

晩秋の音を感じて

特集

マイナ保険証が
これからの救急を変える

4面 住宅の防犯対策補助金 申請受け付け開始

12面 相模原SDGs EXPO

写真 鳥居原ふれあいの館から見る宮ヶ瀬湖



市の手続き、イベントや
施設のお問い合わせに…

市コールセンター

☎042-770-7777 FAX 042-770-7766
8時～21時 年中無休 ※品質向上のため、通話を録音しています。

市の人口
世帯

人口 721,801人(31増) 世帯 351,814世帯(310増)

男 358,951人
女 362,850人

令和7年10月1日現在。()は前月との増減。
令和2年国勢調査に基づく推計人口

特集

マイナ保険証が これからの救急を変える!

救急業務の円滑化のため、マイナ救急に関する実証事業を実施しています。

※実証事業は令和8年3月まで実施予定

☎救急課 ☎042-751-9142



マイナ救急とは



マイナ保険証を活用し、より迅速・円滑に医療情報を収集する取り組みです。救急隊は、タブレット端末を使ってマイナ保険証から受診歴や処方薬などの情報を確認でき、搬送する医療機関の選定や救急車内での処置に役立てています。病気やけがで苦しむ本人や気が動転している家族などから正確に情報を収集できます。



▲詳しくはこちら



マイナ保険証は、健康保険証が登録されたマイナンバーカードだよ

マイナ保険証はこんなに便利

例

搬送される人は



病歴や処方されている薬などを正確に伝えることができる

救急隊員は



円滑な搬送先医療機関の選定や適切な処置ができる

搬送先の医療機関では



治療の事前準備ができる

もしもに備えて…



手元にマイナ保険証がないとマイナ救急は利用できません。

マイナ保険証はいつも持ち歩きましょう

※原則、本人の同意の上で情報を閲覧。ただし、意識がないなど、本人の同意が難しく、生命や身体保護のために必要な場合は、同意を得ずに閲覧することあり



マイナンバーカードはメリットがいっぱい

■マイナンバーカードって何?

さまざまなことに利用できるICチップ付きプラスチック製カードです。顔写真のほか、氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーが表示されています。

■メリット

- 本人確認書類になる
- 健康保険証として利用できる(要利用登録)
- 各種証明書をコンビニで取得できる
- 窓口に行かなくても行政サービスが利用できる など

使えるサービスいろいろ!
今後も拡大予定だよ



■本当に安全?

さまざまな悪用を防ぐ仕組みがありセキュリティ対策は万全です。

例えば

- 顔写真付きのカードでなりすまし防止
- ICチップにプライバシー性の高い情報は入っていない
- オンライン手続きにはパスワードが必要
- 不正に読み出そうとするとICチップから情報が読み出せなくなる仕組み
- 紛失してもいつでも利用停止できる

■どこで作れる?

オンラインや郵送、相模原駅マイナンバーカード申請特設窓口などで申請ができます。



▲詳しくはこちら

☎マイナンバーカード普及促進室 ☎042-769-8309

マイナ保険証を利用した救急搬送の流れ

※写真は広報紙用に撮影したもの



1

119番通報入電

消防指令センターの通信指令員が、速やかに「どこで」「誰が」「どうしたのか」などの必要な情報を聞き取り、マイナ保険証の準備を依頼

2

出場

救急隊が直ちに現場へ

マイナ保険証をタブレット端末で読み込んだ画面



3

到着・情報収集

現場に到着。①マイナ保険証を預かり、タブレット型端末で読み込む ②氏名や生年月日、医療機関の受診歴、処方薬などの情報を閲覧する ③搬送する医療機関の選定・連絡、救命処置を実施

4

搬送開始
医療機関へ向かう



持っていて よかった マイナ保険証

マイナ救急が役立つ事例を紹介します

- 高齢者のみの夫婦で、情報収集が難しかったが、マイナ保険証から情報を収集できた
- 外出先で事故でお薬手帳を持っていなかったが、薬剤情報が分かった
- 頭痛の症状が強く会話が難しかったが、マイナ保険証から情報を収集できた
- 本人は意識障害で、家族も通院歴などがわからなかったが、マイナ保険証から情報を収集できた



マイナ保険証の利用登録はしていますか?

マイナンバーカードを健康保険証として利用できます。この機会にマイナ保険証の利用登録をしましょう。



使える医療機関は、左のステッカーやポスターが目印だよ!



■メリット

- データに基づき、より良い医療を受けられる
- 高額医療の限度額を超える支払い免除手続きが不要になる
- マイナポータルで確定申告時に医療費控除ができる など

■どうやって利用登録するの?

マイナポータルや医療機関、セブン銀行ATMなどから利用登録できます。詳しくは二次元コードから
※利用登録にはマイナンバーカードが必要です。



▲詳しくはこちら

☎マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178



Hot information

旬の情報

HOT info

さがみはら

イベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。
開催状況は、市HPなどで確認を

▲市HP

市議会定例会 12月定例会議を開催

日にち	内 容
11月18日(火)	本会議(提案説明)
11月27日(木)	本会議(代表質問・個人質疑、委員会付託)
11月28日(金)	本会議予備日
12月2日(火)	総務委員会
12月3日(水)	建設委員会
12月4日(木)	民生委員会
12月5日(金)	市民環境経済委員会
12月8日(月)	こども文教委員会
12月17日(水)～19日(金)	本会議(一般質問)
12月22日(月)	本会議(委員長報告、採決)、議会運営委員会★

時9時30分から
※会議の日程、時間などは変更の場合あり。詳しくは市議会HPを参照
※12月定例会議のための議会運営委員会は、11月12日(水)に開催
※★本会議終了後に開催
※市議会HPから、各会議のインターネット中継が視聴可能

閩議事課☎042-769-8278

住宅の防犯対策補助金
申請受け付けを開始します

☎次の全てに当てはまる人 ●10月1日以降に購入・設置した ●申請日に市内
在住で住民登録している ※1世帯1回のみ

対象用品 ●録画機能付きドアホン ●屋外防犯カメラ ●補助錠 など

補助額など 設置・購入費用の2分の1、上限2万円(100円未満切り捨て)
※申込順。予算に達した時点で受け付け終了

☎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(沢
井を除く)

☎11月5日～12月26日に、市HPから ※市HPからの申請が難しい場合は、申請書
などを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)
■・出張所■、牧野連絡所■、佐野川連絡所■へ(■では書類の受け取りのみ)

提出が必要な書類
●領収書かレシートの写し ●本人確認書類の写し(マイナンバー
カードなど) ●通帳かキャッシュカードの写し ●設置した防犯
対策用品の写真 ●補助金交付申請書兼報告書★ ●補助金交
付請求書★ ※★は、市HPで申請できない場合

▲詳しくは
こちら

閩市コールセンター☎042-770-7777

ふるさと納税 市のプロジェクトに寄付しませんか

受け付けは12月14日までに、二次元コードから

藤野野外芸術作品

野外芸術作品の修繕、
周辺の環境整備など
目標金額 600万円

動物愛護支援

収容した犬や猫の
治療、譲渡活動など
目標金額 300万円

相模の大嵐まつり

大嵐の制作費や警備費など、
開催するための財源に
目標金額 200万円

子どもの読書支援(くるくる図書館)

子ども関連施設に
たくさん本を届ける
目標金額 100万円

閩財政課☎042-769-8216

市営住宅入居者募集

☎次の全てに該当する人
申込者 ●市内に1年以上住んでいる18歳以上
世 帯 ●夫婦か親子を主体とした家族(★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
申込者と同居する親族の全員 ●住宅に困っている理由がある ●住宅を所有して
いない ●市税などの滞納がない(分割納付中も滞納とみなす) ●暴力団員で
ない(現在同居している親族を含む)

