

さがみはら

広報

NO.1394
毎月
1日・15日発行
10/1
2018
平成30年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 通院・入院による医療費の自己負担分を助成します …… 2
 - 食べ物捨てるのもったいない! …… 6・7
 - フォトシティさがみはら2018 受賞作写真展 …… 12
 - 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 **722,879人(271減)**
男 361,634人 女 361,245人
世帯 **322,783世帯(124増)**

平成30年9月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

市立小学校の給食にブラジル・カナダ料理が登場!

2020年東京オリンピック競技大会に向け、本市は、ホストタウンとしてブラジル連邦共和国とカナダに対する理解を促進するため、9月に市立小学校9校の給食でブラジル・カナダ料理を提供しました。児童たちは、ブラジルのフェジョアータ(煮込み料理)やカナダのメープルトーストなどの料理を楽しみながら、両国の食文化に触れることができました。

関オリンピック・パラリンピック推進課 ☎042-851-3248



はやぶさの故郷 潤水都市 さがみはらフェスタ 2018

10.20土-21日 入場無料 10:00~17:00



- 会場へは徒歩のみの入場となります。
- 会場内に駐輪場があります。
- 駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。
- ペットを連れての入場はできません。

同フェスタ 公式ホームページ **さがみはらフェスタ** 検索
関市コールセンター ☎042-770-7777

会場 相模総合補給廠一部返還地

〈荒天中止〉

共にこころあひ生るる社会 さがみパラフェスタ

トークショー

パラスポーツの普及や啓発に取り組む著名人が、パラスポーツの魅力や、パラアスリートの経験談などをお話します。



日本障がい者サッカー連盟 会長 北澤 豪さん



車いすテニスプレーヤー 眞田 卓さん



日本車いすテニス協会 ナショナルチーム監督 中澤 浩樹さん

体験会

パラスポーツや障害者スポーツを実際に体験して、競技の魅力に触れてみよう。

- 車いすテニス ●車いすバスケットボール
- ブラインドサッカー ●ボッチャ ●フライングディスク

サガミハラダンスコンテスト 高校生ダンス部選手権

各校の威信を懸け、高校生No.1を目指します。ゲストにプロダンサーも出演。



サガミハラ エッジ対決バトル 2018

エッジが効き過ぎている芸人たちによるお笑いバトル。あなたの一票が未来の大芸人を選ぶ!?

さがみんファッションショー

さがみんがハロウィーンにちなんで仮装して登場!レアなさがみんを見逃すな!



さがみはらパワーゾーン

JAXA研究施設でつながる銀河連邦共和国が誇る地域特産品や、市内の商工会議所・各商店街などが提供する地元の味覚を堪能できます。

体験ゾーン

宇宙飛行士の訓練服を着て記念撮影ができるコーナーや、会場内にある宇宙人を探すスタンプラリーを楽しもう!

さがみはらあ麺グランプリ

市内から集った全14店が自慢の一品で競演! ラーメン1杯に1膳付いてくる「箸袋」で、投票してください。投票結果は21日に会場内で発表します。

1杯 500円



1 一國堂



2 担担麺専門店 ドラゴンキング



3 めん処 仁兵衛



4 小川流 二本松店



5 一平家



6 博多長浜らーめん 六角堂 淵野辺本店



7 中国名菜 敦煌



8 麺屋 鼎



9 肉煮干中華そば 鈴木ラーメン店



10 とんこつらあ麺 吉凜 相模大野店



11 つけ麺 中華そば 清勝丸



12 JN ファミリー



13 ラーメンたんぽぽ



14 らあ麺 吉凜 本店

通院・入院による医療費の自己負担分を助成します

保険診療による医療費の助成を受けるには医療証の申請が必要です。現在、医療証を持っていない人は申請してください。

| 医療費助成制度の種類 | 対象など | 所得制限 |
|------------|---|----------|
| 小児★ | ○中学校3年生まで ※現在、所得制限により医療証がなく、次の誕生日後の年齢で資格審査をする場合は、誕生日の1カ月前に申請が必要 | あり(1歳以上) |
| ひとり親家庭等 | 次のいずれかに該当する子ども(原則高校卒業まで)とその養育者 ○母子・父子家庭 ○父か母に重度の障害がある ○父母がいない家庭 など | あり |
| 重度障害者 | 次のいずれかに該当する人 ○身体障害者手帳が1級か2級 ○IQ(知能指数)が35以下 ○身体障害者手帳が3級でIQが50以下 ○精神障害者保健福祉手帳が1級か2級 | なし |

NEW 申請はお済みですか? 子どもの医療費助成のうち通院分を中学校3年生まで拡大

まだ申請をしていない場合は、早めに申請書を提出してください。

- ☑市内に住民登録がある中学生
- ☑直接、下記の窓口か、郵送で地域医療課へ
- 申請窓口 地域医療課、各子育て支援センター・保健福祉課・区民課(中央区を除く)・まちづくりセンター(津久井・相模湖・藤野・橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



助成内容 小児医療費助成制度の一部を除き、全額を助成
★の中学生の医療費について 養育者の市民税が非課税の場合を除き、調剤以外の通院にかかる医療費については、通院1回あたり500円を超える額を助成

次の場合は助成対象外です
○他の公費負担医療制度を受けられる医療費
○健康保険から高額療養費・付加給付金などとして支給される金額
○保険診療以外の医療費や入院時食事代 など

所得制限や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎地域医療課 ☎042-769-8231

高齢者インフルエンザ予防接種の受診を

時 10月10日(水)～12月31日(月)(1人1回のみ)

会 市協力医療機関

対 本市に住民登録(外国人含む)があり、接種日時時点で①65歳以上
②60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能や、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に高度の障害がある(障害者手帳1級相当)

費 1,500円

持ち物

○健康保険証など住所・氏名・生年月日などが確認できるもの ○接種費用

○対象のうち②に該当する人は身体障害者手帳1級の写しなど

○費用の免除に該当する人は免除要件確認資料

☑直接か電話で予約の上、各協力医療機関へ

費用の免除 対象者は免除要件確認資料を医療機関に提示すると費用が免除されます。

協力医療機関名簿閲覧場所
疾病対策課、各区役所区民課・まちづくりセンター・出張所など(市ホームページにも掲載)



| 対象 | 市民税非課税世帯 | 生活保護世帯 | 中国残留邦人等への支援給付受給者 |
|---------------------|---|----------|------------------|
| 免除要件確認資料(次のうち1点が必要) | ○介護保険料納入通知書(保険料賦課の段階区分・根拠の欄の「本人」「世帯員」両方に非課税と記載) ○介護保険負担限度額認定証 ○後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証 ○市民税課税証明書(住民票上の世帯員全員分のもの。有料) | ○生活保護受給票 | ○本人確認証 |

☎市コールセンター ☎042-770-7777

一定の障害がある65歳～74歳の人へ 後期高齢者医療制度は75歳になる前でも加入できる場合があります

現在加入している健康保険は、75歳の誕生日から後期高齢者医療制度に移りますが、75歳未満でも任意で加入できる場合があります。

対 65歳～74歳で、次のいずれかに該当するか、同程度の障害のある人

○身体障害者手帳1～3級か4級の一部(音声・言語・そしゃく機能の障害、下肢障害の1・3・4号のいずれか)

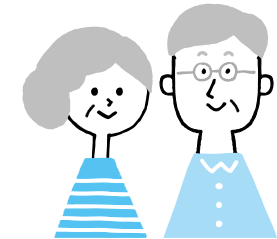
○療育手帳A1かA2

○精神障害者保健福祉手帳1級か2級

○障害年金1級か2級

○労災保険などで1～4級の障害認定

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。



保険料などについて

◆保険料は所得額に応じて個人単位で算定されます。

保険料=均等割(4万1,600円)+所得割(総所得金額等-33万円)×8.25%

※世帯の所得額などにより、軽減措置があります。

※現在社会保険に被扶養者として加入していて、保険料を支払っていない人も保険料がかかるようになります。

※保険料の納付方法は特別徴収(年金天引き)または普通徴収(納付書か口座振替)となります。

◆医療費の自己負担割合は、世帯の所得額などに応じて1割か3割です。

現在、加入している人へ

今月分の納期限は10月31日(水)

納付書裏面に記載の金融機関などでお支払いください。コンビニエンスストアでは納付できません。

☎地域医療課 ☎042-769-8231

経済的に困りの保護者の皆さんへ

小学校入学前に入学準備金を支給します

小学校入学前に、就学援助制度の「新入学児童学用品費」を支給します。対象者は申請してください。



| | |
|-----|-------------------|
| 支給額 | 4万600円 |
| 支給日 | 平成31年2月28日(月)(予定) |

☑次の全てに該当する人

- 子どもが31年4月に公立小学校に入学予定(特別支援学校を除く)
- 子どもとその保護者が31年1月1日時点で、市内に住んでいる
- 生活保護を受給していない
- 所得が少なかったり、児童扶養手当を受けていたりするなど、入学準備金の案内に記載の理由に該当する

入学準備金の案内・申請書 10月上旬～11月中旬に就学時健康診断通知に同封して発送します。
※学務課、各公民館・子育て支援センターでも配布
※市ホームページにも掲載

☑31年1月11日(必着)までに、直接か郵送で、申請書と添付書類を学務課(☎042-769-9262)へ

☎市コールセンター ☎042-770-7777

潤水都市さがみはら債(10年債)を販売します

潤水都市さがみはら債は、公共施設の整備などに必要な資金を借りるため、市が発行する債券です。

窓口販売期間 10月9日(火)～19日(金)

発行総額 100億円 償還年限 10年

購入金額 1万円単位

発行利率 国債の利率を参考に、10月5日午前に決定予定
※決まり次第、市ホームページでお知らせします。

☑直接、取扱金融機関へ(先着順)

