

さがみはらの広報

NO.1354
毎月
1日・15日発行
2/1
2017
平成29年
SAGAMIHARA

メディアを使った 魅力発信



各種報道機関への情報提供だけでなく、報道機関向けに市内の最新情報をまとめた冊子「ニューススター」の発行や、出版社との連携により、本市の魅力を広く発信しています。

SNSでも情報発信

「相模原市シティセールス」

本市の旬な話題をお届けします。ぜひフォローしてください。



みんなぜひ使ってミン!

さがみんのLINEスタンプ好評販売中!

※売り上げの一部は市のシティプロモーション推進に活用されます。

相模原市に愛着を持ってもらうため、市内内外のイベントなどで大活躍中!

相模原市マスコットキャラクター



LINE UP 今号の主な内容

- 所得税の確定申告、市・県民税の申告はお早めに…… 4・5
 - 聴覚障害者とのコミュニケーションの輪を広げよう…… 6
 - 農園利用者を募集…… 7
 - ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)…… 別冊
- 発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号
編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200
ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター
午前8時～午後9時 年中無休
☎042-770-7777

潤水都市 さがみはら

市の人口	人口 721,477人(89減) 男 361,233人 女 360,244人
世帯	世帯 315,502世帯(79増)

平成29年1月1日現在。()は前月との増減

潤水都市 さがみはら

さがみはらの 魅力を発信!

シティプロモーションの取り組み

相模原に住んでもらうために

相模原にずっと住み続けてもらいたい。市外の人にも生活の場として相模原を選んでもらいたい。そんな思いを発信していくため、定住促進パンフレットの配布や、住宅展示場でのイベントなどを行っています。



市外でも積極的にPR

多くの人に本市を知ってもらうため、リニア中央新幹線の関連イベントへの出展や都内でのPRイベントを実施しています。

企業向けセミナーも実施



2月に、企業を対象にしたセミナーを都内で開催予定。本市の優れたビジネス環境などについて市長が紹介します。
※参加受け付けは終了しました。

市PR動画
「さがみはらポテンシャル(予告編)」
を見てみよう!

相模原チャンネル 検索

SAGAMIHARA POTENTIAL

全編は2月10日に公開予定

関シティセールス・親善交流課 ☎042-707-7045

TOPICS

青山学院大学が箱根駅伝3連覇を報告

1月2日・3日に開催された第93回東京箱根間往復大学駅伝競走(箱根駅伝)に出場し、3年連続3度目の総合優勝を成し遂げた青山学院大学陸上競技部が、1月17日に市役所を訪れ、優勝報告を行いました。

選手の皆さんは、日頃相模原キャンパスを拠点に練習に励んでいます。原晋監督から「これからも相模原代表として頑張ります!」と力強い宣言があると、加山市長をはじめ多くの人から惜しみない拍手が送られました。

関スポーツ課 ☎042-769-9245



ようこそ！認定保育室へ

市では、保育所の待機児童を解消するため、認可保育所への入所と併せ、市が運営などを支援している認定保育室への入園を促進しています。見学もできるので、さまざまな施設を実際に見て、自分に合った施設を探してみませんか。

認定保育室とは

保育内容や施設基準など市が定めた条件を満たし、毎年運営状況などの指導監督を受けている施設です。少人数保育や異年齢交流など、施設ごとの特長を生かした保育を実施しています。

保育料の減額制度があります

市内在住の未就学児で、保護者が次のいずれかに該当

- 就労時間が1カ月に64時間以上
- 求職活動をしている(利用開始日から90日目が属する月の末日まで)
- 妊娠中・出産前後(出産予定月の前後2カ月を含む最大5カ月間)
- 病気・けが・障害などがある(診断書などにに基づき必要と認める期間)
- 同居か長期入院している親族などを介護している
- 学校などに通っている

	対象	月額	
保育料減額	0・1歳児	1万9,000円	
	2歳以上児	1万7,000円	
兄弟姉妹入所減額	第2子	0・1歳児	2万2,000円
		2歳以上児	2万円
	第3子以降	3歳未満児	2万6,000円
		3歳以上児	2万2,000円

入園の申し込みは直接各施設へ

※施設の受け入れが可能であれば随時入園でき、兄弟姉妹の入園の相談にも応じます。
 ※認定保育室の一覧は、各子ども家庭相談課・まちづくりセンターで配布(市ホームページにも掲載)しています。

※受け入れ状況については、各施設へお問い合わせください。

☎保育課 ☎042-769-9812

ひとり親家庭等を支援します

高等職業訓練促進資金貸付制度をご利用ください

就職に有利な資格の取得を目指すための入学準備金・就職準備金を貸し付けます。

実施年度 平成28～30年度の3年間 事業開始日 29年2月1日

貸付金の種類と貸付額

①入学準備金 50万円以内 ②就職準備金 20万円以内

市内在住の高等職業訓練促進給付金を受給する人で①養成機関に入学した人
 ②養成機関の課程を修了し、資格を取得した人

返還の債務の免除

貸し付けを受けた人が養成機関を修了後、資格取得から1年以内に就職し、5年間取得した資格が必要な業務に従事した場合は、返還の債務を免除します。

相談窓口	相談先	電話番号
相談窓口	緑子ども家庭相談課	☎042-775-8815
	中央子ども家庭相談課	☎042-769-9221
	南子ども家庭相談課	☎042-701-7700

※申請の際は、事前に住んでいる区の子ども家庭相談員に相談してください。

☎子ども青少年課 ☎042-769-8232

ひとり親家庭等生活向上事業

無理なく、スッキリ整理・収納術講座

整理収納アドバイザーが、「今を暮らしやすくする」ための方法を講義します。

日時	テーマ	
2月25日(土)	午前10時～正午	すっきり暮らしの作り方(子育て世代向け)
	午後1時30分～3時30分	元気暮らしの作り方(子育てを終えた人向け)

会産業会館 ひとり親家庭の親、寡婦＝各24人(申込順)

※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

☎2月20日までに、電話で市母子寡婦福祉協議会(☎042-755-6612)へ

子ども・子育て会議の委員募集

子ども・子育て支援事業計画の実施状況の点検・評価、同事業への意見・提言などを行います。

任期 4月～31年3月(会議は年4回程度、保育あり)

市内在住の20歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

定員 2人(選考)

2月22日(必着)までに、子ども青少年課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館にある応募申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで、同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-759-4395 ☎kodomoseisyonen@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9811)へ

金融詐欺にご注意ください!

投資勧誘

高齢者を中心に、未公開株やファンドなどの詐欺的な投資勧誘による被害が多発しています。

こんな勧誘にご用心!

「株を買います」「元本は保証されています」「必ずもうかります」「上場確定です」「損失を取り戻せます」「金融庁(関東財務局)の者ですが…」「パンフレットが届いていませんか」「購入の権利を譲ってください」

被害に遭わないために

- 電話勧誘などにすぐに応じない
- もうけ話を安易に信じない
- よく分からない商品(未公開株など)には手を出さない
- ※無登録業者による未公開株の売り付けは、原則として無効です。

電子マネー

インターネット有料サイトの利用料金未納をかたった架空請求やサクラサイトなどの詐欺の支払い手段として電子マネーを悪用した例が急増しています。

こんな言葉にご用心!

「コンビニでプリペイドカードを買ってきて」「カードに記載された番号を教えてください」「カードに記載された番号を撮ってメールで送って」

被害に遭わないために

- 身に覚えのない請求は無視する
- プリペイドカードの番号は他人に教えない
- トラブルが起きたら、カードの発行会社にすぐに連絡する

◆◆◆◆◆不審に思ったら、すぐに相談窓口へ◆◆◆◆◆

相談窓口	電話番号	相談日	相談時間
関東財務局 横浜財務事務所 理財課	045-285-0981	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～午後5時15分
消費生活 総合センター	042-776-2511	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～午後4時 (第2・第4金曜日は午後6時まで)
		土・日曜日、 祝日等	午前9時～正午、 午後1時～4時

市議会 3月定例会議を開催

本会議・委員会を午前9時30分から次のとおり開催します。

日にち	内容	日にち	内容
2月21日(火)	本会議(提案説明)	3月9日(木)	環境経済委員会
3月1日(水)	本会議(代表質問)	3月10日(金)	市民文教委員会
3月2日(木)	本会議 (代表質問、委員会付託)	3月21日(火)	本会議(一般質問)
3月6日(月)	総務委員会	3月22日(水)	
3月7日(火)	民生委員会	3月23日(木)	本会議(委員長報告、採決)、 議会運営委員会
3月8日(水)	建設委員会	3月24日(金)	

※3月定例会議のための議会運営委員会は2月15日(水)に開催します。

※3月24日(金)の議会運営委員会は、本会議終了後に開催します。

※会議の日程、時間などは変更になることがあります。

※傍聴希望者は当日、本会議は市役所第2別館3階、委員会は市役所2階へ

※市議会ホームページから、各会議のインターネット中継が視聴できます。

☎議事課 ☎042-769-8278



セミナー 暮らしを考えるつどい相模原 講演会

知ることから始めよう!

～食品ロス・フードバンク・子ども食堂～

食品ロスの問題やフードバンクの取り組みについて学ぶほか、市内の子ども食堂の取り組み事例などについて講演します。

時 2月18日(土) 午後1時30分～3時30分 会 大野北公民館

講 田中入馬さん(セカンドハーベスト・ジャパン政策提言と発展マネージャー)

水澤弘子さん(さがみはら市民活動サポートセンターセンター長)

対 市内在住の人＝100人(申込順)

申 2月17日までに、電話で消費生活総合センター(☎042-776-2598)へ



セミナー さがみはら生物多様性シンポジウム

基調講演のほか、市内で活動する企業や団体の活動事例発表などを通じて、身近な自然環境や生物多様性との関わりと保全活動について考えます。

時 2月25日(土) 午後1時30分～4時

会 麻布大学(中央区淵野辺)

講 倉本 宣さん(明治大学教授) 定員 150人(申込順)

申 2月24日(必着)までに、電話か、はがき、ファクス、Eメールに代表者の氏名(ふりがな)・電話番号、参加人数、「シンポジウム参加」と書いて、水みどり環境課(☎042-769-8242 〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-759-4395 ☎midori@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

国民年金保険料のお知らせ

納付は口座振替での前納がお得です

前納には申出書の提出が必要です

2年前納(4月～翌々年3月分)、1年前納(4月～翌年3月分)、6カ月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)をすると、保険料が割引になります。口座振替で前納すると、クレジットカードや納付書(現金)で前納するより割引額が多く、さらにお得です。
また、毎月納付の場合も口座振替による当月末振替にすると、毎月50円割引になります。なお、4月からクレジットカードや納付書による支払いも、2年前納ができるようになります。

■基礎年金番号が分かるもの(年金手帳など)、身分証明書、通帳、金融機関届出印を持って、直接、金融機関が年金事務所へ
※口座振替、クレジットカードでの納付による2年前納と、1年前納、6カ月前納(4～9月分)の申し込みは2月28日までです。
※納付書による2年前納の申し込み期限については、年金事務所へお問い合わせください。

