

2025 (令和7年)

1.15

広報

さがみはら

No.1545

毎月1日・15日発行



市役所さくら通り



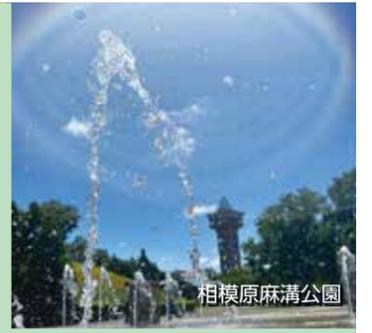
南区下溝



県立津久井湖城山公園



緑区中沢



相模原麻溝公園

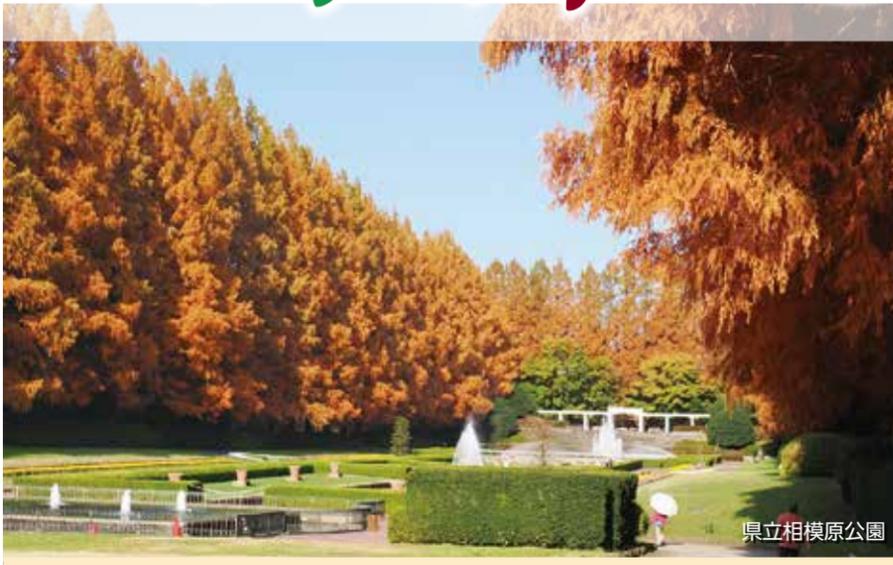


上溝夏祭り

四季折々を楽しむ

このまちがスキ

問広聴広報課 ☎042-769-8200



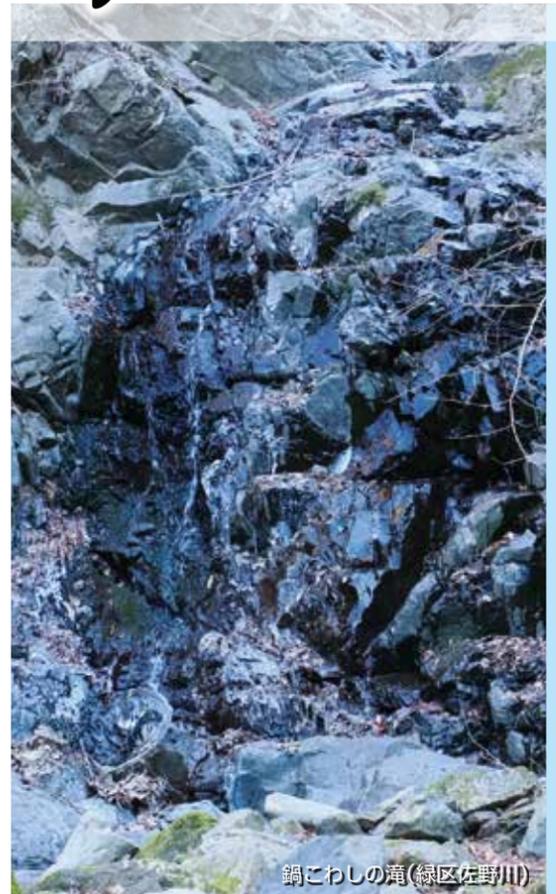
県立相模原公園



相模原北公園



市役所前



鍋こわしの滝(緑区左野川)



相模大野駅



鹿沼公園

LINE UP

- 2面 市税などの支払いに一部のネット銀行が利用可能に
- 4・5面 みんなのすこやかナビ
- 10・11面 南・緑・中央区版
- 12面 「さがみはらSAKURA路上アート」 出展者募集

市は70周年を迎えました！



市マスコットキャラクター さがみん

70周年記念RAP動画を公開中！みんな見てくれたかな。まだの人は右の二次元コードから



問シティプロモーション戦略課 ☎042-707-7045

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



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

市税などの支払いに一部のネット銀行が利用可能に

市税や学校給食費など、次の科目の支払いにネット銀行の口座振替が利用できます。

利用可能なネット銀行(五十音順)

イオン銀行、住信SBIネット銀行、UI銀行、楽天銀行

ネット銀行の対象となる科目

- 市県民税・森林環境税(普通徴収) ●固定資産税・都市計画税(土地・家屋)
- 固定資産税(償却資産) ●軽自動車税 ●国民健康保険税 ●保育所保育料
- 公立認定こども園保育料 ●峰山霊園・柴胡が原霊園管理料
- 介護保険料 ●児童クラブ育成料 ●後期高齢者医療保険料
- 高度処理型浄化槽使用料 ●農業集落排水施設使用料 ●母子福祉資金償還金 ●寡婦福祉資金償還金 ●父子福祉資金償還金
- 学校給食費

※詳しくは、市圃をご覧ください。



▲市圃

問会計課 ☎042-769-9815

ご意見をお寄せください

令和7年度食品衛生監視指導計画(案)について

食中毒の発生や不衛生な食品の流通を防ぐため、年度ごとに策定するものです。

担当課 生活衛生課

☑生活衛生課、消費生活総合センター、各行政資料コーナー・公民館(沢井を除く)・図書館(市圃にも掲載)

意見の提出 2月14日(必着)までに、直接か郵送、☎、✉に、住所、氏名、電話番号、意見を書いて、生活衛生課へ(直接の場合は津久井班でも可)

〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎042-769-9234 ☎042-750-3066

✉seikatsueisei@city.sagamihara.kanagawa.jp

早めの準備を 給与支払報告書 市・県民税申告

1月31日まで 事業者の皆さんへ 給与支払報告書の提出を

☑令和6年中に給与・賃金などを支払った事業主

※支払い先には、事業専従者やパート、アルバイトを含む

提出するもの 給与支払報告書(総括表・個人別明細書)

提出先 給与・賃金を支払った相手が、7年1月1日時点で住んでいる市区町村の住民税担当課

※前年中に退職した場合は退職日に住んでいた市区町村の住民税担当課へ



eLTAX(電子申告) 利用可

2月17日~3月17日 市・県民税申告を受け付け

3月17日(必着)までに郵送で申告を

申告書の作成相談、提出ができる会場も設置します。一部の会場では事前予約制です。

予約方法 2月5日から、市圃か専用ダイヤルから

※今回から往復はがきでは予約できません。会場や専用ダイヤル電話番号、事前予約の方法など詳しくは、市圃をご覧ください。また、本紙2月1日号にも掲載予定です。



市圃

窓口混雑緩和のため、できるだけ郵送で申告してください。ご協力をお願いします。



問市民税課 ☎042-769-8221

後期高齢者医療制度加入者へ 医療費のお知らせを発送

確定申告(医療費控除)のときに、添付資料として使用できます。

発送時期

1回目	2月10日ごろ	令和6年1月~11月受診分について記載
2回目	3月10日ごろ	6年12月受診分について記載

お知らせが届いたら

次のことを確認してください。

- 病院などで診療を受けた日数(回数)に誤りがないか
- 医療費に誤りがないか

医療費控除の対象となる支出で、「お知らせ」に記載されていないものがある場合 別途領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成し、申告書に添付が必要です。

実際に窓口で支払った金額と「お知らせ」に記載されている自己負担相当額が異なる場合(公費負担医療や福祉医療費等の助成、療養費、高額療養費がある場合など) 申告するときに自分で金額を訂正するなどの必要があります。

