

# さがみはら

## 広報

NO.1366  
毎月  
1日・15日発行  
**8/1**  
2017  
平成29年  
SAGAMIHARA

### LINE UP 今号の主な内容

- 介護サービスの利用者負担上限額が変わります…………… 2
- 保険診療による医療費の自己負担額を助成…………… 2
- 安全に道路を利用するために…………… 3
- 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 722,136人(9増)  
男 361,465人 女 360,671人  
世帯 318,251世帯(240増)

平成29年7月1日現在。( )は前月との増減

### TOPICS

#### 津久井やまゆり園事件追悼式 犠牲者の冥福を祈る

7月24日、相模女子大学グリーンホールで、神奈川県、相模原市、社会福祉法人かながわ共同会主催の「津久井やまゆり園事件追悼式」を執り行いました。追悼式には津久井やまゆり園の利用者や家族会など約700人が参列し、事件で亡くなられた方々を悼みました。式の中で加山市長は「事件の記憶を風化させることなく、障害のある方が周囲の深い理解と支え合いの中で共に生きることができるよう、共生社会の実現に向けて、72万市民と共に邁進してまいります」と改めて誓いました。



関障害政策課 ☎042-707-7055

# 相模川ふれあい科学館

## アクアリウムさがみはらに行こう!

夏休み

今年の夏は「ふれあい」をテーマに、いろいろな生き物を展示します。大人気のカピバラをはじめ、普段身近にいない生き物に触れることができる、楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひ、遊びに来てください。

ふれあい  
夏  
まつり

～ふれて感じるいろんなコト～  
9月3日(日)まで

カピバラついに登場!



長さ40mの巨大水槽「流れのアクアリウム」をはじめ、相模川に生息する淡水魚など約100種類の生き物を見ることができます。

何にふれあえるかな?  
「ふれあいワゴン」

昆虫類や爬虫類など、約10種類の珍しい生き物に触れるよ。何が出てくるかは、その時のお楽しみ!



ヘラクレスオオカブト



ヒョウモントカゲモドキ

どんなふうに見えるかな?  
「エサやり体験」  
ゾウガメなどに直接餌やりできるよ!  
※餌がなくなり次第終了



アルダブラゾウガメ

他にも楽しいイベントを開催しているよ!

ものづくり  
ワークショップ

「マイ・ボトルオーシャン」



暗いところで石が光る!!



イメージ画像

おさかなトレーナーになろう!

水槽に手をを入れて、川魚に餌をあげてみよう!  
費 200円(餌代)  
※通年実施

フィギュアや貝殻、光る石を入れて、自分だけの海を作ろう!  
時 9月3日(日)まで 費 500円  
※ワークショップはテーマを変えて通年実施

### 相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら

- 開館時間 午前9時30分～午後4時30分 (入館は午後4時まで)
- 所在地 中央区水郷田名1-5-1
- 入館料 390円〈小・中学生130円、65歳以上190円(要証明書)〉
- アクセス 相模原駅南口からバス「ふれあい科学館前」下車すぐ

※イベントの内容など詳しくは、同館ホームページをご覧ください。

☎042-762-2110





## 介護サービスの利用者負担上限額が変わります

介護サービスを利用した際の1割(一定以上の所得がある人は2割)負担額が1カ月当たりの上限額を超えた場合、超えた分が高額介護(介護予防)サービス費として払い戻されます。8月から、第4段階の同じ世帯に市民税課税者がいる人は、1カ月当たりの上限額が3万7,200円から4万4,400円に変更されます。

利用者負担段階	上限額	
	7月まで	8月から
第5 現役並み所得者	世帯 4万4,400円	
第4 同じ世帯に市民税課税者がいる人	世帯 3万7,200円	世帯 4万4,400円※
第3 世帯全員が市民税非課税で利用者負担第2段階該当者以外の人	世帯 2万4,600円	
第2 ○世帯全員が市民税非課税で年間の〔合計所得金額+課税年金収入額〕が80万円以下の人 ○世帯全員が市民税非課税で老齢福祉年金受給者	世帯 2万4,600円 個人 1万5,000円	
第1 生活保護受給者など	個人 1万5,000円	

※同じ世帯の65歳以上の全員の利用者負担割合が1割の場合、年間上限額44万6,400円(3万7,200円×12カ月)が設定され、年間を通じた負担額が増えないようになります(3年間の時限措置)。

☎介護保険課 ☎042-769-8321

## お知らせ 保険診療による医療費の自己負担額を助成

助成を受けるには、医療証が必要です(ただし、小児医療費助成制度の対象者のうち、中学生を除く)。現在、医療証を持っていない人は申請してください。

医療費助成制度の種類	対象	助成内容★	所得制限
重度障害者	次のいずれかに該当する人 ○身体障害者手帳が1級か2級 ○IQ(知能指数)が35以下 ○身体障害者手帳が3級でIQが50以下 ○精神障害者保健福祉手帳が1級か2級	通院・入院にかかる医療費	なし
ひとり親家庭等	次のいずれかに該当する子ども(原則として高校卒業まで)とその養育者 ○母子・父子家庭 ○父か母に重度の障害がある ○父母がいない家庭 など		あり
小児	○小学校6年生まで ※現在、所得制限により医療証がなく、次の年齢で資格審査を希望する場合は、誕生日の1カ月前に申請してください。	入院にかかる医療費	1歳以上はあり
	○中学生 ※医療証は交付しません。詳しくは、入院費などの精算後にお問い合わせください。		あり

★保険診療による医療費の自己負担分(他の公費負担医療制度を受けられる医療費や健康保険から高額療養費・附加給付金等として支給される金額は除く)を助成します。保険診療以外の医療費や入院時食事代などは助成対象外です。

※所得制限や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

※現在医療証を持っている人は、新たな申請は不要です。

☎地域医療課 ☎042-769-8231

## 8月31日まで 児童扶養手当を受給している人へ 現況届を提出してください

現況届は、必ず本人が提出してください(支給停止中の人も含む)。2年間提出がない場合、手当を受けることができなくなります。

※必要書類や受付場所など詳しくは、7月中旬に送付した通知をご覧ください。

☎市コールセンター ☎042-770-7777

## お知らせ 家族介護慰労金の支給

☎市内在住の要介護4・5に認定されている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)

※前回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、住んでいる地域の担当課へ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 8月1日 支給月 12月 申請受付期限 8月31日

申し込み(直接窓口へ)・問い合わせ

緑高齢者相談課	☎042-775-8812	城山保健福祉課	☎042-783-8136
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
住んでいる地区の高齢者支援センター		藤野保健福祉課	☎042-687-5511

## 2017市民平和のつどい

### 展示 平和・原爆ポスター展

平和ポスターコンテストの昨年度入賞作品や、ポスター形式の被爆資料の展示をします。

日にち	時間	会場
8月 1日(火)~31日(木)	午前9時30分~午後8時	市立図書館(中央区鹿沼台)※
8月 4日(金)~ 9日(水)	午前 8時~午後9時45分 (4日は午前10時から)	銀河アリーナ
8月14日(月)~20日(日)	午前10時~午後9時	アリオ橋本(緑区大山町)
8月23日(水)~30日(水)	午前8時30分~午後10時 (23日は午後1時から)	南区合同庁舎

