

さがみはら

広報

NO.1428
毎月
1日・15日発行
3/1
2020
令和2年
SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

- 新型コロナウイルス感染症について…………… 2
- 令和2年度の市政運営の基本的な考え方について …… 2
- 市の防災無線 ひばり放送が聞こえなかった時の確認方法 …… 3
- 発見！サガミズーム このまちがスキ …… 16

発行●相模原市 〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号
編集●総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200
ホームページ●<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
携帯端末用●<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

相模原市コールセンター
午前8時～午後9時 年中無休
☎042-770-7777

市の人口 世帯

人口 **722,552人(244減)**
男 361,275人 女 361,277人
世帯 **327,733世帯(221増)**

令和2年2月1日現在。()は前月との増減

相模原市はSDGsを推進します

東京2020大会 ブラジル・カナダ応援隊!

相模原市がホストタウンとなった2国のプチ情報を毎月1日号で市長が紹介します。

ブラジルの家庭料理で、豆、豚肉、牛肉などを煮込み、塩で味を調えて作る「フェイジョアード」。地域によってさまざまな味付けや具材があるようです。

両国の庶民的な料理をご紹介します



相模原市長 本村賢太郎

「プーティン」は、国土の広いカナダのどの地域でも食べられている人気B級グルメです。フライドポテトにチーズの粒とグレイビーソースをトッピングして、フォークを使って食べます。

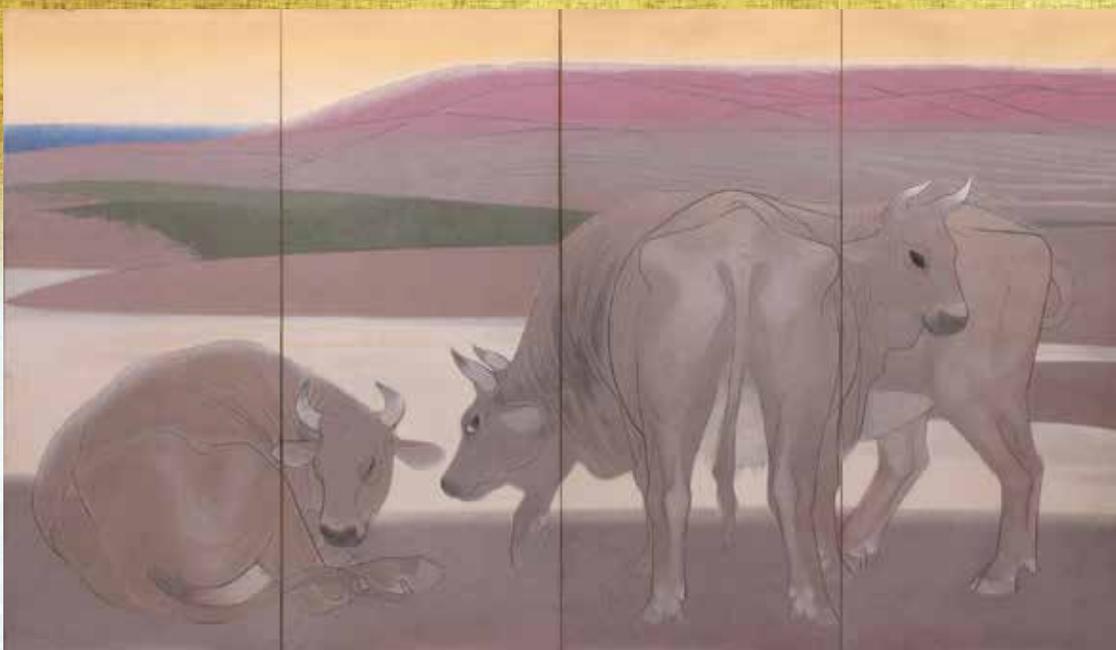
岡オリンピック・パラリンピック推進課 ☎042-851-3248

市収蔵美術品展

3月7日(土)～29日(日)

さがみはらの文化を支えた

日本画家



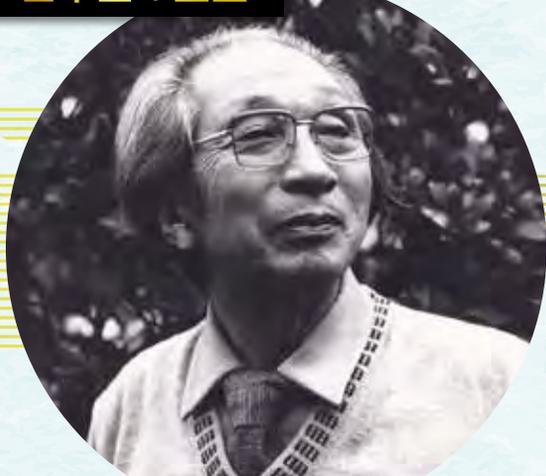
相模原市民ギャラリーで開催する展覧会に合わせ、本市の文化振興に影響を与えた日本画家たちを紹介します。この機会に日本画の魅力と、相模原の日本画家たちの活躍をお楽しみください。

岡相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

『砂丘』(昭和24年)

全8扇(面)でできた左右一対の大屏風です。制作当時は牛の絵(左)しか発表されず、馬の絵(下)は自宅の画室に保管されたまま幻の作品となっていました。数頭の牛・馬が重なり合い、錯覚を起こすような不思議さにとらわれる作品です。今回は「牛」と「馬」を並べて展示します。

日本画の巨匠



岩橋英遠

1903-1999 北海道出身

岩橋さんは少年時代を大自然の中で過ごしますが、20歳の時に画家を目指して上京。故郷とはかけ離れた環境に身を置きます。しかし、まったく絵は売れず、苦労を重ねる中で、31歳で入選した展覧会をきっかけに画家としての頭角を現します。その後、東京藝術大学の教授になり、さらには文化勲章や、本市の市民文化表彰を受けた最初の一人となるなど目覚ましい活躍を重ね、日本画の大家への道を進みました。

画家仲間が見つないだ 相模原との縁

都内に住んでいた岩橋さんは、晩年は静かに自然の中で暮らしたいと考えていました。これを見つけた画家仲間や相模原の文化人たちは、本市への転居を猛烈にアピール。その熱に押されてか、岩橋さんは60歳を超えてから、雑木林に囲まれた南区の一角に住居兼画室を設け、逝去されるまでの30年間を過ごしました。

相模原を彩る緞帳画

市民会館やグリーンホールの緞帳画をご覧になったことはありますか。どちらも富士山や丹沢を背景に、数羽の鶴が優雅に羽ばたく姿が描かれています。ともにホールの開館に合わせて、岩橋さんが原画を描いたものです。



『舞鶴』(市民会館緞帳)

相模原の日本画家について詳しくは8・9面へ

旬の情報をお届け! Hot Info さがみはら



新型コロナウイルス感染症

感染が疑われる場合は、「帰国者・接触者相談センター」へ

市では、危機対策本部体制を取って、国・県・医療機関などとの連携や、正確な情報発信に努めています。

新型コロナウイルスへの感染が疑われる人の相談を専用ダイヤルで受け付けています。相談内容から同感染症の疑いがあると判断した場合、適切な診療を行う医療機関への受診調整を行います。

自分でできる感染予防を

過剰に心配することなく、基本的な衛生管理を徹底しましょう。

こまめな手洗い

- 帰宅後、調理の前後、食事前など
- 流水とせっけんで
- 手の甲、指の間、指先、爪の間、親指や手首も忘れずに

せきエチケット

- せきやくしゃみが出る時は、マスクを着用するかティッシュで口と鼻を押さえる
- 周囲の人から2m以上離れる



詳しくは市ホームページをご覧ください

もしかして新型肺炎?

37.5度以上の発熱など
風邪の症状がある

- 学校や会社を休み外出を控える
- 毎日、体温を測り記録

該当するときは

4日続いたら
相談

2日続いたら
相談

すぐに
相談

高齢者、糖尿病、
心不全など持病
がある人など

強いだるさ、
息苦しさ

帰国者・接触者相談センター

☎042-769-9237

平日 午前8時30分～午後9時
土・日曜日、祝日等 午前9時～午後6時
※上記以外の時間帯は、市役所代表番号(☎042-754-1111)経由で、保健所職員が対応します。

※相談の目安は2月17日現在の内容です。妊娠している人も早めの相談を。

☎042-769-8260

※市内で予定されているイベントの開催状況などについては、市ホームページで随時お知らせしていきます。



希望のたすきを次代へつなぐ 幸せ色あふれるまちをめざして

令和2年度の市政運営の基本的な考え方についてお知らせします

施政方針の全文は各行政資料コーナーや市ホームページで公開しています。

市長が市議会3月定例会議で2年度の市政運営の基本的な考え方を施政方針として表明しました。

3つの重要な視点

1 誰もが安心して 幸せに暮らせるまちづくり

- 台風第19号による被害からの一日も早い復旧・復興
- 偏見や差別のない共生社会の実現

2 市民と進める まちづくり

- 市民と直接向き合い「対話」を重ね、共に進めるまちづくり

3 将来にわたり持続可能な まちづくり

- 行財政構造を抜本的に改革し、将来にわたる、たくましい市政運営の実現

予算案

会計	予算案	前年度比
一般会計	3,072億円	1.6%増
特別会計	2,001億円	4.7%増
合計	5,073億円	2.8%増
公営企業会計	320億円	5.8%増

「新規・拡充事業の凍結」「今後本格化する大規模事業の一時凍結」を原則としつつ、市民生活に直接関わり、すぐに取り組むべき課題への対応や災害復旧、公共施設の長寿命化事業などに必要な経費を計上しました。

重点的な取り組み(抜粋)

- 台風第19号により被災したインフラの復旧と市民生活などの早期再建
- SDGsの推進
- シビックプライドの向上に向けた取り組み
- 人権尊重のまちづくり
- 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の円滑な運営、機運を高めるための取り組み、レガシーの創出
- 安心して妊娠、出産、子育てができる環境づくり
- 学力向上・学力保障に向けた取り組み、支援教育の推進
- 高齢者や障害のある人が住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくり
- 温室効果ガスの排出削減に向けた取り組み

2年度の施策や予算など詳しくは、本紙4月1日号でお知らせします

☎042-769-8203



4月から「相模原市パートナーシップ宣誓制度」が始まります



性的少数者の自分らしい生き方を後押しするとともに、性の多様性について社会的な理解を深めてもらうため、新たな制度を導入します。

◆パートナーシップ宣誓制度とは?

人生のパートナーとして協力し合いながら、継続的に日常生活を共にすることを宣誓した性的少数者とそのパートナーに対して、市が「パートナーシップ宣誓書受領証」や「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。

◆どのような人が宣誓できるの?

- 20歳以上である
- 市内に住所があるか、本市への転入を予定している
- 配偶者(事実婚を含む)がいない
- 宣誓する相手以外の人とのパートナーシップがない など

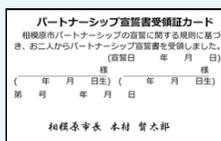
◆宣誓の流れ

- ①宣誓日の予約(3月18日～)**
 - ・原則7日前までに、電話などで予約してください。
- ②宣誓書の提出(4月1日～)**
 - ・二人で直接、パートナーシップ宣誓書や必要書類★を提出してください。
 - ・対象者の要件などを確認します。
- ③受領証などの交付(4月1日～)**
 - ・即日交付を希望する場合は、1～2時間程度かかることがあります。

★必要書類

現住所の確認(住民票の写しなど) 転入予定の確認(転出届など)

配偶者なしの確認(戸籍抄本など) 本人の確認(運転免許証の写しなど)



日常生活などで、二人の関係性を伝えるために活用してください。

多様な性、知っていますか?

