

～病児・病後児保育～

# 子どもが病気になったとき 頼れる保育があります

市では、多様化する保育のニーズに対応するため「病児・病後児保育」を2か所で行っています。

これは、軽症な病気またはけがをしている子ども、その回復期の子どもが通常の保育所に通えないときに保護者が仕事などの理由で保育ができない場合、一時的に預かる事業です。これまで、子どもが病気になった場合、仕事を休んだり退職したりするしかない、などと悩んでいた人は、ぜひ利用してみてください。

## 病児・病後児保育利用リピーター

磯 和輝さん（お子さん 2歳 男の子）

うちの子は2～3か月に1回くらい風邪をひくので、これまでに7～8回利用しています。熱があっても預かってもらえるのは、本当に助かります。普通の保育園みたいな雰囲気だから、連れて行くときも嫌がりません。こういう施設がもっといろんな場所にできると嬉しいです。



## 家庭で 保育する場合との 違いは？

最大のメリットは、看護師と保育士が対応するので、安心して子どもを預けて仕事ができること。家庭内での感染予防にもつながります。



## 費用は いくらぐらい かかるの？

### 1日の料金

日額	2,000円
給食費	350円
利用連絡票発行手数料★ (かかりつけ医手数料)	1,600円
計	3,950円
★に市からの助成がある場合 (市内在住の人のみ) -700円	
合計	3,250円



## 対象になる 年齢や症状は？

- 年齢  
市内在住か市内の保育所（認可・認可外）へ通う、6か月～小学校3年生

- 症状  
風邪で熱があるときなど、入院や専門治療の必要がない軽症の病気・けが、またはその回復期。感染症は、治療証明書が発行されれば利用できます。  
詳しくは保育課へお問い合わせください。

## どんな流れで利用するの？

子どもが病気になった！けがをした！  
(1日で回復するのは厳しい症状)

- ①保育施設へ受け入れ状況を確認（利用連絡票を準備）  
※利用連絡票は、市のホームページからダウンロードできます。
- ②かかりつけ医での受診（利用連絡票を持参）
- ③利用当日、施設に利用連絡票と利用申込書を提出

## 開園65周年を迎える保育のプロが対応 ふちのべほいくえん 病後児保育センター 「ぼっかぼか」

常駐の保育士と看護師チームで保育看護にあたっています。体調はもちろん発達段階に合わせた保育を受けられ、淵野辺保育園本園で調理する、体調に応じた食事を提供しています。



一人ひとりに個別적인配慮を大切にしたいケアを行っています

**所在地** 中央区淵野辺3-7-20  
**電話番号** 042-704-1300  
**保育曜日** 月～土曜日  
**保育時間** 午前7時30分～午後6時30分  
**定員** 8人

## 病院内施設ならではの安心感

## 病児 病後児 保育 北里キッズケアルーム 「ひまわり」

薬を飲むのを嫌がる子どもにも、看護師と保育士の知識と経験で対応。落ち着いて座って遊べる工作など、スタッフが工夫した手作りの材料での遊びも好評です。  
※利用には、窓口での登録（無料）が必要です。



▲スタッフの看護師（左）と保育士の皆さん

**所在地** 南区北里1-15-1 北里大学病院内  
**電話番号** 042-778-7815  
**保育曜日** 月～金曜日  
**保育時間** 午前8時～午後5時30分  
**定員** 6人

詳しくは、各保育所（認可・認可外）・こどもセンターに掲示してあるポスターか、市ホームページの暮らしの情報 → 子育て → 保育園 をご覧ください。

お問い合わせ  
保育課 ☎042-769-8340

# さがみはら がみはら 広報

NO.1240  
毎月1日・15日発行  
2012 5/1  
平成24年

発行/相模原市  
〒252-5277  
相模原市中央区中央2丁目11番15号  
ホームページ  
http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/  
編集/総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200

## 市の人口・世帯



人口 718,695人 (258減)  
男 361,092人/女 357,603人



世帯 307,300世帯 (579増)  
4月1日現在 ( ) は前月との増減

## 潤水都市 さがみはら

「潤水都市 さがみはら」は、政令指定都市・相模原の、未来へ向かう合言葉です。

## TOPICS ■ トピックス ■

### 復興支援のコインアートが行われました



4月7日・8日に開催した市民桜まつりの会場で、相模原青年会議所が中心となり「OMOIYARI コインアート」が行われました。これは、硬貨で文字などをデザインするコインアートを通して東日本大震災の被災地への支援金を募るイベントで、「OMOIYARI」などの言葉が作られました。集まった支援金は、全額「いわての学び希望基金」へ送られ、震災孤児の支援などに役立てられます。  
お問い合わせ 商業観光課 ☎042-769-8236

## LINE UP 今号の主な内容

- 4 市営住宅 入居者募集
- 5 知っていますか？消費生活センター
- 6 7 相模原の情報発信メニュー

別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)



放射線の健康影響に関する講演会

暮らしと放射線

放射線の基礎知識などについてお話しします。放射線とはどのようなものか、あらためて学んでみませんか。

日時 5月26日(土) 午後7時~8時30分
会場 杜のホールはしもと
講師 山内正剛さん(放射線医学総合研究所上席研究員)
対象 市内在住か在勤・在学の人=500人(申込順)
申し込み 電話(1人1回4人まで)で5月15日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

身体に障害がある人へ 軽自動車税の減免要件を拡大

身体に障害のある人などには軽自動車の減免制度があります。4月1日から軽自動車税の減免適用にかかる障害者手帳などの等級の要件を拡大しました。4月1日までに障害者手帳などを取得した人で、要件に該当する場合は軽自動車税が減免されますので、申請してください。

申請期間 5月14日(月)~31日(木)
申請場所 市民税課、緑市税事務所、同津久井税務班、南市税事務所、城山・相模湖・藤野まちづくりセンター

※すでに申請をしている人は、手帳の等級や車などの変更がなければ、申請の必要はありません。

※対象者や申請に必要な持ち物などは、5月中旬に届く「平成24年度軽自動車税納税通知書」に同封されているお知らせをご覧ください。お問い合わせください。市ホームページの「暮らしの情報」→「税金」→「軽自動車税」からもご覧いただけます。

お問い合わせ 市民税課 ☎042-769-8297

事業所税「貸付申告書」の提出を

事業所税は、人口30万人以上の都市等で、一定規模(事業所等床面積が1,000㎡か従業者数が100人)を超える事業を行っている法人・個人が納める税金です。これらの事業所等は、道路・公園・上下水道などの都市施設の主な受益者という立場から、都市環境の整備に要する経費の一部として負担していただくものです。

事業所税は、事業用家屋の所有者ではなく使用者に課税されます。店舗や事務所、工場などの事業用家屋を所有して他の人に貸している場合は、貸付申告書(市ホームページの「申請書ダウンロード」→「税金」からダウンロード可)を提出してください。

お問い合わせ 市民税課 ☎042-769-8297

休日・夜間納税相談窓口のご利用を

平日や日中に、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します。また、電話相談もできます。

Table with columns: 日時, 会場, 電話番号. Rows for 5月13日(日) and 5月14日(月) at various tax offices.

※午後6時以降に市役所へ来庁する場合は、市役所本館裏玄関の守衛室に申し出てください。

障害者の災害支援パンフレットができました

市障害児者福祉団体災害対策合同委員会では、災害時における障害者支援のために、障害者向けと市民向けの2種類の啓発パンフレットを作成しました。

障害者向け(黄色地)

普段から準備しておくことや災害時の留意事項、救護所一覧を掲載。本人情報が記入できます。

市民向け(白地)

災害時に障害者が共通して困ること、市民の皆さんへお願いする支援の仕方などを掲載しています。

配布方法 障害者向けは障害児者団体や小・中学校の特別支援学級などを通じて、市民向けは民生委員や自治会役員などに配布するほか、各区役所・まちづくりセンターなどでも配布します。

お問い合わせ 市障害児者福祉団体連絡協議会 ☎042-755-5282



市議会3月定例会 ~62議案を可決・同意・承認~

市議会3月定例会が、2月22日~3月26日に開かれました。この定例会では、平成24年度相模原市一般会計予算や、条例など62議案が審議され、可決・同意・承認されました。主な審議の内容や結果については、5月1日発行の「さがみはら市議会だより」をご覧ください。

子ども手当(平成24年3月まで)の申請は済んでいますか

23年9月まで本市で子ども手当を受給していた人が、10月~24年3月分の手当を受給するには3月末までに申請が必要でしたが、その申請期限が9月末まで延長になりました。まだ手続きが済んでいない人は速やかに申請してください。

※子ども手当は、24年4月から児童手当に変わりました。
※4月中旬に「児童手当に関するお知らせ」が届いた人は、すでに申請が済んでいます。

お問い合わせ こども青少年課 ☎042-769-8232

地球温暖化対策実行計画(区域施策編)を策定

市では、さらなる温暖化対策を推進するために、「相模原市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)」を策定しました。地球温暖化対策は、一人ひとりがその目的や必要性を理解して、取り組みを積み重ねていくことが大切なことから、市民・事業者・行政などさまざまな主体が温暖化防止に向けて自ら積極的に取り組んでいくことが求められます。こうしたことから、市ではあらゆる主体の連携・協働により、市域の温室効果ガス排出削減に向けて、取り組んでいきます。

Table with 2 columns: 削減目標, 削減率. Target: 18% reduction by FY31.

市民・事業者・行政がそれぞれの立場や役割を理解し、積極的な参加により目標達成をめざします。

Table with 2 columns: 取り組みの柱, 内容. Lists 5 pillars: 1. Renewable energy promotion, 2. Energy saving, 3. Environment-friendly town development, 4. Circular society, 5. Forest regeneration.

