

職務内容、対象、定員、申し込み方法など、詳しくは各問い合わせ先にある募集案内等(市ホームページにも掲載)をご覧ください。



職種	勤務条件など	賃金	申込①期間(必着)②方法(面接日など)	申し込み・問い合わせ
野外体験活動推進員	4月から(週5日) 勤務場所 ふるさと自然体験教室	月額17万3,500円	①3月15日まで ②電話連絡の上、直接か郵送(後日面接あり)	ふるさと自然体験教室 ☎042-686-6025
生活保護自立支援相談員	4月から(因週4日因週5日) 勤務場所 あじさい会館(中央第2生活支援課)	因月額18万6,000円 因月額22万3,600円	①3月14日まで②直接か郵送(後日面接あり)	地域福祉課 ☎042-707-7021
緑区合同庁舎文書集配センター非常勤職員	4月～平成31年3月(週4日)	日額7,500円	①3月2日～8日②電話(後日面接あり)	緑区役所区政策課 ☎042-775-8802
支援教育支援員(学習支援)登録者	5月から(週3日) 勤務場所 市立小学校	日額9,480円	①3月20日まで②直接(書類持参時に、面接あり)	学校教育課 ☎042-704-8918

図書館の催し

春の大きなおはなし会

保護者同伴可

相武台分館
☎046-255-3315

人形劇や絵本の読み聞かせなど
 開3月7日(水)
2・3歳児向け
 午前10時30分～11時
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

市立図書館(中央区鹿沼台)
☎042-754-3604

人形劇やエプロンシアター、手遊びなど
 開3月23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

橋本図書館
☎042-770-6600

人形劇やわらべうた遊び、大型絵本の読み聞かせなど
 開3月23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
 会社のホールはしもと多目的室
 定各150人(先着順)
 ※3月1日午前9時30分から同館と社のホールはしもと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
 開3月23日(金) 午後3時～4時
3歳～小学生
 定150人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ

図書館からのお知らせ 市内の図書館システムを休止

定期点検のため、各図書館・公民館の図書室などの図書館システムを休止します。
 開3月5日(月) 午前8時30分～午後5時(予定)

利用できないサービス 図書館ホームページ、テレフォンサービス、館内の利用者用検索機

☎市立図書館 ☎042-754-3604

県立上溝高等学校の図書室を開放します

本、新聞、雑誌などを閲覧できます(貸し出し不可)。
 開3月6日(火)・7日(水) 午後1時30分～4時30分
 ※室内への持ち込みは筆記用具とノートのみ

☎県立上溝高等学校 ☎042-762-0377

視聴覚ライブラリーの催し

☎視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時など	上映作品
月例子ども映画会 3月10日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶にじいろのふしぎないし ▶むくはとじゅうの名犬物語 ▶アラジンと魔法のランプ ▶王さまでかけましよう
シネマサロン 3月11日(日)・13日(火) 午後2時～4時	▶深夜食堂 (2015年/日本/カラー)
特別企画 春休み映画会 3月24日(土) 午後1時30分～3時40分	▶ファイナルファンタジー(前篇・後篇) (1994年/日本/カラー)

会市立図書館(中央区鹿沼台) 開市内在住か通勤・在学の人
 定各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

映画鑑賞会

フィルムセンター所蔵の貴重なフィルムを上映します。鑑賞会終了後、施設見学も行います。(希望者のみ)

【上映作品】
第1部 フィルムセンターの機能と日本のクラシックアニメーション
 『映画の箱舟』『ポン助の春』『アリチャン』
第2部 相模原市に関連する記録映画
 『カルピスの誕生』『新しき集団生活』

開3月27日(火) ①映画上映 午後1時30分～3時 ②施設見学 午後3時20分～3時50分
 会東京国立近代美術館フィルムセンター相模原分館(中央区高根)
 対市内在住か通勤・在学の人
 定①200人②40人(申込順)
 申3月23日までに、電話で文化振興課(☎042-769-8202)へ
 ※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。

市立博物館に行こう

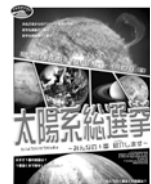
☎市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日

プラネタリウム 春休み特別上映

時間	午前11時	午後1時30分	午後2時40分	午後3時50分
3月17日(土)～4月4日(水)	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	全天周映画 名探偵コナン 星影の魔術師	プラネタリウム 太陽系総選挙～みんなの1番紹介します～	全天周映画 いきものがたり

※日曜日、祝日等は、午後0時10分から「おためしタイム」として、約10分の無料番組を上映します。
 ※上映スケジュールは変更になる場合があります。
 定各210人(先着順)
 費各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書))
 ※希望者は直接会場へ



©NASA、©JAXA

博物館学芸員リレートーク 津久井の祭り

学芸員が津久井地域の祭りについて紹介します。

開3月11日(日) 午後2時～4時
 定200人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ



星空観望会(4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。
 開4月7日(土)・21日(土) 午後7時30分～9時30分
 定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
 開開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

“小惑星リュウグウ”想像コンテスト作品を募集

JAXA「はやぶさ2」プロジェクトにノミネートする作品の募集をします。
募集期間 4月30日まで
 ※応募方法など詳しくは、同館ホームページがチラシをご覧ください。

となりのまちから

小瀧千佐子コレクション 旅するヴェネチアン・ビーズ展

—16世紀のアフリカトレード・ビーズから
 20世紀のコスチューム・ジュエリーまで—
 ベネチアで作られ、アフリカやヨーロッパに輸出されたビーズネックレスなど約120点を展示します。

開3月10日(土)～5月6日(日) 午前9時～午後4時30分
 休館日 月曜日(4月30日を除く)、5月1日(火)
 会町田市立博物館(町田市本町田)
 費300円(障害のある人150円、中学生以下無料)



