

さがみ らら

広報

NO.1390
毎月
1日・15日発行
8/1
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 確認しよう ハザードマップ 2
- 認定こども園 9月から新たに2歳児を受け入れ 2
- みんなで守ろう みんなの道路 3
- 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**

市の人口・世帯
人口 **723,360人(147減)**
男 361,914人 女 361,446人
世帯 **322,525世帯(177増)**

平成30年7月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

大阪府北部を震源とする地震と、平成30年7月豪雨災害への義援金にご協力を

6月18日に発生した大阪府北部を震源とする地震と、7月に発生した西日本を中心とした記録的な豪雨により被災された人を支援するため、義援金を受け付けます。被災された皆さんへのご支援とご協力をお願いします。

受付期間 **地震** 9月28日まで **豪雨** 12月28日まで
(土・日曜日、祝日等を除く)

受け付け方法 ①現金を直接受付窓口へ ②電話で振込先の金融機関を案内(指定の機関の場合、振込手数料は無料)
☎日本赤十字社相模原市地区本部(地域福祉課内) ☎042-769-9222

受付窓口
地域福祉課、緑区役所区政策課、南区役所区民課、各まちづくりセンター
(橋本・本庁地域・大野南を除く)

絵本から始まる、

心ふれあうひととき

全ての子どもと、その周りにいる大人たちが一緒に温かい時間を過ごすきっかけになるよう、4カ月児健康診査後の絵本の読み聞かせに加えて、新たに2回にわたって絵本をプレゼントします。絵本を通して、お子さんと心触れ合う楽しいひとときを過ごしてみませんか。

☎こども家庭課 ☎042-769-9811

絵本でコミュニケーションを!

“絵”やリズムのある“ことば”があふれる絵本は、優しく語りかけ、心を通わせるひとときを、誰でも自然につくりだせるツールです。また、絵本はお気に入りのおもちゃのように、何度も楽しむことができ、赤ちゃんの頃は、かじったりなめたり、少し大きくなってからは、さまざまな世界を知るきっかけになります。お子さんと一緒にたくさん絵本に親しんでください。

図書館では
楽しいおはなし会も
行っています。

最初の1冊!

**ブックスタート
事業**
(えほんdelはっぴい)

次の2冊のうち
1冊を
プレゼントします。

読み聞かせ&プレゼントの流れ

- ①4カ月児健康診査受診券と絵本引換券が郵送で届きます。
 - ②健康診査を受診します。
 - ③受診後、親子1組に対し、子育てサポーターが読み聞かせを行います。
 - ④その場で引換券を渡します。
- ☎平成30年4月1日以降に生まれた子



じゃあじゃあびりびり
作・絵：まついのりこ
偕成社



くっついた
作：三浦太郎
こぐま社

2回目は図書館で!

**セカンドブック
事業**

次の3冊のうち
1冊を
プレゼントします。

プレゼントの流れ

- ①2歳6カ月児歯科健康診査受診券と絵本引換券が郵送で届きます。
 - ②図書館などで引換券を渡します。
- ※健康診査を受ける前でも、絵本はもらえます。
☎28年3月1日以降に生まれた子



やさいのおなか
作・絵：きうちかつ
福音館書店



おばけのバーバパパ
作：アネット=チゾン、
タラス=テイラー
訳：やましたはるお
偕成社



ぞうくんのさんぽ
作・絵：なかのひろたか
レタリング：なかのまさたか
福音館書店

子ども・若者未来基金

子ども・若者の育成支援などをするために募っており、その一部は絵本の購入にも充てています。寄付の方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。☎042-769-8315へお問い合わせください。

確認しよう ハザード マップ



災害時の避難行動に役立てるために、日頃から、災害の恐れのある場所や避難場所、気象情報・避難情報の入手方法などを確認することが重要です。

○土砂災害ハザードマップ ○洪水ハザードマップ ○浸水(内水)ハザードマップ

閲覧場所 危機管理課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)

※地区によって在庫状況が異なるため、まずはお問い合わせください。

※市ホームページにも掲載

また、備蓄品や非常持出品も準備しましょう。

関危機管理課 ☎042-769-8208



認定こども園 9月から 新たに2歳児を受け入れ

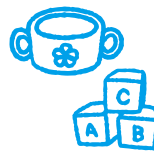
名称	対象	定員	開所時間	所在地	電話番号
認定こども園 杜の光 (大沢幼稚園)	平成27年4月2日 ～28年4月1日 生まれ	3人	月～金曜日 (祝日等を除く) 午前8時 ～午後6時30分	緑区 上九沢 267	042-762-4389

利用申込案内の配布場所

保育課、各子育て支援センター・保健福祉課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・認定こども園・認可保育所など

※市ホームページにも掲載

※入園申し込みには、必ず同園の事前見学が必要です。



☎8月10日(必着)までに原則郵送で、必要書類を保育課利用申込事務センターへ

※保育(3号)認定での利用になります。利用条件や申し込み方法など詳しくは、利用申込案内をご覧ください。

関子育て支援センター ☎042-775-8813

8月31日 まで 児童扶養手当の認定を受けている人へ 現況届を提出してください

支給停止中の人も含め、必ず本人が提出してください。現況届を2年間提出しない場合は、手当を受けることができなくなります。

※必要書類や受付場所など詳しくは、7月中旬に送付した通知をご覧ください。

◆全部支給所得制限の限度額が変わります

8月分(12月支給分)以降、満額分の手当を受け取れる所得制限の基準が引き上げられ、一部支給の人の支給月額が増額する場合があります。

※詳しくは、今後通知される平成30年度の現況届の結果をご覧ください。

◆児童扶養手当の申請をしていない人は早めの申請を!

対 母子・父子家庭か、父母に代わって児童を養育している人

手当対象期間 児童が18歳に達する日以後最初の3月31日まで(一定以上の障害がある児童は20歳の誕生日の前日まで)

必要書類 請求者と対象児童の戸籍謄本など

申 各子育て支援センター・保健福祉課へ

関市コールセンター ☎042-770-7777

就学移行支援説明会



小学校就学にあたり、子どもの特性や支援内容を就学先に伝える取り組みについて説明します。

日にち	会場	時間	対象・定員
9月21日(金)	ウェルネスさがみはら	午前10時 ～11時	未就学児の保護者 各50人(申込順)
10月9日(火)	緑区合同庁舎		
11月13日(火)	南保健福祉センター		
12月1日(土)	ウェルネスさがみはら		

☎電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ

子どもの居場所総合相談窓口を開設

子ども食堂や無料学習支援などの「子どもの居場所づくり」を応援します。

時 月～金曜日(祝日等を除く) 午前9時～午後5時

対 「子どもの居場所づくり」を新たに始めたい人や、支援したい人

所在地 中央区富士見6-1-20 あじさい会館2階(市社会福祉協議会内)

関市社会福祉協議会中央ボランティアセンター ☎042-786-6181

はたちのつどい

時 平成31年1月14日(祝)

