

LINE UP 今号の主な内容

- 6/30 (日) 証明書自動交付機の運用を終了します …… 2
- 児童手当の現況届は6月28日(必着)までに提出を …… 3
- 逃げ遅れゼロへ! ~警戒レベルに合わせて避難しましょう~ … 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・世帯  
 人口 722,640人(730増)  
 男 361,415人 女 361,225人  
 世帯 325,843世帯(825増)

令和元年5月1日現在。( )は前月との増減

TOPICS

19年ぶりの大相撲巡業 相模原場所を開催!

10月11日(金)に相模原ギオンアリーナ(総合体育館)で、大相撲相模原場所の開催が決定しました。若葉まつりでは、立田川親方(元豊真将)が市長を表敬訪問したほか、ステージで若手力士と、国技である相撲の魅力をお話しました。  
 ※申し込み方法など詳しくは、同実行委員会ホームページをご覧ください。



☎大相撲相模原場所実行委員会 ☎080-3752-7890

さがみはら  
 広報  
 NO.1410  
 毎月  
 1日・15日発行  
 6/1  
 2019  
 令和元年  
 SAGAMIHARA



子育て  
 安心

パパ・ママに  
 寄り添うまち

未来の  
 子育て中の  
 パパ・ママへ

子どもを産み育てるといことは、誰でも不安や疑問が多くなるもの。このまちで安心して産み育てていけるよう、市はあなたの子育てのパートナーとして寄り添います。

どんな制度があるかの  
 紹介は6・7面へ

NEW

10月1日  
 から 幼児教育・保育利用料の  
 無償化が始まります

子育て世帯の経済的な負担を軽減するため、幼児教育・保育の利用料の無償化が開始されます。給食費などは無償化の対象外です。

施設類型	対象 (4月1日時点)	無償化上限額 (月額)
① 認可保育所・認定こども園・地域型保育事業	非課税世帯の0～2歳児	全額
	3～5歳児	
② 幼稚園	3～5歳児	25,700円
③ 認可外保育施設(市認定保育室等)、ファミリー・サポート・センター事業、ベビーシッターなど	非課税世帯の0～2歳児	42,000円
	3～5歳児	37,000円
④ 幼稚園の預かり保育	非課税世帯の満3歳児	16,300円
	3～5歳児	11,300円
⑤ 障害児通園施設	3～5歳児	全額

※就労などの理由により、保護者が保育することが困難であると認定を受けた場合のみ対象になります(①(認定こども園の一部)②⑤を除く)。

※②3歳の誕生日の前日から無償化の対象  
 ※③複数利用の場合は合計金額が上限に達するまで対象になります。  
 ※④非課税世帯の満3歳児は、3歳の誕生日の前日から、3歳になってから最初の3月31日までの間の子ども

該当施設や手続き(⑤は手続き不要)、対象など詳しくは、7月以降に市ホームページでお知らせします。

☎市コールセンター ☎042-770-7777





6/30(日)  
午後5時

## 証明書自動交付機の運用を 終了します

今後は「コンビニ交付サービス」を利用してください。

### 設置場所

- 市役所本館
- 各区役所庁舎

この機会に  
マイナンバーカードを  
作りませんか？

マイナンバーカードを取得すると、コンビニエンスストアのマルチコピー機で証明書の交付が受けられる「コンビニ交付サービス」が利用できます。発行手数料が50円お得です。

☎ 区政支援課 042-704-8911



### 捨てないで！ さがみはらカード

印鑑登録をしている人の「印鑑登録証」として今後も必要です。なくさないようにしてください。

※詳しくは、各区役所区民課へお問い合わせください。



## 議長に石川将誠氏、 副議長に森 繁之氏を選出

市議会定例会開会会議が5月17日に開かれ、議長と副議長が選出されました。就任のあいさつについては、「さがみはら市議会だより6月1日号」をご覧ください。



**議長** 石川将誠氏  
(いしかわ・まさのぶ)  
自由民主党相模原市議団  
当選4回  
南区古淵 42歳



**副議長** 森 繁之氏  
(もり・しげゆき)  
市民民主クラブ  
当選4回  
中央区上溝 52歳

☎ 議会総務課 042-769-8277

## 副市長に森 多可示氏が就任

市議会定例会開会会議で、森 多可示氏の選任について同意され、5月20日に就任しました。任期は4年間です。



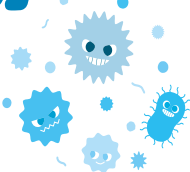
**副市長**  
森 多可示氏 (もり・たかし)  
**主な経歴**  
市環境対策課長、道路管理課長、都市建設局参事、環境共生部長、市民局長などを歴任  
緑区長竹 63歳

☎ 職員課 042-769-8213

### 暑い時季が来る前から対策を

## 家庭でできる食中毒予防

湿度や気温が高くなるこれからの時季は、食中毒が発生しやすくなります。早めに対策を始めましょう。



### 5つのポイント

#### 購入

- なるべく新鮮な食品を選び、早めに食べ切れる量だけを買う
- 購入したらすぐに持ち帰る

#### 保存

- 温度管理が必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保存する
- 冷蔵庫には詰め込み過ぎない(温度のムラを作らない)

#### 調理

- 調理の前に、せっけんなどを使い手を洗う
- 加熱調理が必要な食品は、中心まで十分に加熱する

#### 食事

- 食事の前にせっけんなどを使い手を洗う
- 調理後は時間を置かず食べる



#### 後片付け

- 使った食器などはすぐに洗い、清潔な布巾で拭き、水気を残さない
- 残った食品は冷蔵庫で保存し、温め直すときは、十分に加熱する
- 時間がたち過ぎた食品は、思い切って捨てる

☎ 生活衛生課 042-769-9234 ☎ 同課津久井班 042-780-1413

## 一人で悩まず、 話し合いませんか



### 家族セミナー「ひきこもる若者のご家族へ」〈全2回〉

時 6月15日(土)・22日(土) 午前9時30分～11時30分

会 ソレイユさがみ

対 ニート・ひきこもり状態やフリーターなど、就労に困難を抱えている若者の家族

定 各70人(申込順)

申 6月3日～開催日前日までに、直接か電話でさがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

### 不登校を考えるつどい～様々な進路選択～

不登校の子どもの進路状況、進路選択に向けて考えたいことなどについてお話しします。

時 ①6月26日(水) ②6月29日(土) ③7月4日(水) 午後1時30分～4時

会 ①青少年相談センター②城山総合事務所③ユニコムプラザさがみはら

対 不登校や登校をためらいがちな児童・生徒とその保護者

定 各30人(申込順)

申 6月3日～開催日前日までに、直接か電話で青少年相談センター(☎042-769-8285)へ



## ハチの巣を見つけたら

巣に近づかない、揺らさない、大きな音を立てない



巣の特徴からハチの種類を調べて対処しましょう。

<p><b>スズメバチ</b></p>	<p>巣はマール模様(マール)のボール状です。攻撃性が強いので、自分で駆除することは危険です。必ず、専門の業者に駆除を依頼してください。</p>	
<p><b>アシナガバチ</b></p>	<p>巣は半円形です。巣を刺激しなければ襲ってくることはありません。夜間に殺虫スプレーをかけると比較的簡単に駆除できます。市では防護服を貸し出しています(要予約)。</p>	

### ハチに刺されたら

- 流水で洗い、冷やす
- 呼吸が苦しい、気分が悪いなどの症状が出たら、速やかに医療機関で受診する

※市ではハチの巣の駆除をしていません。

☎ 生活衛生課 042-769-8347 ☎ 同課津久井班 042-780-1413



## デング熱や ジカ熱など

## 蚊が媒介する感染症に ご注意ください



蚊の活動は10月下旬ごろまで活発です。蚊の発生源をなくすなどの防蚊対策をして、刺されないように注意しましょう。

### 蚊の発生源対策

- 空き容器や空き缶などは処分し、水たまりを作らないようにする
- バケツや植木鉢の受け皿など、水がたまりやすい容器を1週間に1度はひっくり返す
- やぶや草むらなど、成虫が潜む場所の草を刈る

### 防蚊対策

- 窓に網戸を設置したり、ドアを開けている時間を短くしたりして、蚊の侵入を防ぐ
- 屋外では長袖・長ズボンの着用を心掛け、肌が露出する部分には虫よけ剤を使用する

☎ 疾病対策課 042-769-8260

## 「アポ電強盗」にご用心

自宅に電話をかけて資産などの情報を聞き出し、その後に強盗に入る「アポ電強盗」と呼ばれる手口での被害が発生しています。不審な電話がかかってきたら、

- 貯金や預金など、お金の話はしない
  - 「警察に通報する」と言う
- など、被害に遭わないようにしましょう。



☎ 交通・地域安全課 042-769-8229



## 児童手当の現況届は 6月28日(必着)までに提出を

提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなります。  
**提出方法** 6月中旬までに届く現況届をこども家庭課へ郵送するか、直接、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)・出張所へ  
 ※必要書類など詳しくは、現況届に同封している案内をご覧ください。  
 ※マイナンバーカードがある人はマイナポータルからも手続きできます。詳しくは、同封の案内をご覧ください。

問市コールセンター ☎042-770-7777

## 来年度に小・中学校で使用される 教科書の見本を展示します

日にち	時間	会場
6月14日(金)～28日(金) (20日は休館)	午前10時30分～午後7時	総合学習センター
6月4日(火)～21日(金)	午前9時～午後5時(4日は午前10時30分から、21日は午後3時まで)※土・日曜日を除く	相模湖総合事務所
6月8日(土)・9日(日) 11日(火)・12日(水)	午後2時～7時	南保健福祉センター

