

さがみはら 広報

NO.1408
毎月
1日・15日発行
5/1
2019
令和元年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 市議会議員選挙の結果をお知らせします 2
- 第46回市民若葉まつり 6
- 私が看護師を目指した理由 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・世帯
人口 721,910人(123減)
男 361,069人 女 360,841人
世帯 325,018世帯(1,281増)
平成31年4月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

令和初の市民まつりを開催!

イベントがめじろ押しゴールデンウィークが明けると、本市最大のお祭りである市民まつりが待っています。今年は「若葉まつり」として開催され、市役所さくら通りでのにぎやかなパレードや、特設ステージでの華やかなダンスパフォーマンスが楽しめるほか、銀河連邦物産展などでのおいしい名産品も味わえます。

時5月11日(土)・12日(日) ※交通案内など、詳しくは6面をご覧ください。

☎市コールセンター ☎042-770-7777



©JAXA イラスト 池下章裕



72万市民の皆さまと つくる 幸せ色あふれる さがみはら

本村賢太郎 新市長 就任

就任のごあいさつ

このたびの市長選挙におきまして、多くの市民の皆さまから温かいご支援をいただき、市政運営のかじ取り役を担わせていただくこととなりました。

72万市民の幸せと安全・安心を担う責任の重さを痛感するとともに、使命感で身の引き締まる思いです。

相模原市は政令指定都市となって今年4月で10年目を迎えました。これまでの10年間を基礎として、令和という新しい時代の幕開けとともに、次のステージへ向かうその第一歩を、市民の皆さまと共に踏み出していきたいと考えています。

私たちのまち・相模原は、都市と自然が共存し、大きな可能性に満ちあふれたまちです。困難なミッションにチャレンジを続ける「はやぶさ2」などの運用を行うJAXA相模原キャンパス、豊かな水をたたえる湖や広大な森林が育む清流、地域の人々がつくるさまざまな観光行事など、多くの魅力に満ちています。そして何より、ここで暮らす72万市民一人一人の存在こそが、かけがえのない相模原市の誇りです。

人口減少社会、超高齢化といった時代の転換期にあっても、先人から受け継いだ自然、歴史、文化など魅力ある資源をしっかりと生かすとともに、市民の皆さまとの「対話」を何より大切に、子どもたちや若者、子育て世代、働き盛り世代、シニア世代など、年代や障害の有無にかかわらず誰もが「私は相模原に住んでいる」と誇りに思えるまちをつくるため、市民の皆さまと同じ目線で、一生懸命全力で市政運営に取り組んでまいります。

72万市民の皆さまを、家族のように身近に感じながら、それぞれの幸せ色であふれるさがみはらをつくるため、誠心誠意努めてまいりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



相模原市長
本村賢太郎

■昭和45年4月17日生まれ、49歳。
南区鶴野森在住。青山学院大学卒業。神奈川県議会議員2期、衆議院議員3期。

市長選挙の結果 投票日 4月7日(投票率 48.91%)

当 本村賢太郎 13万2,186票 加山俊夫 7万4,456票 宮崎雄一郎 4万467票 八木大二郎 3万5,753票

市議会議員選挙の結果については、2面をご覧ください▶

市議会議員選挙の結果をお知らせします

4月7日に行われた市議会議員選挙の結果は次のとおりです。当選された議員の紹介は、「さがみはら市議会だより5月1日号」に掲載されています。

緑区	中央区	南区
有権者数 141,570人	有権者数 221,852人	有権者数 227,862人
投票率 50.52%	投票率 48.20%	投票率 48.44%
(定数11人 候補者数16人)	(定数17人 候補者数25人)	(定数18人 候補者数23人)

氏名	得票数	氏名	得票数	氏名	得票数
当 大八木さとし	6,376	当 中村まさはる	8,756.590	当 鈴木こうち	7,673.742
当 関根まさごろう	6,128	当 えのもと揚助	8,333.000	当 阿部よしひろ	6,831.000
当 秋本じん	6,124	当 にしや克己	6,154.000	当 長谷川くみ子	6,815.000
当 くりはら大	5,423	当 いがらしちよ	5,821.000	当 にしななつみ	6,768.000
当 なんば秀樹	5,234	当 うしろだ博美	5,783.000	当 須田たけし	6,107.000
当 小野沢こういち	5,184	当 松永ちか子	5,221.000	当 折笠まさはる	5,253.000
当 中村ただとき	5,183	当 岡本こうぞう	5,106.000	当 大崎ひではる	5,218.000
当 小田貴久	5,077	当 ふせはつ子	5,034.000	当 鈴木秀成	5,210.257
当 のもとよしみ	4,793	当 うすい貴彦	4,970.000	当 おおつき和弘	5,086.000
当 田所健太郎	4,559	当 小池よしかず	4,961.000	当 桜井はるな	4,985.000
当 佐藤ひさし	4,391	当 大沢ようこ	4,956.000	当 寺田ひろこ	4,870.000
小林たかみち	4,169	当 小野ひろし	4,874.000	当 石川まさのぶ	4,813.548
伊藤ひろゆき	3,519	当 森しげゆき	4,149.000	当 古内明	4,793.000
こうやまたかし	2,138	当 みす城太郎	4,050.000	当 石川いたる	4,773.451
井上こうすけ	867	当 渡部としあき	3,838.000	当 加藤あきのり	4,577.000
松川きみひろ	635	当 はっとり裕明	3,532.000	当 久保田ひろたか	4,324.000
		当 今宮ゆうき	3,158.000	当 金子ときお	4,174.000
		当 まつうら千鶴子	3,158.000	当 羽生田がく	3,732.000
		当 こそわ隆宏	2,796.000	山下伸一郎	3,627.000
		唐橋つぐゆき	2,156.000	荒井しんいち	3,483.000
		佐藤こうじ	1,828.000	小林みちあき	2,141.000
		田崎あきら	1,693.000	中村かずひろ	1,162.000
		名川やすお	1,451.000	かまた正彦	881.000
		中村ゆう	1,044.409		
		古澤しんご	753.000		

○中央区では今宮ゆうき候補とまつうら千鶴子候補が同数だったため、公職選挙法第95条第2項の規定によるくじを行った結果、今宮ゆうき候補が当選人と決定しました。

○中央区・南区では、同一の氏等によるあん分票があったため、1票未満の端数を掲載しています。

問 市選挙管理委員会事務局 ☎042-769-8290

事業所・企業向け

受動喫煙の防止対策が強化されます 早めの対策を忘れずに！

令和元年7月から
順次施行
改正健康増進法

飲食店・公共施設・職場など施設の類型に応じて、敷地内禁煙、原則屋内禁煙への対応が義務化されます。

施設の類型	施行後のルール
第一種施設 7月から 学校、病院、行政機関の庁舎 など	敷地内禁煙 屋外に喫煙場所を設置可
第二種施設 2年4月から 事業所、飲食店、商業施設 など	屋内禁煙(原則) 屋内に喫煙室を設置可
喫煙目的施設 2年4月から たばこの販売所やシガーバー など	屋内禁煙(原則) 屋内の全体を喫煙可能とするか、喫煙室を設置可

施行後は、義務違反者には50万円以下の過料が科されることなどが規定されています。

- 喫煙場所・喫煙室などには、設置基準が設けられています。
- 自宅などの居住場所やホテルの客室などは対象外です。

既存飲食店 加熱式たばこへの経過措置があります

客席面積100㎡以下などの一定の要件に該当する中小企業が経営する既存飲食店や、指定たばこ(いわゆる加熱式たばこ)のみの喫煙をさせる場合については、規制を一部緩和する経過措置が設けられます。

喫煙専用室設置費用の助成制度も活用を

一定の基準を満たした喫煙専用室の設置に対して、費用助成(受動喫煙防止対策助成金)があります。詳しくは、神奈川県労働局健康課(☎045-211-7353)にお問い合わせください。

問 健康増進課 ☎042-769-8055

市税の主な変更事項・改正点のお知らせ

個人市民税

◆住宅ローン控除の拡充 10月から適用

消費税率10%への引き上げ後の住宅購入などを支援するため、住宅ローン減税が拡充されます。
※消費税率10%が適用される住宅を取得して、10月1日～令和2年12月31日に入居した場合が対象
現行の住宅ローン減税は控除期間を3年間延長(10年→13年)

適用年の11年目～13年目の各年の控除限度額
次のいずれか 〇住宅借入金等の年末残高(4,000万円を限度)×1%
小さい額 〇建物購入価格(4,000万円を限度)×2%÷3

◆ふるさと納税制度の見直し 6月以降の寄付から適用

ふるさと納税の対象は、次の基準に適合し、総務大臣が指定する地方団体のみとなります。
〇寄付金の募集を適正に実施する
〇返礼品を送付する場合、次のいずれも満たしている
・返礼品の返礼割合が3割以下
・返礼品は地場産品とする

◆子どもの貧困に対応するための個人住民税非課税措置

令和3年度分の個人住民税から適用

児童扶養手当の支給を受けている児童の父か母のうち、現在婚姻していないか配偶者の生死が明らかでない場合は、非課税となります。
※年間の合計所得が135万円を超える場合を除きます。

◆環境性能割の臨時的軽減 10月～令和2年9月の取得分に適用

自動車取得税の廃止に伴い創設される環境性能割について、自家用乗用車の税率が1%引き下げられます。

◆グリーン化特例(軽課)に関する見直し 令和3年4月～5年3月の取得分に適用

区分	改正前	改正後
電気自動車、天然ガス自動車	75%軽減	75%軽減
2020年度基準+30%達成	50%軽減	軽減なし
2020年度基準+10%達成	25%軽減	

