

# さがみはら がみ ら

広報

NO.1392  
毎月  
1日・15日発行  
9/1  
2018  
平成30年  
SAGAMIHARA

## LINE UP 今号の主な内容

- 国民健康保険コールセンターを開設…………… 2
- 新生児聴覚検査の助成が始まります…………… 6
- 応援しよう! NPO法人! …………… 7
- 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 723,150人(210減)  
男 361,790人 女 361,360人  
世帯 322,659世帯(134増)  
平成30年8月1日現在。( )は前月との増減

## TOPICS

### ブラジル選手団が市内で初めてテストキャンプを実施

7月30日～8月10日に、前回のリオ五輪出場者を含むブラジル代表水泳チームが、パンパシフィック水泳選手権大会への出場に合わせ、2020年東京オリンピック競技大会に向けたテストキャンプをさがみはらグリーンプールで行いました。期間中、選手たちはトレーニングを行うだけでなく、歓迎レセプションでは光明学園相模原高校和太鼓部の演奏を聴き、児童養護施設への訪問では子どもたちとスイカ割りをするなど、市民の皆さんとさまざまな形で交流を深めました。



関スポーツ課 ☎042-851-3275

まさかこんな  
ところで…

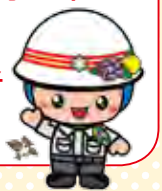


# 思いをする前に 予防救急

身近な環境や慣れた動作が、ほんの少しの不注意でけがの原因となります。救急車を要請するような転倒、転落などのけがを未然に防げるよう、日頃から意識して行動しましょう。

平成29年にけがや窒息(一般負傷)で救急搬送された人 4,422人

- けがなどの発生場所 **6割以上が家の中**
- 家の中でけがなどをした人のうち **6割以上が65歳以上の高齢者**



## 食事のときも気を付けましょう

餅やゼリーなどの食べ物は、不意に喉に詰まってしまう可能性があります。慌てずゆっくり、よくかんで食べましょう。



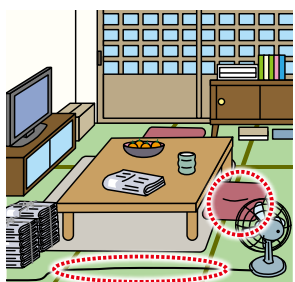
## 家の中のここが危険!

面倒がらずに対策をしましょう。

骨折や入院してしまうほどのけがになった事例も多くあります。その原因には、ほんの少しの注意や心掛けで防ぐことができたものもあるので。



### 散らかった部屋



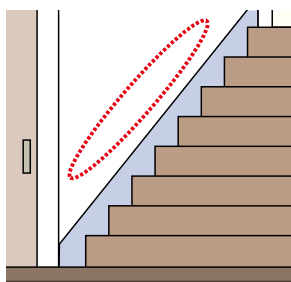
- 床に物を置いたままにしない。
- 電源コードを床に伸ばしたままにしない。

### 薄暗い廊下



- 移動するときは部屋を明るくする。
- 部屋の入り口の段差を解消する。

### 滑りやすい階段



- 手すりを設置する。
- スリッパ、靴下は滑りにくいものを履く。

## 救急についてもっと知りたい!

## さがみはら 救急フェア2018



心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使い方を学べるほか、消防車、救急車の展示や子ども用防火衣の装着コーナーなどもあります。

日にち	時間	会場
①9月 8日(土)	午後1時～4時	アリオ橋本(緑区大山町)
②9月 9日(日)	午後2時30分～4時30分	相模原ギオンスタジアム周辺
③9月16日(日)	午前10時～正午	さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト第一駐車場内(緑区若柳)

# 国民健康保険 コールセンターを開設

「国民健康保険に加入したい」「高額療養費の手続きについて知りたい」など、国民健康保険に関するさまざまなお問い合わせに答えます。

**国民健康保険コールセンター ☎042-707-8111**

受付時間	月～金曜日(祝日等、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分
	第2・第4土曜日 午前8時30分～正午

※同コールセンターは、特定健康診査の受診や国民健康保険税の納付、所得申告などが済んでいない人への呼び掛けなども行います。

呼び掛けは、こちらの番号から発信します ☎042-707-7171・042-707-7867 毎日(年末年始を除く) 午前9時～午後8時

## 9月中旬 介護保険の在宅サービスを利用した人へ 「介護給付費のお知らせ」を発送します

サービスの利用実績をお知らせします。サービスの日数や利用者負担額に間違いがないかを確認してください。

☑要支援1・2か要介護1の認定を受け、4～6月にサービスを利用した人  
☎介護保険課 ☎042-769-8321

## 児童手当現況届が未提出の人へ

# すぐに現況届を提出してください

児童手当を受給している人は、6月1日時点の状況を記入した現況届の提出が必要です。8月末時点で現況届の提出が確認できない人には、9月上旬に再送しますので、届き次第提出してください。提出がない場合、6月分以降の手当が受けられなくなります。

**出生・転入などで、新たに児童手当の対象となる人へ**  
窓口で申請してください。原則、申請日の翌月分からの支給になります。  
**提出・申請窓口** 各子育て支援センター・保健福祉課・区役所区民課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所

6～9月分の児童手当 支払日 10月15日(月)  
※着金までに2・3日かかる場合があります。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

## 市職員を募集

申し込み方法など詳しくは、受験案内をご覧ください。  
※採用は、原則平成31年4月1日以降です。

試験区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
社会福祉(大学卒業程度)	2人程度	生活保護、障害、高齢者、児童など、社会福祉に関する専門業務	昭和58年4月2日～平成9年4月1日に生まれ、社会福祉主事の任用資格★があるか、平成31年3月までに取得見込みの人
土木(大学卒業程度)	7人程度	土木工事の設計・施工監理、区画整理事業、都市計画の決定など、まちづくりに関する専門業務	昭和58年4月2日～平成9年4月1日に生まれた人
建築(大学卒業程度)	1人程度	公共建築物の設計・施工監理、建築・開発の許認可、都市計画の決定など、まちづくりに関する専門業務	
設備(大学卒業程度)	1人程度	給排水・空調設備の設計、施工監理、維持管理など、設備に関する専門業務	
電気(大学卒業程度)	1人程度	電気設備の設計、施工監理、維持管理など、電気に関する専門業務	昭和58年4月2日以降に生まれ、保健師免許があるか、平成30年度に行われる保健師国家試験により免許取得見込みの人
保健師	2人程度	乳幼児健診、健康相談などの対人保健サービス、地域保健に関する調査・研究などの専門業務	

★社会福祉主事の任用資格=次のいずれかに該当する人  
○学校教育法に基づく大学(短期大学を含む)で、厚生労働大臣の指定する科目(3科目以上)を履修し卒業 ○厚生労働大臣の指定する養成機関が講習会の課程を修了  
○社会福祉士が精神保健福祉士  
**受験案内の配布場所** 人事委員会事務局、市役所本館1階受付、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)・公民館(沢井を除く)・図書館、市立公文書館 など  
※休所日などは事前に確認してください。 ※市ホームページにも掲載しています。

**第1次試験日 時 10月14日(日) ☎相模原教育会館(中央区富士見)**  
**電子申請 申込受付期間** 9月3日午前9時～18日午後5時(受信有効)  
※郵送での申し込みはできません。

☎人事委員会事務局 ☎042-769-8320

## 10月14日(日) 麻溝台リサイクルスクエア 臨時休館

南清掃工場の電気設備点検に伴い、臨時休館します。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。  
※橋本台リサイクルスクエアは通常通り開館します。

☎資源循環推進課 ☎042-769-8334

# 私立幼稚園・認定こども園 平成31年度 新入園児を募集

募集要項配布 10月15日(月) から  
願書受け付け 11月1日(木) から

○9月上旬から入園説明会を開催する園があります。詳しくは各園へお問い合わせください。

働いていても利用できるよう全園で預かり保育を実施中!

幼稚園	園名	所在地	電話番号
緑	新町	相原	042-772-0926
	てるて	下九沢	042-762-3594
	津久井ヶ丘	長竹	042-784-5133
	ばらの花	中野	042-784-0181
	橋本	橋本	042-771-1448
	相模原みどり	東橋本	042-772-4610
	けやきの子		042-778-3704
中央	鳩川	上溝	042-761-4306
	みずほ		042-762-2289
	あかね	下九沢	042-773-0730
	清心	清新	042-754-5290
	上田名	田名	042-761-6856
中央	たけのうち	東淵野辺	042-756-5978
	弥生	富士見	042-755-4575
	相模つばさ	淵野辺	042-753-2196
	相模栄光	矢部	042-752-8040
	虹ヶ丘	陽光台	042-755-3263
	さがみひかり	麻溝台	042-742-3479
	つくしの	新磯野	046-254-3614
	誠心相陽	磯部	046-254-5192
	うのもり	鶴野森	042-743-3597
	大野文化	大野台	042-756-1218
南大野	上鶴間	042-742-8822	
南	中和田	上鶴間本町	042-742-8530
	谷口		042-742-9661
	相模すぎのこ	古淵	042-744-0503
	誠心第二	相模台	042-743-0403
	豊泉		042-744-1539
	相模翠ヶ丘	相南	042-742-1593
	相武台中央	相武台団地	046-251-2030
	相模原高等学校付属光明	当麻	042-778-2846
	誠心第一	西大沼	042-748-8735
	相模ひまわり	東大沼	042-744-0220
林間のぞみ	東林間	042-742-3394	

## 認定こども園 ( )は幼稚園名

園名	所在地	電話番号
大島幼稚園	大島	042-762-3633
げんきっこ(大沢第二)		042-761-3464
杜の光(大沢)	上九沢	042-762-4389
きらきら	下九沢	042-713-3781
きらきら分園やまと		042-713-3731
相模野幼稚園	二本松	042-772-2915
たいようのこ(太陽の子)	原宿南	042-782-6332
城山わかば幼稚園	若葉台	042-782-8185
ふちのべ美邦こども園	共和	042-768-7550
田名幼稚園	水郷田名	042-761-1606
中央幼稚園	光が丘	042-755-0391
愛の園ふちのべこども園	淵野辺	042-752-2123
ひばりっ子クラブ(淵野辺ひばり)		042-755-0394
星ヶ丘二葉園	星が丘	042-757-3413
星が丘幼稚園		042-752-4842
第二ふたば園	南橋本	042-700-1250
誠心こども園	宮下	042-700-0371
小山白ゆり幼稚園	宮下本町	042-773-8241
相模白ゆり幼稚園	矢部	042-752-2328
すこやか	横山	042-752-8184
よこやま幼稚園	横山台	042-755-5603
モモ	鶴野森	042-767-8470
おおのだい	大野台	042-755-0030
相模林間幼稚園	上鶴間	042-742-8227
相模女子大学幼稚部	文京	042-742-1445

