

さがみはら

広報

NO.1452
毎月
1日・15日発行
3/1
2021
令和3年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 世界初! 「はやぶさ2」のカプセル公開 1・6・7
- 新型コロナウイルスワクチン接種の準備が進んでいます ... 2
- ひとりじゃないよ あなたの“生きる”を応援したい 3
- 市オリジナルムービー公開中! 12

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 ● 広聴広報課 ☎042-769-8200
ホームページ ● <https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
携帯端末用 ● <https://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

相模原市はSDGs未来都市

市の人口 722,721人(376減)
男 360,891人 女 361,830人
世帯 332,266世帯(65増)
令和3年2月1日現在。()は前月との増減。平成27年国勢調査に基づく推計人口

感染拡大防止の徹底を

発熱・のどの痛み、咳が出る時の診療予約
県発熱等診療予約センター
☎0570-048914 (午前9時～午後9時)
※上記の番号がつかない場合は ☎045-285-1015

発熱などがなくても感染の心配がある時など
市新型コロナウイルス感染症相談センター
☎042-769-9237 (24時間)
障害により電話での相談が難しい場合は、FAX042-752-5515へ

生活などでお困りの時は

新型コロナ暮らし・経済支援ダイヤル
☎042-851-3193
(午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日等を除く))

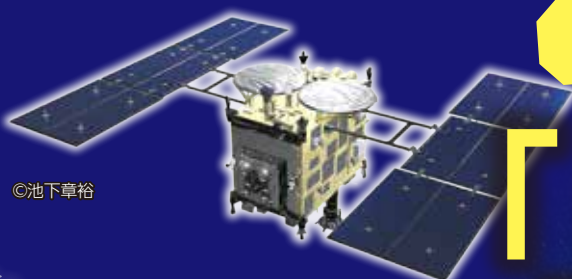
ワクチン接種に関する相談は

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎042-767-2101 (午前8時30分～午後7時)

世界初!

はやぶさの故郷
相模原で

「はやぶさ2」 カプセル公開



©池下章裕



©JAXA
画像は打ち上げ前のものです

3月12日(金)～
16日(火)
市立博物館

4,800人限定
(抽選)

3億kmの彼方から帰還した「はやぶさ2」カプセルを、JAXAのジモト相模原でいち早く公開! 本物のカプセルを見られるチャンスです。

※新型コロナウイルス感染症の状況により開催中止の可能性があります。

申し込み方法など
詳しくは **6・7面へ**

アンファン ネージュ (緑区)
ショコラ～Dream～
津久井きなこの「はやぶさ2」クッキー

桃月堂製菓舗 (緑区)
リュウグウの栴 (すみか)

パン小屋カセット (緑区)
ブラックホール
星☆ぶどう

相模原菓子工房ら・ふらんす (緑・中央区)
はやぶさ2! リュウグウ着陸

セ・ラ・セゾン! (中央区)
リュウグウ
宇宙～生命の誕生～

パティスリー フレジェ (中央区)
はやぶさ

ケーポッシュ (南区)
はやぶサンド

盛光堂 (南区)
リュウグウまんじゅう

手焼きせんべい風林堂 (南区)
はやぶさ2せんべい

パティスリー MIYAKO (南区)
「はやぶさ2」クッキー

ベーカリー HIMUKA (南区)
はやぶさ2銀河メロンパン

カプセル 帰還記念 宇宙 とつながる さがみはら スイーツ



さがみはら
スイーツ
フェスティバル
公式ホームページ

先着で缶バッジをプレゼント!

販売期間中に対象商品を購入すると、「はやぶさ2」マンホールと同じデザインの缶バッジをプレゼント! (各店舗なくなり次第終了)

「はやぶさ2」や宇宙をイメージしたスイーツを市内で期間限定販売します。見て楽しい、食べておいしいスイーツで「はやぶさ2」の偉業をお祝いしましょう。

参加店舗 11店舗(「推し土産スイーツ総選挙」受賞店(一部))

販売期間 3/15(月)～4/4(日)(予定)

※参加店舗や販売期限など詳しくは、公式ホームページをご覧ください。

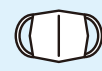
旬の情報をお届け! Hot Info さがみはら

CHECK! イベントなどの開催状況は随時ご確認を

● イベントは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策を行った上で実施します。
● やむを得ずイベントなどが中止や延期となる場合があります。各種イベントなどの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。



イベントなどに参加するときは…



必ずマスクの着用を



体調がすぐれないときは参加しない

新型コロナワクチン接種の準備が進んでいます

新型コロナウイルス感染症のワクチン接種は、既に医療従事者への接種が実施され、4月以降に高齢者から段階的な接種が始まります。

接種回数は2回! 感染リスクのより高い対象者から順次開始します

ワクチン接種は、対象者によって開始の時期が分かれます。なお、いずれの対象者の場合も、一人2回の接種が必要です。

開始時期 具体的な日程が国から示されたら、本紙や市ホームページなどでお知らせします。

4月以降



高齢者

以降順次

- 高齢者施設などの従事者
- 基礎疾患のある人
- そのほかの市民

☑ 本市に住民登録があるか、やむを得ない事情で住民登録がなく本市に長期滞在している16歳以上
接種回数 2回 ※接種費用は無料

対象者には順次、接種に必要なクーポン券(接種券)などを郵送します

郵送で届く



予約する



接種する



※ワクチン接種に関する情報は、市ホームページなどで随時お知らせします。



3月下旬~(予定) 65歳以上(予定)の高齢者
※高齢者施設などの従事者、基礎疾患のある人、その他の市民への郵送時期は順次お知らせします。

同封されているお知らせを見ながら電話かインターネット予約で申し込み。日時や接種する場所を決定

当日接種会場へ



ワクチン接種に便乗した詐欺などにご注意を

保健所や行政職員を装い、「接種するために予約金が必要だ」などと、金銭を要求する電話が確認されています。

- 市が、新型コロナウイルスワクチン接種に関して、金銭を要求することはありません。
- 不審な電話や訪問があった場合は、すぐに110番か最寄りの警察署へ通報してください。

予防対策 改めてご確認を



外出自粛



マスク着用



人との距離



換気・加湿



アルコール消毒



テレワーク



時差出勤

☎ 新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎042-767-2101

市・県民税申告 受付期間を 4月15日まで延長します

令和3年度市・県民税の申告の受付期間を4月15日まで延長します。

☎ 午前8時30分~午後5時

☎ 市民税課、緑・南市民税事務所など

※県高相合同庁舎、城山総合事務所の特設会場は3月15日(月)で終了します。

※3月16日(火)以降に確定申告書を提出した場合、申告内容が市・県民税の算定に間に合わないことがあります。確認ができ次第、市・県民税に順次反映します。

市・県民税の申告は、郵送でも可能です!

市・県民税申告書の作成は「試算システム」を利用してください。



申告書のダウンロードはこちら

※所得税などの申告期限の延長については国税庁ホームページ(令和2年分確定申告特集)をご覧ください。



国税庁ホームページ

☎ 市民税課 ☎042-769-8221

防犯 巧妙化する特殊詐欺にご注意!

特殊詐欺が多発しています。おかしいと思ったら、すぐに110番か最寄りの警察署へ通報しましょう。

令和2年の特殊詐欺被害状況 市内で134件、約1億9,100万円

市役所・警察・銀行協会などの職員を名乗り、「お金」を要求する、「ATM」に誘い出す、「キャッシュカード」を預かる、といった電話があったら、それは詐欺です。



最近の手口をご紹介します

キャッシュカード被害が、昨年の被害の半数を占めています。

キャッシュカードを新しくしましょう

キャッシュカードを預かります

キャッシュカードに切り込みを入れます

など はすべて **ウソ**

被害者のキャッシュカードが入った封筒と犯人が用意した封筒をすり替える

受け取り役の犯人が自宅に訪問

①この封筒にキャッシュカードを入れてください。

②封印をしますので、印鑑を持って来てください。

⑤新しいカードが届くまで保管しておいてください。

③分かりました。居間にあるので、取ってきます。

④印鑑を取りに行っている間に、偽物入りの封筒と交換だ!

残された封筒に入っているのは別のカードです!!

