

さがみはら

広報

NO.1317
毎月1日・15日発行

2015 4/15
平成27年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

固定資産税の評価替え	3
高齢者の身近な相談窓口 高齢者支援センター	6・7
ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)	12 別冊

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

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…
相模原市コールセンター
午前8時～午後9時 年中無休
☎042-770-7777

イベントがいっぱいで、さがみんとっても楽しみなんだミン♪

さがみはらシティセールス「さがみん」のページ



TOPICS

津久井広域道路及び圏央道相模原IC完成記念イベント「完成記念ウォーキング」を開催



3月29日、圏央道相模原インターチェンジ(IC)とそのアクセス道路となる津久井広域道路が開通しました。開通前日には、「完成記念ウォーキング」を開催。初夏を思わせる陽気の中、約1万人の参加者が、開通前の道路を歩き、インターチェンジのランプ橋からの眺めを楽しみました。また、地元小学生らによる記念植樹やくす玉開き、地元中学生による吹奏楽の演奏が行われ、イベントに華を添えました。

国土木政策課 ☎042-769-8373

ゴールデンウィーク

GWは相模原で遊ぼう!



安東千尋さん 上野友美さん 佐藤愛莉さん

第9代相模原市観光親善大使
本市の魅力をPRする観光親善大使に選ばれた私たちが、イベントを案内します。

4月29日祝
5月5日祝

泳げ鯉のぼり相模川



子どもの成長を願い、相模川の空に約1,200匹の鯉のぼりが舞い泳ぎます。
会 相模川高田橋上流河畔 ※河川敷に無料駐車場あり
交通 相模原駅南口から「水郷田名」行きバス終点下車徒歩7分
※4月29日午後1時30分から開会式や鼓笛バンド演奏などがあります。
※5月3日・4日は「川と湖の魚フェア」が開催され、多くの露店でにぎわいます。

大空を泳ぐ鯉のぼりの姿は雄大です



4月29日祝

相模湖やまなみ祭



新緑に包まれた湖畔で、ステージイベントやミニ消防車「しょうたくん」の乗車体験などを開催します。
時 午前9時45分～午後3時(雨天中止)
会 県立相模湖公園

新鮮な地元野菜の販売もあります



交通 相模湖駅下車徒歩10分

5月3日祝 ▶ 5日祝

こいこいまつり ~和田の里交流祭~



若葉が萌える和田の里に、鯉のぼりが舞い泳ぎます。
時 午前10時～午後4時
会 和田バス停周辺(緑区佐野川)

特産品の販売や竹細工体験なども開催します



交通 藤野駅から「和田」行きバス終点下車

5月4日祝
5日祝

今年の題字は「隼風」です。足を運んでみませんか

相模の大凧まつり



江戸時代から伝わる伝統行事。最大14.5m四方もの大凧が大空へ舞い上がります。
時 午前10時～午後4時
会 相模川新磯地区河川敷(4会場) ※河川敷に無料駐車場あり
交通 相武台下駅下車徒歩15分

観光親善大使に関するお問い合わせは、市観光親善大使事業運営委員会(市観光協会内) ☎042-771-3767へ

閏市コールセンター ☎042-770-7777

平成27年度相模原市名誉観光親善大使

名誉観光親善大使には、引き続き片山右京さん(Team UKYO代表)と、岩清水 梓さん(女子サッカー選手/日テレ・ベレーザ所属)を任命しました。

任期は4月から1年間で、第9代相模原市観光親善大使と共に、市の観光や魅力をPRします。



片山右京さん 岩清水 梓さん



ゴールデンウィークのお知らせ

4/25(土)～5/6(休)

〒042-770-7777
市コールセンター

ごみ収集など

一般ごみ、資源、容器包装プラは通常通り収集します	
区分	お休み
粗大ごみなどの施設への持ち込み	4月26日(日)、5月3日(祝)
粗大ごみ戸別収集の申し込み	4月25日(土)・26日(日)・29日(祝)、
し尿収集の受け付け	5月2日(土)～6日(休)
浄化槽清掃の受け付け(橋本・大沢地区、中央区、南区のみ)	

子どもの体調のことで判断に迷ったとき 急病などのとき

別冊ウェルネス通信をご覧ください。

市職員を募集

試験区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
行政 (大学卒業程度)	96人程度	一般行政事務	昭和55年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
社会福祉 (大学卒業程度)	9人程度	生活保護、障害、高齢者、児童等、社会福祉に関する専門業務	昭和55年4月2日～平成6年4月1日に生まれ、社会福祉主事の任用資格(注)があるか、平成28年3月までに取得見込みの人
土木 (大学卒業程度)	10人程度	土木工事の設計、施工監理等、土木に関する専門業務	昭和55年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
建築 (大学卒業程度)	4人程度	建築・開発の許認可等、建築に関する専門業務	
設備 (大学卒業程度)	2人程度	給排水・空調設備の設計、施工監理、維持管理等、設備に関する専門業務	
電気 (大学卒業程度)	3人程度	電気設備の設計、施工監理、維持管理等、電気に関する専門業務	
化学 (大学卒業程度)	3人程度	環境法令に基づく許認可、事業者指導、環境測定等、化学に関する専門業務	
保健師	3人程度	保健指導・相談業務等	
管理栄養士	3人程度	保健所、市立小・中学校、市立保育園等における栄養管理、調理指導、栄養指導等の業務	昭和55年4月2日以降に生まれ、管理栄養士免許があるか、平成27年度に行われる管理栄養士国家試験で免許取得見込みの人
保育士	10人程度	市立保育園等における保育業務、子育てに関する相談業務等	昭和60年4月2日以降に生まれ、保育士登録をしているか、平成28年3月までに登録見込みの人
消防 (大学卒業程度)	36人程度	消防業務	平成元年4月2日～6年4月1日に生まれ、赤色・青色・黄色の色彩の識別ができる人
学校事務 (大学卒業程度)	10人程度	市立小・中学校における学校事務	昭和55年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人

〔注〕次のいずれかに該当する人

○学校教育法に基づく大学(短期大学を含む)で、厚生労働大臣の指定する科目(3科目以上)を履修し卒業

○厚生労働大臣の指定する養成機関が講習会の課程を修了

○社会福祉士か精神保健福祉士

※採用は、原則、平成28年4月1日以降です。既卒者等については、27年10月1日以降に採用される場合もあります。

※詳しくは、受験案内か市ホームページをご覧ください。

受験案内・申込用紙の配布場所

人事委員会事務局、市役所本館1階受付、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館など ※市ホームページにも掲載

申込受付期間

電子申請 4月22日午前9時～5月7日午後5時(受信有効)

郵送 4月22日～5月9日(消印有効)

第1次試験 6月28日(日) 麻布大学(中央区淵野辺)

〒042-769-8320 人事委員会事務局

市議会

3月定例会議 52議案を可決・同意

市議会3月定例会議が、2月18日～3月20日に開かれました。

この定例会議では、平成27年度一般会計予算、26年度一般会計補正予算や条例など52議案が審議され、全て可決・同意されました。

主な審議の内容や結果については、5月1日発行の「さがみはら市議会だより」をご覧ください。



小児医療費助成の医療証交付申請

忘れていませんか?

4月の診療分から、子どもの医療費助成を小学校6年生まで拡大しました。助成制度の利用には申請が必要です。新たに対象となる人には1月下旬にお知らせを送付しています。まだ申請をしていない場合は、申請書を提出してください。養育者の所得を判定し、医療証を交付します。

※市内に住民登録があり、医療証を持っていない小学校4～6年生※

※所得制限を超えていたため医療証を持っていない場合、次の誕生日の月末(1日生まれは前月末)までは医療費助成の対象になりません。次の誕生日の前月(1日生まれの人は前々月)に、再申請してください。

申請に必要なもの ①申請窓口にある医療証交付申請書(市ホームページにも掲載)②子どもの健康保険証③印鑑④税証明書(転入等で、市民税が本市で課税されていない場合に必要)

申請窓口 地域医療課、各子ども家庭相談課・保健福祉課、緑・南区役所区民課、各まちづくりセンター(橋本・津久井・相模湖・藤野・本庁地域・大野南を除く)・出張所

※直接申請窓口か、①と④(必要な場合のみ)を郵送で地域医療課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8231)へ

星が丘公民館が 全国優良公民館表彰 を受賞

3月4日、星が丘公民館(奥山憲雄館長)が全国優良公民館表彰を受賞しました。

この受賞は、同公民館の取り組み「家庭教育支援講座」の充実した内容などが認められたものです。

本市の公民館は、スポーツ・学習・文化活動を通じて、地域のふれあいの場として大きな役割を果たし、地域コミュニティづくりに貢献しています。

☎生涯学習課 ☎042-769-8287



家庭教育支援講座一地域で子育てを応援

さがみはら地域づくり大学

～人が育つと、まちも育つ～

6月開講 受講者募集

さがみはら地域づくり大学は、地域活動や市民活動を行うために必要な知識や技術を学べる場です。地域社会の活性化のために、何かを始めたい人、自身の経験を役立てたい人など、一緒に学んでみませんか。

コース名	内容(各全6講座。1講座のみの受講も可)
基礎	地域活動や市民活動などの協働に関する基本的な知識を学びます
応用	グループワーク等による地域づくりの実践的なスキルを学びます

※特定の分野の知識やノウハウを学ぶ専門講座や、無料の特別講座もあります。

6月11日～平成28年2月の毎週木曜日(休講期間あり)

会場 ユニコムプラザさがみはら

対象 15歳以上(中学生を除く)

定員 各コース20人(抽選)

費用 各コース7,500円(1講座1,900円)

パンフレット(申込書付き) 配布場所 各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・公民館(青根・沢井を除く)・図書館など ※市ホームページにも掲載