※教育(1号)認定児を募集する園を掲載しています。

※保育(2・3号)認定を受けて利用する場合は、市への申し込みとなります。別途、市ホームページや本紙などでお知らせします(10月中旬以降)。

# 安全で快適な暮らしのために 市の制度をご利用ください

国や市をかたる悪質業者に注意しましょう。不審に思ったときは、お問い合わせください。



9/1は防災の日

できていますか？  
わが家の耐震対策

問 建築・住まい政策課  
☎042-769-8252

## 相談 建築士による 自宅の無料耐震相談会

時 9月27日(木)午後1時30分～4時30分  
会 南区合同庁舎

## 相談 分譲マンションの耐震巡回相談

専門技術者がマンションの集会場などに出張して相談に応じます。

## 相談 戸別訪問による無料耐震相談

相談員が自宅に訪問し、耐震に関する相談や耐震診断など補助制度の申請のサポートをします。

## 申請 1 耐震診断などの費用補助

※昭和56年(1981年)5月31日以前に建築した戸建て住宅や分譲マンション

内容	戸建て住宅 (木造・非木造・プレハブ)	分譲マンション
耐震診断	上限12万円★	費用の6分の5以内 (1住戸につき上限5万円)
耐震改修計画書作成	費用の3分の2以内 (上限12万円)★	費用の3分の2以内 (1住戸につき上限5万円)
耐震改修工事	費用の2分の1以内 (上限80万円)	詳しくはお問い合わせください。
高齢者世帯等割増	最大25万円を改修工事補助に加算	—
現場立ち会い費用 (耐震改修工事関係)	費用の2分の1以内 (上限6万円)	—

※戸建て住宅には、耐震改修と併せて行う防火構造改修に対する補助もあります。  
※耐震改修工事を行った場合、所得税の控除や固定資産税の減額があります。

## 申請 2 簡易な耐震対策

※昭和56年(1981年)5月31日以前に建築した戸建て住宅や分譲マンション

耐震シェルター	費用の2分の1以内 (上限30万円)
防災ベッド	費用の2分の1以内 (上限20万円)

## 申請 3 危険なブロック塀等の撤去

道路に面した危険なブロック塀などの撤去にかかる費用を補助します。  
※ブロック塀等の所有者が管理者  
※新設にかかる費用は、補助の対象になりません。

※12月28日まで(★は平成31年1月31日まで)に直接、建築・住まい政策課へ  
※補助の対象者は、戸建て住宅の所有者、配偶者か所有者の1親等の親族で、居住する人です。分譲マンションはマンション管理組合です。  
31年1月31日までに、建築・住まい政策課にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接同課へ

### 注意事項

★以外は申請前に事前相談が必要です。予約や対象要件など、詳しくはお問い合わせください。



健康面に配慮した住まいのために

問 建築・住まい政策課  
☎042-769-8252

## 申請 個人住宅の吹き付けアスベストの調査・除去

吹き付けアスベストによる健康被害を防止し、市民生活の安全を確保するために、費用を補助します。

※市内の戸建て住宅、共同住宅(居住用の部分)のアスベスト含有調査・除去工事を行う所有者(共同住宅の共有部分については管理組合など)

補助額 補助対象費用の2分の1

内容	補助限度額	
	戸建て住宅・共同住宅の住居部分	共同住宅の共用部分
含有調査	10万円	30万円
除去工事	30万円	300万円

※平成31年1月31日までに、事前相談の上、直接、建築・住まい政策課へ



環境に優しい住まいのために

問 環境政策課  
☎042-769-8240

## 申請 住宅用スマートエネルギー設備導入奨励金(第1期申請)

※本市に住民登録があり、4月1日以降で次のいずれかに該当する人  
○自ら居住する市内の住宅に対象設備を設置した  
○対象設備が付いた市内の建売住宅を自ら居住するために購入した  
※市税の未納がなく、支払いや引き渡しを完了した人に限ります。

対象設備	奨励金額(一律)	予定件数(抽選)
①太陽熱利用システム	2万円	10件
②太陽光発電システム	各3万円	400件
③家庭用燃料電池システム(エネファーム)		
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+③+④+HEMS(ホームエネルギーマネジメントシステム)を設置し、同時に申請した場合に対象

※9月3日～28日に、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、対象設備ごとに1回限りです。第2期申請(最終)は平成31年2月15日～3月15日です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

車もエコに!

### 電気自動車購入奨励金

※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のリースを行う事業者

奨励金額(一律)5万円  
予定台数25台(抽選)



マンション管理や修繕も

問 建築・住まい政策課  
☎042-769-8252

## 講座 マンション管理セミナー

マンション管理の基礎や、大規模修繕工事の進め方について

時 9月29日(土)午後1時30分～4時

会 産業会館

※市内在住の人=100人(申込順)

※9月25日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

## 相談 分譲マンション管理無料相談会

マンション管理士や一級建築士、弁護士が相談に応じます。

時 9月15日(土)午後1時～5時 会 市民会館

※市内マンション管理組合役員と居住者

※5組(申込順)

※9月14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

## 講座 分譲マンションアドバイザー派遣制度

管理組合の設立や管理規約の見直し、大規模修繕工事や建て替えの進め方などについて、専門家が現地に出向いてアドバイスします。

※市内の分譲マンション管理組合など  
※派遣の必要性など事前に協議します。詳しくはお問い合わせください。

9月1日～10日は  
屋外広告物  
適正化旬間

## 屋外に広告物を設置・管理している皆さんへ

看板 横断幕 貼り紙 など

### 屋外広告物の安全点検・補修をお願いします

屋外広告物は雨や風、強い日差しにさらされて劣化し、強風や地震により落下、倒壊する可能性があります。定期的に安全点検と補修を行い、適正に管理してください。

点検ポイントの例

- 表示面に汚れや色あせがないか、剥がれている部分はないか
- 表示面が破損していないか
- 取り付け部分に変形・腐食はないか
- 主要部材に変形・腐食はないか
- ボルト・ビスなどにさびはないか

申請漏れはありませんか？ 屋外広告物の設置には、原則、市の許可が必要です(一部を除く。詳しくはお問い合わせください。)

問 建築・住まい政策課 ☎042-769-9252

## 専門家の無料相談を活用しよう

弁護士・税理士・司法書士・社会保険労務士・行政書士による無料合同市民相談会

希望者は直接会場へ

法律、税務、許認可、登記、成年後見、交通事故、健康・労災保険・年金などの相談に応じます。

時 9月20日(木)午後1時30分～4時 会 ソレイユさがみセミナールーム1

※相模原土業連絡協議会(工藤社会保険労務士事務所内) ☎042-740-3211

### 契約トラブルなどに関する 高齢者特別被害相談

高齢者が抱える不安の3K(孤独・金・健康)に付け込んだ契約トラブルなど消費生活に関する相談に応じます。  
○必ずもうかると言われて投資話に乗ってしまった  
○お試しのつもりが定期購入になっていた など

周りのみんなで防ごう!見守ろう!  
9月は高齢者被害防止キャンペーン月間

消費生活総合センター  
☎042-776-2511

受付時間  
9月17日(祝)～19日(水)  
午前9時～午後4時  
(17日は正午～午後1時を除く)

「被害額が少ないから」「家族に責められるから」などと諦めず、まずはご相談ください。





# 市民大学開講

## 後期

高等教育機関などから講師を迎え、暮らしを豊かにするための学びの場を提供します。

※15歳以上(中学生を除く。市内か座間市内に在住・在勤・在学の人を優先)  
 ※9月14日(必着)までに、はがき(1講座1枚)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、電話番号、希望のコース・講座名、市民大学受講登録番号(登録済みの人のみ)を書いて、さがまちコンソーシアム事務局市民大学担当(〒252-0307 南区文京2-1-1 ☎042-703-8550)へ  
 ※同コンソーシアムホームページからも申し込めます(市民大学受講登録番号が必要)。  
 ※講座内容や受講対象など詳しくは、総合学習センター、各まちづくりセンター・公民館(千木良・沢井・牧野・佐野川を除く)・図書館などにある講義案内をご覧ください。

コース・会場	講座名	日にち	時間	定員(抽選)	費用(別途教材費)
相模女子大学・相模女子大学短期大学部(南区文京)	オリ・パラボランティアに挑戦!? ~ブラジル文化とポルトガル語を学ぼう~(全5回)	10月11日・25日、11月8日・15日・22日の木曜日	午後3時~4時30分	30人 ※1	1,300円
	最期まで口から食べることを目指して(全3回)	10月14日(日)、11月18日(日)、12月16日(日)	午後1時~4時	各30人	1,900円(1,500円)
	近代日本のはやり歌を知る、歌う(全7回)	10月30日~12月11日の毎週火曜日	午前10時45分~午後0時15分		1,900円
和泉短期大学(中央区青葉)	介護する人、される人に楽で優しい移動・移乗の支援技術 -キネステイク理論をつかった腰痛にならない介助の仕方-(全2回)	10月17日(水)・31日(水)	午前10時40分~午後0時10分	15人	1,300円
女子美術大学(南区麻溝台)	続 翼ある言葉なかりせば -イメージ、音楽、文学の西欧文化史(全8回)	10月4日・18日、11月1日・15日・29日、12月6日・20日、平成31年1月17日の木曜日	午後1時20分~2時50分	150人	1,900円
医療ビジネス観光情報専門学校(南区上鶴間本町)	大人のマナー講座 -日常マナーからテーブルマナー 国際時代のマナーについて(全3回)	10月6日(土)・13日(土)・20日(土)	午前9時~正午	12人	1,900円(540円)
青山学院大学(中央区淵野辺)	情報社会を豊かに生きる -社会情報学の挑戦(全5回)	10月13日~11月17日の毎週土曜日(11月3日を除く)	午前10時30分~正午	100人	1,300円
多摩美術大学(八王子市鎌水)	モチーフを巡る旅(全5回)	10月5日・26日、11月16日・30日、12月14日の金曜日	午後1時30分~3時30分	24人	1,900円(1,500円)
サレジオ工業高等専門学校(町田市小山ヶ丘)	Active English in the News (中級) (全7回)	10月15日~11月26日の毎週月曜日	午後6時~7時30分	16人 ※2	1,900円
行政・相模原市 ※3	食にまつわる危険や問題点について考える(全4回)	10月29日~11月26日の毎週月曜日(11月5日を除く)	午後2時~3時30分	40人	各1,300円
行政・座間市 ※4	小田急線沿線を知る・楽しむ・考える(全3回)	11月16日(金)・30日(金)、12月7日(金)		50人	