問学校教育課 ☎042-769-8284

## 高等学校などへ通学する1・2年生へ 給付型奨学金の申請を追加で受け付けます

経済的な理由により、高等学校など  
 ※1での修学が困難な生徒を対象に、返還不要の奨学金を給付します。手続きは、次の3つの手順で行ってください。  
 ※1 高等学校、中等教育学校後期課程、高等専門学校、専修学校高等課程

奨学金の種類		給付額
修学資金	在学中に必要な授業料以外の教育費	年額 最大で10万円 (在学中の3年間、年3回に分けて給付)※2

※2 修業年限が3年を超える場合は、大学入学資格を取得できる最短修業年数を限度とします。

### ステップ1 給付対象か確認

チェックシート	
<input type="checkbox"/> 生徒と保護者が市内在住	<input type="checkbox"/> 生徒と保護者の31年度市民税所得割が非課税
<input type="checkbox"/> 平成30年度以降に入学	<input type="checkbox"/> 生徒と同一住所に住む世帯員全員の31年度市民税所得割が非課税
<input type="checkbox"/> 31年4月1日時点で18歳未満	<input type="checkbox"/> 生活保護を受けていない

全てに該当する人が審査の対象

### ステップ2 申請の準備 必要書類を用意

- 奨学金給付申請書 **配布場所** 学務課(市ホームページにも掲載)
- 在学証明書(原本)
- 保護者と世帯員が31年1月1日時点で市外に住んでいた人のみ 生徒の保護者と、生徒と同一住所に住む18歳以上の世帯員の31年度「市民税・県民税課税(非課税)証明書」か「市町村民税・県民税課税決定通知書」の写し

### ステップ3 申請 必要書類を提出 提出期限 7月31日(必着)

☑直接か、郵送で学務課へ

問市コールセンター ☎042-770-7777

第11期生募集

## 小・中学校の先生を目指す人は注目! さがみ風っ子教師塾

問教育センター ☎042-756-3647

時 10月～令和2年3月(全10回) 日曜日コース 金曜日コース  
 対 市立小・中学校教員を志望する人  
 定 50人程度(選考) 費 1万円  
 申 6月17日～7月31日(消印有効)に総合学習センターなどにある申込書(同塾ホームページにも掲載)を郵送で教育センターへ

#### 入塾選考試験(個人面接)

時 8月24日(土)〈予備日8月25日(日)〉  
 ※9月中旬に2次募集を実施予定  
 ※入塾により、市立学校教員採用候補者選考試験を免除することはありません。

地域に根差した教師になるための基礎力を養います

現職教員による講義や模擬授業など豊富なプログラムで、地域に根差した教師へのスタートを切るためのバックアップをします。

**Point** 今年度からは研究発表会などの授業参観を新設。学校とつながる機会がさらに増えました

### 説明会を実施します 卒塾生による体験談や個別相談もあり

日にち	会場	定員(申込順)
①6月23日(日)	総合学習センター	40人
②7月20日(土)	市のホール はしもと セミナールーム2	30人

時 午前10時～11時  
 対 市立小・中学校教員を志望する人で、入塾の希望や検討をしている人  
 申 6月3日～①20日②7月18日までに、電話かEメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「説明会参加希望」と書いて、教育センター(☎042-756-3647) ☑jyuku@sagamihara-kng.ed.jp)へ

## 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。

選考区分(任期付短時間勤務職員)	職務内容	受験資格	採用予定人数
行政(窓口サービス担当)	まちづくりセンターやパスポートセンターでの窓口業務	窓口などでの対人サービスの実務経験が3年程度ある	9人程度

採用 原則令和元年10月1日以降  
 任期 採用された日から最大で3年間  
 申込受付期間 **電子申請** 6月3日(月)午前9時～17日(月)午後5時(受信有効)

#### 受験案内の配布場所(休所日などは事前に確認してください)

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・図書館、市立公文書館など  
 ※市ホームページにも掲載

問人事委員会事務局 ☎042-769-8320

## 委員を募集

	廃棄物減量等推進審議会 一般廃棄物の適正処理や4Rの推進などについて審議	水とみどりの審議会 緑化の推進や緑地、生物多様性の保全などについて審議	地球温暖化対策推進会議 地球温暖化対策実行計画の評価・検証、次期計画の策定に向けた検討など
任期(会議の頻度)	8月～令和3年7月(年3回程度)	7月29日～3年7月28日(年3回程度)	8月～3年7月(年3回程度)
定員(選考)	3人	1人	2人
担当課	廃棄物政策課 ☎042-769-8336	水みどり環境課 ☎042-769-8242	環境政策課 ☎042-769-8240

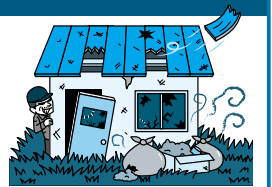
☑市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

**応募用紙** 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(市ホームページにも掲載)

☑6月3日～17日(必着)に応募用紙を直接か郵送、ファクス、Eメールで、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

## 空き家活用に悩んだら、市の制度の活用を 建物は年月の経過とともに傷みます

空き家の状態のまま放置すると、より老朽化が進み、強風で屋根が飛んだり、地震などによる倒壊の危険性が高まったりするほか、放火や不審者の侵入などの防犯上の問題も生じます。



#### 相談員からアドバイスをもらう

専門家の相談員が戸建ての空き家を訪問し、目視や提供資料に基づく調査をし、管理・活用などに関する助言を行います。

※売却可能価格・想定賃料・工事費用など、金額の提示は行いません。

☑現在使用せず、賃貸用・売却用としても流通していない、本市の区域内にある空き家の所有者か、所有者から委任を受けた人



#### 空き家バンクで有効利用

空き家を売りたい人や貸したい人が、物件情報を全国の空き家を利用したい人へ提供できます。

☑次の全てに該当する空き家の所有者(所有権その他の権利により対象空き家の賃貸・売却などを行うことができる人)

- 本市の区域内にある
- 人の居住用で使われていたが、現在は使われていない空き家

☑6月3日から、建築・住まい政策課にある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を直接か郵送で、同課へ

問建築・住まい政策課 ☎042-769-9817





# グリーンカレッジ つくい講座

各イベントの申し込み

直接か電話で、津久井生涯学習センター（☎042-784-2400）へ



## お父さん、お母さんのテント、タープ設営術

スムーズな設営の仕方を学ぶほか、簡単にできる薫製にも挑戦します。  
 時 6月16日（日）午前9時30分～午後3時〈予備日6月23日（日）〉  
 ※予備日も雨天の場合は中止  
 会 新戸キャンプ場（緑区寸沢嵐）  
 定 24人（申込順）  
 費 1,000円（材料費・保険代）  
 申込期限 6月14日

## オオムラサキ デジカメ観察講座

国蝶で、県の準絶滅危惧種のおオムラサキを観察しながら撮影します。  
 時 ①6月23日（日）②7月14日（日）午前9時～正午〈雨天中止〉  
 会 県立津久井湖城山公園  
 定 各15人（申込順） 費 各500円  
 申込期限 ①6月16日②7月7日

## ノルディックスローウオーキングしませんか？

約2kmをゆっくりとウォーキングします。体力に自信のない人、膝や腰に不安のある人でも参加できます。  
 時 6月20日（木）・7月18日（木）午後1時30分～3時30分〈雨天中止〉  
 会 津久井生涯学習センター周辺  
 定 各20人（申込順） 費 各200円  
 ※専用ポールの貸し出しあり  
 申込期限 各回開催日前日

## 津久井のアウトドア講座

### 水辺の自然体験活動指導者研修 川のおもしろさ、怖さを学ぼう

河川や湖沼などの水辺に必要な安全対策、緊急時の対応、レスキュー体験、アクティビティの指導法などを学びます。  
 時 6月29日（土）午前10時～午後3時〈小雨決行〉  
 会 津久井生涯学習センター、道志川（緑区三ヶ木 三太旅館前）  
 対 18歳以上＝30人（申込順）  
 費 1,000円  
 申込期限 6月20日



### カヌー in 道志川講座

時 6月30日（日）〈小雨決行〉  
 Aコース＝午前10時～正午  
 Bコース＝午後1時30分～3時30分  
 集合場所 道志川特設コース（緑区三ヶ木）  
 対 小学校3年生以上  
 定 各コース20人（抽選）  
 費 各2,000円  
 申込期限 6月20日

### サップで宮ヶ瀬湖を水上散歩

時 7月6日（土）〈小雨決行〉  
 Aコース＝午前10時～正午  
 Bコース＝午後1時～3時  
 集合場所 宮ヶ瀬湖カヌー場（清川村宮ヶ瀬）  
 対 小学校4年生以上（中学生以下は保護者同伴）  
 定 各15人（抽選）  
 費 各3,000円  
 申込期限 6月20日



### カヌー in 相模湖講座

時 7月13日（土）〈小雨決行〉  
 Aコース＝午前10時～正午  
 Bコース＝午後1時～3時  
 集合場所 山口ボート乗船場（県立相模湖公園内）  
 対 小学校2年生以上＝各20人（抽選）  
 費 各800円  
 ※会場までの渡船代が別途必要（中学生以上1,200円、小学生600円）  
 申込期限 6月30日

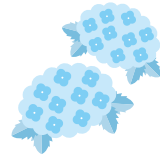
### サップで道志川を行ったり来たり

時 7月15日（祝）〈小雨決行〉  
 Aコース＝午前10時～正午  
 Bコース＝午後1時30分～3時30分  
 集合場所 青野原野呂ロッジキャンプ場（緑区青野原）  
 対 小学生以上＝各10人（抽選）  
 ※小学校3年生以下は保護者同乗  
 ※小学校4年生～中学生は保護者同乗か同伴  
 費 各3,000円  
 申込期限 6月30日

