

LINE-UP 今号の主な内容

- 令和2年度 本市の決算を公表します…………… 2
- 「価値ある」食材で食卓を彩る…………… 3・4・5
- みんなのすこやかナビ…………… 6・7
- 衆議院議員総選挙…………… 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



引き続き、感染症対策にご協力ください

# さがみはら

広報

NO.1467  
 毎月1日・15日発行  
**10/15**  
 2021 令和3年  
 SAGAMIHARA

感染拡大防止の徹底を

本市のワクチン供給数  
 (10月15日時点)  
**44万8,399人**

ワクチン接種に関する予約・相談

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
 ☎050-5445-4357 (午前8時30分～午後8時(土・日曜日は午後7時まで))

発熱・のどの痛みや感染の心配があるときはかかりつけ医へ  
 かかりつけ医がいないなどの場合

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

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))

紙面の内容は10月6日時点の内容です。記載内容が変更になる場合があります。

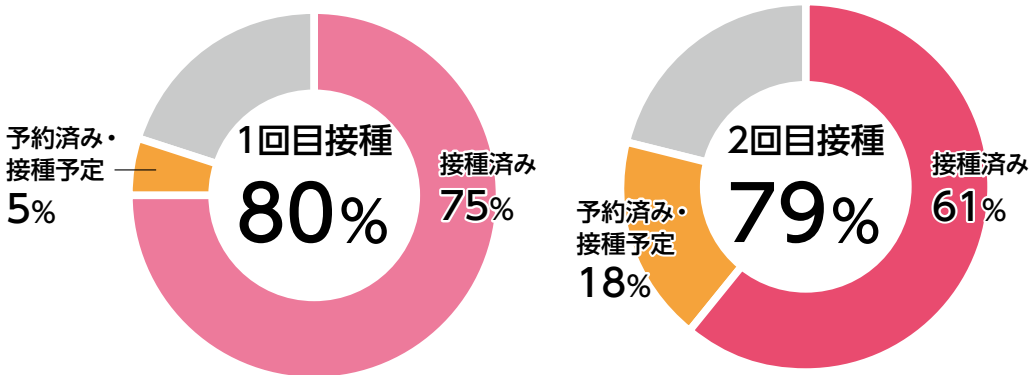
ワクチン接種後も、感染予防対策の継続を。  
 一人ひとりの行動が大切な人を守ることに繋がります。



## 新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

※いずれも10月3日時点の数値

ワクチン接種率(見込み)



接種者数

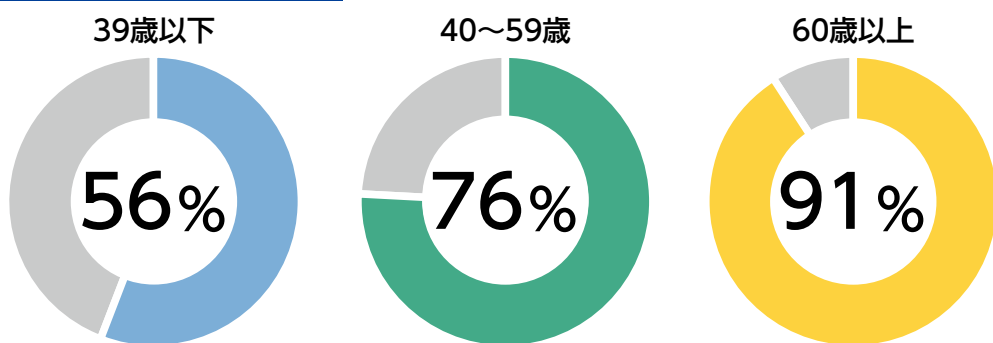
1回目 **48万7,694人**  
 2回目 **39万8,543人**

接種対象者数

**65万2,528人**

※総務省公表 令和3年1月1日住民基本台帳年齢階級別人口(市区町村別)

年代別の1回目接種率



**キャンセルは必ず手続きを！**  
 無断や直前のキャンセルは、  
 ワクチン廃棄につながります

もしも、キャンセルする場合は、早めにワクチン接種コールセンターか、予約システム(接種日の2日前まで)で手続きをお願いします。

### 11月中に接種を希望する人は 10月中に予約してください

本市では、接種を希望する人が10月中に1回目の接種を完了できる体制で接種を進めています。

11月以降は、2回目接種が中心となります。定期的な新規予約の受け付けは、ワクチン供給状況に基づき、10月20日(水)からの予約受付分(集団接種会場のみ。11月7日(日)までの接種)までとなりますのでご注意ください。

※11月以降も満12歳になる人には、誕生日の2週間前を目安にクーポン券(接種券)を送付し、接種の機会を確保します。

大規模接種会場では、予約なしでの接種もできます。詳しくは、ワクチン接種コールセンターへお問い合わせいただくか、市ホームページでご確認ください。

10月18日(月)以降の集団接種会場の実施体制(新規予約受け付け分)

区	会場	開設日時		
		金曜日	土曜日	日曜日
緑	津久井生涯学習センター	—	午後2時～6時30分	午前9時～午後5時30分★
	相模原北メディカルセンター急病診療所	—	午後3時～8時	—
	ソレイユさがみ◆	—	—	—
中央	国民生活センター相模原事務所◆	—	—	午前9時～午後5時30分★
	グッディプレイス相模原◆	—	—	—
南	イトーヨーカドー古淵店	午後3時～8時	午後2時～6時30分	午前9時15分～午後5時30分★
	小田急ホテルセンチュリー相模大野内8階◆	—	—	午前10時15分～午後5時30分★

●駐車・駐輪料金がかかります ◆1回目接種は10月末まで ★午後0時30分～2時を除く  
 ※接種の予約受付の状況によっては、上記会場の予約受付を終了する場合があります。

ワクチン接種の  
 予約・相談・  
 問い合わせ

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター (午前8時30分～午後8時(土・日曜日は午後7時まで))

