

# さがみはら

広報

NO.1224

毎月1日・15日発行

2011 9/1  
平成23年

SAGAMIHARA

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 718,893 (116減)



世帯 305,748 (75増)

8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 ■

### 大船渡市の小学生が本市を訪問



東日本大震災で被災した岩手県大船渡市の小学生102人が8月10日、本市を訪れました。市教育委員会が招待し、2泊3日の中で市立博物館での映画鑑賞やJAXA相模原キャンパスの見学、芸術活動、スポーツ吹き矢などの体験活動を楽しみました。

大船渡市に帰る児童は「3日間いろいろな体験ができて、とても楽しかった。一生の思い出になりました。」と話していました。

## LINE UP 今号の主な内容

3 地震時の適切な行動と日頃からの備え

6 障害者の就労を支援

7 自治会の力で災害から地域を守る

別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)

# ひとりじゃないよ あなたの“生きる”を 応援したい



ノジマ相模原ライズ  
畑 喜一郎選手

三菱重工相模原  
ダイナボアーズ  
杉本剛章選手

ブレッツ相模原  
池田朋也選手

S.C.相模原  
工藤祐生選手

日本では、平成10年以降自殺者が急増し、年間自殺者が3万人を越えています。昨年の自殺者は3万1,690人で、本市でも141人もの方が自殺で亡くなっています。

このような状況と、自殺対策への取り組みについて、多くの市民の皆さんに知ってもらうため、市の呼び掛けに賛同した、市内4スポーツ団体と、今年2月に「自殺対策事業における協力に関する協定」を締結しました。

市では、世界自殺予防デー(9月10日)のある9月を「自殺対策強化月間」として、地元スポーツ団体と協力しながら、市民の皆さんへの普及啓発を行い、自殺者を減らすための対策を進めています。

一人でも多くの命を救えるよう、皆さんも周囲の人の小さな変化に気付き、悩んでいる人がいたら温かく寄り添って見守りましょう。



## あなたの周りにこんな人いませんか?

- 気分が沈み、元気がない
- 不眠が続く
- 原因不明の体調不良が続く
- 飲酒量が増えた
- 反応が遅い、仕事の能率が落ちている
- 不安が強く、落ち着かない



最近、眠れて  
いますか?

何か  
心配な事は  
ありますか?

悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況に陥ることがあります。悩んでいる人を自殺の危機から救うためには、周囲が悩んでいる人の変化に気付き、声を掛け、話を聴き、必要な相談窓口や支援につなげ、温かく寄り添いながら見守ることが大切です。

## ひとりで悩まず相談してください

### こころの健康に不安を感じたら

こころの病の治療・社会復帰・生活上の問題などの相談に応じます。

#### 昼間の相談

月～金曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く)

午前8時30分～午後5時

緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811

津久井保健福祉課 ☎042-780-1412

中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806

南障害福祉相談課 ☎042-701-7715

#### 夜間の電話相談

月～土曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く)

午後5時～10時

こころの電話相談 ☎042-769-9819

### 自殺の不安を感じたら

“いきる”ホットライン(自殺予防専門電話相談)

☎042-769-9800

毎週日曜日 午後5時～10時

(12月29日～1月3日を除く)

### 年中無休 夜間・休日も電話相談できます

東京自殺防止センター ☎03-5286-9090

〈午後8時(毎週火曜日は午後5時)～午前6時〉

横浜いのちの電話 ☎045-335-4343

〈24時間〉

川崎いのちの電話 ☎044-733-4343

〈24時間〉

まずは電話してください

このほかの自殺対策キャンペーンの内容など、詳しくは2ページをご覧ください。

お問い合わせ 精神保健福祉センター ☎042-769-9818

# 知って欲しい、自殺のこと

自殺は周りの人たちに深刻な影響を与えていると言われていて、家族や地域に与える心理的、社会的、経済的影響は計り知れません。

自殺は、心身の病気など健康問題、過重な労働環境など仕事上の問題、多重債務などの経済的な問題を始め、さまざまな原因やきっかけが複雑に絡み合って起こります。自殺は個人だけの問題ではなく、身近な社会の問題として考える必要があります。

市では、「自殺対策強化月間」に合わせて、自殺対策シンポジウムや研修を行います。この機会に自殺の問題について考えてみませんか。

## 自殺対策シンポジウム

### 働きざかりのいのちを守ろう Part2

日時 9月22日(木) 午後2時～4時15分  
 会場 グリーンホール相模大野  
 テーマ 人事労務担当者が知っておきたいメンタルヘルスの知識  
 コーディネーター 宮岡 等さん(北里大学医学部精神科学教授)  
 シンポジスト 笹原信一朗さん(筑波大学大学院人間総合科学研究科講師)  
 後藤昌弘さん(県相模原地域産業保健センターコーディネーター)

対象 市内在住か在勤・在学の人=200人(申込順)  
 申し込み 電話で9月21日までにあじさいメイツ(☎042-775-5505)へ

## ゲートキーパー研修

自殺の現状や、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる人「ゲートキーパー」の役割について学びます。

日時 9月29日(木) 午後2時～4時  
 会場 あじさい会館  
 テーマ 「あなたの“生きる”を応援したい」  
 講師 杉本脩子さん(全国自死遺族総合支援センター)

対象 市内在住か在勤・在学の人  
 定員 100人(申込順)  
 申し込み 電話で9月28日までに精神保健福祉センターへ

## 自殺対策啓発コーナー

啓発リーフレットの配布や、自死遺族のメッセージボードなどを展示します。

| 期間         | 時間            | 会場                      |
|------------|---------------|-------------------------|
| 9月12日(月)まで | 午前8時30分～午後10時 | シティ・プラザはしもと内6階          |
| 9月16日(金)まで | 午前8時30分～午後7時  | 南保健福祉センター<br>ウェルネスさがみはら |

## 全国初

### トップレベルリーグでの活躍をめざすスポーツ団体と連携した取り組み

#### 協定を結んだ4チーム

- SC相模原(関東サッカーリーグ2部、Jリーグ準加盟クラブ)
- ブレッサ相模原(県社会人サッカーリーグ1部)
- 三菱重工相模原ダイナボアーズ(ジャパンラグビートップイーストリーグDiv.1)
- ノジマ相模原ライズ(社会人アメリカンフットボールXリーグ)

#### 自殺対策街頭キャンペーン

自殺対策啓発リーフレットやグッズを配布します。

日にち 9月9日(金)

| 時間       | 会場      |
|----------|---------|
| 午前9時～10時 | 淵野辺駅周辺  |
| 午後1時～2時  | 相模大野駅周辺 |
| 午後4時～5時  | 橋本駅周辺   |

#### FMラジオ特番

「ひとりじゃないよ あなたの“生きる”を応援したい」

エフエムさがみ(83.9MHz)で選手からのメッセージなどを届けます。

日にち 9月10日(土)  
 時間 午後11時～11時30分

サッカー、アメリカンフットボール、ラグビーの地元スポーツ4団体と協力し、自殺対策街頭キャンペーンや、エフエムさがみでのスポットCMなどを通して、「あなたの“生きる”を応援したい」をテーマに、自殺者を減らすための取り組みを行っています。

## 三菱重工相模原ダイナボアーズを応援に行こう

### 応援市民デー

当日、会場のダイナボアーズ受け付けテントで「広報紙を見た」と申し出ると、チケットを渡します。



| 日にち      | 時間   | 会場                       | 対戦相手        |
|----------|------|--------------------------|-------------|
| 9月11日(日) | 午後3時 | ニッパツ三ツ沢球技場(横浜市神奈川区三ツ沢西町) | 栗田工業        |
| 18日(日)   | 午後1時 | 秩父宮ラグビー場(東京都港区北青山)       | 秋田ノーザンブレッツ  |
| 24日(土)   | 午後3時 |                          | 日本IBMビッグブルー |

※希望者は直接会場へ  
 ※相模原駅から各会場への無料送迎バスあり(希望者は電話で、各試合1週間前までに三菱重工相模原ダイナボアーズ事務局へ)

お問い合わせ 三菱重工相模原ダイナボアーズ事務局 ☎042-761-2686

お問い合わせ 精神保健福祉センター ☎042-769-9818

## 市職員を募集

| 試験区分       | 採用予定人数 | 職務内容        | 受験資格                     |
|------------|--------|-------------|--------------------------|
| 行政(大学卒業程度) | 15人程度  | 一般行政事務      | 昭和56年4月2日～平成2年4月1日に生まれた人 |
| 土木(大学卒業程度) | 10人程度  | 土木に関する専門業務等 | 昭和51年4月2日～平成2年4月1日に生まれた人 |

※原則、採用は平成24年4月1日以降です。  
 ※詳しくは、人事委員会事務局、市役所本館1階受付、各区役所総務課・まちづくりセンターなどにある受験案内をご覧ください。市ホームページの「相模原市、職員募集。」からもご覧になれます。

申し込み 受験案内に付いている申込書を郵送で、9月7日～9月20日(消印有効)に人事委員会事務局へ

第1次試験日 10月23日(日) 麻布大学

お問い合わせ 人事委員会事務局 ☎042-769-8320

## 夜間納税相談窓口のご利用を

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。電話相談も受け付けます。

日時 9月5日(月)・13日(火)午後5時30分～午後7時

| 会場                     | 相談・お問い合わせ     |
|------------------------|---------------|
| 納税課(市役所第2別館2階)※        | ☎042-769-8300 |
| 緑市税事務所(シティ・プラザはしもと内5階) | ☎042-775-8808 |
| 南市税事務所(市南区合同庁舎3階)      | ☎042-749-2163 |

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

## 募集

### 博物館協議会委員

博物館の活動や運営に関して協議します。  
 任期 11月から2年間  
 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)=2人(選考)  
 申し込み 市立博物館、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・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「市へのご意見・ご提案」→「審議会等の公募委員の募集」からダウンロード可)を9月22日(必着)までに市立博物館(☎042-750-8030)へ

## 募集

### タウンネーミング

相模大野駅西側地区で進められている、市街地再開発事業区域の「まち」の名前を募集します。  
 応募 相模大野駅西側地区市街地再開発組合のホームページからか、同組合事務所(南区相模大野3-1-33)、南区役所情報提供コーナーにある応募はがきで、10月31日(必着)までに同組合へ  
 ※自作の未発表作品に限ります。  
 ※応募について詳しくは、同組合ホームページをご覧ください。  
 お問い合わせ 相模大野駅西側地区市街地再開発組合 ☎042-740-9203

## 一般ごみの収集を一部民間に委託します

10月1日から一部の地域で、一般ごみの収集を市の直営から民間業者に委託します。また、収集車両の色も変わります。

| 民間に委託する地域      | 収集車両の色 | お問い合わせ                 |
|----------------|--------|------------------------|
| 相模台・東林地区の一部    | 赤      | 麻溝台環境事業所 ☎042-747-1241 |
| 大野北・上溝・田名地区の一部 | 黄      | 橋本台環境事業所 ☎042-772-0218 |

