

さがみはら 広報 さがみはら

NO.1228
毎月1日・15日発行
2011/11/1
平成23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

市の人口・世帯



人口 719,429 (308増)



世帯 306,220 (266増)

10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

ねりんピックに初参加



開会式で入場行進する本市選手団

10月15日～18日、60歳以上の人を中心に、スポーツや文化などを通して、ふれあいと活力ある長寿社会をめざす「第24回全国健康福祉祭(ねりんピック) くまもと大会」が開催されました。同大会には都道府県と政令指定都市の選手が出場し、政令指定都市として初参加した本市からは、10種目に79人が参加しました。参加した選手は、全国の人とふれあい、競技を楽しみました。

お問い合わせ 高齢者福祉課 ☎042-769-9231

LINE UP 今号の主な内容

- 3 保育所の入所申し込みが始まります
- 4 市営住宅入居者募集
- はやぶさの故郷
- 6 7 潤水都市さがみはらフェスタ2011
- 別冊 ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)

カナダ トロント市・トレイル市 友好都市提携20周年

▼トレイル市
街の中心を流れるコロンビア川
世界最大級の鉛・亜鉛の精錬工場(写真左)



▲トロント市
高さ約553mを誇るCNタワー(写真中央)

本市とカナダのトロント市・トレイル市が平成3年に友好都市として交流を始めてから、今年で20年になります。これまで、中学生による両市の学校の授業体験やホームステイを通じた交流をはじめ、スポーツ、芸術、経済活動などさまざまな分野で2,000人以上の人が交流を行ってきました。これからも、より活発な交流を続けていきます。

20周年を記念して物産展なども行いますので、皆さんもこの機会にカナダの文化に触れてみませんか。

どんなところ?

トロント市

経済・金融の中心地として発展し、約250万人が住むカナダ最大の都市。郊外には、ナイアガラの滝やメープル街道など、カナダの雄大な自然が点在しています。

トレイル市

ロッキー山脈の麓にある、人口約7,000人の自然豊かな市。「スポーツの町」を掲げ、アイスホッケーではプロリーグの有名選手も輩出しています。



20年のあゆみ

平成3年

- スカボロー市と相模原市が友好都市を提携
- トレイル市と津久井町が友好都市を提携

平成9年

- スカボロー市がトロント市と合併

平成18年

- 相模原市と津久井町が合併

平成23年

- 友好都市提携20周年

交流で深まる友好の絆

中学生交流

毎年、両市に中学生を派遣し、現地中学生との交流や授業・課外活動等への参加、ホームステイによる生活習慣や文化の体験を行っています。参加した生徒は「世界が広がった」「新しいことに挑戦したい」など国際交流を通じて、さまざまなことを感じ、学んでいます。



スポーツ交流



アイスホッケー交流試合

アイスホッケーやスキー、野球などの競技を通して交流を行いました。

交流試合などでカナダのスポーツ文化を肌で感じるとともに、国境を越えた絆を深めることができました。

経済・文化交流

相模原市・首都圏産業活性化協会トロント市産業交流ミッションを派遣し、IT、バイオテクノロジー、メカトロニクスを中心として現地企業と日系企業が意見交換や商談を行いました。

また、20周年記念イベントとしてトロント市で相模原市紹介展を行いました。



トロント市役所での紹介展

20th Anniversary Events 20周年記念事業

希望者は
直接会場へ

さがみはら国際交流 フェスティバル2011

友好都市20周年記念ブースでカナダの文化を紹介するほか、世界の民芸品バザー、歌や踊りの披露など

日時 11月5日(土) 午前10時～午後4時

会場 さがみはら国際交流ラウンジ、大野北公民館、
神奈川国際学生会館・淵野辺(中央区鹿沼台1-10-22)

お問い合わせ 同ラウンジ ☎042-750-4150

はやぶさの故郷 潤水都市さがみはら フェスタ2011

カナダ物産展・紹介展

メープルシロップや民芸品の販売、パネルによる友好都市の紹介

日にち 11月19日(土)・20日(日)

時間 午前10時～午後5時

会場 在日米陸軍相模総合補給廠

※詳しくは6・7ページをご覧ください。

市議会12月定例会を開催

本会議・委員会を午前9時30分から表のとおり開催します。

※12月定例会のための議会運営委員会は11月15日(火)に開催します。なお、12月22日(木)の議会運営委員会は、本会議終了後に開催します。

※会議の日程、時間などは変更になることがあります。

お問い合わせ
議事課 ☎042-769-8278

日にち	内容
11月21日(月)	本会議(提案説明)
30日(水)	本会議(代表質問・個人質疑)
12月1日(木)	本会議予備日
5日(月)	総務委員会
6日(火)	環境経済委員会
7日(水)	民生委員会
8日(木)	建設委員会
9日(金)	文教委員会
19日(月)	
20日(火)	本会議(一般質問)
21日(水)	
22日(木)	本会議(委員長報告、採決)、議会運営委員会

防災体制の強化を図ります

危機管理室(危機対応班)の事務室が移転

現在 市役所本館4階	→	11月14日(月)から 消防指令センター3階
---------------	---	---------------------------

お問い合わせ 危機管理室 ☎042-769-8208

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)の納付相談ができない人のために、窓口を開設します。また、電話での相談も受け付けます。

日時 11月14日(月)・28日(月) 午後5時30分～7時

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(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、本館裏玄関の守衛室に申し出てください。

不法投棄撲滅キャンペーン

津久井地域不法投棄防止協議会では、不法投棄防止の普及啓発と地域環境の保全のため、同キャンペーンを実施します。参加をお待ちしています。

日時 11月13日(日) 午前9時～11時<小雨決行>

会場 相模湖林間公園駐車場

※希望者は動きやすい服装で直接会場へ。軍手とごみ袋は用意します。

お問い合わせ 津久井クリーンセンター ☎042-784-2711

神奈川ワーク・ライフ・バランスシンポジウム

かながわ働き方改革～3.11を越えて

神奈川労働局と県、県内3つの政令指定都市では、仕事と生活の調和について考える同シンポジウムを開催します。また、本市仕事と家庭両立支援推進企業表彰式を同時開催します。

日時 11月17日(木) 午後1時30分～4時30分

会場 サン・エールさがみはら(緑区西橋本5-4-20)

内容 ○基調講演
テーマ 時間、エネルギー、そして人を大切にできる働き方へ
講師 渥美由喜さん(内閣府男女共同参画会議専門委員)
○取り組み事例発表

定員 200人(申込順)

申し込み 参加申込書(市ホームページの「イベント・講座募集」からダウンロード)をファクスで11月15日までに産業・雇用政策課へ。市ホームページの「電子申請」からも申し込めます。

※保育あり。11月10日までに要予約。

お問い合わせ 産業・雇用政策課 ☎042-769-8238 042-754-1064

ひとり親家庭在宅就業支援事業 委託事業者を募集

市内在住のひとり親家庭に対して、子育てと仕事の両立がしやすい在宅就業の環境整備を図るとともに、経済的な自立を支援することを目的に、平成24年2月から、ひとり親家庭在宅就業支援事業を実施します。そこで、当該事業を委託する事業者をプロポーザル方式により選定するため、事業者を募集します。

※プロポーザル方式とは、企画提案書類を総合的に評価し、最も適した事業者を選定するものです。

申し込み 直接か郵送で、参加表明書(市ホームページの「暮らしの情報」→「子育て」からダウンロード)を11月7日(必着)までに子ども青少年課へ。その後、応募書類を11月11日(必着)までに同課へ

※業務内容や応募書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

お問い合わせ 子ども青少年課 ☎042-769-8232

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歳以上の高齢者を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 市民税非課税世帯=10万円/年
その他の世帯=6万円/年

基準日 11月1日 支給月 3月

申請受付期間 11月30日まで

お問い合わせ・申し込み

介護予防推進課	緑班	☎042-775-8812
	中央班	☎042-769-8349
	南班	☎042-701-7704

城山保健福祉課 ☎042-783-8120

津久井保健福祉課 ☎042-780-1408

相模湖保健福祉課 ☎042-684-3215

藤野保健福祉課 ☎042-687-2159

お近くの地域包括支援センター

平成24年4月からの市立児童クラブの入会申し込みが11月14日から始まります

市立児童クラブ

対象 就労等により昼間保護者が家庭にいない小学校1～3年生(障害等により特別に支援が必要な児童は6年生まで)

設置場所 小学校やこどもセンター(一部を除き小学校の学区ごとに設置)

開設時間 月～金曜日=授業終了時～午後6時
土曜日、学校の休業日=午前8時～午後6時
延長開設時間=午後6時～7時

休会日 日曜日、祝日、12月29日～1月3日ほか

保護者負担 育成料=1か月5,300円、延長育成料=1回200円、おやつ代=1か月2,000円

利用案内(入会申請書付き) 配布場所 各市立児童クラブ・こどもセンター、こども施設課、南区役所情報提供コーナー、緑区役所行政資料コーナー、津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター

※市ホームページの「暮らしの情報」→「子育て」からダウンロードできます。

申し込み 入会申請書と添付書類を、直接、受付期間に各市立児童クラブへ

受け付け	要件など	受付期間
1次	入会開始希望日が24年4月1日～10日で、次に該当しない人 ○求職活動中 ○欠席予定日数が週4日以上 ○就労か就学日数が週2日(日曜日を除く)以下	11月14日(月)～12月17日(土)
2次	入会開始希望日が24年4月1日～10日の人	12月19日(月)～24年1月31日(火)
随時	入会開始希望日に応じて申請を受け付けます。	入会開始希望日の2か月前～2週間前