問 税制課 ☎042-769-8220

軽自動車税



軽自動車税

今年度の納税通知書を5月11日に送付します

31年4月1日時点で軽自動車、オートバイ、農耕用のトラクターなどを所有または使用している人
※軽自動車税は、使用せずに保管している状態や、車検期間が満了している場合でも課税されます。

納期限、減免申請期限は
5月31日(金)

身体に障害のある人などへ減免制度があります

詳しくは、納税通知書に同封の「軽自動車税の障害者減免制度のお知らせ」をご覧ください。
※すでに減免を受けている人で、障害の等級や車両のナンバーなどに変更がなければ、申請の必要はありません。

問 市民税課 ☎042-769-8297

国民健康保険に加入している人へ

所得の申告忘れはありませんか？

収入がなくても申告は必要

国民健康保険税は前年の所得を基に算定しているため、同じ世帯に1人でも所得不明の人がいると、正確な算定を行うことができず、保険税の軽減制度も適用することができません。

所得が確認できない世帯に国民健康保険税申告書を送付しています。

5月20日までに
返送してください。

1. 軽減対象世帯を拡大

世帯主と国保加入者の所得の合計が一定以下の場合に適用される軽減制度の基準を一部変更しました。変更点は、国保税を構成する均等割額と平等割額が5割か、2割軽減になる基準です。(7割軽減は変更なし)

3人家族で、全員が国保に加入しているケース

117万円以下 → 5割軽減
(30年度は115万5,000円)
186万円以下 → 2割軽減
(30年度は183万円)

※所得の基準は世帯主と国保加入者の合計人数などにより異なります。

それぞれの所得が
80万円 16万円 20万円
3人の合計が116万円のAさん一家は5割軽減に(30年度では2割軽減)

2. 医療分の課税限度額を変更

国保税のうち、医療分の課税の上限額は58万円から61万円に増額となります。(支援金分と介護分は変更なし)

問 市国民健康保険コールセンター ☎042-707-8111



5月23日(消印有効)まで

市営住宅入居者募集

詳しくは「募集のしおり」をご覧ください。
 圏市コールセンター ☎042-770-7777

申し込み資格 次の全てに該当する人

- 20歳以上である
- 市内に1年以上在住している
- 夫婦か親子を主体とした家族である(単身者向け住宅を除く)
- 世帯の月収額が、15万8,000円(高齢者世帯などは21万4,000円)以下
- 住宅に困っている理由がある
- 市税などの滞納がない(分割納付中も滞納とみなします)
- 申込者が同居しようとする親族が住宅を所有していない
- 申込者が同居しようとする親族が暴力団員でない

募集する住宅

①一般世帯向け住宅(42戸)				
住宅名	間取り	戸数	所在地	
上九沢団地	2DK	1	緑区上九沢	
	2LDK	3		
	3DK	4		
大島団地	3DK	3	緑区大島	
佐野川住宅	2DK	1	緑区佐野川	
二本松団地	2DK	1	緑区二本松	
中原団地	2K	1	緑区向原	
東団地	2DK	1	中央区相生	
	3DK	3		
東第2住宅	2DK	1	中央区相生	
	3DK	1		
石橋団地	2DK	2	中央区上溝	
	3DK	1		
田中第2住宅	2DK	1	中央区上溝	
すすきの住宅	2LDK	1	中央区すすきの町	
田名塩団地	2DK	1	中央区田名塩田	
	2LDK	2		
富士見団地	3DK	2	中央区富士見	
		7		
		1		中央区淵野辺
		1		中央区星が丘
		1		中央区横山
		1		南区大野台
		1		南区文京

②一般単身者向け住宅(2戸)			
住宅名	間取り	戸数	所在地
上九沢団地	1DK	1	緑区上九沢
すすきの住宅		1	中央区すすきの町
③多人数世帯向け住宅(3戸)			
東団地	4DK	1	中央区相生
すすきの住宅		1	中央区すすきの町
富士見団地		1	中央区富士見
④身体障害者世帯向け住宅(2戸)			
富士見団地	2LDK	1	中央区富士見
文京団地		1	南区文京
⑤身体障害者単身者向け住宅(1戸)			
あじさい住宅 コンフォールさがみ南	1DK	1	南区相南
⑥老人世帯向け住宅(3戸)			
淵野辺団地	2DK	2	中央区淵野辺
文京団地		1	南区文京
⑦高齢者単身者向け住宅(8戸)			
上九沢団地	1DK	1	緑区上九沢
あじさい住宅大島		1	緑区大島
あじさい住宅二本松		1	緑区二本松
あじさい住宅上溝		1	中央区上溝
あじさい住宅陽光台		1	中央区陽光台
あじさい住宅下溝		1	南区下溝
あじさい住宅相武台		1	南区相武台
南台団地		1	南区南台

選考方法 ①抽選方式②～⑦ポイント方式
 募集のしおりに付いている申込書を郵送か、下記の相談日時に直接会場へ

相談日時・会場

日にち	時間	会場
5月10日(金)・22日(水)・23日(木)	午前9時～午後4時	市役所会議室棟
5月14日(火)		南区合同庁舎
5月17日(金)		緑区合同庁舎

募集のしおり配布場所(5月9日から)
 市営住宅課、広聴広報課、緑・南区合同庁舎総合案内、中央区役所区民課窓口サービスコーナー、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・連絡所・高齢者支援センター、津久井保健センター、城山保健福祉センター、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター、あじさい会館、指定管理者〈市営住宅管理センター(中央区相模原)〉
 ※土・日曜日、祝日等は、市役所本館守衛室、緑区役所休日窓口サービスコーナー、南区合同庁舎総合案内、各総合事務所守衛室、南保健福祉センター、あじさい会館、指定管理者〈市営住宅管理センター〉

住まいのエコ・バリアフリー改修費補助事業のご案内

<p>市内の施工業者を利用して住宅の省エネルギー改修やバリアフリー改修などを行う場合、工事費用の一部を補助します。ぜひ活用してください。</p>	<p>補助対象者 次の全てに該当する人</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市内に住宅を所有し、自ら居住していて、当該住所で住民登録を行っている ●市税の滞納がない ●暴力団員でない 	<p>補助対象住宅 次の全てに該当する住宅</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市内に所有し、自ら居住している(共同住宅の場合は個人専有部分、店舗などの併用住宅は個人住宅部分のみ) ●建築基準法違反などが無い 	<p>補助金額</p> <p>補助対象工事にかかる費用の10分の1(上限5万円)</p>
--	---	---	---

申し込み 次の配布場所にある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を、直接受付会場へ

日にち	会場
5月27日(月)・31日(金)	建築・住まい政策課
5月28日(火)	南区合同庁舎会議室1
5月29日(水)	津久井総合事務所★
5月30日(木)	緑区合同庁舎会議室3-2B

☎午前9時30分～午後4時(★は午後1時～4時)
 ※建築・住まい政策課窓口では、5月27日・31日以外は受け付けできません。
パンフレット・申請書の配布場所(5月7日から)
 建築・住まい政策課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所など

注意事項

- これから始める工事が対象となります。申請後、補助金の交付決定通知書の内容を確認してから工事を始めてください。
- 9月30日までに工事が完了するものに限りです。
- 補助を受けられるのは1回限りです。過去に同補助金を交付された人は対象になりません。

補助対象工事 市内施工業者(見積書・領収書を市内の住所で発行できるもの)が行う、費用が20万円以上(税抜き)の、次の改修工事を行うもの
 ※本市の他の補助制度を利用している部分は対象外

<p>①省エネルギー改修</p> <ul style="list-style-type: none"> ●外壁、屋根・天井、床の断熱改修 ●窓の断熱改修 ●節水型トイレの設置 ●高断熱浴槽を含む浴室の改良 	<p>②バリアフリー改修</p> <ul style="list-style-type: none"> ●手すりの取り付け ●段差の解消 ●床材の変更 ●扉の取り替え ●廊下幅などの拡張 ●トイレ・浴室の改良 ●エレベーターの設置
---	---

※①②の改修工事(合算可)で20万円以上(税抜き)となることが条件

③追加改修
 上記①②の改修工事費を超えない額までの右記の工事も補助対象になります。

①②の改修工事に併せて行う工事で、住宅本体に関わる機能維持・向上、居住環境の向上のための修繕、模様替え、増改築、減築など
 ※対象外になる工事など 給湯設備工事、外構工事、エアコン・こんろの設置、工事を伴わない設備機器・備品などの購入・設置

予算額を超えた場合は、抽選となります。
抽選予定日 6月14日(金)

申し込みが予算額に達しなかった場合は、受付期間を8月30日まで延長します。(先着順)

※詳しくは、市ホームページやパンフレットをご覧ください。
 圏建築・住まい政策課 ☎042-769-9817



今年は7月中旬開催

相模原納涼花火大会

7月15日(祝) 午後7時～8時15分
 (荒天時・河川増水時は中止)
 水郷田名相模川高田橋上流

市民協賛席 特等席で花火を鑑賞できます。専用トイレあり

- 4,000席(いす席。申込順)
- 1席=2,500円、5席=1万円

当日の座席は
先着順

7月14日までに、下表の予約システムから申し込んでください。

予約システム	予約・申し込み方法
ローソンチケット	○ローソン・ミニストップの端末機「Loppi(ロッピー)」 ○オペレーター予約(午前10時～午後8時) ☎0570-000-777 ○ローソンチケットホームページから
セブンチケット	セブンイレブンマルチコピー機(24時間)か、セブンチケットホームページから
e+(イープラス)	イープラスホームページから
楽天チケット	楽天チケットホームページから

