

2022 (令和4年)

11.1

広報

さがみはら

No.1492

毎月1日・15日発行

神奈川県初開催

いよいよ開幕!

2022
ねんりんピック
かながわ



水泳



バウンド
テニス



県PRキャラクター
かながわキンタロウ



第34回 全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会

ねんりんピックかながわ2022

2022/11/12(土) - 15(火) 競技:13日・14日

11月13日は多世代で楽しめるフェスタも開催!

60歳以上の人を中心とした総合的な祭典、ねんりんピックが開幕。市内の会場を訪れて秋の1日を楽しく過ごしてみませんか。

問スポーツ推進課 ☎042-769-9245

詳しくは2・3面へ

LINE UP

- 4面 新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ
- 5面 市議会定例会12月定例会議を開催
- 6面 あなたの電話で親子を守る
- 12面 尾崎行雄(号堂)杯演説大会in相模原

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



市コールセンター

午前8時～午後9時 年中無休

☎042-770-7777

※品質向上のため、通話を録音しています。

市の人口・世帯

人口 726,559人(24増)
男 361,831人 女 364,728人
世帯 341,725世帯(252増)

令和4年10月1日現在。()は前月との増減。
令和2年国勢調査に基づく推計人口

コロナ関連の問い合わせはこちら

感染拡大防止の徹底を

感染の心配などは

市新型コロナウイルス感染症相談センター

☎042-769-9237 (24時間)

障害により電話での相談が難しい場合は、
FAX)042-752-5515へ

ワクチン接種の予約等

市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎050-5445-4357

☎050-5445-9837

午前8時30分～午後8時

☎050-5445-4358

☎050-5445-9838

(土・日曜日は午後7時まで)

生活などで困りの時

新型コロナ暮らし・経済支援ダイヤル

☎042-851-3193

午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日等を除く)

給付金
ナビダイヤル

市非課税世帯等 ☎0570-070-177

午前8時30分～午後5時30分

市均等割課税世帯 ☎0570-070-117

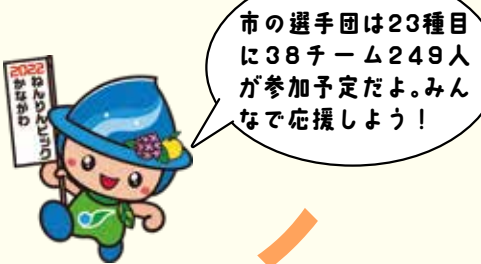
(土・日曜日、祝日等を除く)

ねんりんピックがやってくる!

神奈川県初開催のねんりんピックに合わせて、水泳大会会場のある横山公園ではフェスタも開催されます。
図スポーツ推進課 ☎042-769-9245

ねんりんピック(全国健康福祉祭)とは

- 60歳以上の人を中心に開催される、年に1度のスポーツ・文化・健康と福祉の総合的な祭典です。
- 昭和63年から毎年開催(令和2・3年はコロナ禍で延期・中止)
- 例年50~60万人(観客含む)が参加
- スポーツ、将棋、俳句、健康マージャンなどを実施
- 今年、神奈川県で初開催。県内26市町で32種目の競技を実施



市内開催の競技に注目!

水泳(さがみはらグリーンプール)



幅広い世代で競技スポーツとしてだけでなく、健康増進などを目的とした生涯スポーツとしても高い人気を誇っています。ねんりんピックでは自由形や平泳ぎ、リレーなどが行われます。
図11月13日(日)午前10時30分から、14日(月)午前9時30分から

バウンドテニス(相模原ギオンアリーナ)



テニスよりも小さいラケットとボールを使い、テニスコートの約6分の1のスペースでできるため、誰もが楽しめる生涯スポーツです。本市は競技人口が多く、強豪選手を多く輩出しています。
図11月13日(日)午前9時30分から、14日(月)午前9時から

本市選手団最高齢!2人の87歳ねんりんピアン 高見さん・清水さん(グラウンド・ゴルフ出場)にインタビュー



高見さん(左)、清水さん(右)

勝ち負けよりも楽しんで

私は75歳で仕事を辞めた翌年、友人に誘われてグラウンド・ゴルフを始めました。プレーの結果が良いときも悪いときもあるんですが、本当に楽しいですね。長く続けていて、ねんりんピックに出場できるのは今回が初めて。勝ち負けよりも楽しんでいきたいです。(高見トシ子さん)

継続するには常に考えること

グラウンド・ゴルフを続けていると、対戦相手など多くの人と接します。だから、どんな性格の人とも仲良くなれるよう、常に考えることが長く続ける秘訣です。グラウンド・ゴルフは上手なだけではホールインワンできないので、運も味方にして勝ちにいきたいですね。(清水 勇さん)

大会をみんなで盛り上げよう!

市内小学生がおもてなし

のぼり旗で歓迎!



大会期間中、合計で500人を超える選手、監督などのチーム関係者が本市を訪れます。おもてなしの1つとして、小学生が作成したイラストで作る「のぼり旗」で選手たちを歓迎します。若草小学校をはじめ市内小学校児童が、全67都道府県市分をデザイン。市内2会場を彩ります。

映像でも大会を楽しもう

大会を盛り上げるため、各種動画でねんりんピックをPRしています。

▲市公式YouTube®

▲学生団体「さがまち学生Club」が制作/



▲縦型動画SNSをモチーフに



▲映画予告編仕立て

▲市内ねんりんピアンを紹介/市広報番組「ぞっこん!相模原」



▲さがみんとキンタロウが対決?!



県公式YouTube®



11月13日(日)は多世代で楽しめるフェスタ

in横山公園



応援に行こう!

①ねんりんピック・水泳大会



②親子ふれあいの広場



- 親子で楽しめるゲームコーナー
- 合唱、鼓笛バンドのステージ
- 模擬店など 催しが盛りだくさん

図午前10時~午後3時
図青少年学習センター
☎042-751-0091

④市民活動フェスタ



- 吹奏楽演奏やフラダンス披露
- 青空バザーで雑貨販売 など

図午前9時30分~午後3時
図さがみはら市民活動サポートセンター
☎042-755-5790

③消防フェア

- 消防車の展示
- AED(自動体外式除細動器)訓練体験
- 防火衣の試着 など



図午前10時~午後3時(小雨決行)
図相模原消防署査察指導課 ☎042-751-9135

パトカー、白バイと記念撮影などもできます

⑤スポーツ体験ブース

- バウンドテニスやニュースポーツ、パラスポーツ*が実際に体験できる

図午前10時~午後3時(★は~午後4時)
図スポーツ推進課 ☎042-769-9245

⑥休憩エリア

新型コロナウイルス感染症対策のため、各ブースで購入した飲食物は、休憩エリア内でお召し上がりください。

P フェスタ当日の臨時駐車場は横山小学校

11月13日(日)、横山公園の駐車場は利用できません。横山小学校の臨時駐車場を利用してください。
※横山小学校から無料シャトルバスの運行あり

無料

シャトルバス運行

大会当日の11月13日(日)・14日(月)は相模原駅、相模大野駅と両競技会場をつなぐ無料シャトルバスを運行します。詳しくは市團へ。会場には公共交通機関をご利用ください。



お知らせ

さがみはらグリーンプール、相模原ギオンアリーナは11月9日(水)~16日(火)は利用できません(トレーニング室含む)。相模原ギオンアリーナは、16日(火)から一部施設が利用できます。また、駐車場を一部期間封鎖します。詳しくは各施設へ。

HOT Info

さがみはら



市圃はこちらから



イベントなどの開催状況は随時ご確認を

掲載イベントなどは、中止や延期の場合あり。開催状況は、市圃などでご確認を



イベント参加時はマスク着用



体調がすぐれないときは参加しない

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

1・2回目接種・小児接種も予約受け付け中

❗ 紙面の内容は10月19日現在です。記載内容が変更になる場合があります。

3～5回目接種 オミクロン株対応ワクチン 接種間隔を短縮

変更前 前回接種から5カ月経過 → 変更後 前回接種から3カ月経過

以下の全てに該当する人

- 1・2回目接種が完了 ● 前回接種から3カ月以上が経過 ● 12歳以上
- オミクロン株対応ワクチンを接種していない

クーポン券(接種券)の発送時期

従来型ワクチン4回目接種日	5回目のクーポン券(接種券)発送時期
9月3日(出)まで	10月31日(月)～11月9日(水)に順次発送
9月4日(日)以降	11月11日(金)以降、接種時期に合わせて発送

※接種間隔の短縮に伴い、新たに3・4回目接種の対象となった人にも、順次クーポン券(接種券)を送付しています。

集団接種の日時・会場を市が指定する「指定方式」を実施します

5回目接種の日時・会場を指定した決定通知(はがき)を11月4日(金)までに順次発送します。クーポン券(接種券)は、決定通知(はがき)が届いてから1週間程度で別途送付します。

以下の全てに該当する人

- 65歳以上 ● 指定方式を選び、集団接種会場で4回目接種を受けた

使用するワクチンをBA.4-5対応型に切り替えます

個別接種 11月1日(火)から順次

集団接種 11月10日(木)(ファイザー社ワクチンの会場のみ)