受付時間 月～金曜日=午後1時30分～6時 土曜日=午前9時～午後5時

※利用案内など詳しくは、市ホームページの「暮らしの情報」→「子育て」→「児童クラブ」をご覧ください。

お問い合わせ こども施設課 ☎042-769-9227

民間児童クラブ

入会方法など詳しくは、各クラブへお問い合わせください。

名称	所在地	電話番号
カナン学童保育室	緑区東橋本3-16-8-102	042-714-4150
放課後クラブかわせみ	緑区名倉837-1	090-3435-8966
学童保育センターひまわり※	中央区淵野辺1-16-5	042-752-2123
ひばりっ子クラブ	中央区淵野辺4-31-7	042-755-0394
学童センターみらい	中央区並木1-8-16	042-754-0683
えぼかる学童くらぶ	中央区相模原3-8-8	042-757-6477
豆の木児童クラブ	中央区相模原4-7-10-401	042-776-0966
学童クラブきぼう	中央区矢部3-25-3	042-810-7700
学童クラブぐるんぱ	中央区富士見3-8-7	042-752-7772
学童ひまわりクラブ	中央区上溝7-12-28	042-761-8716
大樹児童クラブ	中央区南橋本1-8-8-103	050-7573-4274
学童クラブどらむかん	南区上鶴間7-20-10	042-746-5255
放課後教室ウキウキファイブ	南区相模大野4-5-5 D-203	042-701-3220
どんぐりクラブ	南区上鶴間本町4-51-48	042-742-6472
学童保育ハートフル	南区相武台2-2-43	046-257-9082
学童保育わんぱくクラブ	南区大野台3-22-13	042-776-8583
わかばクラブ	南区若松2-12-4 1-D	042-747-8691
なないろキッズルーム	南区当麻862-13	042-777-0716

※学童保育センターひまわりは、新園舎建設中のため「中央区淵野辺4-30」に開設しています。



来年4月からの

保育所の入所申し込みが始まります

お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

対象 次の理由などで、家庭で子どもを保育できない人
○働いている ○働く予定がある
○傷病、障害がある ○家族の介護をしている
○出産予定月の前後2か月(合計5か月)以内である
○災害にあった など

申し込み 入所申込書と必要書類を持って、子どもと一緒に(面接します)、直接、第1希望の保育所(受付面接日は表1のとおり)へ

市外の保育所の申し込み

受付面接日は表3のとおりです。希望する保育所を管轄する市区町村の申込締切日が、12月1日より前の場合は、その締切日前に、住んでいる区の管轄の課へ

入所申し込みのご案内(入所申込書付き)の配布場所
各保育所・こども家庭相談課・まちづくりセンター・保健福祉課など
※市ホームページの暮らしの情報 → 子育てからもダウンロードできます。

※表1の受付面接日に都合が悪い場合は、表2の予備日の会場へ。大変混雑が見込まれますので、できるだけ各保育所で申し込んでください。
※平成23年度に入所を申し込み、入所が決まっていない人で、来年4月の入所を希望する場合は、改めて申し込みが必要です。

保育所を管轄している課
緑=緑こども家庭相談課 城=城山保健福祉課
中=中央こども家庭相談課 津=津久井保健福祉課
南=南こども家庭相談課 湖=相模湖保健福祉課
藤=藤野保健福祉課

表1 受付面接日 (受付時間) 午前10時~正午、午後1時~6時 (湖)の各保育園は午前10時~正午

Table with 4 columns: 区管轄, 受付面接日, 保育所名, 受付場所, 電話番号. Lists various childcare facilities across different wards like Green, City, Bay, Lake, and Central.

Table with 4 columns: 区管轄, 受付面接日, 保育所名, 受付場所, 電話番号. Lists various childcare facilities across different wards like South and Outside City.

※次の保育所は平成24年4月1日に新設開所します(名称は仮称)。
①ひまわり第2保育園(緑区橋本4-18) ②こどもきらきら園(緑区下九沢1521)
③YMC A桜美林保育園(中央区淵野辺3-5)
④千代田保育園分園(中央区千代田4-2) ⑤若松保育園(南区若松2-3)
⑥大野村いつきの保育園(南区大野台3-15)
⑦保育園アリス(南区上鶴間本町7-9) ⑧立正第2保育園(南区相模大野4-5)
※次の保育所は24年4月1日に名称変更します(名称は仮称)。
⑨立正保育園分園ポピーは立正第2保育園分園ポピーへ名称変更します。

表2 予備日

Table with 3 columns: 受付面接日時, 管轄, 会場. Lists alternative meeting locations for various wards.

表3 市外の保育所

Table with 3 columns: 受付面接日時, 管轄, 会場. Lists meeting locations for childcare facilities in other municipalities.



保育ウィーク
来て!見て!遊ぼう!
人形劇や手づくりあそびコーナー、保育体験、子育て相談など
日にち 11月7日(月)~12日(土)
会場 市内各保育園(75園)、陽光園
※日程、内容など詳しくは、各保育園・公民館・こどもセンター、陽光園などにあるチラシか、市ホームページのイベント・講座募集をご覧ください。
お問い合わせ 保育課 ☎042-769-8341

市営住宅

入居者募集

※家賃など詳しくは、募集のしおりをご覧ください。お問い合わせ コールセンター ☎042-770-7777

申し込み資格

- 次の全てに該当する人
○成人である
○夫婦か親子を主体とした家族である(単身者向けを除く)
○市内に住民登録をして1年以上住んでいる
○収入基準に当てはまる
○住宅などを所有していない
○申込者と同居の親族が暴力団員でない
○家賃や市税などの滞納がない
※募集する各住宅には、人数制限などがあります。

申し込み 募集のしおりに付いている申込書を、郵送で11月25日(消印有効)までか、相談日に直接会場へ

相談日時・会場

Table with columns: 日にち, 時間, 会場. Includes dates like 11月7日(月) and 11月22日(火).

募集のしおり配布場所(11月25日まで) 住宅課、緑・中央区役所区民課窓口サービスコーナー、市南区合同庁舎1階ロビー、各まちづくりセンター・出張所・連絡所、指定管理者<ウイツコミュニティ(中央区相模原4-7-10)、相模ダイワ(中央区矢部1-14-1)、高橋石材店(緑区三ケ木427-3)>

※土・日曜日、祝日は市役所本館守衛室、緑区役所休日窓口サービスコーナー、市南区合同庁舎1階ロビー、各総合事務所守衛室、大野中まちづくりセンター、指定管理者(高橋石材店を除く)

募集する住宅

公営住宅 <月額所得が15万8,000円(高齢者世帯等は21万4,000円)以下の世帯>

一般世帯向け

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists various apartment types like 青根第2団地, 大島団地, etc.

一般単身者向け

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment types like 上九沢団地, 内郷住宅, etc.

障害者世帯向け(車いすの人がいる)

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment type 星が丘住宅.

障害者単身者向け(車いすの人)

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment types 田名塩田団地, 大野台住宅.

老人世帯向け(申込者が60歳以上)

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment types 石橋団地, 田中第2住宅.

高齢者世帯向け(申込者が65歳以上)

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment types 上九沢団地, あじさい住宅, etc.

高齢者単身者向け(申込者が65歳以上)

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment types 上九沢団地, 田名塩田団地, etc.

特定公共賃貸住宅

<月額所得が15万8,001円~48万7,000円の世帯>

Table with columns: 住宅名, 間取り, 募集戸数, 所在地. Lists apartment type 上九沢団地.

年末調整等説明会

年末調整が必要な企業や個人事業者を対象に行います。税務署から関係書類が送られている場合は、会場に持参してください。

Table with columns: 日にち, 会場, 対象区・地区. Includes dates 11月16日(水), 17日(木), 18日(金).

時間 午後2時~4時
※用紙配布は午後1時30分から
※希望者は直接会場へ

お問い合わせ

説明会・用紙請求(税務署関係)について 源泉所得税関係・法定調書について 相模原税務署 ☎042-756-8211
住民税・用紙請求(市役所関係)について 市民税課 ☎042-769-8221

11月11日~17日は税を考える週間 税について考えよう

ぜいけん展 ポスターの展示など
日にち 11月13日(日)
時間 午前10時~11時30分
会場 銀河アリーナ
お問い合わせ 相模原税務署 ☎042-756-8211

税の無料相談会

日にち 11月17日(木)
時間 午前10時30分~午後3時
会場 イオン相模原店(南区古淵)、アリオ橋本
※相談は1人約30分
※希望者は直接会場へ
お問い合わせ 東京地方税理士会相模原支部 ☎042-759-0046

消費者と事業者の暮らしの問題交流会 今考える「自分らしい葬儀」

葬儀・お墓の契約時のポイントなどについて、講演と意見交換を行います。
日にち 11月25日(金)
時間 午後2時~4時
会場 けやき会館
対象 市内在住の人
定員 70人(申込順)
申し込み 電話で生活安全課(☎042-769-8229)へ

非常勤職員等を募集

Table with columns: 職種, 勤務条件など, 報酬・賃金, 対象・定員(選考), 申し込み. Lists various job positions like 緑子ども家庭相談課, 南子ども家庭相談課, etc.

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。

子育てを応援!