※窓口販売期間内でも売り切れになる場合があります。

取扱金融機関 横浜銀行(全店)、きらぼし銀行(一部店舗を除く)、大和証券(全店)、野村證券相模原支店、みずほ証券八王子支店、SMBC日興証券横浜支店、三菱UFJモルガン・スタンレー証券(全店)、浜銀TT証券(全店)

※詳しくは、各取扱金融機関へお問い合わせください。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

あなたの“働く”をサポート

■社会保険労務士会無料相談会

時 10月15日(月) 午前10時～午後4時
 会 市役所本館1階ロビー
 対 市内在住の人や事業者など
 ※希望者は直接会場へ

労働・労働・年金全般の相談
 国民年金 厚生年金 健康保険
 雇用保険 労災保険

圏県社会保険労務士会相模原支部(工藤社会保険労務士事務所内)
 ☎042-740-3211

■街頭労働相談会 解雇・賃金不払い 労働保険 社会保険

| 日にち | 時間 | 会場 |
|-----------|------------|----------------|
| 10月15日(月) | 午前11時～午後5時 | 橋本駅ペDESTリアンデッキ |
| 10月22日(月) | | 淵野辺駅自由通路 |

※職業紹介はありません
 ※希望者は直接会場へ

圏かながわ労働センター県央支所 ☎046-296-7311

■看護職復職支援事業 技術研修会

注射や採血など、復職に向けて必要な基礎技術について学びます。

時 10月28日(日) 午前10時～午後2時30分
 会 相模原看護専門学校(南区新磯野)
 対 保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの免許がある人
 定 20人(申込順)
 ※保育・駐車場あり。昼食付き
 申 10月19日までに、電話で市病院協会事務局(☎042-755-0531)へ

実習

復職相談



暮らしのお悩みにアドバイス

希望者は直接会場へ

■裁判所の家事・民事調停委員による無料調停相談会

離婚 相続 借金 近隣問題

時 10月21日(日) 午前10時～午後3時
 会 ソレイユさがみ
 圏横浜地方裁判所相模原支部 ☎042-755-4681

■行政書士

書類の作成について 相続 遺言 契約

街頭無料相談会

| 日にち | 時間 | 会場 |
|-----------|------------|-------------------------|
| 10月13日(土) | 午前10時～午後4時 | 橋本駅自由通路 |
| 10月20日(土) | | 伊勢丹相模原店2階正面前入口前(南区相模大野) |

圏県行政書士会相模原支部 ☎042-704-5244

保育施設の利用を検討しているお父さん・お母さん向け ギモンを解消! 保育施設の説明会を実施します

平成31年度の保育施設の利用申し込みに必要な手続きなどを説明

保育所等利用申し込み手続き説明会

| 日にち | 時間 | 会場 | 定員 |
|-----------|------------------|-------------------|------------|
| 10月20日(土) | 午前10時～正午、午後2時～4時 | 南保健福祉センター | 各100人(申込順) |
| 10月21日(日) | | ウェルネスさがみはら 緑区合同庁舎 | |

申 電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

少人数の保育を実施している施設の情報を一度に収集

小規模保育事業所等合同説明会

| 区 | 日にち | 時間 | 会場 |
|----|-----------|--------------|--------------|
| 南 | 10月7日(日) | 午後1時～4時 | ユニコムプラザさがみはら |
| 中央 | 10月21日(日) | 午後1時～2時 | あじさい会館 |
| 緑 | 10月27日(土) | 午前10時～11時30分 | ソレイユさがみ |

※希望者は直接会場へ

圏市地域型保育事業連絡会の坂井さん ☎090-1539-0919

31年度の認定こども園・認可保育所などの利用申し込みについては、本紙10月15日号でお知らせします。

障がいのある方のための「新成人を祝う会」

時 平成31年1月20日(日) 午後1時～4時
 会 けやき会館
 対 市内在住か在勤で障害のある新成人
 申 10月31日(必着)までに、電話か、はがき、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「新成人を祝う会」と書いて、新成人を応援する会(市手をつなぐ育成会事務局内 〒252-0243 中央区上溝1887-1 ☎☎042-759-4310)へ

10月11日～20日 安心・安全まちづくり旬間 何気ないその行動があなたを守る!

市内では、自転車・オートバイの盗難などが多発しています。被害に遭わないために、日頃から注意しましょう。

ひったくり

- 歩行中、バッグを持つ手は車道と反対側に
- 自転車のカゴには防犯ネットを
- 人通りの少ない道は要注意

自転車の盗難

- 二重ロックをする
- 駐輪場を利用する

車上狙い

- 車を離れるときは手荷物を一緒に
- 手荷物が多い場合はトランクへ

地域での声かけも効果的です

- 地域の人とは気軽にあいさつを交わす
- 住民みんなの目で、子どもや高齢者の安全に気を配る
- 協力して通学路などの防犯パトロールを行う
- 不審者を見掛けたら、「何かご用ですか?」の一声を

振り込め詐欺にも注意!

すぐに一人で振り込まない! 家族や警察にまず相談!

圏交通・地域安全課 ☎042-769-8229

10/12(金)・13(土) みんなの消費生活展

食や商品の安全、契約トラブルへの対処法など、役立つ暮らしの情報を消費者団体や企業・学校などが展示・実演します。

時 午前10時～午後4時
 会 ミウィ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本)

フードバンクも同時開催!

未開封で、賞味期限まで1カ月以上ある米、麺類、缶詰を募集

聞いて、見て、楽しく学ぶ!

12(金) 午前11時
 夢見亭わっぱさんの悪質商法防止落語

13(土) 午後3時
 ミスターTKさんの振り込めサギ防止マジックショー

圏消費生活総合センター ☎042-776-2598

10月は里親月間 里親制度を知っていますか?

圏こども家庭課 ☎042-769-9811

里親フォーラム ～もっと知ってほしい里親制度のこと～

講演会「命のバトン～こどもの幸せのために～」
 「こうのとりのゆりかご」の取り組みを通じて、里親制度の大切さについてお話しします。里親による体験談もあります。

時 10月13日(土) 午後1時～4時 会 相模原南市民ホール
 田尻由貴子さん(スタディライブ熊本特別顧問)
 定 400人 ※希望者は直接会場へ

圏児童相談所 ☎042-730-3500

♥里親体験談を聞きに来ませんか

里親になってからの実際の子育てや、子どもとの交流の様子についてお話しします。

| 日にち | 時間 | 会場 |
|---------------|----------|-----------|
| 11月28日(水) | 午前10時～正午 | 緑区合同庁舎 |
| 平成31年1月19日(土) | | 大野北公民館 |
| 31年2月16日(土) | | 南保健福祉センター |

定 各30人(先着順) ※希望者は直接会場へ
 圏児童相談所 ☎042-730-3500

♥里親になりませんか

里親になりたい人、里親について知りたい人は、下記の問い合わせ先に相談してください。

| 問い合わせ先 | 電話番号 |
|------------------------|--------------|
| 児童相談所 | 042-730-3500 |
| 家庭養育支援センター(中心子どもの家内) | 042-764-7046 |
| 家庭養育支援センター(相模原南児童ホーム内) | 046-251-5590 |





さがみ風っ子文化祭

子どもたちの夢や努力の成果を表現する芸術・文化の祭典です。

| 催し名 | 日にち | 時間 | 会場 |
|------------|-------------------------------|------------------------------------|--------|
| 小・中学校音楽発表会 | 10月13日(土) | 午前10時45分～午後4時30分 | 市民会館 |
| 中学校演劇発表会 | 11月3日(祝) ・4日(日) ・10日(土) | 午前9時20分～午後4時30分 (10日は午後0時30分から) | 南市民ホール |

☎ 学校教育課 ☎042-769-8284

児童工作展

子どもたちがこどもセンターや児童館で作った作品を展示します。工作体験教室も開催します。

時 10月13日(土)・14日(日)
午前10時～午後5時
会 アリオ橋本1階アクアガーデン
(緑区大山町)

工作体験教室
時 午後1時～4時
定 各200人(先着順)

☎ こども・若者支援課 ☎042-769-9227



ユニコムプラザまちづくりフェスタ

市民と近隣大学の連携と交流を目的としたイベントです。展示・販売、子どもから大人まで楽しめるワークショップや、特設ステージでのイベントもあります。

時 10月14日(日) 午前10時～午後3時

会 ユニコムプラザさがみはら

| ■整理券が必要な催し ※当日午前9時30分から配布 ★は午前11時50分から | 時間 | 対象・定員 | 費用 |
|--|-----------------------------------|--------------------|-------|
| 絵本カフェ・チョコリラ 絵本で作るエコバッグ | 午前10時～10時50分、 午後1時～1時50分 | 未就学児とその保護者=各15組 | 各100円 |
| 相模原アレルギーの会 親子で楽しむバルーンアート | 午前10時～(1回30分) | 各回10人 | |
| 東京家政学院大学 親子で作ろう 簡単おやつ～カラフルのみものとスパイスポップコーン | 午前10時30分～11時30分、 午後0時30分～1時30分 | 小学生とその保護者 =各10組 | 無料 |
| 東京工芸大学 マンガ似顔絵隊 | 午前10時～(1人15分) | 50人 | 300円 |
| 女子美術大学 プラ板で自分だけのオリジナル・キーホルダーを創ろう!★ | 午後1時～1時50分、 午後2時～2時50分 | 各回15人 | 無料 |
| 東京農業大学 新開発スイーツ 農大ホロホロカタラーナの試食★ | 正午～ | 100人 | 100円 |

※内容は変更になることがあります。詳しくは同所ホームページをご覧ください。

☎ ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

相模湖ふれあい広場2018

ステージイベントやフリーマーケット、飲食ブースのほか、足こぎスワン世界大会や消防フェア、ミニSLの乗車体験などを開催します。

時 10月21日(日) 午前9時30分～午後3時(荒天中止)

会 県立相模湖公園

☎ 相模湖ふれあい広場実行委員会事務局
(相模湖商工会内) ☎042-684-3347

城山もみじまつり

小・中学生による表現運動のほか、祭り囃子、クイズ大会、地域の特産品の販売などを行います。

時 10月21日(日) 午前9時30分～午後3時30分(雨天中止)

