

みどり区 さがみはら 広報

NO.1399
毎月
1日・15日発行
12/15
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 年末年始のお知らせ 2
- あなたの一歩が相模原を強くします 消防団員になろうよ! ... 7
- みどり区版 12
- 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



今年もたくさんの出会いがあったね!
来年はどんな年になるのかなあ?

みどり区TOPICS

さがみ湖やまなみイルミネーションクリスマスイベント

幻想的な輝きの中、音楽隊の奏でる演奏を楽しみませんか。さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト方面へ渡し船の夜間運航も行われます。

時 12月23日(祝)
音楽隊の演奏 午後5時30分～6時
渡し船の夜間運航 午後3時～8時 ※帰りの便は午後10時まで
(県立相模湖公園～さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト方面(関川))
会 県立相模湖公園
問 さがみ湖やまなみイルミネーション実行委員会(相模湖観光協会内) ☎042-684-2633



相模湖駅周辺のイルミネーション

1月 JANUARY

- 3日 青山学院大学が東京箱根間往復大学駅伝(箱根駅伝)で4連覇を達成
- 20日 2020年東京オリンピック競技大会でカナダボートチームが、相模湖で事前キャンプを実施することを決定



2月 FEBRUARY

- 2日 JAXA相模原キャンパス宇宙科学探査交流棟がオープン



- 9日～25日 平昌オリンピック冬季競技大会で齋藤仁美選手など本市ゆかりの選手が活躍

3月 MARCH

- 26日 相模総合補給廠一部返還地に東西道路が開通
- 29日 緑区役所青根出張所・青根公民館、津久井消防署青根分署の複合施設が完成



4月 APRIL

- 1日 ○高等学校などへの修学が困難な生徒を対象に新たな給付型奨学金を創設
○さがみはら成年後見・あんしんセンター、ひきこもり支援ステーションを開設
- 21日 相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはらの来館者数が300万人を達成
- 27日 本市がカナダのホストタウンとして登録される



5月 MAY

- 27日 大規模な水害に備え、相模川で水防演習を実施

6月 JUNE

- 27日 「はやぶさ2」が小惑星リュウグウに到着



7月 JULY

- 1日 ○自転車損害賠償保険などへの加入が義務化
○子どもの居場所総合相談窓口を市社会福祉協議会に開設
- 23日 津久井やまゆり園事件追悼式を実施
- 30日 ブラジル代表水泳チームが、さがみはらグリーンプールでテストキャンプを実施(～8月10日)



平成最後の年末
この1年の出来事を振り返る

さがみはら

2018



8月 AUGUST

- 1日 乳幼児を対象としたブックスタート・セカンドブック事業を開始
- 9日 2020年東京オリンピック競技大会自転車ロードレース競技のコースの一部が本市内に決定



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を推進!

ブラジル連邦共和国に続き、カナダのホストタウンとなった本市では、2020年に向けたテストキャンプの実施や、両国との交流事業を開催しました。

また、自転車ロードレース競技のコースが市内を通ることが決定し、大会の成功に向けて、市としてもより一層の取り組みを進めていきます。



ブラジル選手団と一緒にブラジル料理を堪能

10月 OCTOBER

- 1日 ○新生児聴覚検査の助成開始
○子どもの医療費助成の拡大
○台風24号により国道413号などが被災
- 20・21日 潤水都市さがみはらフェスタにて市出身のアーティスト・キンモクセイが10年ぶりの復活ライブを実施(上)。同フェスタ内では「共にささえあい生きる社会 さがみパラフェスタ」を初開催



未来を担う子どもたちが安心して暮らせる社会に

新生児聴覚検査の助成開始や子どもの医療費助成の対象年齢を拡大したほか、子育て世代の保護者との意見交換など、安心して子どもを生育育てられるまちづくりに取り組みました。



11月 NOVEMBER

- 21日 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)の来場者数が1,000万人を達成
- 30日 風しんの流行に伴い、予防接種費用などの助成対象を妊婦の配偶者などにも拡大

12月 DECEMBER

- 2日 SC相模原の川口能活選手が、相模原ギオンスタジアムでの公式戦を最後に現役を引退。クラブ史上最多の12,612人の観客を動員

- 年末年始のお知らせ 2
- あなたの一歩が相模原を強くします 消防団員になろうよ! ... 7
- ちゅうおう区版 12
- 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



今年もたくさんの出会いがあったね!
 来年はどんな年になるのかなあ?

ちゅうおう区

さがみはら

広報

NO.1399
 毎月
 1日・15日発行
12/15
 2018
 平成30年
 SAGAMIHARA

ちゅうおう区 TOPICS

まちづくりサミットin光が丘が開催されました。

12月3日(月)、光が丘地区で中高生と中央区長、相模原警察署員が区のまちづくりについて意見を交換する「まちづくりサミットin光が丘」が行われました。当日は、自転車事故の防止や防犯への取り組みなどについて熱い議論が交わされ、中高生の視点から、素晴らしい提案をいただきました。区役所としても皆さんの意見を踏まえ、安全安心なまちづくりにしっかりと取り組んでいきます。

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



1月 JANUARY

- 3日 青山学院大学が東京箱根間往復大学駅伝(箱根駅伝)で4連覇を達成
- 20日 2020年東京オリンピック競技大会でカナダボートチームが、相模湖で事前キャンプを実施することを決定



2月 FEBRUARY

- 2日 JAXA相模原キャンパス宇宙科学探査交流棟がオープン



- 9日~25日 平昌オリンピック冬季競技大会で齋藤仁美選手など本市ゆかりの選手が活躍

3月 MARCH

- 26日 相模総合補給廠一部返還地に東西道路が開通
- 29日 緑区役所青根出張所・青根公民館、津久井消防署青根分署の複合施設が完成



4月 APRIL

- 1日 ○高等学校などへの修学が困難な生徒を対象に新たな給付型奨学金を創設
- さがみはら成年後見・あんしんセンター、ひきこもり支援ステーションを開設
- 21日 相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはらの来館者数が300万人を達成
- 27日 本市がカナダのホストタウンとして登録される



5月 MAY

- 27日 大規模な水害に備え、相模川で水防演習を実施

6月 JUNE

- 27日 「はやぶさ2」が小惑星リュウグウに到着



7月 JULY

- 1日 ○自転車損害賠償保険などへの加入が義務化
- 子どもの居場所総合相談窓口を市社会福祉協議会に開設
- 23日 津久井やまゆり園事件追悼式を実施
- 30日 ブラジル代表水泳チームが、さがみはらグリーンプールでテストキャンプを実施(〜8月10日)



平成最後の年末
 この1年の出来事を振り返る

さがみはら

2018



8月 AUGUST

- 1日 乳幼児を対象としたブックスタート・セカンドブック事業を開始
- 9日 2020年東京オリンピック競技大会自転車ロードレース競技のコースの一部が本市内に決定



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を推進!

ブラジル連邦共和国に続き、カナダのホストタウンとなった本市では、2020年に向けたテストキャンプの実施や、両国との交流事業を開催しました。

また、自転車ロードレース競技のコースが市内を通ることが決定し、大会の成功に向けて、市としてもより一層の取り組みを進めていきます。



ブラジル選手団と一緒にブラジル料理を堪能

10月 OCTOBER

- 1日 ○新生児聴覚検査の助成開始
- 子どもの医療費助成の拡大
- 台風24号により国道413号などが被災
- 20・21日 潤水都市さがみはらフェスタにて市出身のアーティスト・キンモクセイが10年ぶりの復活ライブを実施(上)。同フェスタ内では「共にささえあい生きる社会 さがみパラフェスタ」を初開催



未来を担う子どもたちが安心して暮らせる社会に

新生児聴覚検査の助成開始や子どもの医療費助成の対象年齢を拡大したほか、子育て世代の保護者との意見交換など、安心して子どもを生育育てられるまちづくりに取り組みました。



11月 NOVEMBER

- 21日 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)の来場者数が1,000万人を達成
- 30日 風しんの流行に伴い、予防接種費用などの助成対象を妊婦の配偶者などにも拡大

12月 DECEMBER

- 2日 SC相模原の川口能活選手が、相模原ギオンスタジアムでの公式戦を最後に現役を引退。クラブ史上最多の12,612人の観客を動員

みなみ区 さがみはら

広報

NO.1399
毎月
1日・15日発行
12/15
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 年末年始のお知らせ 2
- あなたの一歩が相模原を強くします 消防団員になろうよ! ... 7
- みなみ区版 12
- 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



今年もたくさんの出会いがあったね!
来年はどんな年になるのかなあ?

みなみ区 TOPICS

クリスマスゴスペルライブを開催します♪

嶋田トオルwith COMODO CHOIRがゴスペルライブで相模大野のクリスマスを彩ります。
総勢80人を超えるメンバーが奏でる、圧巻のゴスペルライブ。皆さんも夜空に美しく響く生の歌声を体感してみてください。
時 12月25日(火) 午後6時~7時(小雨決行)
会 場 ノ相模大野ポーノ広場 ※希望者は直接会場へ
関南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



1月 JANUARY

- 3日 青山学院大学が東京箱根間往復大学駅伝(箱根駅伝)で4連覇を達成
- 20日 2020年東京オリンピック競技大会でカナダボートチームが、相模湖で事前キャンプを実施することを決定



2月 FEBRUARY

- 2日 JAXA相模原キャンパス宇宙科学探査交流棟がオープン
- 9日~25日 平昌オリンピック冬季競技大会で齋藤仁美選手など本市ゆかりの選手が活躍



ピョンチャン
平昌オリンピック冬季競技大会で齋藤仁美選手など本市ゆかりの選手が活躍

3月 MARCH

- 26日 相模総合補給廠一部返還地に東西道路が開通
- 29日 緑区役所青根出張所・青根公民館、津久井消防署青根分署の複合施設が完成



4月 APRIL

- 1日 ○高等学校などへの修学が困難な生徒を対象に新たな給付型奨学金を創設
- さがみはら成年後見・あんしんセンター、ひきこもり支援ステーションを開設
- 21日 相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはらの来館者数が300万人を達成
- 27日 本市がカナダのホストタウンとして登録される



5月 MAY

- 27日 大規模な水害に備え、相模川で水防演習を実施

6月 JUNE

- 27日 「はやぶさ2」が小惑星リュウグウに到着



7月 JULY

- 1日 ○自転車損害賠償保険などへの加入が義務化
- 子どもの居場所総合相談窓口を市社会福祉協議会に開設
- 23日 津久井やまゆり園事件追悼式を実施
- 30日 ブラジル代表水泳チームが、さがみはらグリーンプールでテストキャンプを実施(~8月10日)



平成最後の年末
この1年の出来事を振り返る

さがみはら

2018



8月 AUGUST

- 1日 乳幼児を対象としたブックスタート・セカンドブック事業を開始
- 9日 2020年東京オリンピック競技大会自転車ロードレース競技のコースの一部が本市内に決定



9月 SEPTEMBER

- 7日~27日 市内小学校給食でブラジル・カナダ料理を提供
- 21日~27日 ブラジル代表女子バレーボールチームが総合体育館でテストキャンプを実施



ブラジル選手団と一緒にブラジル料理を堪能

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を推進!

