

LINE UP 今号の主な内容

- 4月から国民健康保険制度が変わります…………… 2
- 相模の大凧まつり 大凧の題字が決定…………… 3
- みどり区版…………… 8
- ウェルネス通信(子育て・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



さがみも健康づくり応援店に行きたいなあ♪



みどり区

さがみはら

広報

NO.1379
 毎月1日・15日発行
2/15
 2018
 平成30年
 SAGAMIHARA

みどり区TOPICS

防犯メジャーを設置しました！

市安全・安心まちづくり推進協議会では、地域の犯罪などの抑止力を高め、安全で安心して暮らせる地域社会を実現するため、橋本駅の周辺地域をモデル地区として、「防犯メジャー」を設置しました。駅周辺地域内の防犯灯や道路照明灯など約80カ所に設置し、不審者などの特徴(背丈)を把握して、警察に通報する際に活用することができます。防犯意識を高め、より安全で安心な地域を目指しましょう。

園緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801



知っていいコト 食べていいコト

健康づくり応援店

市では、健全な食生活を育む環境づくりの一環として、メニューの栄養成分表示や健康に配慮したサービスの提供などを実施するお店を「健康づくり応援店」として登録しています。今回紹介する健康づくり応援店の活用例を参考に、皆さんも毎日の食生活を見つめ直してみませんか。

家族みんなで健康づくり応援店に行ってきました！ ～キッチン&カフェベル編～

ある日の自宅

最近仕事が忙しくて、食生活が乱れがちだなあ

市内に健康づくり応援店っていうのがあるみたい

市のホームページに情報が載ってる！

みんなで行ってみよう！

栄養成分が表示してある！

野菜って1日に350g必要なんだね！

おうちでも使えそう！

3野菜 350gが目量です。

エネルギーや塩分などを表示

料理が出てくるのを待つ間に役立つ情報を楽しく学べます。

元気SUNマーク発見！

お店に到着！

ここが健康づくり応援店か！

協力店 キッチン&カフェベル
 中央区水郷田名1-1-21
 午前10時～午後7時(月曜日定休)

野菜たっぷりメニューがうれしいね

野菜たっぷり

野菜やカルシウムたっぷり、脂肪・塩分控えめなどのヘルシーメニューを提供している店舗もあります。

後日の食卓

他のお店も行ってみよう

応援店 情報は市ホームページへ！

新規登録店舗も募集中

市内の登録店全店舗の情報や、健康づくり応援店の活用方法についても紹介しています。ぜひご覧ください。

健康づくり応援店になって、市民の健康づくりをサポートしていきますか？

相模原市 健康づくり応援店 検索

応援店を参考に、野菜を多くしてみましたよ！

これでパパも元気で仕事に行けるね！

さがみはら

ちゅうおう区

広報

NO.1379
毎月
1日・15日発行
2/15
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 4月から国民健康保険制度が変わります…………… 2
- 相模の大凧まつり 大凧の題字が決定…………… 3
- ちゅうおう区版…………… 8
- ウェルネス通信(子育て・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



さがみも健康づくり応援店に行きたいなあ♪

ちゅうおう区TOPICS

箱根駅伝4連覇！青山学院大学の祝賀パレードを開催

第94回東京箱根間往復大学駅伝競走(箱根駅伝)で、4年連続総合優勝を達成した青山学院大学陸上競技部の健闘をたたえ、「大野北地区まちづくり会議」にこころ星ふちのべ商店会」主催による祝賀パレードが、1月28日に湘野辺駅北口周辺で開催されました。沿道には約3万人が駆け付け、優勝を祝福しました。監督をはじめ、選手たちは沿道からの声援に笑顔で応じていました。

☎042-769-9801



知っていいコト 食べていいコト

健康づくり応援店

市では、健全な食生活を育む環境づくりの一環として、メニューの栄養成分表示や健康に配慮したサービスの提供などを実施するお店を「健康づくり応援店」として登録しています。

今回紹介する健康づくり応援店の活用例を参考に、皆さんも毎日の食生活を見つめ直してみませんか。

家族みんなで健康づくり応援店に行ってきました！ ～キッチン&カフェベル編～

ある日の自宅

最近仕事が忙しくて、食生活が乱れがちだなあ

市内に健康づくり応援店っていうのがあるみたい

市のホームページに情報が載ってる！

みんなで行ってみよう！

栄養成分が表示してある！

野菜って1日に350g必要なんだね！

おうちでも使えそう！

3野菜 350gが目量です。

エネルギーや塩分などを表示

料理が出てくるのを待つ間に役立つ情報を楽しく学べます。

元気SUNマーク発見！

お店に到着！

ここが健康づくり応援店か！

協力店 キッチン&カフェベル
中央区水郷田名1-1-21
午前10時～午後7時(月曜日定休)

野菜たっぷりメニューがうれしいね

野菜たっぷり

野菜やカルシウムたっぷり、脂肪・塩分控えめなどのヘルシーメニューを提供している店舗もあります。

後日の食卓

他のお店も行ってみよう

応援店 情報は市ホームページへ！

新規登録店舗も募集中

市内の登録店全店舗の情報や、健康づくり応援店の活用方法についても紹介しています。ぜひご覧ください。

健康づくり応援店になって、市民の健康づくりをサポートしていきますか？

相模原市 健康づくり応援店 検索

☎042-769-8274

応援店を参考に、野菜を多くしてみましたよ！

これでパパも元気で仕事に行けるね！

- 4月から国民健康保険制度が変わります…………… 2
- 相模の大風まつり 大風の題字が決定…………… 3
- みなみ区版…………… 8
- ウェルネス通信(子育て・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



さがみも健康づくり応援店に行きたいなあ♪

みなみ区 さがみはら 広報

NO.1379
 毎月 1日・15日発行
2/15
 2018 平成30年
 SAGAMIHARA

みなみ区 TOPICS

若プロ主催「More輝区～南区アイディアコンペ～」開催！

今回で4回目となるアイディアコンペのテーマは「家族のための南区」です。忙しい働く世代・子育て世代にとって、家族と過ごす時間は大切なもの。その時間を使って、家族と一緒に地域活動に参画し、地域が盛り上がる「家族のための南区」にするアイデアを、区内の学生や地域活動団体が提案します。

時 2月17日(土) 午後1時～5時
 会 相模女子大学マーガレットホール(南区文京)
 ※観覧希望者は直接会場へ



南区若者参加プロジェクト実行委員会(若プロ) 公式キャラクター
 ななける(左)、じゃっく(右)

知っていいコト 食べていいコト 健康づくり応援店

市では、健全な食生活を育む環境づくりの一環として、メニューの栄養成分表示や健康に配慮したサービスの提供などを実施するお店を「健康づくり応援店」として登録しています。

今回紹介する健康づくり応援店の活用例を参考に、皆さんも毎日の食生活を見つめ直してみませんか。

あなたの食生活をサポート
 店舗ごとに次のようなサービスを提供し、みなさんの食生活をより良くするお手伝いをしています。

健康づくり応援店とは

- 栄養成分表示 (kcal, mg, g)
- 野菜 たっぶり
- カルシウム たっぶり
- 脂肪 ひかえめ
- 塩分 ひかえめ
- 量の調節
- 食べづらい方への配慮
- 終日禁煙
- 健康栄養情報
- アレルギー表示

現在の市内に約60店舗！

このマークが目印！

げんきさん 元気SUN

※「健康づくり応援店」は、これらの取り組み・サービスを1つ以上行っているお店です。取り組み内容は店舗ごとに異なります。

家族みんなで健康づくり応援店に行ってきました！ ～キッチン&カフェベル編～

ある日の自宅

最近仕事が忙しくて、食生活が乱れがちだなあ

市内に健康づくり応援店っていうのがあるみたい

市のホームページに情報が載ってる！

みんなで行ってみよう！

栄養成分が表示してある！

野菜って1日に350g必要なんだね！

おうちでも使えそう！

3野菜 350gが目量です。

エネルギーや塩分などを表示

料理が出てくるのを待つ間に役立つ情報を楽しく学べます。

元気SUNマーク発見！

お店に到着！

ここが健康づくり応援店か！

協力店 キッチン&カフェベル
 中央区水郷田名1-1-21
 午前10時～午後7時(月曜日定休)

