

さがみはら

さがみはら

広報

NO.1226

毎月1日・15日発行

2011 10/1

平成23年

SAGAMIHARA

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

市の人口・世帯



人口 719,121 (228増)



世帯 305,954 (206増)

9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。

TOPICS トピックス

11月に「はやぶさの故郷 潤水都市さがみはらフェスタ2011」を開催

昨年注目を集めた JAXAブース



「はやぶさ・宇宙・銀河」をテーマに相模原の魅力市内外に発信するイベント「潤水都市さがみはらフェスタ」を開催します。「銀河」をテーマにダンスを競う「G-1ダンスグランプリ」、市内のラーメン店が腕を競い合う「さがみはらあ麺グランプリ」等さまざまな企画を予定しています。

日にち 11月19日(土)・20日(日)

時間 午前10時～午後5時

会場 相模総合補給廠(予定)

※同フェスタについて詳しくは、本紙11月1日号でお知らせします。

お問い合わせ 商業観光課 ☎042-769-8236

LINE UP 今号の主な内容

- 3 子ども手当の再申請を忘れずに
- 6 あなたをがんから守るのはあなた自身です!
- 7 さがみはらの秋を楽しもう

別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)

SAGAMIHARA SWEETS FESTIVAL

さがみはら

Open

スイーツフェスティバル2011

今年のテーマは「相模原産さつまいも」

スイーツを通じて相模原の魅力を市内外の多くの人に知ってもらうため、今秋もスイーツフェスティバルを開催します。参加店舗がテーマの食材を使ってオリジナルのスイーツを作り、各店で一斉に販売します。期間中に、スタンプラリーや販売イベント、コンテストなども行います。相模原の秋の味覚を、創意あふれるスイーツで堪能してみませんか。

柿沢安耶さんが、今年も特別審査員に!

「相模原の農家さん、お菓子を作る人、食べる人、たくさんの人を結び付け、幸せにしてくれるのがこのスイーツフェスティバル。未来につながる地域活性化のためのイベントにしましょう。」



柿沢安耶さん
「パティスリー ポタジエ」オーナー
パティシエ、かながわ食の大使

販売&スタンプラリー

11月30日(水)まで

参加店舗でフェスティバルの出品スイーツを購入すると、1店舗につき1つのスタンプが押されます。3つ集めて応募すると、抽選ですてきなプレゼントが当たります。

- ① 応募方法など詳しくは、参加店舗や商業観光課、各公民館などで配布しているスタンプラリーマップをご覧ください。
- ② 出品スイーツは、売り切れになる場合があります。

出品スイーツ



- ① 緑区 ① ダヤンカフェ ② ménagère ③ ら・ふらんす城山店 ④ 浜田製菓 ⑤ cafe KAZU ⑥ アンファンネージュ ⑦ 手作り菓子工房 プチ・ラパン ⑧ 中央区 ⑧ カリメーラ ⑨ ら・ふらんす横山台店 ⑩ 菓子工房 くるさわ ⑪ 花みずき ⑫ セ・ラ・セゾン! ⑬ パティスリー スーリール ⑭ 珈琲屋 ぼんねっと ⑮ パティスリー フレジェ ⑯ 宝来堂 伊藤製菓舗 ⑰ かわくぼ製菓 ⑱ Petit Sucre ⑲ 西洋菓子 海援隊 ⑳ kitchen KAZU ㉑ 南区 ㉑ 農場の家 ㉒ 小川フェニックス ㉓ ケーキの店 光 ㉔ ヒロセ洋菓子店 ㉕ ニューオリオン洋菓子店 ㉖ 丸十ムラタパン ㉗ ケーポッシュ ㉘ パティスリー パリシ ㉙ naruco cafe ㉚ bäckerei W+haus ㉛ 紅照

- ① 同フェスティバルの販売イベントとコンテストの一般審査員募集は12号をご覧ください。
- ② イベントの内容や参加店舗について詳しくは、同フェスティバルの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

10月23日(日) リニューアルオープン ウォータースライダー、オープンカフェも設置 市民健康文化センター



設備等の改修のために休館していた市民健康文化センターが、10月23日(日)にリニューアルオープンします。改修後の同センターは、「健康であることの喜び」、「学ぶ喜び・創る喜び」、「ふれあう喜び」の3つの喜びを実感できる空間をコンセプトとし、さまざまな世代の人が楽しめる施設に生まれ変わります。また、皆さんが楽しめるよう、子どもに人気のウォータースライダー、開放感のあるオープンカフェ、カラオケやダンスなどができる多目的会議室などを新たに設置します。10月23日(日)～30日(日)はリニューアルイベントを開催します。皆さんの来場をお待ちしています。



施設の概要

1階		
名称	利用料金	備考
プール	有料	ウォータースライダーの設置
浴室		
多目的会議室1	無料	会議、講演会など
ふれあい広場		集い、休憩、交流など
2階		
名称	利用料金	備考
多目的会議室2	有料	カラオケ、ダンスなど
講習室1・2・3		囲碁、将棋、講習会など
茶室		茶道、華道など
工作室	無料	手工芸、木工芸、陶芸など
交流コーナー		休憩、交流など
展示コーナー		工作室での完成品の展示など
幼児・授乳コーナー		子どもの遊び場など

※利用時間や料金、申込方法など、詳しくは同センターのホームページをご覧ください。

リニューアルイベント 楽しいイベントが盛りだくさん!

10月23日(日)の主なイベント

- オープニングセレモニー ○幼稚園児による鼓笛演奏 ○和太鼓・吹奏楽演奏
- 参加型ダンスイベント ○体験教室(プチオカリナの絵付け、万華鏡作りなど)
- ※10月30日(日)まで日替り、アロマテラピー活用術やヨガなどの各種体験教室、二胡演奏、チアリーディングなどのイベントを開催します。
- ※各イベントの日程や内容など、詳しくは同センターのホームページをご覧ください。



新しく設置したウォータースライダー

お問い合わせ 市民健康文化センター ☎042-747-3776 南区麻溝台1872-1

リニア中央新幹線に関する 環境影響評価方法書の公告・縦覧

リニア中央新幹線に関する環境影響評価方法書がJR東海から神奈川県知事に提出され、9月27日に公告されました。同書は次の会場で閲覧できるほか、その内容について、JR東海へ意見を提出することができます。
閲覧日 11月10日(木)まで ※土・日曜日、祝日を除く
閲覧時間 午前8時30分～午後5時
閲覧会場 環境政策課、各区役所・まちづくりセンターなど
 ※意見書の提出方法など詳しくは、お問い合わせください。

お問い合わせ JR東海 環境保全事務所(神奈川) ☎042-756-7261

後期高齢者医療制度の 第2次広域計画(素案)にご意見を

同制度を総合的・計画的に運営するため、平成24年度～27年度を計画期間とする広域計画(素案)へのご意見をお待ちしています。
計画(素案)の配布場所
 地域医療課、緑・南区役所区民課、各保健福祉課・まちづくりセンター
意見の提出 直接か、郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢を書いて、10月3日～31日(必着)に県後期高齢者医療広域連合 総務係(〒221-0052 横浜市神奈川区栄町8-1ヨコハマポートサイドビル9階 ☎045-440-6700 FAX045-441-1500 Eメール koui.kirengou@union.kanagawa.lg.jp)へ
 ※直接、地域医療課(☎042-769-8231)へ提出することもできます。

市税(国民健康保険税を除く)の 休日・夜間納税相談窓口のご利用を

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、納税相談窓口を開設します。電話での相談もできます。

日時		会場	電話番号
休日	夜間		
10月23日(日) 午前9時～午後4時	10月13日(木) 18日(火) 午後5時30分～7時	納税課 ※(市役所第2別館2階)	042-769-8300
		南市税事務所(市南区合同庁舎3階)	042-749-2163
		緑市税事務所(シティ・プラザはしもと内5階)	042-775-8808
		緑市税事務所津久井税務班(津久井総合事務所1階)	

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

10月1日(土) オープン 相模大野駅西側自転車駐車場

相模大野駅西側地区の市街地再開発事業地内に整備した同駐車場がオープンしました。同駐車場は、ほとんどの自転車を機械で地下に収納する構造になっており、定期利用は事前の車検と登録が必要です。
所在地 南区相模大野3-2
収容台数 2,950台(うち機械式(地下)は2,385台。定期利用者のみ)
駐車時間 24時間
駐車料金 1日1回100円(原動機付自転車(125cc以下)は200円)
 ※定期利用の申し込みは、月～土曜日(祝日、12月29日～1月3日を除く)の午前6時30分～午後6時30分に受け付けします。定期利用料金や申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
 お問い合わせ 都市整備課 ☎042-769-8258

市役所駐車場利用実態調査へご協力を

駐車場の適正利用の推進を図るために、市役所第1・第2駐車場と市体育館前(市役所前)駐車場で、10月17日(月)～12月11日(日)に利用実態の調査を行います。利用者の皆さんに駐車場入口でアンケート用紙を渡しますので、回答へのご協力をお願いします。
 お問い合わせ 管財課 ☎042-769-8305

住宅用太陽光発電システム 設置補助の追加募集

太陽光のエネルギーを電気に変換して住宅内で利用する設備(共同住宅は建物の共有部分への電力供給のみ)の設置補助を追加募集します。

	補助金額 ※千円未満は切り捨て	受付予定件数
個人住宅	太陽電池出力1kW当たり3万5,000円(上限12万2,000円。県の補助を含む)	450件(先着順)
共同住宅	太陽電池出力1kW当たり2万円(上限20万円)	5件(先着順)

※対象など詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「環境」→「補助制度」をご覧ください。
申請受付会場 ※土・日曜日、祝日を除く
 10月3日(月)～14日(金)＝市役所会議室棟第10会議室
 10月17日(月)以降＝環境政策課
時間 午前8時30分～午後5時
申し込み 環境政策課にある申請書(市ホームページからもダウンロード可)と必要書類を申請受付会場へ
 ※予算額に達した時点で受け付けを終了します。
 お問い合わせ 環境政策課 ☎042-769-8240

10月から子ども手当が変わります 子ども手当の再申請を忘れずに

すでに子ども手当を受給していた人も含め、中学生以下の子どもを養育している全ての方が、申請する必要があります。今まで受給していた人には10月末ごろに申請書を発送しますので、郵送で申請してください。
※平成24年3月31日までに申請した場合は、10月分までさかのぼって支給する経過措置があります。
※公務員は勤務先へ申請してください。

