

2025(令和7年)

3.15

No.1549

毎月1日・15日発行

広報

さがみはら

第52回

市民桜まつり

4月5日(土)

13時～17時

4月6日(日)

10時～17時

当日交通規制 無料巡回バスあり 詳しくは2面へ

閩市民まつり実行委員会(観光政策課内) ☎042-769-8236

LINE UP

- 3面 不当な差別的取り扱いの解決に向けた取り組みを開始します
- 4・5面 みんなのすこやかナビ
- 10・11面 中央・南・緑区版
- 12面 令和7年度の相談窓口のお知らせ

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

市コールセンター 8時～21時 年中無休

☎042-770-7777

※品質向上のため、通話を録音しています。

FAX 042-770-7766



市からのお知らせや
イベント情報などは

市HP▶



70年を超えて、輝く未来へ！



70周年を一緒にお祝い
してくれてありがとう！
輝く未来に向けて、想
いをつないでいこう。

市マスコット
キャラクター
さがみん



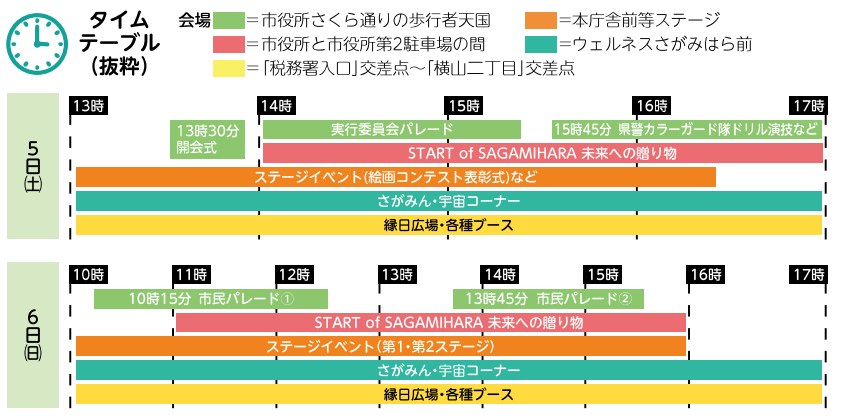
閩シティプロモーション戦略課 ☎042-707-7045

第52回 市民桜まつり

園市民まつり実行委員会(観光政策課内) ☎042-769-8236



※イベントなど詳しくは、市民まつり公式図をご覧ください。



①開会式②パレード

4月5日(土) ①13時30分から ②13時55分から
 会市役所さくら通り相模原郵便局前

START of SAGAMIHARA 未来への贈り物

「未来のSAGAMIHARA」をテーマに絵を描き、みんなで巨大モニュメントを作ります。

4月5日(土)14時～17時、4月6日(日)11時～16時
 会市役所と市役所第2駐車場の間 地図上の目印▶

市民桜まつり 公開生放送!

FM HOT 839(エフエムさがみ)が会場の特設ブースから祭りの熱気を届けます。

会ウェルネスさがみはら前

他にもさまざまな催しで会場を盛り上げます!

県警音楽隊・カラーガード隊のドリル演技

県民と警察を結ぶ「音の架け橋」として活躍する神奈川県警音楽隊。美しい音楽と共に、パレードでのりりしく統制の取れた演技を間近で楽しめます。

4月5日(土)15時45分から

会市役所さくら通りの歩行者天国



能登半島復興支援ブース

令和6年能登半島地震で被害を受けた能登を応援するための特設ブース。特産品の販売や、募金箱を設置し義援金を受け付けます。パンフレットなどによるPRもあります。

会市体育館前

さがみん・宇宙コーナー

JAXA宇宙科学研究所の資料展示など、「宇宙を身近に感じられるまち さがみはら」の魅力あふれるブースのほか、市マスコットキャラクター「さがみん」にも会えます。

会ウェルネスさがみはら周辺



大船渡市への支援にご協力を

募金箱を設置し、大船渡市の大規模山林火災に対する支援金を受け付けます。

会市民桜まつり祭典本部(ウェルネスさがみはら前)

無料巡回バス

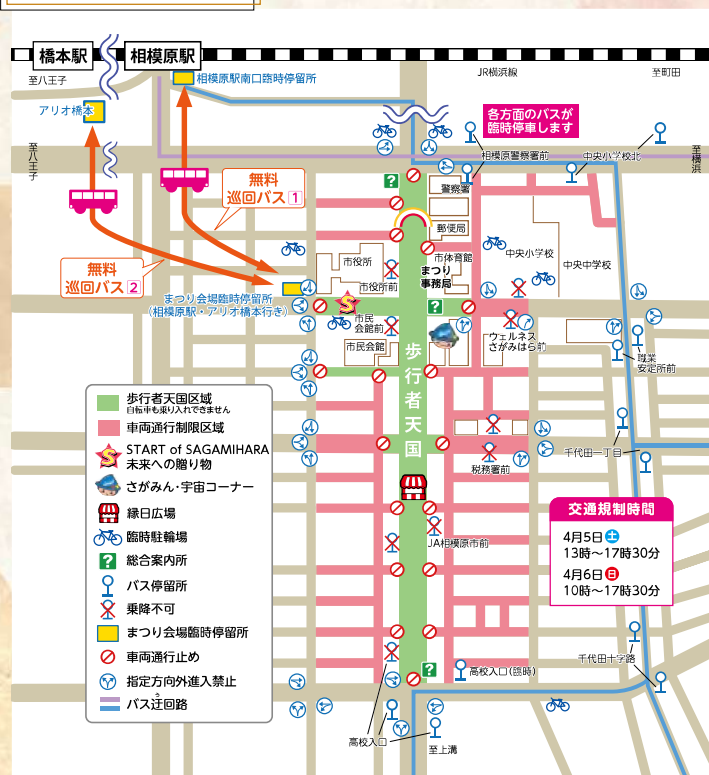
- 相模原駅南口 臨時停留所 ↔ まつり会場 臨時停留所

運行時間 4月5日(土)11時～18時15分
 4月6日(日)8時～18時15分
 ※約15分間隔で運行
- アリオ橋本 (緑区大山町) 臨時停留所 ↔ まつり会場 臨時停留所

運行時間 4月5日(土)10時～18時15分
 4月6日(日)10時～18時15分
 ※6台で運行

来場者用駐車場はありません。
 近隣住民の迷惑になる駐車はやめましょう。
 電車・バス・無料巡回バスを利用ください。

会場・交通案内図



桜並木のライトアップ

3月下旬～4月上旬18時～22時

※開催日は桜の開花状況で変更

会「相模原署前」交差点付近～「税務署入口」交差点付近



HOT Info

さがみはら



市圏は
こちらから



イベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。開催状況は、市圏などで
確認を



タイトルにロゴマークがある場合は、
「市制施行70周年記念」の冠事業



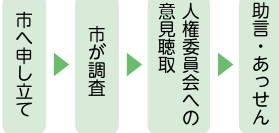
市人権尊重のまちづくり条例に基づく 不当な差別的取り扱いの解決に向けた取り組みを開始します

4月1日から

市は、人権侵害を受けて悩んでいる人が気軽に相談できるように、人権総合相談窓口を設置しています。4月から、不当な差別的取り扱いを受けて市民などからの申し立てを受け付け、解決に向けて、市が助言やあっせんなどをする取り組みを開始します。

まずは、市へ相談してください

相談内容に応じて、申し立ての方法などを案内します。
※対面相談は、要予約
毎月～金曜日(祝日等を除く)9時～17時
会 人権総合相談窓口(市役所第2別館4階)
※市内在住か通勤・在学の人
☎で同窓口へ ☎042-769-6141



詳しくはこちら

※助言やあっせんは、当事者の任意の協力に基づく強制力のない措置です。協力がな
い場合は実行できません。市が助言・あっせんをする場合は、原則、第三者機関の
人権委員会に意見を聴きます。



不当な差別的取り扱いとは

正当な理由なく、人種、民族、国籍、信条、年齢、性別、性的指向、ジェンダーアイデンティティ(性自認)、障害、疾病、出身などを理由に、サービスの提供を拒否したり、条件を付けたり、提供に当たって制限をしたりすることなどです。



市人権尊重のまちづくり条例とは

一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され、互いの人権を認め合う共生社会の実現を目指して令和6年3月に制定。7年4月1日に全面施行します。

人権総合相談窓口では、不当な差別的取り扱いに関する申し立てのほか、人権侵害を受けて悩んでいる人の相談を電話か対面で受けています。
秘密は守ります。お気軽に相談してください。