※1 函ポルトガル語初心者 ※2 函中級レベル(TOEICスコア450~500程度)の人 ※3 函国民生活センター相模原事務所(中央区弥栄) ※4 函ハーモニーホール座間(座間市緑ヶ丘)

### 女性の健康教室 \☆40~50代必見☆/ “更年期”知ってるつもりになっていませんか? ~女性ホルモンを知ってココロとカラダをコントロール~

40代からの女性に起こりやすい心身の変化について、医師の講義と、更年期を健やかに過ごすための工夫を紹介します。  
 開 10月16日(火) 午後2時~4時  
 会 緑区合同庁舎  
 定 80人(申込順)  
 申 10月9日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

### 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、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	費用
① 10月3日~12月19日の毎週水曜日	午後3時30分~5時	スポーツクラブルネサンス 相模大野(南区相模大野)	042-702-0303 午前10時~午後11時30分(金曜日を除く) ※土・日曜日、祝日等は午後8時まで	6,000円
② 10月4日~12月20日の毎週木曜日	午後1時~2時30分	ワールドウィング 町田アネックス 相模原(中央区清新)	042-700-2156 午前11時~午後1時、午後4時~7時(水曜日を除く)	4,000円
③ 10月5日~12月21日の毎週金曜日	午後3時30分~5時	スポーツクラブルネサンス 淵野辺(中央区鹿沼台)	042-753-5461 午前9時30分~午後9時(月曜日を除く) ※日曜日、祝日等は午後7時まで	各6,000円
④ 10月10日~12月26日の毎週水曜日	午後1時~2時30分	コナミ スポーツクラブ 相模大野(南区南台)	042-748-6611 午前10時30分~午後5時(金曜日を除く)	

※運動に支障がない市内在住の65歳以上=①②④各10人③8人(抽選)  
 申 9月20日までに、電話で各会場へ

### 家庭でできる省エネについて考えよう! 「COOL CHOICE」普及啓発実施中

「さがぼーくん」を隊長とした「COOL CHOICEキャラバン」が、身近な省エネ対策などのパネル展示や呼び掛けを行います。

日にち	会場
9月9日(日)・30日(日)	相模原ギオンスタジアム
10月20日(土)・21日(日)	潤水都市さがみはらフェスタ会場(相模総合補給廠一部返還地)
10月28日(日)	さがみおおのハロウィンフェスティバル会場(相模大野駅北口)

さがみはら地球温暖化対策協議会イメージキャラクター さがぼーくん

9月9日・30日は会場ホームタウンチームの試合があるよ! 遊びに来てね!

☎環境政策課 ☎042-769-8240

### 障害者スポーツ講座

- ① **みんなで楽しく運動しよう♪(全6回)**  
 音楽に合わせた体操やレクリエーションなどで体を動かします。  
 時 10月12日、11月9日、12月14日、平成31年1月11日、2月8日、3月8日の金曜日 午前10時~11時30分  
 会 けやき体育館  
 対 市内在住か在勤・在学で障害のある小学生以上  
 定 40人(申込順) ※小学生は要付き添い
- ② **楽しく体を動かそう♪(全4回)**  
 リズムや音楽に合わせて楽しく体を動かします。  
 時 10月10日(水)、12月10日(月)、平成31年1月10日(水)、3月12日(火) 午前10時30分~11時30分  
 会 けやき体育館  
 対 市内在住か在勤・在学で、主に車いす利用者か重度の障害のある18歳以上(高校生不可)  
 定 20人(申込順)

- ③ **元気にパワーアップ体操 in 津久井(全3回)**  
 時 10月9日(火)、11月13日(火)、12月11日(火) 午後1時30分~3時  
 会 津久井生涯学習センター  
 対 市内在住か在勤・在学で障害のある小学生以上  
 定 30人(申込順)  
 ※小学生は要付き添い  
 …………… 申 …………… 通 ……………  
 ※手話通訳、要約筆記対応可  
 ※ボランティア同時募集(函①②各5人③2人(申込順))  
 申 ①②9月30日③10月2日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、催し名、手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて、けやき体育館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

### 障害者バスレクリエーション

催し名	日時	定員(抽選)
① りんご狩り	11月3日(祝) 午前7時~午後6時30分	38組
② いちご狩り	平成31年2月3日(日) 午前8時~午後6時	各18組
③ 工場見学	3月3日(日) 午前8時~午後6時30分	

※3回のうち、いずれか1回のみ参加となります。  
 ※リフト付きバスを利用  
**集合・解散場所** けやき体育館か津久井総合事務所  
 函 市内在住か在勤・在学で障害のある小学生以上とその付き添い(2人1組)  
 費 ①5,000円②8,000円③6,000円  
 申 9月30日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、催し名(第3希望まで)を書いて、けやき体育館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

# 楽しく子育てを応援

**子育て支援者研修会・交流会**  
**育ててっかい支援の輪2018**  
 子育て中の人や子育て支援に関わるグループ・個人の交流を深める集い  
**時**9月29日(土)午後1時～4時  
**会**市立図書館(中央区鹿沼台)  
**講演会** 行政と子育て支援者をつなげる架け橋～子どもを守り支える地域連携～  
 關川上 宏さん(元市こども育成部長)  
**定**100人(申込順) ※子ども同伴可  
**申**9月25日までに、ファクスかEメールに氏名(ふりがな)、電話番号、子ども同伴者は子どもの月齢、所属があれば所属の子育て支援団体名、「子育て支援者研修会・交流会」と書いて、みらい子育てネットさがみはら連絡協議会(☎042-746-5998 ☒info@miraikko-sagami.org)へ  
**関**同協議会の西谷さん ☎042-746-5998


**子育て広場たんとうセミナー**  
**「イヤイヤ期にいららない子育てのヒント」**  
 子どもの心の発達と、イヤイヤ期の子どもと上手につき合う方法を学ぶ  
**時**9月15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**乳幼児の保護者  
**定**15組(申込順)  
 ※子ども同伴可  
 ※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**  
**①ベビーマッサージ(全3回)**  
 オイルを使って赤ちゃんの体をマッサージしながらコミュニケーション  
**時**9月18日(火)、10月4日(木)・17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)  
**対**首が据わり、ハイハイする前の乳児とその保護者  
**定**5組(申込順。全回参加できる人を優先)  
 ※予防接種当日の参加は避けてください。  
**費**300円(オイル代)  
**②「親と子の感情」とは**  
 臨床発達心理士による親子の付き合い方などのお話  
**時**9月25日(火)午前10時30分～11時30分  
**会**サン・エールさがみはら  
**対**妊娠中の人か、おおむね3歳以下の子どもとその保護者=10組(申込順)  
 …………… 共 …………… 通 ……………  
**申**9月3日から、月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時に、電話で子育て広場緑のおうち(☎042-703-5136)へ


**バンビのぼれぼれ広場**  
**ワーキングママ準備講座**  
 マザーズハローワーク相模原の担当者による、働きたいママに向けてのお話  
**時**9月27日(木)午後2時～2時30分  
**会**バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)  
**対**乳幼児の保護者、妊娠中の人かその家族  
**定**10組(申込順)  
**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、電話番号を書いて、同広場(☎042-776-2286 ☒famiasapobambino@gmail.com)へ

**わらべうたで遊ぼう!**  
 子育てに関するフリートークもあり  
**時**9月29日(土)午前10時～11時30分  
**会**橋本公民館  
**対**1歳以下の子どもとその保護者  
**定**20組(申込順)  
**申**直接か電話(午前9時30分から)で、橋本図書館(☎042-770-6600)へ

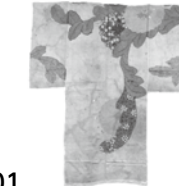
**さがみはら 秋の文化芸術イベントガイドを発行**  
 市内で開催されるイベント情報をまとめた冊子を発行します。  
**配布場所** 相模原市民ギャラリー、アトラボはしもと、市立博物館、各区役所・まちづくりセンター・公民館・図書館など ※市ホームページにも掲載  
**関**文化振興課 ☎042-769-8202



**相模川ビレッジ若あゆ かがしフェスティバル**  
 子どもたちの手作りかがしを展示します。  
**時**9月8日(土)～30日(日)  
**会**相模川自然の村公園周辺の水田  
**関**相模川ビレッジ若あゆ ☎042-760-5445



**女子美アートミュージアム 女子美染織コレクション 日本の伝統と技**  
 江戸時代を中心とした日本の「裂」を紹介します。  
**時**9月12日(水)～10月20日(土)午前10時～午後5時  
 (入館は午後4時30分まで)  
**休館日** 日曜日、祝日等  
**会**女子美アートミュージアム(南区麻溝台)  
**関**女子美アートミュージアム ☎042-778-6801



**としょかん落語～ふちのべ座～**  
 桜美林大学と中央大学の落語研究会を招き、落語会を開催します。  
**時**9月23日(祝)午後2時～3時  
**会**市立図書館(中央区鹿沼台)  
**定**150人(先着順)  
 ※希望者は直接会場へ  
**関**市立図書館 ☎042-754-3604



**視聴覚ライブラリー の催し** 関視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時など	上映作品
<b>月例子ども映画会</b> 9月8日(土)午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶どんぐりと山猫 ▶ハメルンの笛ふき ▶注文の多い料理店 ▶大きなライオンと小さなウサギ
<b>シネマサロン</b> 9月9日(日)・11日(火)午後2時～3時50分	▶お茶漬の味 (1952年/日本/白黒)

**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

**市立博物館に行こう** 関市立博物館 ☎042-750-8030  
 休館日 月曜日(9月17日・24日、10月8日を除く)、9月18日(火)・25日(火)、10月9日(火)

**プラネタリウム 新番組**  
**「はやぶさ2」が見たリュウグウ～小惑星の謎に挑む～**  
 解説員による星空紹介と、小惑星探査機「はやぶさ2」が探査している小惑星リュウグウについて、最新の成果を紹介します。  
**時**9月4日(火)～11月4日(日)  
**秋の星空模様**  
 解説員が、秋の星座や中秋の名月について解説します。  
**時**9月8日～11月25日の土・日曜日、祝日等  
 …………… 共 …………… 通 ……………  
**定**各210人(先着順)  
**費**各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書))  
 ※希望者は直接会場へ  
 ※上映スケジュールなど詳しくは、同館ホームページをご覧ください。