※収集曜日は変わりません。  
 ※収集時間に変更になる地域もあります。収集日の朝8時30分までに出してください。

# 9月1日は防災の日

# 地震時の適切な行動と日頃からの備え

お問い合わせ 危機管理室 ☎042-751-9128

3月11日午後2時46分、東北地方の太平洋沖でマグニチュード9.0の地震が発生し、東日本の広範囲に甚大な被害を及ぼしています。地震など災害時には、日頃の備えがあなたや家族、そして大切な暮らしの場を守ります。

9月1日は防災の日、8月30日～9月5日は防災週間です。この機会に、家族などで大地震が発生したときの適切な行動パターンを学び、もしものときに備えましょう。

## 地震発生 そのときの行動（自宅にいたら）

### ●身の安全の確保



### ●火の始末



### ●出口（避難路）の確保



### ●非常持ち出し品の携帯



## 非常持ち出し品を準備しておきましょう

避難する時に必要最小限な品を、両手が使えるリュックサックなどに入れておきましょう。

### 非常持ち出し品リスト

- 飲料水
- 食料品
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 乾電池（予備）
- 履物
- 貴重品
- 生理用品
- マッチ・ライター
- ティッシュペーパー
- 衣類（下着・タオルなども）
- 雨具・防寒具
- 救急セット・常備薬
- ロープ・ひも
- 筆記用具
- 粉ミルク・紙おむつ

- 家族の安全を確認し、余震に注意しましょう
- 隣近所の安否を確認し、消火・救出活動に協力しましょう
- テレビ・ラジオ・ひばり放送などで正しい情報を確認しましょう
- 家屋の倒壊などの恐れがあれば避難しましょう

## 防災情報の入手方法が増えました

災害が起きたとき適切に行動するためには、日頃から正しい情報を集める方法を知り、いざというときに備えておくことが大切です。

### ひばり放送の内容や防災情報をテレビ神奈川(t v k)のデータ放送で配信

8月から、リモコンにdボタンがある地上デジタル放送対応のテレビかチューナーで、ひばり放送の内容や防災情報を確認できます。

#### データ放送の表示方法

- ① t v k の画面からリモコンのdボタンを押します。  
(ひばり放送の配信があった日は、この段階で④のページが表示されます)
- ② データ放送を表示させ、マイタウン情報を選択します。
- ③ 相模原市の専用ページを表示させ、防災ひばり放送を選択します。
- ④ 防災ひばり放送のページから、確認したい件名を選択します。



▲このマークが目印

※ひばり放送の内容は、ほぼ同時にデータ放送で配信するほか、市ホームページの **ひばり放送** やテレホンサービス（☎0180-994-839※要通話料）で確認できます。

### エフエムさがみ(83.9MHz)をインターネットで配信

インターネットに接続できるパソコンや、スマートフォンなどで聴取できます。

#### 聴取方法

「サイマルラジオ」のホームページ (<http://www.simulradio.jp/>) でエフエムさがみの **放送を聞く** をクリックしてください。

※聴取の推奨環境など詳しくは、「サイマルラジオ」のホームページをご覧ください。

お問い合わせ 情報政策課 ☎042-769-8212

## 備えよう災害に高めよう防災行動力

# 総合防災訓練

災害による被害を最小限に食い止めるためにも、災害が発生した場合にまず自分の身を守るためにはどう行動すべきかを、訓練などを通じて具体的にイメージしておきましょう。

### 予知対応型訓練

東海地震の警戒宣言の発令を想定した訓練を実施します。

#### 急傾斜地崩壊危険区域における事前避難対策訓練

9月4日(日) 午前8時30分から

急傾斜地崩壊危険区域の周辺に居住する住民の方を対象とした情報伝達訓練、避難誘導訓練等の事前対策訓練を実施します。

#### 今年の訓練対象

- 緑区=城山地区(久保沢)
- 相模湖地区(与瀬中野、与瀬横道)
- 南区=古淵地区

#### 警戒宣言発令に伴う広報活動訓練

9月1日(木) 午前8時30分から

ひばり放送からサイレンを鳴らし、東海地震を想定した「訓練、警戒宣言の発令」をお知らせします。放送を合図に非常持ち出し品や家具の転倒防止などの確認をしましょう。

### 発災対応型訓練 9月4日(日)

相模原市東部直下を震源域とした大規模地震の発生を想定した訓練を実施します。

#### 市民1分間行動訓練 午前9時

大規模地震発生時に初めの1分間で、落ち着いて適切な行動を取るための訓練です。

ひばり放送とエフエムさがみ(83.9MHz)、J:COMで放送する「訓練、地震放送」を合図に、①その場に合った身の安全の確保 ②出口(避難路)の確保 ③火の始末を、家庭や職場などで実施してください。

#### 中央会場訓練 午前10時～午後0時30分

会場 淵野辺公園隣接地(中央区弥栄3丁目)

大規模地震が発生したことを想定し、避難誘導・医療救護・ヘリコプターによる航空輸送や負傷者搬送、応急仮設住宅建設・ライフライン復旧などの訓練を実施します。

#### 地域会場訓練 午前9時～正午

避難誘導・生活必需物資輸送受け入れなどの訓練が、地区の連合自主防災隊主催で実施されます。

会場 緑区=名倉グラウンド、中央区=中央小学校、南区=緑台小学校



## 救急フェア

- 心肺蘇生法の体験
- 救急車の展示と解説
- 消防車両のペーパークラフト作成 など

日時 9月10日(土) 午後1時～4時

会場 アリオ橋本イベント広場

※希望者は直接会場へ

お問い合わせ 北消防署警備課本署 ☎042-774-0119



# 我が家の耐震性は大丈夫？ 木造住宅・マンションの耐震化を支援

## 旧耐震基準の在来工法による木造住宅

|            |                  |
|------------|------------------|
| 窓口簡易耐震診断   | 無料（要予約・要図面）      |
| 耐震診断補助制度   | 費用の5分の4以内、上限8万円  |
| 耐震改修計画補助制度 | 費用の2分の1以内、上限3万円  |
| 耐震改修工事補助制度 | 費用の2分の1以内、上限80万円 |
| 高齢者世帯等割増   | 最大20万円を改修工事補助に加算 |

※このほか耐震改修と合わせて行う防火構造改修に対する補助もあります。  
対象 所有者が居住している住宅

## 建築物の耐震巡回相談

日時 9月7日（水）午後1時30分～4時30分

会場 大野南公民館

※希望者は、確認通知書と図面があれば持参して直接会場へ

市では、旧耐震基準（昭和56年5月31日以前）で建築された木造住宅と分譲マンションの耐震化に向け、さまざまな制度を設けています。大切な命と財産を守るため、この機会に耐震補強をしませんか。

## 旧耐震基準の分譲マンション

|            |                                   |
|------------|-----------------------------------|
| 耐震巡回相談     | 無料（要予約・申込順）<br>設計図・構造図等の設計図書が必要です |
| 耐震診断補助制度   | 費用の2分の1以内、上限1住戸につき3万円             |
| 耐震改修計画補助制度 | 費用の3分の2以内、上限1住戸につき5万円             |
| 耐震改修工事補助制度 | 詳しくはお問い合わせください                    |

## 耐震改修促進税制

耐震改修工事をした人を対象に、所得税の控除、固定資産税の減額制度があります。

|       |   |
|-------|---|
| 所得税   | 耐震改修工事費用から補助額を差し引いた額の10%を控除。上限20万円                  |
| 固定資産税 | 家屋分を2年間2分の1に減額（居住床面積120㎡まで、平成24年12月31日までに工事が完了した住宅） |

23年度補助制度申込受付期間 12月28日まで 補助予定金額が終了した時点で締め切ります。  
※これらの制度の利用条件や手続きについて詳しくは、事前にお問い合わせください。  
お問い合わせ 建築指導課 ☎042-769-8252 固定資産税について 資産税課 ☎042-769-8224

## マンション管理セミナー 大震災後のマンション管理再点検

日時 9月23日（祝）午後1時30分～4時30分 会場 産業会館

講師 村井忠夫さん（マンション管理問題評論家）

定員 100人（申込順）

申し込み 電話で、9月12日までに建築指導課（☎042-769-8253）へ

## 防犯活動物品の購入を支援

地域の自主的な防犯活動に必要な物品の購入経費を補助します。

対象 市民が自主的に運営し、毎月定例的に活動する5人以上で構成する団体（申込順）

対象物品 帽子、ベスト、腕章、合図灯、防犯ブザー、懐中電灯など

補助額 物品購入額の2分の1（限度額＝5万円）

※申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ 生活安全課 ☎042-769-8229

## さがみはら 家族で節電キャンペーン 実施中

市では、電気使用量が前年比15%以上削減できた世帯を対象に、毎月抽選で150人にLED電球が当たるキャンペーンを実施しています。

受付場所 各区役所地域政策課・まちづくりセンター・出張所（土・日曜日、祝日を除く）

申し込み 受付場所にある応募用紙と8・9月分の東京電力からの「電気ご使用量のお知らせ」（コピー不可）を持って、8月分は9月9日、9月分は10月11日までに直接、受付場所へ

※当選者の発表など詳しくは、市ホームページの「節電関連情報について」をご覧ください。

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

## 成年後見制度 市民公開講座

判断能力が不十分な高齢者や障害者のための制度について理解を深めます。

日時 9月17日（土）午後1時30分～3時

会場 南保健福祉センター 講師 柴田広宣さん（税理士）

定員 100人（先着順） ※希望者は直接会場へ

※講座終了後に専門家団体等による無料相談会を行います。

お問い合わせ 介護予防推進課 ☎042-707-7042

## チャレンジショップ募集

商店街の空き店舗で出店をめざす人から事業計画を募集します。審査のうえ、入選者には専門家による個別指導や奨励金などの支援をします。

対象 市内の商店街の空き店舗で小売業、サービス業、飲食業を営もうとする個人か、従業員5人以下の企業

奨励金 貸借料の50%以内（最大2年間、上限10万円/月）

申し込み 商業観光課にある申込書（市ホームページの「産業・ビジネス」→「創業したい人向け情報」→「チャレンジショップ支援事業（創業支援）」からダウンロード可）と平成22年度市・県民税納税証明書（法人市民税は直近の事業年度のもの。コピー可）を、10月31日（必着）までに同課（☎042-769-9255）へ