会 原宿公園

☎ 城山もみじまつり実行委員会事務局(城山まちづくりセンター内)
☎042-783-8117

松が丘園祭～銀河の森フェスタ～

麦の穂のパンの販売のほか、模擬店やよさこい踊りなどを行います。

時 10月27日(土) 午前10時～午後3時30分

会 障害者支援センター松が丘園

※イベントを一緒に盛り上げてくれるボランティアも募集中です。

☎ 市社会福祉事業団 ☎042-750-1905

南障害者地域活動支援センター FESTAみなみ風

模擬店や阿波踊り、麻溝台高校吹奏楽部の演奏などが楽しめます。

時 10月28日(日) 午前11時～午後4時

☎ 南障害者地域活動支援センター
☎042-701-3932

津久井やまびこ祭り

ダンス発表や消防フェア、模擬店やフリーマーケット、祭り囃子などイベントが盛りだくさんです。

時 10月28日(日) (荒天中止)

午前10時～午後3時

会 中野中学校校庭とその周辺

☎ 津久井やまびこ祭り実行委員会事務局
(津久井商工会内) ☎042-784-1744

前夜祭

お笑い芸人の小島よしおさんのステージなど

時 10月27日(土)

(荒天中止)

午後5時～9時

会 中野中学校校庭

藤野ふる里まつり

ステージでの演奏や舞踊のほか、特産品の販売、模擬店、体験コーナーなどが楽しめます。

時 10月28日(日)

午前10時～午後3時

(荒天中止)

会 名倉グラウンド

☎ 藤野ふる里まつり実行委員会事務局
(藤野商工会内) ☎042-687-2138



スーパーオープンスタジオ2018

市内近隣で活動するアーティストのスタジオ(制作場)24カ所を一堂に公開します。

| イベント | 日にち | 時間 | 会場 |
|--------|----------------------------------|---------------------|-------------------------|
| スタジオ公開 | 10月13日(土)～11月4日(日) の土・日曜日、祝日等 | 午後1時～6時 | 各スタジオ (緑区大島・中央区青葉など) |
| 作品展示 | 10月13日(土)～11月4日(日) | 午前10時～午後6時 ※水曜休館 | アートラボ はしもと |

※各スタジオの場所や公開日など、詳しくはアートラボはしもとホームページをご覧ください。

ワークショップ、バスツアーなどの関連イベントも実施!

| イベント名 | 内容 | 日時 | 会場 | 対象・定員(申込順) |
|-------------------|----------------------------|--------------------------------|--------------------|------------------------------|
| ①浮かぶ風船に青空を描こう! | アーティストと一緒に絵の具を使って描きます。 | 10月21日(日) 午後1時～2時30分 | アートラボはしもと | 小学生以上とその保護者 =5組10人 |
| ②みんなでスタジオ探検! 来てく班 | アートラボから歩いてスタジオを遠足気分で見学します。 | 10月27日(土) 午後1時～3時 (小雨決行) | アートラボはしもと ほか3カ所 | どなたでも (小学生以下は保護者同伴)=10人程度 |
| ③親子でスタジオ探検! ドライブ班 | バスに乗ってスタジオを楽しく巡ります。 | 10月28日(日) 正午～午後3時 | | 小学生とその保護者 =10組20人 |

☎ ①1組300円

☎ 直接か電話、Eメールに氏名、年齢、電話番号、イベント名を書いて、アートラボはしもと(☎042-703-4654) ☎artlabo@city.sagamihara.kanagawa.jpへ

相模原北公園オータムフェア

花苗の無料配布・販売や園芸相談などを行います。

時 10月14日(日) 午前9時～午後3時

無料配布 クリスマスローズの苗=午前10時
※なくなり次第終了 有機堆肥=午前10時30分

☎ 相模原北公園 ☎042-779-5885



学ぶことは、面白い。 さがまちカレッジ

| | |
|---|---|
| こども体験講座 「動物の頭の骨を観察してみよう! ～サルとタヌキの骨くらべ～」 時 11月11日(日) 午前10時30分～正午 対 小学校3～6年生 定 18人(抽選) 費 700円 | ハンドベルでクリスマスソングを奏でよう(全2回) 時 11月17日(土) 午後2時～4時、 18日(日) 午前10時30分～午後3時30分 対 中学生以上 定 15人(抽選) 費 4,500円 |
| ☎ 町田市生涯学習センター(町田市原町田) ☎ 10月21日までに、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館などにある申込用紙を郵送かファクスで、さがまちコンソーシアム事務局(☎042-747-9038)へ ※同コンソーシアムホームページからも申し込みます。 | |

相模川クリーン作戦

「県央相模川サミット」六市町村合同クリーンキャンペーン

相模川沿岸(市内流域)の河川敷で清掃活動を行います。

時 10月28日(日) 午前9時～10時(小雨決行)

| 地区 | 会場 |
|----|---------------------------------|
| 城山 | 葉山島青少年広場周辺、小倉橋周辺 |
| 大沢 | 相模川自然の村周辺(上大島キャンプ場付近を含む)、神沢河原周辺 |
| 田名 | 高田橋周辺 |
| 麻溝 | 昭和橋周辺 |
| 新磯 | 三段の滝下周辺、磯部頭首工周辺、新戸スポーツ広場周辺 |

※希望者は軍手とごみ袋(レジ袋など)を持って、直接会場へ

(受け付けは相模川を愛する会の緑の旗が目印)

※荒天時のお問い合わせは、当日午前7時30分以降に市役所守衛室(☎042-754-1111)へ

☎相模川を愛する会事務局(水みどり環境課内) ☎042-769-8242

読み聞かせ・おはなしボランティア交流・勉強会

子どもと本をつなぐ活動をしている人同士の交流の場です。図書館からは、読み聞かせの仕方や新着図書の紹介をします。

時 10月19日(金) 午前10時～正午

会 ミウイ橋本5階コミュニティルーム(緑区橋本)

☎地域や学校などで、読み聞かせやおはなしのボランティア活動をしている個人か団体

定 25人(申込順。1団体2人まで)

☎10月2日～19日に、直接か電話で橋本図書館(☎042-770-6600)へ

読書
普及講座

西村繁男さん講演会 ～人と出会って絵本が生まれる～

市内在住で絵本作家の西村繁男さんが、創作秘話や地元の藤野で行っている活動について語ります。

時 11月3日(祝) 午後2時～4時

会 市立図書館(中央区鹿沼台)

定 150人(申込順)

☎10月2日から、直接か電話で同館(☎042-754-3604)へ



西村繁男さん

相模女子大学 秋季さがみアカデミー

☎相模女子大学(南区文京)

| 講座名 | 日にち | 時間 | 定員(抽選) | 費用 |
|--------------------------------------|---------------------------------------|-----------------|--------|--------|
| ①似て非なる日中文化 —日常会話でなるほど中国— (全5回) | 11月9日～12月14日 の毎週金曜日 (11月23日を除く) | 午前10時30分 ～正午 | 40人 | 5,000円 |
| ②能楽入門(全3回) | 11月12日(月)・19日(月) ・26日(月) | 午後1時30分 ～3時 | 各60人 | 3,000円 |
| ③ドイツ・ロマン派の メルヘン —入門編— | 12月8日(土) | 午後3時 ～4時30分 | | 1,000円 |

※内容など詳しくは同大学ホームページをご覧ください。

☎①②③10月19日③11月16日までに、直接か、はがき、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、Eメールアドレス、講座名を書いて、同大学生涯学修支援課(〒252-0383 南区文京2-1-1 ☎042-747-9599 ✉sagami-info@mail2.sagami-wu.ac.jp ☎042-747-9017)へ

視聴覚ライブラリー



☎視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

| 催し名・日時など | 上映作品 |
|---|--|
| 🎬 月例子ども映画会 10月13日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴 | ▶だるまちゃんとならぬこちゃん ▶小さなバイキングビッケ「火山島探検」 ▶じごくのそうべえ ▶海ガメさんのちえ |
| 🎬 シネマサロン 10月21日(日)・23日(火) 午後2時～3時50分 | ▶続・深夜食堂 (2016年/日本/カラー) |

☎市立図書館(中央区鹿沼台) ☎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

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! 勾玉作り

古代の人々に思いをはせながら、当時のアクセサリを作ります。

時 10月21日(日) 午後2時～4時

☎小学校4年生以上(小学生は保護者同伴)

定 30人(申込順)

費 400円

☎直接か電話で同館へ



ようこそ 歴史の世界へ

尾崎弔堂記念館近現代史講演会 大隈重信の活躍

尾崎行雄(弔堂)と深い親交があった大隈重信について、大隈が創立した早稲田大学の大学史資料センター所長がお話します。

時 10月13日(土) 午後2時～4時

会 尾崎弔堂記念館

定 40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

☎市立博物館 ☎042-750-8030



大隈重信

明治150年関連企画展

歴史講演会 英傑たちの戊辰戦争—選択と決断—

戊辰戦争に焦点を当て、幕末・維新の英雄たちの活躍についてお話します。

時 10月14日(日) 午後2時～4時

講 小泉雅弘さん(駒澤大学文学部教授)

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

☎市立博物館 ☎042-750-8030



西郷隆盛

市文化財研究協議会 文化財探訪 大野北地区史跡めぐり

縄文時代の集落である山王平遺跡や、鎌倉時代の武将矢部氏居館の跡地とされる場所など、大野北地区の文化財を探訪します。

時 10月20日(土)

集合 午前10時に淵野辺駅改札口 解散 正午ごろに矢部駅

定 30人(先着順) ※希望者は直接集合場所へ

☎文化財保護課 ☎042-769-8371

秋の文化財探訪 上依知の遺跡・旧跡めぐり

相模川を渡って上依知の古墳・瑠璃光寺・妙傳寺などを巡り、時宗大本山当麻山無量光寺の宗祖一遍上人の説話を元に、対岸から相模原を望みます。

時 11月10日(土) 午前9時30分～午後0時30分(小雨決行)

集合場所 依知神社駐車場(厚木市上依知)

定 30人(申込順)

☎11月9日までに、直接か電話で、旧石器ハテナ館(☎042-777-6371)へ



市立博物館に行こう

☎市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日(10月8日を除く)、10月9日(火)

市史講演会 相模原市史続編の編さんとその成果 —近・現代史を中心に—

市制10周年に作られた相模原市史から市制50周年に作られた続編に至る編さんの成果と課題について考えます。

時 10月7日(日) 午後2時～4時

講 浜田弘明さん(桜美林大学教授)

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

小学生向けプログラミング体験イベント 小惑星リュウグウをめざそう!

