

LINE-UP 今号の主な内容

- 新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ…………… 4
- 防災ガイドブックを活用しましょう！…………… 5
- 市立児童クラブ入会申し込みの受け付けを開始…………… 6
- こんな暴力、ふるわれていませんか？ …………… 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 725,733人(25増)  
 男 361,585人 女 364,148人  
 世帯 336,500世帯(218増)

令和3年10月1日現在。( )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

# さがみはら

広報

NO.1468  
 毎月1日・15日発行  
**11/1**  
 2021 令和3年  
 SAGAMIHARA

感染拡大防止の徹底を

**本市のワクチン接種率**

(10月19日時点)  
 1回目 81.4%(県平均:80.5%)  
 2回目 70.9%(県平均:72.0%)

**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))

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につながります。



**Q1**  
 到着して  
 すぐに病院へ  
 出発しないのは  
 なぜ？

**Q2**  
 緊急走行中の  
 車内では  
 何をしているの？

**Q3**  
 日本語が  
 分からない人には  
 どう対応して  
 いるの？

救急隊を普段目にすることはあっても、詳しく知っている人はあまりいないのでは？今回は市民の命を守る救急隊の活動に迫ります！  
 図救急課 ☎042-751-9142

# 教えて！救急隊

**Q4**  
 救急救命処置を  
 どこで学ぶの？

**Q5**  
 救急隊は、  
 いつ食事を  
 しているの？

**Q6**  
 救急車の内部は  
 どうなっているの？



詳しくは2・3面へ

※新型コロナウイルス感染症対策のため、当分の間は防護服を着用しています。

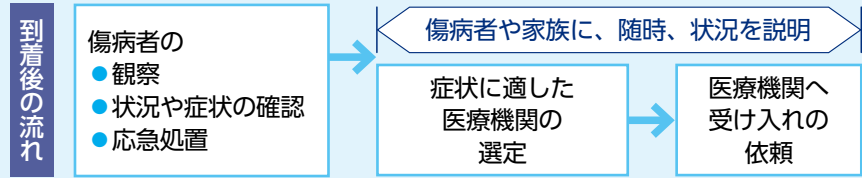


# みんなの命を守るために日々備える 救急隊への質問にお答えします！

市民の皆さんからよく寄せられる  
質問に答えながら、救急隊の活動を  
紹介します。  
☎救急課 ☎042-751-9142

## Q1 到着してすぐに病院へ出発しないのはなぜ？

到着時は搬送先医療機関が未定で、決定に時間がかかることがあるためです。



## Q4 救急救命処置をどこで学ぶの？

通常の訓練以外に、病院で医師から直接指導を受け、最新の知識と技術を身に付けています。

### 救急隊は3人1組

2人以上が救急救命士(国家資格)

### 救急救命士ができる処置

- 静脈路確保(静脈内に針を刺し、点滴ができるようにする処置)
- 薬剤投与や気管挿管 など



▲北里大学病院救命救急・災害医療センターでの実習で、医師から直接指導を受けている

### 平成4年から救急救命士を養成

本市では、救急業務の高度化に適切に対応するため、160人(令和3年10月1日現在)の救急救命士を養成しています。今後も高度な救急救命処置が迅速で適切にできる体制を推進します。

## Q2 緊急走行中の車内では何をしているの？

現場に向かっているときは

- 通報者へ折り返し電話をして、
- 傷病者の症状を確認する
- 必要に応じて応急手当てを伝える

病院に向かっているときは

- 胸骨圧迫(心臓マッサージ)
- 人工呼吸、止血などの応急処置

緊急走行時に道を譲っていただいても、お礼が言えないことがあります。いつもご協力ありがとうございます！



救急隊さがみん



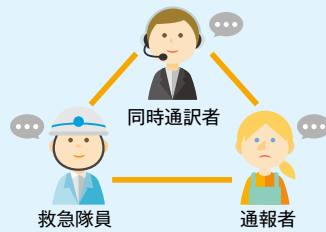
## Q3 日本語が分からない人にはどう対応しているの？

同時通訳サービス

20カ国語に対応可能で、コールセンターの同時通訳者、救急隊員、通報者の3者が電話を使って会話できます。

多言語対応訓練の実施

令和3年5月に、外国人市民の皆さんの協力を得て、同時通訳サービスや「救急ボイストラ」を使用した訓練を実施しました。また、訓練をきっかけに外国人市民向け「きゅうきゅうあんしんHELPカード」を作成し、配布しています。



### 救急ボイストラとは？

多言語音声翻訳アプリで、スマートフォンを利用して、定型文などで素早く状況を把握できます。31カ国語に対応しています。

### きゅうきゅうあんしんHELPカードとは？

- あらかじめ国籍や言語、生年月日、持病、緊急連絡先などを記載しておけば、救急隊や医療機関に情報を伝えられる
- 外国人市民が在留カードと一緒に持ち歩ける折り畳み式カード
- 9カ国語に対応

☑各区役所区民課・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・消防署

市民の皆さんへ  
このカードを  
掲示されたら、  
119番通報など  
のご協力をお願い  
します。



## Q5 救急隊員は、いつ食事をしているの？

正規の休憩時間中に消防署の食堂で食事を取ります。連続した救急出場などで、水分や食事を取れない場合は各自で用意した携行食や飲料などで済ませます。



▲飲料などが不足したときは出場体制を維持したまま、搬送終了後に医療機関の売店などで飲食物を購入することがある

### Make your own HELP Card

Complete the card with your own information needed when injured. You can ask help by showing the card. Available in 9 languages. ➔



## Q6 救急車の内部はどうなっているの？

傷病者を安全に医療機関などへ搬送するために、いろいろな装置が置かれています。

### 半自動式除細動器



心臓に電気ショックをする機器です。

### 加湿流量計付酸素吸入装置



酸素を投与します。

### 本市考案！ プライバシー保護機器



周囲からの視線や無断撮影のリスクなどから傷病者を保護するために使用します。

### ストレッチャー

傷病者を救急現場から搬送するためのベッドです。傷病者の状態に応じて、座った姿勢を取ることもできます。

### 輸液セット



医師の指示の下、点滴を実施するためのものです。

### 携帯用電動吸引器



口の中の嘔吐物、痰などを取り除くときに使用します。

### 患者監視装置



血圧や血中酸素飽和度<sup>\*</sup>、心電図を測定する機器です。  
<sup>\*</sup>血液の中のヘモグロビンと、酸素の結合の割合

### 本市の救急車所有台数

全台数	25台	実動	月～金曜日(日中のみ)	20台 <sup>◆</sup>
			土日・祝日等・夜間	19台
			非常用 <sup>★</sup>	5台

◆日動救急隊1台を含む ★点検・故障時、救急多発時に使用

救急多発時はツイッター『相模原市火災・救助情報』でお知らせ ➔



Interview

南消防署警備課 救急救命士  
露木恵美(消防士長)



平成20年入庁。女性ということで現場では「看護師さん?」と言われることもあるが、「女性で安心した」「心強かった」との声がやりがいにつながっている

直感で「なりたい!」と思った救急救命士

大学へ進学するときに救急救命士という資格を知り、幼い頃から医療の仕事に興味があったので、直感で「なりたい!」と思いました。好きな仕事に就くことができよかったです。

日勤救急隊として勤務

救急隊の勤務は、基本的に午前9時から翌朝9時までの24時間が1つのシフトですが、私は日中勤務限定の「日勤救急隊」に所属しています。事務職系のように月～金曜日が出勤、土・日曜日、祝日等が休みで、家事や育児と両立しやすいです。

1日に多いときで5件の出場があり、それ以外は訓練や出場報告書の作成などの事務作業をします。市職員の制度を活用して時短勤務をしているため、1日の勤務時間はあっという間に過ぎ、充実して働くことができます。



▲私生活は2児の子を持つ。夫との家事分担や双方の両親が協力的であるからこそ、救急救命士として活動できると話す

💡 日勤救急隊とは?