※土・日曜日、祝日等は午後6時まで。月曜日、8月10日(木)は休館

### 募集 平和ポスターコンテスト作品

入賞者は11月26日(日)に開催する「市民平和のつどい」で表彰されます。特に優れた入賞者は、「平和大使」として広島市へ派遣されます(10月21日(土)・22日(日)を予定)。

テーマ 平和な未来に向けた作品(平和の大切さ、戦争の恐ろしさ、戦争のない世界、核兵器廃絶など)で、未発表のもの

規格 四つ切り画用紙(54cm×38cm)

☎市内在住か在学の小・中学生

☎9月5日(必着)までに、作品の裏面に住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年・組、題名、電話番号を書いて、市立小・中学校在学の方は通学先の学校へ、それ以外の人は直接か郵送で、渉外課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8207)へ

## 平和への祈り

☎地域福祉課 ☎042-769-9222

### 平和を願って黙とうを

原爆が投下され、多くの尊い命が失われた日と終戦記念日に合わせ、世界恒久平和と戦争犠牲者の冥福を祈り、1分間の黙とうをお願いします。

### 市慰霊塔での戦没者の追悼 希望者は直接会場へ

☎8月15日(火)午前11時~午後2時 ☎市慰霊塔(南区東大沼1-17-1)

### 市慰霊塔への戦没者の合祀

☎9月30日(土)

☎9月1日までに、合祀を希望する遺族は戦没者の写真などを持って、直接、地域福祉課へ

	日にち	時間
広島	8月 6日(日)	午前 8時15分
長崎	8月 9日(水)	午前11時 2分
終戦	8月15日(火)	正 午

## 「国保税納付お知らせセンター」からの呼び掛けが始まります

納期限を過ぎても国民健康保険税の納付が確認できない人に、民間会社の専門オペレーターが電話で納付を呼び掛けます。

☎8月21日(月)~9月20日(水)、10月19日(木)~11月17日(金)

月~金曜日(祝日等を除く)午前9時~午後5時

お知らせセンターからの電話は☎0570-039-125と番号通知されます。

※この番号は呼び掛け専用のため、発信してもつながりません。詳しくはお問い合わせください。

☎国民健康保険課 ☎042-769-8234

## はたちのつどい(成人式)

☎平成30年1月8日(祝)

☎平成9年4月2日~10年4月1日に生まれた人

※対象者には、11月中旬に案内状を郵送します。

住んでいる区・地区(一部公民館区)	時間	会場	
緑区	大沢、津久井	午前10時40分~11時30分	もり社のホール はしもと
	橋本公民館区、藤野	午後0時50分~1時40分	
	相原公民館区、城山、相模湖	午後3時~3時50分	
中央区	上溝、田名、横山、星が丘	午前10時40分~11時30分	市民会館
	中央、清新、光が丘	午後0時50分~1時40分	
	大野北、小山	午後3時~3時50分	
南区	麻溝、大野南、東林、新磯	午前10時40分~11時30分	相模女子大学グリーンホール(市文化会館)
	相模台、相武台、大野中	午後0時50分~1時40分	

※橋本地区は対象者人数が多いため、相原公民館区、橋本公民館区に分けています。※会場は、原則として、住んでいる地区を案内しますが、違う会場や時間に変更の手続きをせず出席することもできます。市外転出をした人も出席できます。

### 「はたちのつどい」実行委員募集

式典に出席するだけでなく、「思い出に残る成人式を企画したい」「故郷を盛り上げたい」という新成人が集まり、式をつくりまします。あなたも参加してみませんか。

☎9月30日までに、電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、「はたちのつどい」と書いて、こども・若者支援課(☎042-769-8289 ☎kw-shien@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

## 相談 不登校相談会・進路情報説明会

県・市教育委員会がフリースクールなどと連携して行う、相談・説明会です。

☎9月3日(日)午後1時~4時30分(受け付けは午後4時まで)

☎総合学習センター

☎不登校や進路で悩んでいる児童・生徒、高校中退者とその保護者

※希望者は直接会場へ

☎青少年相談センター-城山相談室 ☎042-783-6189



8月は  
道路ふれあい月間です

# 安全に道路を利用するために

大雨の際の注意点や利用の  
ルールについて確認しましょう。

集中豪雨が増える季節です

## 道路冠水にご注意を

問路政課 ☎042-707-7050

短時間で局地的に数十mmという大雨が降ると、周辺より低くなっている地形には急激に雨水が集まり、道路冠水する恐れがあります。

道路冠水が発生しやすいのは 次のような場所に雨水が集まります



※鉄道や道路の下を通る立体交差構造の道路

※両側の土地より低く、傾斜がある道路

危険！道路冠水が発生している場所には近づかないでください



アンダーパスでの冠水

水深が深くなり、車が水没する恐れがあります。



車道での冠水

車によって水が跳ね、思わぬ事故につながる恐れがあります。

## 日頃から道路を適正に利用しよう

道路は日常生活以外にも、緊急車両の通行や、災害時の避難経路として利用されます。

誰もが安全に、安心して道路を利用できるよう、ご協力をお願いします。



安全で快適な通行のため、次のような行為はしないでください。

- 道路に自動車や自転車を放置する
- 道路に看板などを置く
- 段差解消ブロックを設置する
- 道路にはみ出た庭木などを放置する
- 道路に粗大ごみ、家電製品などを不法に投棄する など

### 問各土木事務所

緑土木事務所	☎042-775-8818	津久井土木事務所	☎042-780-1417
城山班	☎042-783-8151	相模湖班	☎042-684-3252
中央土木事務所	☎042-769-8262	藤野班	☎042-687-5512
南土木事務所	☎042-749-2212		

## 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(8月14日を除く)

### 探検！発見！クイズ&チャレンジ

幼児向けと小学生～大人向けの2コースで実施します。触れる資料やクロスワードパズルを通してクイズに挑戦する体験型スタンプラリーです。

時 8月19日(土)・20日(日) 午前10時～午後4時 ※希望者は直接会場へ

### 石仏講話 石仏から分かる地域の歴史と民俗

古文書に残されている石仏の記録など、実際に建てられている石仏と資料を照らし合わせて、地域の歴史について考えます。

時 8月19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(9月)～

口径40cmの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 9月9日(土)・30日(土) 午後7時～9時

定 各120人(申込順。1組4人まで。同世帯は人数制限なし)

※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

### 中世さがみはら探訪 - 上溝周辺の中世伝承を巡る -

上溝周辺に伝わる鎌倉時代から戦国時代の伝承地などを探訪します。

時 9月9日(土) 午前9時～正午

会 上溝駅～番田駅周辺 定 30人(抽選)

申 8月10日(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「中世さがみはら探訪」と書いて、同館へ

### 博物館からのお知らせ

#### 相模原市史「近代資料編」などを刊行

刊行物	価格
相模原市史「近代資料編」	3,240円
相模原市史ノート(第14号)	720円
ふるさと津久井(第7号)	790円

販売場所 各行政資料コーナー、博物館ミュージアムショップなど



## 吉野宿ふじや「藤野の養蚕」展

蚕の飼育体験、藤野の養蚕の歴史、繭人形づくりなど、かつて藤野地区で営まれていた養蚕についての企画展を開催します。

時 8月27日(日) まで 午前10時～午後4時(月曜日休館)

※蚕の飼育体験は蚕の発育により、8月中旬には終了する場合があります。

同時開催 ミウル人形づくり(繭のクラフト)