フィオラーテビーズネックレス

☎町田市立博物館 ☎042-726-1531

旧石器ハテナ館の催し

☎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、黒曜石で矢じりを作り、的当てゲームをします。
 開3月18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
 申電話で同館へ



公文書館講演会 相模原軍都計画と地域の変化

軍都計画による軍事施設の進出過程と区画整理事業を中心に、相模原の移り変わりについて、桜美林大学教授の浜田弘明さんがお話しします。
 開3月10日(土) 午後2時～4時
 会市立公文書館
 定58人(申込順)
 申電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、同館(☎042-783-8053) koukai@city.sagamihara.kanagawa.jpへ





**住宅用
火災
警報器**

そろそろ10年？ 定期的に点検しましょう。

問予防課 ☎042-751-9117

自分で点検する必要がある住宅



※自動火災報知設備などが設置されている場合を除く

住宅用火災警報器の新築住宅に対する設置義務化から10年が経過し、既存の住宅についても平成23年から設置が義務付けられています。

昨年、市内では144件の火災が発生し、10人が亡くなり、24人が負傷しました。火災が発生した住宅では、住宅用火災警報器が設置されていない割合が高い傾向にあります。

万が一の火災に備えて、住宅用火災警報器の設置はもちろん、定期的に点検も行いましょう。



火災予防の
スペシャリスト
ヨボウ先輩



住宅用火災警報器の
設置促進に奮闘している
ホープくん

ポイント1

定期的な点検と掃除が重要

メーカーや機種により点検方法が異なりますが、ブザーが鳴らない、ランプが点灯しないなどの不具合が分かるようになっていきます。また、半年に1回程度は、掃除機などでほこりを取るようにしましょう。

ひもを引く、ボタンを押すなど定期的な作動点検が必要だね



そうじも大切すね。

不具合を確認したら…

あっ!せんぱい、音が鳴らないっす!



ポイント2

電池や本体の交換はお早めに

メーカーや機種により電池の交換ができないものもあります。住宅用火災警報器は、防災用品取扱店、家電量販店、ホームセンターなどで取り扱っています。

不具合を確認したら、電池の交換や買い替えが必要だね。検定マークが付いているものを選ぶといいよ



ナルホドー、早く交換すればそれだけ安心っす

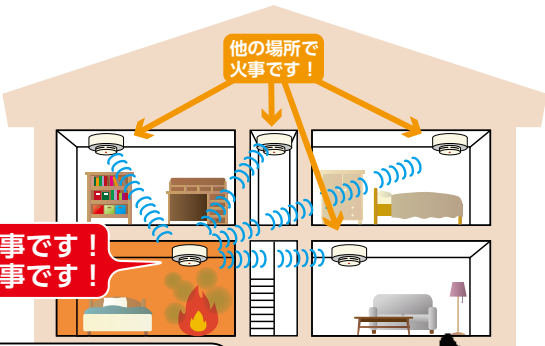
検定マーク



ポイント3

連動型でさらに安心

連動型は火災を感知すると寝室や台所、階段など別の場所に設置された警報器も連動して警報を発するので、火災をより早期に発見することができます。



火事です! 火事です!

警報器を交換する際は、連動型がおすすめだよ!

これで大切な命が守られるっす



付けてよかった! 住宅用火災警報器

ケース1

鍋を火にかけてたまま来客の応対。しばらくすると、鍋の中身が焦げ、煙を感知した住宅用火災警報器が鳴ったため、火災にならなかった。



ケース2

座布団にたばこの火が落ちたことに気付かず就寝。住宅用火災警報器の音で目覚めて消火できた。



住宅火災~命を守るポイント~

- 寝たばこは、絶対にしない
- ストーブは、燃えやすいものから離して使用する
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す
- 建物の周囲に古新聞などの燃えやすいものを置かない
- 万が一の火災に備え、消火器を設置する

3月7日まで
春季全国火災
予防運動実施中!



鬼ヤマ救助隊長

災害が起こったとき 地域で災害時要援護者を支えるために



日頃から近所で
良好な関係を
築こう

大規模な災害が発生したときは、公的な機関などによる救助だけでは限界があるため、「自助」「共助」の活動が多くの人を救うことにつながります。

普段から災害時の備えをしておくほか、隣近所でコミュニケーションを図り、災害時に助け合える関係をつくりましょう。

☎地域福祉課 ☎042-769-9222



避難支援に
協力しよう

災害時要援護者とは

高齢者や障害者など、災害時に迅速に避難行動を取ることが困難な人です。



避難支援とは

日頃から要援護者の所在や状況を把握し、災害時には安否確認や避難誘導などを行うことです。



自助・共助とは

自助は自分の身は自分で守ること、共助は隣近所や地域で助け合うことです。



地域の取り組みについて紹介します。自治会などでは、普段から災害に備えたさまざまな取り組みを行っています。この機会に、住んでいる地域の活動について知り、自分にできることを考えてみませんか。

緑区

市と協定を結び、地域で見守りを実施

市から配布された名札を付けて、訪問して状況の確認をしています



相原森下自治会会長
田中康義さん

●現在の取り組み

市から提供された災害時要援護者の名簿を基に、要援護者の場所を記した地図を作成しています。提供された名簿は、所在把握などの足掛かりとして大変有効です。

その他、民生委員と協力して担当役員を決め、自宅訪問などを行い、状況の確認をしています。日常の見守りには、自治会員全体の協力があるので心強いです。いざという時は、自治会加入の有無に関わらず助けに行くといい気持ちで取り組んでいます。