対 平成10年4月2日～11年4月1日に生まれた人

※対象者には、11月中旬に案内状を送付します。



住んでいる区・地区(一部公民館区)	時間	会場
緑区	大沢・津久井	杜のホール はしもと
	橋本公民館区★、藤野	
	相原公民館区★、城山・相模湖	
中央区	上溝・田名・横山・星が丘	市民会館
	中央・清新・光が丘	
	大野北・小山	
南区	麻溝・大野南・東林・新磯	相模女子大学 グリーンホール (市文化会館)
	相模台・相武台・大野中	

★橋本地区は対象者が多いため、橋本公民館区、相原公民館区に分けています。

※会場は、原則として住んでいる地区を案内しますが、違う会場や時間に変更の手続きをしないで出席することもできます。市外に転出した人も出席できます。

◆「はたちのつどい」実行委員募集

式典に出席するだけでなく、「思い出に残る成人式を企画したい」「故郷を盛り上げたい」という新成人が集まり、式をつくります。あなたも参加してみませんか。

☎8月31日までに、電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「はたちのつどい」と書いて、こども・若者支援課(☎042-769-8289) ☒kw-shien@city.sagamihara.kanagawa.jpへ

リサイクルスクエアで新規事業がスタート

◆市民4R掲示板

家庭の不要品や4R活動(ごみの減量化や資源化など)の情報が交換できる掲示板を、麻溝台リサイクルスクエアに設置しました。

掲示できる内容

○家庭の不要品譲渡の申し出と依頼

○市民か、市民で構成される団体の4R活動に関する情報

掲示期間 最長2カ月

対 市内在住の中学生以上

※橋本台リサイクルスクエアでの開始時期については、今後改めてお知らせします。

◆おもちゃの修理体験

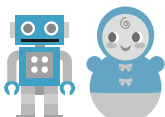
「おもちゃの病院」開院時に、用意されたおもちゃを使って修理体験ができます。

日にち	会場
第1日曜日(1月を除く)	橋本台リサイクルスクエア
第3日曜日	麻溝台リサイクルスクエア

時 午前9時～正午(受け付けは午前11時30分まで)

※おもちゃドクターによるおもちゃの修理を依頼する場合は1人2点まで。部品代は有料

関資源循環推進課 ☎042-769-8334



平和への祈り

平和を願って黙とうを

原爆が投下され、多くの尊い命が失われました。世界恒久平和と戦争犠牲者の冥福を祈り、1分間の黙とうをお願いします。

	日にち	時間
広島	8月6日(月)	午前8時15分
長崎	8月9日(木)	午前11時2分
終戦	8月15日(水)	正午

市慰霊塔での戦没者の追悼

時 8月15日(水) 午前11時～午後2時 ※希望者は直接会場へ

会 市慰霊塔

市慰霊塔での戦没者の合祀

時 10月6日(土)

☎8月31日までに、合祀を希望する遺族は戦没者の遺品などを持って直接、地域福祉課へ

関地域福祉課 ☎042-769-9222

街美化アダプト制度を利用してみませんか? ～クリーンアップさがみはら～

市民の皆さんが自発的に行う美化活動(公園や緑地、道路、河川敷などの清掃)を支援する制度です。市民と市の協働によるまちづくりとして709カ所で505団体が活動しています。

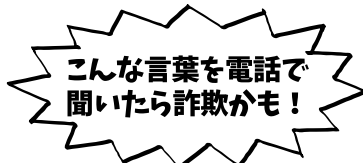
対 5人以上の団体

※内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

関市民協働推進課 ☎042-769-8226



こんな詐欺にご注意ください!



「急にお金が必要! 用意して!」
「キャッシュカードを預かります」
「ATMで医療費を還付します」



◆留守番電話設定のお願い

犯人は留守番電話を嫌います。留守番電話設定を常に作動させ、留守番電話が作動する前に電話を取らないようにしましょう。併せて、迷惑電話防止機能付き機器の購入を検討しましょう。

関相模原警察署 ☎042-754-0110 **相模原南警察署 ☎042-749-0110**
相模原北警察署 ☎042-700-0110 **津久井警察署 ☎042-780-0110**



8月は
道路ふれあい月間

みんなで守ろう みんなの道路

道路課 ☎042-769-8359

道路は誰もが安心して通行できるよう、大規模保守から身近な場所の点検まで、さまざまな取り組みによって安全に保たれています。

橋を安全に使い続けるために～橋りょうの点検・修繕をしています～

安全に長期間利用するためには、造った後のメンテナンスが必要です。
市内677カ所の橋を5年のサイクルで点検し、必要に応じて修繕や架け替えなどの措置をしています。

点検用車両などを使って目視点検

橋の下では…

コンクリートでも風雨にさらされたり、通行車の荷重が繰り返しかかると、少くも劣化していきま。早期発見・措置するためには、定期的な点検をして橋の状況を把握しておくことが大切です。

要修繕箇所の例

コンクリートが剥げ落ち、中の鉄筋が見えています。劣化が進むと、コンクリート片が落下する危険や、橋の構造にまで影響が出る可能性があります。

図1
コンクリートの劣化部分を削り取り、モルタルを塗って修復します(図1)。その上からさらに樹脂を塗って表面を覆います(図2)。

図2
これで、コンクリート片の落下防止対策が取れて、橋の長寿命化にもつながります。

メンテナンスサイクル 5年周期

診断 → 点検 → 措置 → 記録 → 診断

点検・修繕結果を記録し、また5年後に点検を行います。

道路に「あぶない!」を見つけたら市へ連絡を

こんな場所はありませんか



道路の危険箇所などの相談は、各地域の土木事務所へ

緑土木事務所	☎042-775-8818
城山班	☎042-783-8151
中央土木事務所	☎042-769-9235
南土木事務所	☎042-749-2211
津久井土木事務所	☎042-780-1417
相模湖班	☎042-684-3252
藤野班	☎042-687-5512

「パッ!撮るん。」
アプリなら24時間
通報できます!



道路はみんなの財産です～広く快適に使おう～

知らないうちに道路をふさいでいませんか。道路をきれいに使うことは、皆さんの生活の向上や、安全を守ることにもつながります。

自分の家を再確認してみましょう!

