

さがみ ら

広報

NO.1386
毎月
1日・15日発行
6/1
2018
平成30年
SAGAMIHARA

集え10代!

橋本図書館へ行こう!

橋本図書館 ☎042-770-6600

橋本図書館では中高生世代を対象に、本を読むだけでなく、進学や部活に役立つ情報や本の紹介のほか、仲間と交流できるイベントなど、さまざまなサービス(YA(ユースフルエイジ)サービス)を実施しています。今回は、このYAサービスの1つとして発行している冊子★を制作するYD編集委員の中高生と、YAサービスについて紹介します。ぜひ気軽に利用してください。

★「Youthful Days(YD)」…中高生の中高生による中高生のためのライブラリーマガジン
※同館では、YAを「可能性に満ちた世代」を意味するYA(ユースフルエイジ)と名付けてサービスを行っています。



あなたも
未来につながる
“何か”を
図書館で見つけて
みませんか。

※YD編集委員の次回の募集は、平成31年4月ごろの予定です。

図書館は中高生世代向けのサービスが充実しています

YAポスト



中高生世代からの手紙を募集しています。イラストや聞いてほしいこと、伝えたいことなど、好きなことを書いて投函してください。YA担当者から返事が来るかもしれません。

イラスト:迷い猫

YA+いじばん

イベントや講座など中高生世代にお勧めの情報を掲載しています。市内・近郊の学校案内パンフレットもあります。



YAコーナー

読み物だけでなく、進路や受験に関する資料も充実!勉強の合間にひと息つける漫画や芸能雑誌などもあります。図書館には勉強から趣味まで、幅広い分野の本がそろっています。



LINE UP 今号の主な内容

- 給付型奨学金の申請を追加で受け付けます…………… 2
- 身近なことから楽しくできる!毎日の食育…………… 6
- 土砂災害・水害 早め早めに避難しよう…………… 7
- ウェルネス通信(子育て・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 723,292人(958増)
男 361,885人 女 361,407人
世帯 322,011世帯(944増)

平成30年5月1日現在。()は前月との増減

TOPICS

ブラジルに続き、カナダのホストタウンになりました

市では現在、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた取り組みを進めています。本年1月にカナダのボート協会などと事前キャンプに関する覚書を締結し、4月27日にはカナダのホストタウンとしての登録が認められました。これにより、ブラジル連邦共和国と併せ、2カ国のホストタウンとなりました。本市ではカナダのトロント市と友好都市交流を継続していますが、キャンプの受け入れを契機に、カナダとの交流をさらに深めていけるよう取り組んでいきます。

関オリンピック・パラリンピック推進課 ☎042-851-3248



カナダとの交流事業(平成29年度)の様子

中高生世代の居場所が図書館にはあります!

YD会議とは

有志の中高生が「YD」を発行するために、「YD編集委員」として毎月執筆・編集を行う会議です。



イラスト:迷い猫

YD編集委員に聞きました

自分も発信できる側に

YDの冊子に、同世代の人たちが絵を描いているのを見て、自分も発信できる側になってみたいと思ったのがきっかけで、編集委員になりました。



藤原夏希さん

共通の話題があるとすぐに打ち解けられる

編集委員の人たちは絵や本が好きで、最初から共通の話題があるので、とても話やすく楽しいです。



永見彩夏さん

納期の感覚が身に付いた

詩や絵を描くのがうまくなったり、期限までにどうやって原稿を納めるかを、習慣として身に付けたりできるのも良いところです。



小倉和紗さん

YA大賞2018 作品募集中!

夏休みの思い出にオリジナル作品を作りませんか。3部門で作品を募集し、各部門から大賞作品が決まります。テーマ 自由。未発表で中高生世代にふさわしい内容

中学生、高校生(同年齢の人を含む)
申込期限 8月31日(必着)

部門	規格
①短編小説	400字詰め原稿用紙(A4縦書き)で3~30枚
②帯	本の縦の長さの3分の1以下
③川柳	A5用紙(縦)に縦書きで1枚

※受賞作品は10月2日発行の同館機関誌『YD petit』に全文掲載します。

※申し込み方法など、詳しくは同館ホームページか、同館にある募集要項をご覧ください。



市立図書館、相模大野図書館にも中高生世代向けのサービスがあります。



高等学校などへ
通学する人へ

給付型奨学金の申請を追加で受け付けます

岡市コールセンター ☎042-770-7777

経済的な理由により、高等学校など※1での修学が困難な生徒を対象に、返還不要の奨学金を給付します。手続きは、次の3つの手順で行ってください。

※1 高等学校、中等教育学校後期課程、高等専門学校、専修学校高等課程

奨学金の種類	給付額	給付時期
修学資金 在学中に必要な授業料以外の教育費	年額 最大で10万円 (在学中の3年間)※2	8月・12月・3月 (年3回)

※2 修業年限が3年を超える場合は、大学入学資格を取得できる最短修業年数を限度とします。

ステップ1 給付対象か確認

チェックシート

- 生徒と保護者が市内在住
 - 平成30年度に高等学校などに入学した
 - 30年4月1日時点で18歳未満
 - 継続して在学し、卒業を目指す意欲がある
 - 生徒と保護者の30年度市民税所得割が非課税
 - 生徒と同一住所に住む世帯員全員の30年度市民税所得割が非課税
 - 生活保護を受けていない
- 全てに該当する人が対象(要審査)

ステップ2 申請の準備 必要書類を用意する

- 奨学金給付申請書
- 配布場所 学務課(市ホームページにも掲載)
- 在学証明書(原本)
- 保護者と世帯員が30年1月1日時点で市外に住んでいた人のみ
生徒の保護者と、生徒と同一住所に住む18歳以上の世帯員の30年度「市民税・県民税課税(非課税)証明書」か「市町村民税・県民税税額決定通知書」の写し

ステップ3 申請 必要書類を提出する

☑直接か、郵送で学務課(☎042-769-9262)へ

提出期限
7月31日(必着)



国民健康保険に加入している人へ

1 納税通知書を6月13日に発送

保険税額や納付方法などを通知します。詳しくは、納税通知書と同封の「国民健康保険のしおり」をご覧ください。

納付は便利な
口座振替で

保険税の納付が特別徴収の人は、口座振替の申し込みをすることで納付方法の変更ができます。

※保険税の減免制度があります。提出書類や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

2 「医療費のお知らせ」の送付時期を変更 ～確定申告での利用が可能に～

所得税法の改正により、「医療費のお知らせ」が、確定申告の医療費控除の資料として、領収書の代わりに使えるようになりました。これに伴い、送付の回数と時期を、確定申告の時期に合わせて次のように変更します。

変更前 年間4回(6月、9月、12月、3月) ▶ 変更後 年間2回(2月中旬、3月中旬)

岡市国民健康保険課 1について ☎042-769-8296
2について ☎042-769-8235

介護保険 保険料納入通知書を6月中旬に発送

■65歳以上の人へ

保険料額や納付方法などを通知します。

■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
- 刑事施設、労務場その他これらに準ずる施設に拘禁された
- 生活が著しく苦しく、次の全ての要件に当てはまる
 - ・世帯の収入が生活保護基準未満
 - ・居住用以外に土地や家屋などの資産がない
 - ・預貯金が単身で350万円(世帯員が1人増えるごとに100万円を加算)以下
 - ・生活保護などを受給していない

※提出書類や申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

岡市介護保険課 ☎042-769-8321

証明書自動交付機の運用を順次終了します

今後はぜひ、マイナンバーカードを取得し、コンビニエンスストアのマルチコピー機で証明書の交付が受けられる「コンビニ交付サービス」を利用してください。

終了時期	緑区	中央区	南区
7月末で終了	城山総合事務所 藤野総合事務所	大野北まちづくりセンター	
8月末で終了	橋本駅連絡所 津久井総合事務所 相模湖総合事務所	相模原駅連絡所	大野中まちづくりセンター 相模台まちづくりセンター ラクアル・オダサガ

市内のその他の交付機についても、平成31年6月末までに順次運用を終了します。

ここが知りたい!
さがみはらカードは
どうなるの?

さがみはらカードでは、コンビニ交付を利用できませんが、**印鑑登録を行っている人の「印鑑登録証」として今後も必要**ですので、なくさずにお持ちください。
※詳しくは、各区役所区民課へお問い合わせください。

岡市行政支援課 ☎042-704-8911

児童手当を受給中の人へ 現況届を提出してください

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29日(必着)までに、こども家庭課へ郵送するか、直接、各子育て支援センター・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、現況届に同封している案内をご覧ください。

6月は手当の支払月です 支払日 6月15日(金)

※着金まで2・3日かかる場合があります。

岡市コールセンター ☎042-770-7777

市ごみ分別アプリの便利な機能を活用してください

ごみや資源の収集日については、市ごみ分別アプリ「シゲンジャー Search」の「収集曜日お知らせ機能」が便利です。住んでいる地域と、希望する時間を設定しておくだけで、収集曜日前日と当日にスマートフォンへお知らせが入ります。ぜひ活用してください。
※本アプリは市内のグッドビー株式会社との協働事業で開発しました。



岡市資源循環推進課 ☎042-769-8334

発達障害のある人への「サポートカード」

「サポートカード」とは、発達障害のある人が電車やバスに乗るときをはじめ、病院に行ったときや災害時など、生活のさまざまな場面で困ったときに、周囲の人に理解してほしいことや配慮してほしいことを分かりやすく伝えるためのカードです。
※配布場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



岡市発達障害支援センター ☎042-756-8411

ひきこもり支援ステーションを開設

地域によるひきこもり支援の拠点として、さまざまな機関と連携しながら、本人にとってよりよい生き方を一緒に考えていきます。

同ステーションの5つの機能

- 1 **窓口**
相談の受付
課題整理
- 2 **本人・家族への支援**
- 3 **回復段階に応じた社会資源の利用案内**
- 4 **支援ネットワークづくり**
- 5 **情報発信**
講演会や研修会などの開催