※材料がなくなり次第終了

問吉野宿ふじや ☎042-687-5022

希望者は  
直接会場へ



## 市収蔵美術作品展「江成常夫 生と死の時」

がんを発症したことから自身の死と向き合い、ふるさと相模原の自然と生きるこの意味を見つめ直した約120点の作品を展示します。

時 8月5日(土)～27日(日) 午前10時～午後6時(水曜日休館)

会 相模原市民ギャラリー

関連プログラム	日時
ギャラリートーク	8月5日(土) 午後3時～4時30分
江成常夫さんと伊藤俊治さん (東京藝術大学教授)による対談	8月12日(土) 午後3時～4時



問相模原市民ギャラリー ☎042-776-1262

## 旧石器ハテナ館の催し

問旧石器ハテナ館  
☎042-777-6371

### 毎月第3日曜日は体験教室の日！勾玉作り

古代のアクセサリー作りを通して、当時の人々の思いなどを考えます。

時 8月20日(日) 午後2時～4時

対 小学校4年生以上=30人(申込順) ※小学生は保護者同伴

費 400円 申 直接か電話で同館へ



### 講演会 イノシシからシカへ

土器の飾りや模様として動物を描く時、縄文人はイノシシを、弥生人はシカをモチーフに選んでいました。この違いに注目して考えます。

時 8月26日(土) 午後2時～4時 講 井上洋一さん(東京国立博物館副館長)

定 100人(先着順) ※希望者は直接会場へ

## 宇宙デザイン・ワークショップ この夏、宇宙へ行ってきました！(全2回)

JAXAを見学した後、スチロール、絵の具、金箔などを使って惑星探査機を作り、宇宙ジオラマを背景に写真を撮ります。

日にち	時間	会場
8月28日(月)	午前10時～午後4時	集合 JAXA相模原キャンパス(中央区由野台) 解散 アートラボはしもと
8月29日(火)	午後1時～4時	アートラボはしもと

対 中学生以上=20人(申込順) 費 1,000円(材料費)

申 8月15日までに、直接か電話で、アートラボはしもとへ

撮影した写真の展示 希望者は直接会場へ

日にち	時間	会場	休館日
9月15日(金) ～24日(日)	午前10時 ～午後5時	アートラボはしもと	水曜日
9月16日(土) ～10月29日(日)	午前9時30分 ～午後5時	市立博物館	月曜日(9月18日、10月9日を除く)、9月19日(火)、10月10日(水)
10月26日(木) ～11月1日(水)	午前10時 ～午後4時30分	東京造形大学CSギャラリー (八王子市宇津貫町)	日曜日

問アートラボはしもと ☎042-703-4654





# 図書館の催し

## 夏のおはなし大会

面白いお話や怖いお話など  
 時8月23日(水) 午後3時30分～4時15分  
 会 ミウイ橋本5階コミュニティールーム(緑区橋本)  
 対 一人で話を聞ける小学生  
 定 20人(先着順)  
 ※希望者は直接会場へ

## 橋本図書館



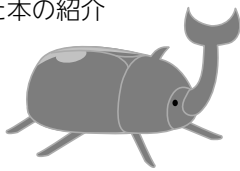
問 橋本図書館 ☎042-770-6600

## 子どもと本をつなぐブックトーク

### 自然に親しみ、ゲームやクイズで生き物を知ろう!

生き物についてのゲームやクイズ、自然をテーマにした本の紹介  
 時8月17日(木) 午前10時～正午  
 対 小学校3～6年生  
 定 50人(申込順)  
 申 8月16日までに、直接か電話で同館へ

## 相模大野図書館



問 相模大野図書館 ☎042-749-2244

## 視聴覚ライブラリー



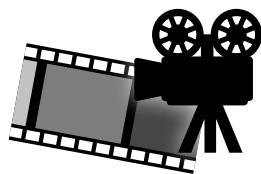
問 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

催し名・日時	上映作品
<b>16ミリフィルム映画鑑賞会</b> 8月6日(日)・8日(火) 午後2時～3時50分	▶かあちゃん (2000年/日本/カラー) ▶走れタンコロひかりのなかへ (2001年/日本/カラー)
<b>月例子ども映画会</b> 8月12日(土) 午後2時～3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶ピーターパンの冒険 ▶きもだめしのぼん ▶おぼけうんどうかい ▶ねむり姫
<b>シネマサロン</b> 8月20日(日)・22日(火) 午後2時～3時40分	▶父と暮らせば (2004年/日本/カラー)

会 市立図書館(中央区鹿沼台) 対 市内在住か通勤・在学の人  
 定 各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

## 健文ロードSHOW! 「自転車泥棒」

時8月19日(土) 午後1時30分～2時55分  
 会 市民健康文化センター  
 定 70人(先着順) ※未就学児は保護者同伴  
 ※8月1日から同センターで配布する整理券が必要



問 市民健康文化センター ☎042-747-3776

## 市体育協会からののお知らせ

☎042-751-5552 FAX042-751-5545 ✉taikyo@jade.dti.ne.jp  
 〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内

### 初心者ダンス講習会(全7回)

時9月1日～10月13日の毎週金曜日  
 午後7時～9時30分  
 会 市体育館(市役所前)  
 対 市内在住か通勤の人  
 費 1,000円  
 申 8月25日(必着)までに、往復はがきに5面上の必要事項を書いて同協会か、電話で市ダンススポーツ連盟の油谷さん(☎042-755-6413)へ

会 淵野辺公園テニスコート  
 対 市内在住か通勤・在学、市テニス協会加盟団体かクラブ所属の人  
 定 600人(抽選)  
 費 4,000円(小学生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。

### 市民ソフトボール選手権大会(シニア)

時9月10日(日)・17日(日) 午前8時  
 会 ウイツひばり球場ほか  
 対 市内在住か通勤の59歳以上で構成されたチーム  
 申 8月25日までに、市体育協会にある申込用紙を同協会へ

### あじさいカップテニストーナメント(一般・小学生、シングルス)

時9月23日～10月15日の毎週土・日曜日  
 午前9時

※詳しくは同協会にある開催要項か、同協会ホームページをご覧ください。

### 中級テニス教室(秋)

時9月10日(日) 午前9時～午後4時20分  
 (予備日9月18日(祝))  
 会 淵野辺公園テニスコート  
 対 高校生以上で、テニス歴がおおむね3年以上の人  
 定 70人(抽選)  
 費 4,500円  
 申 8月30日(必着)までに、市テニス協会ホームページからか、往復はがき(1人1枚)に5面上の必要事項と性別、テニス歴を書いて、同協会へ

### 水泳教室(全10回)

クラス ①顔つけ～浮き身②バタ足～呼吸なしクロール③背浮き～背泳ぎ④呼吸ありクロール⑤平泳ぎ⑥バタフライ

	日時	費用
①～④	9月5日～11月7日の毎週火曜日 午前10時～11時	各 6,000 円
	9月6日～11月8日の毎週水曜日 午後7時～8時	
⑤⑥	9月5日～11月7日の毎週火曜日 午前11時～正午	
	9月6日～11月8日の毎週水曜日 午後8時～9時	

会 さがみはらグリーンプール  
 対 市内在住か通勤・在学の18歳以上  
 定 ①～④各20人⑤⑥各30人(抽選)  
 申 8月10日(必着)までに、往復はがきに5面上の必要事項と希望クラス・日時を書いて、同協会へ

