

LINE UP 今号の主な内容

- 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ…………… 2
- 市税などの納付にPayPayが使えるようになります …… 3
- 交通ルールの順守・防犯対策を徹底しましょう …… 4
- 共にささえあい生きる社会…………… 8・9

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●広聴広報課 ☎042-769-8200
 ホームページ●<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>
 携帯端末用●<https://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 722,902人(174減)
 男 361,072人 女 361,830人
 世帯 331,635世帯(145増)
令和2年11月1日現在。()は前月との増減。平成27年国勢調査に基づく推計人口

さがみはら

広報

NO.1446
 毎月1日・15日発行
12/1
 2020 令和2年
 SAGAMIHARA

発熱など、まずは
 かかりつけ医に
 連絡を

発熱・のどの痛み、咳が出る時の診療予約
県発熱等診療予約センター

☎0570-048914 (午前9時～午後9時)
※上記の番号がつかない場合は ☎045-285-1015

発熱などがなくても感染の心配がある時など
市新型コロナウイルス感染症相談センター

☎042-769-9237 (24時間)
障害により電話での相談が難しい場合は、
 FAX)042-752-5515へ

生活などで困りの時は

新型コロナ暮らし・経済支援ダイヤル
☎042-851-3193
〈午前8時30分～午後5時
 (土・日曜日、祝日等を除く)〉



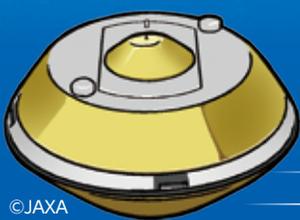
カプセル分離後、
 新たな旅へ

12月6日(日)

「はやぶさ2」カプセル帰還

12月6日、小惑星探査機「はやぶさ2」のカプセルが6年の旅路を経て地球に帰還します。
 さまざまなトラブルに見舞われながらも、奇跡的に地球にたどり着いた初代「はやぶさ」。
 その経験を生かして改良された「はやぶさ2」は、機体に積んだ燃料の半分以上を残していると予想されています。
 カプセルを分離した後、新たなミッションへ旅立ちます。

「はやぶさ2」の一部「リエントリー(再突入)カプセル」とは



直径 40cm
 高さ 20cm
 重量 16kg
 中華鍋のような形

採取した小惑星リュウグウの物質が入っていると予想され、地球がどのように生まれたかなどの謎を解き明かすカギになると期待されています。大気圏への再突入時は10,000℃を超える高熱になりますが、内部は50℃以下に保たれるようコーティングされています。

カプセルはオーストラリア「ウーメラ砂漠」へ

初代「はやぶさ」がカプセルを投下した場所でもあります。今回も国際的な協力のものと、回収が進められる予定です。



さがみんがカプセルを回収!?

銀河連邦を構成する7つの自治体のキャラクターが、カプセル回収班の特別隊員に任命されました。市マスコットキャラクターのさがみんは、特別隊員の隊長として、回収班の皆さんとともにオーストラリアでカプセルの到着を待っています。



はやぶさ2の軌跡

- 2014年12月 地球を出発
- 2018年6月 リュウグウ到着
- 2019年2月 リュウグウに第1回タッチダウン
- 2019年4月 人工クレーター生成
- 2019年7月 リュウグウに第2回タッチダウン

▼予定

- 12月5日午後2時～3時ごろ カプセル分離
- 12月6日午前2時～3時ごろ カプセル到着

カプセルの帰還をオンライン生中継で見守ろう!

カプセルの帰還はJAXAのオンライン生中継で視聴できます。「はやぶさ2」の帰還と一緒に見守りましょう。市特設ページからご覧ください。



市特設ページ

直前番組でおさらい! tvk「ニュースハーバー」
 ●初代「はやぶさ」帰還 ●「はやぶさ2」打ち上げ
 ●プロジェクトマネージャのインタビュー など
 12月4日(金)午後6時から(特集は5分程度)

こちらもチェック! ぞっこん! 相模原
 「小惑星探査機「はやぶさ2」」

相模原チャンネルで配信中▶



新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

経済支援

コロナに強い店づくり家づくり応援事業 感染リスクを減らすための改修費用を一部助成

「新しい生活様式」に対応するための店舗や住宅を改修した費用の一部を助成します。この機会に、店舗や自宅のコロナ対策を強化しませんか。

対象期間 12月中旬～2月下旬

助成金額 一律2万5千円

定員 1,200人(申込順)

※対象や申請方法など詳しくは、市ホームページなどで随時お知らせします。



市ホームページ▶

☎新型コロナウイルス暮らし・経済支援ダイヤル ☎042-851-3193

コロナに強い店・家づくり改修の例



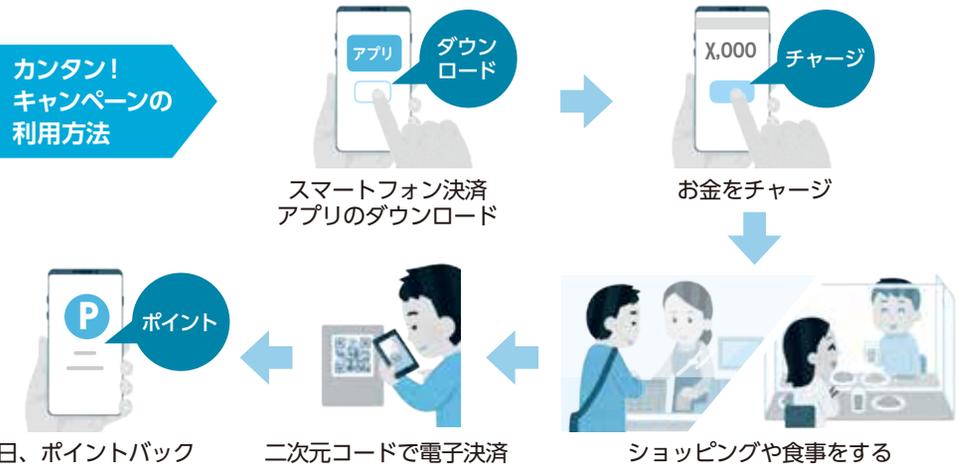
水道を自動水栓に交換

実施に向けて進行中!

スマートフォン決済 ポイントバックキャンペーン

市内の経済活性化と「新しい生活様式」の取り組みのひとつであるキャッシュレス決済を普及するため、本市独自の新たなキャンペーンを実施します。

市内対象店舗などでの食事や買い物の支払いに、スマートフォン決済サービスを利用するとポイント還元されるお得なキャンペーンです。事業開始に向けた準備を進めています。詳しくは本紙1月1日号や市ホームページなどでお知らせします。



☎新型コロナウイルス暮らし・経済支援ダイヤル ☎042-851-3193

荷物受け取りが安心!

第2期 簡易型宅配ボックスの無料配布を実施

宅配物を非対面で受け取る、簡易型宅配ボックスを使って新型コロナウイルス感染症の拡大防止の対策を始めませんか。今回も、第1期に続き2,500個を無料で配布します。

配付品 OKIPPA (市オリジナルデザイン)

対象者 市内在住で、第1期の募集に申し込みをしていない人

配布数 第2期2,500個(抽選、1月中旬以降順次郵送)

申込 12月31日(必着)までに、特設サイトの応募フォームからか、各まちづくりセンター・公民館などにあるチラシ裏面の申込書(市ホームページにも掲載)を郵送で、市宅配ボックス配付事務局へ

※詳しくは特設サイトかチラシをご覧ください。

市オリジナルデザインでお届けします



OKIPPA とは

荷物受け取り時にだけ大きくして使う、つり下げ式簡易型宅配ボックス。小さなスペースに工事不要で設置可能

始めませんか? 新しい生活様式「非対面受取」

「感染が心配」「今すぐ受け取れない」といった荷物の受け渡しに関する悩みを「非対面受取」で解決! 宅配ボックスの利用で安心をプラスして、安心・便利・エコな新しい生活様式「非対面受取」を始めませんか?