これからやりたいこと

- 要援護者への訪問の回数を増やし、関係を築く
- 取り組みについて住民の理解を深める

中央区

独立した防災隊の意識が高く、継続的な活動を実現

高齢化社会の今、女性や地元の中学生の力も頼もしい戦力です



緑が丘2丁目自治会
独立防災隊長 堀口 眞さん

●現在の取り組み

自治会の役員が年ごとに交代し、活動が進まなくなる恐れがあると考え、独立防災隊を立ち上げました。定年や任期がなく、継続性のある組織で、女性や高齢者を含めて積極的に活動しています。

年数回の訓練を行っているほか、支援希望のアンケート実施や、緊急度の高い人を中心とした地図を作成し、自宅訪問で状況確認をしています。



これからやりたいこと

- 自助の心を養う取り組みの実施
- 要援護者などを受け入れるため、避難所開設のエキスパートを避難所ごとに養成

南区

民生委員と連携して、避難支援をスムーズに

訓練の訪問時には外に出られない要援護者から喜ばれ、頼りにされています



双葉自治会会長
戸部陽一郎さん

●現在の取り組み

要援護者を把握するための調査票を、自治会加入世帯だけではなく、民生委員や高齢者支援センターを通して配布しています。提出時には個人情報が見えないように工夫をしました。回収した調査票を基に名簿を作成するため、民生委員と意見交換を行っています。民生委員との連携により、自治会員ではない要援護者の把握もできて、とても助かっています。



これからやりたいこと

- 安否確認訓練への参加者を増やすため、年4回の訓練を実施
- 自治会活動を通じた隣近所との関係づくり

避難支援の取り組みは、地域の皆さん一人一人の協力なしではできません。身近な地域での支え合いによる取り組みに、ご理解とご協力をお願いします。

災害時要援護者避難支援の取り組みについて詳しくはこちら

災害時要援護者 相模原

検索



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4日(日)午前9時～午後3時
会国民健康保険課(市役所本館1階)
 ※保険証発行などの業務は行いません。
問同課(☎042-769-8234)

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
時休日=3月4日(日)午前9時～午後4時
 夜間=3月13日(火)・22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。

分譲マンション管理 無料相談会

時3月10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9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

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6日(火)・20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=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

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 4日(月)・5日(火)

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
申上表の時間に、電話でねんきんダイヤル(☎0570-05-1165(050で始まる電話からは☎03-6700-1165))へ
 ※申込時に基礎年金番号が必要
問相模原年金事務所(☎042-745-8101)

職業安定法が改正されました

1月1日から、求人票や募集要項などの内容と労働契約の内容が異なる場合、異なる点の明示が義務付けられました。
例当初の明示と異なる内容の労働条件を提示する場合
 当初 基本給月額30万円→28万円
 ※詳しくはお問い合わせください。
問神奈川労働局需給調整事業課(☎045-650-2810)

募集

相模湖やまなみ祭の出店者

飲食店やフリーマーケットなど
時4月29日(祝)午前10時～午後3時
会県立相模湖公園 費1,000～3,000円
申3月30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。

「泳げ鯉のぼり相模川」の鯉のぼり

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、寄贈してください。
 ※子どもが初節句の場合は、5m以上の鯉のぼりの腹部に名前を書いてください。
 ※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30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
 ※初節句でない場合は、土・日曜日、祝日等も同センターロビーに設置してある「鯉のぼり寄贈受付ボックス」で受け付け可
問市コールセンター(☎042-770-7777)

あじさい青年学級生(全10回)

スポーツやキャンプなどのレクリエーション活動
時4月～平成31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=10人(申込順)
費2,000円
 ※参加費(飲食代など)が別途必要
申3月15日までに、電話で同学級(市手をつなぐ育成会内 ☎042-759-4310)へ

市民桜まつり ごみ分別ボランティア

時4月7日(土)午後1時～6時、4月8日(日)午前10時～午後6時
会市役所さくら通りほか
 ※希望者は説明会への参加が必要
説明会
時4月2日(月)午後7時～8時
会市民ギャラリー
 ※希望者は直接会場へ
問さがみゴミユニティ実行委員会の中村さん(☎090-4926-7113)

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
対医師・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

自然環境観察員

身近な生き物の調査などを通じ、自然環境への関心を高めることを目的とするボランティア制度
期間4月～平成31年3月
対市内在住か在勤・在学の中学生以上
定100人程度(申込順)
申3月31日(必着)までに、さがみファクスに8面上の必要事項を書いて、環境情報センター(〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-751-2036 ☎042-769-9248)へ
 ※同センターホームページからも申し込みます。

イベント

オーサーズカフェ

「食体験で夢を叶える力を育む」

時3月10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)

女子美術大学 大学院修了制作作品展

洋画や日本画、版画、工芸など
時3月11日(日)～17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)

講演・講座

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！」

日にち	内容
① 3月 9日(金)	講座「親子のコミュニケーションって？」
② 3月10日(土)	お話の部屋(パネルシアターなど)

時午前10時～11時30分
会和泉短期大学(中央区青葉)
対①子育て中の保護者(子ども同伴可。保育あり)②未就学児とその保護者(小学生以上の子ども同伴可)
 ※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。
問同大学(☎042-754-1133)

イチオシ! 素敵な作品との出会い

入賞作品を展示

さがみはら観光写真コンテスト

日にち	時間	会場	展示作品
3月 5日(月)～9日(金)	午前8時30分～午後5時	市役所本館	最優秀賞1点、特選3点、部門賞5点、入選15点、審査員特別賞2点
3月12日(月)～16日(金)		南区合同庁舎	
3月19日(月)～23日(金)		緑区合同庁舎	