- 道路に私物(段差解消ブロック、自動車、自転車、看板など)を置いていませんか。
- 生け垣や庭木が道路にはみ出ていませんか。



旧石器ハテナ館の催し

旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

毎月第3日曜日は体験教室の日! 弓矢作り

竹で弓矢、黒曜石で矢じりを作り、的当てを楽しみます。
時 8月19日(日) 午後2時～4時
対 小学生以上=30人(申込順) ※小学生は保護者同伴
費 100円(材料費)
申 直接か、電話で同館へ



講演会 旧石器時代の暮らし

—田名向原遺跡と住居状遺構—
定住した縄文人の「イェ跡」と似ている、住居状遺構が出現した背景を探ります。
時 8月25日(土) 午後2時～4時
講 安藤政雄さん(明治大学名誉教授)
定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ



視聴覚ライブラリー

の催し 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時など	上映作品
シネマサロン 8月19日(日)・21日(火) 午後2時～3時50分	シャレード (1963年/アメリカ/カラー/吹き替え)

※月例子ども映画会については、視聴覚ライブラリーホームページをご覧ください。
会 市立図書館(中央区鹿沼台) 対 市内在住か在勤・在学の人
定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

女子美術大学大学院博士後期課程研究作品展

時 8月6日(月)～10日(金) 午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
会 女子美術大学アートミュージアム(南区麻溝台)
☎042-778-6801

オープンラボ2018 サマー・アート・トライアル

アートラボはしもと ☎042-703-4654

公開制作する学生と触れ合い、アートを身近に感じることができます。
時 8月3日(金)～19日(日) 午前10時～午後5時 会 アートラボはしもと
休館日 水曜日

関連イベント
即興劇を体験しよう! 8月4日(土)・6日(月) 午後1時～3時30分
岩グッズをつくろう! 8月11日(祝) 午後2時～3時30分 費 300円
美大生と地域の関係性を考えるトーク 8月19日(日) 午後2時～3時30分
※内容や申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

市立博物館に行こう

市立博物館 ☎042-750-8030
〒252-0221 中央区高根3-1-15
休館日 月曜日(8月13日を除く)

JAXA連携企画展関連事業

スゴロクはやぶさ2「スゴはや2」で遊ぼう!

東京工業大学附属科学技術高等学校科学部の生徒の説明を聞きながら、「はやぶさ2」ミッションの概要が分かるすごろくを体験します。
時 8月11日(祝) 午後2時30分～4時30分
※希望者は直接会場へ

博物館de夏まつり! 伝統的七夕でワッショイ!

エントランスに笹飾りを設置し、七夕伝承についてのパネル展やワークショップなどを開催します。
時 8月13日(月)～19日(日) 午前9時30分～午後5時
浴衣でワッショイ! プラネタリウム観覧料無料
時 8月17日(金) 午前11時・午後1時30分・2時40分・3時50分
対 浴衣や甚平などで来館した人
定 各回210人(先着順)
※オリジナル短冊のプレゼントあり
星のストラップ作りワークショップ
時 8月17日(金) 午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
定 100人(先着順)



中世さがみはら探訪

ブラリウノモリ～古淵から町田周辺を巡る～

南北朝時代から戦国時代の伝承地などを探訪します。登録有形文化財の「幸延寺の古銭」の特別見学もあります。
時 9月1日(土) 午前9時～正午
会 南区鵜野森周辺
定 30人(抽選)
申 8月8日(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「中世さがみはら探訪」と書いて、同館へ



副音声付映画鑑賞会

聴覚や視覚に障害のある人も一緒に楽しめる、日本語字幕と音声ガイド付きの映画上映です。

上映作品 天国からのエール(2011年/日本/カラー)
時 9月2日(日) 午後2時～4時30分
会 社のホールはしもとセミナールーム2
定 25人(申込順)
申 直接か電話、ファクスに氏名(ふりがな)、電話番号、「天国からのエール」と書いて、橋本図書館(☎042-770-6600 042-770-6601)へ



図書館の催し

市立図書館(中央区鹿沼台)

夏休みスペシャル紙芝居会 ～「くるくるゴリラ」をつくっちゃおう!～

大型紙芝居の実演や演目に合わせた工作のワークショップなどを実施します。
 時8月5日(日) 午前11時～11時40分
 定50人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ

夏の大きなおはなし会

お話のほか、大型絵本の読み聞かせ、大型紙芝居、手遊びなどを行います。
 時8月17日(金) 午後3時30分～4時15分
 対小学生 ※保護者同伴可
 定50人(先着順)
 ※8月1日から同館で配布する整理券が必要



問市立図書館 ☎042-754-3604

橋本図書館

夏のおはなし大会

面白いお話や怖いお話などが聞けます。
 時8月22日(水) 午後3時30分～4時15分
 会ミウヰ橋本5階コミュニティールーム(緑区橋本)
 対1人で話を聞ける小学生
 定20人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ



問橋本図書館 ☎042-770-6600

相武台分館

夏の木かげのかみしばい会

図書館に隣接する公園で紙芝居会を行います。
 時8月1日～29日の毎週水曜日
 午後3時30分～4時(雨天中止)
 会新磯野公園(南区新磯野)
 ※希望者は直接会場へ



問相武台分館 ☎046-255-3315

走り方教室

走るときに大切な速い動きを身に付けるプログラムです。



教室名	日にち	時間
① 夏休み教室 (全3回)	8月27日(月)～29日(水) (予備日8月30日(木)・31日(金))	午前10時～11時30分
② 少人数密着指導 コース	9月9日(日) (予備日9月16日(日))	午前8時30分～10時、 午前11時～午後0時30分

※予備日も雨天時は中止
 会鹿沼公園軟式野球場
 対小学生=①40人②各10人(申込順)
 費①各日1,000円②各2,000円(保険料含む)
 申開催日前日までに、直接か電話で同公園(☎042-755-9781)へ

ホームタウンチームを応援しよう!

ノジマ相模原ライズ(アメリカンフットボール)

Xリーグ	日にち	開始時間	対戦相手
	8月26日(日)	午後5時30分	LIXIL DEERS

会富士通スタジアム川崎(川崎市川崎区富士見)
 ※その他の試合日程など詳しくは、同チームホームページをご覧ください。

問ノジマ相模原ライズ ☎042-815-3094

ファミリーバドミントン講習会

時8月18日(土) 午前10時～正午
 会桂北小学校体育館
 対市内在住の人=20人(先着順)
 ※希望者は運動ができる服装で、上履きを持って直接会場へ



問スポーツ課 ☎042-769-9245

市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 FAX042-751-5545 ✉taiky@jade.dti.ne.jp
 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

夏休みジュニアボウリング教室(全3回)

時間	会場	電話番号
午前10時～正午	相模原 パークレーンズ (中央区相模原)	042-755-1110
午後4時～6時	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8月10日までに、直接か電話で各会場へ

あじさいカップテニストーナメント (一般・小学生、シングルス)

時9月22日～10月14日の毎週土・日曜日
 午前9時
 会淵野辺公園テニス場
 対市内在住か在勤・在学、市テニス協会加盟団体クラブ所属の人=600人(抽選)
 費4,000円(小学生1,000円)
 ※申し込み方法など詳しくは、市テニス協会ホームページをご覧ください。

居合道・杖道体験教室

時8月19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

4市対抗親善ボウリング大会セレクション

時8月28日(火) 午前9時
 会相模ファーストレーン(中央区相模原)
 対市内在住か在勤の人=20人(申込順)
 費2,000円
 申8月25日までに、ファクスに5面上の必要事項と性別、年齢を書いて、市ボウリング協会の長谷川さん(☎FAX042-746-7343)へ