非対面でも受け取れるから利用者も配達員も安心



家に居ても手が離せないとき外に出ず受け取りができる



再配達の手間も減らしてウイルス感染リスクも減らせる

再配達削減でCO2も減らせる!



特設サイト・応募はこちら

☎市宅配ボックス配付事務局 ☎03-6427-4907

『インフルかな? コロナかな?』と思ったときは、かかりつけ医に電話で相談を

『かかりつけ医』がいる場合は…

まずは電話で『かかりつけ医』へ



『かかりつけ医』がない、『かかりつけ医』が休みなど受診でお困りの場合は…

県発熱等診療予約センター
☎0570-048914

つながらない場合は
☎045-285-1015

(毎日午前9時～午後9時)



LINE公式アカウントの「県新型コロナウイルス対策パーソナルサポート」からも予約が可能です。



夜間・休日に急病でお困りの場合は…

相模原救急医療情報センター
☎042-756-9000

平日 午後5時～翌日の午前9時
土曜日 午後1時～翌日の午前9時
日曜日、祝日、年末年始 午前9時～翌日の午前9時

※受診の予約はしていません。診療可能な医療機関をご案内します。

上記以外の場合は…

市新型コロナウイルス感染症相談センター



○発熱などがなくても新型コロナウイルス感染症の心配がある…
○新型コロナウイルス感染症の予防法などを知りたい…
○接触確認アプリCOCOAで、「陽性者」との接触の可能性について通知を受けた…

☎042-769-9237 (毎日24時間)
障害のある人で、電話での相談が難しい場合は
FAX 042-752-5515 へ

☎疾病対策課 ☎042-769-8260

旬の情報をお届け!

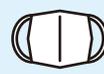
Hot Info さがみはら

12/6「はやぶさ2」帰還!



イベントなどの開催状況は随時ご確認を

新型コロナウイルスの影響に配慮し、市が主催するイベントや説明会など、中止や延期となる場合があります。各種イベントなどの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。



イベントなどに参加するときはマスクの着用を



呼び寄せ～72万人のシビックプライド～

さがみはらファン倍増大作戦！を開催します



市民の皆さんと共に、市や地域に対する誇りや愛着についての考えを深めるため、基調講演のほか、本市ゆかりの著名人の皆さんが市の魅力や好きなおところについて、パネルディスカッションを行います。

時 1月15日(金) 午後6時30分～8時45分

会 社のホールはしもと

司 牧瀬 稔さん(関東学院大学准教授)

パネリスト 國中 均さん(JAXA宇宙科学研究所長)

稲葉 友さん(俳優)

第14代相模原市観光親善大使

本村賢太郎(相模原市長)

定 250人(申込順)

申 1月8日までに、電話で市コールセンター(☎042-770-7777)へ

※当日会場の様子はライブ配信予定です。詳しくは、本紙1月1日号などでお知らせします。

パネリストの皆さんからのプレゼントが当たるお楽しみ抽選会も開催します!



牧瀬 稔さん



國中 均さん



稲葉 友さん



第14代相模原市観光親善大使 岩永優花子さん



第14代相模原市観光親善大使 鈴木朝登さん



相模原市長 本村賢太郎



☎観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045



考えてみよう 私たちの「人権」

12月4日～10日 人権週間

人権は、誰もが生まれながら持っている「人がらしく幸福に生きていくための権利」です。一人ひとりが、かけがえのない個人として尊重され、お互いの人権を認め合う共生社会を実現するために、あらためて人権について考えてみませんか。

知っていますか? 人権週間・人権デー

国連では、世界人権宣言が採択された12月10日を「人権デー」と定めています。日本では、「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、啓発活動などに取り組んでいます。

STOP! コロナ差別

新型コロナウイルス感染症に関連した不当な差別や偏見をなくしましょう

新型コロナウイルス感染症は、誰もが感染する可能性があります。恐れるべきは人ではなくウイルスです。感染者・濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別は、決して許されません。絶対にやめましょう。

○医療従事者やその家族を感謝の気持ちで応援しましょう。

○公的機関などが発信する正確な情報を基に、冷静な行動に努めましょう。



市新型コロナウイルス感染症特設ページ

北朝鮮人権侵害問題啓発パネル展

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

拉致問題への関心と理解を深めるため、拉致被害者家族のメッセージや特定失踪者に関する写真などを展示します。

時 12月10日(木)～16日(水) 午前9時～午後5時(10日は正午から)

会 あじさい会館

☎人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205

人権のことで困ったときは、一人で悩まず、ご相談ください

☎ 電話相談

相談日 月～金曜日(祝日等、年末年始を除く)

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

●さまざまな人権問題について

みんなの人権110番 ☎0570-003-110

●配偶者やパートナーからの暴力やセクハラなど

女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

●いじめや虐待など子どもの人権について

子どもの人権110番 ☎0120-007-110



インターネットでも相談ができます

●法務省インターネット人権相談

相談フォームに氏名、住所、年齢、相談内容などを入力して送信

※後日、最寄りの法務局からメールか電話で回答があります。



▲相談はこちらから



市税や国民健康保険税の納付に PayPay が使えるようになります



自宅や勤務先にいながら、スマートフォンで市税や国民健康保険税が納付できます。

利用方法



※事前にアプリのインストールや利用登録、残高へのチャージが必要です。詳しくは、PayPayのホームページをご覧ください。

▲PayPayアプリダウンロード後の設定方法はこちら

納付できる税目

- 市県民税(普通徴収) ○固定資産税・都市計画税(土地・家屋)
- 固定資産税(償却資産) ○軽自動車税 ○国民健康保険税

⚠ PayPay利用にあたっての注意事項

- 使える払込票(納付書)は、1枚あたりの納付額が30万円以下でコンビニ収納用バーコードがあるもののみです。
- お支払いはPayPay残高(PayPayに事前にチャージされた金額での支払い)のみです。クレジットカードでの支払いはできません。
- 納期(納付書)ごとに手続きが必要です。
- 一度払い込み完了した決済の取り消しはできません。
- 納期限を過ぎた納付書は使用できない場合があります。
- 領収書は発行されません。
- 車検に必要な「軽自動車税納税証明書」は、後日郵送します。早急に必要なのは、金融機関やコンビニエンスストア、各まちづくりセンター(橋本・本庁地域・大野南を除く)で納めてください。

☎市税について 納税課 ☎042-769-8225 ☎国民健康保険税について 市国民健康保険コールセンター ☎042-707-8111



旬の情報をお届け!

Hot Info さがみはら



年末年始 みんなが安全に楽しく過ごすために 交通ルールの順守・防犯対策を徹底しましょう

飲酒運転根絶強化月間、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。一人ひとりが交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践し、事故の防止に努めましょう。

飲酒運転は絶対にしない、させない!

- お酒を飲むときは、自動車や自転車で出掛けない
- 車両を運転する人に、酒類を絶対に提供しない、勧めない

自転車の飲酒運転も違反です!