メッセージ花火 花火とともに、あなたのメッセージを場内放送で流します。

協賛金	花火の内容など	文字数	特典(市民協賛席)	申し込み
1万円	3号玉1～3発	10字	なし	5月15日～6月30日に、同大会ホームページの専用フォームから
3万円	3号玉5～10発程度	30字	2席	
10万円	3・4号玉20発	50字	5席	

※企業PR、政治・宗教関係、誹謗中傷などのメッセージは受け付けません。

▲会場周辺の道路は大変混雑します。車やバスでの場合は、3時間以上前の到着をお勧めします。

☎ 商業観光課 ☎042-769-8236

ルールを守って事故を防ごう

5月は九都県市一斉自転車マナーアップ強化月間

- 自転車は車道が原則、歩道は例外
- 車道は左側通行
- 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 子どもはヘルメットを着用

自転車損害賠償保険などに加入しましょう
 市では、条例で自転車事故に備えた保険などの加入が義務です。

安全は心と時間のゆとりから
 新入学児童・園児を交通事故から守ろう

春の全国交通安全運動 5月11日～20日
 交通事故死ゼロを目指す日 5月20日

- 子どもと高齢者の安全な通行の確保と、高齢運転者の交通事故防止
- 自転車の安全利用の推進
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶

交通安全教室のご案内

実技や映画、講話などを通して交通事故の状況や自転車の安全な利用方法などの指導を行います。地域や学校などで実施を希望する場合は、お問い合わせください。

☎電話連絡の上、市ホームページに掲載されている申請書を郵送などで、交通・地域安全課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

☎ 交通・地域安全課 ☎042-769-8229

5月12日は 民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員は 皆さんの一番身近な相談相手です

こんな活動をしています

見守り活動や生活上の相談
 一人暮らしの高齢者や
 子育て世帯への訪問

市役所などの関係機関とのパイプ役
 利用できる福祉サービスなどの情報提供
 相談内容に応じた関係機関への橋渡し

地域活動への参加

乳幼児や高齢者を対象としたサロン活動などのボランティア活動への参加

困ったときは担当の民生委員・児童委員に相談してください。担当など詳しくは地域福祉課へ

12月に3年に一度の改選があります

7月ごろから各地域で候補者の選出が始まります。
 新たな民生委員・児童委員は、12月から地域で活動します。

☎ 地域福祉課 ☎042-769-9222

COOL CHOICE 地域で省エネ! 賢く節電!

クールビズで快適に過ごそう!

室温26℃でスーツを着用した場合も、室温28℃で軽装をした場合も、体感温度は同じといわれています。過度な冷房に頼らずに、湿度管理や風をうまく取り入れましょう。

協力施設・団体を募集

みんなで涼しさを
シェアしよう!

クールシェアさがみはら

7月から実施する、店舗などを活用して暑さをしのぐ取り組みに協力できる民間施設や団体などを募集します。

施設・空間提供タイプ

イベント型タイプ

- 椅子などがあり、市民が1時間程度ゆっくり過ごせるようなスペースがある施設
- 施設が提供するサービスなどを利用して市民が日中を涼しく過ごせる施設 など
- 日中に市民を集めて開催する打ち水・映画鑑賞会などを実施する施設や団体

5月31日までに、環境政策課にある参加登録申込書(市ホームページにも掲載)をファクスかEメールで、環境政策課(☎kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 環境政策課 ☎042-769-8240

協働事業 提案制度 市と一緒に取り組みたい事業プランを募集

参考 昨年度
新規採択事業

- ・若年層に向けた金融教育支援事業
- ・食でつながる子育て相談事業

協働事業提案制度とは、市民の皆さんと市が協働で、地域の課題や社会的課題の解決を図る事業を提案する制度です。実施が決定すると、令和2年4月から最長で3年にわたり事業を継続できます。

応募要件 1年以上の活動実績があり、5人以上で組織するNPOなど(法人格の有無は不問)

経費負担 市が総事業費の90%以内を負担(2年目は80%以内、3年目は70%以内)
 募集要領の配布場所 市民協働推進課、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)など

※市ホームページにも掲載

説明会・相談会

日にち	時間	会場
5月 8日(水)	午後2時～3時30分	津久井総合事務所
5月 9日(木)	午後7時～8時30分	ユニコムプラザさがみはら
5月10日(金)		ソレイユさがみ
5月18日(土)	午後1時30分～3時	けやき会館

5月7日～31日に、市ホームページに掲載されている事前相談シートと必要書類を市民協働推進課(☎042-769-9225)へ



ボランティア活動の備えに 市民活動サポート補償制度の活用を

ボランティア活動をしている皆さんの万一の事故に備えて、市が一括して保険契約を締結しています。原則、個人での保険料負担や事前の登録手続きは必要ありません。

●主な対象者(活動者名簿が必要)

市内に活動の拠点を置き、無償(実費弁償程度の場合を含む)で自発的・継続的・計画的に公益性のあるボランティア活動を行っている人や、やむを得ない事情で活動に同行する未就学児など

※未就学児は、各ボランティア団体に名簿登録の上、市への事前の登録手続きが必要です。

●対象となるボランティア活動(事業計画・活動記録が必要)

社会福祉、社会奉仕、社会教育、青少年育成、地域活動など

●対象となる事故

活動中の損害賠償責任事故・傷害事故

※特定疾患も補償の対象となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

●主な支払補償金額

区分	損害賠償責任事故		傷害事故		
	身体賠償	財物賠償	死亡	入院	通院
補償金額	最高 1人1億円 1事故5億円	最高 1事故 1,000万円	500万円	日額 3,000円 (180日限度)	日額 2,000円 (90日限度)

事故が発生したら

市民協働推進課か市の関係課へ速やかに連絡してください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 市民協働推進課 ☎042-769-8226

橋本図書館に行こう 橋本図書館 ☎042-770-6600 休館日 月曜日

📖 **こどもまつり—ようこそほんの森へ—** 希望者は直接会場へ

受付で参加シールをもらい、「ほんの森」の探検に出発します。わらべうたの会やおはなし会に参加したり、折り紙教室や昔遊びなどに挑戦したりできます。

🕒5月4日(祝)・5日(祝) 午前10時～午後5時

催し名	時間	対象
わらべうた会	午前11時～	小学生以下
おはなし会	午後3時～	

📖 **布えほん展** 希望者は直接会場へ

手作りの布絵本や布おもちゃの展示のほか、おはなし会を開催します。

催し名	日にち	時間	会場
展示	5月11日(土)	午後1時～4時30分	同館、ミウイ橋本5階 コミュニティールーム
	5月12日(日)	午前10時～午後4時	
おはなし会	5月11日(土)	午後2時～	ミウイ橋本5階 コミュニティールーム
	5月12日(日)	午前11時～、午後2時～	

📖 **郷土ゆかりの作家 加藤武雄の作品を読む**

城山で生まれ、大正から昭和にかけて活躍した作家の短編作品「銀貨」を読み、感想を語り合います。

🕒6月16日(日) 午前10時～11時30分

定16人(申込順)

📍開催日当日までに、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(5月6日を除く)、5月7日(火)

🌠 **星空観望会(6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。

🕒6月8日(土)・22日(土) 午後7時30分～9時30分

定各120人(申込順。1組4人まで。同世帯は人数制限なし)

※中学生以下は保護者同伴

📞電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

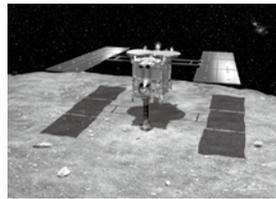
🌠 **プラネタリウム「おためしタイム」**

プラネタリウムを初めて見る人も気軽に体験できる、約10分間の無料投影を実施しています。プラネタリウムの中がどんな所で、何が見られるのかわかります。6月までのテーマは「はやぶさ2ニュース! 第2弾」です。

🕒日曜日、祝日等 午後0時10分

定各210人(先着順)

※希望者は直接会場へ



©JAXA 池下章裕

吉野宿ふじや

■ **企画展「昭和の娯楽」展**

昭和のマンガやレコード、映画のポスターなどを展示します。また、かつての娯楽だった藤野の村歌舞伎も紹介します。

🕒6月2日(日) まで 午前10時～午後4時

※月曜日(祝日等を除く)、5月7日は休館日

■ **関連事業**

ギャラリートーク「私の昭和マンガコレクション」

🕒5月5日(祝) 午後1時30分～3時

懐かしのレコード鑑賞会

🕒6月2日(日) 午後1時30分～3時

..... 共 通

📍吉野宿ふじや

定30人(先着順)

※希望者は直接会場へ



吉野宿ふじや

📍市立博物館 ☎042-750-8030

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 5月4日(祝) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶ランボーのうそ ▶ちびまる子ちゃん まる子、ウソをつく ▶忍たま乱太郎のがんばるしかないさ② ▶片耳の大シカ
🎬 シネマサロン 5月5日(祝)・6日(休) 午後2時～4時	▶Little DJ 小さな恋の物語 (2007年/日本/カラー)

