

2024(令和6年)

12.1

広報

# さがみはら

No.1542

毎月1日・15日発行

学校給食法施行70周年



これからも 子どもたちの笑顔のために

## さがみはらの学校給食

子どもたちの食生活を改善するため、昭和29年に成立した学校給食法。本市ではその2年後から、安全でおいしい学校給食で子どもたちの健康を支えています。

現在の給食は成長期に必要な食事の提供はもちろん、より食育を重視して食への理解や楽しみを学べるように工夫しています。

相模原の給食は相撲から？

淵野辺小学校の当時の校長先生が「子どもたちにきちんとした食事を」と大相撲を興行。収益金で給食を実現しました。



問学校給食課 ☎042-769-8283

### LINE UP

- 4面 「市政に関する世論調査」結果報告
- 5面 パスポートセンターからのお知らせ
- 6面 GPS端末機や見守りシールの利用を
- 12面 年末年始 みんなで楽しく安全に過ごしましょう

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



### 市の人口・世帯

人口 723,564人(22減)  
男 360,247人 女 363,317人

世帯 348,499世帯(283増)

令和6年11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

### 今年で市は70周年！



市マスコット  
キャラクター  
さがみん

11月20日に市制施行  
70周年を迎えたよ！  
みんなお祝いしてくれ  
てありがとう！



問シティプロモーション戦略課 ☎042-707-7045



# 安全でおいしく健康に さがみはらの学校給食

栄養バランスに優れた学校給食は、徹底した衛生管理の下、安全・安心な食材を使って丁寧に作られています。本市の給食には「子どもたちにおいしいものを届けたい!」という多くの人々の温かな思いがいっぱいに詰まっています。

☎学校給食課 ☎042-769-8283

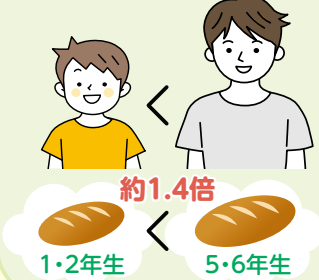
## 給食へのこだわり

### 栄養

朝、新鮮な野菜や肉・魚などが届けられる

知ってる?

**主食とおかずの量**  
成長に合わせて量を変えています。



### 地場産野菜を使用



地域の子どもに安心しておいしい野菜を食べてほしいです

### 安全

身だしなみはもちろん、食材一つひとつの安全性をしっかりとチェック



表面温度を測り  
納品中の管理状況を確認



食材の中までしっかりとチェックしています



### おいしさ

心を込めた手作り



大釜で約450人分のスープ作り

みんなの大好きなコロッケも一から手作り



### おいしく安全に届く工夫

出来上がった給食は、適切な温度管理の下配送しています。



### 校長先生の「検食」



異物や異臭が無いかを  
確認するため、  
子どもたちが食べる前に  
チェックをしています

## 本市の学校給食の実施方式

本市では、原則、年間185回給食を提供しています。本市独自の基準となる献立を基に、各学校等で特色を生かしたメニューを栄養士などが作成しています。

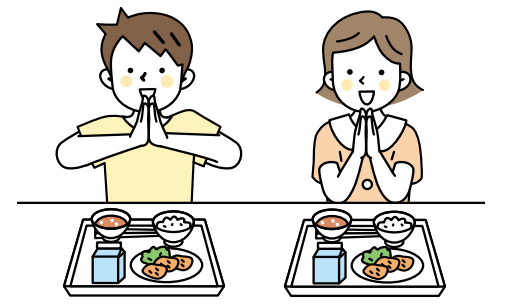
小学校

**単独調理場方式**・・・小学校55校(親子方式(近くの学校から配送)1校を含む)で実施  
学校の敷地内にある給食室で給食を調理しています。

中学校

**共同調理場方式**・・・小学校14校、中学校4校、義務教育学校2校で実施  
学校給食センター(上溝・城山・津久井)で調理した給食を、専用の食車で対象校へ配送しています。

**選択制デリバリー方式**・・・中学校30校で実施  
民間調理場で調理された給食をランチボックスで対象校へ配送しています。



令和8年12月 全員喫食に  
全ての中学生に給食を提供するため、新しい学校給食センターを整備しています。

## SDGsへの取り組み

- 牛乳パックの資源化  
飲み終わった牛乳パックを洗って、トイレットペーパーにリサイクルしています。
- 食品ロスの削減  
調理くずや児童の食べ残しの一部を家畜用飼料にリサイクルしています。



### イベント給食・郷土料理

季節・行事に合わせたイベント給食や郷土料理を取り入れています。

## 食育

給食を通じてマナーや食べることの大切さを学ぶ

みんなで手を合わせて「いただきます!」



## 保護者の皆さんへ

### アレルギーにも配慮

食物アレルギーのある子どもに必要な対応は一人ひとり異なります。事故を防ぐためには学校と保護者との連携が不可欠です。

本市では入学時に面談を実施し、子どものアレルギーについて情報を共有しています。



### 保護者向け給食試食会

子どもが実際にどんなものを食べているかを知ってもらうため、小学校に入学した児童の保護者向けに試食会を実施しています。実施時期など詳しくは、各学校・PTAからのお知らせを確認してください。



## 子どもたちに心豊かで栄養バランスのとれた給食を



大野北小学校 栄養教諭 高橋はるみ

学校の給食は「生きた教材」です。子どもたちが毎日の給食に使われている食材や料理に触れることで、食に対する興味・関心を膨らませるだけでなく、地域のことや環境問題を考えるきっかけにもなります。未来を担う子どもたちが今を元気に過ごせることはもちろん、生涯にわたって健康的な食習慣を身に付け、豊かな心を育めるような給食作りと食育に取り組んでいきたいと思っています。

**栄養教諭とは**  
献立作成や給食管理のほか、食に関する指導をして、食育推進の中心的役割を担う教員





# 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  
中止や延期の場合あり。開催状況は、市圃などで  
確認を



タイトルにロゴマークがある場合は、  
「市制施行70周年記念」の冠事業

## 「市政に関する世論調査」結果報告 市民の皆さんの意見を市政に反映します

市民の皆さんの市政に対する意識や意見、要望などを把握するため、毎年いくつかの項目について調査しています。今年6・7月に実施した調査の中から、「市制施行70周年」「移動手段」に関する質問と回答結果の一部をお知らせします。

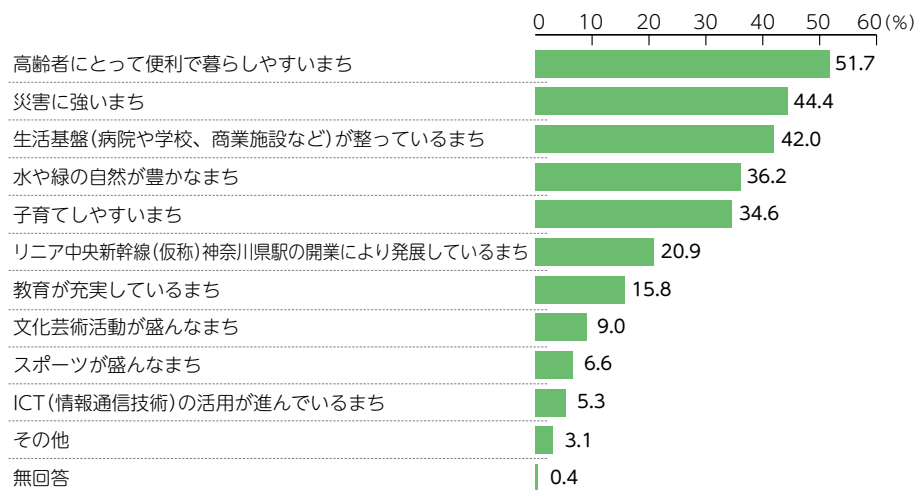
**調査の概要** 市内在住の3,000人(無作為抽出) 回答者数 1,204人(回答率40.1%)

