

# さがみはら 広報

NO.1350  
毎月  
1日・15日発行  
**12/1**  
2016  
平成28年  
SAGAMIHARA

## LINE UP 今号の主な内容

- ふるさと納税返礼品12月1日スタート…………… 2
  - 障害について理解を深めよう…………… 6
  - お互いを認め合う学校づくりに向けて…………… 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 721,770人  
男 361,358人 女 360,412人  
世帯 315,351世帯

平成28年11月1日現在。平成27年国勢調査の確定数を基礎として算出したもの

こんにちは!

# 民生委員・ 児童委員です



民生委員・児童委員  
100周年シンボルマーク  
(全国民生委員児童委員連合会)

民生委員・児童委員は、福祉全般に関するさまざまな悩みや問題が生じた人に、同じ地域の住民という立場で相談に乗り、解決する機関へとつなぐパイプ役です。その歴史は古く、平成29年には制度創設100周年を迎えます。

そんな節目の年を目前に控えた12月1日は、3年に一度の民生委員の改選が行われる日です。新たに厚生労働大臣から3年の任期で委嘱された民生委員・児童委員が、市内の各地域で活動します。



**長竹ふれあいサロン**  
(津久井地区)

外出の機会が少なく、地域の中で孤独感を抱える高齢者に、楽しくおしゃべりできる場を作ると、地域の有志で始めたサロンです。民生委員も運営に協力しています。



**子育てサロン**  
(星が丘地区)

顔の見える関係づくりから  
日常の支援に  
つながっています



子どもと保護者が  
気軽に参加して交流  
できる場をつくって  
います。



**災害時要援護者支援対策事業**  
(大野中地区)

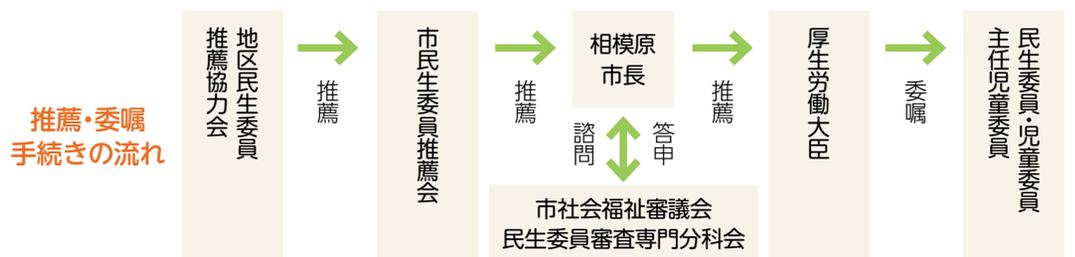
緊急連絡先や個人の情報などを記録する安心情報カードと、災害時に必要となる物品を詰め合わせた「非常時携帯物品袋」を配布しています。災害に対する日頃からの備えを促し、地域の皆さんとの良好な関係を築くことで、日常の支援にもつなげています。



誰もが気軽に参加でき、  
無理なく楽しめる仲間づくりの場で  
活動しています

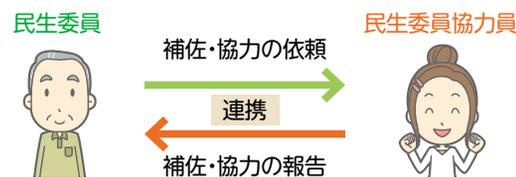
## 民生委員・児童委員とは ～行政や専門機関との連絡窓口(パイプ役)～

住民の立場に立って、福祉に関することで悩んでいる市民の相談に応じたり、支援を行ったりする身近な相談相手です。相談内容に応じて、必要な支援を受けられるよう、地域の専門機関とのパイプ役になります。全ての民生委員は、子どもに関わる援助などを行う「児童委員」としても活動し、一部の民生委員は児童虐待や子育て支援を専門的に担当する「主任児童委員」として活動しています。また、高齢者や障害者など、災害時に迅速に避難することが困難な人(災害時要援護者)の支援にも重要な役割を果たしています。



## 民生委員をサポートする民生委員協力員

民生委員・児童委員の業務量の増加や、なり手不足が課題となっています。そこで「民生委員協力員」制度を導入し、活動の補佐や協力をしています。



- ◆ 民生委員1人につき1人の協力員を配置でき、一緒に活動する上で信頼できる人を自ら協力員候補者として選びます。
- ◆ 協力員はあくまでも自発的に協力するボランティアとして市長から委嘱されています。
- ◆ 民生委員の活動を補佐して知り得た個人情報については、民生委員と同様の守秘義務があります。

☎042-769-9222

## TOPICS

### 九都県市首脳会議等で共生社会の実現に向けた共同宣言

九都県市首脳会議(10月26日)、県・横浜・川崎・相模原四首長懇談会(11月14日)、指定都市市長会議(11月24日)が開催され、それぞれの会議で、全ての人の命は平等でかけがえのないものであるという理念の下、障害の有無にかかわらず、あらゆる人の尊厳が守られ、安全で安心して暮らせる共生社会の実現に向け取り組んでいくことを共同で宣言しました。

☎042-769-8248





# ふるさと納税 返礼品 12月1日スタート 地域活性化を応援しませんか

本市の魅力を全国にアピールし、地域を活性化していくため、「暮らし潤いさがみはら寄附金」に「地方創生さがみはら地域活性化応援コース」を設けました。このコースへ寄附した皆さんには、返礼品を贈呈します。



## Q. ふるさと納税って?

**A.** 自治体への寄附のことです。寄附をすると、2,000円を超えた残りの金額が、所得税や住民税から控除されます(控除には限度額があります)。

## Q. 寄附したお金はどのように使われるの?

**A.** 「地方創生さがみはら地域活性化応援コース」に寄せられた寄附金は、本市の産業振興、シティセールスの推進など、地域活性化事業に活用します。他の12コースへ寄附した場合は、寄附金全額を指定事業に活用しますが、返礼品の贈呈はありませんのでご注意ください。

## Q. 返礼品はどんな物がもらえるの?

**A.** 「地方創生さがみはら地域活性化応援コース」に5,000円以上の寄附をした皆さんには、返礼品として本市ゆかりの品を贈呈します。返礼品は、70品目以上の中から寄附金額に応じて好きなものを選ぶことができます。  
※市内在住の人も対象となります。  
※返礼品目について詳しくは、右記の申し込み用ホームページをご覧ください。

## Q. 返礼品はいつもらえるの?

**A.** 寄附金の受領後、返礼品を発送します。返礼品の種類により、発送までにかかる日数が異なります。また、入金されてからおおむね1カ月後を目安に、寄附受領書とワンストップ特例申請書を送付します。  
※税金の寄附金控除の手続きについては、総務省のふるさと納税ポータルサイトをご覧ください。

総務省 ふるさと納税 検索

## Q. どのように申し込みすればいいの?

**A.** インターネットでの申し込みが便利です。下記ホームページで「相模原市」と検索してください。

- 申し込み用ホームページ
  - 楽天ふるさと納税 <http://event.rakuten.co.jp/furusato/>
  - ふるさとチョイス <http://www.furusato-tax.jp/>
  - ヤフーふるさと納税 <http://furusatonouzei.yahoo.co.jp/>

**入金方法** クレジットカード決済  
※クレジットカード以外のお金を希望する場合は、納付書を送付します。詳しくは財務課へお問い合わせください。  
※財務課にある寄附申出書(市ホームページにも掲載)でも申し込み可能です。

☎財務課 ☎042-769-8216

ご意見をお寄せください **パブリックコメント** 市民の皆さんのご意見を取り入れた計画などを策定するための制度です。ご意見をお待ちしています。

件名	内容	担当課
新・相模原市総合計画後期実施計画(案)	新・相模原市総合計画を着実に推進するための具体的な事業計画を示すもの	企画政策課 ☎042-769-8203 FAX 042-754-2280 ✉ kikaku@city.sagamihara.kanagawa.jp
第2次さがみはら都市経営指針(案)・実行計画(案)	さらなる行財政改革と都市経営を推進するための基本的な考え方や具体的な取り組みについて示すもの	経営監理課 ☎042-769-9240 FAX 042-754-2280 ✉ keieikanri@city.sagamihara.kanagawa.jp

**資料の閲覧・配布場所** 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 ※市ホームページにも掲載  
**意見の提出** 1月10日(必着)までに、直接か郵送、ファクス、Eメールに住所、氏名、電話番号、意見を書いて、各担当課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ  
**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、各担当課や市ホームページなどで公表する予定です。

## 広域避難場所を一部変更します

12月1日から広域避難場所として指定していた旧職業能力開発総合大学の指定を解除し、新たに県立相模原総合高等学校を追加指定します。変更後の広域避難場所と避難対象地区は次のとおりです。

広域避難場所	おおむねの避難対象地区
相模原北公園	上九沢、下九沢の一部(県道63号(相模原大磯)以西の地域)、田名の一部(県道63号(相模原大磯)以西で横浜水道道緑道以北の地域)、西橋本1~4丁目、二本松、橋本台
県立相模原総合高等学校	大島
県立橋本高等学校・相原中学校	相原、橋本8丁目、西橋本5丁目

☎危機管理課 ☎042-769-8208

## 市職員を募集

### 常勤職員(社会福祉)

選考区分	職務内容	応募資格
① 社会福祉(児童福祉司スーパーバイザー)	児童福祉司に対する専門的見地からの指導・教育など	次の全てに該当する人 ○平成29年4月1日現在、36歳~59歳で、児童福祉司としての実務経験が5年以上ある ○社会福祉主事の任用資格がある
② 社会福祉(心理担当)	児童等の心理判定など	次の全てに該当する人 ○29年4月1日現在、60歳未満で、児童心理の実務経験が2年以上ある ○社会福祉主事の任用資格がある ○臨床心理士か臨床発達心理士の資格がある

**採用予定日** 29年4月1日 **採用予定人数** ①2人②4人  
※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)などにある受験案内(市ホームページにも掲載)をご覧ください。  
☎ 12月26日(消印有効)までに、受験案内に付いている申込書等を郵送で職員課へ

### 非常勤職員(事務補助)

**勤務内容** データ入力、文書整理、窓口・電話対応など  
**登録期間** 2月上旬~平成30年3月  
**勤務場所** 市役所本庁舎、各区役所・総合事務所など  
**勤務** 指定する日の午前9時~午後3時30分(午前9時30分~午後4時(勤務がない月もあり))  
**賃金** 日給5,137円(4月からは5,291円)  
☎ パソコン操作ができる人=80人(選考)  
☎ 12月14日(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名、電話番号、「非常勤職員登録面接申し込み」と書いて、職員課へ  
**面接** ☎ 1月14日(土) ☎ けやき会館  
※面接時間は、1月6日までに返信はがきで通知します。