自分色 認め合い すべての人に！～人権尊重のまち・さがみはら～

個人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205



市民税均等割のみ課税世帯の人へ 市物価高騰支援給付金を支給します

市独自

物価高騰による生活の負担を支援するため、給付金を支給します。

均等割のみ課税世帯分 1世帯当たり3万円

図次の全てに該当する世帯主

- 令和6年12月13日時点で、本市に住居登録がある
- 6年度市民税が均等割のみの課税者で構成される世帯か、均等割のみの課税者と均等割非課税者で構成される世帯

子育て世帯に加算があります



子ども加算分 1人当たり2万円

図均等割のみ課税世帯分に該当し、平成18年4月2日以降に生まれた18歳以下の子どもがいる世帯の世帯主



詳しくはこちら

対象世帯に「支給のお知らせ」か「確認書」を郵送

- ①「支給のお知らせ」が届く世帯 ※原則、手続き不要
図以前、市非課税世帯等支援給付金を受給していて、均等割のみ課税世帯分の要件に該当する世帯
- ②「確認書」が届く世帯 ※申請が必要
図①以外で均等割のみ課税世帯分の要件に該当する世帯
図5月16日(消印有効)までに、確認書を生活福祉課へ

発送日 均等割のみ課税世帯分 3月26日 子ども加算分 3月28日

①②以外でも
対象だと思われる場合は、申請書(市圏に各発送日ごろ掲載)を提出してください。
※子ども加算分は、6年12月13日以降に、子どもが生まれた場合は申請が必要

図市非課税世帯等支援給付金ナビダイヤル ☎0570-550-576
(IP電話からは ☎042-707-7918、障害などで電話が困難な人専用 ☎042-707-7919)



パブリックコメント・意見募集 ご意見をお寄せください

パブリックコメント ①市地域防災計画の修正

災害による被害を軽減するための対策や、大規模災害などが起きた場合の体制・対応を総合的に定めた計画を修正するものです。

担当課 ①危機管理課 ☎042-769-8208 ☎042-769-8326 ☎kikikanri@city.sagamihara.kanagawa.jp



パブリックコメントとは

市が作成しようとする計画・条例に対して、意見を述べるができる制度です。意見を提出することで、市政に参加できます。

意見募集 ②地方税・森林環境税事務における特定個人情報保護評価書(案)

③介護保険事務における特定個人情報保護評価書(案)

特定個人情報の取り扱い方をまとめた各評価書について、地方公共団体情報システムの標準化に伴い、特定個人情報の管理方法などに変更が生じることから意見を募集します。

担当課
②市民税課 ☎042-769-8221 ☎042-769-7038
☎shiminzei@city.sagamihara.kanagawa.jp
資産税課 ☎042-769-8223 ☎042-757-8108
☎shisanzei@city.sagamihara.kanagawa.jp
③介護保険課 ☎042-707-7058 ☎042-769-8323
☎kaigo@city.sagamihara.kanagawa.jp



特定個人情報保護評価書とは

マイナンバーを含む個人情報ファイルの取り扱いについて、行政などが自ら評価するものです。情報の漏えいや不正利用などから個人の権利を守るためにリスクを分析し、軽減するための適切な措置を検討した内容を記載しています。

図各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市圏にも掲載)

意見の提出 4月14日(必着)までに、直接か郵送、☎、☎に、住所、氏名、電話番号、意見を書いて、各担当課(資産税課を除く)へ
①〒252-0239中央区中央2-2-15消防指令センター3階 ②③〒252-5277中央区中央2-11-15

結果の公表 意見の概要や市の考え方については、まとまり次第、市圏などで公表する予定



①詳しくはこちら



②③詳しくはこちら

相模原市 PR 動画 「はい。その答え 相模原で見つかりました。」



市シティブロモーション「相模原市シティブロモーション」
X(Twitter) @Sagamihara_PR



アクセスしてね?

みんなのすこやかナビ

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

オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要

イベントなどの開催状況は
随時ご確認を
中止や延期の場合あり。
開催状況は、市圏などで確認を



タイトルにロゴマークがある場合は、「市制施行70周年記念」の冠事業

急病などで困ったときは

電話番号をよく確かめて

まずはかかりつけ医・歯科医へ。
休診の場合は問い合わせ先へ

医科 相模原救急医療情報センター ☎042-756-9000
聴覚、音声・言語機能に障害のある人専用 FAX 042-756-3030

月～金曜日(祝日等を除く) 17時～翌朝9時、土曜日 13時～翌朝9時
日曜日、祝日等 9時～翌朝9時
※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行っていません。

歯科 相模原口腔保健センター ☎042-756-1501

日曜日 8時45分～11時30分
※事前に連絡をしてから受診してください。

接骨 休日当番柔道整復施療所案内 ☎0120-19-4199

日曜日、祝日等 9時～17時

精神科 精神科救急医療情報窓口 ☎045-261-7070

月～金曜日(祝日等を除く) 17時～翌朝8時30分
土・日曜日、祝日等 8時30分～翌朝8時30分
(登日が月～金曜日の場合、受け付けは翌朝8時まで)
※夜間、休日の急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、精神科医療機関を紹介します。
※必ず紹介することを約束するものではありません。

救急車を呼ぶか判断に迷ったときは かながわ救急相談センター ☎#7119(24時間) 市外局番が042の固定電話、IP電話の場合 ☎045-232-7119 ☎045-523-7119

母子健康手帳と筆記用具の持参が必要

「さがプリコ」からオンラインで予約可

子育て

ママの心のケアルーム「ママの休み時間」

「子どもにイライラする」「子どもがかわいく思えない」などを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 図5月7日(木)10時～11時30分 図ウェルネスさがみはら 図乳幼児の母親 ※保育あり(要予約) 申3月21日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

親子で歯っぴいちゃん大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技を紹介 図5月①9日(金)・20日(木)②13日(木)③16日(金)・28日(木)10時～11時 図①ウェルネスさがみはら②緑区合同庁舎③南保健福祉センター 図令和6年3月～7月生まれの子どもとその家族 図各10組(申込順) 申込開始3月21日 図こども家庭課

離乳食教室①スタート編②モグモグ編

①離乳食の講習、簡単な実習など②中期以降の離乳食の講習、相談など

	日にち	時 間	会 場	対 象
①	5月9日(金)	13時～14時、 14時30分～ 15時30分	ウェルネスさがみはら	令和6年11月・12月生まれの子どもとその家族
	5月16日(金)		南保健福祉センター	
②	5月13日(木)		緑区合同庁舎	
	5月20日(木)	ウェルネスさがみはら		
	5月28日(火)	南保健福祉センター		

図各10組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申込開始3月21日 図各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

母親・父親教室

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり 図妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族(1人まで) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 図各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、緑(津久井担当)☎042-780-1420、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

マタニティオールセミナー(妊婦歯科教室)

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・歯科健診など 図市内在住の妊娠している人(妊娠期間中1回のみ受講可) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 図こども家庭課

保健福祉

視覚障害なんでも相談サロン

当事者による困り事の相談や、日常生活用具の体験など 図4月1日(木)・17日(木)10時～12時 図視覚障害者情報センター研修室 図市内在住か在勤・在学の人 ※希望者は直接会場へ 図高齢・障害者福祉課

認知症高齢者家族の会「友知草の会」による介護相談 ほっとタイム

家族に認知症高齢者がいる当事者が相談に対応 図4月①3日(木)②8日(木)10時30分～12時 図①けやき会館②南保健福祉センター 図認知症のある人の家族 ※希望者は直接会場へ 図在宅医療・介護連携支援センター

元気高齢者筋力向上トレーニング教室(全12回)

図4月4日～6月20日の毎週金曜日10時30分～12時 図スポーツクラブブルネサンス橋本(緑区橋本) 図市内在住で運動に支障がない65歳以上 図10人(抽選) 図6,600円 申3月29日までに、☎で同所へ ☎042-775-6600

重度の障害がある人 対象の指定難病にり患している人 移動に必要な料金の一部を助成します

次のいずれかを選んでください。

福祉タクシー利用券

交付枚数(1枚500円)
1カ月当たり6枚



自動車燃料給油券 ※自家用車のみ

交付枚数(1枚1,000円)

自動車検査証の使用者が

- ・本人の場合…1カ月当たり2枚
- ・他者の場合…1カ月当たり1枚



助成期間 4月～令和8年3月 ※年度途中の申し込みの場合は、申し込み月分から 図本市に住居登録があり、在宅で次のいずれかに該当する人(高齢者等移送サービス利用券の交付を受けている人を除く)

- 身体障害者手帳が1級か2級
- 療育手帳がA1かA2
- 知能指数35以下と判定を受けている
- 小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けていて、改正(平成27年1月)前の児童福祉法による小児慢性特定疾患に対応する疾病にり患している
- 精神障害者保健福祉手帳が1級か2級