届いた「お知らせ」の記載内容を確認



必要に応じて確定申告を



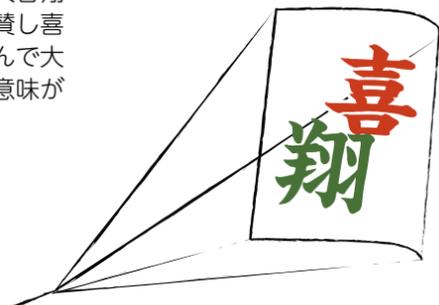
問県後期高齢者医療広域連合 ☎045-440-6700、ナビダイヤル ☎0570-001120

おおだこ 大風の題字が「喜翔」に決定

令和7年「相模の大風まつり」で掲げる大風の題字は、300件の応募の中から「喜翔」に決定しました。なお、佳作には「飛翔」が選ばれました。

題字に込められた意味

「米大リーガー・ドジャースの大谷翔平選手の活躍で世界中の人が称賛し喜んでいます。さらなる活躍を望んで大空に翔いてもらいたい」という意味が込められています。



相模の大風まつり

時5月4日(祝)・5日(祝)10時~16時

会相模川新磯地区河川敷の4会場

※詳しくは、4月中旬以降に市圃をご覧ください。



昨年の大風。「市制70周年記念」の文字入り▶

問相模の大風まつり実行委員会(新磯まちづくりセンター内) ☎046-251-5242

市民桜まつり 協賛広告スポンサーを募集

4月5・6日開催の市民桜まつり会場で配布するパンフレットやステージバック袖パネルなどに掲載する協賛広告を募集します。

パンフレット

サイズ A4判28ページ(うち広告14ページ)(予定)
発行部数 1万部(予定)
広告規格(掲載金額) 20分の1ページ(2万7,500円)～1ページ(33万円)

※掲載基準など詳しくは、お問い合わせください。
申2月17日(必着)までに、申込用紙を市印刷広告協同組合へ☎042-776-6100

エアアーチ(アーチ支柱部分)

サイズ 高さ2m×幅1m
募集数 2カ所 **掲載金額** 1カ所25万円

ステージバック袖パネル

サイズ 高さ2m70cm×幅3m60cm
募集数 2～8枚
広告規格(掲載金額) 4分の1枚(15万円)、1枚(50万円)
※申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。



☎市民まつり実行委員会事務局(観光政策課内)☎042-769-8236

生物多様性を守るために、私たちができること

たくさんの生き物がいろいろな場所で互いにつながり合って生きていることを指す**生物多様性**。私たちの暮らしは生物多様性がもたらすさまざまな恵みに支えられています。

社会全体で取り組むネイチャーポジティブ

地球は過去1,000万年間の平均と比べて10～100倍のスピードで生き物の絶滅が進み、1年間で4万種もの生き物が絶滅しているといわれています。

失われつつある生物多様性を回復させ、生態系を豊かにしていくことを「ネイチャーポジティブ」といいます。自然環境保全の取り組みだけでなく、社会全体で取り組むことで、生物多様性を豊かにしていくのです。

ネイチャーポジティブにつながる

一人ひとりの行動を考えよう

- 知ろう** 身近な植物、鳥や虫について調べる
- 食べよう** 地元で採れたものを食べる(地産地消)
- ふれよう** 自然の中に出かけて、生き物と触れ合うなど

生物多様性について楽しく学べます。クイズもあります。チャレンジしてね!

▲生物多様性ポータルサイト



「ネイチャーポジティブ」イメージキャラクター だいだらぼジー

さがみはら生物多様性シンポジウム

基調講演や市内の高校生・大学生の事例発表から地域の生物多様性を考えます。

基調講演 窓辺から始める自然回復 ビオトープガーデンのススメ

時2月15日(土)13時30分～16時30分

会相模原教育会館(中央区富士見)

定80人(申込順)

申2月12日までに、二次元コードから



☎水みどり環境課☎042-769-8242

総合型地域スポーツクラブがスポーツ体験会を開催



開催期間2月1日(土)～28日(金)

各クラブのスポーツ体験会

1 わくわくチャレンジスポーツ

時2月22日(土)13時～15時
会ほねごりアリーナ体育室
持ち物室内靴
※希望者は直接会場へ(小学生以下は保護者同伴)

2 ノルディックウォーキング

時2月1日(土)9時～12時
会緑区城山周辺
対18歳以上
定10人(申込順)

3 JFAなでしこひろば(女子サッカー)

時2月15日(土)13時30分～15時
会東京町田学園相模キャンパス(緑区寸沢嵐)
対小学生の女子
定20人(申込順)

4 宮上教室体験会①陸上②体操

時2月17日(月)①17時～18時②18時20分～19時20分
会宮上小学校
対年長～小学生
定各8人(申込順)

5 ヴェルディSS相模原サッカー教室

時2月2日～16日の毎週日曜日8時40分～10時20分
会相模原スポーツ・レクリエーションパーク
対小学生
定各25人(申込順)

6 チアリーディング体験教室

時2月13日(木)18時～19時20分
会陽光台公民館
対年長～小学生の女子
定10人(申込順)

7 バク転チャレンジ

時2月16日(日)10時～11時
会横山小学校
対年長～小学生
定10人(申込順)

総合型地域スポーツクラブとは?

「多世代」「多種目」「多志向」をキーワードに、地域の人々が主体となって運営するスポーツクラブ。市内では、現在12のクラブが活動中

市スポーツ協会



※各イベントの申し込み方法など詳しくは市スポーツ協会をご覧ください。

【2～8、10～12共通】申込開始 1月19日

各体験会の問い合わせ先

- 1 大沢FC総合型地域スポーツクラブ☎042-775-6686
- 2 城山スポーツ&カルチャークラブめいぶる☎042-782-0303
- 3 FCコラソン☎042-763-8844
- 4 ベーススポーツ☎080-5546-3784
- 5 エニョデポルテス☎090-3093-7799
- 6 相模原フットボールクラブ☎090-1427-4636

- 7 相模原スポーツアカデミー☎080-1103-3411
- 8 相模原ライズアスリートクラブ☎046-200-9366
- 9 やんちゃるジム☎042-742-3409
- 10 スポーツレクリエーションコミュニティー☎090-2242-4802
- 11 ミハタ☎046-257-9082
- 12 あそべる大沼クラブ☎090-2437-9101



総合型地域スポーツクラブの様子

☎スポーツ推進課☎042-769-6140



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



さがみはら
70
ANNIVERSARY
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

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

聴覚、音声・言語機能に障害のある人専用 FAX042-756-3030

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療所案内

☎042-0120-19-4199

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、休日の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。

救急車を呼ぶか判断に迷ったときは かながわ救急相談センター ☎#7119(24時間) 市外局番が042の固定電話、IP電話の場合 ☎045-232-7119

☎045-523-7119

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

日赤幼児安全法支援員養成講習(全2回)

幼児の事故防止や応急手当ての知識、技術などを学ぶ 時2月9日(日)・16日(日)9時～17時 会あじさい会館 市内在住か在勤・在学の15歳以上 定30人(抽選) 費2,200円 申1月31日(必着)までに、往復はがきか☎に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「日赤幼児安全法支援員養成講習」と書いて日赤相模原市地区本部(生活福祉課内)へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎seikatsufukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp

生活習慣病予防教室 血管年齢測って分かる!生活習慣病予防のヒケツ

血管年齢・体組成の測定や栄養・歯科などの講義を通して、健康的な生活習慣を学ぶ 時2月①13日(木)②28日(金)10時～11時30分 会①ウェルネスさがみはら②緑区合同庁舎 市内在住か在勤の今年度20歳～69歳になる人 定各15人(申込順) ※年度内1回まで参加可 申1月20日～開催日前日に、直接か☎で各保健センターへ。市庁からも可 ①中央☎042-769-8233②緑☎042-775-8816