※対象など詳しくはお問い合わせください。

## ふれあい体験学習 希望の村

城山登山やハイキングを通して人とふれあい、集団への適応力を高めます。

日時 10月22日（土）午前10時30分～午後3時 ※荒天時は中止

会場 県立津久井湖城山公園

対象 市内在住か在学の、不登校や集団生活をためらいがちな小・中学生とその保護者＝50人（申込順）

申し込み 電話で、9月30日までに青少年相談センター（☎042-769-8285）へ

## 発見しよう！ まちの中の小さな自然

自然観察指導員と散策し、植物や生き物について学びます。

日時 9月14日（水）午前9時30分～11時30分

コース 環境情報センター～市役所～富士見公園近辺

※参加希望者は、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、環境情報センターへ

## 環境講座 作ってワクワク、触れてハッケン、知って発信 ～革から知ろうバン格拉デシュ～

皮革産業が盛んなバン格拉デシュの環境問題と貧困などについての講話を聞き、革でパスケースを作ります。2つ作った場合、1つはバン格拉デシュの支援にあてます。

日時 9月25日（日）午前10時～午後4時

会場 環境情報センター

対象 中学生以上の人＝20人（申込順） 費用 1,000円

申し込み 電話で同センターへ

お問い合わせ 環境情報センター ☎042-769-9248

## 勝坂を学ぼう！ 相武台下～勝坂遺跡の文化財探訪

ボランティアの案内で、常福寺などを巡ります。磯部八幡宮の不動明王の特別公開の見学もします。

日時 9月11日（日）午前10時～正午

集合場所 相武台下駅 ※小雨決行

定員 50人（申込順）

申し込み 電話で、9月9日までに文化財保護課（☎042-769-8371）へ

## 旧石器ハテナ館で学ぼう！ 黒曜石で せんとうき 尖頭器（石やり）作り

日にち 9月18日（日）

時間 午後2時～4時

会場 旧石器ハテナ館

対象 小学校4年生以上の人

定員 30人（申込順）

費用 500円（材料費）

申し込み 電話で同館（☎042-777-6371）へ

# 市民大学 後期講座

**申し込み 問い合わせ** さがまちコンソーシアム事務局内市民大学担当  
 ☎042-703-8550  
 〒252-0307 南区文京2-1-1

**対象** 15歳以上の人（市内在住か在勤・在学の人を優先して抽選）  
**受講料** A=1,000円 B=1,500円  
 ※講座の内容など詳しくは、総合学習センター、各まちづくりセンター・出張所・公民館・図書館などにある講義案内をご覧ください。

**申し込み** はがき（1講座1枚）に住所、氏名（ふりがな）、生年月日、性別、電話番号、希望のコースと講座名、市民大学受験登録番号（登録済みの人のみ）を書いて、9月14日（必着）までに、さがまちコンソーシアム事務局内市民大学担当へ。同コンソーシアムのホームページからも申し込みます。

| コース名         | 講座名                                   | 期間・曜日   | 時間               | 定員   | 受講料     |
|--------------|---------------------------------------|---|------------------|------|---------|
| 和泉短期大学       | 高齢者の健康と介護〈全5回〉                        | 11月1日～29日の毎週火曜日                                     | 午前10時40分～午後0時10分 | 60人  | A       |
| 女子美術大学       | 絵を見て想像の翼を無限に広げよう！<br>ー見る快楽としての知ー〈全8回〉 | 9月29日、10月13日、11月10日・24日、<br>12月8日・22日、1月12日・26日の木曜日 | 午後1時20分～2時50分    | 150人 | B       |
| 総合電子専門学校     | アニメーションワークショップ〈全4回〉                   | 12月12日（月）～15日（木）                                    | 午前9時～正午          | 13人  | B<br>※6 |
|              | デッサン入門〈全4回〉                           |   |                  | 15人  |         |
| 桜美林大学        | 現代に生きる「論語」<br>ーその君子像から〈全8回〉           | 10月5日～11月30日の毎週水曜日<br>（11月23日を除く）                   | 午後0時50分～2時20分    | 40人  | B       |
| 青山学院大学       | 先端技術と私達の暮らし〈全5回〉                      | 10月15日～11月12日の毎週土曜日                                 | 午後1時10分～2時40分    | 250人 | A       |
| 多摩美術大学 ※1    | 水墨画入門〈全8回〉                            | 10月1日～11月19日の毎週土曜日                                  | 午後2時～4時          | 20人  | B       |
| 東京家政学院大学 ※2  | 高齢化社会の健康食生活 ミクロからマクロ<br>まで〈全4回〉       | 10月8日～29日の毎週土曜日                                     | 午前10時～11時30分     | 50人  | A       |
| 東京女学館大学      | 国際的視点から見た日本古代の仏教文化<br>〈全3回〉           | 10月7日～21日の毎週金曜日                                     | 午後1時～2時30分       | 30人  | A       |
| 総合研究大学院大学 ※3 | 宇宙科学の最前線〈全4回〉                         | 10月8日～29日の毎週土曜日                                     | 午前10時～正午         | 80人  | A       |
| サレジオ工業高等専門学校 | Active English in the News〈全8回〉       | 10月3日～12月12日の毎週月曜日<br>（10月10日・31日、11月28日を除く）        | 午後6時30分～8時       | 16人  | B       |
| 玉川大学         | 「あそびニケーション」<br>～遊び+対話=学び～〈全2回〉        | 10月22日・29日の土曜日                                      | 午前9時30分～正午       | 12人  | A       |
| 総合学習センター ※4  | 「甲州街道をゆく」<br>～語り継がれる小原宿と與瀬宿～〈全5回〉     | 11月5日～12月3日の毎週土曜日                                   | 午前10時30分～正午      | 50人  | A       |
| 座間市生涯学習課 ※5  | 座間の蚕はどこへいった？〈全3回〉                     | 10月13日～27日の毎週木曜日                                    | 午前10時～11時30分     | 40人  | A       |

※1・2 会場はソレイユさがみ（緑区橋本） ※3 会場はJAXA相模原キャンパス（中央区由野台） ※4 11月19日の会場は桂北公民館。11月26日は同公民館に集合し、甲州古道散策 ※5 10月27日の集合・解散場所は絹の道資料館入口（八王子市鎌水） ※6 資料代・材料費として別途500円

## 市日中交流協会訪中団 中国の達人～あなたの知らない中国をめぐる旅～

| コース名                       | 日にち             | 費用        |
|----------------------------|-----------------|-----------|
| ①3泊4日<br>（無錫・宜興など）         | 11月7日（月）～10日（木） | 16万8,000円 |
| ②7泊8日<br>（①+上海、桂林、陽朔、広州など） | 11月7日（月）～14日（月） | 21万9,000円 |

**申し込み** 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、コース名を書いて、9月26日までに日中交流協会事務局（渉外課内 ☎042-769-8207 Eメール kokusai@city.sagamihara.kanagawa.jp）へ

## さがみはら国際交流ラウンジの催し

**新ボランティア交流会**  
 ボランティア登録者と、これから参加したい人の交流会です。  
**日にち** 9月10日（土）  
**時間** 午後2時～4時  
**対象** 平成23年3月20日以降に登録した人と、これから参加したいと思っている人

**希望者は直接会場へ**

- お茶会～みんなのしゃべり場
- 同ラウンジで活動している外国人や日本語を勉強している外国人と交えた、誰でも参加できる交流会です。
- 日にち** 毎月第2土曜日
- 次回**は9月10日（土）
- 時間** 午後4時～5時30分

**お問い合わせ** さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

## オンラインデータベース講習会 身近な判例・法律情報の調べ方

オンラインデータベース「D1-Law.com」を活用した身近な法律情報の調べ方を学びます。  
**日時** 9月22日（木）午後1時30分～3時30分 **会場** 橋本図書館  
**対象** 市内在住か在勤・在学の人＝16人（申込順）  
**申し込み** 直接か電話で、9月19日までに同館（☎042-770-6600）へ

## 市立博物館の催し

### 星空観望会

グループに分かれ、プラネタリウムで天体についての解説後、40cm大型望遠鏡で惑星などを観察します。（雨天時は内容を変更して実施します）

| 日にち     | 時間         | 定員             | 観望天体      |
|---------|------------|----------------|-----------|
| 9月2日（金） | 午後7時～8時30分 | 各120人<br>（先着順） | 海王星       |
| 17日（土）  |            |                | M57（環状星雲） |

※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

### 日本惑星科学会一般講演会

**日時** 10月22日（土）午後1時30分～4時  
**内容** **第1部「太陽系起源物質とはやぶさリターンサンプルの初期分析」**  
**講師** 土山 明さん（大阪大学大学院教授）  
**第2部「宇宙に生命を探す」**  
**講師** 関根康人さん（東京大学大学院講師）  
**定員** 200人（抽選）  
**申し込み** 往復はがき（1枚に5人まで）に、代表者の住所・電話番号、全員の氏名・年齢、「日本惑星科学会」と書いて、9月15日（必着）までに同館（〒252-0221 中央区高根3-1-15）へ

**お問い合わせ** 市立博物館 ☎042-750-8030

## ほっこり座のかみしばい

毎月行う紙芝居会が、市立図書館で始まります。  
**日にち** 9月4日～平成24年3月4日の毎月第1日曜日（1月は第2日曜日）  
**時間** 午前11時～11時30分  
**会場** 市立図書館（中央区鹿沼台）  
 ※内容は4歳～小学生向け（観覧の年齢制限はなし）  
 ※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

# 障害者の就労を支援

## 9月は障害者雇用支援月間

働くことは、障害の有無に関わらず、自立した生活を支える基盤であり、一人ひとりの可能性を生かす手段でもあります。

市では、企業への障害者の雇用促進に向けた取り組みや、一人ひとりに適した就労に向けて職業訓練体制・職業相談体制の充実を図り、国、県、事業者などと連携して、障害者の就労を支援する取り組みを進めています。この月間を通して、障害者の雇用に対する理解を深め、障害者の就労について考えてみませんか。

お問い合わせ 障害福祉課 ☎042-769-8355 FAX042-759-4395



精密な部品を保管するケースを一つひとつ丁寧に清掃する上野さんと見守る指導員の木下さん

### 障害者雇用の現場 ニコンつばさ工房（南区麻溝台・ニコン特例子会社※）では



指導員 木下 豊さん

当社では、上野さんをはじめ知的障害のある人を3人雇用しています。職場では、成功体験を積み重ねることで、役に立っているという自覚・生きがいを持ってもらえるよう、継続的に本人の意欲を引き出していくことに重点を置いています。

障害者雇用には不安もありましたが、障害者支援センター松が丘園のジョブコーチによる定期訪問もあり、職場定着への支援・相談体制が整備されているので、心強く感じています。会社は障害者ができる業務の開拓・現行業務の確保に苦労しましたが、障害者の社員は担当業務に一生懸命に、とても丁寧に取り組み、仕事へのまじめな姿勢が他の社員にも良い影響を与えてきています。「ものづくりは人づくり」をモットーに、障害者と一緒に社会に貢献できる企業をめざしています。