対象要件に一部変更があります

- 新たに対象になる人** こども青少年課へ連絡してください。申請書を郵送します。
○父母が海外に居住し、その子どもの面倒をみている祖父母などで、父母から指定を受けている
○離婚協議中で、子どもと同居している父母（証明が必要）
○未成年後見人である
○児童養護施設など施設の設置者、里親など
- 対象ではなくなる人** 10月分以降の支給はありません。
○子どもが海外に住んでいる。ただし、子どもが教育を受けるために海外に居住し、留学している人は受給できる場合があります。
○子どもが児童養護施設などに入所しているか、里親などに委託している
○離婚協議中で、子どもと別居している父母

支給額が次のとおり変わります ※平成24年4月分以降は未定です。

年齢	支給額	支給月
2歳以下	1万5,000円	24年2月 (10月～24年1月分) 24年6月 (24年2月・3月分)
3歳～小学生	1万円(第3子以降1万5,000円)	
中学生	1万円	

※10月14日の定期支払いは、6月～9月分になります。支給額は子ども1人につき1万3,000円です。

10月1日以降に転入・出生した人へ 子ども手当の対象になる人は、窓口で申請してください。原則、申請した月の翌月分からの支給になりますので、早めに手続きをしてください。

申請窓口 各こども家庭相談課・保健福祉課・区役所区民課・まちづくりセンター・出張所

お問い合わせ こども青少年課 ☎042-769-8232

20・30歳代の国民健康保険加入者へ 健康診査を受けましょう

診査内容 血圧測定や肝臓・腎臓の機能を調べる血液・尿検査など
募集・受診期間 平成24年3月31日まで
対象 昭和47年4月1日～平成4年4月1日に生まれた国民健康保険加入者で、国民健康保険税に未納がない世帯の人
費用 1,000円
申し込み 電話で国民健康保険課(☎042-769-8235)へ
※市ホームページの「電子申請」からも申し込みめます。

城山文化ホールの愛称が

「もみじホール城山」に決まりました

愛称は、市内外の皆さんから応募のあった209件の中から、南靖子さん(緑区在住)の「もみじホール城山」に決定しました。もみじは、旧城山町の町の木で、名称からホールの所在地をイメージすることができ、親しみやすく覚えやすい名称であることから選ばれました。また、優秀賞には「アザレアホール」「春林ホール」が選ばれました。

お問い合わせ 文化振興課 ☎042-769-8202

高齢者インフルエンザ予防接種

高齢者インフルエンザ予防接種を次のとおり実施します。希望者は、協力医療機関へ予約してから接種してください。

実施期間 10月10日(祝)～12月31日(土) <1人1回のみ>

対象者 本市に住民登録か外国人登録があり、接種日現在で次に該当する人
①65歳以上
②60～64歳で心臓や、腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に高度の障害がある

接種場所 高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関

※協力医療機関名簿は疾病対策課、各区役所区民課・まちづくりセンター・出張所・連絡所などにあります。

費用 1,000円

費用の免除 市民税非課税世帯か生活保護世帯の人、中国残留邦人等への支援給付を受けている人は、そのことを証明する資料(免除要件確認資料)を医療機関に提示すると費用が免除になります。

(免除要件確認資料) ※次のいずれかが必要

- 介護保険料納入通知書(3枚目の保険料賦課の段階区分・根拠の項目の「段階」の欄が「第1～第3段階」の人)
- 介護保険負担限度額認定証
- 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証
- 国民健康保険限度額適用認定証(適用区分がC、I、IIの人)
- 国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証
- 生活保護受給票
- 本人確認証(中国残留邦人等支援給付受給者)
- 市民税課税証明書(住民票上の世帯員全員のものが必要で発行には1通300円の手数料が必要)

持ち物 健康保険証など住所・年齢等が確認できるもの、筆記用具、体温計、②に該当する人は身体障害者手帳1級の写し等、費用の免除に該当する人はそのことを証明する資料

※新型インフルエンザ予防接種事業は、3月31日に終了しました。

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

安全・安心まちづくり市民大会

安全・安心まちづくり功労表彰や、防犯教室を行います。

日時 10月22日(土)午後2時～4時 **会場** あじさい会館

防犯教室 寸劇やスライドで、窃盗、ひったくり、県内で急増する振り込め詐欺などの予防・対策を学びます。

講師 県央地域県政総合センター県民・安全防災課

定員 350人(申込順)

申し込み 電話で10月3日から生活安全課(☎042-769-8229)へ

安全・安心な都市づくりフォーラム

日時 11月11日(金)午後1時30分～5時

会場 市のホールはしもと **定員** 530人(申込順)

基調講演会 テーマ「巨大地震・原子力事故と国家の危機管理」

講師 小川和久さん(国際変動研究所理事長)

パネルディスカッション

パネリスト 山口 豊さん(日本技術士会防災支援委員会副委員長)

稲場久二男さん(相模原法人会会長)

田所昌訓さん(市自治会連合会会長)、加山俊夫市長

コーディネーター 佐々木佳美さん(相模原法人会副会長)

申し込み はがきかファクスに住所、氏名、電話番号を書いて、10月20日(必着)までに相模原法人会(〒252-0236 中央区富士見6-13-16 ☎042-753-3273)へ

お問い合わせ 相模原法人会 ☎042-755-3027

私立幼稚園 平成24年度新入園児を募集

募集要項の配布 10月15日から 願書の受け付け 11月1日から
■=認定子ども園を併設する幼稚園 ※詳しくは、各幼稚園にお問い合わせください。

幼稚園名	住所	電話番号	幼稚園名	住所	電話番号	幼稚園名	住所	電話番号
内郷	寸沢嵐980-4	042-685-0005	相模栄光	矢部3-11-13	042-752-8040	相模すぎのこ	古淵3-26-19	042-744-0503
大沢	上九沢267	042-762-4389	相模白ゆり	矢部4-1-20	042-752-2328	相模原高校 付属光明	当麻870-6	042-778-2846
大沢第二	大島1304-2	042-761-3464	相模つばさ	淵野辺2-22-7	042-753-2196	さがみひかり	麻溝台5-11-6	042-742-3479
大島	大島202-1	042-762-3633	清心	清新3-14-16	042-754-5290	相模ひまわり	東大沼2-7-6	042-744-0220
相模野	二本松3-9-12	042-772-2915	たけのうち	東淵野辺4-23-20	042-756-5978	相模翠ヶ丘	相南2-25-65	042-742-1593
相模原みどり	東橋本2-32-22	042-772-4610	田名	水郷田名1-16-3	042-761-1606	相模林間	上鶴間4-2-1	042-742-8227
城山わかば	若葉台6-5-14	042-782-8185	中央	光が丘2-24-1	042-755-0391	誠心相陽	磯部1648	046-254-5192
新町	相原1-20-5	042-772-0926	虹ヶ丘	陽光台6-3-2	042-755-3263	誠心第一	西大沼5-13-17	042-748-8735
太陽の子	原宿南3-6-10	042-782-6332	鳩川	上溝3-16-15	042-761-4306	誠心第二	相模台6-30-12	042-743-0403
津久井ヶ丘	長竹838-1	042-784-5133	淵野辺ひばり	淵野辺4-31-7	042-755-0394	相武台中央	相武台団地2-3-6	046-251-2030
てるて	下九沢441-1	042-762-3594	星が丘	星が丘3-5-10	042-752-4842	つくしの	新磯野3-22-16	046-254-3614
橋本	橋本6-14-1	042-771-1448	みずほ	上溝7-31-4	042-762-2289	中和田	上鶴間本町8-54-10	042-742-8530
ばらの花	中野1366	042-784-0181	弥生	富士見3-12-19	042-755-4575	豊泉	相模台2-9-4	042-744-1539
あかね	下九沢964	042-773-0730	よこやま	横山台2-10-8	042-755-5603	南大野	上鶴間1-3-1	042-742-8822
上田名	田名5266-1	042-761-6856	うのもり	鶴野森2-11-1	042-743-3597	谷口	上鶴間本町4-33-49	042-742-9661
小山白ゆり	宮下本町3-4-12	042-773-8241	大野文化	大野台5-1-11	042-756-1218	林間のぞみ	東林間6-5-2	042-742-3394
けやきの子	上溝382-3	042-778-3704	相模女子大学幼稚部	文京2-1-1	042-742-1445			

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



ちょっとおしえてコール相模原

☎042-770-7777
FAX 042-770-7766

午前8時～午後9時 年中無休
※おかけ間違いにご注意ください。

10月は3R推進月間です

リサイクルを進めよう

リサイクルフェア 2011

○フリーマーケット
 ○子どもたちがブースの運営などを体験するキッズミニシティ など
 日時 10月16日(日) 午前10時～午後3時(小雨決行)
 会場 相模原麻溝公園

施設見学会	時間	定員(先着順)
南清掃工場	午前11時 午後1時15分	各60人
最終処分場	午前11時15分 午後1時30分	各40人

お楽しみ抽選会 ※午前11時30分から抽選券を配布
景品 生ごみ処理容器など
抽選時間 午後1時30分
お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

市では、ごみの排出抑制(リデュース)、再使用(リユース)、再生利用(リサイクル)の3Rと、不要なものは断る(リフューズ)を加えた4Rを推進しています。リサイクル関連イベントに参加してみませんか。

リサイクル活動推進キャンペーン

リサイクルに関するアンケートに答えると、リサイクルで作った箸をプレゼントします。

日にち(荒天中止)	時間	会場
10月19日(水)	午後3時～5時	アリオ橋本
25日(火)		相模大野駅
26日(水)	午後4時～6時	ライフ相模原モール店

※リサイクルフェア2011(左の記事をご覧ください)の施設見学会でも実施します。

リサイクルスクエア10月の催し

- リサイクル家具の展示・提供
- 会場 橋本台・新磯野リサイクルスクエア
- 対象 市内在住の中学生以上の人(1人1点限り)
- 申し込み 直接、10月20日までに各会場へ
- 抽選発表 10月21日(金)午後1時
- おもちゃの病院
- 日時 10月2日(日)午前10時～正午
- ※受け付けは午前11時30分まで
- 会場 橋本台リサイクルスクエア
- 費用 無料(1人2点まで部品代は有料)

