

さがみはら

広報

NO.1246
毎月1日・15日発行
2012 8/1
平成24年

発行/相模原市
〒252-5277
相模原市中央区中央2丁目11番15号
ホームページ
<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

編集/総務局渉外部広聴広報課 ☎042-769-8200
携帯電話用ホームページ
<http://mobile.city.sagamihara.kanagawa.jp/>

Twitterアカウント「相模原市シティセールス推進課」
@Sagamihara_PR
Facebookページ「相模原市シティセールス」
<http://www.facebook.com/sagamihara.pr>

市の人口・世帯

人口 719,591人 (86減)
男 361,421人/女 358,170人
世帯 308,571世帯 (165増)
7月1日現在 () は前月との増減

潤水都市 さがみはら

「潤水都市 さがみはら」は、政令指定都市・相模原の、未来へ向かう合言葉です。

お知らせ

家族でまなぶ「さがみはら地盤ツアー」開催のご案内



防災面で関心が集まる「地盤」について、家族みんなで学べるバスツアーを、9月1日(土)に開催します。子どもにも分かる市内の地盤解説と観光スポット見学も組み込んだ、楽しく学べる企画が盛りだくさんのツアーです。「子どもの勉強に」「市内に新居を購入したいのだけど…」という人にぜひおすすめです。
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

お問い合わせ
コールセンター ☎042-770-7777

LINE UP 今号の主な内容

- 2 全国大学コンソーシアム研究交流フォーラム
- 3 平成25年はたちのつどい(成人式)
- 8 みんなでなでしこジャパンを応援しよう

別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)



暮らし潤い さがみはら寄附金制度

=あなたのまち相模原市を応援してください=

市では、市民主体のまちづくりを進めるとともに、さがみ縦貫道路の開通やリニア中央新幹線の駅設置など、首都圏南西部の広域交流拠点都市として大きく飛躍できるよう、中長期的な視野を持った「将来を見据えたまちづくり」を進めています。

そこでこのたび、まちづくりや市政運営について、皆さんから資金面での応援をお願いする「暮らし潤いさがみはら寄附金制度」を創設しました。この制度は、寄附金の使い道を寄附者に決めていただくことにより、その思いを施策に反映することができる仕組みです。また、寄附金の一部が税控除を受けられることができるため、実質的に税金の一部について使い道をご指定いただくのと同様の効果があります。

皆さんの「さがみはら」への応援の思いを形にする新しい市民参加の制度です。ご協力をお願いします。

寄附金の使い道はメニューから指定できます

「子育て支援」「防災対策」などの11コース30メニューの中から、寄附金の使い道を指定していただくことができます。

寄附のコース	福祉	子育て支援	保健医療	教育	市民協働推進
	文化・スポーツ振興	防災対策	環境	街づくり	区指定

寄附金は所得税、個人住民税から控除できます

本市への寄附金のうち、2,000円を超える部分については、一定限度まで所得税(国税)、住民税(県民税・市民税)を合わせて全額が控除されます。

このため、実質的に税金の一部の使い道をご指定いただくのと同様の効果があります。



税控除の例(モデルケース)

年収500万円(給与)の夫婦2人世帯で、3万円を寄附した場合 ※税控除には確定申告が必要です。

寄附金 3万円

実質負担 2,000円	税控除
国 所得税 2,800円	県市 住民税 2万5,200円

※所得控除等の額によって、実際の軽減額と異なる場合があります。

※寄附の方法など詳しくは、財務課、各まちづくりセンター・公民館・図書館などにあるパンフレットまたはホームページをご覧ください。

申し込み パンフレットに付いている寄附申出書を財務課へ

お問い合わせ 財務課 ☎042-769-8216

※個人住民税の寄附金税額控除については、市民税課(☎042-769-8221)へ

全国大学コンソーシアム研究交流フォーラム

日時 9月1日(土) 午後1時～4時
会場 グリーンホール相模大野

基調講演

テーマ 10年後の日本を担うきみたちへ
講師 川口淳一郎さん(宇宙航空研究開発機構教授)



川口淳一郎さん

シンポジウム

テーマ 活力あふれる魅力的な地域社会の創造
シンポジスト 加山俊夫市長
(出演者) 石坂丈一町田市長
戸田公明大船渡市長
川口淳一郎さん
眞鍋知子さん(金沢大学准教授)

コーディネーター 松下啓一さん(相模女子大学特任教授)
定員 300人(中学生・高校生、大学生、一般各100人。申込順)
申し込み 電話で8月20日までに、さがまちコンソーシアム事務局(☎042-703-8535)へ
※詳しくは、同コンソーシアムのホームページ(<http://sagamachi.jp/>)をご覧ください。

9月23日(日) 市民福祉の集い

第1部 表彰式(社会福祉功労者、福祉ポスター・標語・作文入選者)

第2部 福祉のまちづくり講演会
テーマ 今、日本人に求められる人間性知能(HQ)とは～人間性知能を高めて福祉の現場を潤そう～



澤口俊之さん

講師 澤口俊之さん(脳科学者)
時間 午後1時～4時
会場 市民会館
定員 500人(抽選)
申し込み 往復はがき(1枚4人まで)に全員の氏名(代表者に○)、代表者の住所・電話番号、「市民福祉の集い」と書いて、8月22日(必着)までに地域福祉課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9222)へ

リニア中央新幹線計画に関する説明会

リニア中央新幹線計画への理解を深めてもらうため、JR東海とリニア中央新幹線建設促進神奈川県期成同盟会の共催による説明会を開催します。
日時 8月21日(火) 午後2時～4時30分
会場 社のホールはしもと 定員 300人(抽選)
申し込み 県交通企画課のホームページ(<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/p494544.html>)から、8月15日午後5時までに申し込んでください。
お問い合わせ リニア中央新幹線建設促進神奈川県期成同盟会事務局(県交通企画課内) ☎045-210-6190

市自殺対策協議会の委員を募集

自殺総合対策に関する重要事項を調査・審議します。
任期 委嘱の日～平成26年3月(11月ごろに委嘱予定、会議は年2回程度)
対象 市内在住の20歳以上の人(本市の他の審議会等の委員、職員、議員を除く) = 1人(選考)
申し込み 精神保健福祉課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・公民館(青根・沢井公民館を除く)にある応募用紙(市ホームページの[市政情報]→[審議会・情報公開・個人情報]からダウンロード可)を直接か郵送、ファクス、Eメールで8月21日(必着)までに精神保健福祉課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9813 ☎042-759-4395 Eメール seishinhoken@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

夜間納税相談窓口のご利用を

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夜間納税相談窓口を開設します。また、電話相談もできます。
日時 8月14日(火)・23日(木) 午後5時30分～7時

会場	相談・お問い合わせ
納税課※(市役所第2別館2階)	☎042-769-8300
緑市税事務所(シティ・プラザはしもと内5階)	☎042-775-8808
南市税事務所(市南区合同庁舎3階)	☎042-749-2163

※午後6時以降に市役所へ来庁する場合は、市役所本館裏玄関の守衛室に申し出てください。

市職員を募集

試験・選考区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
環境整備員(試験)	4人程度	主にごみ収集、し尿収集その他の業務	昭和52年4月2日～61年4月1日に生まれ、平成19年6月1日以前に取得した普通自動車運転免許(オートマチック車限定免許は不可)か平成19年6月2日以降に取得した中型自動車運転免許がある人
身体障害者を対象とする行政(選考)	2人程度	一般行政事務	次の要件を全て満たす人 ○昭和52年4月2日～平成7年4月1日に生まれた ○身体障害者手帳の交付を受けている ○自力で通勤、職務遂行が可能 ○活字印刷文か点字による出題に対応可能

※採用は、原則、平成25年4月1日以降です。
※詳しくは、受験案内をご覧ください。
受験案内・申込用紙の配布場所 人事委員会事務局、市役所本館1階受け付け、各区役所総務課・まちづくりセンター・図書館など
※市ホームページの[相模原市、職員募集]からもダウンロード可
申し込み 郵送で8月6日～17日(消印有効)に人事委員会事務局へ