図書館活用講座「イクメンのすすめ～お父さんの出番です!～」

外遊びについてのお話と、お父さんと楽しめる絵本を紹介します。
日時 11月13日(日)午前10時～11時10分 会場 相模大野図書館
対象 未就学児とその父親(家族一緒に参加可)＝15組(申込順)
申し込み 直接か電話で同館(☎042-749-2244)へ

もっと使える!お母さんのための「デジタルカメラ教室(初心者)」

カメラの基礎知識や撮影術の講義後に、お子さんを撮影します。
日時 11月26日(土)午前9時30分～正午
会場 総合学習センター 費用 500円
対象 市内在住か在勤の母親とその子ども＝10組(申込順)
申し込み 直接か電話で11月14日までに同センター(☎042-756-3443)へ

子育て支援講座「子育てにおけるしつけと虐待」

～子ども支援、親支援、地域で支える仕組みとは～
子育てを楽しみながら、親子が共に育っていくために大切なことなどをお話します。
日時 11月28日(月)午後2時～4時30分
会場 サン・エールさがみはら(緑区西橋本5-4-20)
講師 川崎二三彦さん(子どもの虹情報研修センター研究部長)
定員 200人(申込順)
※未就学児(1歳以上)の保育あり(申込時に要予約)
申し込み 電話で11月16日までに中央こども家庭相談課(☎042-769-9221)へ

障害児・者向けの催し

①音楽イベント「世界のタイコで遊ぼう in 津久井」

日時 11月30日(水)
時間 午前10時30分～11時30分
対象 市内在住か在勤・在学の障害児・者＝30人、ボランティア5人程度(申込順)

②バドミントン〈全3回〉

日にち 12月4日～18日の毎週日曜日
時間 午後2時～4時
対象 市内在住か在勤・在学の障害児・者＝20人、ボランティア5人程度(申込順)

③お飾り作り～リース～

日時 12月10日(土)午前10時～正午
対象 市内在住か在勤・在学の知的障害児・者＝15人、ボランティア5人(申込順)
費用 1,500円

④お飾り作り～相模の大凧ミニチュア版～

日時 12月10日(土)午後2時～4時
対象 市内在住か在勤・在学の身体障害児・者＝18人、ボランティア5人(申込順)
費用 500円

⑤お飾り作り～新年を彩るフラワーアレンジメント～

日時 12月15日(木)午前10時～正午 費用 500円
対象 市内在住か在勤・在学の精神障害者＝18人、ボランティア5人(申込順)
会場 ①津久井中央公民館 ②～⑤けやき体育館
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20日②30日③④12月3日⑤7日までにけやき体育館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ

図書館で学ぼう

おはなし地球儀～絵本は世界のパスポート～

スイスの本の読み聞かせと、子どもたちの様子や文化を紹介します。
日時 11月23日(祝)午後2時～3時
会場 相模大野図書館 対象 小学生＝30人(先着順)
※保護者同伴可、希望者は直接会場へ
お問い合わせ 相模大野図書館 ☎042-749-2244

オンラインデータベース講習会「身近な生活情報を集める」

「聞蔵Ⅱビジュアル」やインターネットを使った情報の集め方を学びます。
日時 11月24日(木)午後1時30分～3時30分
会場 橋本図書館
対象 市内在住か在勤・在学の人＝16人(申込順)
申し込み 直接か電話で11月22日までに橋本図書館(☎042-770-6600)へ

詩と絵画のコラボレーション展

精神障害者が書いた詩を題材に、あじさい大学OBが描いた絵を展示します。
日時 11月10日(木)～14日(月)午前10時～午後6時
(10日は午後1時から、14日は午後3時まで)
会場 相模原市民ギャラリー
お問い合わせ 同実行委員会の岡村さん ☎042-761-1440

論文書き方講座

～わかりやすく説得力のある論文を書くには～

日時 11月20日(日)午後1時30分～4時30分
会場 総合学習センター
対象 市内在住か在勤・在学の高校生以上の人＝60人(申込順)
費用 500円 ※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「論文書き方講座」と書いて、11月15日までに同センター(☎042-756-3443 Eメール centerkk@sagamihara-kng.ed.jp)へ

保護者向け 不登校対応セミナー

不登校の子どもに農作業などの支援活動を行っている講師が、「農業と子育て」をテーマにお話しします。
日時 11月24日(木)午後2時～4時
会場 城山総合事務所第2別館
対象 不登校や登校しぶりのある子どもの保護者＝30人(申込順)
申し込み 電話で11月22日までに青少年相談センター(☎042-769-8285)へ

成年後見制度市民公開講座

社会福祉士による講座と、講座終了後に専門家団体などによる無料相談会を行います。
日時 11月12日(土)午後1時30分～3時
会場 ウェルネスさがみはら 講師 小泉昇さん(社会福祉士)
定員 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ
お問い合わせ 介護予防推進課 ☎042-707-7042

ふれあい体験学習「希望の村」

陶芸や染め物、小石のクラフトなどを体験します。
日時 12月17日(土)午前10時10分～午後3時30分
会場 相模川ビレッジ若あゆ
対象 市内在住か在学の不登校や集団生活をためらいがちな小・中学生とその保護者＝50人(申込順)
費用 500円(昼食代) ※別途活動費が必要
申し込み 電話で11月11日までに青少年相談センター(☎042-769-8285)へ

相模川ふれあい科学館の催し

七五三水槽 : 子どもの成長を願い、魚の赤ちゃんなど10種類を展示します。
マンスリー水槽 : めざせ!おさかな博士! 展示生物 カエルアンコウなど
期間 11月27日(日)まで 期間 11月30日(水)まで

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 11月の休館日 月曜日
入館料 300円(小・中学生100円、65歳以上の人150円)

ものづくり事業セミナー 次代を担う“ものづくり人材”の育て方

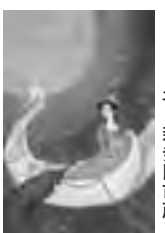
製造業の人材育成のポイントについてお話しします。
日時 11月16日(水)午後1時30分～4時45分
会場 産業会館 定員 60人(申込順)
申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「ものづくり事業セミナー」と書いて、11月14日までに市産業振興財団(☎042-759-5600 Eメール monodukuri@ssz.or.jp)へ

実践!ビジネスチャンスをつかむ 良い姿勢と正しい歩き方

ウォーキング指導者として活躍中の起業家による講演と交流会を行います。
日時 12月3日(土)午後2時～5時 会場 産業会館
対象 個人や少数で事業をしている人か、起業をめざす人
定員 50人(申込順) 費用 500円
申し込み 電話か、Eメールに氏名、電話番号、「良い姿勢と正しい歩き方」と書いて、11月29日までに市産業振興財団(☎042-759-5600 Eメール soho@ssz.or.jp)へ

とほりのまちから 開館5周年記念 孤愁の詩人・画家 落谷虹児展

童謡「花嫁人形」の作詞者として知られる落谷虹児の詩画集や町田市玉川学園で過ごしたころの作品から、詩によって描き出される美の世界、絵によって語られる詩的世界を紹介します。
期間 12月18日(日)まで
時間 午前10時～午後5時 ※第1・第3金曜日は午後8時まで
会場 町田市民文学館ことばらんど(町田市原町田4-16-17)
観覧料 400円(大学生・65歳以上の人200円、高校生以下の人無料)
※11月3日(祝)、12月18日(日)は入場無料
お問い合わせ 町田市民文学館ことばらんど ☎042-739-3420
休館日 月曜日、11月10日(木)、12月8日(木)



「或る夜の夢」(今女界第1巻第4号表紙原画) 1922年 新発田市蔵

日時 **11月19日(土)・20日(日)午前10時～午後5時**
 会場 **在日米陸軍相模総合補給廠** JR横浜線「相模原駅」北口から徒歩10分

潤水都市ゾーン

●はやぶさの故郷さがみはら

多くの人々に夢や希望を与えた小惑星探査機「はやぶさ」は、市内のJAXA相模原キャンパスで開発・運用の管制が行われました。



提供：池下章裕

そんな「はやぶさの故郷」で行う同フェスタでは、JAXAや映画「おかえり、はやぶさ」を配給する松竹株式会社と連携して、さまざまな展示等を行います。

3月10日公開 ●「おかえり、はやぶさ」関連コーナー

松竹3D映画
 ○同映画の撮影で使用したはやぶさ、イオンエンジンの実物大模型などを展示
 ○市内での撮影風景写真と、実際に撮影に使われたグッズを展示
 ○市民特別価格映画チケット（1枚1,000円）を販売



©2012「おかえり、はやぶさ」製作委員会 配給：松竹

20日(日)午後4時ごろ

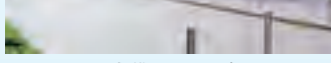
主演の藤原竜也さん、本木克英監督、まえたまえた(弟の前田旺志郎さんが出演)が**ステージに登壇!**
 JAXA開発員の細田聡史さんとともに、撮影の秘話や、はやぶさへの思いなどを語ります。



※登壇者は変更になる可能性があります。ご了承ください。

●JAXA展示コーナー

○はやぶさの打ち上げに使用したM-Vロケットの模型(20分の1)を展示
 ○宇宙飛行士訓練服を着て記念撮影



JAXA相模原キャンパスにあるM-Vロケット実物大模型

●星空体験!プラネタリウム

直径5mのエアドームに映し出される星空をご覧ください。両日とも6回の上映を予定(1回約30分)
 定員 各30人(先着順) ※当日整理券を配布



●潤水都市さがみはらコーナー

在日米陸軍相模総合補給廠の一部返還予定地のまちづくり計画、3区のPRコーナー、観光マイスターの各種体験コーナーなど、さまざまなさがみはらの魅力を紹介します。

放映決定!