	住宅名	間取り	募集戸数	入居人数
緑 区	一般世帯向け住宅(68戸)			
	二本松団地	2DK	2	2人以上
		3DK	1	2人以上
	上九沢団地	2DK	2	2人以上
		2LDK	7	2人以上
		3DK	4	4人以上
	内郷住宅(若柳)	2DK	2	2人以上
	沢井住宅(澤井)★	2DK	1	1人以上
	佐野川住宅★	2DK	1	1人以上
	中原団地(向原)	3K	1	2人以上
中央区	富士見団地	3DK	3	2人以上
	東団地(相生)	2DK	1	2人以上
		3DK	4	2人以上
	石橋団地(上溝)★	2DK	1	1人以上
	すすきの住宅	2DK	1	2人以上
		2LDK	1	2人以上
	横山住宅	2DK	2	2人以上
		2LDK	1	2人以上
		3DK	1	4人以上
	清新住宅	2DK	1	2人以上
中央区	東第2住宅(相生)	2DK	3	2人以上
	田中第2住宅(上溝)	2DK	1	2人以上

	住宅名	間取り	募集戸数	入居人数
中央区	田名塩田団地	2DK	2	2人以上
		2LDK	2	2人以上
		3DK	9	3人以上
	並木団地	2DK	3	2人以上
		3DK	1	4人以上
	淵野辺本町住宅	2DK	2	2人以上
南 区	文京団地	2DK	1	2人以上
		2LDK	1	2人以上
		3DK	3	2人以上
	大野台住宅	2DK	1	2人以上
		2DK	2	2人以上
	南台団地	2DK	2	2人以上
多人数世帯向け住宅(3戸)				
緑 区	上九沢団地	4DK	1	5人以上
中央区	東団地(相生)	4DK	1	5人以上
	田名塩田団地	4DK	1	5人以上
一般単身者向け住宅(8戸)				
緑 区	上九沢団地★	1DK	2	1人
中央区	横山住宅★	1DK	1	1人
	星が丘住宅★	1DK	1	1人
	田中第2住宅(上溝)★	1DK	1	1人

	住宅名	間取り	募集戸数	入居人数
中央区	田名塩田団地★	1DK	1	1人
	淵野辺本町住宅★	1DK	1	1人
南 区	南台団地★	1DK	1	1人
身体障害者世帯向け住宅(1戸)				
中央区	田名塩田団地	2LDK	1	2人以上
身体障害者単身者向け住宅(2戸)				
緑 区	上九沢団地★	1LDK	2	1人
老人世帯向け住宅(4戸)				
緑 区	上九沢団地	2DK	1	2人以上
中央区	すすきの住宅	2DK	1	2人以上
	横山住宅	2DK	1	2人以上
	淵野辺本町住宅	2DK	1	2人以上
高齢者世帯向け住宅(2戸)				
中央区	並木団地	2DK	1	2人
	あじさい住宅上溝東	2DK	1	2人
高齢者単身者向け住宅(4戸)				
緑 区	上九沢団地★	1DK	1	1人
中央区	田名塩田団地★	1DK	1	1人
	あじさい住宅上溝東★	1DK	1	1人
南 区	あじさい住宅下溝★	1DK	1	1人

県営住宅入居募集のしおりを配布 時11月12日(水)～12月1日(月) ※詳しくは、県のたより11月号をご覧ください。

閩市コールセンター☎042-770-7777

後期高齢者医療制度 対象の人は確認を

75歳の誕生日を迎える人へ

現在加入している健康保険は、75歳の誕生日から後期高齢者医療制度に移行します。

資格確認書の送付 誕生月の前月(誕生日が1日の場合は前々月)下旬ごろ

保険料の支払い 原則、年金からの天引き

※天引きが開始になるまでは、口座振替か納付書で納付(普通徴収)

年金天引きを希望しない場合 普通徴収(口座振替)の申し込みが必要

※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。また、コンビニエンスストアでは納付不可。

口座振替の申し込みに必要な書類は、資格確認書と同じ時期に別途郵送

申口座振替を希望する月の前月10日までに、口座振替依頼書と普通徴収による納付希望申出書を国保年金課へ



一定の障害のある65歳～74歳の人へ

現在加入の健康保険を脱退し、後期高齢者医療制度に任意で加入できます。

対次のいずれかに該当する人 ●身体障害者手帳1級～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。

自己負担割合・保険料について

医療機関などでの自己負担割合 1割～3割(世帯の課税所得などによる)

保険料 所得額に応じて個人単位で算定します。社会保険に被扶養者として加入し、現在保険料を支払っていない人も保険料がかかります。

保険料

=

均等割額

+

所得割額

×

所得割率

(4万5,900円)

+

〈総所得金額等－基礎控除額(43万円)〉

×

10.08%

※世帯の所得額などでの軽減措置あり。また、前年の合計所得額が2,400万円を超える場合は、基礎控除額が異なる

区市後期高齢者医療コールセンター ☎042-707-8787

あなたの電話が 親子を守る



オレンジリボン・
児童虐待防止推進キャンペーン

あなたの通告や相談が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩になります。

見落としていませんか? 子どもや保護者のサイン

子ども

- いつも泣き叫ぶ声がする
- 不自然なげが、あざ、やけどなどが見られる
- 衣類や体がいつも汚れている

保護者

- 子育てなどで精神的に不安定な様子が見られる
- 小さい子どもを家に置いて外出する
- しつけと言って殴る、蹴る、暴言などが見られる

虐待を受けていると思われる子どもがいたら 出産や子育てに悩んだら

①各子育て支援センター

緑 ☎042-775-8815、中央 ☎042-769-9221、南 ☎042-701-7700

②児童相談所 ☎042-730-3500

【①②共通】☎月～金曜日(祝日等を除く) 8時30分～17時

③こども虐待110番 ☎042-730-3511

④児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189

【③④共通】☎24時間対応

⑤かながわ子ども家庭110番相談LINE

☎月～土曜日(年末年始を除く) 9時～21時

オレンジライトアップ

☎11月30日(日)まで

ウェルネスさがみはらを児童虐待防止のシンボルカラーのオレンジ色にライトアップします。



◀⑤友だち追加は
こちらから

区市こども家庭課 ☎042-769-9811

さがみはら子どもの権利の日のつどい

子どもの権利への理解や関心を深めるためのイベントです。

イベント内容

- 1年後の自分に手紙が届く「夢レターワークショップ 1年後の自分に手紙を書こう」
- 市内の小学生が制作した絵本の読み聞かせ
- 紙芝居『こえをさく まちのものがたり～さがみみちゃんと もくもくおばけ～』の上演 など

☎11月22日(土) **ステージ**12時～15時

ブース11時～16時

☎イオン相模原ショッピングセンター1階(けやきスマイルガーデン(南区古淵))

※希望者は直接会場へ

さがみみの
マスコットキャラクター
一次審査を通過した人たちの
表彰式もあるよ



さがみみ(さがみはら子どもの権利
相談室)マスコットキャラクター
さがみみちゃん

市子どもの権利条例の制定、さがみはら子どもの権利相談室
10周年。子どもの権利への理解をさらに深めましょう

区市こども・若者応援課 ☎042-751-0091

検診・健康診査

●費用の記載がある場合でも70歳以上の人は全て無料

※市民税非課税世帯、生活保護制度を利用している人などは、申請で費用が免除

①がん集団検診(検診車)

☎午前(午後も実施する日程あり。表を参照)

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(2年に1回) ※**子宮**は、生理中、生理前後3日間の受診を控えてください。

検診項目・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

※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特定健診(休日会場)

検査項目 問診、身体測定(腹囲・BMI)、血液検査、尿検査など

☎午前 **対**市国民健康保険加入の40歳～74歳 **費**1,000円

①②の日程 ★=♥を女性の医師が実施、①を午前・午後実施

日にち	会 場	日にち	会 場
12月7日(日)①②	田名小学校	令和8年1月11日(日)①②★	サン・エールさがみはら
10日(水)①	ウェルネスさがみはら	12日(祝)①②	南保健福祉センター
16日(火)①	ほねごりアリーナ	20日(火)①	銀河アリーナ
23日(火)①	ウェルネスさがみはら	25日(日)①②	南保健福祉センター
		27日(火)①	ウェルネスさがみはら

※年間日程は市HPに掲載

区市コールセンター ☎042-770-7777

いずれも受診券が必要

①は受診日の約1週間前に「集団検診受診券」を郵送します。

②は「施設健診受診券」を入手し、受診日の約1週間前に郵送する「休日会場健診受診券」に貼り付けてください。「施設健診受診券」は、市コールセンターか電子申請から申し込んでください。