自転車は道路交通法では、自動車やオートバイなどと同じ車両です。自動車と同じように、交通違反の罰則が科せられます。飲酒運転も同様です。また、自転車のルール違反やマナーの悪さが原因となる交通事故も発生しています。自転車も車両であるという自覚を持って安全運転をしましょう。



「これくらいなら」「少しの距離だから」という安易な気持ちで重大な事故を招きます!

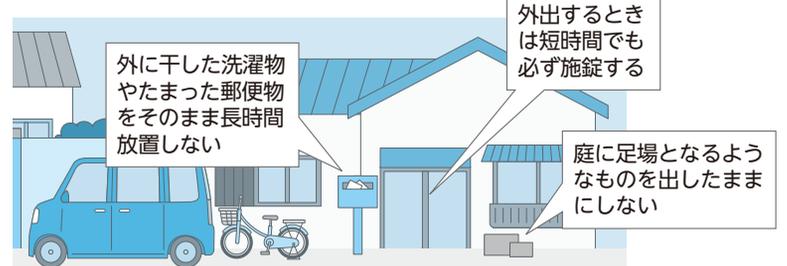
交通安全・地域安全課 ☎042-769-8229

12月1日～1月3日 年末年始特別警戒

慌ただしい年末年始は特に狙われがち! 防犯対策を徹底しよう

イベントなどが続く年末年始は、防犯対策が手薄になりやすい時期です。被害に遭わないよう十分に注意しましょう。

空き巣に注意! 生活の中で防犯意識を高めよう



オレオレ詐欺などの特殊詐欺に注意! 振り込む前に落ち着いて

被害に遭わないために、家族だけの合言葉を決めておく、キャッシュカードやお金を渡す前に家族や警察に相談するなどしましょう。



その火事を防ぐあなたに金メダル 歳末火災特別警戒を実施します



市民の皆さんが安心して新しい年を迎えられるように、消防署と消防団が12月26日～31日に歳末火災特別警戒を実施します。

日頃からの「火の用心」がいざという時にあなたを守る!

何かと慌ただしい年末は、火の元の確認や後始末がおろそかになりがちです。また、空気が乾燥して火災が起こりやすい時季でもあります。



期間中、消防車が警鐘を鳴らすなどして、地域を巡回警戒します

火のそばから離れるとき



出掛ける前



就寝前



こんな時には特に注意!

いずれの場合も「火がきちんと消えているか」の確認が大事です!

※令和3年1月に予定していた出初式は新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となりました。
消防防課 ☎042-751-9140

消防防課 ☎042-751-9117

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

- 3つの習慣**
 - こころから離れるときは絶対に火を消す
 - ストーブは燃えやすいものから離す
 - 寝たばこは絶対にしない
 - 4つの対策**
 - 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
 - 寝具、衣類、カーテンは防災品を使う
 - 火災が小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
 - お年寄りや体の不自由な人を守るため、地域の協力体制をつくる
- 警報器の作動チェックも忘れずに!



消防団員になりませんか 消防団員の福利厚生、充実してきました!

消防団員は、普段仕事を持ちながら、火災などに出場し、地域の安全・安心のために日夜活動しています。本市の消防団では、地域の安全・安心を担う消防団員の皆さんの福利厚生を充実させています。

消防団員って手当が出るんだ!

福利厚生って何があるの?



消防団員を募集しています!

市内在住か通勤・在学の18歳以上で健康な人
※女性も大歓迎



詳しくはこちら

各種手当が充実!

- 年額報酬(初年度で3.5万円以上)
- 災害・訓練などへの出動手当など

退職報償金が出る!

- 5年以上勤務して退団した団員には、20万円以上の報償金を支給

就職活動にも有利! 「学生消防団活動認証制度」

- 1年以上継続的に活動した大学生などの功績を市長が認定
- 就職活動でもPRできる「学生消防団活動認証状」を交付

地域のお店でのサービスも! 「さがみはら消防団応援の店」

- 登録店舗の利用で、消防団員とその家族などに、お得なサービスを提供



市消防団長 原和彦さん

地域を守っている“実感”が魅力

普段の生活であまり交流することがない地元の人たちとのつながりや、同じ志を持った仲間が増え、団結して「地域を守っている」と実感できることが消防団の大きな魅力の一つです。

現在、市消防団には25人の女性団員が所属し、現場活動や消防団の活動をPRするイベントなどで幅広い活躍をしています。

地元の人、相模原に移り住んできた人、一緒に消防団を盛り上げましょう。

「さがみはら消防団応援の店」

現在25店舗が登録中!

飲食や物販など、市内店舗でさまざまなサービスを提供しています。
○商品5%オフ ○お通しサービス ○利用料金割引 など

割烹旅館 五本松(緑区千木良)では、団員とその同行者にドリンクをサービス!



宝月堂文具店(中央区淵野辺)では、団員とその家族は購入金額から20%引き!



登録店舗も募集中!

あなたのお店がある地域を守る消防団を応援しませんか。登録店舗は、市ホームページなどで紹介します。



※登録店舗や登録方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



消防団応援の店にはステッカーを配布!

市ホームページ



女性分団長 壽崎さん

地域を守りながら地元のお店もお得に楽しめる!

近所に登録店があるので、家族で利用しています。いつも応援してくれて、この人たちを守るためにも消防団活動を頑張ろう!とやる気にもつながっています。

消防総務課 ☎042-751-9116

旬の情報をお届け!

Hot Info さがみはら

お知らせ 令和3年度 市民桜まつり 参加者・団体の募集はありません

来年度の「市民桜まつり」は、「市役所さくら通り」をメインとした会場に来場者を集める形式では、開催しないことになりました。

新型コロナウイルス感染症の状況や、国が求めるイベント開催時の開催防止策などを踏まえたものです。このため、例年は本紙12月1日号に掲載していた、ブース出展やパレード、ステージの参加団体、市民芸能大会の参加者の募集はありません。

※今後、実行委員会では、桜の季節に合わせて、市民の皆さんが安全に楽しめるようなイベント開催の可能性について検討します。

市民桜まつりについて 市民桜まつり実行委員会事務局
(観光・シティプロモーション課内) ☎042-769-8236
市民芸能大会について 文化振興課 ☎042-769-8202

イベント 津久井城の歴史を歩く 城山キャスリング

津久井城を解説員と一緒に歩きます。

日にち	内容	時間
12月13日(日)	絶景季節に山城の名残を紹介	午前10時30分 ～午後2時30分 (雨天中止)
1月10日(日)	大手道を行く専門的な歴史ガイド	



▲山城を体感する「キャスリング」。絶景も満喫できます

集合 県立津久井湖城山公園パークセンター
定員各25人(申込順)
開催日前日までに、電話で、県立津久井湖城山公園(☎042-780-2420)へ

募集 市の職員として働いてみませんか

採用予定日 随時

選考区分	職務内容	採用予定人数	任期
①保育士(育児休業代替) 【任期付フルタイム勤務職員】	市立保育園等での保育業務、子育てに関する相談業務など	9人	育児休業取得者の休業期間(最長3年)
②医師(公衆衛生担当)	保健所での健康危機管理、感染症対策、成人保健、母子保健などの担当医としての業務	各1人	なし
③医師(公衆衛生担当) 【任期付職員】			
④行政(債権回収担当) 【任期付短時間勤務】	国民健康保険税、介護保険料、保育所保育料等に係る滞納整理(納付相談、財産調査、滞納処分等)の業務など	3人	令和4年3月31日まで
⑤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		