5月8日までに、申込書を市民協働推進課(☎042-769-9225)へ

※詳しくは、パンフレット(申込書付き)をご覧ください。

固定資産税の評価替え

土地や家屋の評価を見直します

土地と家屋の固定資産税は、3年ごとに評価を見直します。

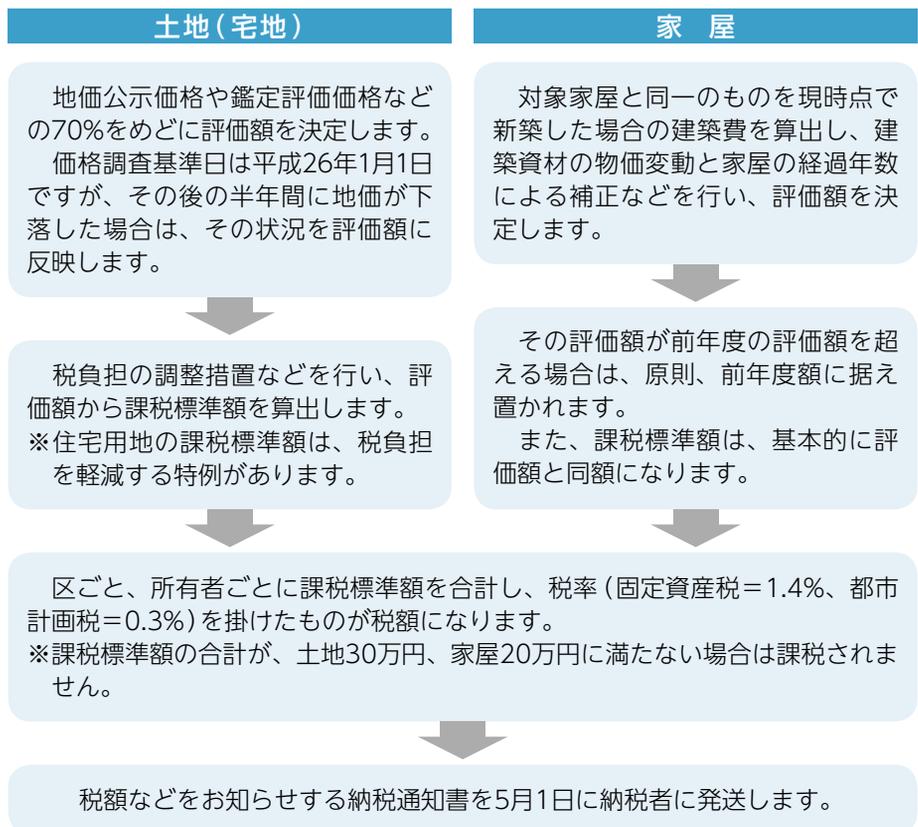
平成27年度は評価替えの年にあたり、地価や物価の変動に応じて、固定資産税算定の基となる価格(評価額)を見直します。

固定資産税・都市計画税とは

固定資産税 毎年1月1日現在の土地、家屋、償却資産の所有者が納める税金です。市税収入の約40%を占め、さまざまな行政サービスを行うための重要な財源です。

都市計画税 市街化区域内の土地と家屋の所有者が納める税金です。まちづくりのための都市計画事業(道路、公園、下水道などの整備)などに充てられます。

評価から税額算定の流れ



評価替えに関する質問にお答えします

- 土地** Q 土地の税額が昨年度に比べて高くなったのですが、どうしてですか?
- A 土地の利用形態が変わったことによる影響が考えられます。例えば、住宅を取り壊して駐車場などにした場合、住宅用地に対する特例措置がなくなり税額が数倍になることがあります。また、利用形態が変わっていない場合は、税負担の調整措置による影響が考えられます。
- 家屋** Q 家屋は年々古くなるけど、評価額はどうなるの?
- A 家屋の評価額は、建築資材の物価変動や家屋の経過年数を考慮して算出します。一般的には経過年数に応じて下がりますが、建築資材などの物価上昇により前年度と同額に据え置かれる場合があります。
- 共通** Q 年の途中で土地や家屋を売買したらどうなるの?
- A 年の途中で売買した場合であっても、1月1日現在の所有者に対し、その年度分の固定資産税全額が課税されます。なお、売買での固定資産税などの扱いは当事者間の契約によりますので、契約内容を確認してください。

用途変更があった場合はご連絡を

土地や家屋の利用状況を変更すると、税額が変わる場合があります。用途変更(家屋を取り壊した、事務所を住宅にした、自宅の庭を月極駐車場にしたなど)があった場合は連絡してください。

訪問調査にご協力を

新築(増築)家屋は、完成した年の翌年度から課税(変更)されます。その税額を算出するため、身分を証明する「固定資産評価補助員証」を携帯した市職員が間取りや仕上げ材料などの調査に伺いますので、ご協力をお願いします。

住宅の固定資産税が減額されます

▶新築住宅
新築された住宅が次の要件を満たす場合は、一定期間、固定資産税の2分の1に相当する額が減額されます(居住部分の床面積120㎡までの部分)。

要件 居住部分の床面積が50㎡(一戸建て以外の貸家住宅は40㎡)以上280㎡以下で居住部分の割合が全体の床面積の2分の1以上の住宅

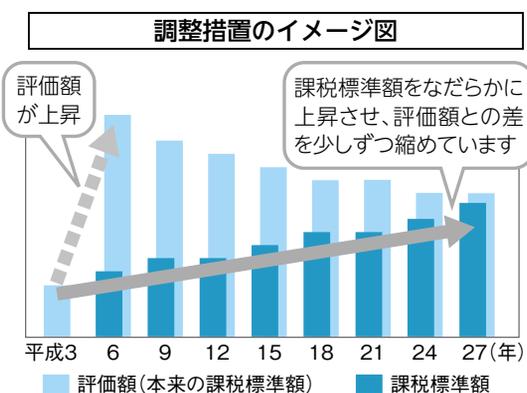
減額期間	一般の住宅	認定長期優良住宅
3階建て以上の中高層耐火建築住宅等	新築後5年間	新築後7年間
上記以外の住宅	新築後3年間	新築後5年間

申告 認定長期優良住宅としての減額を受ける場合は、認定を受けて新築した住宅であることの証明(認定通知書の写し)を添付して、新築した翌年の1月31日までに申告してください(一般の住宅は申告不要)。

▶住宅改修
住宅の耐震改修やバリアフリー改修、省エネルギー改修などの工事で一定の要件を満たす場合は、工事完了から3カ月以内に申告すると翌年度分の固定資産税額が減額される場合があります。

宅地の税負担の調整措置

平成6年度の評価替え以降、宅地の評価は、全国一律で地価公示価格等の70%をめどに評価することになりました。これに伴う税負担の急上昇を抑えるため、評価額に対する前年度課税標準額の割合(負担水準)に応じて、なだらかに税負担を上昇させる課税標準額の調整措置が行われています。



固定資産税課 土地について ☎042-769-8298 家屋について ☎042-769-8224 ※詳しくは、市ホームページか納税通知書をご覧ください。

募集 トライアル発注認定製品

市内中小企業者などが生産する優れた新製品の販路開拓を支援し、その一部を市が試験的に購入して評価する「トライアル発注認定制度」の認定製品を募集します。

- ☑ 市内に事業所を持つ中小企業者などが生産する製品で、次の全ての要件を満たしているもの
- 販売開始からおおむね5年以内 ○市場性が見込まれる
- 既存の製品とは著しく異なり、優れた使用価値がある
- 市の機関で使途が見込まれ、かつ購入実績が少ない
- 生産・販売や資金調達の方法などが確実に実行できる
- ※食品、医薬品、医薬部外品、化粧品は対象外です。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☑ 5月29日(必着)までに、産業政策課にある申請書類(市ホームページにも掲載)を同課(☎042-769-9253)へ

認定製品
導入事例

株式会社クロスメディア 「スーパーファインジャケット」
精密機器や研究機関などの発熱機器に取り付ける、極めて発じん性の低い省エネ型保温ジャケットです。いやしの湯、南清掃工場に設置しました。

募集 市立小中学校の望ましい学校規模のあり方検討委員会の委員

望ましい学校規模のあり方に関する事項について審議します。

任期 7月~平成29年3月(会議は年6回程度)

☑ 市内在住の20歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く)

☑ 2人(選考)

☑ 5月12日(必着)までに、学務課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(青根・沢井を除く)にある応募用紙(市ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクス、Eメールで学務課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8282 FAX 042-758-9036 ✉gakumu@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ





市立小・中学校の先生になりませんか

平成28年度採用予定の市立小・中学校の教員採用候補者を決定するための選考試験を実施します。

本市の教育理念は「**人が財産**」。人と人とのつながりを大切にします。豊かな自然環境と活力ある都市機能を併せ持つ本市を舞台に、あなたも未来を担う子どもたちと真剣に向き合う「相模原の先生」になりませんか。

☎教職員課 ☎042-769-8279



信頼される教師

子どもの願いや悩みに真剣に向き合い、家庭・地域・仲間と共に、その実現・解決に努める教師

人間性豊かな教師

子どもと共に感動を分かち合い、情熱を持って夢を語る教師

指導力向上に努める教師

子ども一人一人が「もっと学びたい」「もっと知りたい」と感じる授業をめざし、その実現のため自己研さんに努める教師



市では
こんな先生を
求めています

● 募集対象・採用予定数など

受験区分	募集教科等・採用予定数							
小学校	全科 90人程度							
中学校	国語	10人程度	社会	6人程度	数学	2人程度	理科	10人程度
	音楽	1人程度	美術	1人程度	保健体育	6人程度	技術	1人程度
	家庭	1人程度	英語	5人程度	中学校特別支援	5人程度		
養護教諭	6人程度(小学校か中学校に配置)							

● 試験の特徴

- 第2次試験は、面接を中心とした人物重視の選考です(試験は1日で行います)。
- 全ての受験区分で、年齢制限を採用時60歳未満とします。
- 本市小・中学校の非常勤講師経験者も特別選考の対象となります。
- ※選考区分には、「一般選考」と「特別選考(7つの区分)」があります。詳しくは、実施要項をご覧ください。

● 採用試験に向けた志願者説明会

市の教育や採用試験の概要説明、現職教員によるパネルディスカッションなどを行います。

日時	会場	定員(申込順)
4月27日(月) 午後7時~8時30分	杜のホールはしもと	500人
5月 6日(休) 午後2時~3時30分	ユニコムプラザさがみはら	180人

☎市ホームページの「電子申請」から申し込んでください。

● 申し込み受付期限

- 電子申請 5月25日午後5時(受信有効)
- 郵送 5月25日(消印有効)
- ※原則、電子申請で受け付けます。

● 実施要項の配布場所

教職員課、各区役所区政策課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)など。市ホームページからご覧になれます。

☎配布場所について 市コールセンター ☎042-770-7777

● 第1次試験 時7月12日(日)

☎青山学院大学相模原キャンパス(中央区淵野辺)