性の4つの要素

一般的に、「性」は「男性」「女性」に分けて考えられていますが、性の在り方は多様であるため、右の4つの要素で捉えると理解しやすくなります。

例えば…

- ①からだは男性
- ②こころは女性
- ③好きになるのは女性が多いかな
- ④女性っぽい格好が好き! など



性の在り方は人それぞれ。お互いの違いを理解し、尊重していくことが大切です。

①からだの性
生まれ持った身体的な性

②こころの性
自分自身が感じる心の性

③好きになる性
恋愛感情や性的な関心が向く相手の性

④表現する性
言葉遣い、しぐさ、服装など個人が表現する性

どんな要素があるかは人それぞれ

- からだの性とこころの性が異なる人
- 同性(あるいは両性)を好きになる人
- 自分の性別を男女どちらとも認識しない人 など

☎042-769-8205

市の防災無線 ひばり放送が聞こえなかった時の確認方法

災害発生時、被害状況や避難に関する情報などを市内全域に一齐に発信するひばり放送。屋内にいたり、風雨などで音が遮られ、内容が聞き取れない時は、次の方法でも内容を確認できます。

テレビで確認

3ch
(テレビ神奈川)

リモコンのdボタン

電話で確認

☎0180-994-839

※有料。IP電話からは利用不可

メールで確認

①受付用アドレスに空メールを送信
(☐entry-sagamihara@bousai-mail.jp)



②返信メールの本文に書いてあるリンク先のページから登録

※迷惑メール防止設定をしている場合は、☐sagamihara@bousai-mail.jpを設定から解除してください。返信がない場合やリンク先のページを開くことができない場合は、お問い合わせください。

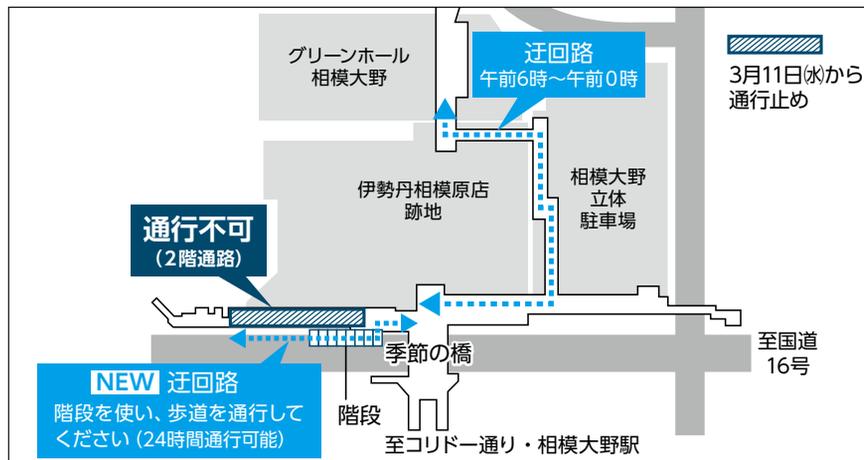
☎緊急対策課 ☎042-707-7044

伊勢丹相模原店跡地の一部が通行できなくなります



3月11日(水)から伊勢丹相模原店跡地(南区相模大野)の一部が通行できなくなります。なお、現在迂回路として利用している相模大野立体駐車場の通行は、引き続き可能です。

※迂回路が変更になる場合は、改めてお知らせします。



☎都市整備課 ☎042-769-8259

原動機付自転車、軽自動車などの廃車申告は4月1日までに



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日時点の所有者に課税されます。

- 車両を所有していない
 - 市外に引っ越した
 - 所有者が亡くなった
- などの場合は、窓口への届出が必要です。

車種	窓口・持ち物
<ul style="list-style-type: none"> 原動機付自転車(排気量125cc以下) ミニカー 小型特殊自動車(フォークリフト、農耕作業車など) 	市民税課、緑・南市民務事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター 廃車の場合 ナンパプレート、標識交付証明書、印鑑 盗難による廃車の場合 標識交付証明書、印鑑、被害届の受理番号 譲渡(市内の人同士の名義変更)の場合 標識交付証明書、新所有者の印鑑、旧所有者からの譲渡証明書
<ul style="list-style-type: none"> 軽二輪車(排気量125cc超250cc以下) 二輪の小型自動車(排気量250cc超) 	関東運輸局神奈川運輸支局 相模自動車検査登録事務所(愛川町大字中津字桜台 ☎050-5540-2037) ※持ち物はお問い合わせください
<ul style="list-style-type: none"> 三輪・四輪以上の軽自動車(排気量660cc以下) 	軽自動車検査協会 神奈川事務所 相模支所(愛川町大字中津字桜台 ☎050-3816-3120) ※持ち物はお問い合わせください

※3月は窓口の混雑が予想されます。時間に余裕を持って手続きをしてください。

☎市民税課 ☎042-769-8297

地域活性化事業交付金 地域を元気にする活動に活用しませんか?

地域の課題解決に向け、自主的に取り組む事業に対して活動費などに充てるための費用を交付します。交付金を活用し、あなたの地域活性化のアイデアを実現してみませんか。

交付期間 4月~令和3年3月

☑各地区の活性化につながる事業を行う、5人以上の団体

優先的に交付する事業

- 自治会への加入促進
- 地域における公共的な活動の担い手育成
- 公共的な活動への参加
- NPO・企業・ボランティア団体などと連携
- 各地区のまちづくり会議で提示した地区特有の課題解決

※対象地区や交付条件など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

☑各まちづくりセンターにある申請書(市ホームページにも掲載)と必要書類を活動予定地区のまちづくりセンターへ

※提出期限や優先的に交付する事業の地区特有の課題は、地区ごとに異なります。



💡 申込前に相談を

- ・事前に事業内容などを活動予定地区のまちづくりセンターへ相談してください。
- ・特に、4・5月に事業を予定している場合は、早めにご連絡ください。

☎市民協働推進課 ☎042-769-8226

音楽に親しもう

希望者は直接会場へ

🥁 鼓笛まつり みんなでつくろう鼓笛のひびき

市隊が、**コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。**
 時 3月8日(日)午前10時30分~午後4時
 会 市民会館

☎青少年学習センター ☎042-751-0091

🎵 市青少年少女合唱団 定期演奏会

小学生から高校生までの団員が、オリジナル曲などを合唱します。
 時 3月22日(日)午後1時30分~3時30分
 会 社のホールはしもと
 定 300人(先着順)

🎷 相模女子大学 マーガレットコンサート

相模女子大学と同大学中学部・高等部の吹奏楽部が、誰でも楽しめる曲を演奏します。
 時 3月22日(日)午後1時30分~4時
 ※午後1時からロビーコンサートあり
 会 相模女子大学グリーンホール(市文化会館)
 定 1,000人(先着順)
 ☎相模女子大学吹奏楽部 ☎090-8316-1792



旬の情報をお届け!

Hot Info さがみはら

イベント 春の訪れを感じてみませんか

川尻財産区 本沢梅園一般開放

約3haの園内で、白い花を付けた約1,000本の梅の木が堪能できます。

時 3月15日(日)まで

午前9時30分～午後3時30分

会 本沢梅園(緑区川尻)

※城山発電所そば、無料駐車場あり

交通 橋本駅南口から「若葉台住宅」行きバス終点下車、徒歩約30分

関市コールセンター ☎042-770-7777



初めての自然観察会 春編

～春がやって来たヨ!

目立たない花も見てみよう～

草花を観察しながら公園を散策します。

時 3月14日(土) 午前9時30分～正午

会 県立相模原公園

集合場所 同公園管理事務所前

対 小学校4年生以上

定 20人(申込順)

申 3月13日までに、直接か電話、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、環境情報センター(☎042-769-9248 ✉kankyo@eicwits.com)へ

阿津の桜を見に行こう

早咲きで有名なカワツヅクラを見に、相模湖地区の阿津を訪れてみませんか。

見頃 3月15日(日)～20日(祝)〈予定〉

※開花状況により変更になる場合があります。

会 相模湖林間公園入り口周辺からさがみ湖リフレッシュセンターまでの川沿い

会 相模湖まちづくりセンター

☎042-684-3240



イベント みんなで応援に行こう! 相模原クロスカントリー大会

トップランナーたちによる熱いレースのほか、特別ゲストのトークショーなども開催します。

時 3月14日(土) 午前9時～午後4時

会 相模原ギオンスタジアム(ジョギングコース、ウッドチップコース)

箱根駅伝で青山学院大学が3連覇したときの中心的メンバー

一色 特別ゲスト

トークショー

時 午後0時45分

サイン会

時 午後1時25分

クロスカントリーとは、起伏の激しいコースや自然の中を走ってタイムを競い合う、過酷な競技です。

新型コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。



※観戦希望者は直接会場へ
※当日のコースや競技の時間など、詳しくはお問い合わせください。

関市体育協会 ☎042-751-5552

3月12日(木) は世界腎臓デー

健康 新たな国民病 慢性腎臓病(CKD) 減塩生活や健康診査で防ぎましょう

慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の機能が慢性的に低下している状態です。予防には、塩分の取り過ぎに注意するなど、日頃から規則正しい生活を送ることが大切です。

成人の約8人に1人がかかる病気です

慢性腎臓病(CKD)

①腎機能(eGFR)が60ml/分未満

②タンパク尿がみられる

①②のいずれか、両方が3カ月以上持続した状態

※放置すると、心筋梗塞や脳卒中、人工透析などのリスクが高まります。

まずは健診結果をチェック!

最近受けた健康診断の結果で数値を確認しましょう。 ※早期にCKDを発見するには、定期的に健康診断を受けましょう。該当する人は、かかりつけ医を受診してください。

予防には…減塩が効果あり

1日当たりの塩分の目安

男性7.5g未満
女性6.5g未満



みそ汁1杯
塩分約2g



漬け物
塩分約1.6g

出典:「日本人の食事摂取基準(2020年版)」

関健康増進課 ☎042-769-8322

募集 市職員を募集

採用予定日 令和2年6月1日・7月1日以降

選考区分	職務内容
①医師(医療政策担当) 課長級<任期付>	地域医療に係る総合的な政策の企画・立案、情報収集・分析、調査研究と医療関係団体との調整など
②行政(債権回収担当) <任期付短時間勤務>	国民健康保険税、介護保険料、保育所保育料などに係る滞納整理(納付相談、財産調査、滞納処分等)の業務など
③行政(家屋調査員) <任期付短時間勤務>	市内の家屋などの調査、所有者への課税に係る説明など ※日常業務で公用車を運転する場合あり

応募資格 ①次の全てに該当する人

○医師免許がある。ただし平成16年以降に医師免許を取得した人は、医師法第16条の2に規定する臨床研修を修了している

○医師免許取得後、令和2年3月31日までに10年以上の臨床経験(臨床研修期間を含む)がある

採用予定日 ①6月1日②7月1日以降

定 ①1人②3人③10人程度

任期 採用日から①③4年3月まで②3年間

※詳しくは、職員課、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)などにある受験案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

申 3月16日(消印有効)までに、受験案内に付いている申込書などを郵送で、職員課(☎042-769-8213)へ

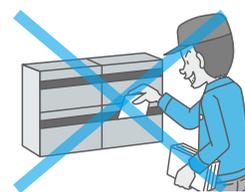
ごみ その捨て方ちょっと待って! 違法な不用品回収業者を利用しないでください

市のルールに基づき、家庭から出る不用品は、市や委託業者が回収しています。無許可でテレビや冷蔵庫などの不用品を回収する違法業者を利用しないでください。

違法業者の代表的な宣伝方法



拡声器による案内



チラシによる宣伝



ネット広告

こんなトラブルも起きています

○無料と思っていたら、後で有料と言われた
○不用品が適正に処分されなかっただけでなく、本人が不法投棄をしたと疑われてしまった



分別戦隊 シゲンジャー銀河

スマートフォンで手軽にごみや資源の分別が分かるアプリ
ごみの捨て方の品目別検索や、分別・出し方のポイントがわかります!



Android版



iOS版

関廃棄物指導課 ☎042-769-8358

Sports & Culture

ホームタウンチームを応援しよう!