被害に遭わないためには

- 常に留守番電話にしておく
 - 迷惑電話防止機能付き電話機を設置する
- などが有効です。

☎ 交通・地域安全課 ☎042-769-8229

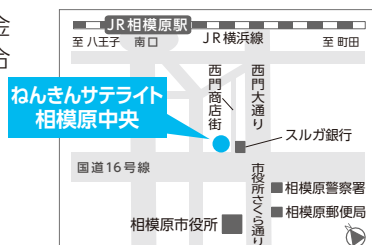
中央区でも日本年金機構の相談窓口が利用可能に 日本年金機構 ねんきんサテライト相模原中央が開所します

これまで市内では南区にしかなかった日本年金機構の年金相談窓口が、中央区内に新設されます。お住まいの地域に合わせて、身近な相談場所としてぜひご利用ください。

開所日 3月10日(水)

所在地 中央区相模原6-22-9 朝日相模原ビル1階

受付時間 午前8時30分~午後5時15分
土・日曜日、祝日等、年末年始を除く
(3月10日は午前10時から)



ねんきんサテライトでできること

- 年金相談、年金請求の受け付けなど
- 厚生年金保険・国民年金関係書類の受け付け など
- 予約専用 ☎0570-05-4890 (ナビダイヤル)
- ※050で始まる電話からは ☎03-6631-7521
- ※基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書を準備してください。
- ※予約のない人は、お待たせする場合があります。

☎ 日本年金機構相模原年金事務所 ☎042-745-8101

旬の情報をお届け!

Hot Info さがみはら

自殺対策強化月間



市自殺対策キャラクター
リブちゃん



ひとりじゃないよ あなたの“生きる”を応援したい

自殺は、さまざまな要因が複雑に絡み合い、心理的に追い込まれた末の死です。

健康の問題



心身の病気など

仕事の問題



過酷な労働環境など

経済的な問題



多重債務など

コロナ禍により、さまざまな要因への影響が懸念されています。

身近な人、大切な人を自死(自殺)で亡くした人へ 不安や悩みを一人で抱えていませんか?

悲しみや苦しみから一人で立ち上がるのは簡単なことではありませんが、その気持ちを語り、わかち合うことができると、こころが少し軽くなることがあります。

♡さがみはら わかち合いの会(自死遺族の集い)

わかち合いの会とは、同じ体験をした人が集い、安心して胸のうちのわかち合える場です。話を聞くだけの参加もできます。
時 3月11日(木)午後2時~3時15分
会 社のホールはしもと セミナールーム2
対 身近な人、大切な人を自死で亡くした人
申 3月10日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

♡こころのホットライン(市自殺予防電話相談)

☎042-769-9819
 不安や悩みを抱えている人、自殺を考えそうになっている人、身近な人を自死(自殺)で亡くした人の相談を受け付けます。
時 毎日(12月29日~令和4年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)

♡あなたの“生きる”を応援するサイト

「リブちゃんネル」
(市自殺対策ホームページ)



「まもろうよこころ」
(厚生労働省ホームページ)



一人の自殺が周囲にいる人に深刻な影響を与えます

1人の自殺は、周囲にいる少なくとも5~10人の人たちに深刻な影響を与えられていると言われています。身近な人や大切な人を亡くしたとき、遺された人はいろいろな感情を抱き、「からだ」や「こころ」にさまざまな変化が現れます。

身近な人、大切な人を亡くしたときに起こりやすい、「からだ」と「こころ」の変化

からだ

- 食欲がない、食べ過ぎる
- 眠れない、寝過ぎる
- 疲れやすい、風邪をひきやすい
- 集中して物事を考えられない
- 仕事や日々の生活能力の低下
- 頭痛、胃の痛み、下痢、便秘
- 趣味に手が付かない

こころ

- 無力感に襲われる
- 自分が悪かったのではないかと自分を責める
- 亡くなった人のことをいつも考えてしまう
- 自殺のことを知られたくない、誰にも言えない
- 誰とも会いたくない
- 悲しいはずなのに、感情が湧かない

※変化の現れ方には個人差があり、反応や対処方法もさまざまです。

焦らず、無理をしないことが回復への近道ですが、不調が長く続く、生活する上で支障が大きいといった場合は、医療機関への受診を検討してください。

☎精神保健福祉センター ☎042-769-9818

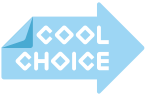


町田市・相模原市ライトダウン ~まちだ・さがみはら 絆・創・光~

3/11 東日本大震災 から10年

生活に支障のない範囲で照明を控え、屋外照明などの消灯にご協力ください。東日本大震災を思い返し、省エネ・節電行動につなげましょう。
時 3月11日(木)午後7時~8時

◆関連イベント



地球温暖化対策のための国民運動「COOL CHOICE」の啓発チラシや、地球温暖化の現状、省エネ対策などの関連図書を展示しています。

| 日にち | 会場 |
|------------|---------------|
| 3月10日(木)まで | 橋本図書館 |
| | 市立図書館(中央区鹿沼台) |
| | 相模大野図書館 |

☎環境政策課 ☎042-769-8240



違法な不用品回収業者にご注意を

家庭から出る廃家電や粗大ごみは、市のルールに基づいて捨てるか、市に回収を依頼してください。無許可の業者を利用しないようにしましょう。

⚠️ **こういった業者は「無許可」で「違法」の可能性がります**

拡声器による案内

チラシ型不用品回収

拠点型不用品回収



ご自宅の不用品回収します!!
 テレビ・パソコン・エアコン・冷蔵庫・・・何でもおまかせください!
 ○○リサイクル株式会社
 ☎XXX-XXX-XXXX



無許可の回収業者に不用品を渡すと、トラブルのほかに、廃棄物の不法投棄や不適正処理につながる場合があります。

☎廃棄物指導課 ☎042-769-8358

捨て方に迷った時は「**市ごみ分別アプリ**」が便利!

ごみの品目別検索や、分別・出し方のポイントがラクラク分かる!

iOS版 Android版



原動機付自転車・軽自動車の 廃車申告は4月1日までに



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日時点の所有者に課税されます。次の場合は、窓口への届け出が必要です。

○車両を所有していない ○市外に引っ越した ○所有者が亡くなった など

| 車種 | 窓口・持ち物 |
|--|--|
| ・原動機付自転車(排気量125cc以下) ・ミニカー ・小型特殊自動車(フォークリフト、農耕作業車など) | 市民税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター 廃車の場合 ナンバープレート、標識交付証明書、印鑑 盗難による廃車の場合 標識交付証明書、印鑑、被害届の受理番号 譲渡(市内の人同士の名義変更)の場合 標識交付証明書、新所有者の印鑑、旧所有者からの譲渡証明書 |
| ・軽二輪車(排気量125cc超250cc以下) ・二輪の小型自動車(排気量250cc超) | 関東運輸局神奈川運輸支局 相模自動車検査登録事務所(愛川町大字中津字桜台 ☎050-5540-2037) ※持ち物はお問い合わせください |
| ・三輪・四輪以上の軽自動車(排気量660cc以下) | 軽自動車検査協会 神奈川事務所 相模支所(愛川町大字中津字桜台 ☎050-3816-3120) ※持ち物はお問い合わせください |

※3月は窓口の混雑が予想されます。時間に余裕を持って手続きをしてください。

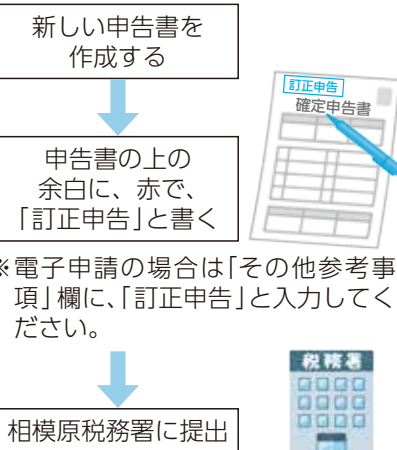
☎市民税課 ☎042-769-8297



令和2年分の確定申告書に 誤りがあったときは訂正を

訂正方法は、4月15日までとそれ以降で異なります。

4月15日(木)まで

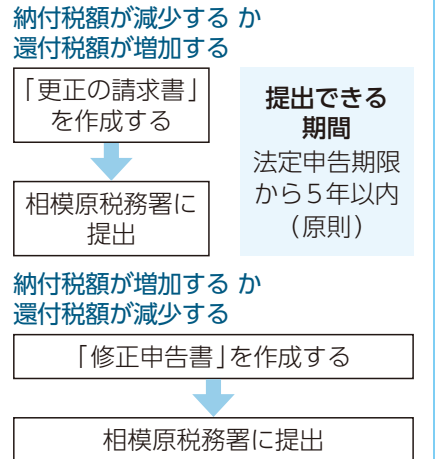


※電子申請の場合は「その他参考事項」欄に、「訂正申告」と入力してください。

※郵送や電子申告にご協力ください。相模原税務署では入場整理券を配布しています。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