小惑星リュウグウにたどり着いた「はやぶさ2」に携わる人たちのインタビュー映像やミッションを通じて、宇宙とプログラミングとの関わりに触れます。

時 10月20日(土) ①午前の部 午前10時～正午 ②午後の部 午後1時～3時

☎小学校①1～3年生②4～6年生とその保護者=各40人(先着順)

☎10月13日までに、「ロボ団×JAXA」ホームページから申し込んでください。

学芸員講話 in プラネタリウム ～極北の星空とオーロラ～

アラスカの星空とともに、ダイナミックで美しい自然現象のオーロラを紹介いたします。

時 10月21日(日) 午後2時30分～4時30分

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

博物館考古資料文化財指定記念講演会 土器から探る縄文社会の広域ネットワーク

田名塩田遺跡群の真脇式土器と、石川県真脇遺跡との比較についてお話します。

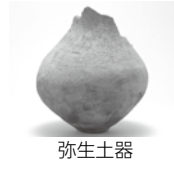
時 11月3日(祝) 午後3時～5時

講 山本典幸さん(首都大学東京人文社会学部講師)

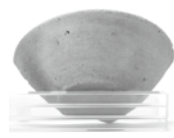
定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ



真脇式土器



弥生土器



朱書土器

新指定文化財の特別公開

時 10月2日(火)～12月28日(金)

考古資料3件を新たに市指定文化財に指定しました

- 田名塩田遺跡群出土の真脇式土器
- 中野大沢出土の弥生土器
- 苦久保遺跡第3地点出土の朱書土器

☎文化財保護課 ☎042-769-8371



家庭で簡単に作れるレシピを食品ロスに取り組みむ取組士の市職員が紹介するよ!

おからふりかけ

多めに作って2・3日で食べ切ろう

材料(10人分)

- ・おから……………30g
- ・ひじき……………3g
- ・ちりめんじゃこ……………10g
- ・白ごま……………3g
- ・刻みのり……………1g
- ・花かつお……………2g
- ・しょうゆ……………大さじ1
- ・食塩……………少々
- ・上白糖……………大さじ1
- ・本みりん……………小さじ1

作り方

(下準備)ひじきは戻して水気を切っておく。ちりめんじゃこ・白ごま・刻みのり・花かつおをから煎りする…A

- ①フライパンを熱し、おからをよく煎る
- ②ひじきを加えてさらに炒め、調味料(★)を合わせ入れ、パラパラになるまで煎る…B
- ③AとBを合わせる

※花かつおは、だしを取った後のかつお節で代用できます。

おうちで簡単!

食材使い切りレシピ

おうちで簡単!

学校保健課 朱藤士 尾形ふみ子(左) 村山瑞葉(右)

橋本台環境事業所 環境整備員 天野 隆

消費生活 総合センター 事務局 小泉雄大

ブロッコリーのザーサイ

ブロッコリーの茎

材料(2人分)

- ・ブロッコリーの茎……………1株分
- ・ごま油……………小さじ2
- ★酒……………小さじ1
- ★みりん……………小さじ1
- ★塩……………ひとつまみ
- ★鶏がらスープの素……………小さじ1
- ・ラー油……………少々
- ・こしょう……………少々

作り方

- ①ブロッコリーの茎を厚めの輪切りにする
- ②ごま油を熱したフライパンに茎を入れ、中火で軽く炒める
- ③調味料(★)を加え、煮詰める

ポイント 食感を残すため、中火でさっと仕上げるのがコツ

④ラー油、こしょうで味を調える

根菜の皮と鶏肉の無駄ナシ炒め

材料(1人分)

- ・鶏胸肉……………100g
- ・ニンジン(皮ごと)……………1/3本
- ・大根の皮……………1/3本分
- ・ごま油……………大さじ1
- ・タカノツメ(小口切り)……………少々
- ・酒……………大さじ1
- ・砂糖……………大さじ1
- ・しょうゆ……………大さじ1
- ・みりん……………大さじ1

作り方

- ①ニンジンと大根の皮は千切りに、鶏胸肉を一口大にそれぞれ切る
- ②フライパンに、ごま油、鷹の爪、鶏胸肉を入れ中火で炒め、取り出す…A
- ③鶏肉を炒めたフライパンに、ニンジン、大根の皮、酒、砂糖を入れ、しんなりするまで炒める
- ④フライパンに、しょうゆ、みりんを足して煮詰める
- ⑤フライパンにAを戻し、混ぜ合わせる

国内の食品ロスの量

食品ロスの発生量 全国年間約646万t

平成27年度環境省および農林水産省推計

一般家庭から出る食品ロスが全体の約半!

食品メーカーや飲食店など 357万t

一般家庭 289万t

食べ物捨てるのもったいない!

豆知識

賞味期限と消費期限の違い

| 名称 | 賞味期限と消費期限の違い |
|------|---|
| 賞味期限 | 「おいしく食べられる期限」のこと。期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。食べるかどうかは五感での判断も大切です。 |
| 消費期限 | 傷みやすい食品に付けられています。期限を過ぎると安全性が損なわれることがあります。期限内に使い切りましょう。 |

おうちで

買った、牛乳買ってあった!

週1回は冷蔵庫をチェック

余った食材で使い切りレシピを実践

買い物で

何にするか決められないから、いろいろ買っておこう

- 買う物をメモに書いて持参
- 手前から取る
- 食べ切れる量を買う

外食で

ああ、食べられない物が入ってる! 残そうかな

- 適量注文
- 食べられない物は抜いてもらう

他にもある 食品ロスを減らす取り組み

家庭や製造過程で余った食品を、必要とする人たちに届ける活動も広がっています。

- フードバンク** 品質に問題はないが規格外などの理由で廃棄される食品を、生活困窮者などに提供する活動・団体
- フードドライブ** 家庭で余っている食品を1カ所に持ち寄り、フードバンクなどを通じて必要とする人に届ける活動
※市ではフードドライブを行っています。
- 小売店** ●仕入れの工夫 ●値引きシール ●フードバンクに寄付 など
- 飲食店** ●小盛りメニュー ●持ち帰り容器 など

10月は3R+リデュースの4Rを推進しています

3R:リデュース・リユース・リサイクル 推進月間

週末は 分別戦隊シゲンジャー銀河・レモンちゃんに会いに行こう!

九都県市首脳会議 廃棄物問題検討委員会 容器包装ダイエツ宣言店頭キャラバン

10月6日(土)午後1時~4時 会アリオ橋本(緑区大山町) レモンちゃん

リサイクルフェア2018 希望者は直接会場へ

10月14日(日)午前10時~午後3時(雨天中止) 会相模原麻溝公園(水の広場、緑の広場)

◆フリーマーケット ※出展者の募集は終了しました。

◆分別戦隊シゲンジャー銀河ステージショー 10月10日(木)午後1時30分

◆お笑い4Rフェスティバル 10月11日(金)午後1時30分~

◆各種ブース出展 展示や体験ゲーム、リサイクル品販売など

◆フードドライブの実施 家庭で余っている食品を持参してください。

◆おもちゃの病院 修理したいおもちゃを持参してください。 ※1人2点まで(部品代は有料)。

◆使用済小型家電回収とカナダグッズの販売 2020年は東京オリンピック・パラリンピック競技大会。大会のメダルの材料となる家庭で不要になった小型家電(投入口30cm×15cmのボックスに入る物に限る)の回収と、市で事前キャンプを行うカナダにちなんだ物産展を行います。

市内各地でキャンペーンも行います

- ◆図書館 10月8日(祝)午前11時~午後2時 会市立図書館(中央区鹿沼台)、相模大野図書館、橋本図書館
- ◆駅前 10月20日(土)午前10時~午後3時 会相模原駅
- ◆SC相模原ホームゲーム 11月4日(日)午前10時30分~午後3時30分 会相模原ギオンスタジアム
- ◆スーパー 11月11日(日)午前10時~午後5時 会イオン相模原店(南区古淵)
- ◆学園祭 和泉短期大学(中央区青葉) 相模女子大学(南区文京) 10月27日(土) 11月3日(祝) 午前10時~正午 午前10時~午後4時
- 麻布大学(中央区淵野辺) 10月27日(土) 午後2時~4時

各イベントについて詳しくは 相模原市 ごみ イベント情報 検索

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

ひばり放送を女性の声で放送します

10月から、一部の放送で試験的に実施
※ひばり放送の内容は、地デジ3ch「テレビ神奈川(tvk)」のデータ放送やひばり放送テレホンサービス(☎0180-994-839)、市ホームページなどで確認できます。
☎緊急対策課

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 10月2日・16日、11月6日・13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 10月21日(日)、11月18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
☎生活衛生課

戦没者合同慰霊祭

時 10月12日(金) 午前10時30分～正午
会 市民会館
対 市内在住の人
※参列希望者は直接会場へ
☎地域福祉課

ハロウィンジャンボ・ハロウィンジャンボミニ宝くじ販売中～市内で購入を～

市内で購入された宝くじの収益金は、売り上げに応じて市の収入となり、身近な事業に活用されます。ぜひ、市内の宝くじ売り場でお買い求めください。
☎財務課

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

10月1日(日)2種類同時発売!