三菱重工相模原ダイナボアーズ(ラグビー・トップリーグ)

日にち	開始時間	会場	対戦相手
3月15日(日)	午前11時30分	秩父宮ラグビー場(港区北青山)	リコーブラックラムズ

☎三菱重工相模原ダイナボアーズ ☎042-761-2686

SC相模原(サッカー・J3リーグ)

日にち	開始時間	会場	対戦相手
3月8日(日)	午後1時	相模原ギオンスタジアム	藤枝MYFC
3月15日(日)			FC岐阜
3月29日(日)			ガイナレ鳥取

☎SC相模原 ☎042-810-7777

ノジマステラ神奈川相模原(女子サッカーなでしこリーグ1部)

日にち	開始時間	会場	対戦相手
3月28日(土)	午後1時	相模原ギオンスタジアム	ジェフユナイテッド市原・千葉レディース

☎ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881

川島選手にインタビュー詳しくは16面へ

※その他の試合日程など詳しくは、各チームホームページをご覧ください。

みんなで歩こう 麻溝公園のクリスマスローズ(12km)

☎3月13日(金)〈小雨決行〉
集合 午前9時20分=上矢部公園
解散 午後1時30分ごろ

コース 上矢部公園→淵野辺公園→相模原麻溝公園前→相模台小入口→小田急相模原駅

費500円

※希望者は、昼食、飲料水、雨具を持って、直接集合場所へ

☎市ウォーキング協会(午後6時まで) ☎090-4134-5808



「青学×緑が丘スポーツフェスティバル」～緑が丘から繋ぐスポーツの「輪」～

青山学院大学緑が丘グラウンドで活動する同大学アメフト部、硬式テニス部、サッカー部、ラグビー部、ラクロス部などの学生と市民が、スポーツ体験を通じて交流を深めます。

☎3月20日(祝) 午前10時～午後3時(雨天時は3月21日(土)に順延)

☎同大学緑が丘グラウンド(中央区緑が丘)

☎市在住か在勤、同大学のスポーツ活動に関心のある人

※希望者は直接会場へ

※駐車場はありません。来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

☎青山学院大学相模原事務部学生生活課 ☎042-759-6004

図書館の催し 春の大きなおはなし会

※保護者の同伴可。希望者は直接会場へ

相模原分館
☎046-255-3315

人形劇『はらぺこあおむしの変身』、絵本の読み聞かせ

☎3月18日(水) 2・3歳児向け=午前10時30分～11時、4歳児～小学校3年生向け=午後3時30分～4時

☎各50人(先着順)

相模大野図書館
☎042-749-2244

パネルシアターや大型絵本の読み聞かせなど

☎3月24日(火) 午後3時～4時

☎2歳児～小学生

コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

橋本図書館
☎042-770-6600

人形劇『おむすびころん』、わらべうた遊びや大型絵本の読み聞かせなど

☎3月26日(木) 2・3歳児向け=午後2時～2時45分、4歳児～小学生向け=午後3時30分～4時15分

☎市のホールはしもと 多目的室
☎各150人(先着順)

人形劇『うらしまたろう』、大型絵本の読み聞かせなど

☎3月27日(金) 2・3歳児向け=午前11時～11時30分、4歳児～小学校3年生向け=午後3時～3時45分

☎各50人(先着順)

迷宮クイズラリー～センターからの挑戦状～

あそびの学校で、楽しいクイズラリーを実施します

☎3月15日(日)

☎青少年学習センター

☎市内在住か在勤

☎希望者は直接会場へ

☎青少年学習センター ☎042-751-0091

コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。



女子美術大学 大学院博士前期課程 修了制作作品展

修了生41人が制作した、絵画、立体、空間芸術などの作品の数々を紹介します。

☎3月8日(日)～12日(木) 午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

☎女子美アートミュージアム(南区麻溝台)

☎女子美アートミュージアム

☎042-778-6801



角川 真穂子「2:37 AM」/©末正 真礼生

市立博物館で楽しく学ぼう

津久井城跡市民協働調査10周年記念 考古企画展「真・津久井城展～戦国の世に黄金を生む城～」

☎3月14日(土)～5月6日(木) 午前9時30分～午後5時

展示解説

☎3月22日(日)、4月19日(日)、5月6日(木) 午前11時～11時30分



津久井城跡庭園遺構

担当学芸員が語る津久井城座学「真・津久井城～資料を見直してみたら…～」

☎3月29日(日) 午後2時～4時 ☎200人(先着順)

※希望者は直接会場へ

市史講演会「戦後世界史のなかのキャンプ座間」

占領政策の転換により誕生した座間キャンプの歴史を、グローバル視点から語ります。

☎3月21日(土) 午後2時～4時

☎栗田尚弥さん(元市史)

☎希望者は直接会場へ

3月のさがみはら宇宙の日 はやぶさ2トークライブ シーズン2 in 相模原

はやぶさ2プロジェクトチームの講師が「リュウグウ探査結果」や「リュウグウ周りで『はやぶさ2』ナビゲーション」についてお話しします。

☎3月22日(日) 午後2時～4時

☎吉川 真さん(JAXA宇宙科学研究所准教授)ほか

☎180人(申込順)

☎3月3日～21日に、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

☎市立博物館

※月曜日(5月4日を除く)、4月30日(木)は休館

☎市立博物館 ☎042-750-8030

さがみはら地域づくり大学 受講生募集 仲間と一緒に魅力あふれるまちづくりを学ぼう

地域活動や市民活動を行うために必要な知識や技術を学べるプログラムです。

☎ユニコムプラザさがみはら ほか

☎15歳以上(中学生を除く)

☎各20人(抽選)

☎各1,900円(基礎・応用各コース(5講座)7,500円)

※内容など詳しくは、同所ホームページをご覧ください。

※基礎・応用の各コースで必修3・選択1講座以上を受講した人には、修了証を交付します。

申込書記布場所

各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館



コース	講座名	開講時期
基礎 (水曜日午後)	必修 協働とは何か～地方分権と協働～	6月上旬
	相模原を知ろう、学ぼう	7月上旬
	さまざまな協働のかたち	10月上旬
応用 (土曜日午後)	選択 市民活動のための法律入門～市民と行政のミカタ～	11月上旬
	さがみはらのチカラ～シティセールスを磨く～	12月上旬
	必修 団体運営のコツ～マネジメントから資金調達まで～	6月上旬
必修	地域づくりのためのファシリテーション	7月上旬
	情報の伝え方講座～見極めと伝える～	10月上旬
	選択 アサーティブトレーニング～自分も相手も大切にす るコミュニケーション～	11月上旬
選択	子どもを育む地域力アップ講座	12月上旬

☎5月9日(必着)までに、申込書(同所ホームページにも掲載)を直接か、ファクスでユニコムプラザさがみはら(☎042-701-4370)へ

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



相模原市コールセンター

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

みんなのすこやかナビ

省略 記号の見方
 主な会場や申し込み・問い合わせ先はこちら

- 主な実施会場**
- 緑 緑区合同庁舎 緑区西橋本5-3-21
 - 橋 シティ・プラザはしもと 緑区橋本6-2-1
 - 城 城山総合事務所 緑区久保沢1-3-1
 - 津 津久井保健センター 緑区中野613-2
 - 湖 相模湖総合事務所 緑区与瀬896
 - 藤 藤野総合事務所 緑区小淵2000
 - ウ ウェルネスさがみはら 中央区富士見6-1-1
 - け やき会館 中央区富士見6-6-23
 - 南 南保健福祉センター 南区相模大野6-22-1
 - べ 橋本駅ペDESTリアンデッキ下 緑区橋本
 - 市 市役所前 中央区中央2-11-15
 - コ 相模大野駅前通り(コリドー通り) 南区相模大野

- 申し込み・問い合わせ**
- 緑高齢者相談課 ☎042-775-8812
 - 中央高齢者相談課 ☎042-769-8349
 - 南高齢者相談課 ☎042-701-7704
 - 疾病対策課 ☎042-769-8260
 - 健康増進課 ☎042-769-8322
 - 緑保健センター ☎042-775-8816
 - 緑保健センター(津久井) ☎042-780-1414
 - 中央保健センター ☎042-769-8233
 - 南保健センター ☎042-701-7708
 - こども家庭課 ☎042-769-8345
 - 緑子育て支援センター ☎042-775-8829
 - 中央子育て支援センター ☎042-769-8222
 - 南子育て支援センター ☎042-701-7710
 - 精神保健福祉センター ☎042-769-9818
 - 市コールセンター ☎042-770-7777

すこやかナビもくじ
 6面……たのしく子育て
 あんしん保健福祉
 7面……いきいき健康相談

たのしく子育て

妊娠・出産
マタニティオーラルセミナー
 ～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～
 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・体験、歯科健康診査などを実施
 時 4月22日(水) 午後1時30分～3時30分
 会 南
 対 市内在住の妊娠中の人(経産婦可。妊娠期間中1回受講可)
 定 12人(申込順)
 ※子ども同伴可(保育なし)
 申 4月21日までに⑮

ハローマザークラス(全2回)
 妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	会場	申込
4月10日(金) ・17日(金)	ウ	⑮
5月12日(火) ・19日(火)	緑	

時 午後1時30分～4時
 対 妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族

未就学児
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実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
4月3日(金)	ウ	各20組	⑮
4月28日(火)			
4月8日(水)	南		
4月17日(金)			
4月7日(火)	緑	30組	

時 午前10時～11時15分
 対 平成31年2月～令和元年6月生まれの子とその家族

あんしん保健福祉

補装具更生相談(肢体不自由・聴覚障害)
 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

相談名	日にち	会場	窓口・お問い合わせ
肢体不自由 (電動車椅子を除く)★	4月16日(木)	南	緑障害福祉相談課 ☎042-775-8810
	5月21日(木)		中央障害福祉相談課 ☎042-769-9266
	4月20日(月)	あじさい会館	南障害福祉相談課 ☎042-701-7722
	5月18日(月)		城山保健福祉課 ☎042-783-8136
	5月25日(月)		津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
聴覚障害	4月15日(水)	南	相模湖保健福祉課 ☎042-684-3216 藤野保健福祉課 ☎042-687-5511 ファクスの場合は、障害者更生相談所 FAX042-750-6150

母子健康手帳と筆記用具を持参してください

ぴよぴよサロン
 約2,000g未満で生まれたか、運動発達が遅やかな乳幼児とその家族の交流サロン

日にち	時間	会場	申込
3月27日(金)	コロナウイルスで中止		
4月3日(金)	午前10時	南	⑬
4月10日(金)	～11時	ウ	⑫

 対 乳幼児とその家族
 ※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要(3月2日から)

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 4月8日(水) 午前10時～11時30分
 会 南
 対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
 申 3月2日から⑩

バンビのぼれぼれ広場 講座
子どもの応急手当て
 人形を使った心肺蘇生、AED(自動体外式除細動器)の使い方など、小さい子どもの応急手当てを体験
 時 3月19日(水) 午前10時～正午
 会 バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)
 対 3歳以下の乳幼児の保護者
 定 10人(申込順)
 申 直接か電話(月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時)、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの年齢、電話番号を書いて、同広場(☎042-776-2286) famisapobambino@gmail.com)へ

子育て広場たんとう 和光大学共催
現代の子育てで大切にしたいこと
 ～自分の心を見つめてみよう～
 時 3月28日(土) 午前10時～11時30分
 会 ユニコムプラザさがみはらセミナー ルーム2
 講 瀬早百合さん(和光大学現代人間学部教授)
 対 乳幼児の保護者か妊娠中の人とその家族
 定 100人(申込順)
 申 3月21日までに、Eメールに氏名、子どもの年齢(月齢)、電話番号、Eメールアドレス、件名に「子育てセミナー」と書いて、同大学企画室(☐event@wako.ac.jp ☎044-989-7478)へ

**急病などで
困ったときは**
まずはかかりつけ医・
歯科医へ。休診の場合は
右記の問い合わせ先へ
(電話番号をよく確かめて)

医科 相模原救急医療情報センター
☎042-756-9000
月～金曜日(祝日等を除く)
午後5時～翌朝9時
土曜日 午後1時～翌朝9時
日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時
※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は
行っていません。

歯科 相模原口腔保健センター
☎042-756-1501
日曜日 午前8時45分～11時30分
※事前に連絡をしてから受診してください。
接骨 休日当番柔道整復施療所案内
☎0120-19-4199
日曜日、祝日等 午前9時～午後5時

精神科 精神科救急医療情報窓口
☎045-261-7070
月～金曜日(祝日等を除く)
午後5時～翌朝8時30分
土・日曜日、祝日等
午前8時30分～翌朝8時30分
(翌日が平日の場合、受け付けは翌朝8時まで)
※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、
精神科医療機関を紹介します。
※必ず紹介することを約束するものではありません。