応募資格 ①保育士登録をしているか、採用日までに登録見込みの人②昭和31年4月2日以降に生まれた人③医師免許がある人。ただし、平成16年以降に医師免許を取得した場合は、医師法第16条の2に規定する臨床研修を修了または採用日までに修了が見込まれる人④⑤なし
※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。
郵送で、受験案内に付いている申込書などを職員課(〒252-5277 中央区中央2-11-15 ☎042-769-8213)へ
※随時受付のため、人数が確保された場合は募集を締め切ることがあります。

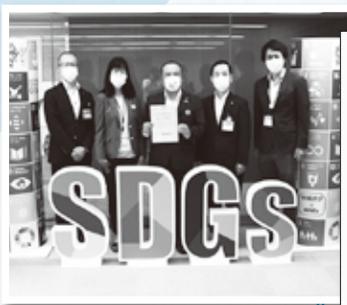
2020 さがみはら この1年

世界中で新型コロナウイルス感染症が猛威を振った2020年。一方で明るいニュースもたくさんありました。この1年の市内の主な出来事を振り返ります。

写真でも紹介



3日 青山学院大学陸上競技部が箱根駅伝で総合優勝



17日 本市がSDGs未来都市に選定される



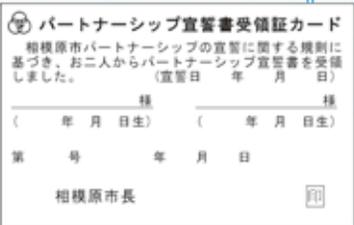
「Team UKYO」の関連記事は11面に掲載



- 6日 市内在住のプロボクサー 中谷潤人さんがWBO世界フライ級世界王座を獲得
- 11日 「Team UKYO」をホームタウンチームに認定
- 14日 相模原スポーツ・レクリエーションパークオープン
- 14・15日 さがみはらフェスタ2020 オンラインで初開催

- 1月
- 3月 23日 市LINE公式アカウント運用開始
- 24日 さがみはらファンサイト、SDGs特設サイト開設
- 7月

- 2月
- 4月 1日 ・パートナーシップ宣誓制度開始
- ・本市 指定都市10周年
- 7日 新型コロナウイルス感染症に伴う緊急事態宣言が発令される



- 6月 1日 緊急事態宣言の解除を受け、市立小・中学校等や公共施設が段階的に再開
- 26日 本市出身の棋士 芝野虎丸さんが囲碁の3冠(名人・王座・十段)を達成



▲マスクを着用して授業再開

- 9月 30日 さがみはら気候非常事態宣言を表明
- 10月 1日 さがみはら39キャッシュバックキャンペーン開始
- 15日 ホームタウンチームのノジマステラ神奈川相模原が日本初の女子プロサッカーリーグ「WEリーグ」に参入決定
- 30日 「はやぶさ2」カプセル回収班特別隊員にさがみんが就任



問 広報課 ☎042-769-8200

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
FAX 042-770-7766 ※おかけ間違いにご注意ください。

みんなのすこやかナビ

CHECK! イベントなどの開催状況は随時ご確認を イベントなどに参加するときはマスクの着用を

省略 記号の見方
 主な会場や申し込み・問い合わせ先はこちら

主な実施会場

- ③ 緑区合同庁舎
緑区西橋本5-3-21
- ④ シティ・プラザはしもと
緑区橋本6-2-1
- ⑤ 城山総合事務所
緑区久保沢1-3-1
- 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 ウェルネスさがみはら
中央区富士見6-1-1
- ⑩ けやき会館
中央区富士見6-6-23
- ⑪ 南保健福祉センター
南区相模大野6-22-1
- ⑫ 橋本駅ペDESTリアンデッキ下
緑区橋本
- ⑬ 市役所前
中央区中央2-11-15
- ⑭ 相模大野駅前通り(コリドー通り)
南区相模大野

申し込み・問い合わせ

- ① 緑高齢・障害者相談課
☎042-775-8812
- ② 中央高齢・障害者相談課
☎042-769-8349
- ③ 南高齢・障害者相談課
☎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

すこやかナビもくじ
 6面……たのしく子育て
 7面……いきいき健康相談
 10面……あんしん保健福祉

たのしく子育て

妊娠・出産

マタニティオーラルセミナー
 ～元気な赤ちゃんはママのお口の健康から～

妊娠期に起こりやすい口腔内の疾患を予防するための体験、歯科健診などを個別で実施

日にち	時間	会場	申込
1月 8日(金)	午前9時30分～11時30分	⑨	⑮
1月18日(月)	午後1時30分～3時30分	⑫	
1月27日(水)		③	

⑮ 市内在住の妊娠している人(経産婦可。妊娠期間中1回受講可)
 ⑮ 各5人(申込順)
 ※詳細な時間は申し込み時に調整

未就学児

オンライン 離乳食教室(スタート編)
 離乳食の講習と相談会

日にち	時間	申込
1月13日(水)	午後1時30分～3時	⑮
1月20日(水)		

⑮ 令和2年7・8月生まれの子の保護者とその家族で、インターネット環境を利用できる人
 ⑮ 30人(申込順。初めての子の保護者優先)

オンライン 離乳食教室(モグモグ編)
 中期以降の離乳食の講習と相談会

日にち	時間	申込
1月22日(金)	午後1時30分～3時	⑮

⑮ 令和2年4・5月生まれの子の保護者とその家族で、インターネット環境を利用できる人
 ⑮ 30人(申込順。初めての子の保護者優先)

親子で歯っぴい ちゃんじ大作戦
 虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技を紹介

日にち	会場	定員(申込順)	申込
1月13日(水)	⑨	各10組	⑮
1月29日(金)			
1月20日(水)	③	各10組	⑮
1月22日(金)	⑫		
1月27日(水)	⑨		

⑮ 午前10時～11時
 ⑮ 令和元年11月～2年3月生まれの子とその家族



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」などと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
 ⑮ 1月13日(水) 午前10時～11時30分
 ⑮ 対乳幼児の母親 ※保育あり(要予約)
 ⑮ ⑩



1月4日の利用から

八王子・町田市の病児保育施設が相互利用できるようになります

1月4日から、本市以外に八王子・町田市の病児保育施設が利用できるようになります。
 ⑮ 市内か八王子・町田市に在住の園児など
 ⑮ 電話で各施設へ



病児保育とは
 風邪などの病気や骨折などのけがで、入所している園での通常保育が難しい園児などを、専用の施設で一時的に預かるものです。

施設	1日の定員(申込順)	電話番号
本市	各6人	相模原協同病院病児保育室 みどりっこ(緑区橋本) ※1月1日 橋本台に移転予定 042-700-7235 ※移転後は 042-771-6020(代表)
		北里キッズケアルーム ひまわり(北里大学病院併設、南区北里) 042-778-7815
八王子市	各4人	ほりのうちキッズガーデン(八王子市別所) 042-670-2016
		みなみ野こどもクリニック む～みんルーム(八王子市西片倉) 090-5801-5151
		病児保育室 はる(南多摩病院併設、八王子市散田町) 042-663-0111
町田市	各6人	はやしクリニック キッズ・ケアルーム(町田市忠生) 042-793-3722
		病児保育室 おおきな樹(稲垣耳鼻咽喉科医院併設、町田市原町田) 042-794-7954

⑮ 保育課 ☎042-769-8340

急病などで困ったときは
 まずはかかりつけ医・歯科医へ。休診の場合は右記の問い合わせ先へ
(電話番号をよく確かめて)