☎相模原年金事務所 ☎042-745-8101

非常勤職員などを募集します

職種など	職務内容・勤務条件など	報酬・賃金	対象・定員(選考)	申し込み ※提出書類は返却しません。
ふじの体験の森やませみ非常勤看護師	利用者のけがや病気に対する応急処置など 4月から週2・3日で、午前8時30分～午後9時のうち1日5・6時間(土・日曜日、祝日等の勤務あり)	時給1,270円	看護師免許がある人=若干名	電話連絡の上、2月20日までに履歴書(写真貼付)と看護師免許証を持って直接、同所(☎042-686-6025)へ
衛生研究所非常勤職員	検査器具等の洗浄、滅菌処理など 4月～平成30年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち週3日で、午前9時～午後4時か、午前10時～午後5時	日額7,860円	次のいずれかに該当する人=1人 ●獣医師、薬剤師、臨床検査技師の免許がある ●化学・生物学系大学を卒業した、または衛生検査施設などで洗浄業務に従事した経験がある	2月9日までに電話連絡の上、2月16日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、同所(〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-8348)へ ※後日、面接あり
日本語巡回指導講師	海外帰国・外国籍児童・生徒への日本語教育支援など 勤務場所 市立小・中学校 週1～5日程度で、午前8時30分～午後4時のうち1日3時間(学校休業期間を除く)	日額5,970円	次のいずれかに該当する人=4人程度 ●教員免許がある ●日本語教育能力検定試験に合格 ●日本語教師養成講座(420時間以上)の受講を修了 ●上記と同等の資格か経験がある	2月10日(必着)までに、履歴書(写真貼付)と応募資格を証明する書類(写し)、作文(「日本語巡回指導講師として必要と考えられる資質・能力とは」をテーマに400字程度)を、直接か郵送で学校教育課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-704-8918)へ ※後日、面接あり
地域活力推進員	地区自治会連合会等の事務など 4月～30年3月の原則月～土曜日のうち指定する週5日で、午前9時～午後5時か、指定する7時間(休日勤務・夜間会議あり) 勤務場所 各まちづくりセンターなど	月額24万円	パソコンで表計算、会議資料、チラシ作成ができ、普通自動車運転免許がある人=5人程度	2月15日(必着)までに、市民協働推進課、各まちづくりセンターなどにある募集案内に付いている申込書(市ホームページにも掲載。作文あり)を、直接か郵送で同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8226)へ ※詳しくは募集案内をご覧ください。
市社会福祉事業団嘱託職員	①生活支援員(障害者の就労支援、相談支援、介護業務など) ②事務員(社会福祉法人会計の経理事務など) 4月から週5日で、①1日7時間45分②午前8時30分～午後5時 (業務により土・日曜日、祝日等の勤務あり)	月額16万2,300円	①普通自動車運転免許があり、パソコン操作ができる人=5人 ②普通自動車運転免許と複式簿記の経験があり、ワード、エクセルなどのパソコン操作が単独でできる人=1人	2月15日(消印有効)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、同事業団(〒252-0223 中央区松が丘1-23-1 ☎042-750-1905)へ ※応募・勤務条件など詳しくは、同事業団ホームページをご覧ください。
こころの電話相談員	「こころの電話相談」対応業務 4月～30年3月(更新あり。最長5年)で、月～土曜日(祝日等を含む。年末年始を除く)のうち週1日で、午後5時～10時	日額8,800円	次のいずれかに該当する人=2人 ●看護師免許、精神保健福祉士資格、臨床心理士資格のいずれかがある ●精神保健福祉に関する相談業務の経験がある ●社会福祉学か心理学を専攻している大学院生で、十分な実習経験がある	2月15日(消印有効)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で、精神保健福祉センター(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9818)へ ※後日、面接あり
精神科救急対応員	①②精神保健福祉課 ③横浜市港南区 精神科救急患者の移送など 4月～30年3月(更新あり)の週3・4日で、週29時間以内の交代制(土・日曜日、祝日等の勤務あり) ①午前8時45分～午後5時15分 ②午後1時30分～10時 ③午後10時～翌午前8時45分	月額24万2,000円	精神保健福祉業務に従事した経験がある人=若干名	2月15日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で、同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9813)へ ※後日、面接あり
相武台高齢者支援センター職員	地域の高齢者などへの相談業務、介護予防を目的とした業務など 4月から、月～金曜日で、午前8時30分～午後5時15分(業務により土曜日、祝日等の勤務あり) 勤務場所 相武台まちづくりセンター・公民館内	月額31万6,000円から	保健師免許がある人=1人	電話で同センター(☎046-206-5571)へ
津久井地域福祉センター非常勤職員	施設管理(清掃含む)や団体の対応など 4月～30年3月の週3日程度で、午前8時30分～午後5時のうち1日7時間30分	時給962円	健康で就業経験がある人=1人	2月10日までに、履歴書(写真貼付)を直接、津久井保健福祉課(☎042-780-1408)へ ※受付時に面接日をお知らせします。
非常勤①管理栄養士②歯科衛生士	高齢者への①栄養指導など②歯科保健指導など 4月～30年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち指定した日で、1日4時間 勤務場所 各高齢者相談課など市内一円	日額5,080円	普通自動車運転免許があり、①管理栄養士②歯科衛生士の免許がある人=各若干名	2月15日までに、電話で緑高齢者相談課(☎042-775-8812)へ
学校図書館図書整理員	蔵書や資料の整理、子どもが本に親しむ環境づくり、パソコン入力や子どもの読書相談など 4月5日～30年3月23日(学期ごとの任用。学校休業期間を除く)の週2・3日で、午前8時30分～午後5時のうち1日5時間 募集校 小学校16校、中学校13校	時給962円	各校1人 小学校 田名・旭・向陽・相原・東林・相武台・大野台中央・大沼・桜台・上鶴間・緑台・大島・谷口・夢の丘・小山・中野 中学校 相陽・上溝・大沢・大野北・相模台・上鶴間・共和・中央・弥栄・相原・小山・若草・由野台	勤務希望校へ電話連絡の上、2月8日までに、募集校や学校教育課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接、勤務希望校へ ※詳しくは、市コールセンター(☎042-770-7777)へお問い合わせください。





所得税の確定申告は お早めに

税申告の大まかな流れを3段階で説明します。3月になると窓口などが混み合いますので、申告書は早めに提出してください。申告書の書き方が分からない人は、作成指導を利用してください。

ステップ1 自分が申告するべきか確認しましょう

前年の1月～12月の収入や控除の状況によって申告方法が異なります。

(1) 所得税の確定申告が必要な人



給与収入があり、次のいずれかに該当する
 ●収入金額が2,000万円を超える
 ●給与以外の所得が20万円を超える
 ●2カ所以上から給与の支払いを受けた など



事業所得や不動産所得、譲渡所得などがあり、次の計算をすると残額がある など

$$\left(\begin{array}{c} \text{課税される所得金額} \\ \text{各種所得の合計額} - \text{所得控除の合計額} \end{array} \right) \times \text{所得税率} - \text{配当控除など}$$



上場株式等に係る譲渡損失と配当所得との損益通算および繰越控除の特例を受ける など



公的年金等の収入があり、次のいずれかに該当する
 ●年金収入が400万円を超える
 ●年金収入は400万円以下だが、他の所得が20万円を超える

(2) (1)に該当しない人で、確定申告をすると所得税が還付になる場合がある人

- 例
- 年の途中で退職した後、就職せず、年末調整を受けていない
 - 給与所得者で、医療費控除などを受ける
 - 所得が公的年金等に係る雑所得のみで、医療費控除や社会保険料控除などを受ける など

ステップ2 申告に必要な書類などを準備しましょう

今回の申告からの重要な変更点です
各申告書へのマイナンバーの記載が必須になりました



マイナンバーの記載

本人の場合

番号確認書類
身元確認書類

代理人の場合

本人の番号確認書類
代理人の身元確認書類
代理権の確認書類

の提示か写しの添付が必要です

※詳しくは(3)本人確認書類★を確認してください

(1) 収入の分かる書類

種類	発行元
給与所得の源泉徴収票	勤務先
公的年金等の源泉徴収票	年金支払者 (日本年金機構や企業年金連合会など)
報酬、料金、契約金及び賞金の支払調書	報酬などの支払者
生命保険契約等の年金(個人年金)支払証明書	契約している生命保険会社
配当、剰余金の分配、金銭の分配及び基金利息の支払調書	配当などの支払者

※(1)(2)の各書類について詳しくは、各発行元へお問い合わせください。

(2) 控除の分かる書類

- 例
- 社会保険料の支払い済み額が分かるもの
(国民年金保険料控除証明書、各種保険料(税)額をお知らせする通知など)
 - 保険会社から届く生命保険・地震保険の控除証明書
 - 医療費の領収書
 - 寄附金控除証明書 など

ステップ3 自分に合った方法で申告書を作成・提出しましょう

所得税の確定申告書

自分で作成 国税庁ホームページを利用してください。 [国税庁](#) [検索](#)

- ・国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」では、申告書を自動計算で簡単に作成できます。作成した申告書は印刷して郵送※1か、直接下記の作成指導会場※2で提出することができます。また、マイナンバーカードとICカードリーダーライターがあればe-Taxで電子送信できます。
- ・税についてのよくある質問をまとめた「タックスアンサー」(インターネット上の税務相談室)も活用してください。

提出方法

- ※1 申告書と必要書類、本人確認書類★(ステップ2の(3))の写しを相模原税務署(〒252-5211 中央区富士見6-4-14)へ。税務署の收受印を押した控えが必要な人は、確定申告書の控えと、切手を貼った返信用封筒を同封してください。
- ※2 申告書と必要書類、本人確認書類★の写し(税務署に直接提出の場合のみ、原本可)を持って、各会場へ。

相模原税務署では、午後5時以降も提出できる時間外收受箱を設置しています。

作成指導会場で作成 印鑑を持参してください。前年の申告書(控え)を持参すると、手続きがスムーズになります。

対象	会場	日にち(土・日曜日、祝日等を除く)	時間	問い合わせ
どなたでも	相模原税務署	2月9日(木)～3月15日(水) ※2月19日(日)・26日(日)は、開庁	受け付け 午前8時30分から 相談 午前9時～午後5時	
小規模納税者(事業所得または不動産所得の金額が300万円以下)の所得税及び復興特別所得税・消費税及び地方消費税、年金受給者・給与所得者の所得税及び復興特別所得税 ※以下に該当する人を除く ○申告書等の提出のみ(提出のみの人は、直接か郵送で税務署へ) ○譲渡所得(土地・建物等・株式等の譲渡)がある ○贈与税の相談 ○住宅借入金等特別控除1年目 ○給与収入が800万円以上 ○相談内容が複雑	サン・エールさがみはら★ 県高相合同庁舎★	税理士による無料相談 1月26日(木)～2月2日(木) 税理士による無料相談 2月3日(金)～10日(金)	午前9時30分～午後3時30分	相模原税務署 ☎042-756-8211
上記から小規模納税者を除いた人	サン・エールさがみはら★	税理士による無料相談 2月14日(火)・15日(水)	午前10時～午後4時	東京地方税理士会相模原支部 ☎042-759-0046
年金受給者か給与所得者の所得税及び復興特別所得税 ※作成の指導は、A申告(給与所得、雑所得(公的年金等)、配当所得、一時所得)のみ ※以下に該当する人を除く ○不動産所得・事業所得等がある ○税理士に依頼している ○青色申告 ○相談内容が複雑 ○贈与税の相談 ○譲渡所得(土地・建物等・株式等の譲渡など)がある ○住宅借入金等特別控除がある ※完成している確定申告書で、職員による内容の確認が不要なものについては、全ての申告書を受け付けます。	県高相合同庁舎 城山総合事務所 津久井総合事務所 相模湖総合事務所 藤野総合事務所 青根出張所 青野原出張所 鳥屋地域センター	2月16日(木)～3月15日(水) 3月6日(月)～15日(水) 2月16日(木)～3月15日(水) 2月20日(月)～24日(金) 2月27日(月)～3月3日(金) 2月28日(火) 3月1日(水) 3月2日(木)	午前9時～午後3時30分 午前9時～11時 午後1時～3時30分 午前9時～11時 午後1時～4時 午前10時～正午	市民税課 ☎042-769-8221