**調査項目** 「広報」「市制施行70周年」「子育てするなら相模原」に関する施策」「大規模災害発生時に開設される医療救護所」「スポーツの観戦や支援」「移動手段」「自転車の安全利用」「大都市制度(指定都市制度・特別自治市(特別市)制度)」

市政に関する世論調査報告書は、市圃や各行政資料コーナー・まちづくりセンター・公民館・図書館などで閲覧できます。

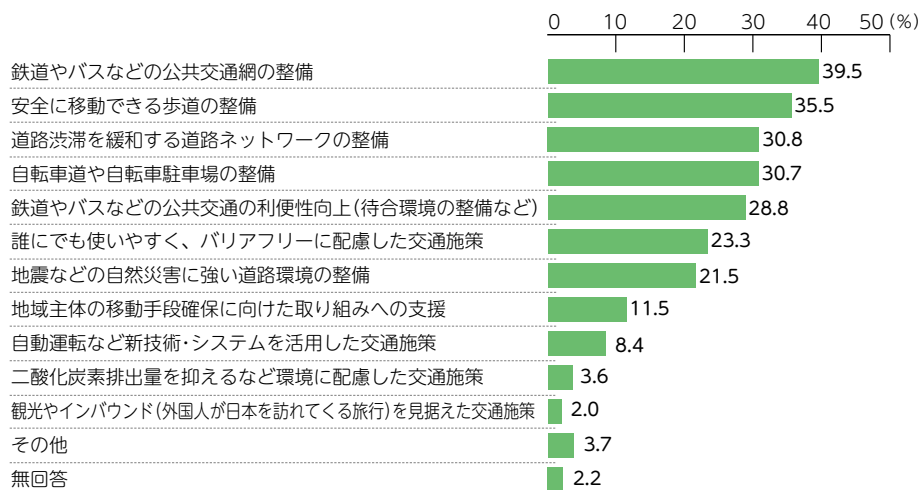


### 市制施行70周年 市制施行100周年に向けて、30年後の本市がどのようなまちになってほしいですか？(3つまで選択可)



**年齢別でみると** 30歳未満、30代は「子育てしやすいまち」、40代は「生活基盤(病院や学校、商業施設など)が整っているまち」、50代、60代、70歳以上は「高齢者にとって便利で暮らしやすいまち」が1位でした。

### 移動手段 市内の交通において「取り組んでほしいこと」はどれですか？(3つまで選択可)



**区別でみると** 緑区、中央区は「鉄道やバスなどの公共交通網の整備」、南区は「安全に移動できる歩道の整備」が1位でした。

問広聴広報課 ☎042-769-8299

## 児童手当 12月から新制度で支給

制度改正後の金額で10・11月分の2カ月分を支給します。

**振り込み日** 12月13日(金)

**以後** 原則、偶数月の15日に2カ月分を支給

※15日が土・日曜日、祝日等の場合は、直前の営業日。振り込みに2・3日かかる場合あり

新たに申請した人や受給月額が変更となった人に、順次、支給決定や額改定の通知を送付します。  
※制度改正後も受給月額の変更がない人には送付なし



問子育て給付課 ☎042-769-8232

## 自分色 認め合い すべての人に 人権尊重のまち・さがみはら

12月4日～10日 人権週間  
12月10日～16日 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

本市では、人権尊重のまちづくり条例に基づき、人権尊重の理念が行き渡り、一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され、互いの人権を認め合う共生社会を実現するための施策を進めています。

**SHINING SMILE 人権の集い さがみはら** 手話通訳・要約筆記あり

**第1部** 全国中学生人権作文コンテスト相模原地区優秀作品発表会

**第2部** 人権啓発講演会

**テーマ** 男らしさ、女らしさより自分らしさが社会を変える LGBT・男性・女性とは

**時** 11月11日(土)13時30分～16時

**会** あじさい会館

**講** ブルボンヌさん(女装パフォーマー)

**定** 175人(申込順)

**申** 12月5日～1月6日に、☎で市コールセンターへ。二次元コードからも可 ☎042-770-7777



申し込みはこちら▶



ブルボンヌさん

問人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205

### 市パートナーシップ宣誓制度

お互いを人生のパートナーとして、協力し合いながら、継続的に日常の生活を共にしていくことを宣誓した性的少数者とそのパートナーに「パートナーシップ宣誓書受領証」と「パートナーシップ宣誓書受領証カード」を交付する制度です。これまでに51組が制度を利用しています(11月20日時点)。11月1日からは、パートナーシップ制度自治体間連携ネットワークに加入し、加入する169の自治体間の宣誓制度に関する転出・転入時の手続きを簡略化しました。



▲市圃

### 北朝鮮による日本人拉致問題

日本人拉致問題は、生命・安全に関わる許されない人権侵害問題です。拉致問題の解決のためには、一人ひとりが拉致は決して許さない、一日も早く全ての拉致被害者を取り戻すという強い決意を示すことが重要です。

### 北朝鮮人権侵害問題啓発パネル展

多くの市民の皆さんに拉致問題への関心と理解を深めてもらうため、パネルを展示します。

**時** 12月10日(火)～16日(月)(15日を除く)8時30分～17時(14日は12時まで)

**会** 市役所本庁舎

## パスポートセンターからのお知らせ

### 橋本パスポートセンターの営業を終了

橋本パスポートセンターの営業を終了します。1月以降の申請・受け取りは相模大野パスポートセンターをご利用ください。  
**営業終了日** 12月27日(金)

圏区政推進課 ☎042-769-9812

### 橋本パスポートセンターで受け取るためには

12月18日までの申請で、12月27日までの受け取りです。  
 12月19日以降に申請したパスポートの受け取り場所は相模大野パスポートセンターです。

### 年内にパスポートを受け取るには12月18日(水)までに申請を

内容	曜日	時間
申請	月～金曜日	9時～16時45分
受け取り	日・月・木・金曜日	
	火・水曜日	9時～18時30分
休所日	12月28日～1月4日	

**受取場所** 申請したパスポートセンター  
 ※併設する連絡所でパスポートの申請に必要な戸籍謄本を取得可能(土・日曜日、祝日等を除く)



パスポート(旅券)の窓口、手続きなどはこちら



年内の窓口申請受け付けは**12月27日(金)**までです。

※交付予定日や窓口の混雑状況など詳しくは、市Ⓔをご覧ください。

圏相模大野パスポートセンター ☎042-702-5511、橋本パスポートセンター ☎042-700-2727(12月27日まで)

## 地方分権・大都市制度に関する展示

地方分権のこれまでの歩みと本市の取り組みや、大都市制度(特別市)に関する情報などを紹介します。

日にち	会場
12月3日(火)～13日(金)	図書館(中央区)
12月4日(水)～11日(水)	相模大野図書館
1月7日(火)～17日(金)	橋本図書館



▲地方分権改革について



▲大都市制度(特別市)について

### 本市の地方分権

より身近に行政サービスを提供するため、県からの事務・権限とそれに見合った税財源の移譲を進めています。

全国の政令指定都市で構成する指定都市市長会では、地方分権の推進などのため、現在の地方自治制度を見直す新たな大都市制度「特別市」構想について提言しています。

圏広域行政課 ☎042-769-8248

## 里親制度相談・説明会

### ①オンライン 里親制度プチ相談会 ②里親制度説明会・映像上映

里親になるまでの流れや制度を説明します。①は事前質問への回答や質疑応答、②は希望者の個別相談にも応じます。

時①12月14日(土)18時～19時 ②1月26日(日)14時～16時

会①ツールはZoom®を使用 ②南保健福祉センター 対市内在住の人

定①10人 ②30人(各申込順)

申①12月12日 ②1月23日までに、Ⓔに住所、氏名(ふりがな)、希望する催し名、①Eメールアドレス、質問②電話番号を書いて、市里親養育包括支援センターへ ☎042-704-8433 Ⓔminami-satooya@chusinkai.jp