初心者ダンス講習会(全7回)

時9月4日～10月16日の毎週火曜日
 午後7時～9時30分
 会市体育館(市役所前)
 対市内在住か在勤の人
 費1,000円
 申8月25日(必着)までに、往復はがきに5面上の必要事項を書いて、同協会へ

いきいき健康ボウリング教室(全6回)

時9月6日～10月11日の毎週木曜日
 午前10時～午後1時
 会相模原パークレーンズ(中央区相模原)
 対市内在住の50歳以上=30人(申込順)
 費3,000円
 申9月2日までに、電話で市ボウリング協会の江頭さん(☎090-4711-0658)へ

市民登山教室(初級) 紅葉台～三湖台～足和田山

時9月29日(土)
 集合 午前6時30分に相模原駅北口
 対市内在住か在勤の18歳以上=40人(抽選)
 費6,800円
 申8月15日(必着)までに、往復はがきに5面上の必要事項と生年月日、性別(全員分(代表者に○))を書いて、山口自動車株式会社(〒252-0216 中央区清新4-14-7)へ

市長杯争奪 ダンススポーツ競技大会

平成31年度ねんりんピック和歌山大会の選考会を兼ねています。
 時9月30日(日) 午前9時30分～午後7時
 会総合体育館
 費1区分5,000円 追加3,000円(ねんりんピックは1区分2,500円)
 ※対象、申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある開催要項か市ダンススポーツ連盟ホームページをご覧ください。

初心者水泳教室(全10回)

日時	クラス
① 9月4日～11月6日の毎週火曜日 午前10時～11時	①顔つけ～浮き身 ②バタ足～呼吸なし クロール
② 9月5日～11月7日の毎週水曜日 午後7時～8時	③背浮き～背泳ぎ ④呼吸あり クロール
③ 9月4日～11月6日の毎週火曜日 午前11時～正午	⑤平泳ぎ
④ 9月5日～11月7日の毎週水曜日 午後8時～9時	⑥バタフライ

会さがみはらグリーンプール
 対市内在住か在勤・在学の18歳以上
 定各50人(抽選) 費各6,000円
 申8月10日(消印有効)までに、往復はがきに5面上の必要事項と希望日時・クラスを書いて、同協会へ

市民ソフトボール選手権大会(シニア)

時9月16日(日)、30日(日) 午前8時
 会ウイツツひばり球場ほか
 対市内在住か在勤の59歳以上で構成されたチーム
 申8月24日までに、市体育協会にある申込用紙を同協会へ
 ※詳しくは同協会にある開催要項(同協会ホームページにも掲載)をご覧ください。

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8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8月10日までに、電話で県マンション管理士会泉央相模支部(☎046-256-2683)へ

人はもっと優しく社会はもっと面白い サボステ説明会 & 出張簡易相談会 in 緑区

時8月21日(火)午後2時～4時
会ソレイユさがみセミナールーム4
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とその家族=20人(申込順)
申8月20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

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8月14日(火)・23日(木)
午後5時30分～6時30分

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。

宿泊利用 相模川清流の里

10月まで平日に空きあり
申随時受け付け
11月分の抽選申し込み 8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、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8月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ
11月の休館日 19日(月)・20日(火)
※12日(月)・13日(火)は宿泊不可

建築士による自宅の無料耐震相談会

時8月23日(木)午後1時30分～4時30分
会緑区合同庁舎
定6組(申込順)
申8月17日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

猫の相談会と譲渡面接会

相談会 家庭や地域での猫に関する相談
時8月7日・21日、9月11日・25日の火曜日 午後2時～4時
会ウェルネスさがみはら4階会議室1
※希望者は直接会場へ
譲渡面接会
時8月26日(日)、9月30日(日) 午前10時～正午(雨天決行)
会青少年学習センター
対市内在住の20歳以上で①譲りたい人=各10人(申込順。相談会での申し込みが必要)②欲しい人
※いずれも一部費用負担あり
※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ
会生活衛生課

募集

就学時健康診断事務補助員

10月中旬～12月上旬に行う来年度小学校入学予定者の健康診断の事務補助
賃金 時給1,000円
定20人程度(選考)
申事前に学校保健課(☎042-851-3106)へ電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を直接、8月27日に南区合同庁舎3階講堂か、8月28日に市役所会議室棟第3会議室へ
※時間はいずれも午前10時～正午
※受付時に面接あり

新磯まちづくりセンターの非常勤職員

窓口事務の補助
勤務 10月～平成31年9月の月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時のうち指定する4時間、4時間30分、5時間30分の交代勤務(勤務のない月あり)
賃金 時給1,000円
対市内在住で簡単なパソコン操作ができる人=1人(選考)
申8月22日(水)午前9時～11時に、履歴書(写真貼付)を直接、同センター(☎046-251-0014)へ
※受付時に面接あり

審議会などの委員

①さがみはら国際プラン検討委員会委員
同プランの改定についての検討
任期 10月～平成32年3月(会議は任期中7回程度)
担当課 シティセールス・親善交流課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7045 FAX042-815-2340 ✉pr@city.sagamihara.kanagawa.jp)
②市歯科保健事業推進審議会委員
歯科保健事業の推進などについて審議
任期 委嘱日～平成32年9月(会議は年1・2回程度)
担当課 健康増進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8322 FAX042-750-3066 ✉kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp)

対市内在住の18歳以上(本市の職員・議員・他の審議会などの委員を除く)
定各3人(選考)

応募申込書配布場所 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(沢井を除く)・図書館、市立公文書館、(①のみ)さがみはら国際交流ラウンジ
※市ホームページにも掲載
申8月①20日②31日(必着)までに、応募申込書を直接か郵送、ファクス、Eメールで各担当課へ

サン・エールさがみはら2018 ジャズコンサート出演者

10月28日(日)に同所で開催するコンサートに出演
対スタンダード曲を中心に10曲以上演奏できる、社会人で構成されている団体
定1組(選考)
申8月20日(必着)までに、団体名、代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、メンバーの人数、演奏楽器、活動内容、コンサートの実績を書いて、デモ音源(CD・MD・DVDのいずれか)を同封し、直接か郵送でサン・エールさがみはら(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665)へ
※応募書類などは返却しません。
※詳しくは同所ホームページをご覧ください。

イベント

グリーンカレッジつくい講座 ノルディックウォーキングしませんか?