野菜たっぷりメニューがうれしいね

食べづらい方への配慮

野菜 たっぶり

野菜やカルシウムたっぷり、脂肪・塩分控えめなどのヘルシーメニューを提供している店舗もあります。

他のお店も行ってみよう

市内の登録店全店舗の情報や、健康づくり応援店の活用方法についても紹介しています。ぜひご覧ください。

新規登録店舗も募集中

健康づくり応援店になって、市民の健康づくりをサポートしていきますか？

相模原市 健康づくり応援店 検索

応援店を参考に、野菜を多くしてみましたよ！

これでパパも元気で仕事に行けるね！

後日の食卓



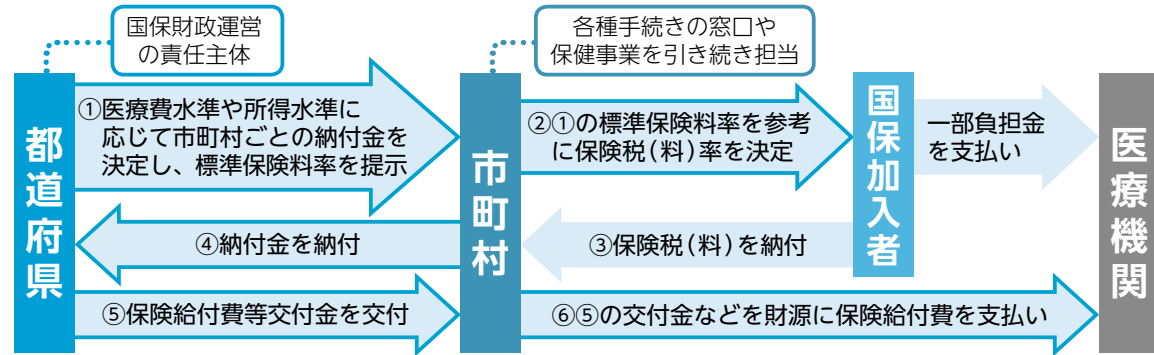
国民健康保険に加入している人へ

1 4月から国保制度が変わります

～各種申請や届け出はこれまでどおり市町村の窓口で行います～

現在、市町村ごとに運営している国民健康保険(国保)は、制度の安定化を図るため、4月から都道府県が財政運営の責任主体として国保運営の中心的な役割を担うこと(都道府県単位化)になります。

新制度における国保運営の流れ



2 加入などの手続き・被保険者証について

国保の資格管理は都道府県単位となりますが、加入や脱退の届け出、被保険者証の発行などはこれまでどおり市町村が行います。

Q 現在の被保険者証は使えなくなるの？

A 引き続き有効期限までは使用できますが、他市町村へ住所異動(同一都道府県の場合を含む)をすると使用できなくなりますので、異動先の市町村で手続きをしてください。

※本市で使用される被保険者証の様式は平成31年度中に変更する予定です。

3 高額療養費の多数回該当の通算方法を変更

1年のうち月単位で4回以上、高額療養費の支給対象となった場合に自己負担限度額を軽減する制度(多数回該当)について、これまで同一市町村の国保加入期間での該当回数を対象としていました。4月以降は県内の他市町村へ住所異動した場合でも、住民票の世帯構成が同じである場合などは該当回数を通算することができるようになります。

例	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
これまで	1回目	2回目	3回目	1回目	2回目	3回目	4回目
県内の他市町村へ住所異動				通算4回目で該当			
4月以降	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目

国民健康保険課

1 について	☎042-707-7023
2 について	☎042-769-8296
3～5 について	☎042-769-8235
6 について	☎042-769-8234

4 医療機関の窓口で支払う一部負担金の減免申請ができます

申請により、一部負担金が減免される場合があります。
※一部負担金の支払いが困難で、次のいずれかに該当する世帯

- 1 災害により、住んでいる家屋が2分の1以上の損害を受け、前年の世帯所得が1,000万円未満
- 2 会社都合による退職(解雇、会社倒産など)、事業の不振・廃業で、現年の見込み所得額が前年の半分に減少する

1～3月に申請した場合の所得判定基準

- 1 前々年の所得 2 前年と前々年の所得の比較
- ※2は上記の要件のほか、世帯主(国保に加入していない世帯主も含む)と国保の被保険者全員の所得額と、生活保護基準により算出した基準生活費との割合などで適用を判定します。

5 交通事故など第三者による行為で被害に遭ったら速やかに連絡を

交通事故や傷害などの第三者による行為で負傷した場合や、仕事中や通勤途中のけがで、国民健康保険被保険者証を使用するときは、事前に国民健康保険課へ連絡してください。

6 国民健康保険税 第9期 納期限は2月28日(水)

※コンビニエンスストアでも納付できます
納税は便利な口座振替で 金融機関の窓口へ

介護保険料の特別徴収※を開始

介護保険課 ☎042-769-8321

対象

昨年65歳になった人や本市へ転入した65歳以上の人などで、介護保険料を普通徴収※で納めている人

※特別徴収、普通徴収とは

1 特別徴収

年金から保険料を差し引く方法

老齢・退職・障害・遺族年金を年額18万円以上受給している人は、原則、この納め方になります。差し引いた保険料は年金保険者から市に納入されるので、自身で納付する必要はありません。

2 普通徴収

納付書や口座振替などによる納付方法

特別徴収に該当しない人は普通徴収となります。特別徴収に該当する人でも、65歳になったばかりの人、最近本市に転入した人などは、半年～1年程度、普通徴収での納付となり、その後、自動的に特別徴収に切り替わります。

※特別徴収が10月に開始される人や、年度途中で特別徴収が中止された人は、2つの納付方法を併用することがあります(併用徴収)。

特別徴収に該当しない人

- 老齢・退職・障害・遺族年金の受給額が、年額18万円未満
- 年金保険者(日本年金機構など)に届け出ている住所が本市以外
- 年金を担保に融資を受けている ●基礎年金部分の受給がない など

開始時期

特別徴収の要件に該当した時期(年金の支給開始時期、年金受給住所を本市に変更した時期など)により、特別徴収の開始時期が決まります。

要件に該当した時期	平成29年4～9月	10・11月	12月、30年1月	2・3月
特別徴収の開始時期	30年4月	6月	8月	10月

※年金保険者(日本年金機構など)が、特別徴収の要件に該当した人を市町村へ知らせ、その情報を基に、特別徴収の開始対象者を決定します。

「30年度介護保険料特別徴収開始通知書」を送付

特別徴収が4月か6月に開始される人には、その開始月と保険料額を「特別徴収開始通知書」で事前にお知らせします。お知らせの時期は右表のとおりです。

特別徴収の開始時期	30年4月	6月
お知らせ時期	2月下旬	4月下旬

特別徴収が8月か10月に開始される人へ

6月中旬に送付する「平成30年度介護保険料納入通知書(兼 特別徴収決定通知書)」で、開始月と保険料額をお知らせします。10月から特別徴収が開始される人は、6～9月は普通徴収で納めてください。

※4・5月は、特別な場合を除き普通徴収の納期はありません。

よくある質問 Q&A

Q 特別徴収を開始するために手続きは必要ですか？

A 不要です。年金の受給状況などの条件がそろえば、自動的に特別徴収に切り替わります。

Q 特別徴収開始までにはどのくらいかかりますか？

A 65歳になってからか、本市へ転入してから、半年～1年程度かかります。これは、年金保険者と本市との間で特別徴収の準備が整うまでに一定期間かかるためです。

Q 特別徴収をやめて、他の納付方法に変更できますか？

A 納付方法が特別徴収になった場合、介護保険法の規定により変更できません。

Q 特別徴収が中止されるのは、どういう場合ですか？

A 所得に変更などがあり保険料額が減額した、年金を担保に融資を受けた、年金の種別を変更したなどの場合、特別徴収が中止されます。

相模原で働こう

あなたの「働きたい」を応援します！ 市総合就職支援センター説明会

同センター内にある市就職支援センターやさがみはら若者サポートステーション、ハローワーク職業紹介・相談コーナーの業務内容や利用方法などを説明し、支援機関ごとに交流会を実施します。

時 3月9日(金) 午後2時～4時
会 橋本公民館 定 30人(申込順)

申 3月8日までに、直接か電話で市総合就職支援センター(☎042-700-1618)へ

さがみはら正社員就職面接会

時 2月23日(金) ①午前10時～正午 ②午後2時～4時
(受け付けは①午前11時②午後3時まで)

※①と②では参加事業所が異なります。

会 産業会館

対 正社員を目指す人

(平成30年3月卒業予定の高校生を除く)

※希望者は、履歴書(面接希望企業数分)を持って直接会場へ。ハローワークカードがある人は持参してください。

※参加事業所(20社予定)など詳しくは、ハローワーク相模原ホームページをご覧ください。

場 相模原ハローワーク ☎042-776-8609
(部門コード31#)

サガツクナビ

ジョブトーク！～学生と企業の交流会～

4月から社会人になる学生と企業のトークイベントのほか、就職活動や就職に対する悩み・不安を採用担当者や経営者に直接相談できます。

時 2月28日(水) 午後2時30分～5時

会 ユニコムプラザさがみはら

対 これから就職活動予定の大学生・大学院生・専門学校生などが、卒業後3年以内で就職活動中の人

定 30人程度(申込順) ※スーツ以外の服装で参加してください。

申 2月27日までに、サガツクナビホームページから申し込んでください。

場 さがみはら産業創造センター ☎042-703-6321



意見の募集

マイナンバー制度の特定個人情報保護評価書(地方税事務)(再評価案)

地方税事務で保管している特定個人情報(マイナンバーを含む個人情報)ファイルの取り扱い方の重要な変更について意見を募集します。

資料の閲覧・配布場所 市民税課、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 ※市ホームページにも掲載

