

# さがみはら

## さがみはら

広報

NO.1338

毎月1日・15日発行

2016 6/1

平成28年

SAGAMIHARA

LINE UP 今号の主な内容

児童手当を受給している人へ 現況届を必ず提出してください	2
都市計画説明会を開催します	6
大雨による災害に注意!	7
ウェルネス通信(保健・介護予防事業案内)	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

市の人口・世帯

人口 722,207人(995増)  
男 361,532人 女 360,675人

世帯 314,398世帯(1,033増)

平成28年5月1日現在(概数)。( )は前月との増減

TOPICS

水泳・飛込競技 坂井 丞選手  
リオ五輪への出場権獲得を報告



水泳競技・男子3m飛込飛込で、リオデジャネイロオリンピックへの出場権を獲得した坂井 丞選手(本市出身・在住)が、5月6日に加山市長を訪問し、出場への喜びを報告しました。

坂井選手は、「念願のオリンピック出場がかなってうれしい。調子は上がっている。本番でも頑張りたい」と意気込みを語りました。加山市長は、「本番に向けてコンディションを整え、頑張ってください。期待しています」と激励し、称讃の楯を贈りました。

図スポーツ課 ☎042-769-9245

さがみはらを  
元気に  
選挙が  
変わります

18歳  
初投票

みんなが楽しく  
暮らせるまちに!

私たちが  
選びます

18歳  
初投票

若者の意識が  
変わります!

18歳  
初投票

私たちの  
未来のために

投票に  
行こう!

私たちも有権者になります!

18歳  
初投票

# 18歳選挙、はじまります。

選挙権に関する法律が約70年ぶりに改正され、18歳・19歳の人々が選挙に参加できるようになります。これにより、今まで以上に多くの皆さんの声を政治に届けられるようになります。選挙は、皆さんが有権者として政治に参加するための最も重要な手段です。人任せではなく、自分で考え、判断し、政治に参加するために、ぜひ投票へ行きましょう。

## 教えて! 変わったこと

- Q. 何が変わるの?
- A. 選挙に参加できる有権者の年齢要件が、満20歳以上から「満18歳以上」に引き下げられます。年齢は投票日を基準に計算します。
- Q. いつから満18歳以上になるの?
- A. 法律の施行日(平成28年6月19日)後に公示される国政選挙から変わります。
- Q. なぜ投票できる年齢が変わったの?
- A. 若者の声をこれまで以上に政治に取り入れるためです。18歳・19歳をはじめとする若者の力を、社会・政治が必要としています。これまでより早く選挙権を持つことで、若いうちから社会の担い手であるという意識を持ち、主体的に政治に関わる若者が増えることが期待されています。



## 選挙運動もできる! 18歳以上の人(有権者)は選挙運動ができます。

一般の有権者もSNS(Facebook、Twitter等)やブログなどインターネットを利用して、特定の候補者の当選を目的とした次のような活動ができます。  
※選挙運動ができるのは、選挙の公示(告示)日から選挙期日の前日までです。

インターネット選挙運動でできること

これはできません

選挙運動メッセージを掲示板・ブログなどに書き込む

選挙運動メッセージをSNSなどで広める(リツイート、シェアなど)

選挙運動の様子を動画サイトなどに投稿する

Eメールで選挙運動メッセージを送信、転送する  
※政党や候補者のみ実施できます。

## 18歳未満の人は、一切の選挙運動ができません。

選挙運動について詳しくは、市ホームページをご覧ください。



児童手当を受給している人へ

現況届を必ず提出してください

児童手当を受給している人は、毎年6月に現況届の提出が必要です。提出がない場合は、6月分以降の手当が受けられなくなります。

**提出方法** 6月中旬までに届く現況届を、6月30日(必着)までに、こども青少年課へ郵送するか、直接、各こども家庭相談課・保健福祉課・まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所へ

※必要書類など詳しくは、現況届に付いている通知をご覧ください。

6月は手当の支払い月です  
支払日 6月15日(水)

※着金まで2・3日かかる場合があります。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

介護保険のお知らせ

納入通知書発送と減免制度

65歳以上の人へ

保険料納入通知書を6月中旬に発送します。

※保険料額や納め方などについては、納入通知書を確認してください。

保険料減免制度

次の理由などで納付が難しい人は、申請により減免される場合があります。

- 災害により住宅などに著しい損害を受けた
- 世帯の生計を主として維持する人の収入が、失業などで著しく減少した
- 生活が著しく苦しく、次の全ての要件に当てはまる

生活保護基準未滿、預貯金が単身で350万円(世帯員が1人増すごとに100万円を加算)以下、居住用以外に土地や家屋などの資産がないなど

※提出書類や申請方法など、詳しくは介護保険課へお問い合わせください。

☎介護保険課 ☎042-769-8321

市職員を募集

選考区分	採用予定人数	職務内容	応募資格
医師(公衆衛生担当)	1人(選考)	感染症対策、成人保健、母子保健などの担当医としての業務	平成29年4月1日現在、65歳未滿で、次の全てに該当する人 ○医師免許がある(ただし、平成16年以降に医師免許を取得した場合、医師法第16条の2に規定する臨床研修を修了したか、採用日までに修了が見込まれる) ○保健事業に必要な知識がある

※応募状況に応じて随時選考を実施し、採用候補者を決定します。人数が確保された場合は申し込みを締め切ります。

※詳しくは、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)などで配布する選考案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。

☎ 29年1月13日(消印有効)までに、選考案内に付いている申込書などを郵送で、職員課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8213)へ

委員を募集

①環境審議会委員

環境の保全に関する基本事項について審議します。

任期 8月～平成30年7月(会議は年3回程度)

☎ 3人(選考)

担当課 環境政策課 ☎042-769-8240 FAX042-754-1064

☐ kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp

②市民協働推進審議会委員

本市の協働に関する事項や市民協働推進基本計画の進行管理について審議します。

任期 8月～30年8月(会議は年2回程度)

☎ 2人(選考)

担当課 市民協働推進課 ☎042-769-9225 FAX042-754-7990

☐ shiminkyoudou@city.sagamihara.kanagawa.jp

③景観審議会委員

景観計画の変更や景観形成重点地区、景観重要建造物・樹木の指定などについて審議します。

任期 9月～30年8月(会議は年2回程度)

☎ 2人(選考)

担当課 街づくり支援課 ☎042-769-9252 FAX042-754-8490

☐ machidukuri@city.sagamihara.kanagawa.jp

☎ 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)

☎ 6月①15日②③22日(必着)までに、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・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館(青根・沢井を除く)・図書館、市立公文書館、環境情報センター(①のみ)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、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

家族介護慰労金の支給

☎ 市内在住の要介護4・5に認定された65歳以上の人を、1年以上介護保険サービスを利用せずに自宅で介護してきた人(年間7日までのショートステイを除く)

※支給決定された基準日から1年間は申請できません。

※支給条件など、詳しくはお問い合わせください。

支給額

○市民税非課税世帯=10万円/年 ○その他世帯=6万円/年

基準日	申請受付期間	支給月
6月1日	6月30日まで	10月

申し込み(直接各窓口へ)・問い合わせ

緑高齢者相談課	☎042-775-8812	城山保健福祉課	☎042-783-8120
中央高齢者相談課	☎042-769-8349	津久井保健福祉課	☎042-780-1408
南高齢者相談課	☎042-701-7704	相模湖保健福祉課	☎042-684-3215
住んでいる地域の高齢者支援センター		藤野保健福祉課	☎042-687-2159

社会福祉法人による利用者負担軽減制度のお知らせ

社会福祉法人が運営する特別養護老人ホーム、訪問介護、通所介護などを利用する場合、利用者の負担を軽減する制度があります。

☎ ①次の全てに該当する人

- ・世帯員の中に市民税課税者がいない
- ・年間収入が単身世帯で150万円(世帯員1人増すごとに50万円加算)以下
- ・預貯金などが単身世帯で350万円(世帯員1人ごとに100万円加算)以下
- ・居住用の家屋や土地、日常生活に必要な資産以外に活用できる資産がない
- ・負担能力のある親族などに扶養されていない
- ・介護保険料を滞納していない

②生活保護受給者など

軽減対象となる費用と軽減割合

○利用者負担額(1割負担分)の原則25%

○食費、居住費(滞在費)、宿泊費の原則25%

※ただし、生活保護受給者などはサービスに係る個室の居住費(滞在費)の100%

軽減を受けるには、申請が必要です

審査の結果、対象となる人に確認証を送付します。

※対象となるサービスや申請方法について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申請窓口

介護保険課、各高齢者相談課、城山・津久井・相模湖・藤野保健福祉課

☎ 各申請窓口にある申請書(市ホームページにも掲載)を直接各申請窓口か、郵送で介護保険課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ

※すでに軽減を受けている人で、8月以降も軽減を受ける場合は、確認証の更新が必要です。更新の案内は5月末に送付しました。

☎介護保険課 ☎042-769-8321

ご存じですか?住居番号の表示板

住居表示を実施している地域では、住宅の新築や建て替えのときに、住居番号の表示板を送付しています。分かりやすい街並みをつかっていくために、表示板を建物の出入り口付近の見やすい場所に設置してください。また、表示板が古くなったり、破損したりした場合は新しい表示板を送りますので、連絡してください。



☎ 区政支援課 ☎042-769-9814

震災に便乗した振り込め詐欺にご注意を

熊本地震に便乗した振り込め詐欺と思われる事案が発生しています。不審な電話などには十分注意してください。

～実際にこんなことがありました～

- 銀行員を名乗る人から、「震災への募金を集めています。今から言う口座へお金を振り込んでください」という電話があり、現金を振り込ませようとする。
- 女性の声で「地震で困っている人たちのために募金を集めています。これから家に募金を受け取りに行きます」などと電話で現金を要求してくる。

☎ 交通・地域安全課 ☎042-769-8229

## 施設を管理運営する 法人・団体(指定管理者)を募集

市の社会福祉施設やスポーツ施設などを管理運営する、民間事業者や特定非営利活動法人などを募集します。

### 単独で指定管理者を募集する施設

分野	施設名	申請の受付場所(募集要項の配布場所)
社会福祉施設	東林ふれあいセンター	高齢政策課 ☎042-769-8354
	清新デイサービスセンター	
	星が丘デイサービスセンター	
	古淵デイサービスセンター	
基盤施設	相模湖ふれあいパーク	津久井地域経済課 ☎042-780-1405
その他の施設	環境情報センター	環境政策課 ☎042-769-8240

### 複数の施設をまとめて指定管理者を募集する施設

分野	施設名	申請の受付場所(募集要項の配布場所)
社会福祉施設	老人福祉センター深松園・若竹園	高齢政策課 ☎042-769-8354
公園・スポーツ施設	相模原麻溝公園内の運動施設★ (競技場、第2競技場など)	スポーツ課 ☎042-769-8288
	津久井又野公園	津久井地域環境課 ☎042-780-1404
	相模湖林間公園	
	小倉プール	
	小倉テニスコート	
	名倉グラウンド	
ふじのマレットゴルフ場		