お問い合わせ 資源循環推進課 ☎042-769-8245

市民講座

学びのらいぶ塾 ～市民講師デビュー講座～ 研修を受けた市民が講師になって企画・運営する講座

	講座名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用			
文学・歴史	心豊かな社会を創る道徳〈全2回〉	11月1日・8日の火曜日	午前10時～正午	どなたでも	各20人	無料			
	楽しい俳句入門〈全2回〉 ～俳句を作ってみませんか～	11月4日(金)・11日(金)				500円			
	大人の元気がでる論語〈全2回〉	11月9日(水)・11日(金)				300円			
健康	血糖値を知り、正常に保つために〈全2回〉 ～経験に基づいた話～	11月2日・9日の水曜日	午前10時～正午	どなたでも	20人	500円			
	プロに学ぶ、はじめてのベビーヘアカット 外部講師を招いて、手早くおしゃれに仕上げる技術を学びます。	11月4日・11日の金曜日	午前10時30分～正午	未就学児とその保護者	各11組	各1,500円			
	今、子どもに必要な食育	11月8日(火)	午前10時～正午	小・中学生の保護者	20人	250円			
	ハーブでいきいき 免疫力アップ〈全2回〉 ～かぜ・インフルエンザの予防に～	11月10日(木)・15日(火)	午前10時～正午	どなたでも	12人	2,200円			
伝統文化・クラフト	ネームプレートを作ろう〈全3回〉 ～トールペイントでナチュラルスタイル～	11月1日～15日の毎週火曜日	午前10時～正午	どなたでも	各15人	1,500円			
	年賀状を作りましょう〈全2回〉～古代文字「龍」を使ってスタンプアートで仕上げます～	11月2日・9日の水曜日				1,300円			
	やさしい切り絵〈全2回〉～初歩から楽しく～					700円			
	基礎から学ぶ水墨画〈全2回〉	11月2日(水)・7日(月)				午後2時～4時	20歳以上の人	10人	2,000円
	和装の歴史と着付けのポイント〈全2回〉	11月4日・11日の金曜日				午前10時～正午	どなたでも	15人	1,000円
顔彩で描く花の日本画〈全2回〉	11月9日(水)・11日(金)	午後2時～4時	20歳以上の人	10人	2,000円				

会場 総合学習センター
申し込み
 総合学習センターか各公民館にある募集案内に付いている申込専用はがきか申込書(同センターホームページからもダウンロード可)を、10月14日(必着)までに同センターへ
 ※各講座の内容や持ち物など詳しくは、募集案内か同センターのホームページをご覧ください。

お問い合わせ
 総合学習センター
 ☎042-756-3443

グリーンカレッジつくい後期講座

お問い合わせ 津久井生涯学習センター
 ☎042-784-2400 〒252-0159 緑区三ヶ木414

講座名	日にち	時間	定員(抽選)	費用
源氏物語〈全5回〉	11月9日、12月7日、平成24年1月11日、2月1日、3月7日の水曜日	午後2時～4時	各20人	4,000円
ノルディックウォーキング de 津久井散策〈全3回〉	10月29日(土)、11月13日(日)・26日(土) 予備日 12月10日(土)	午前10時～正午		3,000円
文学講座「書」〈全5回〉	11月16日、12月14日、24年1月18日、2月8日、3月14日の水曜日	午後1時30分～3時30分	15人	1,500円

会場 津久井生涯学習センターほか
申し込み 電話か、はがきに住所、氏名、電話番号、講座名を書いて、10月15日(必着)までに津久井生涯学習センターへ

さがみはら環境まつり

～ちよっとのGAMANみんなのために!～

- 省エネや省資源に関するブース展示
- 電気を使わない楽器のコンサート
- エコ工作コーナー
- LED電球が当たる抽選会 など
- 日にち 10月23日(日)
- 時間 午前9時45分～午後4時
- 会場 環境情報センター 市体育館(市役所前)
- ※希望者は直接会場へ

お問い合わせ
 環境政策課 ☎042-769-8240

環境情報センターの催し

発見しよう! まちの中の小さな自然

自然観察指導員と散策し、植物や生き物について学びます。
 日にち 10月11日(火)
 時間 午前9時30分～11時30分
 会場 環境情報センター周辺
 ※参加希望者は、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、直接同センターへ

実践エコ講座「住宅編」

～自然の光や熱を生かす快適な住まいと暮らし方～
 建築環境学に基づいた住まいと暮らし方を学びます。
 日時 11月3日(祝) 午後1時～4時30分 定員 25人(申込順)
申し込み 電話か、Eメールに氏名、電話番号、「実践エコ講座」と書いて、環境情報センターへ

エコギャラリー企画展

化学物質を知ろう! 化学物質にはどんな性質があるの?

身の回りの化学物質が、人間や動植物に与える影響や、上手につき合う方法などを展示します。
 期間 11月30日(水)まで 時間 午前9時～午後5時

お問い合わせ 環境情報センター ☎042-769-9248 Eメール kankyo@eic-sagamihara.jp

障害者のための事業、催し

看護師等の資格がある人の参加を待っています 在宅重症心身障害児・者看護研修 (全7回)

重症心身障害児・者とその家族への支援体制を強化・充実するため、重症心身障害児・者を対象とする訪問看護に必要な知識やスキルを、講義や実習で学びます。

日にち 11月5日(土)～平成24年1月27日(金)

※詳しい日程については、お問い合わせください。

時間 午前9時30分～午後0時30分(1月27日は午後3時まで)

会場 相模原療育園ほか

対象 市内在住の重症心身障害児・者に訪問看護をしているか、訪問看護をしたいと考えている看護師等の資格がある人=15人(選考)

申し込み 郵送かファクスに、住所、氏名、年齢、電話番号、「在宅重症心身障害児・者看護研修」と書いて、資格証等の写しと一緒に、10月14日(必着)までに、相模原療育園(〒252-0334 南区若松1-21-9 ☎042-749-6316 ㊟042-749-6356)へ

新規事業 重症心身障害児・者 訪問看護支援事業

訪問看護は、病気や障害がある人などを対象に、看護師等が居宅を訪問し、日常生活の看護などを行う医療・介護のサービスです。

同事業は、在宅の重症心身障害児・者のうち長時間の医療的ケアを必要とする人を対象に、訪問看護体制の充実と家族の負担を軽減するために実施しています。

内容は、医療サービスの訪問看護に加え、同内容のサービスを福祉サービスとして無料で提供するものです。

お問い合わせ
障害福祉課 ☎042-769-8355

身体障害者作品展

市内在住の身体障害者が制作した絵画・写真・手芸等を展示します。

展示期間

日にち	時間
10月21日(金)	午後1時～4時
22日(土)	午前9時～午後4時
23日(日)	午前9時～正午

会場 あじさい会館

お問い合わせ
障害福祉課
☎042-769-8355

10月から 広報さがみはらの「テキスト版」「電子ブック版」を 市ホームページで掲載開始

現在閲覧できる広報さがみはら「PDF版」に加え、次の電子広報サービスを導入します。

テキスト版

文字のみで構成され、音声読み上げソフトを活用した閲覧などにも便利です。

電子ブック版

パソコンのほか、スマートフォンなど携帯端末でも、冊子に近い感覚で閲覧できます。

閲覧方法 市ホームページの「暮らしの情報」→「広報」からご覧になれます。

お問い合わせ 広聴広報課 ☎042-769-8200

ほかほか ふれあいフェスタ2011

障害者が作詞作曲した曲の発表演奏とコーラス、ハルモニカ演奏、ミニSL、模擬店などを行います。

日にち 10月15日(土)

時間 午前10時～午後4時

会場 あじさい会館、ウェルネスさがみはら前広場

お問い合わせ
相模原ボランティア協会 ☎042-759-7982

けやき体育館の催し

①障害者スポーツ講座 ティーボール (全3回)

細長い台の上に置いた柔らかいボールをバットで打つ野球に似たゲームです。

日時 11月5日・26日、12月3日の土曜日午前10時～正午

対象 市内在住か在勤・在学の知的障害児・者

定員 30人、ボランティア5人(申込順)

②障害者ふれあい文化講座 手芸 (全2回)

日時 11月7日、14日の月曜日午後2時～4時

対象 市内在住か在勤・在学の身体障害児・者

定員 18人、ボランティア5人(申込順)

費用 500円

申し込み 直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、催し名を書いて、①11月2日②10月30日③11月5日④10月15日⑤11月16日までに同体育館(☎042-753-9030 ㊟042-769-1200)へ

③障害者ふれあい文化講座 コーラス (全3回)

日時 11月10日・24日、12月8日の木曜日午前10時～正午

対象 市内在住か在勤・在学の身体・精神障害児・者

定員 20人、ボランティア5人(申込順)

④障害児・者バスレクリエーション りんご狩り(長野県佐久市)

日時 11月12日(土) 午前8時～午後6時

集合・解散場所 けやき体育館

対象 市内在住か在勤・在学の小学生以上の障害児・者と20歳以上の付き添いの人=40組(抽選)

費用 2,520円(昼食代)

⑤けやき体育館にピエロがやってくる! 2011

けやき体育館にピエロがやってきます! 皆で一緒に楽しみましょう。

日時 11月16日(水) 午前10時～11時

対象 市内在住か在勤・在学の障害児・者

定員 50人(申込順)

子育て・孫育てを応援

子育て広場たんととの催し

みんなで一緒に 孫育てセミナー

助産師と、たんとサポーターが、今と昔の子育ての違いなど、孫育てのコツや、孫が喜ぶ絵本やおもちゃの選び方などをお話しします。

日にち 10月13日(木)

時間 午後2時～3時30分

会場 伊勢丹相模原店本館

イマドキ孫育て 離乳食セミナー

離乳食の基本を、栄養士のお話と、試食(保護者のみ)を通して学びます。

日にち 10月15日(土)

時間 午後2時～3時30分

会場 伊勢丹相模原店B館

費用 300円

対象 0歳の孫がいるか、これからできる予定がある人

定員 各15組(申込順)

申し込み 電話で10月3日から、こども青少年課(☎042-769-9811)へ

市地域子育て支援事業

絵本で発見! 子育てのヒント

絵本を使い、子育てに有用なコミュニケーションスキルを紹介します。

日にち 10月20日(木)