**明治150年関連企画展 希望者は直接会場へ**  
**相模原にもある幕末・維新のヒーローたちの痕跡**  
 勝海舟、榎本武揚、三条実美らの実物資料の展示や、幕末・維新の市内の歴史を紹介します。  
**時**9月15日(土)～10月21日(日)午前9時30分～午後5時  
**展示解説**  
**時**9月15日(土)・23日(祝)、10月8日(祝)・21日(日)午後1時～1時30分  
**学芸員講話 相模原にもある幕末・維新のヒーローたちの文化財**  
**時**9月23日(祝)午後2時～3時30分  
**定**200人(先着順)


**若者が語る幕末・維新のヒーロー愛のつどい**  
 幕末・維新のヒーローについて、好きになったエピソードなど熱い思いを語ります。  
**時**9月23日(祝)午後3時30分～5時  
**定**200人(先着順)

**9月のさがみはら宇宙の日 昼間の星の観望会**  
 口径40cmの大型望遠鏡や観測テラスで昼間の星や太陽を観望します。  
**時**9月16日(日)午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分  
 ※希望者は直接会場へ  
 ※荒天などで星が見えない場合は、天体観測室の見学と学芸員実習生による太陽望遠鏡の紹介を行います。

**旧石器ハテナ館の催し** 関旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

**みんな、あつまれ! 旧石器ハテナ館まつり**  
 石蒸し料理や火おこし、弓矢の射的体験など、大昔の生活が楽しく体験できます。クイズラリーや日本最古の建物跡の解説に参加すると、オリジナル景品がもらえます。  
**時**9月15日(土)午後1時～4時(荒天中止)  
**会**旧石器ハテナ館、史跡田名向原遺跡公園

**石蒸し料理体験** **定**30人(申込順) **費**400円 **申**直接か、電話で同館へ  
 ※詳しくは同館ホームページをご覧ください。





# 10月1日から 新生児聴覚検査の 助成が始まります

赤ちゃんのうち、1,000人に1人から2人程度が「先天性難聴」と診断されていますが、早期に適切な治療を始めることで、ことばや心の発達などへの影響が最小限に抑えられることが分かっています。ぜひ、受診券を利用して積極的に検査を受けましょう。 圏市コールセンター ☎042-770-7777



## 協力医療機関一覧

次の医療機関で出生し、入院中に受検する場合、受診券が使用できます。

地域	医療機関名
緑区	相模原協同病院
	にしさこレディースクリニック
市内	けい産婦人科クリニック
	相模野病院
	総合相模更生病院
	てるて産科クリニック
	淵野辺総合病院
南区	北里大学病院
	相模原病院
町田市	産婦人科 ベルンの森クリニック
	都南産婦人科
	町田産婦人科 菜の花クリニック
	町田市民病院
八王子市	いわさレディースクリニック
	新クリニック
	東京医科大学八王子医療センター 米山産婦人科病院
座間市	代田産婦人科
	厚木産婦人科
厚木市	塩塚産婦人科
	並木産婦人科クリニック
	愛育病院(愛育こどもクリニック)
大和市	会沢産婦人科医院
	美和レディースクリニック
	大和市立病院

※入院中に受検できずに退院した場合は、受け入れ可能な医療機関を案内します。早めにごども家庭課(☎042-769-8345)までお問い合わせください。

上記の医療機関以外で受検した場合も、償還払いにて助成を受けることができます。詳しくは、受診券をご覧ください。

### 対象は？

検査当日に本市に住民登録(または登録予定)がある、生後6カ月未満の乳児  
※平成30年10月1日以降に生まれていること

### 助成される上限金額

●自動ABR検査 5,000円 ●OAE検査 2,200円  
※上限を超えた金額は、自己負担となります。

### どんな検査？

赤ちゃんが難聴かどうかを音を聞かせて調べる検査です。検査は自動ABR(自動聴性脳幹反応)とOAE(スクリーニング用耳音響放射)の2種類があります。

#### 自動ABR検査

音に対する脳の電気反応を調べます。



#### OAE検査

刺激音に対する反応の有無を調べます。



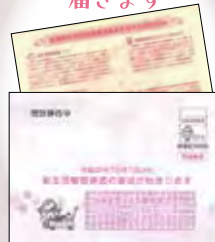
どちらも薬を使わず、痛みもなく、短時間で安全に検査することができます。

※医療機関によって実施している検査の種類が決まっているため、検査の種類を選ぶことはできません。

### 受診券の交付について

- ◆30年4月1日以降に妊娠届出書を提出した人  
=母子健康手帳交付時にお渡ししています。
- ◆30年3月30日までに妊娠届出書を提出し、出産予定日が9月20日以降の人  
=簡易書留で9月1日ごろに受診券を住民登録地に郵送します。

こんな封筒で届きます



※助成対象に該当している人で受診券が届かない場合は、お問い合わせください。

### さがみはらアプリで子育て さがアプリコ

地域密着型の子育てアプリで、妊娠・出産・育児をしっかりサポートする電子母子健康手帳です。

- 予防接種のスケジュールリング
- 健診記録のグラフ化

などに活用できます。



#### 母子モ(ボシモ)で検索!

アプリストアからダウンロードし、お住まいの地域を本市に設定!

圏こども家庭課 ☎042-769-8345

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 [相模原市](#) [新生児聴覚検査](#) [検索](#)

応援しよう！

# NPO法人！

あなたの一歩が、誰かの力に  
活動・体験内容

活動の中では、皆さんが参加できるイベントや講座も開催しています。開催に関する情報は、各法人のホームページや、さがみはら市民活動サポートセンターで紹介しています。

NPO法人(特定非営利活動法人)は、市民の皆さんが日頃感じている課題を解決するため、幅広い分野で活動を行っています。身近にあるNPO法人を知って、興味のある分野に携わってみませんか。



### 身近な「やりたい」を形にできる

私が活動しているNPO法人は、全国の認知症ケア実践者同士がつながる活動や、認知症の人、家族、地域住民が互いにパートナーとなり、お互いの小さな願いをかなえていく活動を積み重ねています。

事務局として新しい企画を一から作り上げることもあり、大変さもありますが、多くの仲間と最後までやりきることの充実感も覚えています。今は子育て中ですが、できる範囲で活動に参加できるので、とても感謝しています。

NPOの活動はやりがいがあると思いますので、これから活動される人にもぜひ頑張っていたいただけたらと思います。

Link・マネジメント  
糠信千代子さん



## 寄付という 応援方法も！

実際に活動に参加するのはなかなか難しくても、寄付により活動を応援することもできます。

**メリット** 寄付金は  
市民税の控除対象にも

NPO法人のうち、運営組織や事業活動が適正で公益性が高い法人を、市が条例で指定し、13法人(平成30年9月時点。市ホームページに掲載)が指定を受けています。

指定NPO法人に寄付をすると、市民税の控除を受けることができます。

## NPO法人の情報はここから！

さがみはら  
市民活動  
サポートセンター

NPO法人を含む、市民活動団体の情報を得ることができます。  
所在地 けやき会館3階  
同センター ☎042-755-5790

内閣府ホームページ  
「NPO法人  
ポータルサイト」

全国のNPO法人に関する情報を検索することができます。



### 市もNPO法人の活動を応援しています

- 市民・行政協働運営型市民ファンドゆめの芽  
市民や企業からの寄付金を、市内の市民活動団体へ活動資金として助成する制度です。
- さがみはら地域ポータルサイト「さがポ」  
団体のホームページを無料で作成できるほか、地域の情報も掲載しています。
- 市民活動サポート補償制度  
ボランティア活動中に思わぬ事故によりけがをした場合などに、市が補償をする制度です。



### NPO法人の運営のための各種講座

団体が活動するための各種講座をさがみはら市民活動サポートセンターで実施しています。

**近日開催 「NPO法人の会計講座」(全5回)**  
9月15日～平成31年3月23日の土曜日  
午後2時～4時

※内容や申し込み、その他の講座については、同センターホームページをご覧ください。

同市民協働推進課 ☎042-769-8226



# 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

### 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  
 9月11日(火)・27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

11月まで平日に空きあり  
 随時受け付け  
**12月分の抽選申し込み** 9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9月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ  
**12月の休館日** 17日(月)・18日(火)

### 東京都市圏パーソントリップ 調査にご協力を

将来のまちづくりや交通計画などの基礎資料にするため、人の1日の移動を把握する調査を9月から12月に実施します。調査に当たり無作為に抽出した対象世帯には、調査はがきや調査票を送りますので、ご協力をお願いします。  
 交通政策課

### コンビニ交付サービスの停止

コンビニエンスストアなどで住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明書が取得できるコンビニ交付サービスは、次の日程でメンテナンスを行うため、終日利用できません。  
 9月16日(日)  
 住民票の写し・印鑑登録証明書=区政支援課、税証明書=市民税課

### 教育委員会の点検・評価の公表

教育行政事務の管理執行状況を点検・評価した報告書を公表  
**閲覧場所** 各行政資料コーナー・公民館など  
 ※市ホームページにも掲載  
 教育総務室

### 住宅・土地統計調査にご協力を

住生活に関する施策などの基礎資料にするため、総務省が指定した地域の約1万8,000世帯を無作為に抽出し、10月1日時点の居住状況などの調査を実施。対象世帯には9月上旬から調査員が訪問します。スマートフォンやパソコンからの回答も可能です。ご協力をお願いします。  
 情報政策課

## 募集

### 市営住宅入居者の追加受け付け

住宅名(各1戸)	対象	間取り	入居人数
内郷住宅	一般世帯向け	2DK	2人以上
富士見団地 東団地	多人数世帯向け	4DK	各5人以上

9月3日～10月5日(土・日曜日、祝日等を除く)に、直接、市営住宅課(☎042-769-8256)へ  
 ※先着順。申し込み前に各住宅の受け付け状況を同課にご確認ください。

### リサイクルフェア2018 フリーマーケット出店者

10月14日(日)午前10時～午後3時(雨天中止)  
 相模原麻溝公園  
 18歳以上=75区画(抽選)  
 ※高校生は保護者同伴。子ども同伴可  
 2,000円  
 ※1組1区画(約3m×2m)  
**販売品目** 衣類や雑貨など家庭内で発生した不用品(リユース品に限る)  
 ※同一住所からの複数応募は不可  
 ※業者の出店や食品類・生き物などの販売不可。詳しくはお問い合わせください。  
 9月13日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に8面上の必要事項と販売品目、参加人数(中学生以上)を書いて、同実行委員会事務局(資源循環推進課内 ☎252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8334)へ