☎相模原税務署 ☎042-756-8211

4月16日(金)から



提出できる期間 法定申告期限から5年以内(原則)

国税庁ホームページ



みんなのすこやかナビ

イベントなどの開催状況は随時ご確認を 市が主催するイベントや説明会など、中止や延期となる場合があります。各種イベントなどの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。

記号の見方
 主な会場や申し込み・問い合わせ先はこちら

主な実施会場

- ③ 緑区合同庁舎 緑区西橋本5-3-21
- ④ シティ・プラザはしもと 緑区橋本6-2-1
- ⑤ 城山総合事務所 緑区久保沢1-3-1
- 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 ウェルネスさがみはら 中央区富士見6-1-1
- ⑩ けやき会館 中央区富士見6-6-23
- ⑪ 南保健福祉センター 南区相模大野6-22-1
- ⑫ 橋本駅北口ペDESTリアンデッキ下 緑区橋本
- ⑬ 市役所前 中央区中央2-11-15
- ⑭ 相模大野駅前通り(コリドー通り) 南区相模大野

申し込み・問い合わせ

- ① 緑高齢・障害者相談課 ☎042-775-8812
- ② 中央高齢・障害者相談課 ☎042-769-8349
- ③ 南高齢・障害者相談課 ☎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

すこやかナビもくじ
 4面 …… たのしく子育て
 あんしん保健福祉
 5面 …… いきいき健康相談

たのしく子育て

妊娠・出産

マタニティオールラウンドセミナー
 ～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～
 妊娠期に起こりやすい口腔内の疾患を予防するための体験、歯科健診などを個別で実施

| 日にち | 時間 | 会場 | 申込 |
|----------|---------------|----|----|
| 4月14日(水) | 午後1時30分～3時30分 | ③ | ⑮ |
| 4月19日(月) | | | |
| 4月28日(水) | | | |

① 市内在住の妊娠中の人(妊娠期間中1回のみ受講可。経産婦可)
 ② 各5人(申込順)
 ※詳しい時間は申し込み時に調整

未就学児

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」などを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

① 4月7日(水) 午前10時～11時30分
 ② ③
 ③ 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
 ④ 4月6日までに⑩

あんしん保健福祉

講演・講座

オンラインで学ぶ
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を学ぶ
 ① 3月20日(祝) 午後2時～4時
 ② 市内在住が在勤・在学中、インターネット環境を利用できる人
 ※事前・事後に、最寄りの高齢者支援センターでテキストなどを受け取る必要あり
 ③ 30人(申込順)
 ④ 3月2日～15日に、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 FAX042-786-6631 ✉sagami-mate.network@link-npo.com)へ

大人の8人に1人は慢性腎臓病(CKD) 年に一度は健康診断でチェックを

CKDとは腎臓の働きが徐々に弱ってしまう腎臓病の総称で、たんぱく尿などが3カ月以上続く状態です。心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まるほか、進行すると透析治療が必要になります。腎臓は沈黙の臓器ともいわれ、症状を自覚した時には腎疾患が進行している可能性があります。自覚症状がないからこそ、早期発見・早期治療が重要です。

CKD予防方法をパネルで紹介
 ① 3月8日(月)～15日(月)
 ② 津久井保健センター、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

オンライン 離乳食教室(スタート編)

離乳食の講習と相談

| 日にち | 時間 | 申込 |
|----------|------------|----|
| 4月2日(金) | 午後1時30分～3時 | ⑮ |
| 4月27日(火) | | |

① 令和2年10・11月生まれの子の保護者とその家族で、インターネット環境を利用できる人
 ② 各30人(申込順。初めての子の保護者優先)

オンライン 離乳食教室(モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習と相談

| 日にち | 時間 | 申込 |
|----------|------------|----|
| 4月23日(金) | 午後1時30分～3時 | ⑮ |

① 令和2年7・8月生まれの子の保護者とその家族で、インターネット環境を利用できる人
 ② 30人(申込順。初めての子の保護者優先)

子どもに無理をさせない トイレトレーニング

オムツはずれのノウハウと個別相談
 ① 3月13日(土) 午前10時30分～正午
 ② 子育て広場たんと(南区相模大野)
 ③ 乳幼児とその保護者
 ④ 4組(申込順)
 ⑤ 3月12日までに電話(非通知不可。土日曜日、祝日等を除く午前10時30分～午後3時)か、Eメールに保護者氏名、子どもの月齢、携帯電話番号、参加人数(1組2人まで)、件名に「セミナー申し込み」と書いて、同広場 ☎070-4372-1056 ✉tant0209@docomo.ne.jpへ

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を紹介

| 日にち | 会場 | 定員 | 申込 |
|----------|----|-----------|----|
| 4月2日(金) | ③ | 各10組(申込順) | ⑮ |
| 4月14日(水) | | | |
| 4月6日(火) | ④ | | |
| 4月23日(金) | | | |
| 4月27日(火) | ⑤ | | |

① 午前10時～11時
 ② 令和2年2～6月生まれの子とその家族

急病などで困ったときは
 まずはかかりつけ医・歯科医へ。休診の場合は右記の問い合わせ先へ
(電話番号をよく確かめて)

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 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
 ※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。