★は提出のみの利用はできません。 ※各会場とも、混雑状況に応じて受付時間を変更する場合があります。 ※車での来場はご遠慮ください。

申告期間 2月16日(木)～3月15日(水)

所得税の還付申告は2月15日以前でも提出できます

所得税の確定申告について 相模原税務署 ☎042-756-8211
市・県民税の申告について 市民税課 ☎042-769-8221

(3) (1)(2)に該当しない人で、市・県民税の申告が必要な人＝平成29年1月1日現在市内在住の人

前年中に所得がなかった人も非課税証明の発行や国民健康保険税などの積算資料になるため、申告が必要です。ただし、次のいずれかに該当する人は申告が不要です。

申告が不要な人

- 所得税の確定申告をする(前述の(1)(2)にあてはまる) ○扶養親族である
- 前年中(28年1月～12月)の所得が給与所得のみで、勤務先から給与支払報告書(源泉徴収票と同じ)が提出されていて、源泉徴収票に記載された控除以外に申告すべき控除がない
- 前年中(28年1月～12月)の所得が公的年金等に係る雑所得のみで、源泉徴収票に記載された控除以外に申告すべき控除がない

こんなケースの人は、注目してください

公的年金等の収入が400万円以下で確定申告をする必要がない人

社会保険料・生命保険料・医療費などの各種控除を申告すると、市・県民税が減額される場合があります。また、公的年金以外の所得がある場合は、控除の追加の有無にかかわらず、市・県民税の申告が必要です。

ふるさと納税ワンストップ特例制度の申請をした人

所得税の確定申告や、市・県民税の申告をすると、ふるさと納税ワンストップ特例制度が適用されなくなります。確定申告や市・県民税の申告をする場合は、申告内容に寄附金控除としてふるさと納税分の寄附額を含める必要があります。

公的年金等の収入が400万円以下で確定申告をしない後期高齢者医療制度加入者および70歳以上の国民健康保険加入者へ

所得金額から所得控除(社会保険料や生命保険料、医療費、寡婦(夫)控除等)を差し引いた金額(世帯内の対象加入者全員)が145万円未満の場合、医療費一部負担金の割合は1割か2割です。所得控除の追加により145万円未満になる人は、市・県民税の申告をしてください。

一部負担金の割合		問い合わせ
後期高齢者医療制度	1割	地域医療課 ☎042-769-8231
国民健康保険	1割	国民健康保険課 ☎042-769-8296
	2割	

国民年金保険料控除証明書は日本年金機構から2月上旬に郵送されます

控除証明書が届かない場合や再交付を希望する場合は、下記専用ダイヤルにお問い合わせください。

☎平成28年10月～12月に、その年初めて国民年金保険料を納めた人

※28年1月～9月に一度でも納めた人には、11月に控除証明書が郵送されているため、今回は対象になりません。

☎ねんきん加入者ダイヤル(3月15日まで)

☎0570-003-004

(050から始まる電話からは☎03-6630-2525)

・月～金曜日(祝日等を除く) 午前8時30分～午後7時
・第2土曜日 午前9時～午後5時

(3)本人確認書類★

本人が申告書を提出する場合

番号確認書類	身元確認書類
マイナンバーカード(個人番号カード)	
○通知カード ○住民票の写しか住民票記載事項証明書(マイナンバーの記載があるものに限る) などのうちいずれか1つ	○運転免許証 ○公的医療保険の被保険者証 ○パスポート ○身体障害者手帳 ○在留カード などのうちいずれか1つ

代理人が申告書を提出する場合

本人の番号確認書類	代理人の身元確認書類	代理権の確認書類
○マイナンバーカード ○通知カード ○住民票の写しか住民票記載事項証明書(マイナンバーの記載があるものに限る) などのうちいずれか1つ(コピー可)	○マイナンバーカード ○運転免許証 ○パスポート ○身体障害者手帳 ○在留カード などのうちいずれか1つ または、次のいずれか2つ ○公的医療保険の被保険者証 ○年金手帳 ○写真なし身分証明書 など	法定代理人 戸籍謄本など、その他その資格を証明する書類 任意代理人 委任状、税務代理権限証書(税理士の場合)

市・県民税の申告書

自分で作成 申告用紙を用意し、手書きで作成してください。

市・県民税申告書の配布場所

市民税課、緑・南市税事務所、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)
・郵送を希望する人は、市民税課へお問い合わせください。
・前年度の実績で申告が必要と思われる人には、2月1日(水)に申告書を発送します。



作成した申告書は郵送※1か、直接右記の作成指導会場※2で提出することができます

- 提出方法**
- ※1 申告書と必要書類、本人確認書類★(ステップ2の(3))の写しを市民税課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ。同課の受付印を押した控えが必要な人は、切手を貼った返信用封筒を同封してください。
 - ※2 申告書と必要書類、本人確認書類★かその写しを持って、各会場へ。

作成指導会場で作成 印鑑を持参してください。

会場	日にち(土・日曜日、祝日等を除く)	時間
市役所会議室棟1階第1会議室	2月16日(木)～3月15日(水)	午前8時30分～午後5時
県高相合同庁舎		午前9時～午後3時30分
緑区合同庁舎★		午前8時30分～午後5時
城山総合事務所	3月6日(月)～15日(水)	午前9時～11時 午後1時～3時30分
津久井総合事務所	2月16日(木)～3月15日(水)	午前9時～11時 午後1時～4時
相模湖総合事務所	2月20日(月)～24日(金)	
藤野総合事務所	2月27日(月)～3月3日(金)	午前10時～正午
青根出張所	2月28日(火)	
青野原出張所	3月1日(水)	
鳥屋地域センター	3月2日(木)	

★では完成した所得税の確定申告書も受け付けます(作成指導は行いません)。

※公民館での受け付けは行いませんので注意してください。

※車での来場はご遠慮ください。

※各会場とも、混雑状況に応じて受付時間を変更する場合があります。



2月19日(日)・26日(日)は休日の受け付け・作成指導を行います

種類	時間	会場
所得税の確定申告	午前8時30分～午後5時	相模原税務署
市・県民税の申告	午前9時～11時30分 午後1時～4時	市民税課

※電話での相談は行いません。

税務署からのお知らせ ①「国外財産調書」 ②「財産債務調書」を提出してください

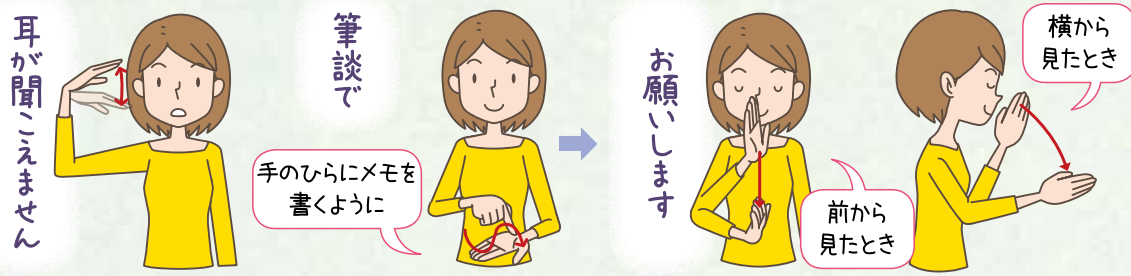
☎2月16日(木)～3月15日(水)

- ☎①28年12月31日現在、合計額が5,000万円を超える価額の国外財産がある人
- ②28年分の確定申告書を提出する人で、退職所得以外の各種所得金額の合計額が2,000万円を超え、28年12月31日現在、合計額が3億円以上の価額の財産か、1億円以上の価額の国外輸出時課税制度の対象財産(有価証券等)がある人





聴覚障害者とのコミュニケーションの輪を広げよう



聴覚障害は外見からは分かりにくい障害です。音が聞こえない・聞こえにくいために必要な情報を得られない、音声による会話ができないために人間関係を築くのが難しいなど、社会生活に支障を来すことが少なくありません。聴覚障害について理解を深め、コミュニケーションの輪を広げましょう。

聴覚障害者は、こんな場面で不安を感じています

- 車・バイク・自転車が近づく音が気付けない
- 電車の車内アナウンスが分からない
- 災害時、避難誘導の音が分からない
- 警報音に気が付けない



音が聞こえなくて困っている人がいたら、伝え方に配慮してサポートしましょう。

こんな伝え方があります

- 筆談する
- スマートフォンに文字を打つ
- 空中や手のひらに指で文字を書く

「聞こえ」の程度や育ってきた環境によって、コミュニケーション方法が異なります

ろう者

生まれつき音が聞こえないか、幼少期に聞こえなくなった人。主に手話や筆談でコミュニケーションを取ります。

中途失聴者・難聴者

病気やけがなどで、突然音が聞こえなくなった人や、聞こえにくくなった人。話すときは声を出して話すこともできますが、聞こえにくいので要約筆記・筆談・手話などを交えてコミュニケーションを取ります。

盲ろう者

聴覚・視覚の両方に障害がある人。触手話や指点字など、障害の特性によりコミュニケーション方法が異なります。

コミュニケーションのポイント

- 相手に顔を向けて、口をはっきり開けて話すと伝わりやすくなります。
- 筆談は分かりやすい言葉で、簡潔に書くようにしましょう。



要約筆記ってなあに？

その場で話の内容を要約し、文字で伝えるコミュニケーション方法です。主に、手話が分からない中途失聴者や難聴者が利用します。

手書き要約筆記

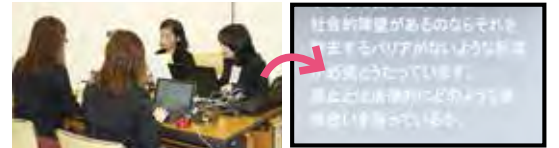


対象者のそばで会話のサポートをします。

文字で書いてもらえると、話の内容が分かって安心します。

パソコン要約筆記

チームで連携して打った文字が、大型スクリーンにほぼ同時に表示されます。



手話通訳者・要約筆記者養成講座 手話通訳・要約筆記を学びませんか。

講座	日時	対象
手話	①中級〈全36回〉 4月10日～平成30年3月5日の原則毎週月曜日、30年2月10日(土)、3月10日(土) 午前10時～正午	市内在住の18歳以上で、手話経験が1年以上ある人
	②フォローアップ〈全38回〉 4月5日～30年3月7日の原則毎週水曜日 午前10時～正午	市内在住の18歳以上で、手話経験が2年以上あり、聴覚障害者と手話による日常会話ができる、手話上級講座を受講する意思がある人
要約筆記	③手書きコース〈全43回〉 4月13日～30年3月8日の原則毎週木曜日 午前10時～正午	市内在住の18歳以上で、講座修了後、市登録要約筆記者として活動できる人
	④パソコンコース〈全43回〉	※④は有線LANが使えるノートパソコンを持参でき、タッチタイピングで1分間に日本語文章を60文字程度入力できる人