※同計画は各行政資料コーナーで閲覧できるほか、市ホームページの「暮らしの情報」→「環境」→「計画と施策」からもご覧いただけます。

お問い合わせ 環境政策課 ☎042-769-8240

市民の皆さんの参加をお待ちしています 委員を募集

人権施策推進協議会委員

人権施策や人権啓発などについて協議します。
任期 委嘱の日~平成26年3月(会議は年3回程度)
定員 2人(選考)
担当課 地域福祉課 ☎042-769-9222 FAX042-759-4395
Eメール chiikifukushi-2@city.sagamihara.kanagawa.jp

地域福祉計画推進会議委員

第2期市地域福祉計画の実施状況などについて協議します。
任期 委嘱の日~平成26年3月(会議は年2回程度)
定員 2人(選考)
担当課 地域福祉課 ☎042-769-9222 FAX042-759-4395
Eメール chiikifukushi-2@city.sagamihara.kanagawa.jp

食育推進委員会委員

食育の総合的・計画的な推進について協議します。
任期 委嘱の日~平成26年3月(会議は年3回程度)
定員 3人(選考)
担当課 地域保健課 ☎042-769-9241 FAX042-750-3066
Eメール chiikihoken@city.sagamihara.kanagawa.jp

対象 市内在住の20歳以上の人(本市の他の審議会などの委員、職員、議員を除く)
申し込み 各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・公民館(青根・沢井公民館を除く)にある応募用紙(市ホームページの「市政情報」→「審議会・情報公開・個人情報」からダウンロード可)を直接か郵送、ファクス、Eメールで5月18日(必着)までに各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ



### 介護保険のお知らせ

～65歳以上の人の介護保険料が変わります～

65歳以上の人の介護保険料は、3年を1期とする介護保険事業計画期間の介護保険給付費等見込額や第1号被保険者数の推計等を基に1人当たりの保険料額(基準額)を算出し、負担能力に応じて所得段階別に定めることになっています。

第5期介護保険事業計画期間(平成24年度～26年度)は、さらなる高齢化の進展や高齢者が安心して介護サービスなどを受けるための介護基盤の整備を促進するなどの要因により、給付費の総額が大幅な上昇となりますが、県財政安定化基金と市給付費等支払準備基金を取り崩し、保険料上昇の軽減を図るとともに、よりきめ細やかな保険料段階とするため、従来の10段階に2つの段階を追加し、12段階としました。

基準額(第6段階の保険料額) = 年額5万9,400円(月額換算4,950円)

段階	要件	負担割合	年額保険料
1	生活保護等の受給者 老齢福祉年金受給者で、世帯全員が市民税非課税	基準額×0.40	2万3,800円
2	本人が市民税非課税者がいない	課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下	基準額×0.50 2万9,700円
3		課税年金収入額+合計所得金額が80万円超120万円以下	基準額×0.60 3万5,600円
4		課税年金収入額+合計所得金額が120万円超	基準額×0.70 4万1,600円
5		課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下	基準額×0.80 4万7,500円
6	世帯に市民税課税者がいる 課税年金収入額+合計所得金額が80万円超	基準額	5万9,400円
7	本人の合計所得金額が125万円以下	基準額×1.12	6万6,500円
8	本人の合計所得金額が125万円超200万円未満	基準額×1.23	7万3,100円
9	本人の合計所得金額が200万円以上300万円未満	基準額×1.51	8万9,700円
10	本人の合計所得金額が300万円以上500万円未満	基準額×1.70	10万1,000円
11	本人の合計所得金額が500万円以上1,000万円未満	基準額×1.95	11万5,800円
12	本人の合計所得金額が1,000万円以上	基準額×2.25	13万3,600円

### 介護保険サービス単価を改定

介護保険サービス単価が4月利用分から改定されたため、自己負担額が3月分と異なる場合があります。具体的な自己負担額は利用している事業所にお問い合わせください。

### 負担限度額認定の申請について

特別養護老人ホームなど介護保険施設に入所している人やショートステイを利用している人で、次の対象に該当する人は、居住費(滞在費)と食費が軽減されますので、負担限度額認定の申請(更新)をしてください。

対象 市民税非課税世帯・生活保護等の世帯の人

申し込み 更新の人は、5月中旬に郵送する更新申請書類を6月1日までに、介護保険課、介護予防推進課の各班、各保健福祉課へ  
※新規の人の申し込みは、随時受け付けています。

お問い合わせ 介護保険課 ☎042-769-8321

### 環境情報センターの資源リサイクルステーションを廃止

資源の直接持ち込みを受け入れていた環境情報センターの資源リサイクルステーションを、3月31日で廃止しました。

一度に多量に出た資源の持ち込みは、橋本台リサイクルスクエアか新磯野リサイクルスクエア、津久井クリーンセンターをご利用ください。

お問い合わせ 資源循環推進課 ☎042-769-8334

### 危険なブロック塀等の撤去、安全化を

～費用の一部補助制度を開始～

道路に面した危険なブロック塀などの撤去や、高さを低くし安全性を高めるための費用の一部を補助します。

対象 ブロック塀などの所有者、管理者  
※補助額など、詳しくはお問い合わせください。

申し込み 直接、6月1日から建築指導課にある申込書(同日から市ホームページでダウンロード可)を、建築指導課(☎042-769-8252)へ

お問い合わせ 建築審査課 ☎042-769-8254

### 男女共同参画に関する調査・研究活動を応援

男女共同参画に関する調査や研究活動を行う市内のグループへ、活動経費の2分の1を助成します。(上限3万円、審査あり)

対象 過半数が市内在住か在勤・在学の3人以上のグループ  
※応募資格など詳しくは、男女共同参画課、ソレイユさがみにある募集要領をご覧ください。市ホームページの「作品・スタッフ募集」からもご覧になれます。

申し込み 募集要領に付いている申込用紙を、5月31日(必着)までに同課へ

お問い合わせ 男女共同参画課 ☎042-769-8205

### 生ごみの減量化にチャレンジしよう

#### ダンボールコンポスト講習会〈全2回〉

ピートモス(園芸用土)を使ったダンボールコンポストで、野菜くすなどの生ごみから堆肥を作る方法を2日間で学びます。

日にち

5月14日(月)段ボールを使った堆肥づくりの講習会

6月18日(月)アドバイザーによる堆肥の検証と相談会

時間 午後2時～4時 会場 環境情報センター

定員 30人(申込順)

申し込み 電話で資源循環推進課へ



ごみD'E71大作戦  
キャラクター  
レモンちゃん

#### 生ごみ処理容器購入費助成制度

家庭から出る生ごみのおよそ80パーセントは水分で、燃やすためには余分なエネルギーが必要です。このため市では、台所から出る生ごみを堆肥化・減量化する容器を購入する人に、購入費の一部を助成しています。

対象 市内在住で5年以内に同購入助成を受けていない人

対象容器 家庭用の2,000円を超える生ごみ処理容器

○生ごみ処理容器(コンポスト、密閉式) = 1世帯2台まで

○電動式生ごみ処理機 = 1世帯1台まで

※橋本台・新磯野リサイクルスクエアに容器の見本があります。

助成額 購入金額の2分の1(100円未満切り捨て、上限は3万円)

※申請方法など詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「リサイクルとごみ」→「家庭ごみ(一般ごみ、資源、粗大ごみ、その他)」をご覧ください。

お問い合わせ 資源循環推進課 ☎042-769-8245

### 市民活動サポート補償制度

～ボランティア活動中の事故などに対応～

ボランティア活動をしている皆さんの万一の事故に備えた補償制度です。市がボランティア活動者を対象に一括して保険会社と保険契約を締結していますので、原則、個人での保険料負担や登録手続きは必要ありません。

主な対象者(必ず活動者名簿を備えてください)

市内に活動の拠点を置き、無償(実費弁償程度の場合を含む)で自発的・継続的・計画的に公益性のあるボランティア活動を行っている活動者や、その活動者がやむを得ない事情により活動に同行させる未就学児など  
※未就学児は、各ボランティア団体に名簿登録の上、市への登録手続きが必要です。

対象となるボランティア活動

社会福祉活動、社会奉仕活動、社会教育活動、青少年育成活動、地域活動など(事業計画・活動記録を備えてください)

対象となる事故

活動中の損害賠償責任事故・傷害事故  
※傷害事故で特定の疾病を原因とする場合、補償金額が異なりますので、お問い合わせください。

事故が発生したら

市民協働推進課か市の関係課へ速やかに連絡してください。事故報告書などが必要になります。

※詳しくは、市ホームページの「市政情報」→「市政への参加・連携」→「市民協働」をご覧ください。

お問い合わせ 市民協働推進課 ☎042-769-9225

主な支払補償金額

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

### NPOマネジメント連続講座〈全6回〉

人を活かし、人が生きる組織づくりのススメ

団体力をつけるための講義のほか、市民活動団体の活動の現場を訪問するなど、さまざまな手法を事例とともに学びます。

日にち	時間	会場
6月6日(水)	午後1時30分～4時30分	けやき会館
13日(水)		
17日(日)	午後0時45分～3時30分	団体訪問
27日(水)	午後2時～4時	
7月1日(日)	午前10時～正午	
11日(水)	午後1時30分～4時30分	けやき会館

対象 団体の立ち上げを考えている人と団体を設立して1～3年が経過した人=20人(申込順)

参加費 2,000円(市民活動団体訪問の交通費は別途必要)

申し込み 電話かファクス、Eメールに住所、氏名、団体名、電話番号、Eメールアドレスを書いて、5月15日までに、さがみはら市民活動サポートセンター(☎042-755-5790 Eメール sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ



# 市営住宅 入居者募集

詳しくは、『募集のしおり』をご覧ください。

お問い合わせ  
コールセンター ☎042-770-7777

## 申込資格

- 次の全てに該当する人
- 成人である
- 夫婦か親子を主体とした家族である(単身者向けを除く)
- 市内に住民登録をして1年以上住んでいる
- 収入基準に当てはまる
- 住宅に困っている理由がある
- 住宅などを所有していない
- 申込者と同居の親族が暴力団員でない
- 市民税などの滞納がない(分割納付中も滞納とみなします)

【募集のしおり】を配布しています(5月23日まで)

**配布場所** 住宅課、緑区役所総合案内、中央区役所区民課窓口サービスコーナー、市南区合同庁舎1階ロビー、各まちづくりセンター・出張所・連絡所、指定管理者〈ウイツコミュニティ(中央区相模原4-7-10)、相模ダイワ(中央区矢部1-14-1)、高橋石材店(緑区三ケ木427-3)〉

※土・日曜日、祝日は市役所本館守衛室、緑区役所休日窓口サービスコーナー、市南区合同庁舎1階ロビー、各総合事務所守衛室、大野中まちづくりセンター、指定管理者(高橋石材店を除く)

**申し込み** 『募集のしおり』に付いている申込書を、郵送で5月23日(消印有効)までか、相談日に直接会場へ

## 相談日時・会場

日にち	時間	会場
5月15日(火)、16日(水)、21日(月)、22日(火)、23日(水)	午前9時~正午 午後1時~4時	市役所会議室棟
5月17日(木)	午後1時~4時	津久井総合事務所
5月18日(金)	午前9時~正午 午後1時~4時	市南区合同庁舎