☎050-5445-4357

※音声ガイダンスの後、オペレーターにつながります。

便利・簡単！ネット予約(ウェブ・LINE)はこちらから▶

かけ間違いにご注意ください！ ☎042-767-2101も利用可



「English(英語)、中文(中国語)、  
 한국어(韓国語)」外国人専用ダイヤル  
 障害などにより電話が困難な人  
 専用ファクス

☎042-767-2104 FAX 042-740-1020

# 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



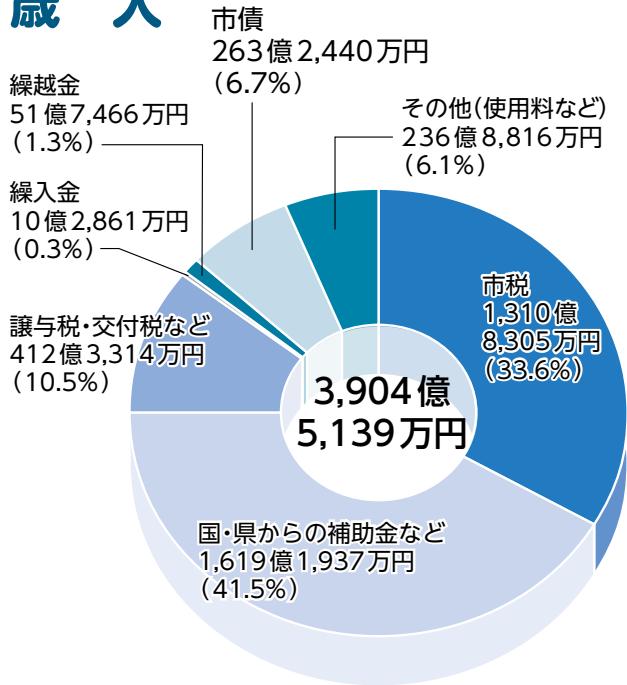
体調がすぐれないときは参加しない

## 令和2年度 本市の決算を公表します

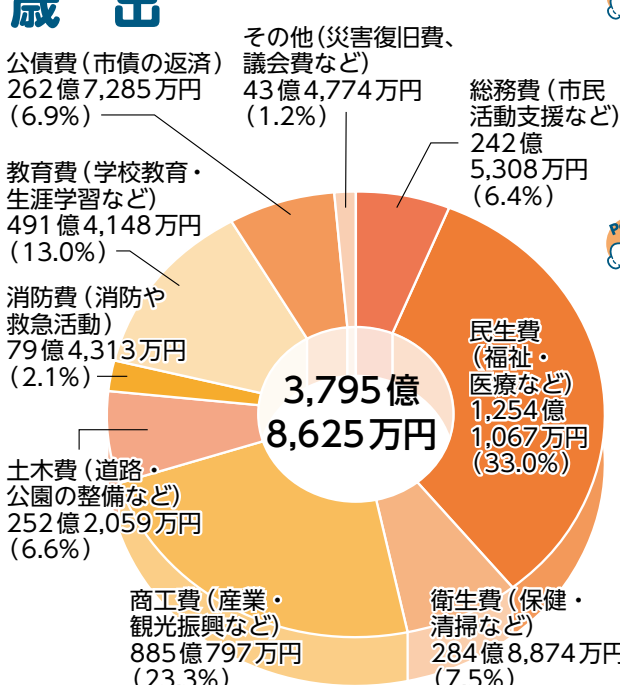
詳しくは、各行政資料コーナーや市ホームページで公開しています

一般会計の概要をお知らせします。歳入・歳出の決算規模は過去最大となりました。

### 歳入



### 歳出



#### Point 歳入のポイント

- ・【全体】前年度から約851億円の増額
- ・【全体】新型コロナウイルス感染症対策などのため、国からの補助金が増額
- ・【市税】10年ぶりの減収

#### Point 歳出のポイント

- ・【全体】前年度から約839億円の増額
- ・【全体】「相模原市総合計画」の基本構想に沿った施策を実施  
総合計画の基本構想、基本計画についてはこちら
- ・【商工費】特別定額給付金事業の実施などにより、前年度から約769億円の増額
- ・【衛生費】新型コロナウイルス感染症対策の各種事業実施などにより、前年度から約33億円の増額

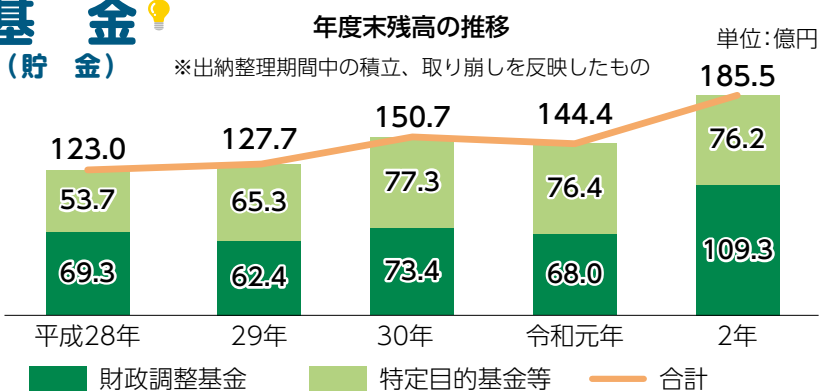
### 市債(借金)

2年度末の市債残高 **2,831億8,569万円**  
市民1人当たり **39万633円** (3年4月1日時点の人口72万4,941人から算出)

#### Point 市債のポイント

- ・【全体】市債残高は前年度から約14億円の増額
- ・【全体】市民1人当たりの市債残高は、他の政令指定都市と比べて低い状況が続く

### 基金(貯金)



#### Point 基金のポイント

- ・【全体】前年度から約41億円の増額

#### 基金とは

家計の貯金に当たるもので次の種類があります。

- **財政調整基金** 年度間の偏りを調整する基金です。
- **特定目的基金等** 将来の特定の目的のために財産を維持するための基金で、寄附金積立基金や公共施設保全等基金などが含まれます。

#### 行財政構造改革プランとは

歳入の規模に応じて、行財政運営の構造を抜本的に見直し、今後、人口減少が進む中でも、持続可能な市政運営をしていくための指針となるものです。

「潤いと活力に満ち 笑顔と希望があふれるまち」を目指して～行財政構造改革に取り組んでいます～

限られた財源を有効に活用していくため、4月に「行財政構造改革プラン」を策定しました。  
※3～9年度の計画と取り組みの内容についての説明会を開催します。

プランの内容など詳しくはこちら▶



問 財政課 ☎042-769-8216

## “スマホ”の無料講習会が開催されます

予約のときに「広報さがみはらを見た」と伝えてください

スマートフォンの操作方法を知りたい人のための講習会です。  
※スマホを持っていなくても参加できます。  
実施期間 令和4年3月31日(木)まで ☎電話で、次の各会場の申し込み先へ