さがみ風っ子教師塾 第7期入塾説明会

教師塾の概要やカリキュラムなどを説明します。

時5月14日(木) 午後7時~8時30分 ☎総合学習センター

☎相模原市立小・中学校の教員を志望する人か、経験10年程度までの本市の現職教員=60人(申込順)

☎5月13日までに、電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「説明会参加希望」と書いて、同センター(☎042-756-3647 ☎jyuku@sagamihara-kng.ed.jp)へ

※入塾により、教員採用試験の全部または一部を免除することはありません。

市子どもの権利条例を 制定しました



子どもの権利とは

「安心して生きる権利」「心身ともに豊かに育つ権利」「自分を守り、守られる権利」「地域及び社会に参加する権利」など、子どもが生まれながらに持っている権利です。子ども期を生き生きと過ごし、自立した社会性のある大人に成長するために欠かせないものです。

子どもは、生まれながらにして一人の人としての権利があります。市は、子どもの権利を市民と一体となって保障していくために条例を制定し、一部を除き、4月に施行しました。

※条例の全文など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎こども青少年課 ☎042-769-9811

他者の権利も尊重しましょう

自分に権利があるように、他の人にも同じように権利があります。権利を行使するときは、社会のルールを守り、他の人が困ったり、嫌な思いをしたりすることのないようにしましょう。自分を大切に、他の人も思いやり、尊重することが大切です。



条例の主な内容

市の責務

子どもの権利の保障を進めるために、子どもに関する施策を実施します。

子育て家庭への支援

子どもが安心して生活できるように、市が子育て家庭への支援を行います。

保護者の責務

子どもの健やかな育ちに関する第一義的な責任者として、子どもの年齢や発達に応じた養育に努めなければなりません。

子どもに関する施策の推進

子どもの権利への関心・理解を深めるために、11月20日を「さがみはら子どもの権利の日」とします。

地域住民等の責務

子どもの健やかな育ちの支援に努めましょう。

施設関係者の責務

子どもの年齢や発達に応じた支援を行いましょう。

子どもの権利の侵害に関する相談・救済

子どもの権利の侵害に関する相談窓口を設け、子どもの権利救済委員や子どもの権利相談員を配置します。※平成27年11月の開設を予定しています。



森と都市をつなげるフォーラム 森の力 都市の力

森林資源と都市機能を併せ持つ本市の新しい地域づくりについて、基調講演とパネルディスカッションを開催します。

時 5月16日(土) 午後1時～4時30分

会 市のホールはしもと

講 藻谷浩介さん(日本総合研究所調査部主席研究員)

定 500人(先着順) ※希望者は直接会場へ



藻谷浩介さん

司 さがみはら環境活動ネットワーク会議事務局の齊藤さん
☎070-5566-6124

市立博物館へ行こう

市立博物館 ☎042-750-8030

企画展

図鑑の生きものいっぱい

～松原巖樹生物細密画原画展

市内在住の生物細密画家、松原巖樹さんの原画を中心に、生き物の形や色の面白さを表現するさまざまな手法を紹介します。

時 4月18日(土)～5月31日(日) 午前9時30分～午後5時
休館日 月曜日(5月4日を除く)、4月30日(木)、5月7日(木)

アートラボはしもと ご縁の描きかた

展示や造形体験・ショー、小物販売などでさまざまな「ご縁」を結びます。

時 5月2日(土)～17日(日) 午前10時～午後5時 ※水曜日休館

催し名	日にち	時間	対象など	定員(申込順)	費用
野菜コトハジメ(野菜作り講座)	5月 2日(土)	午後2時～4時	小学生以上	20人	200円
コドモショップ(作って販売)<全3回>	3日(祝)	午前10時～午後2時	小学校3～6年生 ※弁当持参	10人	各500円
	4日(祝)				
動物ざぶとんをつくろう	5月 3日(祝)	午後3時～5時	小学生	15人	500円
畳と着物で和セッションショー	4日(祝)	午後2時～5時	小学生とその保護者	各10組	800円
みんなでつくるこいのぼりむすび	5日(祝)	午前11時～午後1時	小学生とその保護者	各10組	800円
ツールペイントで飾るフォトフレーム	8日(金)	午前10時30分～正午	18歳以上	10人	500円
わらべうたでつくって遊ぼう!	9日(土)	午前10時30分～正午	4歳～小学校2年生とその保護者	10組	200円
びだいまるしえ(販売・ショー)	10日(日)	午前11時～午後5時			
「講」を考える(トークショー)	16日(土)	午後2時～4時			

※希望者は直接会場へ

☎4月16日から、直接か電話でアートラボはしもと(☎042-703-4654)へ

あそびの学校 VS あそびたつ

「あそびの達人」のお兄さん・お姉さんと、ボウリングのピンを手作りして遊びます。

時 4月26日(日) 午後2時～4時
会 青少年学習センター
対 市内在住か在学の小学生=30人(申込順)
申 4月25日までに、直接か電話で同センター(☎042-751-0091)へ

より良い広報誌作成の為に

編集などについての講話と実務研修を通して、広報誌作りの基本を学びます。

時 5月16日(土) 午前10時～午後0時30分 会 市民会館
対 小・中学校PTAや公民館などで広報誌を作成している人=150人(申込順)
申 5月1日までに、ファクスかEメールに団体名、代表者の氏名・電話番号・ファクス番号、参加人数(1団体6人まで)、「より良い広報誌」と書いて、市印刷広告協同組合(☎042-776-5656 ☎042-776-6100)へ

「ふれあい田んぼ」で田植えや生き物調査を実施!

田植えや収穫などの農業体験や、田んぼに生息する生き物の調査などを行います。1回目は稲の苗を植えます。

時 5月下旬～11月中旬(毎月1回程度)
会 相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら
対 小学生=各10人(申込順) 費 各500円
※日程や申し込み方法など、詳しくは同所ホームページをご覧ください。
☎相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら ☎042-762-2110

若あゆ食農体験デー

田植えと野外炊事を体験します。希望者は、かかし作りにも挑戦できます。

時 6月6日(土) 午前9時～午後3時
会 相模川ビレッジ若あゆ
対 市内在住の小・中学生とその保護者
※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)
定 100人(抽選) 費 200円
申 4月30日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに住所、全員の氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年、電話番号、保育の有無を書いて、同所(〒252-0135 緑区大島3497-1 ☎042-760-5445 ☎042-760-5215 ☎wakaayu@sagamihara-kng.ed.jp)へ
※詳しくは同所ホームページをご覧ください。

市民講座

学びのらいぶ塾 研修講座

市民が主体となってつくりあげ、運営も講師も市民が自ら行う市民講座「学びのらいぶ塾」の講師・コーディネーターを養成します。

時 事前説明会 5月13日(水) 午前10時～正午
※受講希望者は必ず参加してください。
研修編 5月20日～8月5日の水曜日(6月17日、7月22日・29日を除く)、6月中旬～7月中旬で1回
実践編 9月2日(水)、10月7日(水)、14日(水)～30日(金)で数回、11月4日(水)原則午前10時～正午
会 総合学習センター
対 初めて講師をしてみたい人で、講座の企画・運営をしたい人
定 15人程度(申込順) 費 1,500円
申 5月7日までに、直接か電話で同センター(☎042-756-3443)へ
※詳しくは、同センターか各公民館・図書館にあるチラシをご覧ください。

ようこそ歴史の世界へ

勝坂を学ぼう!

勝坂の谷戸のいきもの観察

谷戸の景観とそこに息づく生き物を観察し、周辺の豊かな自然を体感します。

時 5月10日(日) 午前9時30分～11時30分
会 史跡勝坂遺跡公園管理棟
定 30人(申込順)
申 5月7日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ

民俗探訪会 上鶴間地区の石仏を見る

市立博物館で活動する市民ボランティア(民俗調査会)と学芸員が、地域の石仏などを案内します。

時 5月13日(水) 午前9時30分～午後1時15分(小雨決行)
集合 相模大野駅
対 3時間程度歩ける人=30人(抽選)
申 4月28日(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)に参加者全員の氏名(代表者に○)・年齢、代表者の住所・電話番号、「民俗探訪会」と書いて、市立博物館(〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030)へ

高齢者の身近な相談窓口

市は、介護保険法に基づき、市内29カ所に高齢者支援センター(運営は社会福祉法人や医療法人等へ委託)を設置しています。同センターは、各地域の高齢者を介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から総合的に支えることを目的として、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなど医療・介護・福祉に関する専門職員を配置しています。



高齢者支援センター (地域包括支援センター)

高齢者の介護や福祉に関することはもちろん、心配事や悩み、生活に関することなど、さまざまな相談に応じます。

「どこに相談すればいいかわからない」「何かあったときに心配」というときも、まずは連絡してください。



高齢者本人や家族、近隣に暮らす人など、どなたからの相談にも対応し、相談内容に応じた情報提供や支援を行います。

例えば…
 ●介護保険や在宅福祉サービス、地域のサービスに関する情報提供
 ●制度利用のための申請代行 など

さまざまな相談に応じています

まだまだ元気なだけけど

Q 一人暮らしです。何かあったらどうしよう…。

Q 誰とも話をしない日があります。

A 一人で生活している人向けに、健康状態や生活状況について定期的に電話で確認をしたり、急病などの緊急時に119番通報するサービスを案内したりします。また、地域のサロンやサークル活動など、交流の場を紹介しします。



Q いつまでも元気でいるために、今できることはありますか。

A 心身の健康を保つために、各地域で年間26回程度「介護予防教室」を開催しています。内容は運動、認知症予防、口の健康、栄養に関することなどで、介護予防の基本を学ぶ教室や4・5日間で介護予防の習慣化をめざす教室などがあります。

Q 誰かの役に立ちたいです。

A サロンやボランティア活動などを手伝ってくれる人を探しています。ぜひ力を貸してください。



少し不安になってきました

Q 最近、母親の足腰が弱ってきました。このままでは外に出られなくなるのでは…。

Q 食事の支度や家事が難しくなってきました。

A 介護保険の申請をしていない人や、要介護・要支援と認定されていない人にも、足腰や身体の状態によって、利用できるサービスや事業を紹介しします。

Q 妻が同じ物ばかり買ってくるようになりました。置き忘れやしまい忘れも目立ちます…。

A まずは高齢者支援センターへ相談してください。高齢者の家族が抱える心配や不安についても、話を伺います。内容によって、適切なサービスや専門相談などを紹介しします。