発売期間 10/1(月)～10/23(火)

公益財団法人神奈川県市町村振興協会

市自然環境観察員 活動報告会

平成29年度の調査活動の報告
時 10月13日(土) 午後1時30分～5時
会 環境情報センター
定 30人(先着順)
※希望者は直接会場へ
☎同センター(☎042-769-9248)

都市計画案の縦覧と意見書の提出

生産緑地地区の変更
時 10月15日(月) まで 午前8時30分～午後5時15分
※意見書の提出方法など、詳しくはお問い合わせください。
☎☎都市計画課

休日・夜間納税相談窓口のご利用～相談はお早めに～

平日や日中に市税(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 休日＝10月21日(日) 午前9時～午後4時
夜間＝10月9日(火)・25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。

ひとり親家庭等生活向上事業情報交換会 子どもの学費について～母子父子寡婦福祉資金の利用法～

時 10月26日(金) 午後6時～8時
会 ユニコムプラザさがみはら
対 ひとり親家庭の保護者
定 12人(申込順)
申 10月25日までに、電話で市ひとり親家庭福祉協議会(☎042-755-6612)へ

相模原珠算競技大会

個人総合(乗算・除算・見取暗算・見取算)、種目別(読上暗算・読上算)
時 11月23日(祝) 午前9時～午後4時
会 産業会館
対 市内在住か在学の高校生以下
費 1,800円
申 10月15日～19日に、直接、相模原商工会議所共済検定課(☎042-753-8134)へ

外国人無料なんでも相談会&無料結核検診会

法律や教育、健康などの各種相談会。
希望者への結核検診あり
時 10月21日(日) 午後1時～4時
会 さがみはら国際交流ラウンジ
申 直接か電話で同ラウンジ(☎042-750-4150)へ
※当日参加可

忘れていませんか? 未来につなぐ相続登記

土地や建物の不動産を所有していた人が亡くなった場合、「相続による所有権移転」の登記を法務局に申請する必要があります。申請に関する相談は予約制です。※各種相続手続きに利用できる「法定相続情報証明制度」も利用可
☎横浜地方法務局相模原支局(☎042-753-2110)

アビリンピック神奈川2018

障害のある人たちが、機械CADやビルクリーニングなどの職業能力を競う
時 10月25日(木) 午後1時～3時30分、10月27日(土) 午前9時～午後3時30分
会 神奈川障害者職業能力開発校(南区桜台)
※見学希望者は直接会場へ
☎高齢・障害・求職者雇用支援機構神奈川支部(☎045-360-6010)

宿泊利用 相模川清流の里

12月まで平日に空きあり
☎随時受け付け
平成31年1月分の抽選申し込み 10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10月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ
1月の休館日 7日(月)・8日(火)

平成31・32年度競争入札 参加資格の定期申請受け付け

11月30日(金) までに、かながわ電子入札共同システムのホームページから申請の手続きをしてください。
※詳しくは同ホームページをご覧ください。
※本市へ申請する場合、社会保険(健康・厚生年金・雇用保険)への加入義務がある事業者で同保険に加入していない場合、入札参加資格の登録はできません。
☎契約課

分譲マンション管理 無料相談会

時 10月14日(日) 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 10月13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

建築士による自宅の無料耐震相談会

時 10月25日(木) 午後1時30分～4時30分
会 市役所会議室棟
定 6組(申込順)
申 10月19日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

市有地を売却します

所在 緑区中野1681-6
面積 491.12㎡
用途地域 第一種住居地域
※建ぺい率60%、容積率200%
地目 宅地
最低売却価格 2,090万円
売却方法 条件付き一般競争入札
購入者の決定 最低売却価格以上の最高価格で落札した個人・法人
参加資格 次の全てに該当する個人・法人
○入札参加を制限した地方自治法施行令第167条の4に該当しない○暴力団、暴力団員ではない○暴力団事務所、風俗営業などに使わない○市税の滞納がない
申 10月15日までに、市ホームページに掲載の売払い案内に付いている申込書を直接、管財課へ

募集

「何でも♡発表会♪」出演者

歌や演奏、ダンスなどを披露する個人・団体
時 12月7日(金) 午後1時30分～3時
会 けやき体育館
対 市内在住か在勤・在学中で障害のある小学生以上＝7組(申込順)
※小学生は要付き添い
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)
※ボランティア同時募集
〈定5人(申込順)〉
申 10月31日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて、同館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ

イチオシ!工場・施設見学

リサイクル工場見学会

テレビや洗濯機などの家電を分解し、有用資源を回収する工程を見学します。
時 10月25日(木) 午後1時～5時45分
集合・解散場所 市役所本庁舎北側駐車場
会 JFEアーバンリサイクル(川崎市川崎区水江町)
対 市内在住の小学生以上(小学生は保護者同伴)＝35人(申込順)
申 10月19日までに、電話で資源循環推進課(☎042-769-8334)へ

下水道ふれあいまつり・下水処理場見学会

下水処理場の見学と、模擬店やゲームコーナーなどが楽しめます。
時 10月27日(土) 午前9時20分～午後3時30分(荒天中止)
会 柳島水再生センター(茅ヶ崎市柳島) 集合・解散場所 市役所前
対 市内在住か通勤・在学の人(小学生以下は保護者同伴)＝25人(申込順)
申 10月19日までに、直接か電話、Eメールに8面上の必要事項(氏名・年齢は全員分(代表者に○))を書いて、下水道経営課(☎042-707-1840 ☎gesui-keiei@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

イチオシ!ウォーキング

多摩・三浦丘陵ウォーキングラリー<約9.5km>

懐かしさを感じる相原の里の風景から鎌倉古道を抜けて、磯沼ミルクファーム(八王子市小比企町)を目指します。
時 10月20日(土) 午前9時～午後3時(荒天中止)
集合場所 JR横浜線相模原駅西口ロータリー
定 300人(申込順)
申 10月12日までに、水みどり環境課、各区役所・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)などにある申込書をファクスで、多摩・三浦丘陵の緑と水景に関する広域連携会議事務局(URリンクージ内 ☎03-3272-6017)へ
※多摩・三浦丘陵トレイルホームページからも申し込みます。
☎水みどり環境課 ☎042-769-8242



市社会福祉事業団の正規職員

介護、相談などの福祉業務
勤務 平成31年4月から、週38時間45分(業務により土・日曜日、祝日等の勤務あり)
普通自動車運転免許があり(取得見込み可)、次のいずれかに該当する人
試験区分A 平成5年4月2日以降に生まれ、大学などで社会福祉関連分野の学科等を修了した(修了見込み可)
試験区分B 昭和58年4月2日以降に生まれ、○社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、保育士、公認心理師、臨床心理士資格のいずれかの資格がある(取得見込み可)○社会福祉関連施設等で5年以上の実務経験がある
若干名(選考)
10月31日(必着)までに、必要書類を直接か郵送で同事業団(☎042-750-1905)へ
※応募条件や必要書類など詳しくは、同事業団ホームページをご覧ください。

清新高齢者支援センター職員

地域の高齢者などへの相談業務、介護予防を目的とした業務など
勤務 月～金曜日の午前8時30分～午後5時30分
※祝日等の勤務あり
賃金 月額24万180円から
保健師か、地域ケアまたは地域保健活動の経験がある看護師=1人(選考)
電話で同センター(☎042-707-0822)へ

保育所保育料収納推進員

勤務 11月から月8日で、原則午後3時～8時のうち1日4時間(業務により土・日曜日、祝日等の勤務あり)
賃金 日額4,800円
市内在住で、普通自動車運転免許があり、市民税などの滞納がない人
若干名(選考)
10月15日までに、電話で保育課(☎042-769-8341)へ
※後日、面接あり

『子育てガイド』協賛広告

平成31年4月発行(予定)掲載分
31年1月15日までに、市印刷広告協同組合にある申込書(同組合ホームページにも掲載)を、直接か、ファクス、Eメールで同組合(☎042-776-5656 ☒kosodate@soin.or.jp ☎042-712-5533)へ
※掲載基準など詳しくは、同組合ホームページをご覧ください。

市障害者施策推進協議会委員

障害者計画や障害福祉計画などに関する検討、障害者に関する施策等の調査・審議や実施状況の進行管理など
任期 平成31年1月～32年12月(会議は年3・4回程度)
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)
3人(選考)
応募申込書配布場所 障害政策課、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(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
10月31日(必着)までに、応募申込書を直接か郵送、ファクス、Eメールで同課(☎042-707-7055)へ
※視力に障害があり、日常的に点字を使っている人は、応募申込書に記載の必要項目を点字で作成したもので応募できます。

生活保護医療扶助適正化推進員・自立支援相談員(健康管理支援員)

後発医薬品の使用啓発や健康管理指導など
勤務 ①週4日②週5日(土・日曜日、祝日等を除く)で、午前9時～午後4時
※勤務開始日は応相談
勤務場所 中央第2生活支援課
報酬 月額①18万6,000円②22万3,600円
看護師免許がある人
各1人(選考)
履歴書(写真貼付)、看護師免許証の写し、希望する職種・勤務日数、志望動機(原稿用紙1枚程度)を直接か郵送で、地域福祉課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7021)へ
※後日、面接あり

衛生研究所の非常勤職員

理化学検査や微生物検査など
勤務 11月～平成31年3月の原則週5日で、1日5時間30分
賃金 日額7,645円
次のいずれかに該当する人
○獣医師、薬剤師、臨床検査技師、化学・生物学系の大学を卒業した
○衛生検査施設などで検査業務に従事した経験がある
若干名(選考)
10月10日までに電話連絡の上、10月15日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で同所(〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-8348)へ
※後日、面接あり

イベント

相模原麻溝公園のボランティア体験

花の植え込みや育成作業の体験
時 10月20日(土) 午前9時15分～11時30分(雨天中止)
対 中学生以上
定 10人(申込順)
10月19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(☎042-777-3451 ☒042-777-0378)へ

