

2024(令和6年)

2.15

広報

さがみはら

No.1523

毎月1日・15日発行

話し合おう

空き家にしないために

10年後のあなたのおうち

前夢木さん宅の場合

前向きに家の対策を話し合った一家



先ノ橋さん宅の場合

話し合いを先延ばしにした一家



10年後のおうち

管理され活用されている前夢木さん宅

リフォームして
賃貸したら
収入にもなって
助かった

キレイだから
近所の人でも安心
しているみたい



空き家になり放置された先ノ橋さん宅

住まなくなったら
一気に傷みだしたな...
自然災害も心配だ

近所にも迷惑を
かけてるけど、
どうしたらいいの
か分からないな...



空き家を取得した経緯の約55%が「相続」*

財産として家を残しても、子どもの住まいが遠方にあるなど、相続した家が放置されるケースが増えています。また、生前の親の意向が分からず売却に踏み切れないなど、家族内での相談不足が空き家の有効活用の支障になっています。*国土交通省 令和元年空き家所有者実態調査

家を有効に活用するためには、親世代が元気なうちに話し合い、持ち主の思いを共有しておくことが大切です

問 住宅課 ☎042-769-9817

LINE UP

- 3面 新型コロナウイルスワクチン 無料接種は3月31日で終了
- 4・5面 みんなのすこやかナビ
- 10・11面 中央・南・緑区版
- 12面 宇宙フェスタさがみはら・宇宙最新ニュース SLIM月面着陸成功

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 8時~21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。

FAX 042-770-7766



市からのお知らせや
イベント情報などは

市



今年で市は70周年!



本市は、昭和29年(1954)年に「相模原市」としてスタートし、11月20日で市制施行70周年を迎えます。

70周年を記念したさまざまなイベントを開催予定だよ!



市マスコット
キャラクター
さがみん

早めが肝心! 空き家対策

土地や住宅は、あなたにとっても地域にとっても大切な財産です。よりよく活用するために早めに方針を考えましょう。
☎住宅課 ☎042-769-9817

空き家対策をしないと大変なことに!

家は人が住まなくなると、一気に劣化が進みます。そのまま放置してしまうと…?

持ち主のデメリット

- 管理の費用や手間が増える
- 建物が劣化し、資産価値が下がる
- 他人に損害を与えたら賠償請求される可能性がある

空き家の放置はトラブルの元!



改正空家法が昨年12月に施行されました

管理が不十分な空き家を「管理不全空家等」として認定し、指導することになりました。

空家法とは
正式名称は「空家等対策の推進に関する特別措置法」。空き家に関する施策を総合的に推進するためのもの

管理不全空家等



指導に従わない場合は勧告

勧告されると

窓や壁などが破損している状態

固定資産税などの軽減措置の対象外に

詳しくはこちら
国土交通省



大変なことにならないように 対策の方針を決めよう

今住んでいる家 どうしたいか元気なうちに考えておこう

5ステップで考えてみよう /

- 1 権利の確認 現在の登記や相続人
- 2 建物の状態把握 屋根・外壁・ブロック塀・庭など
- 3 試算 解体費用や売却額
- 4 話し合い (1~3を基に)これからの暮らし方、希望など
- 5 記録 今後の方針

家族では

集まったときに、住んでいる人や相続する人の意見をまとめる



一人暮らしの人は

考えをまとめて記録に残す

具体的な方針が決まったら

>> 意思を形にしておこう

- エンディングノート 「もしものこと」があったときに備えて、自分の意思を自由に記したもの
- 遺言書 法的な形式に沿って、自分の財産を誰にどのように残すかを記したもの

>> 少しずつ進めておこう

- 家財を整理する(不要な物を捨てる)
- 決定した方針に必要な費用を計画的に用意する

空き家になってしまった家

自分で見に行ける人は

1カ月に1回は点検して、維持・管理をしましょう。

維持・管理のポイント

- 外観(屋根・軒・外壁・雨どい・窓など)の点検
- 窓を開けて風を通す・水道管に水を流す
- 室内の掃除・家財の整理
- 郵便ポストの管理
- 敷地内の清掃やごみ捨て、草刈り

自分で見に行けない人は

相談や依頼をしましょう。

- 県居住支援協議会
 - シルバー人材センター
- ※詳しくは市圏をご覧ください。

自分じゃ無理だし頼んでみるか...



おうちの未来を考えよう

使う? 貸す? 売る?

空き家対策に関する市の取り組み

ステップ3の試算で活用を

費用などのシミュレーション

無料で手軽に概算額を試算できます。

- 解体費用
- 土地売却額

空き家を所有している人にも便利!



シミュレーション

必要な金額が試算できて、方針が決めやすかった!



空き家の活用に悩んでいる人は相談を

空家等相談員の無料派遣

宅地建物取引士が現地を訪問し、助言します。

- ☑ 市内に空き家を持っている人
- ※ 修理費用などの提示はできません。申し込みから訪問まで約1カ月かかります。
- ☑ 市圏にある申請書を住宅課へ

空き家の無料相談会

プロの相談員が対応します。

- 時 3月22日(金)・23日(土)10時~16時
- 会 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
- 定 各5組(申込順)
- 申 2月20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

7月以降は、ソレイユさがみでも実施予定

その他の専門相談

分からないことや、さらに詳しく知りたい場合は、専門家へ相談を。市には、さまざまな相談に対応する窓口があります。

- 相続・遺言の相談
- 税金の相談
- 住まいの修理の相談
- 不動産取引の相談 など

※相談内容や開催日時など詳しくは、市圏をご覧ください。



相談窓口

◆ そのほかの空き家対策など詳しくは、市圏をご覧ください。

☎住宅課 ☎042-769-9817



詳しくはこちら 市圏

HOT Info

さがみはら

市Ⓔ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Ⓔなどで確認を

個々の判断が基本。マスクの着脱は場面に合わせて対応を

新型コロナウイルスワクチン 無料接種は3月31日で終了

新型コロナウイルスワクチンの全額公費での接種は、初回接種、追加接種ともに、**3月31日で終了**します。無料接種を希望する人は、期間内に余裕をもって受けてください。

👤0歳6カ月以上
使用するワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン
予約開始スケジュール

| 種 別 | 予約受付開始日時 | 接種日 |
|------|------------|------------|
| 個別接種 | 受け付け中 | 3月2日(出)まで |
| | 2月17日8時30分 | 3月31日(回)まで |

予約方法 ウェブ・LINEかワクチン接種コールセンターへ
※接種にはクーポン券(接種券)が必要です。

❗ 紙面の内容は2月1日現在です。記載内容が変更になる場合があります。

🕒4月以降の接種は有料?
Ⓐ費用は**原則有料**になります。インフルエンザワクチンと同様に、定期接種(予防接種法に基づき、市が実施する接種)を実施します。
🍂秋・冬ごろ
👤65歳以上か、基礎疾患がある60~64歳
※定期接種以外は、任意接種(希望者が各自で受ける接種)となります。
詳しくは、決まり次第本紙などでお知らせします。

発熱時の受診相談など

市新型コロナウイルス感染症相談センター
☎042-769-9237
8時~20時 年中無休
障害などにより電話での相談が難しい場合は、
FAX 042-851-3872

接種の予約・相談・問い合わせ

☎050-5445-4357 ☎050-5445-9837
☎050-5445-4358 ☎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

市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
(8時30分~20時(土・日曜日は19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。

最新情報は
こちら▶

ウェブ・LINE予約
はこちら▶

障害などにより電話が困難な人専用ファクス

FAX 042-740-1020

65歳になった人、65歳以上で転入した人へ 介護保険料の特別徴収が始まります

介護保険料を年金から差し引く方法(特別徴収)での納付が始まります。対象者には開始月と保険料を記載した通知を送付します。

👤次の全てに該当する人
●市内在住で65歳になったか、本市へ転入した65歳以上
●老齢・退職・障害・遺族年金を年額18万円以上受給している
●介護保険料を口座振替か、納付書で納めている(普通徴収)
※基礎年金部分の受給がないなど特別徴収の対象にならない人もいます。

特別徴収の開始時期
誕生月や転入月などによって異なります。

| 65歳になった月、転入した月など | 特別徴収の開始月 |
|------------------|----------|
| 令和5年4~9月 | 6年4月 |
| 5年10月・11月 | 6年6月 |
| 5年12月、6年1月 | 6年8月 |
| 6年2月・3月 | 6年10月 |

特別徴収の開始時期や介護保険料の確認方法

対象となる人には、要件に該当した時期に合わせて、開始月や保険料などを記載した通知を送付します。

| 65歳になった月、転入した月など | 通知の時期 | 送付する通知書 |
|------------------|--------|--|
| 5年4~9月 | 6年2月下旬 | 令和6年度介護保険料 特別徴収開始通知書 |
| 5年10月・11月 | 6年4月下旬 | |
| 5年12月、6年1月~3月 | 6年6月中旬 | 令和6年度介護保険料 納入通知書(兼特別徴収決定通知書) ※特別徴収の開始時期が10月の人は、6月~9月は普通徴収 |

※通知書に記載の6年4月・6月分の特別徴収額は5年度の保険料段階を基に仮算定
※6年度の年間保険料と8月以降の納付額は、6年6月中旬に送付する介護保険料納入通知書によりお知らせ
※納付方法は選択できません。



▲詳しくはこちら

📞介護保険課 ☎042-769-8321

国税の納税には「ダイレクト納付」を利用してください

便利なダイレクト納付(e-Taxによる口座振替)をぜひ利用してください。国税庁では、納税者の利便性の向上と現金管理などに伴う社会全体のコストを縮減するため、令和7年度までにキャッシュレス納付を4割にすることを目指しています。

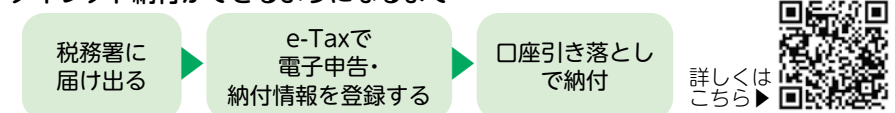
- ダイレクト納付を利用すると...