📍市立図書館(中央区鹿沼台) 📍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

16ミリ映写機操作認定講習会

映写機の操作と16ミリフィルムを使った映画会の企画・運営などを学びます。

🕒6月23日(日) 午前9時45分～午後4時45分

📍市立図書館(中央区鹿沼台)

📍市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=18人(申込順)

📍直接か電話で同ライブラリーへ(5月16日～31日は臨時休館)

立ち寄り式 工作あそび 工作プログラム ペタペタ☆光るこいのぼり作り

アーティストと一緒に蓄光紙にスタンプを押して、暗い場所で光る鯉のぼりを作ります。

🕒5月4日(祝)・5日(祝) 午後2時～4時

📍アートラボはしもと

定各50人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

※当日午後1時から同会場配布する整理券が必要

📍アートラボはしもと ☎042-703-4654



相模原麻溝公園 クレマチスフェア

花鉢の展示や園芸相談、苗の販売などを行います。

🕒5月5日(祝)・6日(休) 午前9時～午後3時

※希望者は直接会場へ

📍相模原麻溝公園 ☎042-777-3451



小山公園 アクアフォレスト

街で発見アウトドア

～自然を楽しみ自然に美しく～

フィンランドの伝統装飾品のヒンメリやバッグなどのワークショップ、ピラティスやヨガの体験、アクセサリーや飲食物の販売などを催します。

🕒5月6日(休) 午前10時～午後4時30分(小雨決行)

📍小山公園芝生広場

※希望者は直接会場へ

📍小山公園 ☎042-700-0801



「原爆と人間」写真展

日にち	時間	会場
5月15日(水)～21日(火) (18日(土)・19日(日)を除く)	午前8時30分～午後5時	市役所本館
6月5日(水)～11日(火)	午前9時～午後4時★	津久井中央公民館
6月25日(火)～7月2日(火)	午前8時30分～午後5時★	あじさい会館

★初日は午前10時から、最終日は午後4時まで

📍相模原平和実行委員会の田中さん ☎042-755-2216

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! 勾玉作り

古代のアクセサリー作りを通して、当時の人々の思いなどを考えます。

🕒5月19日(日) 午後2時～4時

対小学校4年生以上

※小学生は保護者同伴

定30人(申込順)

費400円

📍直接か電話で同館へ



学ぶことは、面白い。 さがまちカレッジ

■ **電子書籍出版のススメ**

電子書籍作成の基本から出版の方法までを紹介します。

🕒6月8日(土) 午前10時30分～正午

📍相模女子大学(南区文京)

定30人(申込順)

費1,000円

📍各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郵送かファクスで、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めます。





第46回 市民若葉まつり

～72万人のふるさとづくり～

5月11日(土) 午後1時～5時
12日(日) 午前10時～午後5時

市役所さくら通りほか

☎市コールセンター ☎042-770-7777



開会式・パレード

カナダの国旗をイメージしたメープルパレードも参加します。
 時 11日(土) 午後1時30分～
 会 市役所さくら通り相模原郵便局前

市民パレード

鼓笛隊、よさこいなどの28団体がにぎやかに行進します。
 時 12日(日) 午前10時15分～午後0時30分、午後1時45分～4時
 会 市役所さくら通り



～ふるさとの誇りを読み上げよう～

相模原の魅力を集めた『相模原ふるさといろはかるた』を使ったかるた大会を開催します。新聞紙を開けたサイズの大型かるたを使い、ユニークなルールで楽しみながら相模原について学びます。

- ☒ 体験会 11日(土) 午後2時～4時
- 大会と体験会 12日(日) 午前10時～午後4時
- ☒ 市役所第2駐車場前
- 定 36人(申込順)
- 申 11日までに相模原青年会議所ホームページから申し込んでください。
- ※体験会の希望者は直接会場へ

無料巡回バス おおむね15分間隔で運行します。
 ⚠️ ペットは必ずかごに入れてください。

📍 相模原駅南口 ⇄ 📍 まつり会場

1 11日(土) 午前11時～午後6時15分
 12日(日) 午前8時～午後6時15分

📍 アリオ橋本(緑区大山町) ⇄ 📍 まつり会場

2 11日(土) 午前10時～午後6時15分
 12日(日) 午前10時～午後6時15分

1,2両コースとも最終便は「まつり会場臨時停留所」を午後6時15分に出発します。

❗ **来場者用駐車場はありません。**
 電車・バス・無料巡回バスを利用してください。

電子ブック版パンフレットはこちら

スマホでスケジュールをチェック!

SOIN 若葉まつり 検索



会場・交通案内図



市内で活躍している看護師と
看護専門学校生に
聞いてみました

私が看護師を 目指した理由

一言で看護師と言っても、きっかけや目標、経歴などはさまざま。
進路を決めるときや転職を考えるときに迷ったら、
「看護師」という選択肢を考えてみませんか？

圏地域医療課 ☎042-769-9230

入院をしたときに
優しい看護師の
対応に感動！
島津綱希さん

看護師の
母の話聞いて
興味が湧きました
安藤玲奈さん

幅広い年齢の人に
寄り添える看護の
仕事がしたくて
高橋今日子さん

兄が病気だった
ときに自分が
助けたいと思いました
恩田日向子さん

病院で1日看護
体験をしたとき看護師の
働く姿に憧れました
須藤求夢さん

英語の教科書に
載っていた海外で
活躍する看護師に
憧れました
杉山純子さん

母のような
看護師になりたいと
古賀香代さん

祖母から
自分の技術で
食べていけるようにと
奮められました
下村剛史さん

看護師を目指す皆さんへのサポート

看護体験ができる！

1日看護体験

時 7月29日(月)・30日(火)
午後1時30分～4時30分
会 相模原看護専門学校(南区新磯野)
対 中学生以上
※同校ホームページからお申し込みください。

圏相模原看護専門学校
☎046-259-1155

看護フェスティバル

～1日まちの保健室～
「白衣の思い出」記念撮影など
時 5月12日(日)
午前10時～午後3時
会 ウェルネスさがみはら前(若葉まつり会場内)

ナイキンゲールの誕生日



市内で看護師を目指すなら

専門学校・大学 オープンキャンパス

●相模原看護専門学校
時 5月25日(土)、6月15日(土)
午前10時～正午
※7～9月も開催
※同校ホームページからお申し込みください。

圏相模原看護専門学校
☎046-259-1155

●北里大学看護学部
時 8月3日(土)・4日(日)、25日(日)
午前10時～午後4時
※同校ホームページからお申し込みください。

圏北里大学看護学部事務室
☎042-778-9820

ブランクも安心！

復職支援相談会

看護部長に復職についての個別相談や、市病院協会加盟病院などの情報提供を受けられます。今後、技術研修会なども予定しています。

時 6月16日(日)
午前10時30分～午後3時
会 ウェルネスさがみはら
関 看護師・准看護師・保健師・助産師のいずれかの免許がある人(子ども同伴可)
※希望者は直接会場へ

圏市病院協会事務局
☎042-755-0531

進学、就業について相談したい

県ナースセンター

これから看護師を目指す人や、すでに資格を取得している人などのための相談窓口です。



圏県ナースセンター
相模原支所
☎042-776-2480



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

5月15日(水)にJアラート(全国瞬時警報システム)の試験放送を実施

地震や武力攻撃などの際に、国からの情報をひばり放送で伝えるものです。緊急時に確実に伝えるため、全国一斉に試験放送を行います。

- ☎午前11時ごろ
- 📻「これは、Jアラートのテストです」という音声を3回繰り返し放送
- 🔊緊急対策課

水道管の水漏れ調査にご協力を

県営水道給水区域内の道路・宅地を調査しますので、ご協力をお願いします。※家庭を訪問する調査員は、県営水道発行の証明書を携帯し、腕章を着用しています。

- 📅5月上旬～令和2年3月下旬 原則午前8時30分～午後5時
- ※一部の道路は、夜間も実施
- 🏢県企業庁各水道営業所

管轄区域	営業所名	電話番号
中央区	相模原	042-755-1132
緑区(津久井営業所管轄を除く)	津久井	042-784-4822
城山・津久井・相模湖・藤野地区	相模原南	042-745-1111
南区		

※詳しくは県ホームページをご覧ください。

光化学スモッグにご注意ください

晴れて気温が高く、風の弱い日は、光化学スモッグが発生しやすくなります。注意報が発令された場合、屋外での激しい運動は控えましょう。のどや目に痛みを感じたら、うがいや洗眼をし、屋内で安静にしてください。症状が改善されないときは、医療機関に相談してください。※注意報の発令・解除は、ひばり放送などでお知らせしています。※詳しくは市ホームページをご覧ください。

🏢環境保全課

建築士による自宅の無料耐震相談会

- 📅5月23日(木)午後1時30分～4時30分
- 🏢南区合同庁舎
- 👥定6組(申込順)
- 📞5月7日～17日に、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

宿泊利用 相模川清流の里 8月分の抽選申し込み

📅5月10日午後5時までに、同所ホームページからか、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5月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

※8月は無休
※7月までの空き室の申し込みは随時受け付けています。

あなたを待っている人がいる 骨髄バンクドナー登録会

移植を待つ患者を救うために、一人でも多くの人登録が必要です。登録時には問診、採血などがあります。

📅5月12日(日)午前10時30分～午後3時
🏢市民若葉まつり会場(ウェルネスさがみはら前)