所在地 中央区富士見6-1-1

ウェルネスさがみはら7階(精神保健福祉センター内)

相談受付 月～金曜日(祝日等を除く)午前10時～正午、午後1時～4時

相談専用ダイヤル ☎042-769-6632

☑原則18歳～64歳のひきこもり状態にある人、その家族など

▶支援のポイント～正しく理解し、みんなでサポートするために～

- ひきこもりとは病名ではなく、さまざまな原因の結果として社会的参加を回避し、家庭にとどまり続けている状態をいいます。
- その人らしい生き生きとした日常を取り戻していくためのプロセスです。
- 元気を取り戻すための支援や本人が安心できる環境づくり、コミュニケーションの見直しなどが大切です。
- 家族をはじめとする支援者も孤立せずに社会とつながりを持ちましょう。

岡市精神保健福祉センター ☎042-769-9818

デング熱やジカ熱などの蚊が媒介する感染症にご注意ください

海外ではデング熱やジカ熱の感染などが多数報告されています。国内では蚊の活動は10月下旬ごろまで活発です。蚊の発生源と防蚊対策をして、刺されないように注意しましょう。

- 蚊の発生源対策** ○空き容器や空き缶などの水たまりをなくす ○バケツや植木鉢の受け皿など、水がたまりやすい容器を1週間に1度はひっくり返す ○成虫が潜む場所(やぶや草むらなど)の草を刈る
- 防蚊対策** ○窓に網戸を設置したり、ドアを開けている時間を短くしたりして、蚊の侵入を防ぐ ○屋外では長袖・長ズボンの着用を心掛け、肌の露出する部分には虫よけ剤を使用する

図 疾病対策課 ☎042-769-8260

ハチの巣を見つけたら 巣に近づかない、揺らさない、近くで大きな音を立てない

巣の特徴からハチの種類を調べて対処しましょう。

スズメバチ	巣はマール模様のボール状です。攻撃性が強いので、自分で駆除することは危険です。無理せずに専門の業者に依頼してください(有料)。 ※市によるスズメバチの巣の駆除事業は終了しました。
アシナガバチ	巣は半円形です。巣を刺激しなければ襲ってくることはありません。夜間に殺虫スプレーをかけると比較的簡単に駆除できます。市では防護服を貸し出しています(要予約)。

ハチに刺されたら 流水で洗い、冷やしてください。呼吸が苦しい、気分が悪いなどの症状が出た場合は速やかに医療機関で受診してください。

図 生活衛生課 ☎042-769-8347 同課津久井班 ☎042-780-1413

看護職復職支援就職相談会

輝く看護職として再出発してみませんか!

ナースワークコンシェルジュ(協力病院の看護部長)が、市病院協会加盟病院などの情報提供や復職についての個別相談を行います。

時 6月17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

図 市病院協会事務局 ☎042-755-0531

市職員を募集

選考区分	職務内容	応募資格
① 行政(家屋調査員)〈任期付短時間勤務〉	市内の家屋などの調査、所有者への課税に係る説明など ※日常業務で公用車を運転する場合あり	次のいずれかに該当する人 ○行政(税務)の事務の正規職員として、実務経験が3年以上ある ○企業などで測量・設計・建築・不動産関係の実務経験が3年以上ある
② 学芸員(美術)〈社会人経験者〉	市民ギャラリーとアートラボはしもとの展覧会やワークショップの開催などの美術関連業務	次の全てに該当する人 ○昭和53年4月2日~平成6年4月1日に生まれた ○博物館法に定める学芸員の資格があり、学校教育法に定める大学か大学院で美術に関する専門課程を修了したか、同等の美術に関する専門知識を有する ○美術に関する実務経験(研究実績を含む)が平成30年9月30日までに2年以上ある
③ 保育調理員	市立保育園などでの子どもの給食調理など	昭和50年4月2日~60年4月1日に生まれた

採用予定日 30年10月1日以降

定 ①3人程度②1人程度③2人程度

申 6月25日(消印有効)までに受験案内に付いている申込書などを郵送で、職員課(☎042-769-8213)へ

※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。

さがみ風っ子教師塾 入塾説明会

卒業生による体験談や、塾の概要を説明します。希望者には個別相談にも応じます。

日にち	時間	会場
①6月24日(日)	午前10時~11時	総合学習センター
②7月14日(土)		ユニコムプラザさがみはら

対 市立小・中学校教員を志望する人で、入塾を検討している人

定 各40人(申込順)

申 ①6月22日②7月13日までに、電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加希望日、「説明会参加希望」と書いて、教育センター(☎042-756-3647) jyuku@sagamihara-kng.ed.jp)へ

施設を管理運営する法人・団体(指定管理者)を募集

単独の施設を管理

分野(施設)	施設	申請の受付場所(募集要項の配布場所)
文化	相模原市民会館	文化振興課 ☎042-769-8202
福祉	あじさい会館(緑・南分室を含む)	地域福祉課 ☎042-769-9222
	上九沢身体障害者デイサービスセンター※1	障害政策課 ☎042-707-7055
	城山障害者デイサービスセンターつくしの家※1	
	津久井障害者地域活動支援センター※1	
緑第一障害者地域活動支援センター※1	さがみ湖リフレッシュセンター	相模湖保健福祉課 ☎042-684-3215
公園	相模原麻溝公園ふれあい動物広場	公園課 ☎042-769-8243
レクリエーション・スポーツ	市民健康文化センター	市民協働推進課 ☎042-769-9225
	LCA国際小学校北の丘センター	スポーツ課 ☎042-769-8288
産業振興	産業会館	産業政策課 ☎042-769-8237
温泉	藤野やまなみ温泉	津久井地域経済課 ☎042-780-1405
その他	ソレイユさがみ※2	人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205
	ユニコムプラザさがみはら※3	市民協働推進課 ☎042-769-9225
	サン・エールさがみはら	雇用政策課 ☎042-769-8238
	相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら	水みどり環境課 ☎042-769-8242

複数の施設を一括で管理

分野(施設)	施設	申請の受付場所(募集要項の配布場所)
文化	相模女子大学グリーンホール(市文化会館)、相模原南市民ホール、おださがプラザ	文化振興課 ☎042-769-8202
福祉など	杜のホールはしもと、もみじホール城山	高齢政策課 ☎042-769-8354
	新磯ふれあいセンター、相模の大風センター	商業観光課 ☎042-769-8236
公園など	相模原北公園、道保川公園、相模原麻溝公園、相模大野中央公園	公園課 ☎042-769-8243
	横山公園、鹿沼公園、小山公園	公園課 ☎042-769-8243
レクリエーション・スポーツ	淵野辺公園、銀河アリーナ、サーティーフォー相模原球場、相模台公園、古淵鷲野森公園、大野台南テニスコート	スポーツ課 ☎042-769-8288
	総合体育館、北総合体育館、相模原北公園スポーツ広場、市体育館	スポーツ課 ☎042-769-8288
宿泊	相模川清流の里、相模川ビレッジ若あゆ	商業観光課 ☎042-769-8236
その他	相模川自然の村野外体験教室	☎042-760-5445
	峰山霊園、柴胡が原霊園	公園課 ☎042-769-8243
	市営住宅(60施設)	市営住宅課 ☎042-769-8256

申請できるもの 法人その他の団体 ※個人による申請はできません。

(※1法人※2男女共同参画社会の実現を図ることが目的で、市内に活動の本拠となる事務所がある)

指定期間 5年間(※33年間)

※指定管理者(候補団体)の選考方法について詳しくは、募集要項などをご覧ください。各施設の受付場所へお問い合わせください。

募集要項などの配布場所 6月上旬から各施設の受付場所配布します。

※配布期間中は市ホームページにも掲載

申 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、各施設の受付場所へ





6月4日～10日は
歯と口の
健康週間



健口は、定期的なメンテナンスから

健康増進課 ☎042-769-8322

メンテナンスとは、歯科医師・歯科衛生士による専門的なサポートのことです。歯と口の健康(健口)を保つために、かかりつけ歯科医を持ち、定期的なメンテナンスを受けましょう。

かかりつけ歯科医は、健口づくりのパートナー

治療のみの目的でなく、かかりつけとして定期的に歯科医院に通うことで、一人一人の生活スタイルに寄り添った、予防的な視点でのメンテナンスを受けられ、歯と口の健康を保つことができます。

虫歯や歯周病の
チェック・治療

歯石除去などの
クリーニング

必要に応じ、
専門医療機関を紹介

一人一人に合った
受診間隔の案内

日常生活のアドバイス
○正しい歯磨き方法
○虫歯や歯周病に
なりにくい食生活、
生活習慣



かかりつけ歯科医を持つ人の声

10年近く歯科医院へ行ってないことが気になり、電話相談したのをきっかけに通い始めました。今では3カ月おきに受診していて、大好きな肉もおいしく食べられるのがうれしいです。
“8020(ハチマルニイマル)※”を目指します!