### 募集要項等の配布場所

6月上旬(★は7月上旬)から4週間程度、各施設の申請の受付場所で配布します。  
※市ホームページからもご覧になれます。詳しくは、申請の受付場所へお問い合わせください。

募集要項で定めている申請期間中に、申請書、事業計画書、収支予算書などを直接、申請の各受付場所へ

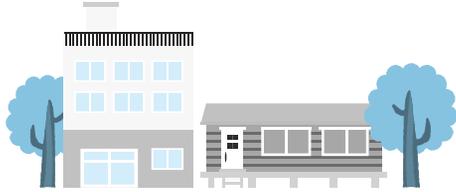
※個人による申請はできません。

### 指定管理者(候補団体)の選考方法

提出された書類と提案説明会での内容から最も適切に施設の管理を行うことができ、施設の活性化や市民サービスの向上につながる提案をした団体を選考します。

※選考された団体は、市議会の承認を経て指定管理者として指定されます。

※資格要件や指定期間など、詳しくは募集要項等をご覧になるか、各施設の申請の受付場所へお問い合わせください。



## 市民活動サポート 補償制度のお知らせ

ボランティア活動をしている皆さんの万一の事故に備えて設けられた制度です。市が一括して保険会社と保険契約を締結しているため、原則、個人での保険料負担や登録手続きは必要ありません。

### 主な対象者(活動者名簿が必要です)

市内に活動の拠点を置き、無償(実費弁償程度の場合を含む)で自発的・継続的・計画的に公益性のあるボランティア活動を行っている人や、やむを得ない事情により活動に同行する未就学児など

※未就学児は、各ボランティア団体に名簿登録の上、市への登録手続きが必要です。

### 対象となるボランティア活動(事業計画・活動記録が必要です)

社会福祉活動、社会奉仕活動、社会教育活動、青少年育成活動、地域活動など

### 対象となる事故

活動中の損害賠償責任事故・傷害事故

※特定の疾病にかかった場合は補償金額が異なりますので、お問い合わせください。

### 主な支払補償金額

区分	損害賠償責任事故		傷害事故		
	身体賠償	財物賠償	死亡	入院	通院
補償金額	最高1人1億円 1事故5億円	最高1事故 1,000万円	500万円	日額3,000円 (180日限度)	日額2,000円 (90日限度)

### 事故が発生したら

市民協働推進課か市の関係課へ速やかに連絡してください。事故報告書などが必要になります。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎市民協働推進課 ☎042-769-8226

## さがみはら 防災フォーラム

フリーアナウンサーの生島ヒロシさんや、宮城県知事の村井嘉浩さんによる講演会を行います。

☎7月2日(土)午後1時～3時15分

☎市民会館

☎市内在住か在勤・在学の人=800人(申込順)

☎6月30日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



生島ヒロシさん

村井嘉浩さん

市民会館前広場では、防災ブースの出展や起震車を使用した震度体験などを行います(正午～午後4時)。  
※希望者は直接会場へ

### お知らせ

## 中小企業融資制度

市内中小企業者が市指定の金融機関から事業資金の融資を受けた場合に、融資利率の一部を市が負担することで、低利で利用できる制度です。また、支払った信用保証料の一部を助成します(支払保証料の80%以内、上限10万円)。

### 主な資金

資金名	融資利率	市負担利率	利用者負担利率	融資限度額	資金使途	返済期間
中小企業振興	2.4%以内	1.2%	2.4%以内	合わせて3,000万円(小企業小口資金は1,000万円まで)	運転・設備	5年以内
小企業小口			1.2%以内			
景気対策特別	2.2%以内	1.6%	0.6%以内	合わせて2,000万円(景気対策特別小口資金は500万円まで)	運転	7年以内
景気対策特別小口			0.3%以内			
経営安定支援			0.6%以内			
小企業特別	2.4%以内	1.9%	0.5%以内	3,000万円	設備(太陽光発電など)	7年以内
地球温暖化防止支援			0.5%以内			
創業支援	2.1%以内	1.5%	0.6%以内	1,500万円	運転・設備	

※資金ごとに資格要件が異なります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

※融資確認申請などは、市産業振興財団(☎042-759-5600)で受け付けています。

☎産業政策課 ☎042-769-8237

## 市民後見人養成研修 事前説明会

養成研修を受講するためには、説明会への参加が必要です。研修は9月から実施する予定です。

☎7月2日(土)午後1時30分～3時30分、7月4日(月)午前10時～正午

☎ウェルネスさがみはら

☎市内在住の25歳以上=各100人(申込順)

☎7月1日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加希望日、「市民後見人養成研修事前説明会」と書いて、市社会福祉協議会(☎042-756-5034 ☎042-759-4382)へ

## ごみ収集車へ 掲載する広告を募集



家庭ごみ収集車の側面に広告を掲載しませんか。市民の皆さんが目にしやすい、身近な広告塔です。ぜひ宣伝やイメージアップに利用してください。

掲載期間 10月～平成29年3月(更新可。29年4月からの掲載期間は1年間)

規格 1面=500mm×1,200mm(1台当たり2面)

☎1面=半年で1万2,000円(29年4月からは1年間2万4,000円)

走行区域 緑区(橋本・大沢地区)、中央区、南区

走行時間 午前9時～午後4時30分ごろ

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎廃棄物政策課 ☎042-769-8336





6月は環境月間

地球温暖化対策のための新国民運動「COOL CHOICE」が広がっています

家庭からの温室効果ガスの排出量を減らし、温暖化が進む未来を変えるには、一人一人の行動が必要です。「COOL CHOICE」は製品・サービス・行動など、温暖化対策につながる「賢い選択」を促す国民運動です。クールビズを実践する、省エネで長寿命なLED照明に切り替えるなど、暮らしの中にある「賢い選択」に皆さんも積極的に取り組んでいきましょう。

九都県市「ライフスタイルの実践・行動」キャンペーンを実施

「つづけよう」「ひろげよう」省エネ・節電～みんなでやれば未来が変わる～をテーマに、節電や省エネをはじめとした地球温暖化防止への取り組みを呼び掛けています。

省エネナビを貸し出しています～見える化で節電！

市では、家庭での電気使用量や料金を「見える化」することで、電気の使用状況を実感できる「省エネナビ」を3カ月間無料で貸し出しています。二酸化炭素排出量に換算した数値も表示します。

- 市内在住で、次の全てに該当する人
- 電力会社と電気の供給契約を結んでいる
- 設置期間中の電気使用量や省エネナビの効果などを市へ報告できる
- ※太陽光発電システム設置住宅や、電気契約容量が75アンペアを超える住宅などでは使用できません。
- 環境政策課にある申請書(市ホームページにも掲載)と身分証明書、電気の検針票を直接同課へ

環境政策課 ☎042-769-8240

視聴覚ライブラリー

16ミリ映写機操作認定講習会  
映写機の操作と16ミリフィルムを使った映画会の企画・運営などを学びます。  
時 6月12日(日) 午前9時45分～午後4時45分  
対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) = 18人(申込順)  
申 直接か電話で同ライブラリーへ

旧石器ハテナ館の催し

毎月第3日曜日は体験教室の日！「黒曜石で石器作り」  
旧石器人がどのようにして石器を作ったのかを学びます。  
時 6月19日(日) 午後2時～4時  
対 小学校4年生以上(小学生は保護者同伴) = 30人(申込順) 費 400円  
申 直接か電話で同館へ

NPO活性化講座「助成金申請のポイント」

助成金について、種類や申請時の注意点、審査のポイントを学びます。  
時 6月20日(月) 午後2時～4時  
会 さがみはら市民活動サポートセンター  
対 助成金について知りたい人や、申請を考えている団体に所属している人  
定 20人(申込順) 費 500円  
申 6月19日(必着)までに、直接か郵送、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、団体名、「助成金講座」と書いて、同センター(〒252-0236 中央区富士見6-6-23) ☎sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp ☎042-755-5790)へ  
※申込用紙は同センターホームページに掲載しています。

市立博物館に行こう

プラネタリウム・全天周映画

日にち	時間	午前11時	午後1時30分	午後2時40分	午後3時50分	
6月14日(火)～7月10日(日) ※6月28日(火)・29日(水)は、保守点検のため休映	火～金曜日			プラネタリウム 火星接近2016 ～謎多き赤い惑星～	全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー 特別バージョン	定 各210人(先着順) ※希望者は直接会場へ 費 各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円) ※日曜日、祝日等は、午後0時10分から「おためしタイム」として、約10分の無料番組を上映します。 ※上映スケジュールは変更になる場合があります。
	土・日曜日、祝日等	子どもプラネタリウム (新番組)リーベルタース 天文台だより 夏の星座の物語	プラネタリウム 火星接近2016 ～謎多き赤い惑星～	全天周映画 富士の星暦 同時上映 アースシンフォニー 特別バージョン	プラネタリウム (新番組)夏の星空模様	

企画展関連イベント  
「羽で描く伝統美 盆石実演」  
開催中の企画展「鳥の羽根 温かく、美しくまとうもの」に関連して、お盆の上に羽根を使って描く砂絵の盆石を実演します。  
時 6月12日(日)・18日(土)  
午後1時～1時30分・3時～3時30分  
定 各20人(先着順) ※希望者は直接会場へ

養蚕講話「カイコの生物学 卵から蛾まで」  
カイコの成長過程を追いながら、生物としての特徴や野生原種との関係などを博物館学芸員が解説します。  
時 6月11日(土) 午後2時～4時  
定 120人(先着順)  
※希望者は直接会場へ

夜空の星を見上げてみよう  
～星空観望会(7月)～  
口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡などで、見頃の天体を観望します。  
時 7月2日(土)・23日(土) 午後7時30分～9時30分  
定 各120人(申込順。1組4人まで) ※中学生以下は保護者同伴  
申 開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

6月4日～10日は歯と口の健康週間

健康企画課 ☎042-769-8345

～妊婦さんの歯の話～

妊娠中は女性ホルモンやつわりなどの影響で、妊娠性歯肉炎や虫歯、口臭などのトラブルが起こりやすくなります。赤ちゃんにも影響を与える可能性があるため、こうした口の中のトラブルの原因を知り、正しいケアの方法を身に付けることが大切です。

妊娠期から赤ちゃんの歯の健康のために取り組もう

赤ちゃんの歯は妊娠中からでき始めています。適切な栄養を取ることはもちろん、虫歯になりやすい生活習慣を知っておくことは、ママと赤ちゃんの虫歯予防につながります。また、虫歯の原因菌は周囲の人から赤ちゃんに感染します。妊娠中から、家族みんなで口の健康を保つことが、生まれてくる赤ちゃんの口の健康につながります。