いきいき健康相談

お申し込み・お問い合わせは
3月2日から(15を除く)

省略記号の見方は6面をご確認ください。

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
成人健康相談 母子保健相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分 ～午後5時 (祝日等を除く)	緑	⑨	成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子ども の健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※津湖藤城は来庁相談のみ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日		南		
	火曜日		津		
	水曜日		湖		
	金曜日		藤		
大人の食生活 相談 (栄養士等)	4月6日(月)	午前9時 9時30分 10時 10時30分 11時 11時30分	南	⑦	生活習慣病予防などに関する 食生活の相談 持ち物 食事内容のメモ、健診 結果(持っている人)
	4月7日(火)		津		
	4月8日(水)		湖		
	4月17日(金)		緑		
	4月20日(月)		南		
	4月27日(月)		南		
母と子の 栄養相談 (管理栄養士等)	4月10日(金)	午前9時 ～11時30分	緑	⑪	乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳
	4月13日(月)	午後1時 ～3時30分	南	⑬	
	4月20日(月)	午前9時 ～11時30分	湖	⑫	
不妊・不育 専門相談	4月14日(火)	〈電話相談〉 時 午前9時～11時30分 問⑩			
		〈面接相談〉 時 午後1時～3時30分 会 湖 申 4月13日までに⑩			
HIV(エイズ) 等の 検査・相談	3月7日(土)	午後2時 ～3時45分	橋	④	HIV(エイズ)、性器クラミジア、 梅毒に関する検査・相談 (無料。匿名) 定 各12人(申込順)
	3月21日(土)				
	3月10日(火)		湖		
	3月24日(火)		湖		
がん体験者による無料相談 がんピアサポート	①3月13日(金)	午前10時 ～午後3時	南	⑤	がん体験者による自らの体験を基 にした相談 対 がん患者やその家族 定 各4組(申込順。各組1時間) 申 3月①11日②18日までに⑤
	②3月22日(日)		湖		
もの忘れ相談	3月24日(火)	午前10時～正午	湖	②	医師によるもの忘れ相談 定 各2組(申込順)
くすりの相談	3月19日(木)	午後1時30分 ～3時	湖		定 各2人(申込順。各回30分) 申 市薬剤師会 ☎042-756-1502
かんばん～ 歯科健診 (歯科医)	会 緑 湖 南 藤 津 湖 藤			⑩	対 障害のある乳幼児 ※日程はお問い合わせください。

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
歯科健康相談 (歯科衛生士)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時 ～午後3時30分	湖	⑤	ブラッシング方法など歯のお手 入れに関する相談や、すぐに測 れる口の元気チェック ※申込時に日時、会場を調整し ます。
思春期・ ひきこもり 特定相談 (精神科医)	3月19日(木)	午後2時～4時	湖	⑭	対 思春期相談 13歳～17歳の 精神的な問題を抱える人と その家族 ひきこもり相談 18歳以上の 引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)
精神 保健相談 (精神科医)	3月11日(水)	午後1時～2時	湖	⑭	こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がいない人 定 各2・3人(申込順。調整あり) 申 会場ごとに各担当課へ 湖…中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 南…南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 津…津久井保健福祉課 ☎042-780-1412 緑…緑障害福祉相談課 ☎042-775-8811
	3月24日(火)				
	3月13日(金)				
	3月16日(月)				
	3月17日(火)		午後2時～3時		
みんなの アルコール 相談 (精神科医)	3月17日(火)	午前10時～正午	湖	⑭	お酒の量を減らしたい、家族 の飲み方が心配などの相談に 専門医などが対応 対 市内在住か通勤でアルコー ルに関する心配がある人とそ の家族 定 2組(申込順。調整あり)
精神科 セカンド オピニオン 外来	3月26日(木)	午前10時～正午	湖		対 精神科治療中で、自身の治療方 針について主治医以外からの意見 を求める人 ※医療過誤や訴訟に関する相談な どは受け付け不可 定 3人(抽選) 費 2,000円 申 3月10日までに⑭
家族のための コミュニケーション教室 「ガーベラ」	3月18日(水)	午後2時～4時	市民会館	⑭	家族間コミュニケーションを テーマに家族問題についての 理解を深め、対応を学ぶ 対 引きこもりの状態にある人・ アルコールや薬物などの問題 がある人の家族 定 30組(申込順)
アルコール・ 薬物・ ギャンブル等 家族教室 「サブリ」	3月23日(月)	午後2時～4時	湖	⑭	アルコール・薬物・ギャンブル などの問題を理解し、その 対応について学ぶ 対 市内在住か通勤でアルコー ル・薬物・ギャンブルなど の問題がある人の家族 定 10組(申込順)
愛の献血	3月10日(火)	午前10時～正午 午後1時30分 ～4時	市	⑮	対 16歳～69歳の健康な人(65歳～ 69歳の人は、60歳～64歳の間に 献血経験が必要) 所要時間 40分程度 ※本人確認をしています。 問 地域保健課 ☎042-769-8343
	3月31日(火)				
	3月14日(土)		湖		
	3月15日(日)		湖		
	3月28日(土)	午後10時30分 ～正午 午後1時30分 ～4時	湖		

もっと知りたい!

さがみはらの日本画家

市内には数多くの日本画家がいますが、ここでは市民ギャラリーの展覧会に合わせ、院展系の画家に焦点を絞って紹介します。

「院展」は国内最大級の日本画団体「日本美術院」の公募展です。岩橋さんたちが若者だった頃は、日本画家として世に認められるために、こうした権威のある公募展で入選を重ねる必要がありました。高校球児が甲子園を目指すように、日本画家を目指す若者たちは、院展に挑戦していたのです。

日本画って?

布に油絵の具で描いた絵を「洋画」、紙や絹に岩絵の具や墨で描いた絵を「日本画」と呼んでいます。洋風なものが描かれていても、岩絵の具で描かれていれば「日本画」になります。

3人の院展画家を生んだ「湘雲画塾」

仲間 × ライバル物語

湘雲画塾は日本画家・片野湘雲さんが、昭和5年、故郷の上溝に開いた絵画私塾です。画家を目指す7~8人の若者がそこで学んでいました。当時、塾生たちのレベルの高さに他の町の画家たちが驚いたといわれています。

相模原百景を描いた



湘雲画塾

吉川啓示

1910-2006 上溝出身

警察官を務める傍ら日本画を勉強。若い頃は「おまわりさん画家」と呼ばれていました。院展には洋風な建物の作品を多く出品していましたが、相模原の名所旧跡などを淡色の水墨で描いたスケッチなども多く残しています。



湘雲画塾

山本松枝

1914-1986 下九沢出身

双子姉妹の日本画家

双子の妹・梅枝と共に女子美術専門学校(女子美術大学)で本格的に日本画を学びました。梅枝さんは早々に筆をおきますが、松枝さんは、日本を代表する女性画家の小倉遊亀さんに師事し、何気ない日常の仕草を見せる女性をさわやかに描く画家となりました。のちに松枝さんは高齢者福祉施設で絵を教えるようになりますが、志半ばで逝去。その跡を継いだのは、80歳を超えて再び筆を握った妹の梅枝さんでした。



「菜園」(昭和54年)

行動力あふれる鎮魂の画家



湘雲画塾

伊藤弘人

1916-1988 上溝出身

若い頃から抜群のセンスを發揮。戦後いち早く絵画愛好会を立ち上げるなど、行動力も備えていました。若い頃は温かみのある農村風景などを描いていましたが、晩年は石仏や古墳など、鎮魂をテーマにした作品を主に手掛けています。

仲間 × ライバル ① 吉川啓示 × 伊藤弘人 感涙の祝宴

二人そろって院展に挑戦する中、先に入選したのは吉川さんより6つも年下の伊藤さん。画塾の最年長で湘雲の一番弟子を自負していた吉川さんはガッカリ。その後も伊藤さんは入選を続け、吉川さんは落選を重ねます。二人の間に気まずい空気が流れていました。しかし、ある公募展の発表を見に上野まで出かけた二人。そこには吉川さんの名がありました。伊藤さんも自分のことのように大喜び。その晩、二人は相模原駅前にたった1軒だけあった居酒屋でたかに飲み、急な雨の中、ずぶぬれで肩を組み、大声で歌いながら帰路に就きました。二人のわだかまりがなくなった瞬間でした。

ベテラン画家となっても二人の仲は続きました。伊藤さんは生涯学習講座「あじさい大学」の講師などを務めていましたが、病に倒れ帰らぬ人となります。その跡を引き継いだのが吉川さんでした。同じ画塾で学んだ二人は、やがて同じ講座などを通して、300人を超える生徒たちに日本画の魅力を伝えました。

仲間 × ライバル ② 吉川啓示 × 山本姉妹 驚きの写生画

吉川さんは山本姉妹が湘雲画塾に入門して以来、美術学校で学んだ人たちの絵がどういふものか、気になって仕方がありません。そこで意を決して訪れた山本家で見た二人の絵にビックリ。そこには花や草がまるで写真のように精密に描かれていました。専門に学んだ人たちの絵とはこんなにうまいのか、と驚き触発された吉川さんは、写生の重要性を改めて知り、その日から必死に写生に取り組みしました。

相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

相模湖を愛した日本画家

咲き誇る花を描いた



石井了

1927-2018 旧相模湖町出身

武蔵野美術学校(武蔵野美術大学)で学び、美術教師として地元の中学校で教鞭を執る傍ら、日本画家として豪華に花開く桜や梅の絵を専門に描きました。県立相模湖交流センターの縦横画「明けゆく相模湖」も石井さんが描いたものです。若い頃には、自慢のスポーツカーでスケッチ旅行に出掛けたという、意外な一面もありました。



「高原老松」(平成10年)

現在活躍中の日本画家たち

現代日本画界の俊英



吉村誠司

福岡出身 南区在住

東京藝術大学在学中からさまざまな公募展に入賞し、日本画界のホープと言われていました。その期待通り、わずか40歳で院展の最高位に就いています。緑や青、グレーなど、独特の深い色が画面全体を霧のように覆う幻想的な作品を描き、高い評価を受けています。現在は作家活動の傍ら、同大学の教授として後進の育成に当たっています。



「秋日和」(平成16年)

なかざとみおこ

中里滯子(緑区在住)

市内の中学校で音楽教師をしていましたが、定年を機に吉川啓示さんに日本画を習いました。

「川底下村」(平成14年)

あらいみえこ

荒井三重子(南区在住)

独学で院展に入選後、日本画の大家の下で本格的に学び始めました。

「聖堂」(平成19年)

まつばらしゅうしん

松原秀伸(南区在住)

東京藝術大学で専門的に日本画を学んだ後に教員となり、市内の高校で美術を教えていました。



「塔の街」(平成25年)

市民ギャラリーに行ってみよう!

日頃は市民の作品発表の場として使われていますが、市が収蔵する絵画や写真などの展覧会も開かれています。お買い物やお出掛けのついでに、ふらっと寄ってみませんか。
開館時間 午前9時~午後5時(展示により異なる)
休館日 水曜日、12月29日~1月3日
所在地 中央区相模原1-1-3 (セレクト相模原4階)



駅の改札から1分の好アクセス



市内の作家を紹介するミニ展示コーナー



図録などの美術専門書が並ぶ資料室

お気軽にお立ち寄りください!お待ちしています!