 - 自宅やオフィスから納付できます
 - 窓口で待たなくなります
 - 納付日を指定して納付できます

その他のキャッシュレス納付方法

 - 振替納税
 - ネットバンキング納付
 - クレジットカード納付
 - スマホアプリ納付

ダイレクト納付ができるようになるまで



詳しくはこちら▶



📞相模原税務署 ☎042-756-8211

国民健康保険の医療費や保険料の支払いが困難な人へ 減免に関するお知らせ

支払いが困難で対象要件に該当する人は、申請すると医療機関の窓口で支払う一部負担金や保険料が減免になる場合があります。

対象になる例

- 🏠 災害で住宅などが損害を受けた
- 🏢 倒産
- 👤 解雇や会社倒産などで収入が減った

※対象要件や手続きなどは、市Ⓔを参照するかお問い合わせください。

詳しくはこちらから
令和5年度分の申請期限は
4月1日まで

国民健康保険税

医療機関の窓口で支払う一部負担金

📞市国民健康保険コールセンター ☎042-707-8111

みんなのすこやかナビ



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、市庁などで確認を



個々の判断が基本。マスクの着脱は場面に合わせて対応を

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) 17時～翌朝9時
土曜日 13時～翌朝9時
日曜日、祝日等 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 8時45分～11時30分
※事前に連絡をしてから受診してください。

接骨 休日当番柔道整復施設所案内 ☎0120-19-4199
日曜日、祝日等 9時～17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) 17時～翌朝8時30分
土・日曜日、祝日等 8時30分～翌朝8時30分
(翌日が月～金曜日の場合、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。

母子健康手帳と筆記用具の持参が必要

「さがプリコ」からオンラインで予約可

ハロー・マザークラス

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり ④4月①17日(水)②26日(金)③30日(火)13時20分～16時 ⑤①南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら③緑区合同庁舎 ⑥妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族(1人まで) ⑦各30組(申込順) 申込開始2月20日 ⑧各子育て支援センター①南☎042-701-7710②中央☎042-769-8222③緑☎042-775-8829

子育て

マタニティオーラルセミナー(妊婦歯科教室)
妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・歯科健診など ④4月①3日(水)②24日(水)13時30分～15時 ⑤①南保健福祉センター②緑区合同庁舎 ⑥市内在住の妊娠している人 ⑦各8人(申込順。妊娠期間中1回のみ受講可) 申込開始2月20日 ⑧市コールセンター☎042-770-7777

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」などを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 ④4月10日(水)10時～11時30分 ⑤ウェルネスさがみはら ⑥乳幼児の母親 ※保育あり(要予約) ⑦2月20日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦!
虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技を紹介 ④4月①10日(水)・19日(金)②12日(金)・23日(火)③16日(火)10時～11時 ⑤①南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら③緑区合同庁舎 ⑥令和5年2月～6月生まれの子どもとその家族 ⑦各10組(申込順) 申込開始2月20日 ⑧市コールセンター☎042-770-7777

離乳食教室①スタート編②モグモグ編
①離乳食の講習、簡単な実習など②中期以降の離乳食の講習、相談など

| 日にち | 時間 | 会場 | 対象 |
|------------|---------------------|------------|-------------------------|
| ① 4月10日(水) | 13時～14時、 14時30分～ | 南保健福祉センター | 令和5年10月・11月生まれの子どもとその家族 |
| 4月12日(金) | | ウェルネスさがみはら | |
| 4月16日(火) | | 緑区合同庁舎 | |
| ② 4月19日(金) | 15時30分 | 南保健福祉センター | 5年7月・8月生まれの子どもとその家族 |
| 4月23日(火) | | ウェルネスさがみはら | |

⑦①各10組②各10組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申込開始2月20日 ⑧各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

保健福祉

視覚障害なんでも相談サロン
当事者による困り事の相談や、日常生活用具の体験など ④3月5日(水)・21日(水)10時～12時 ⑤視覚障害者情報センター研修室 ⑥市内在住か在勤・在学の人 ※希望者は直接会場へ ⑦高齢・障害者福祉課

さがみはら わかち合いの会(自死遺族の集い)
同じ体験を持つ人同士で語り合う。匿名で聞くだけの参加も可 ④3月14日(水)14時～15時30分 ⑤社のホールはしもと ⑥身近な人や大切な人を自死で亡くした人 ※希望者は直接会場へ ⑦精神保健福祉センター

補装具更生相談(肢体不自由(電動車椅子を除く))
補装具の購入・修理などの相談や申請の受け付け、判定を実施

| 日にち | 会場 | 申し込み |
|----------|-----------|--|
| 4月15日(月) | あじさい会館 | 緑高齢・障害者相談課☎042-775-8810 中央高齢・障害者相談課☎042-769-9266 |
| 5月20日(月) | | 南高齢・障害者相談課☎042-701-7722 |
| 4月18日(水) | 南保健福祉センター | 津久井高齢・障害者相談課☎042-780-1412 城山福祉相談センター☎042-783-8136 |
| 5月16日(木) | | 相模湖福祉相談センター☎042-684-3215 藤野福祉相談センター☎042-687-5511 |

⑧18歳以上で身体障害者手帳(肢体不自由)を持ち、補装具購入などの判定が必要な人 ※初めて肢体補装具の購入を希望する人や、変更のある人はお問い合わせを ⑨開催日3日前までに、☎で住んでいる地域の窓口へ(FAX)でも可。障害者更生相談所(FAX)042-750-6150



「難病」をもっと知ってみませんか 2月最終日は 世界希少・難治性疾患の日(RDD)

- 難病は原因不明で、治療法が確立されていない希少な疾患です。
- 難病は種類が多く症状や程度もさまざま、誰でもかかる可能性があります。
- 難病になると長期の療養が必要で、勉強、仕事、子育てや介護をしながら治療をしている人もいます。

難病の特性や、難病に関するさまざまな活動を知り、各種イベントに参加することで、難病への理解を深めましょう。

世界希少・難治性疾患の日(RDD)とは
より良い診断や治療による希少・難治性疾患患者の生活の質の向上を目指し、2008年にスウェーデンで始まった活動です。

知る

難病情報センター
難病の解説や診断・治療指針、患者会や医療費助成制度などの情報



かながわ難病相談・支援センター
指定難病情報の提供や、難病患者の就労支援などの情報



市
市での各種制度や申請手続き、相談窓口の紹介など



参加する

RDD JAPAN
写真コンテストなど各地で開催されているイベントの情報



関連資料展示
④2月29日(木)まで
⑤橋本図書館、図書館(中央区)、相模大野図書館、ウェルネスさがみはら



⑧疾病対策課☎042-769-8324

健康相談

※タイトル横()内は相談員

①成人健康相談②母子保健相談(保健師)

①生活習慣病の予防、体の不調、更年期症状に関することなどの相談②妊娠・出産、子どもの健康などの相談

| 日にち | 時間 | 会場 |
|---------|-----------------------|------------|
| 月～金曜日 | 8時30分～17時 (祝日等を除く) | 緑区合同庁舎 |
| | | ウェルネスさがみはら |
| | | 南保健福祉センター |
| 月曜日・木曜日 | | 津久井保健センター★ |
| 火曜日 | | 相模湖総合事務所★ |
| 水曜日 | 藤野総合事務所★ | |
| 金曜日 | 城山総合事務所★ | |

※希望者は直接会場へ(電話相談も可、★は来庁相談のみ)。4月から相模湖・藤野総合事務所の相談日が変更。詳しくは市へ ①各保健センター 緑☎042-775-8816、中央☎042-769-8233、南☎042-701-7708、②各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

大人の食生活相談(栄養士など)