50代男性

※厚生労働省と日本歯科医師会が提唱する、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動

歯の調子が悪くて歯科相談を利用した時に定期的な受診を勧められ、それ以来受診しています。そのおかげで、白くてきれいな歯が保っています。定期的に受診することの大切さを再認識しました。



20代女性

以前、市の教室に参加したのをきっかけに、娘と一緒に定期的に歯科医院に通っています。教室で教えていただいたデンタルフロスを毎日使っていて、親子で虫歯ゼロを保つのが目標です。



40代女性

市の教室・相談でも
サポートします

- 歯医者さんの電話相談
- 歯科健康相談(歯科衛生士による来所型歯科相談)

○マタニティオーラルセミナー(妊婦を対象とした歯科教室)

今後の開催など詳しくは、別冊ウェルネス通信でお知らせします。



省エネナビを貸し出します～見える化で節電!～

電気の使用状況をリアルタイムで把握できる「省エネナビ」を3カ月間無料で貸し出します。家庭での電気使用量や料金を「見える化」することで、節電への意識を高め、日々の生活を見直すきっかけにしてみませんか。

市内在住で、次の全てに該当する世帯
(1世帯1台。先着50台)

- 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

※貸し出し条件や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

環境政策課 ☎042-769-8240



どのくらい節電できたのか、ひと目で実感できます



相模女子大学 春季さがみアカデミー 相模女子大学(南区文京)

講座名	日にち	時間	定員(申込順)	費用
源実朝の生涯-「吾妻鏡」を読む- (全5回)	6月15日～7月13日 の毎週金曜日	午後0時30分～2時	各60人	5,000円
食事がもたらすさわやかな朝の目覚めとストレス解消	6月16日(土)	午前10時30分～正午		1,000円

※上記以外の講座など詳しくは、同大学ホームページをご覧ください。
6月8日までに、直接か、はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、講座名を書いて、同大学生涯学修支援課(〒252-0383 南区文京2-1-1 ☎042-747-9599 ✉sagami-info@mail2.sagami-wu.ac.jp ☎042-747-9017)へ

市史・町史を刊行

「相模原市史 別編」1,690円、CD版920円
「津久井町史 文化遺産編」4,060円
「相模原市史ノート(第15号)」760円

閲覧場所 市内と近隣自治体の図書館、市内の公民館図書室・行政資料コーナーなど
販売場所 各行政資料コーナー、市立公文書館、市立博物館、相模原書店組合加盟店

市立博物館 ☎042-750-8030



グリーンカレッジ つくい講座

各イベントの
申し込み

直接か電話で、津久井生涯学習センター(☎042-784-2400)へ



お父さんのためのテント、タープ設営術

家族からの信頼を得られる設営術を学び、簡単にできる薫製作りにも挑戦します。

6月17日(日) 午前9時30分～午後3時(予備日6月24日(日))

※予備日も雨天の場合は中止

会 新戸キャンプ場(緑区寸沢木)

定 24人(抽選) ※お母さんも可

費 1,000円(材料費・保険代)

申込期限 6月15日

オオムラサキデジタルカメラ観察講座

国蝶で、県の準絶滅危惧種に指定されているオオムラサキを、生息地で観察しながら撮影します。

6月24日(日) 7月8日(日) 午前9時～正午(雨天中止)

会 県立津久井湖城山公園

定 各15人(抽選)

費 各500円

申込期限 ①6月18日②7月2日



津久井のアウトドア講座

サップに乗って宮ヶ瀬湖を水上散歩

7月15日(日) (雨天中止)

Aコース 午前10時～正午

Bコース 午後1時～3時

対 小学校4年生以上(中学生以下は保護者同伴)

定 各15人(抽選)

費 各3,000円

申込期限 6月30日

水辺の自然体験活動指導者研修

川のおもしろさ、怖さを学ぼう

河川や湖沼などの水辺に必要な安全対策、緊急時の対応、レスキュー体験、アクティビティの指導法などを学びます。

6月30日(土) 午前10時～午後3時(雨天中止)

会 津久井生涯学習センター、道志川

対 18歳以上

定 30人(抽選)

費 1,000円

申込期限 6月20日

カヌー in 道志川講座

7月8日(日) (雨天中止)

Aコース 午前10時～正午

Bコース 午後1時30分～3時30分

集合場所 三太旅館の向かいの川沿い(緑区三ヶ木)

対 小学校3年生以上

定 各20人(抽選)

費 各2,000円

申込期限 6月20日

カヌー in 相模湖講座

7月14日(土) (雨天中止)

Aコース 午前10時～正午

Bコース 午後1時～3時

集合場所 山口ボート乗船場(県立相模湖公園内)

対 小学校2年生以上

定 各20人(抽選)

費 各800円

※会場までの渡船代が別途必要(中学生以上1,200円、小学生600円)

申込期限 6月20日



視聴覚ライブラリー の催し 視聴覚ライブラリー ☎042-753-2401

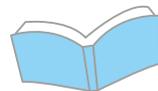
催し名・日時など	上映作品
月例子ども映画会 6月9日(土) 午後2時~3時30分 ※未就学児は保護者同伴	▶シートン動物記 ちび犬チンク ▶走れメロス ▶森のいえ ▶ざろりんやまと10ぴきのかえる
シネマサロン 6月17日(日)・19日(火) 午後2時~3時20分	▶十三の眼 (1947年/日本/白黒)

☑市立図書館(中央区鹿沼台) ☑市内在住か在勤・在学の人
 定各150人(先着順) ※希望者は直接会場へ

7月2日(月)~12日(木) 相模大野図書館 臨時休館

照明設備の老朽化に伴い、修繕を行います。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

☑相模大野図書館 ☎042-749-2244



市立博物館に行こう ☑市立博物館 ☎042-750-8030

休館日 月曜日、6月26日(火)、27日(水)

プラネタリウム 夏の星空模様

「星空模様」が夏バージョンになります。夏の星座のほか、6月は木星、7月は土星について紹介します。

時 6月2日~7月16日の土・日曜日、祝日等 午後1時30分

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(要証明書))

学芸員講話 石老山の成り立ち

石老山を構成している岩石の特徴と、その成り立ちについてお話しします。

時 6月10日(日) 午後2時~4時

定 200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

星空観望会(7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 7月7日(土)・21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。同世帯は人数制限なし)

※中学生以下は保護者同伴

☑開催日前日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

教科書展示会

平成31年度に中学校で使用される道徳の教科書の見本を展示します。

日にち	時間	会場
6月15日(金)~29日(金) (21日を除く)	午前10時30分~午後1時、 午後2時~7時	総合学習センター 3階図書室
6月15日(金)~7月4日(水)	午前9時~正午、午後1時~5時 (6月15日は午前10時から、 7月4日は午後4時まで) ※土・日曜日を除く	相模湖 まちづくりセンター
6月23日(土)~26日(火)	午後2時~7時	南区合同庁舎

☑学校教育課 ☎042-769-8284

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30年4月1日時点で、市内在住の60歳以上

★医師から運動制限をされていない人に限ります。

☑6月20日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※通年講座を受講中の人は申し込みません。

※学科内容や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。

学科一覧

学科名	日にち	時間	会場	定員(申込順)	費用
水彩画	7月5日(木)・12日(木)・19日(木)・23日(月)・30日(月)、8月2日(木)	午前 9時45分~11時45分	市民会館	20人	2,200円
太極拳★	7月5日(木)・12日(木)・17日(火)・26日(木)、8月2日(木)・9日(木)		おださがプラザ	40人	2,500円(教材費含む)
民謡	7月9日(月)・11日(水)・18日(水)・25日(水)、8月1日(水)・6日(月)	午後1時30分~3時30分	産業会館	36人	2,200円
写真	7月10日(火)・13日(金)・17日(火)・20日(金)※・24日(火)・27日(金)		プロミティふちのべ ※は屋外撮影会	24人	4,200円(現像代含む)
パソコン	7月2日(月)・5日(木)・12日(木)・26日(木)・30日(月)、8月2日(木)		城山保健福祉センター	30人	3,700円(教材費含む)

市民大学開講

前期

高等教育機関の協力で、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15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)

☑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、市民大学受講登録番号(登録済みの人のみ)を書いて、さが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

※同コンソーシアムホームページからも申し込みます(市民大学受講登録番号が必要)。

※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(千木良・沢井・牧野・佐野川を除く)・図書館などにある講義案内をご覧ください。

コース・会場	講座名	日にち	時間	定員(抽選)	費用()は教材費
相模女子大学・相模女子大学短期大学部(南区文京)	英語講座 英語ニュースを聞きとろう!5〈全10回〉	7月5日・12日・19日、8月9日・16日・23日・30日、9月6日・20日・27日の木曜日	午前10時40分~午後0時10分	60人 ※3	2,600円
	聴き上手になろう!〈全3回〉	7月12日(木)・19日(木)・26日(木)	午前10時30分~正午	20人 ※3	1,300円
麻布大学(中央区淵野辺)	動物の恵みをより良く活かす社会に向けて〈全5回〉	7月25日、8月1日・8日・22日・29日の水曜日	午後7時~8時30分	25人	1,300円(2,000円)
	知って得する「食と健康の最新事情」〈全5回〉	7月26日、8月2日・9日・23日・30日の木曜日		50人	1,300円
和泉短期大学(中央区青葉)	楽しく健康・体力作り〈全3回〉	9月11日(火)・18日(火)・25日(火)	午前10時30分~正午	20人	1,300円
女子美術大学(南区麻溝台)	日本画~プリミティブな魅力を秘めた一枚の絵~〈全3回〉	8月20日(月)・21日(火)・22日(水)	午前10時~午後3時	15人 ※3	1,900円(3,000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8回〉	9月5日・12日・19日・26日、10月3日・10日・31日の水曜日、11月15日(木)	午後1時30分~3時	各160人	1,900円(500円)
	暮らしに役立つ医療の知識〈全8回〉	9月6日・13日、10月4日・18日の木曜日、10月24日(水)、11月1日(木)・7日(水)・8日(木)			1,900円(500円)
医療ビジネス観光情報専門学校(南区上鶴岡本町)	観光業の仕組み~添乗員付きツアーの内容についてグループ旅行のプランニングをしてみよう〈全3回〉	8月1日(水)・2日(木)・3日(金)	午前9時~正午	15人	1,900円
青山学院大学(中央区淵野辺)	データを活用した予測・制御のサイエンス〈全5回〉	6月30日、7月7日~28日の毎週土曜日	午前10時30分~正午	80人	各1,300円
	多角的共生の思想と動態~平和の探求〈全5回〉		午後1時~2時30分	100人	
東京家政学院大学(町田市相原町)	高齢者が生活していく多様な場について考える〈全2回〉	7月14日(土)・28日(土)	午前10時40分~午後0時10分	20人	1,300円
法政大学(町田市相原町)※1	格差と貧困を考える〈全4回〉	8月2日(木)・3日(金)・9日(木)・10日(金)	午前10時~11時30分	30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7回〉	7月9日~30日の毎週月曜日、8月6日(月)、9月3日(月)・10日(月)	午後6時~7時30分	16人 ※3	1,900円
和光大学(町田市金井町)※2	「教養」としてのスポーツ講座〈全3回〉	7月31日(火)、8月1日(水)・2日(木)	午前11時15分~午後0時45分	20人	1,300円