## 市の職員として働きませんか

### ①任期付短時間勤務 ②～⑪会計年度任用職員(⑥～⑪は登録者)

職名	内容	勤務	給与・報酬	定員(選考)	対象	問い合わせ
① 行政(公民館担当)	公民館での事業の企画、運営など	週5日(土・日曜日、祝日等含む)で原則1日6時間	月額17万37円から	3人	-	生涯学習課 ☎042-769-8286
② 市民相談員	市民の心配事等に関する相談対応、その他市民相談室の受付業務など	週3日、1日7時間45分	月額19万9,400円から	13人	相談対応の経験がある人	区政推進課 ☎042-704-8911
③ 総合学習センターの事務補助員	施設利用に関する受付事務など	月13日程度(土・日曜日、祝日等含む)で、指定する6時間	日額7,008円から	若干名	パソコン操作・軽作業ができる人	生涯学習センター ☎042-756-3443
④ 津久井学校給食センターの非常勤栄養士	学校給食の栄養・衛生管理、献立の作成、給食用物資の購入・検収・受払いなど	原則週3日程度(シフトにより変動)で、1日5時間30分	日額7,480円から	1人	栄養士か管理栄養士資格があり、パソコン操作ができる人	学校給食課 ☎042-769-8283
⑤ 日本語指導講師	海外帰国・外国籍の児童生徒に対する日本語指導	週5日以内(担当する児童生徒数や学校数により異なる)で、1日3時間	日額6,027円から	若干名	次のいずれかに該当する人 ●日本語教師養成講座(420時間以上)を修了した ●日本語教育能力検定試験に合格した ●教員免許がある	
⑥ 非常勤看護師Ⅱ(学校看護師)	市立小・中・義務教育学校で、日常的に医療的ケアを必要とする児童生徒の看護	原則週2～4日(シフトにより変動)で、1日6時間	日額9,384円から	-	看護師か准看護師資格がある人	
⑦ 支援教育支援員	市立小・中・義務教育学校で、教育的支援が必要な児童生徒に対する学習支援など		日額9,804円から		小学校か中学校の教員免許がある人(更新講習未受講者も可)	学校教育課 ☎042-769-8284
⑧ 支援教育支援員(学習)	市立小学校の算数・国語などの授業の学習支援	原則週2・3日(シフトにより変動)で、1日6時間				
⑨ 非常勤介助員	市立小・中・義務教育学校で、支援が必要な児童生徒の日常生活、身辺自立の補助や介助など		日額7,506円から			
⑩ 事務補助員(学校司書)	市立小・中・義務教育学校で、司書教諭・学校図書館担当教諭の実務の補佐など	原則週2・3日(シフトにより変動)で、1日5時間	日額5,840円から			
⑪ 事務補助員(観察・実験アシスタント)	市立小学校・義務教育学校(前期課程)で、観察・実験に係る理科授業の支援、観察・実験の準備や片付けなど	勤務日数は小学校3～6年生の学級数により異なる。1日4.5時間	日額5,256円から			

任期 ①原則、4月1日以降、最大3年 ②～④4月1日～令和8年3月31日 ⑤採用日以降～8年3月31日

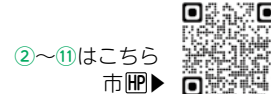
※給与・報酬額は職歴などによって決定

※通勤費(規定による)、期末手当・社会保険加入制度・昇給制度(勤務状況による)あり

※申し込み方法や選考内容など詳しくは、市Ⓔをご覧ください。



①はこちら 市Ⓔ▶



②～⑪はこちら 市Ⓔ▶



市コールセンターから  
ちょっとおしらせ

年末年始の粗大ごみ戸別収集の申し込みはインターネットで、電話受け付けは12月28日(土)から1月5日(日)まで休みです。





## 認知症や障害のある人の安全・安心のために GPS端末機や見守りシールの利用を

認知症や障害のある人の行方が分からなくなったときなどに備えられるサービスです。

### ●見守り検索サービス

居場所を知らせる端末機を貸し出します。個人賠償責任危険保障特約(保険)を付帯するので、事故の発生時などの負担にも備えられます。  
 月額1,155円(市民税非課税世帯は420円、生活保護世帯は無料)



### コンパクトなGPS端末機で携帯に便利



### ●SOSネットワーク登録&見守りシール

行方不明になったときの検索のため、市に情報をあらかじめ登録します。希望する登録者には無料で、衣類や持ち物などに貼る二次元コード付き見守りシールを配布。発見者がシールの二次元コードを読み込むと専用コールセンター(24時間対応)に連絡がいき、早期発見につながります。



▲見守りシール

共通

市内在住か在宅で、認知症(介護保険認定を受けている)や障害のある人  
 ※詳しくは市を参照するか、お問い合わせください。

直接か電話で、住んでいる地区の地域包括支援センターか、各窓口へ

窓口	認知症のある人	障害のある人	
各高齢・障害者相談課	緑	☎042-775-8812	☎042-775-8810
	津久井	☎042-780-1408	☎042-780-1412
	中央	☎042-769-8349	☎042-769-9266
	南	☎042-701-7704	☎042-701-7722
各福祉相談センター	城山	☎042-783-8136	
	相模湖	☎042-684-3215	
	藤野	☎042-687-5511	

## ノロウイルス食中毒にご注意を

### 家庭でできる予防ポイント

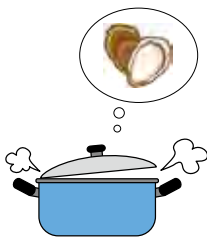
●帰宅やトイレの後、調理・食事の前には、手をよく洗う



●まな板などの調理器具は、十分に洗浄し、熱湯や塩素系の薬剤で消毒する



●カキなどの二枚貝は、中心部まで加熱調理(85~90℃で90秒以上)する



●嘔吐物、排せつ物などは、直接触れないように処理し、塩素系の薬剤で消毒する(処理後せっけんを使って手をよく洗う)



生活衛生課 ☎042-769-9234

## 寄付は未来への意思表示 寄付を知ろう 考えよう

寄付月間

寄付はあなたの「こうしたい」を叶える1つの手段です。

### 寄付ってどんなこと？

- 生まれた故郷や応援したい・住んでいる自治体など、使い道を指定して寄付する
- 読まない本を寄付する、フードバンクに缶詰を寄付する
- 地域清掃や、子どもたちへの読み聞かせのボランティアなどに参加する
- 学習ボランティアとして子どもたちに勉強を教える、地域の観光案内人になる
- 被災地を支えるクラウドファンディングに参加する

### 寄付のことを考えてみよう

- まだ寄付したことがない
- 寄付したいけどどうやるの？



寄付月間

市民協働推進課 ☎042-769-8226

## 美化ポスター・美化標語コンクール 入賞作品の展示

市内の小・中学生を対象に実施したコンクールの入賞作品を展示します。

期間	時間	会場
12月2日(月)~11日(水) (土・日曜日を除く)	8時30分~17時	緑区合同庁舎
12月16日(月)~27日(金) (土・日曜日を除く)	8時30分~17時	市役所本庁舎
1月7日(火)~17日(金) (土・日曜日、祝日等を除く)	8時30分~17時	南区合同庁舎
1月20日(月)~31日(金) (木曜日を除く)	9時~17時	エコパークさがみはら

※初日は13時から、最終日は12時まで

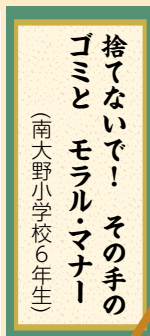
### 今年度最優秀作品

テーマ1 きれいなまちづくり

テーマ2 4R



淵野辺東小学校6年生



南大野小学校6年生



相模台小学校5年生



若松小学校5年生

市美化運動推進協議会(資源循環推進課内) ☎042-769-8334

## 化学物質過敏症を知っていますか？

化学物質過敏症とは、生活の中で接するわずかな化学物質に反応して、さまざまな症状が現れることです。発症の仕組みや治療法が明らかになっていないため、周囲の理解が得られず、苦しんでいる人がいます。

### 主な症状

嗅覚過敏や目・鼻・喉の刺激症状、かゆみ、疲労感、頭痛、めまい、吐き気など

### 周りの人ができること

- 香水などの使用に配慮する
- 洗剤・柔軟剤、シャンプー、化粧品などを使い過ぎない
- 農薬や除草剤、殺虫剤を使用するときは、飛散防止に努める
- 人が集まる場所では、たばこを吸わない



健康増進課 ☎042-769-8274

## 市民カメラマン募集

市ホームページ等で使用する写真や市内の行事、風景などの記録用写真を撮影し、市の魅力を紹介するために活動しませんか。

活動期間 5月~令和8年4月

市内在住か在勤・在学中で、月に1~2回活動できる18歳以上(高校生を除く)

10人(選考) ※面接あり。カメラは各自で用意(原則デジタルカメラ)

1月31日(必着)までに、直接か郵送で、「私の好きな相模原」をテーマにした写真1枚(カラープリントで2L~四つ切りサイズ。写真の返却はなし)と、その写真で伝えたいこと(200~300字)、写真の裏に住所、氏名、年齢(学生は学年)、電話番号を書いて、広聴広報課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎042-769-8200



「田名八幡宮の的祭」撮影・内藤賢三さん



「自然の村公園」パノラマ花壇のヒガンバナ撮影・田中千憲さん





## ツアー・オブ・ジャパン 相模原ステージ 運営ボランティアを募集

記念Tシャツを配布予定

### ①ボランティアスタッフ

コース沿道に資材などを設置・撤去するボランティアの募集です。  
時5月24日(土)7時30分～13時ごろ(予定) ※事前説明会あり  
活動場所 ツアー・オブ・ジャパン相模原ステージコース沿道とその周辺  
※活動内容など詳しくは、市スポーツ協会へをご覧ください。  
申12月2日～1月31日に、☎で市スポーツ協会へ ☎042-751-5552