生活習慣病予防などに関する食生活の相談(面談か電話相談)

| 日にち | 時間 | 会場 | 申し込み |
|----------|------------------|------------|-------------------------------|
| 3月1日(金) | 9時 9時45分 | ウェルネスさがみはら | 中央保健センター ☎042-769-8233 |
| 3月4日(月) | | 南保健福祉センター | 南保健センター ☎042-701-7708 |
| 3月7日(休) | 10時30分 11時15分 | 津久井保健センター | 緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414 |
| 3月8日(金) | 13時 13時45分 | 緑区合同庁舎 | 緑保健センター ☎042-775-8816 |
| 3月15日(金) | | 南保健福祉センター | 南保健センター ☎042-701-7708 |
| 3月19日(火) | 14時30分 15時15分 | ウェルネスさがみはら | 中央保健センター ☎042-769-8233 |

☎2月19日から、☎で各申込先へ

母と子の栄養相談(管理栄養士など)

乳幼児と妊産婦の食について 時4月①8日(月)②15日(月)③22日(月)①②9時～11時30分③13時～15時30分 会①緑区合同庁舎②ウェルネスさがみはら③南保健福祉センター 申込開始2月20日 各子育て支援センター①緑☎042-775-8829 ②中央☎042-769-8222③南☎042-701-7710

妊活サポート相談 ①電話相談②面談③オンライン面談(不妊・不育専門相談員)

時4月9日(火)①9時～11時30分②③13時～15時30分 会②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ①☎でこども家庭課へ(②③開催日前日まで。市へからも可) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

会緑区合同庁舎、津久井保健センター、城山・相模湖・藤野総合事務所、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター 障害のある乳幼児 ※申込時に日時・会場などを調整 ①☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

こどもの歯科相談 ①電話相談②面談③オンライン面談(歯科衛生士)

時4月19日(金)9時～11時30分 会②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ①☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで) ☎042-769-8345

歯科健康相談(歯科衛生士)

ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談 時月～金曜日(祝日等を除く) 9時～15時30分 会緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ※申込時に日時・会場などを調整 ①☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

がんに関する相談 がんピアサポート

がん体験者が自らの体験を基に相談に対応 時3月①8日(金)②24日(日)10時～15時(各回1時間) 会①南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら(②電話相談も可) 対がん患者やその家族 定各4組(申込順) 申2月19日～3月①6日②21日に、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

もの忘れ相談(医師)

物忘れや認知症の相談 時3月①11日(月)②12日(火)③18日(月)①③10時～11時30分②14時30分～16時 会①ウェルネスさがみはら②津久井保健センター③南保健福祉センター 定各2人(申込順) 申2月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①中央☎042-769-8349②津久井☎042-780-1408③南☎042-701-7704

くすりの相談

時3月21日(休)13時30分～15時(各回30分) 会ウェルネスさがみはら 定各2人(申込順) 申2月19日から、☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

禁煙チャレンジ

電話か面談で3カ月間禁煙をサポート(初回面談時、希望者に尿中ニコチン検査と呼吸検査を実施) 時月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時 会①緑区合同庁舎②津久井保健センター③ウェルネスさがみはら④南保健福祉センター 申☎で各保健センターへ ①緑☎042-775-8816②緑(津久井担当)☎042-780-1414③中央☎042-769-8233④南☎042-701-7708

精神保健相談(精神科医)

心の病気や治療の必要性についての相談 時3月①12日(火)・15日(金)②19日(火)③25日(月)13時～14時 会①南保健福祉センター②緑区合同庁舎③ウェルネスさがみはら 対かかりつけ医のいない人 定各2・3人(申込順、調整あり) 申2月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①南☎042-701-7715②緑☎042-775-8811③中央☎042-769-9806

家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」

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 時3月13日(火)14時～16時 会産業会館 対市内在住か在勤で、ひきこもりの状態にある人やアルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人の家族 定20人(申込順) 申2月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

思春期・ひきこもり相談(精神科医)

①思春期と②ひきこもりに関連した相談に対応 時3月18日(月)14時～16時 会けやき会館 対①13歳～17歳の精神的な悩みを抱える人とその家族②18歳以上のひ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) 申2月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

みんなのアルコール相談(精神科医)

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対応 時3月19日(火)10時～12時 会けやき会館 対市内在住か在勤でアルコールに関する悩みを抱える人とその家族 定2組(申込順、調整あり) 申2月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

薬物・ギャンブル依存相談(精神科医)

薬物やギャンブルに関連した相談に対応 時3月21日(休)10時～12時 会けやき会館 対市内在住か在勤で、薬物やギャンブルに関する悩みを抱える人とその家族 定2組(申込順、調整あり) 申2月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

依存症家族教室「サブリ」

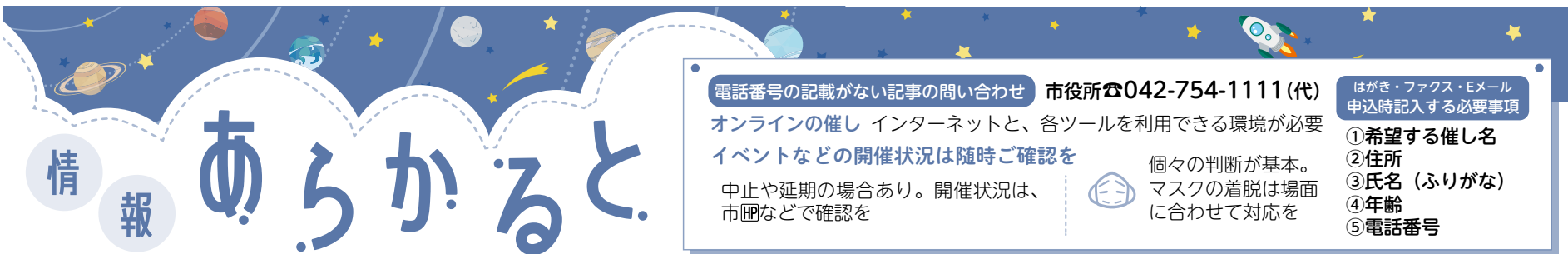
アルコール・薬物・ギャンブルの問題を理解し、その対応について学ぶ 時3月26日(火)14時～16時 会市民会館 対市内在住か在勤でアルコール・薬物・ギャンブルに関する悩みを抱える人の家族 定10組(申込順) 申2月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

愛の献血

| 日にち | 時間 | 会場 |
|----------|---------------------------|-------------------|
| 2月23日(祝) | 10時～12時、 13時45分～16時 | 橋本駅北口ペDESTリアンデッキ下 |
| 3月10日(日) | | |
| 2月28日(火) | 10時～12時、 13時45分～16時 | 市役所前 |
| 3月13日(火) | | |
| 3月17日(日) | 10時30分～12時、 13時45分～16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) ※希望者は直接会場へ。本人確認あり。所要時間40分程度(午前の混雑状況により、午後の開始時間を変更する場合あり) 会地域保健課





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、市画などで確認を

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

個々の判断が基本。
マスクの着脱は場面に合わせて対応を

お知らせ

バレンタインジャンボ宝くじ 発売中 宝くじは市内で購入を

画3月15日(金)まで ※便利なインターネット販売も利用可。「宝くじ 公式サイト」で検索を 画財政課

選挙人名簿・ 在外選挙人名簿の閲覧

①選挙人名簿 画平成18年3月2日までの生まれで、次のいずれかに該当する人 ●令和5年12月1日までに本市の住民基本台帳に登録され、引き続き記録されている ●住民票を作成された日から引き続き3カ月以上本市の住民基本台帳に登録され、転出後4カ月以内

②在外選挙人名簿 画平成18年3月2日までの生まれで、次のいずれかの手続きをして、3月1日までに同名簿に登録された人 ●海外に転出し、引き続き3カ月以上滞在していて、②への登録申請をした ●最終住所が本市にあり、①から②への登録移転申請をした

【①②共通】画3月2日(土)～6日(水)8時30分～17時 画各区選挙管理委員会事務局 ※閲覧申出書には申出者の押印が、閲覧時は閲覧者の顔写真付き身分証明書が必要。事前に問い合わせを。電話での登録の確認は不可。2日(土)・3日(日)は、市役所本館守衛室へ 画各区選挙管理委員会事務局 緑 ☎042-775-8820、中央 ☎042-769-9259、南 ☎042-749-2117

包括外部監査結果を公表

テーマ「DX戦略を踏まえた情報システムの財務事務の執行及び情報セキュリティ等の管理体制について」 画各行政資料コーナー・図書館、公文書館(市画にも掲載) 画監査課

納期限は 2月29日(木)

●国民健康保険税 第9期

口座振替の申し込みは 市画金融機関の窓口へ

ウェブ申し込み、詳しくはこちら▶



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 画休日3月3日(日)9時～16時 夜間3月7日(水)17時30分～18時30分

| 会場 | 電話番号 |
|----------------------|--------------|
| 納税課★ (市役所本館1階) | 042-769-8300 |
| 緑区税事務所 (緑区合同庁舎5階) | 042-775-8808 |
| 南區税事務所 (南区合同庁舎3階) | 042-749-2163 |