※1 ☑ソレイユさがみ ※2 ☑ユニコムプラザさがみはら ※3 受講対象に制限あり

市コールセンターFacebookページ「ちょっとおしらせ相模原」
<https://www.facebook.com/oshirase.sagamihara>



コールセンターから
 ちょっとおしらせ

児童手当について、出生・転入などで新たに受給資格が生じた場合、手当を受給するためには窓口での申請が必要です。



6月は食育月間です

身近な
ことから

楽しくできる! 毎日の

食育

食育

ってどんなこと??

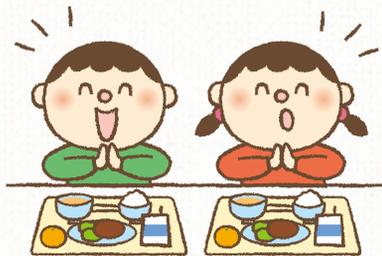
健康で豊かな食生活を送るために、さまざまな経験を通して「食」に関する知識と、「食」を選ぶ力を身に付けることをいいます。

こんなことも **食育** です



朝食で1日のスタート

朝食を食べることで体のスイッチがONになります。
生活リズムを整えるために、毎朝食べるように心掛けましょう。



元気にあいさつ

食事に関わってくれたさまざまな人への感謝を込めて、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。



楽しくお手伝い

食卓の準備や後片付けなどの簡単なお手伝いでも、「食」への関心が高まります。できることからやってみましょう。

みんなで食べると
おいしいね

共食



家族や友人とおしゃべりしながら、ゆっくり食事をすると、おなかも心も満たされます。
家庭で、職場で、地域で、誰かと一緒に食事をする機会を増やしてみましょう。



食育推進マスコット
キャラクター「サガビー」

市では、**取り組みを行っています**

中学生の提案献立

家庭科などの授業で学んだことを基に、生徒から「こんな給食あったらいいな」という献立を提案してもらいます。特に優秀な提案は、実際に給食として提供されています。



給食のメニューに採用された献立

たのしさアップ!おいしさアップ!食育フェア

食育に取り組む団体と協力し、展示や体験を通して楽しく「食」について学ぶイベントです。
※次回の開催予定については市ホームページなどでお知らせします。



生活習慣病予防教室

食生活をはじめとした、生活習慣全般について楽しく学びます。

次回の開催予定

7月21日(土)・28日(土)

※その他の日程については別冊ウェルネス通信でお知らせします。

閩南保健センター ☎042-701-7708



▲1日に食べる適正量を実際に量ってチェック

地域から学ぶ食育~公立保育園での取り組み~

農家の人から市内で採れる野菜の話聞きながら、実際にいろいろな野菜に触れる経験をする事で、子どもたちの「食」への興味を育てています。



閩健康増進課 ☎042-769-8274

6月は土砂災害防止月間です

土砂災害・水害 早め早めに避難しよう

6月から10月ごろは、土砂災害・水害の起こる危険性が高まる時季です。

他の市区町村での過去の災害では、実際に逃げ遅れや死者も出ています。また、市内でも毎年、土砂崩れや浸水などの被害が起きています。いざという時のために、日頃から備えておきましょう。



平成28年
土砂災害により
ふさがった道路(緑区青根)



平成29年
台風により増水した
相模川河川敷(南区磯部)

市内でもこんな被害が起きています!

確認してみよう!
自分の家の近くにこんなところはありませんか?

▶自分の住んでいる地域の特性を知っておきましょう。一つでもチェックがついたら、ハザードマップで避難経路を確認しましょう!

- 河川が近い
- 過去に浸水被害があった
- 崖地が近い
- 過去に土砂災害があった

要チェック!各種ハザードマップ



危険箇所や避難場所の確認、避難経路の検討はこちらで!

自分の住んでいる地域の状況を、いま一度確認してみよう!



情報入手方法

気象や避難に関する情報は、ひばり放送のほか、以下の方法でも確認できます。最新情報を収集しましょう!

さがみはらメールマガジン「防災」(防災メール)	①entry-sagamihara@bousai-mail.jpに空メール ②返信されたメールの内容に従って登録		市ホームページ	避難に関する情報や避難場所の開設情報などを掲載します。
テレビ神奈川(tvk)データ放送(地デジ3ch)	ひばり放送の内容を、テレビ神奈川のデータ放送で確認できます。		Twitter	アカウント名 相模原市災害情報 ユーザー名 @sagamihara_kiki
ひばり放送テレホンサービス	ひばり放送の内容を自動音声でお知らせします。 ☎0180-994-839		Yahoo!防災速報(防災アプリ)	スマートフォン用アプリ。災害に関する情報が受信できます。
緊急速報メール・エリアメール	NTTドコモ、KDDI(au)、ソフトバンクなどの携帯電話・スマートフォンへ、避難情報などを一斉配信します。		FMラジオ局	FM HOT 839 (エフエムさがみ) Fm yokohama 84.7 (FMヨコハマ)
			広報車	特にきめ細かい情報提供・避難誘導が必要な場所には、広報車や消防車がお知らせに出動します。

市が発令する避難情報

危険

危険 **大**

避難準備・高齢者等避難開始

人的被害の発生する可能性が高まった状況

- 高齢者・体の不自由な人・妊婦など避難に時間のかかる人や、その支援者は避難を開始してください。
- 通常の避難ができる人は家族との連絡・非常持ち出し品の用意など、避難準備を始めてください。

避難勧告

人的被害の発生する可能性が

明らかに高まった状況

- 発令された地域にいる全ての人は、指定された避難場所などに避難を開始してください。

避難指示(緊急)

非常に危険な状況

- 避難していない人は大至急避難してください。
- 避難することが難しい場合には、屋内での安全確保※に努めましょう。
- ※屋内の高いところ(2階以上)で、崖地や河川から離れた部屋に避難するなど、命を守る最低限の行動を取ること

避難するときの主な注意点

- できるだけ明るいうちに避難しましょう。
- 動きやすい格好で、2人以上で避難しましょう。
- 避難する前に、もう一度火の元の確認をしましょう。



避難に関する情報が発令されていない場合でも、自分や家族の状況に応じて判断し、早め早めに避難行動を取りましょう!

図ハザードマップについて 危機管理課 ☎042-769-8208 避難行動・避難情報について 緊急対策課 ☎042-707-7044



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

ガソリンは専用の金属製容器へ

6月3日～9日は危険物安全週間です。ガソリンは燃えやすく、ポリタンクに入れることは禁止されています。ガソリン専用の金属製容器を使用してください。



☑危険物保安課

花火はルールを守って使用を

6月10日～16日は火薬類危害予防週間です。火薬が使用されている花火は思わぬ事故につながることもあります。安全のため、必ず注意書きを確認しましょう。

☑危険物保安課

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
☑休日＝7月1日(日)午前9時～午後4時
夜間＝6月12日(火)・28日(木)午後5時30分～6時30分

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。

分譲マンション管理 無料相談会

☑6月9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)
☑6月8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

街頭労働相談会

解雇・賃金不払いや労働保険・社会保険などの労働相談
※職業紹介はありません。
☑6月18日(月)午前11時～午後5時
☑淵野辺駅自由通路
※希望者は直接会場へ
☑かながわ労働センター県央支所(☎046-296-7311)

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
☑6月10日(日)午前10時～午後3時
☑市内約12カ所
※詳しくはお問い合わせください。
☑神奈川土建一般労働組合相模原支部(☎042-754-8023)

在外選挙人名簿の 登録制度の見直し

公職選挙法の改正により、外国に居住していても日本の国政選挙に投票するための在外選挙人名簿の登録方法が見直されました。国外転出する際は、従来の出国先の在外公館で行う登録申請に加えて、国内でも出国前に申請ができるようになりました。
※手続きなど詳しくは、お問い合わせください。

☑18歳以上の日本国民のうち、国外に転出する前の住所が市内で、市の各区で管理する選挙人名簿に登録されている人
☑市選挙管理委員会事務局
※電話で名簿の登録確認はできません。

宿泊利用 相模川清流の里

8月まで平日に空きあり
☑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、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、6月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ

☑9月の休館日 3日(月)・4日(火)

猫の相談会と譲渡面接会

☑相談会 家庭や地域での猫に関する相談
☑6月5日・19日、7月3日・17日の火曜日午後2時～4時
☑ウェルネスさがみはら4階会議室1
※希望者は直接会場へ
☑譲渡面接会
☑6月24日(日)、7月22日(日)午前10時～正午(雨天決行)
☑青少年学習センター
☑市内在住の20歳以上で①譲りたい人＝各10人(申込順。相談会での申し込みが必要)②欲しい人
※いずれも一部費用負担あり
※②の希望者は身分証明書類を持って、直接会場へ
☑生活衛生課