時間 午前10時～正午

会場 小山公民館

対象 子育て中の人か、子育て支援者

定員 50人(申込順)

※保育あり(要予約(申込順)、費用300円)

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、保育の有無、「絵本講座申し込み」と書いて、みらい子育てネットさがみはら連絡協議会の塩野さん(☎080-5645-9721 Eメール hahato@nifty.com)へ

児童育成指導員等を募集

児童の遊びや生活面を指導します。

①児童育成指導員 ②児童館指導員
③児童育成補助員 ④児童館補助員

勤務

①週4日程度で1日5時間か6時間

②週3日程度で1日4時間

③④週2・3日程度

賃金

①5時間勤務=4,550円

6時間勤務=5,460円

②4時間勤務=3,640円

③④時給870円

※募集施設など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申し込み こども施設課、各児童クラブ・こどもセンター・公民館にある申込書(市ホームページからもダウンロード可)を10月3日～14日(必着)にこども施設課(☎042-769-9227)へ

あなたをがんから守るのはあなた自身です！

「生活習慣の改善+がん検診」でがんを予防

がんは初期症状がほとんどなく、症状が現れたときには、命にかかわるほど進行しているということが少なくありません。

しかし、がんは「早期発見・早期治療」で治せる病気です。たばこを吸わず、酒も飲まず、食事のバランスに気を付け、運動を心掛けても、がんになるリスクは減少しますが、ゼロにはなりません。

そこで、早期に見つけるためのがん検診が必要なのです。

市では国が勧める5つのがん検診（胃・子宮・乳・肺・大腸）を実施しています。定期的ながん検診を受けて、がんの早期発見、早期治療につなげましょう。

がん検診 受けていますか？

🕒 忙しくて時間がなくて…

検診にかかる時間は思っているより短い

各検診の検査自体は簡単にでき、時間もあまりかかりません。また、土曜日に検診が受けられる医療機関や、休日に実施する集団検診（検診車での検診）もあります。

💰 費用がかかりそうで…

市が行うがん検診なら低負担で受けられます

各検診の費用は200円～2,900円と、自分で受診するより低負担で受けられます。

💔 もし、がんが見つかったら怖いし…

「がん」＝「死の病」ではありません

定期検診で見つかるがんのほとんどが早期がんです。早期がんでは多くの場合、治療の負担も軽く完治することができますが、がんの進行とともに治癒率は下がります。

本当に怖いのは「がんが進行しているのに気付いていない」状態です。

❗ どこも悪くないし、まさか私のがんなんて…

日本人の3人に1人ががんで死亡しています

1981年以降、がんは日本人の死亡原因第1位。日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで死亡しています。

がん危険度チェック

年々、患者数が増加している大腸がんに注目しました。当てはまる項目が多いほど注意が必要です。当てはまる項目がなくても油断は禁物です。

大腸がん

女性はがんの部位別死亡者数の第1位、男性では第3位です。食生活の欧米化により、男女ともに患者数が年々増加しています。

- 40歳以上である
- 直系の親族に大腸がんになった人がいる
- 肥満である
- お酒をよく飲む
- 保存・加工肉をよく食べる
- たばこを吸う
- 運動不足である

自覚症状もなく、再検査のときもがんだとは思ってもみませんでした。検診を受けていたおかげで早期発見ができ、内視鏡の精密検査と同時の簡単な手術で済みました。検診を受けていて本当に良かったです。

(67歳、男性)

大腸がん

受けていてよかったです！

がんを早期発見できた人の声

30歳代の頃から、がん検診の通知をきっかけに当たり前のように毎年がん検診を受けてきました。検診は自分の体を知るきっかけにもなります。体の小さな変化を見落とさず、気付いたときは放置しないでください。

(48歳、女性)

子宮頸がん

定期検診を受けていたおかげで早期発見ができました。痛みが出たり、おかしいと思ったときには手遅れです。自分の身体を過信せず、何もなかったときにこそ検診を受けることが大切だと思います。家族にもがん検診を勧めています。

(70歳、男性)

胃がん

乳がん

検診で医師からマンモグラフィの説明を受け、触診では発見できなかった初期のがんを発見でき、早期治療することができました。セルフチェックで問題がないからといって安心はできません。自己判断せず、何より自分のために検診を受けた方がいいと思います。

(47歳、女性)

がんを防ぐための新12か条

生活習慣を見直して、日々の生活からがんを予防しましょう。

- 1 たばこは吸わない
- 2 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3 お酒はほどほどに
- 4 バランスのとれた食生活を
- 5 塩辛い食品は控えめに
- 6 野菜や果物は豊富に
- 7 適度に運動
- 8 適切な体重維持
- 9 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 定期的ながん検診を
- 11 身体の異常に気が付いたら、すぐに受診を
- 12 正しいがん情報でがんを知りましょう

出典 がん研究振興財団

ウイルスや細菌が原因となるがんもあります

HPV(ヒトパピローマウイルス)

子宮頸がん

HPVはほとんどの女性が感染し、その100分の1～1000分の1に子宮頸がんが発生します。

子宮頸がん検診の受診で前がん病変を発見し、がんへの進行を防ぎます。

ピロリ菌

胃がん

胃がん発生の主要な因子の一つと考えられ、日本人の中老年の感染率が非常に高いことがわかっています。

ピロリ菌の感染の有無などにより判定する胃がんハイリスク検診(ABC検診)があります。

ABC検診について お問い合わせ 市医師会 ☎042-756-1700

がんを恐れなくて

村上利枝さん(キャンサー・ネット・ジャパン 東京都・神奈川県がん体験者ピアサポーター)

がんは検診で早期発見・早期治療につなげることができます。検査を受けて「もしがんだったら…」という恐怖心があるかもしれませんが、早期発見・早期治療で助かる命がたくさんあります。がんは誰でもかかる可能性がある身近な病気です。人ごとだと思わず定期的に検診を受け、自分の体を自分で守ってあげてください。



がんを克服した経験を生かし、がん患者をサポートする村上さん

がん検診を受けてみたい!と思ったら

まずは電話してください

コールセンター ☎042-770-7777

がん検診は「施設検診(医療機関で受診)」か「集団検診(検診車で受診)」のいずれかを選択できます。

※電話受け付け後、受診に必要な「受診券」を送ります。

お問い合わせ 健康企画課 ☎042-769-9220

祭りの祭りが目白押し さがみはらの秋を楽しもう

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

10月9日(日)
相模ねぶたカーニバル

小・中学生や地元などで作ったねぶたや鼓笛、太鼓、よさこい踊りなど、光と音の大パレード

時間 午後4時～8時30分
〈雨天時は10日(祝)〉

会場 リバティ大通りなど

11月3日(祝)
甲州街道小原宿本陣祭

参勤交代の大名行列など江戸時代の甲州街道のにぎわいを再現

時間 午前10時30分～午後3時30分
(大名行列は午後0時45分～2時15分)
〈雨天時、大名行列は中止〉

会場 小原宿本陣、小原の郷

10月16日(日)
城山もみじまつり

小・中学生による楽器演奏や祭りばやしの披露、展示販売など

時間 午前9時30分～午後3時30分

会場 原宿公園〈荒天時は中止〉

10月16日(日)
津久井やまびこ祭り

ステージイベントや模擬店、フリーマーケットなど

時間 午前10時～午後3時

会場 中野中学校、津久井総合事務所周辺〈荒天時は中止〉

10月16日(日)
相模湖ふれあい広場

ステージ演奏やフリーマーケット、釣りやミニSL乗車等の体験イベントなど

時間 午前9時45分～午後3時30分

会場 県立相模湖公園
〈荒天時は中止〉

10月23日(日)
藤野ふる里まつり

ステージ演奏や模擬店、特産品の販売など

時間 午前10時～午後3時

会場 名倉グラウンド
〈荒天時は中止〉

10月15日(土)
さがみはら菓子まつり

市内で製造・販売されているお菓子の展示、販売、ねりきりの実演など

※さがみはらスイーツフェスティバル2011 販売イベントと同時開催

時間 午前10時～午後6時

会場 アリオ橋本グラウンドガーデン

10月9日(日)・23日(日)
オータムフェア'11 笑顔と元気になろう 秋の公園で!

時間 午前10時～午後3時 会場 10月9日(日) 相模原麻溝公園、23日(日) 相模原北公園

※イベントの内容など詳しくは、10月1日発行の「さがみはらグリーン」をご覧ください。

10月23日(日) 相模原北公園でのフリーマーケット出店者を募集

対象 市内在住で、10月16日(日)午後1時30分からの説明会に参加できる人=20組(抽選)

※1組1区画(3m×2m)。業者の出店、飲食物(缶詰等を含む)・生き物・電化製品・大型家具の販売不可

費用 1,000円

申し込み 往復はがきに住所、氏名、電話番号、販売品目、参加人数、「フリーマーケット出店希望」と書いて、10月7日(必着)までに市みどりの協会(〒252-0328 南区麻溝台2317-1)へ

お問い合わせ 市みどりの協会 ☎042-777-2860

市立博物館の催し

星空観望会(10月)

プラネタリウムで星空解説後、40cm大型望遠鏡で観望します。

日時 10月8日(土)・21日(金)午後7時～8時30分

定員 各120人(先着順) ※中学生以下は保護者同伴

※希望者は当日午後6時30分～7時に直接会場へ

プラネタリウム新番組「人類は火星をめざす～有人宇宙飛行50周年～」

これまでの宇宙開発の歴史を踏まえながら、今後の有人宇宙飛行計画について解説します。

期間 11月30日(水)まで 時間 午後2時40分

定員 210人(先着順) ※希望者は直接会場へ

費用 500円(4歳～中学生200円、65歳以上の人250円)

市立博物館 ☎042-750-8030 開館時間 午前9時30分～午後5時
10月の休館日 月曜日(10日を除く)、11日(火)