### ②ボランティアリーダー

ボランティアスタッフをまとめるリーダーの募集です。  
※応募条件があります。詳しくはツアー・オブ・ジャパン相模原ステージ公式へをご覧ください。



①②詳しくはこちら

☎ツアー・オブ・ジャパン相模原ステージ実行委員会事務局(スポーツ推進課内) ☎042-851-3275



### ツアー・オブ・ジャパンとは？

UCI(国際自転車競技連合)公認の国際自転車ロードレース大会で、複数の都市を転戦していく日本最大級のステージレースです。



提供:ツアー・オブ・ジャパン組織委員会



## 幻想的な夜を見に行こう

### 小原宿灯りまつり

本陣と甲州街道沿いを幻想的に照らします。

時12月7日(土)～14日(日)16時～20時30分

会小原宿本陣・小原地域の甲州街道沿い

駐車場あり 小原の郷、小原ふれあい広場

関連イベント 八王子 鼓一の和太鼓演奏

時12月14日(日)17時30分から、18時40分から

会小原宿本陣

☎小原宿活性化推進会議の小林さん ☎090-6506-0342



### ライトアップおおの

親子参加のワークショップで作った作品で公園を照らします。

時12月14日(土)16時30分～19時

会相模大野中央公園 ☎042-742-8648

### さがみ湖やまなみイルミネーション

相模湖湖畔を幻想的な明かりで彩ります。

時①12月30日(月)までの16時30分～20時②1月12日(日)までの17時～22時

会①県立相模湖公園②相模湖駅周辺

☎さがみ湖やまなみイルミネーション実行委員会(相模湖観光協会内) ☎042-684-2633



## 図書館の催し 冬の大きなおはなし会

### 橋本図書館

人形劇『こびととくつや』、大型絵本の読み聞かせ、わらべ歌など

時12月20日(金)①13時30分～14時15分②15時～15時45分

会市のホールはしもと 対①2歳・3歳②4歳～小学生

定各150人(申込順) 申12月5日から、直接橋本図書館へ

☎橋本図書館 ☎042-770-6600



### 相模大野図書館

人形劇『さんびきのこぶた』、大型紙芝居、パネルシアターなど

時12月20日(金)15時～16時

会相模大野図書館 対3歳～小学生とその保護者 定40人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎相模大野図書館 ☎042-749-2244



### 図書館(中央区)

人形劇、大型絵本の読み聞かせ、手遊びなど

時12月21日(土)①11時～11時30分②15時～15時45分

会図書館(中央区) 対①2歳・3歳の子どもとその保護者②4歳～小学校3年生とその保護者 定各40人(申込順)

申12月5日～20日に、直接☎で図書館(中央区)へ ☎042-754-3604



## 正月飾りづくり

カラフルな飾り付けとわらで作ります。

時12月22日(日)10時～12時30分

会市公民家園

定30人(申込順)

費1,700円

※屋外で実施。暖かく汚れてもよい服装で参加してください。

申12月5日～18日に、☎で文化財保護課へ

☎042-769-8371



←過去の作品



## 初日の出観賞会

地上38mの展望室で初日の出を観賞します。

時1月1日(祝)6時15分～7時30分

会相模原麻溝公園

定40人(抽選) ※小学生以下は保護者同伴

申12月15日までに、往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「初日の出観賞会」と書いて同所へ 〒252-0328南区麻溝台2317-1 ☎042-777-3451



## 市民桜まつりの参加者を募集

開催日 4月5日(土)・6日(日)

### ブース出展、ステージ、パレードの団体

日頃の活動の発表や作品展、ステージ発表、パレードなどに参加する団体を募集します。

時4月5日(土)13時～17時、4月6日(日)10時～17時

会市役所さくら通りなど

対市内で活動する各種団体(個人参加、営利目的、物販のみの参加は不可)

※申し込み多数の場合は抽選

☎観光政策課、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター

※市民まつりにも掲載。参加費用・条件など詳しくは、募集要項をご覧ください。

※当日運営の手伝いあり

申12月20日(必着)までに、申込用紙を市民まつり実行委員会事務局(観光政策課内)へ。市民まつりからも可



▲申し込みはこちら

### 絵画コンテスト作品募集

大賞受賞作品はポスターやパンフレットに利用。応募者全員に記念品をプレゼントします。

テーマ 市民桜まつりのイメージを、自由に表現したもの

規格 四つ切り(38.0cm×54.0cm)の画用紙(縦長に使用)

賞 「桜まつり大賞」2作品、「桜まつり賞」20作品

対市内在住か在学の小・中学生

※応募作品は原則、返却なし。応募作品の著作権は、市民まつり実行委員会に帰属

申1月15日(必着)までに、直接か郵送で、作品の裏面に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、学校名(学年、組)を書いて、同実行委員会事務局(観光政策課内)へ 〒252-5277中央区中央2-11-15

### 市民芸能大会参加者募集

舞踏、奇術、歌謡曲などを発表する個人、団体を募集します。

時4月①5日(土)13時30分～16時30分②6日(日)10時～16時30分

会市民会館

対市内在住か在勤・在学の個人か団体(出演は1人1回のみ)

定①25組②50組(各抽選)

費各1,500円

※伴奏・テープ・CDは各自で用意(5分以内)

申1月31日(必着)までに、はがきかFAXに代表者の住所、氏名(ふりがな)、電話番号、団体名(団体参加のみ)、参加者全員の氏名、種目、題名、所要時間(5分以内)、テープ・CD・伴奏の有無、出演希望日(両日の参加は不可)、「市民芸能大会」と書いて、文化振興課へ。二次元コードからも可 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎042-769-8202 FAX042-754-7990



▲申し込みはこちら

☎市民まつり実行委員会事務局(観光政策課内) ☎042-769-8236

### AIスタッフ総合案内サービス

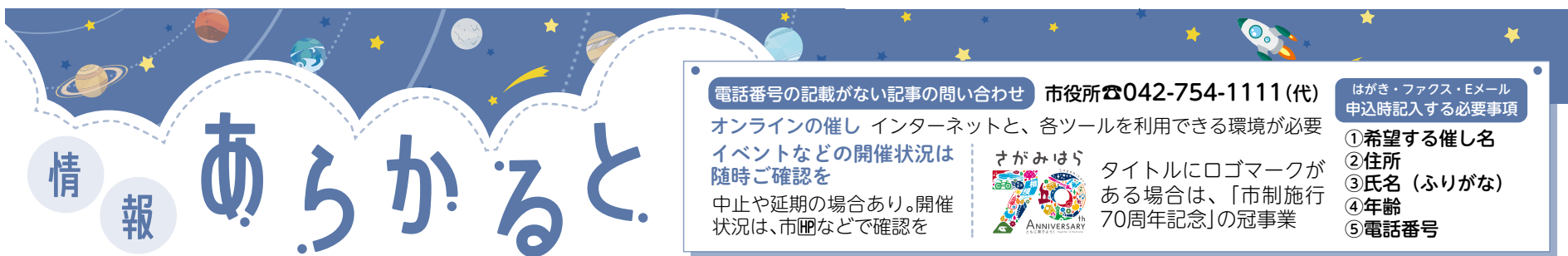
AIが質問にお答えします。



### 市コールセンターからちょっとおしらせ

令和6年度のがん集団検診は2月2日(日)で終了です。申込締め切りは1月15日です。詳しくは市コールセンターへお問い合わせください。





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 ☎などで確認を



さがみはら  
ANNIVERSARY  
70  
タイトルにロゴマークがある場合は、「市制施行70周年記念」の冠事業

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

### 年末ジャンボ宝くじ発売中 宝くじは市内で購入を

☎12月21日(出)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 ☎財政課

### 子育て世代の就職支援

相談員が個別に対応。キッズコーナーを完備 ☎毎月第1木曜日9時～12時 ☎市就職支援センター ☎直接か ☎、☎に8面上部の必要事項を書いて同所へ ☎042-700-1618 ☎shushokushien@sagamihara-city.jp

### 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 ☎12月21日(出)14時30分～16時40分 ☎ユニコムプラザさがみはら ☎市内の分譲マンション管理組合の人など ☎2組(申込順) ☎12月5日～17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

☎12月26日(休)①1月9日(休)13時30分～16時30分 ☎①南区合同庁舎②市役所第1別館 ☎各6組(申込順) ☎12月5日～①20日②27日に、☎で建築政策課へ ☎042-769-8252

### 空き家の無料相談会

片付けの悩みなどにプロの相談員が対応 ☎12月28日(出)10時～16時 ☎BOOK OFF 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 ☎5組(申込順) ☎12月5日から、☎でブックオフおうちの無料相談会受付窓口へ ☎03-6701-4618

### 冬休み限定 自習室を開放

宿題や自主学習などに利用可 ☎12月24日(火)～1月10日(金)(12月29日～1月3日を除く)9時～21時 ☎青少年学習センター ☎市内在住か在学・在勤の小学生～30歳 ☎各24人(先着順) ※希望者は直接会場へ ☎同所 ☎042-751-0091