閲覧・配布・提出期間(必着) 3月16日まで

意見の提出 直接か郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、意見を書いて、市民税課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-7038 ✉shiminzei@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8221)へ

結果の公表 意見の概要や市の考え方については、まとまり次第、同課や市ホームページなどで公表する予定です。



5月4日(祝)・5日(祝)に開催する「相模の大風まつり」で掲げる大風の題字は、274点の応募の中から「翠風」に決まりました。「翠」はこの地域の美しい緑を表し、緑色は本市のシンボルカラーでもあります。「草木の新芽のように素直な心を持ち、輝いてほしい」という子どもたちへの願いが込められています。

なお、佳作には「希翔」「喜風」が選ばれました。

☎商業観光課 ☎042-769-8236

奨励金の第2期申請を受け付けます

●住宅用スマートエネルギー設備導入奨励金

☎平成29年4月1日以降に、自らが居住する市内の住宅に対象設備を設置したか、対象設備が設置された市内の建売住宅を自らが住むために購入した人で、市内に住居登録があり、市税の未納がなく、支払いと引き渡しを完了した人

対象設備など	奨励金額(一律)	予定件数(抽選)
①太陽光発電システム	各3万円	366件 (第1期の残件数を含む)
②太陽熱利用システム		
③家庭用燃料電池システム(エネファーム)	各5万円	150件
④定置用リチウムイオン蓄電池		
⑤スマートハウス加算※	2万円	25件

※HEMS(ホームエネルギーマネジメントシステム)+①+〔③か④〕を設置し、同時に申請した場合に対象となります。

●電気自動車購入奨励金

☎29年4月1日以降に、急速充電器対応の電気自動車を購入した次のいずれかに該当する人

- ①市内在住の個人か、市内に事業所がある法人・個人事業主
- ②①に対して電気自動車をリースする事業者

奨励金額(一律) 5万円 予定台数 15台(抽選)



☎3月15日までに、環境政策課にある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を直接、同課へ
※申請は対象ごとに1回限りです。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎環境政策課 ☎042-769-8240

町田市・相模原市ライトダウン
～まちだ・さがみはら絆・創・光～ 3月11日(日)午後7時～8時

家庭や事業所で無理のない範囲での消灯をお願いします。このライトダウンをきっかけに、あらためて震災を思い返し、地球環境について考え、省エネや節電行動につなげていきましょう。

ライトダウン登録施設を募集

当日、屋外看板などの消灯に協力できる施設を募集します。

☎3月2日までに、環境政策課にある参加登録申込書(市ホームページにも掲載)をファクスかEメールで、同課(☎042-754-1064 ✉kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8240)へ

町田市立図書館の催し

「さるびあ亭かーこ。」の紙芝居

おはなし会(午後3時～3時30分)の後に、節電に関する紙芝居を行います。

日にち	会場
2月21日(水)	鶴川駅前図書館(町田市能ヶ谷)
2月28日(水)	忠生図書館(町田市忠生)
3月7日(水)	金森図書館(町田市金森東)

☎3月9日(金)午後2時～3時45分

☎町田市立中央図書館(町田市原町田)

☎117人(先着順)

※当日午前10時から、5階視聴覚カウンター前(午後1時以降は6階ホール前)で配布する整理券が必要

映画会

『めぐり逢えたら』

☎町田市環境・自然共生課 ☎042-724-4391

非常勤職員などの募集

職務内容、対象、定員、申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



- ①担当課、募集団体など
- ②こどもセンター、児童クラブ、児童館
- ③募集校

職種	勤務条件など	賃金	申込①期間(必着)②方法 (面接日など)	募集案内等 配布場所	問い合わせ
①児童育成指導員・児童館指導員 ②児童育成補助員・児童館補助員	4月から(①週4・5日程度②週3日程度) 勤務場所 こどもセンター、児童クラブ、一部の児童館	①時給1,100円 ②時給1,000円	①3月1日まで ②直接か郵送 〈試験日 3月17日(土)〉	①、②	こども・若者支援課 ☎042-769-9227
市立保育園 非常勤看護師	随時(週2～5日) 勤務場所 市立保育園	日額8,250円(予定) (3月まで6,985円)	①随時 ②電話連絡の上、直接 〈後日面接あり〉	①	保育課 ☎042-769-8313
観察実験アシスタント	5月～平成31年2月 ※勤務日数は学校規模による 勤務場所 市立小学校	時給1,000円	①2月22日まで ②募集校へ電話連絡の上、 直接〈後日面接あり〉	③	市コールセンター ☎042-770-7777
ひきこもり相談支援事業 保健福祉相談員	4月から(週2～4日)	時給1,750円	①3月1日(消印有効)まで ②郵送〈後日面接あり〉		精神保健福祉センター ☎042-769-9818
津久井老人福祉センター 非常勤職員	4月～31年3月 (土・日曜日、祝日等のうち月4日程度) 勤務場所 津久井老人福祉センター	時給1,000円	①2月23日まで ②直接〈後日面接あり〉		津久井保健福祉課 ☎042-780-1408
認知症地域支援推進員	4月～31年3月(週5日)	月額22万1,200円	①3月2日まで ②電話連絡の上、直接 〈後日面接あり〉		地域包括ケア推進課 ☎042-769-9249
①発達障害者地域支援マネージャー ②社会福祉職(心理) ③作業療法士 ④言語聴覚士	4月～31年3月 (①週3日②週2日③④週1日か2日)	①②時給1,150円 ③④時給2,520円	①3月2日まで ②電話連絡の上、直接 〈後日面接あり〉		①②市発達障害支援センター ☎042-756-8411 ③④陽光園 ☎042-756-8410
吉野宿ふじや 非常勤職員(管理人)	4月から (土・日曜日、祝日等のうち月4日程度) 勤務場所 吉野宿ふじや		①2月28日まで ②直接か郵送 〈後日面接あり〉	①	市立博物館 ☎042-750-8030
新磯まちづくりセンター 非常勤職員	4月～31年3月 (週5日。勤務のない月あり)	時給各1,000円	①2月26日まで ②電話連絡の上、直接 〈面接日 2月27日(火)〉		新磯まちづくりセンター ☎046-251-0014
さがみはら市民活動サポートセンター スタッフ	4月～31年3月(週2・3日)		①2月24日まで ②電話連絡の上、直接 〈後日面接あり〉		さがみはら市民活動サポートセンター ☎042-755-5790
障害者支援センター松が丘園 契約職員	4月から(週5日) 勤務場所 障害者支援センター松が丘園	月額 17万6,500円から	①2月25日まで ②直接か郵送 〈後日面接あり〉		市社会福祉事業団 ☎042-750-1905





オリンピックを盛り上げよう

近未来技術研究会
公開講演会

オリンピックを
もっと楽しもう!
東京2020で
活躍する
近未来技術!

2020年に向けた技術革新についての講演を行います。
 時 3月13日(火) 午後6時~8時
 会 産業会館
 講 宇陀栄次さん(東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会チーフテクノロジーイノベーションオフィサー)
 定 200人(申込順)
 申 3月6日までに、電話で近未来技術研究会事務局(相模原商工会議所内 ☎042-753-8136)へ
 ※詳しくは、相模原商工会議所ホームページをご覧ください。

さがプロ
2020

知ってる?
ブラジル!
講座

東京オリンピックの事前キャンプを本市で行うブラジルについて、文化・生活・言語などさまざまな視点から紹介します。
 時 3月11日(日) 午前9時30分~11時30分
 会 大野南公民館
 対 市内在住か通勤・在学の高校生以上
 定 60人(申込順)
 申 3月7日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

市立博物館に行こう 市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日

プラネタリウム 新番組

子どもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 春の星座の物語
 時 3月3日(土)・4日(日)・10日(土)・11日(日) 午前11時
 プラネタリウム 春の星空模様
 時 3月3日(土)・4日(日)・10日(土)・11日(日) 午後1時30分
 プラネタリウム 太陽系総選挙~みんなの1番紹介します~
 時 3月6日(火)~9日(金)・13日(火)~16日(金) 午後2時40分
 3月10日(土)・11日(日) 午後3時50分
 ※観覧料など、詳しくは同館ホームページをご覧ください。



障害児のためのポニー乗馬

乗馬や世話を通して、心身のリフレッシュを図ります。

日にち	時間	会場	定員
3月10日(土) ・17日(土) ・24日(土)	午前10時~11時30分 午後3時30分~5時	相模原麻溝公園 ふれあい動物広場	各6人(抽選) ※参加は1人1回

対 市内在住で障害のある4歳~中学生で、保護者が同伴できる人
 申 2月24日~27日に、直接かファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号、希望日時、「障害児のためのポニー乗馬」と書いて、同広場(☎042-778-3900 ✉sagamihara@harmonycenter.or.jp)へ