日中の救急需要に対応するため、平成31年4月から運用を開始。活動時間は午前8時30分～午後5時15分で、24時間運用の救急隊と並行して活動

最初の活動よりも記憶に残るもの

常に初心を忘れないように「救急救命士としての最初の活動を覚えておけよ!」と先輩には言われていましたが、緊張しすぎたせいかあまり覚えていません。それよりも、搬送中に心肺停止になってしまった人など、救えなかった人たちの活動がよく覚えています。気持ちを切り替えなければいけない部分と、忘れてはいけない部分があります。どうしても救えない命があるのだと心の中で整理し、次の日まで引きずらないようにしています。

仕事のモチベーションを上げてくれるのは皆さんの優しさ

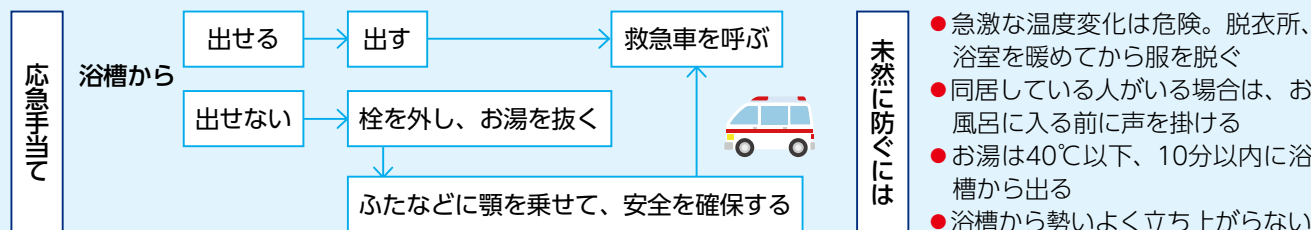
高齢の人が熱中症でふらついて倒れ、顔から出血しているということがあったのですが、市民の方が自分の膝を枕代わりにして待っていてくれたことがありました。他にも、ご自分の洋服などをマット代わりにして傷病者を寝かせ、救急車が来るまで待っていていたり、ご家族に連絡してくれていたりする人もいて、市民の皆さんの優しさを感じます。

倒れた人を発見したときは、傷病者とご自身の身の安全を確保して通報していただきたいです。そばに寄り添っていただけだけでも、傷病者にとっては心強いことだと思います。

ヒヤッとした! ハッとした! 未然に防ぼう! 自宅での事故

救急車が必要なケガや病気は、日頃のちょっとした心掛けで防げるものがあります。寒い季節に多くなる、入浴中の事故を予防する方法と、もしものための応急手当てを紹介します。

浴槽内で意識がはっきりしない、ぐったりしている場合



未然に防ぐには

- 急激な温度変化は危険。脱衣所、浴室を暖めてから服を脱ぐ
- 同居している人がいる場合は、お風呂に入る前に声を掛ける
- お湯は40℃以下、10分以内に浴槽から出る
- 浴槽から勢いよく立ち上がらない

応急手当てを相模原チャンネルで公開中!

家の中に潜む危険な場所でのケガ、具体的な応急手当ての方法などを紹介しています。➔



安全・安心を守るため、今日も命と向き合います

救急隊は、医療機関に搬送した後の傷病者の状況を知ることができませんが、お礼の手紙などをいただくことがあり、その気持ちは隊員一人ひとりに届いています。

コロナ禍でも、「自分が感染しない。傷病者を感染させない」という気持ちで装備を徹底し、これからも活動していきます。



大切なまち 大切な人を一緒に守りましょう

消防団員を募集しています

消防団員は、その地域に住んでいる人や働いている人で構成されています。それぞれが学業や仕事に励んでいる人たちで、本市では約1,400人の団員が活躍しています。あなたも日常生活とは違う場面で社会の一員として活躍しませんか。  
☎消防総務課 042-751-9116

消防団ってどんな活動をしているの?

火災・水難救助・風水害などの災害対応をはじめ、火災予防の広報活動や地域の防災訓練の指導などもしています。また、月2回の点検整備や、火災に対応するための訓練などを通じて、もしもの時に備えています。



消防団の訓練風景。万が一に備えて、定期的に訓練を行う

POINT 1 注目され始めている! 「消防女子」

本市には、女性だけの消防団「あじさい隊」があり、13人が所属しています。あじさい隊は、市民さくらまつりなどのイベントでの消防団広報やあじさい隊号を使った火災予防の啓発などを行っています。災害の現場はちょっと不安という人も啓発活動で活躍できます。



あじさい隊号出発前に機材の確認

POINT 2 学生の皆さんへ

学生の皆さんでも、学業と両立させながら「もしも」に備える特別職の地方公務員として、消防団の力になれます。

- 社会人、あらゆる年齢層との触れ合いがある
- 学校の垣根を越えて学生間で交流できる

学生生活では体験できない魅力があります!

消防団を経験することは人生にプラスになる

あなたは消防団員に向いている?



どれかに当てはまる?

- 市内に住んでいる
- 市内で働いている
- 市内に通学している

どちらかに当てはまる?

- 地域に貢献したい
- 新しいことにチャレンジしたい



あなたは消防団員にぴったり!  
市ホームページの消防団ページへ Go!



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



## 新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

接種回数 2回(無料)

### 11月に1回目接種を実施する接種会場

次の**集団接種会場**で接種を実施しています。

会場	開設日時	
	土曜日	日曜日
相模原北メディカルセンター急病診療所	午後2時～6時30分	午前9時～午後5時30分★
イトーヨーカドー古淵店		午前9時15分～午後5時30分★

★午後0時30分～2時を除く

※2回目接種は、他の会場でも実施しています。

#### 予約方法

- ウェブ・LINEの予約システムで、必要事項を入力
- 電話で、ワクチン接種コールセンター(☎050-5445-4357)へ

❗ 紙面の内容は10月21日時点の情報です。記載内容が変更になる場合があります。

### 11月に満12歳になる人にはクーポン券(接種券)を送付しています

クーポン券(接種券)に同封の「新型コロナウイルスワクチン予防接種についての説明書」を読んで、ご理解の上接種を受けてください。

※接種日が誕生日の前日以降となるように予約してください。

例 11月8日(月)が誕生日の場合▶誕生日前日(11月7日(日))から接種可能

### 12歳～15歳の接種時は、必ず保護者の同伴をお願いします

予診時の健康状態の確認や接種後の副反応が出た場合の対応のため、保護者(親、後見人など)の同伴が必要です。

※接種を受けるには、予診票に保護者自身の署名が必要です。

**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



## 生理用品を無償で配布します

新型コロナウイルス感染症の影響などで、生理用品の購入に困っている人に配布します。

時 11月1日～令和4年2月28日 月～金曜日(祝日等を除く) 午前9時～午後5時  
※なくなり次第終了します。在庫の取り置きはできません。

会 次の施設内の各市社会福祉協議会事務局

緑区合同庁舎、南区合同庁舎(地域振興課内)、あじさい会館、南保健福祉センター、各総合事務所・まちづくりセンター(橋本・城山・津久井・相模湖・藤野・中央6地区・大野南を除く)、中央区内の各公民館(陽光台を除く)

対 市内在住か通勤・在学の女性で、生理用品の購入に困っている人

無償配布物 生理用ナプキン1セット(ふつうの日用30個入・夜用12個入)など

受け取り方法 希望者は直接会場へ

※いずれかの方法で受け取ってください。

● 配布窓口に設置してある専用カード(意思表示カード)の提示

● スマートフォンなどに表示させた生理用品の無償配布案内ページの提示

● 職員に直接伝える

※身分証明書などの提示は不要です。

※直接受け取りに来るのが難しい場合は、お問い合わせください。



案内ページ



意思表示カード

区市社会福祉協議会南区事務所 ☎042-765-7065



## さがみはら女性のためのなんでも相談会を開催します

コロナ禍で仕事や家庭など、生活環境に影響が及んでいる女性を支援するため、相談会を開催します。

緑区	中央区	南区
時 11月17日(水) 午後4時～8時	時 11月26日(金) 午後4時～8時	時 11月20日(土) 午後1時～5時
会 橋本駅前ペDESTリアンデッキ、橋本公民館	会 相模原駅前ペDESTリアンデッキ、相模原市民ギャラリー	会 相模大野駅前ペDESTリアンデッキ、ユニコムプラザさがみはら

※希望者は直接会場へ

※12月以降も開催します。

詳しくは、市社会福祉協議会ホームページをご確認ください。



ホームページはこちら



仕事、生活、パートナー、子育てなど、幅広く相談に応じます!