歯科教室 マタニティオーラルセミナー

妊娠中に起こりやすいトラブルや口のケアについての講義と実習、歯科健診を行います。  
■市内在住の妊婦(経産婦可)  
1日コース 興味はあるけれど、なかなか時間が取れない人向け  
2日コース しっかりと講義や実習を受けたい人向け  
※日程や申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。  
※ハローマザークラスでも妊婦さんの歯の健康についての講義を行っています(希望者には妊婦歯科健診を別日程で実施)。詳しくは、今後、別冊ウェルネス通信でお知らせします。

布えほん展

相模大野図書館の催し  
手作りの布絵本・布おもちゃの展示と「おはなし会」を開催します。  
時 6月11日(土) 午前10時～午後4時30分  
6月12日(日) 午前10時～午後3時30分  
おはなし会 午前11時、午後2時  
※希望者は直接会場へ

発見！図書館のひみつ 一日図書館員

本の貸し出し・返却作業や本探しゲーム、本のカバー貼りなどを体験します。  
時 7月2日(土)・3日(日) 午前10時～午後3時30分  
対 市内在住の小学校4～6年生 = 各12人(抽選)  
申 6月8日(必着)までに、同館にある申込書か、はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、参加希望日、「一日図書館員」と書いて、同館(〒252-0303 南区相模大野4-4-1)へ

相模大野図書館 ☎042-749-2244

橋本図書館 開館15周年記念事業  
イベント 朗読会

夏目漱石「夢十夜」と安房直子「黄色いスカーフ」を朗読します。  
時 7月2日(土) 午後2時～3時30分  
会 社のホールはしもとセミナールーム2  
対 15歳以上 = 30人(申込順)  
申 電話で同館(☎042-770-6600)へ

# 市民大学開講

15の高等教育機関の協力により、各学校の先生を講師に迎えた特色のある多彩なプログラムがあります。前期募集は16講座です。

※15歳以上(中学生を除く。市内か座間市内に在住・在勤・在学の人を優先して抽選)  
 ※6月14日(必着)までに、はがき(1講座1枚)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、電話番号、希望のコース・講座名、市民大学登録番号(登録済みの人のみ)を書いて、さがみまちコンソーシアム事務局市民大学担当(〒252-0307 南区文京2-1-1 ☎042-703-8550)へ  
 ※同コンソーシアムのホームページからも申し込めます。  
 ※講座内容や受講対象など詳しくは、総合学習センター、各まちづくりセンター・公民館・図書館などにある講義案内をご覧ください。

☎総合学習センター ☎042-756-3443

コース	講座名	日にち	時間	定員(抽選)	費用
相模女子大学 (南区文京)	英語講座 英語ニュースを聞きとろう! 3 (全10回)	7月5日~8月4日の毎週火・木曜日	午前10時40分~午後0時10分	40人 ※1	2,600円
	ヴェリズモ・オペラのヒロインたち(全5回)	8月9日~9月6日の毎週火曜日	午前10時~11時30分	80人	1,300円
	『万葉集』をよむ~歌とモノガタリ~(全10回)	9月5日~11月21日の毎週月曜日 (9月19日、10月10日を除く)	午後1時~2時30分	100人	2,600円
麻布大学 (中央区淵野辺)	動物から人間社会へ -動物研究からわかる人の進化と健康-(全5回)	7月27日~9月7日の毎週水曜日 (8月10・17日を除く)	午後7時~8時30分	各 50人	各1,300円
	私たちの生活に潜む健康リスク ~環境科学でリスクと向き合う~(全5回)	7月28日~9月8日の毎週木曜日 (8月11・18日を除く)			
女子美術大学 (南区麻溝台)	仏教彫刻へのいざない -仏像の見方と造り方(初級)その2-(全2回)	8月8日(月)・9日(火)	午前9時20分~午後4時30分	15人	1,900円 ※2
	いま、あえて「フィルムと暗室」で(全4回)	9月17日~10月8日の毎週土曜日	午後1時~4時30分	18人	2,600円 ※3
	翼ある言葉をもとめて -豪奢とエクゾティシズムの西欧文化(全8回)	9月29日、10月6日・20日、 11月17日、12月1日・15日、 1月5日・19日の木曜日	午後1時20分~2時50分	150人	1,900円
北里大学 (南区北里)	健康で豊かな人生のための基礎知識(全9回)	9月14日~10月5日の毎週水曜日、 10月6日(木)、11月9日(木) ・10日(木)・17日(木)・24日(木)	午後1時30分~3時	各 160人	2,600円 ※4
	暮らしに役立つ医療の知識(全8回)	9月15日(木)・29日(木)、 10月13日(木)・19日(木)・20日(木) ・26日(木)・27日(木)、11月2日(木)			1,900円 ※4
医療ビジネス 観光情報専門学校 (南区上鶴間本町)	ホームページの作り方(全3回)	9月26日(月)・27日(火)・28日(水)	午前9時~正午	10人 ※1	1,900円 ※4
青山学院大学 (中央区淵野辺)	サイエンス&テクノロジーが切り開く新たな世界 (全5回)	7月2日~30日の毎週土曜日	午前10時30分~正午	各 150人	各1,300円
	グローバルな視座から「共生社会」を考える(全5回)		午後1時~2時30分		
法政大学★ (町田市相原町)	武相地域の考古学研究者群像(全4回)	7月2日~30日の毎週土曜日 (7月23日を除く)	午後1時30分~3時30分	40人	1,300円
サレジオ工業 高等専門学校 (町田市小山ヶ丘)	Active English in the News (中級)(全8回)	7月4日・11日・25日、 8月1日・29日、 9月5日・12日・26日の月曜日	午後6時~7時30分	16人 ※1	1,900円
和光大学★ (町田市金井町)	同性カップルが作る家族(全3回)	8月2日(火)・3日(水)・4日(木)	午前11時15分~午後0時45分	20人	1,300円

★ ☎ユニコムプラザさがみはら ※1 受講対象に制限があります ※2 教材費別途2,500円 ※3 教材費別途4,000円 ※4 資料代別途500円

## 地域活動入門講座

### 笑楽習のすすめ~楽しく学ぶ地域活動~

時 6月13日(月)午後2時~4時30分  
 会 ウェルネスさがみはら  
 講 瀬沼克彰さん(桜美林大学名誉教授)ほか  
 対 市内在住の50歳以上  
 定 100人(申込順)  
 申 6月11日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

## 地域活動実践講座(全7回)

地域活動の始めの一步を踏み出すためのノウハウなどを学びます。  
 時 6月16日~7月28日の毎週木曜日 午後2時~4時  
 会 市民会館中会議室  
 対 市内在住の50歳以上  
 定 30人(申込順)  
 申 6月15日までに、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9231)へ

全11回

## 食生活改善 推進員養成講座

~「わかかな会」の  
仲間になりたい人、集まれ~



「わかかな会」は、食生活を中心に地域に根付いた活動をしているボランティア団体です。入会には、同講座の受講が必要です。

時 9月7日(水)~平成29年3月3日(金) 午前10時~正午

※調理実習がある場合は午後1時まで

会 **Aコース**(原則水曜日)ウェルネスさがみはら、**Bコース**(原則金曜日)緑区合同庁舎  
 対 市内在住で、同講座終了後に同会に入会し、食生活改善推進員として活動できる人  
 定 **Aコース**50人 **Bコース**25人(選考) 各800円

申 7月29日(必着)までに、直接か電話、はがき、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望コース、応募理由を書いて、健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8322 ✉kenkoukikaku@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

## あじさい大学(高齢者大学) 短期講座(前期)〈全6回〉

学ぶことを通し、高齢者の皆さんの仲間づくりと、生きがいづくりを応援します。

受講できる科目 1人1科目

※平成28年4月1日現在、市内在住で60歳以上の初心者  
 ※太極拳、パタンクは医師から運動制限をされていない人に限ります。

申 6月20日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※学科内容、持ち物など詳しくは、地域包括ケア推進課、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・出張所・連絡所・公民館などに置いてある「あじさい大学短期講座案内」か、市ホームページをご覧ください。

学科名	日にち	時間	会場	定員(申込順)	費用
水彩画に親しむ	7月7日~28日の毎週月・木曜日 (7月18日を除く)	午前 9時45分 ~11時45分	ユニコムプラザ さがみはら	24人	2,200円
太極拳	7月5日~26日の毎週火・金曜日 (7月22日を除く)		総合体育館	40人	2,500円 (教材費含む)
パタンク	7月5日~22日の毎週火・金曜日 (予備日7月26日(火)・29日(金))	午後1時30分 ~3時30分	相模原北公園 スポーツ広場	48人	2,200円
写真	7月5日~22日の毎週火・金曜日		産業会館	24人	4,200円 (教材費含む)
民謡	7月4日~25日の毎週月・木曜日 (7月18日を除く)	午後2時~4時	城山保健福祉 センター	36人	2,200円
健康 (体操・座学)	7月5日~8月9日の毎週火曜日		あじさい会館	52人	2,200円





# 大雨による災害に注意!

6月は土砂災害防止月間です。この時期は、台風や集中豪雨による被害が発生する可能性が高く、全国的に大規模な被害が毎年発生しています。最近、短時間に局所的な大雨が降る集中豪雨が増加傾向にあります。被害を防ぐためには正しい情報を入手して、素早く行動することが重要です。

☎避難行動、防災情報、訓練について 緊急対策課 ☎042-707-7044  
大雨被害、防災ガイドブックについて 危機管理課 ☎042-769-8208

## 気象情報などが出たとき取るべき行動は?

気象庁は、気象現象によって災害が起こる恐れがあるときに注意報を、重大な災害が起こる恐れがあるときに警報を発表しています。

- 大雨注意報** 気象情報や外の様子に注意が必要です。
- 大雨警報** 危険な場所に近づかない、避難準備をするなどの対応が必要です。
- 土砂災害警戒情報** 土砂災害発生の危険度が高まっています。崖などの近くに住んでいる人は避難が必要です。
- 大雨特別警報** 直ちに命を守る行動が必要です。

市は、気象庁が発表する情報や被害の発生状況を基に、避難情報を発令します。

- 避難準備情報** 災害時要援護者など、避難に時間や介助を必要とする人は、家族や近所の人と協力して避難行動を開始してください。それ以外の人は、家族との連絡や非常時持ち出し品の確認など避難行動の準備をしてください。
- 避難勧告** 発令対象地区の人は、あらかじめ決めておいた避難場所への避難を開始してください。
- 避難指示** 非常に危険な状況です。大至急避難してください。避難場所に避難することが困難な場合には、鉄筋コンクリートなどの堅固な建物の2階以上で、斜面から離れた部屋に避難するなど、命を守るための行動をしてください。

## 防災情報はここで入手

**防災メール**  
気象警報・注意報、竜巻注意・地震・河川水位・雨量情報、ひばり放送など、防災に関する情報が携帯電話、スマートフォンやパソコンに配信されます。

- 登録方法**
- ① entry-sagamihara@bousai-mail.jp に空メール(本文に何も入力しない)を送信。
  - ②自動的に登録用のメールが返信されたら、本文に書いてあるリンク先のページで希望するメールの種類、配信地域などを設定し登録完了。
- ※迷惑メール防止設定をしている場合は、市からの配信アドレス [sagamihara@bousai-mail.jp](mailto:sagamihara@bousai-mail.jp) を設定から解除してください。