★特定医療費(指定難病)医療受給者証の交付を受けていて、難病法施行前の特定疾患に対応する指定難病にり患している

★県特定疾患医療受給者証か、特定疾患認定通知書の交付を受けている

※必要書類など詳しくは、各窓口にお問い合わせください。

図高齢・障害者支援課 ☎042-769-8355 FAX 042-769-5708

1年分の利用券・給油券の交付申請期間

3月27日～4月30日

4月上旬は窓口が混雑し、手続きに時間がかかる場合があります。

申し込み・問い合わせ

※●●★は左の対象欄を参照

対象	申請窓口	電話番号	ファクス番号
●	相模原市身体・知的福祉課	緑 042-775-8810	042-775-1750
		中央 042-769-9266	042-755-4888
		南 042-701-7722	042-701-7705
■	障害者福祉課	緑 042-775-8811	042-775-1750
		中央 042-769-9806	042-755-4888
		南 042-701-7715	042-701-7705
★	各保健センター	緑 042-775-8816	042-775-1751
		中央 042-769-8233	042-750-3066
		南 042-701-7708	042-701-7716
●●★	各福祉相談センター	城山 042-783-8136	042-783-1720
		相模湖 042-684-3215	042-684-3618
		藤野 042-687-5511	042-687-4347
●●★	津久井高齢・障害者相談課	042-780-1412	042-784-1222



健康相談

※タイトル横()内は相談員

①成人健康相談②母子保健相談(保健師)

①生活習慣病の予防、体の不調、更年期症状に関することなどの相談②妊娠・出産、子どもの健康などの相談

日にち	時間	会場
月～金曜日		緑区合同庁舎 ウェルネスさがみはら 南保健福祉センター
月曜日・木曜日	8時30分～17時(祝日等を除く)	津久井保健センター★
火曜日		藤野総合事務所★
水曜日		相模湖総合事務所★
金曜日		城山総合事務所★

※希望者は直接会場へ(電話相談も可、★は来庁相談のみ) ①各保健センター 緑☎042-775-8816、中央☎042-769-8233、南☎042-701-7708、②各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

大人の食生活相談(栄養士など)

生活習慣病予防などに関する食生活の相談(面談か電話相談)

日にち	時間	会場	申し込み
4月8日(火)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
4月10日(木)	9時15分 10時15分 11時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
4月11日(金)		津久井保健センター	緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414
4月14日(月)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
4月23日(火)	13時15分 14時15分 15時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
4月25日(木)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233

☎3月19日から、☎で各申込先へ

母と子の栄養相談(管理栄養士など)

乳幼児と妊産婦の食について

日にち	時間	会場	問い合わせ
5月7日(火)	9時～11時30分	南保健福祉センター	南子育て支援センター ☎042-701-7710
5月12日(月)	13時～15時30分	ウェルネスさがみはら	中央子育て支援センター ☎042-769-8222
5月19日(月)	9時～11時30分	緑区合同庁舎	緑子育て支援センター ☎042-775-8829

申込開始3月21日

妊活サポート相談①電話相談②面談③オンライン面談(不妊・不育専門相談員)

☎5月13日(火)①9時～11時30分②③13時～15時30分 ☎②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ☎☎でこども家庭課へ(②③開催日前日まで。市歴からも可) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

☎緑区合同庁舎、津久井保健センター、城山・相模湖・藤野総合事務所、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ☎障害のある乳幼児 ※申込時に日時・会場などを調整 ☎☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

親子にこにこ歯科相談①電話相談②面談③オンライン面談(歯科衛生士)

☎5月14日(水)9時～11時30分 ☎②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ☎子どもとその家族、妊娠している人 ☎☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで) ☎042-769-8345

歯科健康相談(歯科衛生士)

ブラッシング方法など歯の手入れに関する相談 ☎月～金曜日(祝日等を除く)9時～15時30分 ☎緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ※申込時に日時・会場などを調整 ☎☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

もの忘れ相談(医師)

物忘れや認知症の相談 ☎4月①8日(火)②11日(金)③16日(火)④15時15分～16時45分⑤⑥14時～16時 ☎①緑区合同庁舎②南保健福祉センター③ウェルネスさがみはら ☎各2人(申込順) ☎3月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①緑☎042-775-8812②南☎042-701-7704③中央☎042-769-8349

禁煙チャレンジ

電話か面談で3カ月間禁煙をサポート(初回面談時、希望者に尿中ニコチン検査と呼吸検査を実施) ☎月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時 ☎①緑区合同庁舎②津久井保健センター③ウェルネスさがみはら④南保健福祉センター ☎☎で各保健センターへ ①緑☎042-775-8816②緑(津久井担当)☎042-780-1414③中央☎042-769-8233④南☎042-701-7708

がんに関する相談 がんピアサポート

がん体験者が自らの体験を基に相談に対応 ☎4月11日(火)10時～15時(各回1時間) ☎ウェルネスさがみはら(電話相談も可) ☎がん患者やその家族 ☎各4組(申込順) ☎4月9日までに、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

くすりの相談

☎4月17日(木)13時30分～15時(各回30分) ☎ウェルネスさがみはら ☎各2人(申込順) ☎☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

精神保健相談(精神科医)

心の病気や治療の必要性についての相談 ☎4月①3日(火)②8日(火)・25日(金)13時～14時 ☎①ウェルネスさがみはら②南保健福祉センター ☎かかりつけ医のいない人 ☎各2・3人(申込順、調整あり) ☎3月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①中央☎042-769-9806②南☎042-701-7715

みんなのアルコール相談(精神科医)

飲酒量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談に対応 ☎4月15日(火)10時～12時 ☎けやき会館 ☎市内在住か在勤でアルコールに関する悩みを抱える人とその家族 ☎2組(申込順、調整あり) ☎3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」

家族間コミュニケーションをテーマに家族問題についての理解を深め、対応を学ぶ ☎4月16日(水)14時～16時 ☎市民会館2階第2中会議室 ☎市内在住か在勤で、ひきこもりの状態にある人やアルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人の家族 ☎20人(申込順) ※事前面接あり ☎3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

①思春期相談②ひきこもり相談(精神科医)

①思春期②ひきこもりに関連した相談に対応 ☎4月21日(月)14時～16時 ☎けやき会館 ☎①13歳～17歳の精神的な悩みを抱える人とその家族②18歳以上のひきこもりの状態にある人とその家族 ☎2組(申込順、調整あり) ☎3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

依存症家族教室「サブリ」

アルコール・薬物・ギャンブルの問題を理解し、その対応を学ぶ ☎4月22日(火)13時30分～15時30分 ☎ウェルネスさがみはら ☎市内在住か在勤でアルコール・薬物・ギャンブルに関する悩みを抱える人の家族 ☎10組(申込順) ☎3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

薬物・ギャンブル依存相談(精神科医)

薬物やギャンブルに関連した相談 ☎4月24日(木)14時～16時 ☎けやき会館 ☎市内在住か在勤で、薬物やギャンブルに関する悩みを抱える人とその家族 ☎2組(申込順、調整あり) ☎3月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

愛の献血

日にち	時間	会場
3月20日(火)		
3月30日(日)	10時～12時、 13時45分～16時	橋本駅北口ペDESTリアンデッキ下
4月2日(火)		
4月13日(日)		
3月28日(金)		
4月3日(木)	10時～12時、 13時45分～16時	市役所前
4月15日(火)		
3月29日(土)	10時30分～12時、 13時45分～16時	相模大野駅前通り(コリドー通り)
4月5日(日)		
4月6日(日)	10時30分～15時 30分	ウェルネスさがみはら前

☎16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の人は、60歳～64歳の間に献血経験が必要) ※希望者は直接会場へ。本人確認あり。所要時間40分程度(午前の混雑状況により、午後の開始時間を変更する場合あり) ☎地域保健課

相模原北メディカルセンターを廃止

休止中の相模原北メディカルセンターを、令和6年度末をもって廃止します。今後も、中央・南・西メディカルセンター、津久井在宅当番医を利用してください。

急病などで困ったときはこちら▶



☎医療政策課☎042-769-9230



相模原市ごみ分別アプリ 「シゲンジャーSearch」



市コールセンターから 市コールセンターから市役所の各課へ電話を転送できるのは、月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時です。

情報

あらかると

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

オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況は
随時ご確認を
中止や延期の場合あり。開催
状況は、市圏などで確認を

タイトルにロゴマークがある場合は、「市制施行70周年記念」の冠事業

はがき・ファクス・Eメール
申込時記入する必要事項

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

お知らせ

市有地の売却

所在地 中央区洲野辺1-133-125 面積 34.24㎡ 最低売却価格740万円 地目 宅地 売却方法 一般競争入札 購入者の決定最低売却価格以上の最高価格で落札した個人・法人 ※参加方法や資格などは、市圏を参照 国3月31日(必着)までに、市圏に掲載の申込書などを中央土木事務所へ ☎042-769-8265

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

国4月1日(火)～6月2日(土・日曜日、祝日等を除く)8時30分～17時 国資産税課、緑・南市税事務所、城山・津久井・相模湖・藤野まちづくりセンター 国固定資産税の納税者本人が、委任された人※希望者は、本人確認ができる公的証明書(マイナンバーカードなど(顔写真がないものは2点以上))と、代理人は委任状などを持って直接窓口へ 国資産税課