児童工作展

市内のこどもセンターや児童館で、子どもたちが作った作品を展示します。

日時 10月14日(金)～16日(日) 午前10時～午後6時

会場 アリオ橋本アクアガーデン

お問い合わせ こども施設課 ☎042-769-9227

青空に広げよう 創造と友情の輪を さがみ風っ子文化祭

内容	日にち	時間	会場
造形「さがみ風っ子展」	10月27日(木)～31日(月)	午前10時～午後4時30分	女子美アートミュージアム
	10月29日(土)～31日(月)	午前9時～午後4時(31日は午後3時30分まで)	淵野辺公園
学校給食展	10月29日(土)～31日(月)		銀河アリーナ
小学校連合音楽会	10月12日(水)～14日(金)	午前9時45分～午後3時	市民会館ホール
中学校音楽発表会	10月28日(金)	午前9時25分～午後4時	グリーンホール 相模大野
中学校演劇発表会	11月3日(祝)～5日(土)	午前9時20分～午後4時30分	南市民ホール
器楽合奏大会	11月5日(土)・6日(日)	午前9時30分～午後4時30分(6日は午前10時20分から)	グリーンホール 相模大野
	11月19日(土)	午前9時30分～午後0時30分	津久井中央公民館

同時開催(市立小中学校PTA連絡協議会)

内容	日にち	時間	会場
ふれあいコーナー ※親子工作など	10月29日(土)・30日(日)	午前9時～午後3時	淵野辺公園

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

市民ポータルサイト活用講座

①団体ホームページ制作手順説明会 ②地域SNS操作手順説明会
地域SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）の利用の仕方を紹介するほか、市内で活動する団体・サークル・自治会などのホームページをポータルサイトで制作し、情報発信の操作手順を学びます。

日にち	時間		会場	定員 (申込順)
	①	②		
10月13日(木)	午後1時30分～2時50分	午後3時～4時30分	大野北公民館	各20人
15日(土)	午後6時30分～7時50分	午後8時～9時30分	総合学習センター	各30人
17日(月)	午後1時30分～2時50分	午後3時～4時30分	橋本公民館	各20人
20日(木)			中沢中学校	
25日(火)			津久井中央公民館	
27日(木)			東林公民館	
29日(土)			大野南公民館	
31日(月)			相模台公民館	

対象 市内で活動する団体・サークル・自治会など(②は個人も可)
申し込み 各公民館などにある申込書をファクスかEメールで、開催2日前までに市コミュニティサイト運営プロジェクト(☎042-778-2520 Eメール info@sagami-portal.com)へ。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ

市コミュニティサイト運営プロジェクト(鮎川) ☎090-4613-7931

みんなの消費生活展

クイズラリーなどのイベントを通じて生活に役立つ情報をご紹介します。

日時 10月14日(金)・15日(土)午前10時～午後4時
会場 ミウヰ橋本5階インナーガーデン ※希望者は直接会場へ
※クイズラリー参加者には相模原産野菜などをプレゼントします。

お問い合わせ 生活安全課 ☎042-769-8229

国民生活センター公開講座

～見て納得よりよい消費生活をめざして～

同センターの仕組みの講義と商品テストの施設を見学します。
日時 10月31日(月)午後1時30分～4時
対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人=30人(申込順)
申し込み 直接か電話で、10月21日までに総合学習センター(☎042-756-3443)へ
※車で来場する場合は、申込時に車のナンバーを確認します。

シルバーいきいきライフ講習会

講習会名	日にち	時間	費用
毛筆で書く年賀状	11月1日(火)	午前9時～午後4時	各300円
	2日(水)		
布ぞうり編み (全2回)	11月7日(月)・8日(火)	各600円	
	11月10日(木)・11日(金)		

会場 シルバー人材センター中央事務所
対象 市内在住の60歳以上の人=各10人(抽選)
申し込み 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、講習会名・希望日を書いて、10月14日(必着)までに同所(〒252-0236 中央区富士見4-3-1 ☎042-754-1177)へ

ウォーキングツアー オープンガーデンめぐり

緑区長竹地区を歩きます(約6km)。
日にち 10月13日(木) 集合 午前7時45分にJR橋本駅
定員 20人(申込順) 費用 900円(バス代含む)
申し込み 電話で市みどりの協会(☎042-777-2860)へ

スポーツ大会出場奨励金

対象 アマチュアスポーツ大会の全国大会等に出場する市内在住の個人、団体(年度内1人1回)
※大会開催の14日前までに申請が必要。申請方法や金額など詳しくは、お問い合わせください。
お問い合わせ スポーツ課 ☎042-769-9245

犬のしつけ教室

①小型犬(初心者) ②中・大型犬(初心者) ③全犬種(前回参加者)
日にち 10月22日(土)
時間 ①午前9時～10時 ②午前10時15分～11時15分
③午前11時30分～午後0時30分
会場 相模湖林間公園
対象 市内在住か在勤・在学の人=各10人(申込順)
費用 各300円
申し込み 直接か電話で同公園(☎042-685-1330)へ
※狂犬病予防注射接種済みを証明できるもの(平成23年度)が必要です。

秋季ポニー教室<全5回>

ポニー乗馬やエサあげ、参加者同士の仲間づくりなどをします。
日時 11月3日～23日の祝日と日曜日 午前9時40分～正午
会場 相模原麻溝公園ふれあい動物広場
対象 市内在住の小・中学生(保護者同伴)
定員 20人(抽選)
申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、性別、学年、電話番号、保護者名、「秋季ポニー教室」と書いて、10月17日(必着)までに同広場(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ
※過去に参加した人は応募できません。



体験教室 黒曜石で矢じりを作ろう!

日時 10月16日(日)午後2時～4時
会場 旧石器ハテナ館
対象 小学生以上の人=30人(申込順) 費用 100円(材料費)
申し込み 電話で同館(☎042-777-6371)へ

相模湖地区の文化財探訪

俳句寺として知られる正覚寺や、奇岩怪石のある石老山の登山コースにある顕鏡寺などの文化財を巡ります。
日にち 10月22日(土) <小雨決行、一部ルート変更の場合あり>
集合 午前9時30分に相模湖駅改札口 ※解散は午後3時30分ごろ
定員 50人(先着順)
※希望者は歩きやすい服装で、弁当、雨具を持参し、直接集合場所へ
お問い合わせ 文化財保護課 ☎042-769-8371

ふれあい美術展

高齢者団体が出品する陶芸、水彩画、書道の作品を展示します。
日時 10月8日(土)・9日(日)午前9時～午後5時
会場 新磯ふれあいセンター
お問い合わせ 新磯ふれあいセンター ☎046-255-1311

作品募集

さがみはら 観光写真コンテスト

テーマ 市内の行事や祭り、自然景観、都市景観、文化財など
※作品のサイズなど詳しくは、募集要項をご覧ください。
募集要項・応募票の配布場所 市観光協会、各公民館・地域センターなど
※市観光協会ホームページからもダウンロード可
申し込み 応募票を作品の裏側に貼付し、12月15日(必着)までに市観光協会(商業観光課内 ☎042-769-8236)かフォトイメージング相模原組合加盟店へ

16ミリ映写機操作 認定講習会

日にち 11月6日(日)
時間 午前9時45分～午後5時
会場 市立図書館(中央区鹿沼台)
対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人(中学生は除く)
定員 18人(申込順)
費用 500円(テキスト代)
申し込み 直接か電話で視聴覚ライブラリー(☎042-753-2401)へ

下水道 ふれあいまつり

下水処理場の見学、模擬店、ゲームなどを行います。
日にち 10月22日(土) <小雨決行>
時間 午前10時～午後3時
会場 四之宮ふれあい広場(平塚市四之宮管理センター内)
※希望者は直接会場へ
お問い合わせ 県下水道公社企画課 ☎0463-55-7438

～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



10月1日以降のスポーツ施設は、屋外のナイターも含め、通常に開放します。

10月1日～16日は県民スポーツ週間 10月10日(祝)は体育施設を無料開放

施設名	時間	電話番号
①総合体育館	午前9時～午後10時	①042-748-1781
②北総合体育館 (体育室・柔道場・トレーニング室など)		②042-763-7711
③さがみはらグリーンプール (各プール・トレーニング室)	午前9時 ～午後9時30分	③042-758-3151
④銀河アリーナ(トレーニング室)		④042-776-5311
⑤横山公園(陸上競技場)	午前8時30分 ～午後9時30分	⑤042-758-0886
⑥サーティーフォー相模原球場(体育室)		⑥042-753-6930
ふじのマレットゴルフ場	午前9時～午後5時	042-687-5700

※個人の利用に限ります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。

テニス教室〈全5回〉

日にち 10月22日(土)～12月18日(日)※

会場	曜日	時間
名倉グラウンド	土曜日	午後0時30分～2時30分
小倉テニスコート		午前10時30分
津久井又野公園、相模湖林間公園	日曜日	～午後0時30分

コース ①初心・初級②ジュニア

対象 ①15歳以上の人＝各20人(申込順)
②小学校3年生～中学生＝10人(申込順)

費用 各4,000円

申し込み 直接か電話、ファクスに氏名、年齢、電話番号、テニス経験の有無、希望会場、コースを書いて、めいびる(〒252-0105 緑区久保沢1-1-53 ☎042-782-0303 042-782-1051)へ
※各会場・コースによって開催日程が異なります。詳しくは、お問い合わせください。

初中級エアロビクス教室〈全8回〉

日時 11月1日～12月20日の毎週火曜日午前10時～11時30分

会場 サーティーフォー相模原球場体育室

対象 市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)の人

定員 30人(抽選) 費用 3,000円

申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「エアロビクス教室」と書いて、10月11日(必着)までに同球場(〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930)へ

銀河アリーナ アイススケート場オープン

期間 10月20日(木)

～平成24年5月6日(日)

時間 午前9時～午後8時15分
(火・木曜日は午後6時まで)
※手袋と、帽子かヘルメットを着用してください。

お問い合わせ 銀河アリーナ ☎042-776-5311

料金

区分	入場料	貸靴代
4歳～中学生	400円	200円
18歳以下の人	600円	
19～64歳の人	800円	400円
65歳以上の人	400円	

※障害者と介護者は入場無料

さがみはらグリーンプールの催し

教室・講座名	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用
健康栄養	10月20日(木)	午前11時～正午	30歳以上の人	30人	200円
はじめてのビーズアクセサリー	10月22日(土)	午前10時～正午	小学生以上の人	各20人	各1,000円
英語であそぼう	10月23日(日)	午後3時～4時	年長～小学校3年生		
絵手紙体験	10月27日(木)	午前10時～正午	18歳以上の人		
はじめての水泳	10月31日(月)	午前9時～10時	15歳以上の人(中学生除く)	50人	400円
クロール集中水泳〈全8回〉	※のとおり	午後5時30分～6時30分	ビート板を使って25m以上泳げる小・中学生	30人	2,000円