第1次試験・選考日		
環境整備員	9月23日(日)	麻布大学
身体障害者を対象とする行政	10月21日(日)	けやき会館

お問い合わせ 人事委員会事務局 ☎042-769-8320

救える命を救うために 救急救命士の処置拡大の新たな試みを実施

厚生労働省では、新たに救急救命士の処置範囲を拡大するための試み(実証研究)を行うこととなり、その対象地域として本市が選ばれました。
これは救急搬送される人の救命率の向上や後遺症の軽減などの効果を検証するために行うもので、新たに3つの医療行為を救急救命士が行います。実証研究に参加する救急救命士は事前に研修を受け、北里大学病院救命救急センター医師からの処置についての具体的な指示に従い、救急現場で処置を行います。



- 救急救命士が新たに行う医療行為
- 低血糖性の意識障害の可能性のある人に対して血糖測定を行い、低血糖が確認された場合はブドウ糖溶液を投与
 - ぜんそく治療用の吸入薬(吸入β刺激薬)を所持している人が重症ぜんそく発作を起こした場合に、その吸入薬を使用
 - 血圧が低下して、心臓が停止する危険性があるショック状態の人への点滴

期間 11月1日～平成25年1月31日
※処置を行う場合には、本人や家族に事前説明を行い、書面による同意を取らせていただきます。
※10月31日まで、情報収集と分析のため、上記の処置が求められるケースの症状などについて、救急救命士が詳しくお聞きする場合があります。
お問い合わせ 警防・救急課 ☎042-751-9142

知って役立つ法律あれこれ 市民法律講座〈全5回〉

相続や労働問題、交通事故など日常生活にかかわる法律問題を、弁護士が分かりやすく解説します。
日時 8月30日～9月27日の毎週木曜日午後6時30分～8時30分
会場 相模原教育会館(中央区富士見)
対象 市内在住か在勤・在学の人=60人(申込順)
費用 1,000円(テキスト代)
申し込み 電話で8月20日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

小田急多摩線延伸促進協議会 マスコットキャラクターのデザイン・愛称を募集

小田急多摩線の延伸に取り組む市民団体である同協議会の設立10周年を記念して、延伸の実現に向けたPRに活用するマスコットキャラクターを募集します。
募集作品 マスコットキャラクターのデザイン画
マスコットキャラクターの愛称
採用作品数・賞金 デザイン=1点・5万円、愛称=1点・1万円
選考結果の発表 平成25年3月ごろに市ホームページや同協議会が発行する広報紙で採用作品を発表します。
応募方法 交通政策課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・公民館(青根・沢井公民館を除く)にある応募用紙(市ホームページの[市政情報]→[交通]→[鉄道]からダウンロード可)に必要な事項を書いて、9月18日(必着)までに同協議会事務局(交通政策課内 ☎042-769-8249)へ

1月14日(祝) 平成25年はたちのつどい(成人式)

新たに成人となる人を祝う「はたちのつどい」を開催します。
対象 平成4年4月2日～5年4月1日に生まれた人
 ※対象者には、案内状を11月中旬に郵送します。

住んでいる区・地区 (一部公民館区)	時間	会場
緑区 大沢、津久井	午前10時40分～11時30分	杜のホール はしもと
橋本(橋本公民館区)、藤野	午後0時40分～1時30分	
橋本(相原公民館区)、城山、相模湖	午後2時40分～3時30分	
中央区 上溝、田名、横山、星が丘 (一部の大沢地区を含む)	午前10時40分～11時30分	市民会館
清新、中央、光が丘	午後0時40分～1時30分	
大野北、小山	午後2時40分～3時30分	
南区 大野南、麻溝、相模台	午前10時40分～11時30分	グリーンホール 相模大野
相模台、東林、新磯、大野中	午後0時40分～1時30分	

※地区(一部公民館区)について詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「青少年」→「青少年・成人に関する催し」をご覧ください。

「はたちのつどい」を自分たちで作りませんか?

「式典に出席するだけでなく、思い出に残る成人式を企画したい」という新成人が集まり、式をつくりまします。あなたも参加してみませんか。

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号を書いて、こども青少年課 (Eメール seisyonen@city.sagamihara.kanagawa.jp) へ

お問い合わせ こども青少年課 ☎042-769-8289

**参加者募集 就職活動を迎える学生の皆さんへ
キャリア支援(4STEP PROGRAM 2012)**

相模原市、町田市の魅力あるさまざまな企業への訪問や、実務経験豊かな講師陣による就職セミナーなどを通して、より明確なキャリア意識を身に付ける体験型キャリア支援プログラムを行います。

コース	STEP 1 事前学習	STEP 2 企業訪問	STEP 3 課題作成	STEP 4 発表・交流会
業界を牽引している企業	9月4日 (火)	9月7日(金)	グループ ごとに レポート 作成	11月17日 (土)
メイド・イン・さがみはら企業		9月10日(月)		
暮らしに密着企業		9月12日(水)		
オンリーワンの技術を持つ企業	9月13日(木)			
ホスピタリティ第一企業	9月5日 (水)	9月14日(金)		

時間 STEP 1 = 午前9時～午後5時、STEP 2 = 午前9時～午後7時
STEP 4 = 午後3時～7時

会場 STEP 1・4 = さがまちコンソーシアム (相模女子大学内)

対象 大学生、大学院生、短期大学生、高等専門学校生

定員 各コース10人程度 (抽選)

申し込み 同コンソーシアムのホームページ (http://sagamachi.jp/) から8月26日までに申し込んでください。

お問い合わせ さがまちコンソーシアム事務局 ☎042-703-8535

**受講者募集 お店開業の基本を伝授
チャレンジショップセミナー**

開業の準備の進め方や事業計画の作成方法などの説明、市の開業支援制度(チャレンジショップ支援事業)の紹介をします。

日にち	時間	会場	定員	費用
9月1日(土)	午前10時～ 午後4時	産業会館	各30人 (申込順)	各 1,000円 (テキスト代)
9月9日(日)		大野南公民館		
9月5日・12日の水曜日	午後7時～9時	橋本公民館		

申し込み 直接か電話で商業観光課へ

※詳しくは、市ホームページの「産業・ビジネス」→「創業したい人向け情報」をご覧ください。

※9月～10月に、市内の商店街の空き店舗で出店をめざす人から事業計画を募集します。審査のうえ、入選者には奨励金などの支援をします。詳しくは、本紙9月1日号でお知らせします。

お問い合わせ 商業観光課 ☎042-769-9255

**緑区・中央区・南区 区ビジョン(案)
パブリックコメントの結果**

6月1日～7月2日に実施した各区区ビジョン(案)について、表のとおりご意見をいただきました。

いただいたご意見の概要や市の考え方については、各区役所地域政策課・行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・公民館(青根・沢井公民館を除く)・図書館で閲覧できるほか、市ホームページの「市へのご意見・ご提案」→「パブリックコメント」でもご覧になれます。

区	提出者数	意見数
緑区	2人	4件
中央区	3人	4件
南区	8人	13件

お問い合わせ 緑区役所地域政策課 ☎042-775-8801
中央区役所地域政策課 ☎042-769-9801
南区役所地域政策課 ☎042-749-2135

**国民年金保険料
後納制度(納付期限の延長)が開始**

国民年金保険料は納付期限から2年を超えると納付できませんが、10月から3年間に限り、過去10年以内の未納の保険料を納付できる後納制度が始まります。後納する場合は事前の申し込みが必要です。審査後、納付書が送付されます。

お問い合わせ 国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050
(IP電話等からは ☎03-6731-2015)
相模原年金事務所 ☎042-745-8101

**児童扶養手当の認定を受けている人へ
現況届を提出してください**

現況届を8月31日までに必ず本人が提出してください(支給停止中の人も含む)。現況届を2年間提出しない場合は、手当を受けることができなくなります。

※必要書類や受付場所など詳しくは、7月下旬に送付した通知をご覧ください。

お問い合わせ こども青少年課 ☎042-769-8232

まちなみウォッチング

バスで小原宿本陣、新堀用水路、鳥居原ふれあいの館などを巡り、さまざまなまちの表情を見つけていきます。

日時 9月14日・21日の金曜日午前9時～午後5時

集合・解散場所 市役所か橋本駅 **費用** 各50円(損害保険代)