★18時以降は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きが必要

サポステ説明会&簡易相談会

若者の就労と自立をサポートする機関の説明と相談会 画2月22日(水)13時30分～16時30分 画ソレイユさがみ画二ト・ひきこもり状態の若者や、生きづらさを感じる若者などとその家族 画8組(申込順) 画直接か ☎、FAX、はがき、画に6面上部の必要事項を書いてさがみはら若者サポートステーションへ 〒252-0143緑区橋本6-2-1シティ・プラザはしもと6F ☎042-703-3861 FAX042-703-3862 画info@parasute.jp

個別おしごと相談

画3月22日(金)9時30分～10時30分、11時～12時 画ソレイユさがみ、オンライン(ツールはZoom®を使用) 画子育て中で仕事を探している女性 画各1人(申込順) 画2月19日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ ☎042-862-0042

宮ヶ瀬湖北岸林道の交通規制

宮ヶ瀬湖マラソン大会に伴い通行止め 画3月3日(日)7時～13時 ※コースや交通規制区間などは市画を参照 画同大会実行委員会事務局(スポーツ推進課内)

星が丘公民館の 貸館と図書室利用を再開

画4月14日(日)から(貸館の利用予約受付は2月16日(金)から) 画星が丘公民館 ☎042-755-0600

成年後見制度専門相談

①行政書士②司法書士③税理士④社会福祉士 画3月①7日(水)②14日(水)③21日(水)④28日(水)14時～15時 画①南保健福祉センター②③あじさい会館④津久井総合事務所 画成年後見制度の利用を考えている人や、親族後見人、福祉施設の職員など 画各2組(申込順) 画開催日2日前までに、☎でさがみはら成年後見・あんしんセンター(市社会福祉協議会内)へ ☎042-756-5034

分譲マンション無料相談

長期修繕計画などのマンションの維持・管理の相談に専門家が対応 画3月4日(月)13時30分～16時30分 画市役所第1別館 画市内分譲マンションなどの管理に関わる人 画3組(申込順) 画2月19日～28日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

建築士による 自宅の無料耐震相談会

画3月14日(水)13時30分～16時30分 画市役所第1別館 画6組(申込順) 画2月19日～3月8日に、☎で建築政策課へ ☎042-769-8252

猫の相談会と譲渡面接会

相談会 画3月5日(火)14時～16時 画ウェルネスさがみはら 画8人(申込順) 画☎で生活衛生課へ ☎042-769-8347
譲渡面接会(①譲りたい人②欲しい人) 画3月16日(土)10時～12時(雨天決行。受け付けは11時30分まで) 画エコパークさがみはら 画市内在住の18歳以上 画①15人(申込順) 画一部負担あり ※②希望者は直接会場へ(身分証明書が必要) 画①相談会で申請 画生活衛生課

協働事業提案制度説明会 &相談会

市民と市が協働して地域の課題を解決する制度の説明会と希望者向けの相談会 画3月2日(土)10時～11時30分 画ユニコムプラザさがみはら 画20人(申込順) 画2月19日～3月1日に、二次元コードから 画市民協働推進課



安心な相続手続きのために 法務局のご利用を

①法定相続情報証明制度 法務局に必要な書類を提出することで、法定相続人が誰であるのかを登記官が証明する制度
②自筆証書遺言書保管制度 法務局で自筆証書遺言書を預かる制度
【①②共通】※手続きなどは、法務省画を参照か、お問い合わせを 画横浜地方法務局相模原支局 ☎042-753-2110(ガイダンス)①「2」②「3」を選択)

募集

広報さがみはらの配布施設・店舗

店頭や施設内で「広報さがみはら」を配布する施設・店舗など。協力店舗には、1日・15日の発行に合わせて、最新号を配送 画市内施設・店舗など 画☎か、画に住所、施設(店)名、担当者氏名、電話番号、配布可能部数を書いて、広聴広報課へ ☎042-769-8200 画koho@city.sagamihara.kanagawa.jp

統計調査員

国・県・市が実施する各種統計調査の調査票配布・回収など 重点募集地区 ●緑区 城山・津久井・相模湖 ●中央区 田名 ●南区 相武台 報酬2万～5万円 画県内在住か在勤の20歳以上(選挙・税務・警察・暴力団関係者を除く) ※後日、登録書類を送付 画3月15日までに、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

橋本地域包括支援センター職員

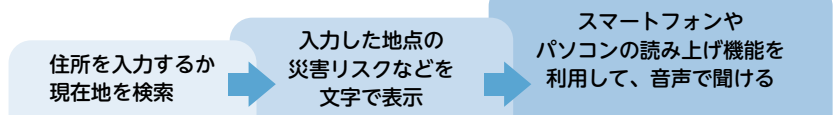
①常勤②非常勤 高齢者の相談対応、介護予防を目的とした業務など 勤務①月～土曜日(第3土曜日、祝日等を除く)の8時30分～17時15分(土曜日は12時30分まで)②週3日程度(時間は応相談) 勤務場所橋本地域包括支援センター 報酬①月額22万円程度から②時給1,200円から(①②職歴などで決定) 画次の資格がある人①介護支援専門員、看護師、社会福祉士のいずれか②介護支援専門員 ※勤務条件などはお問い合わせを 画☎でJA健康管理センターあつぎへ ☎046-229-7115

視覚障害がある人へ

言葉で伝わるハザードマップ

さまざまな災害リスク情報をウェブ上で重ねて閲覧できる「重ねるハザードマップ」が改良され、音声読み上げが利用できるようになりました。

改良版「重ねるハザードマップ」の機能



「重ねるハザードマップ」で検索するか、右の二次元コードから確認してください。



◀国土交通省ハザードマップポータルサイト

画危機管理課 ☎042-769-8208

民俗芸能に触れよう

展示 県指定無形民俗文化財「大島の獅子舞」

写真やパネルのほか、獅子頭を特別展示します。

画3月1日(金)まで

画市役所本館

民俗芸能大会

獅子舞や村歌舞伎、光明学園相模原高等学校和太鼓部の演奏などを披露します。

画3月3日(日)

13時～16時30分(予定)

画あじさい会館

画358人(先着順)

※希望者は直接会場へ

画文化財保護課 ☎042-769-8371



会計年度任用職員 簡易水道施設点検 技能補助員

青根簡易水道の施設や機器の点検 任期4月1日～令和7年3月31日 勤務月～金曜日(祝日等を除く)の隔週に指定する週5日で、①9時～12時②9時～15時30分(月に1回) 勤務場所津久井土木事務所 報酬月額①3,444円から②6,314円から(職歴などで決定) 普通自動車運転免許(AT限定可)がある18歳以上(高校生を除く) ①1人(選考) ②3月1日(消印有効)までに、市に申込書を津久井土木事務所へ ☎042-780-8210

会計年度任用職員

①非常勤看護師 児童・生徒のけが、病気にに対する応急処置 勤務月～土曜日のうち指定する週1～3日で、9時～15時30分か15時15分～21時の1日5時間30分 正看護師か准看護師の資格がある人 勤務場所相模川ビレッジ若あゆ、ふじの体験の森やませみ ②2月29日(必着)までに、各勤務場所(市にも掲載)にある申込書と資格を確認できる書類の写しを郵送かFAX、☎で相模川ビレッジ若あゆへ ☎042-760-5445 FAX042-760-5215 wakaayu@city.sagamihara.kanagawa.jp ②事務補助員 調理室、野外炊事場の事前準備、片付けなど 勤務週1～3日で、7時～21時のうち指定する1日5時間勤務場所ふじの体験の森やませみ ②2月29日(必着)までに、同所(市にも掲載)にある申込書を郵送かFAX、☎で同所へ ☎042-686-6025 FAX042-687-5050 furusato-taiken@city.sagamihara.kanagawa.jp 【①②共通】任期5月1日～令和7年3月31日(再任用あり) 報酬月額①7,144円から②5,600円から(職歴などで決定) ③各若干名(選考) ※面接あり、日時などは別途通知

イベント

和泉スプリングコンサート

出演石井三枝子さん(パイプオルガン)、江原美歌子さん(ソプラノ)、十時節子さん(ピアノ) ③3月2日(出)13時30分～15時30分 和泉短期大学(中央区青葉) ④300人(先着順) ※希望者は直接会場へ。同所を参照 ⑤同大学庶務ユニット ☎042-754-1133

障害のある人向け 吹奏楽演奏会

青山学院大学吹奏楽愛好会の演奏や音楽に合わせたダンスなどを楽しむ ③3月15日(金)13時30分～16時 総合学習センター 市内在住か在勤・在学中で障害のある15歳以上(中学生を除く) ④100人(申込順) ⑤2月19日～3月11日に、直接か☎、☎に6面上部の必要事項を書いて生涯学習センターへ ☎042-756-3443 silc@sagamihara-kng.ed.jp