19日(土)午後8時55分～9時50分
 tvk あっぱれ! KANAGAWA大行進
 19日に収録される同フェスタの様子が、その日に放映されます。



デビュー伊東さんと三崎幸恵さん

スポーツゾーン

19日(土)午後3時ごろまで

●横浜ベイスターズと一緒に野球をしよう!

元横浜ベイスターズ選手の鈴木尚典さんと小山田保裕さんが、ストラックアウト、ティーパーキングなど、ゲーム感覚で優しく指導します。



野球教室での鈴木さん(左)と小山田さん(右)

20日(日)

●片山右京チャレンジスクールを開校

元F1ドライバーの片山さんが「サーキットライアル」を実施。富士スピードウェイの縮尺版が会場内に登場し、その上を走ることで、子どもたちの可能性を引き出します。

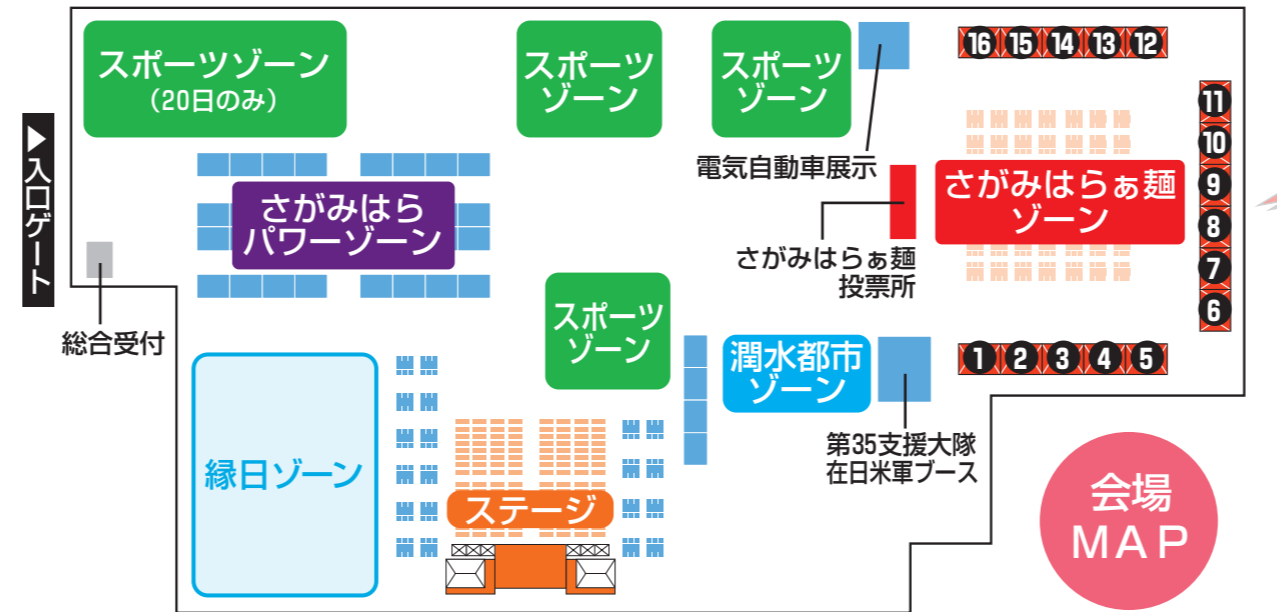


●ほかにモスポーツ体験 盛りだくさん

20日(日) SC相模原 サッカー体験、ダンス体験、シクロクロス(自転車)実演
 三菱重工相模原ダイナポアーズ ラインアウトなどラグビー体験

はやぶさの故郷 潤水都市 さがみはらフェスタ 2011

相模原市が持つさまざまな魅力(人・モノ・文化)を結びつけ、その魅力を市内外へ広く発信するイベント「潤水都市さがみはらフェスタ」を今年も開催します。
 今年は「はやぶさの故郷」をテーマに、はやぶさの実物大模型等の展示や、松竹3D映画「おかえり、はやぶさ」の出演者等がステージに登壇(予定)します。ほかにも、ラーメン激戦区・相模原市でしごを削る各店が腕を競う「復興支援さがみはらあ麺グランプリ」や、さまざまなステージなど、「さがみはらの魅力」が盛りだくさん。
 皆さんも会場で、新しい「さがみはらの魅力」を発見してください。



ステージ

「宇宙」「銀河」「はやぶさ」にちなんだダンスやコスプレ・アニソンが登場



19日(土)午後1時ごろ
 銀河連邦サガミハラ ●G-1ダンスグランプリ
 ダンスのジャンル、年齢の垣根を超えた「銀河一(G-1)」の称号は誰の手に!? 「電撃チョコランマ隊」のリーダー「Q-TARO」さんが司会と審査員で参加します。

19日(土)午後3時ごろ

被災地に届け! 復興支援オカリナコンサート

「ハミングバード」をはじめ、オカリナ奏者が大集合。コンサートの最後に、会場の皆さんで「ふるさと」を合奏・合唱しましょう。



20日(日)午後1時ごろ

●コスプレ・アニソン歌合戦 in 銀河連邦サガミハラ共和国
 コスプレした出場者がアニソン(アニメソング)を熱唱。ゲスト審査員でアニメ「ケロロ軍曹」の「西澤桃華」役でおなじみの声優 池澤春菜さんによるミニライブもあります。



スケジュール(予定)

	19日(土)	20日(日)
午前の部	<ul style="list-style-type: none"> ●開会式 ●さがみはらスイーツフェスティバル2011表彰式 ●光明学園相模原高校と太鼓部 	<ul style="list-style-type: none"> ●東林間サマーわぁ!ニバル実行委員会(阿波踊り) ●緑区イメージキャラクター候補作品発表 ●与瀬権現太鼓
午後の部	<ul style="list-style-type: none"> ●横浜ベイスターズ専属チアチーム「diana」 ●市少年鼓笛バンド連盟 ●G-1ダンスグランプリ ●相陽中学校吹奏楽部 ●節電キャンペーン表彰式 ●復興支援オカリナコンサート 	<ul style="list-style-type: none"> ●小田急多摩線延伸促進協議会(小田急線延伸音頭) ●相模原よさこいRANBU!実行委員会(よさこい) ●コスプレ・アニソン歌合戦 ●青山学院大学チアリーダー部「RESEES」 ●市名譽観光親善大使 片山右京さん ●復興支援さがみはらあ麺グランプリ表彰式 ●松竹3D映画「おかえり、はやぶさ」特別企画

復興支援 さがみはらあ麺グランプリ



1 餃子酒樓 汁なし担々麺 500円
 2 汐見軒 塩とんこつ(細) 500円

あなたの1票がグランプリを決める



3 一平家 野(モ)モリラーメン 400円	4 一国堂 磯の正油ラーメン 450円	5 ラーメン かるあ 豚骨クリームカレーラーメン 400円	6 鈴ホラーメン店 大船選発 浦香秋刀魚そば 500円
7 中国料理 昌龍飯店 ベジフル揚げたん麺 500円	8 麺屋 匠 塩ラーメン 450円	9 ラーメンたんぼぼ ごく塩 海老 500円	10 ラーメン学 F.O(湘野辺オリジナル) 500円
11 潮中華 KAZE 幸・かき潮らーめん 500円	12 がんや しょうゆトンコツラーメン 450円	13 麺屋 鼎 鼎ラーメン 500円	14 糸々軒 担々麺 400円
15 ラーメン家 いたばし 横山ラーメン 500円	16 本氣らま亭本店 てるてるラーメン 400円		

結果発表

20日(日)午後3時30分ごろステージにて

●復興支援!物産コーナー

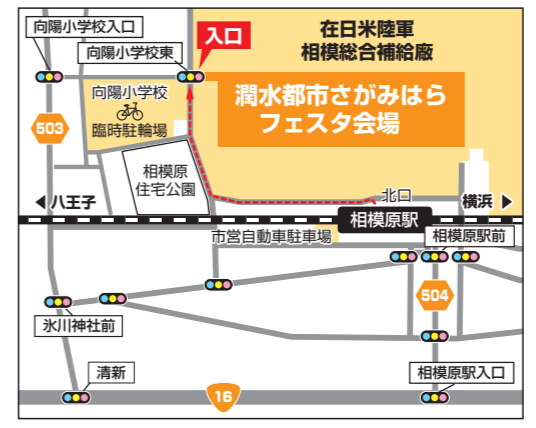
東日本大震災の被災地の岩手県、宮城県、福島県、茨城県、千葉県の物産品を販売します。多彩なご当地の味を楽しんで、復興を支援しましょう。

●銀河連邦&物産コーナー

JAXAの研究施設が縁で6市町が交流している銀河連邦のほか、今年友好都市締結20周年を迎えるカナダトロント市や、立科町、町田市、市内の地元商店街などが出展します。

オリジナルシリコンバンドを販売

収益は支援金になります。



※会場へは「徒歩のみ」の入場となります。
 ※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。
 ※ペットを連れての入場はできません。

お問い合わせ
 商業観光課 ☎042-769-8236
 ※当日、雨天時のお問い合わせは午前8時以降にコールセンター(☎042-770-7777)へ
 公式ホームページ <http://www.sagamihara-festa.com/>

さがみはら国際交流ラウンジの催し

さがみはら国際交流フェスティバル「外国人市民無料なんでも相談」

弁護士、行政書士、ボランティアが相談に応じます。

日時 11月13日(日) 午後1時～4時
対象 市内在住か在勤・在学の外国人 ※希望者は直接会場へ

通訳ボランティア研修会「通訳の理論と実践」

日時 11月26日(土) 午後2時～4時 定員 50人(申込順)