👥次の全てに該当する人
○骨髄提供の内容を十分に理解している(当日内容についての説明あり)
○健康な18歳～54歳
○体重が男性45kg以上、女性40kg以上
※希望者は直接会場へ
🏢地域保健課

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

📅5月14日(火)・23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

※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

- 📅5月19日(日)午後1時～5時
- 🏢市民会館
- 👥市内マンション管理組合役員と居住者定5組(申込順)
- 📞5月7日～18日に、電話で県マンション管理士会相模原地区事務局(☎046-256-2683)へ

8月分の利用申し込み

- ①相模川ビレッジ若あゆ
- ②ふじの体験の森やませみ

宿泊利用日(日帰り利用も可)	利用可能日	申し込み
8月2日(金)～4日(日)	①のみ★	申込期間 宿泊利用(抽選) 5月10日まで 宿泊利用空き室(申込順) 5月21日から 日帰り利用 5月1日から
5日(月)～7日(水)	②のみ★	
7日(木)～8日(金)	①のみ	
8日(土)～9日(日)	②のみ	
9日(月)～11日(水)	①のみ★	
12日(木)～13日(金)	①のみ	
13日(土)～15日(日)	②のみ★	
14日(月)～15日(火)	①のみ	
16日(水)～18日(金)	★	
19日(土)～20日(日)		
21日(月)～22日(火)	①のみ	
21日(水)～23日(金)	②のみ★	
23日(土)～25日(日)	①のみ★	
24日(月)～25日(火)	②のみ	
31日(日)～9月1日(月)		

★1泊2日、2泊3日のどちらも利用可

👥18歳以下で構成され、20歳以上の引率者がいる、おおむね20人以上の青少年団体

📅申込期間に、①②にある申込書(各ホームページにも掲載)を直接か、ファクス、Eメールで①(☎042-760-5215) wakaayu@sagamihara-kng.ed.jp ☎042-760-5445)、②(☎042-687-5050) yamasemi@sagamihara-kng.ed.jp ☎042-686-6025)へ

※利用者登録カードを持っている人は、市ホームページや、さがみはらネットワークシステムからも申し込み可。

※9月分の利用から、市ホームページや、さがみはらネットワークシステムからの申し込みができなくなります。詳しくはお問い合わせください。

企業向け 新卒対象求人取扱説明会

- 令和2年3月新卒予定者を対象にした求人取り扱いについて
- 📅5月23日(木)午後2時～4時
- 🏢あじさい会館
- 👥市内事業主
- ※希望者は直接会場へ
- 🏢ハローワーク相模原(☎042-776-8609(部門コード44#))

5月は赤十字運動月間

「人間を救うのは、人間だ。」

赤十字の理念の普及や活動資金への協力を呼び掛けています。温かいご支援とご協力をお願いします。

🏢日赤相模原市地区本部(地域福祉課内)

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・問い合わせ
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)
- 📞5月7日から、直接か電話で各申込先へ

中小企業融資制度をご利用ください

市内中小企業者が市指定の金融機関から事業資金の融資を受ける場合、低利で融資を受けることができます。

資金名	融資利率	市負担利率	利用者負担利率	融資限度額
中小企業振興	2.1%以内	0.9%	2.1%以内	合わせて3,000万円(小企業小口資金は1,000万円まで)
小企業小口			1.2%以内	
景気対策特別	1.9%以内	1.6%	0.6%以内	合わせて2,000万円(景気対策特別小口資金は500万円まで)
景気対策特別小口			0.3%以内	
経営安定支援小企業特別	2.1%以内	1.6%	1.3%	各2,000万円
地球温暖化防止支援			0.6%以内	
創業支援	2.1%以内	1.5%	1.6%	3,000万円
			0.6%以内	2,000万円

※資金によって資格要件が異なります。

📞直接、市融資制度取り扱い金融機関の窓口へ

※詳しくは産業政策課や各金融機関にある「市中小企業融資制度のご案内」や、市ホームページをご覧ください。

🏢産業政策課

暴力団被害無料相談会

- 弁護士、警察官、相談員が対応
- 📅5月31日(金)午前10時～午後6時
- 📞電話相談 ☎045-662-8346
- 📍来所相談 県弁護士会館(横浜市中区日本大通)
- ※来所相談希望者は直接会場へ
- 🏢県弁護士会民事介入暴力被害者救済センター(☎045-211-7702)

イチオシ! 図書館を楽しもう

相武台分館開館40周年記念 ワクワク! おはなし会

ブラックシアターや絵本の読み聞かせなどを行います。

- 📅5月15日(水)
- 2歳・3歳児向け 午前10時30分～11時
- 4歳児～小学校低学年向け 午後3時30分～4時15分
- ※保護者同伴可
- 🏢市立図書館相武台分館
- 👥定各50人(先着順)
- ※希望者は直接会場へ



🏢相武台分館 ☎046-255-3315

イチオシ! 5月は消費者月間

悪質商法に気をつけて! 消費者トラブル防止演劇&商品テスト施設見学会



📅5月18日(土)

	内容	時間	定員(申込順)
演劇	高齢者の消費者トラブル防止を目的とした中学生による演劇	午前10時～11時	100人
見学会	国民生活センターの商品テスト施設見学会	午前11時15分～午後0時15分	45人

- 🏢国民生活センター相模原事務所(中央区弥栄)
- 👥市内在住か通勤・在学の人
- 📞5月17日までに、電話で消費生活総合センター(☎042-776-2598)へ
- ※いずれかのみ参加可

NPOよろず相談会

NPO法人の設立やマネジメントなど、NPOに関するさまざまな相談

日にち	会場
毎月第1・第3月曜日、 毎月第2・第4土曜日、 毎週水曜日 (5月1日・6日を除く)	ユニコムプラザ さがみはら
毎月第2火曜日、 第4木曜日	ソレイユさがみ
毎月第1木曜日 (5月2日を除く)、 第3火曜日	さがみはら 市民活動サポート センター

☎午後1時・2時・3時(各40分程度)
 ☎市内でNPO活動を行っているか、行いたい個人や団体=各1組(申込順)
 ☎開催日3日前までに、電話でさがみはら市民活動サポートセンター(☎042-755-5790)へ
 ※空きがあれば当日予約も可

募集

市民合同演奏会 『レクイエム』合唱団員

12月15日(日)に相模女子大学グリーンホール(市文化会館)で行う同演奏会の合唱
 曲目 モーツァルト作曲『レクイエム』
 練習 7月18日から、原則毎週水・木・金曜日のうち1日、総合学習センターほか
 ☎150人(抽選)
 費1万円(大学生以下3,000円)
 ※チケット、楽譜などは別途
 ☎5月29日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項とパート、楽譜購入の有無を書いて、同実行委員会(〒252-0199 緑区西橋本5-2-1 橋本郵便局留め 稲垣厚子宛 ☎090-8433-4044)へ

非常勤理学療法士

高齢者の介護予防に係る業務全般
 勤務 令和2年3月31日まで(延長の可能性あり)の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時のうち指定する時間(週27時間30分)
 勤務場所 ウェルネスさがみはら
 賃金 時給2,520円
 ☎理学療法士免許と普通自動車運転免許がある人=若干名(選考)
 ☎5月7日～6月7日(必着)に、電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と免許証の写しを郵送で地域包括ケア推進課(〒252-5277 中央区富士見6-1-1 ☎042-769-9249)へ
 ※後日、面接あり

アントレ・チャレンジプロジェクトの企画・運営スタッフ

小学生が会社経営を体験する「子どもアントレ」の企画や運営
 活動期間 6月22日(土)～10月25日(金)
 ☎さがみはら産業創造センターほか
 ☎大学生、大学院生、短大生、専門学校生=14人(申込順)
 ☎6月20日までに、同センターホームページに掲載の参加申込書を、Eメールで同センター(☎sei-oubo@sic-sagamihara.jp ☎042-770-9119)へ
 事前説明会 プロジェクト内容の説明のほか、OB・OGの感想や質疑応答など
 ☎5月26日(日)、6月9日(日)
 午後1時30分～3時30分
 ☎さがみはら産業創造センター
 ☎開催日3日前までに、Eメールに氏名、学校名、学部、学科、学年、携帯電話番号、説明会の参加希望日、「アントレ・チャレンジプロジェクト事前説明会」と書いて、同センターへ

津久井産材製の生ごみ処理機モニター

津久井産材を使用した土壌分解式生ごみ処理機「キエーロ」をモニター価格で購入後、減量効果などについて継続的に調査
 ☎市内在住の個人=30人(申込順)
 費3,000円
 ☎6月28日までに、津久井商工会ホームページに掲載の申込書をファクスで同商工会(☎042-784-1744)へ

市社会福祉事業団の正規職員

介護、相談などの福祉業務
 勤務 令和2年4月から、週38時間45分(業務により土・日曜日、祝日等の勤務あり)
 ☎若干名(選考)
 ☎6月28日(必着)までに、必要書類を直接か郵送で同事業団(☎042-750-1905)へ
 ※応募条件や必要書類など詳しくは、同事業団ホームページをご覧ください。

広聴広報課の非常勤職員

広報さがみはらの編集・校正、その他広報関連事務など
 勤務 6～9月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時15分
 賃金 時給1,029円
 ☎パソコン操作ができる人=1人(選考)
 ☎5月17日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8200)へ
 ※5月24日に、面接と簡単なパソコン操作試験あり