### 甲州街道小原宿本陣祭の出店者

11月3日(祝)午前10時～午後4時  
 小原の郷と小原地域  
 近隣地域で活動している企業・団体・個人  
 ※申し込み多数の場合は抽選。定員など、詳しくはお問い合わせください。  
 飲食5,000円、物販3,000円  
 電話連絡の上、9月28日(必着)までに、相模湖商工会から送付される申込用紙を同商工会(☎042-684-3347)へ

### 日連診療所の非常勤看護師

11月から、月～金曜日(祝日等を除く)のうち指定する日で、午前8時30分～午後5時か、午前か午後の1日4時間(勤務日は応相談)  
 時給1,780円  
 看護師か准看護師の免許がある人  
 若干名(選考)  
 9月28日(必着)までに、履歴書(写真貼付)と看護師か准看護師免許証の写しを、直接か郵送で国民健康保険課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-704-8909)へ  
 ※後日、面接あり

### 市シルバー人材センターの職員

総務・経理・業務事務など  
**採用予定日** 12月1日  
**賃金** 月額18万2,100円  
 昭和58年4月2日～平成9年4月1日に生まれ、普通自動車運転免許がある人  
 1人(選考)  
**第1次試験日** 10月14日(日)  
 9月18日(必着)までに、受験案内に付いている申込書などを郵送で同センター事務局(☎042-753-7373)へ  
 ※詳しくは、同センター事務局・南事務所・緑事務所にある受験案内(同センターホームページにも掲載)をご覧ください。

### 非常勤保健師

特定保健指導などの成人保健指導業務  
**勤務** 11月～平成31年2月の週5日程度で、午前8時30分～午後5時15分のうち指定する1日5時間30分  
**賃金** 時給1,760円  
 保健師免許と普通自動車運転免許があり、パソコン操作ができる人  
 1人(選考)  
 9月3日～14日に、電話で健康増進課(☎042-769-8322)へ

## イベント

### 相模原芸術家協会展

市内在住のプロの画家・彫刻家44人が新作・話題作などを展示  
 9月7日(金)～18日(火)  
 午前10時～午後6時  
 ※12日(水)は休館。18日は午後3時まで  
**ギャラリーートーク**  
 9月9日(日)午後1時30分から  
 相模原市民ギャラリー  
 ※希望者は直接会場へ  
 同ギャラリー(☎042-776-1262)

### 石老山の森(市民の森)を楽しもう!

奇岩で知られる石老山での自然観察会や木工クラフトを体験した後、さがみ湖温泉うるりを満喫  
 9月30日(日)午前10時～午後4時(雨天中止)  
**集合場所** さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト第二駐車場  
 (仮称)相模原市市民の森(石老山内)  
 30人(申込順)  
 1,000円(小学生以下650円)  
 9月15日までに、Eメールかファクスに氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、自遊クラブの神田さん(☎jiyuu-club@mail.goo.ne.jp ☎045-983-7627 ☎090-4124-1985)へ  
 ※詳しくは同クラブホームページをご覧ください。

### 相模線沿線ハイキング(約6.6km)

10月13日(土)(雨天中止)  
**集合** 午前9時30分～10時30分にさがみはらグリーンプール前の受付テント  
**コース** 横山公園→てるて姫の里ロマン探訪の小路→上溝中学校入口→上溝まちづくりセンター→上溝さくら公園→道保川公園→番田駅  
 800人(申込順)  
 10月12日までに、直接か電話(9月3日から)、ファクス、Eメールに代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、参加人数、「相模線沿線ハイキング」と書いて、交通政策課(☎042-769-8249 ☎042-757-6859 ☎toshikoutsu@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ  
 ※市ホームページの電子申請からも申し込みます。  
 ※当日雨天時の問い合わせは市コールセンター(☎042-770-7777)へ

## イチオシ! スポーツイベント

### 津久井湖駅伝競走大会

11月11日(日)  
 午前7時30分～午後1時30分(荒天中止)  
**集合場所** 中沢中学校  
 ※種別など、詳しくはお問い合わせください。  
 中学生以上  
 1チーム4,000円(中学生の部は2,000円)  
 10月12日(消印有効)までに、スポーツ課津久井地域班にある申込書(市ホームページにも掲載)を同班(☎042-684-3257)へ



## イチオシ! 地元探訪

### まちなみウォッチング「水と緑を五感で 発見する旅～さがみはら 水も滴る いい都～」

青山沈殿池や小倉橋など、水資源が豊富な相模原ならではのスポットをマイクログラスで巡ります。  
 10月12日(金)・19日(金)  
 午前9時30分～午後4時  
**集合場所** 橋本駅 **解散場所** 淵野辺駅  
 市内在住か通勤・在学の20歳以上  
 各18人(抽選)  
 各50円(保険料) ※昼食は各自持参  
 9月18日(必着)までに、はがきかファクス、Eメール(1通2人まで)に8面上の必要事項と性別(全員分)、希望日、市内のお気に入りの景観を書いて、建築・住まい政策課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-757-6859 ☎kenchikusumai@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-9252)へ





風雲！つくい城

家族や友達などのグループで楽しむミニゲーム。キーワードを集めた先着100人にプレゼントあり

時9月9日(日)午後1時～3時(雨天中止)
会県立津久井湖城山公園根小屋地区
集合場所 同公園パークセンター
対小学生以上
※希望者は動きやすい服装・靴で直接集合場所へ
同センター(☎042-780-2420)

酒まんじゅう作りと城山散策

時9月15日(土)午前10時～午後3時
会津久井湖観光センター
定30人(申込順)
費2,500円(昼食代含む)
申電話で同センター(☎042-784-6473)へ
※雨天時は酒まんじゅう作り体験のみ

ふじの里山古民家ツアー

藤野・津久井地区の古民家や寺院、酒蔵などを巡り、阿字観(座禅)体験や郷土料理などの魅力を再発見
時9月30日(日)午前9時～午後4時30分
集合場所 藤野中央公民館
定60人(申込順)
費5,000円(バス・昼食代含む)
申9月21日(必着)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、「ふじの里山古民家ツアー」と書いて、つばめ観光バス(☎042-685-1307 FAX042-685-1766 info@tsubame-kanko.co.jp)へ
同ふじの里山くらぶ(☎042-686-6750)

初心者向け親子サッカー教室

時10月6日(土)午前10時30分～正午(雨天中止)
会横山公園人工芝グラウンド
対小学校1～4年生とその保護者
定50組(申込順)
費子ども1人につき1,000円(保険料含む)
申10月5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(☎042-758-0886 FAX042-758-0586)へ

講演・講座

社交ダンス講習会(全4回)

時9月18日～10月9日の毎週火曜日
午前9時～11時30分
会市体育館(市役所前)
対社交ダンスの経験者=20人(申込順)
費700円

申9月15日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「社交ダンス講習会」と書いて、市ダンス協会の松浦孝昌さん(〒252-0227 中央区光が丘2-1-13 ☎080-6668-9779)へ

やってみよう!植木の手入れ(全2回)

シルバー人材センターの会員が技術指導
時9月20日(木)・21日(金)
午前10時～午後3時
会淵野辺公園
対市内在住の60歳以上=15人(抽選)
申9月14日(必着)までに、はがきに8面上の必要事項を書いて、市シルバー人材センター事務局(〒252-0236 中央区富士見4-3-1 ☎042-753-7373)へ

マジック初心者講座(全3回)

時9月22日(土)・29日(土)、10月6日(土)
①午後1時30分～3時②午後7時～8時30分
※1回のみ参加も可
会市民会館
対小学生以上=各回15人(先着順)
※小学生は保護者同伴
※希望者は直接会場へ
費各回500円(小学生200円)
同市奇術連盟の吉松さん(☎090-8039-8903)

ダンボールコンポスト講習会～はじめよう!生ごみのリサイクル～

ダンボールで生ごみを堆肥化する方法
時9月22日(土)午後2時～4時
会大野北公民館
対市内在住の人=20人(申込順)
申9月3日～14日に、電話で資源循環推進課(☎042-769-8334)へ

歴史講演会「西郷隆盛と江戸城無血開城」～せごどんと勝二人だけでできたのか?～

時9月27日(木)午後2時～4時
会社のホールはしもと多目的室
講竹村紘一さん(神奈川歴史研究会会長)
対市内在住の人=120人(申込順)
費500円
申9月26日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

初心者民謡講座(全10回)

時10月4日～12月27日の毎週木曜日(11月29日、12月6日・13日を除く)
午前10時～正午
会市民会館けやきの間
定30人(申込順)
費2,000円
申9月30日までに、電話で市民謡協会の會田さん(☎090-6568-0445)へ

市民公開講座「心に寄り添う傾聴を学ぶ」

時9月8日(土)午後1時30分～3時
会智泉会はあつあ市民交流センター(中央区清新)
対傾聴ボランティアとして活動中の人数40人(抽選)
費200円
申9月4日(必着)までに、往復はがきかEメールに住所、氏名、電話番号、「心に寄り添う傾聴を学ぶ」と書いて、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 FAXkeichouvol@gmail.com)へ
同会の瀧川さん(☎070-5014-8311)

中小企業労務管理セミナー「働き方改革時代の労務管理について」

公正な待遇の確保や労働時間の管理など
時9月12日(水)午後2時～4時
会産業会館
講富田保宏さん(特定社会保険労務士)
定100人(申込順)
申9月11日までに、電話でかながわ労働センター県央支所(☎046-296-7311)へ

さがみはら地域プロデューサー養成講座(全6回)

地域活性化に取り組む地域プロデューサーの役割や仕組みづくりを学ぶ
時10月6日・20日、11月3日・17日、12月1日・15日の土曜日
午前9時30分～正午
会産業会館
定20人(申込順)
申10月4日までに、直接か電話、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 FAX042-759-5655 info@sagamihara-cb@ssz.or.jp)へ
※同財団ホームページからも申し込みます。

体感教室～グループリーダーを目指して～

キャンプを通して、コミュニケーション能力の向上を図る
時10月13日(土)・14日(日)(1泊2日)
会県立足柄ふれあいの村(南足柄市広町)
対市内在住か在勤・在学の中学生～30歳
定30人(申込順)
費3,000円(飲食代含む)
申9月20日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに8面上の必要事項と学年は学校名・学年を書いて、青少年学習センター(☎042-751-0091 FAX042-751-0092 info@seisyonen-center@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

ハロウィンカラーを取り入れたハンギングバスケット教室

時9月26日(水)午前10時～正午
会横山公園野球会場会議室
定16人(申込順)
費2,000円(材料費含む)
申9月25日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、同公園(☎042-758-0886 FAX042-758-0586)へ