申し込み 電話で11月20日までに同ラウンジへ

お問い合わせ さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

災害救援ボランティア コーディネーター養成講座〈全2回〉

大災害発生時に設置する「ボランティアセンター」での活動に必要な知識を学びます。

日時 12月3日・10日の土曜日午前9時30分～午後5時

会場 あじさい会館

対象 市内在住の人=40人(申込順) 費用 500円(資料代)

申し込み 電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号を書いて、12月2日までに市社会福祉協議会ボランティアセンター(☎042-786-6181 042-786-6182 Eメール svc@sagamiharashi-shakyo.or.jp)へ

おもちゃのドクター養成講座

ハンダやテスターの使い方など、おもちゃのドクターとして必要なスキルを学びます。

日時 11月26日(土) 午前10時～午後4時

会場 ボランティアセンター室(藤野総合事務所内)

対象 市内在住の高校生以上の人=10人(抽選)

申し込み 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、11月18日(必着)までに中山英夫さん(〒252-0203 中央区東淵野辺2-19-6)へ

お問い合わせ 資源循環推進課 ☎042-769-8245

もっと…知りたい! 太陽光発電 in相模原

住宅用太陽光パネル導入についての説明と相談会を行います。

日時 11月19日(土) 午後1時～4時

会場 産業会館 定員 100人(抽選)

申し込み はがきかファクスに住所、氏名、年齢、職業、電話番号、質問(ある人のみ)、「太陽光パネル導入説明会」と書いて、11月11日(必着)までに神奈川新聞社営業局(〒231-8445 横浜市中区太田町2-23 ☎045-227-0742 045-227-0765)へ

※同新聞社ホームページ(<http://www.kanaloco.jp/>)からも申し込みます。

多摩・三浦丘陵ウォーキングラリー

古都鎌倉をめざして円海山、天園を歩きます。

日時 11月19日(土) 午前9時～午後3時

コース 港南台中央公園～瀬上市民の森～金沢市民の森・横浜自然観察の森～鎌倉天園ハイキングコース～永福寺跡〈約9km〉

定員 300人(申込順)

申し込み 多摩・三浦丘陵の緑と水景に関する広域連携会議のホームページ(<http://www.tama-miurahills.com/>)からか、水みどり環境課にある申込用紙を11月16日までに同事務局(☎03-6214-5740)へ

市みどりの協会の催し

みどりの講習会

①花いっぱいハンギングバスケットを作ろう!

冬の花でハンギングバスケットを作ります。

日時 11月17日(木) 午前10時～正午

会場 相模原麻溝公園

定員 20人(申込順) 費用 3,000円

森づくりボランティア中級講座

②県民参加の森林づくり

健全な樹木を育てるために欠かせない間伐作業を体験します。

日時 11月26日(土) 午前8時～午後3時

会場 緑区鳥屋周辺 定員 100人(申込順)

③Myバウムクーヘン作り&枝打ち体験

日時 11月27日(日) 午前8時30分～午後4時

会場 フォレスト21さがみの森(緑区青山 仙洞寺山国有林内)

定員 20人(申込順) 費用 200円

④冬芽をとおして森をみよう

日時 12月17日(土) 午後2時～4時

会場 市立博物館 定員 60人(申込順)

申し込み 電話で①③④市みどりの協会(☎042-777-2860)、②かながわトラストみどり財団(☎045-412-2255)へ



講演 Enjoy! 地球の旅人 ~ミャンマーに在勤して~

日時 12月1日(木) 午後1時45分～3時30分

会場 外務省研修所(南区相模大野4-2-1)

講師 野川保晶さん(外務省研修所長)

対象 市内在住か在勤・在学の15歳以上の人=160人(申込順)

申し込み 直接か電話で11月18日までに総合学習センター(☎042-756-3443)へ

市立博物館の催し

星空観望会〈11月〉

プラネタリウムで天体について解説後、星空を観望します。

日時 11月11日(金)・26日(土) 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

学習資料展「ちょっと昔のくらしⅧ～くらしと道具のうつりかわり～」

身近な場所で使われていた道具の種類や変化、使い方などを展示します。

期間 平成24年2月26日(日)まで

市立博物館 ☎042-750-8030 開館時間 午前9時30分～午後5時
11月の休館日 月曜日、4日(金)、24日(木)

ふじの里山くらぶ

里山ウォーキング〈8km〉・芋煮会

日にち 11月20日(日)〈小雨決行〉 集合 午前8時30分に藤野小学校

定員 100人(申込順) 費用 500円(中学生以下の人には無料)

申し込み 電話か、ファクスに住所、氏名、年齢、「里山ウォーキング」と書いて、11月11日までに同くらぶ(☎042-686-6750)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/>

居合道・杖道体験講習会

日時 11月20日(日) 午前9時～正午

会場 市体育館(市役所前)

※希望者は直接会場へ

市民登山教室(大倉～丹沢山～宮ヶ瀬)

日にち 12月17日(土)～18日(日)〈1泊2日〉

集合 午前7時20分に小田急線渋沢駅

対象 市内在住か在勤の18歳以上で1日5時間以上の登山ができる人=20人(抽選)

費用 1万4,500円(交通費は各自負担)

申し込み 往復はがきに全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号、「登山教室」と書いて、11月18日(必着)までに市体育協会へ

市柔道体重別選手権大会

日時 11月23日(祝) 午前9時～午後3時

会場 総合体育館 費用 500円

対象 市内在住か在勤・在学の高校生以上の人

申し込み 市体育協会にある申込用紙を11月11日(必着)までに同協会へ

市民サッカー選手権大会(一般女子)

日時 12月4日・11日の日曜日午前9時

会場 相模原麻溝公園競技場ほか

申し込み 市体育協会にある申込用紙を11月15日(必着)までに同協会へ

親子ラグビー教室

日時 11月20日(日) 午前9時～正午

会場 内郷グラウンド

対象 市内在住の3歳～中学生とその保護者(保護者が在勤の場合も可)

費用 1組500円 ※希望者は直接会場へ

市民ロードレース大会

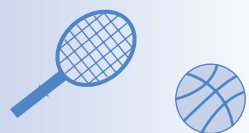
日にち 11月27日(日) 費用 500円

会場 相模原麻溝公園競技場・周辺道路

種別	距離	基準タイム
男子 高校生、29歳以下、30歳以上	10km	40分
男子 40歳以上	5km	20分
男子中学生	3km	男子13分
女子(中学生、高校生・一般)		女子15分

申し込み 電話か、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、種別を書いて、11月17日までに市体育協会へ

～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



さがみはらグリーンプールの冬季水泳教室

教室名 (全8回)	日にち [12月23日・27日～平成 24年1月5日を除く]	時間	対象 (申込順)	費用	
①幼児	11月22日～24年1月24日の火曜日 11月23日～24年1月25日の水曜日 11月25日～24年1月27日の金曜日	午後4時～5時	3～6歳の子 ども=各若干 名	各 2,000円	
②小学生 ④水慣れ～ クロール ⑤背泳ぎ、平 泳ぎ、バタ フライ	④ 11月22日～24年1月24日の火曜日 ⑤ 11月23日～24年1月25日の水曜日 ④ 11月24日～24年1月26日の木曜日 ⑤	④ 午後5時～5時50分 ⑤ 午後6時～6時50分	小学生=各若 干名		
③中高生	11月25日～24年1月27日の金曜日	午後6時～7時	中学・高校生 =20人	各 5,000円	
④親子	11月24日～24年1月26日の木曜日	午前11時～正午	おむつが取れて いる2歳以上の 子どもとその保 護者=20組		
⑤成人 プログラム	クロール 背泳ぎ マスターズ	11月22日～24年1月24日の火曜日	午後1時～2時	18歳以上の人 =各30人	
	平泳ぎ バタフライ 個人メドレーに挑戦 ストレッチ& ウォーキング	11月23日～24年1月25日の水曜日			
	クロール バタフライ 平泳ぎ	11月25日～24年1月27日の金曜日			
⑥飛び込み (全7回)	初心者・ 初級◎ 中・上級 ⑥	11月19日・26日、 12月24日、24年1 月7日～28日の土 曜日	午後6時～7時30分 午後7時30分～9時	小学生以上で 25m以上泳げ る人=◎30人 ◎25人	各 7,000円 (中学生 以下は 3,500円)

申し込み ①②は往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、11月7日(必着)までに同プール(〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151)へ。③～⑥は、受講証(持っている人)か、縦3cm×横2.5cmの写真(初めて同プールの教室に参加する人)を持って、直接同プールへ

相模原麻溝公園競技場の教室

教室名	日にち	時間	対象	定員 (申込順)	費用
①ワンポイント陸上(短距離、ハードル、砲丸投げ)	11月20日(日)	午後2時～4時	中学生	各15人	各100円
②サッカー教室	11月7日～12月26日の毎週月曜日	午後4時～5時	小学校	各20人	各300円
③キッズスポーツ	11月10日～12月29日の毎週木曜日	午後4時30分～5時30分	3・4年生		
④スポーツチャンバラ	11月12日～12月24日の毎週土曜日 ※12月3日を除く	午後2時～3時30分	4歳以上の 人	各30人	3,000円
⑤バレエ(全6回)		午後3時30分～4時30分	小学校 1～3年生	20人	
⑥チアリーディング体験	11月19日(土)	午前10時～11時	小・中学生	40人	500円