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。

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。

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。

いきいき健康相談

省略記号の見方は6面をご確認ください。

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)	緑 ウ 南	⑨	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(電話相談も可) ※津(湖)藤(城)は来庁相談のみ ⑨ 成人健康相談 ⑥⑧⑨ 母子保健相談 ⑪⑫⑬
	月・木曜日		津		
	火曜日		湖		
	水曜日		藤		
	金曜日		城		
大人の食生活相談 (栄養士等)	1月6日(水)	午前9時 9時45分 10時30分 11時15分	南	⑨	面談か電話相談(予約制) 生活習慣病予防などに関する食生活の相談
	1月13日(水)		ウ	⑧	
	1月15日(金)	午後1時 1時45分 2時30分 3時15分	緑	⑥	
	1月18日(月)		南	⑨	
	1月25日(月)		津	⑦	
1月29日(金)	ウ		⑧		
母と子の栄養相談 (管理栄養士等)	1月8日(金)	午前9時～11時30分	緑	⑪	乳幼児と妊産婦の食事の相談 持ち物 母子健康手帳
	1月18日(月)	午後1時～3時30分	ウ	⑫	
	1月25日(月)	午前9時～11時30分	南	⑬	
妊活サポート相談 (不妊・不育専門相談)	1月12日(火)	〈電話相談〉 時 午前9時～11時30分 ⑩ 〈面接相談〉 時 午後1時～3時30分 会 ⑨ 申 1月8日までに⑩			
くすりの相談	12月17日(木)	午後1時30分～3時	ウ	定 各2人(申込順。各回30分) 申 市薬剤師会 ☎042-756-1502	
かんがる～ 歯科健診 (歯科医)	会 緑(ウ)南(城)津(湖)藤	※日程はお問い合わせください。		⑩	対 障害のある乳幼児
歯科健康相談 (歯科衛生士)	月～金曜日 (祝日等を除く)	午前9時～午後3時30分	緑 ウ 南	⑤	ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談 ※申込時に日時、会場などを調整
思春期・ひきこもり 特定相談 (精神科医)	12月17日(木)	午後2時～4時	け	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)

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
精神保健相談 (精神科医)	12月8日(火)	午後1時～2時	南	⑭	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 会場ごとに各担当課へ 南…南高齢・障害者相談課 ☎042-701-7715 ウ…中央高齢・障害者相談課 ☎042-769-9806 津…津久井保健福祉課 ☎042-780-1412
	12月18日(金)				
	12月15日(火)		ウ		
	12月21日(月)		津		
みんなのアルコール相談 (精神科医)	12月22日(火)	午前10時～正午	け	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心配がある人とその家族 定 2組(申込順。調整あり)
薬物・ギャンブル依存専門相談 (精神科医)	12月10日(木)	午後2時30分～4時30分	け	⑭	薬物・ギャンブルの問題について、専門医が対応 対 市内在住か在勤で、薬物・ギャンブルの問題を持つ人とその家族 定 2組(申込順)
依存症家族教室 「サブリ」	12月21日(月)	午後2時～3時30分	市民会館	⑭	アルコール・薬物・ギャンブル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・薬物・ギャンブルなどの問題がある人の家族 定 10組(申込順)
家族のためのコミュニケーション教室 「ガーベラ」	12月16日(水)	午後2時～3時30分	市民会館	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・ギャンブルなどの問題がある人の家族 定 20人(申込順。調整あり)
がんに関する相談 がんピアサポート	①12月11日(金) ②12月27日(日)	午前10時～午後3時	南 ウ		悩みや不安などの相談に、がん体験者が自らの体験を基に対応 対 がん患者やその家族 定 各4組(申込順。各組1時間) 申 12月①9日②24日までに⑤
愛の献血	12月5日(土)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	南	⑮	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。 問 地域保健課 ☎042-769-8343
	12月19日(土)				
	12月8日(火)	午後2時30分～4時			
	12月15日(火)	午前10時～正午 午後1時30分～4時	市		
	12月24日(木)				
12月12日(土)	午前10時30分～正午 午後1時30分～4時	コ	新型コロナウイルス感染症の影響により、献血者数が減少しています。ご協力をお願いします。		
12月27日(日)					



あんしん保健福祉は10面へ



共にささえあい 生きる社会

12月3日～9日は障害者週間 市では、障害の有無にかかわらず、全ての人が共にささえあって生きる共生社会の実現に向けた取り組みを進めています。

障害があっても働ける 「できる」が自信につながる

取材に訪れた私たちを出迎えてくれた佐藤 聖さん(以降、聖さんと表記)は、思考を言葉にすることが苦手とのこと、事前に用意してくれたメモを見ながら、柔らかな笑顔でゆっくと話し始めてくれた。

何度も練習しながら覚えた。「(周りの人は)聞いたことをきちんと教えてくれるし、いろいろと助けてもらえて感謝しています」と話す聖さん。覚えにくいことはメモを取るなど、仕事に対して前向きな努力を今も続けている。

最初はうまくできなくても少しずつ

働いた分だけできることが広がった

聖さんの仕事は、老人ホームの利用者が清潔な環境で気持ちよく暮らせるようにすること。掃除用具を積んだワゴンを押して、清掃場所へ。洗面台等の水回りから玄関など、場所によって洗剤や道具を使い分け、スムーズに作業を進める。

聖さんの趣味は、YouTube®で歴史動画を観ること。戦国武将が好きで織田信長の強いところに引かれるという。また、テーマパークや水族館などのショーを見に出掛けたり、旅行に行ったりすることが好きな活動的な面もある。「もらったお給料で、旅行やショーを見に行けるのはとても楽しいです」と話す。

最初からうまくできたわけではない。どの場面での洗剤を使うのか、どの道具を使うのか、支援員(後出:佐々木さん)と



佐藤 聖さん【23歳】(南区在住)相模原養護老人ホームで働き始めて3年目。撮影のためマスクを外してもらいましたが、恥ずかしそうでした。

勤務先 いろんな人がいるのが普通

相模原養護老人ホーム 施設長 藤井直樹さん
高齢者の施設なので、職員を採用するときは、高齢者と接することが多い環境に適応できるかどうかを重視しています。聖さんは、遅刻や早退、欠勤もなく、まじめに働いてくれています。また、彼の人柄もあって、利用者にとってもかわいがられています。



障害のある人に仕事がないというのはとても残念なことで、仕事をすることで一人前であること、社会の役に立っていることを実感してほしいです。いろんな人がいるのが普通。障害があっても、その人自身の強みを生かした仕事があるはず。

勤務先 コミュニケーション方法の改善で働きやすい環境を作る

同ホーム 業務課長 佐藤真貴子さん
初めに比べると全体の雰囲気慣れてきたと思いますが、まだ私たちスタッフに声を掛けるタイミングがつかみにくいようです。例えば、掃除の備品が必要なときに事務所に来るのですが、スタッフが電話対応で忙しいと、話し掛けるタイミングが分からず、ずっと待つてしまうことがありました。そこで、スタッフが電話中でも、メモに書いて渡せばよいように作業を改善しました。



◀「〇〇洗剤」などと書いて必ず手渡し

支援員 障害があっても目標を持って働いてほしい

市立障害者支援センター多機能型事業所 佐々木支援員
障害のある人が安心して長く働けるようにサポートするのが私の仕事です。将来に向けて一人暮らしがしたいなど、本人が希望する方向へ進んでいくための支援をしています。目標がなく働いていると張り合いがなくなってしまうのは、誰でも同じことだと思います。安定して働き続けるためには、本人、勤務先、支援員の連携が重要なのは言うまでもなく、ご家族のフォローもとても大切です。本人の得意・不得意を見極めながら、目標を持って働ける環境づくりを心掛けています。