ブラジル連邦共和国に続き、カナダのホストタウンとなった本市では、2020年に向けたテストキャンプの実施や、両国との交流事業を開催しました。

また、自転車ロードレース競技のコースが市内を通ることが決定し、大会の成功に向けて、市としてもより一層の取り組みを進めていきます。

10月 OCTOBER

- 1日 ○新生児聴覚検査の助成開始
- 子どもの医療費助成の拡大
- 台風24号により国道413号などが被災
- 20・21日 潤水都市さがみはらフェスタにて市出身のアーティスト・キンモクセイが10年ぶりの復活ライブを実施(上)。同フェスタ内では「共にささえあい生きる社会 さがみパラフェスタ」を初開催



未来を担う子どもたちが安心して暮らせる社会に

新生児聴覚検査の助成開始や子どもの医療費助成の対象年齢を拡大したほか、子育て世代の保護者との意見交換など、安心して子どもを生育育てられるまちづくりに取り組みました。



11月 NOVEMBER

- 21日 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)の来場者数が1,000万人を達成
- 30日 風しんの流行に伴い、予防接種費用などの助成対象を妊婦の配偶者などにも拡大

12月 DECEMBER

- 2日 SC相模原の川口能活選手が、相模原ギオンスタジアムでの公式戦を最後に現役を引退。クラブ史上最多の12,612人の観客を動員

年末年始のお知らせ

市役所、その他施設などのお休み期間

区分	お休み期間
市役所、各区役所・まちづくりセンター ※1	12月29日(土)～1月3日(木)
その他の施設	市ホームページをご覧ください、各施設にお問い合わせください。
証明書自動交付機 ※2	12月30日(日)～1月3日(木)
コンビニエンスストアでの証明書交付	12月29日(土)～1月3日(木)

※1 戸籍の届け出は、上記期間でも、市役所、緑・南区合同庁舎、各総合事務所で24時間預かります。

※2 12月29日(土)の稼働時間は、午前8時30分～午後5時です。

ごみ収集などのお休み期間

区分	お休み期間
一般ごみの収集	12月30日(日)～1月2日(水)
資源、容器包装プラの収集、粗大ごみなどの施設への持ち込み	12月30日(日)～1月3日(木)
粗大ごみ戸別収集の申し込み	12月29日(土)～1月3日(木)
し尿収集の受け付け	
浄化槽清掃の受け付け(緑区(橋本・大沢地区)、中央区、南区)	

- 年末年始はごみが多いため、収集時間が変わる場合があります。
 - 年末の収集後に出されたごみは、年末年始の間、集積場所に残ったままとなります。必ず午前8時30分(夜間収集実施地区はそれぞれの決められた時間)までに出してください。
 - 粗大ごみ受け入れ施設は、年末にかけて大変混雑します。ごみの品目を確認して、なるべく早く出してください。
- ※今年度の一般ごみの収集は、1月3日(木)に再開します。

問市コールセンター ☎042-770-7777

急病・けがで困ったときは

かかりつけ医や近隣の医療機関が休診で困ったときは、次のとおりお問い合わせください。

● 急病のとき

受付時間	連絡先
12月29日(土)～1月3日(木) 24時間	相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000 診療可能な医療機関(各メディカルセンターなど)を案内します。メモの準備をしてお問い合わせください。 ※医療相談・歯科案内は行っていません。
12月29日(土)～1月4日(金) 午前8時45分～11時30分 午後1時15分～4時30分	相模原口腔保健センター ☎042-756-1501 受診前にお問い合わせください。
12月29日(土)～1月3日(木) 24時間	精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070 夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、必要に応じて精神科医療機関を紹介いたします。 ※必ず紹介することを約束するものではありません。

● ねんざ、打撲、脱臼などのとき(12月29日(土)～1月3日(木))

受付時間	連絡先
午前9時～午後5時	休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-19-4199

● 子どもの体調のことで判断に迷ったとき

電話相談	かながわ小児救急ダイヤル ☎045-722-8000 午後6時～午前0時 (市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合☎#8000)	家庭でどのように対処すればよいか、すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて相談できます。
ホームページでの案内	日本小児科学会 「こどもの救急」	すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて、判断の目安を案内しています。

※急病の診療は応急的なものです。後日、かかりつけ医か近隣の医療機関で医師の診療を必ず受けましょう。
※受診の際は、健康保険証、各種医療証を必ず持参してください(保険証などが無い場合は全額自費となります)。

相模原中央メディカルセンター ・相模原口腔保健センター

(中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)

相模原北メディカルセンター

(緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)

相模原西メディカルセンター

(緑区中野1681-1)

相模原南メディカルセンター

(南区相模大野4-4-1 相模女子大学グリーンホール内)



大雪になると、公共交通機関の運休や道路渋滞など、大きな影響が出ます。自分の身を自分で守るために、大雪への対策を今一度確認しましょう。

早めの情報収集と備蓄	雪が降ったら	車への対策
<ul style="list-style-type: none"> ● 天気予報を確認し、大雪に向けた準備をしてください。 ● 積雪による交通機関のまひ・断水などで、生活物品が手に入らない可能性があります。 ● 停電に備えて防寒具も忘れずに用意しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 不要不急の外出は避けましょう。 ● やむを得ず外出する場合は、落雪などに注意し、ゆっくり歩きましょう。 ● 雪かきをする際は、転倒や落雪などの事故が起こった時に助けを呼べるよう、必ず2人以上で行いましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 事故防止のため、スタッドレスタイヤに付け替える、チェーンを装着・携帯するなどの対策をしましょう。 ● 防寒着、長靴、カイロ、スコップ、けん引ロープ、飲料水・非常食などを準備し、道路状況に応じた無理のない運転をしましょう。

雪に関する主な警報・注意報

☼ 気象情報に注意して適切な行動を取りましょう

暴風雪特別警報	数十年に一度の雪を伴う暴風が予想され、重大な災害が発生する恐れが非常に高まったとき
大雪特別警報	数十年に一度の大雪が予想され、重大な災害が発生する恐れが非常に高まったとき
暴風雪警報	雪を伴う暴風により重大な災害が発生する恐れが高まったとき
大雪警報	大雪により重大な災害が発生する恐れが高まったとき
なだれ注意報	雪崩により災害が発生する恐れがあると予想されたとき

メールやアプリで情報を収集しよう

防災メール

Yahoo防災アプリ





未来を選ぼう

4月7日(日)は 統一地方選挙

市長・市議・県知事・県議の 選挙が同じ日に!

4月7日(日)は、第19回統一地方選挙の投票日で、本市では、市長・市議・県知事・県議の選挙が投開票されます。

選挙権年齢が満18歳以上に引き下げられてから初めての統一地方選挙

選挙権年齢が引き下げられたことにより、若い人も選挙に参加できるようになりました。私たちの暮らしに結びつく選挙です。あなたの一票を大切にしましょう。

なお、市長・市議選挙への立候補手続きなどの事前説明会を2月上旬に開催する予定です。詳しい日程などについては、本紙1月1日号か1月1日以降の市ホームページをご覧ください。



市選挙
啓発キャラクター
アップくん

明るい選挙啓発ポスターコンクール 入賞作品展示会

日にち	会場
12月26日(水)まで	南区合同庁舎
1月9日(水)～20日(日)	津久井中央公民館
1月22日(水)～28日(月)	シティ・プラザはしもと
1月30日(水)～2月8日(金)	市役所本庁舎

図市選挙管理委員会事務局 ☎042-769-8290

だまされないで! 架空請求はがき急増中

「法務省管轄支局 国民訴訟通達センター」などの公的機関をかたったはがきや封書に関する相談が急増しています。このようなはがきなどが届いても、絶対に相手に連絡しないでください。

こんなはがきや封書は無視してください

消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ 訴訟管理番号(あ)123

この度、貴方の利用されておりました契約会社……
…訴状が提出されました事を改めてご通知致しますと
ともに、訴訟取り下げ最終期日を経て裁判を開始させて
頂きます。

また、このままご連絡なき場合は……現預金や有価
証券及び、動産や不動産物の差し押えを強制的に執行
させていただきます。

訴訟取り下げ最終期日 平成××年××月××日
法務省管轄支局 国民訴訟通達センター
〒000-0000 東京都千代田区霞ヶ関〇-〇-〇
問い合わせ窓口 ☎03-〇〇〇〇-〇〇〇〇

- どのような契約をしたのか、文面から分からないもの。
- 「連絡がない場合は差し押さえを行う」というように、不安をあおるもの。
- 届いてから取り下げ最終期日まで1～2日しかなく、焦らせて電話をかけさせようとするもの。
- 国民訴訟通達センター、民事訴訟管理センター、地方裁判所管理局など、実在していない公的機関の名称をかたるもの。

こんなことが、あなたにも起こるかも



不安に思ったら消費生活総合センターに相談を

相談先	電話(相談用)	日にち	時間
消費生活総合センター	042-776-2511	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～午後4時 (第2・4金曜日は午後6時まで)
		土・日曜日、 祝日等	午前9時～正午、 午後1時～4時

図消費生活総合センター ☎042-776-2598

ご意見をお寄せください パブリックコメント

市民の皆さんのご意見を取り入れた計画などを策定するための制度です。ご意見をお待ちしています。

件名	内容	担当課
第3次相模原市一般廃棄物処理基本計画(案)	循環型社会の実現に向け、一般廃棄物の適正処理や4R(発生抑制、排出抑制、再使用、再生利用)を推進するための施策を定める計画	廃棄物政策課 ☎042-769-8336 FAX 042-769-4445 ✉ haiki-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp
第3次相模原市食育推進計画(案)	市民の心身の健康の増進と豊かな人間形成につながる食育を総合的かつ計画的に推進するための施策を定める計画	健康増進課 ☎042-769-8274 FAX 042-750-3066 ✉ kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp
相模原市鳥獣被害防止計画(案)	法律に基づき、野生鳥獣による農作物や生活被害の軽減と対策について、市民、関係機関、行政が一体となって取り組む計画	津久井地域経済課 ☎042-780-1416 FAX 042-784-7474 ✉ tsukui-keizai@city.sagamihara.kanagawa.jp

資料の閲覧・配布場所 各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、市立公文書館

※市ホームページにも掲載

閲覧・配布・提出期間 1月21日まで

意見の提出 1月21日(必着)までに、直接か郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、意見を書いて、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

結果の公表 意見の概要や市の考え方については、まとまり次第、各担当課や市ホームページなどで公表する予定です。

12月中旬 平成31年4月に小・中学校へ入学する人へ 就学通知書を発送します

図小学校=平成24年4月2日～25年4月1日に生まれた人
中学校=18年4月2日～19年4月1日に生まれた人

※届かない場合はお問い合わせください。

通学する市立小・中学校の変更

市が指定した学校を、申し立てにより変更できる場合があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

東日本大震災や熊本地震で被災地から市内に避難した人へ

市立小・中学校への入学を希望し、手続きが済んでいない場合はお問い合わせください。



図学務課 ☎042-769-8282





市職員を募集

選考区分	職務内容	応募資格(次の全てに該当する人)
医師 (公衆衛生担当)	感染症対策、成人保健、母子保健などの担当医	○昭和29年4月2日以降に生まれた○医師免許がある。ただし平成16年以降に医師免許を取得した場合は、医師法第16条の2に規定する臨床研修を修了したか採用日までに修了が見込まれる○保健事業に必要な知識がある

採用予定日 平成31年4月1日

定 1人程度

申 12月28日(金)(消印有効)までに、受験案内に付いている申込書などを職員課(☎042-769-8213)へ

※詳しくは、職員課、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)などにある受験案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

就職を目指すあなたへ

教員志望者対象 小・中学校見学会

授業参観や給食体験、学校の先生との懇談会や教育施設の見学などを実施します。

内容	日にち	時間	費用(給食代)
中学校の見学	2月6日(水)	午前9時~午後4時	315円
小学校の見学	2月8日(金)		260円

会 市内の小・中学校、教育施設

対 小・中学校の教員を目指しているか、教員の仕事に興味がある人

定 各30人(申込順)

申 1月15日までに、市ホームページの「電子申請」から申し込んでください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 教職員人事課 ☎042-769-8279

保育の就職支援セミナー〈全2回〉

～保育士として働きたいあなたを応援します！～

和泉短期大学・相模女子大学の先生を講師に迎え、保育の基本や保護者対応、発達支援が必要な子どもとの関わり、リトミックなどについて学びます。

時 1月19日(土)・26日(土) 午前10時~午後3時

会 ソレイユさがみ

対 保育士、市内の保育所などに就職を希望している人

定 40人(申込順)

※未就学児の保育あり(各5人(申込順))

申 1月18日(保育は1月11日)までに、直接か電話で市就職支援センター(☎042-700-1618)へ

精神障がい者の「働く」から「働き続ける」ために!