多彩なコースを楽しみながら、正しい歩き方を学ぶ
時8月8日(水)、8月23日～11月22日の毎月第2・第4木曜日 午後1時30分～3時30分(雨天中止)
※複数回参加可
会津久井生涯学習センター周辺
対18歳以上(高校生を除く)
定各20人(申込順)
費1回200円
※専用ポールの貸し出しあり
申開催日前日までに、直接か電話で同センター(☎042-784-2400)へ

SAGAMIKO 湖畔納涼ビアガーデン

時8月18日(土)・25日(土)午後5時～9時
会湖畔商店街(県立相模湖公園横)
※希望者は直接会場へ
※イベント内容など、詳しくはお問い合わせください。
会相模湖湖畔地域活性化推進会議(津久井振興内 ☎042-684-2128)

健康フラダンス教室〈全3回〉

時8月21日(火)・28日(火)、9月4日(火) 午後1時30分～3時
会老人福祉センター若竹園
対市内在住の60歳以上=15人(申込順)
費1,000円
申8月15日までに、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

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8月26日(日)午前10時～午後3時
会環境情報センター
※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ
会同センター(☎042-769-9248)

あそびの学校 きもだめし

青少年学習センターがおけけ屋敷に変身
時8月26日(日)午後6時30分～8時
会青少年学習センター
対市内在住か在学の小学生=50人(申込順)
※保護者の送迎が必要
申8月25日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ

イチオシ! スポーツ教室

初心者・ジュニアテニス教室〈全5回〉

①やまびこ(小倉)テニスコート②津久井又野公園

コース	日にち	時間	費用
① 初心者 ジュニア	9月1日～29日の毎週土曜日 (予備日10月6日(土)・13日(土))	午後0時30分～2時30分	各5,000円 (保険料含む)
	9月2日～30日の毎週日曜日 (予備日10月7日(日)・14日(日))	午前8時30分～10時30分	

※雨天時などは日にちの変更あり
対市内在住か在勤・在学の人=各10人(申込順)
※初心者=15歳以上(中学生を除く)、ジュニア=小学校4年生～中学生
申直接か電話、ファクスに氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、テニス経験の有無、希望会場・コース、「初心者・ジュニアテニス教室」と書いて、城山めいぶる(☎042-782-0303(火～金曜日午前9時～午後3時) FAX042-782-1051)へ

イチオシ! スポーツ大会

市民レガッタ(相模湖カップ)

時9月30日(日)午前8時30分～午後3時30分
※前日に講習会あり
会県立相模湖漕艇場
種目 500m競漕ナックルフォア
一般の部(中学生以上)=男子、女子
中学生の部=男子、女子
シニアの部=男子(50歳以上。舵手を除く)
※全ての種目で、舵手の性別は不問。男子はチーム内に女子の参加も可
対市内在住か在勤・在学の中学生以上=40チーム(抽選)
費1チーム3,000円(中学生のみのチームは1,000円)
申8月20日(必着)までに、スポーツ課、同課津久井地域班、各公民館などにある申込書(市ホームページにも掲載)をスポーツ課津久井地域班(☎042-684-3257)へ



カラオケのど自慢

時8月20日(月)午前10時~午後3時50分
会老人福祉センター溪松園
対市内在住の60歳以上=60組(申込順)
申8月15日までに、同園にある申込用紙(市まち・みどり公社ホームページにも掲載)を同園(☎042-761-9291)へ

講演・講座

さがみはら地域づくり大学専門講座

地域活動や市民活動に関連する分野について学ぶ

Table with 2 columns: 講座名, 日にち. Includes topics like 'きらりと輝くPR~上手な広報のコツ~' and '郷土の味「酒まんじゅう」を作ろう'.

時午後1時15分~4時30分
会ユニコムプラザさがみはら
対15歳以上(中学生を除く)
※②親子での参加可
定①13人②4人③10人④19人(申込順)
費各1,900円
申開催日前日までに、電話で同所(☎

042-701-4370)へ
※内容など詳しくは、同所ホームページをご覧ください。

市民法律講座<全5回>

相続や成年後見制度などの日常生活に関わる法律問題を、弁護士が分かりやすく解説
時9月6日~10月4日の毎週木曜日
午後6時30分~8時30分
会相模原教育会館(中央区富士見)
対市内在住か在勤・在学の人
定60人(申込順)
費1,000円(テキスト代)
申8月24日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

さがみはら女性のための創業サロン

起業に必要な知識と実践的な内容が身に付くセミナーやランチ交流会など
時①9月11日(火)②11月10日(土)
午前10時~午後3時
会産業会館
対起業に興味がある、起業準備を始めたか、起業後おおむね3年以内の女性
定各30人(申込順) 費各1,500円
申①9月4日②11月2日までに、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望日、「創業サロン」と書いて、市産業振興財団(☎042-759-5600 FAX042-759-5655
✉soho@ssz.or.jp)へ
※同財団ホームページからも申し込みます。

麻布大学生涯学習講座 ~シニアライフを生き活きと~ 「薬に関する身近な話」

時8月30日(木)午前10時30分~正午
会麻布大学(中央区淵野辺)
対おおむね60歳以上=50人(申込順)
申8月20日までに、ファクスに7面上の必要事項とファクス番号を書いて、同大学地域連携室(FAX042-850-2505 ☎042-754-7111)へ

市老人クラブ連合会 「ゆめクラブ大学」<全2回>

高齢者の健康や介護予防に関する講習会
時9月12日(水)・19日(水)
午後1時30分~4時30分(予定)
会津久井保健センター
対市内在住の60歳以上=50人(申込順)
申8月23日までに、電話で同連合会事務局(地域包括ケア推進課内 ☎042-769-9231)へ

さがみはら地域ポータルサイト 活用講座

同サイトに掲載する団体ホームページの制作方法と相談会
時9月6日(木)・11日(火)
午後1時30分~4時30分
会産業会館
定各12人(申込順)
申開催日前日までに、各公民館(沢井を

除く)、さがみはら市民活動サポートセンター、総合学習センターにある申込用紙(同サイトホームページにも掲載)を同サイト事務局の鮎川さん(☎090-4613-7931)へ

研究機関等公開講座 「国民生活センターコース」

講義や商品テスト施設の見学を通じ、消費者トラブルを防ぐための知識や方法を学ぶ
時8月31日(金)午後1時~4時30分
会国民生活センター相模原事務所(中央区弥栄)
対市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)=30人(申込順)
申8月15日までに、直接か電話で生涯学習センター(☎042-756-3443)へ

みどりの講習会 秋を彩るフラワーアレンジメント

時9月13日(木)午前10時~正午
会LCA国際小学校北の丘センター
対市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)=24人(申込順)
費2,500円
申8月20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、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 FAX042-751-2345)へ

施設の催し*** ※会場・問い合わせは原則各施設です

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

①親子で楽しむ映画まつり 『ブレーメンの音楽隊』『小クラウスと大クラウス』『たろうのともち』『たろうのひっこし』
時9月1日(土)午前10時30分~11時50分
②市民企画講座「絵本で子育てを楽しもう」
日にち 内容
9月15日(土) お父さんのための絵本セラピー
9月29日(土) 世界に一冊のお父さんの手作り絵本体験
時午前10時~11時30分
対男性 ※夫婦でも参加可
費500円(29日のみ)
定①100人②各12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7面上の必要事項と、保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢)を書いて、同所(FAX042-775-1776)へ