## 募集する住宅

**公営住宅** <月額所得が15万8,000円(高齢者世帯等は21万4,000円)以下の世帯>

### 一般世帯向け住宅

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
青根第2団地	2LDK	2	緑区青根1110
大島団地	3DK	3	緑区大島11
二本松団地	2DK	3	緑区二本松4-16
	3DK	1	
上九沢団地	2DK	1	緑区上九沢4
	3DK	1	
内郷住宅	2DK	3	緑区若柳1237-1
	3DK	1	
佐野川住宅	2DK	1	緑区佐野川12480-3
中原団地	2K	1	緑区向原1-6
富士見団地	3DK	7	中央区富士見5-6
東団地	2DK	1	中央区相生2-7~9
	2LDK	2	
	3DK	5	
石橋団地	2LDK	1	中央区上溝3876
	3DK	1	
淵野辺団地	3DK	1	中央区淵野辺2-32-1
すすきの住宅	2DK	1	中央区すすきの町19-1
清新住宅	3DK	1	中央区清新5-3-1
星が丘住宅	2DK	1	中央区星が丘4-9-14
	3DK	1	
田名塩田団地	2DK	1	中央区田名塩田3-3
	3DK	2	
文京団地	3DK	2	南区文京2-15・16

### 一般単身者向け住宅

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
上九沢団地	1DK	各1	緑区上九沢4
横山住宅			中央区横山6-5-1
並木団地			中央区並木3-1
大野台住宅			南区大野台6-19-1

### 多人数世帯向け住宅(5人以上の世帯)

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
すすきの住宅	4DK	1	中央区すすきの町19-1

### 老人世帯向け住宅(申込者が60歳以上)

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
古淵住宅	2DK	1	南区古淵4-24-1

### 高齢者世帯向け住宅(申込者が65歳以上)

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
あじさい住宅大島	2DK	1	緑区大島945-1
田名塩田団地		2	中央区田名塩田3-3
あじさい住宅陽光台		1	中央区陽光台5-3-35
あじさい住宅コンフォールさがみ南		1	南区相南1-24-5

### 高齢者単身者向け住宅(申込者が65歳以上)

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
あじさい住宅二本松	1DK	1	緑区二本松2-4-5
あじさい住宅大島		2	緑区大島945-1
田名塩田団地		1	中央区田名塩田3-3
あじさい住宅陽光台		4	中央区陽光台5-3-35
あじさい住宅富士見		2	中央区富士見5-5-10
あじさい住宅上溝		1	中央区上溝6-25-43
南台団地		1	南区南台4-12
あじさい住宅古淵		2	南区古淵4-11-10
あじさい住宅下溝		2	南区下溝2103-28

**特定公共賃貸住宅** <月額所得が15万8,001円~48万7,000円の世帯>

住宅名	間取り	募集戸数	所在地
上九沢団地	2LDK	2	緑区上九沢4

## 受講者募集

### グリーンカレッジつくい前期講座

各講座の内容など、詳しくは津久井生涯学習センター、総合学習センター、各公民館にある募集案内か津久井生涯学習センターのホームページをご覧ください。

講座名	コース	日にち	時間	対象(抽選)	費用
① 津久井のアウトドア講座「カヌーin相模湖」	A	5月26日(土)	午前9時30分~11時30分 午後1時30分~3時30分	小学校2年生以上の人=各20人	各2,000円
	B	※荒天時5月27日(日)			
	C	6月30日(土)	午前9時30分~11時30分 午後1時30分~3時30分		
	D	※荒天時7月1日(日)			
② ジュニア講座「楽しく英会話」〈全10回〉	小学校1~3年生	5月29日~7月31日の毎週火曜日	午後5時30分~6時20分	各15人	各5,000円
	小学校4~6年生		午後6時25分~7時15分		
③ 文学講座「書」〈全5回〉		6月20日、7月11日、8月8日、9月12日、10月10日の水曜日	午後1時30分~3時30分		1,000円

## 地域活動への参加を応援! シニアのための地域活動入門講座・実践講座

これから地域活動を始めてみたい人を対象に、はじめの一步を踏み出すためのノウハウなどを学びます。

講座名	日にち	時間	会場	対象(申込順)	申込期限
入門編 地域参加をはじめよう	5月26日(土)	午後2時~4時	市民会館	市内在住のおおむね50歳以上の人=50人	5月24日
実践編 シニアのための地域活動実践講座〈全7回〉	6月11日~7月30日(7月16日を除く)の毎週月曜日	午後2時~4時(7月30日は4時30分まで)	プロミティふちのべ(中央区鹿沼台)	市内在住のおおむね50歳以上の人=30人	6月6日

申し込み 電話で各申込期限までに高齢者福祉課(☎042-769-9231)へ

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



ちょっとおしえてコール相模原

☎042-770-7777  
FAX 042-770-7766

午前8時~午後9時 年中無休  
※おかけ間違いにご注意ください。

5月  
消費者月間

# 知っていますか? 消費生活センター

## 身近な相談窓口 消費生活センター

同センターは消費生活専門相談員などの資格を持った相談員が商品やサービスなど、消費生活に関する苦情や相談に応じます。相談内容により問題解決のための助言や各種情報の提供、必要に応じてあっせん等を行っています。

### こんなときは相談を

悪質な訪問販売で商品を購入してしまった

クリーニングのトラブルがうまく解決しない

年に10%の配当が付くという社債や未公開株の購入を電話で勧められた

身に覚えのない料金の請求メールが届いた

子どもがおもちゃでけがをした

### 電話をする前に

商品やサービスに関する苦情や事業者とのトラブルに関する相談をするときは、購入時の状況(訪問販売、電話による販売など)、契約日、商品名、金額、購入先、契約書などを控えておくこと相談がスムーズに進みます。

悪質な電話勧誘や訪問販売などによる被害が増えています。市では、これらの相談に応じる消費生活センターを3か所設置しています。困ったときは早めに相談してください。

### 各年代ともトップ

パソコンや携帯電話を利用したインターネットに関するトラブルの相談が多発

利用した覚えのないサイト料を請求される架空請求など、見知らぬ相手からのメールなどに軽い気持ちでアクセスするのは危険です。連絡先やメールを保存し、覚えのない請求は無視するなど、十分な対応が必要です。



### 70歳以上の高齢者で増加

ファンド型投資商品や未公開株など投資に関する相談が多くなっています

複数の業者のふりをしたり、過去に支払った投資商品の被害回復をうたってさらにお金を請求したりするなど、複雑な手口でお金をだまし取ろうとするものが増えています。「必ずもうかる」「高値で買い取る」といった話を簡単に信用しないようにしましょう。



### 相談窓口

北消費生活センター ☎042-775-1770  
相模原消費生活センター ☎042-776-2511  
南消費生活センター ☎042-749-2175  
(月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時)  
※北消費生活センターは土・日曜日、祝日も相談できます。

## 6月から 市民あんしん家計相談を開始

県ファイナンシャルプランナーズ協同組合との協働事業により、家計管理の専門家に相談できる窓口を開設します。現在の家計状況でのローン問題や、老後のための貯金など、金銭的な不安を抱えている人のための健全な家計管理の実現を応援します。

日にち 6月～平成25年3月の第4金曜日(11月、12月は第3金曜日)

時間 午後1時30分、2時30分、3時30分(各50分)

会場 北消費生活センター(シティ・プラザはしもと内)

相談内容 毎月の家計や各種ローン、教育資金やライフプランなど、家計全般に関すること(資産運用に関する相談を除く)

申し込み 相談日の1週間前までに電話で北消費生活センター(☎042-775-1779)へ

お問い合わせ

県ファイナンシャルプランナーズ協同組合 ☎045-315-0121  
(午前9時～午後2時、土・日曜日、祝日を除く)

### 利用してください

## 消費生活に関する出前講座

自治会や老人クラブなどを対象に消費生活相談員が訪問販売やしつこい勧誘の撃退法、悪質商法の手口などを1～2時間の講座で紹介します。

講座内容 あなたを狙う悪質商法

暮らしの中の契約～トラブルに巻き込まれないために～ など

対象 10人以上の団体

申し込み 電話で北消費生活センター(☎042-775-1779)へ

### 消費者月間 記念講演

## どうなる!?あなたの暮らし

雇用・年金・介護・エネルギー…

毎年5月を消費者月間とし、消費者・事業者・行政が一体となって消費者問題に取り組んでいます。24年度は、暮らしの視点から経済をわかりやすくお話しする講演を行いますので、この機会に消費生活について考えてみませんか。

日時 5月26日(土) 午後1時30分～3時30分

会場 市立図書館(中央区鹿沼台)

講師 山家悠紀夫さん(暮らしと経済研究室主宰) 定員 150人(申込順)

申し込み 電話で生活安全課(☎042-769-8229)へ

お問い合わせ 生活安全課 ☎042-769-8229

## 就職活動を支援します

### コンピュータ 実務教育講座(全15回)

ワードやエクセル、パワーポイントなど実務で使える技術を学びます。

日にち 6月4日～26日の月～金曜日(7日、8日を除く)

時間 午前9時～正午

会場 デジタルコンテンツ研究会(南区南台3-12-12)

対象 市内在住でパソコンの入力操作ができる求職活動中の入会者15人(選考)

費用 1,644円

※5月24日(木)・25日(金)に面接あり

申し込み 直接か電話で5月22日まで(土・日曜日、祝日を除く)に同会(☎042-748-0471)へ

### 学びなおし塾新規入塾生を募集

各自のニーズ・目標に合わせた個別学習のほか、就職のために必要な資格やコミュニケーション能力向上などを支援します。

日時 5月7日～平成25年3月22日の月・水・金曜日午前9時30分～正午

会場 サン・エールさがみはら(緑区西橋本5-4-20)

対象 15～39歳(中学生を除く)の人

定員 15人(選考)

費用 月1,000円

※さがみはら若者サポートステーションでの登録が必要

申し込み 電話で同所(☎042-703-3861)へ

### 創業・起業ビジネス 相談会(前期)

自ら起業した実務経験や、相談実績の豊富な中小企業診断士が相談に応じます。

日時 5月～9月の月4日午後2時、3時30分、5時、6時30分(各1時間)

※土曜日は午前11時、午後1時、2時30分、4時(各1時間)

会場 橋本図書館

対象 創業を考えているか、創業して間もない人

申し込み 電話で市産業振興財団(☎042-759-5600)へ

※日程など詳しくは、同財団のホームページをご覧ください。



スマートフォンで 携帯電話で パソコンで

# チェック!! 相模原の情報発信メニュー

市では、広報さがみはらをはじめ、ホームページやテレビ、ラジオなどさまざまな媒体を活用して、市の情報を発信しています。昨年行った市政モニターアンケートでは、広報紙などに次いで、インターネットを活用した情報発信の充実を求める意見が多くありました。

こうした意見を参考に、4月に開設したシティセールスポータルサイト「さがみはらシティセールス」をはじめ、新たにフェイスブックやツイッター、フォトギャラリー、動画などを活用することで情報発信力の強化を図り、市民の皆さんが知りたい情報や、知ってほしい情報などを効果的に伝えていきます。皆さんもパソコンやスマートフォン、携帯電話などを使って利用してみてください。

### いつでも見られる相模原の写真集

## フォトギャラリー「サガフォト。」

市のイベントや見どころ、季節のおすすめ、まちなみなど、8つのジャンルでさまざまな相模原を写真で紹介しています。あなたのお気に入りの1枚がきっと見つかります。

いろいろな相模原が盛りだくさん♪ 今後も写真を随時追加していきますので、お楽しみに!