ふじの体験の森やませみの非常勤看護師

利用者のけがや病気に対する応急処置など
 勤務 6月から週1～3日で、午前8時30分～午後9時のうち1日5・6時間(土・日曜日、祝日等の勤務あり)
 賃金 時給1,270円
 ☎看護師か准看護師の免許がある人
 ☎若干名(選考)
 ☎5月15日までに、電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と看護師か准看護師免許証を持って直接、同所(☎042-686-6025)へ

さがみはら環境まつりの学生ボランティア

6月30日(日)に行う同まつりの前日準備と当日運営
 ☎社のホールはしもと、ミウィ橋本インナーガーデン
 ☎高校生、大学生=30人(申込順)
 ☎6月15日(必着)までに、直接か電話、はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、Eメールアドレス、「学生ボランティア」と書いて、同まつり実行委員会事務局(環境情報センター内 ☎042-769-9248 〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-751-2036 ☎kankyo@eic-sagamihara.jp)へ

あじさい大学学生(再募集)

募集学科 ①美術②版画③民謡④健康⑤文芸⑥文学⑦パソコン⑧歴史 など
 受講回数 24回
 ※学科や日程など、詳しくはお問い合わせください。
 ☎4月1日時点で市内在住の60歳以上で、今年度あじさい大学通年講座一次募集に合格していない人
 ☎若干名(申込順)
 費各7,800円(教材費は実費負担)
 ☎5月7日から、電話で市シルバー人材センター(☎042-754-1288)へ
 ※過去に受講した学科も申し込めます。

新緑の石老山の森(市民の森)を楽しむ①融合平ハイキング ②里山ウォーキング

☎5月26日(日)午前10時～午後3時30分(雨天中止)
 集合場所 石老山入口先の関口橋手前の広場(緑区寸沢嵐)
 ☎①小学校3年生以上②4歳以上
 ※小学生以下は保護者同伴
 費各1,000円
 ☎5月17日までに、ファクスかEメールに氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、①か②、「新緑の石老山の森」と書いて、自遊クラブの神田さん(☎045-983-7627 ☎jiyuu-club@mail.goo.ne.jp ☎090-4124-1985)へ



講演・講座

協働啓発シンポジウム「皆で担うさがみはらの未来」

協働の輪の広がりをテーマにした基調講演、自治会や市民活動などの実践者のパネルディスカッション
 ☎5月17日(金)午後7時～9時15分
 ☎ユニコムプラザさがみはら
 ☎牧瀬 稔さん(関東学院大学法学部准教授)
 ☎100人(申込順)
 ☎5月15日までに、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(ふりがな)、電話番号、「協働啓発シンポジウム」と書いて、市民協働推進課(☎042-754-7990 ☎shiminkyoudou@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

視覚障害者のガイドヘルパー(同行援護従業者)養成研修(一般・応用課程)〈全4回〉

☎6月17日(月)～20日(木) 午前9時～午後6時
 ☎障害者支援センター松が丘園ほか
 ☎市内在住か在勤・在学の人
 ☎20人(抽選)
 費3万5,000円
 ☎5月31日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、銀河ガイドヘルプサービス事業所(☎042-851-3548 ☎042-757-1113)へ

イベント

ほっこり紙しばい

地元の民話や昭和の懐かしい紙芝居などを上演
 ☎5月25日(土)午前10時45分～11時35分
 ☎老人福祉センター溪松園
 ☎市内在住の60歳以上=30人(申込順)
 ☎直接か電話で同園(☎042-761-9291)へ

イチオシ! 元気のコツを学ぼう

相模原病院 市民公開講座 「健康で長生きするために動脈硬化を予防しよう！」

☎5月25日(土)午後2時～4時30分
 ☎おださがプラザ
 ☎70人(申込順)
 ☎5月20日まで(土・日曜日、祝日等を除く)に、電話か、はがき、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、年齢を書いて、同病院経営企画室(〒252-0392 南区桜台18-1 ☎042-742-8311 ☎042-742-5314 ☎ueushiro.takenori.hb@mail.hosp.go.jp)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。



イチオシ! 動物とふれあおう

こども動物クラブ参加者を募集

スタッフと一緒に動物の餌の用意や世話などのほか、野外体験活動やレクリエーションを通して仲間づくりを行います。
 ☎6月11日(火)～令和2年3月31日(火)
 ☎相模原麻溝公園ふれあい動物広場
 ☎小学校3年生～中学生=35人(抽選)
 ☎5月27日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学年、保護者氏名、電話番号、「動物クラブ参加希望」と書いて、同広場(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ
 ※当選者は6月9日(日)午後3時30分から説明会あり



ホームタウンチームを応援しよう!

ノジマ相模原ライズ(アメリカンフットボール)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
Xリーグ	5月18日(土)	午後2時	富士通スタジアム川崎 (川崎市川崎区富士見)	オール三菱ライオンズ

☎ノジマ相模原ライズ ☎042-815-3094

SC相模原(サッカー)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
J3リーグ(ホーム)	6月1日(土)	午後5時	相模原 ギオンスタジアム	いわてブルージャズ盛岡
	★6月15日(土)			ガンバ大阪U-23

☆6/15 SC相模原 市ホームタウンデー

先着1,000人の自由席が無料!

ホームB自由席(通常2,000円)が無料になります。

☑市内在住の人
※申し込み方法など詳しくはSC相模原のホームページをご覧ください。



☎SC相模原 ☎042-810-7777

ノジマステラ神奈川相模原(女子サッカー)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
なでしこリーグ1部(ホーム)	5月6日(休)	午後1時	相模原 ギオンスタジアム	浦和レッドダイヤモンズレディース
	5月11日(土)			伊賀フットボールクラブくノ一
なでしこリーグカップ1部(ホーム)	6月1日(土)	正午		AC長野パルセイロ・レディース

☎ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881

※その他の試合日程など詳しくは、各チームホームページをご覧ください。

銀河アリーナ アイススケート場の営業は5月6日まで

アイススケート場の営業は5月6日(休)で終了します。全館休館日を除き、5月7日(火)以降は、トレーニング室と会議室のみ利用できます。

※今年度から水泳プールの運営は休止します。

☎銀河アリーナ ☎042-776-5311

参加者募集 県障害者スポーツ大会

競技 水泳

障害種別 身体・知的

時 7月21日(日)

会 さがみはらグリーンプール

対 平成31年4月1日時点で、13歳以上の障害者(内部障害者を除く)

申 5月7日~20日(必着)に電話か、障害政策課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7055 FAX042-759-4395 ✉shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ



親子パークピラティス教室

時 5月21日(火)〈予備日5月28日(火)〉午前10時30分~11時30分(雨天中止)

※予備日も雨天時は中止

会 横山公園人工芝グラウンド

対 1歳6カ月~6歳の未就学児とその保護者

※未就学児1人につき保護者1人の参加が必要

定 20組(申込順)

費 1,000円(保険料含む)

申 5月20日までに、直接か電話、ファクスに11面上の必要事項を書いて、同公園(☎042-758-0886 FAX042-758-0586)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

教室名など	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用	
小学生サッカー〈全5回〉	U-7クラス	6月11日~7月9日の毎週火曜日	午後4時30分~5時30分	5歳~小学校1年生	各15人	各4,000円
	U-10クラス			小学校2~4年生		

☑電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と学年を書いて、同所(FAX042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ

さがみはらグリーンプール 施設の催し・教室

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

5月19日(日) 無料開放

※希望者は直接会場へ

プール 時 午前9時~午後9時20分
トレーニング室 時 午前9時~午後9時30分
※入場は午後9時まで



教室名	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用
-----	-----	----	----	---------	----

水泳					
初心者クロール〈全3回〉	5月15日(水)・22日(水)・29日(水)	正午~午後1時	18歳以上(高校生を除く)	30人	各3,000円
はじめての水球〈全3回〉	5月18日(土)、6月1日(土)・15日(土)	午後1時30分~2時30分	小・中学生	20人	各3,000円
はじめての平泳ぎ	5月20日(月)	正午~午後1時	18歳以上(高校生を除く)	30人	500円
わくわく親子水泳	5月25日(土)	午後1時30分~2時30分	3歳~小学生とその保護者	30組	1組750円
初歩からの平泳ぎ〈全3回〉	5月29日(水)、6月5日(水)・12日(水)	正午~午後1時	18歳以上(高校生を除く)	各30人	各3,000円
シルバー水泳〈全3回〉	5月30日(木)、6月6日(木)・13日(木)		60歳以上の水泳初心者		
クロール〈全3回〉	6月3日(月)	午後2時~2時45分	18歳以上(高校生を除く)	各30人	500円
おためしバタフライ	6月5日(水)・12日(水)・19日(水)				3,000円
初心者背泳ぎ〈全3回〉	6月5日~26日の毎週水曜日	午後3時~4時	小・中学生		各4,000円
やさしいアクア〈全4回〉	6月15日~7月6日の毎週土曜日				
リズム水泳〈全4回〉					

体操

苦手を克服! マット運動	6月3日(月)	午後4時~4時50分 午後5時10分~6時	小学校1・2年生	各6人	各500円
苦手を克服! 跳び箱練習	6月17日(月)	午後4時~4時50分 午後5時10分~6時			

文化

絵手紙	6月17日(月)	午前10時~正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人	1,200円
ビーズアクセサリー	6月22日(土)	午前10時~午後1時	小学生以上(小学校3年生以下は保護者同伴)		1,500円