※市内協力医療機関での検診・健康診査も随時実施。詳しくは市HPをご覧ください。

申①②☎で市コールセンターか、電子申請から

※①②の締め切り日は市HPに掲載。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

国民健康保険に加入している人へ 若いうちから受診しましょう

国民健康保険に加入している人が受けられる診査は、次のとおりです。

①**健康診査** **対**20歳～39歳

②**歯科健康診査** **対**30歳～39歳

③**特定健康診査** **対**40歳～74歳

☎市内協力医療機関

費①③各1,000円②500円 ※①②は事前に申請が必要。③4月以降、順次受診券を送付。申し込み方法など詳しくは、市HPをご覧ください。





Information a la carte

電話番号の記載がない記事 岡市役所☎042-754-1111 (代)

情報

あ ら か る と

オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況 中止や延期の場合あり。市HPなどで確認を
記入する必要事項 ①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

Jアラート 11月12日に試験放送を実施

Jアラート(全国瞬時警報システム)は、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。緊急時に確実に伝えるため、全国一斉に試験放送を実施 時11月12日(水)11時ごろ 内「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 岡危機管理統括部

休日・夜間納税相談窓口

市税の納付や納税ができない場合の相談など。電話相談も受け付け 時11月9日(日)9時～16時、11月13日(木)17時30分～18時30分(★は18時以降、裏玄関の守衛室で入館手続きが必要)

会 場	電話番号
納税課★	042-769-8300
緑区税事務所	042-775-8808
南市税事務所	042-749-2163

社会保険料の控除証明書を11月上旬に発送

社会保険料(国民年金保険料)の控除を受けるために、年末調整や確定申告で添付が必要。届かない場合や再交付を希望する場合は問い合わせを 対1月～9月に国民年金保険料を納めた人(10月～12月に今年初めて納めた人には、令和8年2月上旬に発送) 岡ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004、050から始まる電話=☎03-6630-2525(月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～19時、第2土曜日9時30分～16時)

多重債務は一人で悩まず相談を

消費生活相談員が適切な相談先などを案内。弁護士・司法書士の無料相談もあり 時毎週木曜日(祝日等は翌営業日)13時20分～16時30分 会消費生活総合センター 定各4人(申込順) 申開催日前日までに、☎で同所へ ☎042-775-1770

火災に備えて対策を

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節が到来。住宅用火災警報器は、設置から10年たつと故障や電池切れが増加。定期的な点検と交換を。住宅用消火器、感震ブレーカーの設置を ※11月9日～15日は秋の火災予防運動 スローガン「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」 岡予防課

給与支払報告書などを配布

配市民税課、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 ※提出については市HPを参照。便利なeLTAXの利用を。年末調整については国税庁HPを参照 岡市民税課

都市計画審議会

第8回線引き見直し、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12日(水)14時～16時 会産業会館 ※傍聴希望者は、13時50分までに直接会場へ(定10人(抽選))。審議内容により、非公開の場合あり 岡都市計画課

サポステの相談・セミナー

①サポステ説明会&簡易相談会 若者の就労と自立をサポートする機関の説明と相談会 時11月11日(金)13時30分～16時30分②27日(木)13時30分～16時30分 会①南区地域福祉交流ラウンジ②橋本公民館 定各6組(申込順)
②家族セミナー 家族の在り方や若者と社会との橋渡しをテーマに講演 時11月29日(土)9時30分～11時30分 会サン・エールさがみはら 定50人(申込順)
【①②共通】対ひきこもり状態や生きづらさを感じる若者とその家族など 申11月5日～開催日前日に、☎か☑に6面上部の必要事項を書いて、さがみはら若者サポートステーションへ ☎042-703-3861 ☑info@parasute.jp

難病患者の出張就労相談会

時12月3日(水)10時～15時50分 会図書館(中央区) 対市内在住の難病患者 定5人(申込順) 申11月28日までに、☎でかながわ難病相談・支援センターへ ☎045-321-2711

マンションの維持管理・修繕等相談会

マンションの長期修繕計画などの相談に専門家が対応 時11月15日(土)14時30分～16時40分 会ユニコムプラザさがみはら 対市内の分譲マンション管理組合の人など 定2組(申込順) 申11月5日～11日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

建築士による自宅の無料耐震相談会

時①11月27日(木)②12月11日(木)13時30分～16時30分 会①南区合同庁舎②市役所第1別館 定各6組(申込順) 申①11月21日②12月5日までに、☎で建築政策課へ ☎042-769-8252

空き家の無料相談会

空き家の管理・活用などにプロの相談員が対応 時11月28日(金)・29日(土)10時～16時 会ソレイユさがみ 対市内に空き家を持っている人 定各5組(申込順) 申11月5日から、☎でブックオフおうちの無料相談会受付窓口へ ☎03-6701-4618

無料合同市民相談会

弁護士、税理士、司法書士、社会保険労務士、行政書士が相談に対応 時11月16日(日)13時30分～16時 会市民会館3階第1大会議室 ※希望者は直接会場へ 岡相模原土業連絡協議会(東京地方税理士会相模原支部内)☎042-759-0046

弁護士による無料法律相談会

時11月28日(金)13時～16時(1人30分程度) 会相模湖まちづくりセンター 定6人(申込順) 申11月7日～26日に、☎で同所へ ☎042-684-3240

里親制度説明会

里親制度についての映像上映や里親になるまでの流れなどを説明。閉会后、希望者には個別相談あり 時12月20日(土)14時～16時 会緑区合同庁舎 対市内在住の人 定30人(申込順) 申12月17日までに、☑に6面上部の必要事項を書いて市里親養育包括支援センターへ ☎042-704-8433 ☑minami-satooya@chusinkai.jp

相模川清流の里 宿泊利用 2月分の抽選

申11月10日17時までに、同所HPからか、観光政策課、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郵送で相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは11月21日から、☎で同所へ ☎☎0120-988-547 令和8年2月の休館日9日(月)・10日(火)

募集

高校生の考える平和写真展作品

テーマ私が考える「平和」 対11月1日時点で高等学校などに在学する人 ※応募作品は令和8年2月6日～20日に相模原市民ギャラリーで展示。規格や申し込み方法などは、市HPを参照 申込期限12月19日(必着) 岡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)



本市・無錫市友好イベント

両市の友好都市締結40周年を記念し、中国の文化を体験できるさまざまなワークショップを開催します。

時11月22日(土)11時・11時45分・12時30分(各回30分)

会ほねごり杜のホールはしもと多目的室

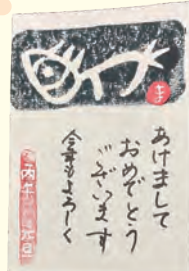
定各回15人程度(先着順)

※希望者は直接会場へ。

内容などは市HPを参照



- 中国伝統のお面「変面」ショー・絵付け体験
- 紙切りの実演・作成体験
- 篆書(漢字の起源となる中国の古代文字)の消しゴムはんこ作り



岡国際課☎042-707-1569

市主催の婚活イベント さがマッチ！冬の大運動会コン

結婚を希望する人を応援するための婚活イベントです。婚活セミナーを受講した後、チーム戦でさまざまな種目を楽しみながら参加者同士で交流を深められます。

時12月21日(日)14時30分～18時30分

会相模原ギオンアリーナ

※相模大野駅付近からバス送迎あり

対独身で、次のいずれかに該当する25歳～39歳

●市内在住か在勤・在学

●将来、本市への移住を検討している

定男女各30人(申込順)

費1,000円

申11月6日12時から、右の二次元コードから



岡さがマッチ！事務局☎050-1791-5840



ファミリー・サポート・センター会員

①**利用会員** 子育ての手助けを受けたい人。②への謝礼、支払いあり ㊦市内在住か在勤・在学で、小学生(障害がある場合は18歳)までの子どもがいる人(妊娠中も相談可)
②**援助会員** ①を手助けする人 ㊦市内在住かIn勤・在学で、講習会(令和8年2月予定、全3回)に出席できる20歳以上
【①②共通】希望者は動画視聴などが必要。申し込み方法などは市HPを参照 ㊦ファミリー・サポート・センター☎042-730-3885