問市観光協会 ☎042-771-3767

市民桜まつり絵画コンテスト

日にち	時間	会場	展示作品
3月 2日(金)～9日(金)	午前8時30分～午後5時	南区合同庁舎	桜まつり大賞2点、桜まつり賞20点
3月12日(月)～16日(金)		市役所本館	
3月19日(月)～23日(金)		緑区合同庁舎	
4月7日(土)	午後1時～5時	産業会館2階	
4月8日(日)	午前10時～午後4時		

問市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

フォトシティさがみはら2017 アマチュアの部受賞作品展

日にち	時間	会場
3月 2日(金)～30日(金) (土・日曜日、祝日等を除く)	午前9時～午後3時	JA相模原市 さがみ夢大通り支店 (中央区相模原)
3月12日(月)～18日(日)	午前9時～午後7時 (12日は午後1時から、18日は午後5時まで)	もみじホール城山
3月17日(土)～29日(木) (火曜日を除く)	午前9時～午後9時 (29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

●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)



依存症対策シンポジウム

ギャンブル依存症についての講演会とパネルディスカッション
時3月10日(土)午後1時30分~4時30分
会横浜ランドマークタワー25階バンケットルームA(横浜市西区みなとみらい)
講鶴身孝介さん(京都大学医学部附属病院助教)
定200人(先着順)
※希望者は直接会場へ
会県立精神医療センター(☎045-822-0241)

森づくりボランティア講座「刈払機安全衛生教育」

時3月17日(土)午前8時~午後5時
会日立建機教習センター神奈川教習所(中央区淵野辺)
対18歳以上(高校生を除く)
定10人(申込順)
費1万2,000円
申3月14日までに、直接か電話で市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ

子育て広場たんとうセミナー「子どもの病院のかかり方」

時3月17日(土)午前10時15分~正午
会伊勢丹相模原店(南区相模大野)
対乳幼児の保護者=15組(申込順)
※子ども同伴可
※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メールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、携帯電話番号、子どもと保護者の各参加人数、「子どもの病院のかかり方」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 ㊟tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

凧作り教室

簡単にできる角凧作り
時3月24日(土)午後1時30分~4時
会相模の大凧センター
定20人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費500円(材料費含む)
申直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、同センター(☎046-255-1311 ㊟046-255-1361)へ

寸劇講座「最期まで自分らしく生きるために~人生の締めくくりをどう迎えるか~」

時3月25日(日)午前10時~11時45分
会ユニコムプラザさがみはら
対市内在住の人=60人(申込順)
費500円
申3月20日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

あじさい大学・地域活動支援事業公開講座「認知症予防の美容術-10歳若返って街で活躍-」

時3月16日(金)午後2時~4時
会市民会館第2大会議室
対市内在住の50歳以上=80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

みどりの講習会~はじめよう!ハーブ生活 キッチンハーブの寄せ植えづくり~

時4月11日(水)午前10時~正午
会環境情報センター
対市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)=24人(申込順)
費2,500円
申3月29日までに、直接か電話で市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ

シルバー人材センターの教室

教員経験などがある同センター会員が、宿題や復習、苦手克服をサポート
小学生おさらい教室<全3回>

Table with 3 columns: 日(日), 時間(時間), 定員(定員). Rows for 3月26日(月)~28日(水) and 3月29日(木)~30日(金), 4月2日(月).

対小学生
※国語と算数のみ
中学生数学教室<全3回>

Table with 3 columns: 日(日), 時間(時間), 定員(定員). Rows for 3月26日(月)~28日(水) and 3月29日(木)~30日(金), 4月2日(月).

対中学生
会同センター緑・中央・南事務所
費各3,000円
申開催日1週間前までに、電話で各会場へ

Table with 2 columns: 会場(会場), 電話番号(電話番号). Rows for 緑事務所, 中央事務所, 南事務所.

さくらカフェ

桜の専門家による「桜守の役割」をテーマにしたオープンセミナー
時3月3日(土)午後2時~3時
会ユニコムプラザさがみはら
定50人(先着順) ※希望者は直接会場へ
問さがまちコンソーシアム事務局(☎042-703-8535)

初心者民謡講座<全10回>

時4月6日~6月22日の毎週金曜日(5月4日、6月1日を除く)午前10時~正午

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、電話か、ファクスに8面上の必要事項を書いて、市民謡協会の小野寺さん(☎090-1704-9410 ㊟046-267-4757)へ

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5日(月)午後1時30分~2時30分
会環境情報センター
※希望者は直接会場へ
問同センター(☎042-769-9248)

市民健康文化センター 施設の教室
水泳<全11回> ★プール利用料が別途必要
①年少・年中幼児水泳 ②小学1・2年生水泳 ③小学3~6年生水泳 ④平泳ぎ ⑤年長幼児水泳 ⑥小学1・2年生水泳 ⑦小学3~6年生水泳 ⑧初心者水泳 ⑨レベルアップ水泳 ⑩年少・年中幼児水泳 ⑪小学1・2年生水泳 ⑫小学3~6年生水泳 ⑬初心者水泳 ⑭中級水泳 ⑮年長幼児水泳 ⑯小学1・2年生水泳 ⑰小学3~6年生水泳 ⑱親子水泳
スポーツ教室<全11回>
⑲いきいき健康 ⑳ヨガ ㉑アロマストレッチ ㉒親子ふれあいヨガ ㉓初級エアロビクス ㉔フラダンス
定①~⑰各50人⑱⑳各20組㉑~㉓各40人(抽選)
申3月25日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項と性別、教室番号・曜日(複数可)、小学生は新学年を書いて、同センターへ
※複数の教室を申し込む場合は、希望順を書いてください。