※日程など詳しくは、各連絡先にお問い合わせください。  
※スマートフォン購入や料金プランの変更などの勧誘はありません。  
※総務省の補助事業です。



会場	申し込み先	会場	申し込み先
ドコモショップ	相模原(中央区相模原) ☎0120-681-360	ソフトバンク	ラクアル・オダサガ(南区南台) ☎042-702-4533
	古淵駅前(南区古淵) ☎0120-031-360	エイユースタイル au Style	城山(緑区久保沢) ☎0800-700-0891
上溝(中央区星が丘) ☎042-704-3707	相模原田名(中央区田名) ☎0800-700-0881		
ソフトバンク	相模原田名(中央区田名) ☎042-713-1621		淵野辺(中央区共和) ☎0800-700-0930
	ミウヰ橋本(緑区橋本) ☎042-700-3026		小田急相模原(南区松ヶ枝町) ☎0800-700-0856
	アリオ橋本(緑区大山町) ☎042-775-5770	相模大野(南区相模大野) ☎0800-700-0877	

問 日本データ通信協会 ☎03-5974-0129



## 9月定例会議 ～32議案を認定・可決・同意～

8月24日～9月30日に開かれた定例会議では、令和2年度相模原市一般会計歳入歳出決算や令和3年度相模原市一般会計補正予算など32議案が審議され、全て認定・可決・同意されました。

主な審議の内容や結果については、11月1日発行の「さがみはら市議会だより」をご覧ください。

### 補正予算の主な内容は次のとおりです

- 新型コロナウイルス感染症に係る感染症予防対策事業
- 新型コロナウイルスワクチン接種事業
- 妊婦特別給付金の支給に係る事業
- 新型コロナウイルス経済対策事業など



☎総務法制課 ☎042-769-9260



## 中小企業や商店会を応援! 事業者・団体向けの補助金を活用ください

### 感染・まん延防止と事業継続を 両立するための工事・物品購入を支援 事業継続応援補助金の追加募集

自動水栓の設置工事費やサーモカメラなどの物品を購入した費用の一部を補助します。  
※7月に募集した同補助金を既に利用されている場合は申し込みません。

時 10月25日(月)～11月19日(金)

対 市内中小企業や個人事業主

※市内企業への発注が条件

※予算の上限に達し次第、終了。申し込み方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。



### 商店会などの団体を応援! 相模原市がんばる商店街等 応援補助金

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で落ち込んだ売り上げの回復を図るため、商店会などが企画・実施する販売促進事業を補助します。

対 商店会など

※対象や申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご確認ください。



☎新型コロナウイルス暮らし・経済支援ダイヤル ☎042-851-3193

### 「価値ある」食材 とは?

食べられるのに  
捨てている食材



農林水産省  
食品ロス削減国民  
運動キャラクター  
ろすのん

# 「価値ある」食材で 食卓を彩る

10月30日は食品ロス削減の日

### カブとベーコンの 洋風炊き込みご飯



シイタケの軸



カブの葉



カブの皮(丸ごと)



### 皮ごと丸ごと 野菜スープ

ダイコンの皮  
(丸ごと)



ニンジンの皮  
(丸ごと)



### かぼちゃとブロッコリーの サラダ



ブロッコリーの茎



かぼちゃの皮  
(丸ごと)



世界には、深刻な食糧不足のため支援を必要とする人がいる一方で、食べられる食品が大量に廃棄されているところがあります。外出自粛などにより、買いだめし過ぎた食品を捨てていませんか。また、使ったことがない食材を「食べられない」と思い込んでいませんか。あなたが捨てようと思った食材の一部も「価値ある」食材かも。正しく知って、上手に工夫することでおいしくいただきましょう。

# SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



食材を無駄にしないこともSDGsにつながる

☎資源循環推進課 ☎042-769-8334

食品ロスについて詳しくは4面へ  
メニューについて詳しくは5面へ





10月は「食品ロス削減月間」  
10月30日は「食品ロス削減の日」

# 食品ロスを減らそう

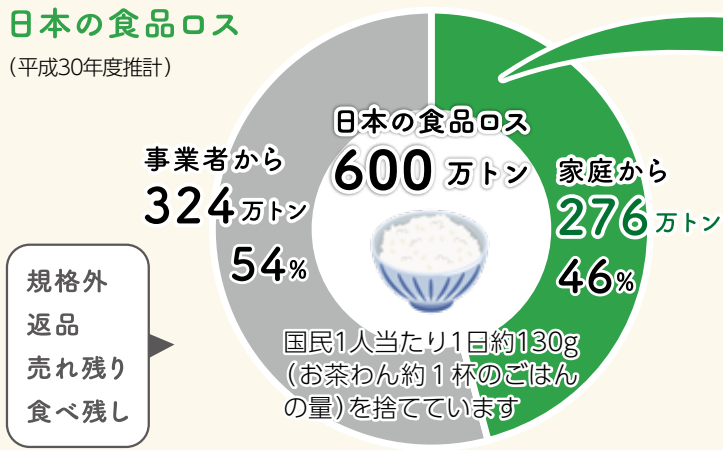
食品ロスについて 資源循環推進課 ☎042-769-8334  
最終処分場について 清掃施設課 ☎042-769-8246

日本の文化である「もったいない」のころを大切に、できることから食品ロス削減に取り組んでみませんか？

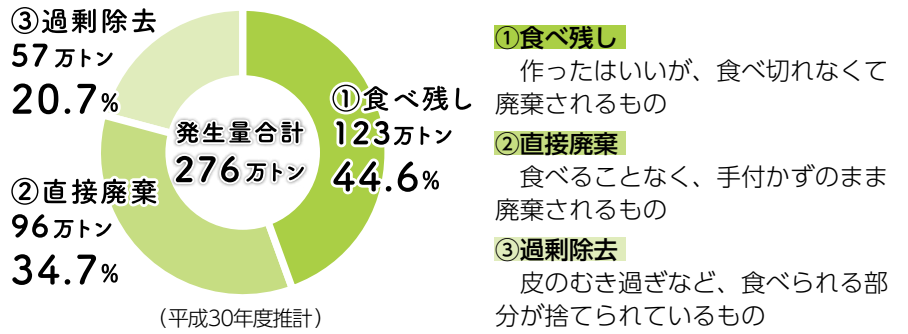
食品ロスは、どれくらい発生しているの？ → 日本の食品破棄量は年間 **600万トン!**

食品ロスとは、本来食べられるのに捨てられる食品のこと。  
世界では年間約40億トンの食品が生産され、その約3分の1に当たる約13億トンが何らかの理由により捨てられています。

日本の食品ロス  
(平成30年度推計)