## シティセールスポータルサイト「さがみはらシティセールス」

市の催しや旬の話題など、相模原の魅力にかかわるさまざまな情報を総合的に発信しています。また、フェイスブックやツイッター、フォトギャラリーなどへの「出発地点」として便利に活用できますので、ぜひご覧ください。

<http://pr.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

さがみはらシティセールス

Facebook ページ 相模原市シティセールス

いいね! して 相模原市の情報をチェックしよう

相模原ニュース

サガフォト。

Facebook ページ 相模原市シティセールス

おすすめ情報

## 相模原のおすすめ情報を仲間と共有できる Facebook

Facebook は、利用者が世界で約8億人、日本でも今年3月に1,000万人を超えた、世界最大の交流サイト(SNS)です。Facebook ページ「相模原市シティセールス」では、イベント情報や相模原の旬な話題をはじめ、協賛企業・団体によるプレゼントキャンペーンなどを発信しています。

Facebook の話題でよく聞く「いいね!」という言葉。これは、Facebook 上で見かけた「自分が気に入ったもの」や「他の人にもおすすめしたいもの」を簡単に周りに教えてあげるシステムです。友達の書き込みや、気になる情報を見つけたら、「いいね!」してみましょう。また、企業や団体のページ自体を「いいね!」すると、そのページの情報が自動で手元に届くようになります。「相模原市シティセールス」を「いいね!」して、市の情報をチェック・共有してみてください。

### Facebook を使ってみるには?

STEP 1 名前やメールアドレスなどを登録

STEP 2 Facebook を利用している友達や知り合いなどを検索・登録

STEP 3 発信したお互いの近況が見られるようになります

STEP 4 さらに、お気に入りの企業・団体を「いいね!」すると、旬の情報が手元に届くようになります。

STEP 5 コメントや「いいね!」をしてコミュニケーションを取り合ったり、あなたの情報を友達と共有したりしてみましょう。

Facebook ができる、こんなこと

例えば ミュル 相模原市シティセールス

情報が 手元に

Facebook ページ「相模原市シティセールス」  
<http://www.facebook.com/sagamihara.pr>

※これから利用する人もこちらから登録できます。 ※利用規約などをよくご覧になって利用してください。

### 相模原の昔も今も、映像で紹介

## 動画サイト「相模原チャンネル」

懐かしい相模原を見ることが出来る「相模原・動画ライブラリー」や、市のイベント、施策、見どころなどを紹介する「広報番組 潤水都市さがみはら(J:COM)」など、7つのチャンネルで相模原のさまざまな魅力を発信しています。

「相模原チャンネル」を見るには

市ホームページの から

<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

お問い合わせ 広報広報課 ☎042-769-8200

今後も動画を随時追加していきますので、お楽しみに!

### 緑区でフェイスブックとツイッターを始めました

緑区のイベント情報や地域の話題、季節の話題などを、緑区のイメージキャラクター「ミュル」が紹介しています。

市ホームページの から

フェイスブックについて 緑区役所総務課 ☎042-775-8802

ツイッターについて 同地域政策課 ☎042-775-8801

緑区イメージキャラクター「ミュル」

### エフエムさがみ(周波数83.9MHz)をインターネットで配信

暮らしに役立つ市からのお知らせを放送する「相模原インフォメーション」、市政の動きや展望を市長自らが語る「市長と話そう~もっと知りたい相模原~」など、エフエムさがみで放送している番組をパソコンやスマートフォンからも聴くことができます。聴取方法などは、エフエムさがみのホームページ(<http://www.fm.sagami.co.jp/>)で確認してください。

相模原インフォメーション(5分番組)

月~金曜日	土曜日	日曜日
午前7時54分	午前8時54分	
午前9時54分	午前11時54分	
午後5時54分	午後4時54分	午後4時24分

市長と話そう~もっと知りたい相模原~(30分番組)

原則毎月第2金曜日午後1時30分から(再放送は翌土曜日午前10時30分から)

お問い合わせ 広報広報課 ☎042-769-8200 (サイマルラジオについては 情報政策課 ☎042-769-8212)

### シティセールスサポーターズブログ

相模原の魅力PRしているシティセールスサポーターズのメンバーがつづるブログです。

<http://ameblo.jp/sagamihara-scsc/>

### 相模原の旬な情報をリアルタイムに入手

## twitter ツイッター

ツイッターは1件140字以内の簡単な情報を投稿(ツイート)して、情報を共有するサービスです。市では、イベント情報やおすすめの話などをお知らせしています。

ツイッターアカウント「相模原市シティセールス推進課」  
@Sagamihara\_PR

※ツイッターの利用登録は、Twitter ホームページ (<http://twitter.com/>) からできます。

お問い合わせ シティセールス推進課 ☎042-707-7045



# 図書館は情報玉手箱！

## 橋本図書館

### 布えほん展

手作りの布絵本や布おもちゃの展示と、おはなし会を行います。

日にち	時間	
	①展示	②おはなし会
5月12日(土)	午後1時～4時30分	午後2時
13日(日)	午前10時～午後4時	午前11時 午後2時

会場 ①同館  
②ミウイ橋本5階コミュニティルーム  
※希望者は直接会場へ

### 大人のためのおはなし会

日時 6月2日(土) 午前10時～11時30分  
会場 杜のホールはしもとセミナールーム2  
対象 中学生以上の人  
定員 30人(申込順)  
申し込み 直接か電話で同館へ

お問い合わせ 橋本図書館 ☎042-770-6600

## 相模大野図書館

### おはなし地球儀 ～絵本は世界のパスポート～

ロシアの本の読み聞かせと、子どもたちの様子や文化などを紹介します。  
日時 5月12日(土) 午後2時～3時 対象 小学生=30人(先着順)  
※保護者同伴可。希望者は直接会場へ

### 図書館活用講座 イクメンのすすめ ～お父さんの出番です！ Part 2～

外遊びについてのお話と、お父さんと楽しめる絵本を紹介します。  
日時 5月19日(土) 午前10時～11時30分  
対象 未就学児とその父親=15組(申込順) ※家族一緒の参加も可  
申し込み 直接か電話で同館へ

お問い合わせ 相模大野図書館 ☎042-749-2244

## 市立図書館(中央区鹿沼台)

### ほっこり座のかみしばい

毎月第1日曜日に紙芝居会を開催します。  
日にち 5月6日～平成25年3月3日の毎月第1日曜日  
時間 午前11時～11時30分  
※内容は4歳～小学生向け(観覧はどなたでも) ※観覧希望者は直接会場へ

お問い合わせ ほっこり座の本多さん ☎042-751-6414

## たてしな自然の村バスツアー(1泊2日)

安曇野の観光や、諏訪湖の間欠泉の見学、水陸両用バスの乗車など、新緑の信州を満喫します。

日にち 5月28日(月)～29日(火)  
集合 午前7時15分に相模原駅前  
解散 午後6時ごろに同駅前  
対象 市内在住か在勤・在学の人  
定員 40人(抽選)  
費用 1万5,000円(4食付き)



水陸両用バス

申し込み 往復はがきかファクスに、全員の住所・氏名(代表者に○)・年齢・電話番号、「たてしな自然の村バスツアー」と書いて、5月15日(必着)までに、たてしな自然の村(〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田八ヶ野赤沼995 ☎0267-55-6776 FAX0267-55-7188)へ

旅行企画 信州リゾートサービス 実施 近畿日本ツーリスト神奈川

## 藤野やまなみ温泉と 日帰りバスツアー さがみはらオープンガーデンめぐり

毛利邸のガーデニングを見学した後、藤野やまなみ温泉で入浴を楽しみます。

日にち 6月7日(木)  
集合 午前8時に相模原麻溝公園か、午前8時30分にけやき会館  
対象 市内在住かIn勤・在学の18歳以上の人(高校生を除く)  
定員 45人(抽選) 費用 1,500円(昼食代、入浴料を含む)  
申し込み 往復はがき(1枚2人まで)に全員の住所・氏名・年齢・性別・電話番号、「日帰りバスツアー」と書いて、5月15日(必着)までに市都市整備公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6623)へ

## こども動物クラブ参加者募集

約1年間、動物の餌作りや清掃作業などの活動のほか、野外での体験活動やレクリエーションを行います。

日にち 6月13日(水)～平成25年3月20日(祝)  
※6月10日(日)午後3時30分から説明会あり  
会場 相模原麻溝公園ふれあい動物広場  
対象 保護者が送迎できる小学校3年生～中学生  
定員 30人(抽選)

申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、保護者名、電話番号、「動物クラブ参加希望」と書いて、5月25日(必着)までに同広場(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ



羊の毛刈り

## 街コンさがみはら 開催

参加者が加盟飲食店を回り、各店のオリジナル料理やお酒を楽しみながら、新たな出会いやまちの活性化を目的としたイベントです。

日時 5月27日(日) 午後1時～5時  
会場 相模原駅周辺の加盟飲食店  
対象 20歳以上で独身の男女  
定員 各250人程度(同性2人1組、申込順)

参加費(1人) 男性6,500円 女性4,000円  
申し込み 街コンさがみはらのホームページ(<http://machicom-sagami-hara.jp/>)から申し込んでください。