申し込み・問い合わせ先  
職員課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8213)

## コンビニ交付サービスを停止します

コンビニエンスストアで住民票の写し・印鑑登録証明書を取得できるコンビニ交付サービスは、次の日程でメンテナンスを行うため、終日利用できません。  
☎ 12月9日(金)・13日(火)・21日(水) 午前6時30分~午後11時  
☎ 区政支援課 ☎042-704-8911

## 年末の大掃除に パワーアップした市ごみ分別アプリ 「シゲンジャー Search」の活用を

ごみ・資源の分別方法や、収集曜日の確認に好評の同アプリに、新機能が追加されました。新機能「ごみと資源の収集曜日お知らせ機能」は、設定された収集曜日の前日と、当日にスマートフォンへお知らせが入ります。

※このアプリは、市と市内のグッドビー株式会社が協働で開発しました。

※iOS版は12月5日頃更新予定です。



☎資源循環推進課 ☎042-769-8334



## ～水素社会の実現を目指して～ 燃料電池自動車を導入

市では、水素社会の実現に向けて水素エネルギーの普及に取り組んでいます。11月9日には、水素を燃料として走る燃料電池自動車(クラリティ フューエルセル)を公用車として導入し、納車式を行いました。燃料電池自動車は利用時に二酸化炭素を排出しない「究極のエコカー」と呼ばれています。

今後は、水素社会の実現に向けたPR活動として、イベントなどで燃料電池自動車の展示や試乗会などを行っていきます。

☎環境政策課 ☎042-769-8240



## 多摩美術大学と市が包括連携協定を締結

11月11日、多摩美術大学と市は、さらなる連携の充実・強化のため、包括連携協定を締結しました。市ではさまざまな分野に関する地域の課題解決や活性化に向けて、連携を進めていきます。

☎市民協働推進課 ☎042-769-9225



## 年末の資金調達に 神奈川県中小企業制度融資

県信用保証協会が公的な保証人となり、銀行や信用金庫などの金融機関が低利な融資を行います。

急ぎの資金調達に 小規模クイック融資 (限度額 2,500万円)

対象	資金用途	期間	利率
従業員数30人以下の中小企業者 (卸売業・小売業・サービス業の場合は10人以下)	運転資金	1年以内	金融機関所定 (固定金利)
		1年超 7年以内	年2.1%以内 (固定金利)か 金融機関所定 (変動金利)

売り上げや利益の減少で困っている人に  
経営支援特別融資(一般枠) (限度額 8,000万円)

対象	資金用途	期間	利率
最近3カ月間か6カ月間の売上高、または売上総利益額(粗利益)の合計が、直近3年のいずれかの年の同期と比較して減少している中小企業者など	運転資金 ・設備資金	1年超 10年以内	年2.0%以内 (固定金利)

※いずれも県信用保証協会の信用保証(別途保証料)が必要です。

※この他にもさまざまなメニューがあります。詳しくはお問い合わせください。

☎県金融課 ☎045-210-5677

## 技能功労者を表彰

長年にわたり同一技能職に従事し、技能の錬磨、後進の育成に努められた功績をたたえる技能功労者表彰式を11月10日に開催し、49人を表彰しました。

☎雇用政策課 ☎042-769-8238



## 神奈川障害者職業能力開発校

平成29年4月生募集 精神障害対象コース(ビジネス実務)

入校ガイダンス

☎12月22日(木)・1月6日(金)・12日(木)・13日(金)・19日(木)・26日(木)  
午後1時～3時

体験入校

☎1月11日(水)・18日(水)・25日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時  
※午前・午後いずれかの参加も可

☎精神障害のある人

案内配布場所 県内各ハローワーク、同校

※詳しくは、同校ホームページをご覧ください。

☎1月25日までに、電話で同校(☎042-744-1243)へ

## 募集 市民桜まつりに参加しませんか

参加団体

活動発表や作品展、ステージ発表、パレードなどへの参加団体を募集します。

☎4月1日(土)午後1時～5時、4月2日(日)午前10時～午後5時

☎市役所さくら通りほか

☎市内で活動する各種団体(個人、営利目的、物販のみの参加は不可)

※申し込み多数の場合は抽選

☎12月20日までに、商業観光課、城山・津久井・相模湖・藤野まち

づくりセンターにある申込用紙(市ホームページにも掲載)を直接、同課か上記の各まちづくりセンターへ

※参加条件など詳しくは、申込用紙をご覧ください。

絵画コンテスト

入賞作品はポスターやパンフレットに使用します。応募者には記念品をプレゼントします。

テーマ 市民桜まつりのイメージを自由に表現したもの

規格 四つ切り画用紙(54cm×38cmを縦長で使用)

☎市内在住か在学の小・中学生

☎1月13日(必着)までに、直接か郵送で、作品の裏面に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、学校名、学年・組、電話番号、「桜まつり絵画コンテスト」と書いて、市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内 ☎252-5277 中央区中央2-11-15)へ

※応募作品は原則返却しません。

※応募作品の著作権は、同実行委員会に帰属します。

☎市民まつり実行委員会事務局(商業観光課内) ☎042-769-8236

市民芸能大会

舞踊(3人以上の組で1曲)、演芸、詩吟、合唱、奇術、歌謡曲など1人(1グループ)1種目で5分以内(準備・片付けを含む)で披露します。

☎12月1日(土)午後1時30分～5時 ②4月2日(日)午前10時～午後5時

☎市民会館

☎市内在住か在勤の個人かグループ

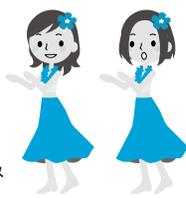
※出演は1人1回。他グループとの重複は不可

☎12月1日②40組②80組(抽選)

☎1組1,000円

※伴奏・テープ・CDは各自で用意。楽器の使用は各自で持ち込みできるもののみです。

☎1月31日(必着)までに、はがき(1組1枚)に代表者の住所・氏名・電話番号、グループ参加の場合はグループ名と参加者全員の氏名、種目、題名、所要時間、テープ・CD・伴奏の有無、出演希望日(両日の参加は不可)を書いて、文化振興課(☎252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8202)へ



## お知らせ 年末年始も安全・安心に過ごすために

### 12月11日～20日 年末の交通事故防止運動「無事故で年末 笑顔で新年」

年末は交通量や飲酒の機会が増え、交通事故が多発する時期です。一人一人が交通ルールとマナーを守り、事故防止に努めましょう。

飲酒運転は絶対にやめましょう

お酒が出る場合には、自動車や自転車で走らない。  
車両を運転する人に、酒類を絶対に提供しない。

歩行者(特に高齢者)と自転車の交通事故に気を付けましょう

夜間の外出時は、目につきやすい「明るい服装」や「夜光反射材」を身に付ける。

自転車の夜間走行時は、前照灯を点灯し、「夜光反射材」を活用する。

全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの着用を徹底しましょう

自動車に乗るときは、全ての座席のシートベルトの着用を徹底する。

子どもが同乗するときは、チャイルドシートを正しく着用させる。



運転免許証  
自主返納制度  
について

高齢ドライバーによる交通事故が相次いで発生しています。運転を継続する意思がなく、運転免許証を返納したいという人のために、自主返納制度もあります。運転に不安を感じている高齢ドライバーや交通事故が心配な家族は、最寄りの警察署などに相談してください。

### 12月1日～1月3日 年末年始特別警戒「年末年始を安全に」

年末年始は、防犯について手薄になりやすい時期です。被害に遭わないよう十分注意しましょう。

振り込め詐欺に注意! ○すぐにお金を振り込まない。○代理の人にお金を手渡さない。○家族や警察にまず相談する。

ひったくりなどの街頭犯罪に注意!

ひったくり対策 ○歩行中はバッグを車道と反対側に持つ。

○自転車の前カゴに防犯ネットを付ける。

車上ねらい対策 ○車を離れるときは、かばんなどを必ず持ち出す。

○手荷物が多いときはトランクに入れる。

自転車盗難対策 ○鍵は二重にかけ、駐輪場を利用する。

空き巣に注意!

○二重ロック、防犯フィルム、センサーライトなどの防犯対策をする。

○長期間不在にする場合は新聞の配達を止めましょう。

☎交通・地域安全課 ☎042-769-8229



# 12月4日～10日は「人権週間」

## 「みんなで築こう 人権の世紀」

～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～

人権は、誰もが生まれながらにして持っている「人が人らしく幸福に生きていくための権利」です。私たちの周りには、人権を侵害するさまざまな問題があります。「ともに生きる」地域社会の実現のために、あらためて人権について考えてみませんか。

閩人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205

手話通訳・  
要約筆記あり

### 人権啓発講演会

一緒に生きていこう  
～生きるということ～



家田荘子さん

時 1月18日(水) 午後2時～4時  
会 あじさい会館  
講 家田荘子さん(作家)  
定 250人(申込順)  
申 1月3日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

### ヘイトスピーチ、許さない。

6月3日から、「本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取り組みの推進に関する法律」が施行されました。特定の民族や国籍の人々への差別的言動は、人の尊厳を傷つけるだけでなく、差別意識を生むことにつながり、決して許されません。違いを認め、互いの人権を尊重し合う社会を共に築きましょう。

### 12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」

#### 北朝鮮人権侵害問題啓発パネル展

時 12月10日(土)～16日(金)  
午前8時30分～午後10時(16日は午後5時まで)  
会 あじさい会館

## 人権のことで困ったときは

### ●市役所などの相談窓口

人権擁護委員などが相談に応じます。

相談日 (祝日等、年末年始を除く)	受付窓口	問い合わせ先
第4金曜日	緑区役所市民相談室	☎042-775-1773
第1・第3金曜日	中央区役所市民相談室	☎042-769-8230
第2水曜日	南区役所市民相談室	☎042-749-2171
第1金曜日	城山まちづくりセンター	☎042-783-8103
第2水曜日	津久井まちづくりセンター	☎042-780-1400
第2金曜日	相模湖まちづくりセンター	☎042-684-3214
第3水曜日	藤野まちづくりセンター	☎042-687-5514
月～金曜日	横浜地方法務局相模原支局★	☎042-753-2110