※10月31日(月)、11月1日(火)・7日(月)～11日(金)・15日(火)

申し込み 直接か電話で同プール(☎042-758-3151)へ

キッズスポーツ教室〈全20回〉

日時 11月2日～平成24年3月28日の毎週水曜日(11月23日・30日を除く)午後4時～5時

会場 相模原麻溝公園競技場

対象 小学校1・2年生＝20人(抽選) 費用 6,000円

申し込み 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「キッズスポーツ教室」と書いて、10月25日までに同競技場(☎042-777-6088 042-777-0161 Eメール asamizo-stadium@dream.jp)へ

市体育協会からのお知らせ

市体育協会 ☎042-751-5552 042-751-5545
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
Eメール taikyo@jade.dti.ne.jp [HP] http://www.jade.dti.ne.jp/taikyo/

スポーツフェスティバル2011

乗馬、サッカー、ラグビー、ニュースポーツの体験やアスリートと交流、体力測定など

日時 10月10日(祝)午前9時～午後2時

会場 相模原麻溝公園競技場

※希望者は直接会場へ

みんな元気さがみはらウオーク2011 & 健康・体験イベント

日時 11月3日(祝)午前9時15分

集合場所 淵野辺公園芝生広場

コース ①民話の里(でいらぼっち)を歩こう(4km)、②相模原豊かな自然を歩こう(14km)

費用 各500円(未就学児は無料)

申し込み はがきかEメールに、全員の住所・氏名(代表者に○)・年齢・性別・電話番号、コースを書いて、10月23日(必着)までに市体育協会へ

いきいきボウリング教室〈全6回〉

日にち 10月18日～11月22日の毎週火曜日

時間 午前10時～午後1時

会場 相模原パークレーンズ(中央区相模原)

対象 市内在住の人＝36人(申込順)

費用 3,000円 ※貸靴代は別途1回300円

申し込み 直接か電話で、相模原パークレーンズ(☎042-755-1110)へ

スポーツ関係者の普通救命講習

市消防局職員から心肺蘇生法やAEDの取り扱い、止血法を学びます。

日にち 11月5日(土) 会場 産業会館

時間 午前9時15分～午後0時15分

対象 市内在住か在勤・在学の人

定員 50人(申込順) 費用 1,000円

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、「11月5日普通救命講習」と書いて、10月21日までに市体育協会へ

市民マスターズ水泳大会・ダイビングフェスティバル

日時 11月13日(日)午前9時～午後6時

会場 さがみはらグリーンプール

※申込方法など詳しくは市水泳協会ホームページをご覧ください。

親子ラグビー教室

日時 10月16日(日)午前9時～正午

会場 アイダエンジニアリンググラウンド(緑区根小屋)

対象 市内在住の3歳～中学生とその保護者(保護者が市内在勤でも可)

費用 1組500円

※希望者は、運動のできる服装で直接会場へ

協会長杯争奪バレーボール大会

日時 11月27日(日)午前9時

会場 総合体育館 費用 5,000円

※市バレーボール協会登録チームは3,000円

申し込み 市体育協会にある申込用紙と参加料を10月23日までに市バレーボール協会へ

市長杯争奪ターゲット・バードゴルフ競技大会

日にち 10月23日(日)

時間 午前9時～午後3時30分

会場 相模原麻溝公園暫定スポーツ広場

対象 市内在住か在勤・在学の18歳以上の人

定員 130人(申込順) 費用 800円

申し込み はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、「ターゲット・バードゴルフ競技大会」と書いて、10月15日(消印有効)までに市体育協会へ

ペタンク競技親善大会(トリプルズ)

日時 11月3日(祝)午前8時～午後4時30分

会場 相模原麻溝公園スポーツ広場

対象 市内在住の人＝64チーム(申込順)

費用 1,000円(高校生以下500円)

申し込み はがきかファクスに、代表者の住所・氏名・電話番号、全員の氏名、チーム名、「ペタンク大会」と書いて、10月16日(必着)までに市体育協会へ

情報 あら・かると

市役所 ☎042-754-1111(代)

お知らせ

都市計画案の縦覧

生産緑地地区の変更案の縦覧と意見書の提出

日 10月3日(月)～17日(月)

※土・日曜日、祝日を除く

時 午前8時30分～午後5時15分

会 問 都市計画課

※意見書の提出方法について詳しくは、お問い合わせください。

建物の耐震巡回相談

日 10月12日(水)

時 午後1時30分～4時30分

会 大野北公民館

※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

違反建築防止週間10月11日～17日

期間中、工事中の住宅を中心に一斉パトロールを実施

問 建築審査課

社会保険労務士無料相談会

年金や健康保険、賃金、解雇など

日 10月12日(水)

時 午前10時～午後4時

会 市役所本館1階ロビー

※希望者は直接会場へ

問 県社会保険労務士会相模原支部(☎042-753-3148)

マンション管理 無料相談会

日 10月16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の田中さん(☎046-256-2683)へ

日商簿記検定試験

日 11月20日(日)

会 桜美林大学プラネット淵野辺キャンパス、相模女子大学

費 1級7,500円、2級4,500円

3級 2,500円

申 直接(10月17日～21日)かインターネット(10月20日まで)で、相模原商工会議所(☎042-753-8134)

HP <http://www.ssp21.or.jp/>へ

公証人無料相談会

相続、遺言等の公正証書作成など

日 10月5日(水) 午後1時～4時

会 問 中央区役所市民相談室

※希望者は直接会場へ

戦没者合同慰霊祭

日 10月7日(金) 午前10時30分～正午

会 市民会館ホール

対 市内在住の人

※参列希望者は直接会場へ

問 地域福祉課

赤い羽根共同募金運動

期間 12月31日(土)まで

問 共同募金会相模原市支会(☎042-730-3888)

登記無料相談会

相続や抵当権の抹消など

日 10月22日(土)

時 午前9時～午後4時

会 緑区役所市民相談室

定 12人(申込順)

申 電話で10月3日から横浜地方労務局相模原支局(☎042-753-2110)へ

宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

12月まで平日に空きあり

申 随時受け付け

平成24年1月分の抽選申し込み

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

①1月の休館日 10日(火)・11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

募集

介護保険課の非常勤職員

介護保険の認定調査点検

勤務 11月7日～平成24年1月6日

の月～金曜日(祝日を除く)で午前9時～午後3時30分

賃金 時給1,150円

対 社会福祉士の資格がある人

定 1人

申 電話で10月3日～14日に同課(☎042-769-8342)へ

衛生試験所の非常勤職員

食品等微生物検査業務

勤務 11月14日～平成24年2月29日の月～金曜日で午前9時30分～午後4時

賃金 日額7,645円

対 大学の薬学部・農学部等を卒業したか、臨床検査技師で、食品微生物検査の経験がある人=1人

申 電話で10月3日～14日に同所(☎042-769-8348)へ

障害者支援センター 松が丘園の嘱託職員

勤務 週5日(土・日曜日、祝日を含む)で午前8時30分～午後5時

報酬 月額16万2,300円

対 給与・経理業務の実務経験が3年以上あり、普通自動車運転免許がある人=1人

申 履歴書(写真貼付)を直接か郵送で10月11日(消印有効)までに同所(〒252-0223 中央区松が丘1-23-1 ☎042-750-1905)へ

相模台地域包括 支援センターの職員

勤務 月～金曜日は午前9時～午後5時、土曜日は午前9時～正午

対 看護師か保健師の資格がある人

定 1人

申 電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)と資格証を持って同センター(☎042-741-6665)へ

日本語ボランティア

日本語教室で外国人に日本語を教えるボランティア

申 電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

青年海外協力隊 シニア海外ボランティア

体験談と説明会

日 10月19日(水)

時 シニア海外ボランティア=午後3時、青年海外協力隊=午後7時

会 グリーンホール相模大野

問 JICA横浜青年海外協力協会(☎045-663-3219)

非常勤保健師

介護予防の保健指導など

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 保健師の資格がある人=若干名

申 電話で10月3日から介護予防推進課(☎042-769-9249)へ

市都市整備公社の職員

経理や事業の企画、施設管理等

勤務 平成24年4月から週5日で午前8時30分～午後5時15分(勤務場所により土・日曜日、祝日の勤務あり、週38時間45分)

対 昭和47年4月2日～平成2年4月1日に生まれた人=若干名

申 必要書類を郵送で10月14日(消印有効)までに同公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6623)へ

※必要書類など詳しくは同公社ホームページをご覧ください。

イベント

県立相模原公園の催し

①ネイチャーゲーム体験「君も名探偵!!秋のヒミツさがし」

日 10月15日(土)

時 午前10時30分～正午

費 200円(小学生以下100円。保険代を含む)

②オートムフェア

フリーマーケット、花苗販売など

日 10月15日(土)・16日(日)

時 午前10時～午後3時

③自然観察会「実のつく木を探そう、なぜ葉っぱは紅葉するの?」

日 10月22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)

◇ ◇

申 ①③電話で同公園(☎042-778-1653)へ

サカタのタネグリーンハウスの催し
秋のラン展

日 10月4日(火)～10日(祝)

時 午前9時30分～午後4時30分

マリンバコンサート

日 10月9日(日)

時 午後1時30分～3時

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広告主へ。

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)
 日=申し込み(期限で指定のないものは、必着) 問=お問い合わせ ☎=電話 ファクス=ファクス Eメール=Eメール HP=ホームページ

【檀の会】シャドーボックス展
 日10月12日(水)～23日(日)
 時午前9時30分～午後4時30分
 ◇ ◇
 問同ハウス(☎042-778-6816)

銀河連邦サク共和国の特産物販売
 りんご(1袋500円)、ブルー
 ン(1パック500円)などを販売
 日10月6日(木)正午～午後1時
 会市役所正面玄関前
 問農政課

**さがみはら国際交流ラウンジの
お茶会-おしゃべり広場**

バングラデシュのお話
 日10月8日(土)
 時午後4時～5時30分
 ※希望者は直接会場へ
 問同ラウンジ(☎042-750-4150)

土曜コンサート「フルーツ&ピアノ」

日10月15日(土)午後5時30分
 会サン・エールさがみはら(緑区
 西橋本5-4-20)
 定220人(先着順)
 ※希望者は直接会場へ
 問同所(☎042-775-5665)