▲聖さんを見守り続ける佐々木さん

本人、家族、勤務先、支援員、みんなのチームワークが長く働き続けることに繋がっていきます。

勤務先 支援員



「お兄さん、いつもありがとう」の言葉がやりがいに
掃除の途中で利用者からねぎらいや感謝の声を掛けられることも。そんなときは、手を止めて笑顔であいさつを交わす。

聖さんの必需品
◀ボールペン、はさみ、青いメモ帳を仕事るときはいつも持ち歩いている。メモ帳は新調したばかりで、古いものは壊れるまで使い込んでいたそうだ。

養護老人ホームで働く障害のある青年に、仕事のやりがいや今の気持ちなどについて聞きました。周囲で青年をサポートする人たちの話、仕事に就くことを後押しする市の支援制度とともに紹介します。

☎高齢・障害者福祉課 ☎042-707-7055 〆042-759-4395

障害のある人が自分らしく“働く”ことを支援します

市内の就労移行支援事業所などでは、障害のある人の就職に向けた訓練や職場に定着できるよう助言・相談などの支援を実施しています。
※障害福祉サービスを利用するには、支給決定が必要です。

専門知識を持つ職業指導員などがサポート

- 障害のある人と事業者へ、快適な職場環境づくりなどの助言
- 仕事に対する適性の把握 など

市立障害者支援センター松が丘園がお手伝いします

働きたいと思ったら

- 相談** 就職したいけどどうすればいい? 就職についての心配な事、就職先の希望など
- 自己理解** 自分に合う仕事は? 苦手を克服したい 作業能力や作業適性を知るプログラムや、コミュニケーション能力を向上させるプログラム
- 求職活動** うまく自分を表現できるかな? 職場見学、体験・就労前実習、履歴書作成のアドバイス、面接の練習など
- 就職** 仕事を覚えられるかな? 職場になじめるかな? 本人への支援のほか、ジョブコーチ(支援員)が事業者も支援
- 定着** 分からないことがあって不安。ミスをして困った 電話や直接の相談、定期的な職場訪問など

障害者雇用を考えているなら(事業者向け)

求人相談 ジョブマッチング 実習 採用 定着支援

障害者雇用に関する相談 仕事の内容や職場の環境と、就職を希望する障害のある人をマッチング

障害の特性に合った関わり方などの助言、必要に応じたジョブコーチの同行

ハローワークなどと連携し、各種制度や助成金などの情報を提供

巡回訪問など、採用した後の継続した支援

☎障害者支援センター松が丘園 就労援助センター ☎042-758-2121

イベント情報

障害者週間に合わせて、心の輪を広げる体験作文や、障害者週間のポスターを展示します。
今年度も素晴らしい作品が数多く集まりました!ぜひご覧ください。
☎12月3日(水)～9日(火) 〆あじさい会館

小学生最優秀賞 『仲間とシッティングバレー』 谷口台小学校 山添陽南子さんの作品

中学生最優秀賞 『みんなで楽しくやるから成り立つ発表』 鶴野森中学校 向出里桜菜さんの作品



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

あんしん 保・健・福・祉

講演・講座

やっこセミナー〈全3回〉
こころの病気と自分らしく付き合おう
 症状や薬について学び、グループワークを通して対処法などを考える
時 1月26日、2月2日・9日の火曜日
 午後1時30分～3時30分
会 南障害者地域活動支援センター
対 市内在住で統合失調症、双極性障害、うつ病と診断されている人
定 8人(申込順。調整あり)
申 1月15日までに、電話で南高齢・障害者相談課(☎042-701-7715)へ

オンラインで学ぶ
認知症サポーター養成講座
 認知症の症状や認知症がある人への接し方を学ぶ
時 1月16日(土)午後2時～4時
対 市内在住か在勤・在学、認知症サポーターになりたい人、インターネット環境を利用できる人
 ※Zoom®ミーティングができる環境(ウェブカメラ、マイク、スピーカーなど)が必要
 ※事前・事後に、最寄りの高齢者支援センターでテキストなどを受け取る必要あり
定 30人(申込順)
申 1月8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、電話番号を書いて、市キャラバン・メイト連絡会事務局(Link・マネジメント内 ☎042-707-1603 FAX042-786-6631 ✉sagami-mate.network@link-npo.com)へ

不安対処スキルアップセミナー

不安や強迫への対応方法を認知行動療法で学ぶ
基礎コース〈全2回〉 = ①のみ受講 = **定** 5人(申込順)
実践コース〈全7回〉 = ①②を受講 = **定** 2人(申込順)

	日にち	時間	会場	費用
①	1月15日(金)・22日(金)	午前10時～11時30分	ウェルネスさがみはら、市民会館	無料
②	1月29日(金)	午前9時30分・10時30分(各40分)	けやき会館	各2,000円
	2月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)			

対 市内在住か在勤・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
申 電話で精神保健福祉センター(☎042-769-9818)へ

高齢者や障害者の見守りのために… GPS端末機を利用してみませんか？

市では、利用者の行方が分からなくなったときにGPS端末機(位置情報を知らせる小型の発信機)を利用して居場所を伝える専用の端末を貸し出しています。

こんなところが良い！

コンパクトなGPS端末機



専用の靴に装着できる

※専用靴は別売り

かばんなどに入れられる

利用者には、個人賠償責任危険補償特約(保険)が付帯されます。

対 市内在住・在宅で、次のいずれかに該当する人
 ○介護保険の認定を受けていて、認知症によりサービスが必要な人
 ○障害があり、サービスが必要な人
費 月額1,155円(レンタル)
 ※市民税非課税世帯は420円

申し込み・問い合わせ

	介護保険認定を受けている人	障害のある人
緑 区	緑高齢・障害者相談課 ☎042-775-8812	緑高齢・障害者相談課 ☎042-775-8810
	城山保健福祉課 ☎042-783-8136	
	津久井保健福祉課 ☎042-780-1408	
	相模湖保健福祉課 ☎042-684-3215	
中央区	藤野保健福祉課 ☎042-687-5511	
	中央高齢・障害者相談課 ☎042-769-8349	中央高齢・障害者相談課 ☎042-769-9266
南 区	南高齢・障害者相談課 ☎042-701-7704	南高齢・障害者相談課 ☎042-701-7722



冬にもウイルスによる
食中毒が多発するよ！

ご注意！冬場のノロウイルス食中毒

生では食べないで！

- まな板などの調理器具は、十分に洗浄・消毒しましょう。
- 嘔吐物、排せつ物などを処理する場合は、直接触れないようにし、次亜塩素酸ナトリウム液で消毒しましょう。処理したあとは、せっけんを使って手をよく洗いましょう。

- カキなどの二枚貝は、中心部まで加熱調理(85～90℃で90秒以上)して食べましょう。
- 帰宅時やトイレの使用後、調理・食事の前などせっけんを使って手をよく洗いましょう。

家庭用の塩素系漂白剤(5%濃度)を水で薄めて作れます

<p>次亜塩素酸ナトリウム 消毒薬の作り方</p> <p>1ℓのペットボトルに水を入れ、キャップ1杯の原液を入れる</p> <p>1ℓ 原液1杯</p>	<p>嘔吐物、排せつ物の消毒用</p> <p>500mlのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯の原液を入れる</p> <p>500ml 原液2杯</p>	<p>塩素系漂白剤の原液を水以外で薄めないでください</p>
--	---	--------------------------------