食欲の秋 恋愛の秋 和牛&スイーツ食べ比べ「BBQ婚活 in さがみはら」

おいしい食事を楽しみながら、パートナーを見つけるパーティー
時 10月21日(日) 午後3時～6時
会 デジキュー BBQテラス アリオ橋本店(緑区大山町)
対 25歳～45歳の独身の人
定 男女各16人(申込順)
費 男性8,000円、女性4,000円
10月7日までに、Eメールに8面上の必要事項と性別、Eメールアドレスを書いて、OMIAI実行委員会の前田さん(☒2018omia@gmail.com ☎090-9308-4028)へ

あそびの学校「やきいも」

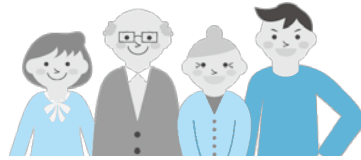
焼き芋作りやゲームなど
時 10月28日(日) 午後2時～4時
会 青少年学習センター
対 市内在住か在学の小学生
定 30人(申込順)
10月22日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ

人権啓発パネル展

著名人からの人権に関するメッセージなどを展示

Table with 3 columns: 日にち, 時間, 会場. Dates: 10月2日(火)～8日(日), 10月10日(水)～16日(火)(15日を除く), 10月24日(水)～30日(火). Times: 午前8時30分～午後10時. Venues: シティ・プラザはしもと6階, あじさい会館★, ユニコムプラザさがみはら★

★最終日は正午まで
関 人権・男女共同参画課



講演・講座

日赤救急法救急員養成講習会(全3回)

AED(自動体外式除細動器)を使った心肺蘇生や止血法など
時 10月27日(土)・28日(日)、11月4日(日) 午前9時～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 40人(抽選)
費 3,200円
10月15日(必着)までに、往復はがきに8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、赤十字救急法救急員に認定

健康麻雀教室

時 10月24日(水) 午後1時～3時30分
会 老人福祉センター溪松園
対 市内在住の60歳以上=20人(申込順)
10月23日までに、直接か電話で同園(☎042-761-9291)へ

成年後見制度 市民公開講座・無料相談会

時 10月13日(土)
市民公開講座 午後1時30分～3時
無料相談会 午後3時～4時
会 あじさい会館
対 市内在住の人=100人(申込順)
10月10日までに、直接か電話でさがみはら成年後見・あんしんセンター(☎042-756-5034)へ

さがみはら商人思草塾 「世界的リーダーに学ぶ自分軸の作り方とコミュニケーションの方法」

時 11月6日(火) 午後1時～3時
会 産業会館
講 谷本有香さん(『フォブス ジャパン』副編集長)
対 若手経営者、商店・企業の後継者など
定 100人(抽選)
10月19日までに、相模原商工会議所ホームページから申し込んでください。
関 同商工会議所(☎042-753-8136)

講演会延期のお知らせ

9月15日号9面に掲載した「相模原商工会議所創立45周年記念講演会」は、事情により延期となりました。
関 相模原商工会議所 ☎042-753-8131

イチオシ!来て、見て、体験

秋の相模川ガイドツアー

爽やかな秋空の下、ハイキングとバーベキューが楽しめます。
時 10月20日(土) 午前8時50分～午後2時30分(荒天中止)
集合場所 上大島キャンプ場管理事務所
対 小学生以上
※小学校1・2年生は保護者同伴
定 40人(申込順)
費 1,300円(小学生600円)
※保険代・昼食代含む
10月10日(必着)までに、往復はがきに代表者の住所、全員分の氏名(代表者に○)・年齢(学年)・電話番号、「秋の相模川ガイドツアー」と書いて、大島・向原・小倉・葉山島地域観光振興推進協議会(上大島キャンプ場内 〒252-0135 緑区大島3657 ☎042-760-6066)へ



イチオシ!歌って!動いて!健康イベント

歌って笑顔 笑って健康

長く親しまれている愛唱歌を大勢で楽しく歌い、免疫力アップを目指します。
時 11月2日(金) 午前9時45分～11時30分
会 社のホールはしもと多目的室
講 城直美さん(音楽レクリエーション講師)
対 市内在住の人=110人(申込順)
費 700円
11月1日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

いきいき百歳体操交流会

手軽で効果的に筋力を付けるための体操です。参加者の取り組みも紹介します。
時 11月7日(水) 午後1時30分～3時30分
会 総合体育館
講 長野信一さん(さがみはら市民健康づくり会議会長)
定 500人(申込順)
10月3日～21日に、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



スポーツフェスティバル2018

サッカーやラグビーなどのスポーツ体験や、アスリートとの交流ができます。
時10月8日(祝)午前9時30分～午後3時15分(雨天中止)
会相模原ギオンスタジアム、相模原ギオンフィールド、相模原ギオンスポーツスクエア
 ※希望者は運動ができる服装で直接会場へ
 ※会場内の園路と観客席を除き、ハイヒールやスパイクなどの突起物のある履物での入場不可



☎市体育協会 ☎042-751-5552

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 | 対象 | 費用 | |
|-----|------|---|---------------------|--------------------------------|----------------------------|
| ① | 初心者 | 10月20日～11月17日 の毎週土曜日 〈予備日11月24日(土)、 12月1日(土)〉 | 午後0時30分 ～2時30分 | 市内在住か在勤・ 在学の人=各10人 (申込順) | 各 5,000円 (保険料 含む) |
| | ジュニア | | | | |
| ② | 初心者 | 10月21日～11月25日 の毎週日曜日 (11月4日を除く) 〈予備日12月2日(日)・ 16日(日)〉 | 午前 8時30分 ～10時30分 | | |

※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) ☎042-782-1051へ

ファミリーバドミントン講習会

時10月21日(日)午後2時～4時
会田名小学校体育館
定市内在住の人=30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



10月8日(祝) 体育の日は体育施設を無料開放

| 開放施設 | 時間 | 電話番号 |
|----------------------------|---------------------------------|--------------|
| 総合体育館 | 午前9時～午後10時 | 042-748-1781 |
| 北総合体育館 | | 042-763-7711 |
| 銀河アリーナ | 午前9時～午後9時30分 | 042-776-5311 |
| さがみはら グリーンプール★ | 午前9時～午後9時30分 (プールは午後9時20分まで) | 042-758-3151 |
| サーティーフォー 相模原球場 | 午前8時30分～午後9時30分 | 042-753-6930 |
| ふじのマレットゴルフ場 | 午前9時～午後5時 | 042-687-5700 |
| 相模原ギオンスタジアム 相模原ギオンフィールド | 午後3時15分～7時※ | 042-777-6088 |

★50mタイム測定(公式の競技用測定器具を使用)、体力測定などを実施
 ※同日開催のスポーツフェスティバル2018撤収後からご利用いただけます。
 ※運動靴や室内履き、運動着、水着などは各自持参してください。
 ※個人の利用に限ります。詳しくは各施設にお問い合わせください。

10月16日(火)は横山公園人工芝グラウンド無料開放

時午前9時30分～11時30分 ※希望者は直接会場へ
問同公園 ☎042-758-0886

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 | 費用 |
|---------------------|-------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| ①初心者平泳ぎ キック練習水泳 | 10月15日(月) | 午後1時30分 ～2時30分 | 18歳以上 (高校生を 除く) | 500円 |
| ②初心者平泳ぎ 〈全3回〉 | 10月17日(水)・24日(水)・ 31日(水) | 午後0時30分 ～1時30分 | | 各 3,000 円 |
| ③シルバー初心者 水泳〈全3回〉 | 10月18日(木)・25日(木)・ 11月1日(木) | 午前11時30分 ～午後 0時30分 | 60歳以上の 初心者 | |
| ④背泳ぎ〈全3回〉 | | | | |
| ⑤初心者バタフライ 〈全3回〉 | 10月24日(水)・31日(水)・ 11月7日(水) | 正午～午後1時 | 18歳以上 (高校生を 除く) | 500円 |
| ⑥おためし水泳の ターン | 10月29日(月) | 午後1時30分 ～2時30分 | | |

定 各30人(申込順)
 申 直接か電話で同プールへ

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 | 費用 |
|------------|-----------|------------------|-----------------------|--------------|-----------|
| トレーニングを学ぼう | 11月17日(土) | 午前 9時30分 ～11時 | 15歳以上 (中学生を 除く) | 各30人 (抽選) | 各 500円 |
| 坐禅 | 12月1日(土) | 午前10時 ～11時30分 | | | |

申 10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

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

| 教室名 | 日にち | 時間 | 対象 | 定員 | 費用 |
|-----------------|--|------------------|---------------|-------------|--------|
| 幼児スケート 〈全4回〉 | 10月27日～11月24日 の毎週土曜日 (11月17日を除く) | 午前 9時 ～10時30分 | 4歳以上の 未就学児 | 25人 (抽選) | 4,000円 |

※貸し靴代別途1回210円
 申 10月15日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項を書いて、同所へ

アイススケート場オープン

時10月23日(火)～平成31年5月6日(休)午前9時～午後8時15分
 (火・木曜日は午後6時まで)
費1,000円(18歳以下750円、4歳～中学生・65歳以上500円)
 ※貸し靴代別途410円(中学生以下210円)
 ※障害者とその介護者は入場無料
 ※手袋と、毛糸の帽子かヘルメットなどを着用してください。



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 | 10月 6日(土) | 午前 10時30分 | 富士通スタジアム川崎 (川崎市川崎区富士見) | パナソニック インパルス |

☎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 | 10月21日(日) | 午後2時 | 秩父宮ラグビー場 (港区北青山) | 近鉄ライナーズ |
| | 10月26日(金) | 午後 7時15分 | | 栗田工業 ウォーターガッシュ |

☎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) | 10月13日(土) | 午後5時 | 相模原 ギオンスタジアム | ギラヴァンツ北九州 |
| | 10月21日(日) | 午後1時 | | セレッソ大阪U-23 |