対象 市内在住か在勤・在学の20歳以上の人=各18人(抽選)

申し込み はがきかファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、職業、電話番号、希望日を書いて、8月15日(必着)までに、街づくり支援課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9252 042-754-8490 Eメール machidukuri-2@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

**さがみはら・ふれあいハートポイント事業
登録説明会**

市内の受け入れ協力機関(高齢者福祉施設など)で行うボランティア活動をポイントに換え、貯まったポイントを報償金として還元します。

日にち	時間	会場
8月30日(木)	午後2時 ～3時	南保健福祉センター
9月19日(水)		シティ・プラザはしもと

対象 市内在住の65歳以上の人 ※希望者は直接会場へ
※ボランティア受け入れ協力機関も募集しています。

お問い合わせ 介護予防推進課 ☎042-769-9249

家族介護慰労金の支給

対象 市内在住の要介護4・5に認定された65歳以上の人を1年以上介護保険サービスを利用しないで自宅で介護してきた人

※支給決定された基準日から1年間は申請できません。

支給額(年額)	申請受付期間など		
	基準日	申請受付期間	支給月
市民税非課税世帯=10万円 その他世帯 = 6万円	8月1日	8月31日まで	12月

申し込み(直接各窓口へ)・お問い合わせ

介護予防推進課緑班 ☎042-775-8812	城山保健福祉課 ☎042-783-8120
介護予防推進課中央班 ☎042-769-8349	津久井保健福祉課 ☎042-780-1408
介護予防推進課南班 ☎042-701-7704	相模湖保健福祉課 ☎042-684-3215
お近くの地域包括支援センター	藤野保健福祉課 ☎042-687-2159

**市民・行政協働運営型市民ファンド「ゆめの芽」
助成金交付事業の公開中間ヒアリング**

事業の進捗状況、内容などの報告やヒアリングを行います。

日時 8月25日(土) 午後1時30分～4時

会場 けやき会館 **定員** 40人(先着順)

※傍聴希望者は直接会場へ

お問い合わせ 市民協働推進課 ☎042-769-9225

**8月31日まで
相模原お店大賞 投票受け付け中**

お気に入りの市内のお店(大型店、チェーン店、歴代受賞店を除く)を投票してください。抽選で12人に賞品が当たります。

投票方法 お店大賞公式ホームページ (http://sagamihara-omise.com/) から8月31日までに投票してください。

お問い合わせ 相模原商工会議所 ☎042-753-8136

～スポーツ・レクリエーションを楽しもう～

みんなの スポ・レク情報

市民健康文化センターの教室〈全10回〉

教室名	日にち	時間	対象
初級エアロビクス	9月7日～12月7日の金曜日(10月12日～26日、11月23日を除く)	午前9時30分～10時30分	18歳以上の人
フラダンス		午前11時～正午	
初心者水泳		午後3時～3時45分	
親子水泳★	9月11日～12月4日の火曜日(10月9日～23日を除く)	午後1時～2時	65歳以上の人
いきいき健康づくり		午後2時30分～3時30分	
ヨガ		午前9時30分～10時30分	
アロマストレッチ	9月12日～12月5日の水曜日(10月10日～24日を除く)	午前11時～正午	10か月～2歳の子どもの保護者
親子ふれあいヨガ☆		午後3時30分～4時15分	
幼児水泳		午後4時30分～5時30分	
小学生水泳	9月13日～12月6日の木曜日(10月11日～25日を除く)	午前11時～正午	60歳以上の人
シニア水泳		午後3時45分～4時30分	
幼児水泳		午後4時45分～5時45分	
小学生水泳			小学校4～6年生

定員 各30人(抽選)、★と☆は各20組(抽選)
 費用 各5,000円、★は7,000円、☆は6,000円
 ※水泳教室はプール利用料が別途必要です。
 申し込み 直接か電話で8月15日までに同センター(☎042-747-3776)へ

相模の大風センターの教室

ペーパードール教室
 ティッシュペーパーとペットボトルを使って人形を作ります。
日時 8月22日(水) 午前10時～正午
対象 小学生以上の人=15人(申込順)
費用 400円(材料費など)

親子で楽しむ風作り教室
 作り方が簡単なダイヤ風を作って風揚げをします。
日時 8月25日(土) 午後1時30分～4時
定員 20人(申込順)
 ※小学生以上は1人でも参加できます。
費用 500円(材料費など)

申し込み 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

16ミリフィルム映画鑑賞会

「ホテル」(2001年/日本/カラー/主演 高倉健)を16ミリフィルムで上映します。
日時 8月19日(日)・21日(火) 午後2時～4時
会場 市立図書館(中央区鹿沼台)
定員 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ
お問い合わせ 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

小原宿本陣の発掘調査見学会

敷地内で行っている発掘調査の現場を公開します。調査員による解説もあります。
日にち 8月18日(土)〈雨天中止〉
時間 午前10時～午後4時(解説は午前11時、午後2時)
 ※希望者は直接会場へ
お問い合わせ 文化財保護課 ☎042-769-8371



小原宿本陣

図書館のおはなし会

催し名	日時	会場	定員(先着順)	お問い合わせ
夏のこわいおはなし会	8月8日(水) 午後2時～3時	相模大野図書館	150人	相模大野図書館 ☎042-749-2244
夏の大きなおはなし会	8月17日(金) 午後3時30分～4時15分	市立図書館(中央区鹿沼台)	80人	市立図書館 ☎042-754-3604
夏のおはなし大会	8月22日(水) 午後4時～4時45分	ミウヰ橋本5階 コミュニティルーム	20人	橋本図書館 ☎042-770-6600

法政クラブスポーツ教室

教室名	日にち	時間	対象	費用
スイミング〈全4回〉	10月13日、11月17日、12月15日、平成25年1月19日の土曜日	午前9時30分～10時30分	1.泳法以上が50m以上泳げる ○小・中学生 ○高校生以上の人	小・中学生 =6,000円 高校生以上 =8,500円
バドミントン〈全8回〉	10月27日～12月15日の毎週土曜日	午前9時30分～10時50分 午後11時～午後0時20分	小学生 中学生以上の人	小・中学生 =8,000円 高校生以上 =1万6,000円

会場 法政大学総合体育館(町田市相原町4342) 定員 各20人(申込順)
 ※申込方法など詳しくは、各教室開始日の1週間前までに同クラブへお問い合わせください。
お問い合わせ 法政クラブ ☎042-783-2720

After the War 隆盛する戦後の欧米版画展

20世紀後半の美術を華やかに彩った、アメリカとヨーロッパの版画約130点を紹介します。
期間 8月4日(土)～9月23日(日)
時間 午前10時～午後5時(土・日曜日、祝日は午後5時30分まで)
 ※入場は閉館時間の30分前まで
会場 町田市立国際版画美術館(町田市原町田4-28-1)
観覧料 600円(大学生・高校生・65歳以上の人300円、中学生以下の方は無料)
 ※8月4日は無料
休館日 月曜日(9月17日を除く)、9月18日(火)



ロイ・リキテンスタイン「船上の少女」1965年 スクリーンプリント © Estate of Roy Lichtenstein, New York & JASPAR, Tokyo,2012

お問い合わせ
 町田市立国際版画美術館 ☎042-726-2771

相模原ごみDE71大作戦

日にち
 ○8月17日(金)
 ペットボトルを利用して簡単な手作り顕微鏡を作ってみよう
 ○8月18日(土)
 家庭から出た食用廃油で石鹸やエコキャンドルを作ってみよう
時間 午前10時～正午
会場 環境情報センター
対象 小学生とその保護者=各15組(申込順)
申し込み 電話で8月16日までに麻溝台環境事業所(☎042-747-1241)へ



ペットボトルで作った顕微鏡

お問い合わせ 銀河アリーナ ☎042-776-5311

銀河アリーナの催し

都市整備公社設立50周年記念事業

8月5日(日)プール感謝デー

●プールの無料開放
時間 午前9時～午後9時30分
 ●水中パフォーマンスショー
 水中パフォーマンス集団「トゥリトネス」によるショー
時間 午後2時～3時
 ※希望者は直接会場へ