要約筆記体験会

(手書きコース/パソコンコース)
時 2月16日(木)午後2時～4時
会 障害者支援センター松が丘園
対 要約筆記を学んでみたい人=各15人
申 2月13日(必着)までに、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望コース、「要約筆記体験会」と書いて、同園(☎042-758-7070)へ

ろう者・中途失聴者・難聴者の皆さんへ

市では、手話通訳者・要約筆記者の派遣申請を随時受け付けています。申請方法など詳しくは、障害福祉サービス課までお問い合わせください。

☎障害福祉サービス課 ☎042-769-8355 ☎042-759-4395



土と触れ合い、新鮮な野菜作り 農園利用者を募集

必ず所定の申込書で
申し込んでください

問 農政課 ☎042-769-8239



市民農園

市民農園名	レクリエーション農園	健康づくり農園	コミュニティ農園
概要	余暇を利用して、農作業に親しむための農園です。駐車場はありませんので、徒歩か自転車で行ける農園を選んでください。		利用者で構成する委員会で運営管理します。駐車場があります。
募集農園(抽選)	表1の15農園 712区画	表2の3農園 79区画	2007コミュニティ農園 12区画 所在地 中央区田名9857
区画面積(1区画)	20㎡	第1・第6農園 30㎡ 第3農園 50㎡	50㎡
利用期間	4月～平成32年1月		4月～34年1月
管理料	1万2,000円 (2年10カ月分)	第1・第3農園 1万5,000円 第6農園 1万2,000円 (2年10カ月分)	年間1万円以内
対象	次の全てに該当する人 ○市内に住居登録がある ○2月1日現在、市民農園を利用していない ○2月1日現在、市民農園を利用している人と同一世帯でない(住居登録上の世帯で判断します)		
申し込み	2月14日(消印有効)までに、農政課、津久井地域経済課、緑・南区合同庁舎、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・連絡所・公民館(青根・沢井を除く)・図書館にある申込書を郵送で、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ ※詳しくは、申込書と一緒にある募集案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。		

ルールを守りましょう

次のことを行った人は利用を取り消す場合があります。

- 駐車場が設置されていない農園への自動車での来園
- 区画の転貸・他人名義での申し込み
- 利用期間前の農園利用
- 農園内への雑草やごみなどの放置
- 農園内での焼却
- 3カ月以上の耕作放棄
- 近隣の住民や他の農園利用者への迷惑行為



表1 レクリエーション農園

農園名	所在地	区画数
相原A	緑区相原1-3	40
元橋本C	緑区元橋本町37	28
橋本台	緑区橋本台2-11	42
田名A	中央区田名4474-2	8
田名B	中央区田名4475	29
上溝C	中央区上溝4-16	35
上溝E	中央区上溝4-16	33
横山台C	中央区横山台1-40	32

表2 健康づくり農園

農園名	所在地	区画数
第1	緑区城山4-14	46
第3★	緑区川尻4348-3	9
第6★	緑区川尻1608-1	24

★水道はありません。

農家の人たちが管理する農園

農園名	淵野辺地区ふれあい農園	グリーンファーム青野原
概要	農家の栽培計画に従って、指導を受けながら農作業を体験できます。	更衣室などを完備し、農具や耕運機などは無料で貸し出します。堆肥(有料)も利用できます。
所在地	中央区淵野辺本町2-25	緑区青野原1141-1
募集区画	若干(1区画30㎡。区画形状により収穫できる作物が若干異なる)	①19区画(1区画45㎡) ②30区画(1区画30㎡)
利用期間	4月～30年2月(更新可)	
年間利用料	3万2,400円(収穫野菜代、入園料、管理等利用料などを含む)	①2万4,750円 ②1万6,500円
対象	市内在住か在勤の人(抽選)	どなたでも(申込順)
申し込み	2月14日(消印有効)までに、往復はがき(1世帯1枚)に住所、氏名、年齢、電話番号、「淵野辺地区ふれあい農園」と書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ ※抽選結果は、2月下旬にお知らせします。	



情報あらかると

はがき・ファクス・Eメール
などで申し込むとき



記入する必要事項

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

お知らせ

分譲マンション管理 無料相談会

時 2月11日(祝) 午後1時～5時
 会 市民会館
 対 市内マンション管理組合役員と居住者
 定 5組(申込順)
 申 2月10日までに、電話で県マンション管理士会県央相模支部(☎046-256-2683)へ

マンション管理勉強会

管理組合向け火災保険の紹介や相談会など
 時 2月25日(土) 午後1時30分～4時
 会 相模原市民ギャラリー
 対 市内か近隣のマンションに住んでいる人=30人(申込順)
 申 2月24日までに、電話で相模原・町田マンション管理ネット(☎042-704-3431)へ

県内の最低賃金は時給930円です

県内の事業場で働く全ての労働者とその使用者に適用されます。
 関 神奈川労働局(☎045-211-7354)

平成28年度臨時福祉給付金、障害・遺族基礎年金受給者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)の申請受け付けを終了

本給付金の申請受け付けは、1月31日で終了しました。これ以降、申請を受け付けることができません。今後の臨時福祉給付金については、決まり次第、本紙や市ホームページなどでお知らせします。
 関 市臨時福祉給付金専用ナビダイヤル ☎0570-00-3392(050で始まる番号からは☎042-776-5920)

高齢者のための社会見学「ネットスーパー利用講習会」

電話やインターネットで注文し自宅へ配達してくれるネットスーパーの利用講習会や注文体験。店舗での出荷作業見学もあり
 時 2月15日(水) 午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分
 会 イオン相模原店(南区古淵)
 対 日頃の買い物に不便を感じる人やその家族、支援者
 定 各10人(申込順)
 申 2月14日までに、直接か電話で商業観光課(☎042-769-9255)へ

相模湖駅リニューアル 地域連携スペースを設置

駅舎改修に津久井産材の杉を使用し、相模湖を中心とした周辺の観光情報発信ブースも設置されました。
 県立相模湖公園や石老山、小原宿本陣、さがみ湖プレジャーフォレスト(2月末まで市民優待サービス有り)など、相模湖駅を起点に相模湖の観光資源を楽しんでみてはいかがでしょうか。
 関 商業観光課

宿泊利用 相模川清流の里

4月まで平日に空きあり
 申 随時受け付け
5月分の抽選申し込み 2月10日午後5時までに、さがみはらネットワークシステムからか、商業観光課、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館にある申込書を相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは、2月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ
5月の休館日 15日(月)・16日(火)

夜間納税相談窓口のご利用を～相談はお早めに～

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。電話相談も可
 時 2月13日(月)・21日(火) 午後5時30分～7時

会場	電話番号
納税課 (市役所第2別館2階)※	042-769-8300
緑市税事務所 (緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南市税事務所 (南区合同庁舎3階)	042-749-2163

※夜間納税相談窓口で午後6時以降に市役所へ来庁する場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

ことばの道案内 利用方法説明会

視覚障害者のための駅から公共施設などへの、音声ルート案内の使い方と活動報告。ルートの歩行体験も可
 時 2月19日(日) 午後2時～4時
 会 市民会館第2中会議室
 対 市内在住か在勤・在学の人
 定 30人(申込順)
 申 2月10日までに、電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、視覚障害の有無、「ことばの道案内説明会」と書いて、ことばの道案内(☎03-6278-9125) info@kotonavi.jp)へ

市森林整備計画の変更(案)の縦覧

時 2月2日(木)～3月3日(金)
 午前8時30分～午後5時15分
 ※土・日曜日、祝日等を除く
 会 農政課、津久井地域経済課
 関 津久井地域経済課(☎042-780-1401)

火薬に関する申請・届け出の窓口が変更

4月から、市内の火薬に関する申請・届け出窓口が予防課に変わります。
 ※申請手数料は納付書を利用してください。県収入証紙は使用できません。
 関 予防課

外国からの私費留学生に奨学金

年間7万円を2回に分けて贈呈。条件など、詳しくはお問い合わせください。
 申 2月28日までに、電話で市国際交流協会の坂野さん(☎042-754-6626)へ

イベント

オーサズカフェ 「1時間でわかる!『平家物語』」

時 2月11日(祝) 午後2時～3時
 会 ユニコムプラザさがみはら
 ※希望者は直接会場へ
 関 同所(☎042-701-4370)

リユース家具の即日抽選会

椅子などの比較的小さめな家具の展示、抽選、引き渡し
 時 2月12日(日)
抽選申し込み 午前10時～11時
抽選発表 午前11時10分から
 会 橋本台リサイクルスクエア
 ※希望者は直接会場へ
 対 市内在住の中学生以上(1人1点限り)
 ※当選者には市美化運動推進協議会に300円程度の寄付をお願いしています。
 関 資源循環推進課

野鳥観察会

時 2月18日(土) 午前10時～11時30分
 〈雨天中止〉
 会 道保川公園
 対 市内在住か在勤・在学の人
 定 40人(申込順) 費 300円
 申 直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、相模原北公園管理事務所(☎FAX042-779-5885)へ

お茶会～外国人との交流の広場～

バングラデシュ人による母国のお話と、同国に関わる人たちの交流
 時 2月19日(日) 午前10時～正午
 会 ソレイユさがみ
 定 50人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
 関 さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)

さがまちカレッジ

①薬・健康市民講座 高齢化社会の健康サポート～暮らしに生かす薬局活用術

時 3月5日(日) 午前10時30分～正午
 会 相模女子大学(南区文京)
 定 50人(申込順)

②こころを満たす!