ヘキサスロン体験会

運動発達に必要な36の基本動作を身に付けられるプログラムを体験 ③3月9日(出)予備日3月16日(出)①10時～11時②11時30分～12時30分 淵野辺公園 ④①6歳～小学校2年生②小学校3～6年生 ⑤各20人(申込順) ⑥各500円 ⑦2月20日から、直接か☎でサーティーフォー相模原球場へ ☎042-753-6930

観察会 地形から探る勝坂の魅力

公園周辺を散策しながら、縄文時代に人が住み始めた勝坂の地形の魅力学ぶ ③3月10日(日)9時30分～11時30分 史跡勝坂遺跡公園周辺 ④小学生以上(小学生は保護者同伴) ⑤20人(申込順) ⑥2月20日～3月6日に、☎で文化財保護課へ ☎042-769-8371

あそびの学校スペシャル

工作やレクリエーションなどを体験 ③3月17日(日)14時～16時 青少年学習センター 市内在住か在学の小中学生 ④30人(申込順) ※運営ボランティア同時募集(中学生以上 ※市を参照) ⑤2月19日～3月15日に、二次元コードから 同所 ☎042-751-0091

シルバー人材センター 出張入会説明会

③3月①6日(水)②12日(水)③19日(水)10時～11時30分 ④①清新公民館②大野中公民館③津久井生涯学習センター ⑤60歳以上 ⑥各10人(申込順) ⑦2月20日～開催日前日に、直接か☎で市シルバー人材センター各事務所へ ⑧☎042-783-1313、中央☎042-754-1177、南☎042-745-2158

講演・講座

さくらカフェ

オープンカフェ形式で桜の専門家桜に関する易しい話題を提供するセミナー ③3月2日(出)14時～15時 ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ 同所を参照 ☎042-751-6624

傾聴ボランティア講座(全3回)

話者のことを考えながら聴く技術「傾聴」の基礎や、ボランティア経験者の活動紹介など ③3月12日～26日の毎週火曜日14時～16時 会あじさい会館 荒木乳根子さん(田園調布学園大学名誉教授) 市内在住か在勤・在学の人 ④100人(申込順) ⑤1,000円 ⑥3月2日(必着)までに、直接か☎、はがき、FAX、☎に6面上部の必要事項を書いて、相模原ボランティア協会(あじさい会館内)へ 〒252-0236中央区富士見6-1-20 ☎FAX042-759-7982 sagamiva@feel.ocn.ne.jp

パソコン・スマホ無料体験

①パソコン・スマホ体験②プレ体験③④ゲーム作りでプログラミング体験⑤大人のプログラミング体験

| 日にち | 時間 |
|--------------------------|--|
| ①2月27日(火)、3月6日(水)・14日(木) | 9時30分・10時30分・11時30分・13時30分・14時30分・15時30分(各回50分、1回のみ) |
| ②2月28日(水)、3月7日(木) | 16時30分～17時 |
| ③2月24日(出)、3月9日(出) | 9時20分・10時30分・11時40分・14時・15時10分(各回60分、1回のみ) |
| ④2月22日(水)、3月5日(水)・13日(水) | 17時30分・18時45分・20時(各回60分、1回のみ) |
| ⑤2月29日(水)、3月14日(水) | 18時45分・20時(各回50分、1回のみ) |

会産業会館 ②年中～小学校2年生③小学校3年生～中学生④小学校3年生～高校生⑤18歳以上 ⑥各3人(申込順) ⑦2月19日から、☎(9時30分から)で同所パソコン教室へ ☎042-704-9888

研修会 若年性認知症について

講演会と当事者からのメッセージ ③3月2日(出)15時～17時 橋本公民館 市内在住か在勤・在学の人 ④50人(申込順) ⑤2月20日～3月1日に、二次元コードから 在宅医療・介護連携支援センター

イキイキヨガ教室

③3月6日(水)・20日(水)10時30分～11時30分 会さがみ湖リフレッシュセンター ④18歳以上 ⑤各20人(申込順) ⑥各500円 ⑦2月19日～開催日前日に、直接か☎で同所へ ☎042-685-3988

障害のある児童生徒のための ポニー乗馬

ポニーの世話や乗馬、餌やりなど ③3月9日～23日の毎週土曜日10時～11時30分、15時30分～17時 相模原麻溝公園ふれあい動物広場 市内在住で障害のある4歳～中学生(保護者同伴) ④各6人(抽選) ⑤2月24日～27日(必着)に、直接か☎に6面上部の必要事項、参加希望日時、ファクス番号を書いて同所へ ☎FAX042-778-3900

さがまちカレッジ

アートの心理学 心理学の視点からの美術鑑賞を学ぶ ③3月23日(出)10時～11時30分 町田市生涯学習センター(町田市原町田) ④中学生以上 ⑤30人(抽選) ⑥1,200円 ⑦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・星が丘を除く)など ⑧2月27日までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局へ。同所からも ☎042-703-8535

春の彩りを感じる寄せ植え教室

③3月15日(金)①10時30分～11時50分②14時～15時20分

| 会場 | 申込先(管理事務所) |
|----------------|--------------------|
| ①児童交通公園(鹿沼公園内) | 鹿沼公園 ☎042-755-9781 |
| ②横山公園 | 横山公園 ☎042-758-0886 |

④①18歳以上(高校生を除く) ⑤①12人②20人(申込順) ⑥各2,500円 ⑦2月19日～3月14日に、直接か☎で各申込先へ

日赤短期講習

①避難生活支援講習 避難所での高齢者や乳幼児・保護者の生活支援を学ぶ ③3月23日(出)9時30分～11時30分

②地域で支える認知症 認知症の症状と対応、家族への支援を学ぶ ③3月24日(日)9時30分～11時30分

【①②共通】会あじさい会館 市内在住か在勤・在学の人 ④各30人(抽選) ⑤3月8日(必着)までに、往復はがきに6面上部の必要事項を書いて、生活福祉課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15

農業者向け6次産業化セミナー

生産から加工、販売までの一体的な取り組みについて、成功事例や開発のポイントを学ぶ ③3月28日(水)18時～20時 会緑区合同庁舎 ④農業関係者 ⑤30人(抽選) ⑥3月15日までに、FAXか☎に6面上部の必要事項、主な農産物と取り扱い加工品を書いて、農政課へ ☎FAX042-754-1064 nousei@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。

●社交ダンス講習会(全3回) ③3月28日(水)、3月②6日(水)③13日(水)④③9時～12時②13時～17時 会けやき体育館 ⑤ある程度ステップを知っている人 ⑥☎で牧浦へ ☎090-2414-7977

●教育文化講演会 全ての子どもたちの笑顔のために 発達多様性を学ぶ ③2月29日(水)18時～19時30分 ④①相模原教育会館(中央区富士見)②オンライン(ツールはZoom®を使用) ⑤星山麻木さん(明星大学教授) ⑥①100人(先着順) ※②は同所を参照 ⑦同所 ☎042-758-2190

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●健康体操 ③毎週月曜日10時から 会産業会館 ※体験可 ④浅川 ☎090-9377-0134

●陶芸 ③毎月第2・第4土曜日9時から 会あじさい会館 ※初心者歓迎、見学・体験可 ④小林 ☎080-3254-1184

●絵画 ③毎月第3水曜日10時から 会ソレイユさがみ ※初心者歓迎、見学可 ④西村 ☎080-4353-8088

●チューブ体操 ③3月3日水曜日13時30分から 会橋本公民館 ④60歳以上の女性 ⑤濱田 ☎042-772-0466

●登山・ハイキング ③原則毎週土・日曜日(月10回程度) ④丹沢や奥多摩方面 ⑤萩生田 ☎090-8645-7164

津久井城 まつり

本市が誇る史跡の津久井城周辺で、さまざまなイベントを開催します。 ③3月3日(日)10時～14時(雨天中止) 会県立津久井湖城山公園 根小屋地区 ※詳しくは、同所を参照してください。