Q 一人暮らしの父が訪問販売で不要な物を買われました。この先、同じことがないようにしたいです。

A 日常的な金銭管理について、相談を受け付けています。内容によって、適切なサービスや成年後見制度*なども紹介しします。

*成年後見制度とは、契約や金銭管理の場面で高齢者を支える制度です。認知症などにより判断能力が不十分な人のための制度と、将来に備えておくための制度があります。



介護が必要な状態です

Q 入院中の妻が退院します。自宅での介護になりますが、利用できるサービスはありますか。

A まずは高齢者支援センターへ相談してください。本人の心身の状態を伺い、場合によって入院先の病院と連絡を取り合います。本人やその家族の希望を伺い、介護保険や在宅福祉サービスに関する情報提供や制度利用のための申請代行も行っています。

介護保険認定で要介護と認定された場合は、ケアマネジャーへの情報提供を行います。

要支援と認定された場合は、介護予防サービスのケアプランを作成し、サービスの調整を行います。



Q 介護が大変で悩んでいます。

Q 介護に関する情報がほしいです。

A 介護に関する相談を全般的に受け付けています。高齢者の家族の心配や不安について、話を伺います。また、介護している人の交流会を支援しています。



高齢者支援センター一覧

センター名	電話番号
橋本高齢者支援センター	042-773-5812
相原高齢者支援センター	042-703-5088
大沢高齢者支援センター	042-760-1210
城山高齢者支援センター	042-783-0030
津久井高齢者支援センター	042-780-5790
相模湖高齢者支援センター	042-684-9065
藤野高齢者支援センター	042-686-6705

中央区

小山高齢者支援センター	042-752-1321
清新高齢者支援センター	042-771-3373
横山高齢者支援センター	042-751-6662
中央高齢者支援センター	042-730-3886
星が丘高齢者支援センター	042-758-7719
光が丘高齢者支援センター	042-750-1067
大野北第1高齢者支援センター*	042-704-9551
大野北第2高齢者支援センター*	042-768-2195
田名高齢者支援センター	042-764-6831
上溝高齢者支援センター	042-768-1805 (5月から042-760-7055)

南区

大野中高齢者支援センター	042-701-0511
大沼高齢者支援センター	042-705-5435
大野台高齢者支援センター	042-758-8278
大野南高齢者支援センター	042-767-3701
上鶴間高齢者支援センター	042-767-2731
麻溝高齢者支援センター	042-777-6858
新磯高齢者支援センター	046-252-7646
相模台第1高齢者支援センター*	042-767-3888
相模台第2高齢者支援センター*	042-741-6665
相武台高齢者支援センター	042-745-2644
東林第1高齢者支援センター*	042-740-7708
東林第2高齢者支援センター*	042-705-8278

*4月1日から担当区域が変更になりました。

●住んでいる地区を担当する高齢者支援センターについては、各区の高齢者相談課へお問い合わせください。

緑区	緑高齢者相談課	緑区合同庁舎3階 ☎042-775-8812
中央区	中央高齢者相談課	ウェルネスさがみはらB館4階 ☎042-769-8349
南区	南高齢者相談課	南保健福祉センター3階 ☎042-701-7704

☎高齢者支援課 ☎042-769-9231

利用者の声



70代・女性 (南区麻溝台在住)

夫が5年前に要介護となり、高齢者支援センターに相談して住宅改修やデイサービスなどを受けることができました。また、私自身も高齢者支援センターで開催している介護者会や予防教室などに参加して、安心して毎日を過ごしています。

一人暮らしで心配なことが続く高齢者の見守りを、高齢者支援センターと地域が連携して行いました。私だけでは不安な時、さまざまなことを高齢者支援センターに相談することができ、とても心強かったです。



80代・男性 (南区相武台在住)



50代・女性 (横山地区民生委員)

母の大病について相談するため、高齢者支援センターを訪れて早9年が経ちます。さまざまなことを相談し、今では高齢者支援センターは私にとって暮らしの安心や楽しさづくりを支えてくれる導き手となっています。

さまざまな方面から高齢者を支えています

高齢者が地域の中で安心して生活できるよう、普段から、自治会や老人クラブ、民生委員や地区社会福祉協議会など地域の団体や病院などの関係機関、地域のケアマネジャーなどとのネットワークづくりに取り組んでいます。

また、「地域ケア会議」を開催し、高齢者が暮らしやすい地域とするための支援方法や支援体制について検討しています。

地域ケア会議とは

「地域ケア会議」は、高齢者支援センターが実施主体となり、高齢者が地域で生活し続けていくための支援方法や支援体制について検討する会議です。地域の関係者や関係団体、医療・介護・福祉の関係機関などが、情報や課題を共有し、地域ごとの課題について話し合います。そして課題解決のために、さまざまな福祉サービスや地域サービス、住民による支援の仕組みを効果的に組み合わせることを考えていきます。

教えて! Q & A

Q 自分の地区の高齢者支援センターが分かりません。

A 住んでいる地区を担当する高齢者支援センターが分からない場合には、各区の高齢者相談課へお問い合わせください。

Q 相談した内容は秘密にしてくれますか。

A 高齢者支援センター職員には守秘義務が課せられています。相談内容を関係のない人に漏らすことはありません。

Q 相談にお金が掛かりますか。

A 相談費用は無料です。

Q 高齢者支援センターの運営の公正・中立性はどうなっていますか。

A 高齢者支援センターが適切で公正かつ中立な運営を行っているかどうかを、運営協議会において審議しています。運営協議会は、医療・福祉・介護の関係者や職能団体、介護保険被保険者、権利擁護等を担う関係者や学識経験者など20人以上の委員で構成されています。

こちらから利用してください

24時間365日相談受け付け ホット! あんしんダイヤル

フリーダイヤル ☎0120-268124

高齢者の健康や介護など日々の悩みや心配事について、看護師やケアマネジャーの資格を持つ相談員が相談に応じています。

ふれあい動物広場フェスティバル



子ども乗馬、ふれあい動物コーナー、展示動物コーナーに加え、親子二人乗り乗馬、ゲームコーナー、紙芝居などを行います。

時 4月26日(日) 午前9時30分～午後4時30分

会 相模原麻溝公園ふれあい動物広場

問 相模原麻溝公園ふれあい動物広場管理事務所 ☎042-778-3900



5月30日は「きれいなまちづくりの日」 家族DE! 5300ウォーキング 〈約5.3km〉

ごみ拾いをしながら、クイズに答えてスタンプラリーを楽しみます。

コース 相模大野駅～相模原麻溝公園

時 5月30日(土) 午前9時30分～正午(雨天中止)

対 市内在住か在勤の人とその家族(小学生以下は保護者同伴)

定 40組(申込順)

申 5月18日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに全員の住所・氏名(代表者に○)・生年月日・電話番号、「5300ウォーキング」と書いて、資源循環推進課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 FAX042-769-4445 shigenjuncan@city.sagamihara.kanagawa.jp ☎042-769-8334)へ



グリーンカレッジつくい前期講座

● ノルディックウォーキング de 津久井散策〈全2回〉

時 5月12日(火)・26日(火) 午前9時30分～11時30分

会 津久井生涯学習センターほか

対 15歳以上(中学生を除く) = 20人(抽選)

費 500円

● 太極拳〈全10回〉

時 5月13日～7月15日の毎週水曜日 午後1時30分～3時30分

会 津久井生涯学習センター

定 20人(申込順) 費 5,000円

申 4月30日(消印有効)までに、直接か電話、はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、講座名を書いて、同センター(〒252-0159 緑区三ヶ木414 ☎042-784-2400)へ

けやき体育館の催し

講座名	日にち	時間	定員(申込順)
①楽器で遊ぼう! 〈全3回〉	5月16日・30日、6月13日の土曜日	午前10時～11時30分	16人
②スポーツチャンバラ 〈全3回〉	5月16日、6月20日、7月18日の土曜日	午後2時～3時30分	各30人
③ソフトバレーボール 〈全5回〉	5月20日、6月17日、7月22日、9月30日、10月21日の水曜日	午前10時～正午	

対 市内在住か通勤・在学の①知的障害児・者②身体障害児・者③精神障害者
※ボランティア同時募集(定各5人)
※手話通訳・要約筆記対応可

申 5月①②③日(必着)までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名、電話番号、手話通訳・要約筆記希望の有無、講座名を書いて、同館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

花とみどりに親しむ

イングリッシュガーデンをはじめよう

専門家による解説でガーデニングのデザインや栽培・管理のポイントを学びます。

時 4月28日(火) 午後2時～4時

会 環境情報センター

対 18歳以上(高校生を除く)

定 50人(申込順)

費 500円(保険料・資料代など)

申 4月27日までに、直接か電話で市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ

グリーンカーテン講習会

四角豆や西洋アサガオなどの植え付けと育て方を学びます。

時 5月13日(水) 午前10時～正午

会 老人福祉センター若竹園

対 市内在住の60歳以上

定 20人(申込順)

費 100円

申 5月12日までに、直接か電話で同園(☎042-746-4622)へ

フジの花・新緑ウォーキング ～フジ観賞と季節の植物めぐり～ 〈約5km〉

樹齢約40年のフジや春の植物を観賞しながら、上溝駅から番田駅まで歩きます。

時 5月1日(金) 午前9時～正午

対 18歳以上(高校生を除く)

定 20人(抽選)

費 500円(保険料・資料代など)

申 4月22日(必着)までに、往復はがきに全員(1枚2人まで)の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、「フジの花・新緑ウォーキング」と書いて、市まち・みどり公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6624)へ

相模原麻溝公園でクレマチスを楽しもう!