生き生きシニアのための地域活動補助金

老人クラブや趣味サークルなど、地域で自主活動する団体の立ち上げを支援 国次の全てに該当する団体 ●市内在住の65歳以上が毎回10人以上参加 ●活動開始からおおむね3年以内 ●1回おおむね60分(最低30分)以上の活動が、年間24回(初年度18回)以上 国60団体(選考) 補助金額 年間上限5万円(最長3年) 国高齢・障害者支援課、各高齢・障害者相談課、各福祉相談センター・地域包括支援センター(市圏にも掲載) ※申請には事前相談(予約制)が必要。募集要項を参照 国3月17日～6月20日に、☎で高齢・障害者支援課へ ☎042-769-9249

納期限は 3月31日(月)

●国民健康保険税 第10期

口座振替の申し込みは市圏が金融機関の窓口へ

ウェブ申し込み、詳しくはこちら▶



都市計画審議会

都市構造分析に基づく将来都市像などについて 国3月28日(金)14時～16時 国産業会館 ※傍聴希望者は、当日13時50分までに直接会場へ(国10人(抽選))。審議内容により、非公開の場合あり 国都市計画課

成年後見制度専門相談

①行政書士②司法書士③税理士④社会福祉士 国4月①3日(木)②10日(木)③17日(木)④24日(木)14時～15時 国①②③あじさい会館④南保健福祉センター 国成年後見制度の利用を考えている人や、親族後見人、福祉施設の職員など 国各2組(申込順) 国開催日2日前までに、☎でさがみはら成年後見・あんしんセンター(市社会福祉協議会内)へ ☎042-756-5034

女性のための就職相談

①おしゃべりマザーズハローワーク 座談会とグループ意見交換会 国4月17日(木)10時～10時30分 国子育て中の女性 ②個別おしごと相談 国4月25日(金)9時30分～10時30分、11時～12時 国女性性 【①②共通】国①ソレイユさがみ②同所、オンライン(ツールはZoom®を使用) 国①5人②各1人(各申込順) 国3月19日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ ☎042-862-0042

図書館などの休館・休室

蔵書点検によるもの ①橋本・相模大野図書館 国4月5日(土)～11日(金) ②図書館(中央区)、相武台分館、公民館などの図書室 国4月12日(土)～18日(金) 【①②共通】国図書館(中央区) ☎042-754-3604

相模湖ふれあいパーク駐車場4月から24時間入出可能に

入出場時間 3月31日月まで＝8時～20時、4月1日(火)から＝0時～24時 ※利用料金などは市圏を参照 国緑区役所区政策課 ☎042-775-8802



募集

人権施策審議会の委員

人権施策の推進に関する重要事項について調査・審議 任期6月1日～令和9年5月31日(会議は年2回程度) 国市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く) 国1人(選考) 国人権・男女共同参画課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市圏にも掲載) 国4月14日(必着)までに、応募申込書を同課へ

市政モニター

市の施策や事業に関するアンケートに回答 国5月下旬～令和8年3月(3回程度) 国市内在住の16歳以上(8年3月時点。1世帯1人まで。本市の常勤職員などを除く) 国200人(選考) 国広聴広報課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市圏にも掲載) 国4月23日(必着)までに、申込書を同課へ。市圏からも可

鯉のぼりの寄付

ゴールデンウィークに緑区佐野川で開催する「こいのぼり谷渡しイベント」で遊泳 ※寄付方法は問い合わせを 国鯉のぼりの谷渡し会の小池さん ☎090-7726-2550

イベント

女子美アートミュージアム展覧会

①女子美の先達たちと染織コレクション展「春の装い」 春や花をテーマにした絵画や染織作品を展示 ②「桜のスケッチ大会」作品展 市内小・中学生がイベントで描いた絵画を展示 【①②共通】国①3月25日(火)～4月28日(月)②4月12日(土)～28日(月)10時～17時(日曜日・祝日等を除く。入館は16時30分まで) 国女子美アートミュージアム(南区麻溝台) ☎042-778-6801

鼓笛まつり

テーマみんなでつくろう鼓笛のひびき小学生を中心とした市少年鼓笛バンド連盟加盟団体が発表 国3月16日(日)10時30分～15時 国市民会館 ※希望者は直接会場へ。参加団体などは同連盟を参照 国青少年学習センター ☎042-751-0091

さくらスタンプラリー

桜の名所の3公園にスタンプを設置。全部のスタンプを集めた先着100人に景品を進呈 国3月20日(祝)～4月13日(日)

会場	問い合わせ
洲野辺公園	☎042-753-6930
鹿沼公園	☎042-755-9781
古淵鶴野森公園	☎042-747-4641

※希望者は直接会場へ。各公園を参照

北相地区高校演劇連盟春季大会

市内や近隣市町村にある全21校の高校生が演劇を披露 国3月25日(火)～30日(日)(27日を除く)10時～17時 国青少年学習センター 国各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ 国同連盟事務局(光明学園相模原高等学校内) ☎042-778-3333

ボードゲームと出会う日

ボードゲームの自由体験や関連書籍の紹介など 国3月28日(金)17時30分～19時30分(入退場自由) 国相模大野図書館 国小学生以上(小学生は保護者同伴) ※希望者は直接会場へ 国同所 ☎042-749-2244

花と緑の催し

参加者にゴーヤ2株を配布 ①みどりのカーテン・生ごみコンポスト 国4月16日(木)10時～12時 国相模原グリーンカーテン講習会 国4月22日(火)10時～11時30分 国けやき会館 【①②共通】国15歳以上(中学生を除く) 国各20人(申込順) 国①800円②600円 国3月19日～開催日前日、二次元コードから 国市まち・みどり公社 ☎042-751-6624



違法な不用品回収業者に注意

違法業者による高額請求や不法投棄が問題になっています。家庭から出る廃家電や粗大ごみは、市のルールを守って処分しましょう。

⚠ 次のような業者は「違法」の場合があります

拡声器による案内

チラシ型不用品回収

拠点型不用品回収

捨て方に迷ったときは市ごみ分別アプリ



国不用品回収業者について＝廃棄物指導課 ☎042-769-8358
ごみと資源の分け方・出し方について＝市コールセンター ☎042-770-7777

となりのまちから

町田市からのお知らせ

町田さくらまつり

町田市の桜の名所3カ所で開催。模擬店や市民団体等のステージなどが楽しめます。

国3月29日(土)・30日(日)

①10時～15時30分

②10時～16時

③10時～17時

国①尾根緑道(町田市常盤町)

②芹ヶ谷公園(町田市原町田)

③慈田川(町田市南成瀬)



▲町田市圏

国町田市観光まちづくり課 ☎042-724-2128



町田さくらめぐり公式ガイドブックを配布中

ソレイユさがみの催し

①初心者パソコン教室 ワード・エクセル(基礎編)(全5回) 図4月～8月の毎月第2日曜日9時30分～12時 図5,000円
 ②さんかくサロン 話し合いで多様な価値観に触れる場 図4月14日(月)10時～11時30分
 ③ソレイユマルシェ&絵本と子ども服リサイクルバザー 手作り品の販売とワークショップ 図4月8日(火)10時～15時
 ④女性のためのリラックスヨガ 呼吸法とポーズで自律神経を整える 図4月19日(木)10時30分～11時45分 図女性
 ⑤子育ておしゃべりサロン 自分らしい子育てを見つける場 図4月21日(月)10時30分～11時45分 図1歳3カ月未満の子どもとその保護者
 【①～⑤共通】図ソレイユさがみ 図①10人②20人④25人⑤5組(各申込順)※①②④未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)。③希望者は直接会場へ 申①②④⑤3月19日から、直接か☎、FAXに6面上部の必要事項、①②④保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)、⑤子どもの氏名(ふりがな)と月齢を書いて同所へ。同所図からも可 ☎042-775-1775FAX042-775-1776

コーラスワークショップ

(全2回)

図4月26日(土)・27日(日)10時～12時
 図青少年学習センター 図市内在住か在学の小・中学生 図30人(申込順)
 図4月25日までに、☎か☒に6面上部の必要事項を書いて、同所へ ☎042-751-0091☒seisyonen-center@city.sagamihara.kanagawa.jp

講演・講座

講演会 ヒトとイヌの絆

地域文化と強い関わりを持つ日本犬の特色と、人との関係を科学的に紹介 図3月20日(木)14時～16時 図博物館 図菊水健史さん(麻布大学教授) 図200人(先着順) ※希望者は直接会場へ 図同所☎042-750-8030

オーサーズカフェ

ゼロからつくる学生茶と自然公園 学生が作ったお茶を飲みながら講演を聞く 図3月22日(土)14時～15時 図ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ 図同所☎042-701-4370

パソコン講座無料体験・相談

①パソコン講座②プログラミング講座
 ④大人のプロプログラミング講座⑤IT版よろず相談

日にち	時間
①3月21日(金)・22日(土)・25日(火)・27日(木)・4月3日(火)・5日(土)	9時30分、10時30分、11時30分(各回50分、1回のみ)
②3月22日(土)・29日(土)・4月5日(土)・12日(土)	9時20分、10時30分(各回50分、1回のみ)
③3月25日(火)・27日(木)・4月1日(火)・3日(木)・10日(木)	16時、17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)
④3月20日(木)・4月3日(木)・10日(木)	18時45分
⑤3月26日(火)・4月2日(火)	午前・午後(各回30～50分)