いきいき健康相談

省略記号の見方は4面をご確認ください。

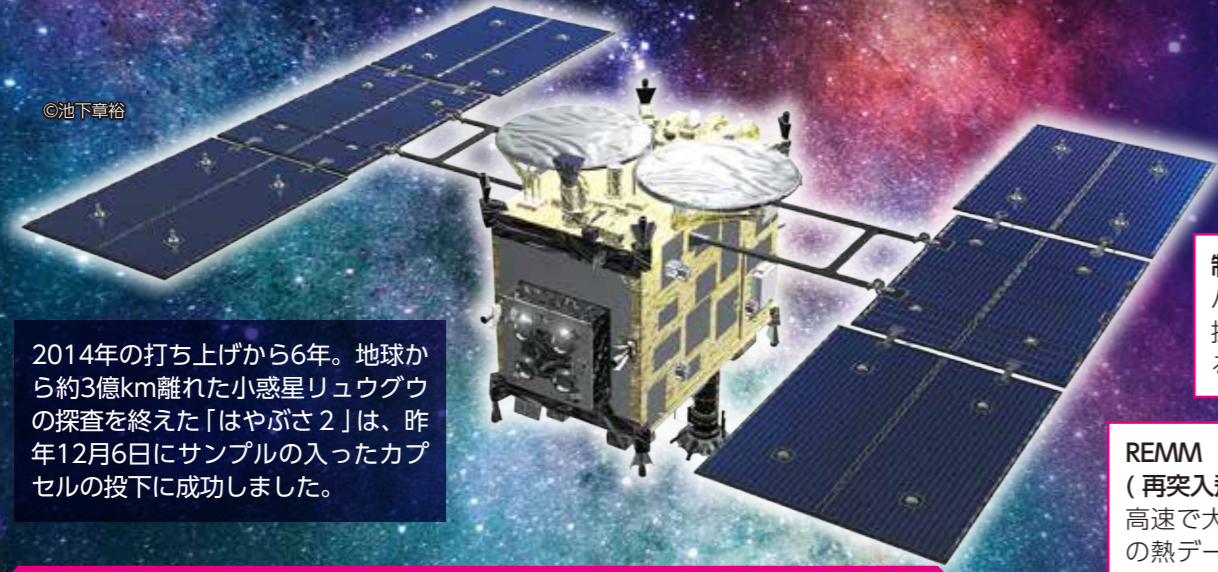
| 相談名(相談員) | 日にち | 時間 | 会場 | 申込 | 内容・定員・問い合わせなど |
|---------------------------------|-------------------|--|-----------------|----|---|
| 成人健康相談 母子保健相談 (保健師) | 月～金曜日 | 午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く) | 緑 ウ 南 | ⑨ | 成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子どもの健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※津(湖)藤(城)は来庁相談のみ ⑥ 成人健康相談 ⑧ ⑨ ⑩ 母子保健相談 ⑪ ⑫ ⑬ |
| | 月・木曜日 | | 津 | | |
| | 火曜日 | | 湖 | | |
| | 水曜日 | | 藤 | | |
| | 金曜日 | | 城 | | |
| 大人の食生活 相談 (栄養士等) | 4月7日(水) | 午前9時 9時45分 10時30分 11時15分 | 南 | ⑨ | 面談か電話相談(予約制) 生活習慣病予防などに関する食生活の相談 |
| | 4月8日(木) | | ウ | ⑧ | |
| | 4月13日(火) | | 津 | ⑦ | |
| | 4月19日(月) | 緑 | ⑥ | | |
| | 4月21日(水) | 午後1時 1時45分 2時30分 3時15分 | 南 | ⑨ | |
| | 4月27日(火) | ウ | ⑧ | | |
| 母と子の 栄養相談 (管理栄養士等) | 4月5日(月) | 午前9時～11時30分 | 緑 | ⑪ | 乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳 |
| | 4月12日(月) | 午後1時～3時30分 | 南 | ⑬ | |
| | 4月19日(月) | 午前9時～11時30分 | ウ | ⑫ | |
| 妊活 サポート相談 (不妊・不育 専門相談) | 4月13日(火) | 〈電話相談〉 時 午前9時～11時30分 ⑩ | | | |
| | | 〈面接相談〉 時 午後1時～3時30分 会 ⑩ 申 4月12日までに⑩ | | | |
| もの忘れ相談 | 3月15日(月) | 午前10時～11時30分 | 南 | ③ | 医師によるもの忘れ相談 定 2組(申込順) |
| くすりの相談 | 3月18日(木) | 午後1時30分～3時 | ウ | | 定 各2人(申込順。各回30分) 申 市薬剤師会 ☎042-756-1502 |
| 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 | 緑 ウ 南 | ⑤ | ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談 ※申込時に日時、会場などを調整 |
| | | | 会 緑(ウ)南(城)津(湖)藤 | ⑩ | 対 障害のある乳幼児 |
| かんがる～ 歯科健診 (歯科医) | | | | | ※日程はお問い合わせください。 |

| 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 |
|-------------------------------------|--|------------------------|---------------------------------|----|--|
| 思春期・ ひきこもり 特定相談 (精神科医) | 3月18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 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) |
| | 3月9日(火) 3月19日(金) 3月15日(月) 3月16日(火) | 午後1時～2時 | 南 津 緑 ウ | | こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がいない人 定 各2～3人(申込順。調整あり) 申 会場ごとに各担当課へ 南…南高齢・障害者相談課 ☎042-701-7715 津…津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 緑…緑高齢・障害者相談課 ☎042-775-8811 ウ…中央高齢・障害者相談課 ☎042-769-9806 |
| みんなの アルコール 相談 (精神科医) | 3月16日(火) | 午前10時～正午 | け | 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心配がある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり) |
| 薬物・ ギャンブル 依存専門相談 (精神科医) | 3月11日(木) | 午後2時30分～4時30分 | け | ⑭ | 薬物・ギャンブルの問題について、専門医が対応 対 市内在住か在勤で、薬物・ギャンブルの問題がある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり) |
| 依存症 家族教室 「サプリ」 | 3月22日(月) | 午後2時～3時30分 | 市民会館 | ⑭ | アルコール・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・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) |
| 家族のための コミュニケーション 教室 「ガーベラ」 | 3月17日(火) | 午後2時～3時30分 | 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・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 20人(申込順。調整あり) |
| がんに関する 相談 がんピア サポート | ①3月12日(金) ②3月28日(日) | 午前10時～午後3時 | 南 ウ | | がん体験者が自らの体験を基に対応 対 がん患者やその家族 定 各4組(申込順。各組1時間) 申 3月①10日②25日までに⑤ |
| | 3月9日(火) 3月19日(金) 3月31日(水) 3月13日(土) 3月28日(日) 3月14日(日) 3月27日(土) 4月3日(土) | 午前10時～正午 午後1時30分～4時 | 市 市 市 市 市 市 市 | | 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。 ⑩ 地域保健課 ☎042-769-8343 新型コロナウイルス感染症の影響により、献血者数が減少しています。ご協力をお願いします。 |
| 愛の献血 | | | | | 献血キャラクター けんけつちゃん |

世界初公開! 「はやぶさ2」カプセル早分かり

リュウグウのサンプルを持ち帰ったカプセルを、世界に先駆け相模原で大公開!
また、「はやぶさ」「はやぶさ2」のカプセル開発に携わり、オーストラリアで回収に当たった、
JAXA宇宙科学研究所の山田さんにお話を伺いました。
園観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045

カプセルの仕組み



2014年の打ち上げから6年。地球から約3億km離れた小惑星リュウグウの探査を終えた「はやぶさ2」は、昨年12月6日にサンプルの入ったカプセルの投下に成功しました。

ヒートシールド
大気圏突入時の高熱からカプセルを守る

制御回路
パラシュートの開傘や探査用の信号を制御する電子機器

REMM
(再突入飛行計測モジュール)
高速で大気圏に再突入する間の熱データや機体運動に関するデータを計測

「はやぶさ」(初号機)カプセルにはなかった、将来のミッションに向けた機能

パラシュート

断熱材

サンプルコンテナ
小惑星リュウグウのサンプルを格納

後面

前面

ポイント

- 質量: 約16kg
- 直径: 約40cm
- 高さ: 約20cm
- ★初号機カプセルの開発成果を最大限に生かした設計
- ★カプセル型の再突入機としては、他国の物と比較して小型
- ★大気圏突入時、カプセルの前面の温度は1万度を超える空気にさらされるが、ヒートシールドの働きで表面は最大3,000度、内部は50度程度に保たれる

さがみんもカプセル回収班に同行!



特別隊員
隊長 さがみん

左: ウーメラ砂漠上空でカプセル探査のヘリコプターに同乗
右: カプセルを入れたコンテナを覆面中

がんばって探すよ!

無事にみんなのところに届けるよ!

市内でも帰還を応援&帰還後も出迎え!

パブリックビューイングでカプセル帰還を見守りました!

昨年12月5日・6日に「はやぶさ2」からカプセルが分離される様子と、カプセルが大気圏に突入する様子を見守るパブリックビューイングを開催。会場では市内外から集まった市民や宇宙ファンが、歓喜の瞬間を共有しました。



相模原に帰ってきたカプセルを出迎え!

昨年12月8日、カプセルを乗せたトラックをJAXA 津田雄一プロジェクトマネージャ(本市出身)、吉川 真ミッションマネージャ、市民らが出迎えました。報道陣から今の気分は?と聞かれた津田さんは「早く中を見たいです」とコメント。



「はやぶさ」「はやぶさ2」カプセル開発担当 山田哲哉さんにインタビュー

JAXA宇宙科学研究所
宇宙飛行工学研究系准教授

初心を忘れず、時間と戦い続けながらも隙のない開発・準備

「はやぶさ2」カプセルは、「はやぶさ」の基本設計を大切にしつつ、信頼性を高めたものです。つい手を加えなくなる気持ちを抑え、細心の注意をしながら開発、回収準備を進めました。コロナ禍の影響でギリギリまで気が気ではありませんでしたが、方向探査のリハーサルなどは初号機以上に綿密に行い、「やってないことはない」といえるほどでした。

飛行解析、回収・安全化担当として、緊張と忙しさが続く

カプセル回収班では現地本部として、目の回るような忙しさでした。48時間中4時間の睡眠が、本番含めて3回もありました。やれ、カプセルの状態は健全か?着地予想点を問題ない軌道に入れたか?方向探査結果やヘリが発見した位置データのチェックをせねば、回収時も手順を間違えないように集中せねば...と感慨に浸る余裕は全くありませんでした。それでも、カプセルからの電波を受信した時はほんの瞬間「中身が溶けず今回も帰ってきたんだ。パラシュートも開いたんだ」と涙が込み上げてきました。メンバー全員と応援して下さった方々のおかげで、カプセル回収と成果は今回もやっぱり満点でしょうか。

応援してくれる相模原の皆さんに「ワクワク」を届けたい

学生時代から相模原に通い、相模原麻溝公園ふれあい動物広場が気に入っています。気持ちよさそうにするキバタン(オウムの一種)の背中を掻いてあげるのが特に好き。そんな相模原にある宇宙科学研究所。市民の皆さんからミッションのたびに応援されて、こんなに大事にされている研究開発機構って他にあるのか?と、温かさを感じています。これからも、社会に役立つミッションを遂行していきますので、応援をお願いします。

プロフィール
東京大学大学院工学系研究科(航空宇宙工学専攻)博士課程修了。
専門は再突入飛行体システム、飛行力学・熱防壁など



オーストラリア・ウーメラ砂漠で「はやぶさ2」カプセルを回収する山田さん

いち早くカプセルを見られるチャンス!