イチオシ! 農業を学ぶ

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11日~平成31年2月13日の水曜日(月2・3回程度)
会市農業協同組合営農センター(緑区田名)
対同組合所管地区内に住んでいる68歳以下の人
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
定20人(抽選)
※事前説明会終了後に抽選を行います。
事前説明会
時4月4日(水)午前10時~正午
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



イチオシ! 省エネ活動

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

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「まちだ・さがみはら絆・創・光」
時午後6時~8時30分
問環境政策課 ☎042-769-8240



関連イベント「星空を見上げて、地球のことを考えよう」希望者は直接会場へ

①講演会 午後6時~7時
会町田ターミナルプラザ(町田市原町田)
②星空観望会 午後7時~8時(雨天中止)
会町田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
〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名など	日にち	時間	対象	定員	費用
①未就園児親子体操(全9回)	4月9日～6月18日 の毎週月曜日 (4月30日、5月28日を除く)	午前10時30分～11時30分	2・3歳児とその保護者	20組(申込順)	各9,900円
②跳び箱・鉄棒(全9回)	4月13日～6月29日 の毎週金曜日 (5月4日・25日、6月1日を除く)	午後4時10分～5時10分 午後5時20分～6時20分	新年中・年長 小学校新1～4年生	各20人(申込順)	
	4月11日～6月20日 の毎週水曜日(5月2日・23日を除く)	午後3時40分～4時40分 午後4時50分～5時50分	新年中・年長 小学校新1～4年生		
③いきいきウォーキング(全10回)	4月10日～6月19日 の毎週火曜日 (6月5日を除く)	午前 9時30分～10時45分	18歳以上(高校生を除く)	各35人(申込順)	各5,000円
④はつらつジョギング(全10回)		午前11時～午後 0時15分			
⑤ソフトエアロ&ストレッチ(全8回)	4月13日～6月15日 の毎週金曜日(5月4日・25日を除く)	午後2時30分～4時	18歳以上(高校生を除く)	各20人(抽選)	各4,000円
	4月16日～6月11日 の毎週月曜日 (4月30日を除く)	午前10時30分～正午			
⑥リラックスヨガ(全12回)	4月18日～7月18日 の毎週水曜日(5月2日・23日を除く)	⑥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)	各8,400円
	4月19日～7月19日 の毎週木曜日(5月3日・24日を除く)				
⑦リフレッシュヨガ(全12回)	4月20日～7月27日 の毎週金曜日 (5月4日・25日、6月1日を除く)	⑦午前11時～正午			

☎電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と、②小学生は新学年、②⑤～⑦は希望日時を書いて、同所(☎042-777-0161 ☎asamizo-stadium@dream.jp)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)	費用
スタイルアップヨガ(全10回)	4月10日～6月12日 の毎週火曜日	午前 9時30分～10時30分	各30人	各5,500円
リズム体操ストレッチ(全10回)		午前10時45分～11時45分		
ZUMBA(全10回)	4月11日～6月13日 の毎週水曜日	午前10時～11時	40人	各4,500円
ピラティス & ボディケアストレッチ(全10回)		午前10時30分～11時45分		
かんたんフラダンス(全10回)	4月12日～6月14日 の毎週木曜日	午後1時～2時	30人	各5,500円
やさしいヨガ(全10回)		午前 9時30分～10時30分		
ノルディックウォーキング(全8回)	4月12日～6月7日 の毎週木曜日 (5月3日を除く)	午前10時30分～正午	各30人	4,500円
カラダ調整エクササイズ(全10回)	4月12日～6月21日 の毎週木曜日 (5月3日を除く)	午後1時～2時		
初・中級バドミントン(全10回)	4月13日～6月22日 の毎週金曜日 (5月4日を除く)	午前10時～11時30分	60人	4,500円

☎15歳以上(中学生を除く)
☎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

銀河アリーナ 施設の教室
〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

幼児スケート(全4回)
☎3月31日～4月28日の毎週土曜日(4月21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
※貸靴代別途1回210円
☎3月15日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項を書いて、同所へ



さがみはらグリーンプール 施設の教室
〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
①バタフライを泳ぎましょう	3月19日(月)	午後1時30分～2時30分	18歳以上(高校生を除く)	30人(申込順)	500円
②ジュニア苦手克服水泳(全4回)	3月19日(月) ・20日(火) ・22日(木) ・23日(金)	午後5時30分～6時30分	クロール呼吸、平泳ぎ、バタフライが苦手な小・中学生	40人(申込順)	2,000円
③競泳スタート	3月22日(木)	午前 9時30分～10時30分	18歳以上(高校生を除く)	30人(申込順)	1,000円
④春季幼児体育(全12回)	4月6日～6月29日 の毎週金曜日 (5月4日を除く)	午後4時～4時50分	新年中・年長	各10人(抽選)	各6,000円
	4月7日～6月30日 の毎週土曜日 (5月5日を除く)	午前10時～10時50分			
	4月8日～7月1日 の毎週日曜日 (5月6日を除く)				
⑤春季小学生体育(全12回)	4月6日～6月29日 の毎週金曜日 (5月4日を除く)	午後5時～5時50分	小学生	各12人(抽選)	各6,000円
	4月7日～6月30日 の毎週土曜日 (5月5日を除く)	午前11時～11時50分			
	4月8日～7月1日 の毎週日曜日 (5月6日を除く)				
⑥絵手紙	4月16日(月)	午前10時～正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人(申込順)	1,200円
⑦ビーズアクセサリ	4月28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)	各20人(申込順)	1,500円

☎①～③⑥⑦直接か電話で同プールへ。④⑤3月19日(必着)までに、往復はがき(1教室1枚。同教室であれば兄弟姉妹の連名可)に11面上の必要事項、希望曜日、⑤は新学年を書いて、同プールへ