**ツイッター**  
アカウント @sagamihara\_kiki ユーザー名 相模原市災害情報  
主な投稿内容 地震、災害等に関する情報、避難勧告、避難指示等に関する情報、国民保護に関する情報など(情報提供の方法は発信のみ)。

**防災行政用同報無線(ひばり放送)**  
大地震発生時や避難勧告・避難指示、国民保護に関する情報等の発令時に放送します。  
ひばり放送の内容は、テレビのリモコンに「d(データ)」ボタンがある地デジ対応のテレビかチューナーで、テレビ神奈川(tvk)のデータ放送でも見ることができます(無料)。dボタンを押してデータ放送画面を表示し、「相模原市のマイタウン情報」から確認できます。

## 大雨が引き起こす被害

- 山間部** 崖崩れや土石流などで家屋倒壊の危険があります。発生場所・時間を正確に予測することは困難です。
- 河川の近く** 水位が急激に上昇し、流水が堤防を越えて広範囲で浸水することがあります。
- 都市部など** 道路の側溝や雨水管での排水が間に合わず、道路や低地に水がたまったり、建物へ雨水が侵入したりすることがあります。

## どこに避難すればいい?

突発的な集中豪雨では、市の避難に関する情報が間に合わない場合もあるため、危険を感じたときは自らが判断して避難行動をとる必要があります。また、事前に気象情報などを入手し、早めに避難行動をとることが重要です。

- 優先①** 安全な親せき・知人宅、自治会館などへ早めに避難してください。
- 優先②** 市が開設する風水害時避難場所へ避難してください。
- 優先③** 避難することが危険なときは、がけや川から離れた2階以上の部屋で安全を確保してください。

## 避難する判断ポイントは?

- 大雨時には早めの避難** 崖下や渓流沿いなどに住んでいる人は、大雨や土砂災害警戒情報が発表されたときには、早めに近くの安全な場所へ避難してください。
- 暗くなる前に避難** 夜間に大雨が予測される際には、暗くなる前の避難がより安全です。災害時要援護者がいる場合は、移動時間を考えて早めに行動してください。
- 避難に関する情報の発令時に行動** 市から避難準備情報や避難勧告などが発令されたときには、行動を開始してください。

## 防災ガイドブックを活用しよう

市では、災害に対する日頃からの備えや地域の協力体制を築くために必要な知識をまとめた「さがみはら防災ガイドブック」を作成しました。災害から身を守るよりどころとして活用してください。市ホームページにも掲載しています。

さがみはら防災ガイドブック 検索



相模湖地区

## 土砂災害を想定した訓練を実施します!

防災講習や避難対策ワークショップを行います。

- ☎ 6月12日(日) 午前9時30分~正午
- ☎ 桂北・千木良・内郷小学校の体育館
- ☎ 相模湖地区在住の人
- ※希望者は直接、各会場へ





# スポレクライフ

スポーツ・レクリエーションを楽しもう

## ホームタウンチームを応援しよう!

### SC相模原(サッカー)



J3リーグ ホームゲーム 6月試合日程

日にち	開始時間	対戦相手
6月19日(日)	午後3時	カターレ富山

会相模原ギオンスタジアム

問SC相模原 ☎042-810-7777

### ノジマステラ神奈川相模原(女子サッカー)



なでしこリーグ2部 ホームゲーム 6月試合日程

日にち	開始時間	対戦相手
6月4日(土)	午後1時	スフィーダ世田谷FC
6月12日(日)		

会相模原ギオンスタジアム

問ノジマステラ神奈川相模原 ☎046-298-3881



## 市民健康文化センターの催し

問市民健康文化センター ☎042-747-3776

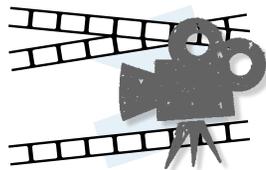
### 健文ロードSHOW! [にござりえ]

時 6月18日(土) 午後1時30分~3時45分

定 70人(先着順)

※未就学児は保護者同伴

※6月1日から同センターで配布する整理券が必要



### 夏休み早朝子ども水泳教室(全4回)

コース	日にち	時間
A	7月26日(火)~29日(金)	午前7時45分~8時45分
B	8月2日(火)~5日(金)	
C	8月16日(火)~19日(金)	
D	8月23日(火)~26日(金)	

対 5歳~小学生=各55人(抽選)

費 各4,000円(プール利用料含む)

申 6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、学年、性別、電話番号、希望コース(複数可)、「夏休み早朝子ども水泳」と書いて、同センター(〒252-0328 南区麻溝台1872-1)へ

## 親子で楽しむ凧作り教室

簡単にできる角凧を作ります。

時 6月25日(土) 午後1時30分~4時

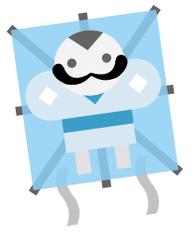
会 相模の大凧センター

対 子どもとその保護者=20人(申込順)

※小学生以上は1人でも参加可

費 500円(材料費など)

申 直接か電話で新磯ふれあいセンター(☎046-255-1311)へ



## 障害者スポーツ講座 気功に挑戦! <全2回>

時 6月29日(水)、7月13日(水) 午前10時~11時30分

会 けやき体育館

対 市内在住か在勤・在学で身体・精神障害のある人=16人(申込順)

※手話通訳・要約筆記対応可

※ボランティア同時募集(定2人(申込順))

申 6月22日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、手話通訳・要約筆記希望の有無、「気功に挑戦」と書いて、同館(☎042-753-9030 ☎042-769-1200)へ

## 小山公園スポーツ広場 キッズ運動教室

走る時に大切な速い動きを身に付けるプログラムと、走る・跳ぶ・投げるなどの動きを楽しく身に付ける「ヘキサスロン」を開催します。

教室名	日にち(雨天中止)	時間	費用
①走り方	6月18日(土)・25日(土)	午前10時30分~正午	各1,000円
②ヘキサスロン	6月25日(土)	午後1時~2時30分	500円

対 小学生=各40人(申込順) ※②は保護者同伴

申 開催日前日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号、教室名、①は希望日を書いて、同公園(☎042-700-0801 ☎042-700-0802)へ

## 銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

教室名	日にち	時間	対象
親子水泳(全3回)	7月1日(金)・8日(金)・15日(金)	午前11時~正午	おむつが取れている3歳以上の未就学児とその保護者

定 10組(申込順) 費 1組3,000円

申 6月20日(必着)までに、往復はがき(1組1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「親子水泳」と書いて同所へ

お知らせ 6月10日にプールオープン

時 6月10日(金)~9月16日(金) 午前9時~午後9時30分

## 市体育協会からののお知らせ

### 盆踊り新譜講習会

時 6月①12日(日)②15日(水)③19日(日) 午後1時30分~3時30分

会 ①橋本公民館②市体育館(市役所前)

③大野南公民館

※希望者は室内履きとうちわを持って、直接会場へ

### 健康スポーツ・レクリエーション体験会

時 6月12日(日) 午前9時30分~11時30分

会 市体育館(市役所前)

対 市内在住か在勤・在学の人

※希望者は室内履きを持って、運動ができる服装で直接会場へ

### ウォーキングとブルーベリーつみ体験

時 7月3日(日) 午前9時~正午

集合場所 津久井生涯学習センター

対 市内在住か在勤・在学の人

定 50人(抽選) 費 600円

申 6月12日までに、電話かファクス、Eメールに住所(在勤の場合は勤務先)、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「ウォーキングとブルーベリー」と書いて、同協会津久井連絡所(☎042-705-5142 ☎042-705-5143 ☎taikyo-tukui@mica.dti.ne.jp)へ

### 市民選手権大会

#### ①バレーボール(ママさん)

時 7月31日(日)、8月14日(日) 午前9時

会 総合体育館

#### ②サッカー(中学生)

時 8月20日(土)~9月3日(土) 午前9時

会 相模原ギオンフィールドほか

#### ③テニス(ダブルス(一般・小学生))

時 7月23日(土)~8月6日(土) 午前9時

会 淵野辺公園テニス場

※種別など詳しくは、市テニス協会ホームページをご覧ください。

#### ④体操⑤トランポリン

時 8月7日(日) 午前9時

会 北総合体育館

..... 共 ..... 通 .....

申 6月①14日②16日までに、市体育協会にある申込用紙を、③12日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、はがきに全員の住所(在勤・在学の場合は勤務先か学校名)・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号・種別・戦歴(JOP)・Eメールアドレス、「市民選テニス」と書いて、④⑤6月30日までに、市体協協会ホームページからか電話で、市体育協会へ

### ①中級ダンス講習会②ダンスの集い

時 6月26日(日) ①午前9時~正午

②午後1時~4時30分

会 市体育館(市役所前)

費 各800円(前売り券各500円)

※希望者はダンスができる服装で直接会場へ

※前売り券の希望者は、電話で市ダンススポーツ連盟の油谷さん(☎042-755-6413)へ

### 夏の山行 花の百名山 月山

時 7月31日(日)~8月1日(月) <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 30人(抽選)

費 2万8,000円

申 6月15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○))・生年月日・年齢・性別・電話番号、「夏の山行」と書いて、市体育協会へ

※歩行時間が長いので、健脚向きです。 ※詳しくは市山岳協会ホームページをご覧ください。

### ペタンク初心者講習会

時 6月19日(日) 午前9時~正午

集合場所 サーティーフォー相模原球場 会議室

会 淵野辺公園中央広場

対 小学生以上

※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

### チャリティーゴルフ大会

時 7月25日(月) 午前8時

会 相模原ゴルフクラブ(南区大野台)

対 市内在住か在勤の18歳以上で、アマチュアルールに抵触しない人

定 160人(抽選)

費 参加費3,000円、プレー費1万8,600円(飲食代別)

申 7月1日(必着)までに、往復はがきかEメール(1通4人まで)に全員の住所(在勤の場合は勤務先)・氏名(ふりがな(代表者に○))・生年月日・性別・電話番号、「チャリティーゴルフ大会」と書いて、同協会へ