子犬・子猫の譲渡会と 飼い方等の相談

☑譲渡会
☑6月3日(日)午後1時～1時30分(雨天決行)
☑市内在住の20歳以上で①譲りたい人②欲しい人
①子犬・子猫は生後約2～5カ月で、1週間前までに市獣医師会所属の動物病院で健康チェックと駆虫(実費1,000円から)を受けてください。
②印鑑と健康保険証などの住所・氏名を証明できる書類、2,000円(マイクロチップ代・装着費用)が必要です。
※希望者は①午後0時45分②午後1時までに直接会場へ
☑飼い方等の相談
☑6月3日(日)午後1時30分～2時
☑当日、譲渡会で子犬・子猫を譲り受けた人

☑衛生研究所の北側に隣接する建物(中央区富士見1-3-41)
※愛犬・愛猫の同伴は不可
☑市獣医師会譲渡会事務局(榎本犬猫病院内 ☎042-685-1101)か生活衛生課

受水槽や井戸水の衛生管理を

6月1日～7日は水道週間です。
☑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8㎡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。

☑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

住居番号表示板の設置を

住居表示の実施地域では、建物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。この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。表示板が破損したなどの場合は、新しい表示板を送りますので、連絡してください。また、同じ住居番号(○丁目○番○号)が存在する場合、枝番号をつけることもできます。



☑区政支援課

建築士による自宅の無料耐震相談会

☑6月28日(木)午後1時30分～4時30分
☑市役所会議室棟
☑6組(申込順)
☑6月22日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

募集

ファミリー・サポート・センター会員

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)と子育ての手助けをしたい人(援助会員)を募集
☑市内在住か在勤・在学中で、次に該当する人
☑利用会員 小学生(障害児は18歳)までの子どもがいて(妊娠中の人も相談可)入会説明会に参加できる
☑援助会員 20歳以上で、講習会に出席できる
☑入会説明会(1時間程度)

日にち	時間	会場
6月 6日(水)	午前10時30分	南区合同庁舎
6月 9日(土)・22日(金)	午前10時30分	緑区合同庁舎
6月14日(木)	午後 1時30分	あじさい会館

援助会員講習会(全3回)

日にち	時間	会場
6月28日(木)	午前9時30分～午後3時	緑区合同庁舎
7月 3日(火)	午前9時30分～午後3時30分	
7月 6日(金)	午前9時30分～午後4時	

※保育あり(☑5人(申込順。要予約))
☑電話で同センター(☎042-730-3885)へ

青少年教育カウンセラー 代替職員の登録者

☑勤務 週4日で、午前8時45分～午後5時15分(小・中学校は午前9時～午後5時30分)
☑勤務場所 青少年相談センター、同センター南・城山・相模湖相談室、相談指導教室、市内各小・中学校
☑賃金 月額26万円
☑次のいずれかに該当する人
○臨床心理士などの資格がある
○大学か大学院で心理学を専門に学んだ
○教育相談業務に従事した経験がある
☑電話連絡の上、6月29日までに、青少年相談センターか各相談室にある申込書(同センターホームページにも掲載)を直接、同センター(☎042-769-8285)へ

イチオシ! 自然体験イベント

津久井わくわく冒険隊

リポートレッキングや滝つぼ遊びをしながら、自然で遊ぶ楽しさを体験します。

☑7月14日(土)午前10時～午後3時
☑青野原オートキャンプ場(緑区青野原)
☑小学生とその保護者
☑40人(抽選)
☑費1人1,500円(保護者2,000円)
※昼食代含む。入場料(小学生200円、保護者500円)が別途必要
※駐車場あり(1台500円)



☑7月6日(必着)までに、往復はがきに住所、全員の氏名(ふりがな)・年齢・性別、子どもの学年、代表者の電話番号、「津久井わくわく冒険隊」と書いて、津久井まちづくりセンター(〒252-5172 緑区中野633)へ

☑里山津久井をまもる会の安川さん ☎090-5798-7489

イチオシ! 元気に泳ごう

夏休み早朝こども水泳教室(全4回)

各コース内でレベルごとにクラス分けをするため、自分の段階に合わせて泳ぐことができます。教室終了後1時間まで、プールを継続して利用できます。

コース	日にち	時間	会場
A	7月24日(火)～27日(金)	午前7時45分～8時45分	市民健康文化センター
B	7月31日(火)～8月3日(金)		
C	8月 7日(火)～10日(金)		
D	8月14日(火)～17日(金)		
E	8月21日(火)～24日(金)		

☑5歳～小学生＝各55人(抽選)
☑費各4,500円(プール利用料含む)
☑6月30日(必着)までに、往復はがき(1コース1人1枚)に8面上の必要事項と希望コース、小学生は学年を書いて、同センター(〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎042-747-3776)へ

さがみ美術展(公募展)の作品

6月15日(金)~19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号は4,000円)
申 6月10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
※作品は額(ガラス不可)に入れ、掛けひもか、つり金具を付けてください。
問 市美術協会事務局の阿部さん(☎042-751-7030)

①児童育成指導員②児童館指導員③児童育成補助員④児童館補助員

放課後などの児童の遊びや生活面の指導、見守りなど
勤務 ①②週4・5日程度③④週3日程度
勤務場所 こどもセンター、児童クラブ、児童館(一部の地域を除く)
賃金 ①②時給1,100円③④時給1,000円
※①②は勤務条件により社会保険・雇用保険の適用あり
対 ①②児童の健全育成に理解と熱意、指導する体力があり、保育士、幼稚園、小・中学校・高校教諭の資格か、児童クラブなどで2年以上の実務経験があるなど
③④児童の健全育成に理解と熱意、指導する体力がある
採用試験 6月23日(土)〈体力測定〉
※体力測定当日か別日に面接あり
申 6月13日までに、こども・若者支援課、各こどもセンター・児童クラブ・児童館・公民館(沢井を除く)・図書館にある申込書(市ホームページにも掲載)を直接、同課(☎042-769-9227)へ
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市民合同演奏会『第9』合唱団員

12月16日(日)に相模女子大学グリーンホール(市文化会館)で行う同演奏会の合唱
曲目 ベートーベン作曲『交響曲第9番「合唱付き」』
練習 9月6日から、原則毎週水・木・金曜日のうち1日、総合学習センターほか
定 150人(抽選)
費 8,000円(大学生以下3,000円)
※チケット、楽譜などは別途
申 6月27日(必着)までに、往復はがきに8面上の必要事項とパート、楽譜購入の有無を書いて、同実行委員会(〒252-0199 緑区西橋本5-2-1 橋本郵便局留め 稲垣厚子宛 ☎090-8433-4044)へ

審議会の委員

①環境審議会委員
環境基本計画や環境の保全に関する基本的事項などについて審議
任期 8月から2年間(会議は年4回程度)
担当課 環境政策課 ☎042-769-8240
☎042-754-1064 ✉kankyouseisaku@city.sagamihara.kanagawa.jp
②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
任期 9月から2年間(会議は年2回程度)
担当課 建築・住まい政策課 ☎042-769-9252
☎042-757-6859 ✉kenchikusumai@city.sagamihara.kanagawa.jp
③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
任期 9月から2年間(会議は年2回程度)
担当課 市民協働推進課 ☎042-769-9225
☎042-754-7990 ✉shiminkyoudou@city.sagamihara.kanagawa.jp

対 市内在住の18歳以上(本市の職員・議員・他の審議会などの委員を除く)

定 ①3人②③各2人(選考)
応募申込書配布場所 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(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
申 6月①15日②③22日(必着)までに、応募申込書を直接か郵送、ファクス、Eメールで各担当課へ

相模川ビレッジ若あゆ かがしフェスティバル出展者

9月8日(土)~30日(日)に相模川自然の村公園周辺の水田で行われる同フェスティバルへ、手作りのかがしを出展
対 市内在住の小・中学生とその保護者、青少年団体など
申 7月6日まで(6月4日を除く)に、直接か電話で相模川ビレッジ若あゆ(☎042-760-5445)へ

イベント

黒曜石で石器作り

黒曜石の剥片を鹿の角で加工し、石器を作る
時 6月17日(日)午後2時~4時
会 旧石器ハテナ館
対 小学校4年生以上(小学生は保護者同伴)

定 30人(申込順)
費 300円(材料費)
申 直接か電話で同館(☎042-777-6371)へ

♪♪♪街かどコンサート♪♪♪

ウタリストの瀧澤克成さん、石河美穂さんによる歌とギターの演奏
時 6月10日(日)午後4時~4時30分
会 ミウヰ橋本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)

0から始める健康マージャン

時 6月29日(金)①午後1時30分~3時20分
②午後3時40分~5時30分
会 ソレイユさがみ
対 市内在住の人
定 各40人(申込順。初心者優先)
費 各500円(資料代含む)
申 6月22日までに、電話でシニア活動の森(☎080-7953-3384)へ

チャリティーダンスパーティー

収益金は市社会福祉基金に寄付
時 6月24日(日)午前10時~午後3時
会 市体育館(市役所前)
定 200人(申込順)
費 1,000円
申 電話で市ダンス協会の池内さん(☎090-2526-5695)へ

おもちゃもったいないセンター & おもちゃの病院

使わなくなったおもちゃと会場にあるおもちゃの交換や、壊れたおもちゃの修理
時 6月17日(日)午前10時~午後3時
会 環境情報センター
※希望者は、おもちゃを持って直接会場へ
問 同センター(☎042-769-9248)