新型コロナの状況で開催中止の可能性あり

観覧は予約制。申し込みは往復はがきで!

申し込み前に市「はやぶさ2」特設サイトをご確認ください。
抽選結果は3月9日から発送予定の返信はがきでお知らせします。



市「はやぶさ2」特設サイト

| 1枠当たり 定員150人 (抽選) | 日にち | | 入場開始時間 | |
|-------------------------|--------------|------------------------|-----------------------------|---|
| | 3月 12日(金) | 午後1時 2時 3時 4時 | 日にち | 入場開始時間 |
| | | | 3月 13日(土) ~ 16日(日) | 午前 9時30分 10時30分 11時30分 午後 0時30分 1時30分 2時30分 3時30分 |

会 市立博物館 定 各枠150人(抽選)
申 3月5日(必着)までに、往復はがきに、住所、代表者氏名、電話番号、人数(4人まで)、希望日時(1つまで)を書いて、市立博物館(〒252-0221 中央区高根3-1-15)へ
問 観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045

会場への目印に! 路面シートを設置

3月12日のカプセル公開に合わせて、湘野辺駅から市立博物館までの歩道に、路面シートを設置します。シートを探して、楽しみながら歩いてみませんか。
問 中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

シートは全10種類!

2カ所に登場! 「はやぶさ2」マンホール

「はやぶさ2」カプセル帰還記念デザイン

「宇宙」の青と生命の起源である「水」、その水の循環を支える「下水道」をイメージしています。

さがみん×はやつー君デザイン

市マスコットキャラクター「さがみん」と、JAXAのキャラクター「はやつー君」が宇宙を楽しく遊泳するイメージです。



もっと知ってみようマンホールのこと

「マンホールふた」関連展示
問 3月17日(水)から 問 市立博物館
※詳しくは本紙や市ホームページでお知らせします。

問 下水道経営課 ☎042-707-1840

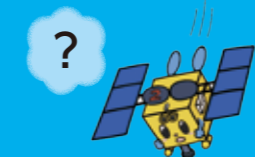
応援しよう! 「はやぶさ2」は新たな旅へ

2026年

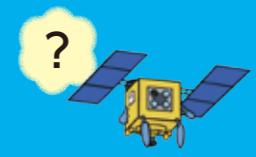
2031年

小惑星2001 CC21
珍しい岩石でできている
太陽系初期の物質があるかも

小惑星1998 KY26
直径およそ30m
一周回転するのに約11分
約5分おきに昼と夜が交代



? 高速で通り過ぎながらカメラなどで観測



? ランデブー(位置を合わせてとどまること)



拡張ミッションをCG動画で解説

地球史の解明や地球への天体衝突回避に役立つと期待できる!

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

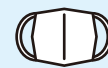


記入する必要事項

- 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



イベントなどの開催 市が主催するイベントや説明会など、中止や延期となる場合があります。
状況は随時ご確認を 各種イベントなどの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。



- イベント参加時はマスク着用
- 体調がすぐれないときは参加しない



お知らせ

夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

日中に市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可
時 3月9日(火)・25日(木) 午後5時30分～6時30分

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

※午後6時以降に市役所へお越しの場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

建築士による 自宅の無料耐震相談会

時 3月25日(木) 午後1時30分～4時30分
会 緑区合同庁舎
定 6組(申込順)
申 3月19日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

4月から高齢者支援センターの一部が移転します

高齢者の保健・福祉・介護などに関する相談窓口の2施設が移転

| 施設名 | 移転先住所 | 電話番号 |
|--------------|----------------------------------|--------------|
| 大沢高齢者支援センター | 緑区大島1556 (特別養護老人ホーム中の郷コニット型内) | 042-760-1210 |
| 大野台高齢者支援センター | 南区大野台5-25-10 | 042-758-8278 |

☑ 地域包括ケア推進課

相模川清流の里 宿泊利用 6月分の抽選申し込み

☑ 3月10日午後5時までに、同所ホームページから、観光・シティプロモーション課、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 14日(月)・15日(火)
※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、休館などをする場合があります

声・点字「広報さがみはら」のご利用を

「広報さがみはら」「さがみはら市議会だより」を朗読したCDや、点字にした冊子を送付

☑ 市内在住で視覚に障害のある人
☑ 電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「録音CD」か「点字」と書いて、広聴広報課(☎042-769-8200 ☒koho@city.sagamihara.kanagawa.jp)か、政策調査課(☎042-769-9803 ☒seisakuchousa@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

tvk「猫のひたいほどワイド」内「猫ひたインフォ」で 市政の情報を発信中

県内のジモト情報をお届けする番組「猫のひたいほどワイド」内のコーナー「猫ひたインフォ」で、市内外の視聴者が楽しめる本市のイベントやシティプロモーション情報などを発信しています。ぜひ地デジ3chをご覧ください。
時 原則毎月第1・第3水曜日午後1時15分ごろから3分程度(放送日時を変更する場合あり)
☑ 広聴広報課

春の火災予防運動週間 その火事を防ぐあなたに 金メダル

春は空気が乾燥し、風の強い日が多く、火災が発生すると被害が大きくなります。家庭や地域での防火対策を。3月1日～7日は春の火災予防運動週間です。
☑ 予防課

FM HOT 839 「相模原インフォメーション」で 市からのお知らせを紹介

FM HOT 839(エフエムさがみ)で市からののお知らせを毎日3件ずつ紹介。運転や家事の合間に、作業をしながら市の大事なお知らせを聞くことができます。

| 曜日 | 放送時間 |
|-------|---|
| 月～金曜日 | ①午前7時54分～59分 ②午前9時54分～59分 ③午後5時54分～59分 |
| 土曜日 | ①午前8時54分～59分 ②午前11時54分～59分 ③午後4時54分～59分 |
| 日曜日 | ①午前8時54分～59分 ②午前11時54分～59分 ③午後4時24分～29分 |

※②③は再放送
☑ 広聴広報課

健康診査・検診・検査

費用の記載がある場合でも70歳以上は全て無料

市内協力医療機関で、健康診査やがん検診などを随時実施しています。検診には受診券が必要です。



新型コロナウイルス感染症による実施状況への影響など詳しくは、各医療機関にお問い合わせください。

- 次に該当する人には、毎年4月(一部の人は6月以降)に、受診券を送付しています。
 - ・市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
- 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
※市ホームページの「電子申請」からも申し込めます。
※令和3年度の受診券の依頼については、4月以降に発券処理をし、順次発送します。到着までしばらくお待ちください。

終了間近 お早めに

がん検診無料クーポン券などの有効期限について

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和元年度に市がん検診等を受診できなかった人のクーポン券などの有効期間を延長しています。
有効期限 2年3月31日 → **3年3月31日**
☑ 下記のいずれかに該当し、元年度・2年度に検診が未受診の人
子宮頸がん・乳がん検診=元年度に無料クーポン券が送られている人
①前立腺がん②肝炎ウイルス検診③お口の健康診査=2年4月1日時点で①55・60・65歳の人②40・45・50・55・60・65歳の人③80歳の人
☑ 元年度のクーポン券・受診券(再発行は市コールセンターへ)を用意して直接、市内協力医療機関へ。