家庭で発生する食品ロスには、どんなものがある？



- ①食べ残し 作ったはいいが、食べ切れなくて廃棄されるもの
- ②直接廃棄 食べることなく、手付かずのまま廃棄されるもの
- ③過剰除去 皮のむき過ぎなど、食べられる部分が捨てられているもの

食品ロスはSDGsにどうつながるの？

**2** 食糧の持続可能性

日本の食品ロスは世界で飢餓に苦しむ人への食糧援助量の約1.4倍。廃棄される食べ物が行き渡ればたくさんの人の助けになります。

そのほか、食品を生産するときや廃棄するとき発生する温室効果ガスなど、地球温暖化などにもつながっています。

**12** つばねの持続可能な消費と生産

「2030年までに食品の廃棄を半減する」という具体的な目標を設定しています。

詳しくは、市SDGs特設サイトへ▶

市では？

市内で発生している食品ロスは…  
**年間約1万2,400トン!**

※ ①食べ残しと②直接廃棄を合わせた合計値 (令和2年度推計)

市民1人  
当たり1日  
約47g!

食品ロスが減ると市民に影響あるの？ → ごみの最終処分場が長く使えます。

最終処分場って？

集積場に出した家庭ごみは、市内の清掃工場で焼却し、薬品処理をした上で、残った灰などを一般廃棄物最終処分場(以降、最終処分場と表記)に埋め立てています。市民の皆さんが安全で衛生的な生活を送るために必要な施設です。

最終処分場について詳しくはこちら▶



（ごみはどこへ行く？）



収集されたごみは清掃工場へ

市には2つの清掃工場があるよ。燃やした熱は発電や温水プール、植物園などに利用されているんだ



北清掃工場(緑区下九沢)



南清掃工場(南区麻溝台)



焼却灰などは最終処分場(麻溝台)に埋め立て

（食品ロスが減るとどうして最終処分場が長持ちするの？）



実際に回収された家庭ごみ。手付かずのまま廃棄された食品も多く含まれる

回収されたごみを開けたら食品ロスがたくさん出てきたんだ



パンピーレッド

つまり…  
食品ロス削減 = 生ごみの量がぐっと削減!



レモンちゃん

食品ロス削減に取り組めば、1日100gの家庭ごみを削減する「ごみDE71大作戦」の目標に近づくよ!

レモン1個分が目安!

埋め立てが進む最終処分場



平成20年(埋め立て開始当時)

一番上の辺りまで埋め立てが進んでいます

令和3年(埋め立て開始から13年経過)



家庭ごみの週2回収集への変更や、市民の皆さんがごみの減量化・資源化に取り組んだことで、当初の計画より約5年間長く埋め立てが可能になりました。今後、令和4年度から順次埋め立て容量を増やすための工事を行うことで、19年度の途中まで埋め立てできる予定です。

1人1日当たり100gのごみを減らせば  
100g×約72万人×365日=  
約2万6,000トンのごみが減量!

↓  
焼却灰などが減る

↓  
埋め立て期間が延長

埋め立てには25mプール1,280個分の広い土地が必要です

最終処分場を造るにはとても広い土地と長い期間が必要です。  
次の最終処分場の整備に向けて検討を進めています。ご理解とご協力をお願いします。



# 食品ロス削減は家庭から。1日100gの家庭ごみの削減を!

無理せずできることは?

取り組み Point 1

「価値ある」食材を食卓へ 栄養士オススメ

3面のメニューを作ってみよう!

## 食品ロス削減メニュー

普段は捨ててしまう野菜の皮や葉も丸ごと使って調理すれば、地球にも体にもお財布にも優しい食事ができます。皮いくて葉っぱな料理を楽しみましょう!

※分量は1人分(食品ロスになりがちな食材のみを抜粋)

例えば、かぶの葉の部分には、骨や歯の健康には欠かせない栄養素のカルシウムが豊富に含まれています。このように、普段は捨ててしまう部分も丸ごと食べることで摂取できる栄養素があります。皆さんも食品ロス削減メニューをぜひ試してみてください。



1食(3品)で合計 63g の食品ロス削減に!

※廃棄率から計算

### カブとベーコンの洋風炊き込みご飯



ポイント食材

- カブの葉.....20g
- カブの皮.....5g
- シタケの軸.....5g

30g削減!

たっぷりのカブの葉と、硬くて捨てられがちなシタケの軸を利用した炊き込みご飯。ベーコン、ニンニクなどと一緒にオリーブオイルで炒め、塩こしょうで味付け。一緒に炊き込むだけの簡単メニュー! 野菜不足になりがちなご飯ものに価値ある食材をプラスして栄養も満点!

### 皮ごと丸ごと野菜スープ



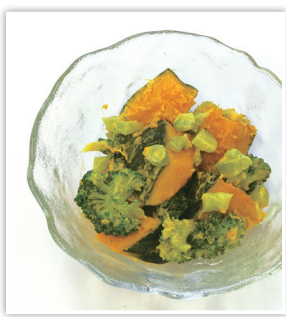
ポイント食材

- ニンジンの皮.....1g
- ダイコンの皮.....2g

3g削減!

ニンジンとダイコンを皮ごと使った野菜たっぷりのコンソメスープ。皮ごと刻むので手間も大幅にカット! しっかり軟らかく煮込んだら、これからの季節にピッタリな温まる一品

### カボチャとブロッコリーのサラダ



ポイント食材

- カボチャの皮.....1/16個(10g)
- ブロッコリーの茎.....1/8株分(20g)

30g削減!

皮ごと切ったカボチャとブロッコリーをレンジで蒸し、丸ごととマヨネーズであえたボリュームサラダ。ブロッコリーの茎は軟らかく、カボチャはほくほくした味わい。色どりも豊かで食卓が華やかに!



かぼちゃの種のカリカリせんべい

### 食品ロス削減 ハロウィーンレシピも!

熟しかきのムース

ホットケーキ用小麦粉のピザ

丸ごとピーマンの肉詰め

皮ごとさといもフライ

はくさい丸ごとミルフィーユ鍋

これらのレシピやほかの食品ロスレシピはこちらから▶

取り組み Point 2

### 買い物の工夫で削減

冷蔵庫 パンパンだから かくれんぼ (令和2年度 美化標語最優秀賞)

今ある食材だけで作れる レシピ提案アプリの活用



料理レシピサービス「クックパッド」の「消費者庁のキッチン」ページなど

消費者庁のキッチン

買い物にはメモを持参

食べ切れる量を買う

献立を考えながら、商品棚の「てまえどり」

みんなが賞味期限の近いものを選べば社会全体の廃棄が少なくなります。

テイクアウト、買い過ぎていませんか?