講演・講座

初夏の花や植物の寄せ植え教室

時 6月10日(日)午前10時~正午
会 相模大野中央公園
定 15人(申込順)
費 2,000円
申 6月8日までに、直接か電話、ファクスに氏名、電話番号、住んでいる区、「寄せ植え教室」と書いて、相模原麻溝公園(☎042-777-3451
☎042-777-0378)へ



こけ玉作り教室

時 6月23日(土)午前10時~正午
会 相模湖林間公園
対 市内在住か在勤・在学の中学生以上
定 20人(申込順)
費 800円(材料費)
申 直接か電話で、同公園(☎042-685-1330)へ

凧作り教室

簡単にできる角凧作り
時 6月23日(土)午後1時30分~4時
会 相模の大凧センター
定 20人(申込順)
※未就学児は保護者同伴
費 500円(材料費含む)
申 直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、同センター(☎046-255-1311
☎046-255-1361)へ

体感教室

~グループリーダーを目指して~

レクリエーションゲームを通して、コミュニケーション能力の向上を図る
時 7月1日(日)午前10時~午後5時
会 青少年学習センター
対 市内在住か在勤・在学の中学生~30歳
定 30人(申込順)
申 6月20日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに8面上の必要事項と学生は学校名、学年を書いて、同センター(☎042-751-0091
☎042-751-0092
✉seisyonen-center@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

簡単にできるよ! アジサイ挿し木講習会

品種や栽培方法、挿し木の作り方を学ぶ
植え付けたポット苗は、持ち帰り可
時 6月16日(土)午前10時~正午
会 相模原麻溝公園多目的ホール
対 市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く)=20人(申込順)
費 500円
申 6月14日までに、直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、市まち・みどり公社(☎042-751-6624
☎042-751-2345)へ

初心者民謡講座〈全10回〉

時 7月5日~9月6日の毎週木曜日
午後1時~3時
会 市民会館けやきの間
定 30人(申込順)
費 2,000円
申 6月30日までに、電話か、ファクスに8面上の必要事項を書いて、市民謡協会の小山内さん(☎070-6659-4194
☎042-785-2619)へ

イチオシ!チャレンジしてみよう 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、決算など、会社経営の流れを疑似体験します。初めて出会う友達と会社経営を体験してみませんか。

時 8月24日(金)~26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 60人(抽選。初めての人優先)

費 8,000円

申 6月11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、性別、電話番号、保護者氏名、参加経験の有無を書いて、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めます。



実際に販売している様子

イチオシ!手作りイベント ラベンダースティック作り教室

フレッシュなラベンダーを使って、リラックスできるラベンダースティックを作りませんか。

Table with 6 columns: 日にち, 時間, 会場, 対象, 定員(申込順), 費用. Rows include dates from 6/16 to 6/22 and locations like 相模原北公園 and LCA国際小学校.

申 ①直接か電話、ファクスに8面上の必要事項を書いて、相模原北公園(☎☎042-779-5885)へ。②直接か電話で相模湖林間公園(☎042-685-1330)へ。③6月4日から、直接か電話で同センター(☎042-773-5570)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	日にち	開始時間	対戦相手
	6月10日(日)	午後2時	FC琉球
	6月23日(土)	午後5時	FC東京U-23
	6月30日(土)		ガンバ大阪U-23



会相模原ギオンスタジアム
 岡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	日にち	開始時間	対戦相手
	6月2日(土)	午後1時	アルビレックス新潟レディース

なでしこリーグカップ1部	日にち	開始時間	対戦相手
	6月9日(土)★	午後1時	マイナビベガルタ仙台レディース
	6月16日(土)		セレッソ大阪堺レディース
	7月1日(日)		INAC神戸レオネッサ

会相模原ギオンスタジアム
 〈★いわきグリーンフィールド(福島県いわき市常磐水野谷町)〉
 岡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。

みんなで歩こう!

相模原公園の花菖蒲(12km)

時6月7日(木)〈小雨決行〉
 集合 午前8時50分~9時20分に松が枝公園
 解散 午後1時ごろに淵野辺駅

相模原北公園のアジサイ(13km)

時6月24日(日)〈小雨決行〉
 集合 午前8時20分~8時50分に橋本公園
 解散 午後1時20分ごろに相模原駅

..... 共 通

費各500円
 ※希望者は昼食、飲料水、雨具を持って直接集合場所へ

岡市ウォーキング協会 ☎090-4134-5808



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	費用
①ランニングクリニック	6月24日(日)	午前10時~正午		1,500円
②ソフトエアロ&ストレッチ〈全8回〉	6月25日~8月27日の毎週月曜日(7月16日、8月13日を除く)	午前10時30分~正午	18歳以上(高校生を除く)	各4,000円
	6月29日~8月31日の毎週金曜日(7月20日、8月17日を除く)	午後2時30分~4時		
③未就園児親子体操〈全9回〉	7月2日~9月10日の毎週月曜日(7月16日、8月13日を除く)	午前10時30分~11時30分	2・3歳児とその保護者	1組9,900円
④いきいきウォーキング〈全6回〉	7月3日~8月7日の毎週火曜日	午前9時30分~10時45分	18歳以上(高校生を除く)	各3,000円
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ファンクショナルトレーニング〈全10回〉	7月3日~9月11日の毎週火曜日(8月14日を除く)	午前10時~11時30分	18歳以上(高校生を除く)	5,000円
⑧楽しく健康、筋力アップ&リラクゼーション〈全6回〉	7月5日~8月9日の毎週木曜日		50歳以上	3,000円
⑨骨盤すっきりエクササイズ〈全10回〉	7月5日~9月13日の毎週木曜日(8月16日を除く)	午前10時~11時	18歳以上(高校生を除く)	5,000円
⑩跳び箱・鉄棒〈全9回〉	7月6日~9月28日の毎週金曜日(7月20日、8月10日、17日、9月14日を除く)	午後4時10分~5時10分	年中・年長	各9,900円
		午後5時20分~6時20分	小学校1~4年生	
	7月11日~9月26日の毎週水曜日(8月1日・15日、9月12日を除く)	午後3時40分~4時40分	年中・年長	
		午後4時50分~5時50分	小学校1~4年生	

定①⑦⑨⑩各20人③⑩20組④⑤各35人⑥60人⑧40人(申込順)、②各20人(抽選)
 申電話か、ファクス、Eメールに11面上の必要事項と②⑩は希望日時、小学生は学年を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

銀河アリーナ 施設の催しなど

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

お知らせ 6月10日(日) プール利用開始
 期間 9月16日(日)まで
 時午前9時~午後9時30分



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親子水泳〈全6回〉	6月7日~7月19日の毎週木曜日(7月12日を除く)	正午~午後1時	おむつが取れている2歳以上の子どもとその保護者	1組1万円
②おためし個人メドレー	6月18日(月)		18歳以上(高校生を除く)	500円
③初心者平泳ぎ〈全3回〉	6月20日(水)・27日(水)、7月4日(水)	午後0時30分~1時30分	60歳以上	各3,000円
④シルバー初心者水泳〈全3回〉	6月21日(木)・28日(木)、7月5日(木)			
⑤わくわく親子水泳	6月23日(土)	午前11時30分~午後0時30分	3歳~小学生とその保護者	1組750円
⑥リズム水泳〈全4回〉	6月23日~7月14日の毎週土曜日	午後3時~4時	クロールで25m以上泳げる小・中学生	3,000円
		午後4時~5時	3歳~6歳の未就学児	
⑦プールで遊ぼう	6月26日(火)	午後5時30分~6時30分	小学生	各250円
		午後4時~5時	3歳~6歳の未就学児	
⑧初歩のバタフライ〈全3回〉	6月26日(火)、7月3日(火)・10日(火)	午後0時30分~1時30分	18歳以上(高校生を除く)	3,000円
⑨ジュニア平泳ぎを泳ごう	6月28日(木)	午後5時30分~6時30分	バタ足で25m泳げる小・中学生	250円
⑩浮いてまて	6月30日(土)	午後1時30分~2時30分	小学生以上	500円

定①20組②~④⑥~⑧各30人⑤30組⑨40人⑩20人(申込順)
 申直接か電話で同プールへ

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	費用
①リズム体操ストレッチ〈全10回〉	7月3日~9月4日の毎週火曜日	午前10時45分~11時45分	5,500円
②筋膜リリース短期〈全4回〉	7月4日~25日の毎週水曜日	午前10時~11時	2,500円
③ピラティス & ボディケアストレッチ〈全10回〉	7月4日~9月5日の毎週水曜日	午前10時30分~11時45分	4,500円
		午後1時~2時	

対15歳以上(中学生を除く)
 定①②④各30人③40人(抽選)
 申6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

サッカースクール〈全9回〉

日本サッカー協会公認指導員が指導します。

コース	日にち	対象	費用(保険料・指導料など含む)
①U-6	7月2日~9月10日の毎週月曜日(7月16日、8月13日を除く)	年中~年長の未就学児	1万800円
②U-10		小学校3・4年生	1万1,700円
③U-8	7月4日~9月5日の毎週水曜日(8月15日を除く)	小学校1・2年生	1万800円
④U-12		小学校5・6年生	1万1,700円

時①③午後5時~6時②④午後6時~7時

会小山公園スポーツ広場

定各28人(申込順)

申開催日前日までに、直接か電話、ファクスに11面上の必要事項と学年(①を除く)、希望コースを書いて、同公園(☎042-700-0801 ☒042-700-0802)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

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

オーサズカフェ「高座豚手造りハム創業
の思いと日本の養豚振興」
時6月9日(土)午後2時~3時
※希望者は直接会場へ

ハローインターナショナル世界の料理教室
ロシアと中国の料理作りや、会食、交流
時6月16日(土)午前10時~午後1時
定25人(申込順)
費900円

甲6月13日までに、電話か、ファクスに
11面上の必要事項を書いて、さがみはら
国際交流ラウンジ(☎FAX042-750-
4150)へ

お茶会~外国人との交流の広場~
ガーナによる母国のお話と交流会
時6月17日(日)午前10時~正午
定48人(先着順)
※希望者は直接会場へ
費100円(中学生以下無料)
問さがみはら国際交流ラウンジ(☎042-
750-4150)