～探そう! 働き続けるためのヒント～

精神障害のある人を雇用している企業と当事者が、障害のある人の雇用について語ります。

時 1月18日(金) 午後1時30分~4時

会 神奈川障害者職業能力開発校(南区桜台)

対 精神障害のある人とその家族、支援機関の職員

定 100人(申込順)

申 1月15日までに、電話か、ファクスに氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、橋本障害者地域活動支援センターぶらす★かわせみ(☎042-703-5556 FAX042-703-5557)へ

絵本引換券はもう使いましたか?

2歳6カ月のお子さんのいる家庭に 絵本 をプレゼントしています

市では、2歳6カ月児歯科健康診査受診券と一緒に、セカンドブック事業絵本引換券を郵送しています。引換券は、お近くの図書館や、公民館などの図書室で絵本と交換できます。親子での読み聞かせなどに活用してください。

対 平成28年3月1日以降に生まれ、2歳6カ月児歯科健康診査受診券を受け取った子とその保護者

かんたん3ステップ

1 お子さんが2歳5カ月になる月

「歯科健康診査受診券」が自宅に届きます

2

そこに、絵本引換券も同封されています

3

引換券を持って図書館や公民館などの図書室へ行き、絵本★を受け取ります(予約不要)

★3冊の中から希望する1冊を選べます。

※健康診査を受診する前でも引換券を利用できます。

※絵本引換券を紛失した場合は、再発行できますのでお問い合わせください。

問 子育て家庭課 ☎042-769-8232

文化芸術発表などの活動費を助成

市民の自主的で創造的な文化芸術活動として実施する演奏会や展覧会に対して、施設などの費用の一部を助成します。

補助金額 下記費用の2分の1以内(上限8万円。事業実施当日にかかる費用に限る)

○会場使用料 ○会場の付帯設備・備品などの使用料

○外部講師・出演者への謝礼

※音楽活動などの練習時の使用料・主催団体に属する講師などへの謝礼は対象外

交付時期 4月以降

対 次の全てに該当する団体・事業

○15歳以上の5人以上で構成 ○過半数が市内在住か在勤・在学の人

○市内の施設を会場とし、一般公開する ○営利目的や政治的、宗教的でない

※構成員が18歳未満のみの場合は、保護者が指導者などを申請者としてください。

申請書の配布場所 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)、市民会館、杜のホールはしもと、南市民ホール、おださがプラザ、もみじホール城山、各公民館 など

※市ホームページにも掲載

申 12月17日~1月31日に、申請書を直接、文化振興課(☎042-769-8202)へ

※対象事業や申請資格など詳しくは、チラシか市ホームページをご覧ください。



シニアを支える活動の担い手になりませんか



生活を支えるための知識が身に付く

シニアサポート活動講座
(住民主体サービススタッフ研修)

時 1月15日(火)

会 緑区合同庁舎

	時間	内容
プログラムA	午前9時30分~正午	介護保険制度と住民主体サービス、地域での支え合い活動の紹介
プログラムB※	午後1時~4時10分	加齢による体や心の変化、介護予防のための運動、認知症の理解と対応

※医療・介護・福祉の資格を持っている人と介護予防サポーターは受講省略可

対 介護保険サービスのうち、住民主体サービスへの従事を希望するか、高齢者の支え合い活動に興味がある人=50人(申込順)

申 12月17日~1月8日に、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9231)へ

参加団体の募集

50代から始める
セカンドライフマッチング相談会

地域活動に興味のある50歳以上の人材と、地域で活躍する団体をつなぐ相談会に、ブース出展する団体を募集します。

対 市内を拠点に地域活動(健康・福祉、文化・スポーツ、環境、教育、国際、まちづくり、防犯・防災など)を行っていて、担い手として活動する仲間を募集している団体

時 3月16日(土) 午後1時30分~4時

会 産業会館

申 12月17日~1月15日に、地域包括ケア推進課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクスで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9231 FAX042-769-5708)へ

※後日説明会あり。詳しくはお問い合わせください。

子どもゆめ基金助成活動

子どもサイエンスフェスティバル相模原大会

実験や科学工作など、科学の不思議や楽しさを気軽に体験できるお祭りです。

時 1月19日(土) 午前10時～午後3時

会 青少年学習センター ※希望者は直接会場へ

団 子どもサイエンスフェスティバル実行委員会
(県立青少年センター内) ☎046-222-6370



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 1月12日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶はれときどきぶた ▶ペンギンと白熊 ▶はくちょうになったあひるの子 ▶ディズニーのいなかのねずみ
シネマサロン 1月20日(日)・22日(火) 午後2時～4時	▶ローマの休日 (1953年/アメリカ/白黒/吹き替え)

会 市立図書館(中央区鹿沼台) 団 市内在住か在勤・在学の人
定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

旧石器ハテナ館の催し 旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

考古学体験!

拓本をとってランプシェードをつくろう

土器や尖頭器、貝などの拓本をとり、和紙とこんにやく糊で仕上げます。

時 1月26日(土) 午後2時～4時

対 小学生以上(小学生は要保護者同伴)

定 30人(申込順) 費 300円

申 1月4日から、直接か電話で同館へ



シルバー人材センターのキッズプログラミング教室

教員経験などがある同センター会員の指導による、Scratchを使ったプログラミング体験

コース	会場	日にち	時間	費用(テキスト代含む)
体験コース(全2回)	中央事務所	①1月12日(土)・13日(日)	午前 9時45分～11時45分	各 2,000円
		②2月9日(土)・10日(日)	午前10時～正午	
基礎コース(全4回)	南事務所	③1月5日～26日の毎週土曜日	午後1時30分～3時30分	各 7,000円
		④2月2日～23日の毎週土曜日	午前10時～正午	
	中央事務所	⑤1月12日(土)・13日(日)・19日(土)・20日(日)	午後1時30分～3時30分	
		⑥2月 9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)		

対 小学校3～6年生=各10人(申込順)

申 開催日1週間前までに、電話で①②⑤⑥中央事務所(☎042-754-1177)

③④南事務所(☎042-745-2158)へ

※保護者の見学可

冬休み学習 & 入試対策

シルバー人材センターの学習教室(全3回)

教員経験などがある同センター会員が、宿題や復習、入試対策などをサポート

会場・問い合わせ	教室	日にち	時間
南事務所 042-745-2158	①小学生	12月25日(火)～27日(木)	午前9時30分～11時30分
	②中学生(数学)		
	④中学生(数学)	2月 9日(土)～11日(日)	午後2時～4時
中央事務所 042-754-1177 緑事務所 042-783-1313	①小学生	12月26日(水)～28日(金)	午前9時30分～11時30分
	②中学生(数学)		
	③中学生(入試対策(数学))	1月4日(金)～6日(日)	午後2時～4時
	④中学生(数学)	2月 9日(土)～11日(日)	

対 ①小学校3～6年生=各9人 ②中学生=各4人 ③中学校3年生=各4人(申込順) ④中学校1・2年生=各4人(申込順)

費 各3,000円

申 ①～③12月17日～開催日前日 ④1月7日～2月8日に、電話で希望する会場へ

市立博物館に行こう 市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日(12月24日を除く)、12月29日(土)～1月3日(木)

臨時開館 プラネタリウム冬休み特別上映期間中の12月25日(火)・28日(金)は開館します

プラネタリウム

冬休み特別上映期間は、家族や友人で楽しめるプログラムを増やしています。

冬休み特別上映期間	午前11時	午後1時30分	午後2時40分	午後3時50分
12月22日(土)～28日(金)	こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 冬の星座の物語	全天周映画 HAYABUSA 2 RETURN TO THE UNIVERSE リュウグウ版	プラネタリウム クローズアップ 太陽～驚異の姿と日食～	全天周映画 銀河鉄道の夜
1月4日(金)～6日(日)			プラネタリウム もっと知りたい! 宇宙のハテナ	

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))

星のキラキラストラップを作ろう!

クリスマスらしい、星形のストラップを作ります。

時 12月24日(日) 午前10時、午後1時

定 各50人(先着順)

※希望者はウエットティッシュか手拭きタオルなどを
持って直接会場へ

※小学生以下は保護者同伴

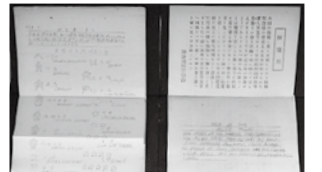


市史ミニ展示

相模原市史続編を彩った資料

米国兵が駐留を始めた昭和20年9月ごろの貴重な資料を公開しています。

時 12月28日(金)まで



昭和20年の回覧板

民俗ミニ展示 ハレの日の食器

地域が共有していた冠婚葬祭の食器類を展示しています。

時 12月28日(金)まで

部分日食を観察しよう!

いつもと少し違う、欠けて見える太陽を博物館で観察しませんか。

時 1月6日(日) 午前9時30分～11時30分

※希望者は直接会場へ

※荒天などにより、太陽が見えない場合は中止

ようこそ歴史の世界へ

勝坂を語ろう! 勝坂遺跡シンポジウム

よみがえる縄文時代の集落

～ここまで残った勝坂遺跡～

湧き水と身近な植物を利用して暮らしていた約5000年前の縄文人の生活を、調査の成果から改めて考察します。

時 1月19日(土) 午前10時～午後5時

会 サン・エールさがみはら

定 250人(先着順)

※希望者は直接会場へ



団文化財保護課 ☎042-769-8371

学ぶことは、面白い。

さがまちカレッジ

パーソナルミニドキュメンタリー映画をつくろう ～この街の片隅でつぶやかれる忘れがたい人生のエピソードを、いま共に聴く～(全2回)

時 1月26日(土) 午後1時30分～4時30分

1月27日(日) 午前10時30分～午後4時30分

定 8人(申込順)

費 1,500円

日本画の材料と文化に親しむ～小作品を作ってみましょう(全2回)

時 2月10日(日)・11日(祝)

午後1時～4時

対 高校生以上

定 12人(申込順)

費 6,000円(材料費含む)

会 町田市生涯学習センター(町田市原町田)

申 各区役所地域振興課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館などにある申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ

※同コンソーシアムホームページからも申し込みます。



年末年始を楽しく安全に過ごそう!

何かと慌ただしい年末年始は、ちょっとした不注意で思わぬ事故やトラブルに巻き込まれてしまうことがあります。十分に注意と対策をして、楽しい新年を迎えましょう。

問 交通安全・防犯について 交通・地域安全課 ☎042-769-8229
健康について 緑保健センター ☎042-775-8816、中央保健センター ☎042-769-8233、
南保健センター ☎042-701-7708
火災予防について 予防課 ☎042-751-9117



交通安全



飲酒運転は絶対にダメ!

お酒を飲んだら、自動車や自転車に乗らない。車両を運転する人に酒類を提供しない。

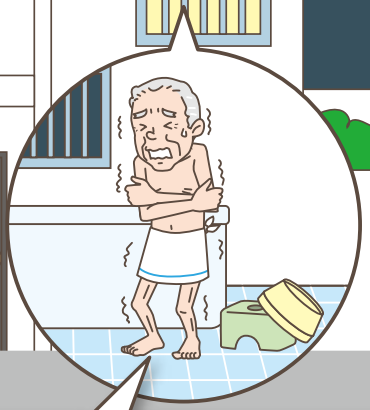
居酒屋



飲み過ぎ注意! 食事の時も慌てずに!