# 花と公園を楽しもう

## 相模原北公園アジサイ・ローズフェア

約200種1万株のアジサイと約85種1,900株のバラが楽しめます。また、アジサイ苗の配布や多肉植物の寄せ植え教室も行います。  
 時 6月8日（土）・9日（日）午前9時～午後3時  
 会 相模原北公園  
 ※希望者は直接会場へ  
 相模原北公園 ☎042-779-5885



## 簡単にできるよ！アジサイ挿し木講習会

アジサイの品種や分類、栽培方法を学び、挿し木の講習を行います。  
 時 6月15日（土）午前10時～正午  
 会 相模原麻溝公園多目的ホール  
 対 市内在住か在勤・在学の18歳以上（高校生を除く）  
 定 20人（申込順）  
 費 500円  
 申 6月14日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて、市まち・みどり公社（☎042-751-6624 FAX042-751-2345）へ

## ラベンダースティック作り教室

公園で採集したラベンダーを使って、スティック状のポプリを作ります。

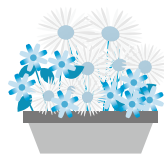
日にち	時間	会場	定員(申込順)
①6月15日（土）	午後1時30分～3時30分	相模原北公園	各15人
②6月16日（日）	午前10時～正午	相模湖林間公園	
③6月23日（日）	午後1時30分～3時30分	相模原麻溝公園	20人

対 ①③どなたでも（小学生以下は保護者同伴）②市内在住か在勤・在学の小学生以上  
 費 各500円  
 申 直接か電話で①相模原北公園（☎042-779-5885）、②相模湖林間公園（☎042-685-1330）③相模原麻溝公園（☎042-777-3451）へ



## 初夏の寄せ植え講習

初夏の花や植物を使って、寄せ植えのコツや管理方法などを学びます。  
 時 6月16日（日）午前10時～正午  
 会 相模大野中央公園  
 定 16人（申込順）  
 ※小学生以下は保護者同伴  
 費 2,000円  
 申 6月13日までに、直接か電話、ファクスに住んでいる区、氏名（ふりがな）、電話番号を書いて、相模原麻溝公園（☎042-777-3451 FAX042-777-0378）へ



# 図書館の催し

## 布えほん展

布絵本や布おもちゃの展示のほか、おはなし会を行います。  
 時 6月8日（土）午前10時～午後4時30分  
 6月9日（日）午前10時～午後3時30分  
 ※おはなし会は各日午前11時、午後2時  
 会 相模大野図書館  
 ※希望者は直接会場へ

## 一日図書館員

カウンター業務や本のフィルム貼りを体験し、本探しゲームに挑戦します。  
 時 6月29日（土）・30日（日）午前10時～午後3時30分  
 会 相模大野図書館  
 対 市内在住の小学校4～6年生＝各12人（抽選）  
 申 6月7日（必着）までに、直接か、はがきに住所、氏名（ふりがな）、学校名、学年、電話番号、参加希望日、「一日図書館員」と書いて、同館（〒252-0303 南区相模大野4-4-1）へ  
 相模大野図書館 ☎042-749-2244

## 大人のためのおはなし会

時 6月23日（日）午前10時～11時45分  
 会 社のホールはしもと セミナールーム2  
 対 中学生以上＝30人（申込順）  
 申 6月22日までに、直接か電話で橋本図書館（☎042-770-6600）へ

## ギャラリー展示『はなのかおり』～なつあき～

女子美術大学芸術部デザイン・工芸科工芸専攻を今年卒業した中西 彩さんの日本刺繍作品を展示します。  
 時 9月11日（火）まで  
 午前9時30分～午後8時（土・日曜日、祝日等は午後6時まで）  
 休館日 月曜日（7月15日、8月12日を除く）、第2木曜日、7月16日（火）、8月13日（火）  
 会 橋本図書館  
 相模大野図書館 ☎042-770-6600



## 図書館相武台分館開館40周年記念事業

## 大人のための紙芝居

石井とし子さんによる手作り紙芝居『大和の冒険～今昔物語集外伝』を演じます。  
 時 6月25日（火）午後2時～3時  
 会 相武台分館  
 定 30人（先着順） ※希望者は直接会場へ  
 相武台分館 ☎046-255-3315



6/30(日) さがみはら環境まつり

パネル展示や体験ブースのほか、クワガタ忍者による忍者ショーなどを開催します。

時 午前10時30分～午後4時  
 会 ミウイ橋本5階インナーガーデン、  
 杜のホールはしもと多目的室  
 〇さがみはら環境まつり実行委員会  
 事務局(環境情報センター内)  
 ☎042-769-9248

電気自動車実験教室

時 午前11時、午後1時・2時・3時  
 (各30分)  
 会 杜のホールはしもとセミナールーム2  
 〇小学生以下=各15人(申込順)  
 ※低学年以下は保護者同伴  
 申 6月5日～20日に、市コールセンター  
 (☎042-770-7777)へ

同時開催! さがみはら環境シンポジウム

基調講演とパネルディスカッションを通じて、環境について考えます。  
 時 午後1時50分～4時  
 会 杜のホールはしもと多目的室  
 講 荻原次晴さん(スポーツキャスター)  
 定 180人(先着順) ※希望者は直接会場へ  
 〇市コールセンター ☎042-770-7777



視聴覚ライブラリー の催し 〇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> 6月8日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶おじいさんと不思議なおくりもの ▶シートン動物記 蜂の王者 羊のクラッグ ▶忍たま乱太郎のがんばるしかないさ③ ▶小さなバイキングビッケ 大きな馬木の贈りもの
<b>シネマサロン</b> 6月16日(日)・18日(火) 午後2時～4時15分 〇市立図書館(中央区鹿沼台) 〇市内在住か在勤・在学の人 定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ	▶麦秋 (1951年/日本/白黒)

市立博物館に行こう 〇市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日、6月25日(火)・26日(水)

夜の昆虫採集! ライトトラップ見学会

光に集まる虫の性質を利用した採集方法を見学します。  
 時 6月8日(土) 午後6時～8時(雨天中止)  
 定 30人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴  
 ※希望者は直接会場へ。参加者の虫の採集はできません。

プラネタリウム 今年もやります! 「はやぶさウィーク」

6月13日の「はやぶさの日」にちなんで、小惑星探査機「はやぶさ」や現在活躍中の「はやぶさ2」関連の全天周映画を上映します。  
 時 6月11日(火)～16日(日)  
 費 各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書))  
 「はやぶさの日」記念 無料上映  
 時 6月13日(木)  
 ※当日午前9時30分から同館で配布する整理券が必要  
 〇各210人(先着順) ※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。

「企画展 闇に生きる」関連事業 ちよっと怖い! 絵本の読み聞かせ会

『モチモチの木』などの絵本の読み聞かせを、少し暗い部屋で行います。  
 時 6月15日(土)・23日(日) 午後1時～1時30分・3時～3時30分  
 〇幼児～小学生とその家族=各30人(先着順) ※希望者は直接会場へ

星空観望会(7月)

口径40cmの天体望遠鏡や大型双眼鏡などで、見頃の天体を眺めます。  
 時 7月13日(土)・27日(土) 午後7時30分～9時30分  
 定 各120人(申込順。1組4人まで。同世帯は人数制限なし)  
 ※中学生以下は保護者同伴  
 申 開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

旧石器ハテナ館の催し

毎月第3日曜日は体験教室の日! 黒曜石で石器作り

黒曜石を鹿角ハンマーや河原石で加工し、尖頭器や矢じりを作ります。  
 時 6月16日(日) 午後2時～4時  
 〇小学校4年生以上=30人(申込順)  
 ※小学生以下は保護者同伴  
 費 500円(材料費)  
 申 直接か電話で同館へ  
 〇旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371



北海道 白滝産の黒曜石

仲間づくり・生きがいに あじさい大学短期講座(前期)

日々の暮らしをもっと充実させてみませんか。高齢者の皆さんが楽しめる講座を開講します。

学科名(全6回)	期 間(開始・終了日)
民謡	7月1日(月)～24日(水)
太極拳★	7月2日(火)～18日(木)
水彩画	7月4日(木)～25日(木)
写 真	7月5日(金)～26日(金)
宇宙科学	7月5日(金)～8月9日(金)

受講できる科目 1人1科目  
 〇平成31年4月1日時点で、市内在住の60歳以上  
 ★医師から運動制限をされていない人に限る  
 申 6月17日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ  
 ※申込順。通年講座を受講中の人は申し込みできません。  
 ※会場や費用など、詳しくは講座案内をご覧ください。  
 講座案内配布場所 地域包括ケア推進課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・連絡所・公民館など  
 ※市ホームページにも掲載

「もっと知りたい!」が学べる! 市民大学(前期)

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多彩な学びの場を提供します。

講座名	期 間(開始・終了日)
サイエンス&テクノロジーが切り開く新たな世界(全5回)	6月29日(土)～7月27日(土)
これからの国際貢献のかたち(全5回)	
「もったいない」の話をしよう(全3回)	7月3日(水)～17日(水)
松下幸之助の経営哲学からみるAI(全3回)	7月4日(木)～18日(木)
Active English in the News(全7回)	7月8日(月)～9月9日(月)
ペットと豊かに暮らそう!(全5回)	7月24日(水)～8月28日(水)
身近にいる危険な生物を知ろう!(全5回)	7月25日(木)～8月29日(木)
楽しく元気に! 介護予防の基礎知識(全3回)	7月30日(火)～8月1日(木)
ことばのたたずまい(全2回)	8月1日(木)・2日(金)
みんなが暮らしよい社会を創造しよう(全2回)	8月19日(月)・20日(火)
公文書問題を考える(全4回)	8月23日(金)～9月13日(金)
名作椅子の模型をつくろう(全2回)	9月7日(土)・8日(日)
生き甲斐と死に甲斐のある生き方(全3回)	9月11日(水)～25日(水)
健康で豊かな人生のための基礎知識(全8回)	9月12日(木)～11月7日(木)
女子美術大学美術館コレクションを知る(全8回)	9月19日(木)～12月26日(木)
刺繍をまなぶ(全4回)	9月21日(土)～10月12日(土)
暮らしに役立つ医療の知識(全8回)	9月25日(水)～11月13日(水)
英語講座 英語ニュースを聞きとろう!(全10回)	9月26日(木)～11月28日(木)