図産業会館 図開催日時点で②③小学校3年生～18歳④ExcelのIF関数を使える18歳以上⑤市内企業でITに携わる人や仕事を探している人など 図①②③④各3人⑤各1組(各申込順) 図3月19日から、☎(9時30分から)で同所教室へ ☎042-704-9888

テニス教室(全5回)

①初中級者②初心者・初級者③ジュニア

日にち	会場
①②③4月13日・27日、5月11日・18日・25日の日曜日(予備日6月1日)	津久井又野公園
②③4月19日・26日、5月10日・17日・31日の土曜日(予備日6月7日)	小倉(やまびこ)テニスコート★

図①8時30分～10時30分②③10時30分～12時30分 図市内在住か在勤・在学の開催日時点で②中学生以上③小学校3～6年生(★は4年生から) 図各8人(申込順) 図各5,000円 図3月20日から、直接か☎、FAX、☒に6面上部の必要事項、テニス経験の有無、希望コースを書いて城山スポーツ&カルチャークラブめいぶるへ ☎042-782-0303(火～金曜日9～15時) FAX042-782-1051 ☒info.maple.shiroyama@gmail.com

初心者弓道教室(全10回)

図5月10日～7月19日の毎週土曜日(5月17日を除く)16時～18時 図相模原ギオンアリーナ 図15歳以上(中学生を除く) 図30人(抽選) 図7,500円 図4月28日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に6面上部の必要事項を書いて同所へ 〒252-0328南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

救命講習

①救命入門②応急手当普及員再講習
 ③普通救命講習Ⅰ成人への応急手当
 ④普通救命講習Ⅲ子どもへの応急手当
 ⑤上級救命講習応急手当での上級コース

日にち	会場
①4月19日(土)	消防指令センター
②5月24日(土)	消防指令センター
4月18日(金)・5月7日(火)・26日(月)	消防指令センター
③7月13日(日)・9月9日(火)・24日(木)	南消防署
7月22日(火)・8月19日(火)	北消防署
5月17日(土)	緑区合同庁舎
④6月28日(土)	南消防署
8月23日(土)	緑区合同庁舎
4月30日(火)	消防指令センター
⑤6月10日(火)	南消防署

図①10時～11時30分②③④9時～12時⑤9時～18時 図市内在住か在勤・在学の①小学校新4年生以上②応急手当普及員の認定更新希望者③④⑤新中学生以上 図各30人(申込順) 図①500円②③④各1,000円⑤各4,000円 図開催日1週間前までに、市防災協会図にある申請書をFAX、☒で同協会へ ☎042-753-9971FAX042-753-0374☒kyuumei@sdpa.or.jp

薬用植物栽培・加工体験講座(全8回)

ハトムギシソの栽培や加工作業の体験、講義など 図原則4月～10月の月1・2回 火曜日9時30分～12時30分 図北里大学薬学部付属薬用植物園(南区北里) 図市内在住の人 図20人(抽選) 図3月31日(必着)までに、はがきか☒に6面上部の必要事項を書いて農政課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15☒nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp

薬用植物シンポジウム

講演のほか、薬用植物園の見学あり。漢方薬・生薬認定薬剤師制度の対象講座(2単位) 図5月18日(日)13時～17時 図北里大学相模原キャンパス(南区北里) 図菱田敦之さん(東京農業大学教授)など 図100人(申込順) 図4月18日までに、☎か☒に6面上部の必要事項、Eメールアドレス、認定単位の有・不要(薬剤師のみ)を書いて、農政課へ ☎042-769-9232☒nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp

あじさい会館の催し

①癒しの天然石アクセサリー教室 天然石を選んでプレスレットを作る 図4月24日(木)13時30分～15時30分 図15歳以上(中学生を除く) 図2,000円
 ②薬局の上手な使い方と基礎的なお薬セミナー 薬剤師が、薬の服用と健康食品との飲み合わせ、お薬手帳の活用を解説 図4月26日(土)10時～11時30分 図中学生以上
 【①②共通】図あじさい会館 図①15人②30人(各申込順) 図3月19日から、直接か☎で同所へ ☎042-759-3963

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。

●グリーンフェア 上映会と講演会 遺族ケアについての映画と講演 図4月19日(土)14時30分～16時30分 図ユニコムプラザさがみはら 図90人(申込順) 図950円 図4月17日までに、二次元コードから 図島田☎080-3541-3264



仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●場名時太極拳 図月3回火曜日9時30分から 図ソレイユさがみ 図山田☎090-2166-0522
 ●クラシックギター 図月3回土曜日13時から 図大野台公民館 図岡☎080-5461-1682
 ●健康体操 図毎週月曜日14時から 図総合学習センター 図和田☎090-1775-7422
 ●健康体操 図毎週月曜日10時から 図あじさい会館 ※初心者歓迎、見学可 図日比谷☎042-756-8531
 ●俳句 図毎月第2水曜日9時30分から 図横山公民館 図目黒☎042-761-8152
 ●社交ダンス 図月3回土曜日など13時から 図大野北公民館など 図鈴木☎090-1044-7137



応募は発行日の3週間前まで

☒電子申請から。郵送、FAXの場合は、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」と書いて、広聴広報課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 FAX042-753-7831 ※掲載は抽選。掲載の場合のみ発行日の10日前ごろに連絡 ※政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載不可。掲載基準など詳しくは市図を参照



さがみはらデジタルアーカイブを2次公開

歴史的公文書や博物館資料、広報紙などをアーカイブに追加します。指定・登録文化財の一部は仮想現実(VR)で公開し、文化財の内部まで探索できます。 図3月19日(木)から

さがみはらデジタルアーカイブとは

市が持つ資料や資源をデジタル化し、検索・閲覧できるウェブサイト。キーワードや時代、テーマ、地域で検索できます。



2次公開記念イベント

土器をスキャンして3Dモデルをつくろう

スマホなどで3Dモデル作りを体験。作品はデジタルアーカイブで公開します。

図4月12日(土)

①10時～12時30分
 ②14時～16時30分

図博物館

図各16人(申込順)

図4月5日(必着)までに、博物館図から



▲博物館図

図公文書館☎042-783-8053



施設の催し

会場・問い合わせ 原則各施設

休所日 各施設を参照

回数 記載がないものは1回ずつの開催

オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要

イベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。開催状況は、市庁などで確認を

タイトルにロゴマークがある場合は、「市制施行70周年記念」の冠事業

はがき ファクス メール

申し込み時に記入する必要事項

①希望する催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号

LCA国際小学校北の丘センター

〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

	催し名	日にち	時間	対象・定員(①先着順②③申込順)・費用
①	ピラティス	毎週火曜日 4月1日～6月24日 (4月8日、5月20日・27日、6月10日を除く)	10時～10時50分	16歳以上 定員30人 費各900円
	朝ヨガ		11時～11時50分	16歳以上 定員35人 費各900円
	エアロパンチ(火曜日)◆		19時30分～20時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	Zeroエアロ◆		10時30分～11時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	ボディバランス	毎週水曜日 4月2日～6月25日 (5月21日・28日を除く)	13時～13時50分	16歳以上 定員30人 費各900円
	ZUMBA◆		14時30分～15時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	ソフトピラティス		19時30分～20時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	いきいきヨガ	毎週木曜日 4月3日～6月26日 (5月15日・22日・29日を除く)	12時～12時50分	16歳以上 定員35人 費各900円
	美骨体操■		15時30分～16時20分	16歳以上 定員20人 費各900円
	リラクゼーションヨガ		19時50分～20時40分	16歳以上 定員35人 費各900円
②	太極舞		9時30分～10時20分	16歳以上 定員30人 費各900円
	ハタヨガ		10時30分～11時20分	16歳以上 定員35人 費各900円
	膝腰ゆるゆるストレッチポール	毎週金曜日 4月4日～6月27日 (5月16日・23日・30日を除く)	13時～13時50分	16歳以上 定員30人 費各900円
	DISCOダンスエクササイズ◆		14時30分～15時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	バランスコーディネーション		19時～19時50分	16歳以上 定員35人 費各900円
	ヨガ&ピラティス		10時～10時50分	16歳以上 定員35人 費各900円
	エアロパンチ(土曜日)◆	毎週土曜日 4月5日～6月28日 (5月17日・24日・31日を除く)	11時～11時50分	16歳以上 定員15人 費各900円
	美ボディ体操		14時30分～15時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	リフレッシュ体操◆	毎週月曜日 4月7日～6月30日 (5月19日・26日を除く)	12時30分～13時20分	16歳以上 定員15人 費各900円
	ストレッチ&ヨガ		14時30分～15時20分	16歳以上 定員35人 費各900円
③	ベビーリトミック	4月9日(水)・23日(水)	10時～10時40分	0歳6カ月～1歳3カ月の子どもとその保護者 定員10組 費各900円
	親子リトミック	4月9日(水)・23日(水)	11時～11時40分	1歳4カ月～3歳の子どもとその保護者 定員10組 費各900円
	ベビースイミング	毎週金曜日 4月11日～25日	11時～11時45分	0歳6カ月～1歳6カ月の子どもとその保護者 定員10組 費各900円
	親子スイミング★	毎週土曜日 4月12日～26日	11時～11時45分	0歳6カ月の取れていない1歳以上の未就学児とその保護者 定員10組 費各900円