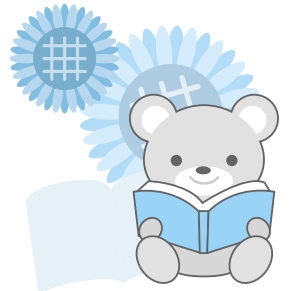
## 夏休みスペシャルかみしばい会

### 「ほねほねマン」のかみしばいを見て「ほねほねマン」のお面を作ろう!

紙芝居の実演やダンスショーと演目に合わせたワークショップ  
 時8月6日(日) 午前11時～11時30分  
 定 50人(先着順)  
 ※希望者は直接会場へ

## 市立図書館

(中央区鹿沼台)



## 夏の大きなおはなし会

お話のほか、大型絵本、大型紙芝居、手遊びなど  
 時8月18日(金) 午後3時30分～4時15分  
 対 小学生(保護者同伴可)  
 定 50人(先着順)  
 ※8月1日から同館で配布する整理券が必要

問 市立図書館 ☎042-754-3604

## 夏の木かげのかみしばい会

時8月2日～30日の毎週水曜日  
 午後3時30分～4時(雨天中止)  
 会 新磯野公園(南区新磯野)  
 ※希望者は直接会場へ

## 相武台分館



問 相武台分館 ☎046-255-3315

## 古民家カフェ 限定オープン

市内で移動カフェを開いている眞田珈琲が期間限定で出店します。エスプレッソの達人バリスタが入れる「サガミハラテ」をぜひ堪能してください。  
 時8月10日(木)～14日(月)・27日(日) 午前10時～午後4時  
 ※天候などにより休みとなる場合があります。  
 会 古民家園(相模川自然の村公園内)



問 文化財保護課 ☎042-769-8371

## 相模原ギオンスタジアムの教室

問 相模原ギオンスタジアム ☎042-777-6088

教室名	日にち	時間	費用
①スポーツチャンバラ	8月26日(土)	午後1時30分～3時30分	500円
②身体すっきりストレッチヨガ(全10回)	8月28日～11月27日の毎週月曜日(9月18日、10月9日・16日、11月20日を除く)	午前10時～11時	5,000円

対 ①5歳以上②18歳以上(高校生を除く)

定 ①30人②25人(申込順)

申 開催日前日までに、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、教室名を書いて、同所(FAX042-777-0161 ✉asamizo-stadium@dream.jp)へ



# 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

### 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

☎8月8日(火)・21日(月)  
午後5時30分～7時

会場	電話番号
納税課 (市役所第2別館2階)※	042-769-8300
緑区税事務所 (緑区合同庁舎5階)	042-775-8808
南市区税事務所 (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。

### 分譲マンション管理 無料相談会

☎8月12日(土) 午後1時～5時

- ☎市民会館
- ☎市内マンション管理組合役員と居住者
- ☎5組(申込順)
- ☎8月11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

### マンション管理勉強会

長期修繕計画書の見方と見直しのポイント

☎8月26日(土) 午後1時30分～4時

- ☎相模原市民ギャラリー
- ☎市内のマンションに住んでいる人
- ☎30人(申込順)
- ☎8月25日までに、電話で相模原・町田マンション管理ネット(☎042-704-3431)へ

### 国民健康保険診療所の臨時休診日

診療所	日にち
青根	8月14日(月)～16日(水) ・28日(月)、9月11日(月)
内郷	8月18日(金)・21日(月) ・22日(火)・24日(木)・25日(金)
日連	8月14日(月)～18日(金)

☎国民健康保険課

### 8月は電気使用安全月間

電気を安全に使うポイント

- タコ足配線をやめる
- プラグは定期的に点検する
- アース線はしっかり取り付ける

○漏電遮断器を取り付ける  
☎関東電気保安協会相模原事業所(☎042-772-1551)

## 募集

### 中央区役所区民課の非常勤職員

相模原駅・光が丘連絡所いずれかの窓口事務補助

勤務 10月～平成30年9月の月～金曜日(祝日等を除く)のうち指定する日で、午前8時30分～午後5時のうち1日5時間  
※勤務のない月あり

賃金 時給962円

☎市内在住で、簡単なパソコン操作ができる人=若干名(選考)

☎8月10日午前9時～11時に、履歴書(写真貼付)を持って、直接市役所会議室棟第12会議室へ

※受付時に簡単な面接あり

☎同課

### 美術専門員

子どもや市民とのワークショップの実施、学生や若手作家の指導・育成など

勤務場所 アートラボはしもと

勤務 10月～平成30年3月の週5日(水曜日を除く)で、午前8時30分～午後10時のうち1日7時間

賃金 月額20万5,400円

☎次の全てに該当する人

○美術を専門に学び、学芸員の資格がある  
○さまざまなアート事業の実施に必要な知識・経験がある  
○パソコン操作ができる(イラストレーター、フォトショップを含む)  
○市の美術振興に理解と熱意がある

☎1人(選考)

☎8月22日(必着)までに、アートラボはしもとにある募集要項(市ホームページにも掲載)に付いている申込書と、作文を郵送で同所(☎042-703-4654)へ

### ①臨時介助員②臨時看護師(登録者)

小・中学校の児童・生徒への介助など

勤務 9月から週2・3日で、午前8時30分～午後5時のうち1日6時間

賃金 時給①1,150円②1,270円

☎①職務を理解し、心身共に健康な人  
②看護師か准看護師の免許がある人

☎学校教育課にある登録書(写真貼付。市ホームページにも掲載)を直接、同課(☎042-704-8917)へ

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

### 就学時健康診断事務補助員

10～12月に行う来年度小学校入学予定者の健康診断の事務補助

賃金 時給962円

☎20人程度(選考)

☎学校保健課(☎042-851-3106)へ電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を直接、8月29日に南区合同庁舎3階講堂か、8月31日に市役所会議室棟第3会議室へ

※時間はいずれも午前10時～正午

※受付時に面接あり

### 介護事業者指導事務員

介護サービス事業者に関する指導や書類点検など

勤務 9月以降～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8時30分～午後5時のうち1日7時間30分

賃金 時給1,520円

☎次の全てに該当する人=1人(選考)

○介護支援専門員の資格がある  
○資格取得後、居宅介護支援事業所などに1年以上在籍し、かつ勤務日数が180日以上で、計画作成業務の経験がある  
○パソコン操作(ワードなど)ができる

☎8月7日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接(あじさい会館内)か郵送で、高齢政策課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-707-7046)へ

※8月10日(木)〈予定〉に面接あり

### 宿泊利用 相模川清流の里

10月まで平日に空きあり

☎随時受け付け

11月分の抽選申し込み 8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相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは、8月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

11月の休館日 13日(月)・14日(火)

### サン・エールさがみはら ジャズコンサート出演者

10月29日(日)に開催する同コンサートに出演

☎スタンダード曲を中心に10曲以上演奏できる、社会人で構成されている団体

☎1組(選考)

☎8月20日(必着)までに、代表者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号、団体名、メンバーの人数、演奏楽器、活動内容、コンサートの実績を書いて、デモテープ

(CD・MD・DVDのいずれか)を同封し、直接か郵送で同所(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665)へ  
※応募書類などは返却しません。  
※詳しくは同所ホームページをご覧ください。