申し込み 電話か、ファクス、Eメール(⑥はEメールのみ)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、教室名、①は競技名を書いて、同競技場(☎042-777-6088 ☎042-777-0161 Eメール asamizo-stadium@dream.jp)へ

銀河アリーナのカーリング教室

コース	日にち(全2回)	時間	申込期間
11月	17日(木)・18日(金)	午後8時30分～10時45分	11月16日まで
12月	15日(木)・16日(金)		12月1日～14日

対象 中学生以上の人=各50人(申込順) 費用 各2,000円
※18歳未満の人は、保護者の同伴か送迎、または参加同意書が必要
申し込み 直接か電話で、各申込期間に同所(☎042-776-5311)へ
※トレーニング器具使い方教室(11月21日)、てん刻作り教室(11月27日)も実施します。詳しくはお問い合わせください。

リニューアル
オープンしました

市民健康文化センターの催し

教室

教室名	日にち	時間	対象	定員 (抽選)	費用
アロマコスメ・ハンドクリーム作り	11月26日(土)	午前10時～正午	18歳以上の人	12人	各 3,000円
プリザーブドフラワー	12月4日(日)	午後1時～3時		30人	
ミニクリスマスリース作り	11月30日(水)	午前10時30分～正午 午後2時～3時30分	小学生以上の人	各20人	各600円
アロマトリートメントマッサージ	12月4日・11日の日曜日(全2回)	午前10時～正午	18歳以上の人	12人	5,000円
水泳	11月24日～12月22日の毎週木曜日(全5回)	午前11時～正午	60歳以上の人	各30人	各 3,000円
		午後3時30分～4時30分 午後4時30分～5時30分	4歳以上の 未就学児 小学生		
初級エアロビクス フラダンス	11月25日～12月23日の毎週金曜日(全5回)	午前9時30分～10時30分 午前11時～正午	18歳以上の人		各 2,500円

申し込み 往復はがきに住所、氏名、電話番号、教室名、希望時間を書いて、11月10日(必着)までに同センターへ

芸能のつどい

市民によるオカリナやコーラス、民謡などが披露されます。

日時 11月12日(土) 午前10時30分～午後3時30分

※観覧希望者は直接会場へ

お問い合わせ 市民健康文化センター

〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776

さがみはら北の丘センターの教室(全8回)

日にち 11月19日～平成24年1月14日の毎週土曜日(12月31日を除く)

教室名	時間	対象	定員	費用
ひと味違うバタフライ	午後6時30分～7時30分	25m以上泳げる中学生以上の人	15人(抽選)	6,400円

日にち 11月25日～24年1月27日の毎週金曜日(12月23日・30日を除く)

教室名	時間	対象	定員	費用
プール大好き3	午後4時20分～5時20分	初めてプールに入る5歳～小学校3年生	各20人(抽選)	各 6,400円
めざせ25mクロール1	午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生		
健康体操(初級)	午後1時～2時	日頃運動不足の人		3,600円

日にち 11月28日～24年1月30日の毎週月曜日(1月2日・9日を除く)

教室名	時間	対象	定員	費用
プール大好き2	午後4時20分～5時20分	初めてプールに入る5歳～小学校3年生	20人(抽選)	各 6,400円
のびーる平泳ぎ2	午後5時30分～6時30分	25m以上泳げる小学生	15人(抽選)	
健康体操(中級)	午後6時30分～7時30分	日頃運動をしている人	20人(抽選)	3,600円

日にち 11月30日～24年1月25日の毎週水曜日(12月28日を除く)

教室名	時間	対象	定員	費用
スイム&ウォーク	午前11時20分～午後0時20分	中学生以上の人	各20人(抽選)	各 5,600円
らくらくクロール	午後1時20分～2時20分			
プール大好き1	午後4時20分～5時20分	初めてプールに入る3歳～小学校2年生	各 6,400円	
めざせ25mクロール2	午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生		

申し込み 往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、教室名を書いて、11月11日(必着)までに同センター(〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570)へ

総合体育館杯卓球大会

日時 12月11日(日) 午前9時～午後5時

種目 男子=シングルス初級者の部、中級者の部
女子=シングルス初級者の部、中級者の部

対象 市内在住の人=各200人(申込順) 費用 各700円

申し込み 総合体育館か北総合体育館にある申込用紙に費用を添えて、11月30日までに各館へ

お問い合わせ 総合体育館 ☎042-748-1781

情報 あら・かると 市役所 ☎042-754-1111(代)

お知らせ

都市再生整備計画 事後評価原案の公表

相模台周辺・津久井地区の同案の公表と意見書の受け付け
☎11月14日(月)まで
※意見書の提出方法など詳しくはお問い合わせください。
☎都市建設総務室

国民年金保険料控除証明書の発送

年末調整等の添付書類に使用可
☎平成23年1月～9月に国民年金保険料を納めた人
※23年10月～12月に、その年初めて同保険料を納めた人には、24年2月上旬に発送
※紛失等で再交付を希望する場合は同控除証明書専用ダイヤル(☎0570-070-117、IP電話・PHSからは☎03-6700-1130)へ

相模原年金事務所の出張年金相談

年金受給にかかる各種届け出書の受理と相談

Table with 2 columns: 日にち, 会場. Rows: 11月17日(木) 津久井総合事務所, 22日(火) 大沢公民館

☎午前10時～午後3時
※希望者は年金手帳(基礎年金番号がわかる通知でも可)と身分証明書を携って直接会場へ(代理人の場合は、本人の年金手帳か年金証書、本人の認め印、代理人への委任状、代理人の顔写真付き証明書が必要)
※50歳以上で受給見込額の算定を希望する人は、事前に電話で同年金事務所へ
☎同年金事務所(☎042-747-3195)

施設のお休み

さがみはら北の丘センター
☎11月8日(火)・9日(水)
☎同所(☎042-773-5570)
大沢公民館 エレベーター改修のため。図書返却も不可
☎11月13日(日)
※午後6時以降は利用可
☎同館(☎042-762-0811)
市民健康文化センター
☎11月14日(月)
☎同所(☎042-747-3776)

弁護士による特設無料法律相談会

離婚、相続、成年後見など
☎11月24日(木)午後1時～4時
☎藤野まちづくりセンター
☎6人(申込順)
☎電話で同センター(☎042-687-5514)へ

協働事業提案制度 公開中間ヒアリング

協働事業の実施状況等について
☎11月6日(日)午後1時30分～3時15分
☎けやき会館
※傍聴希望者は直接会場へ
☎市民協働推進課

住宅用火災警報器の設置推進PR

平成24年3月まで、消防職員が設置推進PRのため市内の一戸建て住宅を訪問します(23年3月までに設置確認した住宅を除く)。
☎最寄りの消防署

宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

1月までの状況 平日に空きあり
☎随時受け付け
2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11月10日までに各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは11月21日から電話で①☎0120-988-547②☎0267-55-6776へ
①2月の休館日 13日(月)・14日(火)
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

建物の耐震巡回相談

☎11月9日(水)午後1時30分～4時30分
☎東林公民館
※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。
☎建築指導課

不動産鑑定士・税理士・司法書士の不動産全般無料相談(税金、相続等)

☎11月10日(木)午後2時30分～6時
☎小田急ホテルセンチュリー相模大野(南区相模大野3-8-1)
※希望者は直接会場へ
☎県不動産鑑定士協会(☎045-661-0280)

都市計画審議会

①相模原都市計画生産緑地地区の変更②相模原都市計画市場(第2号大芳青果食品市場)の変更③建築基準法第51条ただし書の規定に基づく卸売市場の敷地の位置について
☎11月17日(木)午前9時30分
☎市役所第2別館第3委員会室
☎10人(抽選)
※傍聴希望者は午前9時15分までに直接会場へ
☎都市計画課

県内の最低賃金が改定

10月1日から県内の最低賃金が時給836円になり、県内の事業所で働く全ての労働者とその使用者に適用されます。
☎神奈川労働局賃金課(☎045-211-7354)

女性の人権ホットライン強化週間

DV、セクハラなどの相談
☎電話番号 0570-070-810
☎11月14日(月)～20日(日)
☎午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)
※強化週間以外は月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分
☎横浜地方法務局(☎045-212-4364)

マンション管理 無料相談会

☎11月13日(日)午後1時～5時
☎市民会館
☎市内のマンション管理組合役員と居住者=10組(申込順)
☎電話で県マンション管理士会相模原市支部(☎046-256-2683)へ

募集

市薬剤師会の任期付職員

薬剤師業務全般
任期 平成24年3月から1～5年
勤務 月～金曜日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分
☎薬剤師免許がある人(取得見込みも含む)=1～2人
※賃金はお問い合わせください。
☎同会にある必要書類(同会ホームページからダウンロード可)を、11月25日までに同会(ウェルネス)

さがみはら内 ☎042-756-1502)へ

自衛隊の高等工科学校生徒

受付期間 推薦=12月16日まで、一般=平成24年1月6日まで
☎中学校卒業(見込みを含む)～17歳未満の人
※試験日など詳しくはお問い合わせください。
☎自衛隊相模原地域事務所(☎042-755-0694)

イベント

リサイクルスクエア 11月の催し

リサイクル家具の展示・提供
☎橋本台・新磯野リサイクルスクエア
☎市内在住の中学生以上の人(1人1点限り)
☎直接、11月20日までに、各会場へ
※抽選発表は11月21日(月)午後1時
おもちゃの病院
☎11月6日(日)午前10時～正午
※受け付けは11時30分まで
☎橋本台リサイクルスクエア
☎無料(1人2点まで。部品代は有料)
※希望者は直接会場へ
☎資源循環推進課