従業員 上野健正さん

機材の梱包や保管ケースの清掃をしています。最初は苦労しましたが、職場の皆さんに支えてもらい、目標以上の数をこなせるようになりました。働くことはとても達成感があり、うれしいです。

※特例子会社制度 障害者を多数雇用する特別な事業所等を子会社として設立する場合などに、一定の要件のもとで、特例的に子会社の労働者を親会社の労働者とみなして雇用率を算定する制度。

### 障害者の雇用状況

各年6月1日現在

| 年     | 相模原市内 |       | 神奈川県  | 国     |
|-------|-------|-------|-------|-------|
|       | 区分    | 実雇用率  | 実雇用率  | 実雇用率  |
| 平成18年 |       | 1.43% | 1.41% | 1.52% |
| 19年   |       | 1.42% | 1.45% | 1.55% |
| 20年   |       | 1.40% | 1.49% | 1.59% |
| 21年   |       | 1.42% | 1.57% | 1.63% |
| 22年   |       | 1.44% | 1.62% | 1.68% |

神奈川県労働局職業安定部職業対策課資料より

※この集計は、本社が本社機能の所在地ごとに、その企業全体の雇用数を集計したもので、必ずしも当該地域の障害者雇用状況を反映するものではありません。

### 「障害者の雇用の促進等に関する法律」による障害者法定雇用率

56人規模以上の事業主は1.8%以上の身体障害者か知的障害者の雇用が義務付けられています。

## 職業紹介・職業訓練・就職面接など 主な支援メニュー

障害者や企業・事業所を支えるさまざまな取り組みや支援機関があります。

#### ○かながわ障害者雇用促進フォーラム

基調講演や、「かながわ障害者雇用優良企業」の担当者の討論を通して、優良企業に認証された企業の雇用事例などを紹介します。

日時 9月2日(金)午後1時～4時

会場 グリーンホール相模大野多目的ホール

講師 安部省吾さん(NPO法人eキャリア・雇用プロジェクトK理事・事務局長)

対象 障害者の採用や職場指導に携わる企業担当者など

定員 100人(申込順)

申し込み 電話でテンプスタッフフロンティア横浜オフィス(☎045-226-3617)へ

#### ○県央障害者就職面接会

日時 10月7日(金)午後1時～4時(受け付けは正午～午後3時)

会場 総合体育館

申し込み 直接、9月8日までにハローワーク相模原(☎042-776-8609 部門コード43# FAX042-759-1871)へ

#### ○障害者支援センター松が丘園(中央区松が丘1-23-1)

市内在住の障害のある人を対象に、就労に関する相談、適性にあった就労先の開拓、職場実習への同行、職場定着のための定期訪問などの支援を行います。

利用時間 午前8時30分～午後5時(要予約)

お問い合わせ

障害者支援センター松が丘園 ☎042-758-2121 FAX042-758-7070

#### ○ハローワーク相模原(中央区富士見6-10-10)

障害のある人に対して、求職登録後、職業相談・職業紹介を行い、必要に応じ就職後の定着指導等のサービスを行っています。

お問い合わせ ハローワーク相模原 ☎042-776-8609(部門コード43#)

FAX042-759-1871

#### ○国立県営 神奈川障害者職業能力開発校(南区桜台13-1)

障害のある人の職業訓練や、就労支援、職場定着支援などを行っています。

職業訓練 対象 身体・知的・精神障害者

お問い合わせ

神奈川障害者職業能力開発校 ☎042-744-1243 FAX042-740-1497

ハローワーク相模原 ☎042-776-8609 FAX042-759-1871

#### 障害者しごとサポート事業

|       |  |
|-------|--|
| 障害者向け | 就労相談、就労支援、実習支援、職場定着支援<br>対象 身体・知的・精神・発達障害者で障害者手帳を持っている人  |
| 法人向け  | 障害者雇用相談、障害者求人支援、職場定着支援、各種助成制度情報の提供<br>対象 一般企業、官公庁、公益法人など |

お問い合わせ

神奈川障害者職業能力開発校 ☎042-744-5557 FAX042-740-1497

### 視覚に障害のある人の パソコン体験講座 (全2回)

音声ソフトによるパソコン・携帯電話・デジターの基礎を学び、インターネットで新聞や趣味情報の検索を体験します。



日にち 9月24日(土)・25日(日)

時間 午前10時～午後4時

会場 総合学習センター

対象 市内在住の視覚障害者

定員 5人(申込順)

申し込み 電話で9月22日までに同センター(☎042-756-3443)へ

### 障害のある人が作った 自主製品を販売

陶芸品や木工製品、革製品、焼き菓子などを販売します。

| 日にち                | 時間         | 会場             |
|--------------------|------------|----------------|
| 9月10日(土)<br>11日(日) | 午前10時～午後4時 | イトーヨーカドー古淵店    |
| 9月26日(月)<br>27日(火) |            | イトーヨーカドーアリオ橋本店 |

お問い合わせ

障害福祉課 ☎042-769-8355

### 障害者スポーツ講座《全3回》

#### ①ダンスパフォーマンス

日にち 10月2日・16日、11月6日の日曜日

対象 市内在住か在勤・在学の知的障害児・者

定員 知的障害児・者30人、ボランティア5人(申込順)

#### ②ショートテニス

日にち 10月7日・21日、11月4日の金曜日

対象 市内在住か在勤・在学の身体障害児・者

定員 身体障害児・者20人、ボランティア多数(申込順)

時間 午後2時～4時 会場 けやき体育館

申し込み 直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、講座名を書いて、①9月30日②10月5日までに、同館へ

お問い合わせ けやき体育館 ☎042-753-9030

FAX042-769-1200



# 自治会の力で 災害から地域を守る

東日本大震災の発生であらためて大切さを痛感した「地域の絆」。大規模災害が発生したとき、まずは「自分たちの身は自分たちで守り、自分たちのまちは自分たちで守る」という意識を持ち、地域で行動することが重要です。

私たちのもっとも身近なコミュニティ組織である自治会は、地域の絆を深め、力を高めるため、地域の特性に合わせた防犯・防災、交通安全、環境美化、地域福祉などさまざまな活動を行っています。

今回は、「いざ」というときに備える、自治会の防災活動を紹介します。

## 原宿自治会 (城山地区)

### 災害発生時の心掛けと避難場所を周知

会長 矢島義明さん

災害発生時、円滑に素早く行動できるように、日頃から、訓練と防災意識の向上を重点に活動しています。

避難場所や、災害発生時の初期行動、日頃からの心掛けを掲載した「防災のしおり」を自治会加入世帯へ配布し、家族や地域で話し合いができる環境整備に努めています。

また、初期消火訓練などの総合的な防災訓練や、非常時の情報収集を素早く行うために無線機を配備するなど、災害に強い「原宿」をめざしています。



## 緑が丘二丁目自治会 (光が丘地区)

### 戸別訪問による防災意識の普及啓発

自治会自主防災隊長 堀口 眞さん

自治会加入世帯を戸別訪問し、住宅用火災警報器や家具転倒防止金具の設置の普及、啓発に努めています。

訪問をきっかけに地域のつながりが深まり、防災意識も高まりました。このような信頼関係がいざというときに助け合えることができる、安全・安心な地域になるよう活動を続けています。



## ウィルズスクエア・くじらの会 (大野中地区)

### 集合住宅に合わせた防災対策

災害発生時、マンション住民の避難状況がひと目で確認できるよう「避難ステッカー」を作成し、会員に配布しています。避難が完了したら玄関ドアに表示できるよう、マグネット式になっていますが、普段から玄関ドアの裏など、見やすい場所に貼っておくことで、防災意識の啓発につながっています。

くじらの会では、避難ルートの確認や負傷者の救護体制など、集合住宅ならではの防災対策に積極的に取り組んでいます。

会長 村田充穂さん



## 東日本大震災義援金

### 被災地のために…自治会の力が結集!

市自治会連合会 会長 田所昌訓さん

自治会では、東日本大震災の発生後、1日も早い被災地の復興を願い義援金を募りました。

592自治会、約18万世帯という多くの会員の協力で、6,593万3,635円を被災地へ送ることができました。

このような大きな額が集まり、あらためて自治会の力と絆の深さを実感しました。この力強い自治会活動こそが、いざというときに、互いに助け合い、地域を守る最大の防災力にもつながると考えています。この絆がさらに広がり深まるよう、地域を守る自治会へのより多くの皆さんの加入、活動への参加をお願いします。



### 自治会へ加入するには

住んでいる地域の自治会役員に申し込んでください。連絡先が分からない場合は、市自治会連合会事務局 (☎042-753-3419) へお問い合わせください。

お問い合わせ 市民協働推進課 ☎042-769-8226

若者が社会に出るための学びなおしを支援

### 学びなおし塾いっぽ

個別学習や、就職のために必要な資格取得、コミュニケーション能力向上などを支援します。

期間 10月3日～平成24年2月24日の原則毎週月・水・金曜日〈全50回〉

時間 午前9時～正午

会場 青少年学習センターほか

対象 市内在住の15～35歳の人(中学生を除く)

定員 15人(選考) 費用 5,000円

#### 入塾説明会

日時 ①9月13日(火)②19日(祝)午前9時～正午

会場 青少年学習センター

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いて、①9月12日②18日までにきょういく応援団(☎080-6714-1990 Eメール ippon@e-ouendan.org)へ

さがみはらコミュニティビジネスフォーラム2011

### 地域に暮らし、地域をつくる

今、求められている、まちと人をつなぐコミュニティビジネスについて考えます。

日にち 9月27日(火)

時間 午後1時30分～4時40分

会場 産業会館

定員 80人(申込順)

費用 無料(交流会500円)

申し込み 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、交流会への参加の有無を書いて、市産業振興財団(☎042-759-5600 FAX 042-759-5655 Eメール cb@ssz.or.jp)へ

職業能力開発総合大学校 創立50周年記念

### 市民公開講座

日時 9月10日(土)午後2時30分～4時15分

会場 市民会館 定員 600人(先着順)

○市民公開講座「相模原の自然と技術」

講師 古川勇二さん(同校校長)

○記念講演

「75歳エベレスト登頂の技能・技術・科学

そして健康 諦めない一歩ずつ ～オンリーワンをめざせ～」

講師 三浦雄一郎さん(プロスキーヤー)