基点と起点Ⅵ 桜美林大学芸術文化学群アートプロジェクト

卒業制作の作品を中心に、演劇や演奏会、ワークショップなどを開催します。



時 2月22日(木)~27日(火) 午前10時~午後5時
 (22日は正午から、27日は午後4時まで)★

会 アートラボはしもと

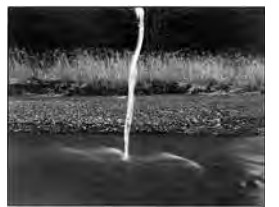
イベント名	日にち	時間	対象・定員
①カラフルとびだす! ぐす玉作り!	2月24日(土) ・25日(日)	午後1時~2時30分	小学生とその保護者 =各20組(申込順)
②カラフル絵馬を作る!	★の期間中		どなたでも =150人(先着順)
③音楽専修コンサート	2月24日(土) ・25日(日)	午後3時30分~3時45分	どなたでも =各20人(先着順)
④演劇専修舞台公演		午後3時50分~4時5分	

申 ①直接か電話でアートラボはしもとへ。②~④希望者は直接会場へ
 会 アートラボはしもと ☎042-703-4654

相模原市民ギャラリーアートスポット展示 PCSアーカイブス

勝又公仁彦 Unknown Fire / Phases s.v. 展

フォトシティさがみはら新人奨励賞歴代受賞作品から、第1回受賞者の作品を紹介。長時間露光を用いて撮られた夜景や、炎の写真を展示します。



「Unknown Fire」

時 4月1日(日)まで(3月5日(月)~9日(金)を除く)
 午前9時~午後8時

※土・日曜日、祝日等は午後5時まで

会 相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

ようこそ歴史の世界へ

企画展「軍都計画」と相模原

昭和10年代、陸軍士官学校をはじめ、多くの軍関係施設や民間工場などが相模原に移転してきた歴史に関する公文書などを展示します。

時 4月8日(日)まで 午前8時45分~午後5時
 休館日 月曜日、2月21日(水)、3月22日(木)
 会 市立公文書館

会 市立公文書館 ☎042-783-8053

「藤野のおひな様」展

藤野地域に伝わる大正以前のひな人形の由来や歴史について紹介します。

時 2月17日(土)
 ~3月25日(日)
 午前10時~午後4時
 会 吉野宿ふじや
 休館日 月曜日



会 市立博物館 ☎042-750-8030

同時開催

紙のおひな様作り体験

時 2月24日(土)、3月3日(土)
 ・17日(土)・24日(土)
 午後1時30分~3時
 ※希望者は直接会場へ

会 ふじの里山くらぶ
 ☎042-686-6750

勝坂遺跡周辺文化財探訪
磯部の古道と歴史をたどる

市民ボランティアの案内で、磯部地域の古道や養蚕信仰遺産、寺などを巡ります。

時 3月11日(日) 午前9時~正午
 集合・解散場所 史跡勝坂遺跡公園
 定 30人(申込順)
 申 3月8日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ

考古学講座 戦国時代の山城 津久井城
北条領国の城郭から津久井城をみる

発掘調査の成果を基に、小田原城を本城とする北条領国の支城の一つだった津久井城の特徴を解説します。

時 2月25日(日) 午後2時~4時

会 市立博物館

講 佐々木健策さん(小田原城天守閣学芸員)

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

会 市立博物館 ☎042-750-8030



小田原城の庭園遺構

尾崎弴堂記念館近現代史講演会 天野貞祐の業績
~津久井 鳥屋に生まれた哲学者・教育者~

大正・昭和期の哲学者・教育者で、戦後は文部大臣や獨協大学の創設者として活躍した天野貞祐について、武蔵野大学の貝塚茂樹教授が紹介します。

時 3月10日(土) 午後2時~4時

会 尾崎弴堂記念館

定 40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

会 市立博物館 ☎042-750-8030

講演会 縄文時代の社会と宗教

~考古学から見た関東地方の縄文時代 後・晩期社会について~

縄文人と動植物との儀礼的關係や、社会の変化、階層化の可能性について考えます。

時 3月10日(土) 午後1時~3時

会 旧石器ハテナ館

講 高橋龍三郎さん(早稲田大学教授)

定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

会 旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

情報あらかると

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

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

宮ヶ瀬湖マラソン大会に伴う交通規制

市営北岸林道が車両通行止めになります。ご協力をお願いします。

時 2月25日(日) 午前7時～午後1時
場 スポーツ課津久井地域班(☎042-684-3257)

子犬・子猫の譲渡会と飼い方等の相談譲渡会

時 3月4日(日) 午後1時～1時30分
(雨天決行)

対 市内在住の20歳以上で①譲りたい人
②欲しい人

①子犬・子猫は生後約2～5カ月で、1週間前までに市獣医師会所属の動物病院で健康チェックと駆虫(実費1,000円から)を受けてください。

②印鑑と健康保険証などの住所・氏名を証明できる書類、2,000円(マイクロチップ代・装着費用)が必要です。

※希望者は①午後0時45分②午後1時までに直接会場へ

飼い方等の相談

時 3月4日(日) 午後1時30分～2時
対 当日、譲渡会で子犬・子猫を譲り受けた人

会 衛生研究所の北側に隣接する建物
(中央区富士見1-3-41)

※愛犬・愛猫の同伴は不可
場 市獣医師会譲渡会事務局(まみや動物病院内 ☎042-753-6308)か生活衛生課

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歩行体験

時 3月4日(日) 午後2時～4時
会 市民会館講習室

対 市内在住か在勤・在学の人
定 30人(申込順)

申 2月28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

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

定時登録に伴う選挙人名簿・在外選挙人名簿の閲覧

対 選挙人名簿 平成12年3月2日までに生まれた人で、次のいずれかに該当し、同名簿に登録された人○29年12月1日までに市の住民基本台帳に記録され、30年3月1日まで引き続き記録されている○引き続き3カ月以上市の住民基本台帳に記録され、かつ転出後4カ月を経過していない
在外選挙人名簿 海外に転出し、引き続き3カ月以上滞在していて、在外選挙人名簿への登録申請をした人のうち、3月1日までに同名簿に登録された人

時 3月2日(金)～6日(火)
午前8時30分～午後5時

会 各区選挙管理委員会事務局
※閲覧希望者は、事前に各区選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。

場 各区選挙管理委員会事務局

区	電話番号
緑	042-775-8820
中央	042-769-9259
南	042-749-2117

※3日・4日は、市役所本館守衛室(☎042-754-1111)へ

※電話による登録の確認はできません。

分譲マンション無料相談

管理組合の運営や大規模修繕など
時 3月5日(月) 午後1時30分～4時30分
会 中央区役所市民相談室

対 市内分譲マンションか、分譲型の団地に住んでいる人=3組(申込順)

申 2月28日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

平成29年度 包括外部監査の結果を公表

テーマ 市の外郭団体に係る財務に関する事務の執行及び当該団体の出納その他の事務の執行について

閲覧場所 各行政資料コーナー・図書館
※市ホームページにも掲載

場 監査委員事務局

法改正によりNPO法人に関する事務手続きが変わります

10月1日から、毎事業年度終了後に貸借対照表の公告を行うことが義務付けられます。公告の方法を選択し、定款に定める必要があります。

※2月17日(土)に説明会あり(NPO法人へは1月中に通知を送済済み)

場 市民協働推進課

「まなびのパスポート」2018年度春学期生募集説明会

相模女子大学で開講している科目をいくつでも自由に受講できる制度について

※大学の単位は修得できません。

時 2月27日(火) 午前10時～11時

会 相模女子大学(南区文京)

定 60人(先着順) ※希望者は直接会場へ
場 同大学連携教育推進課(☎042-747-9563)

募集

委員を募集

①市教育振興計画策定委員会委員

同計画の策定について審議

任期 5月(予定)～平成32年3月

担当課 教育総務室 ☎042-769-8280

☐042-758-9036

☐kyouikusoumu@city.sagamihara.kanagawa.jp

②市食育推進委員会委員

食育の推進などについて審議

任期 委嘱の日から2年間

担当課 健康増進課 ☎042-769-8274

☐042-750-3066

☐kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp

※会議は年①5回程度②2回程度

対 市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

定 各3人(選考)

応募用紙配布場所 各担当課・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(市ホームページにも掲載)

申 3月①14日②16日(必着)までに、応募用紙を直接か郵送、ファクス、Eメールで各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

湘北建築高等職業訓練校の訓練生(建築大工)

期間 4月～平成33年3月の毎週土曜日

時 午前9時～午後5時

会 県立産業技術短期大学校(横浜市旭区中尾)

対 経験の浅い建築大工=30人(申込順)

費 年間18万円程度(入学金・月謝など)

申 3月15日までに、電話で同校事務局(県建設労連湘北地区協議会事務所内 ☎046-251-0990)へ

イベント

相模原SOHOイベント

経営の専門家による講演や交流会など

時 3月17日(土) 午後1時～5時

会 産業会館

対 経営者、個人事業者、創業・起業を目指す人=50人(申込順)

費 500円

申 3月13日までに、市産業振興財団ホームページから申し込んでください。

場 同財団(☎042-759-5600)

LCA国際小学校北の丘センターの催し

①ミニフリーマーケット出店者募集

時 3月18日(日) 午前9時～午後4時

対 市内在住か在勤の人

費 1,000円

※団体・業者の出店、食品類・生き物・手作り品などは販売不可。詳しくはお問い合わせください。

②春休み! 5Days水泳教室(全5回)

時 3月26日(月)～30日(金)

午前8時30分～9時30分

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円

定 ①7組②30人(抽選)

※①1組1区画(約3m×2m)

申 2月22日(必着)までに、往復はがき(①1組1枚②1人1枚)に5面上の必要事項と①は販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

対 小学生(新1年生を除く)

費 5,000円



レモンちゃん

イチオシ! みんなでランナーを応援しよう

相模原クロスカントリー大会2018

全国から集まったトップランナーたちが、クロスカントリー仕様のコースで熱いレースを繰り広げます。

時 3月10日(土) 午前9時から(小雨決行)

会 相模原ギオンスタジアム(ジョギングコース、ウッドチップコース)

※観戦希望者は直接会場へ

※当日のコースや競技の予定時間など、詳しくは市体育協会ホームページをご覧ください。

神野大地さんが ゲストランナーとして出場!