教室名	日にち	時間	対象・定員(申込順)	費用
①樹脂粘土のクローバー作り	8月18日(土)	午前10時～正午	小学生以上の人=30人	1,000円
②ジュニア水泳〈全5回〉	8月21日(火)～25日(土)	午前10時～11時45分	小学生=30人	4,000円
③ピラティス〈全10回〉	9月6日～11月15日の毎週木曜日(10月25日を除く)	午前10時～11時30分	18歳以上の人=各20人	5,000円
④練功十八法〈全10回〉		午後3時～4時30分		4,500円

申し込み ①直接か電話で15日までに、②～④往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名を書いて8月②8日③④15日(必着)までに、同所(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6)へ

北総合体育館の教室〈全8回〉

教室名	日にち	時間	定員(抽選)
弓道	9月8日～11月3日の毎週土曜日(10月20日を除く)	午前9時30分～11時30分	40人
バドミントン	9月14日～11月2日の毎週金曜日		50人

対象 15歳以上の人(中学生を除く)
費用 1回200円(65歳以上の人100円)
申し込み 往復はがき(1枚1教室)に住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を書いて、8月15日(必着)までに同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

市体育協会からのお知らせ

夏休みジュニアボウリング教室

日にち 8月27日(月)・28日(火)
時間 午前10時～午後0時30分
会場 相模ファーストレイン(☎042-755-1088) 相模原パークレーンズ(☎042-755-1110) 南橋本ボウル(☎042-771-8868)
対象 市内在住か在学の小・中学生
定員 各20人(申込順) **費用** 各1,000円
申し込み 直接か電話で各会場へ

中級テニス教室

日にち 9月17日(祝)〈予備日9月23日(日)〉
時間 午前9時～午後4時20分
会場 淵野辺公園テニス場
対象 市内在住か在勤・在学の高校生以上の人
定員 70人(抽選) **費用** 4,500円

申し込み 市テニス協会ホームページからか、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、テニス歴、「中級テニス教室」と書いて、8月30日(必着)までに市体育協会へ

初級・中級水泳教室〈全10回〉

クラス	日にち	時間	定員(抽選)
午前	9月4日～11月6日の毎週火曜日	午前10時～正午	80人
夜間	9月5日～11月7日の毎週水曜日	午後7時～9時	60人

会場 さがみはらグリーンプール
対象 市内在住か在勤の18歳以上の人
費用 6,000円
申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、クラス名を書いて、8月14日(必着)までに市体育協会へ

運動会親子かけっこレッスン

日にち	時間	会場	対象
8月23日(木)		相模原麻溝公園競技場	
コース	時間	対象	
①	午前8時30分～10時	小学校1・2年生とその保護者	
②	午前10時30分～正午	小学校3～6年生とその保護者	

定員 各10組(申込順) **費用** 各500円
申し込み 電話か、ファクス、Eメールに住所、全員の氏名(ふりがな)、年齢・学年・性別、電話番号、①か②、「かけっこレッスン」と書いて同競技場(☎042-777-6088 FAX042-777-0161 Eメール asa mizo-stadium@dream.jp)へ

市体育協会 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内 ☎042-751-5552 [HP](http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/) http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

あじさいカップテニストーナメント

(一般・小学生シングルス)
日にち 9月29日～10月14日の毎週土・日曜日
時間 午前9時
会場 淵野辺公園テニス場ほか
対象 市内在住か在勤・在学、市内テニスクラブに在席している人
費用 4,000円(小学生1,000円)
 ※申し込み方法など詳しくは、市テニス協会ホームページをご覧ください。
市ダンススポーツ競技大会(市長杯争奪)
日時 9月30日(日) 午前10時～午後6時
会場 総合体育館
参加費 1区分2,000円から
申し込み 市体育協会にある申込用紙を9月3日(必着)までに市ダンススポーツ連盟へ

さがみはらグリーンプールの催し

講座・教室 申し込み 直接か電話で同プールへ

講座・教室名	日にち	時間	対象・定員(申込順)	費用
お腹引き締め〈全2回〉	8月13日(月)・14日(火)	午前11時～正午	15歳以上の人(中学生を除く)=15人	400円
シェイプアップ〈全3回〉	8月15日(水)～17日(金)	午後2時～3時	15歳以上の人(中学生を除く)=20人	600円
はじめてのビーズアクセサリー	8月18日(土)	午前10時～午後1時	小学校1年生以上の人=20人(小学校3年生以下の方は保護者同伴)	各1,000円
絵手紙体験	8月31日(金)	午前10時～正午	18歳以上の人=20人	
enjoyダンス〈全6回〉	8月21日(火)～26日(日)	午後1時～2時	小学校1～3年生=15人	各1,200円
		午後2時30分～3時30分	小学校4年生～中学校3年生=15人	
健康エクササイズ	9月3日(月)	午前11時～正午	60歳以上の人=20人	200円

秋季水泳教室

教室・クラス名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用	申し込み
幼児〈全8回〉	火曜日	9月4日～10月23日	午後4時～5時	3歳以上の未就学児	7人	往復はがき(1枚1教室)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、教室・クラス名を書いて、8月10日(必着)までに同プールへ
	水曜日	9月5日～10月24日			3人	
	金曜日	9月14日～11月9日(10月12日を除く)			5人	
小学生〈全8回〉	火曜日	A=水慣れ～クローリング	A=午後5時～5時50分 B=午後6時～6時50分	小学生	A=2人 B=3人	各2,000円
	水曜日	B=背泳ぎ・平泳ぎ			A=7人 B=2人	
	木曜日	バタフライ			A=4人 B=8人	
中高生〈全8回〉	9月14日～11月9日(10月12日を除く)の毎週金曜日	午後6時～7時	中学生・高校生	20人	各5,000円	
親子〈全8回〉	9月6日～10月25日の毎週水曜日	午前11時～正午	おむつが取れている2歳以上の未就学児とその保護者	20組		
	成人〈全8回〉	クローリング	9月4日～10月23日の毎週火曜日	18歳以上の人		各30人
バタフライ						
スイム1000						
平泳ぎ		9月5日～10月24日の毎週水曜日				
背泳ぎ						
はじめてクローリング	9月14日～11月9日(10月12日を除く)の毎週金曜日	午後6時～7時				
飛び込み〈全7回〉	初心者・初級	9月1日・29日、10月6日・20日・27日、11月3日・10日の土曜日	午後6時～7時30分	小学生以上で25m以上泳げる人	30人	各7,000円(中学生以下の人3,500円)
	中・上級		午後7時30分～9時	25人		

情報 あら・かると

市役所 ☎042-754-1111(代)

お知らせ

平和を願って黙とうを

世界恒久平和と戦争犠牲者の冥福を祈り、黙とうをお願いします。

	日にち	時間
広島	8月6日(月)	午前8時15分
長崎	8月9日(木)	午前11時2分
終戦	8月15日(水)	正午

問 地域福祉課

市慰霊塔への戦没者の合祀

日 10月6日(土)

申 合祀を希望するご遺族は戦没者の写真等を持って、8月31日までに地域福祉課(☎042-769-9222)へ

緑区区民会議

日 8月10日(金)午後2時30分～4時

会 社のホールはしもと多目的室
傍聴席 20席(抽選)

※傍聴希望者は午後2時10分～2時25分に直接会場へ

問 緑区役所地域政策課(☎042-775-8801)

マンション管理 無料相談会

日 8月12日(日)午後1時～5時

会 市民会館

対 市内のマンション管理組合役員と居住者=10組(申込順)

申 電話で県マンション管理士会相模原市支部(☎046-256-2683)へ

リサイクル家具の展示・提供

会 橋本台・新磯野リサイクルスクエア

対 市内在住の中学生以上の人(1人1点限り)

申 直接、8月20日までに各会場へ

問 資源循環推進課

福祉有償運送運営協議会

NPO法人などが登録申請する際の輸送の必要性や条件等を協議

日 8月22日(水)午前9時30分

会 ウェルネスさがみはら

※傍聴希望者は直接会場へ

問 障害福祉課

施設のお休み

環境情報センター

日 8月12日(日)・16日(木)

問 同所(☎042-769-9248)