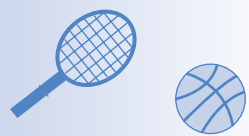
※希望者は直接会場へ

お問い合わせ

職業能力開発総合大学校総務課

☎042-763-9005

～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



## 相模原麻溝公園競技場の催し

### エコフェスティバル2011

ソーラーカー組み立て教室や、電気の大切さを学ぶ理科教室、ネイチャーゲームでエコを学ぼう。

日時 9月11日(日) 午前10時～午後3時

※申し込みが必要な教室があります。詳しくは同競技場ホームページをご覧ください。



#### 教室

| 教室名                      | 日にち  | 時間  | 対象                               | 定員        | 費用      |
|--------------------------|--|---|----------------------------------|-----------|---------|
| ①運動会<br>かけっこ             | 9月11日(日)   | 午後2時～3時30分<br>午後4時～5時30分                    | 小学校1～3年生とその保護者<br>小学校4～6年生とその保護者 | 各10組(申込順) | 1組各500円 |
| ②シェイプ<br>アップヨガ<br>(全8回)  | 9月22日～12月1日の<br>毎週木曜日(10月20日・<br>27日、11月3日を除く)           | 午前9時15分～10時15分<br>午前11時～正午<br>午後0時45分～1時45分 | 18歳以上の初心者<br>18歳以上の人             | 各20人(申込順) | 各5,000円 |
| ③お手軽ヨガ<br>(全8回)          | 9月30日～12月2日の<br>毎週金曜日(10月21日・<br>28日を除く)                 | 午前9時15分～10時15分<br>午後0時45分～1時45分             | 18歳以上の初心者                        |           |         |
| ④走り幅跳び<br>⑤走り高跳び         | 9月25日(日)   | 午前10時～正午                                    | 中学生                              | 各15人(申込順) | 各100円   |
| ⑥はじめての<br>サッカー<br>(全20回) | 10月4日～平成24年3<br>月6日の毎週火曜日<br>(10月18日・25日、24<br>年1月3日を除く) | 午後4時～5時                                     | サッカー未経験の<br>小学校1・2年生             | 20人(抽選)   | 6,000円  |

#### ⑦育児ボランティアを募集

同競技場の催しに参加する人の子どもを保育します。

日時 10月8日(土)か9日(日) 午前9時30分～11時

対象 18歳以上の人(事前研修あり)

※研修は9月22日(木)か26日(月)午前10時～正午に行います。

申し込み 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、教室名、⑦は研修参加希望日を書いて、⑥は9月27日までに同競技場(☎042-777-6088 ㊟042-777-0161 Eメール asamizo-stadium@dream.jp)へ

10月10日(祝)

## テニスコートを無料開放

開放する  
テニスコート

横山・淵野辺・鹿沼・相模台・津久井又野・相模湖林間公園、大野台南、やまびこ(小倉)、名倉グラウンド

| 区分 | 利用時間          | 区分 | 利用時間       |
|----|---------------|----|------------|
| 1  | 午前8時30分～10時   | 5  | 午後2時30分～4時 |
| 2  | 午前10時～11時30分  | 6  | 午後4時～5時30分 |
| 3  | 午前11時30分～午後1時 | 7  | 午後5時30分～7時 |
| 4  | 午後1時～2時30分    | 8  | 午後7時～8時30分 |

※鹿沼・相模台公園、大野台南は、夜間照明がないため1～5区分のみ利用できます。

対象 市内在住か在勤・在学の4人以上のグループ

定員 322組(抽選)

※16歳未満のみのグループは、保護者の同伴が必要です。

申し込み 往復はがき(1グループ1枚限り)に代表者の住所・氏名・電話番号、全員の氏名、希望コート名・区分(第2希望まで)を書いて、9月14日(必着)までにスポーツ課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8288)へ

## 総合体育館の教室

| 教室名                     | 日時                                   | 対象              | 定員(抽選) | 費用                  |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------------|--------|---------------------|
| ①親子<br>ムーブメント           | 10月14日(金)<br>午前10時～11時30分            | 1～3歳の子どもとその保護者  | 30組    | 1組500円              |
| ②ソフト<br>バレーボール<br>(全7回) | 10月14日～11月25日の毎週金曜日<br>午後6時30分～8時30分 | 15歳以上の人(中学生を除く) | 40人    | 1回300円(65歳以上の人150円) |

申し込み 往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(①は親子の氏名・ふりがな)、年齢(①は子どものみ)、電話番号、教室名を書いて、9月15日(必着)までに同館(〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781)へ

## さがみはら北の丘センターの教室(全8回)

日にち 9月17日～11月5日の毎週土曜日

| 教室名          | 時間            | 対象              | 定員      | 費用     |
|--------------|---------------|-----------------|---------|--------|
| ひと味違う<br>平泳ぎ | 午後6時30分～7時30分 | 25m以上泳げる中学生以上の人 | 15人(抽選) | 6,400円 |

日にち 9月21日～11月16日の毎週水曜日(11月9日を除く)

| 教室名             | 時間               | 対象                 | 定員       | 費用      |
|-----------------|------------------|--------------------|----------|---------|
| スイム&<br>ウオーク    | 午前11時20分～午後0時20分 | 中学生以上の人            | 各20人(抽選) | 各5,600円 |
| らくらく<br>クロール    | 午後1時20分～2時20分    |                    |          |         |
| プール大好き1         | 午後4時20分～5時20分    | 初めてプールに入る3歳～小学校2年生 | 各        | 6,400円  |
| めざせ25m<br>クロール2 | 午後5時30分～6時30分    | 12m程度泳げる小学生        |          |         |

日にち 9月26日～11月21日の毎週月曜日(10月10日を除く)

| 教室名      | 時間            | 対象                 | 定員      | 費用     |
|----------|---------------|--------------------|---------|--------|
| プール大好き2  | 午後4時20分～5時20分 | 初めてプールに入る5歳～小学校3年生 | 20人(抽選) | 各      |
| のびーる平泳ぎ  | 午後5時30分～6時30分 | 25m以上泳げる小学生        | 15人(抽選) | 6,400円 |
| 健康体操(中級) | 午後6時30分～7時30分 | 市内在住で日頃運動をしている人    | 20人(抽選) | 3,600円 |

日にち 9月30日～11月18日の毎週金曜日

| 教室名             | 時間            | 対象                 | 定員       | 費用     |
|-----------------|---------------|--------------------|----------|--------|
| プール大好き3         | 午後4時20分～5時20分 | 初めてプールに入る5歳～小学校3年生 | 各20人(抽選) | 各      |
| めざせ25m<br>クロール1 | 午後5時30分～6時30分 | 12m程度泳げる小学生        | 各20人(抽選) | 6,400円 |
| 健康体操(初級)        | 午後1時～2時       | 市内在住で日頃運動不足の人      |          | 3,600円 |

申し込み 往復はがきに住所、氏名、学年か年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、9月10日(必着)までに同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

## 北総合体育館の教室

| 教室名                | 日にち                           | 時間           | 対象              |
|--------------------|-------------------------------|--------------|-----------------|
| 健康体操<br>(全8回)      | 10月7日～11月25日の毎週金曜日            | 午前10時～11時30分 | 40歳以上の人         |
| 骨盤シェイプ体操<br>(全8回)  |                               | 午後1時30分～3時   | 15歳以上の人(中学生を除く) |
| いきいきストレッチ<br>(全7回) | 10月17日～12月5日の毎週月曜日(11月14日を除く) | 午後1時30分～3時   | 20歳以上の人         |

定員 各40人(抽選)

費用 1回200円(65歳以上の人100円)

申し込み 往復はがき(1人1枚)に住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を書いて、9月15日(必着)までに同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

## さがみはらグリーンプールの教室

| 教室名             | 日にち                              | 時間             | 対象              | 定員(申込順) | 費用     |
|-----------------|----------------------------------|----------------|-----------------|---------|--------|
| 転倒予防<br>(全2回)   | 9月15日(木)<br>16日(金)               | 午前11時～正午       | 60歳以上の人         | 各15人    | 400円   |
| 腰痛・<br>肩こり解消    | 9月28日(水)                         |                | 15歳以上の人(中学生を除く) | 30人     | 各200円  |
| 健康づくり           | 10月4日(火)                         |                |                 |         |        |
| 絵手紙体験           | 9月29日(木)                         | 午前10時～正午       | 18歳以上の人         |         | 1,000円 |
| らくらく水泳<br>(全8回) | 9月27日～11月29日の毎週火曜日(11月1日・22日を除く) | 午前9時30分～10時30分 | 60歳以上の人         | 各20人    | 5,000円 |

申し込み 直接か電話で同プール(☎042-758-3151)へ



### 初心者スケートボード教室〈全3回〉

日時 9月18日、10月2日・16日の日曜日午前10時～正午  
会場 小山公園ニュースポーツ広場  
定員 30人(申込順) ※小学生以下は保護者同伴  
費用 1,000円  
申し込み 直接か電話で同公園(☎042-700-0801)へ

### 津久井湖駅伝競走大会

日時 10月23日(日) 午前7時30分～午後1時30分  
※種別など詳しくは、お問い合わせください。  
費用 700円(中学生300円)  
申し込み 生涯学習課城山教育班・津久井教育班にある申込用紙(ホームページの「イベント・講座募集」からもダウンロード可)を10月5日(必着)までに同課城山教育班(☎042-783-8184)か津久井教育班(☎042-780-1410)へ

### 甲州古道ハイキング

案内人とともに甲州古道を歩きます。  
日時 9月24日(土) 午前10時～午後2時  
集合場所 藤野駅  
対象 市内在住の中学生以上の人=30人(申込順)  
申し込み はがきかファクスに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、9月12日(必着)までに相模湖経済観光課(〒252-5162 緑区与瀬896 ☎042-684-3240 FAX042-684-3618)へ



小原宿本陣

### 甲州夢街道ウオーク2011

旧街道 相模湖～藤野を歩こう

甲州街道の歴史に触れながら、秋のウォーキングを楽しんでみませんか。  
日時 10月23日(日)〈小雨決行〉 午前9時～午後3時  
定員 300人(申込順) 費用 300円(当日申し込みは500円)  
申し込み 郵便振替の通信欄に、全員の住所・氏名・年齢・性別、代表者の電話番号、「甲州夢街道ウオーク2011」と書いて、10月14日までに、口座名=東京都ウォーキング協会、口座番号=00160-7-189039へ振り込んでください  
※当日受付時に、振替払込受領証(控)を提示してください。  
お問い合わせ 甲州夢街道事務局(八王子商工会議所内) ☎042-623-6311

### 銀河アリーナの教室

| 教室名           | 日時                    | 対象                   | 定員(申込順) | 費用     |
|---------------|-----------------------|----------------------|---------|--------|
| ①トレーニング器具の使い方 | 9月20日(火) 午前10時～11時30分 | 15歳以上のトレーニング未経験者か初心者 | 20人     | 500円   |
| ②蜜蝋キャンドル作り    | 9月25日(日) 午後2時～4時      | 小学生以上の人              | 10人     | 1,500円 |