☎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) | 10月 6日(土) | 午後1時 | 相模原 ギオンスタジアム | セレッソ大阪堺 レディース |
| | 10月13日(土) | | | 日体大FIELDS横浜 |
| | 11月 3日(祝) | | | 浦和レッドダイヤモンズ レディース |

11/3 ノジマステラ神奈川相模原 市民割引キャンペーン



当日券自由席(通常2,000円)が半額になります。
定市内在住の人
費1,000円(中学生以下無料)
 ※割引は1人1枚まで
 ※希望者は市内在住と分かる身分証明書を持って、直接会場へ

☎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。



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

さがみはら国際交流ラウンジ
〒252-0233 中央区鹿沼台1-9-15
☎FAX 042-750-4150

カナダ料理教室
カナダのデザート「シュトロイゼルコー
ヒーケーキ」作りなど
時 10月14日(日) 午後2時~4時
会 ソレイユさがみ
対 市内在住か在勤・在学の人
定 25人(申込順)
費 500円
申 10月10日までに、電話で同ラウンジへ

外国語入門講座(中国語)〈全4回〉
時 10月21日~11月18日の毎週日曜日
(11月11日を除く) 午前10時~正午
対 市内在住か在勤・在学の人
定 20人(申込順)
費 300円
申 10月17日までに、直接か電話、ファク
スに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、
「外国語入門講座」と書いて、同ラウン
ジへ

お茶会~外国人との交流の広場~
インドネシア人による母国のお話と交流
時 10月21日(日) 午前10時~正午
定 70人(先着順)
費 100円(中学生以下無料)
※希望者は直接会場へ

通訳実務・実践研修会 教育編
学校での三者面談など教育分野での通訳
の心得
時 10月27日(土) 午前10時~正午
対 市内在住か在勤・在学で、教育分野の通
訳ボランティア活動を考えている人
定 25人(申込順)
申 10月22日までに、直接か電話、ファク
スに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、
「通訳実務・実践研修会」と書いて、同
ラウンジへ

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
簡単にできるダイア凧作り
時 10月27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

けやき体育館
〒252-0236 中央区富士見6-6-23
☎042-753-9030

障害者ふれあい文化講座
①「おいしいお茶を飲もう!」
お茶のおいしい入れ方など
時 11月15日(木) 午後1時30分~3時
②「楽しく音楽&リズム」〈全3回〉
さまざまな楽器の演奏など
時 11月10日(土)、12月8日(土)、平成31年
1月12日(土) 午後2時~3時30分

けやき体育館イベント
③「日本の文化に触れよう~能楽体験~」
時 11月17日(土) 午後1時30分~3時30分
…………… 共 …………… 通 ……………

対 市内在住か在勤・在学で障害のある小学
生以上
※①③小学生は要付き添い。③きょうだい
の参加も可
定 ①16人②20人③50人(申込順)
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)
※ボランティア同時募集
〈定 ①4人②3人③10人(申込順)〉
申 ①③11月4日②10月31日までに、直接
か電話、ファクスに11面上の必要事項
と手話通訳・要約筆記希望の有無を書い
て、同館(FAX042-769-1200)へ

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

土曜コンサート
「ロック~矢沢永吉カバー~」
矢沢永吉のカバーバンド「SENA」による演奏
時 10月13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

キラリ☆しごと女子応援セミナー
~働く上でのプチ知識~
時 10月24日(水) 午後6時30分~9時
対 市内在住か在勤の18歳以上(学生を除く)
定 40人(抽選)
申 10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@ajisaimetsu.or.jp)へ
※同所ホームページからも申し込みます。

環境情報センター
〒252-0236 中央区富士見1-3-41
☎042-769-9248

**環境講演会「海洋プラスチック汚染~漂流
するマイクロプラスチックの現状と未来~」**
時 10月27日(土) 午後3時~4時30分
会 桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス
(中央区淵野辺)
定 50人(申込順)
申 10月25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。

冬を彩るハンギングバスケット教室
草花の植え付け方や管理方法を学び、春
まで楽しめる寄せ植えを作る
時 11月13日(火) 午前10時~正午
対 市内在住か在勤・在学の18歳以上
(高校生を除く)
定 24人(申込順)
費 3,500円
申 10月22日までに、直接か電話、ファク
スに11面上の必要事項を書いて、市まち
みどり公社(☎042-751-6624 FAX
042-751-2345)へ

ユニコムプラザさがみはら
〒252-0303 南区相模大野3-3-2-301
☎042-701-4370

オーサズカフェ
「子育てに優しいまちづくり
~オレンジリボンキャンペーンの紹介~」
時 10月13日(土) 午後2時~3時
※希望者は直接会場へ

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

①大人の名作映画鑑賞会『武器よさらば』
時 10月23日(火)
午前10時30分~午後0時10分
②知っておきたい介護保険の基礎知識
~講演と講師2人によるトーク&トーク~
時 10月26日(金) 午後6時~8時
③ナチュラルライフ研究家から学ぶ
目からウロコの「家事半分」術~やりすぎ
ない家事で仕事と家庭の両立を~
時 11月3日(祝) 午後1時30分~3時30分
対 就業中か、就職を考えている女性
…………… 共 …………… 通 ……………
定 ①100人②30人③20人(申込順)
※未就学児(①②2歳以上③1歳以上)の保
育あり(要予約)
申 直接か電話、ファクスに11面上の必要
事項と、保育希望の有無(保育希望者は
子どもの氏名・年齢)を書いて、同所(FAX
042-775-1776)へ

施設のお休み

LCA国際小学校北の丘センター
時 10月4日(木)~20日(土)
間 同センター(☎042-773-5570)
市民健康文化センター
時 10月11日(木)~19日(金)
※プール・浴室は10月11日(木)~31日(水)
間 同センター(☎042-747-3776)

市体育協会からののお知らせ

☎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

グラウンド・ゴルフ交流大会
時 10月27日(土)〈予備日11月24日(土)〉
午前8時30分~11時45分
会 下溝古山公園スポーツ広場
対 市内在住か在勤・在学の人
費 500円
(市レクリエーション協会員は300円)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

津久井地域事業
ターゲット・バードゴルフをはじめよう!
時 10月27日(土) 午前9時30分~正午
会 津久井生涯学習センター
対 市内在住か在勤・在学の中学生以上
定 20人(申込順) 費 300円
申 電話か、ファクス、Eメールに11面上
の必要事項(全員分(代表者に○)。市内

在勤・在学の方は勤務先か学校名)を書
いて、市体育協会津久井連絡所(☎042
-705-5142 FAX042-705-5143
☐taikyo-tukui@mica.dti.ne.jp)へ

レクリエーションダンス講習会
時 10月15日(月) 午後1時30分~3時30分
会 中央公民館
対 市内在住・在勤・在学か、近隣市在住の人
※希望者は室内履きを持って直接会場へ

ペタンク親善大会
時 11月3日(祝) 午前8時~午後4時
会 相模原麻溝公園スポーツ広場

定 200人(申込順) 費 1,000円
申 10月18日(必着)までに、はがきに11
面上の必要事項を書いて、同協会へ

**チャリティーダンススポーツ
フェスティバル**
時 11月3日(祝) 午前11時30分~午後4時
会 総合体育館
対 市内在住・在勤・在学か、近隣市在住の人
費 当日1,000円(事前申し込み700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
ツ連盟の宇佐美さん(☎090-8088-
1210)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。

●**社交ダンス技術(フォーメーション)発
表会** 10月14日(日) 午後0時30分~4時、
総合体育館。見学希望者は室内履きを持参
☎松本(☎042-774-0634)
●**ファミリーコンサート** あじさい大学
OBと身体障害者サークルとの交流会 10月
19日(金) 午後1時~4時30分、あじさい
会館 ☎手塚(☎042-757-1703)

●百人一首の美文書道と文学のコラボ
講座〈全2回〉 10月19日(金)・26日(金) 午後
1時30分~3時30分、麻溝公民館。定員
20人(申込順)、費用1,000円 ☐10月
15日までに、電話で荒川(☎090-5414
-8246)へ

●**ネオ・ムジカ シャンソン・カンツォーネ
コンサート** 曲目は『シバの女王』ほか
10月31日(水) 午後2時~4時、サン・エール
さがみはら。定員222人(申込順)。費用
500円 ☐電話で中島(☎090-3694-
0206)へ

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。
●**テニス** 毎週火・金曜日午前9時、業務

スーパー相模原店屋上コート(中央区横山
6-4-1)。見学・体験可 ☎吉村(☎
090-7008-0491)

●**いきいき百歳体操・健康麻雀** 月8回月・
火・木・金曜日各2回午前9時、高根2丁
目自治会館。対象は未経験者 ☎藁科(☎
080-1317-5403)

●**児童合唱** 月3回、第2土曜日午前10時
ほか、大野中公民館ほか。対象は小・中学生、
見学・体験可 ☎西田(☎090-4066-
6758)

●**社交ダンス** 毎週土曜日午前9時、サン・
エールさがみはらほか。対象は経験者、見
学・体験可 ☎村島(☎090-9241-
9993)

●**健康体操・ストレッチ** 月3回木曜日午前
10時、中央公民館ほか。体験可 ☎能條
(☎042-733-1132)

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。



記録! 表現! 記憶! 写真文化を相模原から
全国、世界に発信!