〇15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)  
 申 6月14日(必着)までに、講義案内に付いている申込書(1講座1枚)をさがまちコンソーシアム事務局(☎042-703-8550)へ  
 ※同コンソーシアムホームページからも申し込みます(市民大学受講登録番号が必要)。  
 講義案内配布場所 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  
 会場や費用など、詳しくは講義案内をご覧ください



尾崎号堂関係資料公開 額「互譲共援」

旧津久井町の議場に掲げられていた、号堂が94歳の時に書いた書を展示します。  
 時 7月14日(日) まで  
 午前9時～午後4時30分 ※月曜日休館  
 〇尾崎号堂記念館  
 〇尾崎号堂記念館 ☎042-784-0660



国際子ども環境コンテスト 入賞作品展示会

世界の子どもたちが環境をテーマに描いた絵画を展示します。  
 時 6月7日(金)～29日(土) 午前9時～午後5時  
 〇環境情報センター  
 〇環境情報センター ☎042-769-9248





# 生まれる前も生まれてからも

今、こんなサポートがあります

市では、妊娠前から子育てのサポートを行っています。これから子育てをするパパ・ママが、いつ、どんな支援が受けられるのかを、子どもの成長過程に沿って紹介します。

子育て支援課 ☎042-769-8345

- お金
- 情報
- 相談
- 健康



## 妊娠

### 妊婦健康診査

- 妊娠中の健康診査にかかる費用を助成します▶「妊婦健康診査助成」
- 必要に応じて、妊娠出産、子育てに必要なことが確認できる「さがみはら妊娠出産子育てプラン」を一緒に作ります▶「母子健康手帳交付時の保健師相談(子育て支援センター)」
- 妊娠中から子どもが3歳になるまでの成長に応じた情報や家族へのメッセージをメールで届けます▶「さがみはら子育てきずなメール」
- 出産・育児についての知識・技術の習得や仲間づくりができます▶「ハロー・マザークラス(母親・父親教室)」

## 妊娠前

- 妊娠したい人を応援します▶「ハッピーベビカムセミナー」
- 不妊などに関する相談を受けます▶「不妊・不育専門相談」

情報収集などはこちらからも!

### 電子母子手帳アプリ さがみはらアプリde子育て さがプリコ

妊娠・出産・育児をサポートする電子母子健康手帳です。

アプリケーション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!



### 子育て情報満載! 子育てガイド

母子健康手帳交付時にお渡ししているほか、こどもセンターや公民館などでも配布しています。



### 教室

- 離乳食教室
- ママの心のケアルーム「ママの休み時間」
- ぴよぴよサロン など



### その他にもいろいろ!

- 母子保健相談
- 母と子の栄養相談
- ふれあい親子サロン
- 子育て広場
- ファミリー・サポート・センター
  - 市民が相互に応援し合う会員制の組織で、預かりや送迎などの支援を行います。
- 子育て短期支援事業(ショートステイ事業)
  - 保護者が病気などで養育が難しい時に、施設で子どもを泊まりで預かります。

### 子ども・若者未来基金

皆さんからの寄付金を積み立て、子ども・若者の育成支援などに活用しています。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。子ども・若者政策課 ☎042-769-8315へお問い合わせください。



## 出産

予防接種 受ける月齢・年齢に合わせて個別にお知らせを届けます。



## 乳児

赤ちゃんが生まれた全ての家庭に訪問し、体重測定や育児相談をしています▶「こんにちは赤ちゃん訪問」



## 幼児

- 8カ月児健康診査(個別)
- 4カ月児健康診査(集団)

4カ月児健康診査の実施日に読み聞かせと絵本のプレゼントをしています▶「ブックスタート事業(えほんdeはっぴい)」



### 1歳児健康診査(個別)

### 1歳6カ月児健康診査(医科個別・歯科集団)

### 2歳6カ月児歯科健康診査(集団)

2歳6カ月になるお子さんに絵本をプレゼントしています▶「セカンドブック事業」



### 3歳6カ月児健康診査(医科・歯科集団)

### 乳幼児健康診査

健診の約1カ月前に郵送でお知らせします。健診未受診の子どもへの家庭訪問なども行っています。



### 妊娠中や乳幼児期の健口サポート

#### マタニティオーラルセミナー(妊婦歯科教室)

妊娠期の口の中のトラブルが赤ちゃんに与える影響やその予防方法が学べます。歯科健康診査や自分に合った歯みがき方法をお伝えします。



おとも気分 スッキリ♡

参加者の声



6月4日~10日は歯と口の健康週間だよ

市マスコットキャラクター「さがみん」

親子で歯っぴいちゃんじ大戦!(むし歯予防教室) むし歯予防や歯みがきのポイントなどをお話します。

Q.参加したきっかけは?

A.歯が何本か生えてきて、うまくお手入れができず困っていたので参加してみました。

Q.参加して、何が変化はありましたか?

A.歯みがきのコツや、むし歯予防のポイントを知って、毎日の歯みがきが少しずつできるようになりました!同じ年頃の子どもが参加しているので、他の子の様子を知ったり、子育て中の人たちとコミュニケーションが取れたりして良かったです。



高橋実桜ちゃん 陽子さん

### 子育てに困ったり悩んだりしたら... 自分だけで抱え込まないで相談を



子育てをしているとつらくなることは誰にでもあります。「育児が大変」「不安がある」など、あなたがつらいと思ったら、一歩踏み出して、まずは気軽に相談してください。一緒に寄り添って考えていきます。

妊娠・出産・育児の相談は 各区の子育て支援センターへ!

- 保育園への入所
- 保育園での育児
- ひとり親家庭
- 児童虐待 など

緑子育て支援センター ☎042-775-8829  
 中央子育て支援センター ☎042-769-8222  
 南子育て支援センター ☎042-701-7710



# 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

### 介護保険の保険料納入通知書を 6月中旬に発送

65歳以上の人に保険料額や納付方法などを通知します。

#### 第1段階と第2段階の年間保険料を引き下げ

段階	変更前	変更後
第1段階	3万1,300円	2万6,100円
第2段階	4万1,800円	3万8,300円

※本人と同世帯の人の市民税が非課税で、本人の課税年金収入額やそのほかの所得額などの合計が120万円以下の人が対象です。

※第3段階～第11段階の年間保険料額に変更はありません。

☎介護保険課

### 国民健康保険の納税通知書を 6月中旬に発送

保険税額や納付方法などを通知します。詳しくは、納税通知書と同封の「国民健康保険のしおり」をご覧ください。

#### 保険税の納付が特別徴収の世帯へ

特別徴収(公的年金からの差し引き)を希望しない場合は、口座振替の申し込みをすることで納付方法を変更できます。

☎市国民健康保険コールセンター(☎042-707-8111)

### 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

☎6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

※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。

### 建築士による自宅の無料耐震相談会

☎6月27日(木)午後1時30分～4時30分  
☎市役所会議室棟

☎6組(申込順)

☎6月3日～21日に、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

### ガソリンは専用の金属製容器へ

6月2日～8日は危険物安全週間です。ガソリンの備蓄は大変危険です。専用の金属製容器を使用してください。

☎危険物保安課

### 市民後見人養成研修 事前説明会

養成研修を受講する人は参加必須

日にち	時間	会場
6月26日(水)	午後2時～3時30分	南保健福祉センター
6月27日(木)	午後1時30分～3時	緑区合同庁舎
6月29日(土)	午前10時30分～正午	あじさい会館

☎市内在住の25歳以上=各100人(申込順)

☎6月21日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項と希望日を書いて、さがみはら成年後見・あんしんセンター(☎042-756-5034 ☎042-759-4382)へ

### 受水槽や井戸水の衛生管理を

**受水槽** 設置者は保健所への届け出、定期的な点検と年1回の清掃が必要です。有効容量が8m<sup>3</sup>を超える受水槽は、専門の検査機関で年1回検査を受けることが義務付けられています。

**井戸水** 定期的に水質検査をしましょう。2戸以上(共同住宅など)で井戸水を飲用として使うときは、市の条例に基づく確認を受ける必要があります。

☎生活衛生課

※城山・津久井・相模湖・藤野地区は同課津久井班(☎042-780-1413)へ

### 省エネナビを貸し出します ～見える化で節電～

電気の使用状況をリアルタイムで把握できる「省エネナビ」を3カ月間無料で貸し出し

☎市内在住で、次の全てに該当する世帯  
○電力会社と電気の供給契約を結んでいる  
○設置期間中の電気使用量や省エネナビの効果などを市へ報告できる

※太陽光発電システム設置住宅や、電気契約容量が75アンペアを超える住宅などでは使用できません。

☎50台(申込順。1世帯1台)

☎環境政策課にある申請書(市ホームページにも掲載)と身分証明書、電気の検針票を直接、同課へ

※貸し出し条件や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

### 事業主・事務組合の皆さんへ 労働保険の確定・概算申告と 保険料などの納付はお早めに

期間 6月3日～7月10日

※石綿健康被害救済のための一般拠出金も併せて申告・納付となります。

☎神奈川労働局労働保険徴収課(☎045-650-2803)

### 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

☎6月4日・25日、7月9日・30日の火曜日  
午後2時～4時

☎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 新たな飼い主を探す譲渡会

☎6月23日(日)、7月21日(日)

午前10時～正午(雨天決行)

☎青少年学習センター

☎市内在住の20歳以上で①譲りたい人  
②欲しい人

☎①各10人(申込順。相談会での申し込みが必要)