美術専門員 竹内さん

市収蔵美術品展 日本画の世界に触れてみよう

相模原の日本画—院展画家の系譜

本市の文化振興に大きな影響を与えてきた院展画家たちの活躍を、新たに収蔵した作品などを交えて紹介します。
3月7日(土)~29日(日) 午前10時~午後6時
相模原市民ギャラリー

アートのスポット展

ミニ展示コーナーで荒井三重子さん、松原秀伸さんの作品を紹介します。

ギャラリートーク

展示作品を鑑賞しながら、美術評論家の篠原弘さんと学芸員が、作家の紹介や作品を解説します。
3月15日(日) 午後1時30分~2時30分
※希望者は直接会場へ

体験講座「初めての日本画」

日本画の画材を学び、その場で実際に書いてみる体験講座です。
3月22日(日) 午後1時30分~2時30分
中学生以上 ¥1,500円(材料代)
3月20日までに、

コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

情報あらかると

はがき・ファクス・Eメール
などで申し込むとき



記入する必要事項

- ①希望する催し名
- ②住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話番号

お知らせ

証明書のコンビニ交付サービスを一時停止

メンテナンスのため利用できません。ご理解とご協力をお願いします。

各税証明書の交付・戸籍関係証明書の発行停止

時3月22日(日)午前6時30分～午後11時
全ての証明書★の交付停止

時3月24日(火)午前6時30分～午後11時
★各税証明書、住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書、戸籍の附票の写し

税証明書=市民税課
その他の証明書=区政支援課

ひとつずついいね!で確認 火の用心

春は空気が乾燥して風の強い日が多く、一度火災が発生すると被害が大きくなります。家庭や地域で防火対策に取り組みましょう。3月1日～7日は春の火災予防運動期間です。

区予防課

プレミアム付商品券の使用期限は3月31日(火)

使用期限を過ぎると商品券は無効になります。返品や返金はできませんので、期間内にお使いください。

商品券の販売 3月20日(祝)まで。購入対象者で購入を希望する場合はお早めに
市プレミアム付商品券専用ナビダイヤル(☎0570-018-334)

新聞未購読世帯へ「広報さがみはら」を配布

「広報さがみはら」を、戸別に継続して配布

市内在住で新聞未購読の人の次の配布場所でも入手可能

配布場所 各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・連絡所・公民館(沢井を除く)・図書館・こどもセンター・高齢者支援センター、市内の鉄道駅、一部の店舗を除く市内のセブンイレブン・ファミリーマート・ローソン・スリーエフ など

電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

休日・夜間納税相談窓口のご利用を～相談はお早めに～

平日や日中に市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可
時休日=3月8日(日)午前9時～午後4時、夜間=3月10日(火)・26日(木)午後5時30分～6時30分

会場	電話番号
納税課 (市役所第2別館2階)※	042-769-8300
緑市税事務所 (緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南市税事務所 (南区合同庁舎3階)	042-749-2163

※夜間納税相談窓口で午後6時以降に市役所へお越しの場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

国民健康保険税 休日納税相談窓口のご利用を

平日に国民健康保険税の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可

時3月8日(日)午前9時～午後4時
国民健康保険課(市役所本館1階)
※保険証発行などの業務は行いません。
問同課(☎042-769-8234)

さがみはらプログラミングコンテスト

予選を通過した小・中学生の作品発表。

作品は操作などの体験も可

時3月29日(日)午後1時～3時

産業会館多目的ホール

定208人(先着順)

※希望者は直接会場へ

問プログラミングコンテスト実行委員会(産業会館内 ☎042-704-9888)

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場です。聞くだけの参加も可能

時3月12日(木)午後2時～4時

コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

※希望者は直接会場へ

精神保健福祉センター

健康診査・検診・検査

費用の記載がある場合でも70歳以上は全て無料

市内協力医療機関や公共施設で、健康診査やがん検診などを随時実施しています。検診には受診券が必要です。

○市国民健康保険に加入している40歳～74歳、過去3年間にがん検診、お口の健康診査、健康診査(75歳以上)を受診した人などには、4月(一部の人は6月以降)に受診券を送付しています。

○市民税非課税世帯の人は、事前申請で費用が免除になります。

○生活保護を受給している人などは、医療機関の窓口にて生活保護受給票などを提示し、免除申請書を記入することで費用が免除になります。

受診券がない人は、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※市ホームページの「電子申請」からも申し込めます。



スマートフォンからも申し込めます



集団検診

4月から電子申請システムのURLが変更になります

集団検診の申し込みについて

3月31日(火)までは、本号掲載の日程だけ申し込めます。

その他の日程は、市コールセンターか、4月以降の「電子申請」で申し込んでください。

▶(特定)健康診査 検査項目 問診、身体計測(腹囲・BMIなど)、血液検査、尿検査など

施設健診

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	市国民健康保険加入の40歳～74歳	1,000円
		後期高齢者医療制度加入の人	無料
		医療保険未加入で生活保護を受給している人など	1,000円

休日会場健診

日にち	会場	申込期限	時間・対象など	費用
4月26日(日)	緑区合同庁舎	4月14日	時午前のみ	1,000円
5月10日(日)	大野小学校	4月22日	市国民健康保険加入の40歳～74歳※	
5月17日(日)	桂北小学校	4月29日	申込期限までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ	
5月24日(日)	田名小学校	5月6日		

※市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、各医療保険者が実施する特定健康診査を受診してください。

▶歯科健康診査(お口の健康診査)

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	40歳～80歳	500円

▶肝炎(B型・C型)ウイルス検査

日にち	会場	対象	費用
随時	市内協力医療機関	肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど。原則1回)	無料
		40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	1,200円

▶がん検診

施設健診 随時 市内協力医療機関

検診種目・費用

胃(X線)2,900円(内視鏡)3,900円 大腸500円 肺(X線のみ)800円(X線+喀痰)1,700円 子宮(頸部のみ)1,700円(頸部+体部)2,200円 ※子宮(頸部+体部)は、医師の判断により実施 乳(視触診のみ)700円(視触診+マンモグラフィ)2,000円 前立腺(PSA検査)1,000円 ※前立腺は、がん施設検診の胃・大腸・肺のいずれかか、特定健康診査の施設健診(市国民健康保険加入者のみ)と同時に受診が必要

集団検診(検診車)

日にち	会場	申込期限
4月18日(土)	南保健福祉センター	4月7日
5月9日(土)		4月21日
4月19日(日)	城山公民館	4月7日
4月24日(金)	ウェルネス	4月12日
5月14日(木)	さがみはら	4月26日
4月25日(土)	緑台小学校	4月13日
4月26日(日)	緑区合同庁舎	4月14日
5月23日(土)		5月5日
5月10日(日)	大野小学校	4月22日
5月12日(火)	銀河アリーナ	4月24日
5月16日(土)	東林小学校	4月28日
5月17日(日)	桂北小学校	4月29日
5月19日(火)	北総合体育館	5月1日
5月24日(日)	田名小学校	5月6日

申込期限までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※定員になり次第締め切り。乳は申し込み多数の場合、抽選

胃・大腸・肺=40歳以上 ○子宮=20歳以上の女性 ○前立腺=55歳・60歳・65歳の男性
○乳(視触診のみ)=30歳以上の女性(視触診+マンモグラフィ)=40歳以上の女性で2年に1回の受診
※乳は、授乳中や生理中、生理前1週間は受診をご遠慮ください。

▶結核健診

日にち・会場・申込期限	対象	費用
上表の集団検診(検診車)と同じ	65歳以上(令和2年度中に65歳になる人を含む)で、職場などで胸部X線を受ける機会がない人	無料

時間区分・受付時間

※受診券で指定した時間に受け付け

性別	受付時間
男性	午前8時30分～9時
女性	午前8時30分～11時

検診種目・費用

胃(X線)900円 大腸500円 肺(X線のみ)200円(X線+喀痰)700円 子宮(頸部のみ)600円 乳(視触診+マンモグラフィ)2,000円
※乳(視触診のみ)は実施していません。



平成31年度(令和元年度)の混雑状況が確認できます

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

令和元年分の確定申告書に誤りがあったときは

3月16日(月)まで

新たに確定申告書を作成し、確定申告書の上部余白に「訂正申告書」と書いて提出してください。

3月17日(火)から

○納付税額が減少か、還付税額が増加する場合

「更正の請求書」を提出してください。更正の請求ができる期間は、原則として法定申告期限から5年以内です。

○納付税額が増加か、還付税額が減少する場合

「修正申告書」を提出してください。※加算税・延滞税がかかる場合があります。

書類の提出先 相模原税務署

☎相模原税務署(☎042-756-8211)

声・点字「広報さがみはら」のご利用を

「広報さがみはら」「さがみはら市議会だより」を朗読したCDや、点字にした冊子を送付

☎市内在住で視覚に障害のある人

☎電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「録音CD」か「点字」と書いて、広聴広報課(☎042-769-8200) ☐koho@city.sagamihara.kanagawa.jp)か、政策調査課(☎042-769-9803) ☐seisakuchousa@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

市営自動車駐車場のご利用はお得で便利な回数駐車券で!

例えば、7,200円分のカード券は販売価格が6,000円で1,200円お得。橋本駅・相模原駅・相模大野駅・小田急相模原駅の近くに6カ所ある、市営駐車場で利用可能

※定期利用も受け付け中(台数限定)

☎各駐車場の事務室へ

自動車駐車場	電話番号
橋本駅北口第1	042-775-1651
橋本駅北口第2	042-700-6521
相模原駅	042-755-5881
相模大野駅西側	042-747-2285
相模大野立体	042-743-6251
小田急相模原駅	042-741-7457

相模川清流の里 宿泊利用 6月分の抽選申し込み

☎3月10日午後5時までに、同所ホームページからか、商業観光課、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館にある申込書を相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは3月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

6月の休館日 15日(月)・16日(火)

※5月までの空き室の申し込みは随時受け付けています。

淵野辺公園

テニスコートの一部をリニューアル

12面のうち6面について、人工芝の入れ替えなどコートを整備。ぜひご利用を
利用時間 午前8時30分~午後9時30分
費 2時間1,300円 ナイター照明 90分600円、120分800円

☎利用月の2カ月前から、さがみはらネットワークシステムで申し込みください。

スポーツくじ

※スポーツ振興くじ(toto)の助成金を活用して整備



☎同公園管理事務所(☎042-776-5311)

建築士による 自宅の無料耐震相談会

☎3月26日(木) 午後1時30分~4時30分

☎緑区合同庁舎

☎6組(申込順)

☎3月2日~19日に、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ
※確認通知書と図面があれば持参してください。

流木・流木チップを無料配布

城山ダム・相模ダムに流れ着いた木材や、木材を細かく砕いたもの。園芸などに利用可

※機械での積み込み手伝いあり(期間限定)

※配布場所など詳しくはお問い合わせください。相模川水系ダム管理事務所ホームページにも掲載

☎相模川水系ダム管理事務所城山ダム工務課(☎042-782-2291)

☎同事務所相模ダム運用課(☎042-684-3521)

募集

自然環境観察員

身近な生き物の調査などを通じ、自然環境への関心を高めることを目的とするボランティア

期間 4月~令和3年3月

☎市内在住か在勤・在学の中学生以上

☎100人程度(申込順)

☎環境情報センターにある申込票(同センターホームページにも掲載)を、直接か郵送、ファクス、Eメールで同センター(☎042-769-9248)へ

あなたの声を市政に届ける 市政モニター

市の施策や事業に関する10分程度の簡単なアンケートに回答

モニター期間 5月下旬~令和3年3月(3回程度)

☎市内在住の16歳以上

※モニター期間中に16歳になる人を含む。1世帯1人まで

※公務員など公職の人やモニター経験が連続2年を超える人を除く

☎150人(選考)

☎3月31日(必着)までに、郵送かファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、職業、電話番号、回答方法(Eメールか郵送)、Eメールアドレス(Eメール希望者のみ)、市政モニター経験の有無(ある場合は時期)、応募動機、「市政モニター」と書いて、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15) ☎042-730-5258

☐e-monitor@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8299)へ

※詳しくは、各まちづくりセンターなどにある募集のしおり(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

市民桜まつりを支える ゴミ分別のボランティア

☎4月4日(土) 午後1時~6時、5日(日) 午前10時~午後6時

☎市役所さくら通り ほか

☎説明会に参加できる人

説明会

☎3月26日(木) 午後6時~7時

☎市民会館

※希望者は直接会場へ

☎さがみゴミコミュニティ実行委員会事務局の片倉さん(☎070-6673-8213)

ミニフリーマーケット出店者

☎4月19日(日) 午前9時~午後4時

☎LCA国際小学校北の丘センター

☎市内在住か在勤の人=7組(抽選)

※1組1区画(約3m×2m)

費 1,000円

☎3月22日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に10面上の必要事項と販売品目、駐車場使用希望の有無を書いて、同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1) ☎042-773-5570)へ