※詳しくは同ホームページをご覧ください。

お問い合わせ 街コンさがみはら実行委員会 ☎042-851-4297  
(午前9時～正午、土・日曜日、祝日を除く)

参加のお申込みはWEBで

街コンさがみはら

検索

## 障害のある人 スポーツやレクリエーションを楽しもう

### 障害者スポーツ・文化講座

催し名	日にち	時間	会場	対象(抽選)	費用
水泳(全4回)	6月9日・16日・30日、7月7日の土曜日	午前11時30分～午後1時30分	さがみはらグリーンプール	市内在住かIn勤・在学の知的障害児・者=20人、ボランティア=多数	無料
バスレクリエーション「さくらんぼ狩り」	6月17日(日)	午前8時～午後6時	山梨県(集合場所) けやき体育館	市内在住かIn勤・在学の障害児・者とその付き添い=20組40人	1組6,120円(昼食代、入場料)

申し込み 直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、催し名を書いて、5月15日(必着)までにけやき体育館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

### 県障害者スポーツ大会

競技会名	日にち	会場	対象
①フライングディスク	6月24日(日)	海老名市役所西側催事広場	平成24年4月1日現在、13歳以上の障害者(①は膀胱か直腸機能障害以外の内部障害を、②は内部障害を除く)
②水泳	7月1日(日)	さがみはらグリーンプール	

申し込み 直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、催し名を書いて、5月①23日②30日(必着)までに障害福祉課(☎042-769-8355 FAX042-759-4395 Eメール shougai-fukushi@city.saga-mihara.kanagawa.jp)へ

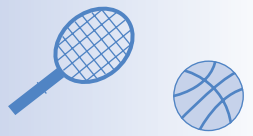
## 身体障害者 大平山登山

山中湖畔の大平山を登山します。

日にち 5月20日(日)  
集合 午前7時10分にJR小田原駅  
対象 ①車いすを使用②車いすを使用しない、内臓・心臓疾患がない身体障害者  
定員 ①20人②25人、③ボランティア=165人(申込順)  
費用 ①②無料③5,000円(大学・高校生2,500円、中学生1,500円、小学生1,000円)

申し込み 電話か、ファクスに住所、氏名、生年月日、血液型、電話番号を書いて、5月13日までに山岳団体ベルククラブ(☎0465-23-0416 FAX0465-23-6290)へ

～スポーツ・レクリエーションを楽しもう～



# みんなの スポ・レク情報



## 都市整備公社 設立50周年記念事業

### 5月5日 (祝) こどもの日は体育館で楽しもう!

持ち物など詳しくは、お問い合わせください。

### 総合体育館・北総合体育館の無料開放

バドミントン、卓球、バレーボールで使えるほか、トレーニング室を利用できます。

時間 午前9時～午後10時

※バレーボールは、総合体育館の夜間(午後6時から)のみ

対象 小・中学生 ※午後5時以降は保護者同伴

### 総合体育館

#### 3B親子体操教室〈全8回〉☆

ボールなどを使い、音楽に合わせて体を動かします。

日時 5月30日～7月18日の毎週水曜日午前10時～正午

対象 1～3歳の子どものとその保護者=30組(抽選)

費用 1組1回300円

#### いきいき骨盤矯正体操教室〈全7回〉

日時 6月1日～7月13日の毎週金曜日午前10時～11時30分

対象 15歳以上の人(中学生を除く)=40人(抽選)

費用 3,000円 ※保育あり(要予約、費用3,500円)

申し込み 往復はがき(1人・組1枚)に住所、全員の氏名、電話番号、☆は子どもの年齢、教室名を書いて、5月15日(必着)までに同館へ

## スポーツ無料体験イベント

教室名	時間	対象	定員
① 親子体操 (トランポリン、マット運動、リズム体操)	午前9時30分～11時30分	3～5歳の子どものとその保護者	各30組(申込順)
	午後1時～3時	小学校1～3年生とその保護者	
② スポーツ体験コーナー (フットサル、バスケットボール、ソフトバレーボールなど)	午前9時～正午、午後1時～3時	小・中学生	

会場 総合体育館

申し込み ①直接か電話で同館へ ②希望者は直接会場へ

### 北総合体育館

#### エアロビクトレーニング「レスミルズボディコンバット」

格闘技の動きを基にしたエクササイズです。

日にち 5月21日(月)から毎週月曜日(第2月曜日を除く)

※5月7日(月)に無料体験あり

時間 午後7時～7時40分、午後8時20分～9時

対象 18歳以上の人(高校生を除く)=各30人(先着順)

費用 各500円 ※希望者は直接会場へ

#### 3B親子体操教室〈全6回〉

ボールなどを使い、音楽に合わせて体を動かします。

日にち 5月22日～6月26日の毎週火曜日

時間 午前9時30分～11時

対象 2歳～4歳の子どものとその保護者=20組(抽選)

費用 1組1回200円

申し込み 往復はがき(1組1枚)に住所、氏名、年齢、電話番号、「3B親子体操教室」と書いて、5月15日(必着)までに同館へ

総合体育館 〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781  
北総合体育館 〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

## さがみはらグリーンプールの催し

講座・教室名	日にち	時間	対象	費用
おためし平泳ぎ	5月19日(土)	午前11時30分～午後0時30分	18歳以上の人	400円
★健康エクササイズ	5月21日(月)	午前11時～正午	60歳以上の人	各200円
健康栄養	5月25日(金)		30歳以上の人	
おためしバタフライ	5月26日(土)	午前11時30分～午後0時30分	18歳以上の人	400円
クロール集中水泳〈全8回〉	6月4日(月)～8日(金)・12日(火)～14日(木)	午後5時30分～6時30分	バタ足で25m以上泳げる小・中学生	2,000円

定員 各30人、★は20人(申込順)

申し込み 直接か電話で同プール(☎042-758-3151)へ

## ウォールクライミング教室

日時 5月20日(日)午前9時～正午

会場 名倉グラウンド

対象 小学生以上の人=20人(申込順) ※中学生以下は保護者同伴

費用 500円(保険料含む)

申し込み 直接か電話で5月15日までに相模湖林間公園(☎042-685-1330)へ

## 市体育協会からのお知らせ

市体育協会 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内  
☎042-751-5552 042-751-5545 [HP](http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/)http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

### 市民選手権大会

#### ①ハンドボール

日時 5月26日(土)～6月17日(日)午前9時

会場 北総合体育館

#### ②サッカー(一般男子・シニア)

日時 6月3日(日)～8月19日(日)午前9時

会場 相模原麻溝公園競技場ほか

#### ③陸上競技(高校生、小学校5・6年生)

日時 6月16日(土)午前8時

会場 相模原麻溝公園競技場

#### ④バレーボール(一般)

日時 6月17日(日)午前9時

会場 総合体育館

#### ⑤剣道(一般・小学生)

日時 7月1日(日)午前9時

会場 総合体育館

種別 男女別・学年別(小学校1・2年生は男女別のみ、一般男子は段別)

対象 市内在住か在勤・在学の人

申し込み ①市ハンドボール協会ホームページから5月12日まで、②～⑤市体育協会にある申込用紙を5月②15日③25日④17日⑤29日までに市体育協会へ

#### わくわくきつずエコハイキング 高尾山

日にち 6月10日(日)

〈集合=相模原駅午前6時45分、橋本駅6時50分〉

対象 市内在住の小学校3年生～中学生

定員 15人(抽選)

費用 700円 ※交通費が別途必要

申し込み 往復はがきに全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、「わくわくきつず」と書いて、5月15日(必着)までに市体育協会へ

#### 少林寺拳法教室〈全3回〉

日にち 6月3日、9月2日、12月9日の日曜日

時間 午前8時30分～11時50分

会場 北総合体育館

対象 市内在住か在勤・在学の人

定員 20人(申込順)

申し込み はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、5月20日(必着)までに市少林寺拳法協会の越前嘉彦さん(〒252-0243 中央区上溝2494-13)へ

#### 市体操祭

日時 11月24日(土)午前10時～午後3時30分

会場 総合体育館 申込期限 9月1日

※対象や申し込み方法など詳しくは、市体操協会ホームページをご覧ください。

#### フォーク・レクダンス特別講習会

日時 5月19日(土)午後1時30分～4時

会場 市体育館(市役所前)

費用 1,000円(市レクリエーション協会会員は500円)

※希望者は直接会場へ

#### 居合道・杖道無料体験教室

日時 5月20日(日)午前9時～正午

会場 市体育館(市役所前)

対象 市内在住の15歳以上の人(中学生は除く)

※希望者は直接会場へ

#### ねんりんピック サッカー練習会・説明会

日時 5月27日(日)午前10時

会場 相模原麻溝公園スポーツ広場

対象 昭和28年4月1日以前に生まれた市内在住の人

申し込み はがきかファクスに住所、氏名、年齢、電話番号、「サッカー練習会・説明会」と書いて、5月20日(必着)までに市体育協会へ



# 情報 あら・かると

市役所 ☎042-754-1111(代)

## お知らせ

### 建物の耐震巡回相談

**日** 5月9日(水)  
**時** 午後1時30分～4時30分  
**会** 田名公民館  
 ※希望者は直接会場へ。確認通知書と図面があれば持参してください。  
**問** 建築指導課

### 5月は赤十字運動月間です

赤十字思想の普及を図り、赤十字社員の加入促進運動を実施しています。温かいご支援とご協力をお願いします。

**問** 日赤相模原市地区本部(地域福祉課内)

### 相模川ビレッジ若あゆふじの体験の森やませみ 8月分の利用申し込み

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

宿泊利用(日帰り利用も可)	相模川ビレッジ若あゆ	8月1日(水)～2日(木) ○3日(金)～5日(日) 6日(月)～7日(火) 11日(土)～12日(日) 13日(月)～14日(火) 15日(水)～16日(木) 17日(金)～18日(土) 20日(月)～21日(火) 22日(水)～23日(木) ○24日(金)～26日(日) ○27日(月)～29日(水) 30日(木)～31日(金)
	ふじの体験の森やませみ	8月1日(水)～2日(木) ○6日(月)～8日(水) 9日(木)～10日(金) 13日(月)～14日(火) 15日(水)～16日(木) ○17日(金)～19日(日) 22日(水)～23日(木) ○24日(金)～26日(日) 27日(月)～28日(火)
申込期間	宿泊利用(抽選) 5月10日まで 宿泊利用空き室(申込順) 5月21日から 日帰り利用(申込順) 5月1日から	