お酒は健康被害の少ない適量に留める。餅などのはのどに詰まらせないようにゆっくりよくかんで食べる。

健康



ヒートショックに気を付けて!

冬場の入浴時は、急激な温度差により心筋梗塞や脳卒中を引き起こすことがあるため、あらかじめ暖房器具で脱衣所や浴室を暖めるなどの対策をする。

防犯

長期間外出時の空き巣に警戒!

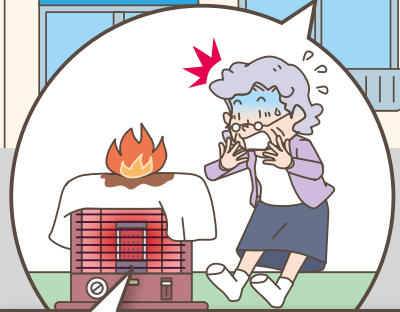
二重ロック、防犯フィルム、センサーライトなどの防犯対策をする。長期間不在にする場合は留守だと分からないように新聞配達を止める。



車上狙いやひったくりに注意!

貴重品は車の中に置いたままにしない。自転車の前カゴに防犯ネットを付けるなどの対策をする。

火災予防



火の元の点検や後始末はしっかりと!

ストーブは燃えやすいものから離して使用する。コンロなど火の始末を徹底し、寝たばこは絶対にしない。

緊急時は必要に応じて110番・119番通報をしてください。



消防団員にならないなんて、もったいない!

北方面隊第1分団第3部 (橋本地区) 福島 拓朗さん

消防団に飛び込んで良かったのは、防災訓練をしたり、AED(自動体外式除細動器)を使う機会ができたりと、非常時の知識が身に付き、いざというときの行動力につながることです。

いざというときに役立つ 防災訓練

私が所属する橋本地区の分団で力を入れているのは防災訓練です。災害が起こったときに消防団が出場する前に初期対応できることが理想です。そのために、市民に消火器の訓練やAEDの訓練などを指導し、防災意識を高めることに力を注いでいます。

私は生まれも育ちも橋本ですが、消防団に入ってから以前よりも自分が地元で根付いてきたと感じています。地域のいろいろな人の話を聞く機会ができたことと、日頃違う分野で活躍されている人たちと共有する時間は、かけがえのないものです。

悩まず、まずは飛び込んで。女性一般消防団員希望者も大募集です!

消防団員の活動って?

○災害時に消防署と連携した消火などの活動
○災害に備えて機器の取り扱いなどの訓練
○年末の巡回警戒 など



県消防操法大会では、仲間との絆も深まりました。

今年は、2年に1度の県消防操法大会があり、福島さん自身も市代表として出場。県内2位という成績を取めました。

あなたの一歩が相模原を強くします 消防団員になるんですよ!

市では、約1,500人の消防団員が活躍しています。今回は、現役の消防団員2人の話を軸に活動内容を紹介します。あなたも消防団員になってみませんか?

問 消防総務課
☎042-751-9116

仕事と両立! 充実して活動しています

団本部女性分団 畠山 綾子さん

看護師として10年目になり、他に何か貢献できることがないかと考えていました。初めは消防士の仕事に興味があったのですが、いろいろと調べていくうちに消防団を知り、ぜひやってみようと思い入団しました。女性分団は、広報活動が主な任務なので今の仕事との両立ができ、無理なく活動ができています。



子どもたちと触れ合い、自分も成長

仕事では子どもと接する機会がないので、子どもと話すことに自信がありませんでした。

しかし、イベントで防火衣を着せてあげたり、火災の怖さを教えたり、いろいろと関わっていく中で、今では子どもたちと話すことが楽しいです。

消防団の活動は全てが新鮮で、充実しています。分からないことも、先輩たちのフォローで乗り越えられています。これからは、看護師としての知識を生かして、防災訓練などの踏み込んだ活動にも関わっていきたいです。

1人で入団しても、先輩がサポートしてくれるので心配いりません!

女性分団の活動って?

○市内各地のイベントなどで消防団への入団PR
○子どもたちに手作りのマスコット人形や塗り絵を配布
○救急車の適正利用や火災予防の注意喚起や消防に関する広報活動 など

◀PR用配布物

楽しくなければ消防団じゃない! レクリエーションでも広がる (輪)

毎年、方面隊ごとに運動会や綱引き大会、ソフトボール大会などを開催しています。

訓練や災害現場への出場など緊張した場面もある消防団員も、レクリエーションでは笑みがこぼれます!



世代を超える盛り上がり

中央・南・北方面隊合同運動会

消防団員募集中!

- 対象 18歳以上の市内在住・在勤の人
- 報酬 職務報酬、出動手当
- 問 消防総務課 ☎042-751-9116



消防団員になるとうれしいことが...

ポイント1

学生消防団活動認証制度

消防団で活躍する学生の社会貢献の実績を市長が認証する制度です。

就職にも役立つ

ポイント2

お店で割引など

消防団員は特定のお店で料金割引やサービスが受けられます。

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

市有地を売却します

- 所在 ①南区上鶴間5-1250-787
②中央区相模原1-698-24
③緑区西橋本4-1648-18

	面積	建ぺい率	容積率	地目
①	71.47㎡	50%	100%	宅地
②	50.17㎡	60%	200%	雑種地
③	94.75㎡			宅地

用途地域 ①第一種低層住居専用地域
②第二種住居地域③工業地域
最低売却価格 ①1,108万円②788万円
③1,858万円
売却方法 条件付一般競争入札
購入者の決定 最低売却価格以上の最高
価格で落札した個人・法人
参加資格 次の全てに該当する個人・法人
○入札参加を制限した地方自治法施行令
第167条の4に該当しない○暴力団・暴力
団員ではない○暴力団事務所、風俗営
業などに使わない○市税の滞納がない
☑12月17日～1月7日に、市ホームペ
ージに掲載の売払い案内に付いている申込
書を直接、用地・補償課へ

平成31・32年度 学校給食用物資 納入業者の指定申請を受け付け

区分	対象物資	発注・配送先
①小学校 ③が担当 する小・ 中学校を 除く	穀類、ジャム類、 油脂類、乳製品、 海藻類、缶詰類、 調味料など	各小学校
②中学校	穀類、ジャム類、 油脂類、乳製品、 海藻類、缶詰類、 調味料、魚介類、 肉類、青果物など	市が発注し、 指定する委 託業者に配 送
③各学校給 食センター		各学校給食 センターなど

☑31年1月1日現在、引き続き2年以上
その事業を営み、国税・地方税を完納し
ている業者

納期限は 12月25日(火)

- 固定資産税・都市計画税 第4期
- 国民健康保険税 第7期

※コンビニエンスストアでも納付できます

納税は便利な口座振替で
☑金融機関の窓口へ

資料配布 1月7日(月)～15日(火)(12日～
14日を除く)に学校保健課で配布
☑1月21日・22日に、直接、学校保健課へ
※詳しくは市ホームページをご覧になる
か、お問い合わせください。

指定NPO法人の 申し出と更新の受け付け

個人市民税の控除対象となる寄付金を
受け入れるNPO法人の指定(平成31年6
月末指定予定分)のほか、31年6月30日
に期間が満了する指定NPO法人の更新
を受け付け
※詳しくは、市ホームページに掲載の指
定申出の手引、指定更新申出の手引をご
覧になるか、お問い合わせください。

☑12月17日～1月31日に、同手引に付
いている申出書と必要書類を直接、市民
協働推進課へ

医療従事者は2年に一度の届け出を

☑平成30年12月31日現在、次に該当す
る人①医師、歯科医師、薬剤師の免許が
ある②市内に勤務し、保健師、助産師、
看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技
工士の免許がある
※①は現在就労していない人も届け出が
必要

届出票の提出 1月15日(必着)までに、地
域保健課にある届出票(市ホームページ
にも掲載)を直接か郵送で、同課(〒252
-5277 中央区中央2-11-15 ☎042
-769-8343)へ
※医療・福祉関係の職場に勤務している
人には、勤務先に届出票を送ります。

電話相談員ボランティア 募集説明会

①川崎いのちの電話②横浜いのちの電話
自殺予防を目的に、年中無休で24時間
活動を行っているボランティアの説明会

日にち	会場	問い合わせ
① 1月8日(火)	ユニコム プラザ さがみはら	川崎いのちの 電話事務局 ☎044-722 -7121
② 1月9日(水)	大野北 公民館	横浜いのちの 電話事務局 ☎045-333 -6163

☑午後7時～8時
☑①23歳以上(平成31年4月1日時点)
②23歳～69歳(31年3月31日時点)
※希望者は直接会場へ
※相談員ボランティアになるには研修の
受講(有料)が別途必要

給与支払報告書は新様式の利用を

マイナンバー制度の施行に伴い、給与
支払報告書に法人番号と個人番号の記載
が必要です。報告書は番号記載に対応し
た新様式の用紙を利用してください。

個人事業主が提出する際は、マイナ
ンバーカード・運転免許証などを確認し
ます(郵送の場合は、写しの添付が必要
です)。※詳しくは市ホームページをご
覧になるか、お問い合わせください。

☑市民税課

建物を取り壊したときは連絡を

平成30年中に取り壊した建物には、
31年度から固定資産税・都市計画税が
課税されません。また「事務所や店舗か
ら住宅へ」など建物の利用状況に変更が
あったときは、課税内容が変更になる場
合があります。

☑資産税課

弁護士による無料法律相談

離婚等に伴う養育費などの相談

相談日	会場	申込先
第3 火曜日	緑区 合同庁舎	緑子育て支援センター ☎042-775-8815
第3 水曜日	南保健福祉 センター	南子育て支援センター ☎042-701-7700
第3 木曜日	ウェルネス さがみはら	中央子育て支援センター ☎042-769-9221

☑午後1時30分～4時
☑各2人(申込順。1人1時間)
☑直接か電話で各申込先へ

募集

市まち・みどり公社の職員

総務や経理、事業の企画・実施、施設
の管理・運営など
勤務 4月から週5日で、原則、午前8時
30分～午後5時15分(勤務場所により
土・日曜日、祝日等の勤務あり)
☑昭和54年4月2日～平成9年4月1日
に生まれた人
☑若干名(選考)
☑1月4日(必着)までに、必要書類を郵
送で同公社(〒252-0236 中央区富士
見6-6-23 ☎042-751-6623)へ
※必要書類など詳しくは、同公社ホーム
ページをご覧ください。

こども家庭相談員

ひとり親家庭・寡婦の自立支援や子ど
もの養育、女性に関する相談・指導など
勤務 4月～平成32年3月の月～金曜日
(祝日等を除く)のうち週4日で、午前9
時～午後5時
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
報酬 月額24万6,100円
☑職務に理解と意欲があり、パソコン操
作ができる、次のいずれかに該当する人
○自治体や婦人保護施設などで相談業務
の経験がある○社会福祉士の資格がある
○教員か保育士の経験がある○心理学、
教育学、社会学を専修する学科が同課程
を修めて卒業した
☑若干名(選考)
☑12月17日～28日(必着)に、直接か
郵送で、履歴書(写真貼付)と応募動機
(A4用紙800字以内)をこども家庭課
(〒252-5277 中央区中央2-11-
15 ☎042-769-9811)へ
※書類審査後、面接あり。詳しくは市ホ
ームページをご覧ください。

ケアマネジメント推進員

高齢者支援センターなどが作成する介
護予防ケアプランの点検など
勤務 4月から月～金曜日(祝日等を除く)
のうち週4日で、午前8時30分～午後5時
報酬 月額24万1,300円
☑主任介護支援専門員の資格があり、自
立支援についてのケアプランを作成でき
る人
☑若干名(選考)
☑12月17日～1月4日に、電話で地域包
括ケア推進課(☎042-769-9231)へ
※後日、面接あり