建物の耐震巡回相談

日 8月15日(水) 会 橋本公民館

時 午後1時30分～4時30分

※希望者は直接会場へ。確認通知書と図面があれば持参してください。

問 建築指導課

ふじの体験の森やませみ

11月分の利用申し込み

対 18歳以下で構成され、20歳以上の引率者がいるおおむね20人以上の青少年団体

宿泊利用(日帰り利用可)	11月3日(祝)～4日(日)
	10日(土)～11日(日)
申込期間	17日(土)～18日(日)
	○23日(祝)～25日(日)
※○印は、2泊3日、1泊2日のどちらも利用可	

宿泊利用(抽選)
8月10日まで
宿泊利用空き室(申込順)
8月21日から
日帰り利用(申込順)
8月1日から

申 申込期間に直接同所へ
※利用者登録カードを持っている人は、市ホームページやさがみはらネットワークシステムからも申し込みできます。

問 同所(☎042-686-6025)

宿泊利用①相模川清流の里

②たてしな自然の村

10月まで平日に空きあり

申 随時受け付け

11月分の抽選申し込み さがみはらネットワークシステムが商業観光課、各まちづくりセンター・出張所・公民館にある申込書を8月10日までに各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは8月21日から電話で①☎0120-988-547②☎0267-55-6776へ

11月の休館日 ①12日(月)・13日(火)②7日(水)・20日(火)・28日(水)
②日～金曜日は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

変更 本紙7月15日号7頁掲載のひかり祭り 入場料

入場料を次のとおり変更します。(変更前)3,000円

(変更後)一般=3,500円、市内在住か在勤・在学の人=3,000円

※いずれも3日間通し料金

問 同祭り実行委員会の小田嶋さん(☎080-3448-6090)

募集

介護予防推進課の非常勤保健師

介護予防に関する保健指導など
勤務 月～金曜日の午前9時30分～午後4時(勤務日時は応相談)

賃金 時給1,760円

対 保健師の免許がある人=若干名

申 電話で介護予防推進課(☎042-769-9249)へ

就学時健康診断事務補助員

10月～12月に行う来年度小学校入学予定者の健康診断の事務補助

賃金 時給885円

申 学校保健課(☎042-769-8283)

へ電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)を持って、8月20日(月)=津久井総合事務所第1会議室、9月3日(月)=市役所会議室棟第2会議室、9月5日(水)=市南区合同庁舎3階講堂へ
※時間はいずれも午前10時～正午

市医師会の常勤事務職員

対 平成21年4月～25年3月末に4年制大学を卒業したか卒業見込みで、普通自動車運転免許がある人

申 履歴書(写真貼付)を直接(土・日曜日を除く)か郵送で、9月3日までに同会総務課(〒252-0236 中央区富士見6-1-1 ☎042-755-3311)へ

リサイクルフェア2012のフリーマーケット出店者

日 10月21日(日)〈雨天中止〉

時 午前10時～午後3時

会 相模原麻溝公園 費 1,000円

対 市内在住の人=58人(抽選)

※業者の出店、飲食物(缶詰などを含む)・手作り品・生き物・電化製品・大型家具、会場内等で入れた物品の販売不可

※1人1区画(3m×2m)

申 往復はがき(1世帯1枚)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、販売品目、「フリーマーケット出店希望」と書いて、8月15日までに同フェア実行委員会事務局(資源循環推進課内 〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8245)へ

みどりのカーテン自慢コンテスト

対 市内で栽培をした人(一般の部・団体の部(事業所など)・公共施設の部(保育園、幼稚園を含む))

申 郵送かEメールに住所、氏名、電話番号、「カーテン自慢」と書いて、写真(Eメールの場合は写真データを添付)を8月31日までに市みどりの協会(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 [E] info@sagamihara-green.or.jp ☎042-777-2860)へ

さがみはら環境まつりのボランティア

9月30日(日)に環境情報センター等で行う同まつりのボランティア

対 高校生以上の人=100人(申込順)

申 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、学校名、学年を書いて9月10日までに同センター(☎042-769-9248 042-751-2036 [E] kankyo@eic-sagamihara.jp)へ
※募集要領は同センターホームページからご覧になれます。

イベント

2012市民平和のつどい「平和・原爆ポスター展」

日にち	会場
8月2日(木)～15日(水)	市南区合同庁舎1階
8月3日(金)～9日(木)	シティ・プラザはしもと内6階
8月4日(土)～17日(金)	あじさい会館

問 渉外課

市文化協会祭

文芸展示

短歌、茶会、囲碁・将棋など

日 8月17日(金)～19日(日)

時 午前10時～午後5時(17日は午後1時から、19日は午後4時まで)

芸能発表

洋舞、民謡、マジック、太鼓など

日 8月19日(日) 正午～午後5時

会 あじさい会館
※観覧希望者は直接会場へ
問 同協会の小山内さん(☎042-756-4194)

凡例 日=日時 日=日にち 時=時間 会=会場 講=講師 対=対象 費=費用(記載のない場合は無料) 定=定員(指定のないものは選考) 申=申し込み(期限で指定のないものは、必着) 問=お問い合わせ 電=電話 ファ=ファクス E=Eメール HP=ホームページ

津久井日帰り観光体験ツアー

酒まんじゅうの製造体験など
日 9月1日(土)、10月6日(土)
時 午前10時~午後4時
集合場所 伊勢丹相模原店前、市役所、橋本駅南口のいずれか
定 各25人(申込順)
費 各4,200円(昼食代等を含む)
※申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。
問 津久井湖観光センター(☎042-784-6473)

ブルーベリーまつり

ブルーベリーの摘み取りとジャム作り体験、特産品販売など
日 8月4日(土) 午前9時~午後3時(受け付けは2時まで)
会 オギノパン駐車場(緑区長竹2841)ほか
費 摘み取り500円(小学生以下200円)、ジャム作り200円(材料費)
※希望者は直接会場へ
問 津久井経済観光課(☎042-780-1416)

県立相模原公園の催し

- ①園芸教室「失敗しない秋やさいの作り方」
日 8月19日(日)
時 午後1時30分~3時30分
対 小学生以上の人=40人(申込順)
②自然観察会「セミの生態を詳しく知ろう」
日 8月25日(土) 午後1時~3時
定 40人(申込順)
費 300円(小学生以下は無料)
③夏休み子ども大会
竹細工の体験、ヨーヨー釣りなど
日 8月5日(日) 午前10時~午後3時
サカタのタネグリーンハウスの催し
④子ども観客のための企画展
連続写真等で学ぶ動画の仕組み
日 8月7日(火)~19日(日)
※8月13日(月)は休館
時 午前9時30分~午後4時30分
⑤「コオロギ相撲」の文化体験と自然観察会〈全2回〉
日 9月2日・9日の日曜日
時 午後2時30分~4時 費500円
対 小学生以上の人=32人(申込順)
申 ①②⑤電話で同公園へ
問 同公園(☎042-778-1653)

子ども自然体験キャンプ

野外炊事やキャンプでの宿泊など
日 9月15日(土)~17日(祝)〈2泊3日〉
会 ふじの体験の森やませみ
対 市内在住の小学校4~6年生
定 36人(抽選) 費5,000円
申 往復はがきかEメールに住所、氏名、学校名、学年、性別、保護者名、電話番号、「子ども自然体験キャンプ」と書いて、8月15日までにさがみネイチャーフレンドの関口寿和さん(〒252-0237 中央区千代田6-6-3-101 E info@sagami-nf.net ☎090-4547-9076)へ

さがみはら国際交流ラウンジの催し

カナダ人国際交流員と一緒にカナダ文化を英語で楽しく学ぼう!
日 8月26日(日) 午前10時~正午
対 市内在住か在学の小学校1~3年生=20人(抽選)
カナダ人国際交流員と一緒に英語でスイーツを作ろう!
日 8月28日(火)
時 午後1時30分~3時30分
会 大野北公民館 費300円(材料費)
対 市内在住か在学の小学校4~6年生=20人(抽選)
申 電話で8月13日までに同ラウンジ(☎042-750-4150)へ

発見しよう!まちの中の小さな自然

自然観察指導員と一緒に植物や生き物を観察
日 8月15日(水)〈荒天中止〉
時 午前9時30分~11時30分
会 環境情報センター周辺
※希望者は飲み物と帽子、ルーペなど観察に必要な道具(貸し出しあり)を持って、直接会場へ
問 同センター(☎042-769-9248)