☎①②一部費用負担あり

※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

### 人権に関わる特設相談所を開設

人権擁護委員が相談に応じます。

相談日	会場
6月 7日(金)	中央区役所市民相談室、 城山まちづくりセンター
6月12日(水)	南区役所市民相談室、 津久井まちづくりセンター
6月14日(金)	相模湖まちづくりセンター
6月19日(水)	藤野まちづくりセンター
6月28日(金)	緑区役所市民相談室

☎午前10時～午後4時

※希望者は直接会場へ

☎横浜地方務局相模原支局(☎042-753-2110)

### 相模川清流の里 宿泊利用 9月分の抽選申し込み

☎6月10日午後5時までに、同所ホームページから、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6月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

9月の休館日 17日(火)・18日(水)

※8月までの空き室の申し込みは随時受け付けています。

### ルールを守って楽しい花火 ～事故に注意～

6月10日～16日は火薬類危害予防週間です。花火には火薬が使用されており、思わぬ事故が起こることがあります。安全のために必ず注意書きを確認しましょう。

☎危険物保安課

## 募集

### 青少年教育カウンセラー 代替職員の登録者

勤務 週4日、午前8時45分～午後5時15分  
(小・中学校は午前9時～午後5時30分)

勤務場所 青少年相談センター、同センター南・城山・相模湖相談室、相談指導教室、市内小・中学校

賃金 月額26万円

☎次のいずれかに該当する人

- 臨床心理士などの資格がある
  - 大学か大学院で心理学を専攻した
  - 教育相談業務に従事した経験がある
- ☎電話連絡の上、6月3日～24日に、履歴書を直接、同センター(☎042-769-8285)へ

### あそびの学校 きもだめし 企画・運営ボランティア

8月25日(日)に青少年学習センターで行う肝試しの準備やおばけ役など

☎市内在住か在勤・在学の中学生～30歳

☎15人(申込順)

☎6月15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、学生は学校名・学年を書いて、同センター(☎042-751-0091 ☎042-751-0092 ☎seisyonen-center@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

### 技能功労者表彰候補者の推薦

優れた技能を持つ人などを表彰(原則他薦)

☎次の全てに該当する人

- 市内在住で主に市内で技能職種に従事
- 同一職種に30年以上従事した60歳以上(令和元年10月1日時点)
- 優れた技能を持ち、人材の育成などその職種の発展に寄与し、他の模範として認められる

☎6月3日～14日に、直接か電話で、各技能職団体か、団体のない職種は雇用政策課(☎042-769-8238)へ

## イチオシ!今年もやって来ました

### 本沢梅園の梅もぎ採り

梅の収穫時期に合わせ、約1,000本の梅の木が広がる川尻財産区の梅園を開園します。品種は梅酒や梅干しなどに適した白加賀です。

☎6月8日(土)・9日(日)・15日(土)午前9時～午後3時

(梅がなくなり次第終了)

☎本沢梅園(緑区川尻)

交通 ○橋本駅北口から「大戸」行きバス終点下車、徒歩約15分

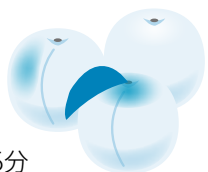
○橋本駅南口から「若葉台住宅」行きバス終点下車、徒歩約30分

☎1kgあたり600円

※希望者は直接会場へ

※無料駐車場あり

☎市コールセンター ☎042-770-7777



## イチオシ!楽しみながら健康を保とう

### 歌って笑顔 笑って健康

歌い継がれている愛唱歌をピアノの伴奏で歌い、免疫力をアップします。

☎6月19日(水)午後2時～4時

☎社のホールはしもと

講師 直美さん(音楽レクリエーション講師)

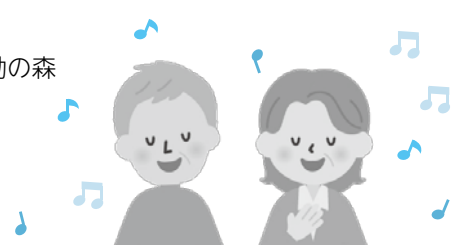
☎市内在住の人

☎110人(申込順)

☎700円

☎6月18日までに、電話でシニア活動の森

(☎080-7953-3384)へ





### 市歯科医師会公式マスコットキャラクターデザイン

募集期間 9月15日まで  
※応募方法など詳しくは、同会ホームページをご覧ください。  
☎同会(☎042-756-1501)

### ①児童育成指導員②児童館指導員③児童育成補助員④児童館補助員

放課後などの児童の遊びや生活面の指導、見守りなど  
勤務 ①②週3~5日程度③④週3日程度  
※③④は夏休み期間中のみでも可  
勤務場所 こどもセンター、児童クラブ、児童館(一部の地域を除く)  
賃金 ①②時給1,150円③④時給1,029円  
※①②は勤務条件により社会保険・雇用保険の適用あり  
①②保育士、幼稚園、小・中学校・高校教諭の資格か、児童クラブなどで2年以上の実務経験があるなど

体力測定 6月22日(土)  
※体力測定当日が別日に面接あり  
☎6月12日までに、こども・若者支援課、各公民館(沢井を除く)・図書館・こどもセンター・児童クラブ・児童館にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接か郵送で、同課(☎042-769-9227)へ  
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

### さがみ美術展(公募展)の作品

6月14日(金)~18日(火)に相模原市民ギャラリーで展示  
出品 1人2点まで。規格は8号~150号(80号~150号は1点まで)  
費用 1点3,000円、2点4,000円(80号~150号は4,000円)  
☎6月9日午前10時~午後3時に、作品と費用を持って、直接同ギャラリーへ  
※作品は額(ガラス不可)に入れ、掛けひもか、つり金具を付けてください。  
☎市美術協会事務局の阿部さん(☎042-751-7030)

### フリーマーケット出店者

☎7月7日(日)午前10時~午後2時(雨天中止)  
☎麻溝台リサイクルスクエア駐車場  
☎市内在住の18歳以上(高校生は保護者同伴)=28組(抽選)  
費1,500円  
※1組1区画(約2.5m×5m)  
☎6月14日(必着)までに、往復はがき(同一住所1枚)に8面上の必要事項、販売品目、参加人数(中学生以上)を書いて、市美化運動推進協議会事務局(資源循環推進課内 〒252-5277 中央区中央

2-11-15 ☎042-769-8334)へ  
※団体・業者の出店、飲食物・電化製品・手作りの品・仕入れた物品などの販売不可。家庭から出る不用品のリユースに限る

### 市まち・みどり公社の職員

総務や経理、事業の企画・実施、施設の管理・運営など  
勤務 10月か令和2年4月から週5日で、原則、午前8時30分~午後5時15分(勤務場所により土・日曜日、祝日等の勤務あり)  
☎昭和52年4月2日~平成9年4月1日に生まれた人=若干名(選考)  
☎6月3日~18日(必着)に、必要書類を郵送で同公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6623)へ  
※必要書類など詳しくは、同公社ホームページをご覧ください。

### 相模川ビレッジ若あゆかかしフェスティバル出展者

9月7日(土)~29日(日)に相模川自然の村公園周辺の水田で行われる同フェスティバルへ、手作りのかかしを出展  
☎市内在住の小・中学生とその保護者、青少年団体など  
☎7月5日までに、直接か電話で相模川ビレッジ若あゆ(☎042-760-5445)へ

## イベント

### 相模原「宇宙の学校」〈全3回〉

JAXA宇宙教育センターの教材を使い、親子で工作や実験に挑戦  
☎6月30日(日)、10月13日(日)、12月1日(日)午前9時30分~正午  
☎淵野辺東小学校体育館  
☎小学生とその保護者  
定50組(申込順)  
費子ども1人につき2,500円  
☎6月2日~14日に、相模原「宇宙の学校」ホームページの専用フォームから申し込んでください。  
☎同イベント事務局(子ども・宇宙・未来の会内 ☎042-750-2690)

### 市役所食堂 de「はやぶさ給食」

「はやぶさの日」を身近に感じてもらうため、市役所食堂では小・中学校給食でも提供される「はやぶさ給食」を販売  
☎6月13日(木)午前11時から  
☎市役所本館6階食堂  
費530円(税込み)  
※限定100食。売り切れ次第終了  
☎学校保健課

### 神奈川土建 住宅デー

無料住宅相談や耐震相談、包丁研ぎなど  
☎6月9日(日)午前10時~午後3時  
☎市内約12カ所  
※詳しくはお問い合わせください。  
☎神奈川土建一般労働組合相模原支部(☎042-754-8023)

### 初めての自然観察会~初夏編~梅雨前の公園で、いろいろな「?」を探そう!

☎6月10日(月)午前10時~正午  
☎道保川公園  
☎小学校4年生以上  
定20人(申込順)  
☎6月9日までに、直接か電話、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号を書いて、環境情報センター(☎042-769-9248 ☎kankyo@eicwits.com)へ  
※同センターホームページからも申し込みます。

### 相模原 地域クラウド交流会「つながる。広がる。うまれる。」

起業家の応援を通じて、市民が地域活性化を目指すビジネス交流会  
☎6月13日(木)午後6時30分~8時30分  
☎産業会館  
☎起業家、起業を目指す人や地域を活性化させたい人など  
費1,000円  
※希望者は直接会場へ  
☎匠BusinessPlaceの山形さん(☎03-5404-8564)

### チャリティーダンスパーティー

収益金は市社会福祉基金に寄付  
☎6月23日(日)午前10時~午後3時  
☎市体育館(市役所前)  
定200人(申込順)  
費1,000円(当日1,300円)  
☎電話で市ダンス協会の池内さん(☎090-2526-5695)へ