ミニフリーマーケット出店者

☑1月20日(日)、2月17日(日)
午前9時～午後4時
☑LCA国際小学校北の丘センター
☑市内在住か在勤の人
☑各7組(抽選)
※1組1区画(約3m×2m)
☑各1,000円
☑12月22日(必着)までに、往復はがき
(各1組1枚)に8面上の必要事項と販売品
目、希望日、駐車場使用希望の有無を書
いて、同センター(〒252-0134 緑区下
九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ
※団体・業者の出店、食品類・生き物・
手作り品などは販売不可。詳しくはお問
い合わせください。

イチオシ! あったか冬至イベント

ゆずの香りの湯

ゆずの香りの湯で体を芯から温め、
お風呂での交流を楽しみながら一年を
締めくくりませんか。

☑12月22日(土) 午前10時30分～午後4時

会場	費用	問い合わせ
新磯ふれあいセンター	260円 (65歳以上・中学生以下130円)	☎046-255-1311
市民健康文化センター	260円 (65歳以上・4歳～中学生130円)	☎042-747-3776

※障害者手帳などを持っている人は無料。詳しくはお問い合わせください。
※希望者は直接会場へ

ゆず湯で風邪知らず

イチオシ! 宇宙を知ろう

研究機関等公開講座 JAXAコース

水星磁気圏探査機「みお」について

10月に打ち上げに成功した水星磁気圏
探査機「みお」の開発初期から打ち上げ後
の初期運用までの活動などについて解説し
ます。

☑1月26日(土) 午後2時～3時30分

☑市立博物館

☑小川博之さん(JAXA宇宙科学研究所教授)

☑中学生以上

☑150人(申込順)

※市内在住か在勤・在学の人優先。それ以外の方は12月22日から受け付けます。

☑1月14日まで(12月20日を除く)に、直接か電話で生涯学習センター(☎
042-756-3443)へ



BepiColombo計画水星磁気圏探査機
「みお」(MMO)の観測イメージ
©JAXA

●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)

情報あらかると

市立小・中学校の
①臨時介助員(登録者)
②支援教育支援員(登録者)

勤務 4月から①週2・3日②週3日で、午前8時30分～午後5時のうち1日6時間
賃金 ①時給1,150円②日額9,480円
関 ①職務を理解し、心身共に健康な人
②小・中学校の教員免許がある人
申 学校教育課にある登録書(写真貼付。市ホームページにも掲載)を直接、同課へ
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

さがみはら男女共同参画推進員

啓発情報誌の企画・発行、市内イベント等での啓発活動など
勤務 4月～平成33年3月で月1回程度の会議(保育あり)
謝礼 活動1回につき2,000円
関 市内在住の18歳以上で、男女共同参画の推進に向けた啓発活動に取り組む意欲がある人
定 12人程度(選考)
申 1月11日(必着)までに、直接か郵送、ファクス、Eメールで、人権・男女共同参画課、各公民館(沢井を除く)・子どもセンター・図書館、ソレイユさがみなどにある申込書(市ホームページにも掲載。「男女共同参画推進のために取り組みたいこと」をテーマに800字程度の作文あり)を同課へ

ソレイユさがみの女性相談員

夫婦関係、配偶者からの暴力、セクハラ、職場の問題、育児不安などの相談業務
勤務 4月～平成32年3月の月17日程度で、午前10時～午後4時30分(月4回程度(火・木曜日)午後4時30分～8時の勤務あり)
報酬 月額17万8,100円
関 相談業務の経験があり、パソコン操作(エクセルなど)ができる、次のいずれかに該当する人○社会福祉士か精神保健福祉士の資格がある○大学で児童福祉、社会福祉、心理学を専攻する学科を卒業した○公的機関で女性のための相談員を務めた経験がある
定 若干名(選考)
申 12月28日(必着)までに、人権・男女共同参画課、ソレイユさがみ、各公民館(沢井を除く)にある申込書(市ホームページにも掲載)と800字以内の作文(テーマ「相談員の在り方と心構えについて」)を直接か郵送で、同課へ
※書類審査後、面接あり

イベント

街かどコンサート

- ①竹内章人ヴァイオリントリオによる演奏
②林祥太郎さんによるクラシックギターの演奏

	日時	会場
①	12月22日(土) 午後1時30分～2時	ミウヰ橋本5階 インナーガーデン (緑区橋本)
②	12月23日(祝) 午後1時～1時30分、 午後3時～3時30分	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
関 ①社のホールはしもと(☎042-775-3811)②相模女子大学グリーンホール(☎042-749-2200)



茅葺屋根葺き替え 特別公開

県指定文化財旧青柳寺庫裡で行われている、茅葺屋根の葺き替え修繕の現場を見学
関 ①12月23日(祝)②1月27日(日)
午後1時30分～2時、2時30分～3時
会 古民家園(相模川自然の村公園内)
定 各20人(先着順)
※小学生以下は保護者同伴
※見学時は、現場に用意してあるヘルメットの着用が必要
※希望者は汚れてもよい服装、運動靴で直接会場へ
関 文化財保護課

冬季ポニー教室(全5回)

スタッフの指導の下、ポニーの世話や乗馬、餌やりなどを体験
関 2月3日(日)・10日(日)・11日(祝)・17日(日)・24日(日) 午前9時40分～正午
会 相模原麻溝公園ふれあい動物広場
関 市内在住の小・中学生(保護者同伴)
定 20人(抽選)
申 1月21日(必着)までに、往復はがき(1人1枚。きょうだいの連名不可)に8面上の必要事項と学年、性別、保護者氏名を書いて、同広場(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ
※過去に参加した人は応募できません。

講演・講座

さがプロ2020 カナダ講座
ジンジャーブレッドマンクッキー
とクリスマスイブ

時 12月22日(土) 午後2時～4時
会 ソレイユさがみ
関 市内在住か在勤・在学の親子
定 25人(申込順)
費 300円
申 12月19日までに、電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

冬休み交通安全教室

自転車シミュレーターを使って、自転車の正しい乗り方を学ぶ
時 12月25日(火)～28日(金)、1月4日(金)・7日(月) 午前10時～11時30分、午後1時30分～4時
会 児童交通公園(鹿沼公園内)
関 小学生
※希望者は直接会場へ
関 交通・地域安全課

みどりの講習会

樹木医に学ぶ柿の木の手入れ
時 1月23日(水) 午前10時～正午
会 けやき会館ほか
関 市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)
定 30人(申込順)
費 500円
申 12月17日～1月7日に、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 FAX042-751-2345)へ

減らして活かそう!
生ごみ減量講座(全2回)

家庭から出る生ごみの発生抑制と活用方法について

日にち	時間
1月24日(木)	①午前10時～正午 ②午後2時～4時
3月7日(木)	午後1時30分～4時

会 AERUIにしもん(中央区相模原6-24-6)
関 生ごみの発生抑制などに関心があり、指導・啓発活動に取り組む意欲がある人
定 20人(申込順)
費 500円
申 1月23日までに、電話か、Eメールに8面上の必要事項と希望時間(①か②)を書いて、いきごみ隊の内山さん(☎042-751-7856 ㊚y_50001021344310@yahoo.co.jp)へ

健康長寿教室 匂いで脳トレ
～記憶力アップで認知症予防～

匂いを使って記憶力アップのトレーニング
時 1月17日(木) 午前10時～11時30分
会 老人福祉センター若竹園
関 市内在住の60歳以上
定 15人(申込順)
申 1月4日～13日に、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

誰でもできる食品ロスの減らし方

食材の調理や保存などによる食品ロス削減方法について
時 1月26日(土) 午後2時～3時30分
会 市民会館第2大会議室
定 70人(申込順)
申 1月14日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

救命講習会

～大切な人を救うのはあなたです～

日にち	会場	定員(申込順)
①普通救命講習Ⅰ(成人への応急手当て)		
1月20日(日)	津久井総合事務所	30人
2月3日(日)	消防指令センター	各50人
2月23日(土)		
3月11日(月)		
3月20日(水)		
②普通救命講習Ⅲ(小児・乳児・新生児への応急手当て)		
1月28日(月)	消防指令センター	50人
③上級救命講習		
2月7日(木)	消防指令センター	50人
④応急手当指導員再講習(応急手当指導員の再認定)		
2月12日(火)	消防指令センター	30人
⑤救命入門コース(成人への応急手当て(胸骨圧迫・AED))		
3月3日(日)	消防指令センター	50人

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。
時 ①②午前9時～正午③午前9時～午後6時④午前8時30分～午後0時30分⑤午前10時～11時30分
関 市内在住か在勤・在学の①～③中学生以上④小学校4年生以上、④応急手当指導員の認定更新希望者
費 ①②④各1,000円③3,000円⑤500円
申 開催日1週間前までに、ファクスかEメールで、市防災協会ホームページに掲載の申請書を同協会(FAX042-753-0374 ㊚kyuumei@sdpa.or.jp ☎042-753-9971)へ

イチオシ! リニア中央新幹線で地域活性化を!

かながわ移動観光大学 in 相模原
リニア新駅開業を見すえつつ、
足元から観光を考えよう

2027年のリニア中央新幹線開業に向け、魅力的な地域資源の活用法や、訪問客のもてなし方など、これからの観光振興のあり方についてお話しします。
時 1月21日(月) 午後6時30分～8時30分
会 ソレイユさがみ
定 50人(申込順)
申 1月15日までに、電話か、ファクス、Eメールに8面上の必要事項を書いて、市観光協会(☎042-771-3767 FAX042-771-3792 ㊚kanko-univ@e-sagamihara.com)へ

リニア中央新幹線・東海道新幹線新駅・相模線 3期成同盟会共催講演会
2030年に向けて、リニア中央新幹線のある未来

リニア中央新幹線開業後の鉄道ネットワークの広がりによる地域活性化の取り組みなどについてお話しします。
時 1月25日(金) 午後1時30分～3時30分
会 海老名市文化会館小ホール(海老名市めぐみ町)
関 加藤史子さん(WAmazing代表取締役)
定 300人(抽選)
申 1月9日までに、電話でリニア中央新幹線建設促進神奈川県期成同盟会(県交通企画課内 ☎045-210-6190)へ
※県ホームページからも申し込みめます。



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

クリスマス会

時 12月24日(休) 午前10時～午後9時
※希望者は直接会場へ



教室名	日にち	時間	対象	定員 (申込順)	費用
①はじめて個人メドレー	1月7日(月)	午後1時30分～2時30分	18歳以上 (高校生を除く)	各30人	500円
②水中撮影フォームチェック	1月9日(水)	正午～午後1時			1,500円 (DVD代含む)
③マスターズ水泳<全3回>	1月10日(木)・17日(木)・24日(木)	午前11時30分～午後0時30分			3,000円
④ジュニア初心者飛び込み<全4回>	1月11日(金)・12日(土)・18日(金)・19日(土)	午後7時～8時30分	小学生～高校生	20人	4,000円
⑤初心者個人メドレー<全3回>	1月16日(水)・17日(木)・23日(水)	正午～午後1時	18歳以上 (高校生を除く)	各30人	3,000円
⑥しっかり泳ぐ平泳ぎ	1月21日(月)	午後1時30分～2時30分			500円
⑦絵手紙		午前10時～正午			20人 1,200円
⑧アロマとたのしみ折り紙	1月30日(水)	午後2時～4時	15人	1,000円	

申 開催日①～⑥当日⑦⑧前日までに、直接か電話で同プールへ

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

メインスタンドから初日の出を見よう

時 1月1日(祝) 午前6時15分～7時30分
※希望者は直接会場へ

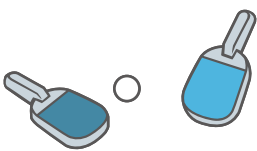
教室名など	日にち	時間	対象	定員 (申込順)	費用
①スラックライン	1月12日(土) 2月9日(土)	午後1時30分～3時	どなたでも (小学生以下は保護者同伴)	各30人	各1,000円
②ランニングクリニック	1月13日(日)	午前10時～正午	18歳以上 (高校生を除く)	20人	1,500円
③プリザーブドフラワー～カッティングボードアレンジ～	1月17日(木) 1月24日(木)	午後1時～2時30分		各30人	各2,400円 (材料費含む)
申込期限 1月10日					
④身体すっきりストレッチヨガ<全8回>	1月7日～3月18日の毎週月曜日 (1月14日・21日、2月11日を除く)	午前10時～11時		25人	5,000円