炎症性腸疾患講演会 患者とその家族のつどい

医師による講話と患者・家族の交流 時2月22日(土)14時～16時 会ユニコムプラザさがみはら 市内在住かIn勤・在学の炎症性腸疾患(潰瘍性大腸炎、クローン病)の患者や家族 定50人(申込順) 申1月20日～2月17日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

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 時3月3日(月)13時30分～15時 会ウェルネスさがみはら 市内在住の妊娠している人 定8人(申込順。妊娠期間中1回のみ受講可) 申込開始1月20日 市コールセンター☎042-770-7777

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 時3月①4日(火)②10日(月)③15日(土)④19日(水)13時20分～16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 妊婦16週以降の初めて出産する人とその家族(1人まで) 定①④各30組②16組③40組(各申込順) 申込開始1月20日 各子育て支援センター①緑☎042-775-8829②緑(津久井担当)☎042-780-1420③中央☎042-769-8222④南☎042-701-7710

ママの心のケアルーム「ママの休み時間」

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」など感じているお母さん同士が語り合い、気持ちを楽にする場 時3月5日(火)10時～11時30分 会ウェルネスさがみはら 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約) 申1月20日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

親子で歯つび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 時3月①5日(火)・26日(水)②7日(金)・25日(火)③11日(土)10時～11時 会①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 令和6年1月～5月生まれの子どもとその家族 定各10組(申込順) 申込開始1月20日 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	3月5日(火)	13時～14時、 14時30分～ 15時30分	南保健福祉センター	令和6年9月・10月生まれの子どもとその家族
	3月7日(木)		ウェルネスさがみはら	
	3月11日(日)		緑区合同庁舎	
②	3月25日(火)	15時30分	ウェルネスさがみはら	6年6月・7月生まれの子どもとその家族
	3月26日(水)		南保健福祉センター	

定各10組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申込開始1月20日 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

認知症高齢者家族の会「友知草の会」による介護相談 ほっとタイム

家族に認知症高齢者がいる当事者が相談に対応 時2月①4日(火)②7日(金)10時30分～12時 会①けやき会館②南保健福祉センター 認知症のある人の家族 ※希望者は直接会場へ 在宅医療・介護連携支援センター

若年性認知症のある人・家族の相談会

専門職、若年性認知症のある人やその家族などが相談に対応 時2月6日(木)14時～16時 会市民会館2階第2会議室 ※希望者は直接会場へ 在宅医療・介護連携支援センター

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
- 情報機器の操作体験
- 視覚障害者情報センターの見学など

最近目が見えにくくなってきて不安なんです



市視覚障害者協会の会員が経験を生かして相談に応じます

時2月4日(火)・20日(木)10時～12時
会視覚障害者情報センター研修室
市内在住かIn勤・在学の人
※希望者は直接会場へ



情報機器の操作体験

視覚障害者用ポータブルレコーダー
録音図書デジを再生する専用の
用具です。音声ガイドで簡単に操作
できます。

録音図書デジとは
1枚で50時間以上録音
できるCDです。
本1冊分を、1枚のCD
に録音できます。

市高齢・障害者福祉課☎042-707-7055

見えない、見えにくい人のための相談と展示会 かなエール

- 生活相談
- 盲導犬体験
- 視覚補助の便利器具の展示や体験など

時2月9日(日)10時～14時

(入場は13時30分まで)

会ユニコムプラザさがみはら

※希望者は直接会場へ



市県民センター☎045-364-0024

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事などの相談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		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	8時30分～17時(祝日等を除く)	津久井保健センター★
火曜日		藤野総合事務所★
水曜日		相模湖総合事務所★
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) 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
2月3日(月)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
2月5日(水)	9時45分 10時30分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
2月6日(木)	11時15分 12時	緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
2月7日(金)		津久井保健センター	緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414
2月20日(水)	13時 13時45分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
2月21日(木)	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

☎1月20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3月①3日(月)②10日(月)③17日(月)④⑨9時～11時30分⑤⑬13時～15時30分 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1月20日 ④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3月11日(火)①9時～11時30分②③13時～15時30分 ②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ☎☎でこども家庭課へ(②③開催日前日まで。市圏からも可) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

①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 ②障害のある乳幼児 ※申込時に日時・会場などを調整 ☎☎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3月14日(金)9時～11時30分 ②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ☎☎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 ①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 ☎☎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2月①10日(月)②17日(月)③18日(火)④①②10時～11時30分⑤⑬13時30分～15時 ①ウェルネスさがみはら②南保健福祉センター③緑区合同庁舎 ④各2人(申込順) ⑤1月20日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①中央☎042-769-8349②南☎042-701-7704③緑☎042-775-8812

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2月①14日(金)②23日(水)10時～15時(各回1時間) ①ウェルネスさがみはら(電話相談も可) ②がん患者やその家族 ③各4組(申込順) ④2月①12日②20日までに、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

くすりの相談

時2月20日(水)13時30分～15時(各回30分) ①ウェルネスさがみはら ②各2人(申込順) ③☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

骨密度測定de骨元気アップセミナー

骨粗しょう症予防の話と骨密度測定 時2月26日(水)9時30分・10時30分・11時30分(各回45分) ①南保健福祉センター ②市内在住か在勤の今年度20歳～70歳になる人 ③各15人(申込順) ④1月21日から、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

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 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 ⑤☎で各保健センターへ ①緑☎042-775-8816②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2月①17日(月)②18日(火)・28日(金)③20日(水)13時～14時 ④①津久井保健センター②南保健福祉センター③ウェルネスさがみはら ⑤かかりつけ医のいない人 ⑥各2・3人(申込順、調整あり) ⑦1月20日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①津久井☎042-780-1412②南☎042-701-7715③中央☎042-769-9806

①思春期相談②ひきこもり相談(精神科医)

①思春期②ひきこもりに関連した相談に対応 時2月17日(月)14時～16時 ③けやき会館 ④①13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 ⑤2組(申込順、調整あり) ⑥1月20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)

飲酒量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談に対応 時2月18日(火)10時～12時 ③けやき会館 ④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 ⑤2組(申込順、調整あり) ⑥1月20日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

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2月19日(水)14時～16時 ③産業会館 ④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 ⑤20人(申込順) ⑥1月20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、その対応を学ぶ 時2月25日(火)13時30分～15時30分 ③市民会館 ④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 ⑤10組(申込順) ⑥1月20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 時2月27日(木)14時～16時 ③けやき会館 ④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 ⑤2組(申込順、調整あり) ⑥1月20日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

献血にご協力ください

はたちの献血



若い皆さんの協力が必要です！

献血キャラクターからのお願いです！

冬は献血をする人が少なくなる季節です。



献血量が少ないと耳が小さくなっちゃう！

血液は長期保存ができません。毎日、安定して患者さんに届けるために、皆さんの協力が必要です。

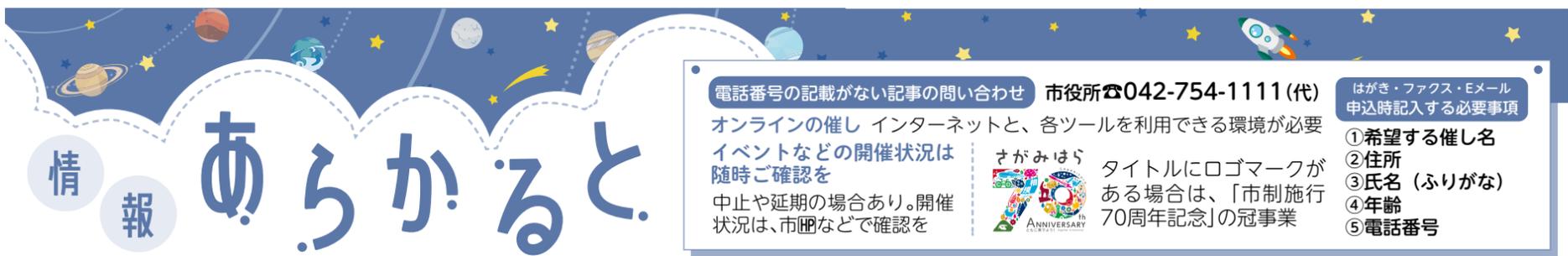


愛の献血

日にち	時間	会場
1月21日(火)	10時～12時、13時45分～16時	市役所前
2月6日(木)		
1月25日(土)	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)
2月9日(日)		
1月26日(日)	10時～12時、13時45分～16時	橋本駅北口
2月2日(日)		ペDESTリアンデッキ下
2月16日(日)		