## 講演・講座

### 防犯講習・交通安全教室

振り込め詐欺や空き巣の対策、自転車の安全な乗り方など  
☎6月18日(火)午後2時~3時30分  
☎老人福祉センター若竹園  
☎市内在住の60歳以上  
定15人(申込順)  
☎6月16日までに、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

### 社交ダンス初級者講習会〈全4回〉

☎6月18日~7月9日の毎週火曜日 午後7時30分~9時30分  
☎弥栄中学校体育館  
定20人(申込順)  
☎6月15日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「社交ダンス初級者講習会」と書いて、市ダンス協会の菊池さん(☎090-1694-5194 ☎042-752-5855)へ

### ウォールクライミング教室

☎6月22日(土)午前10時~正午(雨天中止)  
☎名倉グラウンド  
☎小学生以上  
定20人(申込順)  
※小・中学生は保護者同伴  
費1,200円(保険料含む)  
☎6月15日までに、直接か電話で同グラウンド(☎042-687-4782)へ

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

☎7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未就学児の保護者か家族  
定30人(申込順)  
☎6月3日~27日に、電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ

### 体感教室 わたしを伝えようワークショップ

グループワークのあと、自分自身をテーマにしたプレゼンを行う  
☎7月7日(日)午前10時~午後4時  
☎青少年学習センター  
☎市内在住か在勤・在学の中学生~30歳  
定20人(申込順)  
☎6月20日までに、直接か電話で8面上の必要事項、学生は学校名・学年を同センター(☎042-751-0091)へ

### ふれあい体験活動 チャレンジ!若あゆ

自然体験や作品制作などの活動を通して、集団への適応力を向上  
☎7月13日(土)午前9時45分~午後3時30分  
☎相模川ビレッジ若あゆ  
☎市内在住か在学で、不登校や、登校をためらいがち、集団生活が苦手な小・中学生とその保護者=50人(申込順)  
費500円  
☎6月3日~14日に、青少年相談センターにある申込書(同センターホームページにも掲載)を直接、同センター(☎042-769-8285)へ

## イチオシ!会社の仕組みを体験してみよう 子どもアントレ体験キャンプ

会社の設立、事業計画の作成、商品製造・販売、決算など、会社経営の流れを疑似体験します。初めて出会う友達と会社経営を体験してみませんか。

☎8月16日(金)~18日(日)〈2泊3日〉  
集合場所 サン・エールさがみはら  
☎相模川ビレッジ若あゆほか  
☎市内在住の小学校5・6年生  
定60人(抽選。初めての人優先)  
費8,000円  
☎6月11日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項と学校名、学年、性別、保護者氏名、参加経験の有無を書いて、子どもアントレ事務局(さがみはら産業創造センター内 〒252-0131 緑区西橋本5-4-21 ☎042-770-9119)へ  
※同センターホームページからも申し込みます。



## イチオシ!収穫の喜びを味わう 銀河連邦サク共和国 りんご樹オーナー募集

長野県佐久市臼田地域で育つ「サンふじ」の木のオーナーになり、りんごを収穫できます。

収穫時期 11月上旬~中旬  
※収穫に行けない人には、宅配便で届けます。  
募集本数 30本(抽選)  
費1本2万1,600円(収穫の目安は約150玉)  
☎6月3日~14日に、ファクスかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、希望本数、「りんご樹オーナー」と書いて、臼田地域りんご樹オーナー制度委員会(佐久市臼田支所経済建設環境係内 ☎0267-82-3116 ☎usudasisyo@city.saku.nagano.jp ☎0267-82-3113)へ





## ホームタウンチームを応援しよう!



### ノジマステラ神奈川相模原(女子サッカー)

なでしこリーグ カップ1部 (ホーム)	日にち	開始時間	会場	対戦相手
	6月29日(土)	午後5時	相模原 ギオンスタジアム	日テレ・ベレーザ

☎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。

## 走るのが速くなる! 運動が得意になる! 青トレコンディショニング~BASIC~

青山学院大学陸上競技部長距離ブロックが実践している「走る前に行う運動」を同部のトレーナーが指導します。

時 6月22日(土)、7月20日(土)、8月23日(金) 午前8時30分~9時45分

会 青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺)

対 小学校3年生~中学校1年生=各70人(申込順)

費 各1,000円(保険料含む)

申 6月3日正午~開催日2日前の正午に、青山学院大学フィットネスセンターホームページから申し込んでください。

☎青山学院大学フィットネスセンター ☎03-3409-6017

## 相模湖ボート教室

時 6月30日(日) 午前9時~午後1時 会 県立相模湖漕艇場

対 県内在住か通勤・在学の小学校5年生以上で、身長140cm以上の人=32人(申込順)

費 1,000円(中学生以下500円。保険料含む)

申 6月14日~21日に、ファクスかEメールに代表者の住所・電話番号、全員の氏名・年齢・性別、「相模湖ボート教室」と書いて、同漕艇場(☎042-684-4020) ☎sagamiko\_teiko@yahoo.co.jp ☎042-684-2339)へ  
※同漕艇場ホームページからも申し込みます。



## 銀河アリーナ 利用一時休止のお知らせ

空調設備の工事のため、下記の日程で館内施設の利用を一時休止します。

施設	休止期間(予定)
1階会議室	6月30日(日)~7月6日(土)
3階会議室	7月8日(月)~14日(日)
トレーニング室	7月16日(火)~22日(月)

☎スポーツ課 ☎042-769-8288



## 銀河アリーナ

☎252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

教室名 (全12回)	日にち	時間	対象	定員 (申込順)	費用
①フラダンス	7月3日~9月18日 の毎週水曜日	午後2時 ~3時15分	18歳以上 (高校生を 除く)	各20人	各 1万円
②ハワイアン フラダンス	7月4日~10月3日 の毎週木曜日 (9月5日・12日を除く)	午前10時 ~11時15分			

申 7月①1日②2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

## 市民健康文化センター

☎252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776

### 夏休み早朝こども水泳<全4回>

各コース内でレベルごとにクラス分けをするため、自分の段階に合わせて泳ぐことができます。教室終了後2時間まで、プールを継続して利用できます。

コース	日にち	時間	費用
A	7月23日(火)~26日(金)	午前7時45分~8時45分	各4,500円 (プール利用料 含む)
B	7月30日(火)~8月2日(金)		
C	8月6日(火)~9日(金)		
D	8月13日(火)~16日(金)		
E	8月20日(火)~23日(金)		

対 5歳~小学生=各80人(抽選)

申 6月30日(必着)までに、往復はがき(1コース1人1枚)に11面上の必要事項と希望コース、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

☎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
おためし 個人メドレー	6月17日(月)	正午 ~午後1時	18歳以上 (高校生を 除く)	各 30人	500円
初歩のバタフライ (全2回)	6月19日(水) ・26日(水)				2,000円
はじめて個人 メドレー(全3回)	6月20日(木) ・25日(火)・27日(木)				3,000円
水中撮影フォーム チェック	6月20日(木)			20人	1,500円 (DVD代 含む)
わくわく 親子水泳	6月22日(土)	午後1時30分 ~2時30分	3歳~小学生 とその保護者	30組	1組 750円
ビーズ アクセサリ	7月20日(土)	午前10時 ~午後1時	小学生以上 (小学校 3年生以下は 保護者同伴)	各 20人	1,500円
絵手紙	7月22日(月)	午前10時 ~正午	18歳以上 (高校生を 除く)		1,200円

申 開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

## 相模原ギオンスタジアム

☎252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
①跳び箱・鉄棒 (全9回)	7月3日~9月25日 の毎週水曜日 (7月24日、8月14日 ・28日、9月4日 を除く)	午後3時20分 ~4時10分	年少	15人 (申込順)	各 9,900 円
		午後4時20分 ~5時20分	年中・年長	各20人 (申込順)	
		午後5時30分 ~6時30分	小学校 1~4年生		
	7月12日~9月27日 の毎週金曜日 (8月16日・30日、 9月20日を除く)	午後4時10分 ~5時10分	年中・年長		
②骨盤すっきり エクササイズ (全10回)	7月4日~9月19日 の毎週木曜日 (8月15日・29日 を除く)	午前10時 ~11時	18歳以上 (高校生を 除く)		6,000 円
		7月4日~8月8日 の毎週木曜日	午前 9時30分 ~10時40分 午前10時50分 ~正午*	50歳以上	各25人 (抽選)
④ソフトエアロ & ストレッチ (全8回)	7月8日~10月7日 の毎週月曜日 (7月15日、8月12日 ・26日、9月2日 ・16日・23日を除く)		午前10時30分 ~正午	18歳以上 (高校生 除く)	25人 (抽選)
⑤シェイプアップ (全10回)	7月10日~10月9日 の毎週水曜日 (7月24日、8月14日 ・28日、9月4日 を除く)	午前11時 ~正午		20人 (抽選)	6,000 円

※抽選後に振り分け

申 ①②電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と①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。③~⑤6月15日(必着)までに、往復はがき(1教室1枚)に11面上の必要事項を書いて、同所へ

## 相模原ギオンアリーナ(総合体育館)

☎252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

教室名	日にち	時間	対象	定員 (抽選)	費用
筋膜リリース ~全身の筋膜を ほぐそう~(全4回)	7月3日~24日 の毎週水曜日	午前10時 ~11時		25人	3,000 円
ピラティス & ボディケア ストレッチ (全10回)	7月3日~9月11日 の毎週水曜日 (8月7日を除く)	午前10時30分 ~11時45分	15歳以上 (中学生を 除く)	40人	5,500 円
かんたんフラダンス (全10回)	7月3日~9月4日 の毎週水曜日	午後1時~2時		30人	6,000 円

申 6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

**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**  
「目指せ! グローカル産品開発」  
地域の人々に土地の歴史や環境、特産品などを教わりながら、学生たちと開発している商品などの事例を紹介  
時6月8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