問 相模原麻溝公園管理事務所 ☎042-777-3451

クレマチスフェア'15

花鉢の展示や販売、栽培・管理の講習会などを開催します。

時 5月1日(金)～6日(休)

午前9時～午後3時

※希望者は直接会場へ

ベランダで手軽に楽しめる クレマチス栽培講習

時 5月2日(土)・3日(日)
午前10時30分～正午

対 市内在住か通勤・在学の人

定 各30人(申込順)

費 各3,000円

申 電話で同公園管理事務所へ

森づくりボランティア講座 ～鳥屋地区の広葉樹植樹体験～

緑区鳥屋で森林の再生につながる植樹作業を体験します。森林の大切さを感じながら、地域の人たちと交流しませんか。

時 5月24日(日)〈雨天時は25日(月)に順延〉

集合 午前8時までに相模原駅

解散 午後2時30分ごろに同駅

対 市内在住の小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 50人(申込順)

申 5月15日までに、直接か電話で市まち・みどり公社(☎042-751-6624)へ

スポレクライフ

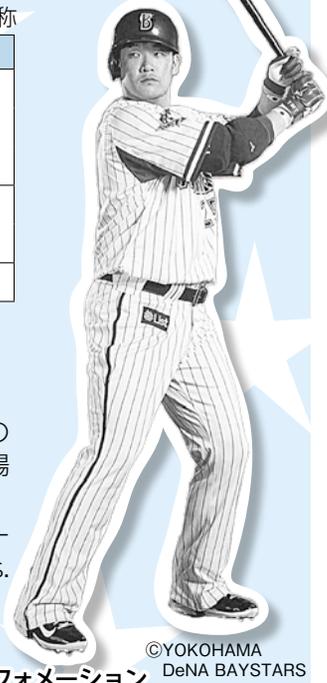
スポーツ・レクリエーションを楽しもう

DeNA BAYSTARS 相模原市こどもデー

プロ野球1軍公式戦に市内親子ペア合計3,800人を抽選で無料招待します。

※チーム名は略称

日にち	対戦チーム	日にち	対戦チーム
5月13日(水)	中日	6月2日(火)	ソフトバンク
14日(木)		3日(水)	
22日(金)	阪神	4日(木)	西武
26日(火)	オリックス	5日(金)	
27日(水)		6日(土)	
28日(木)		19日(金)	広島



©YOKOHAMA DeNA BAYSTARS

開始時間 午後6時(6月6日は午後2時)

会 横浜スタジアム(横浜市中区)

対 市内在住か在学の小・中学生とその保護者

※3人以上の場合は、3人目から1人2,000円で並びの席を追加購入できません(応募時に要記入。当選の場合に購入可)。

申 5月3日までに、横浜DeNAベイスターズホームページの専用応募フォーム(<https://dena.baystars.co.jp/child/form/>)から申し込んでください。

※必ず保護者が申し込んでください。

園横浜DeNAベイスターズチケットインフォメーション

☎0120-35-4580(月~金曜日(祝日等を除く)午前10時~午後6時)

みんなで歩こう! 相模川の鯉のぼり

〈12km・16km〉



時 4月29日(祝)〈小雨決行〉

集 午前8時50分までに相模原駅北口広場

解 12km=午後1時30分ごろに田名バスターミナル
16km=午後2時10分ごろに原当麻駅

費 各500円 ※希望者は昼食、飲料水、雨具を持って直接集合場所へ

園市ウォーキング協会 ☎090-4134-5808

銀河アリーナ

施設の教室

◆骨盤矯正(全5回)

時 5月2日~30日の毎週土曜日 午前10時~11時

対 18歳以上(高校生を除く) 定 20人(申込順)

費 3,000円

申 4月30日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

相模原ギオンスタジアム(相模原麻溝公園競技場)

施設の教室

◆プリザーブドフラワー~ガラスの器で楽しむ初夏のアレンジ~

時 5月21日(木) 午後1時~2時

対 18歳以上(高校生を除く)

定 20人(申込順)

費 2,200円(材料費含む)

申 5月14日までに、電話か、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「プリザーブドフラワー」と書いて、同所(☎042-777-6088 FAX042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ

さがみはらグリーンプール

施設の教室

◆おためし平泳ぎ

時 5月18日(月) 正午~午後1時

対 18歳以上(高校生を除く) 定 30人(申込順)

費 400円

申 5月17日までに、直接か電話で同プール(☎042-758-3151)へ



北総合体育館

施設の教室

教室名(全7回)	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
元気アップ体操★	5月13日~6月24日の毎週水曜日	午前10時~11時	15歳以上(中学生を除く)	各40人	各3,500円
カラダ引き締めエクササイズ	5月14日~6月25日の毎週木曜日				
3B親子体操	5月15日~6月26日の毎週金曜日	午前9時30分~11時	2歳~4歳児とその保護者	30組	1回200円

★は未就学児(1歳6カ月以上)の保育あり(定10人程度(抽選)、費3,500円)

申 4月30日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名、★は保育希望の有無を書いて、同館(〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711)へ

市体育協会からののお知らせ

市体育協会 ☎042-751-5552 FAX042-751-5545

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

✉taikyo@jade.dti.ne.jp ㊴http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo/

市民選手権大会

①ソフトテニス(一般の部)

時 5月3日(祝) 午前8時30分

会 淵野辺公園テニスコート

②ターゲット・バードゴルフ

時 5月10日(日) 午前9時

会 相模原麻溝公園(その他区域) 暫定スポーツ広場

③バドミントン

種別	日にち	会場
一般・小学生・高校生シングルス	5月17日(日)	総合体育館
中学生シングルス・ダブルス	6月6日(土)	北総合体育館
一般・高校生ダブルス	6月21日(日)	総合体育館

..... 共 通

対 市内在住か在勤・在学の人

申 4月①26日②30日③5月1日(必着)までに、①③電話で②はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「市民選ターゲット」と書いて、同協会へ

ソフトテニス初心者・初級者教室(全11回)

時 4月~平成28年3月の毎月第4土曜日(8月を除く)

午前10時30分~午後0時20分

会 横山公園テニスコート

対 市内在住・在勤の18歳以上か、市ソフトテニス協会員=20人(先着順)

費 3,000円(市ソフトテニス協会員は2,000円)

※希望者は運動ができる服装で、ソフトテニス用具一式と費用を持って直接会場へ

クレー射撃競技初心者講習会

種別 トラップ射撃、スキート射撃

時 4月26日(日) 午前8時

会 県立伊勢原射撃場(伊勢原市上粕屋)

対 市内在住か在勤・在学の人

定 40人(先着順)

費 1競技8,000円(学生4,000円)

※希望者は、銃砲・装弾・銃砲所持許可証・猟銃用火薬類等譲受許可証を持って直接会場へ

初心者ゲートボール教室

時 5月16日(土)・17日(日)

〈予備日 23日(土)・24日(日)〉

午前9時30分~正午

会 相模原麻溝公園スポーツ広場

対 市内在住か在勤の人

定 各30人(先着順)

※用具の貸し出しあり

※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

春の山行

~ヒミツの花園 田代帝釈と那須岳

時 6月20日(土)~21日(日)〈1泊2日〉

集合 午前6時30分に相模原駅北口

対 市内在住か在勤の18歳以上

定 24人(抽選)

費 2万8,000円

申 4月30日(必着)までに、往復はがき(1枚4人まで)に全員の住所・氏名(ふりがな(代表者に○))・年齢・生年月日・性別・電話番号、「春の山行」と書いて、市体育協会へ

※詳しくは市山岳協会ホームページをご覧ください。

平成27年度ねりんピック山口大会選手選考会(ソフトテニス)

時 5月9日(土)〈予備日 20日(水)〉

午前8時30分~午後0時30分

会 鹿沼公園テニスコート

(予備日は大野台南テニスコート)

対 市内在住か在勤で昭和31年4月1日以前に生まれた人

費 1,000円

申 5月2日までに、Eメールに住所、氏名、年齢、生年月日、性別、電話番号、「ソフトテニス選考会」と書いて、市ソフトテニス協会の西尾さん(✉macnishio@gmail.com)へ

あじさいカップテニストーナメント(中学生シングルス)

時 6月28日(日)、7月5日(日)

会 淵野辺公園テニスコート

費 1,000円

※申し込み方法など、詳しくは市テニス協会ホームページをご覧ください。



楽しむ健康づくり事業実行委員

11月28日に開催予定の健康づくりイベントの企画など。5月～12月に、月1回程度の会議やウォーキングコースを下山

津久井保健センターほか

直接か電話、はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、「委員募集」と書いて、同実行委員会(津久井保健福祉課内 〒252-5172 緑区中野613-2 ☎042-780-1414 FAX042-784-1222 ✉tsukui-fukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

イベント

親子チョビット英語でCanada Fun!

カナダ人国際交流員と一緒に、絵本の読み聞かせ、歌やゲームなどで遊びながら、英語でコミュニケーション

4月21日(火) 午前10時～11時30分

さがみはら国際交流ラウンジ

市内在住の3歳～5歳児とその保護者

定10組(申込順)

4月20日までに、電話で同ラウンジ(☎042-750-4150)へ

布ぞうり1,000人展&手づくり市

着物で作った布草履や帯バッグなどを販売

5月2日(土)～6日(日) 午前9時～午後4時

津久井湖観光センター

青い鳥の前川さん(☎042-784-9113)

あじさい油絵会合同展

5月7日(木)～12日(火) 午前10時～午後5時 (7日は正午から、12日は午後4時まで)

相模原市民ギャラリー

同会の和田さん(☎042-784-0409)

映画上映会「むかしMattoの町があった」&講演会

5月16日(土) 午前11時～午後4時30分

相模女子大学グリーンホール(市文化会館)

大熊一夫さん(ジャーナリスト)

定240人(申込順)

費1,000円(資料代)

5月15日までに、ファクスに氏名、電話番号、「映画上映会」と書いて、KIVA事務局(ハッピークローバー内 FAX042-742-1820 ☎0120-17-0783)へ

※KIVA事務局ホームページからも申し込み可

街かどコンサート

金管五重奏

4月29日(祝) 午後1時・3時

伊勢丹相模原店本館2階ギャラリースクエア(南区相模大野)

※希望者は直接会場へ

相模女子大学グリーンホール(☎042-749-2200)

ソレイユさがみの催し

①であいのサロン
おしゃべりをする気楽な交流の場

5月11日(月) 午前10時～正午

②親子で参加! 子育てママの筋力アップエクササイズ(全2回)

5月15日(金)、6月12日(金) 午前10時～11時30分

1歳以上の未就学児とその保護者

費200円(用具貸出料)

③男性のための初級傾聴ボランティア講座(全4回)

ロールプレイングを取り入れた実践的内容

日にち	時間
5月16日(土)	午後1時30分～3時30分
30日(土)	午後1時15分～3時15分
6月13日(土)	
20日(土)	午後1時15分～2時15分

費1,000円(資料代等)

④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

5月18日(月) 午前10時30分～正午

1歳未満の初めての子とその保護者

定①30人②12組24人③12人④10組(申込順)

※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、保育希望者は子どもの氏名・年齢・性別、催し名を書いて、同所(☎042-775-1775 FAX042-775-1776)へ