※団体・業者の出店、食品類・動植物・手作り品などは販売不可。詳しくはお問い合わせください。

相模湖やまなみ祭の出店者

飲食店やフリーマーケットなど

☎4月29日(祝) 午前10時~午後3時

☎県立相模湖公園

費 物販(飲食) 2,000円(25組)、物販(飲食以外) 1,000円(50組)、企業紹介 3,000円(5組)

☎3月2日~31日(必着)に、相模湖商工会にある申込書を同祭実行委員会(同商工会内☎042-684-3347)へ

※詳しくはお問い合わせください。

イベント

さがみはら観光写真コンテスト

最優秀賞1点、特選3点、部門賞5点、入選15点、審査員特別賞1点を展示

日にち	会場
3月 3日(火)~11日(水)	緑区合同庁舎
3月16日(月)~23日(月)	市役所本庁舎
3月24日(火)~31日(火)	南区合同庁舎

☎市観光協会(☎042-771-3767)

市民桜まつり絵画コンテスト

桜まつり大賞2点、桜まつり賞20点を展示

日にち	会場
3月 3日(火)~11日(水)	緑区合同庁舎
3月16日(月)~23日(月)	南区合同庁舎
3月24日(火)~31日(火)	市役所本庁舎
4月4日(土)・5日(日)	市体育館(市役所前)

☎市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内)

街かどコンサート

相模原音楽家連盟による木管三重奏
☎3月12日(木) 午後0時20分~0時50分

☎コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

さがみはらのめぐみ あぐりツアー

原木しいたけと茶園の圃場見学。地場産野菜を使用した昼食も

☎3月26日(木) 午前8時30分~午後4時(予定)

集合場所 南区合同庁舎→市役所

※詳細は当選後に通知

☎20人(抽選)

※保険料・昼食代などが別途必要。詳しくはお問い合わせください。

☎3月10日(必着)までに、郵送かファクスに10面上の必要事項を書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15) ☎042-754-1064)へ

☎農政課

ダンボールコンポスト学習会

環境に優しいダンボールコンポストを使った生ごみ堆肥化について

☎3月8日(日) 午後1時30分~2時30分

☎ソレイユさがみ

※希望者は直接会場へ

☎環境情報センター(☎042-769-9248)

まちだ・さがみはら絆・創・光 町田市と共同でライトダウン

東日本大震災を思い返し、家庭や事業所で無理のない範囲で消灯にご協力を

☎3月11日(水) 午後7時~8時

関連イベント

関連図書の展示

地球温暖化などをテーマにした本

☎3月11日(水) まで

☎市立図書館(中央区鹿沼台)、相模大野図書館、橋本図書館

☎環境政策課



お茶会 ~外国人との交流の広場~

カナダ出身の人による母国のお話と交流会

☎3月15日(日) 午前10時~正午

☎コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

費 100円(中学生以下無料)

☎さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)

市民の森イベント

早春の里山ウォーキングと野鳥観察を楽しむ。木工体験(巣箱作りなど)もあり

☎3月22日(日) 午前9時~午後3時(雨天中止)

☎石老山周辺

集合場所 さがみ湖リゾートプレジャーフォレスト(緑区若柳)

☎小学生以上(保護者同伴)

☎20人(先着順)

費 500円

☎3月15日までに、ファクスかEメールに10面上の必要事項を書いて、自遊クラブの神田さん(☎045-983-7627) ☐jiyuu-club@mail.goo.ne.jp)へ

☎津久井地域経済課(☎042-780-1401)

しろやま得の市

食品や農産物、手作り工芸品などの販売

☎3月22日(日) 午前10時~午後1時30分

☎コロナウイルスの影響に配慮し、開催中止となりました。

☎城山商工会(☎042-782-3338)

12面につづく



11面のつづき

あじさい青年学級(全10回)

スポーツやキャンプなどのレクリエーション活動
時4月～令和3年2月(7月を除く)の毎月第2日曜日 原則午前9時～午後3時
会 あじさい会館、けやき体育館 ほか
対 市内在住か在勤の15歳以上で、知的障害のある人
定 10人(申込順)
費 2,000円
※参加費(飲食代など)が別途必要
申 3月25日までに、電話で同学級(市庁をつなぐ育成会内 ☎042-759-4310)へ

講演・講座

パソコン無料教室

- ①PC体験
②子どもプログラミングプレ体験
③子どもプログラミング体験

Table with 3 columns: コース, 日にち, 時間. Lists details for PC experience and programming classes.

※①1回50分。1回のみ参加可
会 産業会館
対 ①どなたでも②年中～小学校2年生
③小学校3年生～中学生
定 各5人(申込順)
申 電話で同館(☎042-704-9888)へ

キッズプログラミング教室

Scratchを使ったプログラミングをシルバー人材センター会員が指導
コース 日にち 時間
① 3月21日(土)・28日(土) 午後1時30分～3時30分
② 3月26日(木)・27日(金)
会 ①同センター南事務所②同センター中央事務所
対 小学校4～6年生(保護者の見学可)
定 各10人(申込順)
費 各2,000円
申 3月16日までに、電話で①同センター南事務所(☎042-745-2158)②同センター中央事務所(☎042-754-1177)へ

シルバー人材センターの教室

①小学生学習教室(国語・算数)
②中学生数学教室(全3回)
教員経験などがあるシルバー人材センター会員が学習をサポート
日にち 時間 会場
3月27日(金)～29日(日) ①午前 9時30分～11時30分 同センター緑・中央事務所
4月1日(水)～3日(金) ②午後2時～4時 同センター緑・中央・南事務所
対 ①小学校3～6年生②中学生
定 ①各9人②各4人(申込順)
費 各3,000円
申 3月2日から開催日1週間前までに、電話で同センター事務局(☎042-753-7373)へ

地元企業研究セミナー ジョブミーツ!(JM)

地元で採用活動をしている企業との出会いの場
時 ①3月12日(木)②3月26日(木) 午後2時30分～5時30分
会 ①ユニコムプラザさがみはら②社のホールはしもとセミナールーム2
対 地元で就職活動をしている学生(令和3年3月卒業予定)か、卒業からおおむね3年程度の人
定 各10人(申込順)
申 開催日前日までに、サガツクナビホームページから申し込んでください。
問 さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

市民農業研修講座(全25回)

実習や講義を通し、農家の手伝いができる人を育成
時 4月8日～令和3年2月10日の水曜日(月2・3回程度)
※天候により中止の場合あり
会 市農業協同組合営農センター(緑区田名)
対 同組合所管の次の地区内に住んでいる68歳以下で、説明会に参加できる人
○緑区(相原、大島、大山町、上九沢、下九沢、田名、西橋本、二本松、橋本、橋本台、東橋本、元橋本町)○中央区○南区
定 20人(※定員を超えた場合は、事前説明会終了後に抽選)
事前説明会
時 4月1日(水) 午前10時から
会 同センター
申 3月18日(消印有効)までに、往復はがきに13面上の必要事項を書いて、農政課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

人はもっと優しく社会はもっと面白い サポステ説明会 & 出張簡易相談会 in 南区

時 3月17日(火) 午後2時～4時
会 南区地域福祉交流ラウンジ(南区相模大野)
対 ニート・ひきこもり状態や、生きづらさを感じる若者とその家族
定 20人(申込順)
申 3月2日～16日に、直接か電話で、さがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

ひきこもる若者のご家族へ 家族セミナー

日にち 内容
①3月21日(土) サポステの取り組み紹介
②3月28日(土) サポステ相談者の経験談
時 午前9時30分～11時30分
会 ソレイユさがみ
対 就労に困難を抱えている若者の家族
定 各70人(申込順)
※どちらか一方だけの参加も可
申 3月2日～①19日②27日に、直接か電話で、さがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

カナダセミナー ～カナダ留学のすすめ～

市友好都市親善交流アドバイザーによる講演と、カナダ留学に関する講演
時 4月5日(日) 午後1時～3時
会 けやき会館
定 45人(申込順)
申 3月2日～27日に、直接か電話、ファクスに13面上の必要事項を書いて、シティセールス・親善交流課(☎042-707-7045 FAX042-815-2340)へ

高齢者筋力向上トレーニング(全24回)

運動機能の維持・向上を目的とした体操や各種トレーニング
時 5月15日～8月7日の毎週火・金曜日(7月24日を除く) 午前9時30分～11時30分
会 ウェルネスさがみはら
対 市内在住の65歳以上で、病気・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接によって改善に向けた支援が必要と判断された人
定 10人(選考)
申 3月2日～6日に、電話で住んでいる地区の高齢者支援センター(申込先が分からない場合は市コールセンター(☎042-770-7777))へ

がん患者のための講演会・語らいの場

「がんと共に生きる～人生会議について考えてみよう～」の講演と患者同士の語らいの場
時 3月28日(土) 午後1時30分～4時30分
会 ウェルネスさがみはら
対 がん患者と家族、医療従事者など
定 80人(先着順)
※希望者は直接会場へ
問 北里大学病院集学的がん診療センター(☎042-778-8221)

桜守養成講座 基礎編(全3回)

桜守として活動するために、市域にあるサクラの植樹・維持管理を学ぶ
時 4月11日(土)、5月23日(土)、6月13日(土) 午後2時～4時
会 津久井中央公民館
対 市内在住か通勤・在学の18歳以上(高校生を除く)
定 30人(申込順)
費 1,500円
申 3月2日～31日に、直接か電話、ファクスに13面上の必要事項を書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-6624 FAX042-751-2345)へ

初心者民謡講座(全10回)

市民謡協会による初心者向け講座
時 4月14日～6月23日(5月19日を除く)の毎週火曜日 午前9時～11時
会 市民会館けやきの間
定 30人(申込順)
費 2,000円(全10回分)
申 3月31日までに、電話で市民謡協会の山本さん(☎042-754-2528)へ

手話講座初級(入門編)(全31回)

時 6月9日～令和3年3月9日の原則毎週火曜日、3年1月30日(土)、3月13日(土) 午前10時～正午
会 障害者支援センター松が丘園
対 市内在住の18歳以上で、次に該当する人
○手話未経験○過去に入門か初級講座を受講したことがない
定 30人(選考)
費 3,300円
申 3月15日～4月24日(必着)に、障害者支援センター松が丘園か、けやき体育館にある申込書(同園ホームページにも掲載)とはがき(選考結果通知に使用)を、直接か郵送で同園(☎042-758-2121)へ
※詳しくは、同園にある募集要項が同園ホームページをご覧ください。

読者のひろば

催し 費用の記載がない場合は無料です。

- 市三曲協会定期演奏会 三曲(箏、三絃、尺八)演奏会 曲目は『六段の調』ほか
3月15日(日) 午後1時～4時、あじさい会館。定員300人(先着順) 問 高松(☎042-773-6671)
●昆虫教室～カブトムシを幼虫からそだててみよう～ 3月28日(土) 午前10時～正午、城山公民館。定員50人(申込順) 申 3月20日までに、Eメールに参加者全員の住所、氏名、学年(年齢)、電話番号を書いて三宅(kabuto-mushi@jcom.
zaq.ne.jp ☎090-3219-2805)へ

仲間

- 着付け 毎月第2・4火曜日午前10時、大野中公民館。見学可 問 増田(☎090-8443-4709)
●混声合唱 月3回火曜日午前9時30分、東林ふれあいセンターほか 問 小西(☎090-8569-4697)
●ズンバ・ヨガ 毎週土曜日午後6時、しんふち児童館。体験可 問 濱口(☎090-1617-6845)
●太極拳(楊名時) 月3回金曜日午前10時、相模原ギオンアリーナ(総合体育館)。初心者歓迎・見学可 問 露口(☎042-741-1384)

- 英語 毎月第1・3日曜日午後1時、緑区合同庁舎 問 小坂(☎090-8435-9405)
●社交ダンス 隔週金曜日午後1時、上溝公民館。初心者歓迎 問 市原(☎090-4392-0476)

募集

- 子育て支援グループ活動(全15回) 個々のペースを大切に親子グループ活動など 5月～令和3年1月の隔週金曜日 午前10時40分～午後0時10分、東京家政学院大学(町田市相原町)。対象は3歳までの子どもとその保護者。定員10組(抽選)、費用2,000円(保険代別) 申 3月27日までに、電話で同大学 柳瀬(☎042-782-9811)へ