女性の相談員や弁護士がお話を伺います

相談会以外でも、随時相談できます!



相談フォーム

区市社会福祉協議会南区事務所 ☎042-765-7065



## 市行財政構造改革プランについて説明します

令和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。

時 11月22日(月) 午後6時～8時

会 市民会館

申 Eメールに参加人数(4人まで)、代表者氏名(ふりがな)、市内か市外、電話番号、質問を書いて、財政課(☎zaisei@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※12月にも説明会を予定しています。詳しくは市ホームページで確認してください。

区市財政課 ☎042-707-7424

### 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。

プランのことを分かりやすく解説したパンフレットも公開中!



市ホームページ



## 市の職員として働きませんか

採用予定日 令和4年4月1日から随時

選考区分	職務内容	応募資格
栄養士 【任期付フルタイム勤務】 (育児休業・配偶者同行休業代替)	市立小学校などでの給食栄養管理業務 ほか	栄養士の免許があるか、令和4年3月までに免許取得見込みの人

任期 育児休業・配偶者同行休業取得者の休業期間(最長3年)

定 3人程度(選考)

配 教職員人事課、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)など

※市ホームページにも掲載

申 12月3日(消印有効)までに、受験案内に付いている申込書などを郵送で、教職員人事課(☎042-769-8279)へ

※任期や必要書類など詳しくは、受験案内をご確認ください。

旬の情報をお届け!



## 10月に全戸配布しました 防災ガイドブックを活用しましょう!

全面改訂した防災ガイドブックを、ポスティング(郵便受けに投函)で皆さんの家庭に配布しました。防災ガイドブックを活用し、いざというときに備えて家族や地域で防災について話し合ってみましょう。  
※防災ガイドブックは、市ホームページでも公開しています。

- 命を守るための大切な防災情報
- 書き込んで使える自分や家族の「マイ・タイムライン(防災行動計画)」などを掲載!



図危機管理課 ☎042-769-8208



## 市議会 12月定例会議を開催します

日時	内容
11月12日(金)	本会議(提案説明)
11月22日(月)	本会議(代表質問・個人質疑・委員会付託)
11月24日(水)	本会議予備日
11月26日(金)	総務委員会
11月29日(月)	環境経済委員会
11月30日(火)	民生委員会
12月1日(水)	建設委員会
12月2日(木)	市民文教委員会
12月13日(月)~16日(木)	本会議(一般質問)
12月17日(金)	本会議(委員長報告、採決)、議会運営委員会(本会議終了後開催)

※議会運営委員会は11月8日(月)に開催。会議の日程などは変更になる場合あり  
※市議会ホームページから、各会議のインターネット中継が視聴可能。感染症対策のため傍聴自粛にご協力を

図議事課 ☎042-769-8278



## 外国人無料なんでも相談会 Free Consultation Session for Foreign Residents

法律・生活・労働・福祉・教育などについて相談できます。

対応 English 英語、中文 中国語、한국 韓国語、조선어 朝鮮語、Español スペイン語、Português ポルトガル語、Tiếng Việt ベトナム語、ภาษาไทย タイ語、Filipino フィリピン語、नेपाली नेपाल語、ភាសាខ្មែរ カンボジア語 \*Supports 10 languages.

時 11月21日(日) 午後1時~4時

会 さがみはら国際交流ラウンジ

※希望者には、通訳対応あり

申 11月20日までに、電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

🕒 November 21 Sun. 1:00-4:00PM

🏠 Sagamihara International Lounge

\*Please contact us in advance if you would like to request an interpreter.



## 市営住宅の入居者を募集します(定期募集)

募集のしおり配布・申込期間  
11月4日~18日(消印有効)

対 次の全てに該当する人

- 申込者本人が次に該当すること
  - 20歳以上である ● 市内に1年以上在住している
- 申込者と、同居しようとする親族全員が次に該当すること
  - 夫婦か親子を主体とした家族である(★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)以下である
  - 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す)
  - 住宅を所有していない
  - 暴力団員でない(現在、同居している親族を含む)

※単身で申し込む場合は別途条件があります。

図 市営住宅課、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・中央6地区・大野南を除く)・出張所・連絡所・地域包括支援センター、津久井保健センター、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、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・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、市営住宅管理センター

図 募集のしおりに付いている申込書を郵送で、市営住宅課へ

※詳しくは、募集のしおりをご覧ください。

所在地	住宅名	間取り	募集戸数
一般世帯向け住宅(30戸)			
緑 区	大島	大島団地	3DK★ 6
	上九沢	上九沢団地	2DK 1
			3DK 各2
	佐野川	佐野川住宅	2DK★
	澤井	沢井住宅	2DK
	二本松	二本松団地	3DK 各1
中央区	相生	内郷住宅	2DK
		東団地	2DK★ 3
	上溝	東第2住宅	3DK 3
		石橋団地	2DK★ 各1
田名塩田	田名塩田団地	2LDK 2	
		3DK 2	
		2LDK 各1	
富士見	富士見団地	3DK 3	
南区	古淵	古淵住宅	3DK 各1
	文京	文京団地	2DK★

所在地	住宅名	間取り	募集戸数
一般単身者向け住宅(2戸)			
緑 区	上九沢	上九沢団地	1DK★ 各1
中央区	清新	清新住宅	
老人世帯向け住宅(2戸)			
緑 区	上九沢	上九沢団地	2DK 各1
中央区	上溝	田中第2住宅	
高齢者世帯向け住宅(1戸)			
中央区	上溝	あじさい住宅 上溝東	2DK 1
高齢者単身者向け住宅(4戸)			
緑 区	大島	あじさい住宅 大島	1DK★ 各1
中央区	上溝	あじさい住宅 上溝	
		あじさい住宅 上溝東	
南区	下溝	あじさい住宅 下溝	

図市コールセンター ☎042-770-7777



市コールセンターFacebookページ「ちょっとおしらせ相模原」  
@oshirase.sagamihara



コールセンターから  
ちょっとおしらせ

市コールセンターから各所管課への電話転送は、月~金曜日(祝日等を除く)の市役所開庁日午後5時までです。

旬の情報をお届け!

# Hot Info さがみはら

## 子ども 令和4年度 市立児童クラブ 入会申し込みの受け付けを開始

**開設場所** 小学校、こどもセンター(一部地域を除き小学校区ごとに設置)など

**開設時間** 月～金曜日=授業終了時～午後6時  
土曜日・学校休業日=午前8時～午後6時  
延長開設時間=午後6時～7時

**休会日** 日曜日、祝日等、12月29日～1月3日

**保護者が昼間に育成できない小学校1～3年生(障害などで特別に支援が必要な児童は6年生まで)**

**費用** 育成料1カ月5,300円、おやつ代1カ月2,000円、延長育成料1回200円

**配布** こども・若者支援課、各市立児童クラブ・こどもセンター

※市ホームページにも掲載。4年3月31日までは緑・南区役所行政資料コーナー、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンターでも配布