ソレイユさがみの催し

南区出前講座「介護を楽にするお
 しゃべりサロン」
 日10月27日(木)
 時午後1時30分～3時30分
 会介護サポート情報館たんぽぽけ
 っと(南区相模大野8-2-12)
 定6人(申込順)

じぶんの頭で考えるエコ工作教室
 日10月30日(日)
 時午前10時30分～正午
 午後1時30分～3時

対小学生=各20人(申込順)
 費各100円(材料費・保険料)
**エンディングノート～医師と考える
 自分らしい生き方のメッセージ**

日11月6日(日)
 時午後1時30分～4時
 定50人(申込順)

**自分で出来るお疲れほぐし
 ～ホリスティックと栄養セミナー～**

日11月7日(月)
 時午前10時～午後1時
 対女性=20人(申込順)
 費500円(昼食代)
 ◇ ◇

※女性を対象にキャリアカウンセ
 リングや健康相談を行っています。
 日時など詳しくはお問い合わせく
 ださい。
 申直接か電話、ファクスに氏名、
 電話番号、催し名を書いて、同所
 (緑区橋本6-2-1 シティ・
 プラザはしもと内 ☎042-775
 -1775 ファクス042-775-1776)へ
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり
 (要予約)

講演・講座

**家族セミナー「子どもの自立と
 就職に向けて」〈全3回〉**

日10月15日～29日の毎週土曜日
 時午後2時～4時
 会サン・エールさがみはら(緑区
 西橋本5-4-20)
 対ニートやひきこもり、フリータ
 ーの子どもを持つ家族
 定30人(申込順)
 申電話で10月14日までにさがみは
 ら若者サポートステーション(☎
 042-703-3861)へ

**就職活動を支援！コンピュータ
 実務教育講座〈全15回〉**

日11月7日～28日の月～金曜日
 時午前9時～正午
 会デジタルコンテンツ研究会(南
 区南台3-12-12)
 対市内在住でパソコンの入力操作
 ができる求職活動中の人=15人
 費1,644円
 申直接か電話で10月3日～17日に
 同会(☎042-748-0471)へ
 ※10月20日・21日に面接あり

**田中 優さん講演会
 「原発に頼らない社会へ」**

電力問題と温暖化の解決策につ
 いて
 日10月10日(祝)
 時午後1時30分～4時
 会環境情報センター
 定85人(申込順)
 申電話か、ファクス、Eメールに
 住所、氏名、電話番号を書いて、
 太陽光発電所ネットワークPVさ
 がみはらの北村さん(☎042-
 745-8958 [E] pvsagamihara@
 yahoo.co.jp)へ

**養護教諭新採用研修市民公開講座
 「感染症の予防と対応」**

日10月27日(木)
 時午後2時30分～5時
 会総合学習センター
 対市内在住か在勤・在学の高校生
 以上の人=30人(申込順)
 申電話で10月24日までに同センタ
 ー(☎042-756-3443)へ
 ※未就学児(2歳以上)の保育あり
 (要予約)

**コミュニティビジネスセミナー
 「地域に暮らし、地域をつくる」
 〈全3回〉**

日10月21日(金)、11月10日(木)、
 12月2日(金)
 時午後1時30分～4時30分(11月
 10日は午前9時から)
 会相模原商工会館ほか
 定20人(申込順)
 費2,000円(11月の昼食代等)
 申電話で10月3日から市産業振興
 財団(☎042-759-5600)へ

労務管理対策セミナー

テーマ 「働く人と組織を元気に
 するメンタルヘルス対策」「労使
 トラブル予防のための労務管理の
 ポイント」
 日10月17日(月)
 時午後1時30分～5時
 会産業会館 定70人(申込順)
 申電話で10月3日～12日になが
 わ労働センター県央支所(☎046-
 296-7311)へ

初心者民謡講座〈全10回〉

日10月13日～12月22日の毎週木曜
 日(11月3日を除く)午後1時～3時
 会総合学習センターほか
 定30人(申込順) 費2,000円
 申電話で10月12日までに市民謡協
 会の渡辺さん(☎042-772-5828)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。

▼さがみはら母親大会 子育てと原
 子力、貧困などをテーマにした講演
 会など。10月2日(日)午前10時30
 分～午後4時、産業会館。費用300円
 (資料代)。保育あり(無料) 問
 同大会実行委員会事務局(☎042-
 769-6525)

▼室内楽を楽しもう！2011 in 相模
 大野 曲目はモーツァルト「アイネ
 クライネ・ナハト・ムジーク」ほか
 10月9日(日)午後1時30分～4時、
 グリーンホール相模大野多目的ホー
 ル。対象は5歳以上の人 問佐藤(☎
 042-712-7035)

▼女声合唱団フレンドリー「25周年
 チャリティー(大船渡市)コンサ
 ート」 曲目は「オペラ座の怪人」な
 ど。10月22日(土)午後2時～4時、
 グリーンホール相模大野多目的ホー
 ル。費用500円 問三川(☎042-742
 -8909)

▼中央地区シルバーダンスサークル
 合同発表会 10月30日(日)午前10
 時30分～午後4時、市体育館(市役所
 前)。ダンスタイムあり、ダンスシュ
 ーズ持参 問松本(☎042-774-0634)

仲間 会費などは個別にお問
 い合わせください。

▼ヨガ 月3回木曜日午前10時、橋本
 公民館 問永嶋(☎042-771-5336)

▼なぎなた 毎週水曜日午前10時、
 総合体育館。体験あり・見学歓迎 問
 関口(☎042-755-9425)

▼リズム体操 月4回木曜日午後1
 時30分、大野南公民館 問松岡(☎042
 -765-1425)

▼女声合唱 毎週火曜日午後3時、
 大野南公民館。見学可 問西村(☎042
 -742-5407)

▼障害児リトミック 月1回火曜日
 午後3時50分、東林公民館 問菊地
 (☎090-6506-1635)

▼社交ダンス 毎週金曜日午後1時、
 上溝公民館ほか。経験者歓迎 問山
 崎(☎042-772-3235)

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 ☎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。

記録！表現！記憶！「さがみはらの写真文化」を全国、世界に発信！

フォトシティさがみはら2011

受賞作品を展示する写真展をはじめ、「私のこの一枚」写真展や「フォト・シンポジウム」の開催など、写真の魅力を総合的に楽しめる祭典です。ぜひ、この機会に、写真の持つ記録性、芸術性などの素晴らしさを体感してください。

受賞作写真展

日時 10月14日(金)～31日(月) 午前10時～午後7時
会場 相模原市民ギャラリー(水曜日は休館)

関連イベント 日にち 10月23日(日)
アマチュアの部写真講評会 時間 午後1時～3時
プロの部ギャラリートーク 時間 午後3時～5時
※希望者は直接会場へ
※写真展終了後、受賞作品の巡回展を行います。日程など詳しくは、お問い合わせください。

フォト・シンポジウム

日時 10月16日(日) 午後2時30分～4時30分
会場 社のホールはしもと ※希望者は直接会場へ
パネルディスカッション 「現在の写真の状況をめぐって」～受賞者は語る「ドキュメンタリーからアートまで」～
コーディネーター 河野和典さん(「写真年鑑」編集長)
パネリスト 野町和嘉さん(土門拳賞受賞)
ハービー・山口さん(日本写真協会賞作家賞受賞)
石川真生さん(さがみはら写真賞受賞)

「私のこの一枚」写真展

あなたのおききの写真を展示してみませんか。

期間	会場
平成24年1月11日(水)～17日(火)	伊勢丹相模原店6階
24年1月18日(水)～24日(火)	ミウイ橋本インナーガーデン

申し込み 展示ボードに写真(1人1作品)を貼って、12月20日までに受付場所へ
※展示ボードの配布・受付場所など詳しくは、各公民館などにある募集案内をご覧ください。

ニコンポートフォリオレビューin相模原

参加者が持参した写真に、専門家がアドバイスします。
日時 10月29日(土) 午後2時から
※受け付けは午後1時30分～3時30分
会場 相模原市民ギャラリー
対象 写真家をめざす35歳以下の人
※希望者は直接会場へ
お問い合わせ ニコンサロン事務局 ☎03-3769-7953



▲プロの部 さがみはら写真賞 「FENCES, OKINAWA」 石川真生さん(沖縄県)



▲アマチュアの部 金賞 「茜の路、頬撫でる風」 橋本光弘さん(兵庫県)



▲アマチュアの部 市民奨励賞 「太陽」 岡山信男さん(相模原市南区)

フォトシティさがみはら2011写真賞各部門受賞者一覧

賞	作品名	氏名	国・都道府県等	アマチュアの部	賞	作品名	氏名	都道府県等
					プロの部	金賞	茜の路、頬撫でる風	橋本光弘
さがみはら写真賞	FENCES, OKINAWA	石川真生	沖縄県	銀賞	春愁	畠堀ひと美	神奈川県	
さがみはら写真アジア賞	A Race Divided: Chin migrants search for identity and life of peace	ヴィージェイ・ヴィラフランカ	フィリピン	銅賞	練習場	古木信一	大阪府	
さがみはら写真新人奨励賞	地下水道	白汚 零	埼玉県	市民奨励賞	夏祭り	内山 暁	神奈川県	
	日本 2001-2010	本山周平	東京都		進水式	乗松賢二	愛媛県	
					蜻蛉のメガネ	宮本康雄	岡山県	
					太陽	岡山信男	相模原市南区	

※表彰式は10月16日(日) 午後1時～2時に社のホールはしもとで行います。

フォトシティさがみはら実行委員会が「日本写真家協会賞」を受賞

同協会は職業写真家で作る国内最大の団体で、フォトシティさがみはらは「写真文化の発展に貢献し国内外で高く評価されている」として、同賞を受賞しました。

お問い合わせ
文化振興課 ☎042-769-8202

さがみはらスイーツフェスティバル2011

販売イベント 参加店舗(カフェを除く)の作品が一堂に並ぶ!