## イベント

### さがみスクラム写真展 「COLOR～私の好きな色～」

精神障害のある人たちが企画する写真展

☎8月24日(木)～27日(日)  
午前10時～午後6時(24日は午後1時から、27日は午後4時まで)

- ☎相模大野ギャラリー
- ☎同写真展実行委員会事務局(地域活動支援センターカミング内 ☎042-759-5117)

### サポセン登録団体パネル展

さがみはら市民活動サポートセンター(サポセン)に登録しているNPO法人の活動を紹介

日にち	時間	会場
8月22日(火)～30日(水)	午前 8時30分～午後10時	あじさい会館
9月19日(火)～29日(金)	午前 8時30分～午後 5時	市役所本館※

※土・日曜日、祝日等を除く  
☎同センター(☎042-755-5790)

### 夏休み子ども特集

お茶会～外国人との交流の広場～  
世界のゲームや民族衣装のファッションショーなど

☎8月20日(日) 午前10時～正午

- ☎ソレイユさがみ
- ☎70人(先着順)
- ☎費100円(中学生以下無料)
- ※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)

### 夏休みに作ろう! 凧作り教室

種類 角凧・六角凧・ダイヤ凧のうち1つ

☎8月19日(土) 午後1時30分～4時

- ☎相模の大凧センター
- ☎小学生以上=20人(申込順)
- ☎費500円
- ☎直接か電話、ファクスに5面上の必要事項を書いて、新磯ふれあいセンター(☎046-255-1311 ☎046-255-1361)へ

## イチオシ! 9月10日は下水道の日

### 夏休みは 下水道カラーマンホールを探そう

指定のカラーマンホールを全て探した人に、記念品をプレゼントします。

下水道カラーマンホール指定箇所(5カ所6枚)

- ①さがみはらグリーンプール付近(2枚)②城山商工会付近
- ③津久井総合事務所付近④相模湖駅付近⑤藤野総合事務所付近

☎9月30日(必着)までに、指定のマンホールを撮影した写真6枚を、直接か郵送、Eメール(データを添付)に5面上の必要事項を書いて、下水道経営課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎gesui-keiei@city.sagamihara.kanagawa.jp)か、津久井下水道事務所(持参のみ)へ

※写真の確認後、記念品をプレゼント(郵送・Eメールの場合は後日)

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎下水道経営課 ☎042-707-1840 津久井下水道事務所 ☎042-780-1409

## イチオシ! 環境について子どもと考えるイベント

### らんま先生のeco実験 パフォーマンスショー

再生可能エネルギーについて、実験を交えて講演します。

☎9月23日(祝) 午後1時30分～3時

☎日本科学未来館(江東区青海)

☎らんま先生(eco実験パフォーマー)

☎九都県市(埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市)在住か在勤・在学の小学生以上(小学生は保護者同伴)

☎300人(抽選)

☎8月23日までに、Eメールかファクスに代表者の住所・電話・ファクス番号・Eメールアドレス、全員の氏名(ふりがな(代表者に○))・年齢・性別、「らんま先生」と書いて、JTBコーポレートセールス法人営業相模原支店(☎taiyo@bwt.jtb.jp ☎042-701-2161 ☎042-701-2153)へ

※ファクスの場合は到着確認のため、同支店へ電話をしてください。



さがみはらみんなで歌いましょう！  
〈全3回〉

童謡や懐メロなどを伴奏に合わせて大きな声と一緒に歌い、健康寿命を延ばすことを目指す

時 9月1日(金)・15日(金)・29日(金)  
午前9時45分～11時30分

会 社のホールはしもと多目的室  
対 市内在住の人=110人(申込順)

費 1回500円

申 8月31日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

市日中交流協会訪中団 友好都市  
・無錫市と中国の古跡を巡る旅

時 ①11月23日(祝)～26日(日)〈3泊4日〉  
(無錫、揚州)

②11月19日(日)～25日(土)〈6泊7日〉  
(龍門石窟、少林寺、開封、無錫)

定 各15人(申込順)

費 ①13万円②24万円

※別途航空諸税など(1万円程度)が必要

申 9月29日までに、電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、①か②、「訪中団」と書いて、日中平和観光株式会社(☎03-5822-3509 ☒ysato@nicchu.co.jp)へ

講演・講座

市民法律講座〈全5回〉

日常生活に関わる法律問題を、弁護士

が分かりやすく解説

時 8月31日～9月28日の毎週木曜日  
午後6時30分～8時30分

会 相模原教育会館(中央区富士見)

対 市内在住か在勤・在学の人

定 60人(申込順)

費 1,000円(テキスト代)

申 8月21日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

発達障害支援センター特別講座  
～生活支援プランMapをいっしょ  
に作ってみませんか～〈全2回〉

子どもの特徴やサポート方法を記入するサポートブック(生活支援プランMap)を活用した子育ての工夫について

時 9月15日(金)・22日(金)

午前10時30分～正午

会 陽光園

対 市内在住で、発達障害やその傾向がある小学生の保護者=10人(申込順)

申 8月25日までに、直接か電話で市発達障害支援センター(☎042-756-8411)へ

数学教室〈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、数学の勉強をサポート

時 8月28日(月)～30日(水) 午後2時～4時

会 シルバー人材センター中央事務所

対 中学生

定 10人(申込順)

費 3,000円

申 8月21日までに、電話で同事務所(☎042-754-1177)へ

保育の就職説明会  
・就職支援セミナー

保育所など約35園による合同就職説明会と現役保育士による就職支援講座

時 8月27日(日) 午後1時30分～4時30分

会 ソレイユさがみセミナールーム1・2

対 市内の私立保育所などに就職を希望している人

※入退場自由。希望者は直接会場へ

問 市就職支援センター(☎042-700-1618)

明日から使える！  
人間関係なるほど心理学講座

時 9月4日(月) 午後7時～8時30分

会 ユニコムプラザさがみはら

定 25人(抽選)

申 8月18日(必着)までに、はがきかファクス、Eメールに5面上の必要事項を書いて、サン・エールさがみはら(〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5515 ☒sun-yell@ajisaimetsu.or.jp ☎042-775-5665)へ

研究機関等公開講座  
「国民生活センターコース」  
最近の消費生活相談について  
～相談事例を中心に～

講義や、商品テスト施設の見学を通じ、身近な消費者関連情報などについて学ぶ

時 9月5日(火) 午後1時～4時30分

会 国民生活センター相模原事務所

(中央区弥栄)

対 市内在住か在勤・在学の15歳以上(中

学生を除く)=30人(申込順)

申 8月16日までに、直接か電話で総合学習センター(☎042-756-3443)へ

はじめてのガーデニング③  
「秋のコンテナ・ベランダ菜園」

野菜やハーブなどの栽培管理の基本と活用法を学ぶ、初心者向け講座

時 9月6日(水) 午前10時～正午

会 けやき会館

対 市内在住かIn勤・在学の18歳以上(高校生を除く)

定 30人(申込順)

費 500円

申 8月30日までに、直接か電話で市まちみどり公社(☎042-751-6624)へ

市民公開講座「心に寄り添う  
傾聴を学ぶ PartⅢ」

時 9月2日(土) 午後1時30分～3時15分

会 智泉会はあとびあ市民交流センター(中央区清新)