**受付** 12月1日(消印有効)までに入会申請書と必要書類を直接、各市立児童クラブか、直接か郵送でこども・若者支援課へ

小学校4年生まで受け入れる児童クラブ  
●藤野 ●藤野南 ●桂北  
●内郷 ●千木良  
●光が丘 ●もえぎ台



**受付時間** 月～金曜日=午後2時30分～6時  
土曜日、学校休業日=午前8時～午後6時

※土曜日は児童クラブを開設していない場合があります。事前に入会希望の児童クラブに確認してください。

※現在入会中でも、4年度に入会を希望する場合は、改めて申請が必要です。

※民間児童クラブの申し込みについては、直接、各施設(市ホームページに掲載)へお問い合わせください。

※受付期間など詳しくは、利用案内を確認してください。



問 こども・若者支援課 ☎042-769-9227

## 子ども 幼稚園に該当しない類似施設などを利用している人へ 幼児の保育料を給付します

これまで保育料が無償化の対象外だった、幼稚園に該当しない類似施設や各種学校などに通う幼児の保育料を給付し、子育て世代の経済的負担を軽減します。

**給付上限額** 幼児1人当たり月額2万円

※入園料、通園バス費、行事費、給食費などは対象外

**対象施設** ●幼稚園に該当しない類似施設 ●各種学校 ●無償化の対象とならない認可外保育施設

**対象** 市内在住で、対象施設を利用している、満3歳～5歳児

※給付には、利用施設からの申請が必要です。申請方法など、詳しくはお問い合わせください。



問 保育課 ☎042-769-8341

## 保険 後期高齢者医療制度の対象となる人へ

### 75歳の誕生日を迎える人

75歳の誕生日から健康保険は後期高齢者医療制度に移ります。手続きは不要です。該当する人には「後期高齢者医療被保険者証」を送付します。

**送付時期** 誕生月の前月下旬ごろ

※1日の場合は前々月の下旬ごろ

**保険料の支払い** 原則、年金からの天引き(特別徴収)

※天引きが開始になるまでは、口座振替か納付書での納付(普通徴収)です。

**口座振替を希望する場合**

口座振替依頼書の提出が必要です。被保険者証と同じ時期に送付する案内を確認して申し込んでください。

※口座振替は毎月10日までの申し込みで、翌月中旬以降の納期限分から振り替えが可能です。

※今まで国民健康保険などで口座振替を利用している場合も、再度申し込みが必要です。

※後期高齢者医療保険料はコンビニエンスストアでは納付できません。

**保険料算定方法** 所得額に応じ、個人単位で算定

【計算例】

$$\text{保険料} = \frac{\text{均等割額}}{(4万3,800円)} + \frac{\text{所得割額}}{(\text{総所得金額等} - \text{基礎控除額}(43万円))} \times 8.74\%$$

※世帯の所得額などによって、保険料の軽減措置あり

※社会保険に被扶養者として加入していて、現在保険料を支払っていない人も保険料がかかります。

**医療機関などの窓口での自己負担割合** 世帯の所得額などに応じて、1割か3割

### 一定の障害のある65歳～74歳

現在加入している健康保険を脱退し、後期高齢者医療制度に任意で加入できます。

**対象** 次のいずれかに該当する人

○身体障害者手帳1～3級か4級の一部(音声・言語機能の障害、下肢障害の1・3・4号のいずれか)

○療育手帳A1かA2

○精神障害者保健福祉手帳1級か2級

○障害基礎年金1級か2級

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

### 後期高齢者医療制度に加入している人

**保険料の支払い** 11月分の普通徴収の納期限は11月30日(火)

※納付書裏面に記載の金融機関の窓口へ。納付が困難な場合はお問い合わせください。

問 国保年金課 ☎042-769-8231

## 検診 検診・健康診査 実施中



**費用の記載がある場合でも70歳以上は全て無料**

※市民税非課税世帯、生活保護を受給している人などは、申請で費用が免除になります。

### ①がん集団検診(検診車)

日にち	会場
12月 2日(木)	銀河アリーナ
10日(金)	北総合体育館
14日(火) ◆	ウェルネスさがみはら
16日(木) ◆	南区合同庁舎(大野南公民館)
24日(金) ◆	ウェルネスさがみはら

日にち	会場
令和4年 1月 8日(土)	城山公民館
9日(日) ◆	南区合同庁舎(大野南公民館)
16日(日) ★	サン・エールさがみはら

日にち	会場
1月19日(水)	銀河アリーナ
22日(土)	ウェルネスさがみはら
23日(日) ★ ◆	南区合同庁舎(大野南公民館)
27日(木)	北総合体育館

### ③市内協力医療機関での検診・健診

がん検診(胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺)・肝炎ウイルス検診・歯科健康診査(お口の健康診査)・特定健康診査を、随時実施しています。いずれの検診・健診も受診券が必要です。

検診内容、対象、費用などは集団検診とは異なりますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。

※★は(特定)健康診査 実施日

対 ○胃・大腸・肺=40歳以上

○子宮=20歳以上の女性

○乳(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。

**時間区分** 午前・午後(◆会場のみ)。申し込みは、「午前」か「午後」で受け付け

**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)、前立腺は実施なし

※65歳以上の人は、肺の代わりに結核健診の受診可。費用は無料

②(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

**休日会場健診** 時 午前のみ 対 市国民健康保険加入の40歳～74歳 費 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、加入している各医療保険者(保険証に記載)にお問い合わせください。

問 市コールセンター ☎042-770-7777

申 受診券を希望する人は、電話で市コールセンターか、電子申請で申し込んでください。

※①②は検診・健診日の18日前まで。定員になり次第締め切り



スマートフォンからも申し込みます

# 情報あらかると

はがき・ファクス・Eメール  
などで申し込むとき

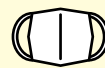


記入する必要事項

- ①希望する催し名
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話番号



**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

## お知らせ

### 休日納税相談窓口のご利用を

平日に国民健康保険税の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可

時 11月14日(日) 午前9時～午後4時

会 国保年金課

※保険証発行などは実施なし

問 同課 (☎042-769-8234)

### 都市計画審議会

「生産緑地地区の変更」「特定生産緑地の指定」について

時 11月18日(木) 午後2時から

会 会議室棟1階第1会議室

定 5人(抽選)

※傍聴希望者は、当日午後1時50分までに直接会場へ

※審議内容により、非公開の場合あり

問 都市計画課

### 弁護士による無料法律相談会

時 11月25日(木) 午後1時～4時

会 城山まちづくりセンター

定 6人(申込順)

申 11月4日から、電話で同センター(☎042-783-8103)へ

### 相模川清流の里 宿泊利用 2月分の抽選申し込み

申 11月10日午後5時までに、同所ホームページからか、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・中央6地区・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11月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

※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あり

2月の休館日 14日(月)・15日(火)

### 建築士による 自宅の無料耐震相談会

時 11月25日(木) 午後1時30分～4時15分

会 南区合同庁舎

定 3組(申込順)

申 11月19日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

### 給与支払報告書の関係書類配布

配布開始日 11月8日(月)

問 市民税課、緑・南市民税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター

※提出は、便利なeLTAXの利用を。詳しくは市ホームページを参照

※税務署主催の年末調整説明会は、今後実施なし。以降は動画配信などで説明。詳しくは国税庁ホームページを参照

問 市民税課



市ホームページ

### 市民活動に関する動画を公開

協働事業提案制度(公共的な課題について、市民と市が一緒に取り組む制度)の事業報告会・中間ヒアリングの様子を「相模原チャンネル」で公開

問 市民協働推進課



### 小規模保育事業所などの 合同説明会

南区の小規模保育事業所などが、各施設の紹介や保育内容などを説明

時 11月7日(日) 午前9時30分～正午

会 ユニコムプラザさがみはら

※希望者は直接会場へ

問 市地域型保育事業連絡会の坂井さん (☎090-1539-0919)

### 赤ちゃんを突然死から守るために

睡眠中に突然死亡してしまう乳幼児突然死症候群(SIDS)から赤ちゃんを守るために以下の対策を

- あおむけに寝かせる
- ※うつぶせ寝を勧められている場合は医師の指導に従う
- できるだけ母乳で育てる
- 妊娠中、妊婦や赤ちゃんの周囲での喫煙はしない

※11月は、乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間

問 こども家庭課

### 借金は一人で悩まず相談を 多重債務無料相談

消費生活相談員が適切な相談先などを案内

相談窓口 消費生活総合センター

相談専用 ☎042-775-1770

弁護士・司法書士の無料相談

時 毎週木曜日 午後1時20分～4時30分

定 4人(申込順)