時 午後1時30分～4時(★は午前8時30分～午後5時15分)  
※希望者は直接会場へ

### ●市が実施する相談窓口

電話相談のほか必要に応じて窓口相談も実施します。

#### 配偶者暴力相談支援センター

DV相談専用電話 ☎042-772-5990  
(第4月曜日、年末年始を除く)  
時 午前10時～午後4時30分  
(火・木曜日は午後8時まで)

#### さがみはら子どもの権利相談室

子ども専用電話 ☎0120-786-108  
(日曜日、祝日等、年末年始、施設休所日を除く)  
時 午後1時～8時(土曜日は午前10時～午後5時)

#### こども虐待110番

☎042-730-3511(24時間受付)

#### 犯罪被害者等相談窓口

☎042-769-8229  
(土・日曜日、祝日等、年末年始を除く)  
時 午前8時30分～午後5時

### ●電話相談

※一部のIP電話からはつながらない場合があります。

相談日 午前8時30分～午後5時15分  
(土・日曜日、祝日等、年末年始を除く)

#### みんなの人権110番

▶さまざまな人権問題についての相談  
☎0570-003-110

#### 女性の人権ホットライン

▶配偶者やパートナーからの暴力やセクハラなどの相談  
☎0570-070-810

#### 子どもの人権110番

▶いじめや虐待など子どもの人権に関わる相談  
☎0120-007-110

#### 児童相談所全国共通ダイヤル

▶「虐待かも」と思った時の相談・通告  
☎189(24時間受付)

## 公園の ボール遊びのルール

公園はみんなの遊びや憩いの場です。

他の利用者や近隣住民の理解と協力があるからこそ、公園で楽しく遊ぶことができます。マナーを守って利用しましょう。

閩公園課 ☎042-769-8243  
津久井地域環境課 ☎042-780-1404



### 次のルールを守ってボール遊びをしましょう

- 他の利用者や近隣住民の危険・迷惑にならないようにしましょう
- 公園の施設にボールをぶつけないようにしましょう
- 公園の外にボールが出ないようにしましょう
- ボール遊びをする時は、音がうるさくないかよく確認しましょう

## こんな遊び方をしていませんか。公園の使い方を振り返ってみましょう。

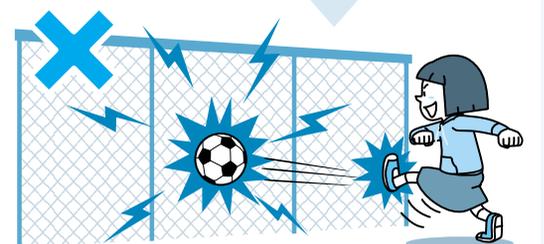
公園をみんなが気持ちよく利用するためには、一人一人が思いやりを持つことが大切です。特にボール遊びをする時は、本人が気付かないうちに周りの人の危険・迷惑となる場合があります。十分に配慮しましょう。

公園にはさまざまな人が訪れます。危険や迷惑にならないよう、周りをよく確認しましょう。



ボールが飛び出すと、近隣住民の迷惑になるだけでなく、通行人の怪我や大きな事故につながります。

公園の施設は、みんなのもので。傷つけたり壊したりしないよう、大切にしましょう。



音が響きやすくなる早朝や夜間のボール遊びはやめましょう。



※管理事務所がある公園では、それぞれ状況に応じて個別のルールを設けている場合がありますので、各管理事務所に相談してください。

# 市立博物館に行こう

市立博物館 ☎042-750-8030 〒252-0221 中央区高根3-1-15  
 休館日 月曜日(1月9日を除く)、12月29日(木)~1月3日(火)、1月10日(火)~12日(木)

## プラネタリウム・全天周映画 希望者は直接会場へ

定各210人(先着順) 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。



ハッブル宇宙望遠鏡 ©NASA

### 上映スケジュール

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
12月11日まで ※12月10日を除く	火~金曜日			プラネタリウム 美しい銀河世界への旅	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
	土・日曜日	〈新番組〉こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 冬の星座の物語	プラネタリウム 美しい銀河世界への旅	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	〈新番組〉プラネタリウム 冬の星空模様
12月10日	土曜日				
12月13日~16日	火~金曜日			〈新番組〉プラネタリウム ハッブル宇宙望遠鏡が 見た宇宙	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
冬休み特別上映 12月17日~1月9日	毎日 (休館日を除く)	〈新番組〉こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 冬の星座の物語	〈新番組〉プラネタリウム ハッブル宇宙望遠鏡が 見た宇宙	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	〈新番組〉プラネタリウム 冬の星空模様
	火~金曜日			〈新番組〉プラネタリウム ハッブル宇宙望遠鏡が 見た宇宙	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
1月13日~2月12日	土・日曜日、 祝日等	〈新番組〉こどもプラネタリウム リーベルタース天文台だより 冬の星座の物語	〈新番組〉プラネタリウム ハッブル宇宙望遠鏡が 見た宇宙	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	〈新番組〉プラネタリウム 冬の星空模様

### クリスマスコンサート 星降る夜の音楽会

プラネタリウムのドームの中で星の輝きとともに、  
 バイオリンやピアノ、フルート、パーカッションの美しい音色が楽しめます。  
 時12月10日(土) 午後5時~6時  
 定210人(先着順)  
 費500円(4歳~中学生200円、65歳以上250円)  
 ※12月3日~10日に、同館でチケットを購入して下さい。



### うなぎの科学

食卓を守る海洋生物学者の眼  
 スーパーで売られているうなぎの原産地や、食糧と生物資源の問題について科学的な視点からお話します。  
 時12月11日(日) 午後2時~4時  
 費吉永龍起さん  
 (北里大学海洋生命科学部准教授)  
 定200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(1月)~  
 口径40cm天体望遠鏡や大型双眼鏡などで、見頃の天体を眺めます。  
 時1月7日(土)・21日(土) 午後7時~8時40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

### 図書館の催し

保護者同伴可

## 冬の大きなおはなし会

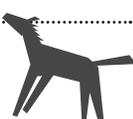
### 相武台分館 ☎046-255-3315

人形劇「コンコンのかさ」やエプロンシアターなど  
 時12月21日(水) 午前10時30分~11時=2・3歳児向け  
 午後3時30分~4時15分=4歳児~小学校低学年向け  
 定各50人(先着順) ※希望者は直接会場へ



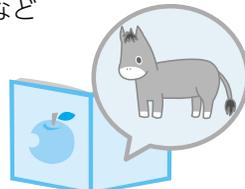
### 相模大野図書館 ☎042-749-2244

人形劇「まのいいりょうし」や影絵「空飛ぶ木馬」など  
 時12月22日(木) 午後3時~4時  
 定3歳~小学生=150人(先着順) ※希望者は直接会場へ



### 橋本図書館 ☎042-770-6600

人形劇「ブレーメンのおんがくたい」や大型絵本の読み聞かせなど  
 時12月22日(木) 午後2時~2時45分=2・3歳児向け  
 午後3時30分~4時15分=4歳児~小学生向け  
 会社のホールはしもと多目的室  
 定各150人(先着順)  
 ※12月1日午前9時30分から同館で配布する整理券が必要



### 市立図書館(中央区鹿沼台) ☎042-754-3604

人形劇「北風のくれたテーブルかけ」のほか、大型絵本の読み聞かせや紙芝居など  
 時12月22日(木) 午前11時~11時30分=2・3歳児向け  
 午後3時~3時45分=4歳児以上向け  
 定各50人(先着順)  
 ※12月1日午前9時30分から同館児童カウンターで配布する整理券が必要



## 旧石器ハテナ館の催し ☎042-777-6371

### 毎月第3日曜日は体験教室の日! 黒曜石で石器作り

黒曜石を鹿角ハンマーで加工して石器を作ります。  
 時12月18日(日) 午後2時~4時  
 対小学校4年生以上  
 定30人(申込順)  
 ※小学生は保護者同伴  
 費400円(材料費)  
 申直接か電話で同館へ



## 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

### 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12月18日(日) 午前9時45分~午後4時45分  
 会市立図書館(中央区鹿沼台)  
 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12月17日までに、直接か電話で同ライブラリーへ

### 冬休み映画会

時12月24日(土) 午後2時~3時45分  
 会市立図書館(中央区鹿沼台)  
 内魔女の宅急便(1989年/日本/カラー)  
 対市内在住かIn勤・在学の人  
 定150人(先着順)  
 ※希望者は直接会場へ

### 田名向原遺跡案内・普及実行委員会講演会

## 遺跡の層序・気候・動植物相などの環境を探る

遺跡の発掘調査で見つかった植物や土を自然科学的手法から分析し、古代の人々の暮らしや当時の環境を探ります。  
 時12月12日(月) 午後2時~4時  
 会旧石器ハテナ館  
 定50人(先着順)  
 ※希望者は直接会場へ



田文化財保護課 ☎042-769-8371

## 正月飾りづくり

カラフルな飾りとわらを使って正月飾りを作ります。  
 時12月23日(祝) 午前10時~正午  
 会古民家園(相模川自然の村公園内)  
 定30人(申込順)  
 費1,500円(材料費)  
 申12月15日までに、電話で文化財保護課(☎042-769-8371)へ





12月3日～9日は  
障害者週間

# 障害について 理解を深めよう

9月のリオパラリンピックでは多くの日本人選手が活躍しました。私たちの身の回りでも、障害のある人がさまざまな分野で活躍しています。障害のある人もない人も、一人一人がかけがえのない存在です。みんなで支え合う「共生社会」の実現を目指し、障害について理解を深めてみませんか。

障 害 政 策 課 ☎042-707-7055

## できることから始めよう

### Step 1 障害を正しく理解しよう

- ▶ 障害は誰にでも生じ得る身近なものです。
- ▶ 障害は多種多様で、同じ障害でも一律ではありません。
- ▶ 外見では分からない障害もあります。
- ▶ 周囲の理解や配慮があれば、自立した生活や就労など、できることが多くあります。

### Step 2 できる範囲で、配慮と工夫をしよう

障害のある人に対して、自分は何ができるか考えてみましょう。

#### 困っている人を見掛けた

「お手伝いできることはありますか」と声を掛けてください。

#### 視・聴覚に障害のある人は、身の危険に気付かない場合も

声掛けのほか、体に触れるなどして、危険を知らせてください。

#### 「障害があるから」と決めつけない

それぞれの個性や能力を認め、活用することを一緒に考えてみましょう。



**青山由佳さん**  
南区在住。学生時代陸上競技部に入り、現在は社会人チームに所属。道下さんの伴走者としてはもちろん、自身も東京マラソンやさいたま国際マラソンなどで力走している。

## リオパラリンピック女子マラソン(視覚障害)銀メダリスト 道下美里選手伴走者 青山由佳さんに聞きました

### 一練習などで気を付けていることはありますか

段差や障害物がないか常に注意し、細かく声掛けをしています。みっちゃん(道下さん)は左目で光を少し感じることができるのですが、天候によって見え方が変わるので「今日の見え方はどう?」と毎日確認をし、見え具合によって他のランナーとの距離などを調整しています。道の形状や他のランナーとの距離などを伝えながら走るため頭を使いますが、1人で走る時以上の達成感を得ることができます。