※詳しくは同協会ホームページをご覧ください。

**相模原ギオンスタジアム** 施設の教室  
 〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	定員
①未就園児親子体操(全9回)	7月4日~9月26日の毎週月曜日(7月18日・25日、8月15日、9月19日を除く)	午前10時30分~11時30分	2・3歳児とその保護者	20組(申込順)
②跳び箱・鉄棒(全9回)★	7月8日~9月30日の毎週金曜日(7月22日・29日、8月12日、9月16日を除く)	午後3時40分~4時40分	年中・年長	各20人(申込順)
		午後5時~6時	小学校1~4年生	
③キッズスポーツ中学年(全10回)	6月29日~9月14日の毎週水曜日(8月10日・17日を除く)	午後3時40分~4時40分	年中・年長	各25人(申込順)
		午後5時15分~6時15分	小学校3・4年生	
④いきいきウォーキング(全6回)	7月5日~8月23日の毎週火曜日(7月26日、8月16日を除く)	午前9時30分~10時45分	18歳以上(高校生を除く)	各20人(申込順)
⑤はつらつジョギング(全6回)		午前11時~午後0時15分		
⑥シニア健康体操(全6回)		午後2時~3時30分		
⑦楽しく健康、筋力アップ&リラクゼーション(全6回)	7月14日~8月25日の毎週木曜日(8月11日を除く)	午前10時~11時30分	50歳以上	
⑧中国体操&ストレッチ(全10回)	7月6日~9月14日の毎週水曜日(8月10日を除く)	午前9時30分~10時30分	18歳以上(高校生を除く)	各20人(申込順)
⑨シェイプアップ(全10回)		午前11時~正午		
⑩骨盤すっきりエクササイズ(全10回)	7月7日~9月15日の毎週木曜日(8月11日を除く)	午前10時~11時		
⑪ソフトエアロ&ストレッチ(全10回)★	7月4日~9月26日の毎週月曜日(7月18日、8月15日、9月19日を除く)	午前10時30分~正午	18歳以上(高校生を除く)	各20人(抽選)
	7月8日~9月30日の毎週金曜日(7月22日、8月12日、9月16日を除く)	午後2時~3時30分		
⑫ファンクショナルトレーニング(全4回)	7月5日~26日の毎週火曜日	午前10時~11時30分	18歳以上	各20人(申込順)
⑬ランニングクリニック	6月26日(日)	午前10時~正午		

費①②各9,900円③~⑦各3,000円⑧~⑩各5,000円⑪2,000円⑫1,000円  
 ☎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、教室名、★は希望日時を書いて、同所(☎042-777-0161)✉asamizo-stadium@dream.jpへ

**総合体育館** 施設の教室  
 〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

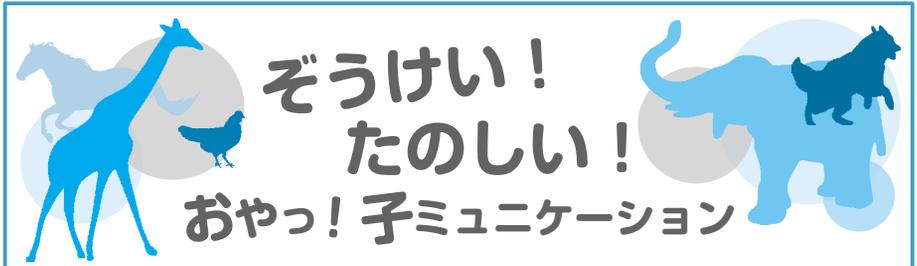
教室名	日にち	時間	対象
①ピラティス(全10回)	7月6日~9月7日の毎週水曜日	午前10時30分~11時45分	15歳以上(中学生を除く)
②リズム体操ストレッチ(全10回)	7月5日~9月6日の毎週火曜日	午前10時45分~11時45分	
③エアロビクス&トレーニング~エアロでシェイプ~(全10回)	7月11日~9月26日の毎週月曜日(8月1日、9月5日を除く)	午後1時~2時	
④やさしいヨガ(全10回)	7月7日~9月22日の毎週木曜日(7月21日、8月4日を除く)	午前9時30分~10時30分	
⑤きれいな姿勢づくり~美背中レッスン~(全10回)		午前10時45分~11時45分	
⑥カラダ調整エクササイズ(全10回)		午後1時~2時	
⑦フットサル短期集中幼児(全2回)	7月27日(水)・28日(木)	午後2時30分~4時	3歳以上の未就学児(保護者同伴)
⑧フットサル短期集中小学生(全2回)		午後4時30分~6時	小学生

定①~④⑥⑧各30人⑤⑦各20人  
 費①4,500円②~⑥各5,500円⑦⑧各1,600円  
 ☎6月20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(小学生は学年)、電話番号、教室名を書いて、同館へ

**さがみはらグリーンプール** 施設の教室  
 〒252-0242 中央区横山5-11-1 ☎042-758-3151

教室名	日にち	時間	対象	費用
①浮いて待て水泳	6月18日(土)	午後1時30分~2時30分	小学生以上	各500円
②おためし水泳飛び込みスタート	6月20日(月)	正午~午後1時	18歳以上(高校生を除く)	
③平泳ぎを泳ごう	6月25日(土)	午前11時30分~午後0時30分	バタ足で25m泳げる小・中学生	250円
④プールで遊ぼうⅠ(全2回)	6月28日(火)・29日(水)	午後4時~5時	おもつが取れている3歳以上の未就学児	500円
		午後5時30分~6時30分	小学生	各250円
⑤プールで遊ぼうⅡ				
⑥アロマセラピー	7月4日(月)	午前10時30分~午後0時30分	18歳以上(高校生を除く)	2,500円
⑦絵手紙	7月8日(金)	午前10時~正午		1,200円
⑧はじめてのフラワーアレンジメント	7月12日(火)	午後1時30分~3時30分		3,000円

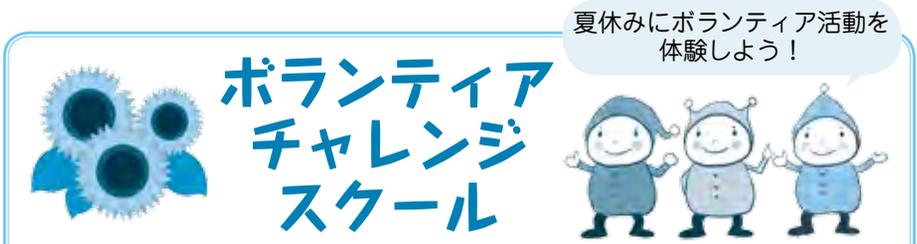
定①⑥~⑧各20人②~⑤各30人(申込順)  
 ☎開催日前日までに、直接か電話で同プールへ



東京造形大学附属美術館による、子どもと保護者が一緒に楽しめる造形ワークショップと、作品展示を開催します。

催し名	日にち	内容
作品展示	6月13日(月)~28日(火) (15日(水)・22日(木)を除く)	各ワークショップで制作した作品を展示
ワークショップ	①ダイダラボッチの尻もち	6月11日(土) みんなが中に入れる巨大なエアドーム作り
	②水彩モノタイプでつくろう!	6月18日(土) プレス機を使って版画の体験
	③はてはて? はて画? -影絵で遊ぼう-	6月25日(土) 色々な影絵を作って遊ぶ

時展示=午前10時~午後5時、ワークショップ=午後1時~4時  
 会 アトラボはしもと  
 対 4歳~12歳の子どものとその保護者  
 定 ①③各15組②10組(抽選)  
 ☎6月①7日②11日③18日までに、Eメールに参加者全員の氏名、子どもの年齢、電話番号、Eメールアドレス、催し名を書いて、東京造形大学附属美術館(☎tanoshii2016@zokei.ac.jp ☎042-637-8169)へ



夏休みにボランティア活動を実感し、自主性や主体性を育みます。

日時	会場	内容
7月3日(日) 午前9時30分~正午	あじさい会館	オリエンテーション
7月21日(木)~8月18日(木)のうち数日	福祉施設など	活動体験※
8月19日(金) 午前9時30分~11時30分	あじさい会館	報告会

※福祉・子ども・環境・国際関係などの団体から異なる分野で2つ以上体験  
 対 市内在住か在学の中学生~高校生  
 定 100人(抽選)  
 ☎6月26日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、Eメールアドレス、緊急時の連絡先、保護者の署名、「ボランティアチャレンジスクール」と書いて、市社会福祉協議会中央ボランティアセンター(〒252-0236 中央区富士見6-1-20 ☎042-786-6181)へ

# 情報あ・ら・かると

## お知らせ

### 分譲マンション管理 無料相談会

時 6月11日(土) 午後1時～5時  
会 市民会館  
対 市内マンション管理組合役員と居住者  
定 5組(申込順)  
申 6月10日までに、電話で県マンション管理士会県相模支部(☎046-256-2683)へ

### 神奈川土建 住宅デー

無料住宅相談や耐震相談、包丁研ぎなど  
時 6月12日(日) 午前10時～午後3時  
会 市内約14カ所  
※詳しくはお問い合わせください。  
問 神奈川土建一般労働組合相模原支部(☎042-754-8023)

### 建築士による自宅の無料耐震相談会

日にち	会場	定員
①6月24日(金)	藤野中央公民館	各9組
②6月28日(火)	大野南公民館	(申込順)

時 午後1時30分～4時30分  
申 6月①20日②22日までに、電話で建築指導課(☎042-769-8252)へ

### 街頭労働相談会

解雇・賃金不払い、労働保険・社会保険などの労働相談や障害者の就労相談  
※職業紹介はありません。  
時 6月20日(月) 午前11時～午後5時  
会 橋本駅自由通路 ※希望者は直接会場へ  
問 かながわ労働センター県央支所(☎046-296-7311)

### 就学相談説明会

平成29年度に小学校入学予定で、障害などにより教育的配慮を必要とする児童の就学相談について  
時 7月1日(金) 午前10時～11時30分  
会 ウェルネスさがみはら7階視聴覚室  
※希望者は直接会場へ  
※29年度入学予定児童以外の保護者も参加できます。  
問 学校教育課

### 6月1日～7日は水道週間 受水槽や井戸水の衛生管理を

**受水槽** 設置者は保健所に届け出を行い、定期的な点検と清掃が必要です。清掃は毎年実施し、有効容量が8m<sup>3</sup>を超える受水槽は、専門の検査機関で年1回検査を受けることが義務付けられています。  
**井戸水** 定期的に水質検査をしましょう。アパートなどの共同住宅で井戸水を飲用として使うときは、市の条例に基づく確認を受ける必要があります。  
問 生活衛生課  
※城山・津久井・相模湖・藤野地区は同課津久井班(☎042-780-1413)へ

### 夜間納税相談窓口のご利用を～相談はお早めに～

日中に、市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可  
時 6月23日(木)・28日(火) 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(緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南市税事務所(南区合同庁舎3階)	042-749-2163

※夜間納税相談窓口で午後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で入館手続きをしてください。

### 合同就職説明会(サガツクナビジョブミーツ8th)

少人数で企業の生の声をじっくり聞ける合同説明会  
時 6月10日(金) 午後1時30分～4時10分  
会 社のホールはしもと多目的室  
対 就職活動中の大学生・大学院生・専門学校生など  
定 50人(申込順)  
申 6月9日までに、サガツクナビホームページから申し込んでください。  
問 さがみはら産業創造センター(☎042-703-6321)