申 電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項、①③は希望日を書いて、同所(☎042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ

サーティーフォー相模原球場 施設の教室
〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930

初級者卓球<全10回>

時 1月10日～3月14日の毎週木曜日 午後2時～3時30分
対 18歳以上(高校生を除く)=10人(申込順)
費 1万円
申 1月8日までに、直接か電話で同球場へ



**グリーンカレッジつくい講座
ノルディックスローウオーキング
しませんか? <全2回>**

膝や腰に不安がある人、体力の回復を目指す人でも楽しめる約2kmのウォーキングコースです。

時 1月16日(水)・30日(水) 午後1時30分～3時30分
※雨天時は体育館で実施
会 津久井生涯学習センター周辺
対 18歳以上(高校生を除く)=20人(抽選)
費 1,500円
※専用ボールの貸し出しあり
申 1月10日までに、直接か電話で同センター(☎042-784-2400)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

ダイエット講習会～代謝を効果的にあげましょう～

時 1月12日(土) 午後3時～4時
対 18歳以上(高校生を除く)=20人(申込順)
費 1,000円
申 直接か電話で同センターへ



教室名	日にち	時間	対象	費用
①元気アップ! シニア体操<全9回>	1月7日～3月18日の毎週月曜日 (1月14日、2月11日を除く)	午前 9時30分～10時30分	65歳以上	5,850円
②プールサイドでホットヨガ<全9回>		午前11時30分～午後0時30分	16歳以上	8,100円
③ボディコア<全9回>		午後6時30分～7時30分		5,850円
④ストレッチ&ヨガ<全8回>	1月8日～3月19日の毎週火曜日 (1月15日、2月12日、3月12日を除く)	午後1時～2時	16歳以上	5,200円
⑤ボディバランス<全11回>	1月9日～3月20日の毎週水曜日	午後1時～2時		7,150円
⑥元気アップ! 水中運動<全10回>	1月10日～3月14日の毎週木曜日	午前 9時20分～10時20分	65歳以上	各6,500円
⑦いきいきヨガ<全10回>		正午～午後1時	16歳以上	
⑧練功 & 骨盤体操<全10回>		午後3時30分～4時30分		
⑨障害者小学生水泳<全10回>		午後5時30分～6時30分	障害者手帳を持っている小学生	9,000円
⑩健康体操(初級)<全11回>	1月11日～3月22日の毎週金曜日	午後1時～2時	16歳以上	7,150円

定 ①②各15人③⑥⑧各20人④⑤⑦⑩各40人(抽選)⑨5人(申込順)

申 ①～⑩12月22日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に11面上の必要事項を書いて⑨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	費用
①早朝スケート	1月6日～3月31日の毎週日曜日	午前6時30分～8時30分	5歳以上	各1回 500円
②ジュニアスケート	アイスホッケー スピードスケート・フィギュアスケート	1月8日～3月26日の毎週火曜日 1月10日～3月28日の毎週木曜日	午後6時30分～8時15分	
③初心者スケート<全4回>	1月21日(月)・23日(水)・28日(月)・30日(水)	午後6時30分～8時	小学生以上	3,500円
④体幹コントロールヨガ<全10回>	1月11日～3月15日の毎週金曜日	午前10時～11時15分	18歳以上 (高校生を除く)	7,000円

※①～③貸靴代別途1回410円(中学生以下210円)

定 ③30人④20人(申込順) ※①②小学生以下は保護者同伴か送迎が必要

申 ③12月31日までに、直接か電話で銀河アリーナへ。④1月9日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

※①②希望者は直接会場へ

総合体育館 施設の催し
〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

大会名	日にち	時間	対象	定員 (抽選)	費用 (1チームあたり)
総合体育館フットサル大会	2月3日(日)	午前9時～午後5時	一般の部 市内在住・在勤・在学か、近隣地域のクラブなどで活動している16歳以上の男性で編成するチーム	各8チーム	各5,000円
			男女ミックスの部 市内在住・在勤・在学か、近隣地域のクラブなどで活動している16歳以上の人で編成し、女性が1人以上出場するチーム		
総合体育館杯フットサル大会	2月17日(日)		小学校5年生のチーム 市内の小学校5年生を中心に編成するチーム	32チーム	3,000円

※出場選手は開催日までに各自スポーツ安全保険などへの加入が必要

申 1月15日(必着)までに、同館にある申込書(市まち・みどり公社ホームページにも掲載)を同館へ



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

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

中国語会話教室〈全5回〉
日常会話を中心とした中国語を、
文化や魅力に触れながら学ぶ
時 1月11日・25日、2月15日、
3月1日・15日の金曜日
午後2時～4時
定 30人(申込順)
費 1回500円(市日中交流協会会員は無料)
申 12月17日～1月8日に、電話で市日中
交流協会事務局(シティセールス・親善
交流課内 ☎042-707-7045)へ



産業会館
〒252-0239 中央区中央3-12-1
☎ 042-704-9888

創業入門セミナー
時 1月19日(土) 午後2時～4時
定 36人(申込順)
新春経済講演会
少子高齢化が進展した人口減少社会にお
ける日本の将来像について
時 1月21日(月) 午後3時～4時30分
講 河合雅司さん(ジャーナリスト)
定 150人(申込順)
申 12月17日～1月18日に、電話で相模原
商工会議所(☎042-753-8135)へ
※同所ホームページからも申し込みめます。

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

はじめての自然観察会～冬季編～
時 1月12日(土) 午前10時～正午(雨天中止)
定 15人(先着順)
※希望者は、飲み物や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
同センターへ

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

大人の塗り絵教室
時 1月24日(木) 午後6時30分～8時30分
対 市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)
定 20組(抽選)
費 1,850円(材料費含む)
申 12月25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(FAX042-775-5515 ☐
sun-yell@ajisaimai
tsu.or.jp)へ
※同所ホームページからも
申し込みめます。



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

オーシャンフォトフレーム作り教室
時 1月20日(日) 午前10時～正午、午後1時
30分～3時30分
定 各20人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費 各1,300円
申 1月19日までに、直接か電話で同セン
ターへ

老人福祉センター溪松園
〒252-0135 緑区大島3339
☎ 042-761-9291

カラオケのど自慢
時 1月20日(日) 午前10時～午後3時50分
対 市内在住の60歳以上
定 60組(申込順)
申 1月10日までに、同園にある申込用紙
(市まち・みどり公社ホームページにも
掲載)を直接同園へ

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
「地図×ウェブ=新しい国際貢献のカタチ」
大規模災害時に救援隊が活用するドロー
ンなどの最先端技術と国際貢献活動の紹介
時 1月12日(土) 午後2時～3時
※希望者は直接会場へ

NPOはじめの一步講座
NPOの基本や法人設立手続きなど
時 1月30日(水) 午後1時30分～4時30分
対 NPOに興味がある人かNPO法人の設立
を検討している人=20人(申込順)
費 500円(資料代)
申 1月29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メールアドレスを書い
て、さがみはら市民活動サポートセン
ター(☎ FAX042-755-5790 ☐sa
gami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

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

①障害者スポーツ講座
「楽しく♪フライングディスク」〈全3回〉
時 1月19日(土)、2月2日(土)・16日(土)
午前10時～正午
②障害者ふれあい文化講座
「科学のびっくろ箱!
なぜなにレクチャー
～二足歩行型ロボット～」
時 1月27日(日) 午後2時～4時
対 市内在住か在勤・在学で障害のある小学
生以上=①30人②16人(申込順)
※小学生は要付き添い
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)
※ボランティア同時募集(定各5人(申込順))
申 1月①9日②10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
(FAX042-769-1200)へ



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

①であいのサロン
話し合いを通して多様な価値観に触れ
る、男女共同参画の気付きの場
時 1月14日(祝)、2月11日(祝)
午前10時～正午
定 各30人(申込順)
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
②子育ておしゃべりサロン
自分らしい子育てを見つける場
時 1月21日(月) 午前10時30分～正午
対 1歳未満の初めての子とその保護者
定 10組(申込順)
申 直接か電話、ファクスに11面上の必要
事項と、①は保育希望の有無(保育希望
者は子どもの氏名・年齢)、②は子ども
の月齢を書いて、同所(FAX042-775-
1776)へ

女性の起業応援事業
ソレイユゆめひろば プチマルシェ
女性作家による手作り品の販売
時 1月8日(火)、2月11日(祝)
午前10時～午後3時

ひとり親家庭等生活向上事業
親子みそ作り教室
津久井在来大豆を使用したみそ作り
時 1月19日(土) 午前10時～午後1時
対 ひとり親家庭の子どもとその保護者
定 10組(申込順) 費 1組700円
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申 12月17日～27日に、電話で市ひとり
親家庭福祉協議会事務局(☎042-755-
6612)へ

施設のお休み

ユニコムプラザさがみはら
時 12月29日(土)～1月3日(月)
間 同所(☎042-701-4370)
環境情報センター
時 12月29日(土)～1月3日(月)
間 同所(☎042-769-9248)

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

相模川寒中水泳大会

時 1月1日(祝) 正午～午後1時30分
会 相模川高田橋(下流)付近
定 200人(先着順)
※希望者は水着と履物を持って直接会場へ
※素足での参加はできません。

スポーツチャンバラ新春体験会

日にち	時間	会場
1月11日(金)	午後7時～8時30分	総合体育館
1月12日(土)	午前 9時30分～11時	市体育館(市役所前)
1月19日(土)		北総合体育館

対 市内在住か在勤・在学の人
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

子どもから高齢者までの健康スポーツ体験会

時 1月13日(日) 午前9時～11時
会 市体育館(市役所前)
対 市内在住か在勤・在学の人
※希望者は室内履きを持って直接会場へ

新春踊り初め講習会

時 1月14日(祝) 午後1時～3時
会 あじさい会館
対 市内在住か在勤・在学の人
※希望者は日傘か扇子を持
て、直接会場へ



親子ラグビー教室

時 1月14日(祝) 午前9時～正午
会 相模原ギオンフィールド
対 市内か近隣市に在住の3歳～中学生とその保護者(保
護者が市内か近隣市に在
勤でも可)
費 1人50円(保険料)
※希望者は運動ができる服
装で直接会場へ
※詳しくは、市ラグビーフットボール協会
ホームページをご覧ください。



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。

- 講演会「津久井町長としての20年間と相模原市との合併」講師は天野 望さん(元津久井町長) 12月16日(日) 午後2時～4時30分、城山公民館。定員60人(先着順)、費用500円(資料代) 関津久井の歴史こぼれ話を語る会の三宅(☎090-3219-2805)
- 「生伴奏で歌いま専科」年末スペシャルピアノとフルートを伴奏にした合唱やフラ

- ダンスの発表、抽選会など 12月19日(水) 午前10時30分～午後3時、杜のホールはしもと。定員140人(先着順)、費用1,000円 関神保(☎042-761-6694)
- 混声合唱団イル・カローレ幸友演奏会 曲目は『混声合唱とピアノのための出発の歌』ほか 12月24日(木) 午後2時～4時、杜のホールはしもと 関清水(☎090-2942-6234)
- 助産師が教えるプレパパプレママ教室 健康な出産と育児を目指した講座 1月27日(日) 午前10時～11時30分、子育てサポートハウスmarimo助産院(南区文京)。定員10人(申込順)、費用1,000円 申電話で同院(☎042-766-4381)へ

仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

- 茶道(裏千家) 月2回土曜日午前9時、サン・エールさがみはら。初心者歓迎 関笹野(☎090-3431-3102)
- 社交ダンス(ラテン) 毎週土曜日午後2時、上溝公民館ほか。初心者歓迎 関神山(☎090-3903-4209)
- 百人一首の書道(毛筆)と作者の解説 月2回金曜日午後1時30分、麻溝公民館。対象は18歳以上 関栗野(☎090-9341-9587)
- 俳句 毎月第3日曜日午前9時、杜のホールはしもとほか。初心者歓迎 関沖山(☎042-674-1588)

- ズンバ(フィットネス) 毎週土曜日午後3時30分、北総合体育館。体験可 関鈴木(☎042-774-3910)
- 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 関高橋(☎042-782-5572)
- 文芸 毎月第2・第4水曜日ほか午後1時30分、市立図書館ほか 関竹内(☎090-8460-2098)

▶掲載の申し込み方法は毎月1日号でお知らせします

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。

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。

2018年 平成30年

12/15

No.0105

毎月15日発行

広報 さがみはら



みどり

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



緑区イメージキャラクター「ミウル」

区版

区の人口・世帯

人口 171,883人 (36減)
男 86,620人 / 女 85,263人

世帯数 73,518世帯 (76増)
平成30年11月1日現在 ()は前月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 緑区役所区政策課
〒252-5177 相模原市緑区西橋本5-3-21
緑区合同庁舎内

☎042-775-8802

緑区自慢の推し土産

年末年始の帰省。お土産を何にするか悩んでいる人に朗報です。さがみはらスイーツフェスティバル「第2回 推し土産スイーツ総選挙」で緑区の商品が選ばれました。みんなが選んだ話題のスイーツを帰省のお土産にしてみたいはいかがですか。

さがみはらスイーツフェスティバル [検索](#)



ケーキのようにしっとりした焼きドーナツ。油で揚げていないのでとってもヘルシーな一品です。

店舗情報 1 アンファン ネージュ

所在地 下九沢1744-20 年末年始のお休み 12月26日(水)・27日(木)・1月1日(祝)
☎042-763-7345

グランプリ(第1位)に選ばれました!

初めてこのような大きな賞を受けることができました。賞に恥じないように今後も精進し、商品を作っていきたいと思っております。

スイーツ作りの心得は?

旬のフルーツを使って季節を感じてもらうこと、またお子さんからおじいちゃん、おばあちゃんまで地域の人たちに喜んでもらえるように心掛けています。

焼きドーナツはどうしたらお客さんに喜んでもらえるかと考え、カロリーを気にしている人でも安心して気軽に食べられるように作りました。

自分の考えたものをお菓子で表現し、そのお菓子を食べてお客さんが喜んでるところを見ることとてもうれしいです。



笹野和夫さん

受賞

津久井のたまご

コクのある卵の香りと、素材本来のおいしさを楽しめる濃厚マドレーヌです。



店舗情報 2 パティスリー プリエ
所在地 西橋本1-20-19
年末年始のお休み 12月29日(土)~1月4日(金)
☎042-774-6535

受賞

丹沢あんぱん

丹沢山系をかたどった薄皮ブリオッシュにたっぷりのあんが入ったあんぱんです。



店舗情報 3 オギノパン
所在地 長竹2841
年末年始のお休み 1月1日(祝)
☎042-780-8121

第1回 総選挙受賞品



甘辛

砂糖醤油のやさしい甘じょっぱさが口に広がるお煎餅です。

店舗情報 4 津久井せんべい本舗

所在地 太井121 年末年始のお休み 1月1日(祝)
☎042-784-4556



マシュマロクッキー

ナッツとマシュマロの軽い食感はつつい後を引くおいしさです。

店舗情報 5 パン小屋 カシエット

所在地 中野452-7 電話予約あり
年末年始のお休み 12月22日(土)~1月7日(月)
☎090-9394-6922



ゆず満月

藤野産のゆずを練り込んだ白あんを蒸しカステラで挟んでいます。

店舗情報 6 桃月堂製菓舗

所在地 青山287 年末年始のお休み 1月1日(祝)・2日(水)
☎042-784-0434

お土産お買い求めマップ

推し土産スイーツ総選挙の受賞店舗のほかにも、緑区自慢の特産品を取り扱う販売店があります。店舗によって年末年始のお休みがありますので、ご注意ください。

特産品販売店 ※緑区特設サイト「すもうよ緑区」掲載店

店舗	所在地	年末年始のお休み	電話番号
① 津久井湖観光センター	太井1274-2	12月29日(土)~1月3日(木)	042-784-6473
② 鳥居原ふれあいの館	鳥屋1674	12月30日(日)~1月2日(水)	042-785-7300
③ 藤野観光案内所 ふじのね	小淵1702-3	12月29日(土)~1月3日(木)	042-687-5581
④ 相模湖観光案内所	与瀬1104-2	12月29日(土)~1月3日(木)	042-649-0661
⑤ あぐりんず つくい	中野625-1	12月31日(月)~1月3日(木)	042-850-4183

※年末年始のお休み以外の定休日など詳しい情報は、各店舗にお問い合わせください。

☎042-775-8802



来年もみどり区版をよろしくね!

緑区特設サイト HP

すもうよ緑区 [検索](#)



LINE「ミウル」 ID:@miuru



Twitterアカウント「ミウル」 @miuru_midori



Facebookページ「ミウル」 @miuru.midori



2018年 平成30年

広報 さがみはら

12/15

No.0105

毎月15日発行

ちゅうおう 区版

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

区の人口・世帯

人口 271,930人 (57増)
男 136,651人 / 女 135,279人
世帯数 121,268世帯 (143増)
平成30年11月1日現在 ()は前月との増減
発行 / 相模原市 編集 / 中央区役所区政策課
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15
市役所本庁舎内
☎042-769-9802

「私は大丈夫」 とっていました

区内の振り込め詐欺被害の件数は増加傾向にあります。最近では、警察官や市役所職員になりすましてキャッシュカードをだまし取るなど、手口が巧妙になっています。振り込め詐欺は子や孫への思いを利用した犯罪で、誰でもだまされる可能性があります。内閣府の調査では、高齢者の8割が「自分は被害に遭わない」と思っているという結果もあります。本人が気を付けるだけではなく、家族も一緒に考えることや地域の皆さんの協力が必要です。自分・家族・地域、皆さんで詐欺を撃退しましょう。



市役所職員を名乗る人から保険料の還付があると電話がありました。怪しいなと思って、一度電話を切って市役所にかけなおしたら、詐欺だと分かりました。

親が知らない番号から電話が頻繁にかかってくるようになったと言っていたので、新しい電話機に替えたら、そのような電話がなくなりました。

お隣さんが慌てて外出するところを見掛けて声を掛けたら、「警察から電話があってこれからお金を渡しに行くところだ」と言っていたので、詐欺だと思って止めました。

「市役所」「警察官」といった言葉にだまされないで!

子どもが高齢の親のために迷惑電話防止機能付き電話機を購入して、詐欺の電話をシャットアウト!

いつもと様子が違うお隣さんに声をかけたことで詐欺をブロック!

自分で守る

犯人は人をだますプロです。話を聞いてしまうと、気付かないうちにだまされてしまいます。

- 留守番電話の設定をする
- 知らない番号から電話がかかってきたら出ない
- お金やキャッシュカードの話が出たらすぐに電話を切る

この3点を徹底することで、振り込め詐欺から自分を守ることができます。

少しでも怪しいなと思ったら、家族や警察に相談してください。

相模原警察署 ☎042-754-0110



家族で守る

日頃から連絡を取り合い、お互いの様子を分かるようにすることが大切です。

- 話し合いをする

詐欺についての情報交換をして、家族みんなが詐欺被害防止の意識を高めることが大切です。

- 迷惑電話防止機能付き電話機を購入する
- 着信音が鳴る前に、相手へ通話を録音する旨のメッセージが流れるなどの機能によって、迷惑電話を減らすことができます。



地域で守る

ご近所だからこそ気付けることがあります。

- ご近所へ気軽に声を掛ける
 - 詐欺被害を話題にする
- まずはあいさつから始めてみませんか。



地域も一丸となって詐欺防止!

星が丘地区自治会連合会 竹田会長

星が丘地区では、高齢者支援センターなどと連携し、不用意に電話に出ないように留守電の設定を代わりにするなどの取り組みをしています。「自分たちの身は自分たちで守る」を合言葉に、地域の皆さんの力で犯人を寄せ付けないまちづくりを進めています。



年末年始は振り込め詐欺以外にも空き巣やひったくりなどの犯罪の危険が高まります。防犯の意識を高めて、年末年始を楽しく過ごしましょう。

☎中央区役所地域振興課 ☎042-769-9801

歌とダンスが好きな男の子集まれ!

中央区の魅力発信グループ「中央区さくら咲くボーイズ39」の第5期メンバーを募集します。

区の魅力を発信する活動に参加しませんか。
※募集についての詳細や活動内容は中央区ホームページをご覧ください。



活動期間 平成31年4月から1年間

☑区内在住・在学の小学校1年生～中学校2年生の男の子

☑10人程度(選考あり)

☑1月31日までに直接か郵送、メールで中央区役所区政策課(〒252-5277 中央区中央2-11-15) ☑boys39@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9802)へ

もみの木コンサート

中央地区の幼稚園や学校、地域のさまざまな団体による音楽発表会。地域の絆を感じるコンサートをお楽しみください。

☑12月22日(土)
午前9時～正午

☑富士見小学校
※希望者は室内履きを持って直接会場へ



☑もみの木コンサート実行委員会事務局
(富士見子どもセンター内) ☎042-750-7544

FM HOT 839で中央区の魅力をオンエア!
エフエムさがみ 「大好き! 中央区」

「音楽で思いを馳せる相模原」のコーナーでは、相模原の出来事を当時の音楽とともに紹介しています。ぜひお聞きください!
放送日 毎月第4木曜日午後7時～8時(再放送 翌週火曜日午後11時～12時)

2018年 平成30年

広報 さがみはら

12/15

No.0105

毎月15日発行



みなみ 区版

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

区の人口・世帯

人口 279,288人 (68増)
男 138,519人 / 女 140,769人

世帯数 128,490世帯 (90増)

平成30年11月1日現在 ()は前月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 南区役所区政策課
〒252-0377 相模原市南区相模大野5-31-1
南区合同庁舎内

☎042-749-2134



市選挙啓発キャラクターのアップくんも参加

常時啓発活動

みんなで投票 目指すは正しい選挙

選挙推進協議会

正しい選挙が行われることや多くの人が投票に参加することなどを目標に、全国約8万人のボランティアが活動しています。区で7地区、約60人が行っている活動の一部を紹介します。



昨年は、緑区の藤野地区の委員と交流し、意見交換会や視察を実施。

委員視察研修会



市選挙啓発キャラクターアップくん

活動している委員に聞いてみました



区会長兼相武台地区代表 佐藤あつ子さん

18歳以上の方が選挙権を持つようになりました。1票の大切さを感じながらたくさんの方に投票してほしいと感じています。今後も若い人をはじめ、多くの方が選挙に関心を持てるよう活動していきます。



区副会長兼大野中地区代表 岩崎 正さん

投票所では、18歳未満の子どもの同伴が認められています。小さな子どもを連れて投票に行けるので、子育て世代など多くの皆さんにも投票に参加してもらいたいです。

明るい選挙キャラクター 選挙のめいすいくん



白バラ講座を開催します!

選挙の投票や開票、ポスター掲示の選挙運動など選挙の豆知識を分かりやすくお話しする講座と、防犯エンターテイメント集団GIFTの代表のミスターTKさんを迎え、マジックを通じて詐欺の手口を分かりやすく解説する、防犯マジックショーを開催します。この機会に、選挙について学ぶとともに、楽しみながら防犯力を高めてみませんか。



なんで白バラが使われているの?