市総合写真祭

フォトシティさがみはら
2018

問 フォトシティさがみはら実行委員会事務局(文化振興課内)
☎042-769-8202

プロやアマチュアを受賞作品を展示するほか、シンポジウムやギャラリートークなども楽しめる写真の祭典です。この機会に、写真の持つ記録性・芸術性などの素晴らしさを体感してください。

受賞作写真展

会 相模原市民ギャラリー

時 10月12日(金)~29日(月) 午前10時~午後7時 ※水曜日休館
写真講評会・ギャラリートーク

時 10月14日(日)

アマチュアの部写真講評会 午後1時~3時

プロの部ギャラリートーク 午後3時~5時

※希望者は直接会場へ

フォト・シンポジウム もり 会社のホールはしもと多目的室

時 10月13日(土) 午後2時30分~4時30分

テーマ 現代中国写真の新潮流/変容する中国の写真表現

出演者 伊藤俊治さん(東京藝術大学教授)、唐 浩武さん(フォトシティさがみはら2018プロの部アジア賞受賞作家)、宛超凡さん(写真家)

定 200人(先着順)

※希望者は直接会場へ

作品募集 私のこの1枚写真展

費 500円(展示ボード代)

テーマは自由 1人1点まで

申 12月21日までに、展示ボードに写真を貼って受付場所へ

※展示ボードの配布・受付場所など詳しくは、各公民館などにある募集案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

※展示ボードがなくなり次第、受け付けを終了します。

※応募作品は1月下旬以降、伊勢丹相模原店とミウイ橋本に展示されます。



▲プロの部さがみはら写真賞「地名」より「宿徳内/Shutokunai / sukutut-us-nay (エンネギ・群生する・川=wild onion crowd, river) 2016 2016」露口啓二さん



◀アマチュアの部金賞「この街で一緒」成松和司さん



▲プロの部さがみはら写真新人奨励賞「father」より 金川晋吾さん



▲プロの部さがみはら写真アジア賞「農民工」より 唐 浩武さん



▶アマチュアの部市民奨励賞「春うらら」清水千俊さん



▲プロの部さがみはら写真新人奨励賞「NEROLI」より 吉野英理香さん

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.1394

平成30年(2018年)

10/1

- 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 総務局渉外部広報広報課 ☎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 10月10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

ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び
時 10月29日(月)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 ⑫

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 |
|-----------|---------------------------|----|----|
| 11月12日(月) | 午後1時～2時15分、 午後2時45分～4時 | ㊦ | ⑮ |
| 11月13日(火) | | ㊩ | |

対 平成30年5～6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)



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 11月15日(木) **会** ㊦ **定** 20組 **申** ⑧
時 午前10時～正午
対 産後4カ月～おおむね6カ月の女性(初めての人優先)
 ※4カ月～おおむね6カ月の乳児同伴可(保育なし)

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介
時 午前10時～11時15分
対 乳幼児とその保護者
 ※希望者は直接会場へ
問 ⑪⑫⑬

| 日にち | 会場ほか |
|-----------|---------------|
| 10月16日(火) | 二本松㊧、陽光台㊧ |
| 10月17日(水) | 横山㊧ |
| 10月18日(木) | 城山㊧、大野北㊧、上鶴間㊧ |
| 10月23日(火) | 富士見㊦、鶴園中和田㊧ |
| 10月24日(水) | 並木㊧ |
| 10月25日(木) | ㊨、麻溝㊧ |
| 11月1日(木) | 大島㊧ |

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

子育て広場たんと トイレトレーニングセミナー

親子で無理をしない「おむつはずれ」のノウハウをお話しします。
時 10月20日(土)午前10時30分～11時30分
会 伊勢丹相模原店(南区相模大野)
対 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、「トイレトレーニング」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) | ㊧ | 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) ※㊦(湖)㊨(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) | 10月9日(火) | 午後1時～2時 | ㊩ | ④ | こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がない人 定 各2～3人(申込順。調整あり) 申 ㊩南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㊦中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ㊦津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 |
| | 10月26日(金) | | ㊦ | | |
| | 10月10日(水) | | ㊦ | | |
| | 10月23日(火) | | ㊦ | | |
| | 10月15日(月) | | ㊦ | | |
| HIV(エイズ)等の 検査・相談 | 火曜日 (10月9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) |
| | 10月13日(土) | 午後2時～3時45分 | ㊨ | | |
| 高齢者 認知症相談 | 10月22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) |
| | 10月23日(火) | 午前10時～正午 | ㊦ | | |
| | 11月7日(水) | 午後2時～4時 | ㊩ | | |
| 思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医) | 10月18日(木) | 午後2時～4時 | ㊦ | ⑭ | 対 思春期相談 13歳～17歳の精神的な問題を抱える人とその家族 ひきこもり相談 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) | 10月16日(火) | 午前10時～正午 | ㊦ | 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 | 10月22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 定 10組(申込順) |
| くすりの相談 | 10月18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」 | 10月17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) |

相模女子大学 講演会

- ①**臨床栄養セミナー**
「慢性腎臓病の栄養食事指導について」
 時 10月16日(火) 午後6時30分～8時
 会 ユニコムプラザさがみはら
 講 菅野丈夫さん(昭和大学病院栄養科管理栄養士)
 対 医療・福祉関係者、栄養管理関係者=100人(申込順)
 申 10月15日までに、ファクスかEメールに氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、勤務先、職種、「臨床栄養セミナー」と書いて、相模女子大学(連携教育推進課内 FAX042-743-4717 hitoshoku@mail2.sagami-wu.ac.jp ☎042-813-5055)へ
- ②**心不全の日常臨床から最先端治療まで**
 専門医が、診療や最先端の治療法についてお話しします。
 時 10月29日(月) 午後6時30分～8時
 会 ユニコムプラザさがみはら
 対 市内在住の人=50人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ

子育て広場 緑のおうち講座

- ①**ママのためのおんぶ・抱っこ紐講座**
 時 10月19日(金) 午前10時30分～11時30分
- ②**ワーキングママ準備講座**
 これから働きたいママ向けの就職活動の進め方などをお話しします。
 時 10月25日(木) 午前10時30分～11時
- 会 子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)
 対 ①3歳以下の子どもとその保護者②3歳以下の子どもとその保護者か、妊娠中の人=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、電話で同広場(☎042-703-5136)へ

発達障害支援センター子育て講座
「子育てママ・パパのストレス・マネジメント」

- 時 10月26日(金) 午前10時～11時30分
 会 陽光園
 対 市内在住で、発達障害やその傾向がある子どもの保護者かその家族=15人(申込順)
 申 10月19日までに、直接か電話で同センター(☎042-756-8411)へ

統合失調症家族教室〈全4回〉

- 統合失調症の知識や当事者とのコミュニケーション術などを学びながら、家族同士の交流を深めます。
 時 11月9日～12月7日の毎週金曜日(11月23日を除く) 午後2時～4時
 会 南保健福祉センター
 対 統合失調症を発症してから10年以内の人の家族
 定 15人(申込順)
 申 11月6日までに、電話で南障害福祉相談課(☎042-701-7715)へ

依存症回復プログラム「FLOW」

- 専門スタッフの助言を受けながら、依存のない生活を目指す仲間と、再発を防ぐためのスキルを身に付けます。
 時 毎週金曜日(祝日等を除く) 午後2時～3時30分
 会 精神保健福祉センター
 対 違法薬物や向精神薬、市販薬、危険ドラッグ、アルコール、ギャンブルなどの問題で困っている人
 定 8人(申込順)
 申 電話か、Eメールに氏名(匿名でも可)、電話番号、「依存症回復プログラム」と書いて、同センター(☎042-769-9818 seishinhoken-c@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

精神科セカンドオピニオン外来

- 時 10月25日(木) 午前10時～正午
 会 けやき会館
 対 精神科治療中で、自身の治療方針について主治医以外からの精神科医の意見を求める人
 定 3人(抽選)
 ※医療過誤や訴訟に関する内容などは受け付けません。
 費 2,000円
 申 10月10日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

口腔がん健診

- 口腔粘膜の診査と、口腔がんの予防方法を学びます。
 時 11月23日(木) 午前9時～午後5時
 会 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)
 対 市内在住の40歳以上=120人(抽選)
 費 500円
 ※70歳以上など一部の人は免除あり
 申 10月31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、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
 ※年度内1回受診可
 ※口腔粘膜の状態によって、専門機関へ紹介します。

高齢者筋力向上トレーニング
南会場〈全24回〉

- 運動機能の維持・向上を目的とした体操や各種トレーニング
 時 12月10日～平成31年3月18日の毎週月・木曜日(12月24日・31日、1月3日・14日、2月11日を除く) 午前10時～正午
 会 コナミスポーツクラブ相模大野(南区南台)
 対 市内在住の65歳以上で、病氣・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接で改善に向けた支援が必要と判断された人=10人(選考)
 申 10月3日までに、電話で住んでいる地区の高齢者支援センター〈申込先が分からない場合は市コールセンター(☎042-770-7777)〉へ

友知草の会25周年記念講演会
「認知症治療薬について」

- 時 10月27日(土) 午後2時～4時 会 市民会館
 講 大石 智さん
 (北里大学東病院精神神経疾患治療センター長代理)
 定 130人(申込順) 費 100円
 申 10月20日(必着)までに、はがきに住所、氏名、電話番号を書いて、友知草の会(市社会福祉協議会中央ボランティアセンター内 〒252-0236 中央区富士見6-1-20 あじさい会館)へ
 問 友知草の会の富樫さん ☎090-7812-5257

不安対処スキルアップセミナー
〈全7回〉

- 過剰な不安や強迫的心配と上手に向き合う方法について学び、練習します。
基礎知識講座 ※同講座のみの参加も可
 時 11月2日(金)・9日(金) 午前10時～11時30分
 会 ウェルネスさがみはら 定 5人(申込順)
個別実践講座
 時 11月16日～12月21日の毎週金曜日(11月23日を除く) 午前9時～9時40分、10時～10時40分、11時～11時40分
 会 けやき会館 定 各1人(申込順)
 費 各回2,000円(11月16日は無料)
 対 市内在住か在勤・在学中、不安や強迫症状により日常生活に支障がある人
 申 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

生活習慣病予防教室
忙しくてもあきらめない!
働く世代のメタボ撃退術〈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 11月10日(土)・17日(土) 午前10時～正午
 会 ウェルネスさがみはら
 対 市内在住か在勤の人=30人(申込順)
 申 11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 |
|-----------|----------------------------|------------------|
| 10月 8日(木) | 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) |
| 10月13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 |

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

+ 急病 などで困ったときは

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 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。

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。