安くても捨ててしまったら家計もロスに。買い過ぎを控えましょう。

週1回は冷蔵庫をチェック

賞味期限は「おいしいめやす」

期限を過ぎててもすぐに食べられなくなるわけではありません。最近は月単位の表示も増えています。

消費期限は「安全のめやす」



傷みやすい食品に付けられ、期限を過ぎると安全性が損なわれることがあります。無駄なくおいしく使い切りましょう。

取り組み Point 3

### ごみの授業で学ぶ

小学校・保育園・幼稚園などで出前講座

59校、4,824人が参加! ※3年8月末現在。教職員含む

小学校4年生が対象

ごみの分別や減量、食品ロスについて学ぶ講座を実施

園児が対象

分別を推進する分別戦隊シゲンジャー銀河と一緒に、ごみの減量やリサイクルについて学ぶ講座を実施



中央小学校(3年7月)

取り組み Point 4

### 有効活用で削減

食べきれない食品(贈答品で食べないものなど)は、フードドライブへ

フードドライブとは 家庭で余っている食品を持ち寄り、フードバンクや福祉施設などに寄付することで、食べ物を必要としている人に届ける活動

市には常設窓口が4カ所あります。また、民間企業でも活動しています。常設窓口など詳しくはこちら▶



SDGsパートナーの企業の取り組み



さがみはら SDGs パートナー

コカ・コーラ ボトラーズジャパン

「フードロス対策自動販売機」を市役所本庁舎1階ロビーに設置。コカ・コーラ社製品をフードドライブ用として提供

第一生命保険 橋本第一営業オフィス

社内と顧客を対象にフードドライブを実施。430点、約70kgを市を通してフードバンクなどに提供(3年7月)



市役所に届けられた食品



コールセンターから ちょっとおしらせ

最寄りの緊急避難場所・避難所は、「防災ガイドブック」が市ホームページの「さがみはら防災マップ」で調べることができます。





●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)  
●オンラインの催しは インターネット環境、各ツールを利用できる環境が必要



緑区中山間地域対策への意見

緑区の自然豊かな地域の振興や課題解決を図るため、若手職員が施策案を作成。施策案発表の様子を動画で公開。施策案に対する意見募集を実施中  
※詳しくは、市ホームページを参照  
☎10月31日(必着)まで  
☎緑区役所区政策課(☎042-775-8802)



みどりの講習会  
ハーブde寄せ植え

☎11月12日(金)午前10時~正午  
☎環境情報センター  
☎市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=24人(申込順)  
☎2,500円  
☎11月5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、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 ☎042-751-2345)へ

ロボット体験イベント  
Sagamihara Robot A Day

子ども向けプログラミング教室やドローン体験など、身近なロボットを体験  
☎11月27日(土)午後1時~5時  
☎産業会館  
☎市内在住か在勤・在学の人  
※費用、申し込み方法など詳しくは、相模原商工会議所ホームページを参照  
☎同所(☎042-753-8136)



「介護に笑顔は良く似合う」  
巡回写真展

11月11日「介護の日」に合わせて介護施設での様子を写した作品を展示。テーマは「とびっきりの笑顔 たくさん！」

日にち	会場
10月20日(水)~25日(月)	南区合同庁舎
10月27日(水)~11月3日(祝)	緑区合同庁舎
11月5日(金)~11日(木)	あじさい会館

※10月20日から、YouTube<sup>®</sup>でも視聴可  
※詳しくは、市ホームページを参照  
☎市高齢者福祉施設協議会(☎042-707-1136(月~金曜日 午前10時~午後4時))



新磯ざる菊展示

8種類1,300株を超える「ざる菊」を展示 ※今年の式典は中止  
☎10月30日(土)~11月14日(日)  
※時間など、詳しくはお問い合わせを  
☎勝坂歴史公園 南側の農園(南区磯部)  
※駐車場に限りあり。できるだけ公共交通機関の利用を  
☎新磯ざる菊愛好会(☎080-4168-8848)

女子美染織コレクション展  
舞楽装束

☎11月6日(土)まで午前10時~午後5時(入館は午後4時30分まで)  
休館日 日曜日、祝日等(10月24日を除く)  
☎女子美アートミュージアム(南区麻溝台)  
☎同所(☎042-778-6801)

企画展「広報さがみはら  
写真ニュースと歴史的公文書で  
迎えるさがみはらの出来事」

昭和~平成の市の出来事を、本市の広報と歴史的公文書で紹介  
☎10月29日(金)~12月24日(金)  
☎市立公文書館  
☎同館(☎042-783-8053)

自然の観察会(秋)「自然と親しもう」

☎10月30日(土)午前10時~正午(雨天中止)  
☎道保川公園  
☎20人(申込順) ※小学校3年生以下は保護者同伴  
☎300円(未就学児は無料)  
☎直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、相模原北公園(☎042-779-5885 ☎042-703-5887)へ

講演・講座

- ①パソコン無料体験  
②子どもプログラミング体験  
③プログラミング・プレ体験

日にち	時間
① 10月22日(金)・27日(水)、11月12日(金)・16日(火)	午前9時30分~午後4時20分(うち50分1回のみ)
② 10月23日(土)、11月6日(土)	午前10時30分~11時30分
③ 10月28日(木)、11月11日(木)	午後5時30分~9時(うち60分1回のみ)
④ 10月26日(火)・27日(水)、11月12日(金)・18日(木)	午後4時30分~5時

☎産業会館  
☎①どなたでも②小学校3年生~高校生③5歳~小学校2年生  
☎各3人(申込順)  
☎電話で同館パソコン教室(☎042-704-9888)へ

オンライン 遊びの持つ力  
~遊びを支えるためにできること~

災害時などに子どもが安心できる居場所の話や、発達を促す親子遊びなどの実演  
☎11月27日(土)午後1時30分~3時  
☎湯野貴子さん(日本プレイセラピー協会理事)  
☎子育て中や、保育・教育・子どもの心理的支援に関心のある人、学生など  
※ツールはZoom<sup>®</sup>を使用  
☎200人(申込順)  
☎11月19日までに、相模女子大学子育て支援センターホームページから  
☎同センター(☎042-813-5082)



オンライン 市民公開講座  
「発達障害や二次障害  
(不登校を含む)への  
理解と支援の在り方について」

☎11月2日(火)午後3時~5時  
☎市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=30人(申込順)  
※ツールはWebexを使用  
☎10月25日までに、Eメールに8面上の必要事項を書いて、教育センター(☎sec@sagamihara-kng.ed.jp ☎042-756-3647)へ

薬物乱用を根絶しよう!  
10月1日~11月30日

麻薬・覚醒剤・大麻  
乱用防止運動  
期間中



覚醒剤や大麻などの薬物乱用問題は人々の生命だけでなく、犯罪を犯す原因となるなど、深刻な社会問題の一つです。  
運動の実施期間中は、社会が一体となって薬物乱用の根絶を図ることを目的として普及・啓発に取り組んでいます。

覚醒剤や大麻などの薬物は1回使用しただけでも乱用です。  
繰り返し使用することで、自分の意思ではやめられなくなります!  
大切な自分を守るため、誘われても強い気持ちで断りましょう!