道下選手(中央)と伴走者の堀内規生さん(左)、青山さん(右)

合宿や大会時は起きてから寝るまで行動を共にしているのですが、食事や入浴では、どこに何があるのかを事前に伝えるとその後は全て1人でできますし、一度伝えればほとんど覚えられるので、いつもすごいなと思っています。ただ、配置が変わるとどこに何があるか分からなくなってしまうため、使った物などは元の位置に戻すように気を付けています。

### 一伴走者になって自分に変化などはありましたか

頑張っているみっちゃんを近くで見えてきて、私もランナーとしてもっと頑張らなくてはと思うようになりました。

みっちゃんをよく「笑顔は出会いのパスポート」と言っていて、本当によく笑い、冗談などを言って周りの人たちも笑顔になってしまうような人。日々元気をもらっていますし、今は友達のような関係になっています。みっちゃんと過ごしているうちに、障害に対する壁のようなものも感じなくなりました。

### 一皆さんにメッセージはありますか

障害の具合は一人一人異なるため、まずその人のことを知り、何を望んでいるかを考えることが大切だと思います。私のように、自分のためにやっていたことが人のためになることもあります。皆さんも身近にあるきっかけを大切に、障害について考えてみてほしいと思います。



伴走時に2人をつなぐロープ。お互いに軽く握り、周りの状況に合わせて青山さんが握り方を調整する

## ヘルプマークを知っていますか?

外見では分からなくても援助や配慮を必要としている人が援助を得やすくなるよう、東京都が作成したマークです。東京都内の都営地下鉄各駅などで配布しています(市では配布していません)。



### マークを見掛けたら...

- バスや電車で▶席を譲りましょう。ヘルプマーク▶
- 駅や商業施設などで▶声を掛けるなどの配慮をお願いします。
- 災害時は▶安全に避難するための支援をお願いします。

## もっと詳しく知りたい人へ



### 障害への理解を進める情報発信サイト「さーくる」をチェックしよう

障害への対応方法やイベント情報、障害者に関するマークなどを紹介しています。



情報発信サイト「さーくる」

### 障害者差別解消法を知っていますか

正当な理由なく、障害を理由としてサービスの提供を拒否・制限することなどは禁止です。また、障害のある人が何らかの対応を必要としている場合、公的機関や企業などの負担になりすぎない範囲で対応することが求められています。

※対応方法など詳しくは、内閣府ホームページ「合理的配慮サーチ」をご覧ください。



内閣府ホームページ「合理的配慮サーチ」

## 障害者週間イベント

### あじさい会館

#### 「心の輪を広げる体験作文・障害者週間のポスター」展

12月9日(金)まで  
午前8時30分～午後5時15分

#### 市身体障害者作品展

絵画、書道、生け花、写真、手芸、俳句、陶芸、川柳など

12月2日(金)～4日(日)

午前9時30分～午後4時(2日は正午から)

#### ハンドメイドショップバオバブ

#### 障害者週間特別セール

障害者施設で作ったお菓子や雑貨を販売

12月4日(日) 午前10時～午後5時

### 市障害者週間のつどい

「心の輪を広げる体験作文」「障害者週間のポスター」入賞者の表彰式や、「すべての人がともに暮らす社会を目指して」をテーマにした講演会

12月4日(日) 午後1時～3時45分

講師 鈴木敏彦さん(和泉短期大学教授)

定員 300人(先着順)

※希望者は直接会場へ

### 相模大野駅ペDESTリアンデッキ

#### ほかほかふれあいフェスタ2016

#### 障害者週間キャンペーン

パネル展や大道芸、車いすダンスなど

12月3日(土) 正午～午後2時30分

### ストーマ用装具を預かります

災害時に備えて、人工肛門や人工膀胱のある人たちが使うストーマ用装具を市内の施設で預かります。

▶身体障害者手帳の交付を受け、ストーマ用装具を使用している人

▶保管場所 陽光園、障害者支援センター松が丘園、上九沢身体障害者デイサービスセンター、津久井保健センター、南保健福祉センター

※災害発生時は、保管場所に取りにきてください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合せください。

障 害 福 祉 サ ー ビ ス 課 ☎042-769-8355



# お互いを認め合う学校づくりに向けて ～いじめ防止に向けた小・中学校の取り組み～



いじめ防止対策推進法が施行されて3年が経過しました。「いじめはどの子どもにも、どの学校でも起こりうる」という認識の下で、いじめの未然防止を図っていくためには、“子ども同士がお互いを認め合う”環境づくりが重要です。

市内の各小・中学校では、学校の教育活動のさまざまな場面で、子どもたちが「自分が認められる」「他人を認める」ことにより、より良い人間関係を築くことができるよう、児童・生徒が主体となった取り組みに力を入れています。

問 学校教育課 ☎042-704-8916

## 大沢中学校の取り組み

### 生徒が主体となったインターネットルールづくり

スマートフォンなどの通信機器を通じたトラブルに巻き込まれない環境・過度な利用による睡眠不足や学習時間の減少を起ささない環境をつくるために、生徒会が中心となってルールを作成しました。ルールづくりは、生徒たちにとってインターネットの使い方や友達・家族とのコミュニケーションについて、より良い在り方を考える機会になりました。

#### ルールづくりに先立ってアンケートを実施(生徒・保護者)

- 生徒** 「ゲームや動画に夢中になってやめられなくなった」「眠れない、次の日の朝が辛い、使用時間を減らしたい」「お金が勝手に取られるかも、個人情報がばらさされているかもしれない」
- 保護者** 「暇があればスマートフォンをいじっていて会話ができず、学習や睡眠の時間が減っていると感じる」「親の目の届かないところで約束を守っていないことがある」



#### 9～10月、生徒会を中心にルールを作成

- ▶ 使用は午後10時まで。1日最大2時間30分まで
- ▶ 勉強に集中するために勉強中はゲーム禁止
- ▶ 犯罪に巻き込まれないようにフィルタリングサービスを受ける。人の顔は許可無く載せない
- ▶ 食事中、移動中など「ながらスマホ」をしない



#### ルールを守れたかどうか、事後調査を実施



事後調査結果をまとめる生徒たち

#### 「先輩からの体験談」を小学校に伝える

学区内の小学校6年生に「家族や友達と直接コミュニケーションを取ることが多くなった」「SNSの使い方に気を付けるようになった」など、ルールづくりによって、自分たちの行動がどう変わったかを伝えました。



ルールづくりを通して問題意識を高めることができたので、今後はさらにルールの定着を目指して話し合いを継続していきたいです。  
大沢中学校 中嶋総括教諭

## 串川小学校の取り組み

### 児童自身が望ましい行動を考え 目標を設定するルールづくり

#### 5つの学校教育目標

- 自ら進んであいさつができる子
- 時間を守り、落ち着いた行動ができる子
- 身の回りをきれいにすることができる子
- 場に応じた言葉づかいができる子
- 相手の気持ちを考えて接することができる子

5つの学校教育目標を達成するため、毎月、各学年で「登校」「朝の会」「授業中」「休み時間」「給食時間」「掃除時間」「帰りの会」の場面ごとに、児童自身で望ましい行動目標を設定し、“名人”を目指して取り組んでいます。また、目標に設定した行動を、教室の後ろに掲示して、意識付けを行っています。

#### 名人目指してできるといいね！こんな行動



聞き方名人を目指します。そのため毎日、話している相手の目を見て、うなずきながら聞くようにしています。

月末には、取り組みに対して児童が自己評価をします。各自の振り返りはクラスでまとめ、学校全体でも取りまとめ、掲示しています。

#### 互いに認め合う取り組み

取り組みを通して、「あいさつ」など良い行動ができた児童を児童会役員が集会で表彰し、お昼の校内放送で紹介しています。児童が自分たちで決めた行動目標を意識して取り組み、互いの良さや頑張りを認め合うことで、より良い人間関係を築く環境づくりにつながっています。



取り組みを行うようになってからは、あいさつがよくでき、時間を考えて行動できるようになってきました。また、授業などで自分の考えを伝えたり、友達の意見をしっかりと聞くこともできるようになってきたと実感しています。  
串川小学校 沼澤総括教諭



#### 市いじめ防止フォーラムを開催しました

11月12日にサン・エールさがみはらで開催した同フォーラムでは、緑区内の市立小・中学校から代表の児童・生徒が参加し、上記2校をはじめとした学校での取り組みの発表や、いじめ防止に関するグループ討議を行いました。



# 情報あらかると

はがき・ファクス・Eメール  
などで申し込むとき



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

### 年末ジャンボ 年末ジャンボミニ 年末ジャンボプチ宝くじ販売中 市内で購入を

市内で購入された宝くじの収益金は、本市のさまざまな事業に役立てられます。ぜひ、市内の宝くじ売り場でお買い求めください。

販売期間 12月23日(祝)まで

☎財務課

### 分譲マンション管理 無料相談会

時 12月10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 12月9日までに、電話で県マンション管理士会県央相模支部(☎046-256-2683)へ

### 年内にパスポートが必要な人へ 申請はお早めに

12月16日までに申請すると、年内に受け取れます。窓口業務は12月28日までです。

曜日・時間など	
申請	月～金曜日 午前9時～午後4時45分
受け取り	日・月・木・金曜日 午前9時～午後4時45分
	火・水曜日 午前9時～午後6時30分
休所日	土曜日、祝日等 (日曜日の場合は開所) 12月29日～1月3日
名称	所在地・電話番号
相模大野パスポートセンター	南区相模大野3-2-1 ボーノ相模大野ノースモール4階 ☎042-702-5511
橋本パスポートセンター	緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと5階 ☎042-700-2727

受取場所 申請したパスポートセンター  
※パスポートの申請に必要な戸籍などの証明書の交付を行う連絡所を併設(土・日曜日、祝日等を除く)しています。

### 一般廃棄物処理基本計画の 取り組み状況

同計画の平成27年度の取り組み状況を公表します。詳しくは、各行政資料コーナー・まちづくりセンター・公民館・図書館で閲覧できるほか、市ホームページでもご覧になれます。