### 6月1日は人権擁護委員の日 人権に関わる特設相談所を開設

人権擁護委員が相談に応じます。

日にち	会場
6月 3日(金)	中央区役所市民相談室、城山まちづくりセンター
6月 8日(水)	津久井まちづくりセンター
6月10日(金)	相模湖まちづくりセンター
6月14日(火)	南区役所市民相談室
6月15日(水)	藤野まちづくりセンター
6月24日(金)	緑区役所市民相談室

時 午前10時～午後4時  
※希望者は直接会場へ  
問 相模原人権擁護委員協議会(横浜地方公務局相模原支局内 ☎042-768-0460)

### 輝く看護職として 再出発してみませんか 潜在看護職復職支援 就職相談会

ナース・ワーク・コンシェルジュ(協力病院の看護部長)が、市病院協会加盟37病院の概要説明や、復職に関する相談に個別に対応  
時 6月26日(日) 午前10時30分～午後3時  
会 ウェルネスさがみはら5階会議室  
対 保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの免許がある人(子ども同伴可)  
※希望者は直接会場へ  
問 市病院協会事務局(☎042-755-0531)

### リテールマーケティング(販売士)検定試験2級・3級

時 7月9日(土) 会 産業会館  
費 2級5,660円、3級4,120円  
申 6月13日～17日に直接か、6月16日までにインターネットで、相模原商工会議所共済検定課(☎042-753-8134)へ

### 技能功労者を推薦してください

優れた技能を持つ人などを表彰  
対 次の全てに該当する人 ○市内在住で主に市内で技能職種に従事○同一職種に30年以上従事した60歳以上(平成28年10月1日現在)○優れた技能を持ち、人材の育成などその職種の発展に寄与し、他の模範として認められる  
申 6月14日までに、直接か電話で、各技能職団体か、団体のない職種は雇用政策課(☎042-769-8238)へ

### 6月5日～11日は危険物安全週間

ガソリンは燃えやすく、とても危険です。ガソリンをポリタンクに入れることは禁止されているので、ガソリン専用の金属製容器を使用してください。  
問 予防課



### 選挙人名簿・在外選挙人名簿の登録確認(縦覧)

問 選挙人名簿 平成8年6月2日までに生まれた人で、28年3月1日までに市の住民基本台帳に記録され、6月1日まで引き続き記録されている人  
在外選挙人名簿 海外に転出し引き続き3カ月以上滞在していて、在外選挙人名簿への登録申請をした人のうち、6月2日までに同名簿に登録された人  
※いずれも新規に登録された人  
時 6月3日(金)～7日(火) 午前8時30分～午後5時  
会 各区選挙管理委員会事務局(4日・5日は、緑区=緑区合同庁舎守衛室、中央区=市役所本館守衛室)  
※縦覧希望者は直接会場へ(電話での登録確認はできません)  
問 各区選挙管理委員会事務局

区	電話番号
緑	042-775-8820
中央	042-769-9259
南	042-749-2117

※4日・5日は、緑・中央区は市役所本館守衛室(☎042-754-1111)へ

### 宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

8月まで平日に空きあり  
問 随時受け付け  
9月分の抽選申し込み 6月10日午後5時までに、さがみはらネットワークシステムからか、商業観光課、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)・出張所・公民館にある申込書を各施設へ。抽選後の空き室の申し込みは、6月21日から、電話で①(☎0120-988-547)、②(☎0267-55-6776)へ  
9月の休館日 ①5日(月)・6日(火) ②6日(火)・28日(水)  
※②日～金曜日は特別料金で宿泊でき、地域の特産品をプレゼント

## 6・7月 施設の催し・講座

※会場・問い合わせは原則各施設です

### ユニコムプラザさがみはら ☎042-701-4370

**オーサーズカフェ「医師に聞く-医師、看護師、病院について-」**  
時 6月11日(土) 午後2時～3時  
※希望者は直接会場へ  
**子育て支援者研修会・交流会「育ててっかい支援の輪2016」**  
子育て中の人や子育て支援に関わる人たちの交流を深める集い。講演「発達特性のある子を育てるポイント」などもあり  
時 7月7日(木) 午前10時～午後0時30分  
講 川崎幸江さん(おかんの会代表)  
対 子育て支援活動者や子育て中の人など  
定 100人(申込順) ※子ども同伴可  
申 電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、所属があれば所属の子育て支援団体名、子ども同伴者は子どもの月齢、「育ててっかい支援の輪2016」と書いて、みらい子育てネットさがみはら連絡協議会(☎090-3816-1946 info@miraikko-sagami.org)へ

### ソレイユさがみ ☎042-775-1775

**男女共同参画フェスティバル ～ト・キ・メ・キ 老いも若きも 女も男も～**  
研究活動発表、パネル展示、ビンゴゲーム、軽食・喫茶コーナーなどを開催  
時 6月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後4時  
※希望者は直接会場へ  
**子育て女性のキャリアアップセミナー～考えてみませんか!年収300万円をめざす働き方～**  
時 7月9日(土) 午前9時30分～正午  
対 ひとり親家庭の母親が関心のある女性  
定 15人(申込順)  
※未就学児(1歳以上)の保育あり(定6人(申込順。要予約))  
申 直接か電話で市総合就職支援センター(☎042-700-1618)へ

### LCA国際小学校北の丘センター(さがみはら北の丘センター) ☎042-773-5570

**北の丘フェスタくあじさい**  
ロビーでの地域団体の発表など  
時 6月12日(日) 午前10時～午後4時  
※希望者は直接会場へ

### サンドブラスト教室

ガラス製品にシールやビニールテープでデザインし、砂を吹き付けて模様付け  
時 6月12日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分  
定 各15人(申込順)  
※未就学児は保護者同伴  
費 各1,500円  
申 直接か電話で同センターへ

### さがみはら国際交流ラウンジ ☎042-750-4150

**もっと知ろう!がんの正しい知識**  
時 6月19日(日) 午後2時～4時  
定 40人(先着順) ※希望者は直接会場へ  
**カナダ人国際交流員と楽しむ 英語料理教室とカナダ旅行プラン**  
クレープ作りと、カナダ東海岸を満喫できる旅行プランの紹介  
時 6月12日(日) 午前10時～正午  
会 ソレイユさがみ  
対 市内在住か在勤・在学の高校生以上  
定 24人(申込順)  
費 400円  
申 6月8日までに、電話で同ラウンジへ  
**お茶会～外国人との交流の広場～**  
イギリス人による母国のお話と交流会  
時 6月19日(日)

### 母国のお話 午前10時～11時 交流会 午前11時～正午

会 ユニコムプラザさがみはら  
定 48人(先着順) ※希望者は直接会場へ

### サン・エールさがみはら ☎042-775-5665

**土曜コンサート 「男声アカペラ・アンサンブル」**  
出演はMaple Choir  
時 6月18日(土) 午後3時30分～5時  
定 220人(先着順)  
※希望者は直接会場へ

### 施設のお休み

**環境情報センター**  
時 6月5日(日)・16日(木)・18日(土)・25日(日)  
問 同センター(☎042-769-9248)  
**市民健康文化センター**  
時 6月13日(月)  
※プールのみ6月14日(火)・15日(水)  
問 同センター(☎042-747-3776)  
**LCA国際小学校北の丘センター(さがみはら北の丘センター)**  
時 6月14日(火)  
問 同センター(☎042-773-5570)

### 新卒対象求人取扱説明会

平成29年3月新卒予定者を対象にした求人取り扱いについて  
時6月10日(金)午後1時30分～3時30分  
会市民会館第1大会議室  
対市内事業主 ※希望者は直接会場へ  
問ハローワーク相模原(☎042-776-8609(部門コード44#))

### 都市計画案の縦覧と意見書の提出

町田市との行政境界変更に伴う区域区分、用途地域、防火地域及び準防火地域、道路(3・4・6号宮上横山線)、下水道(第1号公共下水道)の変更  
時6月16日(木)～30日(木)  
午前8時30分～午後5時15分  
※土・日曜日、祝日等を除く  
※意見書の提出方法など、詳しくはお問い合わせください。  
会町田市都市計画課  
※町田市都市政策課でも縦覧可

## 募集

### さがみ美術展(公募展)の作品

6月24日(金)～28日(火)に相模原市民ギャラリーで展示  
出品 1人2点まで。規格は8～100号(80～100号は1点まで)  
費1点3,000円、2点4,000円、80～100号4,000円  
時6月19日午前10時～午後5時に、作品と費用を持って、直接同ギャラリーへ

### まち・みどり公社の職員

総務、経理、事業の企画・実施、施設の管理・運営など  
勤務 10月から週5日で、原則、午前8時30分～午後5時15分(週38時間45分)  
※勤務場所により、土・日曜日、祝日等の勤務あり  
対昭和57年4月2日～平成3年4月1日に生まれた人=若干名(選考)  
時6月20日(必着)までに、郵送で必要書類を同公社(〒252-0236 中央区富士見6-6-23 ☎042-751-6623)へ  
※必要書類など詳しくは、同公社ホームページをご覧ください。

### 市立図書館相武台分館の非常勤職員

窓口対応、パソコン操作、書籍運搬など  
勤務 8月～平成29年7月の月13日程度で、原則、午前8時30分～午後5時のうち指定する1日3時間30分、6時間、7時間のいずれか(土・日曜日、祝日等の勤務あり。週20時間程度)  
賃金 時給927円  
定1人(選考)  
時6月15日までに、市立図書館(☎042-754-3604)へ電話連絡の上、指定日に、履歴書(写真貼付)を直接同館へ  
※登録時に簡単な面接あり

### 国民年金推進相談員

勤務 月～金曜日(祝日等を除く)で、午前8時30分～午後5時15分のうち指定する1日7時間  
勤務場所 緑・南区役所、国民年金課のいずれか  
賃金 月額19万2,300円  
対社会保険労務士か年金アドバイザー3級以上の資格がある人=1人(選考)  
時6月16日(必着)までに、国民年金課にある申込書(市ホームページにも掲載)と作文を同課(☎042-769-8228)へ  
※詳しくはお問い合わせください。

### サン・エールさがみはらの臨時職員

受付窓口業務(予約受付、料金収納など)  
勤務 7月から、月15日程度(シフト制)で、午前9時～午後7時のうち1日5時間(土・日曜日、祝日等の勤務あり)  
賃金 時給927円  
対パソコンの文字入力ができる人  
定1人(選考)  
時6月13日午後5時(必着)までに、必要書類を直接か郵送で同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665)へ  
※勤務・応募条件など、詳しくは同所ホームページをご覧ください。

## イベント

### フリーマーケット&おもちゃの病院

時6月12日(日)〈雨天中止〉  
午前10時～午後2時(おもちゃの病院の受け付けは午後1時30分まで)