☎地域保健課  
☎042-769-8343

さがみはら成年後見・あんしんセンターに  
成年後見制度の利用を促すための中核機関を設置

判断能力が不十分な人の権利擁護に関する総合的な事業推進に取り組んでいる同センターに、成年後見制度の利用を促進するための中核機関を設置しました。相談支援体制の強化により、更なる支援の充実を図ります。

中核機関の役割

- 成年後見制度の周知・啓発 ●関係機関に対する専門的な助言  
●最適な成年後見人などの候補者の選定、受任調整 ●親族後見人などの支援

成年後見制度ってどんな制度?

認知症や障害などで判断能力が不十分になった人に対し、成年後見人などが本人に代わって財産管理や契約などを行い、安心して生活できるように支援する制度です。

☎さがみはら成年後見・あんしんセンター(市社会福祉協議会内)  
☎042-756-5034

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。

●歌声パラダイス オペラ歌手と一緒に童謡・懐メロなどを歌う 10月①28日(木)・②29日(金)午後1時50分~3時50分、①相模女子大学グリーンホール(市文化会館)多目的ホール②社のホールはしもと多目的室。費用各1,000円 ☎電話で、①は小西(☎090-8569-4697)へ。②は吉田(☎090-2637-0388)へ

●ざる菊の里を訪ねて 7kmか13kmのコースをウォーキング 11月14日(日)〈雨天決行〉午前9時30分に大坂台公園(座間市相武台)に集合。費用500円(さがみはら歩け歩きの会会員は200円)、コースや持ち物などは同会会報を確認 ☎榎本(☎090-4611-4982)

●尾崎号堂に学ぶ歌会 1人2首の短歌(1首は「号堂、政治」、1首は自由)を詠む 11月13日(土)午後1時30分~5時、ユニコムプラザさがみはら。費用500円 ☎10月30日(必着)までに、郵送かEメールに住所、氏名、電話番号と短歌2首を書いて、亞川マス子(〒252-0314 南区南台5-20-3 ☎magawa@vega.ocn.ne.jp ☎042-742-6250)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●フラダンス 毎月3回火曜日午後1時15分、社のホールはしもとほか。初心者歓迎 ☎室井(☎080-5172-5483)





# 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**



イベントなどの開催状況は随時ご確認を  
掲載してい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

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。  
回数の記載がないものは1回ずつの開催です。

## 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 (抽選)	費用
元気アップ! シニア体操 (全8回)	毎週月曜日 11月1日 ～12月20日	午前9時30分 ～10時30分	65歳 以上	10人	各 6,400円
健康ストレッチ (全8回)		午後6時30分 ～7時30分	16歳 以上	各 18人	
ストレッチ & ヨガ (全5回)	毎週火曜日 11月2日 ～12月21日 (11月9日・23日、 12月14日を除く)	午後1時 ～2時	65歳 以上	10人	各 4,000円
元気アップ! シニア体操 (全5回)		午後2時30分 ～3時30分		15人	
元気アップ! 水中運動(全8回)	毎週木曜日 11月4日 ～12月23日	午前9時20分 ～10時20分	16歳 以上	18人	各 6,400円
いきいきヨガ (全8回)		正午 ～午後1時		10人	
美骨体操(全8回)		午後3時30分 ～4時30分		10人	
健康ヨガ(全8回)	毎週金曜日 11月5日 ～12月17日	午後6時30分 ～7時30分	各 18人	各 18人	各 5,600円
膝腰ゆるゆる ストレッチポール (全7回)		午後1時 ～2時		各 18人	
ボディバランス (全7回)	毎週水曜日 11月10日 ～12月22日				

☑10月22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

### こけ玉作り教室

時 11月13日(土) 午前10時～11時30分  
定 12人(申込順) ※未就学児は保護者同伴  
費 1,500円  
申 直接か電話で同センターへ

## 環境情報センター

〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248

### ①ダンボールコンポスト学習会

環境に優しいダンボールコンポストを使った生ごみの堆肥化について  
時 11月8日(月) 午後1時30分～2時30分

### ②講演会「ナラ枯れ」って何?～相模原でも激増するナラ枯れの現状と対策～

時 11月14日(日) 午後2時～4時30分

定 ①20人②30人(申込順)

☑開催日前日までに、直接か電話、Eメール(①はファクスも可)に氏名(ふりがな)、  
電話番号、希望する催し名を書いて、同センター(☐kankyo@eicwits.com  
☎042-751-2036)へ

## けやき体育館

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-753-9030

### 車いすテニス体験会

時 11月3日(祝) 午前10時～11時、午前11時30分～午後0時30分、午後1時30分～  
2時30分  
☑市内在住か在勤・在学の小学生以上=各8人(申込順) ※小学生は保護者同伴  
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)  
※ボランティア同時募集(☑2人(申込順))  
☑10月27日までに、電話か、ファクスに10面上の必要事項と、希望時間、付き添  
いの有無、手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて、同館(☎042-769-  
1200)へ

### ボッチャ大会～けやき杯～

時 12月5日(日) 午前10時～午後1時  
☑市内在住か在勤・在学の小学生以上=8組  
(1組3人。抽選)  
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)  
※ボランティア同時募集(☑10人(申込順))  
☑11月15日(必着)までに、同館にある申込用紙(同館ホームページにも掲載)を、  
郵送で同館へ