### はたちのつどい

☎1月13日(祝) ☎社のホールはしもと、市民会館、相模女子大学グリーンホール ☎平成16年4月2日～17年4月1日に生まれた人 ※開催時間などは、市 ☎を参照かお問い合わせを。対象者には11月中旬に案内状を郵送 ☎市コールセンター ☎042-770-7777

### 相模川清流の里 宿泊利用 3月分の抽選申し込み

☎12月10日17時までに、同所 ☎からか、観光政策課、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郵送で相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは12月21日から、☎で同所へ ☎☎0120-988-547 3月の休館日10日(月)・11日(火)

### 建物を取り壊したときなどは 連絡を

令和6年に取り壊した建物は、7年度から固定資産税・都市計画税の課税なし。建物の利用状況に変更があったとき(事務所や店舗から住宅への変更など)は、課税内容が変更になる場合あり ☎資産税課

### エアコンなどの適切な処分を

エアコンや冷蔵庫などの電気機器は、地球温暖化の原因となるフロン類を使用。古い機器の管理や入れ替え時の適切な処分を ☎地球温暖化対策について=ゼロカーボン推進課、家庭用電気機器の処分方法について=資源循環推進課

### 多重債務は一人で悩まず相談を

消費生活相談員が適切な相談先などを案内。弁護士・司法書士の無料相談もあり ☎毎週木曜日(祝日等は翌営業日)13時20分～16時30分 ☎消費生活総合センター ☎各4人(申込順) ☎開催日前日までに、☎で同所へ ☎042-775-1770

### サポステの相談・セミナー

①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 ☎12月16日(月)13時30分～16時30分 ☎ソレイユさがみ ☎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・支援者  
②就職活動戦略セミナー ☎12月18日(火)13時～15時30分 ☎橋本公民館 ☎就職・転職活動を始める15～49歳  
【①②共通】☎16組②5人(各申込順) ☎12月5日～開催日前日に、☎か☎に8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 ☎042-703-3861 ☎info@parasute.jp

## 募集

### 屋外広告物審議会委員

屋外広告物条例に関する重要な事項などについて審議 任期4月24日から2年間(会議は年2回程度) ☎1人(選考) ☎建築政策課、各行政資料コーナー・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(沢井を除く)・図書館、公文書館(市 ☎にも掲載) ☎12月23日(必着)までに、応募申込書を同課へ

### 子育てサポーター

親子への声掛けや身体計測、絵本の読み聞かせなど、子育てを支援するボランティア(講習会の受講が必要) 講習会 ☎12月23日(月)13時30分～16時40分 ☎南保健福祉センター ☎12月20日までに、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

### 市まち・みどり公社嘱託職員

市内公共施設の管理、花苗の生産などの業務 勤務4月1日から、1日7時間45分 勤務場所市まち・みどり公社が管理する各施設 ☎若干名(選考) ※必要書類などは、同公社 ☎を参照かお問い合わせを 申込期限12月24日(必着) ☎同公社 ☎042-751-6623

## イベント

### 考古市宝展

下九沢宮下遺跡から出土した、約4,000年前の希少な土器の子形土製品の新発見資料を展示 ☎12月26日(休)まで9時～17時 ☎☎旧石器ハテナ館 ☎042-777-6371

### けやき体育館の催し

①けやきウィーク パラスポーツ体験、クリスマスツリーイベントなど ☎12月3日(火)～9日(月) ※内容などはけやき体育館 ☎を参照。希望者は直接会場へ  
②障害者スポーツ講座 楽しくからだを動かそう リハビリ要素のある体操など ☎1月18日(出)10時～10時50分、11時10分～12時 ☎市内在住か在勤・在学・障害福祉サービス事業所を利用している重症心身障害のある小学生以上とその支援者 ☎各3組(申込順) ☎12月5日～1月11日に、☎で同所へ。☎が難しい人はFAXに8面上部の必要事項、希望時間、手話通訳・要約筆記希望の有無、障害の種類・等級を書いて同所へ  
③ポッチャ大会 けやき杯 ☎1月26日(日)9時30分～15時30分 ☎市内在住か 在勤・在学・障害福祉サービス事業所を利用している人で構成されたチームか個人 ☎20チーム(抽選。1チーム3人) ※手話通訳・要約筆記対応可。ボランティア同時募集(☎5人(申込順)) ☎12月20日(必着)までに、同所にある申込用紙(同所 ☎にも掲載)を同所へ ※練習会あり  
【①②③共通】☎☎けやき体育館(①他会場あり) ☎042-753-9030 FAX ☎042-769-1200

### れんげの里あらいその催し

①いきいき福祉ネイル ネイリストが爪磨きなどをしながら、知識・手入れ方法を伝える ☎12月13日(金)・27日(金)9時20分～13時(1人20分、①②の組み合わせは40分) ☎☎①カラー+カット②甘皮ケア+カット③爪磨き+カット④カット⑤オフ ☎50歳以上 ☎☎①②③各1,000円④各500円⑤各300円(⑤2回目以降無料)  
②風づくり教室 ☎12月21日(出)13時30分～16時 ☎費500円 ※未就学児は保護者同伴  
③変わり湯(ゆずの香り) ☎12月21日(出)10時30分～16時 ☎費260円(65歳以上と中学生以下130円、障害者(要証明書)と市内在住の中学生以下無料)  
④リズム&ストレッチ体操教室(全4回) ☎1月7日～28日の毎週火曜日10時～11時30分 ☎18歳以上(高校生を除く) ☎費2,000円  
【①～④共通】☎☎①③④新磯ふれあいセンター②相模の大風センター ☎①各11人②5組④30人(各申込順) ※③希望者は直接会場へ ☎①②④12月5日から、直接か ☎、FAXに8面上部の必要事項、①メニュー番号(①～⑤)を書いて同所へ ☎046-255-1311 FAX ☎046-255-1361

### 水中撮影フォームチェック

☎12月25日(火)12時～13時 ☎さがみはらグリーンプール ☎18歳以上(高校生を除く) ☎20人(申込順) ☎費1,650円(DVD代含む) ☎12月5日から、直接か ☎で同所へ ☎042-758-3151

### 市が保護している猫の譲渡会

☎12月7日(出)10時～12時(受け付けは11時30分まで) ☎カインズ相模原愛川インター店(南区当麻) ☎市内在住の18歳以上 ※希望者は身分証明書を持って直接会場へ。要件や費用などは市 ☎を参照 ☎生活衛生課

### クリスマスワークショップ

①木のオリジナルはがきを作ろう②大王松のオーナメントを作ろう ☎12月14日(出)10時～15時 ☎あじさい会館 ☎①50人②70人(各先着順) ☎費①300円②大600円・小400円 ※希望者は直接会場へ ☎同所 ☎042-759-3963

### 土曜コンサート

クラシックピアノコンサート ロマンティックな音楽と共に 出演中山千晶さん ☎12月14日(出)15時30分～17時 ☎サン・エールさがみはら ☎220人(先着順) ※希望者は直接会場へ ☎同所 ☎042-775-5665

### 世界のひろば

ネパールの暮らしや文化についての話と交流 ☎12月15日(日)10時～11時30分 ☎大野南公民館 ☎40人(申込順。市内在住者優先) ☎12月5日～14日に、直接か ☎でさがみはら国際交流ラウンジへ ☎042-750-4150

### ミニシアター

上映作品『黒水仙』(1946年/イギリス/カラー/字幕) ☎12月15日(日)17日(火)14時～15時50分 ☎☎図書館(中央区) ☎市内在住か在勤・在学の人 ☎各25人(申込順) ☎12月5日から、直接か ☎で視聴覚ライブラリーへ ☎042-753-2401

### サッカー練習会

FCトリアネーロ町田のコーチが指導 ☎12月18日(火)①19時～20時②20時～21時 ☎相模原ギオンアリーナ ☎小学校①1～3年生(保護者同伴)②4～6年生 ☎各25人(申込順) ☎12月17日までに、☎でワールドサッカークリニックへ ☎080-4121-1012

### 街かどコンサート

出演小池優華さん(フルート)、片山 紬さん(伴奏/キーボード) 曲目クリスマスメドレーほか ☎12月22日(日)12時20分～12時50分 ☎ミウイ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本) ※希望者は直接会場へ ☎市民文化財団 ☎042-749-2207