※詳しくは、市圃などでお知らせします。

予約受け付けスケジュール

種別	予約受け付け開始日時	接種日
集団接種	受け付け中	11月30日(火)分まで
	11月12日(土) 午前8時30分	12月25日(日)分まで
個別接種	受け付け中	11月19日(土)分まで
	11月5日(土) 午前8時30分	11月26日(土)分まで
	11月12日(土)	12月3日(土)分まで

インターネット予約支援を実施します

11月5日～12月10日の毎週土曜日午前8時30分～午後4時

会場：シティプラザはしもと、あじさい会館、南保健福祉センター◆、公民館(相模湖◆、津久井中央◆、大野北◆、田名◆、大野台・相武台)

※◆は実施日より別会場の場合あり

※希望者は、クーポン券(接種券)を持って、直接会場へ。詳しくは、市圃を参照

障害者向けの専用接種会場を設置

会場：障害者支援センター松が丘園3階

※実施日や予約方法など詳しくは市圃を参照

乳幼児への接種を開始します

対象：0歳6カ月～4歳 接種回数=3回

接種間隔=2回目は1回目接種から通常3週間、3回目は2回目接種から8週間

※接種を希望する場合はクーポン券(接種券)の申請が必要。対象者には、接種に関する案内はがきを送付

接種の予約・相談・問い合わせ

市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

〈午前8時30分～午後8時

(土・日曜日は午後7時まで)〉

※音声ガイダンスの後、オペレーターにつながります。

ウェブ・LINE予約はこちら▶



☎050-5445-4357
☎050-5445-4358

☎050-5445-9837
☎050-5445-9838

[English (英語)、中文(中国語)、한국어(韓国語)]
外国人専用ダイヤル

☎042-767-2104

障害などにより電話が困難な人専用ファクス FAX 042-740-1020

ご存じですか？ 新たな大都市制度の構想「特別市」

本市を含む政令指定都市では、さまざまな地域課題に的確に対応するため、特別市の法制化など、地域の実情に合った多様な大都市制度の早期実現に向けた検討を進めています。

それぞれの都市に合ったまちづくりを進めるには？



どんな制度だったら、効率的な都市経営や行政サービスの向上が実現できるだろう？

県内でも特別市(特別自治市)の議論が進んでいます

四首長懇談会の開催(5月6日)

県知事、横浜・川崎・相模原市長の懇談会を開催。「持続可能な行政運営に向けた県と指定都市の役割分担」をテーマに、特別市などについて意見を交換しました。



意見交換する四首長(一番右が相模原市長)

3市長が共同発表(7月27日)

新しい地方自治の形をつくる「特別市」の法制化の必要性について発表しました。

特別市制度ってどういうもの？

▶ 県の区域外となる新しい自治体の形で、市が県の業務も一体的に担います！



Aの行政サービスは県



Bの行政サービスは市

AもBも特別市の行政サービスに



● 県を通さないことで、地域の実情に合ったスムーズな対応が可能に

● 特別市に業務が集約されて、一体的な行政サービスが提供可能に

政令指定都市や特別区設置制度(いわゆる都構想)などと合わせて、新しい都市の在り方として選択肢が増えれば、地域の実情に合ったまちづくりが実現しやすくなると期待されています！

本市でも、特別市の法制化を目指しながら、みんなが暮らしやすいまちになるように、都市の在り方について検討を続けていこう！



特別市のことをもっと知りたいときは？

関連書籍の展示
大都市制度や地方分権などの書籍を展示します。

日にち	会場
11月2日(火)～20日(日)	市立図書館(中央区鹿沼台)
12月1日(木)～13日(火)	相模大野図書館
12月15日(木)～27日(火)	橋本図書館

特別市の検討状況や大都市制度などを随時紹介

指定都市市長会圃



市圃



圏広域行政課 ☎042-769-8248

市議会定例会 12月定例会議を開催

本会議・委員会を午前9時30分から表のとおり開催します。

12月定例会議の日程

日にち	内容
11月18日(金)	本会議(提案説明)
11月29日(火)	本会議(代表質問・個人質疑、委員会付託)
11月30日(水)	本会議予備日
12月2日(金)	総務委員会
12月5日(月)	環境経済委員会
12月6日(火)	民生委員会
12月7日(水)	建設委員会
12月8日(木)	市民文教委員会
12月19日(月)~22日(木)	本会議(一般質問)
12月23日(金)	本会議(委員長報告、採決)、議会運営委員会★

※12月定例会議のための議会運営委員会は、11月14日(月)に開催します。
 ※★は、本会議終了後に開催します。
 ※会議の日程、時間などは変更になることがあります。
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、議会議中継を活用してください。
 ※市議会から、各会議のインターネット中継が視聴できます。
 議事課 ☎042-769-8278

市民説明会を開催

次期一般廃棄物最終処分場に関すること

日にち	時間	会場	定員(先着順)
12月1日(木)	午後7時~9時	相武台公民館	60人
12月6日(火)		津久井総合事務所	60人

主な説明内容(8月の市民説明会と同じ内容)
 ●一般廃棄物最終処分場の現状について
 ●次期最終処分場の候補地選定について(緑区根小屋、南区麻溝台(各2か所))
 市内在住の人 ※希望者は直接会場へ
 清掃施設課 ☎042-769-8246

南市民ホールの集約化に関すること

日にち	時間	会場	定員(先着順)
11月16日(水)	午後7時~9時	相模女子大学グリーンホール 多目的ホール	240人
11月20日(日)		ユニコムプラザさがみはら	150人

主な説明内容
 ●行財政構造改革プランにおける南市民ホールの位置づけ
 ●南市民ホールの閉館時期について
 市内在住の人 ※希望者は直接会場へ
 文化振興課 ☎042-769-8202

随時募集・申込順 市営住宅の入居者を募集

入居が可能な住宅を対象に募集します。

所在地	住宅名	間取り	入居人数	建物階数	募集戸数
緑区若柳	内郷住宅	2DK	2人以上	4階建て/2階	1
		3DK	4人以上	4階建て/3階	1
緑区佐野川	佐野川住宅	2DK	1人以上	2階建て/2階	1
緑区大島	大島団地★	3DK	1人以上	5階建て/2・3階	3
中央区富士見	富士見団地★	3DK	2人以上	5階建て/3・4・5階	8
中央区相生	東団地★	2LDK	2人以上	4階建て/3階	1

以下の全てに該当する者

- 申込者が18歳以上である
 - 申込者が市内に1年以上在住している
 - 夫婦か親子を主体とした家族である(佐野川住宅・大島団地を除く)
 - 世帯の月収額が、15万8,000円(高齢者世帯などは21万4,000円)以下
 - 市税などの滞納がない(分割納付中も滞納とみなす)
 - 申込者が同居しようとする親族が住宅を所有していない
 - 申込者が同居しようとする親族が暴力団員でない
 - ★は上記に加え、申込者が新型コロナウイルス感染症の影響により、解雇、雇止めをされたか、就労収入の減少により、住宅に困窮している世帯
- ※住宅によっては、別途、資格が必要な場合あり。単身者は、別途、条件あり。
 詳しくは申込期間までにお問い合わせを
 ※今回の募集に申し込む場合、他の市営住宅入居者募集への申し込みは不可
 11月14日~令和5年3月31日に、☎で市営住宅課へ ☎042-769-8256
 ※窓口での受け付け不可

桜並木の維持管理

街路樹診断をした結果、倒木の恐れがあると判断した桜を、安全確保のため伐採します。
 伐採後は、適正な樹木間隔で補植(新たな苗木を植える)し、桜並木を維持・管理します。



- 場所
- 市道市役所前通(市役所前さくら通り)
 - 市道南橋本青葉(県営並木団地周辺)
- 伐採時期
 12月上旬から随時
 ※伐採対象の桜に看板を掲示。
 伐採時は交通規制する場合あり

季節を彩る桜並木を維持するためには、伐採や新たな苗木を植えることが必要です。ご理解、ご協力をお願いします。



中央土木事務所 ☎042-769-9235

令和5年度市立児童クラブの入会申し込みの受け付け開始

市では、保護者が就労などにより昼間家庭にいない小学校低学年の児童の健全な育成を図るため、小学校やこどもセンターなど(一部地域を除き小学校区ごと)に市立児童クラブを開設しています。

令和5年度の入会受け付けを開始

保護者が昼間、育成できない小学校1~3年生(障害などで特別に支援が必要な児童は6年生まで)
 小学校4年生まで受け入れる児童クラブ
 ●光が丘 ●もえぎ台★ ●中野★ ●津久井中央★ ●串川★ ●根小屋 ●桂北 ●千木良 ●内郷 ●藤野 ●藤野南 ★は5年4月から実施

1カ月7,300円
 (育成料5,300円+おやつ代2,000円) ※延長育成料は1回200円
 こども・若者支援課、各こどもセンター・市立児童クラブ(市にも掲載)
 ※5年3月31日までは、緑・南区役所行政資料コーナー、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンターでも配布