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

教室名	日にち	時間	対象	費用
①大人の水泳(上級)(全11回)	4月9日～7月9日 の毎週月曜日 (4月30日、5月21日・28日を除く)	午前11時20分～午後 0時20分	16歳以上の上級者	各9,900円
②プールだいすき!月曜日(全11回)		午後4時20分～5時20分	5歳～小学校新3年生の初心者	
③チャレンジスイム(初級)(全11回)		午後5時30分～6時30分	5m以上泳げる小学生	
④チャレンジスイム(中級)(全11回)	4月11日～7月18日 の毎週水曜日 (5月16日・23日・30日を除く)	午後7時～7時45分	25m以上泳げる小・中学生	各8,800円
⑤アクアストレッチ(全11回)		午後5時30分～6時30分	16歳以上	
⑥大人の水泳(初級ステップ2)(全12回)	4月12日～7月19日 の毎週木曜日 (5月3日・17日・24日・31日を除く)	午前 9時20分～10時20分	16歳以上の初級者～中級者	各1万800円
⑦大人の水泳(中級)(全12回)		午前11時20分～午後 0時20分	16歳以上の中級者	
⑧プールだいすき!水曜日(全12回)		午後4時20分～5時20分	3歳～小学校新2年生の初心者	
⑨目指せ25mクロール水曜日(全12回)	4月13日～7月20日 の毎週金曜日 (5月4日・18日・25日、6月1日を除く)	午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生	各9,900円
⑩大人の水泳(初級ステップ1)(全11回)		午後4時20分～5時20分	16歳以上の初級者	
⑪プールだいすき!金曜日(全11回)	4月17日～7月17日 の毎週火曜日 (5月15日・22日・29日、7月10日を除く)	午後5時30分～6時30分	5歳～小学校新3年生の初心者	各9,000円
⑫目指せ25mクロール金曜日(全11回)		午後9時20分～10時20分	16歳以上の初心者	

☎①⑤⑦⑩⑬各20人②⑧⑨⑪⑫各25人③④各15人⑥10人(抽選)
☎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、小学生は新学年を書いて、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

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!

「ホーム・スイートホーム」

時 3月17日(土)午後1時30分~3時20分

定 70人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

※3月1日から同センターで配布する整理券が必要

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

「マンドリン~ポップス・クラシック~」

時 3月17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

体幹トレーニング教室

時 3月21日(祝)午後6時30分~8時

対 市内在住か在勤の人(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

申 3月10日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに11面上の必要事項を書いて、同所(☎042-775-5515) ☑sun-yell@ajisaimeitsu.or.jpへ

青少年学習センター

〒252-0207 中央区矢部新町3-15
☎042-751-0091

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

時 3月11日(日)午前10時30分~午後4時

会 市民会館

※希望者は直接会場へ

あそびの学校スペシャル

宝探しゲームや工作など、さまざまな遊びを体験

時 3月18日(日)午後2時~4時

対 市内在住の小学生

定 50人(先着順)

※希望者は動きやすい服装・靴で直接会場へ

市少年少女合唱団 定期演奏会

小学生から高校生までの団員がオリジナル曲などを披露

時 3月21日(祝)午後1時30分~3時30分

会 市民会館

定 300人(先着順)

※希望者は直接会場へ



さがみはら国際交流ラウンジ

〒252-0233 中央区鹿沼台1-9-15
☎☎042-750-4150

ハローインターナショナル

世界の料理教室

ネパールやペルーの料理作り、会食、交流

時 3月17日(土)午前10時~午後1時

会 ソレイユさがみ

定 25人(申込順)

費 1,000円

申 3月2日~14日に、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「世界の料理教室」と書いて、同ラウンジへ

お茶会~外国人との交流の広場~

メキシコ人による母国のお話と交流会

時 3月18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)

費 100円(中学生以下無料)

※希望者は直接会場へ

カナダ人国際交流員と

親子でEaster Eggs Fun!

卵に絵を描くエッグデコレーションなど

時 3月25日(日)午前10時~11時30分

会 ユニコムプラザさがみはら

対 市内在住か在学の子4歳~小学校3年生とその保護者=25人(申込順)

費 100円

申 3月2日~20日に、電話で同ラウンジへ

通訳実務・実践研修会 医療編

状況に応じた実践演習等を通して、医療分野での通訳の心得などを学ぶ

時 3月24日(土)午前10時~正午

対 市内在住か在勤・在学中、医療分野の通訳ボランティアに関心がある人

定 30人(申込順)

申 3月2日~19日に、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(水)午後2時~3時30分

対 市内在住かIn勤・在学中で障害のある人(小学生以下は要付き添い)

定 50人(申込順)

※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)

※ボランティア同時募集(定2人(申込順))

申 3月20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(☎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3日(土)

※毎週月曜日は定休日

問 同センター(☎042-755-5790)

市民健康文化センター

時 3月12日(月)

問 同センター(☎042-747-3776)

LCA国際小学校北の丘センター

時 3月13日(火)

問 同センター(☎042-773-5570)

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

春季ペタンク競技大会

時 4月7日(土)午前8時~午後3時30分

会 相模原麻溝公園スポーツ広場

対 市内在住かIn勤の人

定 120人(抽選)

費 700円(市ペタンク協会員は500円)

申 3月22日(必着)までに、はがきに11面上の必要事項を書いて、市体育協会へ

市民少林寺拳法選手権大会

時 4月15日(日)午前9時

会 総合体育館

対 市内在住かIn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。

グラウンド・ゴルフ交流大会

時 3月24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

フォーク・レクダンス交流パーティー

時 3月17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

チャリティースイム・イン・さがみはら

平成30年度ねりんピック富山大会選手選考会を兼ねています。

時 4月15日(日)