イキイキライフのための生活習慣病予防教室(全2回)

体・血管年齢の測定や日頃の運動量をチェックし、より健康的な生活習慣を学ぶ
時10月3日(水)・10日(水)
午後1時30分～3時30分
会津久井保健センター
定30人(申込順)
申9月3日～10月2日に、電話で緑保健センター津久井担当(☎042-780-1414)へ

病態別健康教育～今すぐ対策!中性脂肪とコレステロール～脂質異常症の教室

血管年齢の測定や試食などの体験をし、生活の改善方法などについて学ぶ
時10月5日(金)午後2時～4時
会田名公民館
対市内在住か在勤の人=40人(申込順)
申9月3日から、直接か電話で、中央保健センター(☎042-769-8233)へ

地域歯科保健に係わる歯科衛生士のための支援講習会(全3回)

時講義 11月1日(木)・29日(木)
午前9時30分～午後4時
現場見学 11月8日(木)～28日(水)のいずれか1日
会ウェルネスさがみはらほか
対市内在住か在勤の歯科衛生士
※生後6カ月以上の子どもの保育あり(10月19日までに要予約)
定30人(申込順)
費2,000円
申9月3日～10月24日に、電話で市歯科医師会(☎042-756-1501)へ
※内容について詳しくは、同会ホームページをご覧ください。

おわびと訂正

8月15日号2面に掲載した「市政の情報を公開しています」の記事で、平成29年度の審議会などの開催回数に記載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)224回 (正)240回

イチオシ!施設の無料開放

9月17日(祝)敬老の日

①総合体育館②北総合体育館

バドミントン、卓球、バウンドテニス、トレーニング施設を利用できるほか、施設ごとの催しに参加できます。
※バウンドテニスは②のみ
時午前9時～午後10時
対65歳以上
※希望者は用具と運動着、室内履きを持って直接会場へ

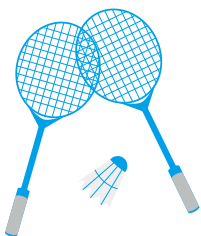


Table with 3 columns: 会場, 催し名, 利用時間. Row 1: ① 健康体操 午前11時30分～正午. Row 2: ② 健康測定 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時. Row 3: ② レスマルズ(エクササイズ) 午後7時～7時40分、午後8時20分～9時

同①総合体育館 ☎042-748-1781 ②北総合体育館 ☎042-763-7711

10月8日(祝)体育の日 テニスコート

Table with 2 columns: 区分, 利用時間. Row 1: 1 午前 8時30分～10時. Row 2: 2 午前10時～11時30分. Row 3: 3 午前11時30分～午後1時. Row 4: 4 午後 1時～2時30分. Row 5: 5 午後2時30分～4時. Row 6: 6 午後4時～5時30分. Row 7: 7 午後5時30分～7時. Row 8: 8 午後7時～8時30分

会横山・淵野辺・鹿沼★・相模台★・津久井又野・相模湖林間公園、大野台南★・やまびこ(小倉)テニスコート、名倉グラウンド
★1～5区分のみ
対市内在住か在勤・在学の4人以上のグループ=370組(抽選)
※15歳以下のみのグループは保護者同伴
※当日、本人確認を行う場合があります。
申9月10日(必着)までに、往復はがき(1グループ1枚)に代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、全員の氏名、希望の施設名・利用区分(第2希望まで)を書いて、スポーツ課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8288)へ

**銀河アリーナ** 施設の教室など

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

プールの営業は9月16日(日)で終了します

トレーニング室と会議室は引き続き利用できます。

全館休館 9月18日(火)、10月15日(月)

未使用の回数入場券の払い戻しについて

水泳プールは、設備機器の老朽化などにより、平成31年度以降の運営を休止します。これに伴い、利用しなかった回数入場券を払い戻します。

還付期間 9月17日～2028年9月16日

還付額 大人1枚363円(10枚を超える場合は11枚ごとに4,000円)

小人1枚181円(10枚を超える場合は11枚ごとに2,000円)

同所にある還付申請書と未使用の回数入場券を直接同所へ

☎スポーツ課 ☎042-769-8288

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
①トレーニング機器使い方	9月18日(火)	午前10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く)	各20人(申込順)	700円
②ヨガで骨盤矯正(全10回)	10月6日～12月22日の毎週土曜日(10月27日、11月3日を除く)	午前10時～11時15分			7,000円

☎①9月16日②10月4日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

**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	費用
①骨盤すっきりエクササイズ(全10回)	9月27日～12月6日の毎週木曜日(10月25日を除く)	午前10時～11時	18歳以上(高校生を除く)	5,000円
②ランニングクリニック	9月29日(土)	午前10時～正午		1,500円
③未就園児親子体操(全9回)	10月1日～12月17日の毎週月曜日(10月8日・22日、11月26日を除く)	午前10時30分～11時30分	2・3歳児とその保護者	1組9,900円
④ファンクショナルトレーニング(全10回)	10月2日～12月11日の毎週火曜日(10月23日を除く)	午前10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く)	各5,000円
⑤シェイプアップ(全10回)	10月3日～12月12日の毎週水曜日(10月24日を除く)	午前11時～正午		
⑥跳び箱・鉄棒(全9回)	10月10日～12月19日の毎週水曜日(10月24日、11月21日を除く)	午後3時40分～4時40分	年中・年長	各9,900円
		午後4時50分～5時50分	小学校1～4年生	
	10月12日～12月21日の毎週金曜日(11月2日・23日を除く)	午後4時10分～5時10分	年中・年長	
		午後5時20分～6時20分	小学校1～4年生	
⑦スラックライン	10月10日(水)	午後7時30分～8時30分	どなたでも(小学生以下は保護者同伴)	1,000円

☎①②④～⑥各20人③20組⑦30人(申込順)

☎電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と⑥は希望日時、小学生は学年を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)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(全7回)	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
いきいきストレッチ体操	10月3日～11月14日の毎週水曜日	午後1時30分～3時	15歳以上(中学生を除く)	40人	1回300円
親子DEリトミック	10月4日～11月15日の毎週木曜日	午前10時30分～11時30分	3歳以上の未就学児とその保護者	30組	4,000円
健康体操	10月5日～11月16日の毎週金曜日	午前10時～11時	15歳以上(中学生を除く)	各40人	1回300円
骨盤シェイプ体操		午後1時30分～3時			

☎9月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ

**市体育館(市役所前)** 施設の教室

〒252-0236 中央区富士見1-2-15 ☎042-769-5201

インナーストレッチ(全7回)

☎10月4日～11月15日の毎週木曜日 午後2時～3時

☎15歳以上(中学生を除く)=30人(抽選) ☎3,500円

☎9月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ

**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)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
Xリーグ	9月2日(日)	午後1時30分	相模原ギオンスタジアム	オービックシーガルズ
	9月15日(土)		富士通スタジアム川崎(川崎市川崎区富士見)	富士ゼロックスミネルヴァAFC
	9月23日(祝)		相模原ギオンスタジアム	富士通フロンティアーズ

☎ノジマ相模原ライズ ☎042-815-3094



三菱重工相模原ダイナボアーズ(ラグビー)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
トップチャレンジリーグ	9月9日(日)	午後0時30分	秩父宮ラグビー場(港区北青山)	釜石シーウェイブスRFC
	9月30日(日)	正午	海老名運動公園陸上競技場(海老名市社家)	中国電力レッドレグリオンズ

☎三菱重工相模原ダイナボアーズ ☎042-761-2686



SC相模原(サッカー)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
J3リーグ(ホーム)	9月8日(土)	午後5時	相模原ギオンスタジアム	ブラウブリッツ秋田
	9月12日(水)	午後7時		アスルクラロ沼津
	9月30日(日)	午後1時		ザスパクサツ群馬

☎SC相模原 ☎042-810-7777



ノジマステラ神奈川相模原(女子サッカー)

	日にち	開始時間	会場	対戦相手
なでしこリーグ1部(ホーム)	9月9日(日)	午後5時	相模原ギオンスタジアム	INAC神戸レオネッサ

☎ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881

※その他の試合日程など詳しくは、各チームホームページをご覧ください。

**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
初心者背泳ぎ(全3回)	9月26日(水)、10月3日(水)・10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	各3,000円
シルバー初心者水泳(全3回)	9月27日(水)、10月4日(水)・11日(水)	午前11時30分～午後0時30分	60歳以上		
わくわく親子水泳	9月29日(土)			3歳～小学生とその保護者	30組

☎直接か電話で同プールへ

**サーティーフォー相模原球場** 施設の教室

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930

走り方教室

☎9月23日(祝) 午前10時～11時30分

☎小学生=25人(申込順) ☎1,000円

☎9月21日までに、直接か電話で同球場へ



**総合体育館** 施設の教室

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

教室名	日にち	時間	定員(抽選)	費用
スタイルアップヨガ(全10回)	10月2日～12月4日の毎週火曜日	午前9時30分～10時30分	各30人	各5,500円
リズム体操ストレッチ(全10回)		午前10時45分～11時45分		
ZUMBA(全10回)	10月3日～12月5日の毎週水曜日	午前10時～11時	40人	各4,500円
ピラティス&ボディケアストレッチ(全10回)		午前10時30分～11時45分		
かんたんフラダンス(全10回)		午後1時～2時		
やさしいヨガ(全10回)	10月4日～12月6日の毎週木曜日	午前9時30分～10時30分	40人	各5,500円
ノルディックウォーキング(全8回)	10月4日～11月22日の毎週木曜日	午前10時30分～正午	各30人	各4,500円
カラダ調整エクササイズ(全10回)	10月4日～12月6日の毎週木曜日	午後1時～2時		
初級・中級卓球(全10回)	10月5日～12月14日の毎週金曜日(11月23日を除く)	午後1時30分～3時30分	60人	4,500円

☎15歳以上(中学生を除く)

☎9月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ



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



### 施設の催し\*\*\* ※会場・問い合わせは原則各施設です

**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!  
『東京オリンピック 昭和の記録20』  
時9月15日(土) 午後1時30分～2時25分  
定60人(先着順)  
※9月1日から同センターで配布する整理券が必要(1人1枚)

敬老の日 プール・浴室無料開放  
時9月17日(祝)  
プール=午前9時30分～午後8時  
浴室=午前10時30分～午後4時  
対65歳以上  
※希望者は直接会場へ

七宝焼き教室  
時9月23日(祝) 午前9時30分～正午、  
午後1時～3時30分  
定各15人(申込順)  
※未就学児は保護者同伴  
費各1,000円  
申直接か電話で同センターへ