☎廃棄物政策課

### 休日・夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

平日や日中に、市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可

時 休日=12月18日(日) 午前9時～午後4時  
夜間=12月8日(木)・13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
緑区税事務所 (緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南区税事務所 (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。

### 未来へつなぐ相続登記 ～忘れていませんか?～

土地や建物の不動産を所有していた人が亡くなった場合、「相続による所有権移転」の登記を法務局に申請する必要があります。申請に関する相談は予約制です。

☎横浜地方法務局相模原支局(☎042-753-2110)

### 平成29・30年度 小規模修繕業者名簿掲載の申請

同名簿は小規模修繕(土木、建築、電気、管などの簡易な修繕)の発注時に、見積もり依頼の参考にします。

資格 1年以上該当業務を営み、国・地方税を完納していることなど

申 1月31日(消印有効)までに、市ホームページに掲載の申請書を契約課(☎042-769-8217)へ

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

### 人はもっと優しくして社会はもっと面白い サポステ説明会&簡易相談会 in 緑区

若者の就労と社会的自立をサポートする同施設の説明と簡易相談

時 12月21日(水) 午後2時～4時

会 ソレイユさがみ

対 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、社会参加を目指す若者とその家族

定 20人(申込順)

申 12月20日までに、直接か電話で同ステーション(☎042-703-3861)へ

### 食品衛生年末総点検を実施

食品の衛生的な取り扱いの確認や、食中毒などの健康被害を未然に防止するための立ち入り検査や食品の抜き取り検査を実施しています。

期間 12月28日(水)まで

対 食品を大量に調理・製造する施設、多種多様な食品を扱う施設など

☎生活衛生課、同課津久井班(☎042-780-1413)

### 弁護士による無料法律相談会

土地、債務、相続、成年後見など

時 12月16日(金) 午後1時～4時(1人20分)

会 相模湖まちづくりセンター

定 6人(申込順)

申 電話で同センター(☎042-684-3214)へ

### 宿泊利用①相模川清流の里 ②たてしな自然の村

2月まで平日に空きあり

申 随時受け付け

3月分の抽選申し込み 12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、12月21日から、電話で①(☎)0120-988-547、②(☎)0267-55-6776)へ

3月の休館日

①13日(月)・14日(火) ②2日(木)・15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(12月22日～1月9日を除く)

※②は3月で廃止します(3月31日まで利用可)。

### 線引き全市見直し等についての 変更案の縦覧と意見書の提出

①市決定案件	都市計画区域の整備・開発及び保全の方針、都市再開発の方針、住宅市街地の開発整備の方針、区域区分、用途地域、防火・準防火地域、道路、公共下水道、地区計画
②県決定案件	相模川流域下水道

時 12月2日(金)～16日(金)

午前8時30分～午後5時15分

※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 同都市計画課

☎②は県都市計画課でも縦覧可

### 医療従事者は2年に一度の届け出を

対 平成28年12月31日現在、次に該当する人①医師、歯科医師、薬剤師の免許がある②市内に勤務し、保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士の免許がある

※①は現在就労していない人も届け出が必要

届出票の提出 1月16日(必着)までに、医事業事課にある届出票(市ホームページにも掲載)を直接か郵送で、同課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8343)へ

※医療・福祉関係の職場に勤務している人には、勤務先に届出票を送ります。

### 選挙人名簿・在外選挙人名簿の 登録確認(縦覧)

対 選挙人名簿 平成10年12月2日までに生まれた人で、次のいずれかに該当する人○28年9月1日までに市の住民基本台帳に記録され、12月1日まで引き続き記録されている○引き続き3カ月以上市の住民基本台帳に記録され、かつ転出後4カ月を経過しない

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、12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 12月3日(土)～7日(水)

午前8時30分～午後5時

会 各区選挙管理委員会事務局(3日・4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)

☎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

※3日・4日は、緑・中央区は市役所本館守衛室(☎042-754-1111)へ

### 高齢者等実態調査にご協力を ①高齢者一般②介護予防 ③介護保険認定者

高齢者等の実態やニーズを把握するため、調査票を配布。12月中に実施

対 市内在住の①65歳以上(要介護認定者以外)=1万人②要支援1・2と総合事業対象者=3,000人③要介護1～5(施設入所者を除く)=7,000人(無作為抽出)

☎①②高齢政策課③介護保険課

## イチオシ!親子で楽しむアウトドア

### やませみ自然体験スクール<冬>

まき割りや餅つきを体験し、雑煮を作ります。

時 1月21日(土) 午前9時40分～午後2時30分

会 ふじの体験の森やませみとその周辺

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 40人程度(抽選)

費 1人200円

申 12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8面以上の必要事項(全員分(代表者に○))と全員の学年・性別・続柄、交通手段、保育希望の有無(人数)を書いて、同所(〒252-0182 緑区澤井936-1 ☎042-687-5050 ✉yamasemi@sagamihara-kng.ed.jp ☎042-686-6025)へ



## イチオシ!となりのまちから

### せせらぎの里 町田市自然休暇村

町田市自然休暇村は、標高1,500mの自然豊かな秩父多摩甲斐国立公園内にある宿泊施設です。相模原市在住の人とその同行者は、町田市在住の人と同じ宿泊利用料金で利用できます。

※料金など詳しくは、町田市自然休暇村ホームページをご覧ください。

申 電話で町田市自然休暇村(☎)0120-55-2838)へ

※同施設ホームページからも申し込みます。



政治家の寄付は禁止されています

政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは、公職選挙法で禁止されています。有権者が政治家に寄付や贈り物を求めることも禁止されています。

☑市選挙管理委員会事務局

募集

子ども家庭相談員

子どもの養育や女性相談、母子・父子家庭の自立支援など

勤務 4月～平成30年3月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち週4日で、午前9時～午後5時

勤務場所 緑・中央・南子ども家庭相談課のいずれか

報酬 月額24万6,100円

☑パソコンでデータ入力や資料作成などができ、次のいずれかに該当する人

○母子・父子自立支援員、婦人相談員、家庭児童(家庭)相談員、ケースワーカーなどの相談業務の経験がある○社会福祉主事の任用資格が社会福祉士の資格がある○教員が保育士の経験がある○大学で児童福祉、社会福祉、児童学、心理学、教育学、社会学を専修する学科か、これらに相当する課程を卒業した

☑若干名(選考)

☑12月14日(必着)までに、履歴書(写真貼付)と応募動機(A4原稿用紙800字以内)を直接か郵送で、子ども青少年課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8232)へ

※後日、面接あり

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

大野北第2高齢者支援センター職員

地域の高齢者などへの相談業務、介護予防を目的とした業務など

勤務 月～金曜日(土曜日の勤務もあり)で、午前8時30分～午後5時15分

賃金 月額37万5,000円から

☑保健師免許がある人=1人(選考)

☑電話でさがみ愛育会 悠々(☎042-768-0534)へ

オール相模原ロケ映画「ホペイロの憂鬱」制作応援団

映画情報のPR協力やエキストラ参加など、制作全般に協力してくれる人を募集

活動時期 2月

費 3,000円

☑電話かEメールに氏名(ふりがな)、電話番号、「ホペイロ応援団」と書いてフィルム・クラフト(☎03-3489-7454)☑kaneko@filmcraft.co.jpへ

こころの電話相談員

勤務 1～3月の毎週水曜日(祝日等を含む)で、午後5時～10時

賃金 月額8,800円

☑電話相談業務の経験が3年以上あり、次のいずれかに該当する人

○看護師免許、精神保健福祉士資格、臨床心理士資格のいずれかがある○精神保健福祉に関する相談業務の経験がある○社会福祉学か心理学を専攻している大学院生で、十分な実習経験がある

☑1人(選考)

☑12月8日(消印有効)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で精神保健福祉センター(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-9818)へ

※後日、面接あり

市立小・中学校等の非常勤職員の登録者

臨時給食調理員(調理作業)

調理・配膳、重い容器の上げ下ろしなど

勤務 月～金曜日(祝日等を除く)のうち週2・3日で、午前8時30分～午後5時のうち指定する1日6時間か3時間

臨時学校技能員

校舎の清掃、植栽管理、動物の飼育など

勤務 月～金曜日(祝日等を除く)のうち週2・3日で、午前7時40分～午後5時30分のうち指定する1日7時間

☑普通自動車運転免許がある人

賃金 時給940円(4月からは962円)

☑教育総務室(☎042-769-8280)に電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を持って各会場へ

Table with 2 columns: 日にち, 会場. Rows: 12月9日(金) 南区合同庁舎, 12月12日(月)・13日(火) 市役所会議室棟, 12月15日(木) 緑区合同庁舎

※受付時に簡単な面接あり

市民大学受講者(追加)

募集講座 訪日外国人・地域活性化、今とこれからの地域観光を創るワークショップ(全3回)

☑1月21日(土)・28日(土)、2月4日(土) 午前9時～正午

☑医療ビジネス観光情報専門学校(南区上鶴間本町)

☑15歳以上(中学生を除く)

定 15人(申込順)

費 2,400円(資料代含む)

☑12月14日までに、電話でさがまコンソーシアム事務局市民大学担当(☎042-703-8550)へ

※同コンソーシアムホームページからも申し込みます。

陽光園の①非常勤保健師 ②非常勤看護師

医療型児童発達支援センターの看護業務

勤務 2月からの月～金曜日(祝日等を除く)のうち週4日以内で、午前9時～午後4時のうち1日5時間30分

※勤務日時は応相談

賃金 時給①1,760円②1,270円

☑保健師・看護師の免許がある人

定 若干名(選考)

☑12月28日までに、電話で同園(☎042-756-8410)へ

※後日、面接あり

市社会福祉事業団の正規職員

福祉事業業務など

勤務 4月から、週38時間45分(業務により土・日曜日、祝日等の勤務あり)

賃金 月額19万5,200円

☑次の全てに該当する人=1人(選考)

○昭和56年4月2日以降生まれ○社会福祉士、精神保健福祉士、臨床心理士、介護福祉士、社会福祉主事任用資格のいずれかの資格がある(取得見込み可)○普通自動車運転免許がある(取得見込み可)

☑1月6日(消印有効)までに、必要書類を直接か郵送で同事業団(〒252-0223 中央区松が丘1-23-1 ☎042-750-1905)へ

※応募条件や必要書類など詳しくは、同事業団ホームページをご覧ください。

イベント

お茶会～外国人との交流の広場～

ソロモン諸島出身の人による母国のお話と、同国に関わる人たちとの交流

時 12月18日(日) 午前10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

☑さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)