※○印は、2泊3日、1泊2日のどちらも利用可

**申** 申込期間に直接、各所へ  
 ※利用者登録カードを持っている人は、市ホームページやさがみはらネットワークシステムからも申し込みできます。

**問** 相模川ビレッジ若あゆ(☎042-760-5445)、ふじの体験の森やませみ(☎042-686-6025)

### 施設のお休み

#### 市民健康文化センター

**日** 5月14日(月)  
**問** 同所(☎042-747-3776)

#### さがみはら北の丘センター

**日** 5月22日(火)～6月2日(土)  
**問** 同所(☎042-773-5570)

#### 銀河アリーナ

**日** 5月21日(月)  
 ※アイススケート場は5月6日(日)で終了します。7日(月)～6月9日(土)は、トレーニング室、会議室のみ利用できます。  
**問** 同所(☎042-776-5311)

### はかりの定期検査

取り引きや証明に使用するはかりは定期的な検査が必要です。6月から県計量協会が店舗などに伺います。

**費** はかりの種類によって1台500円～5万1,200円

※新たにはかりを使うようになった人、使わなくなった人、変更した人は生活安全課(☎042-769-8229)へ

※対象地区など詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「暮らしの安全」→「消費生活」→「さがみはらの計量」をご覧ください。

**問** 生活安全課

### 光化学スモッグに注意を

これからの時期、晴れて気温が高く、風が弱い日には光化学スモッグが発生しやすくなります。

市では光化学スモッグ注意報発令などの情報をひばり放送やメールマガジンでお知らせしています。県テレホンサービス(☎0463-24-3322)もご利用ください。

注意報発令時は屋外での激しい運動は控え、帰宅後は目を洗い、うがいをしましょう。

**問** 環境保全課

### 宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

7月まで平日に空きあり

**申** 随時受け付け

**8月分の抽選申し込み** さがみはらネットワークシステムか商業観光課、各まちづくりセンター・出張所・公民館にある申込書を5月10日までに各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは5月21日から電話で①☎0120-988-547②☎0267-55-6776へ

※いずれも8月は無休

②日～金曜日は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

### マンション管理 無料相談会

**時** 5月13日(日) 午後1時～5時  
**会** 市民会館

**対** 市内のマンション管理組合役員と居住者=10組(申込順)

**申** 電話で県マンション管理士会相模原市支部(☎046-256-2683)へ

### 日商簿記検定試験

**日** 6月10日(日)

**会** 桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス、総合電子専門学校

**費** 1級7,500円、2級4,500円、3級2,500円

**申** 直接(5月7日～11日)かインターネット(5月10日まで)で、相模原商工会議所(☎042-753-8134) **HP** <http://www.ssp21.or.jp/>へ

### 珠算能力検定試験

**日** 6月24日(日)

**会** 産業会館

**費** 1級2,040円、2級1,530円、3級1,330円

**申** 直接、5月7日～11日に相模原商工会議所(☎042-753-8134)へ

## 募集

### フリーマーケットの出店者

**日** 6月17日(日) <雨天中止>

**時** 午前9時～午後0時30分

**会** 橋本台リサイクルスクエア

**出店区画サイズ** 約2.5m×5m

**対** 市内在住で説明会(6月9日)に出席できる人=38区画(抽選)  
 ※業者の出店、飲食物(缶詰など含む)・生き物・電化製品・手作り品・大型家具の販売不可

**費** 1,000円

**申** 往復はがき(1世帯1枚)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、販売品名、「フリーマーケット出店希望」と書いて、5月15日までに資源循環推進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8334)へ

### 市民合同演奏会 モーツァルト「レクイエム」の合唱団員

12月16日(日)にグリーンホール相模大野で行う同演奏会の合唱団員

**練習** 7月18日から原則毎週水曜日午後7時～9時、総合学習センターほか

**定** 150人(抽選)

**費** 8,000円、大学生以下4,000円(楽譜代、チケットは別途)

**申** 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、パート、楽譜購入の有無を書いて、5月25日までに同実行委員会(〒252-0199 緑区西橋本5-2-1 相模原郵便局橋本支店止稲垣厚子宛 ☎090-8433-4044)へ

- ① 児童育成指導員
- ② 児童育成補助員
- ③ 児童館補助員

児童への遊びや生活面を指導

※募集施設など詳しくはお問い合わせください。市ホームページでもご覧になれます。

**勤務** ①週4日程度②週3日程度③週2・3日

**賃金** ①日額4時間勤務=4,000円、5時間勤務=5,000円、6時間勤務=6,000円②③時給885円

**採用試験** 体力測定と面接

**申** こども施設課、各こどもセンター・児童クラブ・児童館・公民館などにある申込書(市ホームページからもダウンロード可)を5月23日までにこども施設課(☎042-769-9227)へ

### 相模原口腔保健センターの非常勤歯科衛生士

障害児・者の口腔衛生指導と歯科診療の補助

**勤務** 6月から火・木曜日(祝日を除く)で午後0時30分～5時30分

**賃金** 日額9,000円

**対** 歯科衛生士の資格がある人=1人

**申** 直接か郵送で、履歴書(写真貼付)を5月10日までに市歯科医師会(〒252-0236 中央区富士見6-1-1 ☎042-756-1501)へ

### e-モニター(市政モニター)再募集

市が実施するアンケートに回答 **対** 市内在住の16歳以上の人など **定** 52人

**申し込み期限** 5月11日

※詳しくは、各まちづくりセンターなどにある再募集案内をご覧ください。

**問** 広聴広報課(☎042-769-8299)

### 中央地域包括支援センターの常勤職員

**勤務** 原則、月～金曜日(土曜日出勤あり)で午前8時30分～午後5時

**対** 主任介護支援専門員の資格がある人=若干名

**申** 電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と免許・資格証を相模原中央病院総務課(☎042-751-5061)へ

### 市社会福祉事業団の職員

福祉事業業務・一般事務

**勤務** 原則、週38時間45分

**対** 大学卒業程度で、社会福祉主事の任用資格などと普通自動車運転免許があるか、採用時までに取得見込みの人=若干名

**申** 必要書類を5月25日(消印有効)までに郵送で同事業団(〒252-0223 中央区松が丘1-23-1 ☎042-750-1905)へ

※応募条件や必要書類などは、同事業団ホームページをご覧ください。

## イベント

リサイクルスクエア 5月の催し

### リサイクル家具の展示・提供

**会** 橋本台・新磯野リサイクルスクエア

**対** 市内在住の中学生以上の人(1人1点限り)

**申** 直接、5月20日までに、各会場へ

※抽選発表は5月21日(月)午後1時

### おもちゃの病院

**時** 5月6日(日) 午前10時～正午

※受け付けは11時30分まで

**会** 橋本台リサイクルスクエア

**費** 無料(1人2点まで。部品代は有料)

※希望者は直接会場へ

**問** 資源循環推進課

### 端午の節句は「菖蒲湯」に入ろう

**日** 5月5日(祝)

**時** 午前10時30分～午後4時(④⑤は午後3時まで)

**会** ①新磯ふれあいセンター

②市民健康文化センター

③さがみはら北の丘センター

④老人福祉センター-溪松園

⑤老人福祉センター-若竹園

※④⑤は、市内か町田市在住の60歳以上の人を対象

**費** 200円(65歳以上・中学生以下の人100円、障害者手帳を持っている人は無料) ④⑤無料

**問** 各センター(①☎046-255-1311

②☎042-747-3776 ③☎042-773-5570 ④☎042-761-9291

⑤☎042-746-4622)



凡例 日=日時 日=日にち 時=時間 会=会場 講=講師 対=対象 費=費用(記載のない場合は無料) 定=定員(指定のないものは選考)
日=申し込み(期限で指定のないものは、必着) 問=お問い合わせ ☎=電話 ファクス=ファクス Eメール=Eメール HP=ホームページ

土曜コンサート 「ハーモニカ演奏」

日 5月19日(土) 午後5時30分
会 サン・エールさがみはら(緑区西橋本5-4-20)
定 220人(先着順)
※希望者は直接会場へ
問 同所(☎042-775-5665)

ソレイユさがみの催し

出前講座「消しゴムはんこでオリジナルものづくり」

日 5月13日(日)
時 午後2時~4時
会 光が丘公民館
対 中学生以上の人=20人(申込順)
費 500円(材料費)

女性のための個別キャリアカウンセリング

日 5月25日(金)
時 午前9時・10時30分
定 各1人(申込順)

女性のための心とからだの健康相談

日 5月26日(土)
時 午後1時30分・2時30分
定 各1人(申込順)

直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、催し名を書いて、ソレイユさがみ(緑区橋本6-2-1シティ・プラザはしもと内 ☎042-775-1775 ファクス042-775-1776)へ
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

発見しよう! まちの中の小さな自然

日 5月15日(火) <荒天中止>
時 午前9時30分~11時30分
会 環境情報センター周辺
※希望者は飲み物と帽子、ルーペなど観察に必要な道具(貸し出しあり)を持って、直接同センターへ
問 同センター(☎042-769-9248)

県立相模原公園の催し

自然観察会

日 5月12日(土) 午後1時~3時
定 40人(申込順)
費 300円(小学生以下無料)

ツリークライミング体験会

日 5月27日(日)
時 午前10時~午後3時10分
対 小学生以上の人=40人(申込順)
費 1,000円(中学生以下500円)

サカタのタネグリーンハウスの催し ゴールデンウィークコンサート

Table with 2 columns: 内容, 日にち. Rows: サックス 5月4日(祝), オカリナ 5日(祝)

「彩りの丘の会」押し花展

日 5月8日(火)~20日(日)
時 午前9時30分~午後4時30分
対 押し花のしおり作り体験会

日 5月13日(日) 午前11時
定 50人(先着順)

同公園(☎042-778-1653)

かながわ看護フェスティバル

血管年齢・脳年齢測定や健康相談など

日 5月12日(土)

時 午前11時~午後4時30分
会 クイーンズスクエア横浜1階クイーンズサークル(横浜市西区)

問 県看護協会(☎045-263-2901)

創立50周年記念 市写真連盟展

期間 5月10日(木)~15日(火)
時 午前10時~午後6時(10日は午後1時から、15日は午後4時まで)

会 相模原市民ギャラリー
問 同連盟(☎042-761-0214)