ソレイユさがみ
〒252-0143 緑区橋本6-2-1
☎042-775-1775

女性の活躍応援事業
言葉だけでは伝わらない!印象に差がつく
非言語コミュニケーション
時6月30日(土)午後2時~4時
対就業中か、就職を考えている女性
定20人(申込順)
※未就学児(1歳以上)の保育あり(要予約)
甲直接か電話、ファクスに11面上の必要
事項と、保育希望の有無(保育希望者は
子どもの氏名・年齢)を書いて、同所(FAX
042-775-1776)へ

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

①おたのしみイベント
ご当地アイドルのパフォーマンスなど
時7月7日(土)午後1時30分~3時
②障害者ふれあい文化講座
「野菜ソムリエ講座~夏野菜編~」
地元産野菜や果物の食べ方など
時7月11日(水)午後1時30分~3時
..... 共 通

対市内在住か在勤・在学で障害のある小学
生以上

定①50人②16人(申込順)
※①小学生は要付き添い。きょうだいの参
加も可
※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①3人②4人(申込順)〉
甲6月①30日②27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
(FAX042-769-1200)へ

LCA国際小学校北の丘センター
〒252-0134 緑区下九沢2071-1
☎042-773-5570

①はじめてのスマホ教室(全5回)
時6月15日~7月13日の毎週金曜日
午前10時~11時30分
費500円
※NTTドコモの機種のみ
②ダイエット講習会
~痩せない原因は腸が原因!?~
時6月27日(水)午後6時30分~7時30分
費1,000円
..... 共 通

対18歳以上=各20人(申込順)
甲6月①4日②5日から、直接か電話で同
センターへ

北の丘フェスタ
地域団体の発表などのイベントや献血
時6月17日(日)午前10時~午後4時
※希望者は直接会場へ
※内容など、詳しくはお問い合わせください。

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「クラシック・ポピュラー」
弦楽、ピアノ、朗読など。出演はライト
ハウスアンサンブル
時6月16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

家族セミナー「ひきこもる若者のご家族へ」
時6月23日(土)・30日(土)
午前9時30分~11時30分
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
定各40人(申込順)
甲開催日前日までに、直接か電話でさが
みはら若者サポートステーション(☎
042-703-3861)へ

施設のお休み

LCA国際小学校北の丘センター
時6月3日(日)まで
問同センター(☎042-773-5570)
環境情報センター
時6月9日(土)・24日(日)
※毎週木曜日は休所日
問同センター(☎042-769-9248)
市民健康文化センター
時6月11日(月)
問同センター(☎042-747-3776)

市体育協会からのお知らせ

☎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

チャリティーゴルフ大会

時7月9日(月)午前8時
会相模原ゴルフクラブ(南区大野台)
対次の全てに該当する人
○18歳以上で、アマチュアルールに抵触
しない
○グループの代表者が市内在住か在勤
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)
甲6月15日(必着)までに、往復はがきかE
メール(1通4人まで)に11面上の必要
事項と生年月日・性別(全員分(代表者
に○。市内在勤の場合は勤務先))を書
いて、同協会へ

市民選手権大会

①バレーボール(ママさん)
時7月29日(日)午前9時

会総合体育館
②サッカー(中学生)
時8月18日(土)~9月1日(土)午前9時
会横山公園人工芝グラウンドほか
③テニス(ダブルス(一般・小学生))
時7月21日(土)~8月19日(日)午前9時
会淵野辺公園テニス場
④体操⑤トランポリン
時8月5日(日)午前9時
会北総合体育館
..... 共 通

甲6月①13日②14日までに、市体育協会
にある申込用紙を、③10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11面上の必要事項と生年月日・
種別・戦歴(JOP)(全員分。在勤・在学
の場合は勤務先か学校名)を書いて、④
⑤30日までに、市体操協会ホームペ
ージからか、電話で市体育協会へ

ペタンク講習会①初心者実技②審判

時6月24日(日)
①午前9時~正午②午後1時~4時
集合場所 サーターフォー相模原球場会
議室
対小学生以上
定30人(先着順)
※希望者は運動ができる服装で直接会場へ

サマーチャレンジ記録会

時7月8日(日)午前9時~午後5時
会銀河アリーナ
対50m以上泳げる人
定1,000人
※申し込み方法など詳しくは、市水泳協会
ホームページをご覧ください。

ウォーキングとブルーベリーつみ体験

時①7月7日(土)②7月22日(日)
①午前9時30分~正午②午前10時~正午
(小雨決行)
集合場所 ①さがみ湖リフレッシュセンター
②鳥居原ふれあいの館
対市内在住か在勤・在学の人
定①50人②20人(抽選)

費各600円
※申し込み方法など詳しくは、市体育協会
津久井連絡所(☎042-705-5142)
へお問い合わせください。

クレー射撃講習会

種別 トラップ競技、スキート射撃
時6月24日(日)午前8時~午後5時
会県立伊勢原射撃場(伊勢原市上粕屋)
対市内在住か在勤・在学の人
定48人(先着順)
費1競技8,000円(学生4,000円)
※希望者は銃砲・装弾・銃砲所持許可証・
猟銃用火薬類等譲受許可証を持って、
直接会場へ

盆踊り新譜講習会

時6月①9日(土)②17日(日)③20日(水)
①②午後1時~3時
③午後0時30分~2時30分
会①橋本公民館②大野南公民館
③市体育館(市役所前)
対市内在住か在勤・在学の人
※希望者はうちわと室内履きを持って、直
接会場へ

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。

●花の絵画展 6月7日(木)~12日(火)午前
10時~午後5時(7日は午後2時から、12日
は午後3時まで)、相模原市民ギャラリー
問藤井(☎042-815-1765)
●環境科学セミナー「食の安全・安心」は
リスクの大小を比較することから 6月23日(土)
午後2時~4時、北里大学相模原キャンパス
(南区北里)。定員200人(申込順) 甲電話
で北里環境科学センター(☎042-778-

9208)へ
●風待ちギターアンサンブルコンサート
曲目は『ビートルズ・メドレー』ほか 6月
24日(日)午後1時30分~4時、和光大学
ポプリホール鶴川(町田市能ヶ谷) 問武藤
(☎090-9832-6135)
●つくい合唱祭 曲目は『ふるさと』ほか
6月30日(土)午後1時~4時30分、県立相
模湖交流センター 問山田(☎090-
5347-0976)

仲間

会費などは個別にお問
い合わせください。

●なぎなた 毎週火曜日午後1時30分、北
総合体育館。見学可 問池田(☎042-
784-3677)

●陶芸 月4回(日)にちは要問い合わせ)
午前9時、けやき体育館。初心者歓迎、見学・
体験可 問神野(☎080-3521-3546)
●水泳 毎週火曜日午後7時、さがみはら
グリーンプール。初心者歓迎 問我妻(☎
042-761-4584)
●女声合唱 月3回金曜日午後1時30分、
橋本公民館。初心者歓迎 問鎌水(☎080-
1049-7685)
●フラダンス 月3回土曜日午前9時、相
原公民館ほか。見学・体験可 問岡島(☎
090-8476-5443)
●社交ダンス 毎週水曜日午後7時30分、
川尻小学校体育館。対象は経験者。男性歓
迎 問西澤(☎042-782-8945)

●絵画・造形 毎週火曜日午後3時30分、
ソレイユさがみ。対象は4歳以上 問寺床
(☎080-3305-1363)

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。

アジサイ・ローズフェア

アジサイやバラが咲き誇る中、花鉢の展示や園芸相談、苗の配布や販売などを行います。

相模原北公園

アジサイ・ローズフェア

時 6月9日(土)・10日(日)
午前9時～午後3時
アジサイ 約200種1万株
バラ 約85品種1,900株

相模原麻溝公園

アジサイフェア

時 6月17日(日)
午前9時～午後3時
アジサイ 約200種7,400株

相模原北公園管理事務所 ☎042-779-5885
相模原麻溝公園管理事務所 ☎042-777-3451

本沢梅園の梅もぎ採り

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9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日) 午前9時～午後3時
※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 1kgあたり600円(入場無料)

問 市コールセンター ☎042-770-7777



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で育つ「サンふじ」の木オーナーになってみませんか。太陽の光をいっぱい浴び、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 30本(抽選)

費 1本2万1,600円(約150玉は最低保証)

申 6月15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(佐久市臼田支所 経済建設環境係内) ☎0267-82-3116 ✉usudasisyo@city.saku.nagano.jp ☎0267-82-3113)へ

さがみはら環境まつり

環境保全活動などのパネル展示や体験ブースのほか、テレビ神奈川お天気キャスターのくぼてんきさんによる講演会などを開催します。

時 6月24日(日) 午前10時30分～午後4時

講演会 午前11時30分～午後0時30分

会 ユニコムプラザさがみはら

※希望者は直接会場へ

問 さがみはら環境まつり実行委員会事務局(環境情報センター内)

☎042-769-9248



くぼてんきさん

相模原「宇宙の学校」 (全3回)

JAXA宇宙教育センターの教材を使って、親子で工作や実験に取り組みます。

時 7月1日(日)、10月14日(日)、
12月2日(日) 午前9時30分～正午

会 淵野辺東小学校体育館

対 小学生とその保護者=50組(申込順)