申し込み 直接か電話で①9月10日②15日までに同所(☎042-776-5311)へ

### 市体育協会からのお知らせ

**初心者ゲートボール教室**  
日時 9月13日(火) 午前9時30分～正午〈予備日9月14日(水)〉  
会場 相模原麻溝公園スポーツ広場  
対象 市内在住か在勤の人=30人(先着順)  
※希望者は直接会場へ ※用具は用意します。

**会長杯シニア競技会兼市町村シニア年代別選考会(ボウリング)**  
日時 9月18日(日) 午前9時 会場 相模原パークレーンズ  
対象 市内在住か在勤・在学の50歳以上の人  
種別 50歳代、60歳代、70歳以上(男女別) 費用 2,500円  
申し込み 市内ボウリング場にある申込書を9月11日までに各場へ

**さがみはらレクリエーションフェスティバル**  
民謡やフォーク・レクダンス、ニュースポーツなど  
日時 9月25日(日) 午前9時30分～午後2時30分  
会場 市体育館(市役所前) ※希望者は直接会場へ

**市民ペタンク選手権大会** 平成24年度ねりんピック選考会を兼ねています  
日時 10月8日(土) 午前9時  
会場 相模原麻溝公園スポーツ広場 種目 ダブルス、トリプルス  
申し込み 電話で9月22日までに市体育協会へ

**秋のハイキング「入笠山(長野県)」**  
日にち 10月16日(日) 集合 午前7時に相模原駅北口  
対象 市内在住か在勤の18歳以上の人=45人(抽選)  
費用 3,000円  
申し込み 往復はがき(1枚4人まで)に全員の住所・氏名・生年月日・性別・電話番号、「入笠山」と書いて、9月15日(必着)までに市体育協会へ  
※登山靴など山の装備が必要です。

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

### 四季にあわせた七宝焼き教室～初秋～

もみじの葉を使い、ブローチを作ります。  
日時 9月13日(火) 午前9時～正午、午後1時～4時  
会場 老人福祉センター若竹園  
対象 60歳以上の人=各15人(申込順) 費用 各1,000円  
申し込み 直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

### シルバーいきいきライフ講習会

| 教室名                   | 日時                               | 定員(抽選) | 費用      |
|-----------------------|----------------------------------|--------|---------|
| ①初心者コンパクトデジタルカメラ〈全2回〉 | 10月4日(火)・5日(水) 午前9時～午後4時         | 8人     | 600円    |
| ②健康マージャン〈全3回〉         | 10月17日(月)～19日(水) 午前9時30分～午後3時30分 | 32人    | 各1,000円 |
| ③男の料理〈全2回〉            | 10月26日(水)・28日(金) 午前9時～午後1時       | 15人    |         |

会場 シルバー人材センター中央事務所  
対象 市内在住の60歳以上の人  
申し込み 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、教室名、②は経験の有無を書いて、9月15日(必着)までに同所(〒252-0236 中央区富士見4-3-1 ☎042-754-1177)へ

### 文化財探訪

相原の歴史をさぐる会の案内で、相原八幡宮や正泉寺などを巡ります。  
日にち 9月24日(土)  
集合 午後1時にJR相原駅 ※解散は午後4時ごろ相原公民館  
定員 50人(先着順)  
※希望者は歩きやすい服装で、直接集合場所へ  
お問い合わせ 文化財保護課 ☎042-769-8371

### 城山エコミュージアムツアー

### 鎌倉みち起点から相模野台地を歩く ～村境に点在する謎のスポット～

城山地区の自然、歴史・文化遺産などをガイドとともに歩きます。  
日時 10月15日(土) 午前9時～午後4時  
※小雨決行。荒天時は10月22日(土)  
集合場所 城山総合事務所  
対象 小学生以上の人=30人(申込順) 費用 300円  
申し込み 直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、「城山エコミュージアムツアー」と書いて、9月30日までに生涯学習課城山教育班(☎042-783-8184 FAX042-782-1290)へ

### シニアのための地域デビュー講座 地域参加をはじめてみよう!

団塊の世代や、これから退職する人など向けに、地域活動に参加するためのノウハウをお話しします。  
日時 9月17日(土) 午後2時～4時  
会場 市民会館第2大会議室  
対象 市内在住のおおむね50歳以上の人=50人(申込順)  
申し込み 電話で9月14日までに高齢者福祉課(☎042-769-9231)へ

### 自然教室 陣馬山で秋の草花を楽しもう

日時 9月29日(木) 午前8時45分～午後2時30分  
集合・解散場所 県立陣馬山自然公園センター  
対象 小学生以上の人=20人(抽選) 費用 1,000円  
申し込み 往復はがきに全員の住所・氏名・年齢・電話番号、「自然教室」と書いて、9月14日(必着)までに同センター(〒252-0181 緑区佐野川659-3 ☎042-687-5270)へ

# 情報 あら・かると

市役所 ☎042-754-1111(代)

## 目 お知らせ

### 選挙人名簿・在外選挙人名簿の登録確認(縦覧)

**対**選挙人名簿=平成3年9月2日までに生まれた人で、23年6月1日までに市の住民基本台帳に記録され、9月1日まで引き続き記録されている人 **在外選挙人名簿**=海外に転出し引き続き3か月以上滞在していて、同名簿への登録申請をした人のうち、9月2日までに同名簿に登録された人

※いずれも新規に登録された人  
**日**9月3日(土)~7日(水)  
**会**各区選挙管理委員会事務局(中央区は3日、4日が市役所本館守衛室)  
 ※縦覧希望者は直接会場へ(電話での登録確認はできません)  
**問**各事務局(緑区☎042-775-8820、中央区☎042-769-9259(3日・4日☎042-754-1111)、南区☎042-749-2117)

### 道路に関する情報提供にご協力を

補修が必要な道路や、カーブミラー、ガードレールの破損などを発見したときは連絡してください。

| 区 | 連絡先    | 電話番号                             |
|---|--------|----------------------------------|
| 緑 | 緑土木事務所 | 042-775-8818                     |
|   | 城山土木班  | 042-783-8151                     |
|   | 津久井土木班 | 042-780-1415                     |
|   | 相模湖土木班 | 042-684-3252                     |
| 中 | 道路補修課  | 042-769-8266(道路の補修)              |
|   | 道路補修課  | 042-769-9235(カーブミラー、ガードレール、街路樹等) |
| 南 | 南土木事務所 | 042-749-2213                     |

### 優良運転者の

①5年表彰②10年表彰

**対**平成20年7月31日以前から交通安全協会の会員で、過去5年間無事故無違反で①5年以上の運転経験がある人②10年以上の運転経験があり過去に5年表彰を受けた人 **費**630円(証明書代)

**申**本人が免許証と印鑑を持って、9月30日までに所管の同協会へ

| 所管   | 電話番号         |
|------|--------------|
| 相模原  | 042-752-9273 |
| 相模原南 | 042-746-9255 |
| 相模原北 | 042-700-4801 |
| 津久井  | 042-784-5153 |

### 施設のお休み

#### ウェルネスさがみはら

**日**9月17日(土)  
 ※救急医療情報センターの電話案内と相模原メディカルセンターは通常どおり行います。

#### さがみはら北の丘センター

**日**9月13日(火)・14日(水)  
**問**同所(☎042-773-5570)

#### 銀河アリーナ

**日**9月20日(火)、10月17日(月)  
 ※水泳プールは9月16日(金)まで  
**問**同所(☎042-776-5311)

### 重度障害者医療証(障医療証)の更新

現在、重度障害者医療費助成の対象者が、10月から使用する同証を9月下旬に送付します。なお、精神障害者保健福祉手帳(1級・2級)を持っている人は、手帳の有効期限が過ぎると、医療費助成の対象外になります。忘れずに手帳の更新手続きをしてください。

#### 問地域医療課

### 「高齢者・障害者の人権あんしん電話相談」強化週間

虐待や心配ごとなどの相談  
**電話** 人権相談ナビダイヤル(☎0570-003-110)

**日**9月5日(月)~11日(日)  
**時**午前8時30分~午後7時  
 ※土・日曜日は午前10時~午後5時  
**問**横浜地方法務局(☎045-641-7926)

### 弁護士、税理士などによる不動産無料相談会

**日**9月25日(日)午前10時~午後4時  
**会**相模原市民ギャラリー  
 ※希望者は直接会場へ  
**問**全日本不動産協会相模原支部(☎042-776-3036)

### マンション管理 無料相談会

**日**9月11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の田中さん(☎046-256-2683)へ

### 宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

11月まで平日に空きあり  
**申**随時受け付け  
**12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ら、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9月10日までに各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは9月21日から電話で①☎0120-988-547 ②☎0267-55-6776へ

①**12月の休館日** 12日(月)・13日(火)  
 ※7日(水)・8日(木)は専用使用のため宿泊できません。  
 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

### 検定試験

#### 販売士検定2級

**日**10月5日(水) **費**5,500円  
**申**直接(9月6日~12日)インターネット(9月9日まで)で、相模原商工会議所(HP)http://www.ssp21.or.jp/kentei/shiken)へ

#### 珠算能力検定

**日**10月23日(日)  
**費**1級=2,040円、2級=1,530円、3級=1,330円  
**申**直接9月12日~16日に相模原商工会議所へ

#### 会産業会館

**問**同所(☎042-753-8134)

### 教育委員会の点検・評価

教育行政事務の管理執行状況を点検・評価した報告書を公表しています。同報告書は、各行政資料コーナー・公民館などで閲覧できるほか、市ホームページの**教育委員会**→**教育施策の情報**からもご覧になれます。

#### 問教育総務室

### 消費生活相談をご利用ください

### 9月14日(水)~16日(金)は高齢者被害特別相談

訪問販売や電話による勧誘販売などの相談。電話での相談も可  
**時**午前9時~正午、午後1時~4時  
**会**各消費生活センター  
**毎週木曜日は多重債務相談の日**  
 弁護士による相談(祝日を除く)  
**時**午後1時20分~4時30分  
**会**北消費生活センター  
**申**電話で前日までに北消費生活センターへ  
 ※お急ぎの場合は各消費生活センターへ



| お問い合わせ |          | 電話番号         |
|--------|----------|--------------|
| 北      | 消費生活センター | 042-775-1770 |
| 相模原    |          | 042-776-2511 |
| 南      |          | 042-749-2175 |

### 弁護士、税理士、司法書士、社会保険労務士、行政書士による無料合同相談会

相続、税務、年金などの相談  
**日**9月8日(木)午後1時30分~4時  
**会**ソレイユさがみ(緑区橋本6-2-1)  
 ※希望者は直接会場へ  
**問**相模原士業連絡協議会(☎042-751-0958)