☑開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

社交ダンス経験者講習会〈全4回〉

時 5月18日~6月8日の毎週土曜日 午後0時30分~3時

会 市体育館(市役所前)

対 社交ダンスの経験者=20人(申込順)

申 5月15日(必着)までに、往復はがきかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「社交ダンス講習会」と書いて、往復はがきは市ダンス協会の武政恵里子さん(〒252-0236 中央区富士見5-2-17)へ。Eメールは同協会の河内さん(✉yoshi-kawa-sep2@htk.ne.jp ☎080-5178-7835)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

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

「元気にパワーアップ体操」〈全5回〉

ストレッチ体操やリズム体操
時5月25日、6月22日、7月20日、
11月23日、12月21日の土曜日
午後2時～3時30分

②障害者ふれあい文化講座

「おいしい野菜を食べよう♪～春野菜編～」

地元産野菜や果物の食べ方など
時5月27日(月)午後1時30分～3時

③障害者スポーツ講座

「楽しく体を動かそう♪」〈全5回〉

リズムや音楽に合わせて体を動かす
時5月31日(金)、7月3日(水)、9月30日(月)、
11月5日(火)、令和2年1月23日(水)
午前10時30分～11時30分

対市内在住か在勤・在学で①②障害のある
小学生以上③主に車いす利用者が重度の障
害のある18歳以上(高校生を除く)
※①小学生は要付き添い

定①③各30人②16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①2人②3人
③5人(申込順))

申5月①②20日③25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

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

お茶会～外国人との交流の広場～

中国出身の人による母国のお話や交流会

時5月19日(日)午前10時～正午
会城山公民館
定40人(先着順)
費100円(中学生以下無料)
※希望者は直接会場へ

外国人向け防災バスツアー

防災体験(大雨や強い風、地震の揺れな
どの体験)とダムでの交流

時6月2日(日)午前8時～午後4時30分
会県総合防災センター(厚木市下津古久)、
宮ヶ瀬ダム(愛川町半原)

対市内在住の外国人か、外国人支援活動
に興味のある人

定40人(申込順)
申5月25日までに、直接か電話、ファク
スに11面上の必要事項を書いて、同ラ
ウンジへ

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

オーサーズカフェ

「子どもに優しい医療とは」

時5月11日(土)午後2時～3時
※希望者は直接会場へ

老人福祉センター若竹園

〒252-0334 南区若竹2-1-38
☎042-746-4622

介護予防教室 ラクラク・イス エクササイズ
椅子に座りながら行う有酸素運動や筋力
トレーニングなど

時5月17日(金)午前10時～11時30分
対市内在住の60歳以上
定15人(申込順)
申5月15日までに、直接か電話で同園へ

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「サザンオールスターズの名曲
をこだわりのVo(ボーカル)+サウンドで!」

出演 S.O.S(サザンオールスターズ)
時5月18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

どうなる? どうする相続・贈与対策セミナー
～賢い対策で残せる財産は大きく変わります～

時6月1日(土)午後1時30分～3時30分
対市内在住か在勤の人(学生を除く)
定40人(抽選)
※個別相談会も実施(定4組(抽選))

申5月15日(必着)までに、はがきかファ
クス、Eメールに11面上の必要事項と
個別相談の希望の有無を書いて、同所
(☎042-775-5515 ☒sun-yell@
ajjsaimeitsu.or.jp)へ
※同所ホームページからも申し込みます。

市民健康文化センター

〒252-0328 南区麻溝台1872-1
☎042-747-3776

こどもの日 プール・浴室無料開放

時5月5日(祝)
プール 午前9時30分～午後8時
浴室 午前10時30分～午後4時
対4歳～中学生
※希望者は直接会場へ

健文ロードSHOW! 『アフリカ物語』

時5月18日(土)午後1時30分～3時30分
定60人(先着順)
※希望者は直接会場へ

LCA国際小学校北の丘センター

〒252-0134 緑区下九沢2071-1
☎042-773-5570

こどもの日 プール・浴室無料開放

時5月5日(祝)
プール 午前9時30分～午後8時
浴室 午前10時30分～午後4時
対4歳～中学生
※希望者は直接会場へ

施設のお休み

LCA国際小学校北の丘センター

時5月7日(火)～6月16日(日)
同センター(☎042-773-5570)

市民健康文化センター

時5月13日(月)
同センター(☎042-747-3776)

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

初心者弓道教室〈全10回〉

時6月5日～8月7日の毎週水曜日
午後7時～9時

会市体育館(市役所前)
対市内在住か在勤の18歳以上

定25人(申込順)
費5,000円

申5月16日までに、電話で同協会へ

少林寺拳法教室〈全3回〉

時6月2日(日)、9月1日(日)、12月1日(日)
午前8時30分～11時30分

会北総合体育館
対市内在住・在勤・在学の小学生以上

定20人(抽選)
費300円(保険料)

申5月24日(必着)までに、はがきに11面
上の必要事項と生年月日、性別、小・中
学生は保護者名を書いて、同協会へ

春の日帰り山行

木曾 中山道 藪原～鳥居峠～奈良井宿

時6月16日(日)
集合 午前6時30分に相模原駅北口

対市内在住か在勤の18歳以上
定45人(抽選)

費5,000円
申5月16日(必着)までに、往復はがきに
11面上の必要事項と生年月日・性別(全
員分(代表者に○))を書いて、山口自動
車(☎252-0216 中央区清新4-
14-7)へ

グラウンド・ゴルフ交流大会

時5月25日(土)午前8時30分～11時45分
会下溝古山公園スポーツ広場

費500円
(市レクリエーション協会会員は300円)

※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

居合道・杖道体験講習会

時5月19日(日)午前9時～正午
会市体育館(市役所前)

対15歳以上(中学生を除く)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

夏季ペタンク競技大会

時6月8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

対市内在住か在勤の人
費700円(市ペタンク協会会員は500円)

申5月23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

市民選手権大会

①ボウリング(一般・ジュニア)

時6月2日(日)午前8時30分
会相模ファーストレーン(中央区相模原)

費1,500円(ジュニア1,000円)

②サッカー(一般男子)

時6月9日(日)～8月25日(日)午前9時
会横山公園人工芝グラウンドほか

③卓球(高校生)
時6月16日(日)午前8時40分

会北総合体育館

④弓道(一般・高校生・中学生)

時6月16日(日)午前9時
会北総合体育館

⑤剣道(一般・小学生)

時6月30日(日)午前9時
会相模原ギオンアリーナ(総合体育館)

対市内在住・在勤・在学の人か、①市ボウ
リング協会会員②市サッカー協会会員
④市弓道協会会員

申し込み

①	5月25日までに、市内ボウリング場 にある申込用紙を各ボウリング場へ
②	5月10日までに、市体育協会にある 申込用紙を同協会へ
③	6月1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
④	5月31日までに、電話で市体育協会 へ
⑤	5月16日までに、市体育協会にある 申込用紙を同協会へ

※詳しくは市体育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。

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。

●八木章夫ソロライブ 曲目は『さくらん
ぼの実る頃』ほか 6月9日(日)午後2時～4
時、HKラウンジ(緑区橋本)。定員100人(先
着順)、費用4,000円(前売り3,500円、軽食・
飲み物含む) ☎八木(☎090-8084-
4575)

●朗読はなもえ発表会 演目は『ろくでな
しのサンタ』ほか 6月17日(月)午後1時
30分～4時、ソレイユさがみセミナー

ム2。定員50人(先着順) ☎原(☎042-
751-5220)

●ドルチェうちごうコンサート 曲目は
『流浪の民』ほか 5月19日(日)午後2時～
4時、県立相模湖交流センター。定員350
人(先着順) ☎中村(☎080-3002-
7930)

●ピュアローズグループ作品展 トールペ
イントを展示 5月23日(木)～26日(日)
午前10時～午後5時、相模女子大学グリー
ンホール(市文化会館)多目的ホール ☎
神谷(☎090-8047-0900)

仲間

会費などは個別にお問い合わせ
ください。

●ジャズ 毎月第2木曜日午後7時、杜の

ホールはしもとほか。初心者歓迎 ☎佐
藤(☎042-761-5857)

●エアロビクス 毎週水曜日午前9時40
分、光が丘ふれあいセンター。対象は60
歳以上 ☎秋山(☎090-6793-4416)

●ハーモニカ 月2回火曜日午後2時、サ
ン・エールさがみはら。初心者歓迎、見学
可 ☎小野(☎042-774-4353)

●茶道(裏千家) 月2回金曜日午後1時、
中央公民館。初心者歓迎、見学可 ☎佐
野(☎042-756-9476)

●短歌 毎月第2火曜日午前9時20分、市
民会館。初心者歓迎、見学可 ☎鈴木(☎
042-758-1950)

●英会話(初級) 毎週木曜日午前9時30分、

大野北公民館 ☎鈴木(☎090-5991-
0725)

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
☎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。



親子でスポーツを 楽しもう!