体験会も開催  
時 10月24日(日)、11月12日(金)  
詳しくは、電話で同館へ

## 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	費用	
初心者水泳	①個人 メドレー (全3回)	10月27日(水)、 11月3日(祝)・10日(水)	午後0時30分 ～1時30分	18歳以上 (高校生を 除く)	各10人 (申込順)	各 3,060円
	②フィン水泳 (全3回)	10月28日(木)、 11月4日(木)・11日(木)	正午～ 午後1時			
③競泳スタート	11月1日(月)	午後1時30分 ～2時30分	18歳以上 (高校生を 除く)	各10人 (申込順)	1,020円	
④おためし パタフライ					600円	
冬季水泳(全10回)★	⑤成人 初心者～ 平泳ぎ	毎週火曜日 11月2日～ 令和4年1月18日	正午～ 午後1時	各20人 ⑧⑩ 各35人 (抽選)	各 1万200 円	
	⑥成人 4種目と個人 メドレー					
	⑦幼児 ⑧小学生 (初心者～ 平泳ぎ)	毎週火曜日 11月2日～ 4年1月18日 毎週水曜日 11月3日～ 4年1月19日	⑦⑨ 午後4時 ～4時50分 ⑧⑩ 午後5時30分 ～6時30分	⑦⑨ 3歳以上の 未就学児 ⑧⑩ 小学生	各20人 ⑧⑩ 各35人 (抽選)	各 7,100円
⑨幼児 ⑩小学生 (クロール～ 個人メドレー)	毎週木曜日 11月4日～ 4年1月20日					
⑪脂肪燃焼! アクアトレーニング (全4回)	毎週水曜日 11月3日～ 11月24日	午後2時 ～2時45分	18歳以上 (高校生を 除く)	20人 (申込順)	4,080円	
⑫水中撮影 フォームチェック	11月4日(木)	午前11時30分 ～午後0時30 分	18歳以上 (高校生を 除く)	各10人 (申込順)	1,530円 (DVD代 含む)	
⑬水球(全2回)	11月6日(土)・ 13日(土)	午後1時30分 ～2時30分			小・中学生	2,040円
⑭アーティス ティックスイミング (全3回)	11月6日(土)・ 13日(土)・20日(土)	午後3時45分 ～4時45分	クロールで 25m泳げる 小学生	20人 (申込順)	2,310円	
⑮幼児・小学生 体育(全3回)	毎週金曜日 11月12日・ 19日・26日	午後4時15分 ～5時	年中・年長	各8人 (申込順)	各 1,530円	
		午後5時30分 ～6時30分	年長・ 小学生			
	午後6時45分 ～7時45分	小学生				
	毎週土曜日 11月13日・ 20日・27日 毎週日曜日 11月14日・ 21日・28日	午後1時 ～1時45分	年中・年長			
		午後2時15分 ～3時15分	年長・ 小学生			
		午後3時30分 ～4時30分	小学生			
⑯絵手紙	11月15日(月)	午前10時 ～正午	18歳以上 (高校生を 除く)	各10人 (申込順)	1,230円	
⑰ビーズ アクセサリ	11月20日(土)	午前10時 ～午後1時	小学生以上		1,530円	

※⑮は小学校3年生以下は保護者同伴

★=12月28日～4年1月6日を除く

☑開催日①～⑥⑧⑨⑩当日⑪⑫⑬⑭⑮前日までに、直接か電話で同プールへ。⑦～⑩10月  
22日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚。同教室であれば、きょうだいの  
連名可)に10面上の必要事項、希望曜日、小学生は学年を書いて、同プールへ

## 市立博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

### 学習資料展「道具が変わるわたしの暮らし～過去から未来へ向かう記憶～」

家庭で使われていた道具や暮らしの移り変わりをエピソードとともに紹介  
時 10月30日(土)～令和4年1月10日(祝) 午前9時30分～午後5時

## 区の人口・世帯

令和3年9月1日現在 ( )内は前月との増減  
令和2年国勢調査速報値に基づく推計人口



人口 **169,595**人(13減) 世帯数**75,649**世帯(70増)  
男 85,139人/女 84,456人

## サン・エールさがみはら

〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665

## 家族セミナー 講話「子ども若者の生きづらさ」と交流会

時11月6日(土)午前9時30分~正午

対ニート・ひきこもり状態や、生きづらさを感じる若者とその家族

定30人(申込順)

申11月5日までに、直接か電話で、さがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

※交流会の参加は希望者のみ

①シニア世代のための働き方応援セミナー  
～人生100年時代を楽しみましょう!～

時11月7日(日)午前10時~正午

対就業中か、再就職を考えている人

## ②断捨離教室(入門編)

時11月21日(日)午前10時~正午

対市内在住か通勤の18歳以上(高校生を除く)

定①40人②48人(抽選)

申10月①29日②31日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに10面上の必要事項を書いて、同所(☎042-775-5515 ☐sun-yell@ajsaimetsu.or.jp)へ。同所ホームページからも可

## ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775

## ①さんかくサロン

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11月8日(月)午前10時~11時30分

## ②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の販売やワークショップ

時11月9日(火)午前10時~午後3時

## ③情報コーナー企画展示 DV防止イベント「女性に対する暴力根絶のために」

「女性に対する暴力をなくす運動」期間にDV(ドメスティック・バイオレンス)に関する書籍やパンフレットなどを紹介

時11月12日(金)~25日(木)午前9時~午後5時

## ④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11月15日(月)午前10時30分~11時45分

対1歳未満の初めての子とその保護者

## ⑤野菜で元気!もう一皿の野菜メニュー

野菜の重ね蒸し、きのこの彩りソテー、リンゴパイのうち、1品を調理

※調理メニューは選択不可

時11月20日(土)午前10時~正午

定①20人④5組⑤10人(申込順)

※①⑤未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

申①④⑤直接か電話、ファクスに10面上の必要事項と、①⑤は保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢)、④は子どもの月齢を書いて、同所(☎042-775-1776)へ。同所ホームページからも可

※②③希望者は直接会場へ

## 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

## ポッチャ体験会

時11月23日(祝)午後2時~3時

定18人(申込順)

申11月10日までに、電話かファクスに10面上の必要事項を書いて、同館(☎042-748-1747)へ

## 相模大野図書館

〒252-0303 南区相模大野4-4-1 ☎042-749-2244

## こども図書館員

カウンター業務を体験し、本のフィルム貼りやクリーニングに挑戦

時10月30日(土)・31日(日)午後1時30分~4時30分

対市内在住の小学校4~6年生

定各4人(申込順)

申10月23日までに、直接か電話で同館へ

## 市立図書館

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-754-3604

## 大人のためのおはなし会

でいらぼっちの会が『字のない葉書』『かにかにこそこそ』を語る

時11月20日(土)午前10時30分~正午、午後1時30分~3時

対中学生以上

定各20人(申込順)