中学生①男子の部②女子の部に
参加(予定)

時 ①午前9時

②午前9時50分

トークショー

時 午前11時25分

～11時55分



神野大地さん

場 市体育協会 ☎042-751-5552

イチオシ! 食品ロスについて考える

講演会 潤水都市の食品ロス削減 ～「地元産」をPRし 食材に愛着を～

時 3月10日(土) 午後1時30分～3時30分

会 市民会館第1大会議室

講 上村協子さん(東京家政学院大学教授)ほか

定 120人(申込順)

申 2月20日～3月2日に、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

クイズで知ろう!

食品ロス

時 3月4日(日)

午前11時～11時30分、

午前11時40分～午後0時10分

※希望者は直接会場へ

フードドライブ

消費期限まで1カ月以上ある缶詰などの

食品を持ち寄り、NPOに寄付します。

時 3月4日(日) 午前10時～午後1時

※受け付けられない食品もあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

※希望者は食品を持って直接会場へ

場 橋本台リサイクルスクエア ※雨天時は3月11日(日)に延期

場 資源循環推進課 ☎042-769-8334



環境情報センターの催し

おもちゃもったいないセンター & おもちゃの病院

使わなくなったおもちゃと会場にあるおもちゃの交換や、壊れたおもちゃの修理
時2月25日(日)午前10時~午後3時
※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ

環境講演会
「地球にやさしいエコツアーって?」
時2月28日(水)午後7時30分~8時45分
定70人(申込順)

申2月27日までに、同センターホームページから申し込んでください。

問同センター(☎042-769-9248)

ソレイユさがみの催し

①さんかく広場~健康で楽しく、心豊かに生きるために~

おしゃべりをする気楽な交流の場「であいのサロン」の1年間のまとめの会
時3月12日(月)午前10時~正午
費200円(茶菓子代)

②あなたが描く理想の人生とワーク・ライフ・バランス

仕事と家庭の両立について経済ジャーナリストから学ぶ
時3月18日(日)午後1時30分~3時30分

③男女・世代の区別なく生き生きと暮らせる社会を目指して~パークゴルフで心と身体の筋力アップ~

ビデオによる説明と実技体験
時3月18日(日)午前9時30分~正午
会銀河アリーナ、キャンプ淵野辺留保地(淵野辺公園隣接地)

対小学校3年生以上
費300円

④子育ておしゃべりサロン

自分らしい子育てを見つける場
時3月19日(月)午前10時30分~正午
対1歳未満の初めての子とその保護者

定①50人②20人③30人④10組(申込順)
※①②未就学児(①2歳以上②1歳以上)の保育あり(要予約)

申直接か電話、ファクスに7面上の必要事項と、①②は保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢・性別)、④は子どもの月齢を書いて、同所(☎042-775-1775 FAX042-775-1776)へ

女性の起業応援事業

ソレイユゆめひろば プチマルシェ

女性作家による手作り品の販売
時3月13日(火)午前10時~午後3時
※希望者は直接会場へ

あじさい大学 学生交流作品展

今年度、同大学で学んだ学生の作品(書道、水彩画、油絵、陶芸、短歌など)を展示
時3月1日(木)~5日(月)午前10時~午後5時(1日は午後3時から、5日は午後3時まで)
会相模原市民ギャラリー
問市シルバー人材センター(☎042-754-1288)

シニアの地域活動マッチング相談会 ~一緒に地域で活動しましょう!~

地域活動をしている団体の活動紹介や、専門家による講演会など
時3月17日(土)午後1時30分~4時
会市民会館

対市内在住のおおむね50歳以上
申3月12日(必着)までに、直接か電話、郵送、ファクスに7面上の必要事項を書いて、地域包括ケア推進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9231 FAX042-769-5708)へ

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. Rows include ①ボウリング, ②アーチェリー, ③フライングディスク, ④陸上, ⑤陸上.

会①湘南とうきょうボウル(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及川球技場(厚木市及川) ④城山陸上競技場(小田原市城山) ⑤相模原ギオンスタジアム

対平成30年4月1日時点で、13歳以上の障害者(内部障害を除く。膀胱か直腸機能障害は可)

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 FAX042-759-4395 ①shougai-seisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

おわびと訂正
2月1日号8面に掲載した「お茶会~外国人との交流の広場~」の会場に誤りがありました。おわびして次のとおり訂正します。(誤)さがみはら国際交流ラウンジ(正)ソレイユさがみセミナールーム1
問シティセールス・親善交流課

講演・講座

定年後のライフプランセミナー

老後に想定しておきたい費用などについて、ファイナンシャルプランナーが解説
時3月6日(火)午後6時30分~8時30分
会サン・エールさがみはら
対市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)=15人(抽選)

申2月25日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに7面上の必要事項を書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX042-775-5515 ①sun-yell@ajisaimeitsu.or.jp ☎042-775-5665)へ

老人クラブ研修会「地域の支え合いで笑顔があふれるまちづくり」

時3月6日(火)午後1時30分~3時30分
会あじさい会館

講西村昌記さん(東海大学教授)
対市内在住の50歳以上=350人(申込順)

申3月2日までに、直接か電話、ファクスに7面上の必要事項を書いて、地域包括ケア推進課(☎042-769-9231 FAX042-769-5708)へ

研修講演会「大島・向原・小倉・葉山島地域のこれからのを考える」

時3月7日(水)午後1時~3時30分
会相模川清流の里 定50人(申込順)

申2月28日までに、電話で商業観光課(☎042-769-8236)へ

家族セミナー「立ちすくむ若者と家族が向き合うとき」

①若者の思い②若者活動報告会

時3月①10日(土)②17日(土) 午前9時30分~11時30分
会ソレイユさがみ

対ニート・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
定各70人(申込順)

申開催日前日までに、直接か電話でさがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

読み聞かせボランティア養成&ステップアップ講座

読み聞かせの心構えや技術について
時3月18日(日)午後1時30分~3時30分
会津久井中央公民館

対ボランティアとして活動しているか、今後活動を考えている人・団体
定50人(申込順)

申直接か電話で橋本図書館(☎042-770-6600)へ

パソコン教室

①PC無料体験②親子で学ぶ安全なPC・スマホ活用無料講座③子ども向けプログラミング講座

Table with 2 columns: 日にち, 時間. Rows include ①2月21日(水), 3月1日(木), ②2月23日(金), ③2月24日(土), 3月17日(土).

会産業会館
対①どなたでも②小・中学生とその保護者③小・中学生の初心者

定①③各日12人②12組(申込順)
費③各日2,500円

申電話で同館(☎042-704-9888)へ

NPO団体運営のための

①知っておきたい!労務の基本 ②伝わる!事業報告書の書き方

時3月①6日(火)②14日(水)午後2時~4時
会さがみはら市民活動サポートセンター

対NPO法人か市民活動団体の関係者
定各20人(申込順) 費各500円

申開催日前日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、団体名、①か②(両方も可)を書いて、同センター(☎FAX042-755-5790 ①sagami.sapo@iris.ocn.ne.jp)へ

ガーデニング教室~病害虫予防法や土づくり等の基礎編 寄せ植え体験付~

時3月10日(土)午前10時~正午
会横山公園野球場会議室

定16人(申込順) 費1,000円

申3月9日までに、直接か電話、ファクスに7面上の必要事項を書いて、同公園(☎042-758-0886 FAX042-758-0586)へ

日赤健康生活支援員養成講習会<全2回>

高齢者支援の基礎や、自立に向けた具体的な介護の知識と技術など

時3月24日(土)・25日(日) 午前9時30分~午後5時

会あじさい会館
対市内在住か在勤・在学の15歳以上

定30人(抽選) 費900円

申2月28日(必着)までに、往復はがきに7面上の必要事項と生年月日、性別、職業を書いて、日赤相模原市地区本部(地域福祉課内 〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9222)へ

※最終日の検定合格者は日赤健康生活支援員に認定されます。

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

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

カーリング〈全2回〉
 時 3月15日(木)・16日(金) 午後8時30分～10時45分
 対 中学生以上=50人(申込順) ※17歳以下は保護者同伴か送迎が必要
 費 各日1,000円
 申 3月1日から、直接か電話で同所へ