対 傾聴ボランティアとして活動中か、傾聴ボランティアに関心がある人

定 40人(抽選)

費 500円

申 8月15日(必着)までに、往復はがきかEメールに住所、氏名、電話番号、受講動機、「心に寄り添う傾聴を学ぶ」と書いて、傾聴ボランティアの会相模原(〒252-0236 中央区富士見6-1-20 あじさい会館中央ボランティアセンター内 ☒keichouvol@gmail.com)へ

問 同会の瀧川さん(☎070-5014-8311)

施設の催し\*\*\* ※会場・問い合わせは原則各施設です

老人福祉センター溪松園  
〒252-0135 緑区大島3339  
☎042-761-9291

カラオケのど自慢

時 8月20日(日) 午前10時～午後3時50分

対 市内在住の60歳以上=60組(申込順)

申 8月15日までに、同園にある申込用紙(市まちみどり公社ホームページにも掲載)を同園へ

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1  
☎042-775-1775

男女共同参画に関する川柳コンテスト2017募集作品 男女共同参画に関するユーモアを交えた川柳(1人2点まで。自作、未発表のものに限る)

対 市内在住かIn勤・在学の人  
申 9月25日(必着)までに、ソレイユさがみなどにある応募用紙を、直接か郵送で同所へ

自分を生かすセカンドキャリア  
就職支援セミナー〈全3回〉

時 8月26日(土)・9月4日(月)・25日(月)

午後1時30分～4時

対 おおむね55歳以上=20人(申込順)

申 直接か電話で市総合就職支援センター(☎042-700-1618)へ

※後日、希望者には個別相談あり

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「ハワイアン」

エディー青木&スピリットオブアロハに

よる演奏

時 8月19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

新磯ふれあいセンター

〒252-0326 南区新戸2268-1  
☎046-255-1311

万華鏡作り教室

時 8月26日(土) 午前10時30分～正午

会 相模の大風センター

定 20人(申込順)

※未就学児は保護者同伴

費 1,500円(材料費含む)

ふれあい童謡教室〈全10回〉

時 9月5日～11月7日の毎週火曜日

午前10時～11時30分

対 60歳以上=40人(申込順)

費 2,000円

男のリンパストレッチ教室〈全4回〉

時 9月8日～29日の毎週金曜日

午前10時～11時30分

対 50歳以上の男性=30人(申込順)

費 2,000円

申 直接か電話、ファクスに5面上の必要事項と性別を書いて、同所(☎046-255-1361)へ

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「地産地消のメリットについて～実例を用いて～」

相模原産の野菜を使った生ジュース販売店の紹介。試飲あり(なくなり次第終了)

時 8月12日(土) 午後2時～3時

※希望者は直接会場へ

施設のお休み

ユニコムプラザさがみはら

時 8月14日(月)

問 同所(☎042-701-4370)



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

情報あらかると

### LCA国際小学校 北の丘センター

施設の催し・教室  
〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570

催し・教室名	日にち	時間	対象	費用
①夏休み子どもロードSHOW!	8月20日(日)	午後1時30分～3時15分	どなたでも ※未就学児は保護者同伴	無料
②プール大好き! 月曜日(全12回)	9月4日～12月18日 の毎週月曜日 (9月18日、10月9日、 11月6日・13日を除く)	午後4時20分～5時20分	5歳～小学校 3年生の初心者	各 1万 200円
③チャレンジスイム(初級)(全12回)		午後5時30分～6時30分	5m以上泳げる 小学生	
④チャレンジスイム(中級)(全12回)		午後5時30分～6時30分	25m以上泳げる 小・中学生	
⑤大人のための水泳(上級)(全12回)		午前11時20分～午後0時20分	16歳以上の 上級者★	
⑥アクアストレッチ(全12回)		午後7時～7時45分	16歳以上	
⑦大人のための水泳(初心者)(全13回)	9月6日～12月20日 の毎週水曜日 (9月13日、11月8日・ 15日を除く)	午前9時20分～10時20分	16歳以上の 初心者★	各 1万 1,050円
⑧大人のための水泳(中級)(全13回)		午前11時20分～午後0時20分	16歳以上の 中級者★	
⑨プール大好き! 水曜日(全13回)		午後4時20分～5時20分	3歳～小学校 2年生の 初心者	
⑩目指せ25mクロール水曜日(全13回)		午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生	
⑪大人のための水泳(初級)(全13回)	9月7日～12月21日 の毎週木曜日 (11月9日・16日・ 23日を除く)	午前11時20分～午後0時20分	16歳以上の 初級者★	各 1万 1,050円
⑫プール大好き! 金曜日(全13回)	9月8日～12月22日 の毎週金曜日 (11月3日・10日・ 17日を除く)	午後4時20分～5時20分	5歳～小学校 3年生の初心者	
⑬目指せ25mクロール金曜日(全13回)	午後5時30分～6時30分	12m程度泳げる小学生		

★は高校生を除く  
 ①40人(先着順)②⑨⑩⑫⑬各25人③④各15人⑤⑥⑧⑪各20人⑦10人(抽選)  
 ②～⑬8月8日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に7面上の必要事項を書いて、同センターへ  
 ※①希望者は直接会場へ

### 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水中撮影フォームチェック	8月10日(木)	正午～午後1時	18歳以上 (高校生を除く)	1,500円 (DVD代含む)
②水球体験	8月12日(土)	午後1時30分～2時30分	小・中学生	1,000円
③はじめての水球(全3回)	8月19日(土)・ 26日(土)、9月2日(土)	午後1時30分～2時30分		4,000円
④夏休み短期水泳(全4回)	8月21日(月)～ 24日(木)	午前9時～10時 午前11時～正午		各 1,000円
		午後1時30分～2時30分		
⑤秋季幼児体育(全12回)	9月15日～12月1日 の毎週金曜日	午後4時～4時50分	年中・年長	各 6,000円
	9月16日～12月2日 の毎週土曜日	午前10時～10時50分		
	9月17日～12月3日 の毎週日曜日			
⑥秋季小学生体育(全12回)	9月15日～12月1日 の毎週金曜日	午後5時～5時50分	小学生	各 6,000円
	9月16日～12月2日 の毎週土曜日	午前11時～11時50分		
	9月17日～12月3日 の毎週日曜日			

定①30人②③各20人(申込順)④各50人⑤各12人⑥各15人(抽選)  
 ①～③開催日前日までに、直接か電話で同プールへ。8月4日⑤⑥24日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)。④兄弟姉妹の連名不可。⑤⑥は同教室であれば連名可)に7面上の必要事項と学年、希望日時を書いて、同プールへ

### 北総合体育館

施設の教室  
〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

教室名	日にち	時間
①弓道(全10回)	9月2日～11月4日の毎週土曜日	午前9時30分～11時30分
②バドミントン(全8回)	9月8日～10月27日の毎週金曜日	
③グラウンドゴルフ(全6回)	9月21日～10月26日の毎週木曜日	
④トレーニングを学ぼう	9月16日(土)	午前9時30分～11時

①15歳以上(中学生を除く) = ①③各40人②50人④30人(抽選)  
 ①～③各1回300円④500円  
 ⑧8月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に7面上の必要事項を書いて、同館へ