会 さがみはらグリーンプール

対 小学生以上

費 1種目500円

※申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある開催要項か市水泳協会ホームページをご覧ください。

春季短水路記録会(水泳)

平成30年度ねりんピック富山大会選手選考会を兼ねています。

時 3月25日(日)午前9時~午後5時

会 さがみはらグリーンプール

費 1種目800円、リレー1,600円

※申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある開催要項か市水泳協会ホームページをご覧ください。

初心者水泳教室(全10回)

クラス・日時	泳法
① 4月3日~6月5日の毎週火曜日 午前10時~11時	△顔つけ~浮き身 □バタ足~呼吸なしクロール
② 4月4日~6月6日の毎週水曜日 午後7時~8時	△背浮き~背泳ぎ □呼吸ありクロール
③ 4月3日~6月5日の毎週火曜日 午前11時~正午	□平泳ぎ
④ 4月4日~6月6日の毎週水曜日 午後8時~9時	□バタフライ

会 さがみはらグリーンプール

対 18歳以上

定 各50人(抽選)

費 各6,000円

申 3月10日(消印有効)までに、往復はがきに11面上の必要事項と希望クラス・泳法を書いて、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。

●三曲協会第30回記念演奏会 曲目は『六段の調』ほか 3月11日(日)午後1時~4時、あじさい会館 ☎高松(☎042-773-6671)

仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

●歌謡合唱 月3回水曜日午後1時、相武台公民館 ☎久保(☎090-4418-0373)

●英会話 毎週水曜日午前9時30分、大野北公民館。見学可 ☎守屋(☎090-2666-3926)

●社交ダンス 毎週水曜日午後7時30分、総合学習センター。初心者歓迎 ☎後藤(☎090-4361-0259)

●日本画・水墨画 毎月第1・第3火曜日午後1時、市民会館第2中会議室 ☎岡村(☎080-2010-6851)

●親子英会話 毎月第1・第3金曜日午前9時30分、大野北公民館。対象は1歳~3歳の未就園児とその保護者 ☎伊藤(☎050-3703-6189)

●書道 毎月第2・第4水曜日午前10時、社のホールはしもとセミナールーム2。初

心者歓迎、見学可 ☎大村(☎042-774-6631)

●混声合唱 月3回火曜日午前9時30分、東林ふれあいセンターほか ☎小西(☎042-742-1135)

募集

応募方法など詳しくはお問い合わせください。

●乳児グループ活動(全15回) 個々のペースを大切に保育など 5月~平成31年1月の隔週金曜日午前10時40分~午後0時10分、東京家政学院大学(町田市相原町)。対象は2歳までの子どもとその保護者。定員15組(抽選)。費用3,500円(保険代別)。申し込み方法など詳しくは、

3月15日までにお問い合わせください。☎同大学(☎042-782-9811)

応募は発行日の3週間前まで

掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。

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
☎042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。

子育て・保健・介護予防事業については、別冊ウェルネス通信でもお知らせしています。

灯りの街 春の相模湖

小原宿ライトアップ

江戸時代の宿場町の面影を残す街道沿いや本陣に灯りをともします。幻想的な空間の中、和太鼓や二胡などの演奏を楽しめます。

時 3月24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)

問 相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3212

川尻財産区 本沢梅園一般開放

開花に合わせて開放される園内で、白い花を付けた約1,000本の梅の木が楽しめます。

時 3月3日(土)～18日(日)

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



問 市コールセンター ☎042-770-7777

春休みキッズ走り方教室

走るときに大切な速い動きを身に付けるプログラムです。

コース	日にち	時間	会場	費用
①1日コース	4月7日(土) 〈予備日4月21日(土)〉	午前10時 30分～正午	小山公園 スポーツ広場	各日 1,000円
②2日間コース	4月2日(月)・3日(火) 〈予備日4月4日(水)〉		横山公園人工芝 グラウンド	

※予備日も雨天の場合は中止

対 小学生=各40人(申込順)

申 4月①6日②1日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号、「キッズ走り方教室」と書いて、①小山公園(☎042-700-0801 FAX 042-700-0802) ②横山公園(☎042-758-0886 FAX 042-758-0586)へ



NHK全国放送公開番組



「昭和ヒット倶楽部」



2月9日に杜のホールはしもとで収録した同番組を、NHKラジオ第1、国際放送で放送します。

放送日 3月①15日(木)②22日(木)③29日(木)
午後9時30分～9時55分

出演者 ①③新沼謙治さん ②③真木ことみさん

※放送日時は変更になる場合があります。

※詳しくは、昭和ヒット倶楽部ホームページをご覧ください。

問 NHK横浜放送局 ☎045-212-2822



サッカースクール



日本サッカー協会公認指導員が指導します。

コース	日にち	時間	対象	無料体験日
①U-6	4月9日～6月18日の月曜日 (4月30日を除く)	午後5時～6時	4歳～6歳の未就学児	4月2日(月)
②U-10		午後6時～7時	小学校新3・4年生	
③U-8	4月11日～6月13日の水曜日	午後5時～6時	小学校新1・2年生	4月4日(水)
④U-12		午後6時～7時	小学校新5・6年生	

※無料体験は各コースと同じ時間に実施します。

会 小山公園スポーツ広場

定 各28人(申込順)

費 ①③各1万2,000円 ②④各1万3,000円
(保険料・指導料を含む)

申 開催日前日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年(①を除く)、性別、電話番号、希望コース、無料体験の希望者は「体験」と書いて、同公園(☎042-700-0801 FAX 042-700-0802)へ