受付期間内に入会申請書と必要書類を直接、各市立児童クラブか、郵送でこども・若者支援課へ

受付	受付期間	対象者
1次	11月1日~11月30日	入会開始希望日が5年4月1日~10日で、求職活動中(ひとり親家庭を除く)ではない人
2次	12月1日~5年1月31日	入会開始希望日が5年4月1日~10日の人
随時	5年2月1日から	入会開始希望日が5年4月1日以降の人

市立児童クラブの受付時間 月~金曜日 午後2時30分~6時
 土曜日、学校休業日 午前8時~午後6時
 ※随時募集は、入会開始希望日の2カ月前から2週間前まで申請を受け付け
 ・1次受け付けから順次審査、入会を決定
 ・土曜日は児童クラブが開設していない場合あり。事前に入会希望の児童クラブに確認を
 ・現在入会中でも、5年度に入会を希望する場合は、あらためて申請が必要
 ・定員以上の申請があった場合は、入会を待つことあり
 ※民間児童クラブの申し込みは、各クラブへお問い合わせを。各民間児童クラブの連絡先は市にも掲載

こども・若者支援課 ☎042-769-9227

児童虐待防止推進月間

あなたの電話で親子を守る



すべての人が笑顔で暮らせる街へ

児童虐待は社会全体で解決しなければならない問題です。あなたの通告や相談が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。

児童虐待とは

- 身体的虐待 殴る、蹴る、やけどを負わせる、激しく揺さぶる など
- 心理的虐待 無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう など
- 性的虐待 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性的な被写体にする など
- ネグレクト 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする など

子どもや保護者のサインを見落としていませんか？

いつも泣き叫ぶ声がある、子どもに不自然な傷や打撲があるなど子どもから発せられるサインがあります。また、保護者が地域などから孤立していたり、子どもの養育に関して拒否的、無関心であることからサインに気付くことができます。虐待かもと思ったらすぐに相談してください。

児童虐待、子育てに関する相談

・虐待を受けていると思われる子どもがいたら ・出産や子育てに悩んだら

①各子育て支援センター

緑☎042-775-8815、中央☎042-769-9221、南☎042-701-7700

②児童相談所☎042-730-3500

【①②共通】相談時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日等を除く)

③こども虐待110番☎042-730-3511

④児童相談所虐待対応ダイヤル☎189[いちはやく]

【③④共通】相談時間 24時間対応

⑤かながわ子ども家庭110番相談LINE

相談時間 月～土曜日 午前9時～午後9時(年末年始を除く)

⑤の友達追加はこちらから



11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

暴力に悩む女性の皆さんへ



こんな暴力、ふるわれていませんか？

配偶者や恋人などからの暴力(DV=ドメスティック・バイオレンス)や性犯罪、ストーカー行為、セクハラなどに苦しむ被害者の多くは女性です。このような行為は許されるものではありません。新型コロナウイルス感染拡大に伴う生活不安・ストレスにより、DVの増加や深刻化が懸念されています。

DVってどんな行為？

- 殴る、蹴る、突き飛ばす
- 生活費を渡さない
- ばかにする、ののしる
- 長時間無視をする
- 性行為を強要する
- 交友関係や電話・メールを監視する

DVが与える影響

- 被害者 けがなどの身体的影響だけでなく、PTSD(心的外傷後ストレス障害)など、精神的な影響を受けることもあります。
- 子ども 直接的な暴力だけでなく、暴力を目撃することで心身へのさまざまな影響が懸念されます。

がまんしないで相談を！

●市配偶者暴力相談支援センター

DV相談専用電話☎042-772-5990

相談時間 毎日(第4月曜日、祝日等を除く)
午前10時～午後5時

※火・木曜日は午後6時まで

●DV相談+☎0120-279-889

相談時間 ☎☎ 24時間受け付け
チャット 正午～午後10時



☎・チャットはこちらから

●女性の人権ホットライン

☎0570-070-810

相談時間

月～金曜日(祝日等を除く)

午前8時30分～午後5時15分

※050で始まる電話からの利用はできません。

運動期間中は、相談時間を延長

実施期間 11月18日(金)～24日(木)

午前8時30分～午後7時

※土・日曜日、祝日等は、午前10時～午後5時

☎横浜地方方法務局☎045-641-7926

☎人権・男女共同参画課☎042-769-8205

喫煙習慣のある人はCOPDに注意～まずは禁煙を～

11月16日は世界COPDデー

COPDってどんな病気？

COPDは息切れや咳が長く続く肺の病気です。喫煙習慣のある中高年が発症することが多く、日本には約22万人の患者がいます。

たばこなどの有害物質により、初めは無症状でゆっくり進行し、炎症が起きて肺の組織が壊れ、重症化すると酸素吸入が必要になることがあります。

当てはまったらCOPDかも？早めに医療機関を受診しよう

- 40歳以上である
- たばこを長期間吸っている(吸っていた)
- 咳や痰が続いている
- 階段や坂道などで息切れしやすい

予防も治療も、まずは禁煙から

禁煙のサポートには次の方法があります。

- 市販のニコチンパッチやニコチンガムを使う
薬局で薬剤師に相談し、購入できます。
- 医療機関で禁煙治療を受ける
禁煙治療に健康保険が適用される医療機関の情報は市圏に掲載しています。
- 市の「禁煙チャレンジ」に申し込む
各保健センターの保健師が禁煙をサポートします。



詳しくはこちら

☎健康増進課☎042-769-8274

検診・健康診査

●費用の記載がある場合でも70歳以上の人は全て無料

※①～③は市民税非課税世帯、生活保護制度を利用している人などは、申請で費用を免除

①がん集団検診(検診車) ※★は②の実施日

日にち	会場	日にち	会場
12月 1日(休)	ウェルネスさがみはら	12月21日(休)	ウェルネスさがみはら
2日(金)	北総合体育館	令和5年 1月15日(日)◆★	南保健福祉センター
4日(日)	南保健福祉センター	21日(土)	ウェルネスさがみはら
13日(火)	市民健康文化センター	27日(金)	銀河アリーナ
18日(日)★	サン・エールさがみはら	29日(日)◆★	サン・エールさがみはら

※令和5年2月と3月は、がん集団検診と(特定)健康診査休日健診は実施しません。
☎胃・大腸・肺=40歳以上 子宮=20歳以上の女性 乳(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週間は受診を控えてください。

時間区分 午前・午後(◆会場のみ)

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)、前立腺は実施なし。胃は午後日程では実施なし。65歳以上の人は、肺の代わりに結核健診の受診可。費用は無料

②特定健診(休日会場健診) 検査項目 問診、身体計測(腹囲・BMIなど)、血液検査、尿検査など

☎午前のみ ☎市国民健康保険加入の40歳～74歳 費1,000円

※市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、加入している各医療保険者(保険証に記載)にお問い合わせください。

③市内協力医療機関での検診・健診

がん検診(胃・大腸・肺・子宮・乳・前立腺)・肝炎ウイルス検診・歯科健康診査(お口の健康診査)・(特定)健康診査を、随時実施しています。

※前立腺は、がん施設検診の胃・大腸・肺のいずれかか、(特定)健康診査の施設健診(市国民健康保険加入者のみ)と同時に受診が必要。がん検診の内容、対象、費用などは集団検診とは異なる。市圏を参照するか、市コールセンターへお問い合わせを

毎年4月(一部の人は6月以降)に、受診券を送付しています

☎次に該当する人●市国民健康保険に加入している40歳～74歳 ●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 など

いずれも受診券が必要です

☎☎で市コールセンターか、[電子申請] から

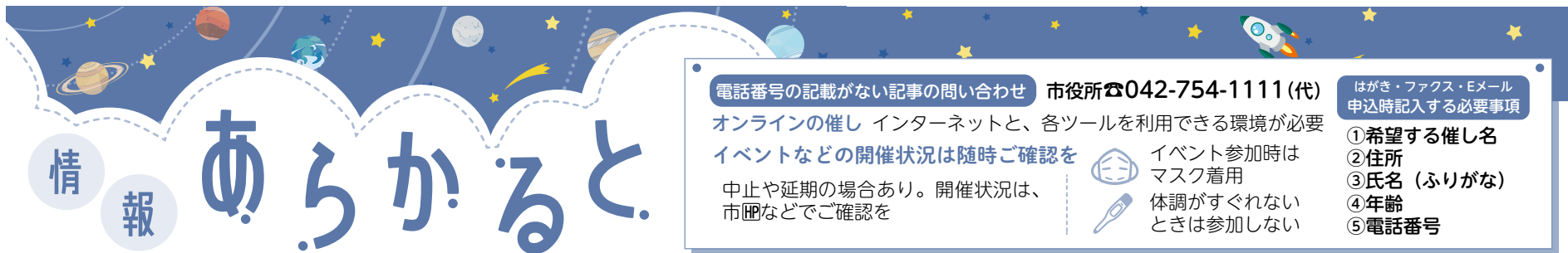
※①②は検診・健康診査日の18日前までで、定員になり次第締め切り



スマートフォンからも申し込みます



☎市コールセンター☎042-770-7777



情報

あらかると

電話番号の記載がない記事の問い合わせ 市役所 ☎042-754-1111 (代)
オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。開催状況は、市☎などでご確認を