応募は発行日の3週間前まで
掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX042-753-7831)へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込みます。
催しは過去6カ月以内、仲間は過去1年以内に掲載された団体は応募できません。掲載は抽選(仲間は希望号と次号の2回)。掲載の場合は、発行日の10日前ごろに連絡します。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

施設の催し

はがき・ファクス・Eメール 必要事項 ①希望する催し名 ②住所
などで申し込むとき ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号を記入

会場・お問い合わせは原則各施設です。休所日は各施設のホームページをご覧ください

相模の大風センター

〒252-0326 南区新戸2268-1
☎046-255-1311

簡単にできる角罫作り

時 3月28日(土) 午後1時30分~4時
定 20人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費 500円(材料費含む)
申 直接か電話、ファクスに13面上の必要事項を書いて、同センター(☎046-255-1361)へ

サン・エールさがみはら

〒252-0131 緑区西橋本5-4-20
☎042-775-5665

土曜コンサート

「ブラジル音楽をセルジオメンデスで！」
出演 ホボ・ブラジル
時 3月14日(土) 午後3時30分~5時
定 220人(先着順)
※希望者は直接会場へ

視聴覚ライブラリー

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-753-2401

催し名	日時	内容
月例子ども映画会	3月14日(土) 午後2時~3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶ジャングル大帝 森の掟 ▶子ぶたの冒険 ▶ミッキーマウスのバンドコンサート ▶ムーミン ぼくは王様だ!
シネマサロン	3月15日(日)・17日(火) 午後2時~3時40分	▶私を野球につれてって
春休み映画会	3月28日(土) 午後2時~3時30分	新型コロナウイルスの影響に配慮し、 開催中止となりました。 (2013年/日本)と関連図書の展示

会 市立図書館(中央区鹿沼台)
対 市内在住か在勤・在学の人=各150人(先着順)
※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

市民が企画する男女共同参画セミナー 企画団体募集説明会

時 3月28日(土) 午前10時30分~正午
対 次の全てに該当する団体=15団体(申込順)
○構成員が3人以上○構成員の過半数が市内在住か在勤・在学の人○主な活動場所が市内○営利活動・政治活動・宗教活動や、公益を害する活動を目的としない○平成22年4月以降、市民企画講座の開催が1回以下(講師含む)
申 直接か電話、ファクスに13面上の必要事項を書いて、同所(☎042-775-1776)へ

親子ふれあい広場 ①パラバルーン・紙芝居②作って遊ぼう・ペープサート(紙人形劇)

保育の専門家が楽しい遊びを提案
時 4月①3日(金)②23日(木) 午前10時30分~11時30分
対 未就学児とその保護者
※希望者は直接会場へ

橋本図書館

〒252-0143 緑区橋本3-28-1 ミウヰ橋本6階 ☎042-770-6600

ウィキペディアタウン in さがみはら@橋本

橋本の名所や史跡などを図書館の資料で調べ、インターネット上のフリー百科事典「ウィキペディア」に記事を作成・編集
時 3月20日(祝) 午前10時~午後5時
対 中学生以上=16名(申込順)
※事前にウィキペディアのアカウント作成が必要
申 3月19日までに

YA(ユースフルエイジ)世代向け

ワークショップ「本と遊ぼう」
本から抜き出した小説の一文を参加者同士で交換し、その続きを創作
時 3月27日(金) 午後2時~3時
対 20~40年代の人を含む

新型コロナウイルスの影響に配慮し、
開催中止となりました。

旧石器ハテナ館

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

毎月第3日曜日は体験教室の日! 編布作り

縄文時代の編み布「編布」について学び、麻ひもを編んでコースター程度の大きさに仕上げる
時 3月15日(日) 午後2時~4時
対 小学校4年生以上
定 10人(申込順)
費 100円(材料費)
申 直接か電話で同

開館10周年記念講演会

「旧石器時代研究の現状と課題」
時 3月7日(土) 午後2時~4時
講 砂田佳弘さん(かながわ考古学専門員)

新型コロナウイルスの影響に配慮し、
開催中止となりました。

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

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
水泳					
①アクアストレッチ<全8回>	毎週月曜日 4月6日~27日、 6月22日~7月13日	午後7時~7時45分	16歳以上		6,800円
②上級<全8回>		午前11時20分~午後0時20分	16歳以上の初心者~上級者	各20人(抽選)	7,600円
③初心者<全6回>	毎週火曜日 4月7日~28日、 6月23日~7月7日 (4月14日を除く)	午前9時20分~10時20分			5,700円
④初級ステップ1<全9回>	毎週木曜日 4月9日~30日、 6月18日~7月16日	午前11時20分~午後0時20分			8,550円
⑤初級ステップ2<全8回>	毎週水曜日 4月8日~22日、 6月17日~7月15日	午前9時20分~10時20分			各7,600円
⑥中級<全8回>		午前11時20分~午後0時20分			
⑦月曜日<全8回>	4月6日~27日、 6月22日~7月13日	午後4時20分~5時20分	5歳~小学校新3年生の初心者	各25人(抽選)	5,700円
⑧火曜日<全6回>	4月7日~28日、 6月23日~7月7日 (4月14日を除く)		3歳~小学校新2年生の初心者		7,600円
⑨水曜日<全8回>	4月8日~22日、 6月17日~7月15日		5歳~小学校新3年生の初心者		8,550円
⑩金曜日<全9回>	4月10日~5月1日、 6月19日~7月17日				
⑪上級<全8回>	毎週月曜日 4月6日~27日、 6月22日~7月13日	午後5時30分~6時30分	2泳法で25m以上泳げる小・中学生	20人(抽選)	7,600円
⑫クロール<全6回>	毎週火曜日 4月7日~28日、 6月23日~7月7日 (4月14日を除く)		バタ足で12.5m以上泳げる年長~小学生	25人(抽選)	5,700円
⑬初級⑭中級<⑬⑭ともに、水曜日=全8回・金曜日=全9回>	毎週水曜日 4月8日~22日、 6月17日~7月15日 毎週金曜日 4月10日~5月1日、 6月19日~7月17日		⑬息継ぎなしクロールで10m以上泳げる小学生 ⑭クロールで25m以上泳げる小学生	各15人(抽選)	各7,600円 各8,550円
⑮ベビースイミング<全5回>	毎週金曜日 4月3日~5月1日 毎週土曜日 4月4日~5月2日	午前11時15分~正午	6カ月~1歳6カ月の子どもと保護者 1歳~2歳6カ月の子どもと保護者	各10組(申込順)	各6,500円
⑯親子スイミング<全4回>	毎週土曜日 4月4日~25日	午前9時30分~10時15分	2歳6カ月~3歳6カ月の子どもと保護者	15組(申込順)	5,200円
体操					
⑰めざせ体育マスター<全8回>	毎週月曜日 4月6日~27日、 6月22日~7月13日	午後4時30分~5時30分	小学校新1~3年生	10人(抽選)	各5,600円
⑱キッズダンス<全8回>	毎週水曜日 4月8日~22日、 6月17日~7月15日	午後5時~6時	小学生	12人(抽選)	
⑲筋膜リリース講習会~肩こり・四十肩(五十肩)予防&改善~	3月17日(火)	午後2時30分~3時30分	18歳以上	20人(申込順)	1,000円

申 ①~⑭⑰⑱3月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に13面上の必要事項と⑬⑭は希望曜日を記入して、同センターへ。3月⑮3日⑯5日⑰1日から、直接か電話で同センターへ



施設の催し



はがき・ファクス・Eメール
などで申し込むとき

必要事項 ①希望する催し名 ②住所
③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 を記入

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
①シェイプアップ〈全10回〉	毎週水曜日 4月8日～7月1日 (4月29日、5月6日、 6月24日を除く)	午前11時～正午		20人 (抽選)	6,000円
②リラックスヨガ(初級)〈全12回〉 ③リフレッシュヨガ(中級)〈全12回〉	毎週水曜日 4月15日～8月5日 (4月29日、5月6日、 6月24日、7月8日・15日を除く)	②午前9時30分～10時30分、 午後0時30分～1時30分 ③午前11時～正午	18歳以上 (高校生を除く)	各25人 (抽選)	各 9,000円
	毎週木曜日 4月16日～8月6日 (5月21日、6月25日、 7月9日・16日・23日を除く)				
	毎週金曜日 4月17日～8月7日 (5月22日・29日、 7月10日・17日・24日を除く)				
④跳び箱・鉄棒〈全6回〉	毎週水曜日 4月15日～6月10日 (4月29日、5月6日・ 20日を除く)	午後3時20分～4時10分	新年少	15人 (抽選)	各 6,900円
		午後4時20分～5時20分	新年中・年長	各20人 (抽選)	
	午後5時30分～6時30分	小学校新1～4年生	各20人 (抽選)		
	毎週金曜日 4月17日～6月12日 (5月8日・22日・29日 を除く)	午後4時10分～5時10分		新年中・年長	
午後5時20分～6時20分	小学校新1～4年生				
⑤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 4月9日～6月18日 (5月21日を除く)	午前9時30分～10時40分、 午前10時50分～正午★	50歳以上	各35人 (抽選)	各 5,000円
⑥アスレティックアカデミー〈全45回〉	毎週木曜日 4月9日～令和3年 3月25日(5月21日、 7月23日、8月13日、 10月15日、12月31日、 3年2月11日を除く)	午後5時～6時30分	小学校新1～3年生	34人 (申込順)	各5万 8,000円(入会・ 年会費含む。年3回 に分けて支払い)
			小学校新4～6年生	40人 (申込順)	
⑦ソフトエアロ&ストレッチ〈全10回〉	毎週月曜日 4月13日～6月22日 (5月4日を除く)	午前10時30分～正午		25人 (抽選)	6,000円
⑧簡単楽しくフィットネス〈全12回〉	毎週金曜日 4月3日～7月3日 (5月22日・29日を除く)	午前10時～11時30分	18歳以上 (高校生を除く)	20人 (抽選)	9,600円

★抽選後に時間帯を振り分け

①～⑤⑦⑧3月10日⑥4月8日(必着)までに、返信用はがきを持って直接か、往復はがき(1教室1枚)、Eメールに14面上の必要事項、②は希望曜日・時間、③は希望曜日、④は希望曜日・新学年、⑥は新学年を書いて、同所(☒asamizo-stadium@dream.jp)へ ※⑥電話でも申し込みます。

横山公園

〒252-0242 中央区横山5-11-50 ☎042-758-0886

フィジカルアップ教室～速く走るための近道～〈全33回〉

時 4月1日～11月25日の毎週水曜日(祝日等を除く) ①午後4時30分～5時30分②午後5時45分～6時45分③午後7時30分～9時

※3月18日(水)に体験会あり(雨天決行)

対 ①小学校1～3年生②小学校4～6年生③中学・高校生以上

定 各16人(申込順)

費 月額各7,000円(体験会は各1,000円。保険料含む)