市職員(任期付短時間勤務)行政

マイナンバーカード交付促進業務を担当 任期令和8年①4月1日②7月1日～9年3月31日 定①3人程度②3人程度(各選考) ㊦マイナンバーカード普及促進室、各区役所区民課・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HP)にも掲載) ※勤務条件などは、選考案内を参照 申11月13日(消印有効)までに、申込書などを同室へ

会計年度任用職員①児童育成支援員②補助員

放課後などの児童の遊びや生活面の指導、見守りなど勤務①週3～5日②週3日程度(シフト制) 勤務場所こどもセンター、児童クラブなど 報酬①1時間当たり1,409円から②1時間当たり1,273円から(職歴などで決定) ㊦①保育士、幼稚園・小学校・中学校・高校教諭の資格か、児童クラブなどで2年以上の実務経験がある人 ㊦こども施設課(市HP)にも掲載) ※市HPを参照か問い合わせを 申申込書を同課へ

清新地域包括支援センター職員 保健師

勤務月～金曜日の8時30分～17時30分 ㊦保健師の資格がある人 定1人(選考) ※勤務条件などは問い合わせを ㊦清新地域包括支援センター☎042-707-0822

イベント

考古市宝展

小倉宮原遺跡から出土した古墳時代の土器を展示 時11月29日(土)まで9時～17時 ㊦㊦旧石器ハテナ館☎042-777-6371

女子美染織コレクション展

インドネシアの染織品とその技法を紹介 時11月6日(木)～15日(土)、12月10日(水)～23日(火)10時～17時(日曜日・祝日等を除く。入館は16時30分まで) ㊦㊦女子美アートミュージアム(南区麻溝台)☎042-778-6801

ミニ企画展 選挙と尾崎行雄(弔堂)

時令和8年1月12日(祝)まで9時～16時30分 ㊦尾崎弔堂記念館 ㊦博物館☎042-750-8030

相模原将棋大会

時11月9日(日)9時30分～16時 ㊦市民会館3階第1大会議室 ㊦市内か近隣市町村に在住・在勤・在学の人 費1,500円(中学生以下1,000円、女性500円) ※希望者は直接会場へ。ねんりんピック埼玉大会の選手選考会を兼ねる ㊦日本将棋連盟相模原支部の富永さん☎090-7505-1450

花と緑の催し

①**秋の寄せ植え教室** 時11月11日(火)～13日(木)10時～11時30分
②**クリスマス・年末編 寄せ植えアート教室** 時11月25日(火)10時～11時30分
クリスマス③ツリー作り④リース作り⑤ハーバリウム作り 時③11月30日(日)10時～11時30分④12月1日(月)10時～11時30分⑤12月4日(木)10時～12時
【①～⑤共通】㊦①③④花苗生産センター(中央区田名)②相模原ギオンアリーナ⑤LCA国際小学校北の丘センター ㊦①②④⑤15歳以上(中学生を除く) 定①③④各10人②⑤各20人(各申込順) 費①③各1,500円②3,000円④2,000円⑤2,500円 ※③小学生以下は保護者同伴 申①11月10日までに、②③④⑤11月5日～②20日③④28日⑤27日に、二次元コードから ㊦市まち・みどり公社☎042-751-6624



保育の魅力発信 巡回写真展

時11月13日(木)10時～16時 ㊦アリオ橋本1階ブランドガーデン前催事場(緑区大山町) ㊦市保育連絡協議会事務局☎042-707-1524

図書館ひろば

①**本と体験で知るバリアフリー** 暮らしやすい社会を考える書籍の紹介やクイズ、スタンプラリーなど
3D立体模型を触ってみよう②**講話③体験会** 情報保障などをテーマにした講話と立体模型に触れる体験
【①②③共通】時11月16日(日)①10時～12時②13時～13時30分③13時～16時 ㊦図書館(中央区) ※希望者は直接会場へ。内容などは「図書館と市民をつなぐ会・相模原」HPを参照 ㊦同会の渥美さん☎080-6603-0808

ドリル大会

小学生中心の鼓笛隊が、曲に合わせて動きのある演奏を披露 時11月16日(日)11時～15時 ㊦相模原ギオンアリーナ ※希望者は直接会場へ。出演などは市少年鼓笛バンド連盟HPを参照 ㊦こども・若者応援課☎042-751-0091

たき火で焼き芋体験

時11月16日(日)10時・12時(各回2時間)〈予備日11月23日(祝) ㊦銀河の森プレイパーク(キャンプ淵野辺留保地内) ㊦中学生以下(未就学児は保護者同伴) 定各50人(先着順) ※希望者は直接会場へ。内容などは同所HPを参照 ㊦子どもの居場所づくり・相模原☎070-4497-4588

あそびの学校 やさいも

レクリエーションとたき火での焼き芋作り 時11月16日(日)13時30分～16時 ㊦青少年学習センター ㊦市内在住かIn学の小学生 定30人(申込順) 申11月12日までに、二次元コードから ㊦こども・若者応援課☎042-751-0091



『上溝のぼうち唄』の実演・体験

伝統的な仕事歌を体験。わらを使ったワークショップもあり 時11月16日(日)14時～16時〈雨天時11月30日(日) ㊦市古民家園 ※希望者は直接会場へ ㊦文化財課

ミニシアター

上映作品『異母兄弟』(1957年／日本／白黒) 時11月16日(日)・18日(火)14時～16時 ㊦図書館(中央区) ㊦市内在住かIn勤・在学の人 定各30人(申込順) 申11月5日から、直接か☎で視聴覚ライブラリーへ☎042-753-2401

秋の相模川ガイドツアー

小倉地区を歩き、建設中のリニア新幹線ドームトンネルを見学 時11月22日(土)9時～14時30分 ㊦相模川自然の村公園 ㊦小学生以上 定50人(申込順) 費1,000円(小学生500円) ※小学生は保護者同伴 申11月15日(必着)までに、はがきに6面上部の必要事項を書いて、大島・向原・小倉・葉山島地域観光振興推進協議会(上大島キャンプ場内)へ 〒252-0135 緑区大島3657☎042-760-6066

津久井城跡 発掘調査現地説明会

発掘現場の公開と解説 時11月23日(祝)10時～14時〈解説11時、13時(1回30分)〉 ㊦県立津久井湖城山公園根小屋地区森のステージ横 ※希望者は直接会場へ。同日に公園内でイベントあり、内容や会場案内などは同公園(☎042-780-2420)へ問い合わせを ㊦文化財課

尾崎行雄(弔堂)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。講演もあり 時11月23日(祝)13時～17時15分 ㊦ほねごり杜(弔堂)のホールはしもと 定500人(先着順) ※希望者は直接会場へ ㊦尾崎行雄を全国に発信する会事務局の大橋さん☎090-4541-8677

ノロウイルス食中毒 に注意

冬に流行することが多いノロウイルスは、嘔吐、下痢、腹痛を引き起こします。予防対策を徹底しましょう。

予防対策

- 帰宅、トイレの後、調理・食事の前などは手をよく洗う
- カキなどの二枚貝は中心まで加熱(85～90℃で90秒以上)
- まな板などの調理器具はお湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒
- 嘔吐・排せつ物などの処理はゴム手袋を使い、直接触れない

安全のために

- 年末食品衛生総点検** 市内スーパーマーケットなどを巡回 時11月4日(火)～12月26日(金)
- ノロウイルス食中毒予防キャンペーン** 啓発品などを配布 時11月13日(木)14時30分～15時30分 ㊦市役所本館、スーパーアルプス相模原インター店(緑区向原)

㊦生活衛生課☎042-769-9234



AIスタッフ総合案内サービス
AIが質問にお答えします。



市コールセンターから
ちょっとおしらせ

令和7年度の高齢者の新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの定期接種は、8年1月31日まで。希望者は早めに協力医療機関へ予約を。詳しくは市HPを参照



となりのまちから

サニデー・サービス

曾我部恵一展

ファーストアルバムのリリースから今年で30年を迎えるサニデー・サービス。作詞・作曲を担当している曾我部恵一さんの歌詞をテーマにした展示です。

時12月21日(日)まで10時～17時
㊦町田市民文学館ことばらんど(町田市原町田)
費600円(大学・高校生300円、中学生以下無料。11月3日は無料)
※休館日などは町田市HPを参照