## 募 集

### 相武台地域包括支援センターの職員

**勤務** 週5日午前8時30分~午後5時  
**対**看護師か保健師の資格がある人  
**定**1人  
**申**電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)と資格証を持って同センター(☎042-745-2644)へ

### さがみはら環境まつりのボランティア

10月23日(日)に環境情報センターで行う同まつりのボランティア  
**対**高校生以上の人

**申**電話で9月30日までに環境政策課(☎042-769-8240)へ

### 市民レガッタ 相模湖カップの参加者

**日**10月2日(日)午前8時30分  
**会**県立相模湖漕艇場  
**種目** 競漕500m(一般の部=男子・女子、シニアの部=男子)

**対**市内在住か在勤・在学の中学生以上の人(シニアの部は50歳以上(舵手を除く))=40チーム(抽選)  
 ※舵手の性別は問いません。

**チーム編成** 漕手4人・舵手1人・補漕2人

※10月1日(土)に講習会あり(初参加のチームは必須)

**費**1チーム3,000円(中学生のみのチームは無料)

**申**スポーツ課、生涯学習課相模湖教育班、各公民館、同漕艇場にある申込用紙(市ホームページからダウンロード可)を9月9日までに同漕艇場(☎042-684-2339)へ

### 自衛官

| 種目        | 対象                |
|-----------|-------------------|
| 防衛大学校学生   | 高校卒業(見込み含む)~20歳の人 |
| 防衛医科大学校学生 |                   |
| 陸上自衛官(看護) | 看護師等の免許がある36歳未満の人 |
| 看護学生      | 高校卒業(見込み含む)~23歳の人 |

※受付期間、試験日時など詳しくは、お問い合わせください。

**問**自衛隊相模原地域事務所(☎042-755-0694)

## イベント

### 土曜コンサート「コーラス」

**日**9月17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)

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

さがみ風っ子文化祭 中学校英語弁論大会

市立中学校の代表生徒が自由なテーマでスピーチ 日 9月13日(火) 時 午前9時30分～午後4時 会 社のホールはしもと ※観覧希望者は直接会場へ 問 学校教育課

ソレイユさがみの催し

パネル展「男女共同参画川柳 くイラスト付き」

日 9月16日(金)～10月8日(土) 時 午前9時～午後10時

介護を楽にするおしゃべりサロン

日 9月22日(木) 時 午後1時30分～3時30分 定 6人(申込順)

女性のための心とからだの健康相談

日 9月24日(土) 時 午後1時30分・2時30分 定 各1人(申込順)

女性のための個別キャリアカウンセリング

日 9月30日(金) 時 午前9時・10時30分、午後1時・2時30分 定 各1人(申込順)

講演「今『女性の学び』を一緒に考えましょう！」

日 9月30日(金) 午後1時～4時 定 30人(申込順)

市民企画講座「ストレスとうまくつきあう方法」〈全3回〉

日 10月1日～15日の毎週土曜日 時 午前10時～正午 定 24人(申込順)

市民企画講座「初めてから始める洋裁時間～秋冬ブランケット作り」

日 10月3日(月) 時 午前9時～正午、午後1時30分～4時30分 定 各6人(申込順)

癒しのレシピ「元気を応援! 秋の楽ちん、おいしいごはん」

中華丼、野菜スープ、きのこのマリネ、りんごパフェ 日 10月8日(土) 午前10時～午後1時 定 30人(申込順)

費 550円(材料費・保険料)

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

リサイクルスクエア 9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、9月20日までに、各会場へ ※抽選発表は9月21日(水)午後1時 おもちゃの病院

時 9月4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

県立相模原公園の催し

みどりの講座「園芸の文化史」

日 9月9日(金) 時 午後1時30分～3時 講 川島一平さん(樹木医)

定 100人(申込順) 園芸教室「冬の花を楽しむ準備」

日 9月18日(日) 時 午後1時30分～3時30分

申 電話で同公園(☎042-778-1653)へ

サカタのタネグリーンハウスの催し

納涼・ハワイアンコンサート

時 9月4日(日) 午後3時～4時 「丹沢檜丸ボランティア」写真展

日 9月11日(日) まで 時 午前9時30分～午後4時

「秋彩会」水彩画展 日 9月13日(火)～25日(日)

時 午前9時30分～午後4時

問 同ハウス(☎042-778-6816)

チャリティーダンスパーティー

収益金は市社会福祉基金に寄付します。

日 9月18日(日) 時 午前10時～午後3時

会 総合体育館 費 1,000円 申 電話で市ダンス協会の松村さん(☎042-754-7404)へ

みずきフェスタ

水道施設(相模大ぜき)、ビオトープなどの見学、野鳥観察ほか

日 9月17日(土)〈雨天決行〉 時 午前10時～午後3時30分

会 県内広域水道企業団社家取水管理事務所(海老名市社家4587)

※希望者は直接会場へ ※小学生以下は保護者同伴

問 同企業団総務課(☎045-363-6435)

津久井の①森林巡り

②森林ボランティア体験

津久井湖近くの三井の水源林で ①散策、②枝打ちや間伐体験

日にち<雨天中止> 申込期限 9月10日(土) 9月9日 25日(日) 23日

時 午前10時～午後3時 集合場所 三井地域センター

定 各10人(申込順) 申 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望日、催し名を書いて、各申込期限までに自遊クラブ(☎㊚042-784-9226

E]kanda@carrot.ocn.ne.jp)へ

講演・講座

あじさい大学公開講座

テーマは「環境問題は文明の盛衰を左右する～世界の歴史から分かること」

日 9月30日(金) 時 午後2時～4時

会 市民会館第1大会議室 講 原 範子さん(県立神奈川工業高校教諭)

対 市内在住の60歳以上の人 定 130人(申込順)

申 電話で9月25日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

森づくりボランティア講座

青根小学校林の下草刈り、整備 日 9月3日(土)

時 午前9時～午後2時 集合場所 青根小学校

定 15人(申込順) 費 200円

申 電話で市みどりの協会(☎042-777-2860)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。

▼ヴォーカルアンサンブルでJAZZ Yに歌おう 9月1日～15日の毎週木曜日午前10時～11時45分、橋本公民館。定員各90人(申込順) 問 直接か電話で橋本公民館(☎042-771-1051)へ

▼剣道スポーツ教室 風船割りなどで楽しく剣道を体験 9月3日(土) 午前10時～正午、大沼小学校体育館 問 佐藤(☎042-701-8385)

▼アンディムジーク室内合奏団定期演奏会 9月4日(日) 午後2時～4時、社のホールはしもと。入場料700円 問 同団事務局(☎090-7596-8543)

▼自力整体体験教室 9月8日(木)・15日(木) 午前10時～11時45分、けやき体育館。費用各800円 問 高橋(☎080-5401-4022)

▼町田女声合唱団公開練習 9月15日(木) 午前10時～正午、まちだ中央公民館(町田市原町田6-8-1) 問 石井(☎042-748-2562)

▼北丹沢山岳写真展 9月23日(祝)～10月2日(日) 午前10時～午後7時、シティ・プラザはしもと 問 白井(☎042-784-5421)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

▼ダンス 毎週火曜日午後7時30分、田名公民館。初心者歓迎 問 猫塚(☎080-5414-0892)

▼中国体操・練功十八法 月2～3回 月曜日午前10時、総合体育館 問 吉原(☎042-747-1363)

▼テコンドー 毎週日・水曜日午後7時、サン・エールさがみはら。初心者歓迎 問 佐藤(☎090-9105-1128)

募集 ▼横浜弁護士会人権賞の候補者 人権擁護のための活動をした個人か団体の推薦書(同会ホームページからダウンロード可)と必要書類を9月30日(必着)までに同会(☎045-211-7711)へ

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。




**甲州街道 小原宿本陣祭 大名行列参加者募集** 11月3日(祝) 午後0時45分～2時15分

江戸時代の参勤交代を再現。当時を模した衣装で甲州街道を歩きます。

**対象** 16歳以上の人=25人(選考)

**配役** 姫=1人(25歳以下の人)、茶坊主=1人、侍=4人、近習=4人、ご典医=1人、かごかき=6人、腰元=8人(35歳以下の人) ※衣装は用意します。

**申し込み** 直接か郵送で、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、配役名、「大名行列」と書いて、自分が写っている写真を添付し、9月16日(必着)までに小原宿本陣祭実行委員会(〒252-5162 緑区与瀬896 相模湖経済観光課内 ☎042-684-3240)へ



9月25日(日) 小雨決行 **磯部倅記念 『遙かな友に』 道志川合唱祭**

緑豊かな道志川のほとりで、県内外21団体による美しい歌声が響きます。特別ゲストのボニージャックスのステージもあります。

**時間** 午前10時30分～午後3時30分

**会場** 緑の休暇村センター周辺特設ステージ(緑区青根)


※観覧希望者は直接会場へ  
 ※当日、雨天時のお問い合わせは、午前7時～8時は津久井総合事務所(☎042-784-1141)、午前8時以降はコールセンター(☎042-770-7777)へ

**前夜祭** 和太鼓演奏や打ち上げ花火など青根の皆さんが盛り上げます。

**日時** 9月24日(土) 午後6時～8時30分

**会場** 緑の休暇村センター周辺

お問い合わせ 同実行委員会事務局 (津久井まちづくりセンター内) ☎042-780-1403



**たてしな自然の村バスツアー** 9月27日(火)～28日(水) <1泊2日>

たてしな自然の村に宿泊し、初秋の上高地で豊かな自然を満喫するほか、キノコ狩りやブドウ狩りなどを楽します。

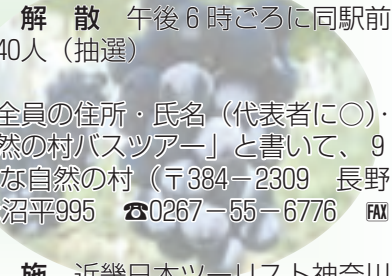
**集合** 午前7時15分に相模原駅前 **解散** 午後6時ごろに同駅前

**対象** 市内在住か在勤・在学の人=40人(抽選)

**費用** 1万4,800円(4食付き)

**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、9月12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平995 ☎0267-55-6776 FAX 0267-55-7188)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