### 宮ヶ瀬湖マラソン大会

①5km②8.6km③3km④⑤2km ☎2月2日(日)8時～13時 ☎北岸林道 ☎市内在住か 在勤・在学の人①②高校生以上③中学生④小学校3・4年生⑤小学校5・6年生 ☎各50人(抽選) ☎費①②各2,000円③④⑤各1,000円 ☎スポーツ推進課、各公民館(沢井を除く)など(市 ☎にも掲載) ☎12月27日(必着)までに、申込書を宮ヶ瀬湖マラソン大会実行委員会事務局(スポーツ推進課内)へ



### 森林浴と里山リトリート

森林浴とヒノキの香りのハンドクリーム作り 時1月26日(日)10時~15時(荒天時は2月11日(祝)) 会つちざわの森(緑区根小屋) 対18歳以上 定8人(申込順) 費4,400円(昼食含む) 申12月5日~1月23日に、☑に8面上部の必要事項を書いてヘリテッジキーパーの青木さんへ ☎090-8087-2109 ☒heritagekeeper2021@gmail.com

### インクルーシブ・プログラム 開発事業 成果報告会

発達障害や知的障害のある若者が中心となり、生涯学習プログラムの実践内容を報告 時2月1日(土)13時~16時 会①相模女子大学(南区文京) ②オンライン(ツールはZoom®を使用) 講梅永雄二さん(早稲田大学 教育・総合科学学術院教授) 定①100人②400人(各申込順) 申12月5日~1月24日に、二次元コードから 関相模女子大学生涯学修支援課☎042-747-9047



## 講演・講座

### 健康体操教室

時12月①12日(休)②19日(休)11時~12時

会場	電話番号
①老人福祉センター 溪松園	042-761-9291
②老人福祉センター 若竹園	042-746-4622

対市内在住で運動に支障のない60歳以上 定各20人(申込順) 費各500円 申12月5日から、直接か☎で各会場へ

### 認知症 不安だったら一緒に話そう

認知症のある人が自らの体験や必要としていることを語り合う場 時12月13日(金)10時~11時30分 会相模台第1地域包括支援センター 対市内在住か在勤・在学で認知症のある人 定15人(申込順) 申12月5日~12日に、☎か☒に8面上部の必要事項を書いてチームオレンジサポートセンター(Link・マネジメント内)へ ☎080-5650-0254☒042-786-6631☒t-orange.sagamihara@link-npo.com

### 認知症カフェの交流セミナー

認知症カフェを運営している人と交流し学ぶ場 時12月18日(火)10時~12時 会市民会館 対市内在住か在勤・在学の人 定50人(申込順) 申12月5日~17日に、☎か☒に8面上部の必要事項を書いてLink・マネジメントへ ☎042-707-1603☒info@link-npo.com

### 認知症サポーター養成講座

①オンラインステップアップ講座 時12月19日(木)11時~12時 対市内在住かIn勤・在学で、認知症サポーター養成講座を受講済みの人 ※ツールはZoom®を使用 ②認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座 時12月20日(金)13時30分~15時 会チームオレンジサポートセンター(中央区淵野辺) 対市内在住かIn勤・在学の人

【①②共通】定各15人(申込順) 申12月5日~19日に、☎か☒に8面上部の必要事項を書いて市キャラバン・メイト連絡会事務局(Link・マネジメント内)へ ☎042-707-1603☒042-786-6631 ☒sagami-mate.network@link-npo.com

### オーサーズカフェ

名曲探偵が明かす ベートーヴェン《第九》のヒミツ 時12月14日(土)14時~15時 会ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ 関同所☎042-701-4370

### NMOSDってどんな病気?

NMOSD(視神経脊髄炎スペクトラム障害)について、脳神経内科と眼科の専門医が解説 時12月22日(日)10時~11時20分 会ユニコムプラザさがみはら 定50人(申込順) 申12月22日までに、二次元コードから 関中外製薬の小澤さん☎080-2130-6783



### 冬休み軟式テニス教室(全3回)

時12月26日(木)~28日(土)①13時~15時 ②14時30分~16時30分 会横山公園 対①小学生②中学生 定各15人(申込順) 費1回1,650円 申12月5日から、直接か☎で同所へ ☎042-758-0886

### 元気高齢者筋力向上 トレーニング教室(全12回)

時①1月7日~3月25日の毎週火曜日11時~12時30分 ②1月9日~3月27日の毎週木曜日15時30分~17時 ③④1月10日~3月28日の毎週金曜日③10時30分~12時 ④16時~17時30分

会場	電話番号
①相模原ドルフィンクラブ(緑区橋本)	042-771-7333
②④メガロス相模大野(南区相模大野)	042-745-4600
③スポーツクラブルネサンス橋本(緑区橋本)	042-775-6600

対市内在住で運動に支障がない65歳以上 定各10人(抽選) 費①6,000円②③④各6,600円 申12月15日までに、☎で各会場へ

### 卓球教室(全10回)

①初心者②中級 時1月8日~3月19日の毎週水曜日(3月5日を除く)①13時~14時15分 ②14時30分~15時45分 会サーティーフォー相模原球場 対18歳以上(高校生を除く) 定各10人(申込順) 費各1万5,000円 申12月5日~19日に、☎で同所教室へ ☎080-2447-7416

### 身体調整エクササイズ(全5回)

時1月9日~2月6日の毎週木曜日14時~15時 会市体育館(市役所前) 対15歳以上(中学生を除く) 定30人(申込順) 費3,000円 申12月5日~15日に、直接か☎、☒に8面上部の必要事項を書いて、同所へ ☎☒042-769-5201

### 初心者でもわかる野鳥観察入門

時1月13日(祝)9時45分~12時(雨天中止) 会相模川自然の村周辺 対中学生以上 定20人(申込順) 申12月6日~1月11日に、直接か☎、☒に8面上部の必要事項を書いてエコパークさがみはらへ ☎042-769-9248☒ecopark-sagamihara@mdlife.co.jp

### オンライン社会起業フォーラム 地域の高齢者や障害者を救う

管理栄養士と言語聴覚士が栄養指導などの事例を紹介 時1月16日(木)19時~20時30分 講清水陽平さん(管理栄養士)など 定300人(申込順) ※ツールはZoom®を使用 申12月5日~1月15日に、二次元コードから 関相模女子大学生涯学修支援課☎042-747-9047



### 初心者民謡講座(全10回)

時1月10日~3月28日(2月14日、3月21日を除く)の毎週金曜日13時~15時 会市民会館けやきの間 定30人(申込順) 費2,000円 申12月31日までに、☎で民謡協会の高橋さんへ ☎042-762-6424

### さがまちカレッジ

歩き方教室(全2回) 時1月18日(土)25日(土)14時~16時 会町田市立町田第一中学校(町田市市中町) 対中学生以上 定20人(抽選) 費2,500円 配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12月16日(必着)までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局へ。同所からも可 ☎042-703-8535

### 市民講座 まなびのライブ塾

①朗読を楽しみましょう(全2回) 時1月20日(月)、2月3日(月)14時~16時30分 ②終活入門講座(全2回) 時1月21日(火)・28日(火)10時~12時 ③百人一首を楽しもう 時1月21日(火)14時~15時30分 ④スマートフォンの基本(全2回) 時1月28日(火)、2月11日(祝)10時~11時45分 ⑤大人の絵本を楽しみましょう 時1月29日(水)10時~12時 ⑥さがみはら散歩吟行会 時1月30日(木)10時~15時 【①~⑥共通】会①④⑤南保健福祉センター②③総合学習センター⑥市民健康文化センター 費①1,500円②④各1,400円③700円⑤800円⑥1,000円 定①⑤各18人②12人③⑥各16人④15人(各抽選) 申12月5日~13日(必着)に、はがきか☒に8面上部の必要事項を書いて同塾へ(同塾所からも可) 〒252-0321 相模原市南区相模台2-2-2ガーデンビル II 3階 Fellgo内 ☎090-8386-0270 ☒042-705-2043

### 発達が気になる子の 育て方のコツ

時1月28日(火)10時~12時 会①陽光園 ②オンライン(ツールはWebex®を使用) 対市内在住で、発達に気になる小学校3年生以下の保護者・家族 定①20人②40人(各申込順) 申12月5日~1月17日に、市所から 関療育相談室☎042-756-8435

### 「ROBO-ONE」講習会(全2回)

ロボット格闘技大会(2月15日・16日開催)の出場者の講習 時1月18日~2月8日の土・日曜日 対市内在住かIn勤・在学中で、パソコン(要件あり)を持参できる小学生以上(小学生は保護者同伴) 定各6人(申込順) ※日程や会場などは市所を参照 関産業支援・雇用対策課