※①希望者は直接会場へ(開始の30分前から受け付け)。◆室内履き、■運動靴が必要。★利用料が別途必要。①②③割引回数券あり ■②③4月1日から、同所へから

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
アスリートの気持ちで楽しく筋力アップ	毎週月曜日 4月14日～6月23日 (5月5日を除く)	14時～15時	18歳以上 定員30人 費6,000円
いきいきウォーキング	毎週火曜日	15時15分～16時15分	18歳以上 定員30人 費6,000円
はつらつジョギング	4月8日～令和8年3月24日	9時30分～10時45分	18歳以上(高校生を除く) 定員45人 費月2,000円
シニア健康体操	※除外日あり。同所を参照	11時～12時15分	18歳以上(高校生を除く) 定員45人 費月2,000円
楽しく健康、筋力アップ&リラクゼーション	毎週木曜日 4月10日～7月3日 (5月8日・29日、6月5日を除く)	14時～15時15分	60歳以上 定員50人 費月2,000円
リラクセスヨガ	毎週木曜日 4月10日～7月24日 (5月1日・8日・29日、6月5日を除く)	9時30分～10時40分	40歳以上 定員30人 費6,000円
リフレッシュヨガ		10時50分～12時	40歳以上 定員30人 費6,000円
ソフトエアロ&ストレッチ	毎週月曜日 4月14日～6月23日 (4月28日、5月5日、6月2日を除く)	9時30分～10時30分	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費1万500円
身体すっきりストレッチヨガ	毎週月曜日 4月14日～6月9日 (5月5日を除く)	12時30分～13時30分	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費1万500円
フラワーアレンジメント 母の日アレンジ★	4月16日(水)	11時～12時	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費1万500円
	4月18日(金)	9時30分～11時	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費6,000円
	4月24日(水)	11時15分～12時45分	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費6,000円
ブリザードフラワー 端午アレンジ★	4月25日(金)	10時～11時	18歳以上(高校生を除く) 定員20人 費7,000円
		19時～20時30分	小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員24人 費3,500円
		10時～11時30分	18歳以上(高校生を除く) 定員24人 費3,500円
		13時～14時30分	18歳以上(高校生を除く) 定員24人 費2,800円
		19時～20時30分	小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員24人 費2,800円

※★対象は開催日時点の学年 ■3月19日～開催日1週間前に、同所「イベント&教室」ページから

相模原スポーツ・レクリエーションパーク

〒252-0205 中央区小山2696 ☎042-707-1933

①Hau'oli Hula

4月1日～29日の毎週火曜日13時～14時30分

②免疫アップヨガ

4月2日～30日の毎週水曜日11時～12時

③体スッキリ! リフレッシュヨガ

4月4日～25日の毎週金曜日13時～14時

④誰でもエアロピクス

4月3日～24日の毎週木曜日14時45分～15時45分

⑤楽しく踊ろう! ジャズダンス

4月4日～25日の毎週金曜日14時40分～15時40分

⑥チェアヨガ⑦やさしいピラティス

4月7日(月)・21日(月)⑥11時～12時⑦13時～14時

【①②③④⑤⑥⑦共通】定員20人(①②③④⑤⑦各先着順⑥申込順) 費①②③④

各500円⑤⑥⑦各800円 ※①②③④⑤⑦希望者は直接会場へ(開始30分前から受け付け) ■⑥3月20日～開催日前日に、直接か☎で同所へ。同所へからも可

さがみ湖リフレッシュセンター

〒252-0175 緑区若柳1207-4 ☎042-685-3988

①イキイキヨガ教室

4月2日(水)・16日(水)10時30分～11時30分

②映像と音楽で楽しむ機能訓練レクリエーション

4月4日～28日の毎週月・金曜日10時30分～11時20分

③まゆ玉でこいのぼりを作ろう

4月6日(日)11時～12時

④造花で簡単華やかな鯉のぼりアレンジ作り

4月6日(日)13時～14時

⑤やさしい夜ヨガ教室

4月7日(月)・21日(月)19時～20時

⑥姿勢を整えるストレッチ

4月9日(水)10時30分～11時30分

【①②③④⑤⑥共通】定員①②④⑤⑥18歳以上 定員①⑤⑥各25人③8人④5人(各申込順)②各20人(先着順) 費①⑤⑥各500円②各100円③600円④2,500円 ※②

希望者は直接会場へ ■①③④⑤⑥3月20日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

さがみはらグリーンプール

〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

催し名		日にち	時 間	対象・定員(申込順、⑧⑨は抽選)・費用
①苦手克服水泳 幼児★	〈全3回〉	3月25日(火)～27日(木)	16時～17時	⑧水慣れ～けのびが苦手な3歳以上の未就学児 ⑨20人 ⑧1,650円
②苦手克服水泳 小学生			17時30分～18時30分	⑧平泳ぎ・バタフライ・個人メドレーが苦手な小学生 ⑨35人 ⑧1,650円
③はじめての水泳 成人		3月31日(月)	13時30分～14時30分	⑧18歳以上(高校生を除く) ⑨30人 ⑧700円
④はじめての水泳 幼児★			16時～17時	⑧水慣れ～顔つけを練習したい3歳以上の未就学児 ⑨20人 ⑧350円
⑤小学生平泳ぎを泳ごう			17時30分～18時30分	⑧ビート板を使わないで5m泳げる小学生 ⑨35人 ⑧350円
⑥春季成人水泳 初心者～平泳ぎ			12時～13時	⑧18歳以上(高校生を除く) ⑨30人 ⑧1万1,000円
⑦春季成人水泳 4種目と個人メドレー			16時～16時50分	⑧18歳以上(高校生を除く) ⑨30人 ⑧1万1,000円
⑧春季幼児水泳★			16時～16時50分	⑧3歳以上の未就学児 ⑨20人 ⑧7,700円
⑨春季小学生水泳	〈全10回〉	毎週火曜日 4月8日～6月24日 (4月29日、5月6日を除く)	16時～16時50分	⑧3歳以上の未就学児 ⑨20人 ⑧7,700円
		毎週水曜日 4月9日～6月25日 (4月30日、5月7日を除く)	16時～16時50分	⑧3歳以上の未就学児 ⑨20人 ⑧7,700円
⑩中・高校生水泳		毎週木曜日 4月10日～6月26日 (5月1日・8日を除く)	17時30分～18時30分	⑧初心者、クロール、平泳ぎのいずれか ⑨小学生(開催日時点) ⑨35人 ⑧7,700円
		毎週火曜日 4月8日～6月24日 (4月29日、5月6日を除く)	17時30分～18時30分	⑧初心者、クロール、平泳ぎ、バタフライのいずれか ⑨小学生(開催日時点) ⑨35人 ⑧7,700円
		毎週水曜日 4月9日～6月25日 (4月30日、5月7日を除く)	17時30分～18時30分	⑧クロール、平泳ぎ、バタフライ、個人メドレーのいずれか ⑨小学生(開催日時点) ⑨35人 ⑧7,700円
		毎週木曜日 4月10日～6月26日 (5月1日・8日を除く)	17時30分～18時30分	⑧クロール、平泳ぎ、バタフライ、個人メドレーのいずれか ⑨中・高校生(開催日時点) ⑨35人 ⑧7,700円
		毎週火曜日 4月1日～22日	19時～20時	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
		毎週水曜日 4月2日～23日	11時～12時	⑧16歳以上 ⑨20人 ⑧4,400円
		毎週水曜日 4月2日～23日	10時～11時	⑧40歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
		毎週水曜日 4月2日～23日	13時45分～14時45分	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
		毎週木曜日 4月3日～24日	10時～11時	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
		毎週木曜日 4月3日～24日	11時15分～12時15分	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
		毎週金曜日 4月4日～25日	10時～11時	⑧16歳以上 ⑨20人 ⑧4,400円
			11時15分～12時15分	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円
			20時15分～21時15分	⑧16歳以上 ⑨15人 ⑧4,400円

※★はオムツが取れていること ⑧①②④⑤3月19日から、同所へ。③⑥⑦⑩3月19日から、直接か☎で同所へ。⑧⑨3月19日～25日に、同所へ。⑩3月22日から、直接か☎で同所へ



相模原のスポーツ選手を応援しよう！

ノジマステラ神奈川相模原
(女子サッカー・WEリーグ)