©曾我部恵一 ROSERECORDS

㊦町田市民文学館ことばらんど☎042-739-3420



中央区の催し

中央区施設裏側バスツアー①博物館巡り②消防署巡り 区内の施設を巡り、普段は見られない施設の裏側を見学 **時**11月24日(休)①9時～12時②13時30分～17時 **集合・解散場所**淵野辺駅南口 **対**市内在住か在勤・在学の人(小学生以下は保護者同伴)

定各20人(抽選)

③中央区花手水ワークショップ体験会 季節の花を使って花手水を作る **時**11月29日(土)・30日(日)10時20分・11時10分・13時・13時50分・14時40分(各回30分) **会**横山公園 **定**各5人(申込順) **費**各500円

【①②③共通】申11月①②12日③24日までに、中央区 **HP** から **問**中央区役所地域振興課



サステナマルシェ&フードドライブ

ごみ資源の分別体験や地産地消を目指した特産品の販売、ワークショップなど **時**11月24日(休)10時～15時(雨天中止) **会**相模原麻溝公園 ※希望者は直接会場へ **問**同所 **☎**042-777-3451

あさみぞガイドハイク

相模川の河岸段丘や文化財などの地域遺産を巡る **時**11月29日(出)9時～11時30分(荒天中止) **集合場所** 原当麻駅西口 **定**30人(申込順) **申**11月21日までに、直接か **☎**、**☎**、**☎**に6面上部の必要事項を書いて、麻溝公民館へ **☎**042-778-2277 **☎**042-778-2278 **☎**asamizochiku+guide@gmail.com

相模大野図書館の催し

①ブックトーク 本ってなに? 本の紹介とオリジナルしおり作り **時**11月29日(出)14時～14時50分 **対**小学生

②絵本で子育てワークショップ わらべ歌や絵本の読み聞かせ **時**12月6日(出)10時30分・11時10分(各回20分) **対**未就学児とその保護者

【①②共通】会相模大野図書館 **定**①15人②各9組(各申込順) **申**11月5日～開催日前日に、**①**直接か **☎**で同所へ**②**二次元コードから **☎**042-749-2244



街かどコンサート

昨年度全日本アンサンブルコンテストで金賞を受賞した田名中学校吹奏楽部員が演奏 **編成**サクソ四重奏 **時**11月30日(日)12時20分～12時50分 **会**ミウ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本) ※希望者は直接会場へ **問**市民文化財団 **☎**042-749-2207

よこやまオータムフェスタ

焼き芋等の秋の味覚やハンドメイド雑貨の販売など。ツリークライミング(30日のみ)もあり **時**11月29日(土)・30日(日)10時～16時 **会**横山公園 ※希望者は直接会場へ。他のイベントなどは同所 **HP** を参照 **問**同所 **☎**042-758-0886

障害者週間のつどい

心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター表彰式、映画『梅切らぬバカ』上映など **時**12月7日(日)13時30分～15時45分 **会**あじさい会館 **定**200人(申込順) ※12月3日～9日は障害者週間。ヒアリンググループ(磁気ループ)・手話通訳・要約筆記対応可 **申**12月4日までに、二次元コードから **問**れんきょう **☎**042-755-5282



就職希望者向け バス運転士体験会

大型バスの運転体験や研修施設の見学など **時**12月12日(金) **集合**8時＝相模原駅、9時45分＝神奈川中央交通秦野営業所(秦野市曾屋) **対**普通自動車運転免許(AT限定可)がある人 **定**20人(申込順) **申**12月3日までに、直接か **☎**でハローワーク相模原へ **☎**042-776-8609(45#)

県障害者スポーツ大会

①卓球②卓球・サウンドテーブルテニス③ボッチャ **時**令和8年①1月16日(金)②1月18日(日)③3月1日(日) **会**アサnte スポーツパーク(県立スポーツセンター(藤沢市善行)) **対**7年4月1日時点で、障害がある13歳以上<①精神②身体(内部障害を除く)・知的③身体(肢体障害のみ)> **配**スポーツ推進課、各高齢・障害者相談課、各まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・公民館(沢井を除く)など(市 **HP**)にも掲載) **申**①②11月17日③12月15日までに、申込書を郵送で県身体障害者連合会(県社会福祉センター内)か、直接か **☎**、**☎**でスポーツ推進課へ。記入が困難な人は **☎**で同課へ 県身体障害者連合会＝〒221-0825横浜市神奈川区反町3-17-2 スポーツ推進課＝**☎**042-769-6140 **☎**042-754-7990 **☎**sports@city.sagamihara.kanagawa.jp

宮ヶ瀬湖マラソン大会

①5km②8.6km③3km④⑤2km **時**令和8年1月25日(日)8時～13時 **会**北岸林道 **対**市内在住か在勤・在学の①②高校生以上③中学生④小学校3・4年生⑤小学校5・6年生 **定**各50人(抽選) **費**①②各2,000円③④⑤各1,000円 **配**スポーツ推進課、各公民館(沢井を除く)など(市 **HP**)にも掲載) **申**11月4日～12月1日(必着)に、申込書を宮ヶ瀬湖マラソン大会実行委員会事務局(スポーツ推進課内)へ



講演・講座

オースァズカフェ 少女マンガの読み方

言葉や視線の表現に注目して読み解く **時**11月8日(土)14時～15時 **会**ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ **問**同所 **☎**042-701-4370

老人福祉センターの催し

①セミナー 身近な終活のススメ ファイナンシャルプランナーが身近整理などを解説 **時**11月11日(火)10時～12時

②③健康体操教室 プロの指導によるストレッチなど **時**11月②13日(木)③20日(木)11時～12時 **費**各500円 **【①②③共通】**

会 場	電話番号
①③老人福祉センター若竹園	042-746-4622
②老人福祉センター湊松園	042-761-9291

対市内在住の60歳以上(②③は運動に支障のない人) **定**各20人(申込順) **申**11月5日から、直接か **☎**で各会場へ

個人参加キッズ野球教室

時11月11日～12月9日の毎週火曜日17時～18時(雨天中止) **会**ウイツひばり球場 **対**小学校1～3年生 **定**各10人(申込順) **費**各500円 **申**11月5日11時～開催日前日に、**☎**で教室専用窓口へ **☎**080-2447-7416

スポーツレクリエーション講習会 ボッチャ

時11月①15日(土)9時30分～11時30分②16日(日)9時～11時 **会**①相原小学校体育館②光が丘小学校体育館 **対**市内在住の3歳以上(未就学児は保護者同伴) **定**各50人(先着順) ※希望者は直接会場へ **問**スポーツ推進課

KITASATO移植市民セミナー

時11月30日(日)13時～15時 **会**ほねごり杜のホールはしもと多目的室 **定**150人(申込順) ※参加者に記念品あり **申**二次元コードから(Google®アカウントが必要) **問**同セミナー運営事務局 **☎**042-778-9091



市民講座 私のがんを知る

時12月2日(火)18時～19時40分 **会**ユニコムプラザさがみはら **講**吉田 功さん(北里大学医学部教授) **定**180人(申込順) ※北里大学 **HP** を参照 **申**11月27日までに、**☎**か **☎**、**☎**に6面上部の必要事項を書いて、プランニングウィルへ **☎**03-6801-8084 **☎**03-6801-8094 **☎**reg-kitasato14s@planningwill.co.jp

さがみはランド in さがみはらフェスタ

多彩なコンテンツで子どもから大人まで楽しめるイベントです。

時11月8日(土)・9日(日)10時～21時(9日は20時まで) **会**相模総合補給廠一部返還地 ※会場内は完全キャッシュレス決済

体験ブース

●マールタウン(小学生の職業体験)