申10月16日から、直接か電話で同館へ

## 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	対象	定員	費用
①プリザーブドフラワー~クリスマス・アレンジ~	11月18日(木)・25日(木)	午後1時~2時30分		各20人(申込順)	各2,500円
②簡単楽しくフィットネス(全12回)	毎週金曜日 11月19日~令和4年2月18日(12月31日、4年2月11日を除く)	午前10時~11時30分	18歳以上(高校生を除く)	20人(抽選)	9,600円
③ソフトエアロ&ストレッチ(全10回)	毎週月曜日 11月29日~4年2月21日(4年1月3日・10日・17日を除く)	午前10時30分~正午		25人(抽選)	6,000円
④ノジマステラ 神奈川相模原女子サッカー	11月20日(土)	午前11時~11時45分	小学生女子	50人(申込順)	—

申①11月11日④14日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに10面上の必要事項と、①は希望日を書いて、同所(☎042-777-0161 ☐asamizo-stadium@dream.jp)へ。②③10月25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面上の必要事項を書いて、同所(☐asamizo-stadium@dream.jp)へ

## 古民家園

〒252-0135 緑区大島3853-8(相模川自然の村公園内)  
☎042-769-8371(文化財保護課)

## 古民家園で楽しむ紙芝居

紙芝居の上演や、メンコや竹とんぼ、紙風船などの昔遊びを体験

時10月24日(日)午前10時~11時30分

定20人(申込順)

申10月21日までに、電話で文化財保護課へ

## 吉野宿ふじや

〒252-0183 緑区吉野214  
☎042-687-5022

## 企画展「いまき みち・西村 繁男・にしむら あつこ」絵本原画展

時10月23日(土)~11月28日(日)午前10時~午後4時

申 市立博物館(☎042-750-8030)

## 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・Xリーグ)市民100人を無料招待!  
詳しくはこちら▶

日にち	開始時間	会場	対戦相手
10月30日(土)	午後1時	相模原ギオンスタジアム	東京ガスクリエイターズ

申ノジマ相模原ライズ ☎046-200-9366

SC相模原  
(サッカー・J2リーグ)10月24日はSC相模原  
キッズドリームデー2021  
●ドリームマッチ  
●ユニフォーム(中学生以下)▶

日にち	開始時間	会場	対戦相手
10月24日(日)	午後3時	相模原ギオンスタジアム	ツエーゲン金沢
11月3日(祝)	午後1時		ブラウブリッツ秋田

申SC相模原 ☎042-810-7777

※その他の試合日程など詳しくは、各チームのホームページを参照  
※状況により、リモートマッチ(無観客試合)になる場合あり

## 市スポーツ協会からのお知らせ

## 小学生陸上教室(後期)

時10月30日~令和4年3月5日の原則毎週土曜日

会相模原ギオンスタジアムほか

対小学校3~6年生

定40人(先着順)

費1万2,000円(チームTシャツを持っている人は1万円)

※希望者は10月30日午後1時までに、運動ができる服装で、費用を持って直接会場へ

## 市民秋季ボウリング競技大会

時11月21日(日)午前9時~午後1時

会相模原パークレーンズ(中央区相模原)

種別 ジュニア部門(小・中学生の部、高校生の部)、一般・シニア部門(一般の部、シニアの部)

※全て男女別

対市内在住・通勤の人=70人(申込順)

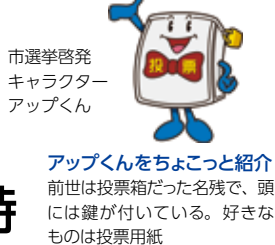
費2,600円(センター会員は2,700円)

申11月13日までに、直接か電話、ファクスに10面上の必要事項を書いて、相模原パークレーンズ(☎042-755-1110 ☐042-755-1100)か相模ファーストレーン(☎042-755-1088 ☐042-754-1503)へ



# 衆議院議員総選挙

私たちの暮らしに結び付く大事な選挙です。  
皆さんの一票を大切にしましょう。



**投票日時** 10月31日(日)  
午前7時～午後8時

※会場や受付時間、投票時間など詳しくは、市ホームページや「選挙のお知らせ」(10月19日以降に発行)をご覧ください。



新型コロナで療養中の方は郵送で投票を



投票所などでの感染症対策にご理解とご協力

- 投票所の出入り時には、アルコールで手指の消毒を
- 鉛筆(シャープペンシル)は持参した物を使用可
- 来場前や帰宅後の手洗い
- マスクの着用・咳エチケット
- 周りの人との間隔を空け、距離を保つ



※投票所内が混雑しないよう、入場整理をする場合があります。

10月20日～30日混雑緩和のため期日前投票を

- 入場整理券が届いていない場合でも、期日前投票所にある宣誓書を提出して投票可。希望者は直接会場へ
- 住んでいる区以外での投票は不可

区市選挙管理委員会事務局 ☎042-769-8290

## 家電リサイクル法対象品の指定引取場所が開設されました

対象品を市の受入れ施設ではなく、直接持ち込むことで、運搬手数料1,600円/1品がかかりません。

※対象品を直接搬入する場合のみ。戸別収集する場合の手数料に変更はありません。また家電リサイクル料金もこれまでどおり必要です。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市ホームページ▶



### 家電リサイクル法対象品とは

- エアコン ●テレビ ●冷蔵庫、冷凍庫 ●洗濯機、衣類乾燥機

### 引取場所

西濃運輸相模原支店

所在地 ALFALINK相模原 I 5F(中央区田名)

⚠ 大型トラックなどが出入りしています。係員の指示などに従って、安全に注意しましょう。



☎西濃運輸相模原支店 ☎042-763-8310

## 資源を有効に使うために

### 引き続きごみ・資源の分別にご協力を

びん類、かん類、ペットボトル、プラ製容器包装などは、一般ごみの袋には入れずに分別してください。



### なぜ分別するの？

分別することで、資源としてリサイクルが可能になります。また、ごみの減量化や最終処分場を長く使うことにつながります。



⚠ 分別されていないごみ・資源などは「警告シール」を貼り、収集しないことがあります。



家庭ごみの分け方や出し方、収集日など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎資源循環推進課 ☎042-769-8334



相模原市コールセンター

市の手続き、施設やイベントなどについてお答えします。  
☎042-770-7777(午前8時～午後9時 年中無休)



マイ広報さがみはら

広報紙の内容がスマホで読めます