講演・講座

不登校を考えるつどい

同じ悩みを持つ人と話し合い、これからのことを考えます。

日 5月22日(火) 午後2時~4時
会 青少年相談センター

対 不登校や登校しぶりのある児童・生徒の保護者=30人(申込順)

申 電話で同センター(☎042-769-8285)へ

子育て広場たんとう「トイレトレーニングセミナー」

日 5月19日(土)
時 午前11時~正午、午後2時~3時

会 伊勢丹相模原店(南区相模大野)
定 各10組(申込順)

申 電話でこども青少年課(☎042-769-9811)へ

旧石器ハテナ館の催し

当麻の寺社を歩こう! <約2.3km>

無量光寺、市場天満宮など、寺社を中心に田名向原遺跡まで探訪

日 5月13日(日)
集合 午前9時30分に原当麻駅
解散 旧石器ハテナ館

定 50人(申込順)
体験教室「土器作り」

日 5月20日(日) 午後2時~4時
対 小学生以上の人=30人(申込順)

費 250円(材料費)
申 電話で同館(☎042-777-6371)へ

書道教室 <全5回>

日 6月7日~7月5日の毎週木曜日
時 午後1時30分~3時30分

会 市民健康文化センター
対 18歳以上の人

定 20人(抽選) 費 3,500円
申 直接か電話で5月24日までに、同センター(☎042-747-3776)へ

講習会

より良い広報誌作成のために

編集等についての講話と実務研修

日 5月19日(土) 午前10時~午後0時30分、午後1時30分~4時

会 市民会館
対 小・中学校PTAや公民館などで広報誌を作成している人

定 各150人(申込順)
申 ファクスかEメール(1件6人まで)に団体名、代表者の氏名・電話番号・ファクス番号、参加人数を書いて、市印刷広告協同組合

(☎042-776-6100 ファクス042-776-5656 [E]kouhoushi@soin.or.jp)へ

季節にあわせた七宝焼き

ハナミズキのアクセサリーを作製

日 5月8日(火)
時 午前9時30分~正午 午後1時~3時30分

会 老人福祉センター若竹園
対 市内在住の60歳以上の人

定 各16人
費 1,000円
申 直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

つるし雛教室 <全2回>

正絹を使ってつるし雛を作製

日 5月18日・25日の金曜日
時 午前9時30分~午後3時30分

会 相模の大風センター
対 市内在住か在勤・在学の人

定 20人(申込順) 費 2,500円
申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

骨でわかる・食でつくる、高校生からの親子の健康<全3回>

講義や体力測定、調理実習などを通して、親子で骨の健康を学ぶ

Table with 2 columns: 日にち, 時間. Rows: 5月19日(土) 午後1時~4時30分, 7月21日(土) 午前10時~午後2時30分, 10月13日(土) 未定

会 相模女子大学
対 女子高校生とその保護者
※保護者1人と姉妹での参加も可

定 30組60人程度(申込順)
費 1家族1,000円

申 ファクスかEメールに住所、氏名、年齢、電話番号、「骨2申し込み」と書いて、5月12日までに同大学栄養科学部(☎042-743-4717 [E]hitoshoku@mail2.sagami-wu.ac.jp)へ
問 地域保健課

5月は自転車 マナーアップ運動月間
○並進走行、車道の右側通行禁止
○夜はライトを点灯
自転車のルールをもう一度確認しよう

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。

▼新谷祥子マリンバコンサート 5月19日(土) 午後2時~3時30分、城山公民館。費用1,000円(小・中学生500円) 問 若月(☎042-782-9182)

▼初心者の短歌教室 <全8回> 6月8日~9月28日の毎月第2・第4金曜日午前10時~正午、けやき会館。費用各回500円 問 電話で文化協会の江藤(☎042-754-0242)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

▼楊名時気功太極拳 毎週木曜日午前10時、城山保健福祉センター 問 乙川(☎042-783-1840)

▼社交ダンス 毎週木曜日午前9時、大野北公民館ほか。多少経験のある人歓迎 問 福山(☎042-755-7691)

▼フラダンス 月3回金曜日午後1時、杜のホールはしもと。初心者歓迎 問 川手(☎042-773-7492)

▼創作ダンス 毎月第1~第3月曜日午前10時から午後1時、相模台公民館。初心者歓迎 問 大岩(☎042-745-2933)

▼スポーツダンス 毎週火曜日午後7時30分、弥栄中学校体育館。初心者歓迎 問 金井(☎090-4022-8003)

▼硬式テニス 毎週木曜日午前8時30分、横山公園テニス場。体験あり 問 佐藤(☎042-750-6470)

▼混声合唱 月3・4回木曜日午後7時30分、城山公民館 問 大西(☎042-782-8656)

▼マクラメ結び 手でひもを結んでベルトなどを作ります 月1回月曜日火曜日午後1時、ソレイユさがみ。初心者歓迎 問 佐々木(☎042-687-2894)

▼俳句 毎月第2土曜日・第4木曜日午後1時、大野南公民館 問 志村(☎042-745-0298)

▼英会話 毎月第1~第3木曜日午後6時45分、市民会館。対象は簡単な英会話ができる人 問 井本(☎042-733-0471)

応募は発行日の3週間前まで

掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。催しは過去6か月以内、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)。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

広報事業の財源とするため、広告を掲載しています。広告掲載の申し込みは広聴広報課(☎042-769-8200)へ。掲載した広告のお問い合わせは広告主へ。



### 市立博物館の催し

5月21日 金環日食 6月6日 金星の太陽面通過

**講演会 江戸時代の暦づくりと天文学**  
 ～日食はいつ起きるのか？ 渋川春海など天文学者たちの苦闘～  
 江戸時代の天文学者たちが、日食の予想に取り組んだ苦闘を解説します。  
**日時** 5月12日(土) 午後2時～4時  
**講師** 中村 士さん(帝京平成大学教授)  
**定員** 170人(先着順) ※希望者は直接会場へ

**春季企画展 相模原市の遺跡2012**  
**「田名塩田遺跡群とその時代」**  
**「さがみはら発掘最新情報」の展示解説**  
 展示を担当した学芸員が企画展の解説をします。  
**日時** 5月6日(日) 午後2時～2時40分 ※希望者は直接会場へ

**植物学教室 花の観察と植物画<全2回>**  
 植物を正確に描いて花や葉の構造を知り、自然の造形の美しさを学びます。  
**日時** 6月16日(土)・17日(日) 午前10時～午後4時  
**対象** 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人  
**定員** 20人(抽選)  
**申し込み** 往復はがき(1人1枚)に住所、氏名、年齢、電話番号、勤務先、学校名を書いて5月15日(必着)までに同館へ



**星空観望会**  
 プラネタリウムで星空解説後、40cm大型望遠鏡で観望します。  
**日時** 5月4日(祝)・19日(土) 午後7時～8時30分  
**定員** 各120人(先着順) ※中学生以下は保護者同伴  
 ※希望者は当日午後6時30分～7時に直接会場へ

**お問い合わせ** 市立博物館 〒252-0221 中央区高根3-1-15  
 ☎042-750-8030 5月の休館日 月曜日、1日(火)

**あなたの菊を 咲かせてみませんか 菊づくり講習会**  
 ビデオやテキストを使って、初めての人にも分かりやすく菊づくりの方法を紹介します。受講した人は、秋の「市菊花競技会」一般切花の部へ出品できます。  
**日時** 5月20日(日) 午前9時30分～11時30分  
**会場** 市民会館 **定員** 70人(申込順)  
**申し込み** 電話で5月18日までに商業観光課(☎042-769-8236)へ



**青少年学習センターの催し** ※希望者は直接会場へ  
**子ども会交歓 スポーツレクリエーションフェスティバル**  
 風船ダーツやジャンボ迷路など、楽しい催しが盛りだくさんです。  
**日にち** 5月19日(土) <雨天の場合は20日(日)>  
**時間** 午前9時～午後3時 **会場** 淵野辺公園  
**対象** 市内在住か在学の小学生  
**あそびの学校「ドッチビー」**  
 軟らかい素材のフリスビーを使ったドッジボールです。  
**日時** 5月27日(日) 午後2時～4時 **会場** 同センター  
**対象** 市内在住か在学の小学生=30人(先着順)

**お問い合わせ** 青少年学習センター ☎042-751-0091

### 相模川ふれあい科学館の催し

**ふれあい科学館の春祭り ～シーズンフェア春～**  
**期間** 5月3日(祝)～6日(日)  
**内容** ○ペンギンのお散歩タイム(午前11時、午後1時・3時<各15分>)  
 ○模擬店出店 ○ミニSL乗車会

**マンスリー水槽**  
 今年度のテーマは『飼育係は、この生きものが好き!!』。5月は『ウミウシ』の仲間を紹介します。  
**期間** 5月31日(木)まで  
**展示生物** アメフラシなど



**相模川ふれあい科学館** ☎042-762-2110  
**開館時間** 午前9時30分～午後4時30分  
 ※5月6日までは午後5時まで  
**入館料** 300円(小・中学生100円、65歳以上の人150円)  
**5月の休館日** 月曜日

### 市みどりの協会の催し

**クレマチスフェア'12**  
 絆が広がる みんな一緒に ずっと笑顔で…  
 相模原麻溝公園には、約230種類8,000株のクレマチスが植えられていて、大輪系が見頃を迎えます。苗木などの販売や景品付きのスタンプラリーなどのイベントを行います。  
**日にち** 5月13日(日)  
**時間** 午前9時～午後3時30分  
**会場** 相模原麻溝公園



**クレマチス講習会<全3回>**  
 ～庭・ベランダを彩る花 はじめてのクレマチスの育て方～  
**日にち** 5月20日、7月15日、10月28日の日曜日  
**時間** 午後1時～3時  
**会場** 相模原麻溝公園  
**定員** 30人(申込順)  
**費用** 2,000円  
**申し込み** 電話で5月2日から同協会へ

**樹木の探偵団と公園の樹木めぐりをしませんか**  
 この時期見頃を迎える樹木の特徴、見分け方などを解説します。  
**日にち** 5月13日(日)=相模原北公園  
 27日(日)=相模原麻溝公園  
**時間** 午後1時～3時30分  
**対象** 中学生以上の人  
**定員** 各30人(申込順)  
**費用** 各300円  
**申し込み** 電話で5月2日から同協会へ