ソレイユさがみの催し

女性のための個別キャリアカウンセリング
日 8月24日(金) 午前9時~10時30分
定 各1人(申込順)
女性のための心とからだの健康相談
日 8月25日(土)
時 午後1時30分~2時30分
定 各1人(申込順)

男の腕まくり「料理の基本のワザを身につける」

肉じゃが、キュウリのザーサイなど
日 9月1日(土) 午前10時~午後1時
定 30人(申込順)
費 550円(材料費・保険料)
イライラ・もやもやスッキリ!ハーブでセルフケア~月経前のストレスを軽くするヒント~
日 9月9日(日) 午前10時~正午
対 女性=20人(申込順) 費500円
申 直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、催し名を書いて、ソレイユさがみ(緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと内 ☎042-775-1775 ファ042-775-1776)へ
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

講演・講座

旧石器ハテナ館の体験教室 勾玉作り

日 8月19日(日) 午後2時~4時
対 小学生以上の人=30人(申込順)
費 300円(材料費)
申 電話で同館(☎042-777-6371)へ

ふれあい万華鏡作り教室

ビーズや和紙を使い万華鏡作り
日 8月19日(日) 午前10時~正午
会 老人福祉センター 溪松園
対 市内在住の60歳以上の人とその孫(小学生)=8組(申込順)
費 1個1,200円
申 直接か電話で8月18日までに同園(☎042-761-9291)へ

ふれあい童謡教室〈全10回〉

日 9月4日~11月6日の毎週火曜日 午前10時~11時30分
会 新磯ふれあいセンター
対 市内在住の60歳以上の人
定 40人(申込順) 費2,000円
申 直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ

みどりの講習会「藤田 智の夏から始めるプランターで野菜作り」

日 9月9日(日) 午前10時~正午
会 サン・エールさがみはら
定 50人(申込順) 費500円
申 電話でみどりの協会(☎042-777-2860)へ

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。

- ▼ダンスパーティー 8月13日(月)・18日(土)・27日(月) 午後1時~4時、サン・エールさがみはら。費用各600円 問小沼(☎090-8740-7580)
▼相模原地区障害児・者作品写真展 8月24日(金)~26日(日) 午前10時~午後8時、イオン相模原店1階(南区古淵) 問佐藤(☎042-777-0111)
▼上南高SFP三大学連携シンポジウム「私たちが守る地域・地球の環境」 8月25日(土) 午後1時30分~4時、上溝南高校。定員100人(先着順) 問田口(☎042-778-1614)
▼教養講座「東海大学医学部腎・代謝内科学 谷亀光則准教授のメタボリックなんて怖くない!」 9月8日(土) 午前11時~正午、ラポール千寿閣(南区上鶴間本町)。定員50人(先着順) 問今泉(☎090-9019-2979)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- ▼料理 毎月第2日曜日 午前10時、上溝公民館。対象は男性 問迫(☎042-759-3756)
▼社交ダンス 月3回水曜日 午後1時30分、サン・エールさがみはらほか。対象は女性 問堀内(☎042-774-2007)
▼スクエアダンス 月3回日曜日 午後1時30分、サン・エールさがみはら 問小方(☎090-3472-8608)
▼リズム&ストレッチ体操 月3回木曜日 午前10時、中央公民館ほか。体験可 問能條(☎042-733-1132)
▼英会話 毎週土曜日 午前9時30分、大野北公民館ほか。対象は中級をめざす人 問永井(☎042-783-3724)
▼ダンス 毎週火曜日 午後7時30分、横山公民館。初心者歓迎 問遠藤(☎090-7197-8584)
▼カラオケ 毎週火曜日 午後2時、サン・エールさがみはら。対象は女性。見学可 問中谷(☎090-4204-4458)

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 ファ042-753-7831)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か月以内、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)。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

希望者は
直接会場へ

がんばれ
岩清水選手

ロンドンオリンピックサッカー日本女子
パブリックビューイングを開催



みんなでなでしこジャパンを 応援しよう



本市在住の岩清水 梓選手が選出されている、
なでしこジャパンを応援しよう。来場者には応援
グッズをプレゼントします。

	日にち	キックオフ	会場	定員(先着順)
準決勝戦 ※グループステージの 結果により、時間が 変わります。	8月7日(火)	午前1時 (開場0時)か、 午前3時45分 (開場3時)	南市民 ホール	400席
3位決定戦 ※準決勝で負けた場合	8月9日(木)	午後9時 (開場8時)	市民会館	800席
決勝戦 ※準決勝で勝った場合	8月10日(金)	午前3時45分 (開場3時)		

ご注意ください

- なでしこジャパンが準決勝に進出せず、敗退した場合は実施しません。
- 実施状況は市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。
- 未成年者は保護者同伴でお越しください。
- 駐車場に限りがあるため、乗り合わせやその他の交通機関でご来場ください。
- ホール内は飲食できません。

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777 (午前8時~午後9時)

2012全日本社会人体操競技 選手権大会を開催



内村航平選手

ロンドンオリンピック体操競技日本代表の
内村航平選手や田中理恵選手をはじめ、トッ
プ選手が技を競います。

日にち 9月15日(土)~17日(祝) ※トップ選手は17日に出場
会場 総合体育館

費用 1,000円(チケット代、17日のみ) ※15日・16日は無料
※チケットは8月17日(金) 午前8時30分から総合体育館、北総合
体育館で販売(各150枚、1人2枚まで・先着順)します。

※当日券あり(総合体育館のみ)

※時間など詳しくは決まり次第、市ホームページでお知らせします。

お問い合わせ 総合体育館 ☎042-748-1781

幽玄の世界 相模原薪能



日時 8月16日(木) 午後6時30分~8時30分

会場 相模女子大学グラウンド(南区文京)

※悪天候時はグリーンホール相模大野にて実施

演目 能「天鼓」ほか

※観覧希望者は直接会場へ(入場整理券は不要)

※予約席あり(200席、1席500円)。8月3日(金) 午前10時から
グリーンホール相模大野、市民会館、杜のホールはしもと各チケ
ットカウンター窓口で販売(1人2枚まで、先着順)。

お問い合わせ 市民文化財団 ☎042-749-2205

相模川ふれあい科学館の催し

ふれあい科学館感謝月間!

相模川ふれあい科学館はリニューアルのため9月1日から平成26年3月
中旬までお休みします。日頃の感謝を込めて8月はイベントがいっぱい!

8月31日(金)まで

写真と生きもので綴るふれあい科学館

開館から今までを、写真や人気のあった生き物で振り返ります。

展示生物 クラゲの仲間、サメの仲間など

マンズリー水槽

今年度のテーマは『飼育係は この生きものが好き!!』。

展示生物 スッポンモドキ

夏休みの宿題お助け企画「元気にそだて! タナゴっち!!」

希少魚類タナゴの仲間が卵から成長していく
様子を観察できます。



タナゴのし魚

8月11日(土)~13日(月)

シーズンフェア夏

模擬店出店 午前10時から

ミニSL乗車会 午前10時~午後4時(13日は午後3時30分まで)

※同館の入館券で乗車できます。

ザリガニ釣り 午前10時から ※15分交代制

定員 各回10人(先着順) 費用 1回100円

8月25日(土)・26日(日)

ありがとう またね! ペンギンのお散歩タイム

時間 午前11時、午後1時・3時 ※各15分

さよなら またね! カード配布

リニューアル後、このカードを持って来場すると、
記念品がもらえます。

配布枚数 5,000枚 ※1人1枚



会いに
来てね

相模川ふれあい科学館 ☎042-762-2110

開館時間 午前9時30分~午後5時(8月25日は午後7時まで)

入館料 300円(小・中学生100円、65歳以上の人150円)

8月は
無休

フィールドミュージアム企画

相模川探検隊

県水産技術センター内水面試験場などの見学や、生物観察会をしながら
相模川流域を散策します。

日にち 8月21日(火) 対象 小学生以上の人=20人(申込順)

相模原探検隊

バスで宮ヶ瀬ダムや津久井湖記念館などを巡ります。

日にち 8月22日(水) 定員 25人(申込順)

時間	午前9時30分~午後4時30分	費用	各300円
集合	相模川ふれあい科学館	申し込み	電話で同館へ

相模川ふれあい科学館出張イベント

カブトムシ・クワガタとミニ水族館が伊勢丹相模原店に登場!