スマートフォンからも申し込めます



施設検診

▶(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

施設検診

| 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 |

※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 |
|-----|----------|---------|------|
| 随時 | 市内協力医療機関 | 40歳～80歳 | 500円 |

▶ 肝炎(B型・C型)ウイルス検査

| 日にち | 会場 | 対象 | 費用 |
|-----|----------|--|--------|
| 随時 | 市内協力医療機関 | 肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど。原則1回) | 無料 |
| | | 40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人 | 1,200円 |

▶ がん検診

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
- ※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検診(市国民健康保険加入者のみ)と同時に受診が必要
- ☑ 胃・大腸・肺 = 40歳以上
- 子宮 = 20歳以上の女性
- 前立腺 = 55歳・60歳・65歳の男性
- 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。

市のがん検診について、詳しくは市ホームページをご覧ください。



●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

募集

地域活性化事業交付金の交付を受ける事業

地域の課題解決や活性化に向けて自主的に取り組む事業に対して交付
交付期間 4月~令和4年3月
各地区の活性化につながる事業を行う、5人以上の団体
優先的に交付する事業
●自治会への加入促進
●地域での公共的な活動の担い手育成
●公共的な活動への参加
●NPO・企業・ボランティア団体などと連携
●各地区のまちづくり会議が提示した地区特有の課題解決
※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。
各まちづくりセンターにある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を活動予定地区のまちづくりセンターへ
※提出期限などは、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、早めにご連絡ください。
市民協働推進課

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
4月~令和4年2月(7月を除く)の原則毎月第2日曜日 午前9時~午後3時
あじさい会館、けやき体育館 ほか
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)
2,000円
※参加費(飲食代など)が別途必要
3月25日までに、電話であじさい青年学級(市手をつなぐ育成会内 ☎042-759-4310)へ

会計年度任用職員埋蔵文化財調査員

埋蔵文化財の調査や文化財保護事務
任期 4月~令和4年3月
勤務 原則、月~金曜日(祝日等を除く)の指定する週4日、午前8時30分~午後5時15分の7時間45分
勤務場所 文化財保護課、市内調査箇所
報酬 月額18万5,900円から
※報酬額は職歴などによって決定
次のすべてに該当する人
○普通自動車運転免許がある
○考古学に関する専門的な知識がある
○埋蔵文化財などの発掘調査、出土品整理作業の経験がある
若干名(選考)
※応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
文化財保護課

会計年度任用職員非常勤介助員

小・中・義務教育学校で支援の必要な児童生徒の日常生活、身辺自立の補助や介助
任期 4月~令和4年3月
勤務 週2・3日程度で、1日6時間
※シフト制
勤務場所 市立小・中・義務教育学校
報酬 日額6,906円から
※報酬額は職歴などによって決定
※応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
学校教育課

市文化振興審議会委員

文化の振興に関する計画や重要事項、計画の進行管理などに係る調査・審議
任期 5月24日から2年間(会議は年2回程度)
市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)
2人(選考)
応募申込書配布場所 文化振興課、各行政資料コーナー・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、市民ギャラリー、アートラボはしもとなど
※市ホームページにも掲載
3月31日(必着)までに、応募申込書を直接か、郵送、ファクス、Eメールで文化振興課へ

経済センサスー活動調査の調査員

受け持ち調査区内の全ての事業所に調査票の配布や、事業所名簿などを作成
調査期間 5月上旬~6月下旬ごろ
※説明会を5月上旬に開催予定
報酬 1調査区(70事業所程度)当たり約4万円
※調査事業所数などにより異なる
20歳以上で責任を持って調査できる
※その他にも条件あり
3月14日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ
※調査の概要など詳しくは、経済センサスー活動調査2021キャンペーンサイトをご覧ください。

イベント

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る
3月7日(日)まで 午前9時30分~午後3時30分
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
小学生以上200円(入園料)
市コールセンター(☎042-770-7777)

女子美術大学大学院 博士前期課程修了制作作品展

修了生が制作した絵画や立体、空間芸術などの作品を紹介
3月9日(火)~14日(日) 午前10時~午後5時(入館は午後4時30分まで)
女子美アートミュージアム(南区麻溝台)
※オンラインでも閲覧可。詳しくは、女子美術大学美術館ホームページをご覧ください。
女子美アートミュージアム(☎042-778-6801)

県障害者スポーツ大会(水泳競技会)

6月20日(日)
さがみはらグリーンプール
令和3年4月1日時点で、13歳以上の身体障害・知的障害者(身体障害者は、膀胱か直腸機能障害以外の内部障害者を除く)
4月5日(必着)までに、電話か、高齢・障害者福祉課にある申込書(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(☎042-707-7055)へ

講演・講座

元気高齢者向け 筋力向上トレーニング教室(全12回)

専属トレーナーが、体操や機器を使った筋力トレーニングなどを指導
会場 電話番号など
① 相模原ドルフィンクラブ(緑区橋本) ☎042-771-7333 午前10時~午後5時
② メガロス相模大野(南区相模大野) ☎042-745-4600 午前10時~午後6時(火曜日を除く)

①4月20日~7月20日の毎週火曜日(5月4日、6月29日を除く) 午前11時~午後0時30分
②5月6日~7月22日の毎週木曜日 午後3時30分~5時
運動に支障がない、市内在住の65歳以上=各10人(抽選)
16,000円②6,600円
3月①30日②31日までに、電話で各会場へ

オンライン 発達障害における基礎知識と薬物治療について ~過去の講演会の質問を中心に~

医師の講演などの動画を相模原チャンネル(YouTube®)で配信
4月8日(木)まで
講師 神谷俊介さん(児童精神科医)ほか
発達障害に関心がある人や支援する人で、インターネット環境を利用できる人
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
太陽光園(☎042-756-8410)

市民農業研修講座(全25回)

実習や講義を通じ、農家の手伝いができる人を育成
4月14日~令和4年2月16日の水曜日(月2・3回程度)
※天候により中止の場合あり
市農業協同組合営農センター(緑区田名)
同組合所管の次の地区内に住んでいる68歳以下で、事前説明会に参加できる人
○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
20人(※定員を超えた場合は、事前説明会終了後に抽選)
事前説明会
4月7日(水) 午前10時~正午
会同センター
3月17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)へ

オンライン 相模原市指定都市移行10周年記念 指定都市市長会シンポジウム in 相模原

「防災・減災を見据えた強靭な都市形成に向けて」をテーマとした、指定都市市長などによるパネルディスカッションの動画を配信
広域行政課

さがみはら市民朝市
市内で採れた新鮮な農産物やパン、加工食品などを販売します。
優れた農畜産物を出品した生産者も出店中!
市民の皆さんが農家や市の農業の役割に理解や親しみを持ってもらうため、毎年優れた農畜産物生産者を表彰。市民朝市には、受賞した生産者なども出店しています。
受賞者はこちら▶
農政課 ☎042-769-8239

読者のひろば
募集
参加条件など詳しくはお問い合わせください。
●子育て支援グループ活動(全15回)
個々のペースを大切にしたい親子グループ活動など
5月~令和4年1月の隔週金曜日 午前10時30分~正午、東京家政学院大学(町田市相原町)。対象は3歳までの子どもとその保護者。定員10組(抽選)、費用2,000円(保険代別)
3月27日までに、メールで同大学 柳瀬(☎yanase@kasei-gakuin.ac.jp ☎042-782-9817)へ
※新型コロナウイルス感染症の状況により、オンラインに変更する場合あり

施設の催し



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



会場・お問い合わせは原則各施設です。休所日は各施設のホームページをご覧ください



イベントなどの開催状況は随時ご確認を
市が主催するイベントや説明会など、中止や延期
となる場合があります。各種イベントなどの開催状況は、
市ホームページで随時お知らせしています。