はがき・ファクス・Eメール
申込時記入する必要事項
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

フードドライブの食品受け入れ 南区役所で開始

食品ロス削減のため、家庭で余った食品を受け入れ。新たに窓口を開設 南区役所区政策課(新設)、資源循環推進課(郵送も可)、橋本台・麻溝台リサイクルスクエア、津久井クリーンセンター ※受け入れる食品や方法などは、市☎を参照 資源循環推進課



令和5・6年度小規模修繕業者名簿登載の定期申請を受け付け

土木、建築、電気、管などの簡易な修繕を発注するときに、見積もり依頼の参考にする名簿 1年以上該当業務を営む業者(要件あり) ※登録中でも再度申請が必要。要件や必要書類などは市☎を参照 12月16日までに、申請書などを契約課へ



給与支払報告書などを配布中

市民税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター ※提出については市☎を参照。便利なeLTAXのご利用を。年末調整説明会(動画配信で実施)は、国税庁☎を参照 市民税課



火災に備えて対策を

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節が到来。予防意識を高め、火災発生・拡大の防止を。住宅用火災警報器は、設置から10年たつと故障や電池切れが増加。定期的な点検と交換を ※11月9日～15日は秋の火災予防運動 スローガン「お出かけは マスク戸締り 火の用心」[知ってほしい! 設置後10年 交換です! 住宅用火災警報器] 予防課

休日・夜間納税相談窓口

平日や日中に市税の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も受け付け 休日11月13日(日)午前9時～午後4時 夜間11月17日(休)午後5時30分～6時30分

会場	電話番号
納税課(市役所本館1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

Jアラート(全国瞬時警報システム) 11月16日(水)試験放送を実施

地震や武力攻撃などのときに、国からの情報をひばり放送で伝えるもの。緊急時に確実に伝えるため、全国一斉に試験放送を実施 11月16日(水)午前11時ごろ 「これは、Jアラートのテストです」という音声を3回繰り返し放送 緊急対策課

不登校を考えるつどい & チャレンジ教室

青少年教育カウンセラーと不登校についての理解を深め、チャレンジ教室でゲームや工作に取り組む 11月19日(土)午後2時～4時 青少年相談センター中央相談室 不登校や登校しぶりのある児童・生徒とその保護者 30人(申込順) 11月5日～18日に、直接か☎で青少年相談センター相模湖相談室へ ☎042-684-3260

サポステ出張簡易相談会

若者の就労と自立をサポートする機関の相談会 11月22日(火)午後1時30分～4時30分 八ッ橋ワーク相模原(中央区富士見) ニート・引きこもり状態や、生きづらさを感じる若者とその家族 6組(申込順) 11月8日から、直接か☎でさがみはら若者サポートステーションへ ☎042-703-3861

オストメイト健康相談会

ストーマ(人工肛門・膀胱)ケアなどの相談に看護師が対応。講演や装具の展示もあり 11月20日(日)午後1時30分～4時30分 プロミティふちのペビル(中央区鹿沼台) 人工肛門・膀胱保有者とその家族、看護関係者 60人(先着順) ※希望者は直接会場へ 日本オストミー協会神奈川支部の高橋さん ☎080-2138-0695

自衛官募集事務 情報提供の方法を変更

国からの通知や審議会からの答申を踏まえ、今年度から、自衛官募集事務に関する情報提供の方法を名簿の閲覧から宛名シールに変更 ※提供は6月に実施済み。市☎を参照 区政推進課

弁護士による無料法律相談会

11月25日(金)午後1時～4時(1人30分程度) 相模湖まちづくりセンター 6人(申込順) 11月15日から、☎で同所へ ☎042-684-3212

空き家の無料相談会

プロの相談員が対応 11月25日(金)・26日(土) 午前10時～午後4時 BOOKOFF PLUS古淵駅前店アパレル・家電館(南区古淵) 市内に空き家を持っている人 各5組(申込順) 11月5日から、☎でおうちの無料相談会予約受付センターへ ☎03-6701-4618

建築士による 自宅の無料耐震相談会

12月1日(休)午後1時30分～4時15分 南区合同庁舎 3組(申込順) 11月7日～25日に、☎で建築・住まい政策課へ ☎042-769-8252

社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書を11月上旬に発送

年末調整や確定申告で控除の適用を受けるには、証明書の添付が必要。届かない場合や再交付を希望する場合は、お問い合わせを 1月～9月に国民年金保険料を納めた人(10月～12月に今年初めて納めた人には、令和5年2月上旬に発送) ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004、050から始まる電話=☎03-6630-2525(月～金曜日(祝日等を除く) 午前8時30分～午後7時、第2土曜日午前9時30分～午後4時)

「第11回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金」の請求はお早めに

額面25万円、5年償還の記名国債を支給 以下の全てに該当する、戦没者などの死亡当時の遺族 ●令和2年4月1日現在で遺族年金などを受ける人がいない ●今までに第11回の特別弔慰金を請求していない 請求期限令和5年3月31日 窓口生活福祉課、津久井高齢・障害者相談課、城山・相模湖・藤野福祉相談センター ※手続きなどはお問い合わせを ☎生活福祉課

ウクライナ避難民支援募金を受け付け中

集まった支援金は、ウクライナから本市に避難した人への生活支援を目的とした一時金に活用 ※募金の方法などは市☎を参照 国際課



宿泊利用 相模川清流の里 2月分の抽選申し込み

11月10日午後5時までに、同所☎からか、観光・シティブロモーション課、各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・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11月21日から、☎で同所へ ☎0120-988-547 ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、休館などの場合あり 2月の休館日13日(月)・14日(火)

募集

コミュニティバスの広告主

市が運営するバス(大沢地区「せせらぎ号」=3台、大野北地区=2台)の車体・車内に広告を掲出し、運行を支援する事業者 ①車体広告 令和5年4月～6年3月 掲出箇所右側面、後面(計15枠) 1枠12万円/年 申込期限12月16日(必着) ②車内広告(随時募集) 掲出日から月単位 掲出箇所運転席側、乗降口側(計15枠) 1枠2,000円/月 【①②共通】※規格や必要書類などは、市☎(「車両広告」と検索)を参照するか、お問い合わせを ☎必要書類を交通政策課へ

8面へ続く➡

後期高齢者医療制度 対象の人は確認を

75歳の誕生日を迎える人 健康保険が後期高齢者医療制度へ移行

これまで社会保険被扶養者で、保険料を支払っていなかった人も保険料の支払いが必要です。

保険証の送付 誕生月の前月(誕生日が1日の場合は前々月)下旬ごろ

※医療費の自己負担割合も保険証に記載

保険料の納付方法 原則、特別徴収(年金天引き)

※開始手続き中は、普通徴収(納付書か口座振替)。納付が困難な場合は、分納制度などあり

特別徴収を希望しない場合 普通徴収(口座振替)に切り替えが可能(要申込)

切り替えを希望する月の前月10日までに、保険証と同じ時期に別途郵送する「口座振替依頼書」と「普通徴収による納付希望申出書」(市☎にも掲載)を国保年金課へ

※国民健康保険などで口座振替を利用している場合も再度申し込みが必要

一定の障害のある65歳～74歳の人 後期高齢者医療制度に任意で加入可

●身体障害者手帳1～3級か4級の一部(音声・言語機能の障害、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 ●障害基礎年金1級か2級 ●労災保険などで1～4級の障害認定

※申請方法などはお問い合わせを

☎市後期高齢者医療コールセンター ☎042-707-8787

外国人無料なんでも相談会

Free Consultation Session for Foreign Residents

法律・生活・労働・福祉・教育などについての相談会です。※希望者には通訳対応あり

11月27日(日)午後1時～4時 さがみはら国際交流ラウンジ 11月5日～26日に、☎でさがみはら国際交流ラウンジへ ☎042-750-4150

November 27 Sun. 1:00 - 4:00PM

Sagamihara International Lounge

*Please contact us in advance if you would like to request an interpreter.

English 英語
中文 中国語
한국·조선어 韓国・朝鮮語
Español スペイン語
Português ポルトガル語
Tiếng Việt ベトナム語
ภาษาไทย タイ語
Filipino フィリピン語
नेपाली नेपाल語
ភាសាខ្មែរ カンボジア語

Supports 10 languages.