9月4日(日) 午前10時～午後4時 **yフェスティバル'11**

汗、夢、仲間、街のみんなは大家族

太鼓やバンド演奏、ダンス、ストラックアウト、模擬店などが楽しめます。

**会場** 青少年学習センター ※希望者は直接会場へ

お問い合わせ 青少年学習センター ☎042-751-0091

**街かどコンサート** 9月8日(木) 午後0時20分～0時45分

弦楽四重奏曲 第12番「アメリカ」(ドヴォルザーク作曲)ほかを演奏します。

**会場** 市役所本館1階ロビー ※希望者は直接会場へ

お問い合わせ 市民文化財団 ☎042-749-2205

**頑張れ東北。ガンバロー日本！ 相模原よさこい RANBU!**

9月18日(日) 午前11時～午後4時

1,400人を超える踊り手が、エネルギーでダイナミックな踊りを繰り広げます。

お問い合わせ 相模原よさこいRANBU! 実行委員会 (青史堂印刷内) ☎042-748-3921




相模線開業90周年 全線開通80周年記念事業 **JR相模線沿線スタンプラリー**

駅や公共施設にある5つのスタンプ全てを集めた応募者の中から抽選で90人に、同線沿線市町の特産品、JR東日本グッズ等をプレゼントします。


**期間** 9月28日(水)～11月30日(水)

**スタンプ設置場所** JR橋本駅、座間市公民館、JR海老名駅、寒川文書館(寒川町総合図書館内)、茅ヶ崎駅

**応募用紙配布場所** 市内の相模線・横浜線各駅、都市鉄道・交通政策課、各まちづくりセンター など

※応募方法など詳しくは、応募用紙が市ホームページの「市政情報」→「交通」→「鉄道」をご覧ください。

お問い合わせ 都市鉄道・交通政策課 ☎042-769-8249



**相模川ふれあい科学館の催し**

9月30日(金)まで **マンスリー水槽 『めざせ!おさかな博士!』**

間違い探しをしながら「おさかな博士」をめざします。

**展示生物** キャメルシュリンプなど

**フィールドミュージアム企画 相模川探検隊**

相模川流域の施設見学と生物観察会で相模川の魅力を再発見しよう。

**日時** 9月25日(日) 午前9時30分～午後4時30分

**コース** 相模川ビレッジ若あゆ(集合)～うどん打ち体験(昼食)～小石のクラフト作り～生物観察会

**定員** 30人(申込順) ※小学校2年生以下は保護者同伴


**費用** 700円 **申し込み** 電話で同館へ

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

入館料 300円(小・中学生100円、65歳以上の人150円)

9月の休館日は月曜日(19日を除く)と20日(火)



**相模原芸術家協会展 ～トロント市美術交流展～**

会場 相模原市民ギャラリー

同協会創立20周年を記念し、同協会の会員とカナダのトロント市から招待した作家たちの作品を展示します。

**期間** 9月9日(金)～20日(火) ※水曜日は休館

**時間** 午前10時～午後6時(9月20日は午後3時まで)

**作品ガイド** ※希望者は直接会場へ

**日時** 9月11日(日)・17日(土) 午後1時30分～2時30分

お問い合わせ 相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

# ウェルネス

広報 さがみはら 別冊 保健・介護予防事業案内

2011 (平成23年)

## 通信

# 9/1

みんな元気! さがみはら 笑顔で楽しく健康づくり

【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

### 主な実施会場

|               |                  |
|---------------|------------------|
| ☉ ウェルネスさがみはら  | 中央区富士見<br>6-1-1  |
| 橋 シティ・プラザはしもと | 緑区橋本<br>6-2-1    |
| 南 南保健福祉センター   | 南区相模大野<br>6-22-1 |
| 城 城山保健福祉センター  | 緑区久保沢<br>2-26-1  |
| 津 津久井保健センター   | 緑区中野613-2        |
| 湖 相模湖総合事務所    | 緑区与瀬896          |
| 藤 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                  | 10月17日(月)          | 南       | 離乳食の講習、簡単な実習と試食<br>時間 午後1時～2時15分、2時45分～4時<br>対象 平成23年4月生まれの初めての子の保護者とその家族<br>定員 各20人(申込順。調整あり)<br>申し込み 電話でコールセンター(☎042-770-7777)へ |    |
|                           | 10月24日(月)          | ☉       |   |    |
| はじめよう! 元気Kidsのおうちごはん<全2回> | 10月5日(水)<br>19日(水) | ☉       | 子どもの食事の情報交換と簡単な調理実習<br>時間 午前9時30分～正午<br>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)<br>※保育は相談に応じます。   | ⑨  |
|                           | 10月6日(木)<br>20日(木) | 藤野中央公民館 |   | ⑧  |
| ママの心のケアルーム「ママの休み時間」       | 9月14日(水)           | ☉       | 「子育てに向いていない」「子どもがかわいく思えない」などと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<br>時間 午前10時～11時30分<br>対象 乳幼児の母親<br>※保育あり(要予約)                             | ⑦  |
| 産後ママのエクササイズ               | 10月5日(水)           | ☉       | 出産後の体を適正体重に保つ運動体験<br>時間 午前10時～正午<br>対象 生後4～6か月の子どもの母親とその母親<br>定員 20組(申込順)※保育なし  | ⑨  |

| 教室名                     | 日にち      | 会場            | 内容・時間・対象   |
|-------------------------|----------|---------------|--|
| ふれあい親子サロン<br>※◎=こどもセンター | 9月20日(火) | 二本松◎、陽光台◎、田名◎ | 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<br>※△印は、栄養士による栄養相談もあり<br>時間 午前10時～11時15分<br>対象 乳幼児とその保護者<br>※希望者は直接会場へ<br>お問い合わせ ⑧⑨⑩ |
|                         | 9月21日(水) | 横山◎、相武台◎      |  |
|                         | 9月22日(木) | △湖、麻溝◎        |  |
|                         | 9月27日(火) | △富士見◎、鶴園中和田◎  |  |
|                         | 9月28日(水) | △並木◎          |  |
|                         | 9月29日(木) | 城山◎           |  |

### 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 | 10月7日(金)  | 午前9時45分<br>10時15分<br>10時45分<br>午後1時30分<br>2時 | 南  | 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<br>対象 20～70歳(昭和16年4月2日～平成4年4月1日生まれ)の人<br>※午前10時45分は子ども連れの人対象<br>定員 各30人(申込順)<br>費用 各700円 | ⑩  |
| 運動プログラム作成コース        | 10月12日(水) | 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<br>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)<br>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。

### 高齢者のための事業案内

| 事業名      | 日にち      | 時間       | 会場 | 内容                              | 申込 |
|----------|----------|----------|----|---------------------------------|----|
| 高齢者認知症相談 | 9月14日(水) | 午後1時～3時  | 橋  | 専門医による認知症についての相談<br>定員 各2人(申込順) | ②  |
|          | 9月27日(火) | 午前10時～正午 | 南  |                                 | ④  |

### 相談

| 相談名(相談員)   | 日にち      | 時間          | 会場 | 内容・対象など   | 申込 |
|------------|----------|-------------|----|---|----|
| エイズ等の検査・相談 | 9月3日(土)  | 午後2時～4時     | 橋  | エイズ、性器クラミジア、梅毒の検査・相談(無料・匿名)<br>定員 各12人(申込順)                                 | ⑤  |
|            | 9月24日(土) |             |    |   |    |
|            | 9月6日(火)  | 午前9時～11時    | ☉  |   |    |
|            | 9月20日(火) |             |    |   |    |
| 9月27日(火)   |          |             |    |   |    |
| エイズ即日検査    | 9月13日(火) | 午前9時～10時30分 | ☉  | その日のうちに結果がわかるエイズ検査(無料、匿名)<br>定員 15人(申込順)                                    |    |
| くすりの相談     | 9月15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<br>お問い合わせ 市薬剤師会 ☎042-756-1502                              |    |
| ひきこもり相談会   | 9月21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<br>対象 市内在住か在勤の人<br>申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ |    |

### 特定相談

| 相談名           | 日にち      | 時間      | 内容・対象など   |
|---------------|----------|---------|---|
| 思春期・ひきこもり特定相談 | 9月15日(木) | 午後2時～4時 | 専門医などが助言・指導します。<br>対象 思春期相談 13～17歳のメンタルな問題を抱える人とその家族等<br>ひきこもり相談 18歳以上でひきこもりの状態にある人とその家族等<br>定員 各2人(申込順。調整あり) |

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

### アルコール・薬物家族教室

アルコール・薬物問題を理解し、その対応を学びます。  
日時 9月28日(水)午後2時～4時  
会場 ウェルネスさがみはら  
対象 市内在住か在勤でアルコールや薬物問題のある人の家族  
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

健康診査・検診 70歳以上の人は無料 9月は健康増進普及月間です～健康寿命を延ばしましょう～

市内協力医療機関などで、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)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 14歳以上で、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.

結核検診

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, 子宮, 乳, 肺, 大腸, 視触診, マンモグラフィ.

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や、認知症の人への基本的な接し方などを学びます。
日時 9月15日(木)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・在学の人(介護サービス従事者は除く)
定員 100人(申込順)
申し込み 電話で9月12日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

うつ病家族の集い(全3回)

うつ病の理解と患者への対応、社会復帰などについて学びます。
日時 午後2時～4時
対象 うつ病で療養中の人の家族
定員 15人(申込順)
申し込み 電話で南障害福祉相談課(☎042-701-7715)へ

認知症講演会

ここが聞きたい認知症～認知症の基礎と最新情報～

日時 10月25日(火)午後2時～4時30分
会場 ウェルネスさがみはら
講師 大石 智さん(北里大学東病院精神科医師)
定員 150人(申込順)
申し込み 電話で10月20日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

腎移植懇談会

講演とグループワークで腎移植について考えてみませんか。
日時 10月2日(日)午前10時～午後1時
会場 北里大学相模原キャンパス
講師 芦刈淳太郎さん(日本臓器移植ネットワーク医療本部長), 山本賢司さん(北里大学医学部精神科学准教授)
定員 150人(申込順)
申し込み ファクスに住所、氏名、電話番号、参加人数を書いて、9月10日までに北里大学病院泌尿器科(☎042-778-9091 ㊚042-778-9374)へ

愛の献血

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

～はじめての出産を応援します～ ハピくる35

先輩ママの体験談や地域の育児支援情報をお話しするほか、妊娠・出産・育児の情報交換ができます。
日時 9月30日(金)午前10時～正午
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住の35歳以上で妊娠20週以降の初妊婦=15人(申込順)
申し込み 電話で健康企画課(☎042-769-8345)へ

日赤幼児安全法養成講習会(全2回)

幼児のけがや病気の応急手当てなどの知識や技術を学びます。
日時 10月1日・15日の土曜日 午前9時～午後5時
会場 津久井赤十字病院
対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人=25人(申込順)
費用 1,500円
申し込み 電話で同病院健康管理センター(☎042-784-2429)へ

きらきら更年期 ～大人の女性の輝き方～

更年期障害の症状とその対処方法について医師がお話しします。
日時 10月5日(水)午後1時15分～3時 会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住の人=50人(申込順)
申し込み 電話で中央保健センター(☎042-769-8233)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: 医療, 内容. Includes 相模原救急医療情報センター, 休日急患歯科診療所, 休日当番柔道整復施設所案内.