費 子ども1人につき2,000円

申 6月2日～15日に、相模原「宇宙の学校」ホームページの専用フォームから申し込んでください。

問 相模原「宇宙の学校」事務局(子ども・宇宙・未来の会内)
☎042-750-2690



ヘキサスロン教室 ～テーマ 跳ぶ～

跳ぶ動きを楽しく身に付けられる運動などを行います。

時 6月30日(土)〈予備日7月7日(土)〉

①午前8時30分～10時②午前11時～午後0時30分

※予備日も雨天の場合は中止

会 ①鹿沼公園軟式野球場②横山公園野球場

対 小学生=各40人(申込順)

費 各500円(保険料含む)

申 6月29日までに、①直接か電話で鹿沼公園(☎042-755-9781)へ。②直接か電話、ファクスに住所、氏名(ふりがな)、学年、電話番号、「ヘキサスロン教室」と書いて、横山公園(☎042-758-0886 ☎042-758-0586)へ



みんな元気！ さがみはら 子どもから大人まで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

子育て・保健・介護予防事業案内

No.1386

平成30年(2018年)

6/1

① ウェルネスさがみはら	中央区富士見6-1-1
② 緑区合同庁舎	緑区西橋本5-3-21
③ シティ・プラザはしもと	緑区橋本6-2-1
④ 南保健福祉センター	南区相模大野6-22-1
⑤ 城山保健福祉センター	緑区久保沢2-26-1
⑥ 津久井保健センター	緑区中野613-2
⑦ 相模湖総合事務所	緑区与瀬896
⑧ 藤野総合事務所	緑区小淵2000
⑨ けやき会館	中央区富士見6-6-23

主な実施会場

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 6月13日(水) 午前10時～11時30分
会 ⑦
対 乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
申 ⑩

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4日(水)	午後1時～2時15分、 午後2時45分～4時	⑨	⑮
7月13日(金)		⑦	

対 平成30年1～2月生まれの子の保護者とその家族
定 各20人(申込順。初めての子の保護者優先)

離乳食教室

離乳食の講習、簡単な実習と試食

時 7月18日(水) 午後1時～2時30分
会 ⑧
対 29年10月～30年2月生まれの子の保護者とその家族
定 15人(申込順)
申 7月13日までに⑮

ふれあい親子サロン

保健師、保育士などによる健康・育児相談、身体計測、親子遊びの紹介
時 午前10時～11時15分
対 乳幼児とその保護者
※希望者は直接会場へ
開 ⑪⑫⑬

日にち	会場ほか
6月19日(火)	二本松②、陽光台②
6月20日(水)	横山②、並木②
6月21日(木)	城山②、大野北②、 上鶴間②
6月26日(火)	富士見②、 鶴園中和田②
6月28日(木)	④、麻溝②

② こどもセンター
④ 栄養士による栄養相談もあり
⑤ 歯科衛生士による歯科相談もあり

ビーンズクラブ

育児情報交換と親子遊び
時 7月2日(月) 午前10時～11時30分
会 ⑨
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 ⑬

子育て広場 緑のおうち講座 こどもの応急手当

人形を使った心肺蘇生やAEDの使い方など、小さい子どもの応急手当を体験できます。

時 6月19日(火) 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 3歳までの乳幼児とその保護者
定 10組(申込順)
申 月～金曜日(祝日等を除く)の午前10時～午後3時に、
電話で同広場(☎042-703-5136)へ



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)には、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

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)	⑦	⑦	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) ※⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮は来庁相談のみ 問 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬	
	月・木曜日					
	火曜日					
	水曜日					
	金曜日					
精神保健相談 (精神科医)	6月4日(月)	午後1時～2時	⑨	⑨	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 ⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮ ☎042-780-1412 ⑨ 南障害福祉相談課 ☎042-701-7715 ⑦ 中央障害福祉相談課 ☎042-769-9806	
	6月12日(火)					
	6月22日(金)					
	6月13日(水)					
	6月26日(火)					
大人の食生活相談 (管理栄養士等)	7月9日(月)	午後1時～3時30分	⑦	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	6月9日(土)	午後2時～3時45分	⑧	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12日(火)	午前9時～11時15分	⑦		
高齢者認知症相談	6月25日(月)	午後1時30分～3時30分	⑨	①	①	専門医による認知症相談 定 各2組(申込順)
	6月26日(火)	午前10時～正午	⑦	②		
	7月4日(水)	午後2時～4時	⑨	③		
思春期・ひきこもり特定相談 (精神科医)	6月7日(木)	午後2時～4時	⑦	⑭	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 18歳以上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 (精神科医)	6月19日(火)	午前10時～正午	⑦	⑭	⑭	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専門医などが対応 対 市内在住か在勤で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	6月25日(月)	午後2時～4時	⑦	⑭	⑭	アルコール・薬物などの問題を理解し、その対応について学ぶ 対 市内在住か在勤でアルコールや薬物などの問題がある人の家族 定 10組(申込順)
くすりの相談	6月21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 問 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」	6月20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、対応を学ぶ 対 引きこもりの状態にある人・アルコールや薬物などの問題がある人の家族 定 30組(申込順)



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、各種体操や機器を使ったトレーニングなどを行います。

日にち	時間	会場	電話番号・受付時間など
① 7月4日～9月19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 7月4日～9月26日の 毎週水曜日 (8月15日を除く)	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6日～9月21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

対 運動に支障がない市内在住の65歳以上=①②各10人③8人(抽選) 費 各6,000円
申 ①②6月2日～20日③20日までに、電話で各会場へ



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「キャラバン・メイト」を養成します。

時 7月31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)

対 市内在住か在勤で、右枠の全てに該当する人=100人(選考)

申 6月29日(必着)までに、地域包括ケア推進課、各高齢者相談課にある申込書(市ホームページにも掲載)を郵送かファクスで地域包括ケア推進課(☎042-769-5708 ☎042-769-9249)へ

- 認知症サポーター養成講座を受講したことがあり、ボランティアで同講座を行える
- 受講後、認知症サポーター養成講座を最低年間3回以上、主体的に開催できる
- スタートアップ研修(時8月7日(火)午後1時30分～4時)を受講できる

食中毒が発生しやすい季節がやってくる前に
家庭でできる食中毒予防

5つのポイント



- 1 購入**
○なるべく新鮮な食品を選び、食べ切れる量だけ買う
○購入後はすぐに持ち帰る
- 2 保存**
○温度管理が必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保存する
○冷蔵庫に詰め込み過ぎない
- 3 調理**
○調理の前に手を洗う
○加熱調理する食品は、中心まで十分加熱する
- 4 食事**
○食事の前に手を洗う
○調理後は時間を置かず、すぐに食べる
- 5 後片付け**
○使った皿などはすぐに洗い、清潔な布巾で水気を拭き取る
○残った食品は冷蔵庫で保存し、温め直すときは、十分に加熱する
○時間がたち過ぎた食品は、思い切って捨てる



☎生活衛生課 ☎042-769-9234
同課津久井班 ☎042-780-1413

教室・講演会など

相模原協同病院 市民健康教育公開講座

けがをしにくい体づくりについて、医師や理学療法士が解説

時 6月18日(月) 午後6時～8時

会 社のホールはしもと

講 草場洋平さん(同病院整形外科医長)ほか

定 500人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎相模原協同病院(☎042-772-4291)

バンビのぼれぼれ広場
ワーキングママ準備講座

マザーズハローワーク相模原の担当者による、働きたいママに向けてのお話

時 6月28日(木) 午後2時～2時30分

会 バンビのぼれぼれ広場(中央区鹿沼台)

対 乳幼児の保護者、妊娠中の人かその家族=10組(申込順)

申 直接か電話(月～金曜日(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、電話番号を書いて、同広場(☎042-776-2286 ✉famisapobam.bino@gmail.com)へ

オストメイト健康相談会

講演や、看護師による個別相談、グループミーティングによる情報交換など

時 6月24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)

対 人工肛門・人工膀胱保有者とその家族、関係者

定 70人(先着順)

※希望者は直接会場へ

☎日本オストミー協会神奈川支部の安部さん(☎042-760-1425)

精神科セカンドオピニオン外来

時 6月28日(木) 午前10時～正午

会 けやき会館

対 精神科で治療中で、自身の治療方針について主治医以外からの意見を求める人

※医療過誤や訴訟に関する内容は受け付けません。

定 3人(抽選)

費 2,000円

申 6月11日までに、電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)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の予防や日常ケアについて

時 6月29日(金) 午後2時～4時

会 南保健福祉センター

定 50人(申込順)

※保育あり(定15人程度。申込順。(要予約))

申 6月28日までに、電話で南子育て支援センター(☎042-701-7710)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ぶ

時 7月4日(水)・12日(木)・19日(木)・26日(木) 午後2時～4時

会 緑区合同庁舎

対 統合失調症を発症して10年以内の人の家族

定 15人(申込順)

申 6月29日までに、電話で緑障害福祉相談課(☎042-775-8811)へ

若年性認知症と診断された時に
知っておきたいこと

若年性認知症の人の生活を支えるための講話や本人同士の語り合いの会。

希望者には個別相談を実施

時 7月7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

個別相談

定 2組程度(申込順。初めての人優先)

申 7月2日までに、電話で地域包括ケア推進課(☎042-769-9249)へ

働き世代向け生活習慣病予防教室
～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)

体・血管年齢や身体活動量の測定のほか、健康的な生活習慣について学ぶ

時 7月21日(土)・28日(土)

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 30人(申込順)

申 7月20日までに、電話で南保健センター(☎042-701-7708)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
6月 7日(木)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市役所前
6月16日(土)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	相模大野駅前通り (コリドー通り)

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。



☎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。

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。

歯科 相模原口腔保健センター

☎042-756-1501

日曜日 午前8時45分～11時30分

※事前に連絡をしてから受診してください。