AIスタッフ総合案内サービス

AIが質問に
お答えします。



市コールセンターから
ちょっとおしらせ

令和4年度の高齢者インフルエンザ予防接種の実施は、5年1月31日までです。希望者は、早めに協力医療機関へ予約してください。詳しくは市コールセンターへ ☎042-770-7777

→ 7面の続き

食育推進委員会委員

食育に関する計画などについて審議 任期12月～令和6年9月(会議は年2・3回) 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) 1人(選考) 健康増進課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・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(市庁にも掲載) 11月8日(必着)までに、応募申込書を同課へ

「土曜コンサート」出演団体

スタンダード曲(ジャンル不問)を中心に60～80分演奏できる社会人で構成されている団体 12組(選考) サン・エールさがみはら ※応募書類などは返却不可。同所を参照 11月30日(必着)までに、申込書などを同所へ 042-775-5665

イベント

山下勉絵画展

11月3日～令和5年1月29日の土・日曜日・祝日等(12月28日～1月3日を除く)午前10時～午後4時 吉野宿ふじや ※希望者は直接会場へ。月～金曜日は10人以上の団体だけ予約観覧可。希望日2週間前までにお問い合わせを 市立博物館 042-750-8030

女子美染織コレクション展 きもの 江戸から明治の装い

11月9日(木)～12月10日(日曜日、祝日等を除く)午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで) 女子美アートミュージアム(南区麻溝台) 同所 042-778-6801

小山公園スポーツスクール

スケートボードスクール(①初心者・入門 ②初心者・トリック) 11月12日(土)・19日(土)・26日(土) ①午前10時～11時 ②午前11時15分～午後0時15分 6歳以上 各20人(申込順) 費各2,000円(スケートボードレンタル別途500円) バスケボールスクール(③中級者④初心者⑤上級者) 11月14日(月)・21日(月)・28日(月) ③午後5時～5時50分 ④午後6時～6時50分 ⑤午後7時～7時50分 小学生 各10人(申込順) 費各1,000円 【①～⑤共通】 小山公園 11月5日～開催日前日に、直接か 042-700-0801

「介護の日」のイベント

①介護ウィーク 市内の高齢者福祉施設が地域交流イベントや介護に関する相談会などを実施 11月5日(土)～11日(金) ※実施施設や内容などは、市を参照 ②オンライン さがみはら介護の日大会 基調講演「看取り」などをYouTube「さがみはら介護の日」チャンネルで公開 ※市を参照 【①②共通】 市高齢者福祉施設協議会 042-707-1136



視聴はこちら

みんなで歩こう 新磯のざる菊

(8km・13km) 11月8日(火)〈小雨決行〉 集合松が枝公園＝午前9時 解散下溝駅＝午後1時ごろ 費500円 ※希望者は飲料水と雨具を持って、直接集合場所へ 市ウォーキング協会 090-4134-5808

青空ヨガ

11月15日(火)・20日(日)午前10時～11時15分(雨天中止) 淵野辺公園 各30人(申込順) 費各1,000円 11月5日から、直接か 042-753-6930

公園ボランティアの体験

バラの花殻取り・手入れなどを体験 11月16日(水)午前9時15分～11時30分(雨天中止) 相模原北公園 18歳以上(高校生を除く) 10人(申込順) 11月5日から、直接か 042-779-5885

サン・エールさがみはらの催し

①土曜コンサート「金管楽器による五重奏」 11月19日(土)午後3時30分～5時 220人(先着順) ※希望者は直接会場へ ②サン・エール フェスタ 落語や漫談、フリーマーケット、野菜販売など 12月4日(日)午前9時30分～午後3時 ※希望者は直接会場へ ③さがみはら津久井産材を使って「木の香りがするクリスマスリースを作ろう」 12月11日(日)午前11時～正午 市内在住か在勤・在学の小学生以上(小学生は保護者同伴) 24人(抽選) 費1,000円 11月15日(必着)までに、はがきがFAX、に10面上部の必要事項を書いてサン・エールさがみはらへ。同所からも可 〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX 042-775-5515 sun-yell@ajjsaimeitsu.or.jp 【①②③共通】 同所サン・エールさがみはら 042-775-5665

古民家での催し

①さがみはらユニークベニュー 古民家×伝統技術「ミニ行燈作り」 釘を使わず木と和紙で行燈を作る 11月19日(土)午後2時～3時30分 旧中村家住宅 小学生以上(小学生は保護者同伴(1人まで)) 費500円 ②歴史講演会「信松院 松姫を語る」 武田信玄の娘・松姫の生涯についての話 11月27日(日)午後1時30分～3時 市古民家園 【①②共通】 10人 20人(申込順) 11月7日～16日 22日に、で文化財保護課へ 042-769-8371

秋の麻溝探訪

観光ボランティアの案内で、麻溝地区内の史跡などを巡る 11月19日(土)午前9時～正午(荒天中止(実施について当日の問い合わせは市コールセンターへ 042-770-7777)) 集合・解散原麻駅西口 30人(申込順) 11月7日～15日に、か、FAX、に7面上部の必要事項を書いて、麻溝まちづくりセンターへ 042-778-2381 FAX 042-778-2249 asamizochiku+guide@gmail.com

凧作り教室

簡単にできる角凧作り 11月19日(土)午後1時30分～4時 相模の大凧センター 5組(申込順。未就学児は保護者同伴) 費500円 11月5日から、直接か、FAXに7面上部の必要事項を書いて同所へ 046-255-1311 FAX 046-255-1361

ドリル大会「みつめよう 音と動きのハーモニー」

市内の小学生鼓笛隊と、中学・高校生のリーダー隊がドリル演奏を発表 11月20日(日)午前11時～午後3時 相模原ギオンアリーナ ※希望者は直接会場へ。市少年鼓笛バンド連盟を参照 青少年学習センター 042-751-0091

移動式子どもの遊び場

親子で一緒に楽しめる遊び場 11月26日(土)午前10時30分、午後0時30分・2時(各回60分) 相模原麻溝公園 0歳6カ月以上の未就学児とその保護者 各30組(申込順。1組4人まで) 11月7日～18日に、市から (1家族1回限り。申し込み後の時間変更は不可) ども・若者支援課



子どもと本をつなぐブックトーク

自然を学び、関連した謎解きに挑戦 11月19日(土)午後1時～4時 相模大野図書館と相模大野中央公園 小学生1～3年生(保護者同伴) 15人(申込順) 費300円(子ども1人当たり) 11月5日～22日に、直接か 042-749-2244

ミニシアター

上映作品「一人息子」(1936年/日本/白黒) 11月20日(日)・22日(火)午後2時～3時40分 市立図書館(中央区鹿沼台) 市内在住か在勤・在学の人 各20人(申込順) 11月5日から、直接か 042-753-2401

原画展・大人のためのおはなし会

①絵本「ラブ・ユー・フォーエバー」の原画展 12月10日(土)午後2時～12月11日(日)午後5時 ②大人のためのおはなし会 12月11日(日)午前11時～11時30分、午後3時～3時30分 各20人(申込順) 11月5日～12月10日に、直接か 042-749-2244

ガーデンシクラメンを使った寄せ植えバスケット

11月22日(火)午前10時～11時30分 エコパークさがみはら(環境情報センター) 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 24人(申込順) 費1,500円 11月7日～18日に、直接か、FAXに7面上部の必要事項を書いて、市まち・みどり公社へ 042-751-6624 FAX 042-751-2345

冬のクリスマスを感じる寄せ植え教室

11月25日(金) ①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時 ①児童交通公園(鹿沼公園内) ②横山公園 ①12人 ②20人(申込順) 費各2,000円 ※各会場を参照 11月5日～24日に、直接か 042-755-9781 ②横山公園 042-758-0886

クリスマスリース作り教室

12月4日(日)午前10時～午後1時 相模湖林間公園 市内在住か在勤・在学の小学生以上 15人(申込順) 費1,200円 11月5日から、直接か、FAXに7面上部の必要事項を書いて同所へ FAX 042-685-1330

健文祭

無料で楽しめる縁日やプール遊びなど。飲食店の出店もあり。一部申し込みが必要なイベント★あり 11月23日(木)午前10時～午後3時30分 市民健康文化センター ※希望者は直接会場へ ★季節の花の寄せ植え教室 午後2時30分～3時30分 15人(申込順) 費1,000円 11月5日～22日に、直接か 042-747-3776

市視覚障害者福祉大会

視覚障害者が抱える問題や悩みについての情報共有と交流 11月27日(日)午前11時～午後2時30分 あじさい会館 市内在住で視覚に障害のある人とその関係者 60人(申込順) 11月20日までに、で市視覚障害者協会の宇都木さんへ 090-3048-5289

戦国の名残を感じよう

本市が誇る史跡の津久井城やその周辺で、さまざまなイベントを開催します。市の歴史を感じてみませんか。

城フェス 初開催!

フリーマーケットやお囃子、ステージイベントを開催します。 11月6日(日)午前10時～午後3時 川尻八幡宮駐車場(緑区川尻) 同所 042-782-3338

津久井湖城山イルミネーション

「未来の元気を、すべてのひとに!」をテーマに、約4万6,000個のLED電球を点灯します。 11月20日(日)～令和5年1月29日(日)の日没後(午後5時ごろ～10時) 県立津久井湖城山公園 花の苑地 同所津久井湖城山イルミネーション実行委員会(津久井観光協会内) 042-784-6473



津久井城とは

城山を利用して鎌倉時代に築城されたといわれる山城。戦国時代には北条氏の拠点として重要な役割を果たした。状態が良く、歴史的にも重要な史跡

津久井城の歴史を歩く城山キャスリング

解説員と一緒に歩くガイドウォークです。

Table with 3 columns: 日にち, 内容, 申込期間. Includes dates like 12月11日(日) and 令和5年1月8日(日).