ステージ

●高校生バンド
●キッズ・学生ダンス
●体験型コンテンツ など

飲食ブース

●激辛ロード
●スイーツロード
●キッチンカー



恒例イベント
さがみはらランタン



◀詳しくはこちら
公式 **HP**



昨年大好評の
アンブレラ
プロッサム



問さがみはらフェスタ実行委員会事務局(大道舎内) **☎**042-750-0423



知って、触れて、誇れる！
さがみはらの農産物

農業まつり

市内産の農産物を満喫できるイベントです。
時11月9日(日)9時～14時30分(雨天決行)
会淵野辺公園中央広場

PR販売

●市内農産物やその加工品
●銀河連邦共和国の特産品 など

体験ブース

●Happyたまごチャレンジ
●搾乳体験 など

農畜産物共進会

鶏卵・柿・キウイフルーツの部

飲食コーナー

地元の食材を使った料理など



◀詳しくはこちら
市 **HP**

問農政課 **☎**042-769-8239



犯罪被害者週間講演会

犯罪被害者が置かれている状況や支援の重要性などを学ぶ 時12月4日(休)14時～16時30分 会産業会館 調渡邊達子さん(京都アニメーション放火殺人事件被害者遺族)など 定100人(申込順) ※11月25日～12月1日は犯罪被害者週間。イベント情報などは市HPを参照 申12月3日までに、市HPから 関交通・地域安全課



障害のある児童生徒のためのポニー乗馬

ポニーの世話や乗馬、餌やりなど 時12月6日～27日の毎週土曜日10時～11時30分、13時30分～15時 会相模原麻溝公園ふれあい動物広場 対市内在住で障害のある4歳～中学生(保護者同伴) 定各6人(抽選) 申11月22日～25日に、直接かFAXに6面上部の必要事項、参加希望日時、ファクス番号を書いて同所へ 042-778-3900

さがまちカレッジ

①環境問題をプログラミングで表現してみよう 時12月6日(土)13時～16時 会青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺) 対小学校4～6年生とその保護者、中学生 定16組(抽選) 費1,000円 ②薬学講座 投与後の痛み止めの化学 時12月13日(土)10時～11時30分 会玉川学園コミュニティセンター(町田市玉川学園) 定20人(抽選) 費1,200円 【①②共通】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(沢井を除く)など 申11月12日までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局へ。同コンソーシアムHPからも可 042-703-8535

初心者でもわかる野鳥観察入門

時①12月7日(日)9時30分～12時②令和8年1月12日(祝)9時45分～12時(①②雨天中止) 会①境川(町田～古淵)②相模川自然の村周辺 対中学生以上 定各20人(申込順) 申11月5日～開催日2日前に、直接か、に6面上部の必要事項を書いてエコパークさがみはらへ 042-769-9248 ecopark-sagamihara@mdlife.co.jp

障害者スポーツ・ふれあい文化講座

①元気にパワーアップ体操(全3回) ストレッチなどを学ぶ 時11月22日、12月27日、1月10日の土曜日14時～15時30分 会あじさい会館 ②お味噌の美味しいおはなし 味噌の基礎知識と即席みそ汁作り体験 時12月13日(土)13時30分～15時 会けやき体育館 費300円 【①②共通】対市内在住か在勤(障害福祉サービス事業所を利用している人含む)・在学で障害のある小学生以上(②小学生は要付き添い) 定①30人②18人(各申込順) ※手話通訳・要約筆記者対応可(要予約)。ボランティア同時募集(定各2人(申込順)) 申11月5日～①18日②28日に、でけやき体育館へ。電話が難しい場合は、FAXに6面上部の必要事項、障害の種別・等級、付添者の有無、手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて同所へ 042-753-9030 FAX 042-769-1200

働くあなたの美歯習慣講座

時12月7日(日)10時～11時 会サン・エールさがみはら 対本人か家族が市内在住か在勤の18歳以上 定50人(抽選) 申11月20日(必着)までに、はがきかFAX、に6面上部の必要事項を書いて同所へ。同所HPからも可 〒252-0131緑区西橋本5-4-20 042-775-5665 FAX 042-703-7612 sun-yell@nem-shiteikanri.jp

市民公開講座 東洋医学で腰痛解消

風船を使って舌圧・腹圧を鍛える運動など 時12月7日(日)14時～16時 会ユニコムプラザさがみはら 対市内在住かIn勤・在学の人 定80人(申込順) 申12月6日までに、かFAX、に6面上部の必要事項を書いて相模原鍼灸マッサージ師会(ナチュラル鍼灸治療院)へ 042-753-6099 sagashin1923@gmail.com

オンライン 発達障害講演会

ライフステージごとの困り事や支援について、診察室で多い相談から学ぶ 時12月20日(土)10時～12時 講神谷俊介さん(北里大学病院精神神経科医師) 対市内在住かIn学・In勤の人 定100人(申込順) ※ツールはWebex®を使用 申11月5日～12月12日に、二次元コードから 療育相談室 042-756-8435



発達に課題のある若者・家族の就労セミナー

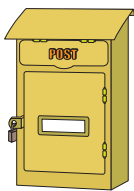
支援機関や当事者などから就労のポイントを学ぶ 時12月25日(休)10時～12時30分 会ウェルネスさがみはら 対発達に課題のある中学生～39歳やその家族・支援者 定50人(申込順) 申11月5日～12月22日に、二次元コードから 関障害者支援センター松が丘園 042-758-2121



市内在住で新聞末購読の世帯へ

広報さがみはらをポストにお届け

紙の広報紙が届きます



広報さがみはら(1日号、15日号)を、戸別にお届けします。配布には、発行日から4日程度かかる場合があります。

対市内在住で新聞末購読の人 ※「広報さがみはら」のほか、「市議会だより」「選挙のお知らせ」「選挙公報」「健康さがみはら」も配布 申発行日9日前(土・日曜日、祝日等を除く)までに、

電話で

市コールセンターへ 042-770-7777

●住所・氏名・電話番号などを伺います。

●集合住宅に住んでいる場合は、建物名も伺います。

電子申請で

※詳しくは、二次元コードから



関広報課 042-769-8200

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。

●教会の弦楽コンサート in Autumn 曲目は『弦楽セレナード ハ長調』など 時11月30日(日)16時30分～18時 会相模原教会(中央区矢部) 定120人(先着順) ※希望者は直接会場へ 関アンサンブル・エルメ事務局 080-7270-6785 ③パソコンからラインでメリークリスマス(全4回) 画像の作成や送信を学ぶ 時11月15日(土)～12月15日(月)のうち4日間9時15分～11時30分 会サン・エールさがみはら 対Windows®パソコンを持参できるLINE利用者 定10人(申込順) 費1回1,500円 ※日にちなどは問い合わせを 申11月12日までに、でシニアパソコン普及会へ 090-4947-4403

仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

●女声合唱 時第1・第2・第4木曜日、第3火曜日10時から 会光が丘公民館 ※見学可 関西野 042-762-5946 ④硬式テニス 時毎週月・金曜日12時30分から 会横山公園 対経験者 関税所 080-9822-8275 ⑤社交ダンス(スタンダード・ラテン) 時毎週火曜日13時から 会東林ふれあいセンター ※初心者歓迎、体験可 関岩森 080-1321-9834 ⑥日本画・水墨画 時第1・第3金曜日13時から 会市民会館 ※初心者歓迎 関平田 080-1181-7195

応募は発行日の3週間前まで 申電子申請から。郵送、FAXの場合は、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、広報課へ。〒252-5277中央区中央2-11-15 FAX 042-753-7831 ※掲載は抽選。掲載の場合のみ発行日の10日前ごろに連絡。政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載不可。掲載基準などは市HPを参照



暴力に悩む皆さんへ



11月12日～25日は
女性に対する暴力をなくす運動期間

DV(ドメスティックバイオレンス)や性犯罪などに苦しんでいる人は、一人で抱えずに相談してください。

こんな相談ができます

- 配偶者や交際相手など身近な人からの暴力
- 性犯罪・性暴力
- ストーカー
- セクシュアルハラスメント など

こんな行為がDV

- 殴る、蹴る、突き飛ばす
- 生活費を渡さない
- ばかにする、ののしる
- 長時間無視をする
- 性行為を強要する
- 交友関係や電話・メールを監視する

相談先

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(毎月第4月曜日、12月29日～1月3日を除く)10時～17時(火・木曜日18時まで)

➤DV相談+ 0120-279-889(24時間)

チャット相談などあり。
詳しくはこちらから▶



ソレイユさがみ女性相談

暴力(DV以外)など女性が抱えるさまざまな悩みを相談可

042-775-1777

時毎日(毎月第4月曜日、12月29日～1月3日を除く)10時～17時(火・木曜日は18時まで)