明治時代に普通選挙の実現のために運動していた人たちが胸に白バラを付けていたそうです。その後、昭和30年に開催された普通選挙30周年、婦人参政10周年記念式典のシンボルに使用されて以来、明るい選挙の象徴として用いられるようになりました。白バラの持つ清楚さが、明るい選挙の目標のひとつである“清潔”を象徴しています。



CHECK!

時 1月20日(日) 午後2時~4時
会 新磯ふれあいセンター
定 50人(申込順)
申 1月18日までに区選挙管理委員会事務局 (☎042-749-2117)へ

防犯エンターテイメント集団GIFTは防犯講習活動の実績が高く評価され、県から「犯罪のない安全・安心まちづくり奨励賞」を受賞しています。

ミスターTKさん



南区選挙管理委員会事務局 ☎042-749-2117

航空機騒音対策の住宅防音工事 空調機器復旧工事対象を拡大

住宅防音工事で設置した空調機器が故障した場合の取り換え費用の一部補助について、受け付け対象年月日が拡大します。

受け付け対象年月日と補助対象

平成16年3月31日までに住宅防音工事が完了し、国の補助により設置した空調機器(エアコン、換気扇、レンジ用換気扇)

受付開始 1月16日(水)から

※空調機器機能復旧工事の対象住宅であるか(住宅防音工事完了年月日など)を確認してください。

※受け付け順に空調機器機能復旧工事を実施する予定ですが、上記の対象年月日であっても補助の対象にならないことがあります。詳しくはお問い合わせください。

☑南区行政資料コーナー、大野中・相模台・東林まちづくりセンターにある住宅防音工事希望届(防衛省南関東防衛局のホームページにも掲載)を南関東防衛局住宅防音第2課(〒231-0003 横浜市中区北仲通5-57横浜第2合同庁舎☎045-211-7113)へ



南区少年野球秋季大会 双葉ニュースターズが優勝!

区長杯を手にするため、区内34チームの小学生球児たちが臨んだ本大会は、選手の全員が力を出しきり、どの試合も白熱した展開になりました。11月3日には、相模台公園野球場で決勝戦が行われ、相模台地区の双葉ニュースターズが大野南地区の相模ドルフィンズを3-1で制し、区長杯を手に入れました。監督・コーチ・父母会が一丸となって選手のサポートをする様子に、チームの絆の強さが表れていました。平成最後の開催となる春季大会にもぜひ、ご期待ください。



優勝 双葉ニュースターズ
準優勝 相模ドルフィンズ
3位 翠ヶ丘野球部
あかつき野球部

南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



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.1399

平成30年(2018年)

12/15

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

申し込み・問い合わせ ※12月17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 総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200

● 会場や申込先については上記をご覧ください ●

パパママのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

離乳食教室(モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習、試食、相談会

日にち	時間	会場	申込
1月 8日(火)	午後1時~2時15分	③	⑮
1月28日(月)	午後2時45分~4時	④	
1月29日(火)	午後2時45分~4時	①	

①平成30年4・5月生まれの子の保護者とその家族
②各15人(申込順。初めての子の保護者優先)

親子で歯っぴい ちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
1月 8日(火)	③	30組	⑮
1月11日(金)	①	各20組	
1月29日(火)	②		
1月23日(水)	④		
1月28日(月)	③		

①午前10時~11時15分
②29年11月~30年3月生まれの子とその家族

ぴよぴよサロン

約2,000g未満で生まれたか、運動発達が緩やかな乳幼児とその家族の交流サロン

日にち	時間	会場	申込
1月11日(金)	午前10時~11時	②	⑫
1月25日(金)		③	⑪

①乳幼児とその家族
※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要



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

①午前10時~11時15分
②乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ
③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬

日にち	会場など
1月 8日(火)	⑧、清新②
1月 9日(水)	④
1月10日(木)	鹿島台②、相模台②、大沼②
1月11日(金)	橋本②、上清南②、星が丘②
1月15日(火)	二本松②、向陽②、陽光台②、田名②、大野南②

②こどもセンター
③栄養士による栄養相談もあり

産後ママのエクササイズ

産後の日常生活に取り入れることができる運動体験

①1月31日(木)午前10時~正午
②③
④産後4カ月~おおむね6カ月の女性
⑤4カ月~おおむね6カ月の乳児同伴可(保育なし)
⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺

ハローマザークラス(全2回)

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	会場	申込
2月 1日(金)・8日(金)	②	⑮

①午後1時30分~4時
②妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族

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)	③	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) ※④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮は来庁相談のみ ④成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日				
	火曜日				
	水曜日				
生活習慣改善相談(保健師・栄養士・健康運動指導士)	1月22日(火)	午前9時~10時30分	②	⑧	生活習慣病予防のための個別相談や各種測定 ④各5人(申込順)
	1月30日(水)	午後1時30分~2時30分	④	⑦	
母と子の栄養相談(管理栄養士等)	1月11日(金)	午前9時~11時30分	③	⑪	乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳
	1月15日(火)		④	⑬	
	1月21日(月)		②	⑫	
健康チェック~19歳から39歳のあなたへ~	1月16日(水)	午前9時~10時	②	⑮	診察、基本検査(身体測定、尿・血液検査、胸部X線、心電図)と保健指導 ④40人(申込順) ⑤4,950円 ⑥1月11日正午までに⑤ ※健康診断書の発行は行っていません。
不妊・不育専門相談	1月 8日(火)	〈電話相談〉	②	⑩	④午前9時~11時30分 ⑤午後1時~3時30分 ⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺
		〈面接相談〉	②	⑩	
電話歯科相談(歯科医)	月~金曜日(祝日等を除く)	午前9時~11時	③	⑮	④口の健康に関する相談 ⑤治療内容に関する相談は受け付けません。健診などにより歯科医師が不在の場合もあります。 ⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮
歯科健康相談(歯科衛生士)	月~金曜日(祝日等を除く)	午前9時~午後3時30分	③	⑮	④ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談や、すぐに測れる口の元気チェック ⑤※申込時に日時、会場を調整します。
かんがる~歯科健診(歯科医)	④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺	※日程はお問い合わせください。	③	⑮	④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺
がんに関する相談 がんピアサポート	①1月11日(金)	午前10時~午後3時	④	⑮	がんに関する悩みや不安などの相談にがん体験者が対応 ④がん患者やその家族 ⑤各4組(申込順。各組1時間) ⑥1月⑦9日⑧24日までに⑤
	②1月27日(日)		②		

講座 総合失調症家族教室(全4回)

総合失調症の知識や、当事者とのコミュニケーション術などを学びます。
①2月7日~28日の毎週木曜日午後2時~4時
②③
④総合失調症を発症して10年以内の人の家族
⑤15人(申込順)
⑥12月17日~2月6日に、電話で中央障害福祉相談課(☎042-769-9806)へ

健康診査 検診・検査

申し込み・問い合わせ

⑮

(特定)健康診査、がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)、お口の健康診査、肝炎ウイルス検診を市内協力医療機関で実施しています。

- 費用など詳しくは、本紙1月1日号でお知らせします。
- 肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど)には、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。

実施中

**バンビのぼれぼれ広場講座
親子で楽しむムーブメント**

遊びを通して、体・頭・心の調和が取れた発達を促します。

日にち	時間	対象	定員 (申込順)
1月8日(火)	午前10時 ～10時45分	ハイハイする 前の乳児 (約4カ月～8カ月) とその保護者	10組
	午前11時 ～11時45分	2歳児と その保護者	6組

※初めての入優先

会 けやき体育館

申 12月17日から、直接か電話(月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時)、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、子どもの月齢、「親子ムーブメント」と書いて、同広場(☎042-776-2286 ✉ famisapobambino@gmail.com)へ

**就労準備セミナー
「みんなで話そう 就労に向けて、
今できること」**

発達障害のある中学生・高校生の保護者が知っておきたいことをお話しします。

時 1月15日(火) 午前10時～11時30分

会 けやき体育館

対 市内在住で発達障害のある中学生・高校生(同年齢の子を含む)の保護者

定 30人(申込順)

申 12月17日から、直接か電話、ファクス、Eメールに保護者氏名、電話番号、子どもの年齢、「就労に向けて、今できること」と書いて、市発達障害支援センター(☎042-756-8411 ✉ hattatsu-shien@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

**若年性認知症ミニ講話 &
本人と家族の交流会**

傾聴についての講話と、本人同士の語り合いです。希望者には個別相談も実施します。

時 1月19日(土) 午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

対 若年性認知症の人とその家族

申 1月15日までに、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ

肝疾患コーディネーターセミナー

肝疾患コーディネーターを養成するためのセミナーです。セミナー終了後、認定試験を行い、合格者には同コーディネーター認定証を送付します。

時 1月19日(土) 午前10時～午後1時

会 北里大学(南区北里)

対 肝炎の予防や患者支援に意欲がある人、肝炎患者とその家族、行政機関や企業などの肝炎対策担当者、医療従事者=45人(申込順)

申 北里大学病院ホームページに掲載の申込書を、ファクスで同病院トータルサポートセンター(☎042-778-9599 ✉ 042-778-8111)へ

マタニティオーラルセミナー ～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・体験と、歯科健康診査などを実施します。

時 1月29日(火) 午後1時30分～3時30分

会 緑区合同庁舎

対 市内在住の妊婦(経産婦可。妊娠期間中1回のみ受講可)

定 12人(申込順) ※子どもの同伴可(保育なし)

申 1月28日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

**発達障害支援センター講演会
発達障害の基礎知識
～乳幼児期から学齢期を中心に～**

児童精神科医師が、正しい知識や医師への相談方法について、分かりやすくお話しします。

時 1月19日(土) 午前10時～正午 会 ウェルネスさがみはら
講 井上勝夫さん・神谷俊介さん(北里大学病院精神神経科医師) 定 100人(申込順)

申 1月17日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

**病態別健康教育
早めの対策! 糖尿病の教室**

糖尿病の病態や予防法について学びます。希望者には、血管年齢の測定を実施します。

時 1月28日(月) 午後1時30分～3時30分

会 ウェルネスさがみはら

対 市内在住か在勤の人=50人(申込順)

申 1月24日までに、直接か電話で中央保健センター(☎042-769-8233)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
12月18日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
12月27日(木)		橋本駅 ペDESTリアン デッキ下
12月23日(祝)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	相模大野 駅前通り (コリドー通り)
12月30日(日)		

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。

☎地域保健課 ☎042-769-8343

インフルエンザ・感染性胃腸炎などの感染症を予防しよう!
感染症が流行しやすい時期です。手軽にできることを習慣にして予防に努めましょう。

☎疾病対策課 ☎042-769-8260

正しい手の洗い方

ポイント1 水と石けんを使って15秒以上洗いましょう。



ポイント2 流水でよく洗い流し、水分をよく拭き取りましょう。

せきエチケット



ポイント マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、隙間がないように着用しましょう。

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(保険証などが無い場合は全額自費となります)。

医科 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000

月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝9時
土曜日 午後1時～翌朝9時
日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時
12月29日(土)～1月3日(木) 24時間

※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 相模原口腔保健センター ☎042-756-1501

日曜日 午前8時45分～11時30分
12月29日(土)～1月4日(金)
午前8時45分～11時30分、午後1時15分～4時30分
※事前に連絡をしてから受診してください。

電話相談 かながわ小児救急ダイヤル ☎045-722-8000

(市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合☎#8000)
毎日 午後6時～午前0時
※子どもの急な体調の変化で心配なときに、電話で相談できます。

接骨 休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-19-4199

日曜日、祝日等、12月29日(土)～1月3日(木)
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
12月29日(土)～1月3日(木) 24時間
(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。