### 東林ふれあいセンターの催し

①はじめてさんのための夜のフラダンス(全8回) 時1月9日~3月6日の毎週木曜日(2月13日を除く)19時~20時 ②イスに座ってゆったり体操 はつらつ教室(全10回)③ヘルシーエクササイズ(全10回) 時1月15日~3月19日の毎週水曜日②10時30分~11時30分③13時~14時30分 【①②③共通】会東林ふれあいセンター 対①18歳以上②③おむね60歳以上 定①②各15人③20人(各申込順) 費①4,800円②5,000円③7,000円 申12月5日~1月①5日②③8日に、直接か☎で同所へ ☎042-745-7660

### 発達に課題のある若者と家族への就労準備セミナー・相談会

就労に向けたサポートについての学びと支援機関への相談 時1月28日(火)10時~12時 会ウェルネスさがみはら 対発達に課題のある中学生~39歳の人やその家族、支援者 定30人(申込順) 申12月5日~1月17日に、二次元コードから 関障害者支援センター松が丘園 ☎042-758-2121



### J:COM 「ぞっこん!相模原」で市の魅力を発信中

J:COM(地デジ11ch)で、本市のイベントや施設情報などの魅力を紹介。動画サイト「相模原チャンネル」でも視聴できます。 時毎週火・土曜日20時、木曜日12時から5分間 詳しくはこちら▶ 関広聴広報課☎042-769-8200



## 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。

- WAK☆WAKクリスマスコンサート 朗読を交えた音楽絵本「くるみ割り人形」など 時12月21日(土)14時~15時 会南市民ホール 定400人(申込順) 費1,000円(3歳未満陸上鑑賞無料) 申☎でチケットMoveへ ☎042-742-9999 関中村☎090-6038-3530
- 講座 医道の人 北里柴三郎 北里柴三郎の実績と努力について 時12月7日(土)9時30分~12時 会ユニコムプラザさがみはら 定80人(申込順) 費500円 申開催日前日までに、☎で山田へ ☎090-4709-5585
- クリスマスダンスパーティー 社交ダンスで楽しく 時12月15日(日)15時~16時40分 会上溝公民館 費500円 ※希望者は直接会場へ 関井上☎090-5429-8711



### 応募は発行日の3週間前まで

申電子申請から。郵送、☒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 ☒042-753-7831 ※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所を参照





# 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、市庁などで確認を



タイトルにロゴマークがある場合は、「市制施行70周年記念」の冠事業



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(抽選)・費用	
プール大好き!	〈全10回〉	毎週月曜日 1月6日～3月24日 (1月13日、2月24日を除く)	16時～16時50分	対泳ぎの経験がない年中～小学校3年生 定30人 費1万2,000円	
	〈全9回〉	毎週火曜日 1月7日～3月25日 (1月14日、2月11日、3月11日を除く)	16時～16時50分	対泳ぎの経験がない年中～小学校3年生 定30人 費1万800円	
	〈全10回〉	毎週水曜日 1月8日～3月19日 (2月12日を除く)	16時～16時50分	対3歳以上の未就学児 定30人 費1万2,000円	
	〈全11回〉	毎週金曜日 1月10日～3月21日	16時～16時50分	対泳ぎの経験がない年中～小学校3年生 定30人 費1万3,200円	
チャレンジ(水泳)	初級	〈全10回〉	毎週月曜日 1月6日～3月24日 (1月13日、2月24日を除く)	17時～17時50分	対息継ぎなしクロールで10m泳げる小学生 定20人 費1万2,000円
		〈全9回〉	毎週火曜日 1月7日～3月25日 (1月14日、2月11日、3月11日を除く)	17時～17時50分	対息継ぎなしクロールで10m泳げる小学生 定20人 費1万800円
		〈全10回〉	毎週水曜日 1月8日～3月19日 (2月12日を除く)	17時～17時50分	対息継ぎなしクロールで10m泳げる小学生 定20人 費1万2,000円
		〈全11回〉	毎週金曜日 1月10日～3月21日	17時～17時50分	対息継ぎなしクロールで10m泳げる小学生 定20人 費1万3,200円
	中級	〈全10回〉	毎週月曜日 1月6日～3月24日 (1月13日、2月24日を除く)	17時～17時50分	対クロールで25m泳げる小学生 定20人 費1万2,000円
		〈全10回〉	毎週水曜日 1月8日～3月19日 (2月12日を除く)	17時～17時50分	対クロールで25m泳げる小学生 定20人 費1万2,000円
		〈全11回〉	毎週金曜日 1月10日～3月21日	17時～17時50分	対クロールで25m泳げる小学生 定20人 費1万3,200円
		上級	〈全10回〉	毎週水曜日 1月8日～3月19日 (2月12日を除く)	18時～18時50分
〈全11回〉	毎週金曜日 1月10日～3月21日		18時～18時50分	対クロールと背泳ぎで25m泳げる小・中学生 定20人 費1万3,200円	
大人の水泳	初心者	〈全9回〉	毎週火曜日 1月7日～3月25日 (1月14日、2月11日、3月11日を除く)	9時20分～10時20分	対泳ぎの経験がない16歳以上 定20人 費7,200円
	初級	〈全10回〉	毎週木曜日 1月9日～3月13日	11時20分～12時20分	対背浮きとクロールで25m泳げる16歳以上 定20人 費8,000円
		〈全11回〉	毎週金曜日 1月10日～3月21日	9時20分～10時20分	対背浮きとクロールで25m泳げる16歳以上 定20人 費8,800円
	中級	〈全10回〉	毎週月曜日 1月6日～3月24日 (1月13日、2月24日を除く)	11時20分～12時20分	対4泳法(クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)が泳げる16歳以上 定20人 費8,000円

※プール利用料が別途必要(未就学児と市内在住か在学の小・中学生は無料) 申12月9日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に10面上部の必要事項を書いて同所へ

## 相模原ギオンアリーナ

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

①スタイルアップヨガ②リズム体操ストレッチ③健康体操教室④ZUMBA⑤ボディケアストレッチ⑥姿勢スッキリ教室⑦フラダンスHula⑧やさしいヨガ⑨ボクシングエクササイズ⑩初・中級バドミントン⑪初心者弓道教室(各全10回)⑫パーソナル指導

	日にち	時間
①	毎週火曜日 1月7日～3月25日 (1月28日、2月11日を除く)	9時30分～10時30分
②		10時45分～11時45分
③		13時～14時
④	毎週水曜日 1月8日～3月19日 (1月29日を除く)	10時～11時
⑤		10時30分～11時45分
⑥		14時15分～15時15分
⑦		13時～14時
⑧	毎週木曜日 1月9日～3月27日 (1月30日、3月20日を除く)	9時30分～10時30分
⑨		13時～14時
⑩	毎週金曜日 1月10日～3月21日 (1月31日を除く)	10時～11時30分
⑪	毎週土曜日 1月11日～3月15日	16時～18時
⑫	1月20日、2月10日・17日、3月10日・17日の月曜日	13時～14時

対①②④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪15歳以上(中学生を除く)③65歳以上⑫50歳以上 定①⑨各25人②⑤⑧各40人③④各28人⑥15人⑦⑪各30人⑩60人⑫各1人(各抽選) 費①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩各7,000円⑪7,500円⑫各2,000円 申12月5日～19日(必着)に、往復はがき(1人1枚)に10面上部の必要事項、⑫は希望日を書いて同所へ

## ほねごりアリーナ

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

①気功②背骨コンディショニング③ZUMBA gold ズンバゴールド④ひと味違う卓球教室(ラージボール卓球)⑤インナーストレッチ⑥シェイプアップエクササイズ⑦ほねごりアリーナ杯ドッジボール大会

	日にち	時間
①	〈全8回〉 毎週火曜日 1月7日～3月18日 (1月14日、2月11日・18日を除く)	13時30分～15時
②	〈全6回〉 毎週水曜日 1月8日～2月26日 (2月12日・19日を除く)	10時30分～11時30分
③	〈全6回〉 毎週水曜日 1月8日～2月26日 (2月12日・19日を除く)	12時～13時
④	〈全8回〉 毎週木曜日 1月9日～3月6日 (2月20日を除く)	9時30分～11時30分
⑤	〈全5回〉 毎週木曜日 1月9日～2月27日 (2月6日・13日・20日を除く)	10時～11時
⑥	〈全7回〉 毎週金曜日 1月10日～2月28日 (2月21日を除く)	13時30分～14時30分
⑦	1月12日(日)	9時～17時

対①②③④⑤⑥15歳以上(中学生を除く)⑦市内在住の小学校3～6年生12人で編成するチーム 定①40人②③⑤⑥各30人④20人⑦20チーム 費①②各1回600円③4,200円④5,000円⑤3,500円⑥4,900円⑦1チーム3,000円(各抽選) 申①②③④⑤⑥12月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に10面上部の必要事項を書いて同所へ。⑦12月20日(必着)までに、同所にある申込用紙(同所にも掲載)を同所へ