①16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)

④地域保健課☎042-769-8343



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

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



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

お知らせ

2月から ひばり放送の 夕方のチャイムが17時に

☎2月～10月 チャイム時刻12時・17時 ☎危機管理課

1月31日までに 償却資産の申告を

☎1月1日時点で、事業に使用する資産(建物、軽自動車税・自動車税の課税対象車両などは対象外)が市内にある個人・法人(申告書類は資産がある区ごとに必要)受付窓口資産税課、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 ※eTAX(電子申告)も利用可。新規に事業を始めた人や申告書類がない人は、市 ☎を参照お問い合わせを ☎資産税課

Jアラート(全国瞬時警報システム) 2月12日に試験放送を実施

地震や武力攻撃などの際に、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 ☎2月12日(木)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 ☎危機管理課

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 ☎2月2日(日)7時～13時 ※コースや交通規制区間などは市 ☎を参照 ☎同大会実行委員会事務局(スポーツ推進課内)

女性のための就職相談

①個別おしごと相談 ☎1月24日(金)、2月21日(金)9時30分～10時30分、11時～12時
②おしゃべりマザーズハローワーク 座談会とグループでの意見交換会 ☎2月20日(木)10時～10時30分
【①②共通】☎①ソレイユさがみ、オンライン(ツールはZoom®を使用)②同所 ☎女性 ☎①各1人②5人(各申込順) ☎1月17日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ ☎042-862-0042

納期限は 1月31日(金)

- 国民健康保険税 第8期
 - 市県民税 第4期
- 口座振替の申し込みは 市 ☎が金融機関の窓口へ
ウェブ申し込み、詳しくはこちら▶

看護職復職支援 復職相談会

協力病院の看護部長が個別相談に対応 ☎2月2日(日)9時～13時 ☎ウェルネスさがみはら ☎保健師か助産師、看護師、准看護師いずれかの資格がある人 ☎1月27日までに、直接か ☎、☎、☎に6面上部の必要事項、資格の種別、駐車場の利用有無を書いて市病院協会事務局へ。同協会 ☎からも可 ☎042-755-0531 ☎042-755-0532 ☎sagamihara-h.a3@gaea.ocn.ne.jp

パソコン相談会

書類作成や印刷、検索の仕方など、パソコンの困り事に対応。パソコンは会場で用意(持ち込み可。OSはWindows®) ☎1月25日～3月22日の第2・第4土曜日13時～15時30分(入退場自由。受け付けは15時まで) ☎総合学習センター ☎パソコン初心者 ☎各10人(先着順) ※希望者は直接会場へ ☎生涯学習センター ☎042-756-3443

マンション無料相談

管理組合の運営など、マンションの維持・管理の相談に専門家が対応 ☎2月3日(月)13時30分～16時30分 ☎中央区役所 ☎市内の分譲マンション管理組合の人など ☎3組(申込順) ☎1月20日～29日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

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 ☎2月①6日(木)②13日(木)③20日(木)④27日(木)14時～15時 ☎①③④あじさい会館②南保健福祉センター ☎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 ☎各2組(申込順) ☎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

農林業センサスに協力を

農林業に関する施策などの基礎資料とするための統計調査。対象世帯に調査員が訪問 ☎1月中旬～2月上旬 ☎市内の農林業を営む全ての人 ☎DX推進課

スマホ・パソコンで広報紙

デジタル版「広報さがみはら」を配信中。多言語翻訳や音声読み上げにも対応 ●マイ広報さがみはら ●カタログポケット ※9面下部欄外にある二次元コードから ☎広聴広報課

募集

農地利用最適化推進委員

農地のパトロールやあっせん調整、新規就農者への支援など 任期4月中旬～令和10年3月(現場活動は週2・3日、会議は月1回程度) ☎農地などの利用の最適化の推進に熱意と識見がある人 ☎20人(選考) 報酬月額4万円 ☎農業委員会事務局・同津久井事務所、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(市 ☎にも掲載) ※応募方法などは募集案内を参照 申込期間2月3日～28日(必着) ☎同事務局

会計年度任用職員 福祉専門事務員

身体・知的・精神障害関連の事務、窓口業務など 任期4月1日～令和8年3月31日 勤務月～金曜日(祝日等を除く)のうち週4日で、8時30分～17時15分のうち1日7時間30分 勤務場所南保健福祉センター 報酬月額18万5,300円から(職歴などで決定) ☎パソコン操作(ワード・エクセル初級程度)ができる、次のいずれかに該当する人 ●社会福祉などに関する窓口・相談業務の経験がある ●社会福祉士か精神保健福祉士、看護師の資格がある ☎3人(選考) ※面接あり ☎☎の上、1月20日(必着)までに、市 ☎にある申込書を南高齢・障害者相談課へ ☎042-701-7722

会計年度任用職員 秘書課事務補助員

案内状の入力や文書の整理など 任期4月1日～令和8年3月31日 勤務年124日(祝日等を除く)で、8時30分～17時15分のうち1日5時間30分 勤務場所秘書課 報酬日額6,424円から(職歴などで決定) ☎パソコン操作ができる人 ☎1人(選考) ※面接あり。申し込み方法などは、市 ☎を参照 申込期限1月24日(必着) ☎同課

相模原を記録した写真

市内の自然や街並みなどを写した写真。市民桜まつり会場で展示予定 規格令和6年中に市内で撮影した2L判の写真。額入り不可 応募点数1人10点まで ☎2月28日(消印有効)までに、住所、氏名、電話番号、題名、撮影年月日・場所を書いた紙を作品の裏に貼って、郵送で「写真で相模原を記録する会」の田中さんへ ☎252-0135緑区大島2645-6 ☎042-763-1209

会計年度任用職員 介護事業者指導員

介護保険に関する事業者の指導・監査や相談対応など 任期4月1日～令和8年3月31日 勤務月～金曜日(祝日等を除く)のうち週4日以内で、8時30分～17時30分の1日7時間30分 勤務場所福祉基盤課 報酬日額1万1,872円から(職歴などで決定) ☎次の全てに該当する人 ●介護支援専門員の資格がある ●居宅介護支援・介護予防支援か、介護保険施設での計画作成の業務経験が3年以上ある ☎1人(選考) ※面接あり ☎1月31日(必着)までに、市 ☎にある申込書と資格証の写しを福祉基盤課へ

会計年度任用職員 定期健康診断事務補助員

歯科検診の記録事務と内科検診の補助事務。研修会あり 任期4月～6月 勤務月2～4日で、8時30分～17時のうち指定する1～4時間 勤務場所市立小・中学校など(数校を担当) 報酬1時間当たり1,273円から(職歴などで決定) ☎若干名(選考) ※面接あり(☎2月①3日(月)②7日(金)10時～12時 ☎①緑区合同庁舎②市役所会議室棟) ☎面接日前日までに学校保健課へ ☎の上、履歴書(写真貼付)を持って直接、面接会場へ ☎042-851-3106

図書館の雑誌スポンサー

雑誌購読料を負担し、その雑誌カバーの表紙や裏表紙、雑誌書架に広告を掲出 ☎4月から1年間

掲出場所	問い合わせ
図書館(中央区)	☎042-754-3604
相模大野図書館	☎042-749-2244
橋本図書館	☎042-770-6600

☎企業、商店、商店街組合、学校法人、塾などの団体 ※図書館 ☎を参照お問い合わせを ☎1月21日～2月12日に、図書館 ☎にある申込書と広告案を、希望する掲出場所へ