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名など	日にち	時間	対象	費用
①プリザーブドフラワー ～平らな器でアレンジ～ 申込期限 3月8日	3月15日(木)	午後1時～2時30分 午後3時15分～4時45分	18歳以上 (高校生を除く)	各 2,200円 (材料費含む)
②アンチドーピング 講習会	3月18日(日)	午前10時～正午	運動部や市スポーツ 少年団などに所属する 選手やその保護者、 スポーツ指導者など	500円
③ランニングクリニック	3月24日(土)		18歳以上 (高校生を除く)	1,500円

定 ①③各20人②40人(申込順)
 申 電話か、ファクス、Eメールに7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

〒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
短期体育〈全4回〉	2月25日～3月18日 の毎週日曜日	午後0時10分～1時	逆上がり が苦手な年長～ 小学校2年生	12人	2,000円
バタフライを泳ごう	3月3日(土)	午前11時30分～午後0時30分	バタ足で25m 泳げる小・中学生	40人	250円
初心者飛び込み〈全4回〉	3月3日～24日 の毎週土曜日	午後7時30分～9時	小学生～高校生	20人	4,000円
競泳スタート	3月5日(月)	午前9時30分～10時30分	18歳以上 (高校生を除く)	各 30人	1,000円
おためし フィン水泳		午後1時30分～2時30分			
水泳集中〈全4回〉	3月5日(月)～8日(木) 3月13日(火)～16日(金)	午後5時30分～6時30分	バタ足で 25m泳げる 小・中学生	各 40人	各 3,000円
個人メドレーを泳ごう	3月10日(土)	午前11時30分～午後0時30分			250円
ロングスイム水泳〈全2回〉	3月14日(水)・28日(水)	午後0時30分～1時30分	18歳以上 (高校生を除く)	各 30人	2,000円
しっかりバタフライ水泳〈全3回〉	3月15日(木)・22日(木)・29日(木)	午前11時30分～午後0時30分			3,000円
絵手紙	3月19日(月)	午前10時～正午			1,200円
はじめての ビーズアクセサリー	3月21日(水)	午前10時～午後1時	小学生以上 (小学校3年生以下 は保護者同伴)	各 20人	1,500円

申 直接か電話で同プールへ

市体育協会からののお知らせ

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

市民ダンスフェスティバル

時 3月3日(土) 午前11時30分～午後4時
 会 総合体育館
 対 市内か近隣市に在住でダンススポーツができる人=600人(申込順)
 費 1,000円(事前申し込み500円)
 ※希望者はダンスシューズを持って直接会場へ
 ※事前申し込みは、電話で市ダンススポーツ連盟の宇佐見さん(☎090-8088-1210)へ

市民ダンスフェスティバル

申 電話か、Eメールに7面上の必要事項(市内在勤・在学の方は勤務先か学校名)と講習会で学びたい体の部位を書いて、同協会へ

春休みジュニアボウリング教室〈全3回〉

時 3月27日(火)～29日(木)
 ①午前10時～正午②午後4時～6時

会場	電話番号
① 相模原パークレーンズ (中央区相模原)	042-755-1110
② 相模ファーストレーン (中央区相模原)	042-755-1088

対 市内在住か在学の小・中学生
 定 各20人(申込順) 費 各1,500円
 申 3月17日までに、直接か電話で各会場へ

平成30年度ねりんピック 富山大会選手選考会(弓道)

時 3月31日(土) 午前9時～正午
 会 北総合体育館
 対 市内在住で、平成31年4月1日時点で60歳以上
 申 3月27日(必着)までに、はがきに7面上の必要事項と生年月日を書いて、同協会へ

スポーツセミナー 「キネシオテーピング講習会」

時 3月25日(日) 午前9時30分～11時30分
 会 市体育館(市役所前)
 対 市内在住か市内在勤・在学のスポーツ指導者か保護者=50人(申込順)
 費 1,000円

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。

●油絵 毎月第2・第4木曜日午後1時、けやき会館。初心者歓迎・見学可 ☒鈴木(☎090-3963-1455)
 ●コーラス 毎月第1・第3水曜日午後1時30分、青少年学習センターほか。対象は中高年 ☒吉田(☎042-742-2093)
 ●絵画(油絵・水彩画) 毎週火曜日午前9時30分～午後4時の間で応相談、津久井生涯学習センター。見学可 ☒中谷(☎090-9676-7564)
 ●源氏物語の解説 毎月第2・第4金曜日午前10時、市民会館第2大会議室。見学可 ☒館入(☎090-2905-6996)
 ●社交ダンス 毎週日曜日午後2時、清新公民館ほか。初心者歓迎 ☒山田(☎090-6526-8482)

▶掲載の申し込み方法は毎月1日号でお知らせします

会費などは個別にお問い合わせください。

2018年 平成30年

広報 さがみはら

2/15

No.0095

毎月15日発行



みどり

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/midoriku/



緑区イメージキャラクター「ミウル」

区版

区の人口・世帯

人口 172,347人 (15増)
男 86,859人 / 女 85,488人

世帯数 72,751世帯 (44増)
平成30年1月1日現在 ()は前月との増減

発行/相模原市 編集/緑区役所区政策課
〒252-5177 相模原市緑区西橋本5-3-21
緑区合同庁舎内

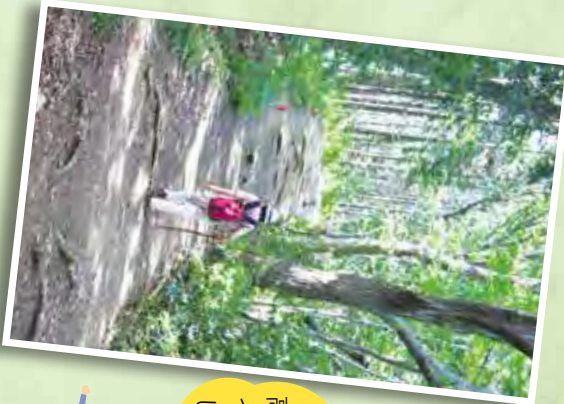
☎042-775-8802

絶景～龍籠山からの大パノラマ～

城山湖近くの龍籠山にある金刀比羅宮周辺から見る景色は、一見の価値あり。春の訪れはもうすぐ。春を探しに出掛けてみませんか。



城山湖周辺には自然を身近に感じられる約5kmの散策路があります。



散策路から高尾山へのハイキングも楽しめるよ。



松見平休憩所でゆったり。



東京スカイツリーを探してみてね。



シヨウビダキ

「かながわの探鳥地50選」に選ばれている城山湖。日本野鳥の会の権守さんによると、シヨウビダキが見られる時もあるそうです。

晴れた日には都心のビル街や東京スカイツリー、横浜ベイブリッジ、ランドマークタワーなどが望める絶世の光景です。

市観光マイスター 柳川さん

観光マイスターが伝える！オススメポイント



散策路に佇む文学碑

城山湖散策路を歩くと、道中に「加藤武雄文学碑」があります。この碑は大衆文芸作家の加藤武雄さんを記念して建てられました。加藤さんは明治21年に旧津久井郡川尻村に誕生し、相模川周辺の美しい風景を舞台にした『幽ましき春』などの作品を執筆しました。



本沢梅園まつり開催!

本沢梅園(川尻財産区)には約1,000本の梅の木があります。梅の花の開花に合わせて、本沢梅園まつりが開催されます。特産品が販売されるほか、地元のお囃子や太鼓などの演奏が披露されます。

3月10日(土)・11日(日) 午前10時～午後3時

本沢梅園管理棟前広場

※本沢梅園の一般開放は3月3日(土)～18日(日)です。

園 城山観光協会 ☎042-783-8065



広報さがみはら区版 100号まであと5号!

緑区特設サイト HP

すもうよ緑区 検索



LINE「ミウル」 ID:@miuru



Twitterアカウント「ミウル」 @miuru_midori

Facebookページ「ミウル」 @miuru.midori



2018年 平成30年

広報 さがみはら

2/15

No.0095

毎月15日発行

ちゅうおう 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/

区の人口・世帯

人口 271,644人 (6増)
男 136,573人 / 女 135,071人

世帯数 119,825世帯 (79増)

平成30年1月1日現在 ()は前月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 中央区役所区政策課
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15
市役所本庁舎内

☎042-769-9802



子どもと一緒に遊べる場所はないかな

他の子に比べて、うちの子の成長が気になる

離乳食の作り方や栄養バランスの良いメニューを知りたい

気軽に話せるママ友が欲しい

気軽に集まって楽しく交流!