5月5日(祝)
こどもの日

希望者はトレーニングウェア、室内履き、タオルを持って直接会場へ

会相模原ギオンアリーナ(総合体育館) ☎042-748-1781

リズム体操教室

時 午前10時~11時、
午後1時~2時
対 4歳児~小学生とその保護者
定 各20組(先着順)

フットサル

時間	対象
午前9時~10時30分	小学校1~3年生とその保護者
午前11時~午後0時30分	小学校4~6年生とその保護者
定 各20組(先着順)	

バウンドテニス

時 午前10時~正午、
午後1時~3時
対 小・中学生と
その保護者
定 各20組(先着順)

セパタクロ

時 午後1時~3時
対 小・中学生とその保護者
定 20組(先着順)

会北総合体育館 ☎042-763-7711

親子体操

親子でできるレクリエーションなど
時 午後2時~4時
対 4歳児~小学生とその保護者
定 50組(先着順)



相模原ギオンアリーナ 北総合体育館

**施設も
無料開放!**

種目 バドミントン、卓球、バスケットボール、バレーボール、武道、バウンドテニス
※バスケットボール、バレーボール、武道は相模原ギオンアリーナのみ
施設 トレーニング室
時 午前9時~午後10時
※各種目の利用時間など、詳しくはお問い合わせください。
対 小・中学生(保護者同伴可)
※午後6時以降は保護者同伴か送迎が必要



プチロボで競走しよう 相模原大会

自分で作った小さなロボットを走らせ、タイムを競います。

時 6月8日(土) 午前10時~午後4時
会 青少年学習センター
対 小学校3~6年生=24人(抽選)
費 1,350円



申 5月9日~23日(必着)に、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号を書いて、県立青少年センター 科学部(〒243-0018 厚木市中町4-16-21 プロミティあつぎ2階 ☎046-222-6371)へ

新しくなった古民家園に行こう ◆◆◆

新・茅葺屋根こけら落とし公演 アコースティックライブ

旧青柳寺庫裡の茅葺屋根の葺き替え完了を記念し、市内で活動するバンドを中心としたポップスやロックのライブを行います。古民家カフェも開催します。

時 5月19日(日) 午前11時~午後3時
会 古民家園(相模川自然の村公園内)

※希望者は直接会場へ。出演バンドなど詳しくは、G'jamホームページをご覧ください。

関文化財保護課 ☎042-769-8371



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.1408

令和元年(2019年)

5/1

- 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 ※5月7日から(㊮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。

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 5月8日(水)午前10時～11時30分

会 ㊦

対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)

申 ⑩

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
6月11日(火)	午後1時～2時15分	㊩	⑮
6月14日(金)	午後2時45分～4時	㊦	
6月25日(火)	～4時	㊧	

対 平成30年12月～31年1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)



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	会場など
5月21日(火)	二本松㊦、田名㊦
5月22日(水)	並木㊦
5月23日(木)	㊨、麻溝㊦
5月28日(火)	富士見㊦、鶴園中和田㊦

㊦ こどもセンター
㊧ 栄養士による栄養相談もあり

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	時間	会場	申込
7月3日(水)	午後1時30分～4時	㊩	⑮
7月10日(水)	～4時	㊩	

対 妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族



子育て広場 緑のおうち講座

「はじめての絵本」 - 幼い子どもたち 絵本で学ぶ -

「おんなじおんなじ・ぴったんこ!形がおなじ、色がおなじ…」をテーマに、読み聞かせや絵本の世界を楽しみます。

時 5月22日(水) 午前10時30分～11時30分

対 3歳以下の乳幼児とその保護者

定 10組(申込順)

ベビーマッサージ(全3回)

オイルを使って赤ちゃんの体をマッサージしながらコミュニケーションを楽しみます。皮膚の保湿のほか、リラックス効果もあります。

時 5月16日(木)・28日(火)、6月7日(金) 午前10時30分～11時30分

対 首が据わり、ハイハイする前の乳幼児とその保護者

定 5組(申込順)

費 300円(オイル代)

共 通

会 子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)

申 5月7日から、月～金曜日の午前10時～午後3時(祝日等を除く)に、電話で同広場(☎042-703-5136)へ

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)	㊧	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) ※㊦㊨㊩㊪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)	5月14日(火)	午後1時～2時	㊩	⑮	こころの健康についての相談 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、㊦中央障害福祉相談課☎042-769-9806、 ㊫津久井保健福祉課☎042-780-1412、㊧緑障害福祉相談課☎042-775-8811
	5月24日(金)				
	5月15日(水)				
	5月20日(月)	午後2時～3時	㊦		
	5月21日(火)		㊧		
	5月28日(火)		㊦		
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	6月4日(火)	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	㊩	⑨	生活習慣病予防などに関する栄養・食事相談 持ち物 食事メモ、健診結果(持っている人)
	6月7日(金)		㊦		
	6月14日(金)		㊧		
	6月28日(金)		㊦		
	6月19日(水)		㊩		
HIV(エイズ)等の検査・相談	5月11日(土)	午後2時～3時45分	㊨	④	HIV(エイズ)、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) 定 各12人(申込順)
	5月14日(火)		㊦		
もの忘れ相談	5月28日(火)	午前10時～正午	㊦	②	医師によるもの忘れ相談 定 各2組(申込順)
	6月5日(水)		㊩		
思春期・ひきこもり特定相談 (精神科医)	5月16日(木)	午後2時～4時	㊦	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]18歳以上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 (精神科医)	5月21日(火)	午前10時～正午	㊦	⑭	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専門医などが対応 対 市内在住か在勤で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・ギャンブル等家族教室 [サブリ]	5月27日(月)	午後2時～4時	㊦	⑭	アルコールや薬物、ギャンブルなどの問題を理解し、その対応について学ぶ 対 市内在住か在勤でアルコールや薬物、ギャンブルなどの問題がある人の家族 定 10組(申込順)
くすりの相談	5月16日(木)	午後1時30分～3時			※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 対 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」	5月15日(水)	午後2時～4時	市民会館	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、対応を学ぶ 対 引きこもりの状態にある人・お酒や薬物、ギャンブルなどの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

平成30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、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 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)と同じ会場で開催

日にち	会場	時間・対象・費用など
5月26日(日)	田名小学校	☑午前のみ ☑市国民健康保険加入の40歳～74歳※ ☑費用1,000円
6月2日(日)	緑区合同庁舎	☑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
6月9日(日)	大沼小学校	

※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(31年度中に65歳になる人を含む)で、職場などで胸部X線を受ける機会がない人	無料

▶がん検診

施設検診 ☑随時 ☑市内協力医療機関

検診種目・費用

- 胃(X線) 2,900円(内視鏡) 3,900円 大腸 500円
- 肺(X線のみ) 800円(X線+喀痰) 1,700円
- 子宮(頸部のみ) 1,700円(頸部+体部) 2,200円
- ※子宮(頸部+体部)は、医師の判断により実施
- 乳(視触診のみ) 700円(視触診+マンモグラフィ) 2,000円
- 前立腺(PSA検査) 1,000円 ☑55歳・60歳・65歳の男性
- ※前立腺は、がん施設検診の胃・大腸・肺のいずれかか、特定健康診査の施設健診(市国民健康保険加入者のみ)と同時に受診が必要

集団検診(検診車)

日にち	会場
5月23日(木)	北総合体育館
5月25日(土)	緑区合同庁舎
5月26日(日)	田名小学校
5月29日(水)	ウェルネスさがみはら
6月1日(土)	南保健福祉センター
6月2日(日)	緑区合同庁舎
6月6日(木)	ウェルネスさがみはら

日にち	会場
6月8日(土)	東林小学校
6月9日(日)	大沼小学校
6月12日(水)	北総合体育館
6月14日(金)	ウェルネスさがみはら
6月15日(土)	南保健福祉センター
6月20日(木)	銀河アリーナ
6月23日(日)	津久井保健センター

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

☑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。

教室・講演会など

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や認知症がある人への接し方などを学ぶ

☑5月23日(木)午後2時～3時30分

☑ウェルネスさがみはら

☑市内在住か在勤・在学の人

☑30人(申込順)

☑5月17日までに、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、市キャラバン・メイト連絡会事務局(Link・マネジメント内 ☎042-707-1603 ☎042-786-6631 ✉sagamimate.network@link-npo.com)へ

生活習慣病予防教室

体脂肪や血管年齢の測定、栄養・歯科の各種体験などを通して、健康的な生活習慣を学ぶ

☑5月29日(水)午前10時～正午

☑緑区合同庁舎

☑市内在住か在勤

☑の74歳以下

☑5月7日～28日に、電話で緑保健センター(☎042-775-8816)へ



認知症予防講座

認知症にならないため、今できること?

認知症の発症と生活習慣の関連や日常生活で脳を鍛える方法など

☑6月5日(水)午前10時～正午

☑ソレイユさがみ

☑市内在住の人

☑60人(申込順)

☑600円

☑6月4日までに、電話でシニア活動の森(☎090-4106-8830)へ

やっとこセミナー(全5回)「統合失調症及び気分障害に関する心理教育プログラム」

病気や薬の効果などについて学び、グループワークを通して困っていることや対処方法を考える

☑6月25日～7月30日の毎週火曜日(7月16日を除く)

午後1時30分～3時30分

☑南障害者地域活動支援センター

☑市内在住で、統合失調症・双極性障害・うつ病と診断を受けている人

☑8人(申込順。調整あり)

☑5月7日～6月14日に、電話で南障害福祉相談課(☎042-701-7715)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
5月8日(水)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
5月11日(土)	午後1時30分～4時	ウェルネスさがみはら前(市民若葉まつり会場)
5月12日(日)	午前10時30分～午後4時	
5月18日(土)	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)
5月19日(日)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	橋本駅ペDESTロアンデッキ下

☑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

+ 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

内科

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

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

5月3日(祝)～6日(休)

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。