⑧3月22日(出)14時から
⑨相模原ギオンスタジアム
対戦相手 マイナビ仙台レディース
⑩ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881

角田裕毅 選手
(F1ドライバー)

●中国GP(グランプリ)決勝
⑧3月23日(日)16時から

⑩スポーツ推進課 ☎042-769-9245

SC相模原
(サッカー・J3リーグ)

⑧3月①26日(水)18時から②30日(日)14時から
⑨相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ①清水エスパルス②カマタマーレ讃岐
⑩SC相模原 ☎042-705-7074

※F1は動画配信サービス(有料)で放送。レース・試合情報は変更となる場合あり。試合日程などは各チームのHPを参照

市スポーツ協会からのお知らせ

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内
☎042-751-5552 FAX042-751-5545

参照先記載のないものは
全て同協会HPを参照



ソフトテニス①レディース教室②シニア男子研修会③一般強化研修会(①全13回②③全12回)

⑧4月1日～令和8年3月3日の毎月第1火曜日(8月を除く)、令和8年1月20日(火)、2月17日(火)10時30分～14時30分②4月16日～8年3月18日の毎月第3水曜日12時30分～16時30分③4月26日～8年3月28日の毎月第4土曜日8時30分～12時30分(1・2月は10時30分～14時30分)(雨天中止) ⑨①鹿沼公園②大野台南テニスコート③横山公園 ⑧①15歳以上の女性(中学生を除く)②45歳以上の男性③15歳以上(中学生を除く) ⑨①③各60人②20人(各先着順) ⑩各4,000円 ※希望者は運動ができる服装で、ソフトテニス用具を持って直接会場へ

スポーツチャンバラ春の体験会

⑧4月4日(金)19時15分～20時45分②4月5日(土)9時30分～11時 ⑨①相模原ギオンアリーナ②はねごりアリーナ ※希望者は直接会場へ

小学生陸上教室(全20回)

⑧4月6日～9月15日の原則毎週土曜日9時から ⑨相模原ギオンスタジアムなど ⑩小学校新2～6年生 ⑨150人(先着順) ⑩1万2,000円(チームTシャツ代2,000円含む) ※希望者は4月6日9時までに、運動ができる服装で、直接会場へ。市小学生陸上教室HPを参照

ソフトテニス教室(ジュニア)①鹿沼公園②相模湖林間公園③横山公園(各全11回)

⑧①②4月12日～令和8年3月14日の毎月第2土曜日(8月を除く)8時30分～10時30分③4月26日～8年3月28日の毎月第4土曜日(8月を除く)8時30分～10時30分(①③1・2月は10時30分～12時30分)(雨天中止) ⑨市内在住の小学生(開催日時点) ⑨各30人(先着順) ⑩各2,000円 ※希望者は運動ができる服装で、ソフトテニス用具を持って直接会場へ(用具の貸し出しあり)

ソフトテニス中学生強化練習(全23回。新3年生は全8回)

⑧4月12日～令和8年3月21日の毎月第2・第3土曜日(8月は第3土曜日のみ。新3年生は7月末まで)8時30分～12時30分(8年1月10日、8年2月14日は10時30分～14時30分)(雨天中止) ⑨鹿沼公園 ⑩市内在住の中学生(開催日時点) ⑨60人(先着順) ⑩3,000円(新3年生は1,000円) ※希望者は4月12日に、運動ができる服装で、ソフトテニス用具を持って直接会場へ

市民選手権大会ソフトテニス・ダブルス①(中学生)②(一般・シニア)、バスケボール③(一般・マスターズ・スーパーマスターズ)

⑧①4月12日(出)・13日(日)②(予備日)4月27日(日)・5月18日(日)8時30分から②4月27日(日)③(予備日)5月4日(日)8時30分から③4月13日(日)～6月8日(日)9時30分から ⑨①横山公園②淵野辺公園③相模原ギオンアリーナなど ⑩①中学生(開催日時点)②15歳以上(中学生を除く)③18歳以上(高校生を除く) 申込期限①4月4日②4月17日③3月27日

令和7年度ねりんピック岐阜大会選手選考会①ゲートボール②ソフトテニス・ダブルス(①男子②女子③ミックス)

⑧①4月17日(日)9時～14時②5月18日(日)8時20分～14時30分 ⑨①緑ヶ丘(中央区田名)②鹿沼公園 ⑩市内在住の令和8年4月1日時点で60歳以上(③)の男子は70歳以上) ⑩①チーム2,000円②1ペア2,000円 ⑩①4月4日までに、☎で市ゲートボール協会の伊藤さんへ ☎080-1106-7356②5月8日(必着)までに、はがきか⑩に8面上部の必要事項と生年月日、性別、種別を書いて、市ソフトテニス協会の安藤さんへ 〒252-0143緑区橋本8-11-9-201 ⑩ent@sagamihara-sta.jp



ちゅうおう

編集／中央区役所区政策課 ☎042-769-9802



中央区の人口・世帯

令和7年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人口 273,508人(385減) 男 136,504人／女 137,004人 世帯数 131,613世帯(82減)

ホームページ

中央区ページ

Instagram

【公式】相模原市中央区

Facebook

相模原市中央区

FMラジオ(83.9MHz)

大好き!中央区 FM HOT839 (エフエムさがみ)



あれから2年…

足で巡る!

中央区さくら文学賞

中央区さくら文学賞とは

令和4年度の取り組みで、「区の魅力を広く知ってもらうとともに、新たな魅力を発見し、より多くの人に中央区を好きになってもらいたい」という願いを込めて、中央区を舞台とした小説を公募しました。全38作品から、大賞1作品、区長賞2作品を決定しました。



受賞作品はこちら▲

取材は「わかば」と区の担当が協力

「わかば」は、青山学院大学シビックエンゲージメントセンターの学生有志で結成した中央区の魅力発掘・創造・発信プロジェクトです。学部や学年がバラバラの14人が3つのチームに分かれて活動しています。今回は「発信」に力を入れるメディアチームと一緒に作品の世界を巡ります。

Instagramでも学生目線の中央区の魅力動画を投稿しています▶



「わかば」メディアチーム写真左から小田さん、宇治さん、小川さん▶



大賞受賞作品

『妙見橋で会いましょう』作 青井 月

あらすじ

ある日、主人公の私は、淡い恋心がつづられた曾祖母の日記をみつける。浅間神社で何度も逢瀬を重ねた二人は、最後の日、相武電気鉄道(実際に計画があった)の開通日に妙見橋で会う約束をするが、鉄道は開通されず会うこともかなわなかった。そして今、私はその相武電気鉄道の停車場を不思議な縁でつながったある人と巡る。

<作品より>

「朝早くから浅間神社で拜んでいる人がいた。私もその人の後ろのほうで手を合わせる」



主人公の曾祖母が初恋のショウゴさんと出会い仲を深めた浅間神社。街の中にひっそりとあるこの場所から始まった、等身大の恋に親近感が湧きました。

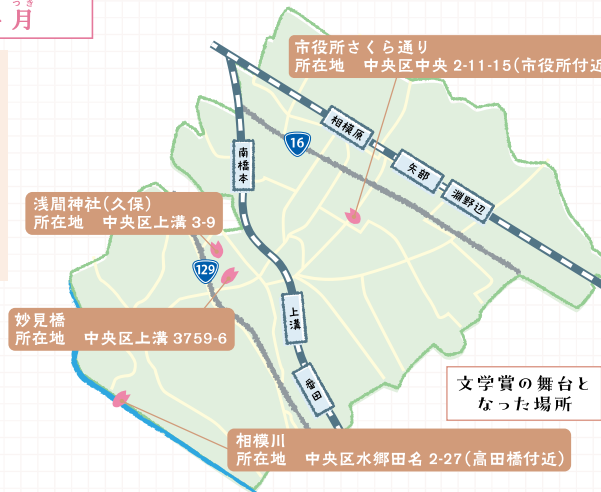
区長賞受賞作品

『宙のほとりの私たち』作 春日 彩花

あらすじ

映像監督の日南 透は、検診の結果が思わしくなく、亡き母の病が遺伝したのだと思った。そうして、帰ってきた相模原で5年ぶりに同級生と再会。市内小旅行や父親との会話を経て、夢や生きる希望を取り戻す。

河川敷からは山と川が一望でき、自然を体いっぱい感じられます。川の流れる心地よく聞こえてきて穏やかな時間を過ごせました。気持ちをリセットしたいときにまた訪れたいと思います!



区長賞受賞作品

『いつだって、どこへだって』作 眞衛 まさお

あらすじ

仮免許を取得して1カ月、私はいまだに運転への苦手意識を拭えずにいた。そんな様子を心配してか、教官の青山さんは、デグラボッチが散歩する鹿沼公園、アジサイと桜が同時に咲く市役所さくら通り……そんな奇妙なドライブへと私を連れ出した。



<作品より>

「『横山二丁目』を右折して、市役所さくら通りへ入る。高まる鼓動。視界が開ける。そこに、春があった。どこまでも続く桜のトンネル」



「味気ないスチール製の橋」と小説では描かれていますが、下を流れる川は澄んでいて、白い鳥が水浴びする様子は不思議な趣がありました。

<作品より>

「(じゃあ、今度は、妙見橋で会いましょう。)私は心の中で呟いた」



<作品より>
「私は相模川の土手に横たわって空を仰ぐのが好きだった。周りに大きな建物もなく、視界を群青色の空だけが覆いつくす」



中央区ファンを増やしたい!