特に手洗いは、インフルエンザなどの感染症予防にもなるよ！手軽にできることを習慣にして、冬を元気に過ごそう♪

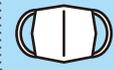
☎生活衛生課 ☎042-769-9234

情報あらかると

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは
市役所 ☎042-754-1111(代)

CHECK! イベントなどの開催
状況は随時ご確認を

新型コロナウイルスの影響に配慮し、市が主催するイベントや説明会など、中止や延期となる場合があります。各種イベントなどの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。



イベントなどに参加する
ときはマスクの着用を

お知らせ

12月18日(金)・19日(土) コンビニ交付サービスを停止

コンビニエンスストアなどで住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明書などが取得できるコンビニ交付サービスは、メンテナンスのため、終日利用不可
●住民票の写し・印鑑登録証明書など＝区政推進課、税証明書＝市民税課

教育委員会の点検・評価の公表

教育委員会の事務の執行状況について、点検・評価した報告書を公表
●閲覧場所 各行政資料コーナー・公民館(沢井を除く)など
※市ホームページにも掲載
●教育総務室

国民健康保険税 休日納税相談窓口のご利用を

平日に国民健康保険税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 12月13日(日) 午前9時～午後4時
●会 国保年金課(市役所本館1階)
※保険証発行などの業務は行いません。
●問 同課(☎042-769-8234)

相模川清流の里 宿泊利用 3月分の抽選申し込み

●時 12月10日午後5時までに、同所ホームページからか、観光・シティプロモーション課、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12月21日から、電話で同所(☎0120-988-547)へ
●3月の休館日 15日(月)・16日(火)
※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、娯楽室などの使用を制限する場合あり

年内にパスポートを受け取るには 12月17日までに申請を

年内の窓口業務は12月28日(月)まで
※交付予定日や窓口の混雑状況など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

内容	曜日	時間
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	
		火・水曜日
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	

●受取場所 申請したパスポートセンター
※本市に本籍がある人は、併設する連絡所でパスポートの申請に必要な戸籍抄(謄)本を取得可能(土・日曜日、祝日等を除く)
●問 相模大野パスポートセンター(☎042-702-5511)、橋本パスポートセンター(☎042-700-2727)

夜間納税相談窓口のご利用を ～相談はお早めに～

日中に市税(国民健康保険税を除く)の納付相談や納税ができない人のために窓口を開設。電話相談も可
●時 12月8日(火)・17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

※午後6時以降に市役所へお越しの場合は、本館裏玄関の守衛室で入館手続きをしてください。

人はもっと優しく社会はもっと面白い サポステ説明会&出張簡易相談会 in ハローワーク相模原

●時 12月21日(月) 午後1時～4時30分
●会 ハローワーク相模原(中央区富士見)
●※一般就労を希望する、おおむね15歳～39歳か、就職氷河期世代(49歳まで)の人
●定 15人(申込順)
●申 12月18日までに、直接か電話で、同所(☎042-776-8609(部門コード42#))へ

特定生産緑地の指定に関する説明会

市とJA相模原市の共催で、税制措置などが継続される「特定生産緑地」の指定に関する説明(令和2年2月21日代替分)
●時 12月21日(月) 午前10時30分～11時30分、午後2時～3時
●会 JA相模原市本店(中央区千代田)
●※生産緑地を所有し、2年2月の説明会に参加したことがない人
※希望者は直接会場へ
●問 都市計画課

寄付で相模原協同病院を支援 ～地域で守れ、コロナ重点医療の拠点! 頑張ろう協同病院プロジェクト～

新型コロナウイルス感染症の最前線で闘い、多くの命を救った相模原協同病院を支援するため、有志によるクラウドファンディングなどで寄付を募集
●申 12月25日までに、クラウドファンディングサイト「READY FOR」から申し込むか、指定の金融機関へ直接振り込んでください。
※内容や振り込み先など詳しくは「市緑区地域医療を支える会」ホームページをご覧ください。
●問 同会事務局(☐sagamihara.yell@gmail.com)



建築士による 自宅の無料耐震相談会

●時 12月24日(木) 午後1時30分～4時30分
●会 藤野総合事務所
●定 6組(申込順)
●申 12月18日までに、電話で建築・住まい政策課(☎042-769-8252)へ

声・点字「広報さがみはら」のご利用を

「広報さがみはら」「さがみはら市議会だより」を朗読したCDや、点字にした冊子を送付
●市内在住で視覚に障害のある人
●申 電話か、Eメールに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、「録音CD」か「点字」と書いて、広聴広報課(☎042-769-8200 ☐koho@city.sagamihara.kanagawa.jp)か、政策調査課(☎042-769-9803 ☐seisakuchousa@city.sagamihara.kanagawa.jp)へ

FM HOT 839 「相模原インフォメーション」で 市からのお知らせを紹介

FM HOT 839(エフエムさがみ)で市からのお知らせを毎日3件ずつ紹介。運転や家事の合間に、作業をしながら市の大事なお知らせを聞くことができます。

曜日	放送時間
月～金曜日	①午前7時54分～59分 ②午前9時54分～59分 ③午後5時54分～59分
土曜日	①午前8時54分～59分 ②午前11時54分～59分 ③午後4時54分～59分
日曜日	①午前8時54分～59分 ②午前11時54分～59分 ③午後4時24分～29分

※②③は再放送
●問 広聴広報課

12面につづく

「Team UKYO」を 相模原市ホームタウンチームに認定

藤野地区に活動拠点を置く自転車ロードレースチーム「Team UKYO(チーム右京)」を、ホームタウンチームに認定しました。今後、競技大会や地域交流など、更なる活躍が期待されますので、応援をお願いします。

Team UKYOとは

元F1ドライバーで、市終身名誉観光親善大使でもある片山右京さんが、平成24年に設立した自転車ロードレースチーム。
1月1日から、チーム名を「Team UKYO SAGAMIHARA」に変更します。
3月下旬から「ジャパンサイクルリーグ」(国内自転車ロードレースの新リーグ)や国内外の自転車ロードレース大会に参戦!



認定式の様子

認定式の様子などは11月14日にオンラインで開催された「さがみはらサイクルフェスティバル2020」のホームページ内で紹介しています▶



ホームタウンチームとは

市では、本市に活動の拠点を置き、トップレベルの活躍が期待できるスポーツチームを「ホームタウンチーム」として認定しています。

●問 スポーツ課 ☎042-769-9245

寄付月間

欲しい未来へ、寄付を贈ろう 寄付はあなたの「こうしたい」を 叶えるための1つの手段です

寄付は、寄付した人の未来への意思表示でもあります。「寄付したことがない」人も、「寄付したいけど、どうやるんだろう?」と思っている人も、この機会に寄付について調べたり考えたりしてみませんか。

寄付ってどんなこと?

金銭的な支援だけでなく、自分の時間や技術を提供することも寄付です。あなたの取っている何気ない行動が、実は寄付に繋がっているかもしれません。

<p>例えばこんなものが「寄付」に</p> <p>興味のある分野で活動する団体に寄付した!</p>	<p>家庭で余った食材をフードバンクへ提供した!</p>	<p>空き時間に学習支援ボランティアに参加した!</p>
<p>気になる・発展してほしい分野や団体を直接応援して意思表示</p>		
<p>金銭的・技術的支援などでその分野や団体が発展!</p>		

大切な未来に向けて、自分たちができることの一つに、寄付を選ぶのもいいね!