市自閉症児・者作品展

時①11月25日(金)~27日(日)②12月25日(日)正午~令和5年1月25日(水)午後10時 会①おださがプラザ②オンライン ※相模原やまびこ会(市自閉症児・者親の会) 冊を参照 園同会の佐野さん ☎042-743-4660

ふれあい寄席

桜美林大学落語研究部員が出演 時11月26日(出)午後2時~3時55分 会新磯ふれあいセンター 定60人(先着順) ※希望者は直接会場へ 園同所 ☎046-255-1311

星を見る会

望遠鏡での天体観測と冬の星座などの解説。雨天時は屋内での解説のみ 時12月2日(金)午後6時~8時 会東林ふれあいセンター 定15組(申込順) ※中学生以下は保護者同伴 申11月5日から、直接か ☎042-745-7660

リフレッシュヨガ(全4回)

時12月3日~24日の毎週土曜日午後6時45分~7時45分 会東林ふれあいセンター 定18歳以上 定20人(申込順) 費2,800円 申11月5日~26日に、直接か ☎042-745-7660

卓球大会(シングルス)

部門(男女別)一般(①初級者②中級者)、小学生(③小学校4年生以下④小学校5・6年生) 時12月11日(日)午前9時30分 会相模原ギオンアリーナ 対市内在住か在勤・在学で次に該当する人①②社会人で、他の卓球大会での①参加経験が少ない②予選リーグ後の上位トーナメントへの進出経験が少ない③④小学生 定200人(申込順) 費①②1,000円③④600円 申11月5日~19日に、直接同所へ ☎042-748-1781

講演・講座

通訳実務研修会 教育編

通訳の基礎技術と学校通訳の心得を学ぶ 時11月20日(日)午前10時~正午 会さがみはら国際交流ラウンジ 対通訳ボランティアを希望する人など(市内在住者優先) 定20人(申込順) 申11月5日~16日に、 ☎042-750-4150

健康体操教室

椅子に座ったままできる全身運動などで転倒を予防する 時11月17日(木)午前11時~正午 会老人福祉センター若竹園 対市内在住で、運動に支障のない60歳以上 定20人(申込順) 費500円 申11月5日~15日に、直接か ☎042-746-4622

市子育て支援者ネットワーク 講演会・展示活動発表

時11月19日(出)午後1時30分~4時 会ソレイユさがみ 対子育て支援活動者や子育て中の人など 定100人(申込順) 申11月5日~11日に、FAXか ☎042-746-5998 FAX042-746-9721 ☎info@miraikko-sagami.org

市民活動の講座

①助成金講座「申請手順とポイント」 助成金の種類や申請時の注意点などを学ぶ 時11月24日(木)午後2時~4時 対助成金の申請を考えている市民活動団体に所属している人など ②NPO基礎講座「はじめの一步」 NPOの基本や法人設立手続きなどを学ぶ 時12月6日(火)午後2時~4時30分 対NPO法人の設立を考えている人など 【①②共通】会ソレイユさがみ 定各10人(申込順) 費各500円 申①11月23日②12月4日までに、直接か ☎042-755-5790 ☎sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp

『やりすぎ教育』著者 武田信子先生講演会

乳幼児~思春期の子育てについて 時11月26日(出)①午後2時~4時30分②午後2時~3時50分 会①産業会館②オンライン 定①50人(申込順) 費①2,000円(学生など1,500円)②1,000円(学生など500円) ※YouTube®で配信 申11月5日~24日に、子どもの居場所づくり・相模原から 園同会の高崎さん ☎090-6921-9578

就活スタートアップセミナー

自分のやりたい仕事に就くための就活の基本を学ぶ 時11月26日(出)午前10時~午後4時45分 会社のホールはしもと、オンライン 対就職活動をしている学生 定20人(申込順) ※ツールなどはサガツクナビ冊を参照 申11月9日~25日に、サガツクナビ冊から 園さがみはら産業創造センター ☎042-703-6321

オンライン市民公開講座

発達障がいのある児童・生徒の理解と支援について 時11月25日(金)午後3時~5時 対市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 定30人(申込順) ※ツールはWebexを使用 申11月7日~15日に、 ☎042-756-3647 ☎sec@sagamihara-kng.ed.jp

オンラインで学ぶ 認知症サポーター養成講座

時11月24日(木)午後2時~3時30分 対市内在住か在勤・在学で認知症サポーターになりたい人 定30人(申込順) ※ツールはZoom®を使用 申11月7日~18日に、 ☎042-707-1603 FAX042-786-6631 ☎sagami-mate.network@link-ngo.com

浜松園設立50周年記念 認知症サポーター養成講座

時11月29日(火)午前10時~11時30分 会老人福祉センター浜松園 対市内在住の18歳以上 定20人(申込順) 申11月5日~27日に、直接か ☎042-761-9291

さがまちカレッジ

気を巡らせて「ほかほかな体」づくりを目指しましょう! 東洋医学で注目される経絡(つぼの筋道)を講義と実技で学ぶ 時12月8日(木)午後1時30分~4時 会町田市生涯学習センター(町田市原町田) 定20人(抽選) 費2,000円 園各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・公民館(沢井を除く)など 申11月15日までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局へ。同冊からも ☎042-747-9038

元気高齢者筋力向上 トレーニング教室(全12回)

専属トレーナーが各種の体操や機器を使った筋力トレーニングなどを指導 時令和5年①11月5日~3月30日の毎週木曜日(2月23日を除く)午後3時30分~5時②③④1月6日~3月24日の毎週金曜日②午前10時30分~正午③④午後3時30分~5時⑤1月11日~3月29日の毎週水曜日午後3時30分~5時

Table with 2 columns: 会場, 電話番号など. Lists venues like Meguro Sagami Daigo and phone numbers.

対市内在住で、運動に支障がない65歳以上 定①②各10人③④⑤各8人(抽選) 費各6,600円 申11月30日までに(①のみ2日から)、 ☎で各会場へ

犬のしつけ方教室(入門編)

講義とモデル犬を使用した実演 時12月10日(出)午後2時~4時 会エコパークさがみはら(環境情報センター) 対市内在住で、過去に参加したことがない人(17歳以下は18歳以上の同伴が必要。犬の同伴不可) 定30組(抽選。1組3人まで) 申11月15日(必着)までに、往復はがきか ☎に、参加する全員の氏名(代表者に○)、代表者の住所・電話番号、相談したい悩みを一つ書いて、生活衛生課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎seikatsueisei@city.sagamihara.kanagawa.jp

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。

●自宅のパソコン活用講習会(全2回) パソコンごとの基本操作を体験 時11月10日(木)~30日(水)の2日間午前9時30分~11時30分 会サン・エールさがみはら 対パソコンを持参できる初心者 定10人(申込順) 費1回1,000円 ※日にちなどはお問い合わせを ☎090-4947-4403

●25周年記念 津軽三味線と民謡と仲間の集い 『津軽じょんがら節』ほか 時11月13日(日)午後1時~4時15分 会もみじホール城山 定292人(先着順) 園落合 ☎090-9817-7304

●琴伝流大正琴チャリティコンサート 『シクラメンのかほり』ほか。東日本大震災の被災者への募金も実施。時11月30日(火)午後1時~4時 会社のホールはしもと 定535人(先着順) 園藤井 ☎042-625-2114

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●社交ダンス(スタンダード・ラテン) 時毎週月曜日午前9時 会市体育館(市役所前) 対経験者 園川原 ☎080-3420-6257

●中国語 時毎週土曜日午後6時 会相模台公民館 ※見学可 園野口 ☎042-733-3934

●健康体操 時毎週金曜日午前10時 会総合学習センターほか ※見学・体験可 園田所 ☎090-1261-1376

●硬式テニス 時毎週月・金曜日午後0時30分 会横山公園 対60歳以上で中級程度の男性 園税所 ☎080-9822-8275

●社交ダンス(スタンダード) 時毎週土曜日午後2時 会総合学習センターほか ※初心者歓迎 園木崎 ☎090-4411-3433

●英会話 時毎月第1・第3水曜日午前10時45分 会大野中公民館 対中級の女性 園渡辺 ☎090-7245-7543

応募は発行日の3週間前まで

申電子申請から。郵送、FAXの場合は、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、広聴広報課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 FAX042-753-7831 ※掲載は抽選。掲載の場合のみ発行日の10日前ごろに連絡 ※政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載不可。掲載基準など詳しくは市冊を参照

相模女子大学×市消防局×市防災協会

デザイン防火衣を着てみよう!

4月から相模女子大学の授業で制作している「デザイン防火衣」を試着できます。消防職員との対話から生まれた防火衣を実際に着てみませんか。

Table with 2 columns: 日時, 会場. Lists dates and venues for the fireproof clothing trial.