あそびの学校 「みんなでやきいもを作ろう！」

☎11月27日(日)午後2時～4時
☎青少年学習センター
☎市内在住か在学の小学生
☎30人(申込順)
☎直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ

ドリル大会

小学生～高校生の鼓笛隊演奏
☎11月20日(日)午前11時～午後3時
☎総合体育館
※観覧希望者は直接会場へ
☎青少年学習センター(☎042-751-0091)

EDO KIMONO ART展

着物の魅力と可能性を紹介
☎11月9日(水)～30日(水)
☎午前10時～午後5時
☎女子美アートミュージアム
※火曜日休館。費用など詳しくはお問い合わせください。
☎同所(☎042-778-6801)

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 Eメール HP=ホームページ

街かどコンサート
相模大野ステーションスクエア
ジャズビッグバンド。曲目は「枯葉」ほか
11月3日(祝)午後5時20分(約30分)
市役所本館1階ロビー
フルートアンサンブル。曲目は「白鳥の湖」ほか
11月17日(木)
午後0時20分～0時45分
※希望者は直接会場へ
文化振興課

旧石器ハテナ館の体験教室
「河原石で遊ぼう！」
相模川の河原石に絵を描きます。
11月20日(日)午後2時～4時
定30人(申込順)
申電話で同館(☎042-777-6371)へ

土曜コンサート
「ビートルズ カバーバンド」
11月19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)

道志川なごやが写生大会と
道志川クリーンキャンペーン
11月20日(日)
午前8時30分～午後2時30分
会道志川弁天橋下流周辺
※希望者は直接会場へ
問津久井中央連絡所(☎042-784-2400)

県立相模原公園の催し
園芸教室「球根ベゴニアを楽しもう」
11月13日(日)午後1時30分～3時30分
タネのおもしろ実験とネイチャーゲーム
11月20日(日)午前10時～午後2時
定各40人(申込順)
申電話で同公園(☎042-778-1653)へ

サカタのタネグリーンハウスの催し
「丸山英子」貼り絵展
11月8日(火)～20日(日)
午前9時30分～午後4時30分
問同ハウス(☎042-778-6816)

ソレイユさがみの催し
わくわく楽しく健康体操
11月23日(祝)午前10時30分～正午
定35人(申込順)
介護を楽にするおしゃべりサロン
11月24日(木)
午後1時30分～3時30分
定6人(申込順)
柔道整復師から学ぶ肩こり・腰痛予防講座
12月2日(金)午後6時30分～8時
定40人(申込順)
おはなしお楽しみ会
手遊び・絵本の読み聞かせなど
12月3日(土)午前10時～正午
対1歳～小学生とその保護者
定30組(申込順)
臨床心理士から学ぶ 窓口業務のストレスを軽くするヒント
12月3日(土)午前10時～正午
対女性=30人(申込順)
男性のくらしナビ「プロから学ぶ! はじめての手づくり餃子教室」
12月3日(土)
午前11時～午後1時30分
対男性=24人(申込順)
費500円(材料費)
クリスマスプレゼントにマフラーを織ろう
12月10日(土)・11日(日)
午前10時～午後4時
定各5人(申込順)
費各3,000円(材料費)

※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)

子育て支援者フォーラム・交流会
11月24日(木)午後1時15分～4時
会大野南公民館 定90人(申込順)
申ファクスかEメールに住所、氏名、電話番号、「フォーラム」と書いて、

講演・講座

11月14日までにみらい子育てネットさがみはら連絡協議会(☎090-3816-1946 ファクス042-746-5998 Einfo@miraikko-sagami.org)へ
※未就学児(2歳以上)の保育あり<定員6人(申込順)1人300円>
相模の大風センターの教室
押し花 クリスマスカード作り
11月20日(日)午後2時～4時
対市内在住か在勤・在学の人
定20人(申込順) 費1,000円
親子で作ろう角凧作り
11月26日(土)午後1時30分～4時
定20人(申込順) 費500円
※小学生以上は1人での参加も可
申直接か電話で同センター(☎046-255-1311)へ
あじさい大学公開講座
「無理なく、楽しく、踊りましょう! 元気に福前健康体操」
12月1日(木)午後2時～4時
会市体育館(市役所前)
講福前幸子さん(同体操発案者)
対市内在住の60歳以上の人
定100人(申込順)
申電話で11月27日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ
はじめてのバードウォッチング
12月4日(日)<雨天時10日(土)>
午前9時30分～正午
会県立津久井湖城山公園
対小学生以上の人=30人(申込順)
※小学生は保護者同伴
申電話か、Eメールに氏名、学年、電話番号を書いて、環境情報センター(☎042-769-9248 Ekan kyo@eic-sagamihara.jp)へ
※双眼鏡の貸し出しあり(要予約)

救急法講習会
11月27日(日)
午前9時30分～午後1時30分
会新磯ふれあいセンター
対県内在住かIn勤・在学の15歳以上の人=15人(抽選)
費1,500円
申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて11月15日までに同センター(〒252-0326 南区新戸2268-1 ☎046-255-1311)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。

▼小学生バレーボール体験教室 11月5日(土)午後1時～3時、田名小学校体育館。希望者は運動ができる服装で、体育館履きとタオルを持って直接会場へ 問石井(☎042-761-0749)
▼すこやかバザーまつり 11月6日(日)午前10時～午後2時、すこやか保育園(中央区横山4-12-14) 問同園(☎042-752-8184)
▼家事家計講習会「心の整理は家計簿で」家計簿のつけ方や活用方法など 11月17日(木)おださがプラザ、22日(火)サン・エールさがみはら、午前10時～11時45分、午後1時～2時45分(午後はおださがプラザのみ)。費用各400円。1歳以上の保育あり(200円、要予約) 問長尾(☎042-745-4744)
▼草芸展(秋の山野草) 11月13日(日)午前11時～午後5時、14日(月)午前10時～午後4時、あじさい会館 問濱本(☎042-754-8526)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

▼社交ダンス 毎週火曜日午後7時30分、田名公民館。初心者歓迎 問白岩(☎042-761-0649)
▼親子エアロビクス 月1回月曜日午前10時30分、麻溝公民館。対象は未就学児とその親。初心者歓迎 問黒木(☎080-5523-1977)
▼障害児スイミング 毎週土曜日午前9時30分、さがみはら北の丘センターほか。体験・見学可 問小山(☎090-5203-6567)
▼詩吟 月3回土曜日午前9時30分、大沼公民館。初心者歓迎、見学可 問市川(☎042-743-6288)
▼ペン字・書道 毎月第1・第3金曜日午前9時、上鶴間公民館 問伊藤(☎042-742-4890)
▼陶芸 月2・3回土曜日午前9時、あじさい会館。初心者歓迎 問渡井(☎042-761-2129)

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。

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。

11月13日(日)は

淵野辺公園で楽しもう

市内農産物の旬の味覚を楽しもう!

農業まつり

農畜産物の品評会・即売会や、卵のつかみどりなどのイベントが盛りだくさん。飲食コーナーでは、地元産の食材で作った料理を味わってみませんか。

時間 午前9時15分～午後2時30分〈雨天決行〉

※11月13日の市民朝市は、同まつり開催のため実施しません。

お問い合わせ 農政課 ☎042-769-8239

親子ふれあいの広場

～ふかめよう絆! 親子ふれあいの広場～



親子で楽しめる工作やゲームコーナー、合唱団や鼓笛バンドのステージなどで楽しみませんか。

時間 午前10時～午後3時〈雨天中止〉

対象 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者

お問い合わせ 青少年学習センター ☎042-751-0091

親子でいこう 消防フェア～11月9日～15日は秋の火災予防運動～

ミニ消防車の乗車体験や消防車の展示などを行います。

時間 午前10時～午後3時

日にち	会場	お問い合わせ
11月5日(土)〈雨天決行〉	アリオ橋本イベント広場	北消防署 ☎042-774-9949
12日(土)〈雨天決行〉	南消防署	南消防署 ☎042-744-0119
13日(日)〈雨天中止〉	淵野辺公園芝生広場	相模原消防署 ☎042-751-9134

手をつなぐ 想いをつなぐ 市民力

さがみはら市民活動フェスタ'11

日時	会場	内容
11月12日(土) 午前10時～午後4時30分	けやき会館 相模原教育会館	市民活動団体のセミナーや福嶋消費者庁長官による講演会など
11月13日(日) 午前10時～午後3時	銀河アリーナ前 〈雨天中止〉	創作和太鼓やチアリーディングなどのイベント、手作り品のバザー、フリーマーケット、体験・遊びコーナー、屋台など

お問い合わせ さがみはら市民活動サポートセンター ☎042-755-5790

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 12月4日～25日の毎週日曜日と祝日午前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)、学年、性別、保護者名、電話番号、「秋季ポニー教室」と書いて、11月14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。



さがみはら秋の風物詩! 菊花競技会



丹精こめて栽培された色とりどりの菊の大輪が咲き誇り、会場を彩ります。開催期間中は相談窓口も開設しますので、気軽に利用してください。

期間 11月18日(金)まで

時間 午前9時～午後4時

会場 相模原麻溝公園

※市民の皆さんの作品(鉢植え・プランターなど)を展示する「市民の部特設コーナー」を設けます。展示希望者は11月3日(祝)までの午前9時～午後3時に直接会場へ

お問い合わせ 市観光協会(商業観光課内) ☎042-769-8236

尾崎行雄(がくどう 罌堂)杯演説大会

中学生から青年までの8人が、「これからの世界、日本、社会と私」をテーマに演説します。松沢成文前県知事や丸山和也弁護士らによるパネル討論会も行います。

日時 11月13日(日)午後1時～4時30分

会場 杜のホールはしもと

定員 500人(先着順)