市民桜まつりでブース出展

ブースでは、「中央区に恋する15周年! 記念グッズ」が当たる企画や、みんなで作るお祝いアートを実施します。ぜひ遊びに来てください。

4月5日(出)13時~17時

4月6日(日)10時~17時

市役所本庁舎正面玄関前



図 中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

みなみ 区版

編集/南区役所区政策課 ☎042-749-2134



南区の人口・世帯

令和7年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人 □ 282,722人(253減) 男 139,649人/女 143,073人 世帯数 139,593世帯(81減)

ホームページ



南区ページ

Instagram

【公式】
相模原市南区

Facebook

「相模原市南区
区民会議」

南区の魅力満載!!

相模原市
南区ガイドマップ

相模大野カジュアルピアノを開催します♪

誰でも自由に演奏できる電子ピアノを設置します。春の訪れを感じる桜の木のモニュメントとともに、相模大野のまちに響き渡る音色をお楽しみください。

期3月18日(火)～24日(月)12時～19時(演奏時間)

会相模大野ステーションスクエア3階アトリウム広場

※整理券配付はありません。待機列に並び、順番に演奏してください。

南区HP
詳しくはこちら

演奏者の声

事前の予約なしで気軽にピアノを弾くことができちゃいます！



令和5年度の様子

南区役所地域振興課 ☎042-749-2135

新磯桜まつり



模擬店やステージ、写真コンテスト作品展示などを実施します。

期3月29日(土)10時30分～15時

会新磯公民館、新磯まちづくりセンター敷地内駐車場

桜のライトアップ・提灯点灯

期3月31日(月)まで18時～21時

※開花状況により日時の変更あり
会相武台下駅周辺

会新磯観光協会事務局(新磯まちづくりセンター内) ☎046-251-5242

南区お薦め桜スポット



八景の樹
(南区下溝)
相模川や大山・丹沢山系を背景に桜が楽しめます。



相模女子大学(南区文京)
幹の太さが5mを超える通称「百年桜」は、迫力満点です。
期月～金曜日(祝日等を除く)9時～16時
※見学には警備室で受け付けが必要
会相模女子大学 ☎042-742-1411

南区役所区政策課 ☎042-749-2134

みどり 区版

編集/緑区役所区政策課 ☎042-775-8802



緑区の人口・世帯

令和7年2月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

人 □ 166,353人(186減) 男 83,430人/女 82,923人 世帯数 77,449世帯(50減)

市ホームページ内 緑区ページ

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

緑区特設サイト ホームページ



すもよう緑区

検索

春は桜の季節です

緑区には、桜のお薦めスポットがたくさんあります。今回は、大沢地区で開催される桜のイベントを紹介します。

おおさわ桜まつり

大沢ふるさとまつりを同時開催

模擬店やステージなどの楽しいイベントが盛りだくさんです。
期4月6日(日)9時30分～14時30分
(雨天中止)

会相模川自然の村公園芝生広場
アクセス

橋本駅南口からコミュニティバス
終点下車、徒歩5分

※当日は駐車場が混雑。公共交通機関を利用してください。



会おおさわ桜まつり実行委員会事務局(大沢まちづくりセンター内) ☎042-761-2610

桜の提灯点灯



期3月21日(金)～4月7日(月)予定18時～21時
※天候により、変更の場合あり
会大島キャンプ場 桜並木

区誕生15周年イベントを開催!

令和7年度は区誕生15周年! 節目の年の幕開けを祝う楽しいイベントを開催します。

期4月1日(火)17時～18時

会アリオ橋本(緑区大山町)

会小学生の合唱やストリートダンスなど

ミウルと友達に参加する交流量もあるよ。プレゼント(数量限定)も用意してるからぜひ来てね♪詳しくは「すもよう緑区」をチェック!

会緑区魅力づくり事業実行委員会事務局(緑区役所地域振興課内) ☎042-775-8801

登記事項証明書は津久井総合事務所で

津久井総合事務所1階に、法務局証明サービスセンターを設置しています。
期9時～16時30分(土・日曜日、祝日等を除く)

取り扱い内容 不動産や商業・法人の登記に関する次の証明書を交付

- 登記事項証明書(不動産登記、商業・法人登記)(手数料600円)
 - 会社・法人の印鑑証明書(手数料450円)
 - 動産譲渡登記・債権譲渡登記の概要記録事項証明書(手数料300円)など
- ※地図、図面に関する証明書など、一部、取り扱いがないものあり

会横浜地方法務局相模原支局 ☎042-753-2170

4月から大沢地区の広域避難場所を変更します

変更前	変更後
旧県立 相模原総合高校	大沢小学校
	大沢中学校
	大島小学校
	九沢小学校

広域避難場所とは
大規模な火災が発生した場合に、一時的に避難する場所

会危機管理課 ☎042-769-8208



令和7年度の相談窓口のお知らせ

相談は無料。秘密は守ります

がいこくじんそうだん
外国人相談についてがいこくじんの
そうだん まどぐち も あります
くわしくはこちら▶

相 談	会場・相談日	内容・申し込みなど
市民相談	緑・中・南＝月～金曜日 城＝第2・第4水曜日 津＝第1・第3水曜日 湖＝第1・第3火曜日 藤＝第2・第4火曜日	☎夫婦、家族などの日常生活上の悩み事 ※緑・中・南＝希望者は直接会場へ ☎城・津・湖・藤＝開催日2週間前～前日17時に、☎で各所へ
法律	緑＝①水曜日②第4木曜日 中＝①火曜日②第1木曜日 南＝①金曜日②第2木曜日 城＝②第2金曜日 津＝②第3金曜日 湖＝②5月・8月・10月・2月の第4金曜日 藤＝②6月・9月・1月・3月の第4金曜日	☎相続、離婚などの日常生活上の法律全般 ☎①開催日の8時30分から②2週間前から、☎で各所へ
行政相談	緑＝第3火曜日 中＝第2水曜日 南＝第1水曜日 城＝奇数月の第2木曜日 津＝偶数月の第1金曜日 湖＝奇数月の第3木曜日 藤＝偶数月の第2金曜日	☎国などの仕事についての意見や要望 ※希望者は直接会場へ
人権	緑＝第4金曜日 中＝第1金曜日 南＝第2水曜日 津＝第2水曜日	※希望者は直接会場へ
税務	緑＝第2月曜日 中＝第1・第3月曜日 南＝第4月曜日 ※2月1日～3月15日は休止	☎相続・贈与などの税金に関すること ☎開催日の8時30分から、☎で各所へ
司法書士	緑＝第1木曜日 中＝第4水曜日 南＝第2水曜日	☎遺言・相続、成年後見など ☎開催日の8時30分から、☎で各所へ
行政書士	緑＝第2火曜日 中＝第1・第3水曜日 南＝第4水曜日	☎遺言書、官公署への書類の作成など ☎開催日の8時30分から、☎で各所へ
社会保険労務士	緑＝第2金曜日 中＝第1水曜日 南＝第3水曜日	☎年金、健康保険、賃金・解雇など ☎開催日の8時30分から、☎で各所へ
新築・増改築・修理など	緑＝第2木曜日 中＝第3木曜日 南＝第1木曜日	☎新築、修理などに関する技術的なこと ※希望者は直接会場へ
不動産	緑＝第3月曜日 中＝第2金曜日、第4月曜日 南＝第1月曜日	☎不動産取引や借地・借家契約など ☎開催日の8時30分から、☎で各所へ
交通事故	緑＝第1金曜日 中＝月曜日 南＝第3月曜日	☎緑＝同じ週の月曜日から 中・南＝前の週の水曜日から、☎で各所へ
労働相談	中＝木曜日	☎労使関係、労働条件、解雇など ※希望者は直接会場へ

☎市民相談＝9時～12時、13時～17時
 労働相談＝9時～12時、13時～16時
 その他＝13時30分～16時
 ☎市内在住が在勤・在学の人(「交通事故」、「労働相談」を除く)

会場へ予約・問い合わせ

緑＝緑区役所市民相談室(シティ・プラザはしもと内) ☎042-775-1773
 中＝中央区役所市民相談室 ☎042-769-8230
 南＝南区役所市民相談室 ☎042-749-2171
 城＝城山まちづくりセンター ☎042-783-8103
 津＝津久井まちづくりセンター ☎042-780-1400
 湖＝相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3214
 藤＝藤野まちづくりセンター ☎042-687-5514

予約開始日が休所の場合は、その前日から。開催状況、休所日などは、各所へお問い合わせください。