みんな大好き!カブトムシ・クワガタ大集合!

期間 8月15日(水)~20日(月)

時間 午前10時~午後7時(20日は午後4時まで)

会場 伊勢丹相模原店本館6階こども広場

希望者は
直接会場へ

関連イベント

おさかな帽子を作ろう!

日時 8月15日(水) 午前11時、午後2時

定員 各20人(先着順)

生きものに触ってみよう!「タッチプール」

日にち 8月18日(土)・19日(日)

時間 午前11時~午後1時、午後2時~4時

お問い合わせ 伊勢丹相模原店 ☎042-740-1111



ザリガニにタッチ!

広報事業の財源とするため、広告を掲載しています。広告掲載の申し込みは広聴広報課(☎042-769-8200)へ。掲載した広告のお問い合わせは各広告主へ。



ウェルネス

広報 さがみはら 別冊 保健・介護予防事業案内

2012(平成24年)

通信

8/1

みんな元気! さがみはら 笑顔で楽しく健康づくり

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

主な実施会場

☉ ウェルネスさがみはら	中央区富士見 6-1-1
☾ シティ・プラザはしもと	緑区橋本 6-2-1
☺ 南保健福祉センター	南区相模大野 6-22-1
☼ 城山保健福祉センター	緑区久保沢 2-26-1
☽ 津久井保健センター	緑区中野613-2
☿ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
♁ 藤野総合事務所	緑区小淵2000

申し込み・お問い合わせ

① 介護予防推進課(介護予防班)	☎042-769-9249	⑧ 緑保健センター	☎042-775-8816
② 介護予防推進課(緑班)	☎042-775-8812	⑨ 中央保健センター	☎042-769-8233
③ 介護予防推進課(中央班)	☎042-769-8349	⑩ 南保健センター	☎042-701-7708
④ 介護予防推進課(南班)	☎042-701-7704	⑪ 城山保健福祉課	☎042-783-8120
⑤ 疾病対策課	☎042-769-8260	⑫ 津久井保健福祉課	☎042-780-1414
⑥ 健康企画課(成人)	☎042-769-8322	⑬ 相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
⑦ 健康企画課(母子)	☎042-769-8345	⑭ 藤野保健福祉課	☎042-687-5515
		⑮ 精神保健福祉センター	☎042-769-9818

子どもとお父さん、お母さんのための教室

※母子健康手帳と筆記用具を持参してください。

教室名	日にち	会場	内容・時間・対象など	申込
赤ちゃんセミナー	9月24日(月)	☺	離乳食の講習、簡単な実習と試食 時間 午後1時～2時15分、2時45分～4時 対象 開催日に、生後5～6か月になる初めての子の保護者とその家族 定員 各20人(申込順。調整あり) 申し込み 電話でコールセンター(☎042-770-7777)へ	
	9月28日(金)	☉		
ハローマザークラス (全3回)	9月11日(火) 18日(火) 25日(火)	☾	妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり 時間 午後1時30分～4時 対象 妊娠20週以降の初めて出産する人とその家族 申し込み 電話で8月31日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ	
ママの心のケアルーム 「ママの休み時間」	8月8日(水)	☉	「子育てに向いていない」「子どもがかわいく思えない」等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 時間 午前10時～11時30分 対象 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)	⑦

相談

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
健康相談 電話相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日を除く)	☾	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※☽☹☺☼は来庁相談のみ お問い合わせ ⑧⑨⑩	
	月・木曜日		☽		
	火曜日		☹		
	水曜日		☺		
	金曜日		☼		
生活習慣改善相談 (保健師・栄養士・健康運動指導士)	9月4日(火)	午前9時 9時30分 10時 10時30分	☉	生活習慣病予防のための体脂肪率の測定や個別相談 定員 各5人(申込順)	⑨
エイズ等の検査・相談	8月4日(土)	午後2時～4時	☾	エイズ、性器クラミジア、梅毒の検査・相談(無料・匿名) 定員 各12人(申込順)	⑤
	8月18日(土)		☉		
	8月7日～28日の毎週火曜日		☉		
ひきこもり相談会	8月15日(水)	午後2時～4時	☉	ひきこもり問題を抱える家族のグループ相談会 対象 市内在住か在勤の人	⑮
思春期・ひきこもり特定相談	8月16日(木)	午後2時～4時	けやき会館	専門医などが助言・指導します。 対象 思春期相談 13～17歳のメンタルな問題を抱える人とその家族等 ひきこもり相談 18歳以上でひきこもりの状態にある人とその家族等 定員 各2人(申込順。調整あり)	⑮
みんなのアルコール相談	8月21日(火)	午前10時～正午	☉	専門医などが、お酒の量を減らしたい、家族の飲み方が心配等の相談に応じます。 対象 アルコールに関する問題を持つ人とその家族 定員 2人(申込順。調整あり)	⑮
高齢者認知症相談	8月23日(木)	午前10時～正午	☺	専門医による認知症についての相談 定員 2人(申込順)	④
くすりの相談	8月16日(木)	午後1時30分～3時	☉	※希望者は直接市薬剤師会会議室へ お問い合わせ 市薬剤師会 ☎042-756-1502	

もっと健康になるための教室

教室名	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
ソフトエアロビクス	9月5日(水)	午前10時～正午		生活習慣改善と運動の必要性についての講義と実技ほか 対象 20歳以上で運動の実技に支障がない人 定員 25人(申込順)	⑨
運動プログラム作成コース	9月6日(木)	午後1時15分～4時15分	☉	体力測定と健診結果をもとに運動プログラムを作成 対象 20歳以上で肥満か、コレステロール値等が高く、運動が必要な人(6か月以内に受診した健診結果が必要) 費用 1,000円	
※受講後、運動習慣定着コース(10日間)に続けて参加できます。					
骨密度測定 de 骨元気アップセミナー	9月10日(月)	午前9時45分 10時15分 10時45分 午後1時30分 2時	☉	骨粗しょう症予防の話と骨密度測定。お口の元気チェックコーナーも同時開催 対象 20～70歳(昭和17年4月2日～平成5年4月1日生まれ)の人 定員 各25人(申込順) 費用 各700円	⑨

アルコール・薬物家族教室

アルコール・薬物問題を理解し、その対応を学びます。
日時 8月22日(水) 午後2時～4時
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住か在勤のアルコール・薬物問題のある人の家族
定員 10組(申込順)
申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

子育て広場 たんと

トイレトレーニングセミナー

子どもに無理をさせない「おむつはずれ」の進め方などについてお話しします。
日にち 8月26日(日)
時間 午前10時30分～11時30分、午後1時～2時
会場 伊勢丹相模原店(南区相模大野) 定員 各20組(申込順)
申し込み 電話でこども青少年課(☎042-769-9811)へ

健康診査・検診・検査

がん検診(胃・子宮・乳・肺・大腸)・お口の健康診査・肝炎ウイルス検診を、市内協力医療機関や公共施設などで実施しています。
※費用や日程など詳しくは、本紙9月1日号でお知らせします。
※肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルス感染者がいるなど)は、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。
申し込み・お問い合わせ 電話でコールセンター(☎042-770-7777)へ

元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

専属トレーナーが、体操や機器を用いた筋力トレーニングなどを指導します。

①	日にち	時間	会場	電話番号	費用
①	9月4日～10月11日の毎週火・木曜日	午後4時～5時	ほのぼのサービスセンター(緑区太井165-1)	☎042-780-7977(午前8時30分～午後5時)日曜日を除く	6,000円
②	9月4日～10月12日の毎週火・金曜日	午後1時～2時30分	ワールドウィング町田アネックス相模原(中央区清新5-24-12)	☎042-774-6725(午前8時30分～午後5時30分)土・日曜日、祝日を除く	4,000円
③	9月6日～11月22日の毎週木曜日	午後2時30分～4時	スポーツクラブルネサンス橋本(緑区橋本3-3-1)	☎042-775-6600(午前9時30分～午後10時)金曜日を除く	6,000円
④	9月14日～10月23日の毎週火・金曜日	午前11時～午後0時30分	相模原ドルフィンクラブ(緑区橋本1-4-1)	☎042-771-7333(午前10時～午後5時)8月11日～17日を除く	3,600円