● イベント参加時
はマスク着用 ● 体調がすぐ
れないときは参加しない

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

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 | | |
|------------------------|--|--|-------------------------------------|-------------------------------|------------------|-----------------|--------------------------|
| ①親子 スイミング (全4回) | 毎週土曜日 4月3日～24日 | 午前9時20分 ～10時5分 | おむつが取れて いる3歳以下の 子どもとその 保護者 | 10組 (申込順) | 5,200 円 | | |
| 大人の 水泳 | ②中上級 (全5回) | 毎週月曜日 4月5日～5月10日 (5月3日を除く) | 午前11時20分 ～午後0時20分 | 16歳以上の 中級者～上級者 | 各 15人 (抽選) | 5,000 円 | |
| | ③初心者 (全4回) | 毎週火曜日 4月6日～5月11日 (4月13日、5月4 日を除く) | 午前9時20分 ～10時20分 | 16歳以上の 泳げない人 | | 4,000 円 | |
| | ④初級 ステップ2 (全5回) | 毎週水曜日 4月7日～5月12日 (5月5日を除く) | | 16歳以上の 初級者～中級者 | | 各 5,000 円 | |
| | ⑤初級 ステップ1 (全5回) | 毎週木曜日 4月8日～5月13日 (4月29日を除く) | 午前11時20分 ～午後0時20分 | 16歳以上の 初級者 | | | |
| | プール 大好き! | ⑥月曜日 (全5回) | 毎週月曜日 4月5日～5月10日 (5月3日を除く) | 午後4時 ～4時50分 | | | 年長～小学校 新3年生の 泳げない人 |
| ⑦水曜日 (全5回) | | 毎週水曜日 4月7日～5月12日 (5月5日を除く) | 3歳以上の 未就学児 | | | | |
| ⑧金曜日 (全6回) | | 毎週金曜日 4月9日～5月14日 | 午後5時 ～5時50分 | 年長～小学校 新3年生の 泳げない人 | 6,000 円 | | |
| チャレン ジ水泳 | ⑨上級 (全5回) | 毎週月曜日 4月5日～5月10日 (5月3日を除く) | 午後5時 ～5時50分 | 2泳法で25m 以上泳げる 小・中学生 | 15人 (抽選) | 各 5,000 円 | |
| | ⑩初級 (水曜日) (全5回) | 毎週水曜日 4月7日～5月12日 (5月5日を除く) | | 息継ぎなし クロールで10m 以上泳げる小学生 | 12人 (抽選) | | |
| | ⑪中級 (水曜日) (全5回) | | | クロールで25m 以上泳げる 小学生 | 15人 (抽選) | | |
| | ⑫初級 (金曜日) (全6回) | 毎週金曜日 4月9日～5月14日 | | 息継ぎなし クロールで10m 以上泳げる小学生 | 12人 (抽選) | | 各 6,000 円 |
| | ⑬中級 (金曜日) (全6回) | | | クロールで25m 以上泳げる 小学生 | 15人 (抽選) | | |
| ⑭プールで あそぼ! (全4回) | 毎週火曜日 4月6日～5月11日 (4月13日、5月4 日を除く) | 午後4時30分 ～5時20分 | 水にもぐれない 3歳以上の 未就学児 | 14人 (抽選) | 4,000 円 | | |
| ⑮小学生水泳 (全5回) | 毎週木曜日 4月8日～5月13日 (4月29日を除く) | 午後5時 ～5時50分 | 障害者手帳を 持っている 小学生 | 5人 (申込順) | 5,000 円 | | |

①3月①5日①6日1日から、直接か電話で同センターへ。②～⑭3月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に10面上の必要事項を書いて、同センターへ

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775

市民が企画する男女共同参画セミナー 企画団体募集説明会

時 3月27日(土) 午前10時～11時30分

対 次の全てに該当する団体の代表者=15人(申込順)

○構成員の過半数が市内在住か在勤・在学の人○主な活動場所が市内○営利活動・政治活動・宗教活動や、公益を害する活動を目的としない○平成22年4月以降、市民企画講座の開催が1回以下(講師含む) ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

申 直接か電話、ファクスに10面上の必要事項と、保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢)を書いて、同所(☎042-775-1776)へ

相模原市民ギャラリー

〒252-0231 中央区相模原1-1-3 ☎042-776-1262

市収蔵美術品展 相模原の日本画一院展画家の系譜一

文化勲章を受章した岩橋英遠さんなど、日本最大規模の日本画団体、日本美術院に所属し、本市の美術文化にも影響を与えた日本画家たちの系譜を収蔵作品などで紹介
時 3月8日(月)～28日(日) 午前10時～午後5時

環境情報センター

〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248

①地球にやさしい純銀リングづくり

リサイクル素材の銀粘土でオリジナルアクセサリー作り

時 3月21日(日) 午前10時～正午

対 小学生以上=15人(申込順) ※小学校4年生以下は保護者同伴

費 1,400円

②子どもエコクラブ 参加者募集

子どもたちが環境活動に参加できるクラブの体験・登録会を開催

時 3月27日(土) 午後2時～4時

対 3歳～高校生とそのサポーターとなる大人(親子での参加も可)

定 15組(申込順)

①3月①14日②26日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに10面上の必要事項を書いて、同センター(☎042-751-2036 ☒kankyo@eicwits.com)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

毎日の生活が広がる・つながる・ワクワクする!～市民活動はじめての一步～

時 3月13日(土) 午後2時～3時

※希望者は直接会場へ

まちづくりモデル事業 実施報告会 傍聴者募集

まちづくりモデル事業に認定された団体の活動報告会

時 3月13日(土) 午後3時15分～5時

定 10人(申込順)

①3月11日までに、電話か、Eメールに10面上の必要事項を書いて、同所(☒event@unicom-plaza.jp)へ

市立図書館

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-754-3604

家族で楽しむおはなし会パック

| 日にち | 対象 | 家で読み聞かせが楽しめるように対象年齢に合わせたお薦めの絵本2、3冊をセットにして貸し出し |
|----------|-----------|---|
| 3月4日(休) | 2歳以下 | 時 午前9時30分から 貸出数 各10～20セット(1人1セット。なくなり次第終了) ※希望者は直接会場へ |
| 3月10日(水) | 4歳～6歳 | |
| 3月17日(水) | 2歳・3歳 | |
| 3月21日(日) | 4歳～小学校2年生 | |

さがみはらグリーンプール

〒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 (申込順) | 費用 |
|-------------------------|----------|--------------------|----------------------------|-------------|---------------|
| ジュニア競泳 スタート | 3月13日(土) | 午後3時～4時 | 小・中学生 | 各 10人 | 510 円 |
| おためし水泳の ターン | 3月15日(月) | 午後1時30分 ～2時30分 | 18歳以上 (高校生を除く) | 20人 | 各 250 円 |
| 幼児初めて水泳 水慣れ～顔付け | | 午後4時～5時 | おむつが取れて いる3歳以上の 未就学児 | | |
| 小学生水泳 個人メドレーを 泳ごう | | 午後5時30分 ～6時30分 | 小学生 | | |
| 競泳スタート | 3月18日(木) | 午前9時30分 ～10時30分 | 18歳以上 (高校生を除く) | 10人 | 1,020 円 |

①開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

相模原ギオンアリーナ(総合体育館)

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員(抽選) | 費用 | |
|---------------------------|--|---------------------|-----------------------|----------|---|-----|
| 健康体操 (全4回) | 毎週火曜日 4月6日~27日 | 午後1時~2時 | 60歳以上 | 各 25人 | 3,000円 | |
| ノルディック ウォーキング (全8回) | 毎週火曜日 4月6日~6月1日 (5月4日を除く) | 午前10時30分 ~正午 | 15歳以上 (中学生を 除く) | | 5,500円 (ポール をレン タルする 場合は 別途1回 200円) | |
| スタイルアップ ヨガ(全10回) | 毎週火曜日 4月6日~6月15日 (5月4日を除く) | 午前9時30分 ~10時30分 | 15歳以上 (中学生を 除く) | 各 25人 | 各 6,500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) | 午前10時~11時 | | | | | |
| ボディケアスト レッチ(全10回) | 毎週水曜日 4月7日~6月16日 (5月5日を除く) | 午前10時30分 ~11時45分 | | | | 35人 |
| かんたん フラダンス (全10回) | | 午後1時~2時 | | | | 25人 |
| やさしいヨガ (全10回) | 毎週木曜日 4月8日~6月24日 (4月29日、5月6 日を除く) | 午前9時30分 ~10時30分 | | | | 35人 |
| ボクシング エクササイズ (全10回) | | 午後1時~2時 | | | | 25人 |
| 初・中級 バドミントン (全10回) | 毎週金曜日 4月9日~6月11日 | 午前10時 ~11時30分 | 50人 | 6,000円 | | |