コミュニティサロンを作ろう
 時 3月15日(水) 午後1時30分～3時
 会 ユニコムプラザさがみはら
 定 25人(抽選)
 費 1,000円
 申込期限 2月20日

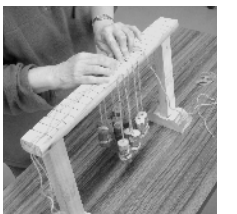
③「わたし」のストレス対処法～“こころ”と“からだ”の両面からストレス対処を考える～

時 3月20日(祝) 午後1時30分～3時
 会 ユニコムプラザさがみはら
 定 50人(抽選)
 費 700円
 申込期限 2月20日

申 各区役所地域振興課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館などにある申込用紙を、さがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ
 ※同コンソーシアムホームページからも申し込みます。

毎月第3日曜日は体験教室の日! 編布作り

麻ひもを編んでコースターを作り、縄文時代の編み物を体験
 時 2月19日(日) 午後2時～4時
 会 旧石器ハテナ館
 対 小学校4年生以上(小学生は保護者同伴)
 定 10人(申込順)
 費 50円
 申 直接か電話で同館(☎042-777-6371)へ



イチオシ! 環境を考える

「まちだ・さがみはら絆・創・光×JAXA」相模原会場

JAXA宇宙科学研究所准教授の曾根理嗣さんの講演などを通して、宇宙の目線から地球環境について考えます。

時 3月11日(土) 午後5時～8時 会 市立博物館
 関 講演「宇宙探査から地球環境を考える」～「はやぶさ」地球帰還から、その後～星空観望会、プラネタリウム番組「星空とともに」など
 対 市内か町田市に在住・在勤・在学の人(中学生以下は保護者同伴)
 定 80人(申込順)
 申 3月10日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ
町田市・相模原市ライトダウン ～まちだ・さがみはら絆・創・光～
 東日本大震災を思い返し、地球環境や節電・省エネ行動について考えましょう。

ライトダウン 3月11日(土) 午後7時～8時は、生活や事業活動に支障のない範囲で、屋外照明などの消灯にご協力をお願いします。

関 環境政策課 ☎042-769-8240

イチオシ! 歴史ドラマ

市立図書館・大野北公民館共催事業 歴史講座 女城主 井伊直虎の知られざる世界(全2回)

NHK大河ドラマの主人公、井伊直虎の人物像や時代背景について、専門家による講演や、図書館所蔵の関連資料を展示します。

時 3月①18日(土)②26日(日) 午後1時30分～3時30分
 会 市立図書館(中央区鹿沼台)
 関 ①夏目琢史さん(一橋大学附属図書館助教)
 ②大石泰史さん(NHK大河ドラマ「おんな城主 直虎」時代考証担当)
 定 180人(申込順)
 費 500円
 申 2月4日から、費用を持って直接大野北公民館(☎042-755-6601)へ



直虎ちゃん 出世法師 ©浜松市

講演・講座

国際交流員と楽しむカナダ講座「バレンタインデースペシャル」

レストランで使えるフランス語会話と、カナダのお菓子「ナナイモバー」作り
時2月14日(火)午前10時～正午
会ユニコムプラザさがみはら
対市内在住か在勤・在学の人
定20人(申込順) 費500円
申2月11日までに、電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

さがみはら若者サポートステーションの家族セミナー「ひきこもる若者と家族が動くとき」(全3回)

若者の思いや未来、家族の願いについて
時2月18日(土)・25日(土)、3月4日(土)午前9時30分～11時30分
会社のホールはしもと
対二ト・引きこもり状態やフリーターなど、就労に困難を抱えている若者の家族
定30人(申込順)
申2月17日までに、直接か電話で同ステーション(☎042-703-3861)へ

市就職支援センター 求職者支援講座

①自己PRで悩んでいるあなたへ
自分を表現することについて
時2月15日(水)午後1時30分～4時
②これから先を考える一歩手前のセミナー
「自分らしく生きる・働く」について
時2月20日(月)午後1時30分～4時
会ソレイユさがみ
定各20人(申込順)
申2月①14日②17日までに、直接か電話で同センター(☎042-700-1618)へ

女性の活躍を応援「パートタイムで働く私を守るための基礎知識」

時3月1日(水)午前10時～正午
会ソレイユさがみ
対就業しているか、就職を考えている女性=10人(申込順)
※未就学児(1歳以上)の保育あり(定4人(申込順。要予約))
申2月28日までに、直接か電話で市就職支援センター(☎042-700-1618)へ

市民公開講座「心に寄り添う傾聴を学ぶ」

時3月11日(土)午後1時30分～3時15分
会智泉会はあとぴあ市民交流センター(中央区清新)
対傾聴ボランティアに関心がある人
定70人(抽選) 費500円

申2月27日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項を書いて、傾聴ボランティアの会相模原(〒252-0236 中央区富士見6-1-20 あじさい会館中央ボランティアセンター内)へ
会同会の瀧川さん(☎070-5014-8311)

知らないと損をする！ 若者のための労働法基礎講座

ブラック企業、ブラックバイトから自分の権利を守るための基礎知識について
時3月4日(土)午後1時30分～3時30分
会ユニコムプラザさがみはら
定30人(申込順)
申3月3日までに、電話で県労働福祉協会(☎045-633-5410)へ
※同協会ホームページからも申し込みます。

高次脳機能障害講演会

高次脳機能障害の夫との生活を描いたコミック「日々コウジ中」の著者による講演
時2月18日(土)午後1時30分～4時
会ソレイユさがみ
講柴本 礼さん(イラストレーター)
定150人(申込順)
申2月17日までに、市ホームページに掲載の申込書かファクスに代表者の氏名(ふりがな)・電話かファクス番号、参加人数、「講演会」と書いて、橋本障害者地域活動支援センターぷらす★かわせみ(☎042-703-5557 ☎042-703-5556)へ

コミュニティビジネスフォーラム2017「地域力を高める、プロデューサーの役割～ジモト愛だけではダメ、続ける仕組みがなければ、地域は元気にならない～」

市への誇りや愛着を持って地域活性化に取り組む地域プロデューサーの役割紹介など
時2月25日(土)午後1時30分～4時30分
会産業会館 定40人(申込順)
申電話か、ファクス、Eメールに8面上の必要事項を書いて、市産業振興財団(☎042-759-5600 ☎042-759-5655)へ
会sagamihara-cb@ssz.or.jp
※同財団ホームページからも申し込みます。

文化

フォトシティさがみはら2016

アマチュアの部受賞作品展
時①2月3日(金)～28日(火)〈月曜日、2月9日(木)を除く〉
火～金曜日 午前9時30分～午後8時
土・日曜日、祝日等 午前9時30分～午

後6時(28日は午後3時まで)②2月17日(金)、2月20日(月)～24日(金)午前9時～午後3時
会①市立図書館(中央区鹿沼台)②八千代銀行相模原・橋本・淵野辺・相模大野支店
私のこの1枚写真展
時①2月27日(月)～3月12日(日)午前8時30分～午後10時②3月13日(月)～27日(月)午前9時～午後10時(13日は午後1時から、27日は午後4時まで)
会①ミウヰ橋本インナーガーデン(緑区橋本)②ユニコムプラザさがみはら
プロの部入賞作品展
時2月7日(火)～20日(月)午前10時30分～午後6時30分(20日は午後3時まで)
※2月11日(祝)・12(日)は休館
会新宿ニコンサロン/bis新宿(新宿区西新宿)

共 通
会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)

街かどコンサート

Table with 3 columns: 内容, 日にち, 時間. Includes entries for Recorder and Chamber Music.

会①市役所本館1階ロビー②ミウヰ橋本インナーガーデン(緑区橋本)
※希望者は直接会場へ
会①市民文化財団(☎042-749-2207)②社のホールはしもと(☎042-775-3811)

スポーツ

県障害者スポーツ大会参加者募集

Table with 4 columns: 競技, 障害種別, 日にち, 申込期限. Lists events like Bowling and Archery.

会①湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤)②県総合リハビリテーションセンター(厚木市七沢)③厚木市営及川球技場(厚木市及川)④厚木市荻野運動公園競技場(厚木市中荻野)
対平成29年4月1日現在、13歳以上の障害者(膀胱か直腸機能障害以外の内部障害者を除く)

申申込期限(必着)までに、電話か、障害政策課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7055 ☎042-759-4395 ☎shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

キッズ走り方教室

走る時に大切な速い動きを身に付けるプログラム
時3月4日(土)午前10時30分～正午(雨天中止)
会小山公園スポーツ広場
対小学生=40人(申込順)
費1,000円
申3月3日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と学年を書いて、同公園(☎042-700-0801 ☎042-700-0802)へ

北里大学介護予防チームによる体力測定

時3月16日(木)午後2時・3時、3月17日(金)午前8時30分・10時30分、午後1時・2時・3時
会北総総合体育館
対65歳以上=各70人(抽選)
費各700円
申2月15日(必着)までに往復はがきに8面上の必要事項と性別、希望日時(第3希望まで)を書いて、LCA国際小学校北の丘センター(さがみはら北の丘センター)〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

幼児スケート教室(全4回)

時3月4日～25日の毎週土曜日 午前9時～10時30分
会銀河アリーナ
対4歳以上の未就学児=25人(抽選)
費3,000円 ※貸靴代別途1回210円
申2月15日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項を書いて、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311)へ

関東地区車いすテニス講習会

リオデジャネイロパラリンピック車いすテニス日本代表チーム監督の中澤吉裕さん(南区在住)による指導
時3月5日(日) 午前10時～正午、午後2時～4時
会相模女子大学テニスコート(南区文京)
対20歳以下の初心者など(車いす利用者)
定各10人(申込順)
申Eメールに8面上の必要事項と生年月日、障害名、希望時間を書いて、日本車いすテニス協会事務局(☎office@jwta.jp ☎080-4275-2775)へ

イチオシ！施設オープン

4月1日(土) 横山公園 人工芝グラウンドがオープン・利用申し込み受け付け開始

施設の概要 ○ロングパイル人工芝 約1万㎡
○夜間照明 平均照度200ルクス
○ベンチ 120席
利用種目 サッカー、ラグビー、アメリカンフットボールなど



利用時間・料金について

Table with 3 columns: 利用時間(区分), 利用料金(全面, 半面). Shows pricing for different time slots.