**ソレイユフェスタ**  
男女共同参画に関する講演会や講座、登録団体による活動発表、ワークショップなど  
時6月22日(土)~7月7日(日)  
①親子で楽しむ映画まつり  
トムとジェリー『赤ちゃんはいいな』ほか  
時7月6日(土) 午前10時30分~正午  
②学習会「もしも、がんになったら…」  
時7月6日(土) 午後1時30分~3時  
…………… 共 …………… 通 ……………  
定①100人②20人(申込順)  
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)  
申直接か電話、ファクスに11面上の必要事項と、保育希望の有無(保育希望者は子どもの氏名・年齢)を書いて、同所(☎042-775-1776)へ  
※①②以外の催しの参加希望者は直接会場へ  
※内容や時間など、詳しくはお問い合わせください。

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

①障害者スポーツ講座  
「スポーツを楽しもう!」(全4回)  
バドミントンやソフトバレーボールなどを体験  
時6月26日、9月25日、12月18日、令和2年3月18日の水曜日  
午前10時~11時30分  
②体育館イベント タグラグビー  
~ラグビーボールに触れてみよう~  
タックルやスクラムなどの接触プレーがなく、安全に楽しめるラグビーを体験  
時6月29日(土) 午後1時30分~3時  
③障害者ふれあい文化講座  
「おいしいお菓子を作ろう!」  
時7月4日(木) 午後6時~8時  
費500円  
…………… 共 …………… 通 ……………  
対市内在住か在勤・在学で、障害のある小学生以上  
※②③小学生は要付き添い  
定①②各30人③16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①3人②5人③2人(申込順))  
申6月20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(☎042-769-1200)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  
「心を癒やすヒーリング・ジャズピアノの時間 桃瀬茉莉ヒーリング・ジャズピアノ」  
時6月15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

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

相模川の帆かけ舟展示  
美しく帆を張った帆掛け舟の勇姿を展示  
時6月17日(月)~7月12日(金) 午前9時~午後6時

凧作り教室  
簡単にできる角凧作り  
時6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6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、同センター(☎046-255-1361)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  
☎☎042-750-4150

お茶会~外国人との交流の広場~  
インド出身の人による母国のお話と交流会  
時6月16日(日) 午前10時~正午  
会ユニコムプラザさがみはら  
定48人(先着順) ※希望者は直接会場へ  
費100円(中学生以下無料)

**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

スラックライン  
綱渡りのように真っすぐに張ったベルト状のラインの上を歩行

日にち	時間
6月23日~7月14日の毎週土・日曜日	午前9時30分
7月20日(土)~8月31日(土)	~午後7時
9月1日~29日の毎週土・日曜日	(1組15分)

費各500円  
※希望者は直接会場へ

ウォーターボール  
透明のビニール球の中に入り、水上を歩行

日にち	時間
6月23日~7月28日の毎週土・日曜日	午後5時30分~7時30分(1回5分)
8月2日~30日の毎週月・水・金曜日	
9月1日~10月6日の毎週土・日曜日	
10月27日(日)	

対3歳以上=各24人(先着順)  
費各300円  
※希望者は直接会場へ

## 施設のお休み

**環境情報センター**  
時6月8日(土)・30日(日)  
※毎週木曜日は休所日  
同センター(☎042-769-9248)  
**市民健康文化センター**  
時6月10日(月)  
同センター(☎042-747-3776)

# 市体育協会からのお知らせ

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

### ペタンク講習会①審判②初心者実技

時6月22日(土) ①午前9時~正午②午後1時~4時  
集合場所 サーターフォー相模原球場会議室  
対小学生以上=35人(先着順)  
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

### 市少年柔道選手権大会

時9月8日(日) 午前9時~午後5時  
会相模原ギオンアリーナ(総合体育館)  
対市内在住・在学か、近隣の道場や柔道教室に通う小・中学生  
※スポーツ保険などへの加入が必要  
費800円  
申6月28日(必着)までに、市体育協会にある申込用紙(同協会ホームページにも掲載)を同協会へ

### 盆踊り新譜講習会

日にち	時間	会場
6月16日(日)	午後1時20分	橋本公民館
6月23日(日)	~2時50分	大野南公民館
6月19日(水)	午後0時30分~3時	市体育館(市役所前)

対市内在住か在勤・在学の人  
※希望者は室内履きを持って、直接会場へ

### クレー射撃競技講習会

種別 トラップ競技、スキート競技  
時6月23日(日) 午前8時~午後5時  
会県立伊勢原射撃場(伊勢原市上粕屋)  
対市内在住か在勤・在学の人=48人(先着順)  
費1競技8,000円(学生4,000円)  
※希望者は銃砲・装弾・銃砲所持許可証・猟銃用火薬類等譲受許可証を持って、直接会場へ

### 鳴子踊り体験会

時6月9日(日) 正午~午後3時  
会市体育館(市役所前)  
対市内在住か在勤・在学の人  
※希望者は室内履きを持って、直接会場へ

### 市民選手権大会

①テニス(ダブルス(一般・小学生))  
時7月20日(土)~8月3日(土) 午前9時  
会淵野辺公園テニスコート  
②体操③トランポリン  
時8月4日(日) 午前9時  
会北総合体育館  
…………… 共 …………… 通 ……………  
申6月①11日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、はがきに11面上の必要事項と生年月日・種別・戦歴(JOP)(全員分。在勤・在学の場合は勤務先か学校名)を書いて、市体育協会へ②③30日までに、市体操協会ホームページからか、電話で市体育協会へ  
※詳しくは市体育協会にある開催要項をご覧ください。

### シルバーダンス初心者講習会(全7回)

時7月4日~8月22日の毎週木曜日(8月15日を除く) 午前9時30分~11時45分  
会加藤会館(南区麻溝台)  
定50人(抽選) 費1,000円  
申6月30日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項を書いて、同協会へ

### チャリティーゴルフ大会

時7月22日(月) 午前8時  
会相模原ゴルフクラブ(南区大野台)  
対次の全てに該当する人=160人(抽選)  
○18歳以上で、アマチュアルールに抵触しない  
○グループの代表者が市内在住か  
在勤  
費参加費3,000円、プレー費1万8,670円(飲食代別)  
申6月15日(必着)までに、往復はがきかEメール(1通4人まで)に11面上の必要事項と生年月日、性別(全員分(代表者に○))、市内在勤の場合は勤務先を書いて、同協会へ  
※詳しくは、同協会にある大会要項をご覧ください。

# 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。

●音・色・彩コンサート ー音の色彩を楽しむー 曲名は「アメイジング・グレイス」ほか 6月15日(土) 午後1時30分~3時30分、あじさい会館。定員100人(先着順)  
同あじさいの会(☎042-755-6612)  
●親子絵本ライブ 7月27日(土) 午後2時30分~4時、サン・エールさがみはら。定員100人(申込順)、費用500円(同伴の子どもは無料) 申秋葉(☎090-6044

-1787)  
●花の絵画公募展 6月20日(木)~25日(火) 午前10時~午後5時(20日は午後2時から、25日は午後3時まで)、相模原市民ギャラリー 同藤井(☎042-815-1765)  
●野菜ソムリエと作ろう! ー野菜たっぷりハンバーガーとフライドポテトー 6月9日(日) 午前10時~午後0時30分・午後1時~3時30分、ユニコムプラザさがみはら。定員各24人(申込順)、費用950円(小学生100円、未就学児無料)。小学生以下は保護者同伴 申林(☎090-8942-8125)

### 仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

●レクリエーションダンス 第2~第4水曜日午後1時、上溝公民館 同藤田(☎090-2452-3547)  
●水彩画 毎月第1・第3日曜日午後1時30分、ソレイユさがみ。初心者歓迎、見学・体験可 同室本(☎042-773-5580)  
●ストレッチ 毎週水曜日午前10時、星ヶ丘公民館ほか 同鈴木(☎070-3897-4870)

### 募集

応募方法など詳しくはお問い合わせください。

●演劇ワークショップ 来年の公演に向けた俳優の募集 9月14日から(全5回)、オダサ

ガプラザほか。定員20人(選考) 同多村(☎090-2528-0306)

### 応募は発行日の3週間前まで

掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。

催しは過去6カ月以内、仲間は過去1年以内に掲載された団体は応募できません。掲載は抽選(仲間は希望号と次号の2回)。掲載の場合は、発行日の10日前ごろに連絡します。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

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

☎042-770-7777 午前8時~午後9時 年中無休  
☎042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。

子育て・保健・介護予防事業については、別冊ウェルネス通信でもお知らせしています。





6月は土砂災害防止月間

# 逃げ遅れゼロへ！～警戒レベルに合わせて避難しましょう～

6月から

## 大雨などの際に警戒レベルが発表されます

警戒レベルの内容を理解し、災害時に適切な行動を取れるよう準備しておきましょう。

### 防災情報を入手しよう！

- ひばり放送
- さがみはらメールマガジン「防災」(防災メール)
- テレビ神奈川(tvk)データ放送(地デジ3ch)
- ひばり放送テレホンサービス(☎0180-994-839)



▲空メールを送信して防災メールに登録

気象庁が発表

市が発令・発表

警戒レベル1

警戒レベル2

警戒レベル3

警戒レベル4

警戒レベル5

どういう状況？

早期注意情報

大雨・洪水注意報

避難準備・高齢者等避難開始

避難勧告・避難指示(緊急)  
極めて危険な状況

災害が発生している状況

何をする？

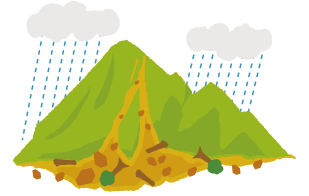
情報収集など  
災害への心構えを高める

避難行動(経路・持ち出し品など)を確認

高齢者などは避難を開始  
他の人は避難の準備

全員が安全な場所へ避難  
指定の避難場所への移動が危険な場合は、より安全な場所へ緊急避難

命を守る  
最善の行動を！



### 事前に危険な場所をチェック！

いざというときの避難の経路などを決めておきましょう。

ハザードマップの活用を！▶



### 避難するときは

- 明るいうちから
- 動きやすい格好
- 2人以上で
- 火の元を確認

### 確認しておこう！避難先

- 優先1** 安全な親戚・知人宅、自治会館など
- 優先2** 風水害時避難場所
- 優先3** 屋内で安全が確保できる場所  
崖や河川から離れた2階以上の部屋など