申 前日までに、電話で同センターへ

### 動画を配信 お酒について知ろう、考えよう

適正飲酒や依存症、お酒の飲み方が心配な人への対応について、YouTube®で動画を配信

期間 令和4年3月31日(木)まで

※11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間

問 精神保健福祉センター



### 税理士による①相続税セミナー & ②個別相談会

時 11月13日(土) ①午後1時30分～2時15分、②午後2時20分～4時50分

会 市民会館

定 50組(申込順)

申 前日までに、電話で東京地方税理士会相模原支部(☎042-759-0046)へ

### 11月から指定難病・小児慢性 特定疾病の対象疾病を拡大

医療費助成を受けられる指定難病に、次の疾病を追加

- 家族性低βリポタンパク血症1(ホモ接合体)
- 自己免疫性後天性凝固第X因子欠乏症(指定難病288(自己免疫性後天性凝固因子欠乏症)に統合)
- 進行性家族性肝内胆汁うっ滞症
- ネフロン癆
- 脳クレアチン欠乏症候群
- ホモシスチン尿症

※小児慢性特定疾病は29疾病を追加

※医療費助成を受けるには申請が必要。詳しくは、市ホームページを参照するかお問い合わせを

問 指定難病について=疾病対策課、小児慢性特定疾病について=こども家庭課

### 家庭や地域で防火対策 命や財産を守ろう

おうち時間 家族で点検 火の始末

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節が到来。予防意識を高め、火災発生・拡大の防止を

※11月9日～15日は秋の火災予防運動

問 予防課

### 不登校を考えるつどい& チャレンジ教室 「家庭での過ごし方について」

青少年教育カウンセラーと一緒に不登校についての理解を深める

時 11月27日(土) 午後2時～4時

会 南区合同庁舎

定 不登校や登校をためらいがちな児童・生徒の保護者=30人(申込順)

申 直接か電話で、青少年相談センター相模湖相談室(☎042-684-3260)へ



## 募集

### コミュニティバスの広告主

コミュニティバス大沢地区「せせらぎ号」、大野北地区の車体・車内への広告掲出を通じ、運行を支援する事業者

車体広告

掲出期間 令和4年4月～5年3月(1年間)

掲出箇所 車体右側面、後面(全15枠)

費 1枠=12万円/年

申込期限 12月17日(必着)

車内広告(随時募集)

掲出期間 掲出日から月単位

費 1枠=2,000円/月

※必要書類を郵送で交通政策課へ

※規格や必要書類など詳しくは、市ホームページ(「車両広告」と検索)を参照するか、お問い合わせを

## 安心・便利な公共交通機関 路線バスのご利用を

市内を運行する路線バスは、乗客の皆さんが安心して利用できるよう、新型コロナウイルス感染症の感染予防対策やサービスの維持・向上などに取り組んでいます。



今後も安定した公共交通機関として皆さんに安心をお届け!

### 感染防止の主な取り組み

- 換気装置の常時稼働や窓開けをして車内を換気
- 運転士は検温(出勤時など)、うがい・手洗い・手指消毒を適時実施、マスクの常時着用
- バスの手すり・つり革など車内を消毒

### サービス維持・向上の主な取り組み

- 神奈川中央交通 金額式IC定期券 IC定期券の設定運賃以内なら、神奈川中央交通のどの区間でも利用できます(コミュニティバスなどの一部区間を除く)。
- 京王バス バス位置情報システム バス停にある二次元コードを読み込んで、バスの位置情報をリアルタイムで確認できます。
- 富士急バス バス利用の出張授業を開催 学校や施設などでバスの乗り方教室(SDGsを含む)を出張で無料開催。安全な乗り方や車内マナーについてアドバイスし、事故防止に努めています。

スマホで



問 交通政策課 ☎042-769-8249



コールセンターから ちょっとおしらせ

認定こども園・保育所などの利用申し込みは、直接か郵送で11月19日(金)(必着)まで。詳しくは市コールセンター(☎042-770-7777)へお問い合わせください。

# 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 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

## フォトシティさがみはら「私のこの1枚写真展」作品

テーマ 自由  
費 500円(展示ボード代)  
申 12月20日までに、展示ボードに写真(1人1作品)を貼って、受付場所へ  
※展示ボードの販売・受付場所など詳しくは、各公民館などにある募集案内(市ホームページにも掲載)を参照  
問 フォトシティさがみはら実行委員会事務局(文化振興課内 ☎042-769-8202)

## 県食の安全・安心審議会委員

食の安全・安心の確保に関する重要事項について審議  
任期 令和4年1月1日～5年12月31日(審議会は年2回程度)  
対 県内在住が在勤・在学中で、11月1日現在で満20歳以上(県の他の審議会などの委員(4機関以上)・職員・元職員・議会議員を除く)  
定 3人(選考)  
申 11月15日(必着)までに、県生活衛生課食品衛生グループ(☎045-210-4940)へ  
※申し込み方法など詳しくは、県ホームページを参照

## イベント

### 市民平和のつどい 平和ポスターコンテスト入選作品展示

小学生、中学生から募集したポスターの入選作品27点を展示  
時 11月11日(木)～30日(火)  
会 市民健康文化センター  
※詳しくは市ホームページを参照  
問 国際課

### 市民合同演奏会

公募で結成された合唱団と市民交響楽団が共演  
曲目 フォーレ作曲『レクイエム』(ほか)  
時 12月12日(日)午後2時～4時  
会 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)  
費 1,000円(全席自由)  
申 電話でチケットMove(☎042-742-9999)へ。チケットムーヴ.netホームページからも購入可  
問 同実行委員会の稲垣さん(☎090-8433-4044)

### 津久井湖城山イルミネーション

「未来の元気をすべての人に！」をテーマに、約4万5,000個のLED電球が幻想的な世界を演出  
時 11月20日(土)～令和4年1月30日(日)日没(午後5時ごろ)～午後10時  
会 県立津久井湖城山公園 花の苑地  
問 同実行委員会(津久井観光協会内 ☎042-784-6473)

### 市自閉症児・者の作品展

当事者の絵画や習字を公開  
会場展示  
時 11月26日(金)～28日(日)  
会 おださがプラザ  
オンライン配信(YouTube®)  
時 12月10日(金) 正午～令和4年1月10日(祝) 午後10時まで  
※希望者は配信期間内に、相模原やまびこ会(市自閉症児・者親の会)ホームページから  
問 同会の佐野さん(☎042-743-4660)

## 秋の麻溝探訪～石塔と川が語る麻溝の魅力再発見～

麻溝地区内の史跡などを巡る  
時 11月20日(土)〈荒天中止〉  
集合 午前9時 原当麻駅東口  
解散 相模原ギオンスタジアム  
定 30人(申込順)  
申 11月15日までに、電話かファクス、Eメールに8面上の必要事項を書いて、麻溝まちづくりセンター(☎042-778-2381 ☎042-778-2249 ✉asamizo-syu@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

## 秋の寄せ植え教室

時 11月18日(木)・25日(木) 午後1時30分～3時  
会 花苗生産センター(中央区田名)  
対 市内在住が在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)＝各15人(申込順)  
費 各1,000円  
申 開催日前日までに、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

## 協会創立25周年感謝ウォーク 新磯のざる菊(8km・13km)

時 11月10日(水)〈小雨決行〉  
集合 午前9時 松が枝公園  
解散 午後1時 下溝駅  
費 500円  
※希望者は、昼食、飲料水、雨具を持って直接集合場所へ  
問 市ウォーキング協会(☎090-4134-5808)

## 田名向原遺跡周辺文化財探訪～田名塩田・当麻地区の遺跡を巡る～(約4km)

学芸員と遺跡を巡る。現地解説あり  
時 11月19日(金) 午前9時～午後0時40分(小雨決行)  
集合・解散 旧石器ハテナ館  
対 中学生以上＝15人(申込順)  
申 11月18日までに、直接か電話で同館(☎042-777-6371)へ