- ガイドツアー ●最新発掘調査成果発表
- 狼煙上げ実演
- 津久井城主内藤氏に関する甲冑劇
- 火縄銃(空砲)実演 ●地域特産品や軽食販売 など

▶県立津久井湖城山公園



同所 ☎042-780-2420



勇壮な甲冑劇の様子

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

マイナンバーカードの申請は、相模原駅前の申請特設窓口で!顔写真を無料で撮影し、カードは自宅に郵送します。日・月・水・金曜日(祝日等を除く)に開いています。

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、市などで確認を

個々の判断が基本。マスクの着脱は
 場面に合わせて対応を

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

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

| 催し名 | 日にち | 時間 | 対象・定員(申込順)・費用 |
|--------------------|-----------------|--------------|---------------------------------------|
| ①単発!ベビーリトミック | 3月6日(水)・13日(水) | 10時~10時40分 | 対0歳6カ月~1歳5カ月の子どもとその保護者 定各15組 費各1,000円 |
| ②単発!親子リトミック | 3月6日(水)・13日(水) | 11時~11時40分 | 対1歳6カ月~3歳の子どもとその保護者 定各15組 費各1,000円 |
| ③単発!ベブースイミング | 3月8日(金)・22日(金) | 11時~11時45分 | 対0歳6カ月~1歳6カ月の子どもとその保護者 定各10組 費各1,300円 |
| | 3月9日(土)・23日(土) | | 対1歳~2歳6カ月の子どもとその保護者 定各10組 費各1,300円 |
| ④単発!親子スイミング | 3月9日(土)・23日(土) | 9時30分~10時15分 | 対オムツの取れている未就学児とその保護者 定各10組 費各1,300円 |
| ⑤春休み4Days水泳教室(全4回) | 3月26日(火)~29日(金) | 9時20分~10時20分 | 対水慣れ~息継ぎが苦手な年長~小学生 定30人 費4,000円 |

※①②2月22日から③④3月1日から⑤2月20日から、同所から

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・費用 |
|------------|----------------|----------------|------------------------------|
| 早朝スケート教室 | 毎週日曜日 3月3日~31日 | 6時30分~8時 | 対5歳以上 費各500円 |
| ジュニアスケート教室 | アイスホッケー | 毎週火曜日 3月5日~26日 | 18時15分~19時30分 対5歳~中学生 費各500円 |
| | スピード・フィギュアスケート | 毎週木曜日 3月7日~28日 | |

※貸靴代別途500円(中学生以下250円)。希望者は直接会場へ

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 |
|-----------------------------|----------|---------------|---------------------------------|
| 福田恭巳さん総合監修スラックライン教室 | 3月13日(水) | 19時15分~20時45分 | 対5歳以上(小学生以下は保護者同伴) 定20人 費1,000円 |
| 押し絵づくり教室 ミニ羽子板 | 3月14日(木) | 13時~15時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定24人 費2,200円 |
| ランニングクリニック ランナーのための体幹トレーニング | 3月23日(土) | 10時~12時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,800円 |

※2月19日~開催日前日に、直接か☎、FAX、✉に8面上部の必要事項を書いて同所へ

サン・エールさがみはら

〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665

- ①プラス1コンサート クラリネット・ピアノ・弦楽でクラシックからポピュラーまで!
 出演ライトハウス・アンサンブル 時2月25日(日)15時30分~17時
 - ②土曜コンサート 男声合唱の魅力
 出演男声合唱団ドン・キホーテ 時3月9日(土)15時30分~17時
 - ③さん・え〜る落語 春 春風亭朝枝 独演会
 さがみはら若手落語家選手権優勝者の独演 時3月24日(日)14時~15時 費500円
- 【①②③共通】定各220人(先着順) ※希望者は直接会場へ。同所を参照

博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

- ナイトプラネタリウム&観望
 プラネタリウム投影や天体望遠鏡を使った観望会 時3月2日(土)・17日(日)19時~20時30分 定各80人(申込順。1組4人まで) 費各500円(小・中学生200円(市内在住か在学は無料)、65歳以上250円(要証明書)) ※観望のみは無料。中学生以下は保護者同伴。車いすで入れない場所あり 時2月20日~開催日前日に、同所から
- 春宵 ほしぞらコンサート
 プラネタリウムで星空を見上げながら、邦楽ユニット「あさきゆめみし」の生演奏を楽しむ 時3月10日(日)16時15分~17時15分 定210人(先着順) 費500円(小・中学生200円(市内在住か在学は無料)、65歳以上250円(要証明書)) ※同所を参照 時3月1日から、博物館で前売り券を販売。当日券もあり

ユニコムプラザさがみはら

〒252-0303 南区相模大野3-3-2 ☎042-701-4370

- オーサズカフェ 「公民館」ってどんな場所? 暮らしと地域をつくる学びの拠点として
 時2月24日(土)14時~15時 ※希望者は直接会場へ
- オーサズカフェ 日本の桜、樹木のはなし
 時3月9日(土)14時~15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
 FAX042-775-1776

- ①さんかく広場 笑って笑って人生ハッピー
 「さんかくサロン」1年の集大成。「笑いヨガ」体験と交流会 時3月11日(日)10時~11時30分 定30人(申込順) ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
 - ②ソレイユマルシェ(手作り品の販売と体験ワークショップ)
 時3月12日(火)10時~15時 ※希望者は直接会場へ
 - ③子育ておしゃべりサロン
 自分らしい子育てを見つける場 時3月18日(日)10時30分~11時45分 対1歳未満の子どもとその保護者 定7組(申込順)
- 【①③共通】時2月19日から、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項、①保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)、③子どもの氏名(ふりがな)と月齢を書いて同所へ。同所からも可

市体育館(市役所前)

〒252-0236 中央区富士見1-2-15 ☎FAX042-769-5201

- シェイプアップエクササイズ(全8回)
 時4月11日~6月6日の毎週木曜日(5月2日を除く)14時~15時 対15歳以上(中学生を除く) 定30人(申込順) 費4,800円 時3月1日~15日に、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項を書いて同所へ

東林ふれあいセンター

〒252-0311 南区東林間1-22-17 ☎042-745-7660

- ①防災フェスティバル
 起震車体験や煙体験ハウスのほか、ミニゲームなど 時3月10日(日)10時~15時
 - ②お洒落なアーティフィシャル・フラワー(造花)でお部屋を明るく
 時3月17日(日)10時~12時
 - リフレッシュヨガ③ステップアップ④ビギナー(全4回)
 ③体を鍛えるパワーヨガ④リラックスできる瞑想など 時4月6日~27日の毎週土曜日③17時45分~18時45分④19時~20時
- 【②③④共通】対18歳以上 定②12人③④各20人(各申込順) 費②3,500円③④各2,800円 時2月20日~3月②10日③④30日に、直接か☎で同所へ

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 | 対象・定員(申込順)・費用 |
|-----------------------|--------------------------------|------------------------|--|---|
| ① 集中水泳(全3回) | バタフライ | 2月27日(火)~29日(木) | 12時30分~13時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円 |
| | 成人クロール | 3月19日(火)・21日(木)・22日(金) | 12時~13時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円 |
| ② 苦手克服水泳(全3回) | 幼児 | 2月27日(火)~29日(木) | 16時~17時 | 対水慣れ~けのびが苦手なオムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費1,650円 |
| | | 3月5日(火)~7日(木) | 16時~17時 | 対水慣れ~けのびが苦手なオムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費1,650円 |
| | | 3月12日(火)~14日(木) | 16時~17時 | 対水慣れ~けのびが苦手なオムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費1,650円 |
| | 小学生 | 2月27日(火)~29日(木) | 17時30分~18時30分 | 対クロール・平泳ぎ・バタフライが苦手な小学生 定35人 費1,650円 |
| | | 3月5日(火)~7日(木) | 17時30分~18時30分 | 対クロールが苦手な小学生 定35人 費1,650円 |
| | | 3月12日(火)~14日(木) | 17時30分~18時30分 | 対平泳ぎが苦手な小学生 定35人 費1,650円 |
| ③ はじめての水泳 | 成人 | 3月4日(月)・18日(月) | 12時30分~13時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定各30人 費各600円 |
| | 幼児 水慣れ~顔つけ | 3月4日(月)・18日(月) | 16時~17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 |
| ④ 小学生水泳 | クロールを泳ごう | 3月4日(月) | 17時30分~18時30分 | 対小学生 定35人 費300円 |
| | 平泳ぎを泳ごう | 3月18日(月) | 17時30分~18時30分 | 対小学生 定35人 費300円 |
| ⑤ 初心者水泳(全3回) | バタフライ | 3月5日(火)・12日(火)・26日(火) | 12時30分~13時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円 |
| | 個人メドレー | 3月6日(水)・13日(水)・27日(水) | 12時30分~13時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円 |
| | シルバー | 3月7日(木)・14日(木)・28日(木) | 12時30分~13時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円 |
| ⑥ 泳力検定に挑戦 | 練習3月6日(火)・13日(火) 検定3月27日(火) | 12時~13時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1,100円(検定合格で日本水泳連盟に登録する場合、別途700円必要) | |
| ⑦ 水中撮影フォームチェック | 3月7日(木) | 12時~13時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円(DVD代含む) | |
| ⑧ アーティスティックスイミング(全3回) | 毎週土曜日 3月9日~23日 | 15時30分~16時30分 | 対クロールで25m泳げる小・中学生 定20人 費2,640円 | |
| ⑨ 競泳スタート | 3月14日(木) | 10時30分~11時30分 | 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,100円 | |
| ⑩ ジュニア初心者飛込(全4回) | 3月16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日) | 19時~20時30分 | 対小学生~高校生 定20人 費4,400円 | |
| ⑪ プールで遊ぼう | 3月19日(火) | 16時~17時 | 対オムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費300円 | |
| | | 17時30分~18時30分 | 対小学生 定35人 費300円 | |
| | 3月21日(木) | 16時~17時 | 対オムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費300円 | |
| | | 17時30分~18時30分 | 対小学生 定35人 費300円 | |
| ⑫ リトミック | 幼児(全4回) | 毎週火曜日 3月5日~26日 | 15時30分~16時15分 | 対年少~年長 定10人 費3,300円 |
| | | 3月6日(水)・27日(水) | 9時45分~10時30分 | 対2歳~年少とその保護者 定各12組 費各880円 |
| | 親子 | 毎週木曜日 3月7日~28日 | 9時45分~10時30分 | 対自立歩行できる乳児~年少とその保護者 定各12組 費各880円 |
| | | | 10時45分~11時30分 | 対0歳2カ月以上で自立歩行できない乳児とその保護者 定各12組 費各880円 |
| ⑬ フラワーアレンジメント | 3月9日(土) | 10時~12時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定14人 費3,740円 | |
| ⑭ 絵手紙 | 3月18日(月) | 10時~12時 | 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円 | |