対女性

家族心理学講座 なぜ、人は支配しようとするのか

時11月22日(土)13時30分～15時

会ソレイユさがみ

定20人(申込順)

※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

申11月5日から、直接か、FAXに6面上部の必要事項、保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)を書いて同所へ。同所HPからも可 042-775-1775 FAX 042-775-1776

関人権・男女共同参画課 042-769-8205

紙面の内容がスマホで読めます



マイ広報さがみはら



カタログポケット広報さがみはら





Facility Events

施設 の 催 し

あじさい会館

〒252-0236 中央区富士見6-1-20 ☎042-759-3963 FAX042-759-4815

写経体験
写経の用紙を筆ペンでなぞる 時11月4日(火)・7日(金)・11日(火)・13日(木)9時～17時(1回60分程度) 定各10人(先着順) 費各300円 ※希望者は直接会場へ

夜のあじさいヨガ教室
時11月6日～27日の毎週木曜日19時～20時 対18歳以上 定各40人(先着順) 費各600円 ※希望者はヨガマットを持って直接会場へ(マット貸し出しあり。数に限りあり)

ストレッチアンドピラティス
時11月12日(水)19時30分～20時30分 対18歳以上 定25人(申込順) 費800円 ※マットの貸し出しあり 申11月5日～開催日前日に、直接か☎、FAXに10面上部の必要事項を書いて同所へ

季節のフラワーアレンジメント教室
しめ縄飾りを作る 時12月3日(水)13時30分～15時30分 対15歳以上(中学生を除く) 定20人(申込順) 費2,300円 申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

講座 お口のフレイル予防
時12月6日(土)10時～11時30分 定30人(申込順) 申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

さがみ湖リフレッシュセンター

〒252-0175 緑区若柳1207-4 ☎042-685-3988

①卓球台を開放
時11月15日(土)9時～12時 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定25人(申込順) 費100円

②津久井の日本酒石けん&ローズマリーのヘアトリック
時11月15日(土)10時～12時 定8組(申込順) 費2,000円

③うたとピアノのコンサート
時11月17日(月)13時30分～14時30分 対小学生以上 定50人(先着順) 費500円 ※希望者は直接会場へ

④シニアのためのスマホ教室
時11月20日(木)9時～11時30分(1人30分程度) 対65歳以上 定5人(申込順)

⑤大きな松ぼっくりでクリスマスツリーをつくろう
好きな飾りを付けて作る 時11月23日(日)11時～12時 定6組(申込順) 費650円

⑥スポーツウェルネス吹矢教室
時11月24日(金)13時30分～15時 対18歳以上 定20人(申込順) 費500円
【①②④⑤⑥共通】申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

相模原スポーツ・レクリエーションパーク

〒252-0205 中央区小山2696 ☎042-707-1933

しめ縄づくり教室
時11月29日(土)8時50分～10時20分、10時40分～12時10分 定各10人(申込順) 費各1,500円 ※未就学児は保護者同伴 申11月5日～開催日前日に、同所HPから

春まで楽しむ寄せ植え教室
時11月29日(土)10時～11時30分 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定10人(申込順) 費2,500円 申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

催し名		日にち	時 間	対象・定員(申込順)・費用	
①	ソフトエアロ&ストレッチ	〈全8回〉	毎週月曜日 12月1日～令和8年2月9日 (12月15日、8年1月12日・19日を除く)	9時30分～11時	対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各6,000円
			11時15分～12時45分		
②	からだ 身体すっきり、ストレッチヨガ	〈全8回〉	毎週月曜日 12月1日～8年2月16日 (12月15日、12月29日、8年1月12日・19日を除く)	10時～11時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費7,000円
③	リラクソヨガ	〈全12回〉	毎週木曜日 12月4日～8年2月26日(8年1月1日を除く)	9時30分～10時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1万500円
④	リフレッシュヨガ		12時30分～13時30分		
⑤	太極舞	〈全8回〉	毎週金曜日 12月5日～8年1月30日(8年1月2日を除く)	11時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費7,000円
⑥	ランニングクリニック	12月27日(土)	10時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費2,000円	

申11月5日～開催日1週間前に、同所HP「イベント&教室」ページから

会場・お問い合わせは原則各施設。休所日は各施設HPで確認を

回数の記載がないものは1回ずつの開催
オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況 中止や延期の場合あり。市HPなどで確認を
記入する必要事項 ①催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775 FAX042-775-1776

①ポジティブ心理学講座 説得する技術
時11月29日(土)10時～12時 定10人(申込順)

②定年退職後の働き方セミナー
自分らしい働き方とライフプランを考える 時11月29日(土)10時～12時 定20人(申込順)

③おはなしお楽しみ会
エプロンシアターや人形劇、手遊びなど 時11月29日(土)10時30分～12時 対小学校3年生以下の子どもとその保護者 定5組(申込順)

④講座 マジックに騙されても、振り込み詐欺には騙されない
時12月6日(土)10時～11時30分 定20人(申込順)

⑤講座 毎日が変わる！ママのための脳と心のセルフコーチング
時12月6日(土)10時～12時 対女性 定20人(申込順)

⑥ソレイユマルシェワークショップ 和布とリボンで作るお正月飾り
時12月6日(土)13時～15時 対中学生以上 定10人(申込順) 費1,200円

⑦市民企画講座 いきいき生きるコツ
周りの人とのコミュニケーション方法を学ぶ 時12月9日(火)14時～16時 定25人(申込順)
【①～⑦共通】※①②④～⑦未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) 申11月5日から、直接か☎、FAXに10面上部の必要事項、①②④～⑦保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)を書いて同所へ。同所HPからも可

エコパークさがみはら

〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248
㊟ecopark-sagamihara@mdlife.co.jp

①おもちゃもったいないセンター②おもちゃの病院
時11月23日(日)10時～15時(①各回30分) 定①各回8組(申込順) ※①13時～15時は予約不要、直接会場へ。②はおもちゃを持って直接会場へ 申①開催日前日までに、直接か☎、㊟に10面上部の必要事項、希望時間を書いて同所へ

クリスマスリースづくり
木もれびの森の葉や実を使ってリースを作る 時11月30日(日)13時30分～15時30分 対小学生以上(小学校3年生以下は保護者同伴) 定20人(申込順) 費500円 申11月5日～26日に、直接か☎、㊟に10面上部の必要事項を書いて同所へ

サステナブルなカスタネット作り
間伐材を使ってカスタネットを作る 時12月6日(土)10時～12時 対3歳以上(小学校3年生以下は保護者同伴) 定30人(申込順) 費900円 申11月5日～12月3日に、直接か☎、㊟に10面上部の必要事項を書いて同所へ

相模の大嵐^{だに}センター

〒252-0326 南区新戸2268-1 ☎046-255-1311 FAX046-255-1361

①嵐^{だに}づくり教室
時11月29日(土)13時30分～16時 定5組(申込順) 費500円

②手作りで楽しむクリスマスリース教室
時12月2日(火)10時～11時30分 定10組(申込順) 費1,500円
【①②共通】※未就学児は保護者同伴 申11月5日から、直接か☎、FAXに10面上部の必要事項を書いて同所へ



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

催し名	日にち	時 間	対象・定員(申込順)・費用
① ちびっこ運動	11月15日(土)	11時～11時50分	対年少・年中 定8人 費550円
② 絵手紙	11月17日(月)	10時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円
③ 水中撮影フォームチェック	11月19日(水)	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円(DVD代含む)
④ 泳力検定会	11月26日(水)	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,100円(検定合格で日本水泳連盟に登録する場合、登録料別途1,000円必要)
⑤ フラワーアレンジメント・クリスマスのテーブルフラワー	12月2日(火)	10時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定14人 費3,960円

申11月5日から(②は16日まで、⑤は29日まで)、直接か☎で同所へ。③④は同所HPからも可

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311(③④の問い合わせ用)