## 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。

- あおぞら中国体操 8月の毎週火・木曜日午前9時30分～10時30分、相武台団地商店街前広場(南区相武台団地) 関ひばりカフェ(☎046-404-0540)
- 戦争の体験を語り伝える会 「空から見た相模原」の上映と講話 8月5日(土)午後1時30分～3時30分、視聴覚ライブラリー。定員40人(先着順) 関大貫(☎080-5042-9805)

- 楓響ウインドオーケストラ創立20周年記念定期演奏会 曲目は「プスタ～4つのロマの舞曲」ほか 8月20日(日)午後2時～4時、市民会館。定員800人(先着順) 関角田(☎090-4549-3028)
- 鎌倉ジュニアオーケストラ定期演奏会 曲目は「1812年」ほか 8月25日(金)午後5時～7時、相模女子大学グリーンホール(市文化会館)。定員1200人(先着順) 関同事務局(☎080-5512-6137)
- 百人一首の書道と文学コラボ講座 8月31日(木)午後1時30分～4時、麻溝公民館。定員20人(申込順)、費用900円(教材費含む) 関電話で中村(☎090-6493-5864)へ

**仲間** 会費などは個別にお問い合わせください。

- ペン習字 毎月第1・第3土曜日午後1時、市民会館。見学・体験可 関青木(☎042-755-3974)
- よさこい 月3回木曜日午後1時30分、星が丘公民館ほか。初心者歓迎、見学・体験可 関渋谷(☎090-6133-3251)
- 健康体操 毎週水曜日午後1時30分、大沼公民館ほか 関松井(☎090-2902-9218)
- ペン字・書道 毎月第1・第3金曜日午後1時30分、上鶴間公民館 関塚本(☎042-748-4374)

- 囲碁 毎週土曜日午後1時、陽光台公民館 関荻野(☎042-756-9785)

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」からも申し込めます。  
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。



# かながわ パラスポーツフェスタ2017

希望者は室内履きを持って直接会場へ

8月26日(土) 午後1時～4時30分 会場 総合体育館

**講演** 午後1時～1時30分

本市在住で、リオデジャネイロパラリンピックで日本代表監督を務めた講師が、「一緒にできる」をテーマにお話しします。  
 中澤吉裕さん(車いすテニス監督)



**トークショー** 午後1時30分～2時

本市ゆかりのパラリンピック選手らが、パラスポーツとの出会いや共に楽しむことの素晴らしさをお話しします。



**車いすテニス監督**

中澤吉裕さん  
(2016リオ大会  
日本代表監督)



**車いすテニス選手**

二條実穂さん  
(2016リオ大会  
女子ダブルス4位入賞)



**車いすバスケットボール  
元日本代表**

三宅克己さん  
(2004アテネ大会  
日本代表)



**女子マラソン(視覚障害)  
ガイドランナー**

青山由佳さん  
(2016リオ大会銀メダリスト  
道下美里選手の伴走者)

**体験コーナー** 午後2時～4時30分

※運動ができる服装で、タオル、飲み物などを持参してください。

- 車いすテニス
- 車いすバスケットボール
- 盲人マラソン



- フロアホッケー
- 競技用義足



- ブラインドサッカー
- ファミリーバドミントン(ニュースポーツ)



※オープニングイベントや各種ブースなども楽しめます。  
 詳しくは県ホームページをご覧ください。

かながわパラスポーツ

問 スポーツ課 ☎042-769-9245

## けやき体育館の催し

### ①おたのしみイベント

市内を中心に活動する音楽隊「るあんLuann」による演奏会です。  
 時 9月2日(土) 午後2時～3時30分  
 定 50人(申込順)

### ②障害者スポーツ講座 スポーツを楽しもう♪(全3回)

バドミントンやソフトバレーボールなど、さまざまなスポーツを楽しめます。  
 時 9月6日(水)、10月4日(水)、12月6日(水) 午前10時～11時30分  
 定 20人(申込順)

対 市内在住か在勤・在学の小学生以上で障害のある人

※①小学生は要付き添い。兄弟姉妹の参加可

※手話通訳・要約筆記対応可

※ボランティア同時募集(各5人(申込順))

申 8月①21日②26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、催し名を書いて、同館(☎042-753-9030 FAX042-769-1200)へ

## 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**

対戦相手 セレッソ大阪U-23

時 8月20日(日) 午後3時

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1部**

対戦相手 マイナビベガルタ仙台レディース

時 8月19日(土) 午後6時

会 町田市立陸上競技場(町田市野津田町)

問 ノジマステラ神奈川相模原  
☎046-298-3881



※その他の試合日程など詳しくは、各チームホームページをご覧ください。



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.1366

平成29年(2017年)

8/1

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 健康増進課	☎042-769-8322
⑥ 緑保健センター	☎042-775-8816
⑦ 緑保健センター(津久井)	☎042-780-1414
⑧ 中央保健センター	☎042-769-8233
⑨ 南保健センター	☎042-701-7708
⑩ こども家庭課	☎042-769-8345
⑪ 緑子育て支援センター	☎042-775-8829
⑫ 中央子育て支援センター	☎042-769-8222
⑬ 南子育て支援センター	☎042-701-7710
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。

### 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 8月9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 ⑩

### 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 9月14日(木) 午前10時～正午

会 ㊧

対 産後4カ月～おおむね6カ月の女性(初めての人優先)

※4カ月～おおむね6カ月の乳児同伴可(保育なし)

定 10組(申込順)

申 ⑨

### 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
9月11日(月)	午後1時～2時15分	㊦	⑮
9月20日(水)	午後2時45分～4時	㊩	

対 平成29年3～4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)

### ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び

時 9月6日(水) 午前10時～11時30分

会 ㊧

対 おおむね4歳未満のふたご・みつごとその保護者か、ふたごなどを妊娠中の人

定 20組(申込順)

申 ⑪

## 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
成人健康相談 母子保健相談 (保健師)	月～金曜日	午前8時30分～午後5時 (祝日等を除く)	㊧	⑧	成人健康相談 健康相談 母子保健相談 妊娠・出産、子どもの健康などの相談 ※希望者は直接会場へ(電話相談可) ※㊧㊨㊩(は来庁相談のみ) 母子保健相談 ⑥⑧⑨⑪⑫⑬
	月・木曜日		㊦		
	火曜日		㊨		
	水曜日		㊩		
	金曜日		㊪		
精神保健相談 (精神科医)	8月8日(火)	午後1時～2時	㊩	④	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)南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ㊦(中央)中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806
	8月25日(金)		㊦		
	8月9日(水)		㊧		
	8月22日(火)		㊦		
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	9月13日(水)	午前9時～11時30分	㊦	⑧	生活習慣病予防などに関する栄養・食事相談 持ち物 食事メモ、健康手帳(持っている人)
HIV(エイズ)等の検査・相談	火曜日(8月15日を除く)	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)
	8月5日(土)	午後2時～3時45分	㊨		
高齢者認知症相談	9月5日(火)	午前10時～正午	㊦	②	専門医による認知症相談 定 各2組(申込順)
	9月26日(火)		㊦		
	9月6日(水)	午後2時～4時	㊩	③	
	9月25日(月)	午後1時30分～3時30分	㊧	①	
思春期・ひきこもり特定相談 (精神科医)	8月17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 ひきこもり相談 おおむね40歳ぐら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	8月15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	8月28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	8月17日(木)	午後1時30分～3時			※希望者は直接市薬剤師会会議室へ 申 市薬剤師会 ☎042-756-1502
家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」	8月16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 30人(申込順)