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

①歯と口の健康セミナー
時8月25日(土)午前10時~正午
定15人(抽選)
②初めてのドラムレッスン<全3回>
時9月6日(木)・13日(木)・20日(木)午後1時~2時、午後2時15分~3時15分、午後3時30分~4時30分のいずれか
定各5人(抽選)
費各3,900円
※スティックの貸し出しあり
※時間帯の指定はできません。
対市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)
申8月①15日②10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(FAX042-775-5515
✉sun-yell@ajisaimetsu.or.jp)へ
※同所ホームページからも申し込みます。

土曜コンサート「ハワイアン」 エディン青木&スピリットオブアロハによる演奏
時8月25日(土)午後3時30分~5時
定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ

相模の大凧センター 〒252-0326 南区新戸2268-1 ☎046-255-1311

①夏休みに作ろう! 凧作り教室
種類 角凧・六角凧・ダイヤ凧のうち1つ
時8月18日(土)午後1時30分~4時
②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8月19日(日)午後2時~4時
対小学生以上
③万華鏡作り教室
時8月25日(土)午後1時30分~4時
定①③各20人②15人(申込順)
※①③未就学児は保護者同伴
費①②各500円③1,500円
申直接か電話、ファクスに7面上の必要事項を書いて、同センター(FAX046-255-1361)へ

LCA国際小学校北の丘センター 〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

プール縁日
プールサイドでのヨーヨーすくいなど
時8月4日~25日の毎週土曜日 午前10時30分~正午、午後3時30分~5時
対小学生以下
定各120人(申込順)
費各100円
※プール利用料が別途必要
※希望者は直接会場へ

夏休み子どもロードSHOW! 『スイミー』『14ひきのねずみとかぼちゃ』『名作大全集(桃太郎、孫悟空、あおい鳥)』
時8月24日(金)午後1時30分~3時30分
定40人(先着順)
※未就学児は保護者同伴
※希望者は直接会場へ

施設のお休み

ユニコムプラザさがみはら
時8月13日(月)
間同所(☎042-701-4370)

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

LCA国際小学校 北の丘センター 施設の教室					
〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570					
教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
大人の水泳(上級)〈全12回〉	9月3日~12月17日 の毎週月曜日 (9月17日・24日、 10月8日・15日を除く)	午前11時20分 ~午後0時20分	16歳以上の 上級者	20人	各 1万 800 円
プールだいすき! 月曜日〈全12回〉		午後4時20分 ~5時20分	5歳~小学校 3年生の 初心者	25人	
チャレンジ スイム(初級) 〈全12回〉		午後5時30分 ~6時30分	5m以上 泳げる 小学生	各 15人	
チャレンジ スイム(中級) 〈全12回〉			25m以上 泳げる 小・中学生		
アクア ストレッチ 〈全12回〉		午後7時 ~7時45分	16歳以上		
大人の水泳 (初心者) 〈全12回〉	9月4日~12月25日 の毎週火曜日 (9月11日、10月9日 ・16日、11月13日、 12月11日を除く)	午前 9時20分 ~10時20分	16歳以上の 初心者	各 20人	1万 800 円
大人の水泳 (初級ステップ 2)〈全14回〉	9月5日~12月19日 の毎週水曜日 (10月10日・17日 を除く)	午前 9時20分 ~10時20分	16歳以上の 初級者 ~中級者	10人	各 1万 2,600 円
大人の水泳 (中級)〈全14回〉		午前11時20分 ~午後0時20分	16歳以上の 中級者	20人	
プールだいすき! 水曜日〈全14回〉		午後4時20分 ~5時20分	3歳~小学校 2年生の 初心者	各 25人	
目指せ25m クロール水曜日 〈全14回〉		午後5時30分 ~6時30分	12m程度 泳げる 小学生		
大人の水泳 (初級ステップ 1)〈全13回〉	9月6日~12月20日 の毎週木曜日 (10月4日・11日 ・18日を除く)	午前11時20分 ~午後0時20分	16歳以上の 初級者	20人	1万 1,700 円
プールだいすき! 金曜日〈全12回〉	9月7日~12月21日 の毎週金曜日 (10月5日・12日・19日、 11月23日を除く)	午後4時20分 ~5時20分	5歳~小学校 3年生の 初心者	各 25人	各 1万 800 円
目指せ25m クロール金曜日 〈全12回〉		午後5時30分 ~6時30分	12m程度 泳げる 小学生		

☎8月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に7面上の必要事項と小学生は学年を書いて、同センターへ

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	費用
①競泳スタート	8月13日(月)	午前 9時30分 ~10時30分	18歳以上 (高校生を除く)	30人 (申込順)	1,000 円
②孫と水泳 (親子で水泳) 〈全2回〉	8月13日(月) ・14日(火)	正午~午後1時	おむつが取れ ている2歳以上 の子どもと その保護者	各30組 (申込順)	各 2,000 円
	8月17日(金) ・18日(土)				
③水球体験	8月18日(土)	午後1時30分 ~2時30分	小・中学生	20人 (申込順)	各 1,000 円
④夏休み 短期水泳 〈全4回〉	8月20日(月) ~23日(木)	午前9時~10時		各50人 (抽選)	
		午後1時30分 ~2時30分			
		午前11時~正午 午後3時30分 ~4時30分			
⑤成人バタフライ 集中〈全3回〉	8月27日(月) ・28日(火) ・30日(木)	午前 9時30分 ~10時30分	18歳以上 (高校生を除く)	各30人 (申込順)	各 3,000 円
⑥成人個人メドレー 集中〈全3回〉		午前11時30分 ~午後0時30分			
⑦おためしアロマ セラピー	9月3日(月)	午後1時~3時		15人 (申込順)	1,500 円

☎開催日①~③⑤⑥当日⑦前日までに、直接か電話で同プールへ。④8月8日(必着)までに、往復はがき(1人1枚、きょうだいの連名不可)に7面上の必要事項と学年、希望時間を書いて、同プールへ

北総合体育館 施設の教室					
〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711					
教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
弓道〈全10回〉	9月1日~11月3日 の毎週土曜日	午前 9時30分 ~11時30分	15歳以上 (中学生を 除く)	40人	各1回 300円
バドミントン 〈全8回〉	9月7日~10月26日 の毎週金曜日			50人	
トレーニングを 学ぼう	9月8日(土)	午前 9時30分 ~11時		30人	500円
グラウンド ゴルフ〈全6回〉	10月4日~11月15日 の毎週木曜日 (11月8日を除く)	午前 9時30分 ~11時30分		40人	各1回 300円

☎8月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に7面上の必要事項を書いて、同館へ

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。

- ダンスシンフォニー「STOP and GO」
大人も子どもも楽しめるダンスコンサート
8月4日(土)午後3時~4時30分、サン・エールさがみはら。定員220人(先着順) ☎西沢(☎042-763-3185)
- リズムわーく~カホンの時間 打楽器のカホンを使って演奏 8月18日(土)午後3時~4時30分、大野中公民館。定員20人(申込順)、費用1,500円。カホンを持ってい