## 博物館 プラネタリウムリニューアル工事中

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

ミニ展示 日本初! 小型月着陸実証機SLIMの月面着陸成功  
 SLIMの紹介と天文の常設展示物の一部の展示 時12月3日(火)～3月30日(日)9時30分～17時  
 本市×日野市 甲州道中本陣連携 甲州道中歴史講座 建築史からみた本陣建物  
 時12月22日(日)13時30分～15時30分 講海老澤模奈人さん(東京工芸大学教授)  
 定200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

## エコパークさがみはら

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

①おもちゃもったいないセンター②おもちゃの病院  
 時12月22日(日)10時～15時(①各回30分) ※①13時～15時は予約不要、直接会場へ。②はおもちゃを持って直接会場へ  
 ③講演会 環境DNA技術を活用した生物調査 新しい調査手法の可能性  
 時1月25日(土)14時～15時30分 対中学生以上  
 【①③共通】定①各回8組③30人(各申込順) 申直接か☎、✉に10面上部の必要事項、①は希望時間を書いて同所へ



## 銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311(①②③⑧の問い合わせ用)

催し名	日にち	時間	対象・定員(抽選(①②を除く))・費用など
①早朝スケート教室	毎週日曜日 1月26日まで (12月29日、1月5日を除く)	7時～9時	対5歳以上 費各500円
②ジュニア スケート教室	アイスホッケー 毎週火曜日 12月3日～1月28日 (12月24日・31日を除く)	18時～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 12月5日～1月30日 (12月26日、1月2日を除く)	18時～19時30分	対5歳～中学生 費各500円
③幼児スケート教室(全4回)	毎週土曜日 1月4日～25日	9時～10時30分	対4歳以上の未就学児 定25人 費4,000円
④フラダンス	〈全10回〉	毎週水曜日 1月8日～3月12日	14時～15時15分 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1万円
⑤ハワイアンフラダンス		毎週木曜日 1月9日～3月13日	9時30分～10時45分、11時～12時15分 対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1万円
⑥体幹コントロールヨガ		毎週金曜日 1月10日～3月14日	9時30分～10時45分、11時～12時15分 対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1万円
⑦ヨガで骨盤矯正		毎週土曜日 1月11日～3月15日	9時30分～10時45分、11時～12時15分 対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1万円
⑧カーリング教室(全2回)	1月16日(木)・17日(金)	20時30分～22時30分	対中学生以上(17歳以下は保護者同伴か要送迎) 定25人 費2,000円

※①②希望者は直接会場へ。①②③貸靴代別途500円(中学生以下300円) 申③⑧12月15日までに、同所☎から。④⑤⑥⑦12月5日～19日に、☎で教室専用窓口へ ☎080-2447-7416

## 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楽しく健康・筋力アップ&リラクゼーション(全10回)	毎週木曜日 12月19日～2月27日 (1月2日を除く)	9時30分～10時40分 10時50分～12時	対50歳以上 定各30人 費各6,000円
②ランニングクリニック	1月4日(出)	10時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費2,000円
③ソフトエアロ&ストレッチ(全8回)	毎週月曜日 1月6日～3月17日 (1月13日・20日、2月24日を除く)	10時30分～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費6,000円
④ファンクショナルトレーニング	〈全10回〉	毎週火曜日 1月7日～3月25日 (1月21日、2月11日を除く)	10時～11時30分 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費7,000円
⑤シェイプアップ		毎週水曜日 1月8日～3月19日(3月12日を除く)	11時～12時 対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費7,000円
⑥骨盤すっきりエクササイズ		毎週木曜日 1月9日～3月13日	10時～11時 対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費7,000円
⑦跳び箱・鉄棒(全9回)	毎週金曜日 1月17日～3月21日(3月7日を除く)	16時～17時	対年中・年長 定20人 費1万350円
		17時10分～18時10分	対小学生 定20人 費1万350円
⑧カラダ楽しく元気アップ体操(全8回)	毎週金曜日 1月17日～3月14日(3月7日を除く)	10時～11時30分	対55歳以上 定25人 費4,800円

申①③④⑤⑥⑦⑧12月5日～開催日1週間前に、同所☎「イベント&教室」ページから。②12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

## さがみ湖リフレッシュセンター

〒252-0175 緑区若柳1207-4 ☎042-685-3988

- ①福祉や医療などの分野でケアするお仕事の皆さんのためのお話会  
時12月15日(日)13時30分～15時30分 対福祉・医療などの従事者 定10人(申込順) 費200円
  - ②卓球開放  
時12月21日(出)9時～12時 定25人(申込順) 費100円(小学生以下、65歳以上は50円) ※小学生以下は保護者同伴
  - ③大きな松ぼっくりでクリスマスツリーをつくろう  
時12月21日(出)10時30分～11時30分 定10人(申込順) 費500円
  - ④おうちで作れるクリスマスのシュートレン  
ドライフルーツやナッツを練り込んだパン菓子を作る 時12月21日(出)13時～15時 定6人(申込順) 費2,000円
  - ⑤新年を彩る手作りしめ縄飾り  
時12月22日(日)13時～14時 対18歳以上 定5人(申込順) 費2,500円
  - ⑥うたとピアノのクリスマスコンサート  
演目『Amazing Grace』など 時12月22日(日)14時～15時 対小学生以上 定50人(先着順) 費500円 ※希望者は直接会場へ
  - ⑦スポーツウェルネス吹矢教室  
時12月23日(月)13時30分～15時 対18歳以上 定20人(申込順) 費300円
  - ⑧シニアのためのスマホ相談室  
時12月26日(木)9時～11時30分(1人30分程度) 対65歳以上 定5人(申込順)
- 【①②③④⑤⑦⑧共通】申12月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ



## 相模原のスポーツ選手を 応援しよう!

### 角田裕毅選手 (F1ドライバー)

- アブダビGP(グランプリ)決勝  
時12月8日(日)22時から  
問スポーツ推進課☎042-769-9245



### 三菱重工相模原ダイナボアーズ (ラグビー・JAPAN RUGBY LEAGUE ONE DIVISION 1)

- 時12月22日(日)14時30分から 会相模原ギオンスタジアム  
対戦相手 浦安D-Rocks  
問三菱重工相模原ダイナボアーズ☎042-761-2686

※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があります。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

参照先記載のないものは  
全て同協会☎を参照



- ゲームと踊りのクリスマス会  
時12月15日(日)8時45分～11時30分 会市体育館(市役所前) 費500円(18歳以下100円) ※希望者は室内履きを持って直接会場へ
- 水泳教室(①③⑥初級・中級②④⑦上級⑤マスターズ(①②③④⑥⑦各全9回⑤全8回))  
時1月7日～3月25日(1月28日、2月4日・11日を除く)の火曜日①10時～10時50分②11時～11時50分、1月8日～3月26日(1月29日、2月5日・12日を除く)の水曜日③19時～19時50分④20時～20時50分、⑤1月9日～3月27日(1月30日、2月6日・13日、3月20日を除く)の木曜日19時～20時50分、1月10日～3月28日(1月31日、2月7日・14日を除く)の金曜日⑥10時～10時50分⑦11時～11時50分  
会さがみほらグリーンプール 対18歳以上(条件あり) 定①⑤各10人②20人③④⑥⑦各30人(各抽選) 費①②③④⑥⑦各1万800円⑤1万6,000円 申込期限12月10日(消印有効)

- ①武道初め式(観覧)②武道体験(剣道、柔道、弓道、空手道、少林寺拳法)  
時1月13日(祝)①10時～11時②11時～11時30分 会相模原ギオンアリーナ 対②中学生以下(未就学児は保護者同伴) ※希望者は(②は運動ができる服装で)直接会場へ
- 相模原クロスカントリー大会(小学生①男子②女子、中学生③男子④女子、ジュニア(高校生)⑤男子⑥女子、大学・一般・大学対校戦⑦男子⑧女子)  
距離①②2km③④3km⑤⑥5km⑦4km⑧7km 時3月8日(出)9時～15時50分ごろ  
会相模原ギオンスタジアム 対小学校5・6年生①男子②女子、中学生③男子④女子、高校生⑤男子⑥女子、18歳以上(高校生を除く)の⑦男性⑧女性 定①②⑥⑧各70人③240人④140人⑤⑦各160人(各申込順) 費①②各1,000円③④⑤⑥各1,500円⑦⑧各2,500円 ※公認記録タイムの参加制限あり(例外あり) 申込期限1月31日

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

8時～21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!