親子の集いの場

育児は分からないことだらけ、さまざまな不安や悩みを一人で抱え込んでいませんか。そんなときには、皆さんの身近にあるこどもセンターや公民館、保育所などで開催している「ふれあい親子サロン」や「子育て広場」などに出掛けてみてください。気掛かりなことも気軽に相談できます。

「ひとりではなんだか心細い」と思っているあなた。心配いりません。このスタッフもあなたを温かく迎えてくれます。さあ、一歩踏み出してみましょう。



ふれあい親子サロン
音楽に合わせた親子体操の様子

ふれあい親子サロン

毎月1回(8月を除く)、こどもセンターで保育士による親子遊び、保健師による育児相談、身体計測などを行っています。
※開催日時や場所など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎042-769-9811



古賀香菜子さん
一樹くん

情報交換したり、先輩ママにその時々悩みを聞いたりできるので、よく参加しています。

保育士さんが手遊びや離乳食のメニューを教えてくださいるので、とても助かっています。

参加する前は初対面の人と話せるか不安でしたが、参加してみたら自然と話すことができました。

一人で子育てを頑張っているママたちには一歩踏み出して、参加してみたいです。



今坂更紗さん
太一くん



ふれあい親子サロン
スタッフ 主任児童委員
市川るみ子さん

初めは緊張するかもしれませんが、リラックスして楽しめるようスタッフがサポートしますので、ぜひパパもママも子どもと一緒に遊びに来てください。

また、私たち民生委員・児童委員は、普段も子育てに悩む家庭を支援しています。気軽に声を掛けてください。

子育てサロン

楽しみながら仲間づくりができるよう、親子でできるゲームなどを公民館や自治会館で、毎月1・2回開催しています。

※開催日時や場所・内容など、詳しくは市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

☎042-704-6275

「ふれあい・子育てサロン一覧」をクリック!

子育て広場

親子で気軽に遊んだり、保護者同士でおしゃべりしたりできる集いの場を、こどもセンター(区内では上溝南・星が丘を除く)で週に1~5回開催しています。

こどもセンターの他に、バンビのぼれぼれ広場(鹿沼台)、子育てサロン&交流広場かみみぞ ひだまり(上溝)や、保育所などでも開催しています。

※開催日時や場所など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

困ったときは、ここに連絡しよう!

妊娠から子育て期の総合相談

妊娠・出産から子育て期のあらゆる相談を受け付けます。

☎042-769-9221

地域で行われている子育て支援サービスを知りたい

「さがみはら子育て支援者ネットワーク」に登録している団体・個人の情報を市ホームページに掲載しています。

☎042-769-9811



子どもの送迎や預かりなど、子育ての手助けを受けたい

利用するには事前説明会(予約制)への参加と登録が必要となります。説明会の日程は市ホームページでチェック!

☎042-730-3885



休日や夜間に子どもが体調を崩したら

☎045-722-8000

毎日 午後6時~午前0時

☎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

子育てについて知りたいときは

子育て情報満載! 子育てガイド

こどもセンターや公民館などで配布しています。

おなかの赤ちゃんや産後の子どもの成長に合わせた情報、市の子育て支援情報をメールでお届けします!

タイムリーなお知らせがメールで届くさがみはら子育てきずなメールへの登録は、市ホームページをご覧ください。

☎042-769-9811



2018年 平成30年

広報 さがみはら

2/15

No.0095

毎月15日発行

みなみ 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/minamiku/

区の人口・世帯

人口 278,697人 (380増)
男 138,323人/女 140,374人

世帯数 127,054世帯 (228増)

平成30年1月1日現在 ()は前月との増減

発行/相模原市 編集/南区役所区政策課
〒252-0377 相模原市南区相模大野5-31-1
南区合同庁舎内

☎042-749-2134

地区優秀賞 ②麻溝地区 ⑧八景の棚



『夕暮れ時』 佐藤千夏さん

講評 一日の終わりを、沈む夕日で表現しています。画面から受け取る限り、きっと良い一日であったことでしょう。手前に影の稜線を入れたことで、夕焼けを強調し、画面も締まって見えます。

地区優秀賞 ③大野中地区 ⑩木もれびの森



『晩秋の兆し』 諏訪一紀さん

講評 タイトルどおり、木もれびの森の晩秋の気配がきれいに出ています。人物を小さめに写すことで、主題が背景であることがはっきりします。葉の黄と落葉の茶の配色がこの季節を感じさせてくれます。

地区優秀賞 ④大野南地区 ⑥相模大野駅陸橋



『私の大好きな思い出たっぷりな場所』 後藤洋子さん

講評 明るめの空の下、暗い画面下半分にライトの点灯した電車が一分の狂いもなく、写し込まれた配置が素晴らしいです。線路が夕日に光っているところもポイントです。

地区優秀賞 ⑤東林地区 ④東芝林間病院前



『新たなスタート』 塩谷憲司さん

講評 これまで東林地区の作品は阿波踊りが続きましたが、今回は新しい命を取り上げた作品となりました。身の回りをよく見ると素晴らしい対象に出会うものです。そんなことも教えてくれています。

イチ押し人気投票賞 ⑨麻溝地区 ⑧八景の棚



『八景の棚一冬』 坂上和正さん

講評 冬の風景を上手に取り込むことができました。雪を被った大山も美しいのですが、それ以上に前景の寒椿が主題となって見事に輝いています。煩雑になりがちな景観をさり気なく整理する技量が見事です。

第6回 南区私のイチ押し写真 受賞作品発表!!

南区在住・在学・在勤か南区で活動している人から南区の魅力や風物詩をテーマとする作品を募集したところ、70点の応募がありました。南区在住の写真家・高橋ざいichさんの審査により「イチ押し写真大賞」、「地区優秀賞」が選出され、写真展に会場した皆さんによる投票で「イチ押し人気投票賞」が決定しました。

受賞作品 撮影ポイント



地区優秀賞 ⑥相模台地区 ⑥相模台4丁目



『春の散歩道』 高橋豊吉さん

講評 梅の花に囲まれた素晴らしい散歩道です。画面右上に枝を入れ、左下に立木を置く上手な構図です。道路を斜め右上に入れ込んだことも良い結果となりました。カメラを構える場所の選択が的確でした。

地区優秀賞 ⑧新磯地区 ⑩新磯の水田



『かかしの主張』 森 由美さん

講評 新磯地区らしい作品です。馬乗りになったかかしの姿も少し珍しく思います。背景に住宅があることで、地域性や生活感も同時に伝わります。被写体にグッと近づき大きく写したことが成功の秘訣でしょう。

イチ押し写真大賞

『真夏の夜のファンタジア』 今井敏夫さん

講評 相模原公園の温室建物を夢の世界のように仕上げてくれました。建物の緑、空の青とのコラボレーションが雰囲気を作り出し、噴水とタワーを取り入れ、構図も整っています。



高橋ざいichさん

今回の写真展に応募いただいた作品は、これまで以上に主題を見つけ出す作者の鋭い感覚が見て取れました。特に入賞作品は、景観の素晴らしさ、集う人々の楽しい会話、生活の中での思い出、自然環境への感謝など、本コンテストのコンセプトである「風景・行事・文化の発見」を通して、広く地域の人たちに南区を知っていただくのに不足のないものであると感じています。

☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

地区優秀賞 ⑦相模台地区 ④相模台駅前公園



『輝く相模台』 DIAGOさん

講評 イルミネーションの下に集う人たちの会話が聞こえてくるようです。商店街のイベントのようで、地域の人の輪を感じます。撮影するには難しい条件ですが、良く撮れています。

南区合同 高齢者支援センターまつり

落語、脳トレ、握力などの測定や、薬剤師からのアドバイス、高齢者支援センター職員による介護・健康相談などを行います。

ぜひお立ち寄りください(プレゼントあり)。

時 3月16日(金) 午後1時30分~3時30分

会 南区地域福祉交流ラウンジ

ボーン相模大野ノースモール2階

☎ 近くの高齢者支援センターか、大野南高齢者支援センター ☎042-767-3701

女子美術大学の学生による企画展示「南区と行こう」を実施

ボーン相模大野2階ボーンウォークに面している南区インフォメーションBOXで、女子美術大学の学生が感じた「南区の魅力」を発信するディスプレイを展示しています。6回目となる今回は、JR相模線をテーマに、開業当時、相模鉄道として走っていた蒸気機関車から銀河鉄道をイメージしています。車窓からは南区の魅力スポット「相模の大風」、「商店街」、「たまご街道」、「木もれびの森」が飛び出し、魅力あふれる南区を表現しています。



☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



みんな元気！ さがみはら 子どもから大人まで笑顔で楽しく健康づくり

ウェルネス通信

広報 **さがみはら** 別冊

子育て・保健・介護予防事業案内

No.1379

平成30年(2018年)

2/15

主な実施会場

① ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
② 緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
③ シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
④ 南保健福祉センター	南区相模大野6-22-1
⑤ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
⑥ 津久井保健センター	緑区中野613-2
⑦ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
⑧ 藤野総合事務所	緑区小淵2000
⑨ 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 健康増進課	☎042-769-8322
⑥ 緑保健センター	☎042-775-8816
⑦ 緑保健センター(津久井)	☎042-780-1414
⑧ 中央保健センター	☎042-769-8233
⑨ 南保健センター	☎042-701-7708
⑩ こども家庭課	☎042-769-8345
⑪ 緑子育て支援センター	☎042-775-8829
⑫ 中央子育て支援センター	☎042-769-8222
⑬ 南子育て支援センター	☎042-701-7710
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。