**さがみはら国際交流ラウンジ**  
〒252-0233 中央区鹿沼台1-9-15  
☎FAX042-750-4150

映画『こんばんは』上映会  
公立夜間中学を舞台にしたドキュメンタリー  
時9月①15日(土)②16日(日)  
午後1時30分～4時  
会①ユニコムプラザさがみはら  
②ソレイユさがみ  
定①84人②180人(先着順)  
※希望者は直接会場へ

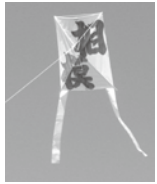
さがみはら国際交流フェスティバル  
世界の料理コーナーやパフォーマンス、展  
示、日本語スピーチ大会など  
時9月30日(日) 午前10時～午後4時  
会さがみはら国際交流ラウンジ、桜美林  
大学第二国際寮、大野北公民館  
※当日ボランティア募集(9月22日(土) 午前  
10時から説明会あり。希望者は9月19日  
までに、直接か電話で同ラウンジへ)

**老人福祉センター若竹園**  
〒252-0334 南区若松2-1-38  
☎042-746-4622

介護予防教室 ラクラク・イス エクササイズ  
椅子に座りながら行う有酸素運動や筋力  
トレーニングなど  
時9月25日(火) 午前10時～11時30分  
対市内在住の60歳以上  
定15人(申込順)  
申9月15日までに、直接か電話で同園へ

**相模の大風センター**  
〒252-0326 南区新戸2268-1  
☎046-255-1311

凧作り教室  
簡単にできる角凧作り  
時9月29日(土)  
午後1時30分～4時  
定20人(申込順)  
※未就学児は保護者同伴  
費500円(材料費含む)  
申直接か電話、ファクスに11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

①筋膜リリース講習会～腰痛予防&改善～  
時9月18日(火) 午前10時～11時  
費1,000円  
②寄せ植え教室(ハンギング)  
秋の花を使ったハンギングバスケット作り  
時9月22日(土) 午前10時～正午  
費2,000円  
…………… 共 …………… 通 ……………  
対18歳以上  
定各20人(申込順)  
申9月①3日②1日から、直接か電話で同セ  
ンターへ

敬老の日 プール・浴室無料開放  
時9月17日(祝)  
プール=午前9時30分～午後8時  
浴室=午前10時30分～午後4時  
対65歳以上  
※希望者は直接会場へ

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

ファイナンシャルプランナー3級講座  
〈全10回〉  
時10月4日～12月6日の毎週木曜日  
午後6時30分～9時  
対市内在住か通勤の人(学生を除く)  
定20人(抽選)  
※定員に満たない場合、開催を中止する  
ことがあります。  
費1万3,000円(テキスト代含む)  
申9月15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(FAX042-775-5515 ㊟  
sun-yell@ajisaimeitsu.or.jp)へ  
※同所ホームページからも申し込めます。

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

①ありのままの自分で生きる  
～LGBTsを知ろう～  
臨床心理士から多様な性を学ぶ  
時9月29日(土) 午後2時～4時  
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)  
②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10月7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  
③女性の活躍応援事業  
仕事女子のためのマネープラン講座  
～将来後悔しない働き方とお金のこと～  
時10月7日(日) 午後1時30分～4時30分  
対就業中か、就職を考えている女性  
※未就学児(1歳以上)の保育あり(要予約)  
…………… 共 …………… 通 ……………  
定①②各30人③20人(申込順)  
申直接か電話、ファクスに11面上の必要  
事項と、①③は保育希望の有無(保育希  
望者は子どもの氏名・年齢)を書いて、  
同所(FAX042-775-1776)へ

### 施設のお休み

市民健康文化センター  
時9月10日(月)  
同センター(☎042-747-3776)  
LCA国際小学校北の丘センター  
時9月11日(火)  
同センター(☎042-773-5570)

## 市体育協会からのお知らせ

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

### 市民パタンク選手権大会

平成31年度ねりんピック和歌山大会  
の選考会を兼ねています。  
競技種目 ダブルス、トリプルス  
時9月30日(日)〈予備日10月6日(土)〉  
午前8時  
会相模原麻溝公園スポーツ広場  
対市内在住か通勤・在学の人  
申9月13日(必着)までに、はがきに11面

上の必要事項(全員分(代表者に○)。市  
内在勤の人は勤務先)とチーム名を書い  
て、同協会へ  
※詳しくは、市体育協会にある開催要項か、  
同協会ホームページをご覧ください。

### 市民子どもダンス教室〈全3回〉

時10月6日(土)・27日(土)、11月10日(土)  
正午～午後6時30分

会市体育館(市役所前)  
対4歳～中学生(小学生以下は保護者同伴)  
申9月30日までに、電話か、ファクスに  
11面上の必要事項を書いて、市ダンス  
スポーツ連盟の小林さん(☎FAX042-  
778-2619)へ  
※詳しくは、同連盟ホームページをご覧ください。

### 硬式シニアテニス教室〈全3回〉

時10月11日(木)・18日(木)・25日(木)  
〈予備日11月1日(木)〉  
午後0時30分～4時20分  
会淵野辺公園  
対55歳以上の男性か、50歳以上の女性

クラス 初級、中級  
定60人(抽選) 費各4,500円  
申9月20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、希望クラス、予備日の参加の可否  
を書いて、市体育協会へ

### 北相陸上競技大会

時10月14日(日) 午前9時  
会相模原ギオンスタジアム  
対中学生以上  
※種別や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、市陸上競技  
協会ホームページをご覧ください。

## 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。

●藤野フィリピン映画交流会 フィリピンの文化に触れる映画上映&交流会 9月8日(土) 午前10時30分～午後4時30分、藤野倶楽部 百笑の台所(緑区牧野)。定員40人(申込順)、費用 映画上映=1,000円、交流会=2,000円 ㊟EメールでAngat(㊟angatjp@gmail.com)へ 関永井(☎090-8821-4403)  
●相模原邦楽アンサンブル定期演奏会 曲目は『オリエンタルノスタルジー』ほか 9月15日(土) 午後2時～4時、杜のホールは

しもと。費用1,000円 関西谷(☎042-746-5998)  
●はらぺこおんがくたいファミリーコンサート 0歳から楽しめる手遊びやダンスなど 9月22日(土) 午後2時～2時45分、相模女子大学グリーンホール(市文化会館)。定員200人(申込順)。費用1,000円(小学生以下500円) ㊟電話で戸村(☎090-5506-6226)へ  
●アンダンテ弦楽合奏団定期演奏会 曲目は『弦楽セレナーデ』ほか 9月30日(日) 午後1時30分～3時30分、杜のホールはしもと 関海内(☎090-2738-1458)  
●坂井歌謡教室カラオケ発表会 10月6日(土) 午前10時～午後4時、相模原南市民ホール。定員200人(先着順) 関吉田(☎042-711-9313)

### 仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

●着付け 月2回隔週土曜日午後1時、陽光台公民館。初心者歓迎 関小川(☎042-755-5964)  
●スクエアダンス 毎週金曜日午後7時、東林公民館。対象は初心者で、リズムに乗って歩ける小学校4年生以上 関杉本(☎042-745-7900)  
●謡と舞(能楽金春流) 毎月2回水曜日午前10時、橋本公民館。見学・体験可 関柏崎(☎090-6213-0071)  
●ストレッチ・リズム体操 毎週土曜日午後1時15分、北総合体育館。中高年歓迎 関梶原(☎042-784-5587)  
●登山・ハイキング 月4・5回、関東近郊の山。毎月第1水曜日午後7時30分、大

野南公民館で定例会有り 関佐藤(☎042-855-8780)  
●なぎなた 月3回金曜日午前10時、総合体育館。見学・体験可 関庄村(☎042-744-7837)

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」からも申し込めます。  
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。



共にささえあい 生きる社会

希望者は直接会場へ

## さがみパラフェスタ in 相模大野

障害に対する理解を広めるため、パラアスリートによるトークショーやパラスポーツ体験などを行います。

時 9月22日(土) 午後1時30分～4時30分 会 相模大野駅南北自由通路  
 関 障害政策課 ☎042-707-7055

## としはる 磯部倣記念「遙かな友に」道志川合唱祭

合唱団のステージ発表、ゲストのボニージャックスのステージのほか、青根地域の特産品の販売や抽選会も楽しめます。

時 9月30日(日) 午前10時～午後3時40分(小雨決行)  
 会 緑の休暇村センター、青根緑の休暇村いやしの湯 周辺特設ステージ

### 前夜祭

打ち上げ花火、ステージイベントなど  
 時 9月29日(土) 午後6時～8時30分(小雨決行)

### 9/30 会場行き無料送迎バスを運行

- 1 臨時駐車場(緑区青根)〈随時運行〉
  - 2 橋本駅南口駅前広場(午前8時45分) → 津久井中央公民館(午前9時10分)
  - 3 相模湖駅(午前8時45分)
- 2,3 回各53人 ※復路は午後4時発で、往路の逆ルートで運行

当日、雨天時の 午前6時40分～8時 津久井総合事務所 ☎042-784-1141  
 お問い合わせ 午前8時以降 市コールセンター ☎042-770-7777

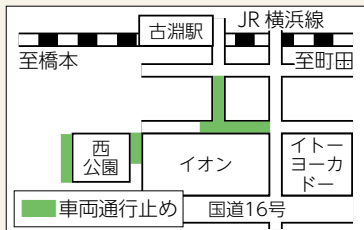
関 道志川合唱祭実行委員会事務局(津久井まちづくりセンター内)  
 ☎042-780-1403

## 相模原よさこいRANBU!

路上などの特設ステージで繰り広げられるエネルギッシュかつダイナミックな踊りのほか、屋台村も楽しめます。

時 9月16日(日) 午前10時10分～午後4時  
 交通規制 午前9時30分～午後5時  
 会 古淵駅前通りほか

関 相模原よさこいRANBU! 実行委員会事務局(青史堂印刷内) ☎042-748-3921



9月15日～10月15日は福祉月間

## ～みんなで広げる福祉の輪～

### 市民福祉の集い

会 市民会館

社会福祉に功労のあった人や市が募集した福祉ポスター・標語・作文の入選者の表彰式、津軽三味線演奏会を開催します。

時 9月30日(日) 午後1時30分～4時

関 市内在住か在勤・在学の人

定 500人(申込順) ※手話通訳・要約筆記あり

申 9月20日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)か、ファクス、Eメールに代表者の氏名・連絡先(電話・ファクス番号、Eメールアドレスなど)、参加人数、「市民福祉の集い」と書いて、地域福祉課(FAX 042-759-4395) ☐chiikifukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ



輝&輝

### みんなの福祉ポスター・標語展

日時	会場
10月1日(月)～8日(祝) 午前8時30分～午後10時	あじさい会館
10月9日(火)～15日(月) 午前8時30分～午後8時(9日は正午から)	シティ・プラザはしもと
10月17日(水)～22日(月) 午前9時～午後10時	ユニコムプラザさがみはら

関 地域福祉課 ☎042-769-9222

### あじさい会館の日

会 問 あじさい会館 ☎042-759-3963

### 認知症講話「認知症の理解と支援」「認知症当事者の話」

時 9月22日(土) 午後1時～2時5分

定 300人(先着順) ※希望者は直接会場へ

### 映画上映「ケアニン～あなたでよかった～」

介護という仕事を通して働くことの意味や、人と人、地域とのつながりの尊さが描かれた、人生に前向きになれる心温まるストーリーです。

時 9月22日(土) 午後2時15分～4時10分

定 300人(先着順)

費 500円

※事前に、あじさい会館、同館緑・南分室で販売するチケットの購入が必要



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.1392

平成30年(2018年)

9/1

- 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 ※9月3日から(15を除く)

- 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 9月12日(水)午前10時～11時30分  
 会 ⑦  
 対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)  
 申 ⑩

### 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  
 申 ⑪⑫⑬

### 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
10月1日(月)	午後1時～2時15分	⑨	⑮
10月15日(月)	午後2時45分～4時	⑦	
10月19日(金)	午後2時45分～4時	②	

対 平成30年4～5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)

日にち	会場ほか
9月18日(火)	二本松②、陽光台②、田名②
9月19日(水)	横山②
9月20日(木)	城山②、大野北②、上鶴間②
9月25日(火)	富士見②、鶴園中和田②
9月26日(水)	並木②
9月27日(木)	③、麻溝②

- ② こどもセンター
- ③ 栄養士による栄養相談もあり
- ④ 歯科衛生士による歯科相談もあり

### 赤ちゃんを授かりたいあなたへ ハッピー♡ベビカムセミナー

妊娠について知っておきたい知識や不妊治療などについてお話しします。  
 時 9月22日(土)午後1時30分～4時  
 会 ⑦  
 対 市内在住か在勤で、将来赤ちゃんが欲しいか不妊かなと思っている人  
 定 30組(申込順)  
 申 9月19日までに⑮

### 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 10月3日(水)午後1時30分～3時30分  
 会 ⑨  
 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) ※子どもの同伴可(保育なし)  
 申 10月2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
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)	②	④	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) ※③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬は来庁相談のみ ④ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日		③		
	火曜日		④		
	水曜日		⑤		
	金曜日		⑥		
精神保健相談 (精神科医)	9月3日(月)	午後1時～2時	⑦	④	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 ③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬ ④ 津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 ⑤ 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ⑥ 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ⑦ 緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811
	9月11日(火)		⑧		
	9月28日(金)		⑨		
	9月12日(水)		⑩		
	9月25日(火)		⑪		
HIV(エイズ)等の検査・相談	9月8日(土)	午後2時～3時45分	⑫	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)
	9月11日(火)	午前9時～11時15分	⑬		
HIV(エイズ)即日検査	9月4日(火)	午前9時～10時30分	⑭	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 15人(申込順)
高齢者認知症相談	9月25日(火)	午前10時～正午	⑮	②	専門医による認知症相談 定 各2組(申込順)
	10月3日(水)	午後2時～4時	⑯		
	10月22日(月)	午後1時30分～3時30分	⑰		
思春期・ひきこもり特定相談(精神科医)	9月20日(木)	午後2時～4時	⑱	⑭	対 ⑱「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 ⑲「ひきこもり相談」18歳以上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(精神科医)	9月18日(火)	午前10時～正午	⑲	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	9月25日(火)	午後2時～4時	⑳	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 定 10組(申込順)
くすりの相談	9月20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 申 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」	9月19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)

**健康診査・検診・検査** 費用の記載がある場合でも70歳以上は全て無料

昨年度の集団  
検診の申し込み  
混雑状況が  
確認できます



市内協力医療機関や公共施設で、健康診査やがん検診を随時実施しています。検診には受診券が必要です。  
○市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人、過去3年間にがん検診、お口の健康診査、健康診査(75歳以上)を受診した人などには、4月(一部の人は6月以降)に受診券を送付しています。  
○市民税非課税世帯の人は、事前申請で費用が免除になります。  
○生活保護を受給している人などは、医療機関の窓口にて生活保護受給票などを提示し、免除申請書を記入することで費用が免除になります。  
☑受診券がない人は、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

**▶がん検診**

**施設検診** ☑随時 ☑市内協力医療機関

**検診種目・費用**

- 胃(X線) 2,900円(内視鏡) 3,900円 大腸 500円
- 肺(X線のみ) 800円(X線+喀痰) 1,700円
- 子宮(頸部のみ) 1,700円(頸部+体部) 2,200円
- ※子宮(頸部+体部)は、医師の判断により実施
- 乳(視触診のみ) 700円(視触診+マンモグラフィ) 2,000円

**集団検診(検診車)**

日にち	会場
10月1日(月)	銀河アリーナ
10月5日(金)	北総合体育館
10月7日(日)	緑区合同庁舎★
10月8日(祝)	双葉小学校
10月12日(金)	ウェルネスさがみはら★
10月13日(土)	城山保健福祉センター
10月21日(日)	南保健福祉センター★
10月23日(火)	銀河アリーナ

日にち	会場
10月26日(金)	ウェルネスさがみはら★
10月27日(土)	緑区合同庁舎★
11月3日(祝)	津久井保健センター
11月9日(金)	ウェルネスさがみはら★
11月10日(土)	新磯小学校
11月13日(火)	銀河アリーナ
11月19日(月)	ウェルネスさがみはら★
11月21日(水)	北総合体育館

**検診種目・費用**

- 胃(X線) 900円 大腸 500円 肺(X線のみ) 200円(X線+喀痰) 700円
- 子宮(頸部のみ) 600円 乳(視触診+マンモグラフィ) 2,000円
- ※乳(視触診のみ)は実施していません。

**時間区分** 午前のみか、午前・午後(★会場のみ) ※胃は午前のみ  
**受付時間** 午前8時30分～9時30分=男性、午前9時30分～11時=女性、午後1時30分～2時30分=男女とも(★会場のみ)  
※乳は別途指定する時間

**締切日** 検診日の14日前

☑電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※定員になり次第締め切り。乳は申し込み多数の場合、抽選

..... 共 ..... 通 .....

☑胃・大腸・肺=40歳以上 ○子宮=20歳以上の女性

○乳(視触診のみ)=30歳以上の女性

(視触診+マンモグラフィ)=40歳以上の女性で2年に1回の受診

※乳は、授乳中や生理中、生理前1週間は受診をご遠慮ください。

**▶(特定)健康診査** 検査項目 問診、身体計測(腹囲・BMIなど)、血液検査、尿検査など

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	市国民健康保険加入の40歳～74歳※	1,000円
		後期高齢者医療制度加入の人	無料
		医療保険未加入で生活保護を受給している人など	1,000円

**休日会場健診** 下記の日にちに、右表の集団検診(検診車)と同じ会場で実施

日にち	会場	時間・対象・費用など
10月7日(日)	緑区合同庁舎	☑午前のみ ☑市国民健康保険加入の40歳～74歳※ ☑1,000円
10月21日(日)	南保健福祉センター	☑健診日の14日前までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、各医療保険者が実施する特定健康診査を受診してください。

**▶歯科健康診査(お口の健康診査)**

日にち	会場	対象	費用	検査項目
随時	市内協力医療機関	40歳～80歳	500円	☑口腔内診査(歯周病の状態など)

**▶肝炎(B型・C型)ウイルス検査**

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	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。原則1回)	無料
		40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	1,200円

**▶結核健診**

日にち・会場・締切日	対象	費用
右表の集団検診(検診車)と同じ	65歳以上(30年度中に65歳になる人を含む)で、職場などで胸部X線を受ける機会がない人	無料

**教室・講演会など**

**やっことセミナー(全4回)**  
(統合失調症心理教育プログラム)

病気や薬について学び、グループワークを通して困っていることや対処方法を考える  
☑10月23日～11月13日の毎週火曜日 午後1時30分～3時30分  
☑ウェルネスさがみはら  
☑市内在住で、統合失調症と診断を受けている人  
☑8人(申込順。調整あり)  
☑9月3日～18日に、電話で中央障害福祉相談課(☎042-769-9806)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。匿名で話を聞くだけの参加も可  
☑9月13日(木)午後2時～4時  
☑社のホールはしもとセミナールーム2  
☑家族など大切な人を自死(自殺)で亡くした人  
※希望者は直接会場へ  
☑精神保健福祉センター(☎042-769-9818)

**発達障害支援センター特別講座**  
「自閉症スペクトラム障害(ASD)の基礎知識」

☑10月4日(木)午前10時～正午  
☑陽光園  
☑市内在住で、発達障害やその傾向がある就学前の子どもの保護者が家族

☑30人(申込順)  
☑9月3日～27日に、電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ

**アレルギー疾患講演会**

乳幼児期の食物アレルギーの最新の知識や情報、日常のケア、食事など  
☑10月25日(木)午後2時～4時  
☑緑区合同庁舎  
☑50人(申込順。0歳児の同伴可)  
※保育あり(☑15人程度(申込順。要予約))  
☑9月3日～10月24日に、電話で緑子育て支援センター(☎042-775-8829)へ



**介護予防サポーター(悠遊シニアスタッフ)養成講座(全5回)**

講座と見学実習で、地域での介護予防の普及啓発に必要な基礎知識や技術を学ぶ

区	日にち(講座)	会場
緑	10月12日(金)・26日(金)、11月9日(金)・22日(木)	緑区合同庁舎
中央	10月15日(月)・29日(月)、11月12日(月)・26日(月)	ウェルネスさがみはら
南	10月17日(水)・31日(水)、11月14日(水)・28日(水)	南保健福祉センター

※見学実習の日時・会場は後日調整  
☑午後1時30分～4時  
☑地域で継続的・主体的に介護予防活動をしていく意思のある、市内在住の40歳以上=各30人(申込順)  
☑9月17日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)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
9月12日(水)	午後2時30分～4時	市役所前
9月13日(木)	午後1時30分～4時	
9月15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

☑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。

献血キャラクター  
けんけつちゃん



☑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。

**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。

**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  
※事前に連絡してから受診してください。