る人は持参(7台までレンタルあり。費用500円) ☎電話で林(☎090-2096-4835)へ

- ふれあい映画会 上映作品は『ペット』
8月26日(日)午前9時50分~11時20分、相模原教育会館(中央区富士見)。定員200人(先着順) ☎松浦(☎042-758-2190)
- 楓響ウインドオーケストラ定期演奏会
曲目は『小惑星探査ロケットはやぶさの軌跡』ほか 8月26日(日)午後2時~4時、市民会館。定員800人(先着順) ☎湯山(☎090-4549-3028)
- 橋本シャンソンコンサート 後藤かをる & 仲間たち 9月21日(金)午後2時~3時

30分、HKビル(緑区橋本3-15-17)。定員100人(申込順)、費用500円 ☎電話で高見澤(☎090-5426-0692)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- 社交ダンス 毎週金曜日午前10時、産業会館。初心者歓迎、見学可 ☎松谷(☎090-5527-9339)
- マジック 毎月第1水曜日午前10時、大野中公民館。初心者歓迎 ☎横倉(☎090-1771-4696)
- 女声合唱 毎週火曜日午前10時、青少年学習センター。初心者歓迎 ☎保科(☎042-759-1335)

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 FAX042-753-7831)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。



ブルーベリー ニローネBBまつり

ブルーベリーの摘み取り体験や地元野菜の販売のほか、講演会を行います。

時 8月4日(土) 午前9時～午後3時

受付場所 オギノパン第2駐車場(緑区長竹2841)

●摘み取り体験(1時間)

受け付け 午後2時まで

費 500円(5歳～小学生200円) ※持ち帰りは1kg 1,500円(当日のみ)

●ジャム作り体験

時 午前9時30分・正午 受け付け 各開始時間15分前まで

費 1瓶300円(1家族2瓶まで)

◆講演会「知っているようで知らない果物 ブルーベリー」

時 午前10時30分～正午

会 東京農工大学FM(フィールドミュージアム)津久井(緑区長竹3730)

※希望者は直接会場へ

問 津久井まちづくりセンター ☎042-780-1403

夏季特別
企画展

相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはら

ふれあい夏まつり



大人気のコツメカワウソの展示や、リクガメへの餌やり体験(有料・数量限定)、8月4日(土)からは、本物のクジラのひげに触れるクジラ頭部模型なども楽しめます。

時 9月24日(休)まで

午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで)

問 相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら

☎042-762-2110



なつやす 夏休み 子ども特集 お茶会 ～子どもの国際交流スペシャル～

いろいろな国を知り、一緒に遊びながら各国の文化を体感しましょう。

時 8月19日(日) 午前10時～正午

会 ソレイユさがみ

定 70人(先着順)

費 100円(小学生以下無料)

※希望者は直接会場へ



問 さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

8月25日
(土)

楽しく健康づくりフォーラム 2018 IN つくい

希望者は直接会場へ

健康に関する情報を楽しく学んで体験します。

時 午前9時30分～午後2時

会 津久井保健センター

体操して!測定して!元気チャージしよう!

骨密度や血管年齢、足のバランス測定をはじめ、健康相談やパネル展などを実施します。

みんなでいっしょにラジオ体操しよう!

時 午前10時～11時、正午～午後1時

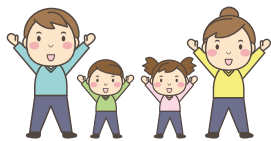
定 各40人程度(先着順)

夏の思い出♪消防士から学ぶAED体験

時 午後1時～2時

※その他のイベントなど詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414



さがみはら
ロボットガーデン

こどもロボットクリエイター教室

ロボットの動作プログラミング(初級)を親子で体験します。

時 ①8月26日(日)②9月2日(日) 午後1時～5時

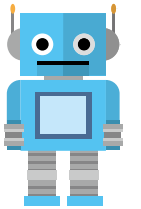
会 サン・エールさがみはら

対 市内在住の小学校4～6年生とその保護者

定 各12組24人(抽選)

申 8月①16日②23日までに、電話でさがみはらロボットガーデン事務局(相模原商工会議所内 ☎042-753-8136)へ

※詳しくは、同商工会議所ホームページをご覧ください。



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.1390

平成30年(2018年)

8/1

- 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。

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 8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 ⑩

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
9月3日(月)	午後1時～2時15分	㊩	⑮
9月14日(金)	午後2時45分～4時	㊦	

対 平成30年3～4月生まれの子の保護者とその家族
 定 各20人(申込順。初めての子の保護者優先)
 申 ⑩

ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び
 時 9月5日(水) 午前10時～11時30分
 会 ㊧
 対 おおむね4歳未満の双子・三つ子とその家族か、双子などを妊娠中の人
 定 20組(申込順)
 申 ⑪

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
9月5日(水) ・12日(水)	㊩	⑮

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

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
 時 9月14日(金) 午前10時～正午
 会 ㊩
 対 産後4カ月～おおむね6カ月の女性 ※4カ月～おおむね6カ月の乳児同伴可(保育なし)
 定 15組(申込順。初めての人優先)
 申 ⑨



マタニティオーラルセミナー ～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その予防法、子どもの歯の健康についての講義・体験と歯科健康診査などを実施します。
 時 9月7日(金) 午後1時30分～3時30分
 会 ㊦
 対 市内在住の妊婦(経産婦可。妊娠期間中1回のみ受診可)
 定 12人(申込順) ※子ども同伴可(保育なし)
 申 9月6日までに⑮



子育て広場たんとう離乳食セミナー

管理栄養士が離乳食中期から完了期までの離乳食についてお話しします。
 時 8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 妊娠中の人とその家族か、おおむね3歳までの乳幼児とその保護者=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メールに保護者氏名(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、「離乳食セミナー」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

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)	㊧	⑮	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(電話相談可) ※㊦(津)㊨(湖)㊩(藤)㊪(城)は来庁相談のみ 問 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日		㊦		
	火曜日		㊨		
	水曜日		㊩		
	金曜日		㊪		
精神保健相談 (精神科医)	8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) 申 ㊦(中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806) ㊩(南障害福祉相談課 ☎042-701-7715)
	8月28日(火)		㊦		
	8月14日(火)		㊩		
	8月24日(金)		㊩		
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	9月18日(火)	午後1時～3時30分	㊦	⑧	生活習慣病予防などに関する栄養・食事相談 持ち物 食事メモ、健康手帳(持っている人)
HIV(エイズ)等の検査・相談	火曜日(8月14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)
	8月4日(土)	午後1時30分～3時45分	㊨		
高齢者認知症相談	8月27日(月)	午後1時30分～3時30分	㊧	①	専門医による認知症相談 定 各2組(申込順)
	8月28日(火)	午前10時～正午	㊦	②	
	9月5日(水)	午後2時～4時	㊩	③	
みんなのアルコール相談 (精神科医)	8月14日(火)	午前9時30分～11時30分	㊦	⑭	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専門医などが対応 対 市内在住か在勤で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	8月27日(月)	午後2時～4時	㊦	⑭	アルコール・薬物などの問題を理解し、その対応について学ぶ 対 市内在住か在勤でアルコールや薬物などの問題がある人の家族=10組(申込順)
くすりの相談	8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
家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」	8月15日(水)	午後2時～4時	市民会館	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、対応を学ぶ 対 引きこもりの状態にある人・アルコールや薬物などの問題がある人の家族 定 30組(申込順)