講演・講座

さがみはら若者サポートステーション説明会&出張簡易相談会 in 南区

4月24日(金) 午後2時～4時

南区地域福祉交流ラウンジ

ニート・ひきこもり状態やフリーターなど、就労に困難を抱えている若者とその家族

定30人(申込順)

直接か電話で、さがみはら若者サポートステーション(☎042-703-3861)へ

NPOはじめての一步講座

NPOの基本や法人設立手続きなど

日にち	時間	会場
4月23日(木)	午後1時30分～4時30分	けやき会館
5月14日(木)		橋本公民館
28日(木)		ユニコムプラザさがみはら

定各20人(申込順)

費各500円(資料代)

開催日前日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名、団体名、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、希望日、「NPOはじめての一步講座」と書いて、さがみはら市民活動サポートセンター(☎FAX042-755-5790 ✉sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

サン・エールさがみはらの講座

①2015年介護保険の改定 どうなる? 私たちの介護

5月16日(土) 午前10時～正午

定30人(抽選)

②どうなる? どうする? 相続・贈与対策セミナー

5月16日(土) 午後1時30分～3時30分

定20人(抽選)

市内在住か在勤の人

4月30日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、講座名、②で個別相談希望者は「個別相談希望」と書いて、同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 FAX042-775-5515 ✉sun-yell@ajisaimetsu.or.jp ☎042-775-5665)へ

アンチエイジングのための食事

管理栄養士が有効な食材や調理法などについて指導

5月19日(火) 午前9時30分～正午

ソレイユさがみ

市内在住の人

定25人(申込順)

費1,000円(材料費含む)

5月9日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

パソコン・タブレット無料体験

初心者向け個別講習(1回50分。要予約)

産業会館

月～土曜日に、直接か電話で同館(☎042-707-8780)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。

- フォトクラブ「写彩」写真展 4月19日(日)～25日(土) 午前9時30分～午後6時、ユニコムプラザさがみはら 岡萩原(☎044-935-0050)
- 彩風会水彩画展 4月23日(木)～28日(火) 午前10時～午後6時(23日は正午から、28日は午後4時まで)、相模原市民ギャラリー 西宮(☎042-773-3488)
- おやこまつり 運麻揚げやダンボール迷路など 4月26日(日) 午前10時～午後4時、相模原麻溝公園芝生広場 相模原おやこ劇場(☎042-752-0079)
- やさしい山登り教室 講習5月9日(土) 午前10時～午後5時・町田市民フォーラム(町田市原町田)、登山5月16日(土)・倉岳山(山梨県)。費用1,000円(資料代) 直接かEメールに住所、氏名、年齢、性別、電話・ファクス番号、Eメールアドレスを書いて、町田グラウス山の会(FAX03-6868-6923 ✉machida.grouse.alpine.club@gmail.com ☎090-8741-9159)へ
- あいはらカマーアンサンブル定期演奏会 曲目は「レ・ミゼラブル」など 5月31日(日) 午後2時～4時、サン・エールさがみはら。定員220人(先着順) 遠藤(☎045-804-5628)
- 民話の語り「むかしむかし」 演目は「笠地蔵」ほか 5月9日(土) 午後2時～4時、社のホールはしもと多目的室。定員200人(先着順)。費用500円(高校生以下無料) 木名瀬(☎042-771-6371)

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

- ギター 毎月第2・第4水曜日午前10時、大野南公民館ほか。経験者歓迎、見学可 岡南(☎090-6159-2565)
- 手話 毎週火曜日(毎月第3火曜日を除く) 午後7時、大野北公民館。初心者歓迎、見学可 飯田(☎090-8562-4786)
- 社交ダンス 毎週木曜日午後2時、新磯公民館ほか。初心者歓迎 岡池上(☎090-7940-5491)
- バドミントン 毎週水曜日午前9時30分、総合体育館。対象は女性・経験者。見学・体験可 山原(☎042-740-3007)
- 俳句 毎月第1金曜日午後1時、ユニコムプラザさがみはら 岡中島(☎042-743-0570)
- 詩吟 毎月第2・第4月曜日午後1時30分、相武台公民館。初心者歓迎、見学可 岡森(☎046-205-5721)

▶掲載の申込方法は毎月1日号でお知らせします



2015年 平成27年

広報 さがみはら

4/15

No.0061

毎月15日発行



みどり



緑区イメージキャラクター「ミウル」

区版

<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/midoriku/>

区の人口・世帯

人口 175,528人 (145減)
男 88,486人 / 女 87,042人

世帯数 73,431世帯 (3減)

平成27年3月1日現在 ()は前月との増減

発行/相模原市 編集/緑区役所区政策課
〒252-5177 相模原市緑区西橋本5-3-21
緑区合同庁舎内

☎042-775-8802

各地域のさまざまな見どころや伝統行事など、魅力たっぷりの緑区を市内外に広く知っていただこうと、「緑区魅力づくり事業」に取り組み、5年が経過しました。これまでの活動を紹介しますので、今後、イベントなどに参加し、緑区の魅力を感じてみませんか。

観る

区内で受け継がれている地域の人情芝居など、緑区の地域資源である「村芝居」をテーマにイベントを開催しました。満員御礼の会場は、笑いあり、感動ありのお芝居に大いに盛り上がりました。



巡る

おまつりスタンプラリーやウォーキング・マイレージでは、区内を歩いて魅力を肌で感じることができます。



あふれる魅力、体感しよう、緑区魅力づくり事業

撮る

緑区を舞台とした映像作品を集めた「緑区Shortフィルムフェスティバル」。毎年、有名な映画監督が審査員長を務めます。受賞作品は市ホームページの「相模原チャンネル」で、ご覧になれます。



ミウル



205点のデザインと647点の愛称の中から決定したミウル。ミウルのホームページでは、出演スケジュールやたくさんあるミウルグッズの販売場所など、ミウルに関する情報を発信しています。

主な魅力づくり事業の歩み

平成22年	4月	緑区誕生(緑区役所開所)
	8月	緑区おまつりスタンプラリー 緑区Shortフィルムフェスティバルの作品募集
	11月	潤水都市さがみはらフェスタや八王子いちょう祭り、緑区のPR活動を実施
23年	7月	緑区水の探検クイズラリー
	8月	七夕クイズラリー(橋本七夕まつり) 緑区イメージキャラクターの制作
24年	2月	『ミウル』誕生
	3月	ミウルのFacebook・Twitter配信
	7月	緑区ウォーキング・マイレージ
25年	8月	「お・た・く大賞」の作品募集 ミウルグッズ発売
	10月	ミウルテーマソング『この地球を潤す』完成
	11月	ミウルのLINE配信
26年	12月	映画「花荻先生と三太」の上映 ミウルホームページの開設
	1月	新春緑区村芝居フェスタ
	11月	緑区いいね! グランプリの作品募集

緑区ならではの魅力がいっぱいあるね! 紹介したイベントの今後の予定については、本紙緑区版や区ホームページをチェックしてね! まだまだこれからも魅力づくりは続いていくよ。



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

一緒に「緑区区制施行5周年」を盛り上げていきましょう!

平成27年4月をもって、緑区は区制施行5周年を迎えました。この記念すべき年を、区民や企業の皆さんと一緒に祝い、盛り上げていくため、「緑区区制施行5周年記念」の「冠表示」や「冠ロゴマーク」を掲げて実施する事業を募集します。
※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。



緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801

緑区区制施行5周年記念 ~きずなウォーク~

区制施行5周年記念イベントの新企画第1弾として、豊かな自然に恵まれた緑区を横断するウォーキングイベントを開催します。緑区合同庁舎から藤野総合事務所まで各地区を巡るコース(約28km)を歩き、緑区の歴史や魅力を堪能できるイベントに、ふるって参加してください。今後も、第2・第3弾と楽しい企画がめじろ押しです。

日 5月31日(日)

受付 午前7時~8時(受け付け終了次第、各自出発)

集合場所 緑区合同庁舎1階ロビー

申込期限 5月15日(金)まで

※申込方法など、詳しくは緑区ホームページをご覧ください。

緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801



緑区のイベント情報や地域の話題などを、「ミウル」が紹介中!



LINE「ミウル」
ID: @miuru



Twitterアカウント「ミウル」
@miuru_midori



Facebookページ「ミウル」
<https://www.facebook.com/miuru.midori>



2015年 平成27年

広報 さがみはら

4/15

No.0061

毎月15日発行

ちゅうおう 区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/

区の人口・世帯

人口 269,923人 (24減)
男 136,487人 / 女 133,436人

世帯数 117,683世帯 (26増)
平成27年3月1日現在 ()は前月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 中央区役所区政策課
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15
市役所本庁舎内

☎042-769-9802

子どもたちの成長を願って!!

4/29(祝)~5/5(祝)
相模川高田橋上流

「泳げ鯉のぼり相模川」は、昭和63年から続く相模原市を代表するイベントの一つです。

子どもの健やかな成長を願い、約1,200匹もの鯉のぼりが地域の人をはじめ、たくさんの皆さんの思いと共に大空へと舞い上がります。

※詳しいイベント情報は1ページをご覧ください。

泳げ
鯉のぼり
相模川

鯉のぼりの補修作業

毎年、地元自治会、婦人会、ボランティアなど約200人が田名小学校体育館で作業をしています。傷んだりしたものの補修のほか、市民から寄せられる約300匹の新たな鯉のぼりたちを飾るための準備をします。



泳げ鯉のぼり相模川実行委員会

鯉のぼり第一部会部会長 志村勝美さん

泳げ鯉のぼり相模川は、家庭で役目を果たした鯉のぼりたちが田名に集まり、再び子どもたちの健やかな成長を願いながら、その姿を相模川に映して空高く泳ぐ相模原の代表的なお祭りです。

子どもたちの元気な声が響き、いつでもみんなと遊べる、明るく楽しいまちであり続けることを願うのが、鯉のぼりたちの新たな役目です。毎年協力いただいている自治会やボランティアの皆さんにはとても感謝しています。

それでは当日、会場でお会いしましょう!



関田名まちづくりセンター ☎042-761-0056

大募集!!

第1回 中央区イベント大賞 賞金10万円

この1年中央区を盛り上げたイベントを表彰します!

対 平成26年4月~27年3月に中央区内で開催されたイベント

応募期間 6月30日(消印有効)まで

詳細は、中央区役所地域振興課、区内まちづくりセンターで配布している募集要項か中央区ホームページをご覧ください。

関 商業・イベントプロジェクト班(中央区役所地域振興課内)

☎042-769-9801

安全・安心と夢・希望のプロジェクト通信

ポイズ39

メンバー決定!