会橋本台リサイクルスクエア  
※希望者は直接会場へ  
※出店者の募集は終了  
※壊れたおもちゃの修理は1人2点まで(部品代は有料)  
問資源循環推進課

## 講演・講座

### 子育て広場 緑のおうち講座 アートワーク「コラージュ」

気に入った絵や写真を切り貼りして、気分をリフレッシュ  
時6月7日(火)午前10時30分～正午  
会子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)  
対3歳くらいまでの子どもの保護者  
※子ども同伴可。保育なし  
定4組(申込順)  
時月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時に、電話で同所(☎042-703-5136)へ

### ラベンダースティック教室

時6月18日(土)午前10時～正午  
会相模湖林間公園  
対市内在住か在勤・在学の小学生以上  
※小学生は保護者同伴  
定15人(申込順) 費500円  
時直接か電話で同公園(☎042-685-1330)へ

### 初心者民謡講座〈全10回〉

時7月1日～9月9日の毎週金曜日(8月12日を除く)午前10時～正午  
会市民会館けやきの間  
定30人(申込順)  
費2,000円  
時6月30日までに、電話で市民謡協会の児玉さん(☎090-7017-7524)へ

### 森づくりボランティア講座

緑区鳥屋の広葉樹林の下刈りと木材製材施設の見学  
時7月9日(土)〈予備日7月10日(日)〉  
集合 午前8時30分までに小田急線本厚木駅南口  
解散 午後4時ごろに同駅  
対18歳以上=50人(申込順)  
時7月1日までに、電話でかながわトラストみどり財団(☎045-412-2255)へ

### 市民講座「相模原が『柴胡が原』と呼ばれていたころ」

絶滅危惧植物ミシマサイコについて  
時6月9日(木)午後2時～3時30分  
会環境情報センター  
定70人(申込順) 費300円(資料代)  
時直接か電話、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、「ミシマサイコ講演会」と書いて、同センター(☎042-769-9248 FAX042-751-2036 問kankyo@eic-sagamihara.jp)へ

### 教育実践研究論文書き方講座～わかりやすく説得力のある論文を書くには～

教育実践に関する論文の組み立て方や留意点について  
時6月18日(土)午後2時～5時  
会総合学習センター  
定60人(申込順)  
時6月10日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「教育実践研究論文書き方講座」と書いて、同センター(☎042-756-0290 FAX042-758-8146 問centerkk@sagamihara-kng.ed.jp)へ

### 家族セミナー「ひきこもる若者と家族が動くとき」〈全3回〉

さがみはら若者サポートステーションの活動紹介、若者などへの理解について  
時6月18日(土)・25日(土)、7月2日(日)午前9時30分～11時30分  
会社のホールはしもとセミナールーム2  
対ニート・引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の家族  
定30人(申込順)  
時7月1日までに、直接か電話で同ステーション(☎042-703-3861)へ

### 子育て支援員研修

保育や子育て支援分野の各事業(小規模保育・家庭的保育・ファミリーサポートセンター事業など)に従事する上で必要な知識・技能などを修得  
※対象や募集コース、研修日程、申し込み方法など、詳しくはポピンズホームページをご覧ください。  
問ポピンズ(☎03-3447-5826)

## 女子美染織コレクション展Part6 × 渡辺家コレクション

### TEXTILE DESIGN - 時代をうつす布 -

江戸時代末期から明治、大正、昭和と、激動の時代をくぐり抜けてきた染織品を通して、日本のテキスタイルデザインを紹介します。  
時6月11日(土)～7月24日(日)  
午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)  
※火曜日休館  
会女子美アートミュージアム(南区麻溝台)  
問女子美アートミュージアム ☎042-778-6801

## 相模湖ダム祭

相模湖ダム・相模発電所見学や遊覧船による湖一周などを行います。  
時7月18日(祝)午後0時20分～4時30分(荒天中止)  
会相模ダム、相模発電所ほか  
対県内在住の小学生以上(小学生は保護者同伴)  
定80人(申込順)  
費200円  
時7月1日(必着)までに、はがきかファクスに参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、「ダム祭」と書いて、相模湖まちづくりセンター(〒252-5162 緑区与瀬896 FAX042-684-3618 ☎042-684-3240)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。  
●地域交流バザー 自主製品の販売や模擬店など 6月5日(日)午前10時～午後2時、やまびこ工房(中央区田名) 問同所(☎042-760-1033)  
●植物細密画「ボタニカルアート花と風展」 6月8日(水)～12日(日)午前10時～午後6時(8日は正午から、12日は午後5時まで)、ユニコムプラザさがみはら 問小須田(☎046-253-7168)  
●ゆらら押し花アート作品展 6月17日(金)～19日(日)午前10時～午後6時、社のホールはしもと多目的室。押し花はがき体験会あり(定員各日100人(先着順)) 問金田(☎042-782-1642)  
●目と心の健康相談室開室1周年記念講演会「目と心の悩みを晴らす集い」 7月11日(月)午後1時45分～4時、和光大学ポプリホール鶴川(町田市能ヶ谷) 問荒川(☎090-7287-7694)  
仲間 会費などは個別にお問い合わせください。  
●ポピュラー・フォークソング 月1・2

回土曜日午後1時30分、橋本公民館。見学・体験可 問山田(☎042-761-7603)  
●ダイエットヨガ 毎週火曜日午前9時30分、サーティーフォー相模原球場会議室 問土橋(☎080-3541-0713)  
●フラダンス 月3回土曜日午前9時、相模原公民館ほか。見学・体験可 問岡島(☎090-8476-5443)  
●バレエ 月3回日曜日午前10時、麻溝公民館。対象は3歳～12歳くらいの子ども 問中村(☎090-1847-3655)  
●詩吟 毎月第1・第3・第4金曜日午前10時、相模台公民館。見学可 問根本(☎046-254-4421)  
●アクアビクス 毎週木曜日午後1時30分、さがみはらグリーンプール 問小形(☎042-751-2248)

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 FAX042-753-7831)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カ月以内、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)。掲載の場合は、発行日の10日前ごろに連絡します。不掲載の連絡、原稿の返却はしません。

## 本沢梅園の梅もぎ取り 予約不要

梅の収穫時期に合わせ、約1,000本の梅の木が広がる川尻財産区の本沢梅園を開園します。品種は梅酒や梅干しなどに適した白加賀です。

時 6月11日(土)・12日(日) 午前9時～午後3時

※今年は着果数が少ない状況です。梅がなくなり次第終了します。

所在地 緑区川尻4457-1(城山発電所そば、無料駐車場あり)

交通 橋本駅南口から「若葉台住宅」行きバス終点下車、徒歩約30分

費 1kg500円(入場は無料)

問 市コールセンター ☎042-770-7777



## 市の花 ◆ アジサイを楽しもう!

園芸相談やアジサイの花苗配布(日曜日のみ)なども行います。

### 相模原麻溝公園アジサイフェア

約200品種7,400株のアジサイと、ミニフリーマーケットが楽しめます。

時 6月5日(日) 午前9時～午後3時

問 相模原麻溝公園管理事務所 ☎042-777-3451

### 相模原北公園アジサイ・ローズフェア

約200品種1万株のアジサイと約85品種1,900株のバラが楽しめます。

時 6月11日(土)・12日(日) 午前9時～午後3時

問 相模原北公園管理事務所 ☎042-779-5885



## 相模川ビレッジ若あゆの催し



### 若あゆ20周年 食農体験デー(7月)参加者募集

田の草取りや野菜の収穫、野外でのカレー作りなどを体験します。希望者は、かかし作りにも挑戦できます。

時 7月16日(土) 午前9時～午後2時30分

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

定 100人(抽選) 費 1人200円

申 6月15日(必着)までに、はがきかファクス、Eメール(1家族1通まで)に住所、全員の氏名(ふりがな)・性別、学校名、学年、電話番号、保育希望の有無、「食農体験希望」と書いて、同所(〒252-0135 緑区大島3497-1 ☎042-760-5445 FAX 042-760-5215 ✉wakaayu@sagamihara-kng.ed.jp)へ



### 若あゆ20周年 かかしフェスティバル出展者募集

9月10日(土)～10月2日(日)に行われる同フェスティバルに、かかしを出展しませんか。

対 市内在住の小・中学生とその保護者、青少年団体など

申 6月2日～7月8日に、直接か電話で同所(☎042-760-5445)へ



## 銀河連邦 サク共和国 りんご樹オーナー募集



長野県佐久市臼田地域の「サンふじ」のオーナーになり、りんご狩りを体験してみませんか。太陽の光をいっぱい浴びた、蜜の詰まった甘いりんごが収穫できます。

収穫時期 11月上旬～中旬

※収穫に行けない人には、宅配便で届けます。

募集本数 40本(抽選)

費 1本2万1,600円(150玉は最低保証)

申 6月17日(必着)までに、ファクスかEメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、希望本数を書いて、臼田地域りんご樹オーナー制度委員会(FAX 0267-82-3116 ✉u-keizaikensetsu@city.saku.nagano.jp ☎0267-82-3113)へ



## 子どもアントレ体験キャンプ

会社の設立から商品製造や販売など、経営の流れを疑似体験します。

時 8月12日(金)～14日(日)〈2泊3日〉

集合場所 サン・エールさがみはら

会 相模川ビレッジ若あゆほか

対 市内在住の小学校5・6年生

定 48人(抽選。初めての人優先) 費 8,000円

申 6月10日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、性別、電話番号、保護者氏名、参加経験の有無、「子どもアントレ」と書いて、子どもアントレ事務局(さがみはら産業創造センター内 〒252-0131 緑区西橋本5-4-21 ☎042-770-9119)へ

※同センターホームページからも申し込みます。



## シルバーいきいきライフ講習会

シルバー人材センターの会員が講師となり、簡単な技能講習や趣味の教室などを行います。技術や趣味を生かした地域交流や社会参加を始めるきっかけにしませんか。

教室名	日時	定員(抽選)	費用
はじめよう水彩画(全2回)	6月20日(月)・21日(火) 午前9時～午後4時	8人	500円
ビーズ編み(スワロフスキーを使ったネックレス作り)★	6月22日(水)・27日(月) 午前9時～午後3時	各10人	各1,000円

会 シルバー人材センター中央事務所

対 市内在住の60歳以上

申 6月9日(必着)までに、往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、教室名、★は希望日を書いて、同事務所(〒252-0236 中央区富士見4-3-1 ☎042-753-7373)へ



## ひらめき☆ときめきサイエンス～ようこそ大学の研究室へ～

### マイナス100度の世界 ～小さな有機分子と色の関係式～

時 ①8月2日(火)・3日(水) ②8月4日(木) 午前11時～午後4時30分

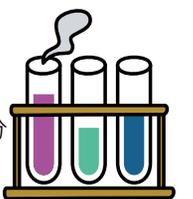
会 北里大学相模原キャンパスS号館(南区北里)

対 ①小学校5年生～中学生②中学生、高校生 ※保護者見学可

定 各25人(申込順) ※昼食あり(保護者はありません)

申 6月30日までに、日本学術振興会ホームページから申し込んでください。

問 北里大学理学部事務室総務課 ☎042-778-8508



# ウェルネス通信



6/1

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(スタート編)