カナダ人国際交流員とジンジャーブレッドマンを作りました

カナダのクリスマスの紹介とお菓子作り

時 12月11日(日) 午後2時～4時

会 ソレイユさがみ

☑市内在住か在勤・在学の人

※中学生以下は保護者同伴

定 24人(申込順)

費 300円

☑12月2日～7日に、電話でさがみはら国際交流ラウンジ(☎042-750-4150)へ

明るい選挙啓発ポスターコンクール 入賞作品展示会

Table with 2 columns: 日時, 会場. Rows: 12月17日(土)～26日(月) 南区合同庁舎, 1月14日(土)～22日(日) 津久井中央公民館, 1月25日(水)～29日(日) シティ・プラザはしもと, 1月31日(火)～2月10日(金) 市役所本庁舎

☑市選挙管理委員会事務局

子ども体験イベント ここに魚が！遊び場が！～作って、遊んで、見て、知って～

水槽展示やタッチプールでの触れ合い体験、おもちゃ作りなど

時 12月11日(日) 午前10時30分～午後3時

会 ユニコムプラザさがみはら

☑親子(小学生以上は友達同士も可)

※希望者は直接会場へ

☑和泉短期大学(☎042-754-1133)

講演・講座

子育て広場 緑のおうち講座 ママのためのアートワーク

パステルカラーのクリスマスカード作り

時 12月6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)

☑3歳くらいまでの子どもの保護者

定 4組(申込順)

※子ども同伴可。保育なし

☑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

おさらい教室(全3回)

教員経験などがあるシルバー人材センター会員が、国語と算数の勉強をサポート

時 12月26日(月)～28日(水)

午前9時30分～11時30分

Table with 3 columns: 会場, 定員(申込順), 電話番号. Rows: シルバー人材センター緑事務所 6人 042-783-1313, 同センター中央事務所 各8人 042-754-1177, 同センター南事務所 各8人 042-745-2158

☑小学校3～6年生

費 各3,000円

☑12月19日までに、電話で各会場へ

イチオシ！映画イベント

東京国立近代美術館フィルムセンター所蔵映画鑑賞会

貴重なフィルムを上映し、研究員が解説します。鑑賞会終了後、施設見学もあります(約30分。先着40人)。

第1部 日本のアニメーション映画の歴史と映画復元の最新成果について

第2部 日本のオリンピック関連のアニメーション映画と記録映画

時 1月19日(木) 午後1時30分～3時

会 東京国立近代美術館フィルムセンター相模原分館(中央区高根)

☑市内在住か在勤・在学の人=200人(申込順)

☑1月3日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※上映作品など、詳しくはお問い合わせください。

※駐車場はありません。公共交通機関を利用してください。



イチオシ！応募してみよう

市民カメラマン募集

市ホームページなどで使用する写真や、市内の行事、風景などの記録用写真を撮影し、市の魅力を紹介するための活動を行います。

活動期間 5月～平成30年4月

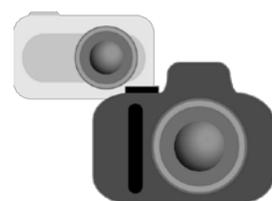
☑市内在住か在勤・在学で、月に2・3回活動できる

18歳以上(高校生を除く)=10人程度(選考)

※書類選考後、合格者は面接を行い、決定します。

※カメラ(原則、デジタルカメラ)は各自で用意してください。

☑2月10日(必着)までに、直接か郵送で、「私の好きな相模原」をテーマにした写真1枚(カラープリントで2L～四つ切りサイズ。写真は返却しません)とその写真で伝えたいこと(200～300字)、写真の裏に8面上の必要事項、学生は学年を書いて、広聴広報課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8200)へ



## 文化

### 初心者民謡講座〈全10回〉

時 1月13日～3月17日の毎週金曜日  
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  
申 12月30日までに、電話で市民謡協会の  
會田さん(☎090-6568-0445)へ

### ♪♪街かどコンサート♪♪

トランペットデュオの演奏  
時 12月10日(土)午後4時30分～5時  
会 ミウィ橋本5階インナーガーデン  
(緑区橋本)  
※希望者は直接会場へ  
問 杜のホールはしもと(☎042-775-3811)

## スポーツ

### 公園スタンプラリー

対象の公園で、スタンプを4個以上集めた先着600人に、記念品をプレゼント

対象公園	電話番号
①横山公園	042-758-0886
②鹿沼公園	042-755-9781
③淵野辺公園	042-776-5311 (銀河アリーナ)
④相模原麻溝公園	042-777-3451
⑤相模原北公園	042-779-5885
⑥相模湖林間公園	042-685-1330

時 2月28日(火)まで  
休所日 ①1月10日(火) ②⑤⑥12月29日(木)～1月3日(火) ③④2月27日(月)  
※スタンプカードは各対象公園管理事務所配布。スタンプは1公園につき1個(⑥のみ2個)

## 北総合体育館

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

### 北総合体育館杯 ドッジボール大会

時 1月15日(日)午前9時～午後5時  
対 市内在住の小学校3～6年生(12人)で編成するチーム  
定 24チーム(抽選)  
費 1チーム3,000円  
申 12月20日(必着)までに、同館にある申込用紙(同館ホームページにも掲載)を直接か郵送、ファクスで同館(☎042-763-7712)へ



教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
ヨガ〈全7回〉	1月11日～2月22日 の毎週水曜日	午前10時30分～11時30分	15歳以上 (中学生を除く)	30人	各 3,500円
インナーストレッチ〈全7回〉	1月12日～2月23日 の毎週木曜日	午前10時～11時		40人	
ポップエクササイズ〈全7回〉	1月13日～2月24日 の毎週金曜日	午前10時30分～11時30分		30人	
健康シェイプ体操〈全8回〉	1月13日～3月3日 の毎週金曜日	午後2時～3時		40人	1回 300円
ズンバ〈全7回〉	1月14日～2月25日 の毎週土曜日	午前10時30分～11時30分		30人	3,500円
気功〈全8回〉	1月17日～3月7日 の毎週火曜日	午後1時30分～3時30分		40人	1回 300円
トレーニングを学ぼう	1月21日(土)	午前9時30分～11時30分	30人	500円	
キッズダンスピクス〈全5回〉	2月5日～3月5日 の毎週日曜日	午後5時～6時30分	小学生	40人	3,500円

申 12月28日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ

## 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

教室名	日にち	時間	対象	定員(申込順)	費用
フラワーアレンジメント	12月13日(火)	午後1時30分～3時30分	18歳以上 (高校生を除く)	20人	3,000円
水中撮影フォームチェック	12月19日(月)	午前9時30分～10時30分		30人	1,500円 (DVD代含む)
絵手紙	12月19日(月) 1月16日(月)	午前10時～正午		各 20人	各 1,200円
おためし水泳のターン	12月19日(月)	午後1時30分～2時30分		30人	500円
アート体験	12月24日(土)	午前10時～午後1時	小学生以上 (小学校3年生以下は保護者同伴)	20人	1,500円

申 開催日前日までに、直接か電話で同プールへ

## 相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	対象	費用
①ランニングクリニック	12月23日(祝)	午前10時～正午	18歳以上(高校生を除く)	1,000円
②JAXA冬休み宇宙科学	1月4日(水)	午後6時～7時30分	小学生以上 (小学校1・2年生は保護者同伴)	300円
③キッズスポーツ中学年〈全10回〉	1月11日～3月15日 の毎週水曜日	午後5時15分～6時15分	小学校3・4年生	3,000円
④キッズスポーツ高学年〈全10回〉			小学校5・6年生	1回 300円
⑤楽しく健康・筋力アップ&リラクゼーション〈全10回〉	1月12日～3月16日 の毎週木曜日	午前10時～11時30分	50歳以上	5,000円
⑥跳び箱・鉄棒〈全9回〉	1月13日～3月24日 の毎週金曜日 (2月24日、3月10日を除く)	午後3時40分～4時40分	年中・年長	各 9,900円
			午後5時～6時	
	1月23日～3月27日 の毎週月曜日 (3月20日を除く)	午後3時40分～4時40分	年中・年長	
午後5時～6時		小学校1～4年生		
⑦未就園児親子体操〈全9回〉	1月23日～3月27日 の毎週月曜日 (3月20日を除く)	午前10時30分～11時30分	2・3歳児とその保護者	

定 ①⑤⑥各20人②50人③25人④10人⑦20組(申込順)  
申 電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)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	定員	費用
①幼児スケート〈全4回〉★	1月7日～28日 の毎週土曜日	午前9時～10時30分	4歳以上の未就学児	25人(抽選)	3,000円
②ダイエットヨガ〈全10回〉	1月11日～3月15日 の毎週水曜日	午後2時30分～4時	18歳以上 (高校生を除く)	各 20人 (申込順)	各 6,000円
③フラダンス〈全10回〉	1月12日～3月16日 の毎週木曜日	午前10時～11時30分			
④ヨガ〈全10回〉	1月13日～3月17日 の毎週金曜日				

★貸靴代別途1回210円  
申 ①12月15日(必着)までに、往復はがきに11面上の必要事項を書いて、銀河アリーナへ。②～④開催日2日前までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

## サーティーフォー相模原球場

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-753-6930

教室名	日にち	時間	対象	定員	費用
ミズノ初級者卓球〈全8回〉	1月12日～3月2日 の毎週木曜日	午後2時～3時30分	18歳以上 (高校生を除く)	15人(申込順)	6,500円

申 1月10日までに、直接か電話で同球場へ

## 総合体育館

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)
①やさしいヨガ〈全10回〉	1月5日～3月9日 の毎週木曜日	午前9時30分～10時30分	15歳以上 (中学生を除く)	40人
②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		20人
③カラダ調整エクササイズ〈全10回〉		午後1時～2時		30人
④初・中級バドミントン〈全10回〉	1月6日～3月10日 の毎週金曜日	午前10時～11時30分		60人
⑤エアロビクス&トレーニング〈全10回〉	1月6日～3月24日 の毎週金曜日(1月13日、2月10日を除く)	午後1時～2時		30人
⑥新体操ジュニア〈全8回〉	1月7日～3月4日 の毎週土曜日 (1月14日を除く)	午後1時30分～2時30分		小学生
⑦ちびっこ合気道〈全8回〉	1月7日～3月11日 の毎週土曜日	午後3時～4時	5歳～小学生	各 30人
⑧初心者弓道〈全10回〉		午後6時30分～8時30分		
⑨スタイルアップヨガ〈全10回〉		午前9時30分～10時30分		
⑩リズム体操ストレッチ〈全10回〉		午前10時45分～11時45分		
⑪ピラティス〈全10回〉		午前10時30分～11時45分		