①は同大学の相生祭。3日は学生によるファッションショーも開催②③は消防フェア

園予防課 ☎042-751-9133

防火衣とは 火災現場で消防士が着る服

ユニセックス2着、レディース・キッズ各3着の試着が可能!



各イベントでフォトブースや消防車の展示あり。内容などは市消防局 Instagramを参照



施設の催し

会場・問い合わせ 原則各施設
 休所日 各施設を参照
 回数 記載がないものは1回ずつの開催
 オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要

イベントなどの開催状況は随時ご確認を
 中止や延期の場合あり。開催状況は、市などでご確認を
 イベント参加時はマスク着用
 体調がすぐれないときは参加しない

はがき ファクス Eメール

申し込み時に記入する必要事項

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

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775 FAX042-775-1776

催し名	日にち	時間	内容・対象・定員(申込順①を除く)など
①展示「DV根絶 女性に対する暴力をなくすためには」	11月15日(火)まで	午前9時～午後9時50分	関関連書籍の展示
②プチマルシェ・ワークショップ クリスマスツリーづくり	12月3日(土)	午前10時～11時30分	定10人 費1,000円
③生涯を通じた健康づくり料理教室 季節を楽しむ簡単メニュー	12月3日(土)	午前10時～正午	内 鮭のハーブ蒸し、菊の白和え、トマトのかきたま汁、りんごのコンポートを作る 定10人 費500円
④LGBTsクローズドミーティング	12月10日(土)	午後1時～3時	対 セクシュアル・マイノリティーの人やその家族 定10人
⑤講座「メディア文化に見るジェンダーの問題」	12月10日(土)	午後1時30分～3時30分	定30人
⑥親子で楽しむ陶芸教室～世界で一つのマグカップを作ろう	12月11日(日)	午後2時30分～4時30分	対 発達に特性のある小学生以上とその保護者(小学生は保護者同伴) 定16人 費500円

※①希望者は直接会場へ。②～⑥2歳以上の未就学児の保育あり(要予約) 申②～⑥11月5日から、直接か☎、FAXに、保育希望の有無(希望者は子どもの氏名、年齢)、②③⑤⑥は10面上部の必要事項、④は氏名(ふりがな(仮名やニックネームも可))、電話番号、「LGBTsクローズドミーティング」と書いて同所へ。同所からも可

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088
 FAX042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①リラックスヨガ(全12回)初級	①毎週水曜日 11月30日～令和5年3月8日(12月14日・28日、5年1月4日を除く) ②毎週木曜日 12月1日～5年3月9日(12月29日、5年1月5日、2月23日を除く)	午前9時30分～10時30分、午後0時30分～1時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定各25人 費各1万500円
②リフレッシュヨガ(全12回)中級	③毎週金曜日 12月2日～5年3月3日(12月30日、5年1月6日を除く)	午前11時～正午	対 18歳以上(高校生を除く) 定各25人 費各1万500円
③フラワーアレンジメント～クリスマスリースとテーブル飾り～	12月2日(金)	午前10時～11時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定24人 費3,500円
	12月7日(火)	午後7時～8時30分	対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 定24人 費3,500円
④ランニングクリニック～地面反発の利用・重心移動で楽に走る～	12月18日(日)	午前10時～正午	対 18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,800円

申①②11月5日～開催日の1週間前③11月5日～11月25日に、同所「イベント&教室」ページから。④11月5日～開催日前日に、直接か☎、FAX、✉に10面上部の必要事項を書いて同所へ

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

催し名	日にち	時間	内容・対象・定員(⑪⑫⑬抽選、その他は申込順)など
①しっかり泳ぐバタフライ	11月17日(休)	午後0時30分～1時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定10人 費600円
②幼児初めて水泳:水慣れ～顔付け	11月17日(休)・24日(休)	午後4時～5時	対 オムツの取れている3歳以上の未就学児 定各20人 費各300円
小学生水泳	③平泳ぎを泳ごう	11月17日(休)	午後5時30分～6時30分 対小学生 定35人 費300円
	④バタフライを泳ごう	11月24日(休)	午後5時30分～6時30分 対小学生 定35人 費300円
⑤バタフライ集中水泳(全3回)	11月21日(月)・22日(火)・24日(休)	午後0時30分～1時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定10人 費3,060円
⑥プールで遊ぼう	11月21日(月)・22日(火)	午後4時～5時	対 3歳以上の未就学児 定各20人 費各300円
		午後5時30分～6時30分	対小学生 定各35人 費各300円
⑦水中撮影フォームチェック	11月22日(火)	正午～午後1時	対 18歳以上(高校生を除く) 定15人 費1,530円(DVD代含む)
⑧クロール(全3回)	11月24日(休)、12月1日(休)・8日(休)	午前11時30分～午後0時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定15人 費3,060円
		午後4時～4時50分	対 3歳以上の未就学児 定20人 費7,100円
冬季成人水泳(全10回)	毎週火曜日 11月29日～令和5年2月28日(5年1月3日・24日・31日、2月7日を除く)	正午～午後1時	対 18歳以上(高校生を除く) 定10人 費1万200円
		正午～午後1時	対 18歳以上(高校生を除く) 定10人 費1万200円
⑪冬季幼児水泳(全10回)	毎週火曜日 11月29日～5年2月28日(5年1月3日・24日・31日、2月7日を除く)	午後4時～4時50分	対 3歳以上の未就学児 定20人 費7,100円
	毎週水曜日 11月30日～5年3月1日(5年1月4日・25日、2月1日・8日を除く)	午後4時～4時50分	対 3歳以上の未就学児 定20人 費7,100円
	毎週木曜日 12月1日～5年3月2日(5年1月5日・26日、2月2日・9日を除く)	午後4時～4時50分	対 3歳以上の未就学児 定20人 費7,100円
冬季小学生水泳(全10回)	毎週火曜日 11月29日～5年2月28日(5年1月3日・24日・31日、2月7日を除く)	午後5時30分～6時30分	対小学生 定35人 費7,100円
	毎週水曜日 11月30日～5年3月1日(5年1月4日・25日、2月1日・8日を除く)	午後5時30分～6時30分	対小学生 定35人 費7,100円
	毎週木曜日 12月1日～5年5月3月2日(5年1月5日・26日、2月2日・9日を除く)	午後5時30分～6時30分	対小学生 定35人 費7,100円
⑭中・高校生水泳(全10回)	毎週木曜日 12月1日～5年3月2日(5年1月5日・26日、2月2日・9日を除く)	午後5時30分～6時30分	内クロール～個人メドレー 対中学・高校生 定35人 費7,100円
⑮競技力向上飛込(全4回)	毎週火曜日 11月22日～12月13日	午前10時～11時30分	対 18歳以上(高校生を除く) 定20人 費4,080円
⑯お試し脂肪燃焼! アクアトレーニング	11月30日(火)	午後1時30分～2時15分	対 18歳以上(高校生を除く) 定20人 費600円

申①～⑩⑭～⑯11月5日から、直接か☎で同所へ。⑪⑫⑬11月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚。同教室はきょうだいの連名可)に10面上部の必要事項と⑪⑫は希望曜日、⑬は学年を書いて、同所へ

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①幼児スケート教室(全4回)	毎週土曜日 12月3日~24日	午前9時~10時30分	☑4歳以上の未就学児 定25人 費4,000円
②カーリング教室(全2回)	12月15日(木)・16日(金)	午後8時30分~10時30分	☑中学生以上(17歳以下は保護者同伴か送迎が必要) 定25人 費2,000円

※①貸靴代(1回250円)が別途必要 ☑①11月5日から②11月15日から、直接か☎で同所へ

市立博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

催し名	日にち	時間	内容・定員など
ミニ企画展「尾崎行雄(号堂)の桜と相模原市の桜」	11月5日(土)~12月18日(日)	午前9時30分~午後5時	☑尾崎行雄が東京市長時代に米国へ3,000本の桜を贈ってから今年で110年を記念した企画展
プラネタリウム「おためしタイム」	毎週日曜日 11月6日~12月25日、11月3日(祝)・23日(祝)	正午~午後0時10分	☑テーマ「流れ星を見てみよう!」約10分間の無料番組 定210人(先着順)
学びの収穫祭	市民などの研究発表会	11月19日(土)	定100人(先着順)
	学芸員が語る相模原	11月20日(日)	定100人(先着順)
学習資料展 昔の小学生一昭和30~40年代の子どもの世界一	令和5年1月15日(日)まで	午前9時30分~午後5時	☑学校教材、給食、おもちゃなどを中心に展示
ようこそ!竹細工ワールドへ!!~久保沢最後の籠屋さん~			☑緑区久保沢で活躍した籠屋が作っていた竹細工や、製作に使った道具を展示

※希望者は直接会場へ

エコパークさがみはら(環境情報センター)

〒252-0236 中央区富士見1-3-41 ☎042-769-9248
FAX042-751-2036 ☑ecopark-sagamihara@mdlife.co.jp