障害者職業能力開発校新入生

①ビジネスサポート②総合CAD、ITチャレンジ、Web-DTP制作③ビジネス実務、サービス実務④ビジネスキャリア⑤総合実務 ☎神奈川障害者職業能力開発校(南区桜台) ☎①身体(視覚)②身体・精神③精神④身体・知的⑤知的障害のある人 ※教科書代などの自己負担あり。申し込み方法などは、同所 ☎を参照 ☎同所 ☎042-744-1243



朗読と音楽を楽しむつどい

☎2月9日(日)14時～15時30分
☎相模女子大学グリーンホール 多目的ホール
☎小学生以上
☎240人(先着順)
※希望者は直接会場へ

朗読 『羅生門』『蜘蛛の糸』など
音楽 『リベルタンゴ』『動物の謝肉祭』など マリンバ演奏(ピアノ伴奏あり)

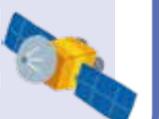
☎相模大野図書館 ☎042-749-2244

研究機関等公開講座JAXAコース

世界初の火星圏からのサンプルリターンミッション～MMX計画～に迫る

☎2月15日(土)14時から
☎会博物館
講師松拓毅さん(JAXA主任研究開発員)
☎100人(申込順)
☎申込期間内に、直接か ☎で生涯学習センターへ。市 ☎からも可 ☎042-756-3443

申込期間 市民先行受付
●市内在住か通勤・在学の人
1月20日～2月10日
●上記以外の人
1月27日～2月10日



イベント

ゆめクラブ相模原作品展

会員が制作した絵画や書道、手芸などの作品を展示 時1月25日(出)~29日(休)9時~16時(29日は14時まで) 会あじさい会館 市老人クラブ連合会事務局(高齢・障害者福祉課内)

文化財保護ポスター展

市内中学生の作品を展示 時1月25日(出)~2月9日(日) 会旧石器ハテナ館 文化財保護課

子どもの遊び場

①出張プレイパーク ハンモックやシャボン玉、木工遊びなどが楽しめる遊び場を設置 時2月1日(出)10時~15時(雨天中止) 会相模原麻溝公園

②えがいてまこう福のタネ ペンキで絵を描き、豆まきで福を呼ぶ 時2月2日(日)11時~14時(予備日2月3日(月)) 会銀河の森プレイパーク(キャンプ淵野辺留保地内)

【①②共通】中学生以下(未就学児は保護者同伴) ※希望者は直接会場へ。内容などは銀河の森プレイパークを参照 子どもの居場所づくり・相模原 ☎070-4497-4588

シルバー人材センター 出張入会説明会

時2月①5日(休)②10日(月)③19日(休)10時~11時30分 会①陽光台公民館②新磯公民館③大沢公民館 各10人(申込順) 申1月20日~開催日前日に、直接か ☎でシルバー人材センター事務局(中央区富士見)へ ☎042-753-7373

花と緑の催し

①森の資源を活用したモルックとクラフト・新割体験 枝拾いの後、ニュースポーツや工作を楽しむ 時2月8日(出)9時~11時30分(雨天中止) 会木もれびの森

②アナベルの挿し木教室 剪定枝を使った挿し木の方法や管理を学ぶ 時2月13日(休)・17日(月)10時~11時30分 会花苗生産センター(中央区田名)

③ミモザのリース 国際女性デー(3月8日)のシンボルフラワーで花飾りを作る 時2月18日(休)10時~11時30分 会けやき体育館

【共通】①市内在住の小学生とその保護者②市内在住か通勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 定①15組②各6人③24人(各申込順) 費①300円②各1,000円③2,800円 申1月30日までに、二次元コードから 市まち・みどり公社 ☎042-751-6624



さがみんキッズパーク

時2月①11日(祝)②28日(金)10時30分・11時30分・13時15分・14時15分(各回45分) 会①青少年学習センター②相模原ギオンアリーナ 対0歳6カ月以上の未就学児とその保護者 定各12組(申込順。1組4人まで) 申①1月22日9時~31日17時②2月3日9時~12日17時に、市 ☎から(1家族1回限り) 会青少年学習センター ☎042-751-0091



ラージボール卓球教室(全4回)

時2月18日(火)・25日(火)、3月4日(火)・11日(火)9時30分~11時30分 会新磯ふれあいセンター 対50歳以上 定15人(申込順) 費2,000円 申1月20日から、直接か ☎、FAXに6面上部の必要事項を書いて同所へ ☎046-255-1311 FAX046-255-1361

森林浴と里山リトリート

たき火や桜の香りの小物作りを体験 時3月3日(月)10時~15時(予備日3月10日(月)) 会つつざわの森(緑区根小屋) 対18歳以上(高校生を除く) 定8人(申込順) 費4,400円(昼食・土産代含む) 申1月20日~2月28日に、☎に6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 会heritagekeeper2021@gmail.com

県障害者スポーツ大会

競技名など	日にち	申込期限
①フライングディスク(身体・知的)	4月13日(日)	2月7日
②陸上(知的)	4月20日(日)	2月14日
(身体)	5月11日(日)	3月3日
③ボウリング(知的)	4月27日(日)	2月21日
④アーチェリー(身体)		

会①②県立スポーツセンター(藤沢市善行)③湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤)④県総合リハビリテーションセンター(厚木市七沢) 対身体・知的障害がある13歳以上(4月1日時点) 会スポーツ推進課、各高齢・障害者相談課、各まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・公民館(沢井を除く)など(市 ☎にも掲載) 申申込期限までに、申込書を郵送で県身体障害者連合会(県社会福祉センター内)か、直接かFAX、☎でスポーツ推進課へ。記入が困難な人は ☎で同課へ 県身体障害者連合会 = 〒221-0825横浜市神奈川区反町3-17-2 スポーツ推進課 = ☎042-769-6140 FAX042-754-7990 会sports@city.sagamihara.kanagawa.jp

映画鑑賞会

上映作品『学校Ⅱ』(1996年/カラー/122分) 時2月14日(金)13時30分~15時32分 会国立映画アーカイブ相模原分館(中央区高根) 対市内在住か通勤・在学の人 定200人(申込順) 申1月22日~2月11日に、市コールセンターへ ☎042-770-7777



講演・講座

パソコン講座無料体験・相談

①パソコン講座②③プログラミング講座④IT版よろず相談(就活攻略から職場のIT化まで)

日にち	時間
①1月21日(火)・22日(水)、2月6日(木)・14日(金)	9時30分、10時30分、11時30分(各回50分、1回のみ)
②1月22日(水)・23日(木)、2月6日(木)	16時、17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)
③1月25日(土)	9時20分、10時30分(各回50分、1回のみ)
④1月22日(水)、2月12日(水)	午前・午後(各回30~50分程度)

会産業会館 対②③小学校3年生~高校生 定①②③各3人④各1組(各申込順) 申1月19日から、☎(9時30分から)で同所教室へ ☎042-704-9888

初級中国語会話教室(全5回)

自己紹介などを中心に、会話の楽しみや文化・慣習を学ぶ 時2月7日~3月7日の毎週金曜日14時~16時 会プロミティふちのべビル(中央区鹿沼台) 定20人(申込順) 費2,500円 申1月20日~31日に、☎で市日中交流協会事務局(国際課内)へ ☎042-707-1569

さがまちカレッジ

①ニューロフィードバック体験講座(全4回) 時3月2日~23日の毎週日曜日10時~12時(23日は13時まで)

②特別講座 薬剤師が教える自分自身で健康になる方法 時3月2日(日)10時~11時30分

【①②共通】会①ユニコムプラザさがみはら②おださがプラザ 対18歳以上 定①20人②35人(各抽選) 費①6,500円 会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2月2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 ☎からも可 ☎042-703-8535

ウィキペディアタウン

周辺の名所などを探訪後、図書館で調べて、ウェブ上のフリー百科事典に記事を作成・編集 時2月15日(出)10時~17時 会橋本図書館 対中学生以上 定10人(申込順) 申1月20日から、「図書館と市民をつなぐ会・相模原」 ☎から 会橋本図書館 ☎042-770-6600