## もつと健康になるための教室

運動でアンチエイジング(全4回)&フォローアップ(全2回)

日にち	時間	会場	内容・対象など
9月28日(木) 10月4日(水) 19日(木) 11月2日(木) フォローアップ 11月16日(木) 30日(木)	午前10時～正午	㊧	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20歳～59歳(昭和33年4月2日～平成10年4月1日生まれ)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 9月7日までに⑥

骨密度測定de骨元気アップセミナー

日にち	時間	会場	内容・対象など
9月1日(金)	午前9時45分 午前10時15分 午前10時45分	㊦	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22年4月2日～平成10年4月1日生まれ) 定 ㊦各25人 ㊩各15人(申込順) 費 各700円 申 ⑮
9月6日(水)	午後1時30分 午後2時	㊩	

## 健康診査 検診・検査

申し込み・問い合わせ

⑮

(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9月中旬～11月のがん集団検診の日程など詳しくは、本紙9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。

実施中





**元気高齢者向け筋力向上トレーニング教室(全12回)**

専属トレーナーの指導の下、体操や機器を用いたトレーニングを行います。

日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
① 9月5日～11月28日の毎週火曜日(10月31日を除く)	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
② 9月7日～11月30日の毎週木曜日(11月23日を除く)	午後3時30分～5時	メガロス相模大野店(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=各10人(抽選) 費 ①4,800円②6,000円  
申 8月①20日まで②2日～13日に、電話で各会場へ



**高齢者筋力向上トレーニング 緑会場(全24回)**

運動機能の維持・向上を目的とした体操や各種トレーニングを行います。

時 10月10日～平成30年1月9日の毎週火・金曜日(11月3日、12月29日、1月2日を除く)午前10時～正午  
会 コナミスポーツクラブ橋本(緑区西橋本)

対 市内在住の65歳以上で、病気・けが・加齢に伴う衰えなどで身体機能が低下し、面接で改善に向けた支援が必要と判断された人=10人(選考)

申 8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



**ファミリーサポートセンター会員募集**

子どもの送迎など、子育ての手助けを受けたい人(利用会員)と手助けをしたい人(援助会員)を募集します。

対 市内在住か在勤・在学中で入会説明会に参加でき、次に該当する人  
利用会員=生後0カ月～小学生(障害児は18歳まで)の子どもがいる  
援助会員=20歳以上

※援助会員は、後日行う講習会への参加が必要(保育士、幼稚園・小学校教諭、保健師などの資格が免許がある人は一部免除)

申 電話か、Eメールに住所、氏名、電話番号、希望の会員種別、入会説明会参加希望日を書いて、同センター(☎042-730-3885 ①famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp)へ

**入会説明会(1時間程度)**

日にち	時間	会場
8月5日(土)	午前10時30分	あじさい会館
8月10日(木)		緑区合同庁舎
8月18日(金)	午後1時30分	南区合同庁舎
9月2日(土)	午前10時30分	緑区合同庁舎



**精神科セカンドオピニオン外来**

時 8月23日(水) 午前10時～正午

会 けやき会館

対 精神科治療中で、自身の治療方針などについて主治医以外の精神科医からの意見を求める人  
※医療過誤や訴訟に関する相談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 8月10日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ



**若年性認知症の人と家族の交流会**

高齢者の認知症とは異なる日常生活の悩みなどについて、専門家を交えて話し合います。

時 8月26日(土) 午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

対 若年性認知症の人とその家族

申 8月21日までに、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ



**測って気づく!出張健康相談**

体脂肪率や内臓脂肪レベル、血管年齢などを測定し、保健師による健康相談を行います。

時 8月30日(水) 午前10時～正午

会 緑区合同庁舎

※希望者は直接会場へ

☎緑保健センター ☎042-775-8816

**教室・講演会など**

**生活習慣病予防教室**

血管・体年齢や運動量の測定のほか、より良い生活習慣について学ぶ

①～忙しくてもあきらめない!～  
働く世代のメタボ撃退術(全2回)

時 9月2日(土)・9日(土)  
午前10時～正午

会 南保健福祉センター

②産後のカラダスッキリ  
ママ'Sセミナー(全2回)

時 9月12日(水)・19日(水)  
午前10時～正午

会 緑区合同庁舎 ※子ども同伴可

..... 共 ..... 通 .....

対 市内在住か在勤の人

定 ①30人②25人(申込順)

申 直接か電話で、①南保健センター(☎042-701-7708) ②緑保健センター(☎042-775-8816)



**マタニティオーラルセミナー(1日コース)～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～**

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・体験、歯科健康診査など

時 9月8日(金) 午後1時30分～3時30分

会 ウェルネスさがみはら

対 市内在住の妊婦(妊娠期間中1回のみ受診可能) ※経産婦可

定 12人(申込順)

※子ども同伴可。保育なし

申 9月7日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ



**子育て広場たんたんと 乳幼児を守る防災セミナー**

乳幼児のいる家庭の防災について、基礎知識を学ぶ

時 9月2日(土) 午前10時30分～正午

会 伊勢丹相模原店(南区相模大野)

対 乳幼児の保護者=15組(申込順)

※子ども同伴可

※電話、Eメールの着信時間順に受け付け

申 電話(非通知不可)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、「防災セミナー」と書いて、子育て親育ち応援団With.cfc(☎080-5431-0971 ①tant-with.cfc-0209@ezweb.ne.jp)へ

**バンビのぼれぼれ広場講座「ママのためのアートワーク」**

コラージュで気分をリフレッシュ

時 8月24日(木) 午後1時～2時30分

会 バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)

対 子育て中か妊娠中の人

定 10組(申込順)

※子ども同伴可。保育なし

申 直接か電話(月～金曜日(8月11日～20日、祝日等を除く)午前10時～午後3時)、Eメールに氏名(ふりがな)、子どもの月齢、電話番号、「ママのためのアートワーク」と書いて、同広場(☎042-776-2286 ①famisapobambino@gmail.com)へ



**子育て広場 緑のおうち講座 緑のおうちで絵本カフェ! 一ふしぎ・ふしぎ**

読み聞かせや工作を一緒に楽しむ

時 8月30日(水)

午前10時30分～11時30分

会 子育て広場 緑のおうち(緑区橋本台)

対 1歳～3歳までの未就園児とその保護者=10組(申込順)

申 月～金曜日(8月11日～20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



**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について

時 9月12日・19日・26日、10月3日の火曜日 午後2時～4時

会 ウェルネスさがみはら

対 統合失調症を発症して10年以内の人の家族=15人(申込順)

申 9月11日までに、電話で中央障害福祉相談課(☎042-769-9806)へ



**愛の献血 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
8月4日(金)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
8月9日(水)		橋本駅ペDESTリアンデッキ下
8月13日(日)		

対 16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の方は、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。

☎地域保健課 ☎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)

まずはかかりつけ医・歯科医へ。休診の場合は下記の問い合わせ先へ

**医科**

相模原救急医療情報センター  
☎042-756-9000

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・歯科案内は行っていません。

※8月11日(水)～20日(日)は、24時間案内します。

**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 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(翌日が平日の場合、受け付けは翌朝8時まで)

※夜間、休日に急激な精神疾患の発症や病状悪化の際に、精神科医療機関を紹介します。

※必ず紹介することを約束するものではありません。