☎2月19日から、直接か☎で同所へ(⑬は3月2日まで⑭は3月17日まで)

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3月2日(土)14時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ヴァンラーレ八戸
☎SC相模原☎042-705-7074

ノジマステラ神奈川相模原
(女子サッカー・WEリーグ)

時3月3日(日)14時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 日テレ・東京ヴェルディベレーザ
☎ノジマステラ神奈川相模原☎046-298-3881

角田裕毅選手 (F1ドライバー)

- バーレーンGP(グランプリ)決勝 時3月3日(日)0時から
- サウジアラビアGP決勝 時3月10日(日)2時から

☎スポーツ推進課☎042-769-9245

※F1は動画配信サービス(有料)で放送。レース・試合情報は変更となる場合あり。試合日程などは各チームの☎を参照

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



ウォークラリー大会
時3月10日(日)8時45分~12時 会 上溝公民館 対 市内在住の人 申込期限3月5日(必着) ※ねんりんピック鳥取大会選手選考会を兼ねる。市スポーツ協会☎を参照
ストレッチ講座 選手のパフォーマンスを高めるベース作り
時3月16日(土)9時30分~11時 会 市体育館(市役所前) 定50人(申込順) 費1,000円 申込期限3月12日 ※市スポーツ協会☎を参照

おわびと訂正
2月1日号11面に掲載した「春のダンスフェスティバル」の開催日と事前申し込みの日付に誤りがありました。おわびして次のとおり訂正します。
(誤)時3月16日(土)11時~16時 事前申し込み3月15日まで
(正)時3月2日(土)11時~16時 事前申し込み3月1日まで
☎市スポーツ協会

紙面の内容がスマホで読めます



マイ広報さがみはら



カタログポケット広報さがみはら



ちゅうおう

編集/中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

中央区の人口・世帯 令和6年1月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口
人口 274,356人(124減) 男 137,019人/女 137,337人 世帯数 130,128世帯(13増)

Facebook 相模原市中央区

Instagram 【公式】相模原市中央区

FMラジオ(83.9MHz) 大好き!中央区 FM HOT839 (エフエムさがみ)

ドローン映像 中央区の魅力満載の映像公開中!

中央区役所と青山学院大学の協働制作



中央区 魅力発掘・発信大作戦! プロデュース by 青学生

中央区役所では、若い世代の視点をまちづくりに反映するために、学生と連携した取り組みを進めています。今回は、青山学院大学シビックエンゲージメントセンター(中央区淵野辺)の有志3チームの活動成果と発見した魅力を紹介します。

ミーティングでは熱心に話し合い、3時間を超えることも



私たちは、中央区魅力発掘・創造・発信プロジェクト「わかば」です

中央区を知って魅力を発掘・発信するため、学部も学年もバラバラの15人が集まり、活動しました。各チームでの話し合いと月1回のミーティング、フィールドワークなどを1年間続けてきました。

宇宙とのつながりも中央区ならではの、ロケット前でパシャリ



JAXA 相模原キャンパス

魅力発掘 ツアーチーム

グルメに公園、神社など駅周辺だけでも楽しめる! **それが上溝**

キャンパスだけじゃない中央区

相模原キャンパス(中央区淵野辺)がある中央区の魅力を青学生向けに紹介するツアーを企画・実施しました。

上溝魅力発掘、青学生ツアー

学生にあまり知られていない上溝地区の見所を巡りました。参加者から「未知の場所にたくさん行けて、とても楽しかった」という声を聞きました。

参加した学生が感じた魅力



グリーンプールの飛び込み台の高さにびっくり

- 亀ヶ池八幡宮は七福神全てお参りできちゃう
- 上溝商店街は駅前にあり、活気がある
- 横山公園は充実したスポーツ施設と四季が楽しめる自然がある



入念に下調べした学生ガイドが案内

ツアールート

- 11時00分 上溝駅出発
- 11時15分 亀ヶ池八幡宮
- 12時00分 昼食 上溝商店街
- 13時40分 横山公園、さがみはらグリーンプール
- 14時40分 上溝駅到着

魅力発掘 自由企画チーム

こだわりの相模原ワイン



オリジナルラベルワインを企画

中央区上溝に醸造所を構えるケントクワイナリーとコラボして、オリジナルラベルワインを作成しました。

もっと知ってほしい地元にこだわる「相模原ワイン」

市内で栽培したブドウを市内で醸造して作るワインです。口当たりが軽く、スツと飲めるのが特徴でおいしいです。このワインをもっと知ってもらうため、オリジナルPR動画も作成しました。

コラボワインはどこで手に入る?

オリジナルラベルワインは、2月下旬から発売予定(100本限定)。販売場所や価格など詳しくは、ケントクワイナリー公式Instagramをご覧ください。



ケントクワイナリー公式 Instagram



オリジナルPR動画 (YouTube®)



特別に瓶詰めを体験



青学生が考案したラベル

魅力発信 Instagramチーム

#中央区さんぽで見つけたすてきな場所 @chuo_9



#カフェアンドリュース #癒やしの空間



#上溝さくら公園 #秋に咲くサクラ



#ソラ珈琲&食堂ヒュッテ #山小屋風カフェ



中央区内をお散歩して魅力発見

「中央区さんぽ」と題して、区内を散策して見つけたお薦めスポットやグルメを区公式Instagramに約半年間、週に1回、投稿してきました。

お散歩で気付いた、いいところ尽くしの中央区

中央区ってなんでもある程度そろっているけれど、特徴がないと思っていました。でも実際は、活気があって温かみのあるお店や、都会的なのに自然豊かで季節を感じられるスポットがある。こんなにいいところ尽くしの地域はそうないです!

いい時間を過ごせる中央区

中央区がいい時間を過ごしてもらえ場所であってほしい、そのお手伝いをしたいという思いを込めて発信しました。

活動を振り返って

中央区をアップデートして発信 世界に通用する相模原に

キャンパスのある中央区は、魅力のあるものが沢山あります。ただ、青学生をはじめ若い人々に、その魅力が知られていません。若者が、その魅力を再発見し、感動し、それを現代ならではの新たな発信に取り組んだのが、このプロジェクトです。彼らは卒業後、日本中、世界中に羽ばたいてくれます。先々で思い出し、話題にすることで、世界に通用する相模原になることを期待しています。



青山学院大学シビックエンゲージメントセンター長 飯島泰裕さん

地域の温かさに支えられました

地域の方々が温かく活動を支えてくれたおかげで、学生だけでは実現が難しい企画にチャレンジすることができました。活動を通して、地域の方々の「顔」を知れたことで、中央区にこれまで以上の親しみを感じるようになりました。支えてくれた皆さまにとても感謝しています。



わかば取りまとめ役 小泉彩乃さん



区役所担当者

学生の皆さんに感謝、感激、雨あられ

学生の皆さんの自由なアイデアに、良い意味で、たくさん振り回されました。それぞれが見つけた魅力を思い思いの方法で、多くの人に届けてくれたことに感謝しています。今後も地域に関心を持ち続けて、地域の担い手として活躍する姿を楽しみにしています!

中央区からのお知らせ シニアドライブ勉強会



高齢ドライバーの心配事にアドバイスをするほか、75歳以上の人への免許更新について案内します。 時3月12日(火)10時~12時 会市民会館 対中央区内在住か在勤で、運転免許がある65歳以上 定50人(申込順) 申2月21日~3月4日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

☎中央区役所区政策課☎042-769-9802

みなみ

編集/南区役所区政策課 ☎042-749-2134



南区の人口・世帯

令和6年1月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人口 283,026人(30減) 男 139,852人/女 143,174人 世帯数 138,305世帯(65増)

Facebook ページ



「相模原市南区区民会議」
@sagamiharasi.minamiku.
kuminkaigi

Instagram



【公式】相模原市南区
@sagamihara_minamiku

南区の魅力を満載!!