※傍聴希望者は直接会場へ



お問い合わせ 尾崎行雄を全国に発信する会 ☎090-4541-8677

たてしな自然の村バスツアー

たてしな自然の村に宿泊し、地蔵温泉「十福の湯」やリンゴ狩り、野沢菜漬けの体験など、秋の信州を満喫するツアーです。



申し込み 往復はがきかファクスに、全員の住所・氏名(代表者に○)・年齢・電話番号、「たてしな自然の村バスツアー」と書いて、11月11日(必着)までに、たてしな自然の村(〒384-2309 長野県北佐久郡立科町芦田八ヶ野赤沼平995 ☎0267-55-6776 0267-55-7188)へ

芸術・芸能の祭典 市民文化祭

市民の皆さんの日頃の文化・芸術活動の成果を発表します。

観覧希望者は直接会場へ

分野	日にち	時間	会場
表彰式	11月3日(祝)	午後2時～3時	あじさい会館
ダンスフェスティバル	11月6日(日)	午前9時15分～午後4時	市体育館(市役所前)
華道展・盆栽展	11月11日(金) 12日(土)	午前10時～午後7時 (12日は午後6時まで)	グリーンホール相模大野
太鼓まつり	11月13日(日)	午後1時～5時	市民会館
洋舞合同公演	11月20日(日)	午後5時～8時	グリーンホール相模大野
マジックフェスティバル		午後1時30分～4時	杜のホールはしもと
フラフェスティバル		午後7時～9時	杜のホールはしもと

お問い合わせ

市民文化祭実行委員会事務局(文化振興課内) ☎042-769-8202

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)

通信

11/1

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

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	12月19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 平成23年6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	
	12月26日(月)	☉		
はじめよう! 元気Kidsのおうちごはん<全2回>	12月7日(水) 21日(水)	☉	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。	⑨
ママの心のケアルーム「ママの休み時間」	11月9日(水)	☉	「子育てに向いていない」「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	12月13日(火)	☉	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
ママとベビーのおしゃべりタイム～ぼけっと～	11月29日(火)	サン・エールさがみはら	親子遊びや交流会 時間 午前10時～11時30分 対象 生後1～3か月の乳児とその保護者	⑧
	12月7日(水)	☼	定員 各15組(申込順)	⑪
ビーンズクラブ	12月7日(水)	☺	育児情報の交換と親子遊び 時間 午前10時～11時30分 対象 おおむね4歳未満のふたご・みつごとその家族か、ふたご等妊娠中の人=20組(申込順)	⑩

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	11月16日(水)	☻、△横山◎、相武台◎	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 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
	11月17日(木)	城山◎、大野北◎、新磯◎、△鹿島台◎、上鶴間◎	
	11月18日(金)	△橋本◎	
	11月22日(火)	富士見◎、鶴園中和田◎	
	11月24日(木)	☽、相模台◎、大沼◎、麻溝◎	
	11月30日(水)	並木◎	

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	11月9日(水)	午後1時～3時	☾	専門医による認知症についての相談 定員 各2人(申込順)	②
	11月14日(月)		☉		③
	11月22日(火)	午前10時～正午	☺		④

相談

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	内容・対象など	申込
エイズ等の検査・相談	11月8日～29日の毎週火曜日	午前9時～11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
	11月12日(土)	午後2時～4時	☾		
ひきこもり相談会	11月16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 市内在住か通勤の人 申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ	
くすりの相談	11月17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	

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
みんなのアルコール相談	11月15日(火)	午後1時30分～3時30分	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	11月17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 各2人(申込順。調整あり)
精神科セカンドオピニオン外来	11月21日(月)		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

会場 けやき会館

申し込み 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

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
骨密度測定 de 骨元気アップセミナー	11月30日(水)	午前9時45分～10時15分	☾	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16年4月2日～平成24年4月1日生まれ)の人 定員 各30人(申込順) 費用 各700円	⑧
	12月12日(月)	10時45分～午後1時30分	☺		⑩
踏み台エアロビクス	12月6日(火)	午後2時～4時	☉	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 16人(申込順)	⑨
運動プログラム作成コース	12月7日(水)	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	⑨

※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。

健康診査・検診 70歳以上の人は無料

市内協力医療機関などで、健康診査やがん検診などを随時実施しています。
※健診には受診券が必要です。
※国民健康保険に加入している40～74歳の人、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。

申し込み 受診券がない人は、コールセンター(☎042-770-7777)へ

(特定)健康診査

Table with 5 columns: 対象, 費用, 日にち, 会場, 検査項目. Rows include 国民健康保険加入の40～74歳の人, 後期高齢者医療制度加入の人, 医療保険未加入で生活保護を受給している人など.

※社会保険などに加入している人は、各医療保険者にお問い合わせください。

歯科健康診査(お口の健康診査)

Table with 4 columns: 日にち, 会場, 検査項目, 対象・費用. Includes 随時, 市内協力医療機関, 口腔内診査(むし歯や歯周病の有無など).

肝炎(B型・C型)ウイルス検査

Table with 5 columns: 対象, 費用, 日にち, 会場, 申し込み. Includes 14歳以上で、肝炎ウイルス感染の心配がある人, 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.

結核健診

Table with 2 columns: 日にち・会場・締切日, 対象・費用・受付時間. Includes がん検診(検診車)と同じ, 対象 65歳以上(23年度中に65歳になる人を含む)で、職場等で胸部X線を受ける機会のない人.

がん検診

Table with 3 columns: 日にち, 会場, 検診種目・費用・受付時間など. Includes 随時, 11月22日(火), 11月23日(祝), 11月26日(土), 12月4日(日), 12月9日(金), メディカルセンター.

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 11月30日(水)午後2時～4時
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住か在勤でアルコールや薬物問題のある人の家族=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

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話し合う場です。
日時 11月17日(木)午後2時～4時
会場 社のホールはしもと セミナールーム2
対象 家族など大切な人を自殺で亡くした人
定員 20人(先着順) ※希望者は直接会場へお問い合わせ
精神保健福祉センター ☎042-769-9818

うつ病家族の集い(全3回)

うつ病の理解と患者への対応、社会復帰などについて学びます。
日にち 12月1日(木)・9日(金)・20日(火)
時間 午後2時～4時
会場 シティ・プラザはしもと
対象 うつ病で療養中の人の家族=15人(申込順)
申し込み 電話で緑障害福祉相談課(☎042-775-8811)へ

中高年のための

ハッピープログラム(全3回)

～今からでも遅くない、あなたもお酒の量を減らせます～
現在の飲み方をチェックし、希望に合った節酒方法を提示します。
日時 12月1日・15日、平成24年1月12日の木曜日午後7時～8時
会場 ソレイユさがみ(緑区橋本6-2-1)
対象 市内在住か在勤で飲酒量を減らしたい人
定員 10人(申込順)
申し込み 電話で11月25日までに精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

高齢者筋力向上トレーニング

中央区Cコース(全24回)
機器を使った筋力トレーニングなどを行います。
日時 12月27日～平成24年3月27日の毎週火・金曜日(12月30日、24年1月3日、3月20日を除く)午前9時30分～11時30分
会場 ウェルネスさがみはら
対象 市内在住の65歳以上で、足腰の衰えを感じている人=若干名(選考)
費用 4,000円
申し込み 電話で11月4日までに介護予防推進課(☎042-769-9249)へ

～子どもの虐待を防ぐために～

11月は児童虐待防止推進月間

「虐待かも…」と感じたら、ささいなことでも迷わず相談してください。
児童虐待通告(相談)窓口
緑こども家庭相談課 ☎042-775-8815
中央こども家庭相談課 ☎042-769-9221
南こども家庭相談課 ☎042-701-7700
児童相談所 ☎042-730-3500
24時間通告(相談)窓口
こども虐待110番 ☎042-730-3511

さがみはら精神障害者就労支援協議会「働きたい!」を「働ける」に!

働くために大切なことを寸劇で解説します。
日時 11月19日(土)午後2時～4時30分
会場 市民会館
対象 市内在住か在勤の精神障害者とその家族
定員 50人(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

赤ちゃんとの遊びと関わり方

保育園の元園長が実演を交えてお話しします。
日時 11月20日(日)午後2時～3時30分
会場 伊勢丹相模原店(南区相模大野)
対象 1歳ぐらまでの赤ちゃんとその保護者
定員 15組(申込順)
申し込み 電話でこども青少年課(☎042-769-9811)へ

ズバリわかる!メタボリック

～なんでメタボはいけないの? 意外と知らないメタボの正体～
医師と歯科医師、栄養士が生活習慣病予防についてお話しします。希望者は血管年齢を測定できます。
日時 12月3日(土)午後2時～4時
会場 ウェルネスさがみはら
定員 100人(申込順)
申し込み 電話で12月1日までにコールセンター(☎042-770-7777)へ

11月14日は世界糖尿病デー

見直してみよう!あなたの食生活

食生活のとりわけ体験や、講演会などを行います。
日時 11月26日(土)午後1時～4時30分
会場 北里大学病院内科総合外来・リハビリテーションセンター
※希望者は直接会場へ
お問い合わせ
北里大学病院糖尿病外来 ☎042-778-8424

急病などで困ったときは(電話番号をよく確かめて)

Table with 2 columns: 科, 電話番号. Includes 相模原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.

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。