ライフプラン講座

定年後の人生 生活・生きがいを考える年金制度やシニアの再就職などを学ぶ 時2月22日(出)10時~12時 会ソレイユさがみ 対おおむね55歳以上 定20人(申込順) 申1月20日~2月21日に、直接か ☎、☎に6面上部の必要事項を書いて市就職支援センターへ ☎042-700-1618 会shushokushien@sagamihara-city.jp

さくらの接ぎ木講座

時2月22日(出)13時30分~16時 会横山公園 対市内在住で、ナイフなどを安全に使用できる人 定20人(申込順) 費1,000円 申1月20日~2月15日に、FAXか☎に6面上部の必要事項を書いてさがみはら桜守の会の嶋崎さんへ ☎090-6924-0751 FAX042-771-8371 会np0.sagamihara.sakuramori@outlook.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。

●さがみはら防災アドベンチャー 君も防災ヒーローだ! 起震車、煙ハウスなどの体験で防災を学ぶ 時2月11日(祝)11時~19時 会相模台小学校 ※希望者は直接会場へ 会相模原法人会事務局 ☎042-755-3027

●小暮浩史アランフェス協奏曲を弾く スペイン音楽のコンサート 時2月1日(出)13時30分~16時 会もみじホール城山 定200人(申込順) 費1,000円 申 ☎でSUMAKARU研究所へ ☎090-9819-2816

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●登山・ハイキング 時毎週土・日曜日(月12回程度) 会中央線沿線・奥多摩方面の山 会萩生由 ☎080-8117-5756

●合唱(ゴスペル) 時毎月第1・第3水曜日 会大沼公民館 ※見学可 会渡辺 ☎090-4978-5202

さがみはらの湯を満喫しよう

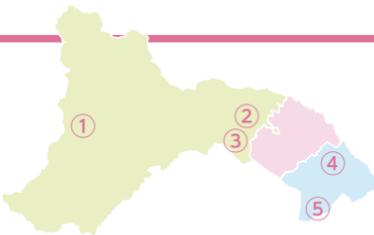


湯めぐりスタンプラリー

5施設のうち2施設のスタンプを集めると、浴室利用が1回分無料になります。 時2月1日(出)~28日(金)

会場	利用時間	電話番号
①藤野やまなみ温泉	10時~21時	042-686-8073
②LCA国際小学校北の丘センター	10時30分~16時	042-773-5570
③老人福祉センター-溪松園	10時~15時	042-761-9291
④老人福祉センター-若竹園	10時30分~15時	042-746-4622
⑤新磯ふれあいセンター	10時30分~16時	046-255-1311

費①各750円②各330円⑤各260円(夜間や子どもなどの割引あり。各会場の ☎を参照か問い合わせを) ※希望者は、会場で配布するスタンプシートを、各会場の浴室利用券と一緒に窓口で提示



③④は入浴料無料 利用できるのは市内か 町田市内在住の 60歳以上の人だけだよ



変わり湯(みかん湯)

時2月3日(月)10時30分~16時 会新磯ふれあいセンター ※希望者は直接会場へ



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 ☎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(申込順)・費用など
単発!ベビーリトミック	2月5日(水)・19日(水)	10時~10時40分	0歳6カ月~1歳3カ月の子どもとその保護者 定各10組 費各900円
単発!親子リトミック		11時~11時40分	1歳4カ月~3歳の子どもとその保護者 定各10組 費各900円
① 単発!ベブリースイミング	2月7日(金)・21日(金)	11時~11時45分	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900円
	2月8日(土)・22日(土)		オムツの取れていない1歳以上の未就学児とその保護者 定各10組 費各900円
単発!親子スイミング★	2月8日(土)・22日(土)	9時30分~10時15分	オムツの取れていない未就学児とその保護者 定各10組 費各900円
② 写経・写仏教室	2月8日(土)	13時~15時	定20人 費1,000円
はじめての陶芸教室(全2回)	2月15日(土)、3月8日(土)	13時30分~15時30分	18歳以上 定12人 費2,000円

※①割引回数券あり。★利用料が別途必要 ①2月1日から、同所から。②1月19日から、直接か☎で同所へ

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今年の干支・へびの絵を描こう
 時2月2日(日)10時30分~11時30分
 - ②映像と音楽で楽しむ機能訓練レクリエーション
 時2月3日~28日の毎週月・金曜日(24日を除く)10時30分~11時20分
 - ③イキイキヨガ教室
 時2月5日(水)・19日(水)10時30分~11時30分
 - ④繭玉でうさぎのお雛様を作ろう
 時2月8日(土)13時~14時
 - ⑤やさしい夜ヨガ教室
 時2月10日(月)・24日(月)19時~20時
 - ⑥ロコモ予防体操&ストレッチ教室
 時2月12日(水)10時30分~11時30分
- 【①②③④⑤⑥共通】※②希望者は直接会場へ ③23歳以上 ④⑤各8人 ⑥各25人(各申込順)②各20人(先着順) ①1,000円②各100円③⑤⑥各500円④700円 ①1月20日~開催日前日に、直接か☎で同所へ

ソレイユさがみ

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

- ①さんかくサロン
 話し合いを通して多様な価値観に触れる場 時2月10日(月)10時~11時30分
 - 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)③絵本と子ども服のリサイクルバザー
 時2月11日(水)10時~15時 ※希望者は直接会場へ
 - ④LGBTQ+クローズドミーティング
 性的少数者(セクシュアル・マイノリティー)やその家族が安心して自分を語れる場 時2月15日(土)14時~16時 ④セクシュアル・マイノリティーやその家族 定16人(申込順) ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) ①1月19日から、直接か☎、FAXに氏名(ふりがな(仮名やニックネームも可))、電話番号、保育希望の有無(希望者は子どもの氏名、年齢)、[LGBTQ+クローズドミーティング]と書いて同所へ。同所からも可
 - ⑤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2月17日(月)10時30分~11時45分 ⑤1歳未満の子どもとその保護者
 - ⑥ワークショップ 人生100年 70・80は華ざかり 年齢にとらわれず、楽しいことに挑戦・体験してみよう(全4回)
 百人一首、マジック、91歳の講師が語る楽しい人生など 時2月18日~3月11日の毎週火曜日14時~16時
- 【①⑤⑥共通】※①⑥未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) ①20人⑤7組⑥25人(各申込順) ①1月19日から、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項、①⑥保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)、⑤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

サン・エールさがみはら

〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665
 FAX042-703-7612 ☒sun-yell@nem-shiteikanri.jp

- ①大人の自転車マナー講座
 自転車利用者の安全意識を高めるマナーを学ぶ 時2月8日(土)10時~11時 定50人(抽選)
 - ②笑いの花咲くさん・えーる寄席 社会人落語と音曲漫談
 笑いを通じた日常のストレス解消、心身のリフレッシュなど 時2月11日(水)14時~15時20分 定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ
 - ③資産運用の基礎知識 NISAとiDeCoどっちがいいの
 将来の資産形成に役立つ知識を学ぶ 時2月16日(日)10時~11時30分 定60人(抽選)
- 【①③共通】①1月31日(必着)までに、はがきかFAX、☒に8面上部の必要事項、Eメールアドレスを書いて同所へ。同所からも可

東林ふれあいセンター

〒252-0311 南区東林間1-22-17 ☎042-745-7660

- リフレッシュヨガ①ステップアップ②ビギナー(全3回)
- ①体を鍛えるパワーヨガ②リラックスできる瞑想など 時3月1日~22日の毎週土曜日(8日を除く)①17時45分~18時45分②19時~20時 ①18歳以上 定各20人(申込順) 費各2,100円 ①1月20日~2月22日に、直接か☎で同所へ

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

- ①繭うさぎ作り
 蚕の繭を使ってうさぎを模した作品作り。市民学芸員が分かりやすく指導 時2月1日(土)11時~15時
 - ②近・現代史講演会 バイオテクノロジーの父 高峰譲吉その多様な人間像
 尾崎行雄が東京市長時代にアメリカへ桜を寄贈するきっかけを作った高峰譲吉博士について 時2月9日(日)13時30分~15時30分 講清水昌さん(高峰譲吉博士研究会理事長)
- 【①②共通】定各200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