ぴよぴよサロン

約2,000g未満で生まれたか、運動発達が緩やかな乳幼児とその家族の交流サロン

日にち	時間	会場	申込
3月2日(金)	午前10時～11時	南	⑬
3月9日(金)		ウ	⑫
3月23日(金)		緑	⑪

乳幼児とその家族
※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要

離乳食教室(モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習、試食、相談会

日にち	時間	会場	申込
3月6日(火)	午後1時～2時15分	ウ	⑮
3月13日(火)	午後2時45分～4時	南	
3月26日(月)		緑	

平成29年6～7月生まれの子の保護者とその家族
定員各15人(申込順。初めての子の保護者優先)

産後ママのエクササイズ

産後の日常生活に取り入れることができる運動体験

日にち	会場	定員(申込順)	申込
3月6日(火)	南	10組	⑨
3月16日(金)	緑	15組	⑥

午前10時～正午
産後4カ月～おおむね6カ月の女性(初めての優先)
※4カ月～おおむね6カ月の乳児同伴可(保育なし)

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
4月13日(金)・20日(金)	ウ	⑮

午後1時30分～4時
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

午前10時～11時15分
乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ

日にち	会場ほか
3月1日(木)	鹿島台、新磯
3月2日(金)	上溝南、星が丘
3月6日(火)	向陽、大野南
3月7日(水)	大野台、相武台
3月8日(木)	相模台
3月9日(金)	大島、橋本
3月13日(火)	藤、清新、田名、富士見、鶴園中和田
3月14日(水)	津、横山、並木
3月15日(木)	城山、大野北、上鶴間、麻溝

◎こどもセンター
◎栄養士による栄養相談もあり

親子で歯っぴいちゃんじ大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
3月5日(月)	南	各20組	⑮
3月13日(火)			
3月6日(火)	ウ	30組	⑮
3月9日(金)			
3月26日(月)	緑		

午前10時～11時30分
29年1～5月生まれの子の乳児とその家族

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	
成人健康相談 母子保健相談(保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)	緑	⑨	成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子どもの健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※津湖藤城は来庁相談のみ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬	
	月・木曜日		ウ			
	火曜日		湖			
	水曜日		藤			
	金曜日		城			
生活習慣改善相談(保健師・栄養士・健康運動指導士)	3月16日(金)	午前9時～9時30分	南	⑨	生活習慣病予防のための個別相談や各種測定 定員各5人(申込順) ※参加者が2人以下の場合は開催を中止することがあります。	
	3月19日(月)	10時～10時30分	ウ	⑧		
	3月22日(木)	午後1時30分～1時45分 2時～2時30分	津	⑦		
母と子の栄養相談(管理栄養士等)	3月5日(月)	午前9時～11時30分	緑	⑪	乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳	
	3月19日(月)		南	⑬		
	3月26日(月)		ウ	⑫		
健康チェック～19歳から39歳のあなたへ～	3月7日(水)	午前9時～10時	ウ	⑤	診察、基本検査(身体測定、尿・血液検査、胸部X線、心電図)と保健指導 定員40人(申込順) 費4,910円 ※健康診断書の発行や労働安全衛生法に基づく定期健診などは行っていません。	
不妊・不育専門相談	3月13日(火)	電話相談	午前9時～11時30分		⑩	
		面接相談	午後1時～3時30分	会ウ	⑩	
電話歯科相談(歯科医)	月～金曜日(祝日等を除く)	午前9時～11時			口の健康に関する相談 ※治療内容に関する相談は受け付けません。 ※健診などにより歯科医師が不在の場合もあります。 ⑤	
歯科健康相談(歯科衛生士)	月～金曜日(祝日等を除く)	午前9時～午後3時30分	緑 ウ 南	⑤	ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談や、すぐに測れる口の元気度チェック ※申込時に日時、会場を調整します。	
かんがる～歯科健診(歯科医)	※日程はお問い合わせください。		会緑ウ南城津湖藤		⑩	障害のある乳幼児
HIV(エイズ)等の検査・相談	2月17日(土)	午後2時～3時45分	橋	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) 定員各12人(申込順)	
	2月20日(火)	午前9時～11時15分	ウ			
HIV(エイズ)即日検査	2月27日(火)	午前9時～10時30分	ウ	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) 定員15人(申込順)	
がん体験者による無料相談がんピアサポート	3月11日(日)	午前10時～午後3時	南	⑤	がん体験者による自らの体験を基にした相談 がん患者やその家族 定員各4組(申込順。各組1時間)	
	3月25日(日)		ウ			

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)には、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



松井美路子オペラ&ビッグママ・プロジェクト～音風景をあなたに～ 聴いて見て得する・芸術を通して認知症予防になる脳の活性化を!!

認知症予防につながる音楽療法のイベントです。

時 3月18日(日) 午後2時～4時15分

第1部 参加型の音楽プログラム

第2部 オペラ『カルメン～運命の女～』の日本語ダイジェスト上演

会 総合学習センター

対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)

定 130人(申込順)

費 600円

申 2月16日～3月14日に、直接か電話で同センター(☎042-756-3443)へ



松井美路子さん



発達障害啓発講演会 「発達障害の正しい理解とライフステージを見通した支援—医師として、支援者として、父親として、大切にしてきたこと—」

療育、教育、保育、家庭などでの支援について講演します。市自閉症児・者親の会による作品展や、市立図書館にある関連書籍の紹介コーナーもあります。

時 3月4日(日) 午後1時30分～4時30分

会 あじさい会館

講 市川宏伸さん(日本自閉症協会会長)

定 300人(申込順)

申 3月2日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※詳しくは、市発達障害支援センターホームページをご覧ください。



口腔がん健診～口腔がんについて理解を深め予防しましょう～

予防方法についての簡単な講義と、口腔粘膜の状態を診査します。

時 3月18日(日) 午前9時～午後5時

※受診時間の希望・変更はできません。

会 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)

定 120人(抽選)

費 500円(70歳以上など一部の人は免除あり)

申 3月1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、「口腔がん健診」と書いて、健康増進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8322)へ

※虫歯、歯周病の検査は行いません。

※口腔粘膜の状態によって、専門機関へ紹介します。



バンビのぼれぼれ広場講座

さらしおんぶ体験

災害時などにも役立つ、さらしの使い方を紹介します。

時 3月12日(月) 午前10時30分～11時30分

対 子育て中の保護者と妊婦

バンビのぼれぼれ広場deブックチャンス

読み聞かせや手遊び歌など、たくさんの絵本に触れて楽しめます。

時 3月7日(水) 午前10時45分～11時45分

対 未就園児とその保護者

..... 共 通

定 各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(☎042-776-2286)へ



さがみはら わかち合いの会 (自死遺族の集い)

同じ体験をした人同士で語り合う場です。匿名で話を聞くだけの参加もできます。

時 3月8日(木) 午後2時～4時

会 社のホールはしもとセミナールーム2

対 家族など大切な人を自死(自殺)で亡くした人

定 20人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎精神保健福祉センター ☎042-769-9818



健康づくり講座 「歌って笑って 体操で心と体の健康づくり」

ラジオ体操指導者の長野信一さんと元気に体操した後、作曲家の杉本龍之さん指導の下、会場全体で合唱します。

時 3月10日(土) 午後1時～4時

会 相模女子大学グリーンホール(市文化会館) 多目的ホール

対 市内在住か在勤・在学の人

定 100人(申込順)

申 3月4日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



ひろめよう! 認知症サポーターの輪～市キャラバン・メイト活動報告会～ 認知症になっても安心して暮らせる「相模原」へ

「認知症にやさしいまちづくり」を目指して、認知症サポーター養成講座の講師(キャラバン・メイト)が、活動報告やパネルディスカッションを行います。

時 3月10日(土) 午後2時～4時30分

会 あじさい会館

定 350人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎市キャラバン・メイト連絡会事務局

(地域包括ケア推進課内)

☎042-769-9249



市民公開講座 「経絡ストレッチと自律神経を整えるエクササイズ」

生活習慣から起こる体のゆがみを正すためのストレッチとエクササイズを行います。

時 2月25日(日) 午前9時30分～11時30分

会 ソレイユさがみ

定 50人(申込順)

申 電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、相模原鍼灸マッサージ師会事務局(相模在宅療養センター内 ☎042-700-2682 ☎042-700-2683)へ



生活習慣病改善 健康体操教室

時 3月15日(木) 午後1時30分～3時

会 名倉グラウンド

対 施設利用者か、市内在住の人

定 30人(申込順)

費 500円

申 3月10日までに、直接か電話で同グラウンド(☎042-687-4782)へ



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17日(土)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	橋本駅 ペDESTリアン デッキ下
2月18日(日)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	相模大野 駅前通り (コリドー通り)
2月28日(水)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
3月2日(金)		

※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。

☎地域保健課 ☎042-769-8343

急病 などで困ったときは (電話番号をよく確かめて)

まずは、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。

※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(保険証などがな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

(翌日が平日の場合、受け付けは翌朝8時まで)

※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。