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.1380

平成30年(2018年)

3/1

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14日(水)午前10時～11時30分
 会 ⑦
 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
 申 ⑪⑫⑬

日にち	会場ほか
3月20日(火)	二本松(㊄)、 陽光台(㊄)
3月22日(木)	湖(㊄)、大沼(㊄)

- ㊄ こどもセンター
- ㊄ 栄養士による栄養相談もあり
- ㊄ 歯科衛生士による歯科相談もあり



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
4月9日(月)	午後1時～2時15分	南	⑮
4月20日(金)	午後2時45分～4時	緑	
4月23日(月)	～4時	ウ	

対 平成29年10～11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)

ファミリーサポートセンター会員募集

子どもの送迎など、子育ての手助けを受けたい人(利用会員)と子育ての手助けをしたい人(援助会員)を募集します。

対 市内在住か在勤・在学で入会説明会に参加でき、次に該当する人

利用会員

生後0カ月～小学生(障害児は18歳まで)の子どもがいる
 ※生後3カ月未満の子どもは、保護者がその場にいる場合のみ利用可
 ※妊娠中の人もご相談ください。

援助会員

20歳以上で、後日行う講習会に参加できる
 ※保育士・幼稚園教諭・小学校教諭、保健師などの資格が免許がある人は、一部免除
入会説明会

日にち	時間(1時間程度)	会場
3月5日(月)	午前10時30分	緑区合同庁舎
3月10日(土)	午前10時30分	あじさい会館
3月19日(月)	午後1時30分	南区合同庁舎

申 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望の会員種別、入会説明会参加希望日を書いて、同センター(☎042-730-3885 ✉famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp)へ

精神科セカンドオピニオン外来

時 3月28日(水)午前10時～正午 会 ⑪
 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は受け付けません。
 定 3人(抽選) 費 2,000円
 申 3月12日までに⑭

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
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)	緑	⑮	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		津		
	火曜日		湖		
	水曜日		藤		
	金曜日		城		
精神保健相談 (精神科医)	3月13日(火)	午後1時～2時	南	⑮	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) 南 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
	3月23日(金)		ウ		
	3月14日(水)		津		
	3月27日(火)		津		
	3月19日(月)		津		
	3月20日(火)		緑		
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	4月11日(水)	午前9時～11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)
	4月26日(木)		緑		
HIV(エイズ)等の検査・相談	火曜日	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10日(土)		橋		
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	3月15日(木)	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)
			け		
みんなのアルコール相談	3月20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)
			け		
アルコール・薬物家族教室	3月26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)
			ウ		
くすりの相談	3月15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 閩市薬剤師会 ☎042-756-1502
家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」	3月14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 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 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

昨年度の集団
検診の申し込み
混雑状況が
確認できます



市内協力医療機関や公共施設で、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

▶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14日(土)	ウェルネスさがみはら	5月13日(日)	大野小学校
4月15日(日)	南保健福祉センター	5月15日(火)	銀河アリーナ
4月21日(土)	緑台小学校	5月18日(金)	ウェルネスさがみはら
4月22日(日)	城山保健福祉センター	5月19日(土)	藤野中央公民館
4月26日(木)	ウェルネスさがみはら	5月20日(日)	南保健福祉センター
4月28日(土)	南保健福祉センター	5月23日(水)	北総合体育館
4月29日(日)	緑区合同庁舎	5月26日(土)	緑区合同庁舎
5月12日(土)	桂北小学校	5月27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

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、
※乳は別途指定する時間

締切日 検診日の14日前

※4月14日(土)・15日(日)実施分については4月4日まで

☑電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※定員になり次第締め切り。乳は申し込み多数の場合、抽選

..... 共 通

☑胃・大腸・肺 = 40歳以上 ○子宮 = 20歳以上の女性

○乳(視触診のみ) = 30歳以上の女性

(視触診+マンモグラフィ) = 40歳以上の女性で2年に1回の受診

※乳は、授乳中や生理中、生理前1週間は受診をご遠慮ください。

▶(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、右表の集団検診(検診車)と同じ会場を実施

日にち	会場	時間・対象・費用など
4月15日(日)	南保健福祉センター	随時 午前のみ
4月29日(祝)	緑区合同庁舎	対市国民健康保険加入の40歳～74歳※ 費用 1,000円
5月13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20日(日)	南保健福祉センター	※4月15日(日)実施分については4月4日まで
5月27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	40歳～80歳	500円	口腔内診査 (歯周病の状態など)

▶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
右表の集団検診(検診車)と同じ	65歳以上(30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



お済みですか 平成29年度高齢者の肺炎球菌感染症予防接種は3月31日までです

接種を希望する対象者は、直接協力医療機関へ申し込んでください。

☑協力医療機関

☑市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- 29年4月～30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の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

☑4,000円

(接種時に医療機関でお支払いください)

※対象者や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

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は、免除要件確認資料を医療機関に提示すると費用が免除されます。

免除要件確認資料(次のいずれかで、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)



中途失聴・難聴者のためのコミュニケーション交流会

日常生活に必要なコミュニケーション方法を学び、難聴者とその家族、友人、知人らが親睦を深め、情報交換を行います。

☑3月17日(土)午後1時～3時

☑市民会館講習室

☑市内在住の①18歳以上の中途失聴・難聴者②その家族、友人、知人

☑30人(申込順)

※要約筆記あり

☑3月14日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号、①は障害の程度、②は①との関係を書いて、市難聴者協会・土の会の佐藤さん(☎☎042-769-5987)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10日(土)	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13日(火)		市役所前

☑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。



☑地域保健課 ☎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

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

※事前に連絡を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

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

(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。