ほねごりアリーナ

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

- 3B親子体操(全6回)
 ボール、ベル、バンダー(3B)を使った体操を親子で学ぶ 時2月7日~3月21日の毎週金曜日(2月21日を除く)10時30分~11時30分 ③3歳以上の未就学児とその保護者 定15組(抽選) 費600円 ①1月31日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に8面上部の必要事項を書いて同所へ

けやき体育館

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-753-9030
 FAX042-769-1200

- けやき体育館フェスタ
 車いすバスケットボール、卓球バレーなどのパラスポーツ体験や、ワークショップなど 時2月8日(土)10時~15時 ※希望者は室内履きを持って直接会場へ。手話通訳と要約筆記の対応可(要予約。①1月30日までに、FAXに8面上部の必要事項、手話通訳・要約筆記希望を書いて同所へ)
- 障害者ふれあい文化講座 みんなで歌おう(全2回)
 時2月23日(水)、3月23日(日)10時~11時30分 ④市内在住か在勤・在学・市内障害福祉サービス事業所を利用している障害のある小学生以上 定20人(申込順) ※手話通訳と要約筆記の対応可(要予約)。ボランティア同時募集(定2人(申込順)) ①1月19日~2月10日に、☎で同所へ。電話が難しい人はFAXに8面上部の必要事項、付添者の有無、手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて同所へ

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	対象・定員(申込順)・費用
ボディアタック	毎週土曜日 2月1日～22日	11時30分～12時30分	対16歳以上 定20人 費3,300円
ピラティス	毎週日曜日 2月2日～23日	16時45分～17時45分	対16歳以上 定20人 費4,400円
シェイプアップダンス	毎週火曜日 2月4日～25日	12時30分～13時30分	対16歳以上 定15人 費3,300円
からだ調整ヨガ	(全4回) 毎週水曜日 2月5日～26日	12時30分～13時30分	対16歳以上 定15人 費4,400円
コアエクササイズ		19時～20時	対16歳以上 定15人 費4,400円
はじめてステップ	毎週木曜日 2月6日～27日	12時30分～13時30分	対16歳以上 定15人 費4,400円
はじめてのフラダンス	毎週金曜日 2月7日～28日	11時15分～12時15分	対16歳以上 定15人 費4,400円
ボディバランス		13時45分～14時45分	対16歳以上 定20人 費3,300円
ちびっこ運動★	2月8日(出)	11時～11時50分	対年少・年中 定8人 費550円

申1月25日から(★1月19日から)、直接か☎で同所へ

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
①リラックスヨガ	(全5回) 毎週木曜日 2月13日～3月13日	9時30分～10時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費4,375円
		12時30分～13時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費4,375円
②リフレッシュヨガ	(全5回) 毎週金曜日 2月21日～3月28日 (3月7日を除く)	9時30分～10時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費4,375円
		12時30分～13時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費4,375円
③姿勢改善ヨガ	(全4回) 毎週木曜日 2月13日～3月13日	11時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費4,375円
		毎週金曜日 2月21日～3月28日 (3月7日を除く)	11時～12時
④プリザーブドフラワー イースターアレンジ	初級 中級	毎週水曜日 2月19日～3月19日 (3月12日を除く)	9時～10時 対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費3,500円
			11時30分～12時30分 対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費3,500円
			10時15分～11時15分 対18歳以上(高校生を除く) 定25人 費3,500円
⑤冬のニュースポーツ大会(吹き矢)	2月13日(休)	13時～14時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定24人 費2,800円
⑥福田恭巳さん総合監修スラックライン	2月14日(金)	19時～20時30分	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定24人 費2,800円
	2月16日(日)	13時～14時30分	対小学校4年生以上(小学生は保護者同伴) 定15人 費500円
	2月19日(休)	19時15分～20時45分	対年長以上(小学生以下は保護者同伴) 定20人 費1,000円

申①②③④1月19日～開催日1週間前に、同所☎「イベント&教室」ページから。⑤⑥1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

旧石器ハテナ館

〒252-0245 中央区田名塩田3-23-11 ☎042-777-6371

ミニ展示 遺跡の宝庫さがみはら 相模原の旧石器時代

時2月1日(出)～4月8日(火)9時～17時(4月1日～8日は18時まで)

講演会 田名向原遺跡を語る

田名向原遺跡の歴史とこれからの展望 時2月15日(出)14時～16時 定50人(申込順) 申1月20日～2月14日に、直接か☎で同所へ

図書館(中央区)

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-754-3604

みて・さわって・よんで・あそぼう! 布えほんひろば①布えほんなどの展示②おはなし会

時①1月25日(出)13時～16時、1月26日(日)10時～15時②1月25日(出)13時30分、1月26日(日)11時～13時30分(1回30分程度) 定②各40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

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

オーサーズカフェ 他者の立場に立つ方法 演劇的手法を用いたコミュニティの変容

時1月25日(出)14時～15時 ※希望者は直接会場へ

サーティーフォー相模原球場

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930

①体ががたい人のためのヨガ

時2月5日(休)・19日(休)15時45分～17時

②北里大学体力測定

足首筋力や肺年齢測定、体組成計での測定など。測定結果に基づく解説も実施 時3月4日(火)・5日(水)8時30分、9時30分、10時30分、13時、14時、15時から(各回120分程度)

【①②共通】定①18歳以上(高校生を除く)②65歳以上 定各20人(①申込順②抽選) 費各1,500円 申①1月21日から、☎で同所へ。②2月3日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に8面上部の必要事項を書いて同所へ

相模原のスポーツ選手を応援しよう!



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2月1日(出)14時30分から 会相模原ギオンスタジアム

対戦相手 クボタスピアーズ船橋・東京ベイ

※試合情報は変更となる場合あり。試合日程などはチームの☎を参照

問三菱重工相模原ダイナボアーズ☎042-761-2686

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



市民スケート選手権大会

時2月16日(日)10時30分から 会銀河アリーナ 対市内在住か在勤・在学の人 申込期限2月4日

スポーツネットワーク中学生セミナー①バスケットボール②バレーボール

青山学院大学男子バスケットボール部、女子バレーボール部のスポーツセミナー 時2月22日(出)9時30分～12時 会青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺) 対市内在住か在学の①男子中学生②女子中学生 定①40人②70人(各抽選) 申込期限1月31日(消印有効)

小学生駅伝競走大会

時2月24日(休) 会相模原ギオンスタジアム 対小学校3～6年生で構成されたチーム 費1チーム2,000円 申込期限2月3日(必着) ※時間などは市陸上競技協会☎を参照

中級テニス教室①一般②親子③ジュニア

時2月24日(休)(予備日3月20日(祝)) 会淵野辺公園 対①中学生以上②4歳～小学校

2年生とその保護者③小学校3～6年生 申込期限2月15日(必着) ※時間、定員、費用などは市テニス協会☎を参照

グラウンド・ゴルフ大会

時3月4日(火)(予備日3月11日(火))8時30分～16時30分 会相模原ギオンフィールド 対18歳以上でスコアカードの記入ができる人 費1,000円 申込期限1月31日(必着)

市スポーツ協会の職員を募集

スポーツ事業の企画運営、事務など 定平成2年4月2日以降に生まれた、最終学歴高卒以上の人 定1人(選考) ※勤務条件や必要書類などは、同協会☎を参照 申1月31日(必着)までに、郵送で同協会職員採用担当へ



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12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 282,840人(9減) 男 139,723人/女 143,117人 世帯数 139,544世帯(71増)

ホームページ



南区ページ

Instagram



【公式】
相模原市南区

Facebook



「相模原市南区
区民会議」

南区の魅力満載!!