デビューは若葉まつり!

中央区の魅力を学び発信する「中央区さくら咲くポイズ39」のメンバーが決定しました。いよいよ皆さんの前で活動を開始します。ぜひ応援してください。

日 5月9日(土)

午後4時45分~5時

会 市民若葉まつり メーンステージ

関 広報宣伝部(中央区役所区政策課内) ☎042-769-9802



地域元気

上溝地区

~「見る知る学ぶ かみみぞウォークマップ」発行!!~

上溝地区の市民グループ「上溝を学ぶ会」によって「見る知る学ぶ かみみぞウォークマップ」が発行されました。このマップは地区内の歴史的文化的資産を活用して、コミュニティ活動の振興や住民の連帯感、郷土愛を育むことを目的に制作され、史跡や文化財など46カ所を2時間半程度で巡る3つのウォーキングコースで紹介しています。

亀ヶ池八幡宮や道保川公園をはじめ、さまざまな名所・旧跡が盛り込まれた「かみみぞウォークマップ」を手にとって、新緑の美しい上溝を歩いてみてはいかがでしょうか。

このマップは自治会を通して地区内の各家庭に配られたほか、区内の公民館やまちづくりセンターなどで配架されています。

関 上溝まちづくりセンター ☎042-762-0079



がんばる!!
商店街

~南門商栄会~

南門商栄会は、矢部駅北口から線路沿いに矢淵陸橋までの約400mの範囲にあり、昭和37年から続く歴史のある商店街です。



大きな病院があるので調剤薬局やクリーニング店、理容店などのサービス店が多いのが特徴です。

長年コーヒー店を営んでいる会長の片岡さんは「防犯カメラを設置し街の防犯効果をさらに高め、誰もが安心して訪れることができる商店街をつくっていきます」と今後の抱負を語ってくれました。

関 南門商栄会(街角コーヒー内) ☎042-769-1690



エフエムさがみ(83.9MHz)で中央区の魅力をお伝え!



「大好き! 中央区」

次回の放送日 4月23日(木) 午後7時~8時
(再放送 4月28日(火) 午後11時~12時)

はみだし中央区

次回の放送日 5月1日(金) 午後1時~1時30分

関 中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

はみだし中央区* 話題募集中!

「はみだし中央区」は、「広報さがみはら中央区版」の欄外で中央区のちょっとした話題をお伝えするコーナーです。区民の皆さんからの情報をお待ちしていますので、✉ daisuki.chuoku@gmail.comまでEメールを送ってください。※頂いた情報すべてが掲載されるとは限りません。詳しくは中央区ホームページをご覧ください。

関 中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

中央区内のイベント情報や地域の話題などを発信中です!



Facebookページ「相模原市中央区」

https://www.facebook.com/sagamihara.chuoku



はみだし中央区* ●「さくら咲くポイズ39」は市民若葉まつりのステージに向けて、中央区の歌のレッスンをしているらしい!

2015年 平成27年

広報 さがみはら

4/15

No.0061

● 毎月15日発行 ●



みなみ

区版

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/minamiku/

区の人口・世帯

人口 276,990 人 (69減)
男 137,099人 / 女 139,891人

世帯数 125,569 世帯 (39増)

平成27年3月1日現在 ()は前月との増減

発行 / 相模原市 編集 / 南区役所区政策課
〒252-0377 相模原市南区相模大野5-31-1
南区台同庁舎内

☎042-749-2134

～湧きおこる7つの風
響きあう南区～

南区5周年

4月1日、南区は平成22年4月の区制施行から歩み始めて5周年を迎えました。

南区の5周年を記念して「南区おもしろまちフェスタ」を開催します。

また、この5年間を振り返り、南区役所の事業(取り組み)や、南区内の主な出来事をご紹介します。

南区区制施行5周年記念

南区おもしろまちフェスタを開催

南区内7地区の若い世代を中心とする団体が、ステージやブースでさまざまな催しを行う記念イベントです。ぜひ会場で南区の魅力を満喫してみてください。

時 5月24日(日) 午前11時～午後4時(小雨決行)

会 bono相模大野ポーノ広場ほか

ステージ出演団体 相陽中学校吹奏楽部、相模原青陵高校チアダンス部&応援団リーダー部、相模原よさこいRANBU!(3チーム)、東林間サマーわぁ!ニバル(3チーム)、コスモスダンススタジオ、LiL☆、石井智大さん(ヴァイオリニスト)、REG-STYLE(ほか(順不同))

ブース出展団体 女子美似顔絵サークル、ユニコムプラザさがみはら(学生プランナー)、らいぶらいぶ、相模原こもれび、ミハタ、子育て親育ち応援団With.cfc、南区地域福祉交流ラウンジ(ほか(順不同))

※出演・出展者は都合により変更になることがあります。

☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



南区在住のKO-YAさんがメンバーのダブルダッチのプロチーム「REG-STYLE」も、国際大会で優勝した世界レベルのパフォーマンスを披露

南区5年間の主な出来事

平成22年	4月1日	南区誕生(南区役所開所)	
	7月30日	第1回南区区民会議を開催 ※7地区のまちづくり会議が発足	
	10月14日	南区役所ロビーに「みなみ通信(インフォメーションコーナー)」を設置	
23年	3月11日	東日本大震災により帰宅困難者対応や避難所開設等を実施	
	5月15日	南区のシンボルマーク・カラー(南区ブルー)を決定	
	5月18日	ソムリエの田崎真也さんによる南区の魅力テーマとした講演会を開催	
	9月25日	市内初の無作為抽出型討議会～わいわいみんなで語ろう～南区区民ミーティングを開催	
24年	8月	南区区ビジョンを策定	
	9月12日	ロンドン五輪女子サッカーで銀メダルを獲得した、なでしこジャパンの岩清水 梓選手が、母校の大沼小学校を凱旋訪問	
	9月14日	第1回南区私のイチ押し写真展を開催	
	10月26日	世界的ピアニスト・後藤正孝さんのサロンコンサートを開催 bono相模大野	
	10月27日	南区長杯争奪・南部少年野球大会が始まる	
25年	11月18日	第1回南区親子ウォークラリー大会を開催	
	3月15日	bono相模大野がグランドオープンし、「相模大野パスポートセンター」「ユニコムプラザさがみはら」「南区地域福祉交流ラウンジ」「南区インフォメーションBOX」を開設	

平成25年	9月22日	「わいわいみんなで語ろう Part2」南区区民ミーティングを開催	
	9月27日	南市民ホール30周年記念事業で、ジャズピアニスト・石井 彰さんのコンサートを開催	
	10月 8日	相模大野駅周辺で南区帰宅困難者対策訓練を実施	
26年	10月10日	ペアナードオダサガがグランドオープン	
	1月 6日	南区役所区民課窓口の混雑状況配信サービスを開始	
	2月17日	第1回南区若者参加プロジェクト実行委員会を開催	
	3月 1日	ノジマメガソーラーパークが運転開始	
	3月30日	圏央道相模原愛川インターチェンジが開通	
27年	4月 1日	大野台消防団が発足し、消防団詰め所が完成	
	10月26日	第1回南区パフォーマンスステージを開催	
	1月18日	一番輝く・南区づくり交流会を開催	

☎南区役所区政策課 ☎042-749-2134

南区区民会議は現在第3期を開催中

同会議松下会長にインタビュー

地方自治は民主主義の学校と言われるのですが、それを後押しするのが区民会議の役割です。一人でも多くの住民が、まちのことにに関わり、その持てる力を存分に発揮できるように、まちの人たちの居場所と出番づくりを考えています。



南区で始まった取り組みが、やがて市全体の政策になり、さらには全国の自治体に波及していくことを展望しながら、みんなで自由闊達に議論しています。一度、南区区民会議を傍聴に来てください。

☎南区役所区政策課 ☎042-749-2134



南区区民会議会長 松下啓一さん

南区長杯争奪・南部少年野球春季大会 若沼ユニオンズが初優勝!

南区内の小学生33チームがトーナメント形式で戦い、どの試合も白熱した展開となりました。

決勝戦は3月15日に大野台にあるスポーツ広場で開催され、若沼ユニオンズが熱戦を制し初優勝を飾り、区長杯を手に入れました。

- 優勝** 若沼ユニオンズ
- 準優勝** 大野台野球部
- 3位** 大野台スパローズ
上鶴間ブラックス



☎南区役所地域振興課 ☎042-749-2135



ウェルネス通信



4/15

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

●会場や申込先については下記をご覧ください

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。

離乳食教室(モグモグ編)

中期以降の離乳食の講習、試食、相談会

日にち	時間	会場	申込
5月13日(水)	午後1時～2時15分	南	⑮
19日(火)	午後2時45分～4時	ウ	
25日(月)	午後2時45分～4時	緑	

対平成26年8月～9月生まれの初めての子の保護者とその家族
定各15人(申込順。調整あり)

離乳食教室

離乳食の講習、簡単な実習と試食

時5月28日(木) 午後1時～2時30分

会津
対26年8月～12月生まれの初めての子の保護者とその家族
定15人(申込順。調整あり) 申⑦

親子で歯っぴい ちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘けつや歯磨きの裏技実演

日にち	会場	定員(申込順)	申込
5月1日(金) 19日(火)	ウ	各20組	⑮
5月13日(水) 18日(月)	南		
25日(月)	緑	30組	

時午前10時～11時30分
対26年3月～7月生まれの乳幼児とその家族

ぴよぴよサロン

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

日にち	時間	会場	申込
5月1日(金)	午前10時～11時	南	⑨
8日(金)		ウ	⑧
29日(金)		緑	⑦

対乳幼児とその家族
※希望者は直接会場へ。初めての人は申し込みが必要

産後ママのエクササイズ

出産後の体を適正体重に保つための運動体験

時5月15日(金) 午前10時～正午

会緑
対生後4～6カ月の乳児とその母親
※保育なし
定15組(申込順。初めての人優先)
申⑦

ハローマザークラス <全2回>

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり

日にち	会場	申込
5月11日(月) 18日(月)	藤	4月30日までに⑬
6月6日(土) 13日(土)	ウ	5月31日までに⑮

時午後1時30分～4時
対妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族
定⑦のみ60組(申込順)