**お問い合わせ** 市みどりの協会 ☎042-777-2860





## 主な実施会場

☉ ウェルネスさがみはら	中央区富士見 6-1-1
☾ シティ・プラザはしもと	緑区橋本 6-2-1
☺ 南保健福祉センター	南区相模大野 6-22-1
☼ 城山保健福祉センター	緑区久保沢 2-26-1
☽ 津久井保健センター	緑区中野613-2
☿ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
♁ 藤野総合事務所	緑区小淵2000

## 申し込み・お問い合わせ

① 介護予防推進課(介護予防班)	☎042-769-9249	⑧ 緑保健センター	☎042-775-8816
② 介護予防推進課(緑班)	☎042-775-8812	⑨ 中央保健センター	☎042-769-8233
③ 介護予防推進課(中央班)	☎042-769-8349	⑩ 南保健センター	☎042-701-7708
④ 介護予防推進課(南班)	☎042-701-7704	⑪ 城山保健福祉課	☎042-783-8120
⑤ 疾病対策課	☎042-769-8260	⑫ 津久井保健福祉課	☎042-780-1414
⑥ 健康企画課(成人)	☎042-769-8322	⑬ 相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
⑦ 健康企画課(母子)	☎042-769-8345	⑭ 藤野保健福祉課	☎042-687-5515

## 子どもとお父さん、お母さんのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

教室名	日にち	会場	内容・時間・対象など	申込
赤ちゃんセミナー	6月18日(月)	☺	離乳食の講習、簡単な実習と試食 時間 午後1時～2時15分、2時45分～4時 対象 開催日に、生後5～6か月になる初めての子の保護者とその家族 定員 各20人(申込順。調整あり) 申し込み 電話でコールセンター(☎042-770-7777)へ	
	6月29日(金)	☉		
はじめよう! 元気Kidsの おうちごはん (全2回)	6月6日(水) 20日(水)	☺	子どもの食事の情報交換と簡単な調理実習 時間 午前9時30分～正午 対象 1歳6か月～3歳未満の子どもの保護者=各15人(申込順) ※保育は相談に応じます。	⑩
	6月18日(月) 7月2日(月)	☉		⑨
	6月29日(金) 7月13日(金)	☽		⑧
ママの心のケアルーム「ママの休み時間」	5月9日(水)	☉	「子育てに向いていない」「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 時間 午前10時～11時30分 対象 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)	⑦

教室名	日にち	会場	内容・時間・対象
ふれあい親子サロン ※◎=こどもセンター	5月16日(水)	☽、横山◎、△相武台◎	保健師、保育士等による健康・育児相談、身体測定、親子遊びの紹介など ※△印は、栄養士による栄養相談もあり ※□印は、歯科衛生士による歯科相談もあり 時間 午前10時～11時15分 対象 乳幼児とその保護者 ※希望者は直接会場へお問い合わせ ⑧⑨⑩
	5月17日(木)	△城山◎、大野北◎、△鹿島台◎、上鶴間◎	
	5月22日(火)	富士見◎、鶴園中和田◎	
	5月23日(水)	△並木◎	
	5月24日(木)	△湖◎、麻溝◎	

## もっと健康になるための教室

教室名	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
骨密度測定 de 骨元気アップセミナー	6月4日(月)	午後1時30分～2時30分	☾	骨粗しょう症予防の話と骨密度測定。お口の元気チェックコーナーも同時開催 対象 20～70歳(昭和17年4月2日～平成5年4月1日生まれ)の人 定員 各15人(申込順) 費用 各700円	⑬
		午後2時～3時			
運動プログラム作成コース	6月14日(木)	午後1時15分～4時15分	☉	体力測定と健診結果をもとに運動プログラムを作成 対象 20歳以上で肥満か、コレステロール値等が高く、運動が必要な人(6か月以内に受診した健診結果が必要) 費用 1,000円	⑨

※受講後、運動習慣定着コース(10日間)に続けて参加できます。

## 相談

相談名	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
ひきこもり相談会	5月16日(水)	午後2時～4時	☉	ひきこもり問題を抱える家族のグループ相談会 対象 市内在住か通勤の人 申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ	
くすりの相談	5月17日(木)	午後1時30分～3時	☉	※希望者は直接市薬剤師会会議室へお問い合わせ 市薬剤師会 ☎042-756-1502	

## 特定相談・精神科セカンドオピニオン外来

相談名	日にち	時間	内容・対象など
みんなのアルコール相談	5月15日(火)	午後1時30分～3時30分	専門医などが、お酒の量を減らしたい、家族の飲み方が心配等の相談に応じます。 対象 アルコールに関する問題を持つ人とその家族 定員 2人(申込順。調整あり)
思春期・ひきこもり特定相談	5月17日(木)	午後2時～4時	専門医などが助言・指導します。 対象 <b>思春期相談</b> 13～17歳のメンタルな問題を抱える人とその家族等 <b>ひきこもり相談</b> 18歳以上でひきこもりの状態にある人とその家族等 定員 各2人(申込順。調整あり)
精神科セカンドオピニオン外来	5月21日(月)		専門医が意見提供します。 対象 精神科治療中で、自身の治療方針について、主治医以外からの意見を求める人 ※医療過誤や訴訟に関する内容などは受けられない場合があります。 定員 3人(抽選) 費用 2,000円

会場 けやき会館

申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

## 5月31日は「世界禁煙デー」禁煙にチャレンジしよう

### ○禁煙チャレンジコース

尿中のニコチン濃度測定検査等を実施後、保健師が禁煙へ向けたアドバイスを個別に行います。

### ○禁煙サポート講座

年3回、各保健センターで実施しています(次回は5月26日に南保健福祉センター)。ニコチン依存度のチェック等もできます。

※詳しくはお問い合わせください。

申し込み・お問い合わせ 緑保健センター ☎042-775-8816  
中央保健センター ☎042-769-8233  
南保健センター ☎042-701-7708

## シニアのための歯っぴー健口セミナー(全5回)

歯や口の機能を維持・向上させるため一人ひとりに合ったプログラムを作成して、口の体操や口腔清掃などの方法を学びます。

日にち 6月5日・19日、7月3日・17日・31日の火曜日

時間 午前9時45分～11時45分 会場 シティ・プラザはしもと

対象 65歳以上(介護保険要介護・要支援者を除く)で、次のいずれかに該当する人=若干名(選考)

○6か月前に比べ、硬いものが食べにくくなった

○お茶や汁物を飲んだとき、むせることがある

○口の湯きが気になる

申し込み 電話で5月24日までに介護予防推進課緑班(☎042-775-8812)へ



健康診査・検診 70歳以上の人は無料

市内協力医療機関や公共施設などで、健康診査やがん検診などを随時実施しています。

※健診には受診券が必要です。

※国民健康保険に加入している40～74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)を受診した人などには、4月(一部の人は6月以降)に受診券を送付しています。

申し込み 受診券がない人は、コールセンター(☎042-770-7777)へ

(特定)健康診査

Table with 5 columns: 対象, 費用, 日にち, 会場, 検査項目. Rows include 国民健康保険加入の40～74歳の人, 後期高齢者医療制度加入の人, 医療保険未加入で生活保護を受給している人など.

※社会保険などに加入している人は、各医療保険者にお問い合わせください。

歯科健康診査(お口の健康診査)

Table with 4 columns: 日にち, 会場, 検査項目, 対象・費用. Includes 口腔内診査(むし歯や歯周病の有無など).

肝炎(B型・C型)ウイルス検査

Table with 5 columns: 対象, 費用, 日にち, 会場, 申し込み. Includes 肝炎ウイルス感染の心配がある人, 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.

結核健診

Table with 2 columns: 日にち・会場・締切日, 対象・費用・受付時間. Includes がん検診(検診車)と同じ.

がん検診

Large table for cancer screening with columns: 日にち, 会場, 検診種目・費用・受付時間など. Includes 胃, 大腸, 子宮, 乳, 肺, 視触診, マンモグラフィ, X線, 喀痰.

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、各種の体操や機器を用いた筋力トレーニングなどを指導します。

Table with 4 columns: 日にち, 時間, 会場, 電話番号. Includes 6月8日～7月17日の毎週火・金曜日.

対象 市内在住の65歳以上で、運動に支障がない人=10人(抽選)
費用 4,000円 申し込み 電話で5月25日までに同会場へ

成人と小児の食物アレルギー講演会

医師による講演と、パネルディスカッションを行います。

日時 5月19日(土)午後0時30分～4時30分
会場 神奈川障害者職業能力開発校(南区桜台13-1)
定員 150人(申込順)
申し込み はがきかファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、参加人数、質問(ある人のみ)を書いて、5月15日(必着)までに相模原アレルギーの会(〒252-0314 南区南台6-8-20 ☎042-745-8801 FAX042-744-1249 Eメール allergy-net@jcom.home.ne.jp)へ

～生活習慣病予防教室(働く人編)～

働き盛りのタフなカラダづくり(全2回)

内臓脂肪や運動量の測定、食事バランスのチェック、「タフなカラダをつくる」ための講話などを行います。

日にち 6月9日・16日の土曜日
時間 午後1時30分～3時30分
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住か在勤の人
定員 30人(申込順)
申し込み 電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ

愛の献血

Table with 3 columns: 日にち, 時間, 会場. Includes 5月8日(火)15日(火), 9日(水).

対象 16～69歳の健康な人(65～69歳の人には、60～64歳の間に献血経験が必要)
所要時間 40分程度
※200ml献血を行わない場合があります。
※本人確認を行っています。
お問い合わせ 医事薬事課 ☎042-769-8343

講演会 メンタルヘルス市民講座

医師が、うつ病やアルコール依存症などの病気について講演します。

Table with 4 columns: 日時, 会場, テーマ, 講師. Includes 6月4日(月)午後3時～5時, 6月8日(金)午後2時～4時, 6月13日(水)午後2時～4時.

対象 市内在住の人=各150人(申込順)
申し込み・お問い合わせ 電話で住んでいる区の障害福祉相談課へ
緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811
中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806
南障害福祉相談課 ☎042-701-7715

アルコール・薬物家族教室

アルコール・薬物問題を理解し、その対応について学びます。

日時 5月23日(水)午後2時～4時
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住か在勤のアルコール・薬物問題がある人の家族
定員 10組(申込順)
申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

急病などで困ったときは(電話番号をよく確かめて)

Table with 2 columns: 医科, 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000, 休日急患歯科診療所 ☎042-756-1501, 休日当番柔道整復施設案内 ☎0120-194199, 精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070.