## ガンダムR作戦

リサイクル素材で作られたガンダムのプラモデルの作製体験を通して、4Rや環境問題について学ぶ。展示もあり  
時 11月13日(土)・14日(日) 午前11時～午後6時  
会 アリオ橋本2階セブンカルチャー前(緑区大山町)  
※希望者は直接会場へ  
※参加は1人1回。数に限りあり  
問 環境経済総務室

## 子どもと本をつなぐブックトークめざせ!葉っぱあそびのマイスター!

公園でゲームなどをした後、拾った葉っぱで工作をする  
時 11月20日(土) 午前9時30分～午後1時  
会 相模大野中央公園、相模大野図書館  
対 5歳～小学生 ※小学校3年生以下は保護者同伴(1家族1人まで)  
定 15人(申込順)  
費 200円  
申 11月17日までに、直接か電話で同図書館(☎042-749-2244)へ

## 市文化協会創立60周年記念文化の祭典

部門	日にち	時間
文芸・展示	11月21日(日)	午前11時～午後6時
芸能・舞台		午後2時20分～午後9時

会 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)  
費 500円 ※当日券を会場で販売  
※プログラムなど詳しくはお問い合わせを問市文化協会の曾根さん(☎090-3102-5755)

## 県障害者スポーツ大会(卓球・サウンドテーブルテニス)

日にち	競技	障害種別
令和4年1月21日(金)	卓球	精神
4年1月23日(日)	サウンドテーブルテニス	身体・知的

会 県立スポーツセンター(藤沢市善行)  
対 3年4月1日時点で、13歳以上の障害がある人(身体障害は内部障害を除く)  
申 11月22日までに、電話かスポーツ推進課にある申込書(市ホームページにも掲載)を同課☎042-769-9245へ

## 介護ウイーク

市内の高齢者福祉施設による介護に関するオンライン講座や相談会などを実施  
時 11月4日(木)～11日(木)  
※内容や参加方法など詳しくは、市高齢者福祉施設協議会ホームページを参照  
問 同協議会(☎042-707-1136)

## オンラインさがみはら介護の日大会

介護の日に合わせて、基調講演「親の生き方・子の生き方」などをYouTube®「さがみはら介護の日」チャンネルで公開  
時 11月11日(木)～12月10日(金)  
※詳しくは、市ホームページを参照  
問 市高齢者福祉施設協議会(☎042-707-1136)



視聴はこちら

## 勝坂を学ぼう!「土鈴づくり」

縄文時代の遺跡から出土した土製の鈴をモデルに作成  
時 11月14日(日) 午前9時30分～午後0時30分  
会 史跡勝坂遺跡公園  
対 8人(申込順) ※小学生は保護者同伴  
費 100円  
申 11月1日～10日に、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ

## 秋の公園イベント

- ①少年野球教室  
時 11月13日(土) 午前9時～11時(雨天中止)  
対 小学校1～4年生＝50人(申込順)
- ②樹木ウォッチング～秋色の葉と実を楽しもう!～  
麻溝公園内の樹種の葉や実の特徴などについて学ぶ  
時 11月14日(日) 午前10時～正午(雨天中止)  
対 中学生以上＝20人(申込順)  
費 300円
- ③公園ボランティアの体験  
バラの花殻取り・手入れなどの体験  
時 11月24日(水) 午前9時15分～11時30分(雨天中止)  
対 18歳以上(高校生を除く)＝10人(申込順)
- ④⑤寄せ植え教室  
ポインセチアやコニファーなどを使った鉢でクリスマスムードを盛り上げる  
時 11月26日(金) ④午前10時～正午 ⑤午後1時30分～3時30分  
定 ④6人 ⑤10人(申込順)  
※小学生以下は保護者同伴  
費 各2,000円

申 開催日①④⑤前日②③当日までに、直接か電話、ファクス(①④を除く)に8面上の必要事項を書いて、各会場へ

会場	問い合わせ先
①④鹿沼公園	☎042-755-9781
②相模原麻溝公園	☎042-777-3451 ☎042-777-0378
③相模原北公園	☎042-779-5885 ☎042-703-5887
⑤横山公園	☎042-758-0886 ☎042-758-0586

## 尾崎行雄(号堂)杯演説大会

全国の予選通過者が「日本の歩む道」をテーマに演説。審査員のパネル討論会、元内閣総理大臣・野田佳彦さんの講演も開催  
時 11月20日(土) 午後1時～4時50分  
会 社のホールはしもと  
定 260人(先着順)  
※希望者は直接会場へ  
問 尾崎行雄を全国に発信する会事務局の大橋さん(☎090-4541-8677)

## 11月20日(土) 潤水都市 さがみはらフェスタ2021 with tvk

恒例のサガミハラ高校生ダンス選手権と、エッジ芸人バトルが家で楽しめます。フェスタの後は相模原特集番組も放送。tvkが相模原一色に染まります。

- 放送局 テレビ神奈川(tvk・地デジ3ch)
- 直前番組 午後6時30分～6時59分
- フェスタ特別番組 午後8時～8時55分
- あっぱれ! KANAGAWA大行進(相模原特集) 午後9時～9時55分

出場者を決めるのはあなた!

生放送の決勝戦! お見逃しなく!

予選開催中!  
ダンス選手権・エッジ芸人バトル  
上位のチームが生放送の決勝戦に進出。公式ホームページであなたの一票を! ▶  
投票期間 11月1日～15日



問 潤水都市さがみはらフェスタ実行委員会事務局(大道舎内) ☎042-750-0423



**講演・講座**

**オンライン 認知症サポーター養成講座**

認知症の症状や接するときの心構えなどを学ぶ  
 時11月19日(金)午後2時~4時  
 対市内在住か通勤・在学で、認知症サポーターになりたい人  
 ※ツールはZoom<sup>®</sup>を使用  
 定30人(申込順)  
 申11月15日までに、電話かファクス、Eメールに8面上の必要事項とEメールアドレスを書いて、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

**オンライン 通訳実務研修会 教育編**

学校の面談等、教育分野での通訳の基礎知識などを学ぶ  
 時11月27日(土)午前10時~11時30分  
 対通訳ボランティアに関心のある人(市内在住者優先)  
 ※ツールはZoom<sup>®</sup>を使用  
 定25人(申込順)  
 申11月24日までに、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、通訳経験の有無、件名に「通訳実務研修会 教育編」と書いて、国際課(✉kokusai@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ  
 問さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)

**オンライン 市民公開講座 愛着障害のある児童生徒理解と支援について**

時11月17日(水)午後3時~5時  
 対市内在住か通勤・在学の高校生以上  
 ※ツールはWebexを使用  
 定30人(申込順)  
 申11月8日までに、Eメールで教育センター(✉sec@sagamihara-kng.ed.jp) ☎042-756-3647へ

**さがまちカレッジ 気を巡らせて “ぽかぽかな体”づくりを目指しましょう!**

東洋医学で注目の「経絡」を整えて免疫力を高める方法を講義と実技で学ぶ  
 時12月9日(木)午後1時30分~4時  
 会町田市生涯学習センター(町田市原町田)  
 定16人(抽選) 費2,000円  
 配各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・公民館など  
 申11月15日までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ。同コンソーシアムホームページからも可

**相模女子大学オンライン講座**

①**秋季さがみアカデミー 日本の秘境冒険小説を読む**  
 時11月27日(土)午後3時~4時30分  
 定30人(申込順)  
 費1,500円  
 ②**社会起業フォーラム「思いやり」と「繋がり」が社会を豊かにする**  
 時11月28日(日)午後1時~2時30分  
 ※ツールはZoom<sup>®</sup>を使用  
 申11月①12日まで②27日正午までに、相模女子大学ホームページから  
 問同大学生涯学修支援課(☎042-747-9047)