催し名	日にち	時 間	対象・定員・費用
① 体幹トレーニングヨガ	11月12日(水)・26日(水)	19時～20時15分	対18歳以上(高校生を除く) 定各20人(申込順) 費各1,000円
② グッドヘルスフェスティバル(健康体操)	11月23日(祝)	8時50分、10時、11時10分、12時20分、14時、15時10分(各回60分)	対18歳以上(高校生を除く) 定各25人(先着順) 費各500円
③ 幼児スケート教室(全4回)	毎週土曜日 12月6日～27日	9時～10時30分	対4歳以上の未就学児 定25人(抽選) 費4,000円
④ カーリング教室(全2回)	12月18日(水)・19日(金)	20時30分～22時30分	対中学生以上(17歳以下は保護者同伴か送迎が必要) 定25人(抽選) 費2,000円

※②希望者は開始30分前までに直接会場へ(📍教室専用窓口☎080-2447-7416) 申①11月5日10時から、☎で教室専用窓口へ。③④11月5日～11月15日に、同所HPから

相模原北公園

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-779-5885

オータムフェスティバル

地域団体の出演やキッチンカーなど 時11月16日(日)9時～15時 ※希望者は直接会場へ

野菜作り教室 時10時～11時 対中学生以上 定10人(申込順) 費1,000円

申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

春まで楽しむ寄せ植え教室

時11月29日(土)13時30分～15時 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定10人(申込順) 費2,500円 申11月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

相模原ギオンアリーナ

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

バウンドテニス体験教室

時12月25日(水)9時30分～11時30分 対小学校4年生以上 定20人(抽選)

費800円 申12月17日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に10面上部の必要事項を書いて同所へ

東林ふれあいセンター

〒252-0311 南区東林間1-22-17 ☎042-745-7660

のびのびエアロビクス(全2回)

時12月5日(金)・19日(金)13時30分～14時30分 対18歳以上 定15人(申込順)

費1,400円 申11月5日～28日に、直接か☎で同所へ

星を見る会

時12月5日(金)18時～19時 定15組(1組5人程度まで。申込順) ※中学生以下は保護者同伴 申11月5日～28日に、直接か☎で同所へ

博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

星空観望会

プラネタリウム内で説明後、天体望遠鏡を使用して天体観望 時12月14日(日)18時30分～19時45分 定100人(抽選。1組4人まで) ※中学生以下は保護者同伴。車いすで入れない場所あり 申11月10日までに、同所HPから

Fight!

相模原のスポーツ選手を応援しよう!

SCS

SC相模原(サッカー・J3リーグ所属)

時11月①9日(日)②16日(日)14時から

会相模原ギオンスタジアム

対戦相手①ツエーゲン金沢②FC琉球

📞SC相模原☎042-705-7074

RISE

ノジマ相模原ライズ(アメリカンフットボール・X1 SUPER所属)

時11月8日(土)17時から

会横浜スタジアム(横浜市中区)

対戦相手オービックシーガルズ

📞ノジマ相模原ライズ☎046-200-9366

角田裕毅選手(F1ドライバー)

●サンパワログランプリ決勝

時11月10日(月)2時から

📞042-769-9245

※F1は動画配信サービス(有料)で放送。レース・試合情報は変更となる場合あり。試合日程などは各チームのHPを参照

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 FAX042-751-5545

参照先記載のないものは全て同協会HPを参照▶

●スポーツチャンバラ秋季体験会

時①11月7日(金)19時15分～20時45分②11月8日(土)9時30分～11時 会①相模原ギオンアリーナ②ほねごりアリーナ ※希望者は直接会場へ

●①ラダーゲッター交流会②カローリング交流会

①ひもでつながる2個のボールをはしごに投げる競技②屋内フロアでできるカーリングに似た競技 時11月9日(日)①9時～11時30分②12時30分～15時 会相模原ギオンアリーナ 費各500円(18歳以下は100円) ※希望者は室内履きを持って直接会場へ

●初めてのバリエーションルート(大山登山)

一般ルートより困難なルートに登る 時11月30日(日) 集合8時30分=日向薬師(伊勢原市日向)周辺 対市内在住か在勤の18歳以上 定10人(申込順) 費3,000円 申込期限11月14日 ※市山岳協会HPを参照

●オリンピックに学ぶランニングクリニック 大会に向けたコンディショニングづくり&ランニングを楽しもう!!

時12月6日(土)10時30分～12時 会相模原ギオンスタジアム 対18歳以上 定40人(申込順) 申込期限11月30日

●さがみはら元旦マラソン大会(1.5km(①小学生②ファミリー③ジョギング)④3km(中学生以上)⑤5km(中学生以上))

時令和8年1月1日(祝)9時から 会相模原ギオンスタジアムとその周辺 対設定コースを完走できる人 ※①小学生④⑤中学生以上 定①③④各180人②180組⑤360人(各申込順) 費①1,200円②3,000円③1,500円(小学生以下1,000円)④⑤各2,400円 申込期間①②④⑤11月6日～30日(必着) ※③希望者は直接相模原ギオンスタジアムへ

●相模原駅伝競走大会(①一般A②一般B③女子④ミックス⑤高校⑥中学生男子⑦中学生女子)

時令和8年1月18日(日)8時20分から 会相模原ギオンスタジアム 対①②18歳以上の男性(高校生を除く)③15歳以上の女性(中学生を除く)④中学生以上の男女混成チーム⑤男子高校生⑥男子中学生⑦女子中学生 定①20組②50組③④⑥⑦各30組⑤40組(各抽選。1組5人) 費①②③④⑤各5,000円⑥⑦各2,500円 申込期限11月30日(必着)

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに...

市コールセンター ☎ 042-770-7777 8時～21時 年中無休 ※おかけ間違いにご注意ください。 FAX 042-770-7766

ぞっこん!相模原 市の魅力をテレビで発信!



さがみはら宇宙博 宇宙とつながる、未来を応援する

国ほねごり社のホールはしもと

JAXA応援宣言&トークショー・宇宙飛行士特別講演会

●JAXA応援宣言

登壇者 藤本正樹さん(JAXA宇宙科学研究所所長)、市長

●津田雄一さん(同研究所副所長)と著名人のトークショー

●JAXA宇宙飛行士の特別講演会

※出演者の都合などで講演日の変更や中止の可能性あり

時 12月13日(土)14時～16時

定 450人(抽選)

申 11月11日～11月25日に、二次元コードから

詳しくは
こちら



特別講演会の講師

古川 聡さん

(国立研究開発法人
宇宙航空研究開発
機構宇宙飛行士)

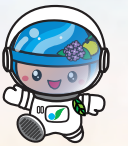


提供 JAXA

JAXA応援団募集中!

JAXA応援団は、JAXAを応援したい企業・
団体・個人などの皆さんに、団員になって
もらい、市を中心として団員が一体となり、
JAXAを応援していく取り組みです。

他にも予約なしで参加でき
る宇宙に関するさまざまな
イベントがあるよ



【同時開催】MMXの裏側 JAXA×NHK トークイベント

川勝康弘さん(MMX(火星衛星探査計画)プロジェクトマネージャ)が、JAXAとNHKが共同
開発したカメラ開発の裏側や火星圏探査について語ります。

時 10時30分～11時45分 申 11月25日までに、右の二次元コードから



問 シティプロモーション戦略課 ☎042-707-7045

相模原SDGs EXPO

持続可能な社会の実現に向けてSDGsを楽しく学べます。

時 11月30日(日)10時～16時

会 青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺)

●ブース出展

・さがみはらSDGsパートナー(60団体程度)

・SDGsワークショップ(一部要申込)

●ステージ

・現役青山学院大学生モデルの小杉怜子さんトークショー

・オダウエダなど人気芸人のSDGsステージ



小杉怜子さん



オダウエダ

●JAXA×青山学院大学連携企画

・講演「月から火星の衛星へ」

・青山学院大学理工学部の研究紹介 など

定 100人(申込順)

申 11月8日～28日に、二次元コードから

●ZERO CARBON ポスターセッションチャレンジ

脱炭素をテーマにした大学生などの発表

●SDGs特別事業

・市内小学生のSDGsに関する取り組み発表

・地域団体などのキッチンカー出店

●スタンプラリー

ブースを回りスタンプを集めて、豪華賞品ゲット

市は令和2年にSDGsへの取
り組みが評価されて「SDGs
未来都市」に選ばれているよ!

詳しくはこちら



問 みんなのSDGs推進課 ☎042-769-9224

財源確保の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)。掲載申し込みは(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。掲載した広告の問い合わせは各広告主へ