費 ①～③⑤⑨⑩各5,500円④⑥～⑧⑪各4,500円  
申 12月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に11面上の必要事項を書いて、同館へ



はがき・ファクス・Eメール  
などで申し込むとき

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 を記入



### 施設の催し\*\*\* ※会場・問い合わせは原則各施設です

**津久井生涯学習センター**  
〒252-0159 緑区三ヶ木414  
☎042-784-2400

グリーンカレッジつくい講座  
ノルディックウォーキングしませんか?  
時 12月~3月の毎月第2・第4木曜日  
午後1時30分~3時30分(雨天中止)  
※複数回参加可  
対 18歳以上(高校生を除く)  
定 各20人(申込順)  
費 各500円  
※専用ポールの貸し出しあり  
申 開催日前日(必着)までに、直接か電話、  
はがきに11面上の必要事項と希望日を書  
いて、同センターへ

**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)  
〒252-0134 緑区下九沢2071-1  
☎042-773-5570

北の丘フェスタ(クリスマス)  
地域団体によるバンド演奏やコーラスなど  
時 12月11日(日) 午前11時~午後3時30分  
北の丘ロードSHOW!「雨月物語」  
時 12月18日(日) 午後1時30分~3時10分  
定 40人(先着順)  
※12月1日から同センターで配布する整理  
券が必要

**ユニコムプラザさがみはら**  
〒252-0303 南区相模大野3-3-2-301  
☎042-701-4370

オーサーズカフェ  
「おいしい味覚のサイエンス」  
おいしさについてのメカニズムなど、体  
験を交えての講演  
時 12月10日(土) 午後2時~3時  
※希望者は直接会場へ

**女子美アートミュージアム**  
〒252-8538 南区麻溝台1900  
☎042-778-6801

創る、伝える、繋がる  
女子美術大学デザイン・工芸学科 工芸専攻  
教員作品展  
時 12月7日(水)~21日(水) 午前10時~午後  
5時(入館は午後4時30分まで)  
休館日 火曜日

**市民健康文化センター**  
〒252-0328 南区麻溝台1872-1  
☎042-747-3776

健文ロードSHOW!「お茶漬の味」  
時 12月17日(土) 午後1時30分~3時35分  
定 70人(先着順)  
※未就学児は保護者同伴  
※12月1日から同センターで配布する整理  
券が必要

**サン・エールさがみはら**  
〒252-0131 緑区西橋本5-4-20  
☎042-775-5665

土曜コンサート  
「ゴスペル/Precious Stones of Soul」  
時 12月17日(土) 午後3時30分~4時45分  
定 220人(先着順)  
※希望者は直接会場へ

**けやき体育館**  
〒252-0236 中央区富士見6-6-23  
☎042-753-9030

①障害者スポーツ講座  
「キックベース」(全2回)  
ピッチャーが転がしたソフトバレーボ  
ールをバッターが足で蹴る、野球に似た競技  
時 1月7日(土)・21日(土) 午前10時~正午  
対 市内在住か通勤・在学中で知的障害のある  
15歳以上(中学生を除く)  
②障害者ふれあい文化講座  
「楽しく♪音楽&リズム」(全3回)  
さまざまな楽器を使った演奏など  
時 1月14日(土)・28日(土)、2月11日(祝)  
午後2時~3時30分  
対 市内在住か通勤・在学中で障害のある小学  
生以上  
…………… 共 …………… 通 ……………  
定 各20人(申込順)  
※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)  
※ボランティア同時募集(定各2人(申込順))  
申 ①12月26日②1月7日までに、直接か  
電話、ファクスに11面上の必要事項と  
手話通訳・要約筆記希望の有無を書い  
て、同館(☎042-769-1200)へ

**相模の大風センター**  
〒252-0326 南区新戸2268-1  
☎046-255-1311

親子で楽しむ凧づくり教室  
簡単なダイヤ凧の作成  
時 12月17日(土) 午後1時30分~4時  
対 子どもとその保護者  
※小学生以上は1人でも参加可  
費 500円  
ミニ門松作り教室  
お正月に飾る日本古来の門松を作る  
時 12月18日(日) 午前10時~11時30分、  
午後1時30分~3時  
対 小学校4年生以上  
※小学校3年生以下は保護者同伴  
費 各1,500円  
…………… 共 …………… 通 ……………  
定 各20人(申込順)  
申 直接か電話で同センターへ

### 施設のお休み

環境情報センター  
時 12月11日(日)・15日(水)・23日(祝)  
同センター(☎042-769-9248)  
市民健康文化センター  
時 12月12日(月)・29日(水)~1月3日(火)  
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 12月13日(火)・29日(水)~1月3日(火)  
同センター(☎042-773-5570)

## 市体育協会からのお知らせ

☎042-751-5552 ☎042-751-5545 ✉taikyo@jade.dti.ne.jp  
〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

### ペタンク初心者講習会

時 12月10日(土) 午前9時~正午  
集合場所 サータ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集合場  
所へ

### 相模川寒中水泳大会

時 1月1日(祝) 正午~午後2時  
会 相模川高田橋(下流)付近  
定 250人(先着順)  
※希望者は水着と履物を持って直接会場へ  
※素足での参加はできません。

### 市民日帰りスキー

時 2月12日(日)  
集合 午前5時=南区合同庁舎  
午前5時15分=市役所  
会 サンメドウズ清里スキー場(山梨県北杜市)  
対 小学生以上=40人(抽選)  
※小学生は保護者同伴  
費 9,500円(小学生6,500円)  
※リフト代が別途必要。板と靴のセット・  
ウェアのレンタル希望者はレンタル代  
が別途必要  
※希望者には無料講習あり  
申 1月27日(必着)までに、往復はがきに  
11面上の必要事項と生年月日・性別(全  
員分(代表者に○))、希望集合場所、講  
習希望の有無、レンタル希望者は身長、  
靴・服のサイズを書いて、同協会へ

### X'mas健康スポーツ体験会~子ども から高齢者までのニュースポーツ~

時 12月11日(日) 午前9時30分~11時30分  
フォーク・レクダンス  
X'masパーティー  
時 12月17日(土) 午後1時~4時  
費 500円(市レクリエーション協会員は無料)  
…………… 共 …………… 通 ……………  
会 市体育館(市役所前)  
※希望者は室内履きを持って直接会場へ

### さがみはら元旦マラソン大会

時 1月1日(祝) 午前8時45分  
会 相模原ギオンスタジアム  
種別 1.5km(小学生・ジョギング・ファミ  
リー)、3km、5km  
費 1,000円(小学生以下500円)  
申 当日午前8時30分までに、市体育協会  
にある申込書(同協会ホームページにも  
掲載)を持って、直接会場内受け付けへ  
※当日、会場にも申込書あり  
※詳しくは同協会ホームページをご覧ください。

### 初級・中級水泳教室(全8回)★

時 ①1月10日・17日、2月14日・21日・  
28日、3月7日・14日・21日の火曜日  
午前10時~11時30分  
②1月11日・18日、2月15日・22日、  
3月1日・8日・15日・22日の水曜日  
午後7時~8時30分  
定 ①70人②50人(抽選)

### 成人水泳教室(全8回)

時 1月10日・17日、2月14日・21日・28日、  
3月7日・14日・21日の火曜日  
午前9時~9時50分  
定 20人(抽選)  
…………… 共 …………… 通 ……………  
会 さがみはらグリーンプール  
対 市内在住か通勤の18歳以上  
費 各4,800円  
申 12月10日(必着)までに、往復はがき  
に11面上の必要事項と性別、★は①か  
②を書いて、同協会へ

## 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。

●琴伝流エレキ大正琴チャリティーコン  
サート「藤井玲歌&わすれな草」収益の一  
部は東日本大震災で親を亡くした子どもた  
ちへ寄付。曲目は「長良川艶歌」ほか 12  
月13日(火) 午後1時~4時、杜のホールは  
しもと。定員535人(先着順) ☎藤井(☎  
042-625-2114)  
●大野台ギタークラブ創立20周年記念コ  
ンサート 曲目は「パッヘルベルのカノン」  
ほか 12月17日(土) 午後2時~4時、大野  
台公民館 ☎岡(☎090-8040-5438)

仲間 会費などは個別にお問  
い合わせください。

●絵画(油絵・水彩画) 毎週火曜日午前  
9時30分、津久井生涯学習センター。見  
学可 ☎中谷(☎090-9676-7564)  
●中国語 毎週土曜日午後6時30分、相  
模台公民館。対象は初・中級者 ☎野口  
(☎042-733-3934)  
●コーラス 毎週金曜日午後1時、大野南  
公民館ほか。対象は女性、見学・体験可  
☎野中(☎042-747-0367)

●社交ダンス 毎週火曜日午前9時30分、  
新磯公民館ほか。対象は60歳以上、見学  
希望者は上履きを持参 ☎吉山(☎080-  
6594-8075)  
●社交ダンス(ラテン) 毎週土曜日午後  
2時、上溝公民館ほか。初心者歓迎 ☎  
神山(☎090-3903-4209)  
●なぎなた 毎週火曜日午後1時30分、北  
総合体育館ほか。見学・体験可 ☎瓦井  
(☎042-755-2562)  
●合唱 毎月第2・第4水曜日午後1時30  
分、大野北公民館ほか。対象は60歳以上  
☎竹田(☎042-761-1703)  
●体操・ダンス・ストレッチ 毎週金曜日  
午前10時、小山公民館。対象は中高年の  
初心者 ☎鶴岡(☎042-755-9530)

●ビジネス英語 毎週土曜日午後6時か日  
曜日午後1時、緑区合同庁舎。対象は中・  
上級者 ☎小坂(☎090-8435-9405)

応募は発行日の3週間前まで  
掲載を希望する場合は住所、氏名(ふりが  
な)、電話番号、掲載希望号、「読者のひろば」  
と書いて、原稿を郵送かファクスで広聴広報  
課(〒252-5277 中央区中央2-11-15  
☎042-753-7831)へ。市ホームページの  
「電子申請」からも申し込みます。  
催しは過去6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。

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

☎042-770-7777 午前8時~午後9時 年中無休  
☎042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。