※夜間照明、貸出物品などは別途料金がかかります。

施設予約について

原則として、事前に団体登録が必要
抽選予約 利用日の属する月の2カ月前の1日～10日に受け付け
随時予約 抽選後の空き状況により、毎月13日から予約受け付け(先着順)
受付場所 同公園管理事務所
※さがみはらネットワークシステムによる予約はできません。
※利用時の注意事項など、詳しくはお問い合わせください。

会横山公園管理事務所 ☎042-758-0886



相模原ギオンスタジアム		施設の教室			
〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088					
教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
プリザーブドフラワー ~お雛様アレンジ~ 申込期限 2月16日	2月23日(木)	午後1時 ~2時30分	18歳以上 (高校生を 除く)	各 20人 (申込順)	2,200円 (材料費 含む)
フラワーアレンジメント ~ギフトアレンジ 魔法のラッピング~ 申込期限 2月24日	3月 3日(金)	午前10時 ~11時30分			3,000円 (材料費 含む)
プロが教える親子か けっこ~かけっこで No.1をとろう~	3月20日(祝)	午前10時 ~正午	年長~ 小学校 4年生と その保護者	15組 (申込順)	1組 500円

☎電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項を書いて、同所(☎042-777-0161) ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

さがみはらグリーンプール		施設の教室			
〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151					
教室名	日にち	時間	対象	定員 (申込順)	費用
かんたんアクア (全4回)	3月1日~22日 の毎週水曜日	午後2時 ~2時45分	18歳以上 (高校生を除く)	50人	4,000 円
リズム水泳 (全4回)	3月4日~25日 の毎週土曜日	午後3時~4時	クロールで 25m以上泳げる 小・中学生	30人	3,000 円
絵手紙	3月6日(月)	午前10時~正午	18歳以上 (高校生を除く)	20人	1,200 円

☎開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

誰でも、
気軽に。

身近で
楽しい

スポーツ体験

希望者は直接、各会場へ
※事前申し込みが必要なイベント
もあります。詳しくは下表をご
覧ください。

市内の総合型地域スポーツクラブ11クラブが、工夫を凝らしたイベントを開催します。スポーツが好きな人はもちろん、運動不足の人や、体を動かしたいけどきっかけがなかった人、スポーツがちょっと苦手という人も、ぜひ気軽に参加してください。

☎スポーツ課 ☎042-769-9245
※当日の連絡は各クラブへ

イベント名(★は室内履きを持参)	日時	会場	対象・定員	所在地・問い合わせ先など
みんなでスポーツを楽しもう!! ①チャレンジスポーツ いろいろな スポーツにチャレンジしよう!★ (用具不要) ビーチボール、バウンドテニス、卓球、 バドミントン、ファミリーバドミントン	2月25日(土) ①午前9時15分~11時 ※入退場自由 ②正午~午後4時30分	北総合体育館	①どなたでも ※小学生以下は保護者同伴 ②中学生以上 =各16チーム(抽選) ※チーム編成(男・女・男女混 合)は問いません。	緑区 大沢FCの上上さん ☎090-6528-0139 ☒042-775-6686 ☒m_mikami@jcom.home.ne.jp ☎②2月17日までに、ファクスかEメー ルに代表者の氏名・連絡先、チーム名、 参加人数、「ビーチボール大会」と書い て、三上さんへ
②大沢FCビーチボール大会 種別 クラブチーム、初心者チーム				
プロコーチの指導による 「親子で楽しむサッカークリニック」 (スパイク不可・ボール不要)	2月25日(土) ①午前9時30分~10時10分 ②午前10時40分~11時20分 ③午後0時30分~1時30分	相模原FCスポーツスクエア 屋内人工芝コート (中央区上溝)	①②4歳以上の未就学児 ③小学校1~3年生 =各15人(申込順)	中央区 相模原FC ☎042-712-5549 ☒office@sagamihara-fc.or.jp ☎電話か、Eメールに氏名、年齢(学年)、 「サッカークリニック」と書いて、同FCへ
フラッグフットボール体験会	A 2月14日(火)・21日(火) 午後5時30分~6時30分 B 2月15日(水)・22日(水) 午後3時15分~4時5分 C 2月16日(木)・23日(木) ①午後3時~4時 ②午後4時30分~5時30分	A 青葉小学校体育館 B 淵野辺ひばり幼稚園園庭 C ①大沢幼稚園室内ホール ②大沢幼稚園草原の広場 (雨天時は室内ホール)	A B 4歳以上の未就学児~小学生 C ①4歳以上の未就学児 ②小学生	中央区 相模原ライズ・アスリート・クラブ ☎042-815-3094 ☒info@sagamihara-rise.com ☎Eメールに氏名、年齢(学年)、「フラッ グフットボール」と書いて、同クラブへ
①鉄棒が苦手な子のための 逆上がり教室 ②骨盤体操 ③トランポリン教室 ④シルバー健康体操	2月19日(日) ①②午前10時30分 ~11時30分 ③④午後1時~2時	ジョイスportsクラブ相模原 わくわく(中央区宮下)	①年長~小学生=15人(申込順) ②20歳以上=12人(申込順) ③小学生=12人(申込順) ④40歳以上=10人(申込順)	中央区 ベーススポーツの山田さん ☎090-6104-0515 ☎電話で山田さんへ
①ケアトランポリンを使用しての 認知症予防教室 ②からだがつらい方でも大丈夫 「らくらく太極気功」	2月19日(日) 午前10時30分~11時30分	ミハタスポーツセンター (南区相武台)	①20人(申込順) ②20歳以上=15人(申込順)	南区 ミハタ ☎046-257-9082 ☒046-252-5600 ☒yaizawa@msc-b.co.jp ☎電話か、ファクス、Eメールに氏名、 年齢(学年)、電話番号、教室名を書い て、同クラブへ
バク転チャレンジ	2月26日(日) ①午前10時45分 ~午後0時15分 ②午後7時~8時30分	横山小学校体育館	①年長~小学生=20人(申込順) ②中学生以上=20人(申込順)	中央区 相模原スポーツアカデミーの松本さん ☎080-1103-3411 ☒s.s.a_info@icloud.com ☎電話か、Eメールに氏名、年齢、教室 名を書いて、松本さんへ
秘密特訓☆小学生かけっこキョーシツ ~君の足は速くなる~	2月25日(土) 午後2時~4時	相模原ギオンスタジアム (雨天時は雨天走路を使用)	小学生	中央区 FCコラソンの足立原さん ☎042-763-8844 ☒adachihara@fc-coracao.com
①ペタンク体験教室 ②グラウンドゴルフ体験教室 ③卓球体験教室 ④バドミントン体験教室	①②2月18日(土) 午前9時30分~11時30分 (雨天中止) ③④2月19日(日) 午後1時30分~3時30分	相模台小学校 ①②校庭 ③④体育館	小学生以上=各20人(先着順)	南区 スポレク相模台JOIJOYの上上さん ☎080-5659-6452
①親子体験体操教室★ ②講演会「やんちゃのコンセプト」	2月25日(土) ①正午~午後1時 ②午後1時15分~2時15分	①東林小学校体育館 ②東林公民館	①5歳以上の子どもとその保護 者=40組(先着順) ②18歳以上=40人(先着順)	南区 やんちゃるジム ☎042-742-3409
①骨格調整体操 ②ストレッチ・コンディショニング ③ボディパンプ・シェイプアップ★ ④腰痛・肩こり体操/股関節調整体操	2月14日(火)・21日(火) ①午後6時~6時45分 ②午後6時45分~7時15分 ③2月15日(水)・22日(水) 午後7時30分~8時30分 ④2月17日(金)・24日(金) 午後1時~2時35分	大沼公民館	定 各10人(先着順) ※中学生以下は保護者同伴	南区 SRC ☎042-855-4802 ☒sportsrc@jcom.home.ne.jp
①パドルテニス体験教室 ②ノルディックウォーキング体験教室	2月19日(日) ①午後1時30分~3時30分 ②午後1時~3時	大野台小学校 ①体育館 ②校庭	小学生以上=各20人(先着順) ※小学生は保護者同伴	南区 あそべる大沼クラブの市川さん ☎090-2437-9101 ☒you-asobe@gmail.com

はがき・ファクス・Eメールなどで申し込むとき 必要事項 ①希望する催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 を記入

情報あらかると

施設の催し

LCA国際小学校北の丘センター
(さがみほら北の丘センター)
〒252-0134 緑区下九沢2071-1
☎042-773-5570

北の丘フェスタ(春)
ロビーで凧作り教室など昔遊びを体験
時2月26日(日)午前10時～午後3時
※イベントの内容など、詳しくはお問い合わせください。

新磯ふれあいセンター
〒252-0326 南区新戸2268-1
☎046-255-1311

- ①万華鏡作り教室
時2月18日(土)午後1時30分～4時
対小学生以上
- ②親子で楽しむ凧作り教室
小学生でも簡単に作れるダイヤ凧作りと凧揚げ
時2月25日(土)午後1時30分～4時
対子どもとその保護者
※小学生以上は1人でも参加可
- ③ペーパードール教室
ティッシュペーパーやペットボトルなどで人形作り

時2月26日(日)午後2時～4時
対小学生以上
会相模の大丸センター
定①③各15人②20人(申込順)
費①1,500円②500円③400円(材料費含む)
申直接か電話で新磯ふれあいセンターへ

市民健康文化センター
〒252-0328 南区麻溝台1872-1
☎042-747-3776

健文ロードSHOW!「婉という女」
時2月18日(土)午後1時30分～3時35分
定70人(先着順)
※未就学児は保護者同伴
※2月1日から同センターで配布する整理券が必要
スイーツデコで作るお菓子の家教室
紙粘土で作った家に、果物やホイップなどのモチーフを裝飾
時2月26日(日)午前10時30分～午後1時、午後2時～4時30分
定各15人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費各500円
申直接か電話で同センターへ

ソレイユさがみ
〒252-0143 緑区橋本6-2-1
☎042-775-1775

- ①女性のための自分らしいイベント出店のしかた～あなたらしい仕事のしかたを見つけて売上アップ～
講義とワークショップ
時2月14日(火)午後2時～4時
対手作り作品の販売を考えている女性
- ②シニアのための心と健康と睡眠
睡眠健康指導士による講義と自己診断
時3月6日(月)午前10時～正午
定①20人②50人(申込順)
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申直接か電話、ファクスに11面上の必要事項と保育希望の有無を書いて、同所(☎042-775-1776)へ

女性の起業支援事業
ソレイユゆめひろば プチマルシェ
作家による手作り作品の販売
時2月14日(火)午前10時～午後3時

サン・エールさがみほら
〒252-0131 緑区西橋本5-4-20
☎042-775-5665

①定年退職後のライフプランセミナー
時2月15日(水)午後6時30分～8時30分
定20人(抽選)

②はじめてのボイストレーニング講座(全2回)
時3月3日(金)・10日(金)
午後6時30分～8時30分
定10人(抽選) 費2,000円
対市内在住か在勤の18歳以上(高校生を除く)
申2月①10日②15日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに11面上の必要事項を書いて、同所(☎042-775-5515) ☎sun-yell@ajisaimeitsu.or.jpへ

土曜コンサート「女声コーラス/かりん」
時2月11日(祝)午後3時30分～4時30分
定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ

施設のお休み

環境情報センター
時2月5日(日)・11日(祝)・16日(木)・25日(土)
同センター(☎042-769-9248)
市民健康文化センター
時2月13日(月)
同センター(☎042-747-3776)
LCA国際小学校北の丘センター
(さがみほら北の丘センター)
時2月14日(火)
同センター(☎042-773-5570)
ユニコムプラザさがみほら
時2月27日(月)
同所(☎042-701-4370)

市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 ☎042-751-5545 ✉taiky@jade.dti.ne.jp
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

さがみほら健康マラソン大会

時2月19日(日)
受付時間 午前8時30分～9時
会相模原ギオンスタジアム・周辺道路
種別 1.5km、5km、10km
費各500円
申市体育協会にある申込用紙(同協会ホームページにも掲載)と、安全ピン(8本)を持って直接受け付けへ。団体の申し込みは、2月12日(必着)までに、申込用紙を郵送かファクスで同協会へ
※当日会場にも申込用紙あり

スポーツネットワーク中学生セミナー

青山学院大学のバスケットボール部、バレーボール部によるスポーツセミナー
時3月4日(土)午前9時30分～正午
会青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺)
種目 バスケットボール(男子のみ)、バレーボール(女子のみ)
対市内在住か在学の中学生=各30人(抽選)
申2月17日(消印有効)までに、往復はがきかファクス、Eメールに11面上の必要事項と学校名・学年・性別・種目(全員分(代表者に○))を書いて、同協会へ