日時 10月15日(土) 午前10時から(個数限定販売)

会場 アリオ橋本グランドガーデン

※さがみはら菓子まつりと同時開催

コンテストの一般審査員を募集

日時 11月5日(土) 午後1時～3時

会場 相模女子大学マーガレットホール

対象 16歳以上で参加店舗の関係者以外の人=40人程度(抽選)

申し込み はがきかEメール(1通3人まで)に全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・勤務先か学校名・電話番号・メールアドレス、「一般審査員応募」と書いて、10月12日(必着)までに、同実行委員会事務局(商業観光課内 ☎252-5277 中央区中央2-11-15 Eメール info@e-sagamihara.com)へ

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

相模川ふれあい科学館の催し

ペンギンのお散歩タイム

期間 10月8日(土)～10日(祝)

時間 午前11時、午後1時・3時(各15分)

ぼくたちが
行進するよ



クロホシイシモチ



10月30日(日)まで

マンスリー水槽 『めざせ!おさかな博士!』

間違い探しをしながら「おさかな博士」をめざします。

展示生物 クロホシイシモチなど

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4時30分

入館料 300円(小・中学生100円、65歳以上の人150円)

10月の
休館日は月曜日
(10日を除く)と
11日(火)

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

2011 (平成23年)

10/1

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
橋 シティ・プラザはしもと	緑区橋本 6-2-1
南 南保健福祉センター	南区相模大野 6-22-1
城 城山保健福祉センター	緑区久保沢 2-26-1
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

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

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	11月21日(月)	南	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 平成23年5月生まれの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	
	11月28日(月)	ウ		
はじめよう! 元気Kidsのおうちごはん<全2回>	11月2日(水) 16日(水)	南	子どもの食事の情報交換と簡単な調理実習 時間 午前9時30分～正午 対象 1歳6か月～3歳未満の子どもの保護者=15人(申込順) ※保育は相談に応じます。	⑩
ハローマザークラス<全3回>	11月7日(月) 14日(月) 21日(月)	藤	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	⑭
ママの心のケアルーム「ママの休み時間」	10月12日(水)	ウ	「子育てに向いていない」「子どもがかわいく思えない」などと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
産後ママのエクササイズ	11月16日(水)	ウ	出産後の体を適正体重に保つ運動体験 時間 午前10時～正午 対象 生後4～6か月の乳児とその母親 定員 20組(申込順)※保育なし	⑨

教室名	日にち	会場	内容・時間・対象
ふれあい親子サロン ※◎=こどもセンター	10月18日(火)	△二本松◎、△陽光台◎	保健師、保育士等による健康・育児相談、身体測定、親子遊びの紹介など ※△印は、栄養士による栄養相談もあり ※□印は、歯科衛生士による歯科相談もあり 時間 午前10時～11時15分 対象 乳幼児とその保護者 ※希望者は直接会場へ お問い合わせ ⑧⑨⑩
	10月19日(水)	横山◎、相武台◎	
	10月20日(木)	△城山◎、△大野北◎ 上鶴間◎	
	10月25日(火)	富士見◎、 △鶴園中和田◎	
	10月26日(水)	並木◎	
	10月27日(木)	麻溝◎、□湖	

高齢者のための事業案内

事業名	日にち	時間	会場	内容	申込
高齢者認知症相談	10月18日(火) 24日(月)	午後1時～3時	ウ	専門医による認知症についての相談 定員 各2人(申込順)	③
	10月19日(水)		橋		②
	10月25日(火)	午前10時～正午	南		④

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11月1日号でお知らせします。

※14歳以上で、肝炎ウイルス感染の心配がある人は、肝炎ウイルス検査を無料で実施しています。

申し込み・お問い合わせ 電話でコールセンター(☎042-770-7777)へ

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)	橋	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談も可) ※湖津藤は来庁相談のみ お問い合わせ⑧⑨⑩		
	月・木曜日		津			
	火曜日		湖			
	水曜日		藤			
	金曜日		城			
エイズ等の検査・相談	10月4日(火) 10月11日(火) 10月18日(火) 10月25日(火)	午前9時～11時	ウ	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	
	10月15日(土) 10月29日(土)	午後2時～4時	橋			
	10月19日(水)	午後2時～4時	ウ			ひきこもり問題を抱える家族のグループ相談会 対象 市内在住か通勤の人 申し込み 電話で10月3日から精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ
	10月20日(木)	午後1時30分～3時	ウ			※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
	11月8日(火)	午前9時9時30分 10時 10時30分	南			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)

特定相談・精神科セカンドオピニオン外来

相談名	日にち	時間	内容・対象など
精神科セカンドオピニオン外来	10月17日(月)	午後2時～4時	専門医が意見提供します。 対象 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内容などは受けられない場合があります。 定員 2人(申込順。調整あり) 費用 2,000円
みんなのアルコール相談	10月18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)
思春期・ひきこもり特定相談	10月20日(木)	午後2時～4時	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 2人(申込順。調整あり)

会場 けやき会館

申し込み 電話で10月3日から精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

10月1日～11月30日 麻薬・覚せい剤乱用防止運動

リーフレットや啓発物品の配布を行います。

日時 11月13日(日) 午後1時30分～3時

会場 相模大野駅北口コリドー通り・ペDESTリアンデッキ

お問い合わせ 医事薬事課 ☎042-769-8343

愛の献血

献血日程表: 10月2日(日) 午前10時30分~正午, 午後1時30分~4時 会場: 相模大野駅前コリドー

対象 16~69歳の健康な人 (65~69歳の人 は、60~64歳の間に献血経験が必要)

所要時間 40分程度

※200ml献血を行わない場合があります。

※本人確認を行っています。

お問い合わせ

医事薬事課 ☎042-769-8343

アルコール・薬物 家族教室

アルコール・薬物問題を理解し、その対応について学びます。

日にち 10月26日(水)

時間 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・薬物問題がある人の家族

定員 10組(申込順)

申し込み 電話で10月3日から精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

急病などで困ったときは (電話番号をよく確かめて)

救急医療情報センター ☎042-756-9000, 休日急患歯科診療所 ☎042-756-1501, 休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-194199

もっと健康になるための教室

教室一覧表: サークットエクササイズ, 運動プログラム作成コース

働き盛りのタフなカラダづくり 生活習慣病予防教室(働く人編) <全2回>

内臓脂肪や運動量の測定、食事バランスをチェックするほか、講話を聞いて、タフなカラダづくりについて学びます。

日時 10月29日、11月12日の土曜日午後1時30分~3時30分

会場 南保健福祉センター 対象 市内在住の人=30人(申込順)

申し込み 電話で10月3日から南保健センター(☎042-701-7708)へ

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

血管・カラダ年齢の測定、ライフコーダーを身に付けて運動量をチェックします。

日時 11月8日(火)・16日(水)午後1時30分~3時30分

会場 城山保健福祉センター 対象 市内在住の人=30人(申込順)

申し込み 電話で10月3日から城山保健福祉課(☎042-783-8120)へ

みんな元気!さがみはら 健康フェスタ2011

体力測定、健康相談、体験コーナーなどを行います。

日時 10月15日(土) 午前10時~午後3時

会場 ウェルネスさがみはら

申し込みが必要な催し表: 医療講演会「腎臓と生きる」, 医療相談会, 長野信一さんのボールを使っの運動と体操

申し込み 電話で10月11日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

統合失調症家族教室 <全4回>

統合失調症の知識や当事者とのコミュニケーション術を学びながら、家族同士の交流を深めます。

日にち 10月24日(月)、11月10日(木)・24日(木)、12月1日(木)

時間 午後2時~4時

会場 南保健福祉センター

対象 統合失調症発病から10年以内の人の家族=15人(申込順)

申し込み 電話で10月3日~20日に南障害福祉相談課(☎042-701-7715)へ

測って気付く健康相談

健康相談や、体脂肪率、内臓脂肪レベル、血管老化度などを測定します。

日時 11月7日(月) 午前9時30分~11時30分

会場 ウェルネスさがみはら ※希望者は直接会場へ

お問い合わせ 中央保健センター ☎042-769-8233

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、タバコに関する検査を行います。

日時 11月12日(土) 午前10時~正午

会場 ウェルネスさがみはら 定員 50人(申込順)

申し込み 直接か電話で10月3日から中央保健センター(☎042-769-8233)へ

子育て世代向け 生活習慣病予防教室 ころろふっくら カラダすっきり <全2回>

血管・カラダ年齢の測定や、運動量をチェックします。

日時 11月14日・21日の月曜日午前10時~正午

会場 ウェルネスさがみはら 対象 市内在住の人=25人(申込順)

※子どもも一緒に参加できます。

申し込み 電話で10月3日から中央保健センター(☎042-769-8233)へ

先天性代謝異常等検査の対象疾患が拡大

新生児に対する先天性代謝異常等検査の対象疾患が、6種類から19種類に拡大されました。申し込み方法、採血方法、費用は今までどおりです。

対象 県内医療機関で生まれ、10月1日以降に検査を行う新生児

※対象疾患など詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「健康・衛生・医療」→「親と子どもの教室、健康診査」→「親と子どもの診査」をご覧ください。

お問い合わせ 健康企画課 ☎042-769-8345

日赤健康生活支援短期講習会

高齢者の介護や健康管理、地域での高齢者支援などを学びます。

日時 11月5日(土) 午前10時~正午

会場 津久井赤十字病院

対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人=25人(申込順)

申し込み 電話で10月17日までに同病院健康管理センター(☎042-784-2429)へ

認知症高齢者への介護の在り方・支援のこれから 介護保険制度一部改正の動向をふまえて

基調講演やシンポジウムなどを行います。

日時 10月22日(土) 午後1時30分~4時30分

会場 ソレイユさがみ(緑区橋本6-2-1)

定員 150人(申込順)

申し込み はがきかファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、「認知症高齢者への介護の在り方・支援のこれから」と書いて、県社会福祉士会事務局(〒221-0844 横浜市神奈川区沢渡4-2 ☎045-317-2045 045-317-2046 Eメール info@kacsw.or.jp)へ

NHK 認知症フォーラム『あきらめない』 ~最新医療と社会の支え~

認知症の正しい知識や最新医療情報、市内の取り組みなどを紹介します。

日時 11月7日(月) 午後1時30分~4時

会場 市民会館ホール 定員 800人(抽選)

申し込み はがきかファクスに代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数、全員の氏名、「認知症フォーラム相模原」と書いて、10月27日(必着)までにNHK厚生文化事業団(〒150-0041 東京都渋谷区神南1-4-1 第七共同ビル ☎03-5728-6633 03-3476-5956)へ

※同事業団ホームページ(http://www.npwo.or.jp/)からも申し込みます。