☎避難行動・避難情報について 緊急対策課 ☎042-707-7044 ハザードマップについて 危機管理課 ☎042-769-8208



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.1410

令和元年(2019年)

6/1

- 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 ※6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 6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

### 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
7月12日(金)	午後1時～2時15分、 午後2時45分～4時	⑦	⑮
7月19日(金)		⑧	

対 平成31年1・2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)

### 離乳食教室(スタート・モグモグ編)

離乳食の講習、簡単な実習と試食  
 時 7月17日(水)午後1時～2時30分  
 会 ⑧  
 対 30年10月～31年2月生まれの子の保護者とその家族  
 定 各15人(申込順。初めての子の保護者優先)  
 申 ⑮

### 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

日にち	会場など
6月18日(火)	二本松②、 陽光台③、田名④
6月19日(水)	横山⑤
6月20日(木)	城山⑥、大野北⑦、 上鶴間⑧
6月25日(火)	富士見①、 鶴園中和田⑨
6月26日(水)	並木⑩
6月27日(木)	⑪、麻溝⑫

① こどもセンター  
 ② 栄養士による栄養相談もあり

### ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び  
 時 7月1日(月)午前10時～11時30分  
 会 ⑧  
 対 おおむね4歳未満の双子・三つ子とその保護者か、双子などを妊娠中の妊婦  
 定 20組(申込順)  
 申 ⑬

## 子育て広場たん と 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 6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 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(月～土曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時、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 ①tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

## 子育て広場 緑のおうち講座 こどもの応急手当

人形を使った心肺蘇生やAED(自動体外式除細動器)の使い方など、小さい子どもの応急手当を体験できます。  
 時 6月21日(金)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 3歳までの乳幼児とその保護者=10組(申込順)  
 申 月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時に、電話で同広場(☎042-703-5136)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)	②	⑥	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) ※②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬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				
	火曜日				
	水曜日				
	金曜日				
精神保健相談 (精神科医)	6月11日(火)	午後1時～2時	⑧	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 ⑧南障害福祉相談課☎042-701-7715、④中央障害福祉相談課☎042-769-9806、⑤津久井保健福祉課☎042-780-1412
	6月28日(金)				
	6月12日(水)				
	6月25日(火)				
	6月17日(月)				
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	7月2日(火)	午前9時 9時30分 10時 10時30分 11時 11時30分  午後1時 1時30分 2時 2時30分 3時 3時30分	⑦	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、健診結果(持っている人)
	7月4日(木)				
	7月17日(水)				
	7月23日(火)				
	7月25日(木)				
HIV(エイズ)等の検査・相談	6月8日(土)	午後2時～3時45分	⑨	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)
	6月15日(土)				
	6月11日(火)				
HIV(エイズ)即日検査	6月4日(火)	午前9時～10時30分	⑦	④	その日のうちに結果が分かるHIV(エイズ)検査・相談(無料。匿名) 定 各15人(申込順)
		午後6時～7時15分			
もの忘れ相談	6月24日(月)	午後1時30分～3時30分	②	①	医師によるもの忘れ相談 定 各2組(申込順)
	7月3日(水)	午前10時～正午	⑧		
みんなのアルコール相談 (精神科医)	6月18日(火)	午前10時～正午	⑨	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・ギャンブル等 家族教室「サブリ」	6月24日(月)	午後2時～4時	⑦	⑭	アルコールや薬物、ギャンブル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、ギャンブルなどの問題がある人の家族 定 10組(申込順)
くすりの相談	6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」	6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・お酒や薬物、ギャンブルなどの問題がある人の家族 定 30組(申込順)





元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室(全12回)

専属トレーナーが、各種体操や機器を使った筋力トレーニングなどを指導します。

日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など	費用
① 7月3日 ～9月18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)	各 6,000 円
② 7月5日 ～9月27日の 毎週金曜日 (8月16日を除く)	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	
③ 7月10日 ～9月25日の 毎週水曜日		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	
④ 7月19日 ～10月11日の 毎週金曜日 (8月16日を除く)	午前10時30分 ～正午	スポーツクラブ ルネサンス橋本 (緑区橋本)	042-775-6600 午前10時～午後10時 (金曜日を除く) ※土・日曜日、祝日等は 午後6時まで	

対 運動に支障がない市内在住の65歳以上 定 ①③④各10人②8人(抽選)  
申 6月20日までに、電話で各会場へ



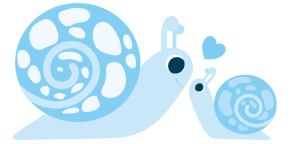
ファミリー・サポート・センター会員募集

市内在住か通勤・在学中、次に該当する人

- 利用会員(子どもの送迎など、子育ての手助けを受けたい人)  
小学生(障害児は18歳)までの子どもがいて、入会説明会に参加できる  
※妊娠中の人も相談可
- 援助会員(子育ての手助けをしたい人)  
20歳以上で、後日行う講習会に出席できる

◆入会説明会(1時間程度)

日にち	時間	会場
6月 7日(金)	午後 1時30分	南区合同庁舎
6月21日(金)	午前10時30分	緑区合同庁舎
7月 6日(土)		
7月16日(火)	午後 1時30分	あじさい会館
7月31日(水)	午前10時30分	南区合同庁舎



◆援助会員講習会(全3回)

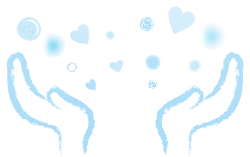
日にち	時間	会場
7月 4日(木)	午前9時30分～午後3時	緑区合同庁舎
7月 5日(金)	午前9時30分～午後3時30分	
7月 8日(月)	午前9時30分～午後4時	

申 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、入会説明会の希望日、希望の  
会員種別を書いて、同サポートセンター(☎042-730-3885 ✉  
famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp)へ

教室・講演会など

キャラバン・メイト養成研修

認知症サポーターを養成する講座  
で、講師を務める「キャラバン・メイト」  
を養成  
時 7月30日(火) 午前9時30分～午後4時  
40分  
会 ウェルネスさがみはら  
講 石井達範さん(相模台病院精神神経  
科医師)  
対 市内在住か通勤で、次の全てに該当  
する人  
○認知症サポーター養成講座を受講し  
たことがあり、ボランティアで同講座  
を行える  
○受講後、認知症サポーター養成講座  
を年間3回以上、主体的に開催できる  
○スタートアップ研修(時8月6日(火)  
午後1時30分～4時)を受講できる  
定 100人(選考)  
申 6月28日(必着)までに、地域包括ケ  
ア推進課、各高齢者相談課にある申込書  
(市ホームページにも掲載)を同課(☎  
042-769-9249)へ



市認知症疾患医療センター  
市民公開講座

認知症の予防と治療について  
時 7月6日(土) 午後3時～5時30分  
会 産業会館  
講 小田陽彦さん(兵庫県立ひょうごこ  
ころの医療センター医師)  
対 市内在住か通勤の人  
定 200人(申込順)  
申 6月26日(消印有効)までに、はがき  
かファクスに住所、氏名(ふりがな)、  
電話番号、「市民公開講座」と書いて、  
北里大学東病院トータルサポートセン  
ター(〒252-0380 南区麻溝台2-1  
-1 ☎042-748-7872 ☎042-  
748-7132)へ

アレルギー疾患講演会

小児ぜんそくとアレルギー性鼻炎の  
最新情報や日常のケアについて  
時 7月8日(月) 午後2時～4時  
会 ウェルネスさがみはら  
定 50人(申込順)  
※保育あり(定15人程度(申込順))  
申 7月7日までに、電話で市コールセン  
ター(☎042-770-7777)へ

精神科セカンドオピニオン外来

時 6月27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  
※医療過誤や訴訟に関する内容などは受  
け付けません。  
定 3人(抽選)  
費 2,000円  
申 6月3日～10日に、電話で精神保健福  
祉センター(☎042-769-9818)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ぶ  
時 7月1日(月)・8日(月)・18日(木)・25日  
(木) 午後2時～4時  
会 緑区合同庁舎  
対 市内在住で、統合失調症を発症して  
10年以内の人の家族  
定 15組(申込順)  
申 6月3日～28日に、電話で緑障害福祉  
相談課(☎042-775-8811)へ

バンビのぼれぼれ広場  
ワーキングママ準備講座

働きたいママが就職活動をするため  
に必要な準備などについて  
時 6月13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=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 ✉famisapobambino@gmail.  
com)へ

オストメイト健康相談会

講演や、看護師による個別相談、グルー  
プミーティングによる情報交換など  
時 6月30日(日) 午後1時30分～4時30分  
会 プロミティふちのべ(中央区鹿沼台)  
対 人工肛門・人工膀胱保有者とその家  
族など  
定 70人(先着順)  
※希望者は直接会場へ  
問 日本オストミー協会神奈川支部の安  
部さん(☎042-760-1425)

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
6月 6日(木)	午前10時～正午 午後 1時30分～4時	市役所前
6月15日(土)	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)

対 16歳～69歳の健康な人(65歳～69  
歳の人は、60歳～64歳の間に献血経  
験が必要)

所要時間 40分程度  
※本人確認をしています。



献血キャラクター  
けんけつちゃん

問 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

※事前に連絡をしてから受診してください。