市民ゴルフ大会

時3月27日(月)午前8時
会相模原ゴルフクラブ(南区大野台)
対市内在住か在勤の18歳以上でアマチュアレベルに抵触しない人
定320人(抽選)
費参加費3,000円、プレー費1万8,600円(飲食代別)
申2月21日(必着)までに、往復はがきかEメール(1通4人まで)に11面上の必要事項と性別(全員分(代表者に○))、市内在勤の人は勤務先を書いて、同協会へ

体操体験教室

時3月26日(日)午前9時30分～午後0時30分、午後1時～3時55分
会総合体育館
対年長～小学生(保護者同伴)
定各70人(申込順)
費各1,000円
※申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある募集要項か市体操協会ホームページをご覧ください。

市民ダンススポーツフェスティバル

時2月25日(土)午前11時～午後4時30分
会総合体育館

定600人(申込順)
費当日券1,000円、前売り券500円
※希望者はダンスシューズを持って直接会場へ
※前売り券の購入希望者は、電話か、ファクスに11面上の必要事項を書いて、市ダンススポーツ連盟の岡本さん(☎☎042-778-0395)へ

エンジョイスキースクール

時3月24日(金)～26日(日)(2泊3日)
集合 午後7時30分=相模大野中央公園 午後8時=市役所
会一の瀬ファミリースキー場(長野県下高井郡山ノ内町)
対小学生以上=40人(抽選)
※小学生は保護者同伴
費2万7,800円(小学生2万3,800円)
※リフト代が別途必要。レンタル希望者は、板と靴のセット3,000円、ウェア2,500円が別途必要
※希望者には無料講習あり
申3月10日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項と生年月日・性別(全員分(代表者に○))、希望集合場所、講習希望の有無、レンタル希望者は身長、靴・服のサイズを書いて、同協会へ

居合道・杖道体験教室

時2月26日(日)午前9時～正午
会市体育館(市役所前)
対15歳以上(中学生を除く)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

中級テニス教室(春)

時3月5日(日)(予備日3月12日(日))
午前9時～午後4時20分
会淵野辺公園テニス場
対市内在住か在勤・在学の高中生以上で、テニス歴がおおむね3年以上の人
定70人(抽選)
費4,500円
申2月15日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項と性別、テニス歴を書いて、同協会へ

スポーツ講習会

コーディネーショントレーニングと傷害予防～特定の種目だけしていませんか? 運動能力を高めて万能スポーツマンに!～

日にち	時間	内容
2月25日(土)	午前 9時30分～11時30分	小学生向け
	午後1時30分～3時30分	中学生向け
3月4日(土)	午前 9時30分～11時30分	高校生以上向け
	午後1時30分～3時30分	指導者向け

会市体育館(市役所前)
定各80人(申込順)
費各500円
申電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と希望日時を書いて、同協会へ
※複数回参加の場合は各回申し込みが必要

読者のひろば

催し 費用の記載がない場合は無料です。

●春のゆめコンサート「歌とチェンバロで贈るバロック音楽と春の音」
曲目は「オンブラ・マイ・フ」ほか 3月12日(日)午後2時～4時、中央公民館。定員100人(申込順)、費用500円(高校生以下無料。入場整理券あり) 申直接、中央公民館(☎042-758-9000)へ

●キコリ体験とシタケホダ木ゲット!
2月18日(土)午前10時～正午(雨天中止)、木もれびの森。定員20人(申込順)。費用500円 申電話で高橋(☎090-4629-4843)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- 源氏物語の解説 毎月第2・第4金曜日午前10時、市民会館。見学可 閤館入(☎090-2905-6996)
- 混声合唱 月3回火曜日午前9時30分、東林ふれあいセンター 閤小西(☎042-742-1135)

●社交ダンス 月3・4回火曜日午後6時30分、東林ふれあいセンター 閤松下(☎090-7823-8256)

●水彩画 毎月第1・第3日曜日午後1時、橋本公民館。初心者歓迎、見学・体験可 閤池内(☎090-3400-5528)

●ダンススポーツ 毎週水曜日午後7時30分、総合学習センター 閤豊田(☎090-8805-4747)

●テニス 毎週木曜日午前10時30分、淵野辺公園テニス場ほか。対象は女性の中級者 閤八尾(☎090-2497-2765)

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カ月以内、仲間は過去1年以内に掲載された団体は応募できません。掲載は抽選(仲間は希望号と次号の2回)。掲載の場合は、発行日の10日前ごろに連絡します。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。



文化財に親しもう

文化財保護課 ☎042-769-8371

市文化財展 伝えていきたい相模原の自然と文化

地域の歴史や文化財などを調査・研究している市民団体などが、日頃の研究成果の展示や発表を行います。市内中学生の文化財保護ポスター応募作品も展示します。

時 2月18日(土) 午後1時～5時
2月19日(日) 午前9時～午後3時
発表会 2月19日(日) 午前10時～正午
会 産業会館
※発表団体など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



ひなまつり

会 古民家園(相模川自然の村公園内)

ひな壇飾り展示

時 2月18日(土)～3月9日(木)
午前9時30分～午後4時30分

ひなまつり会

工作やゲームを行います。
時 2月26日(日) 午前10時～11時30分
定 40人(先着順)
※希望者は直接会場へ



民俗芸能大会

獅子舞や歌舞伎、仕事唄など、市内に息づく伝統芸能が一堂に会するこの機会に、ふるさとの心に触れてみませんか。下九沢御嶽神社獅子舞保存会による獅子頭の展示も行います。

時 3月5日(日) 午後1時～4時30分
会 あじさい会館
※希望者は直接会場へ



図書館の催し

市立図書館(中央区鹿沼台)

☎042-754-3604

子ども不思議実験教室

「静電気の不思議」についての簡単な実験と、ブックトークが楽しめます。
時 2月12日(日) 午後2時～3時40分
対 小学生=20人(申込順) ※小学校4年生以下は保護者同伴
費 100円
申 直接か電話で同館へ



つくっちゃおう かみしばい! <全3回>

オリジナルの紙芝居を作り、4月22日(土)に同館で開催する「キッズ☆フェスタ2017」で発表します。
時 3月4日(土) 午前10時～午後3時、3月11日(土)・18日(土) 午後1時～4時
会 アートラボはしもと
対 小・中学生=15人(申込順)
費 200円
申 2月15日までに、直接か電話で同館へ

相模大野図書館

☎042-749-2244

読み聞かせサークルのための勉強会<全2回>

絵本についての講義や活動事例発表会、情報交換会を行います。
時 2月15日(水)・22日(水) 午前10時～正午
対 児童文学や子育て支援に興味がある人=60人(申込順)
申 2月10日までに、直接同館へ

市立博物館に行こう

市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日

民俗講話 民俗文化からみた相模原 ～東の雑煮の餅は角餅、西は丸餅?～

地域に伝えられてきたさまざまな民俗を通して、相模原の特徴を紹介します。
時 2月18日(土) 午後2時～4時
定 120人(先着順) ※希望者は直接会場へ

プラネタリウム新番組 「火星の月をさぐる～火星衛星探査機 MMXがめざすもの～」

JAXAが計画を検討している火星衛星探査機(MMX)と火星の衛星フォボスについて紹介します。
時 2月14日(火)～3月3日(金)



©JAXA 火星衛星探査機(MMX)のイメージ図

時間	曜日	火～金曜日	土・日曜日、祝日等
午前11時			こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより冬の星座の物語
午後1時30分			<新番組>プラネタリウム 火星の月をさぐる～火星衛星探査機MMXがめざすもの～
午後2時40分		<新番組>プラネタリウム 火星の月をさぐる～火星衛星探査機MMXがめざすもの～	全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー特別バージョン
午後3時50分		全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー特別バージョン	プラネタリウム 冬の星空模様

定 各210人(先着順) ※希望者は直接会場へ
費 各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書))
※日曜日、祝日等は、午後0時10分から「おためしタイム」として、約20分間の無料番組を上映します。上映スケジュールは変更になる場合があります。

中央地区「子どもと大人 共に学ぶ宇宙教室」公開講座 太陽について学ぼう!

JAXAから講師を招き、意外な太陽の素顔について、観測データを用いながら楽しく学びます。

時 2月18日(土) 午前10時～11時45分
講 殿岡英顕さん(JAXA宇宙科学研究所主任研究開発員)
大川拓也さん(同研究所広報担当)
定 130人(申込順)
申 2月16日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

夜空の星を見上げてみよう ～星空観望会(3月)～

口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡などで、見頃の天体を眺めます。
時 3月24日(金) 午後7時～8時40分
定 120人(申込順。1組4人まで)
※中学生以下は保護者同伴
申 3月23日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

研究機関等公開講座 宇宙航空研究開発機構コース 狙ったところへ、正確に ～小型月着陸実証機「SLIM」のご紹介～

月面着陸の技術開発についてお話しします。
時 3月4日(土) 午前10時～11時30分
講 坂井真一郎さん(JAXA宇宙科学研究所准教授)〈予定〉
対 15歳以上(中学生を除く)=150人(申込順)
※市内在住か在勤・在学の人を優先
申 2月15日までに、直接か電話で総合学習センター(☎042-756-3443)へ
※市外の方は、2月8日から受け付けます。



ウェルネス通信

広報 **さがみはら** 別冊

保健・介護予防事業案内

No.1354

平成29年(2017年)

2/1

- 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
 - ㊧ 緑区合同庁舎 緑区西橋本5-3-21
 - ㊨ 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
 - ㊮ けやき会館 中央区富士見6-6-23

申し込み・問い合わせ

- ① 緑高齢者相談課 ☎042-775-8812
- ② 中央高齢者相談課 ☎042-769-8349
- ③ 南高齢者相談課 ☎042-701-7704
- ④ 疾病対策課 ☎042-769-8260
- ⑤ 健康企画課(成人) ☎042-769-8322
- ⑥ 健康企画課(母子) ☎042-769-8345
- ⑦ 緑保健センター ☎042-775-8816
- ⑧ 中央保健センター ☎042-769-8233
- ⑨ 南保健センター ☎042-701-7708
- ⑩ 城山保健福祉課 ☎042-783-8120
- ⑪ 津久井保健福祉課 ☎042-780-1414
- ⑫ 相模湖保健福祉課 ☎042-684-3216
- ⑬ 藤野保健福祉課 ☎042-687-5515
- ⑭ 精神保健福祉センター ☎042-769-9818
- ⑮ 市コールセンター ☎042-770-7777

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

● 会場や申込先については上記をご覧ください ●

パパママのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

離乳食教室(スタート編)

離乳食の講習、簡単な実習と試食

日にち	時間	会場	申込
3月1日(水)	午後1時～2時15分	㊮	⑮
3月6日(月)	午後2時45分～4時	㊦	

対 平成28年9～10月生まれの初めての子の保護者とその家族
定 各20人(申込順。調整あり)

ママの心のケアルーム「ママの休み時間」

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えないなど」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 2月8日(水) 午前10時～11時30分
会 ㊦
対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
申 ⑥

ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び

時 3月6日(月) 午前10時～11時30分
会 ㊧
対 おおむね4歳未満のふたご・みつごとその家族か、ふたごなどを妊娠中の入
定 20組(申込順)
申 ⑦

産後ママのエクササイズ

出産後の体を適正体重に保つための運動体験

時 3月9日(木) 午前10時～正午
会 ㊮
対 産後4～6カ月の女性(初めての人優先)
※保育なし(4～6カ月児との参加は可)
定 10組(申込順)
申 ⑨

ハローマザークラス〈全2回〉

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	会場	申込
3月6日(月)・13日(月)	㊮	3月3日までに⑪

時 午後1時30分～4時
対 妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族

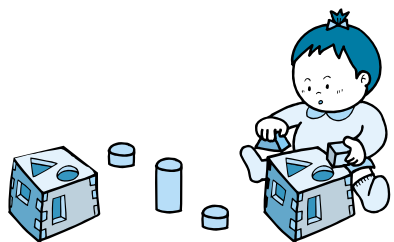
ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

時 午前10時～11時15分
対 乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ
問 ⑦⑧⑨

日にち	会場ほか
2月16日(木)	㊬、㊭、大野北㊩
2月21日(火)	二本松㊪、 陽光台㊫、田名㊮
2月22日(水)	並木㊫
2月23日(木)	城山㊪、 上鶴間㊫、麻溝㊮
2月28日(火)	富士見㊦、 鶴園中和田㊮

- ㊦ こどもセンター
- ㊮ 栄養士による栄養相談もあり
- ㊬ 歯科衛生士による歯科相談もあり



マタニティオーラルセミナー〈全2回〉

～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響や口腔ケアについての講義・体験と歯科健康診査などを行います。

時 3月3日(金) 午後1時30分～3時30分
※当日、2回目の日程をお知らせします。
会 ㊦
対 市内在住の妊婦(妊娠期間中1回のみ受診可能)
定 16人(申込順)
※子どもの同伴可(保育なし)
申 3月1日までに⑮



相談など

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
健康相談 電話相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く)	㊧	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※㊮(湖)藤(城)は来庁相談のみ 問 ⑦⑧⑨
	月・木曜日		㊮		
	火曜日		㊬		
	水曜日		㊭		
	金曜日		㊪		
精神 保健相談 (精神科医)	2月8日(水)	午後1時～2時	㊦	⑮	こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がいない人 定 各2・3人(申込順。調整あり) 問 ㊦ 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ㊮ 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715
	2月28日(火)		㊮		
	2月14日(火)		㊮		
	2月24日(金)		㊮		
HIV(エイズ)等の 検査・相談	火曜日 (2月28日を除く)	午前9時～11時15分	㊦	④	HIV(エイズ)、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) 定 各12人(申込順)
	2月18日(土)	午後2時～3時45分	㊨		
エイズ即日 検査	2月28日(火)	午前9時～10時30分	㊦	④	その日のうちに結果が分かるHIV(エイズ)検査・相談(無料。匿名) 定 各15人(申込順)
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	2月16日(木)	午後1時30分～3時30分	㊫	⑭	対 [思春期相談]13歳～17歳の精神的な問題を抱える人とその家族 [ひきこもり相談]おおむね40歳ぐらまでの引きこもりの状態にある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり)
みんなの アルコール 相談	2月21日(火)	午前10時～正午	㊫	⑭	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などの相談に応じます。 対 アルコールに関する問題がある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり)
アルコール・ 薬物家族教室	2月27日(月)	午後2時～4時	㊦	⑭	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。 対 市内在住か在勤でアルコールや薬物問題がある人の家族 定 10組(申込順)
くすりの相談	2月16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 問 市薬剤師会 ☎042-756-1502
家族のための 分かち合い・ コミュニケーション 教室 「ガーベラ」	2月15日(水)	午後2時～4時	㊦	⑭	家族間コミュニケーションをテーマに家族問題についての理解を深め、対応を学びます。 対 引きこもりの状態にある人・アルコールや薬物問題がある人の家族 定 20組(申込順)

健康診査 検診・検査

申し込み・問い合わせ
⑮

(特定)健康診査、がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)、お口の健康診査、肝炎ウイルス検診を、市内協力医療機関で実施しています。

- 費用や日程など詳しくは、本紙3月1日号でお知らせします。
- 肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど)は、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。

実施中



子育て広場たんた イヤイヤ期の子育てセミナー

子どもの心の発達を学び、イヤイヤ期の子どもとうまく付き合う方法を学びます。
 時 2月18日(土) 午前10時30分～正午
 会 伊勢丹相模原店(南区相模大野)
 対 乳幼児とその保護者
 定 15組(申込順) ※電話・Eメールの着信時間順に受け付け
 申 電話(非通知不可)か、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、携帯電話番号、子どもと保護者の各参加人数、「イヤイヤ期子育てセミナー」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc (☎080-5431-0971 ✉tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ



子育て広場 緑のおうち講座 絵本カフェ
 緑のおうちdeブックチャンス—こえにだしてみよう—

読み聞かせや手遊び歌をたくさんのお絵本と一緒に楽しめます。
 時 2月22日(水) 午前10時30分～正午
 会 子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)
 対 おおむね1歳～3歳の子どもとその保護者=10組(申込順)
 申 月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時に、電話で同所(☎042-703-5136)へ



子育て広場 バンビのぼれぼれ広場講座
 ママのためのアートワーク
 ☆コラージュで自分だけの宝箱を作っちゃおう☆

雑誌の絵や写真を切り抜いて、自分だけのすてきな箱を作ります。
 時 2月28日(火) 午前10時30分～正午
 会 あさひ児童館(中央区鹿沼台)
 対 子育て中か妊娠中の大人
 定 10組(申込順) ※子ども同伴可。保育なし
 申 直接か電話(月～金曜日(祝日等を除く) 午前10時～午後3時)、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、電話番号、「ママのためのアートワーク」と書いて、同会場(☎042-776-2286 ✉famisapobambino@gmail.com)へ



お知らせ 口腔がん検診のお知らせ

口腔粘膜の状態を検診します。
 時 3月12日(日) 午前9時30分～午後0時30分
 会 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)
 対 市内在住の40歳以上=65人(抽選)
 費 500円 ※70歳以上など、一部の人は費用免除あり
 申 2月15日(必着)までに、はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日・年齢、性別、電話番号、「口腔がん検診」と書いて、健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8345)へ
 ※虫歯、歯周病の検診は行いません。
 ※今年度受診した人は申し込みません。
 ※記載漏れがある場合は無効になりますのでご注意ください。



愛の献血 あなたもご協力を！命を救う身近なボランティア

日にち	時間	会場
2月10日(金)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
2月16日(木)		橋本駅
2月12日(日)		ペDESTリアンデッキ下

対 16歳～69歳の健康な人
 (65歳～69歳の人は、60歳～64歳の間に献血経験が必要)
 所要時間 40分程度 ※本人確認をしています。
 問 医事業務課 ☎042-769-8343



～50代までの“あなた”に贈る～
 カラダの中からアンチエイジング〈全2回〉

体・血管年齢や運動量の測定のほか、栄養・歯科の各種体験を通して、より良い生活習慣を学びます。
 時 3月9日(木)・16日(木) 午後1時30分～3時30分
 会 ウェルネスさがみはら
 対 市内在住か在勤の人=30人(申込順)
 申 2月28日までに、直接か電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ



マインドフルネス
 ～ストレスケアのための心のエクササイズ～

瞑想の技法を取り入れたストレス軽減法の一つである、マインドフルネスについてお話しします。
 時 2月18日(土) 午後2時～4時
 会 津久井中央公民館
 講 島田啓介さん(精神保健福祉士) 定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ
 費 100円
 問 ポルトナット会(緑第一障害者地域活動支援センター内) ☎042-684-3581



日赤幼児安全法支援員養成講習(短期)

子どもの熱性けいれんについての講義と、子どもの病気の特徴や症状などについて学びます。
 時 3月4日(土) 午後2時～4時 会 相模原赤十字病院(緑区中野)
 対 市内在住か在勤・在学の15歳以上=25人(申込順)
 申 2月24日までに、電話で同病院医療社会事業課(☎042-784-1323)へ



病態別健康教育 血圧が気になりはじめた人へ

保健師と栄養士が高血圧の症状と予防法についてお話しします。理想的な塩分濃度のみそ汁の試飲もあります。
 時 3月2日(木) 午後1時30分～3時30分
 会 藤野総合事務所
 対 市内在住か在勤の人=50人(申込順)
 申 3月1日までに、直接か電話で藤野保健福祉課(☎042-687-5515)へ



北里大学医学部附属新世紀医療開発センターシンポジウム

身近な感染症のインフルエンザ、感染性胃腸炎、結核などについて、実態と予防・感染対策を分かりやすく説明します。
 時 3月7日(火) 午後5時30分～7時10分
 会 ユニコムプラザさがみはら
 講 高山陽子さん(北里大学医学部附属新世紀医療開発センター感染制御学准教授)
 和田達彦さん(同大学医学部膠原病・感染内科学診療講師)
 片桐真人さん(同大学大学院医療系研究科呼吸器内科学教授)
 定 180人(申込順)
 申 月～金曜日(祝日等を除く)の午前11時～午後5時に、電話でプランニングウィル(☎03-6801-8084)へ
 ※詳しくは、同大学ホームページをご覧ください。



北里大学病院 市民公開講座

最新の肝炎治療、肝臓がん治療に関して、医師が分かりやすく紹介します。
 時 3月18日(土) 午前10時～正午
 会 北里大学病院(南区北里) 定 50人(申込順)
 申 同病院ホームページに掲載の申込書を、ファクスで同病院トータルサポートセンター(☎042-778-9599 ☎042-778-8111)へ

急病などで困ったときは (電話番号をよく確かめて)

※急病の診療は応急的なものです。後日、必ずかかりつけ医・歯科医か近隣の医療機関で診療を受けましょう。
 ※受診のときは、健康保険証、各種医療証を必ず持参してください(保険証などが無い場合は全額自費となります)。

医科 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000
 月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝9時
 土曜日 午後1時～翌朝9時
 日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時
 ※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行っていません。

歯科 休日急患歯科診療所 ☎042-756-1501
 日曜日、祝日等
 午前8時45分～11時30分、午後1時15分～4時30分
 ※事前に連絡をしてから受診してください。

電話相談 かながわ小児救急ダイヤル ☎045-722-8000
 (市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合#8000)
 毎日 午後6時～午前0時
 ※子どもの急な体調の変化で心配なときに、電話で相談できます。

接骨 休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-19-4199
 日曜日、祝日等 午前9時～午後5時

精神科 精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070
 月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝8時30分
 土・日曜日、祝日等 午前8時30分～翌朝8時30分
 (いずれも翌平日朝は8時まで受け付け)
 ※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、精神科医療機関を紹介します。
 ※必ず紹介することを約束するものではありません。

症状が軽い場合は、かかりつけ医・歯科医に相談しましょう。
 かかりつけ医・歯科医や近隣の医療機関が休診で困ったときは、お問い合わせください。