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介

時午前10時～11時15分
対乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ
申⑦⑧⑨

日にち	会場ほか
5月1日(金)	星が丘㊦、上溝南㊧
7日(木)	新磯㊨、鹿島台㊩
8日(金)	橋本㊪、大島㊫
12日(火)	清新㊬、大野南㊭、藤㊮
13日(水)	津、大野台㊯
14日(木)	相模台㊰、大沼㊱

㊦子どもセンター ㊫栄養士による栄養相談もあり
㊮㊯㊰㊱歯科衛生士による歯科相談もあり

相談

相談名(相談員)	日にち	時間	会場	申込	内容・定員・問い合わせなど
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 (祝日等を除く)	緑	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談も可) ※津(湖)藤(城)は来庁相談のみ 申⑦⑧⑨
	月・木曜日		ウ		
	火曜日		湖		
	水曜日		藤		
	金曜日		城		
生活習慣 改善相談 (保健師・ 栄養士・健康 運動指導士)	5月13日(水)	午前9時 9時30分	緑	⑦	生活習慣病予防のための個別相談や各種測定 定各5人(申込順)
	25日(月)	10時 10時30分	南	⑨	
	5月19日(火)	午後1時30分 1時45分 2時 2時30分	津	⑪	
栄養相談 (栄養士)	5月11日(月)	午前9時 ～11時30分	南	⑨	食事の相談 持ち物 母子健康手帳か、健康手帳(持っている人)
	15日(金)		緑	⑦	
	22日(金)	午後1時 ～3時30分	ウ	⑧	
健康チェック ～19歳から 39歳の あなたへ～	5月13日(水)	午前9時～10時	ウ	⑤	診察、基本検査(身体測定、尿・血液検査、胸部X線、心電図)と保健指導 定40人(申込順) 費4,860円 ※健康診断書の発行や労働安全衛生法に基づく定期健診等は行っていません。
不妊・不育 専門相談	5月12日(火)	<電話相談>	時	午前9時～11時30分	申⑥
		<面接相談>	会	午後1時～3時30分	申前日までに⑥
電話歯科相談 (歯科医)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～11時			口の健康に関する相談 ※健診等により歯科医師が不在の場合もあります。 申健康企画課 ☎042-769-8344
歯科健康相談 (歯科衛生士)	5月20日(水)	午前9時30分 ～11時30分	ウ	⑥	ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談や、すぐに測れるお口の元気度チェック
かんがる～ 歯科健診 (歯科医)			緑(ウ)南(津)湖(藤)で実施。 日程はお問い合わせください。	⑥	対障害がある乳幼児
HIV(エイズ) 等の 検査・相談	火曜日 (4月28日を除く)	午前9時～11時	ウ	④	HIV(エイズ)、性器クラミジア、梅毒に関する検査・相談(無料。匿名) 定各12人(申込順)
高齢者 認知症相談	5月12日(火)	午前10時～正午	ウ	②	専門医による認知症についての相談 定各2人(申込順)
	26日(火)				
	5月25日(月)	午後1時30分 ～3時30分	緑	①	
	28日(木)	午後2時～4時	南	③	

更年期世代向け 生活習慣病予防教室<全2回>

体・血管年齢や運動量の測定、生活習慣について学びます。

時5月22日(金)・29日(金) 午後1時30分～3時30分

会緑
対市内在住か在勤の人=30人(申込順)
申5月21日までに、電話で⑦

実施中

健康診査・検診・検査

(特定)健康診査、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5月1日号でお知らせします。
●肝炎ウイルス感染の心配がある人(家族に肝炎ウイルスに感染している人がいるなど)は、肝炎ウイルス検査を無料で実施(原則1回)しています。

申し込み・問い合わせ 電話で⑮

主な実施会場

ウ	ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
緑	緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
橋	シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
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・問い合わせ

① 緑高齢者相談課	☎042-775-8812	⑧ 中央保健センター	☎042-769-8233
② 中央高齢者相談課	☎042-769-8349	⑨ 南保健センター	☎042-701-7708
③ 南高齢者相談課	☎042-701-7704	⑩ 城山保健福祉課	☎042-783-8120
④ 疾病対策課	☎042-769-8260	⑪ 津久井保健福祉課	☎042-780-1414
⑤ 健康企画課(成人)	☎042-769-8322	⑫ 相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
⑥ 健康企画課(母子)	☎042-769-8345	⑬ 藤野保健福祉課	☎042-687-5515
⑦ 緑保健センター	☎042-775-8816	⑭ 精神保健福祉センター	☎042-769-9818
		⑮ 市コールセンター	☎042-770-7777

もっと健康になるための教室

会場・申込先は表面の「主な実施会場」「申し込み・問い合わせ」をご覧ください。

教室名	日にち	時間	会場	申込	内容・対象など
骨密度測定 de 骨元気アップセミナー	5月21日(木)	午前 9時45分 10時15分 10時45分 午後 1時30分	ウ	⑮	骨粗しょう症予防についての話と骨密度測定。お口の元気チェックコーナーも同時開催 対 20歳～70歳 (昭和20年4月2日～平成8年4月1日生まれ) 定 各25人(申込順) 費 各700円

シニアのための歯っぴー健口セミナー〈全5回〉

歯や口の機能を維持・向上させるため、一人一人に合ったプログラムを作成し、口の体操や清掃などの方法を学びます。

日にち	会場	申込先
5月8日・22日、6月5日・12日、7月3日の金曜日	南保健福祉センター	南高齢者相談課 ☎042-701-7704
5月11日、6月1日・15日、7月6日・27日の月曜日	ウェルネスさがみはら	中央高齢者相談課 ☎042-769-8349

時午前9時45分～11時45分

対65歳以上(介護保険要介護・要支援者を除く)で、次のいずれかに該当する人=若干名(申込順)
 ○半年前に比べて硬いものが食べにくくなった ○お茶や汁物などを飲んだときにむせることがある
 ○口の渇きが気になる

申4月28日までに、直接か電話で各申込先へ

脳を鍛える! 脳活道場〈全13回〉

ウォーキングや調理などのグループワークで、仲間づくりや脳の活性化を図る方法を学びます。

日にち	会場	申込先
5月13日～8月5日の毎週水曜日	ウェルネスさがみはら	中央高齢者相談課 ☎042-769-8349
5月14日～8月6日の毎週木曜日 (7月9日・16日・23日を除く)、 7月10日(金)・17日(金)・24日(金)	南保健福祉センター	南高齢者相談課 ☎042-701-7704
5月15日～8月7日の毎週金曜日	緑区合同庁舎	緑高齢者相談課 ☎042-775-8812

時午前10時～正午

対65歳以上で介護認定を受けていない、物忘れなどが気になる人=各16人(選考)
 ※医師から運動制限されている人、15分程度の連続歩行が困難な人は参加できません。
 ※調理実習の食材費が別途必要

申4月24日までに、電話で各申込先へ

元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

専属トレーナーが、体操や機器を使った筋力トレーニングなどを指導します。

日にち	時間	会場	電話番号	費用	定員
5月14日～7月30日の毎週木曜日	午後3時30分～5時	メガロス相模大野(南区相模大野)	042-745-4600 (午前10時～午後8時) 火曜日を除く	各6,000円	各10人(抽選)
5月15日～7月31日の毎週金曜日	午前10時30分～正午	スポーツクラブルネサンス橋本(緑区橋本)	042-775-6600 (午前10時～午後10時、土・日曜日、祝日等は午後7時まで) 金曜日を除く		

対運動に支障がない市内在住の65歳以上

申4月30日までに、電話で各会場へ

がん体験者による無料相談

がんピアサポート

つらさや不安を抱え込んでいませんか。がん体験者が自らの体験をもとに、がん患者やその家族の相談に定期的に応じます。

日にち	時間	会場
5月10日(日)	午前10時～午後3時	南保健福祉センター
24日(日)		ウェルネスさがみはら

対がん患者やその家族

定各4組(申込順。各組1時間)

申電話で健康企画課(☎042-769-8322)へ

精神科セカンドオピニオン

時5月21日(木)午前10時～正午

会けやき会館

対精神科治療中で、自身の治療方針について主治医以外からの意見を求める人
 ※医療過誤や訴訟に関する内容などは受けられない場合があります。

定3人(抽選)

費2,000円

申電話で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 緑区Aコース〈全24回〉

機器を使った筋力トレーニングやストレッチなどを行います。

時6月16日～9月4日の毎週火・金曜日

午前10時～正午

会未定(橋本地域周辺を予定)

対足腰の衰えを感じている市内在住の65歳以上

定10人(選考)

費2,000円

申4月17日までに、電話で高齢者支援課(☎042-769-9249)へ

+ 愛の献血

日にち	時間	会場
4月21日(火) 27日(月)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
4月29日(祝)		橋本駅ペデストリアンデッキ下

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

所要時間40分程度

※本人確認をしています。献血キャラクターけんけつちゃん



関医事薬事課 ☎042-769-8343

急病などで困ったときは

(電話番号をよく確かめて)

かかりつけ医・歯科医や近隣の医療機関が休診でお困りのとき、お問い合わせください。症状が軽い場合は、かかりつけ医・歯科医に相談しましょう。

医科 相模原救急医療情報センター
☎042-756-9000

月～金曜日(祝日等を除く)午後5時～翌朝9時

土曜日 午後1時～翌朝9時

日曜日、祝日等 午前9時～翌朝9時

※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内は行いません。

※急病の診療は応急的なものです。後日、必ずかかりつけ医・歯科医か近隣の医療機関で診療を受けましょう。
 ※受診のときは、健康保険証、各種医療証を必ず持参してください(保険証などが無い場合は自費となります)。

歯科 休日急患歯科診療所
☎042-756-1501

日曜日、祝日等の昼間

午前8時45分～11時30分、午後1時15分～4時30分

※事前に連絡をしてから受診してください。

電話相談 かながわ小児救急ダイヤル
☎045-722-8000
(市外局番が042以外のプッシュ回線、携帯電話の場合#8000)

毎日 午後6時～午前0時

※子どもの急な体調の変化で心配なときに、電話で相談できます。

接骨 休日当番柔道整復施設所案内
☎0120-19-4199

日曜日、祝日等の昼間 午前9時～午後5時

精神科 精神科救急医療情報窓口
☎045-261-7070

月～金曜日(祝日等を除く) 午後5時～翌朝8時30分

土・日曜日、祝日等

午前8時30分～翌朝8時30分

(いずれも翌平日朝は8時まで受け付け)

※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、必要に応じて精神科医療機関を紹介します(神奈川県・横浜市・川崎市・相模原市共同運営)。