生活習慣病予防教室 産後のカラダスッキリ ママ'sセミナー(全2回)

体・血管年齢や身体活動量の測定、栄養・歯科の各種体験などを通して、健康的な生活習慣を学びます。
 時 8月30日(木)、9月6日(木) 午前10時～正午
 会 ㊧
 対 市内在住か在勤の人=25人(申込順) ※子ども同伴可
 申 8月24日までに、直接か電話で⑥

もつと健康になるための教室 会場・申込先は表面の「主な実施会場」
「申し込み・問い合わせ」をご覧ください。

教室名	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込		
生活習慣病 予防運動教室	9月 1日(土)	午前10時30分 ～11時30分 (初めて参加する人 は午前10時から)	ウ	運動習慣を身に付けるための体幹トレーニング、 肩こり・腰痛解消法などの体験 ※運動習慣がない市内在住か在勤の20歳～69歳 (昭和24年4月2日～平成11年4月1日生まれ)で、 運動の実技に支障がない人 ※年度内最大6回まで参加可 ※プログラムなど詳しくは、市ホームページをご覧 になるか、お問い合わせください。 ※各15人(申込順) 申込期限 開催日3日前まで(土・日曜日、祝日等の 場合は、各開催日前の月～金曜日)	⑧		
	9月20日(木)						
	9月 4日(火)		南		⑨		
	9月22日(土)						
	9月11日(火)					津	⑦
	9月12日(水)						
9月15日(土)	緑	⑥					

元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室(全12回)

専属トレーナーの指導の下、各種体操や機器を使ったトレーニングなどを行います。

	日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
①	9月4日～11月27日の 毎週火曜日 (10月30日を除く)	午前11時～午後0時30分	相模原 ドルフィンクラブ (緑区橋本)	042-771-7333 午前10時～午後5時
②	9月6日～11月22日の 毎週木曜日	午前10時30分～11時50分	NSP上溝スイミング スクール&クラブ (中央区上溝)	042-763-3140 午前10時～午後7時 (日曜日を除く)
③		午後3時30分～5時	メガロス相模大野 (南区相模大野)	042-745-4600 午前10時～午後8時 (火曜日を除く)

※運動に支障がない市内在住の65歳以上=各10人(抽選) 費①4,800円②③各6,000円
※8月20日までに、電話で各会場へ

子育て広場 バンビのぼれぼれ広場講座 「親と子の感情」とは

子育て中の感情のコントロールについて、
心理士の話を変えながら考えます。
時8月23日(木)午後1時30分～2時30分
会バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)
※妊娠中の人とその家族か、おおむね3歳まで
の乳幼児とその保護者
定10組(申込順)
申直接か電話(月～金曜日(8月13日～17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)、電話番号、子どもの月
齢、「親と子の感情」と書いて同広場(☎042
-776-2286 ☒famisapobambino@
gmail.com)へ



子育て広場 緑のおうち講座 「はじめての絵本」 -すべすべざらざら、さわってみましょー

見る・聞くだけでなく、絵本の世界を触って楽しめます。
時8月29日(水)午前10時30分～11時30分
会子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)
※妊娠中の人とその家族か、おおむね3歳までの乳幼児とその
保護者
定10組(申込順)
申月～金曜日の午前10時～午後3時(8月13日～17日、祝日等
を除く)に、電話で同広場(☎042-703-5136)へ

相模原協同病院 市民健康教育公開講座 「肺がん治療最前線」

呼吸器内科、呼吸器外科、放射線科の医師が解説します。
時8月27日(月)午後6時～8時
会杜のホールはしもと
講山本倫子さん(呼吸器病センターセンター長)ほか
定500人(先着順)
※希望者は直接会場へ
☎相模原協同病院 ☎042-772-4291

精神科セカンドオピニオン外来

時8月23日(木)午前10時～正午
会けやき会館
※精神科治療中で、自身の治療方針などについて主治
医以外の精神科医からの意見を求める人
定3人(抽選)
※医療過誤や訴訟に関する内容は受け付けません。
費2,000円
申8月10日までに、電話で精神保健福祉センター(☎
042-769-9818)へ

地域で活動したい人向けの講座 認知症の人に優しい 上手な聴き方・接し方

認知症の人をサポートするための基本的な知識や心
構えなどのほか、活動する際のスキルを学びます。
時8月30日(木)午前10時～正午
会緑区合同庁舎
※市内在住か在勤・在学中、認知症の人のために地域
で活動したい人
定50人(申込順)
申8月20日までに、電話で市コールセンター(☎042
-770-7777)へ

パーキンソン病市民公開講座

専門医らが、病気との上手な付き合い方などをお話
します。
時9月1日(土)午後2時～4時
会小田急ホテルセンチュリー相模大野(南区相模大野)
講長谷川一子さん(相模原病院神経内科医長)、
川嶋乃里子さん(かわしま神経内科クリニック院長)
ほか
定300人(申込順) ※車椅子での参加可
申8月24日(必着)までに、はがきかファクスに住所、
氏名(ふりがな)、年齢、電話・ファクス番号、車椅子
の有無、同伴者(1人まで)の氏名(ふりがな)・年
齢、「パーキンソン病」と書いて、相模原病院管理課
(〒252-0392 南区桜台18-1 ☎042-742-
5314 ☎042-742-8311)へ

生活習慣病予防教室～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)

血管・体年齢や運動量の測定、栄養・歯科の各種体験
などを通して、健康的な生活習慣を学びます。
時9月12日(水)・19日(水)
午後1時30分～3時30分
会ウェルネスさがみはら
※市内在住か在勤の人
定30人(申込順)
申9月7日までに、直接か電話で中央保健センター(☎
042-769-8233)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
8月 9日(木)	午前10時～正午 午後 1時30分～4時	市役所前
8月11日(祝)		橋本駅 ペDESTリアン デッキ下
8月12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)

※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) まずはおかかりつけ医・歯科医へ。休診の場合は下記の問い合わせ先へ

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。
※8月11日(祝)～19日(日)は、24時間案内します。

歯科 相模原口腔保健センター
☎042-756-1501
日曜日 午前8時45分～11時30分
※事前に連絡をしてから受診してください。

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いたします。
※必ず紹介することを約束するものではありません。