申 開催日前日までに、直接か電話、ファクスに14面上の必要事項と希望時間を書いて、同公園(☎042-758-0586)へ

市民健康文化センター

〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776

教室名	日にち	時間	対象	定員 (抽選)
水泳〈全11回〉 費①～⑥各6,500円⑦8,500円 ※プール利用料金が別途必要				
幼児水泳 ①火曜日②水曜日 ③木曜日④金曜日	毎週火曜日 4月14日～7月7日 (4月28日、5月5日 を除く)	午後3時30分～4時15分	①～④ 3歳～6歳	①～④ 各70人
	毎週水曜日 4月15日～7月8日 (4月29日、5月6日 を除く)			
	毎週木曜日 4月16日～7月2日 (4月30日を除く)			
小学1～4年生水泳 ⑤火曜日⑥水曜日 ⑦木曜日⑧金曜日	毎週水曜日 4月15日～7月8日 (4月29日、5月6日 を除く)	午後4時30分～5時30分	小学校新1～4年生	⑤～⑧ 各80人
小学2～6年生水泳 ⑨火曜日⑩水曜日 ⑪木曜日⑫金曜日	毎週木曜日 4月16日～7月2日 (4月30日を除く)	午後5時45分～6時45分	小学校新2～6年生	⑨～⑫ 各80人
⑬平泳ぎ	毎週水曜日 4月15日～7月8日 (4月29日、5月6日 を除く)	午前11時～正午	18歳以上	
⑭レベルアップ水泳	毎週木曜日 4月16日～7月2日 (4月30日を除く)	午後0時15分～1時15分	50m以上泳げる 18歳以上	各30人
		午前11時～正午	18歳以上	
⑮初心者水泳	毎週金曜日 4月17日～7月3日 (5月1日を除く)	午後0時15分～1時15分	25m以上泳げる 18歳以上	
⑯親子水泳	毎週土曜日 4月18日～7月4日 (5月2日を除く)	午前10時～10時45分	おむつが取れている 3歳以上の子どもと その保護者	25組
体操〈全11回〉 費⑱～⑳㉑㉒各6,500円㉓8,500円				
⑱いきいき健康	毎週火曜日 4月14日～7月7日 (4月28日、5月5日 を除く)	午後1時30分～2時30分	65歳以上	各45人
⑲ヨガ		午後3時～4時	18歳以上	
⑳アロマストレッチ	毎週水曜日 4月15日～7月8日 (4月29日、5月6日 を除く)	午前9時30分～10時30分		
㉑親子ふれあいヨガ	毎週水曜日 4月15日～7月8日 (4月29日、5月6日 を除く)	午前11時～正午	生後10カ月～2歳の子どもと その保護者	25組
㉒初級エアロビクス	毎週金曜日 4月17日～7月3日 (5月1日を除く)	午前9時30分～10時30分		45人
		午前11時～正午	18歳以上	各40人
㉓フラダンス		午後1時～2時		

☒往復はがきに14面上の必要事項と教室番号(複数可)、小学生は新学年、⑯は希望曜日、⑳は希望する時間を書いて、同センターへ
※複数の教室を申し込む場合は、希望順を書いてください。

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
カーリング〈全2回〉	①3月コース 3月12日(木)・ 13日(金)	午後8時30分～10時30分	中学生以上 ※17歳以下は 保護者同伴か 送迎が必要	各50人 (申込順)	各 2,000円
	②4月コース 4月16日(木)・ 17日(金)				
③幼児スケート〈全4回〉★	毎週土曜日 4月4日～5月2日 (4月18日を除く)	午前9時～10時30分	4歳以上の 未就学児	25人 (抽選)	4,000円
④フラダンス〈全10回〉	毎週水曜日 4月8日～6月24日 (4月29日、 5月6日を除く)	午後2時～3時15分	18歳以上 (高校生を除く)	各20人 (申込順)	各 8,000円
⑤やさしいフラダンス〈全10回〉	毎週木曜日 4月9日～6月11日	午前10時～11時15分			

★貸靴代別途1回250円

☒①②該当月の1日～開催日前日に、直接か電話で同所へ。③3月15日(必着)までに、往復はがきに14面上の必要事項を書いて、同所へ。4月④6日⑤7日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

さがみはらグリーンプール

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

教室名	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用
①はじめてのバタフライ	3月16日(月)	午後1時30分～2時30分	18歳以上(高校生を除く)	30人	500円
②ジュニアはじめての水泳水慣れ～顔付け練習		午後4時～5時	おむつが取れている3歳以上の未就学児	20人	各250円
③ジュニアはじめての水泳水慣れ～バタ足練習		午後5時30分～6時30分	小学生	40人	
④ジュニア苦手克服水泳(全3回)	3月17日(火) ・18日(水) ・19日(木)	午後4時～5時	水慣れ、けのびが苦手な3歳以上の未就学児	25人	各1,530円
		午後5時30分～6時30分	初心者か、クロール呼吸、クロールが苦手な小学生	40人	
⑤競泳スタート	3月19日(木)	午前9時30分～10時30分	18歳以上(高校生を除く)	30人	1,020円
⑥水中撮影フォームチェック		午前11時30分～午後0時30分		20人	1,530円(DVD代含む)
⑦ジュニア苦手克服水泳(全3回)	3月24日(火) ・25日(水) ・26日(木)	午後4時～5時	水慣れ、けのびが苦手な3歳以上の未就学児	25人	各1,530円
		午後5時30分～6時30分	平泳ぎ、バタフライ、個人メドレーが苦手な小学生	40人	
⑧わくわく親子水泳	3月28日(土)	午後1時30分～2時30分	3歳～小学生とその保護者	各30組	各1組750円
⑨親子でクロール水泳	3月30日(月)		クロール初心者の未就学児～小学生とその保護者		
⑩親子で平泳ぎ水泳	3月31日(火)		平泳ぎ初心者の未就学児～小学生とその保護者		
⑪プールで遊ぼう	3月30日(月) ・31日(火)	午後4時～5時	3歳～6歳の未就学児	各30人	各250円
		午後5時30分～6時30分	小学生	各40人	
⑫ビーズアクセサリ	4月5日(日)	午前10時～午後1時	小学生以上(小学校1～3年生は保護者同伴)		1,530円
⑬絵手紙	4月6日(月)	午前10時～正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人	1,230円
⑭オリンピック選手の飛込競技見学&トークイベント	3月20日(祝)	午前11時30分～午後2時	どなたでも(未就学児は保護者同伴)		1,020円

☎開催日①～⑭当日⑯⑰前日までに、直接か電話で同プールへ

小山公園

〒252-0205 中央区小山4-1 ☎042-700-0801

コース	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用
①スケートボードスクール					
入門・初心者	3月 7日(土)	午前10時～11時	6歳以上	各20人	各2,000円
初心者・トリック		午前11時15分～午後0時15分			
初心者・中級者	3月 9日(月)	午後5時～6時		各5人	
	3月16日(月)				
②バスケットボールスクール	3月 9日(月)	午後6時15分～7時15分	どなたでも	各10人	各1,000円
	3月16日(月)				

※①スケートボードレンタルは別途500円

☎開催日前日までに、直接か電話、ファクスに14面上の必要事項、①は希望コースと日時、②は希望日を書いて、同公園(☎042-700-0802)へ

相模原ギオンアリーナ(総合体育館)

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
ZUMBA(全10回)	毎週水曜日 4月8日～6月24日 (4月29日、5月6日を除く)	午前10時～11時	15歳以上(中学生を除く)	各30人	5,500円
ボクシングエクササイズ(全10回)	毎週木曜日 4月9日～6月18日 (5月7日を除く)	午後1時～2時			6,000円
初・中級バドミントン(全10回)	毎週金曜日 4月10日～6月12日	午前10時～11時30分		60人	5,000円
ノルディックウォーキング(全8回)	毎週火曜日 4月14日～6月9日 (5月5日を除く)	午前10時30分～正午	15歳以上(中学生を除く)	各30人	5,000円 (ポールレンタル別途1回200円)
スタイルアップヨガ(全10回)	毎週火曜日 4月14日～6月23日 (5月5日を除く)	午前9時30分～10時30分			6,000円
健康体操(全4回)	毎週火曜日 4月14日～5月12日 (5月5日を除く)	午後1時～2時	60歳以上		3,000円

☎3月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に14面上の必要事項を書いて、同館へ

けやき体育館

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-753-9030

①ピエロがやってくる♪ ピエロの「じっさい」さんによるパフォーマンス ☎3月26日(木)午後1時30分～3時 ☎市内在住か在勤・在学で障害のある小学生以上 ※小学生は要付き添い。きょうだいの参加も可	②パラスポーツ体験会 車いすバスケットボールをやってみよう! ☎3月27日(金)午後1時～3時30分 ☎市内在住か在勤・在学の小学生以上
---	--

☎①50人②40人(申込順)

※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)

※ボランティア同時募集(☎各2人(申込順))

☎3月①19日②27日までに、直接か電話、ファクスに14面上の必要事項と手話通訳・要約筆記希望の有無を書いて、同館(☎042-769-1200)へ

市体育協会からのお知らせ

フォーク・レクダンスパーティー

☎3月21日(土)午後1時～3時30分
☎市体育館(市役所前)
☎500円(市レクリエーション協会員は無料)
※希望者は室内履きを持って直接会場へ

グラウンド・ゴルフ交流大会

☎3月28日(土)午前8時30分～11時45分
☎下溝古山公園スポーツ広場
☎500円(市レクリエーション協会員は300円)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

春季短水路記録会(水泳)

☎3月29日(日)午前9時～午後6時
☎さがみはらグリーンプール
☎1種目1,000円、リレー2,000円
※申し込み方法など詳しくは、市体育協会にある開催要項か、市水泳協会ホームページをご覧ください。

初心者ダンス講習会(全7回)

☎4月9日～5月21日の毎週木曜日 午前9時～11時
☎市体育館(市役所前)
☎20人(申込順)
☎1,000円
☎4月3日までに、電話(午後6時～10時)で市ダンススポーツ連盟の五十川さん(☎090-1650-2173)へ

市民少林寺拳法選手権大会

☎4月19日(日)午前9時30分
☎相模原ギオンアリーナ(総合体育館)
☎市内在住か在勤・在学の人、市少林寺拳法協会員
☎3月19日までに、電話で市体育協会へ
※種別など詳しくは、市体育協会にある開催要項か、同協会ホームページをご覧ください。

陸上競技公認記録会

☎4月19日(日)
☎相模原ギオンスタジアム
☎中学生以上(一般・高校生は日本陸上競技連盟への登録が必要)
※開始時間など詳しくは、市陸上競技協会ホームページをご覧ください。

春季ペタンク競技大会

☎4月4日(土)午前8時～午後3時30分
☎相模原麻溝公園スポーツ広場
☎120人(抽選)
☎700円(市ペタンク協会員は500円)
☎3月18日(必着)までに、はがきに14面上の必要事項を書いて、市体育協会へ

初心者水泳教室(全8回)

日時	クラス
①毎週火曜日 4月7日～6月2日(5月5日を除く)午前10時～11時	㊦顔つけ～浮き身
②毎週水曜日 4月8日～6月10日(4月29日、5月6日を除く)午後7時～8時	㊧バタ足～呼吸なしクロール
③毎週火曜日 4月7日～6月2日(5月5日を除く)午前11時～正午	㊨背浮き～背泳ぎ
④毎週水曜日 4月8日～6月10日(4月29日、5月6日を除く)午後8時～9時	㊩呼吸ありクロール
	㊪平泳ぎ
	㊫バタフライ

☎さがみはらグリーンプール ☎18歳以上=各50人(抽選) ☎各4,800円
☎3月10日(消印有効)までに、往復はがきに14面上の必要事項と希望曜日・クラスを書いて、同協会へ





ノジマステラ神奈川相模原
vol.5 川島はるな選手×相模川の河川敷

見！ サガミズーム
このまちが
スキ の
人物編

毎月1日号で相模原市の「スキ」を綴ります
このまちを、もっと知りたい！好きになりたい！毎月1日号では、
風景や人物を通して、私たちの日常がちょっとした宝物になる
ようなまちの魅力を発見・紹介していきます。

私がノジマステラに加入して初めて参加したイベントが「相模川芝ざくらまつり」でした。その時の芝ざくらがあまりにきれいで、あの時のインパクトは今でも忘れられません。芝ざくらで表現した「ノジマステラ」の文字を見た時は、地域全体でステラを応援してくれる温かいまちなんだと、すごくうれしく思ったのも覚えています。

オフの日は川沿いの風景を楽しみながらランニングもします。シーズン初めと、芝ざくらの咲く時季が同じころ。「今年もがんばろう」という活力をもらっています。



ステラで迎える6度目のシーズン。「試合に出続けることでチームを鼓舞したいですね」

Information

川島はるな選手
(女子サッカー ノジマステラ
神奈川相模原)

ポジションはMF(ミッドフィールダー)。豊富な運動量と華麗なボールさばきを武器に、チームを勝利へと導く。チームが拠点とするノジマフットボールパーク(南区新戸)は、市内を流れる相模川に隣接。4月に開催される「相模川芝ざくらまつり」には秋の苗植えから参加するなど、市ホームタウンチームとして親しまれる一面も。「Best ever～史上最高への挑戦～」をスローガンに掲げる新シーズンのホーム開幕戦は、3月28日(土)相模原ギオンスタジアムで午後1時キックオフ。



問広聴広報課 ☎042-769-8200