離乳食の講習、簡単な実習と試食

日にち	時間	会場	申込
7月6日(水)	午後1時～2時15分	南	⑮
7月11日(月)	午後2時45分～4時	ウ	

対平成28年1～2月生まれの初めての子の保護者とその家族  
定各20人(申込順。調整あり)

### 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6月8日(水)午前10時～11時30分  
会ウ  
対乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)  
申⑥

### ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び

時7月11日(月)午前10時～11時30分  
会南  
対おおむね4歳未満のふたご・みつごとその家族か、ふたごなどを妊娠中の人  
定20組(申込順)  
申⑨

### ふれあい親子サロン

保健師、保育士らによる健康・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
6月16日(水)	湖、大野北、上鶴間
6月21日(水)	二本松、陽光台、田名
6月22日(水)	並木
6月23日(水)	城山、大沼、麻溝
6月28日(水)	富士見、鶴園中和田

◎こどもセンター  
◎栄養士による栄養相談もあり  
◎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		
精神 保健相談 (精神科医)	6月8日(水)	午後1時～2時	ウ	⑮	こころの健康についての相談 定各2・3人(申込順。調整あり) 申⑦中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 南南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 津津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
	6月28日(水)		南		
	6月14日(水)		津		
	6月24日(金)		湖		
	6月20日(月)		藤		
HIV(エイズ)等の 検査・相談	火曜日	午前9時～11時15分	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)
	6月18日(土)	午後2時～3時45分	橋		
HIV(エイズ)即日検査	6月7日(火)	午前9時～10時30分	ウ	④	その日のうちに結果が分かるHIV(エイズ)検査・相談(無料。匿名) 定各15人(申込順)
		午後6時～7時15分			
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	6月16日(水)	午後1時30分～3時30分	けやき会館	④	対思春期相談13歳～17歳の精神的な問題を抱える人とその家族 ひきこもり相談おおむね40歳ぐらいまでの引きこもりの状態にある人とその家族 定2組(申込順。調整あり) 申6月8日までに⑭
みんなのアルコール相談	6月21日(水)	午前10時～正午	ウ	④	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などの相談に応じます。 対アルコールに関する問題がある人とその家族 定2組(申込順。調整あり) 申6月8日までに⑭
アルコール・薬物家族教室	6月27日(月)	午後2時～4時	ウ	④	アルコール・薬物問題を理解し、その対応について学びます。 対市内在住か在勤でアルコールや薬物問題がある人の家族 定10組(申込順)
くすりの相談	6月16日(水)	午後1時30分～3時	ウ	④	※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 申市薬剤師会 ☎042-756-1502
家族のための分かち合い・コミュニケーション教室「ガーベラ」	6月15日(火)	午後2時～4時	ウ	④	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、対応を学びます。 対引きこもりの状態にある人・アルコールや薬物問題がある人の家族 定20組(申込順)

## もつ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
今こそからだのメンテナンス! 運動習慣つけて生涯現役(全6回)	7月20日(水)	午前10時～正午	緑	運動習慣を身に付けるための講義と実技 対市内在住か在勤の60歳～69歳で、運動の実技に支障がなく、同教室に参加したことがない人 定15人(抽選) 申6月28日までに⑦
	7月28日(水)			
	8月17日(水)			
	9月7日(水)			
	10月6日(水)			
	11月2日(水)			
骨密度測定 de 骨元気アップセミナー	7月6日(水)	午前9時45分～10時15分	緑	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 定各25人(申込順) 費各700円 申⑦
		10時45分～午後1時30分2時		

## 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で実施しています。  
●費用や日程など詳しくは、本紙7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 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
②	中央高齢者相談課	☎042-769-8349
③	南高齢者相談課	☎042-701-7704
④	疾病対策課	☎042-769-8260
⑤	健康企画課(成人)	☎042-769-8322
⑥	健康企画課(母子)	☎042-769-8345
⑦	緑保健センター	☎042-775-8816

⑧	中央保健センター	☎042-769-8233
⑨	南保健センター	☎042-701-7708
⑩	城山保健福祉課	☎042-783-8120
⑪	津久井保健福祉課	☎042-780-1414
⑫	相模湖保健福祉課	☎042-684-3216
⑬	藤野保健福祉課	☎042-687-5515
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

## 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。

①	日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
①	7月1日～9月16日 の毎週金曜日	午後3時30分～5時	スポーツクラブ ルネサンス淵野辺 (中央区鹿沼台)	042-753-5461 午前9時30分～午後9時(月曜日を除く) ※日曜日、祝日等は午後7時まで
②	7月6日～9月21日 の毎週水曜日	午後1時～2時30分	コナミスポーツクラブ 相模大野(南区南台)	042-748-6611 午前10時30分～午後5時(金曜日を除く)
③	7月7日～9月22日 の毎週木曜日	午後3時30分～5時	スポーツクラブ ルネサンス相模大野 (南区相模大野)	042-702-0303 午前10時～午後11時30分(金曜日を除く) ※土・日曜日、祝日等は午後8時まで
④			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)

対 運動に支障がない市内在住の65歳以上=①8人②～④各10人(抽選) 費各6,000円

申 6月①19日②～④20日までに、電話で各会場へ

## 高齢者筋力向上トレーニング 中央会場Bコース〈全24回〉

運動機能の維持・向上を目標に、体操を中心とした各種トレーニングを行います。

時 8月30日～11月18日の毎週火・金曜日  
午前9時30分～11時30分

会 ウェルネスさがみはら

対 市内在住の65歳以上で、病気・けが・加齢に伴う衰え等で身体機能などが低下し、面接によって改善に向けた支援が必要と判断された人

定 10人(選考)

申 6月3日までに、電話で、住んでいる地区の高齢者支援センター(申込先が分からない場合は市コールセンター(☎042-770-7777))へ

## キャラバン・メイト養成研修

認知症サポーターを養成する講座で講師を務めるのが「キャラバン・メイト」です。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのために活動しませんか。

時 7月5日(火) 午前9時30分～午後4時40分

会 ウェルネスさがみはら

講 石井達範さん(相模台病院精神科医師)ほか

対 市内在住か在勤で、次の全てに該当する人

- 受講後、認知症サポーター養成講座を最低年間3回以上、ボランティアで開催できる
- 認知症についての基礎的な知識がある(認知症サポーター養成研修を受講したことがあるなど)

定 100人(申込順)

申 6月17日(必着)までに、地域包括ケア推進課か各高齢者相談課にある申込書(市ホームページにも掲載)を地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ

## 口腔がん検診

口腔粘膜の状態を検診します。

時 7月10日(日) 午前9時30分～午後0時30分

会 相模原口腔保健センター(ウェルネスさがみはら内)

対 市内在住の40歳以上=65人(抽選) 費500円

申 6月15日(必着)までに、はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、性別、電話番号、「口腔がん検診」と書いて、健康企画課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8345)へ  
※記載漏れがある場合は無効になりますのでご注意ください。

※70歳以上など一部の人は、費用の免除があります。

※虫歯、歯周病の検診は行いません。

## 教室・講座・講演会

### 市民公開講座「経絡ストレッチと認知症予防のための運動療法」 ～東洋医学を利用した健康づくり～

生活習慣から起こる体のゆがみを正すストレッチなど

時 6月5日(日) 午後2時～4時

会 サン・エールさがみはら

定 70人(申込順)

申 6月4日までに、電話か、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「市民公開講座」と書いて、相模原鍼灸マッサージ師会事務局(相模在宅療養センター内 ☎042-700-2682 FAX042-700-2683)へ

### オストメイト健康相談会

介護保険制度の講演や看護師による個別相談など

時 6月26日(日)

午後1時30分～4時30分

会 プロミティふちのべ(中央区鹿沼台)

定 70人(先着順)

※希望者は直接会場へ

問 日本オストミー協会神奈川支部の安部さん(☎042-760-1425)

### 子育て広場たんととのセミナー

#### ①イヤイヤ期の子育て

子どもの心の発達とイヤイヤ期の子どもとうまく付き合う方法について

時 6月18日(土) 午前10時30分～正午

#### ②よくわかる予防接種

予防接種の必要性や最新情報について。希望者には、個別相談も実施

時 7月2日(土)

午前10時30分～11時30分

会 伊勢丹相模原店(南区相模大野)

対 乳幼児とその保護者

※②は妊娠中の人も可

定 ①15組②10組(申込順)

※電話・Eメールの着信順に受け付け

申 電話か、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、携帯電話番号、子どもと保護者の各参加人数、セミナー名を書いて、子育て親育ち応援団 With.cfc(☎080-5431-0971 ☒tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

### 「産後の」カラダスツキリ♪ ママ'Sセミナー〈全2回〉

血管・体年齢や運動量の測定、生活習慣病予防について

時 7月1日(金)・8日(金) 午前10時～正午

会 南保健福祉センター

対 市内在住か在勤の人

定 25人(申込順) ※子ども同伴可

申 直接か電話で南保健センター(☎042-701-7708)へ

### 統合失調症家族教室〈全4回〉

統合失調症の知識や当事者とのコミュニケーション術などを学び、家族同士の交流を深める

時 7月5日(火)・20日(水)・26日(火)、8月2日(火) 午後2時～4時

会 緑区合同庁舎

対 統合失調症の発症から10年以内の人の家族

定 15人(申込順)

申 6月30日までに、電話で緑障害福祉相談課(☎042-775-8811)へ

### アレルギー疾患講演会

#### 小児ぜんそくとアレルギー性鼻炎(花粉症)

小児期の予防対策と日常ケアについて

時 7月8日(金) 午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

定 50人(申込順)

※保育あり(定15人(申込順。要予約))

申 7月7日までに、電話で中央保健センター(☎042-769-8233)へ

### 不安・強迫性障害相談〈全6回〉

不安や強迫症状を助長しない思考や行動力を身に付けるための、心理教育と認知行動トレーニング

時 7月8日・22日、8月12日・26日、9月9日・23日の金曜日  
午前9時30分～11時30分

会 けやき会館

対 市内在住で、不安や強迫症状により日常生活に支障がある人

定 2人(申込順)

費 1回2,000円

申 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

### ワーキングマザー

#### 両立応援カウンセリング

#### ～働くママ・プレママのための相談室～

出産後も働き続けたい人や働く女性が抱える悩みに、経験豊かな女性カウンセラーが応える相談室

時 毎月(6月、9月を除く)第2火曜日  
午後4時～7時

※詳しくはお問い合わせください。

会 南保健福祉センター

定 各3人(申込順)

※未就学児の保育あり(要予約)

申 電話でかながわ労働センター(☎045-633-6110)へ

## 愛の献血

日にち	時間	会場
6月 2日(木)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
6月12日(日)		橋本駅ペデストリアンデッキ下
6月17日(金)	午前10時～正午	市役所前

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



問 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)

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。

**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。

**接骨** 休日当番柔道整復施療所案内  
☎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)。