# 今年もイルミネーションはさがみはらで楽しもう!

**さがみ湖やまなみイルミネーション**

「冬の相模湖で遊ぼう」をテーマに、2つの会場が光で装飾されます。

**県立相模湖公園**  
 時 12月3日(土)～31日(土) 午後5時～8時

**相模湖駅周辺**  
 時 12月3日(土)～1月8日(日) 午後5時～10時

問 さがみ湖やまなみイルミネーション実行委員会  
 (相模湖観光協会内) ☎042-684-2633



**大野北イルミネーション**

地域の温かい協力で、光の装飾が冬の夜空に映えます。

時 12月3日(土)～25日(日) 午後5時～10時

会 大野北公民館

点灯式  
 セレモニーとコンサートを実施します。

時 12月3日(土) 午後4時30分～7時

問 大野北公民館 ☎042-755-6601



**アクアリウムさがみはらイルミネーション**

高さ10mのモミの木をはじめ、施設全体にイルミネーションが点灯する、冬の観光スポットです。

時 1月15日(日)まで 午後4時30分～8時

会 相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら

問 市観光協会 ☎042-771-3767



**ふちのべウインターイルミネーション**

オーロラデッキ下の15mのモミの木に、1万2,000球のLED電球が輝きます。

時 1月15日(日)まで  
 午後4時30分～午前1時

会 淵野辺駅北口オーロラデッキ

問 にこにこ星ふちのべ商店会 ☎042-755-2525



**横山公園クリスマスイルミネーション**

出会いの広場周辺の樹木に、冬の夜を彩る7,000球のイルミネーションが点灯します。

時 1月9日(祝)まで 午後4時30分～9時30分

問 横山公園 ☎042-758-0886



**さがみ湖イルミリオン**

関東最大600万球の光の祭典が楽しめます。

時 4月9日(日)まで(予定) 午後4時～9時  
 (1月8日(日)までは午後4時～9時30分)

休園日 1月12日(木)・18日(水)・19日(木)・25日(水)・26日(木)・2月1日(水)・2日(木)・8日(水)・9日(木)・15日(水)・16日(木)・3月2日(木)・9日(木)・15日(水)・16日(木)

会 さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト(緑区若柳)

※点灯時間は季節により異なります。\*  
 ※観覧には入園料が必要。入園は営業終了30分前まで

問 さがみ湖リゾート プレジャーフォレスト ☎042-685-1111



**クリスマス写真ワークショップ**

クリスマスをテーマにした写真を撮影し、写真スタンドを作ります。

時 12月24日(土) 午後1時～4時

会 相模原市民ギャラリー

対 デジタルカメラを持参できる小学生=20人(申込順) 費 500円

申 12月23日までに、直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を書いて、同ギャラリー(☎042-776-1262 FAX 042-776-1895)へ



**紙芝居とバイオリンのクリスマスライブ**

「うかれ紙芝居」による紙芝居と、バイオリンの共演です。クリスマス夕べをお楽しみください。

時 12月24日(土) 午後4時30分～5時30分

会 ミウイ橋本5階インナーガーデン(緑区橋本)

※希望者は直接会場へ

問 橋本図書館 ☎042-770-6600



**青少年学習センターの催し**

問 青少年学習センター ☎042-751-0091

**市青少年少女合唱団 クリスマスミニコンサート**

クリスマスの名曲を合唱団と一緒に歌いませんか。家族みんなで楽しめます。

時 12月23日(祝) 午前10時30分～11時30分

定 150人(先着順)

※希望者は直接会場へ



**市青少年少女合唱団 団員募集**

あなたも一緒に合唱を楽しんでみませんか。歌うことが好きな人なら初心者でも大歓迎です。公開練習もしていますので、気軽にお問い合わせください。

対 市内在住・在学の小・中学生

活動場所 青少年学習センター

活動日 土・日曜日



**あそびの学校 オリジナル羽子板をつくってあそぼう!**

自分だけのオリジナル羽子板と羽根を作って、みんなで遊びます。

時 12月18日(日) 午後2時～4時

対 市内在住か在学の小学生

※希望者は直接会場へ



みんな元気! さがみはら 笑顔で楽しく健康づくり

# ウェルネス通信

広報 **さがみはら** 別冊

保健・介護予防事業案内

No.1350

平成28年(2016年)

## 12/1

主な実施会場

㊦ ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
㊧ 緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
㊨ シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
㊩ 南保健福祉センター	南区相模大野6-22-1
㊪ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
㊫ 津久井保健センター	緑区中野613-2
㊬ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
㊭ 藤野総合事務所	緑区小淵2000
㊮ けやき会館	中央区富士見6-6-23

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

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上記をご覧ください ●

## パパママのための教室

※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
1月10日(火)	午後1時~2時15分	㊦	⑮
1月23日(月)	午後2時45分~4時	㊩	

対 平成28年7~8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)

### 産後ママのエクササイズ

産後の日常生活に取り入れることができる運動体験

時 1月11日(水) 午前10時~正午  
会 ㊩  
対 産後4~6カ月の女性(初めての優先)  
※4~6カ月の乳児を連れて参加可  
※保育なし  
定 10組(申込順)  
申 ⑨

### 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

時 12月14日(水) 午前10時~11時30分  
会 ㊦  
対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)  
申 ⑥

### 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
12月20日(火)	陽光台㊧、二本松㊨
12月21日(水)	相武台㊩
12月22日(木)	上鶴間㊪

㊧ こどもセンター

## 相談など

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)	㊧	⑮	健康や育児の相談 ※希望者は直接会場へ (電話相談可) ※㊦㊨㊩㊪は来庁相談のみ 申 ⑦⑧⑨
	月・木曜日				
	火曜日				
	水曜日				
	金曜日				
精神 保健相談 (精神科医)	12月13日(火)	午後1時~2時	㊩	⑮	こころの健康についての相談 対 かかりつけ医がいない人 定 各2~3人(申込順。調整あり) 申 ㊩ 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㊦ 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806 ㊫ 津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
	12月16日(金)				
	12月14日(水)				
	12月27日(火)				
	12月19日(月)				
HIV(エイズ)等の 検査・相談	12月13日(火)	午前9時~11時15分	㊦	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)
	12月20日(火)				
	12月17日(土)				
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	12月15日(木)	午後1時30分~3時30分	㊦	⑭	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 対 「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)
みんなのアルコール 相談	12月20日(火)	午前10時~正午	㊦	⑭	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)
アルコール・薬物家族教室	12月26日(月)	午後2時~4時	㊦	⑭	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 市内在住か通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	12月15日(木)	午後1時30分~3時			※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 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」	12月21日(水)	午後2時~4時	㊦	⑭	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)

## 難病講演会 IgA腎症 最新の治療と日常生活

専門医が最新の治療や生活上の注意点などについてお話しし、在宅療養生活を支援します。

時 1月12日(木) 午後2時~4時  
会 ㊦  
講 市川大介さん(聖マリアンナ医科大学 腎臓・高血圧内科医師)  
定 100人(申込順)  
申 1月11日までに⑮

## 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、市内協力医療機関などで実施しています。

実施中

申し込み・問い合わせ

⑮

●費用など詳しくは、本紙1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。



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・受付時間など
① 1月4日～3月22日 の毎週水曜日	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
② 1月5日～3月23日 の毎週木曜日		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)
③ 1月6日～3月24日 の毎週金曜日		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
④ 1月11日～3月29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)
⑤ 1月16日～2月23日 の毎週月・木曜日	午前11時～午後0時30分	相模原 ドルフィンクラブ (緑区橋本)	042-771-7333 午前10時～午後5時

① 運動に支障がない市内在住の65歳以上=①②④⑤各10人③8人(抽選)  
 ② ①～④各6,000円 ⑤4,800円  
 ③ 12月①③～⑤20日②19日までに、電話で各会場へ



～あなたを待っている人がいる～  
骨髄バンク休日ドナー登録会

移植を待つ患者さんを救うために、一人でも多くの人の登録が必要です。問診、採血などの簡単な手続き(30分程度)があります。  
 ① 12月10日(土)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時30分  
 ② イオン相模原店(南区古淵)  
 ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

**ドナー登録できる人**

- 骨髄提供の内容を十分に理解している
- ※当日、内容について説明があります。
- 健康な18歳～54歳
- 体重は男性45kg以上、女性40kg以上

④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



不安・強迫性障害相談〈全6回〉

過剰な不安や強迫的な心配と上手に向き合う方法について学び、練習します。  
 ① 1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日・24日の金曜日 午前9時30分～11時30分  
 ② けやき会館  
 ③ 市内在住か通勤・在学中で、不安や強迫症状により日常生活に支障がある人  
 ④ 2人(申込順)  
 ⑤ 1回2,000円  
 ⑥ 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ



あなたもご協力を！  
命を救う身近なボランティア

日にち	時間	会場
12月 4日(日)	午前10時～正午 午後 1時30分～4時	橋本駅 ペDESTリアン デッキ下
12月10日(土)		イオン相模原店 (南区古淵)
12月 6日(火)	午後2時30分～4時	市役所前
12月 8日(木)	午前10時～正午 午後 1時30分～4時	
12月13日(火)		
12月11日(日)	午前10時30分～正午 午後 1時30分～4時	

① 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)  
 ② 所要時間 40分程度 ※本人確認をしています。  
 ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



インフルエンザ・感染性胃腸炎などの感染症を予防しよう！

④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

感染症が流行しやすい時期です。手軽にできることを習慣にして予防に努めましょう。

正しい手の洗い方

**ポイント1** 水と石けんを使って15秒以上洗いましょう。

- 流水で手をぬらし、石けんを適量付ける。
- 手のひらと手の甲を洗う。
- 指の間もしっかり洗う。
- 親指も忘れずにねじり洗い。
- 指先や爪の間もしっかり洗う。
- 手首も忘れずに洗う。

**ポイント2** 流水でよく洗い流し、水分をよく拭き取りましょう。

せきエチケット

**背ける** せきやくしゃみをするときは、周りの人から顔を背けましょう。

**押さえる** ティッシュなどで口と鼻を覆いましょう。

**すぐ捨てる** 使用したティッシュは、すぐにごみ箱に捨てましょう。

**マスクを着ける** せき、くしゃみなどの症状がある人はマスクを着用しましょう。

**ポイント** マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、隙間がないように着用しましょう。

急病などで困ったときは

④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

※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(保険証などがない場合は全額自費となります)。

**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 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療所案内  
 ☎0120-19-4199  
 日曜日、祝日等 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)。