**元気高齢者向け筋力向上 トレーニング教室(全12回)**

①②スポーツクラブルネサンス相模大野(南区相模大野)③④メガロス相模大野(南区相模大野)⑤スポーツクラブルネサンス淵野辺(中央区鹿沼台)  
 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

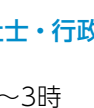
日にち	電話番号など
①12月17日~令和4年3月18日の毎週金曜日②4年1月5日~3月30日の毎週水曜日	☎042-702-0303 月~木曜日 午前11時~午後8時(祝日等を除く)
③4年1月6日~3月24日の毎週木曜日④4年1月7日~3月25日の毎週金曜日	☎042-745-4600 午前11時~午後6時(火曜日を除く)
⑤4年1月7日~3月25日の毎週金曜日	☎042-753-5461 午前11時~午後9時(月曜日を除く) ※土・日曜日、祝日等は午後5時まで

※①12月31日と2月11日②23日を除く  
 ⑤2月4日は7日に振り替え  
 時午後3時30分~5時  
 対運動に支障がない、市内在住の65歳以上=①②⑤各8人③④各10人(抽選)  
 費各6,600円  
 申11月①②1日~30日③④1日~29日⑤2日~30日に電話で各会場へ

**就活スタートアップセミナー**  
 就活を進めるに当たっての疑問や不安を解決  
 時11月14日(日)午後2時30分~5時45分  
 会社のホールはしもと  
 対市内で就職活動をしている学生  
 定30名(申込順)  
 申11月12日までに、サガツクナビホームページから  
 問さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

**市民公開講座 知って納得! 成年後見制度**

①**動画配信②無料相談会**  
 ①**後見人を利用したい人向け、裁判所が作成した動画で制度を説明**  
 時11月30日(火)まで  
 ※希望者は配信期間中に市社会福祉協議会さがみはら・成年後見あんしんセンターホームページから  
 ②**弁護士・司法書士・社会福祉士・行政書士・税理士が個別に対応**  
 時11月23日(祝)午後1時30分~3時  
 会緑区合同庁舎  
 対市内在住の人=10組(申込順)  
 申11月1日~18日に、直接か電話で、さがみはら成年後見・あんしんセンター(☎042-756-5034)へ



**オンライン さがみ糖尿病週間行事 市民公開講座 糖尿病講演会**

医療関係者から糖尿病について学ぶ  
 時11月20日(土)午前10時~11時15分  
 ※ツールはZoom<sup>®</sup>を使用  
 定100人(申込順)  
 申11月13日までに、右記の申し込みフォームから  
 問北里大学病院内科総合外来(☎042-778-8111)



**女性のための60歳からの働き方セミナー**

時12月①2日(木)②6日(月)③9日(木)午後2時~4時  

会場	申込先
①ユニコムプラザさがみはら	シルバー人材センター 南事務所 ☎042-745-2158
②シルバー人材センター中央事務所	中央事務所 ☎042-754-1177
③ソレイユさがみ	緑事務所 ☎042-783-1313

 対市内在住でおおむね60歳以上の女性  
 定各20人(申込順)  
 申開催日1週間前までに、直接か電話で各申込先へ

**NPOはじめの一步講座**

NPOの基本や法人設立手続きなどを学ぶ  
 時11月25日(木)午後2時~4時30分  
 会ユニコムプラザさがみはら  
 対NPOに興味があるかNPO法人の設立を検討している人=10人(申込順)  
 費500円  
 申11月24日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに8面上の必要事項と団体名、ファクス番号、Eメールアドレスを書いて、さがみはら市民活動サポートセンター(☎FAX042-755-5790 ✉sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

**読者のひろば**

(敬称略)  
**催し** 費用の記載がない場合は無料です。  
 ●**ピュアマンドリン定期演奏会** 曲目は『アイダ大行進曲』ほか 11月23日(祝)午後2時30分~4時10分、相模女子大学グリーンホール(市文化会館)。定員1,200人(先着順)。当日午後1時30分から会場で配布する整理券が必要 問黒川(☎042-747-4420)  
 ●**女声合唱団マーガレット定期演奏会** 曲目は『千の暁』ほか 11月27日(土)午後2時~4時、社のホールはしもと。定員535人(先着順) 問菅原(☎090-8566-6005)  
 ●**かぶりっちょミュージカルコンサート** 元劇団四季俳優が出演 12月4日(土)午後1時~4時30分、市民会館。定員622人(申込順)。費用2,000円(前売りは1,500円(小学生以下はそれぞれ500円引き。3歳未満で膝に乗せる場合は無料)) 申前日までに電話で谷川(☎042-762-5555)へ

**仲間** 会費などは個別にお問い合わせください。

●**太極拳(楊名時)** 毎週日曜日午前10時、北総合体育館 問岡部(☎042-782-3257)  
 ●**女声合唱** 原則毎週木曜日午前10時、光が丘公民館。対象は経験者 問西野(☎090-3907-8504)  
 ●**英会話** 毎週水曜日午前10時~11時、ソレイユさがみほか。見学・体験可 問中島(☎080-3701-4049)

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 FAX042-753-7831)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。  
 ※政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載できません。

**るるぶ特別編集『相模原へキャンプに行こう!』を発刊**

市内のキャンプ場の魅力がギュッと詰まった『相模原へキャンプに行こう!』を発刊しました。  
**中身の見出しを少し紹介!**  
 ●相模原×キャンプってこんなに楽しい!  
 ●Twilight Sagamihara ●おすすめ立ち寄りスポット  
 ●橋本、淵野辺、相模大野の魅力も発見! 景品が当たる謎ときラリー-BOOKの付録つき! 応募は12月5日まで  
 都心から楽々アクセスでき、観光&便利スポットが充実したキャンプ場を紹介しています。ぜひご覧ください。  
 問観光・シティプロモーション課、各区役所地域振興課・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)など  
 ※市観光協会ホームページにも掲載  
**図観光・シティプロモーション課 ☎042-769-8236**



フルカラー 16ページ



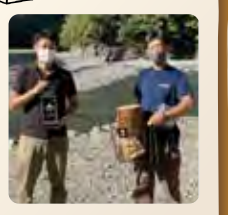
**10万部を無料配布**

**1 キャンプをするときは感染防止対策の徹底を!**

**本市職員が監修しました!**

本市は県内で一番キャンプ場が多い場所です! 都心からの近さも魅力。仕事帰りに、休日に、ぜひこの冊子を持って足を運んでみてください!

観光・シティプロモーション課 江成俊介主任(左)と、このまさわキャンプ場(緑区青根)オーナーの井上さん(右)。手に持つのは「Twilight Sagamihara」特製たき火セット



# 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

## ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775

- ①パソコン操作実践活用講座～パワーポイントで簡単資料作成～(全2回)  
時 12月2日(木)・9日(木) 午前10時～11時30分  
対 就業中か、就職を考えている人
- ②おはなしお楽しみ会  
絵本の読み聞かせや紙芝居など  
時 12月4日(土) 午前10時30分～正午  
対 幼児～小学校3年生とその保護者

定 ①10人②12組(申込順) ※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。同所ホームページからも可

## 環境情報センター

〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248

No CO<sub>2</sub> November～地域みんなで地球にいいこと考えよう～

教室名	日にち	時間	対象
①下水道教室～今話題のマンホールのフタと下水道のはなし～		午前10時～11時	小学生とその保護者
②オンライン SDGsコネクトミーティング～地域みんなでSDGs情報交換会～	11月13日(土)	午後2時～4時	どなたでも★
③オンライン さがぼーくんと楽しく学ぼう地球温暖化～〇×クイズとソーラーランタンづくり～	11月14日(日)	午前10時～11時	小学生とその保護者★
④電気もガスも使わないおから味噌づくり	11月20日(土)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時	どなたでも
⑤花王のプラスチックごみ削減講座～クイズに答えて景品もらおう!～		午前10時～正午	どなたでも
⑥オンライン 生分解性ポリ乳酸繊維布でコサージュを作ろう!	11月21日(日)	午前11時～正午 午後2時～3時	小学校3年生以上とその保護者★
⑦さがみはらエコ・プロチャレンじ～スクラッチでプログラミングを学ぼう～		午後1時～3時 午後3時30分～5時30分	小学校3年生～中学生とその保護者
⑧オンライン お家で親子工作講座～ソーラーオルゴールを作って鳴らして温暖化防止～	11月23日(祝)	午後1時～2時	小学校4年生以上とその保護者★
⑨オンライン ゴム動力ヘリコプターを作って飛ばそう	11月27日(土)	午後2時～3時	小学校3年生以上とその保護者★