☑3月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に10面上の必要事項を書いて、同館へ

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

| 教室名 | 日にち | 時間 | 定員 | 費用 |
|--|---|--|------------------|--|
| ①ソフトエアロ & ストレッチ (全10回) | 毎週月曜日 4月5日~6月21日 (5月3日・24日を除く) | 午前10時30分 ~正午 | 各 25人 (抽選) | 6,000円 |
| ②リラックス ヨガ(初級) (全12回) | 毎週水曜日 4月7日~8月18日(4月28日、 5月5日・19日、6月23日、7月 7日・14日・21日、8月11日を除く) | ②午前9時30分 ~10時30分、 午後0時30分 ~1時30分 ③午前11時 ~正午 | | 各 9,000円 |
| ③リフレッシュ ヨガ(中級) (全12回) | 毎週木曜日 4月8日~8月26日(4月29日、 5月6日・20日・27日、6月24日、 7月8日・15日・22日、8月12 日を除く) | | | |
| | 毎週金曜日 4月9日~8月20日(4月30日、 5月7日・21日、6月25日、7月 9日・16日・23日、8月13日を除く) | | | |
| ④シェイプ アップ (全10回) | 毎週水曜日 4月7日~6月30日(5月5日・ 19日、6月23日を除く) | 午前11時~正午 | 各 20人 (抽選) | 各 6,000円 |
| ⑤骨盤すっきり エクササイズ (全10回) | 毎週木曜日 4月8日~7月29日(4月29日、 5月20日・27日、6月24日、 7月8日・15日・22日を除く) | 午前10時~11時 | | |
| ⑥簡単楽しく フィットネス (全12回) | 毎週金曜日 4月2日~7月2日(5月21日、 6月25日を除く) | 午前10時 ~11時30分 | | 9,600円 |
| ⑦楽しく健康、 筋力アップ & リラクゼーション (全10回) | 毎週木曜日 4月8日~7月29日(4月29日、 5月20日・27日、6月24日、 7月8日・15日・22日を除く) | 午前9時30分 ~10時40分、 午前10時50分 ~正午★ | 各 35人 (抽選) | 各 5,000円 |
| ⑧アスレティクス アカデミー (陸上教室) (全45回) | 毎週木曜日 4月1日~令和4年3月24日 | 午後5時 ~6時30分 | 33人 (申込順) | 各5万 8,000円 (入会・ 年会費 含む。年 3回に分 けて支 払い) |
| | | | 40人 (申込順) | |

★抽選後に時間帯を振り分け

☑①~⑥18歳以上(高校生を除く)、⑦50歳以上、⑧小学校新1~3年生、小学校新4~6年生

☑①~⑦3月10日(必着)までに、返信用はがきを持って直接か、往復はがき(1人1枚)、Eメールに10面上の必要事項と、②は希望曜日と時間、③は希望曜日を書いて、同所(☑asamizo-stadium@dream.jp)へ。⑧Eメールに10面上の必要事項と新学年を書いて、同所(☑042-777-0161 ☑asamizo-stadium@dream.jp)へ

ホームタウンチームを応援しよう!

SC相模原(サッカー・J2リーグ)

| 日にち | 開始時間 | 会場 | 対戦相手 |
|---------|------|-------------|----------|
| 3月7日(日) | 午後1時 | 相模原ギオンスタジアム | ザスパクサツ群馬 |

☎042-810-7777

三菱重工相模原ダイナボアーズ(ラグビー・トップリーグ)

| 日にち | 開始時間 | 会場 | 対戦相手 |
|----------|------|-------------|-----------------------------|
| 3月14日(日) | 午後2時 | 相模原ギオンスタジアム | NTTコミュニケーションズ シャイニングアークス |

☎042-761-2686

※その他の試合日程など詳しくは、各チームやリーグのホームページをご覧ください。

※状況により、リモートマッチ(無観客試合)になる場合があります。

市スポーツ協会からのお知らせ

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
☎042-751-5552 ☎042-751-5545

グラウンド・ゴルフ交流大会

☑3月27日(土) 午前8時30分~11時45分
☑下溝古山公園スポーツ広場
☑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

令和3年度ねりんピック岐阜大会選手選考会(サッカー)

☑4月4日(日) 午前8時30分
☑横山公園人工芝グラウンド
☑市内在住で4年4月1日時点で60歳以上
☑3月16日(消印有効)までに、はがきに10面上の必要事項と生年月日、性別を書いて、市スポーツ協会へ

初心者ダンス講習会(全7回)

☑4月9日~5月21日の毎週金曜日 午前9時~11時
☑市体育館(市役所前)
☑定員25人(申込順)
☑1,000円
☑4月2日までに、電話(午後6時~10時)で市ダンススポーツ連盟の五十川さん(☎090-1650-2173)へ

市民選手権大会

①サッカー(シニア)
☑4月4日(日)~7月25日(日) 午前9時
☑横山公園人工芝グラウンドほか
☑3月14日(必着)までに、市スポーツ協会にある申込用紙(同協会ホームページにも掲載)を同協会へ
②テニス(一般・小学生)
☑4月17日(土)・18日(日)・24日(土)・

29日(祝)、5月8日(土) 午前9時
☑淵野辺公園テニスマ場
☑3月12日(必着)までに、はがきに10面上の必要事項と種別(一般・小学生)、在勤・在学の場合は勤務先か学校名を書いて、市スポーツ協会へ
※市テニス協会ホームページからも申し込みます。
③少林寺拳法
☑4月18日(日) 午前9時30分
☑相模原ギオンアリーナ(総合体育館)
☑3月20日までに、電話で市スポーツ協会へ

☑市内在住か通勤・在学の人
※詳しくは市スポーツ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。

硬式シニアテニス教室(全4回)

☑4月8日・15日・22日、5月6日の木曜日(予備日5月20日(土)) 午後0時30分~4時20分
☑淵野辺公園テニスマ場
☑クラス 初級、中級
☑55歳以上の男性か50歳以上の女性
☑定員40人(抽選)
☑6,000円
☑3月25日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、往復はがき(1人1枚)に10面上の必要事項と性別、テニス歴、希望クラス、予備日の参加の可否を書いて、市スポーツ協会へ



市オリジナル
動画を
公開中!

いま、この瞬間も、私の未来につながっている。

A LIFE OF SAGAMIHARA

続けよう、新しい生活様式。



問 観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045

市の魅力的なスポットを背景に、未来のために「続けよう、新しい生活様式。」のメッセージを込めた動画を公開中です。一人の女の子が新しい生活様式を実践しながら、楽しく生活し、成長していく物語です。ぜひ動画をご覧ください。

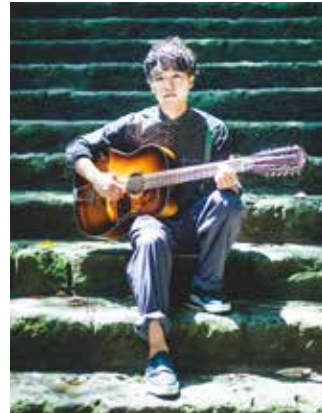
MOVIE

相模原市でコロナ禍を乗り越える一人の女の子のライフストーリーを描いた動画を公開中



本市出身の磯貝サイモンさん

オリジナル楽曲とコラボ



磯貝サイモンさん

本市出身、県立相模原高等学校卒業のシンガー・ソングライター。自身の音楽活動に加え、嵐やJUJUさんなど、さまざまなアーティストへ楽曲を提供。また、共演やライブサポートをするなど、多岐にわたり活躍中。

僕の地元の相模原をテーマに書き下ろした^{スカイラーク}『skylark』は、市の鳥でもある「ひばり」という意味です。ひばりはとても元気よく鳴く鳥。聞いた人にも、ひばりのように元気になってほしいという思いを込めました。

動画とコラボした新曲『skylark』のフルコーラスバージョンが、全世界に配信開始！磯貝さんの公式ホームページから、楽曲に寄せたご本人のコメント動画もぜひご覧ください！



磯貝さんの公式ホームページ

広報事業の財源とするため広告を掲載しています(市が推奨するものではありません)。広告掲載の申し込みは市ホームページをご覧ください。掲載した広告のお問い合わせは各広告主へ。