おもちゃもったいないセンター

時11月27日(日)午前10時~午後3時(各回30分) 定各回5組(申込順) 申11月5日~26日に、直接か☎、☑に10面上部の必要事項、希望時間を書いて同所へ

おもちゃの病院

時11月27日(日)午前10時~午後3時 ※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ
クリスマスに身に着けようー純銀粘土のアクセサリづくりー
リサイクル資源の銀を使った粘土を使用してアクセサリを作る 時12月4日(日)午後1時30分~4時30分 ☑中学生以上 定20人(申込順) 費2,300円 申11月5日~30日に、直接か☎、FAX、☑に10面上部の必要事項を書いて同所へ

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
FAX042-701-4371 ☑srdc@unicom-plaza.jp

オーサズカフェ「参与観察入門」~人びとの生活に巻き込まれる社会調査法~

時11月12日(土)午後2時~3時 ※希望者は直接会場へ

さがみはら地域づくり大学

- ①実践で学ぶ会議運営のコツ~「話し合い」をスムーズに進める~(全2回)
時11月19日(土)・26日(土)午後1時30分~4時45分
- ②デジタル広報入門講座~Webメディアで効果的に発信する~(全2回)
時11月20日(日)・27日(日)午後1時30分~4時45分
- 【①②共通】☑15歳以上(中学生を除く) 定各20人(申込順) 費各1,900円
申11月5日~開催日前日に、直接か☎、はがき、FAX、☑に10面上部の必要事項を書いて同所へ。同所☑からも可
- 自宅でも期を迎えるには 今から考えておくこと
時11月29日(火)午前9時45分~11時30分 ☑市内在住か在勤・在学の人 定30人(申込順) 費500円 申11月7日~28日に、☎で希望の仲間さがみはらへ ☎070-8967-6277(午前10時~午後3時)

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
FAX042-773-1221

絵手紙教室

来年の干支「うさぎ(卯)」の年賀状を絵手紙で作る 時11月30日(火)午後1時30分~3時30分 定12人(申込順) 費1,000円 申11月5日~12日に、直接か☎で同所へ

エンディングノート作り教室~終活を考える~

これからの自分の生き方、介護、財産管理などについて学ぶ 時11月19日(土)午前10時~正午 定20人(申込順) 費500円 申11月5日から、直接か☎で同所へ

相模原のスポーツ選手を応援しよう!



SC相模原 (サッカー・J3リーグ)

時11月13日(日)午後2時
☑相模原ギオンスタジアム
対戦相手 いわきFC
☑SC相模原☎042-810-7777

※試合情報は変更となる場合あり。その他の試合日程などはチームの☑参照

F1ドライバー 角田裕毅選手

- サンパウログランプリ決勝
時11月14日(月)午前2時から
 - アブダビグランプリ決勝
時11月20日(日)午後10時から
- ※レース情報は変更になる場合あり。動画配信サービス(有料)で放送
☑スポーツ推進課☎042-769-9245

市スポーツ協会からのお知らせ

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
☎042-751-5552 FAX042-751-5545

詳しくは同協会☑を参照



カローリング体験会

床上でするカローリングの体験会 時11月12日(土)午前9時~11時30分 ☑市体育館(市役所前) ※希望者は室内履きを持って直接会場へ

スポーツ活動とペップトーク~やる気を引き出す言葉がけ~

時11月26日(土)午前10時~正午 ☑市民会館 ☑市内在住か在勤の人 定50人(申込順) 費1,000円 申込期間11月5日~18日 ※同協会☑を参照

マンカラ大会

東南アジアなどの伝統的なボードゲームの大会 時11月27日(日)午前9時~11時30分 ☑市体育館(市役所前) 費800

円(市レクリエーション協会員は300円) ※希望者は室内履きを持って直接会場へ
水泳教室①(全7回)②(全8回)
時①12月8日~令和5年1月19日の毎週木曜日午後7時~8時50分②12月2日~5年1月20日の毎週金曜日午前10時~11時50分 ☑さがみはらグリーンプール ☑18歳以上の①4泳法を25m泳げるかマスターズ大会出場が目標の人②クロールが25m泳げるか4泳法が25m泳げる人 定各30人(抽選) 費①7,000円②8,000円 申11月18日(必着)までに、はがきに10面上部の必要事項と希望クラスを書いて同協会へ

近郊高校生卓球大会(男・女シングルス)

時12月24日(土)午前9時~午後6時 ☑相模原ギオンアリーナ ☑市内・近郊在住か在学の高校生・高等専門学校生 費300円 ※申し込み方法などは、市卓球協会☑を参照

さがみはら元旦マラソン大会1.5km(①小学生以下②ファミリー③ジョギング)④3km⑤5km

時5年1月1日(祝)午前9時~正午 ☑相模原ギオンスタジアムとその周辺 定①③④180人②180組⑤360人(①②④⑤申込順③先着順) 費①②④⑤2,200円(小学生以下1,100円) ③2,000円(小学生以下1,000円) 申込期間①②④⑤11月5

日~11月22日 ※市スポーツ協会☑を参照。③希望者は直接会場へ
相模原駅伝競走大会(①一般A②一般B③女子④高校⑤中学生男子⑥中学生女子)
時5年1月15日(日)開会式午前8時20分 ☑相模原ギオンスタジアムとその周辺道路 定①③各30チーム②70チーム④40チーム⑤⑥各20チーム(抽選) 費①~④1チーム5,000円⑤⑥1チーム2,500円 ※同協会にある募集要項が同協会☑を参照 申11月25日(必着)までに、同協会にある申込用紙(同協会☑にも掲載)と費用を持って、直接、同協会へ

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに...



市コールセンター ☎042-770-7777 FAX042-770-7766

午前8時~午後9時 年中無休 ※おかけ間違いにご注意ください。



ぞっこん! 相模原 市の魅力をテレビで発信!



尾崎行雄(号堂)杯演説大会in相模原

中学・高校生の部が
11年振りに復活!

全国予選を勝ち抜いた中・高生～社会人の7人が「日本の歩む道」をテーマに演説。審査員のパネル討論会、衆議院議員の小泉進次郎さんの記念講演も開催します。

時 11月19日(出)午後1時～5時15分

会 社のホールはしもと

定 400人(先着順)

※希望者は直接会場へ

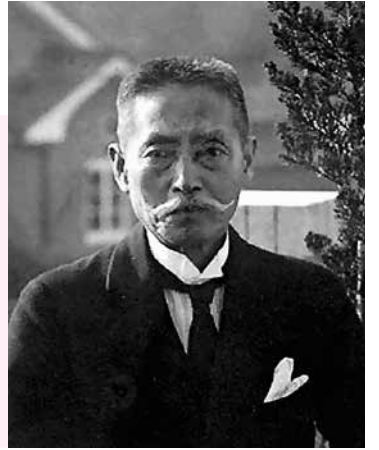


小泉進次郎さん▶

尾崎行雄(号堂)ってどんな人?

現在の緑区又野に生まれ育ち、明治、大正、昭和にかけて活躍した政治家

- 1858年(安政5年)～1954年(昭和29年)
- 明治23年に第1回帝国議会に衆議院議員として当選後、25回連続当選。大隈内閣の文部・法務大臣、東京市長などを歴任
- 63年の議員在職期間の中で、日本の議会政治の礎を築き、平和国家の実現に人生をかけた
- 「議会政治の父」「憲政の神様」とも呼ばれている
- 号堂は雅号(画家や文筆家などが付ける別名)



問尾崎行雄を全国に発信する会事務局の大橋さん ☎090-4541-8677

中山間地域文化芸術作品展 Into the Forest —モノづくりの森へ

本市では、中山間地域をはじめとした豊かな自然の中で、美術作品や工芸品を制作する作家や団体が多く活躍しています。本市の自然にまつわる作品を紹介するほか、市の収蔵品から自然をテーマやモチーフとした作品も展示します。

時 11月17日(木)～27日(日)午前10時～午後6時(月曜日を除く)

会 県立相模湖交流センターアートギャラリー

体験プログラム

津久井産材を使って、
親子でMy箸をつくらう!

この作品展の素材の一つにもなっている津久井産材を使って、工芸の楽しさを体験します(詳細は市冊子を参照)。

日にち	時間(各回45分程度)	会場
① 11月19日(出)	午前10時30分・午後1時・2時30分	県立相模湖交流センター
② 11月20日(日)	午前9時30分・11時・午後1時・2時30分	相模原市民ギャラリー

※小学生とその保護者＝①各10組②各6組(抽選)

申 11月7日までに、直接か☎で文化振興課へ



(上)『収穫期』吉村誠司
(左下)『土偶 熊・猫』熊谷幸治
(右下)『ルーティンするクマ』伊藤肇雄

問文化振興課 ☎042-769-8202

さがみんのイラスト募集

11月18日
まで

応募者には抽選で、特製さがみんグッズをプレゼントします。

申 11月18日(消印有効)までに、イラストを描いたはがきの宛名面に氏名、住所、電話番号を書いて、観光・シティプロモーション課へ ☎252-5277 中央区中央2-11-15



詳しくはこちら

応募作品の中からシックプライドの冊子や、市のお知らせなどにイラストを掲載!

さがみんのこと、
いっぱい描いて
くれたら
うれしいな!



問観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045