相模原市
南区ガイドマップ

相模の大凧センター

「相模の大凧」の歴史と文化を体感



相模の大凧揚げ文化を保存し継承するため、凧づくりなど、創作活動の場として利用できる施設です。「相模の大凧」に関する展示のほか、日本各地の凧と外国の凧の展示もあります。「凧づくり教室」も定期的に開催しています。

所在地 南区新戸2268-1
時間 9時～18時



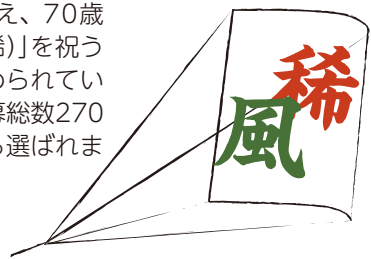
詳しくはこちら施設HP

相模の大凧とは

本格的な大凧行事として開催するようになったのは明治中期ごろです。毎年5月4日・5日に、相模川河川敷の4会場で大凧揚げを開催しています。

今年の大凧の題字は「稀風(きふう)」に決定

今年市制施行70周年。人生に例え、70歳の「古希(稀)」を祝う意味が込められています。応募総数270件の中から選ばれました。



図相模の大凧センター ☎046-255-1311

だれでもピアノ

入り口横にグランドピアノを設置しています。誰でも利用できますので、演奏してみませんか。

時間 9時～18時(1回30分。受け付けは17時30分まで)

※演奏希望者は、直接新磯ふれあいセンター事務室(同施設内)へ

藤野中学校で長い間メロディを奏でてきた思い出のピアノ。令和2年度から毎年実施し恒例となっている「相模大野ステーションピアノ」でも使用しています。



特殊詐欺対策講話



特殊詐欺などの現状や対策について分かりやすく解説します。振り込め詐欺対策や被害防止の呼びかけ方法など、防犯活動のスキルが身に付きます。

時間 3月14日(木)14時～15時30分

会場 南区合同庁舎

対象 南区内在住の人

定員 40人(申込順)

申込 2月20日～3月5日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

図南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

無作為抽出型区民討議会

さまざまな世代の討議を傍聴し、地域活性化について考えてみませんか。

テーマ

地域活性化って何だろう!～どうやったらできる?～

無作為抽出型区民討議会とは

無作為に選んだ区民約3,000人から、希望者40人程度が参加し意見を交換する討議会

時間 2月25日(日)13時～16時30分

会場 南区合同庁舎 講堂 定員 10人(先着順)

※傍聴希望者は直接会場へ

図南区役所区政策課 ☎042-749-2134

みどり

編集/緑区役所区政策課 ☎042-775-8802



緑区の人口・世帯

令和6年1月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人口 167,392人(59減) 男 84,030人/女 83,362人 世帯数 76,886世帯(4増)

市ホームページ内 緑区ページ



「ミウル」のX(Twitter)/Facebook/LINE、緑区のInstagramもやっているよ!



緑区特設サイト ホームページ

すもうよ緑区

検索

e-bikeで城山湖周辺を堪能

～モニターツアーを開催～



e-bikeに乗れば、勾配のある道も楽々進める!

e-bikeで城山湖周辺の観光スポットを巡るモニターツアーを昨年の12月9日に城山観光協会が開催しました。16人の参加者がガイドとともに、城北の里山やもみじの名所・評議原、城山湖での野鳥観察など、深まる秋を堪能しました。今回のモニターツアーを受け、4月以降、皆さんが参加できるツアーを予定しています。



城山観光協会 図

e-bikeとは スポーツタイプの電動アシスト自転車。優れたアシスト機能により年齢や体力差を気にせず、長距離や山道を楽しめます。

自転車で周囲の景観を見ながら楽しめた。とにかく坂道でも楽に進めたのもよかった。バードウォッチングが最高でした。



参加者(30代男性)

ツアー参加者の声



参加者(30代女性)

ぐんぐん山を登っていく感覚がとても楽しかった。龍籠山展望台や城山湖までe-bikeで行けたことが大変よかった。



スタート

城山自然の家

城北・ふれあい水路

六川林道

評議原

城山湖(野鳥観察・龍籠山展望台・堰堤ほか)

軽食タイム

城山自然の家

ゴール

アクセス 城山自然の家

地域の観光案内のほか、地元の農家が生産した地場野菜も販売。ぜひご利用ください。

時間 土・日曜日、祝日等 10時～15時 ※3月1日まで冬期休館

所在地 緑区川尻4571-2

バス 「城山総合事務所入口」バス停下車、徒歩20分

車 「小松」交差点から1分

図城山まちづくりセンター ☎042-783-8117



早くて便利! 登記事項証明書は津久井総合事務所で

津久井総合事務所1階に、法務局証明サービスセンターを設置しています。時間 9時～16時30分(土・日曜日、祝日等を除く)

交付できる証明書

● 登記事項証明書(不動産登記、商業・法人登記)(手数料600円)


● 会社・法人の印鑑証明書(手数料450円)

● 動産譲渡登記・債権譲渡登記の概要記録事項証明書(手数料300円)など

※地図、図面に関する証明書など、一部、取り扱っていないものがあります。

図横浜地方法務局相模原支局 ☎042-753-2170






宇宙フェスタさがみはら

時 3月3日(日)
会 博物館


JAXA(宇宙航空研究開発機構)相模原キャンパスで開発、運用している小型月着陸実証機「SLIM」とX線分光撮像衛星「XRISM」。その研究の裏側が聞けるトークイベントや落語とのコラボレーションなど、楽しみながら宇宙を身近に感じられるイベントが盛りだくさんです。

スペシャルイベント

宇宙落語&スペシャルトーク
「宇宙を題材にした落語」とSLIM・XRISMについてのスペシャルトーク
時 13時30分～15時30分
定 200人(申込順)
申 2月20日～29日に、二次元コードから




▲宇宙落語申込フォーム

JAXA研究者も登場!

桂 福丸さん
写真:©ヒダキトモコ


星空さんぽ(XRISM)と座談会 inプラネタリウム
時 16時～17時15分
定 210人(先着順)
※希望者は直接会場へ。費用など詳しくは市HPをご覧ください。

その他のイベント

- 星のストラップ作り
子どもたちが楽しめる体験ブース
- 昼間のプチ観望会
大型望遠鏡で昼間でも見える天体を観望
- 宇宙紙芝居
市民学芸員による宇宙に関連する紙芝居




詳しくは市HPへ



☎ 観光・シティプロモーション課 ☎ 042-707-7045

宇宙最新ニュース

SLIM 月面着陸成功



©JAXA

JAXA相模原キャンパスで開発や試験が行われ、昨年9月7日にH-IIAロケット47号機で打ち上げられた小型月着陸実証機「SLIM」。1月20日に見事、月面に着陸しました。日本で初となる月への着陸、さらに世界初となるピンポイント着陸に成功。今後の惑星探査に大きく貢献する技術を実証しました。
※本紙3月1日号でも関連情報をお知らせします。

地震に備えましょう

いざというときに自分の身を自分で守るために、防災に関する正しい「知識」を身に付け、しっかり「準備」しておくことが大切です。一人ひとりが災害を「自分ごと」としてとらえ、いつ発生するか分からない地震などに備えましょう。

家具の転倒防止・ガラスの飛散防止対策は万全ですか
家の中の安全対策を

- 家具転倒防止器具などの活用
- 重い物は下に収納
- 通路や出入り口付近に家具や荷物を置かない

揺れによるガラスの飛び散りの防止
窓、食器棚や額縁などのガラスに飛散防止フィルムを貼る

地震火災を防ぐために
地震によって起こる火災の多くは電気が原因です。(東日本大震災で起こった火災のうち電気関係の出火は54%)

- 自宅を離れて避難するときは電気のブレーカーを切る
- 不在時や避難時でも大きな揺れを感知すると自動的に電気の供給を遮断する「感震ブレーカー」を設置する

非常用の持ち出し品はすぐに取り出せますか
自宅を離れて避難する場合などに備えて、あらかじめリュックサックなどに詰めて持ち出せるようにしておきましょう。

非常用持ち出し品リスト(例)


- 非常食・飲料水
- 携帯充電器・懐中電灯・ラジオ・電池
- ばんそうこう・消毒液・口腔ケア用品
- 衣類
- 貴重品
- 携帯トイレ など

自身や家族の状況によって必要な物は異なります

- 眼鏡やコンタクトレンズ
- 常用の薬
- 液体ミルクや紙おむつ など


☎ 危機管理課 ☎ 042-769-8208

防災情報はこちらから
さがみはら
防災ガイドブック



定期的な確認を

食品は期限が切れていませんか



電気製品は充電などが十分ですか