相模原市
南区ガイドマップ

立ち寄って
みませんか

アンテナショップ sagamix



相模大野駅からデッキでつながるポーノ相模大野の2階には、市内の特産品などを扱う、さがみはらアンテナショップsagamixがあります。スイーツや卵、地元産野菜などの食品からさがみグッズまで、市の魅力あふれるさまざまな商品を取りそろえています。

sagamixでお気に入りの品を見つけよう



所在地 南区相模大野3-2-1
ポーノ相模大野2階

時 10時～21時

問 さがみはらアンテナショップsagamix

☎042-705-8455



市観光協会 印

たまご街道の卵

昔から養鶏が盛んな南区麻溝台地域。「たまご街道」の卵も販売しています。卵を使ったスイーツも人気です。

ブランド卵を各種販売 /



卵の種類で味わいが違うプリンを食べ比べてみてはいかがでしょうか。



谷口台小学校4年2組とのコラボレーション。鳳凰卵の芳醇で卵味の濃いパウンドケーキです。

南区東林間にあるお弁当屋 あさのや



写真は、薬膳の良さと栄養バランスを兼ね備えた「薬膳バランスBOX」。このほか、地元の食材を使い、栄養バランスで日本マタニティフード協会の認定を受けた冷凍お食事セットも販売しています。

地元産野菜

地元で育った新鮮な野菜の味を楽しんでみませんか。



市内各地域のお土産

相模原大風サブレ

天保年間から継承される本市の伝統行事「相模の大風」をモチーフにしたサブレです。

日本一の大きさの大風をモチーフにしていて、表面には「相模」の刻印があり迫力満点です。相模原ならではの土産にぴったりです。



これもおすすめ



風干し
鮎せんべい

はやぶさ2
煎餅



津久井きなこの
ダックワーズ



さがスパ

スパゲティ消費量で全国ナンバーワンとなったこともある本市。ご当地スパゲティとして開発されました。乾麺でありながら生麺のようなもちっとした食感で、ソースにも絡みやすいスパゲティです。

新磯地区でのグリーンスローモビリティ実証運行を紹介します

地域主体でのグリーンスローモビリティの実証運行を新磯地区で実施しています。運行エリア地区内に在住で、移動に困難さを抱えている人は自宅からスーパーやドラッグストアへの往復便を無料で利用できます。

運行エリア

新戸地区 土曜日午後
上磯部地区 水曜日午前
勝坂地区 月曜日午前

下磯部を含む4地区でボランティアドライバーを募集しています

問 新戸地区グリスロ運営委員会代表
建川さん ☎090-2307-2513



問 交通政策課 ☎042-769-8249

白バラ講座

選挙の啓発活動の一環として、選挙の豆知識の話と、音楽レクリエーション講師の音楽健康講座を開催します。

時 2月9日(日)14時～15時30分

会 相模台公民館

定 60人(申込順)

問 ☎で南区選挙管理委員会事務局へ。
二次元コードからも可



問 南区選挙管理委員会事務局 ☎042-749-2117

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12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 166,645人(78減) 男 83,630人/女 83,015人 世帯数 77,502世帯(4減)

市ホームページ内 緑区ページ

緑区特設サイト ホームページ



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



すもうよ緑区

検索

●相模原北公園の梅園を紹介します!

相模原北公園では、12月下旬から3月ごろに、次々と梅の花が咲きます。冷たい空気です外出を控えがちになる季節ですが、春の兆しを見つけに散歩に出かけませんか。

園内マップ



森の関



管理者からの
おススメ!!

樹名板にも注目を!

約100種100本の梅は、それぞれ開花時期が異なります。梅園に来るたびに違った風景が味わえます。すてきな品種名が記載された樹名板を見たことはありますか? 名前の由来に思いをはせながらゆっくり散歩するのはいかがでしょうか。

- 所在地** 緑区下九沢2368-1(駐車場あり)
アクセス 橋本駅南口から
 ●コミュニティバスせせらぎ号「北公園・ほねごりアリーナ前」下車すぐ
 ●神奈川中央交通「上溝(橋34)」「上大島(橋36)」「田名バスターミナル(橋57)」行きに
 乗車、「上中の原団地」下車徒歩5分



相模原北公園

梅園付近拡大マップ

相模原北公園 ☎042-779-5885

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12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 273,929人(63減) 男 136,773人/女 137,156人 世帯数 131,602世帯(82増)

ホームページ

Instagram

Facebook

FMラジオ(83.9MHz)



中央区ページ



【公式】
相模原市中央区



相模原市中央区



大好き!中央区
FM HOT839
(エフエムさがみ)

中央区誕生 15周年が幕開け!

中央区は平成22年4月1日、本市の指定都市移行と共に誕生し、今年で15周年。区では皆さんと共に祝いするため、ロゴマークを決定、冠事業も募集します。区への愛着と誇りをさらに深めてもらえるよう、さまざまな取り組みを企画しますので、今後も区の情報をご確認ください!

15周年記念

ロゴマークはこれだ!



中央区のシンボルマーク

中央区の頭文字の「C」と、区内の9地区を表す数字の「9」を表し、真ん中に桜の花びらを1枚配置することで区のみとまりを表現しています。



15周年記念ロゴマーク

デザインのコンセプト

中央区のシンボルマークのさらなる普及、定着を目指して、15周年の「15」にシンボルマークを組み合わせて、お祝いにふさわしい金色と区のシンボルカラーであるさくら色でデザインしました。



中央区長 菅野克彦

中央区インフォメーションコーナーに15周年巨大ロゴパネルが登場!

15周年を記念して巨大ロゴマークパネルが中央区役所区民課前のインフォメーションコーナーに登場します。これから、どんどんお祝いムードを盛り上げていきますよ!



一緒に盛り上げましょう!

冠事業の募集
をスタート

節目の年を記念し、イベントなどの事業名に「中央区誕生15周年記念」を付けて、一緒に祝う企業・団体などを募集します。記念ロゴマークも併せて活用してください。



冠事業は
こちら



はロゴ
マーク

中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

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!



「さがみはらSAKURA路上アート」 出展者募集

共生社会の推進を図るため、障害の有無にかかわらず、誰もが参加できる路上アート展を開催。ライブペイントやアート市の出展者を募集します。

時 3月30日(日)10時～14時

会 市役所本庁舎前広場

対 アート活動をしている個人

定 20人(申込順)

※展示スペースは約1.5m四方。展示や作品販売に必要な道具と資材は出展者が用意。作品の搬出入対応はイベント当日に出展者が対応

☎2月14日までに、☎でさがみはらSAKURA路上アート実行委員会の金子さんへ ☎090-7902-1193

いろいろな作品を募集

絵画や立体作品など、幅広い分野の作品を、好みの材料で作って展示。当日に会場で制作することもできます。

作品を通して展示会に訪れた人と交流を深めよう!



昨年度の様子

フォトシティさがみはら

私のこの1枚写真展

写真愛好家の皆さんが撮影した、とっておきの1枚を展示します。

時 ①1月17日(金)～30日(休)9時～22時
(最終日は15時まで)

②2月4日(火)～18日(火)8時30分～22時

会 ①ユニコムプラザさがみはら

②ミウイ橋本5・6階インナーガーデン(緑区橋本)



昨年のスポンサー賞
「春爛漫」勝目美保さん

プロの部・アマチュア・ユース・ジュニアの部巡回展

フォトシティさがみはらの受賞作品を展示します。

プロの部

時 1月27日(月)まで(日曜日を除く)10時30分～18時30分
(最終日は15時まで)

会 ニコンプラザ東京 THE GALLERY(新宿区西新宿)

アマチュア・ユース・ジュニアの部

日にち	時間
①1月22日(水)～2月5日(水)	9時30分～20時 (土・日曜日は18時まで)
②1月30日(木)～2月12日(水)	8時～21時
③2月18日(火)～3月2日(日)	10時～21時
④2月26日(水)～3月9日(日)	9時～19時
⑤3月3日(月)～18日(火)	8時30分～17時
⑥3月6日(木)～19日(水)	9時～21時 (最終日は15時まで)



アマチュアの部 金賞
『正月の境内』齊藤延子さん

会 ①図書館(中央区)②きらぼし銀行 相模原支店1階(中央区相模原)③アリオ橋本1階(緑区大山町)④もみじホール城山⑤市役所本館⑥藤野芸術の家

詳しくは
市庁参照



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