★②③⑥⑧⑨はインターネット環境を利用できる人。ツールはZoom®を使用  
定 ①20組②40人③10組④各20人⑤40人⑥各15組⑦各8組⑧10組⑨4組(抽選)  
費 ④500円  
申 11月9日までに、直接か電話、Eメールに10面上の必要事項と、③⑥～⑨は学年、④⑥⑦は希望時間、②③⑥⑧⑨はメールアドレスを書いて、同センター(☎kankyo@eicwits.com)へ

プログラミング作品も募集中!  
さがみはらエコ・プロチャレンじ  
プログラミング言語「スクラッチ」を使い、環境をテーマにした作品を募集  
対 市内在住か在学の小・中学生  
※詳しくは同ホームページを参照

教室名⑦では、同センターで作品を作ります!  
同ホームページ

## ユニコムプラザさがみはら

〒252-0303 南区相模大野3-3-2-301 ☎042-701-4370

オーサズカフェ 未来に繋がるアップサイクルアート & デザイン  
日常のリデュースやリユース、リサイクルなどの意識をさらに一歩進め、アートやデザインで不要なものに新しい価値を持たせる取り組みについて  
時 11月13日(土) 午後2時～3時 ※希望者は直接会場へ

## 相模の大風センター

〒252-0326 南区新戸2268-1 ☎046-255-1311

- ①寄せ植え教室  
時 11月17日(水) 午前10時30分～正午  
対 15歳以上(中学生を除く)  
定 10人(申込順)
- ②凧作り教室  
簡単にできる角凧作り  
時 11月27日(土) 午後1時30分～4時  
定 5組(申込順)  
※同居者のみ。未就学児は保護者同伴

費 ①1,000円②500円 申 直接か電話、ファクスに10面上の必要事項を書いて、同センター(☎046-255-1361)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フラワーアレンジメント～クリスマスリースとテーブル飾り～	12月3日(金)	午前10時～11時30分	20人(申込順)	3,200円
②リラックスヨガ(初級)〈全12回〉	毎週水曜日 12月8日～令和4年3月9日 (12月29日、4年2月23日を除く) 毎週木曜日 12月9日～4年3月10日 (12月30日、4年2月24日を除く)	午前9時30分～10時30分、 午後0時30分～1時30分	各25人(抽選)	各9,000円
③リフレッシュヨガ(中級)〈全12回〉	毎週金曜日 12月10日～4年3月18日 (12月31日、4年2月11日、3月11日を除く)	午前11時～正午		
④ランニングクリニック～ランナー向け体幹トレーニング～	12月19日(日)	午前10時～正午	20人(抽選)	1,500円

対 18歳以上(高校生を除く)  
申 ①11月26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、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ。②～④11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・時間、③は希望曜日を書いて、同所(☒asamizo-stadium@dream.jp)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

- エンディングノート作り教室～終活を考える～  
時 11月21日(日) 午前10時～正午  
対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)  
定 20人(申込順)  
費 500円  
申 直接か電話で同センターへ
- みどりの講習会 多肉植物でリースづくり  
時 11月25日(木) 午前10時～正午  
対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)  
定 18人(申込順)  
費 3,000円  
申 11月18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、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 ☒042-751-2345)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

- 卓球大会  
時 12月12日(日) 午前9時  
種目 男子・女子(シングルス初級者の部、中級者の部、小学生4年生以下の部、5・6年生の部)  
対 市内在住か在勤の人=200人(申込順)  
費 1,000円(小学生は600円)  
申 11月20日までに、同館か北総合体育館にある申込用紙を直接、各館へ
- 親子バウンドテニス体験  
時 12月28日(火) 午後6時～8時  
対 小学生とその保護者  
定 20組(抽選)  
費 1組1,500円  
申 12月10日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に10面上の必要事項を書いて、同館へ

## 北総合体育館

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

- バウンドテニス教室〈全8回〉  
時 12月1日～令和4年1月26日の毎週水曜日(12月29日を除く)午後7時～9時  
対 15歳以上(中学生を除く)=20人(抽選)  
費 1回500円  
申 11月15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

## 市立博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

- 学びの収穫祭  
博物館を拠点に活動するボランティアグループなどによる研究成果や活動をポスター展示で紹介  
時 11月2日(火)～28日(日) 午前9時30分～午後5時
- ミニ企画展「尾崎行雄の不戦運動」  
日記や関連文献を展示し、戦争反対を唱えた活動を紹介  
時 11月6日(土)～12月19日(日) 午前9時30分～午後5時



# こんな暴力、ふるわれていませんか？

コロナ禍での外出自粛などにより、生活不安・ストレスから、DVの増加や深刻化が懸念されています。

閩人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205

- 配偶者や恋人からの暴力(DV=ドメスティック・バイオレンス)
- 性犯罪 ● ストーカー行為 ● セクハラ

これらに苦しむ被害者の多くは女性です。このような行為は許されません！



## DVってどんな行為？



殴る、蹴る、突き飛ばす



ばかにする、ののしる



生活費を渡さない

性行為を強要する

長い時間無視をする

## DVが与える影響

**被害者** けがなどの身体的な影響だけでなく、PTSD(心的外傷後ストレス障害)など、精神的な影響を受けることもあります。

**子ども** 親などが受けた暴力を子どもが目撃することによる心身へのさまざまな影響が懸念されます。

「家庭内の問題だから」「自分にも悪いところがある」とひとりで背負い込まないで、まず相談してください！

## がまんしないで相談を

### 市配偶者暴力相談支援センター

DV相談専用電話  
☎042-772-5990

時 毎日午前10時～午後5時(火・木曜日は午後6時まで)  
(毎月第4月曜日、12月29日～1月3日を除く)

### DV相談+ ☎0120-279-889

電話・メール 24時間  
チャット相談 正午～午後10時

メール・チャットはこちら



### 女性の人権ホットライン

☎0570-070-810

時 月～金曜日(祝日等を除く) 午前8時30分～午後5時15分  
※050で始まる電話からは利用できません。

11月12日～18日は通常より時間・曜日を延長

時 午前8時30分～午後7時  
(13日(土)・14日(日)は、午前10時～午後5時)

## “知る”から始まる がん治療と生活・仕事の両立

生涯にがんと診断される人は増加しており、日本では2人に1人。いざというときの相談場所を知り、冷静に判断しましょう。

正しい知識で冷静な判断を

治療前に退職する人が約4割。医療の進歩により、仕事などを続けながらがんと長く付き合う選択肢もあります。

### 主な相談場所など

- ①がんピアサポート**  
がん体験者が、自らの体験を基に相談者に対応します。
- ②がん相談支援センター**  
治療や生活の相談や情報提供などに幅広く対応します。
- ③がん患者会**  
患者同士が日頃の不安や悩みについて情報共有できます。

①②についてはこちら



市ホームページ

③県内のがん患者会についてはこちら



県ホームページ

### オンラインがん患者のための講演会&語らいの場

市や病院による患者のための取り組みを紹介する講演会と、患者同士が経験を語り合う場です。  
※医療関係者からのアドバイスもあります。

時 11月27日(土) 午後1時30分～3時30分

※ツールはZoom®を使用

定 40人(申込順)

申 11月25日までに、右記の申し込みフォームから 申し込みフォーム

閩北里大学病院 集学的がん診療センター ☎042-778-8221



閩健康増進課 ☎042-769-8322