対象 市内在住の65歳以上で、運動に支障がない人=各10人(抽選)
申し込み 電話で8月①20日②24日③30日④31日までに各会場へ

口腔がん検診

口腔粘膜の状態を検診します。むし歯、歯周病の検診は行いません。
日時 9月9日(日) 正午～午後4時(市が指定する時間)
会場 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみほら内)
対象 市内在住の40歳以上の人(今年度受診した人を除く)
定員 60人(抽選) 費用 500円
申し込み はがき(1人1枚)に住所、氏名、生年月日、電話番号、「口腔がん検診」と書いて、8月15日(必着)までに健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8345)へ

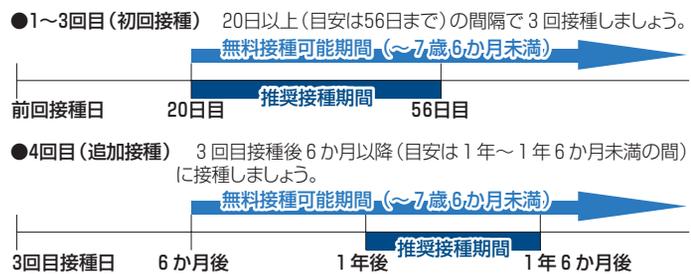
タバコをやめたい人・やめさせたい人のための禁煙サポート講座

禁煙に成功した人の体験談や、タバコ依存度の測定などを行います。
日時 9月1日(土) 午前10時～正午
会場 シティ・プラザはしもと 定員 50人(申込順)
申し込み 直接か電話で緑保健センター(☎042-775-8816)へ

9月から 不活化ポリオワクチンの予防接種 無料接種開始 ～集団接種はありません～

生ワクチンから不活性ワクチンへ変更することに伴い、集団接種から個別接種に変わります。接種方法も、経口接種(口から飲む)から皮下接種(皮下に注射)に変わります。
対象 市内に住民登録している生後3か月～7歳6か月未満の子ども

不活化ポリオワクチン接種回数〈全4回〉



予約 電話で各医療機関へ
※接種できる医療機関は市ホームページの暮らしの情報 → 子育て → 子どもに関する医療・健康 → 子どもの予防接種 をご覧になるか、お問い合わせください。
※予約票は各医療機関にあります。接種するときは体温計、筆記用具、母子健康手帳を持参してください。
※生ワクチンを2回接種している人は接種する必要はありません。1回接種している人は3回接種が必要です。
お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

市民公開講座 油脂との賢いつきあい方を知って、毎日の食生活に生かそう

健康維持や生活習慣病予防のための最新の知識を学びます。
日時 9月8日(土) 午後1時～3時
会場 麻布大学 定員 200人(申込順)
講師 奥山治美さん(金城学院大学教授) 鈴木平光さん(女子栄養大学教授)
申し込み 郵送かファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、「市民公開講座希望」と書いて、8月24日(必着)までに日本脂質栄養学会第21回大会事務局(〒252-5201 中央区淵野辺1-17-71 ☎042-850-2499 Eメール fns@azabu-u.ac.jp)へ

急病などで困ったときは(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 平日 午後5時～翌朝9時 土曜日 午後1時～翌朝9時 日曜日・祝日・年末年始 午前9時～翌朝9時 ※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行いません。 ※8月9日(木)～17日(金)は、24時間案内します。
歯科	休日急患歯科診療所 ☎042-756-1501 日曜日・祝日・年末年始の昼間 午前8時45分～11時30分、午後1時15分～4時30分
接骨	休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-194199 日曜日・祝日・年末年始の昼間 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 平日 午後5時～翌朝8時30分 土曜日・日曜日・祝日・年末年始 午前8時30分～翌朝8時30分 (いずれも翌平日朝は8時まで受け付け) ※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、必要に応じて精神科医療機関を紹介します。(神奈川県・横浜市・川崎市・相模原市共同運営)

生活習慣病予防教室 体験!発見!すぐ実践! 明日を変えるプロジェクト〈全2回〉

血管・カラダ年齢や運動量の測定、生活習慣病予防について学びます。
日時 8月31日、9月7日の金曜日午後2時～4時
会場 市民健康文化センター 対象 市内在住の人=30人(申込順)
申し込み 電話で南保健センター(☎042-701-7708)へ

食中毒にご注意を

食中毒が発生しやすい時期です。調理前の手洗いや、食品を十分に加熱するなど衛生的な調理を行いましょう。食の安全性確保のため、スーパーマーケットなどを中心に「夏期食品総点検」を8月31日まで行います。

食中毒予防キャンペーン

日にち	時間	会場
8月8日(水)	午後2時30分～3時30分	橋本・古淵・相模大野の大型店など
	午後3時～4時30分	城山地区・藤野地区のスーパーなど
8月9日(木)	午後3時～4時30分	津久井地区・相模湖地区のスーパーなど

お問い合わせ 生活衛生課 ☎042-769-9234 同課津久井班 ☎042-780-1413

コレステロール、血糖値、血圧が気になりはじめた人へ

保健師などによる講義や身体活動量・血管年齢等の測定などを行います。

公開講座

	日にち	内容	会場
①	9月3日(月)	悪玉コレステロールを下げよう	シティ・プラザはしもと
②	9月14日(金)	下がる?下げたい!高血圧	ウェルネスさがみほら
③	10月1日(月)	どうすれば下がる?血糖値	南保健福祉センター

時間 午前10時30分～正午 対象 市内在住か在勤の人=各50人(申込順)
申し込み 電話で①は緑保健センター(☎042-775-8816)、②は中央保健センター(☎042-769-8233)、③は南保健センター(☎042-701-7708)へ

悪玉コレステロールを下げよう〈全3回〉 会場 シティ・プラザはしもと

日にち	時間	対象	内容
9月3日(月)	午前9時30分～正午 ※午前10時30分～正午は公開講座①	市内在住の40～64歳で、次のいずれかに該当する人=8人程度(選考) ①中性脂肪が150～299mg/dl	身体活動量、体組成等を測定し、脂質異常症の予防やコレステロール値・中性脂肪値の改善をめざします。
9月10日(月)	午前10時～正午	②LDLコレステロールが120～139mg/dl	
10月15日(月)		③HDLコレステロールが35～39mg/dl ④検査値が①または②よりも高いか③よりも低い人で、医師の許可がある ※内服治療をしている人は医師の許可が必要	

申し込み 電話で8月22日までに緑保健センター(☎042-775-8816)へ

下がる?下げたい!高血圧〈全3回〉 会場 ウェルネスさがみほら

日にち	時間	対象	内容
9月14日(金)	午前9時30分～正午 ※午前10時30分～正午は公開講座②	市内在住の40～64歳で、次のいずれかに該当する人=10人程度(選考) ①血圧の上が130～139mmHg	血圧、身体活動量、体組成等を測定し、高血圧の予防や血圧値の改善をめざします。
9月21日(金)	午前10時～正午	②血圧の下が85～89mmHg	
10月30日(火)		③血圧が①または②よりも高い人で、医師の許可がある ※内服治療をしている人は医師の許可が必要	

申し込み 電話で8月22日までに中央保健センター(☎042-769-8233)へ

どうすれば下がる?血糖値〈全3回〉 会場 南保健福祉センター

日にち	時間	対象	内容
10月1日(月)	午前9時30分～正午 ※午前10時30分～正午は公開講座③	市内在住の40～64歳で、次のいずれかに該当する人=10人程度(選考) ①空腹時血糖値が100～125mg/dl	身体活動量、体組成等を測定し、糖尿病の予防や血糖値の改善をめざします。
10月9日(火)	午前10時～正午	②HbA1cが5.2～6.0%	
11月2日(金)		③検査値が①または②よりも高い人で、医師の許可がある ※内服治療をしている人は医師の許可が必要	

申し込み 電話で8月22日までに南保健センター(☎042-701-7708)へ