寄付月間について詳しくはこちら▶



●問 市民協働推進課 ☎042-769-8226





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

11面のつづき

tvk「猫のひたいほどワイド」内
「猫ひたインフォ」で
市政の情報を発信中

県内のジモト情報をお届けする番組「猫のひたいほどワイド」内のコーナー「猫ひたインフォ」で、市内外の視聴者が楽しめる本市のイベントやシティプロモーション情報などを発信しています。ぜひ地デジ3chをご覧ください。
時原則毎月第1・第3水曜日午後1時15分ごろから3分程度(都合により放送日時が変更される場合あり)
関広聴広報課

募集

会計年度任用職員
地域活力推進員

地区自治会連合会等の事務支援など
勤務 4月～令和4年3月の原則月～土曜日のうち週5日間で、1日6時間
勤務場所 各まちづくりセンターなど
報酬 月額21万7,200円から
関パソコンで表計算やチラシ作成ができ、普通自動車運転免許がある人
定若干名(選考)
申12月4日～18日(必着)に、各まちづくりセンターなどにある申込書(市ホームページにも掲載。作文あり)を、郵送で、市民協働推進課へ
※詳しくは募集案内をご覧ください。
※報酬額は職歴などによって決定

会計年度任用職員 非常勤介助員

小・中・義務教育学校で支援の必要な児童生徒の日常生活、身辺自立の補助や介助
勤務 週2・3日程度(シフトにより変動)で、1日6時間
報酬 日額6,906円から
※応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。
※報酬額は職歴などによって決定
関学校教育課

市民税課の会計年度任用職員
①短時間勤務職員②事務補助員

①税証明書発行の端末操作、窓口対応、電話対応など②課税事務補助、データ入力作業、文書の整理など
任期 4月～令和4年3月
勤務 ①週5日、午前9時～午後4時30分のうち指定された3時間30分の交代勤務(勤務のない月あり)②週2～4日(年間140日程度のシフト制)で、午前9時30分～午後4時
報酬 日額①3,727円②5,857円から
関ワード・エクセルなどパソコン操作ができる人
定①2人②1人(選考)
申12月18日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を、直接か郵送で、市民税課(〒252-5277 中央区中央2-11-15)へ
※後日、面接あり
※報酬額は職歴などによって決定

清新高齢者支援センター職員

高齢者の保険・福祉・介護予防に関する相談業務など
勤務 1月から随時で、月～金曜日の午前8時30分～午後5時30分

職種	賃金
① 保健師	25万3,550円から
① 看護師	24万 180円から
② 主任介護支援専門員	23万7,750円から
③ 介護支援専門員	22万2,850円から
④ 社会福祉士	21万7,850円から

関①保健師か地域ケア、地域保健活動の経験がある看護師②主任介護支援専門員③介護支援専門員④社会福祉士
定各1人(選考)
申電話で同センター(☎042-707-0822)へ

さがみはら国際交流ラウンジの
スタッフ

①一般スタッフ(窓口や電話の対応、相談受付など)②専門スタッフ(パソコン管理、通訳・翻訳(9言語))
勤務 週①1～3回程度②1回程度
関①9人程度②パソコン管理は2人程度、通訳・翻訳は各言語1人程度
※業務内容や待遇など詳しくは、国際課、同ラウンジなどにある募集要項か、同ラウンジホームページをご覧ください。
申1月8日(必着)までに、募集要項に付いている応募用紙を、直接か郵送で、同課(市国際化推進委員会事務局)へ

会計年度任用職員
自立支援医療(精神通院医療)の
診療報酬明細書の点検員

勤務 2月～3月の月～金曜日(祝日等を除く)の週2・3日程度で、午前9時30分～午後4時30分
勤務場所 精神保健福祉課など
報酬 日額8,850円から
関診療報酬明細書の点検業務の経験がある人
定若干名(選考)
申12月14日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を、直接か郵送で同課(〒252-5277 中央区富士見6-1-1)へ
※後日、面接あり
※履歴書は返却しません。
※報酬額は職歴などによって決定

さがみはら男女共同参画推進員

啓発情報誌の企画・発行、市内イベント等での啓発活動など
勤務 4月～令和5年3月で2カ月に1回程度の会議(保育あり)
謝礼 活動1回につき2,000円
関市内在住の18歳以上で、男女共同参画の推進に向けた啓発活動に取り組む意欲がある人
定10人程度(選考)
申1月8日(消印有効)までに、直接か郵送、ファクス、Eメールで、人権・男女共同参画課、各公民館(沢井を除く)・こどもセンター・図書館、ソレイユさがみなどにある申込書(市ホームページにも掲載)を同課へ

令和3・4年度 学校給食用物資
納入業者の指定申請を受け付け

区分	対象物資	発注・配送先
小学校	★が担当する小・中学校を除く 穀類、ジャム類、油脂類、乳製品、海藻類、缶詰類、調味料など	各小学校
中学校		市が発注し、指定する委託業者に配送
各学校給食センター★	穀類、ジャム類、油脂類、乳製品、海藻類、缶詰類、調味料、魚介類、肉類、青果物など	各学校給食センターなど

関3年1月1日現在、継続して2年以上事業を営み、国税・地方税を完納している業者
資料配布 12月7日(月)～15日(火)に学校保健課で配布
申1月14日・15日に、直接、学校保健課へ
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

イベント

明るい選挙啓発
ポスターコンクール
入賞作品展示会

日にち	会場
12月15日(火)～24日(木)	南区合同庁舎
1月13日(水)～24日(日)	津久井中央公民館
1月27日(水)～31日(日)	シティ・プラザはしもと
2月 2日(火)～12日(金)	市役所本庁舎

関市選挙管理委員会事務局

クリスマス
イルミネーション

今年の冬も市内の各所が電飾で彩られています。幻想的な光の演出を楽しみに、市内のスポットにお出掛けしてみませんか。

相模川ふれあい科学館
アクアリウムさがみはら

市民から寄贈された高さ10mのモミの木や施設全体でイルミネーションを点灯します。

時1月5日(火)まで
午後4時40分～8時

関水みどり環境課 ☎042-769-8242



横山公園

「出合いの広場」周辺の樹木が7,000球のイルミネーションに包まれます。

時1月11日(祝)まで
午後5時～9時30分

関横山公園 ☎042-758-0886



きれいに撮れたら自慢しちゃおう♪

市内のイルミネーションスポットで撮った写真を市ファンサイト「Sagamihara FAN FUN FAN」に投稿してみませんか。登録はこちら▶



地球温暖化防止フォーラムの動画を公開



ヒロシ×COOL CHOICE
これならできる! 頑張らないエコライフ

地球温暖化の現状、省エネ術などをテーマに、タレントのヒロシさんと「頑張らない」エコなライフスタイルについて楽しく学べる動画をYouTube®で配信します。

時1月31日(日)まで

出演 ヒロシさん(タレント)、
松本真由美さん
(東京大学客員准教授)

申期間中に特設サイトから登録してください。登録したメールアドレスに視聴用URLが送信されます。



特設サイト



キャンプ動画が好評なヒロシさんと一緒に、環境について考えてみませんか。

関環境政策課 ☎042-769-8240

●電話番号の記載がない記事の問い合わせは 市役所 ☎042-754-1111(代)

情報あらかると

電気もガスも使わない
おから味噌づくり

津久井在来大豆を使ったおからを使って、食品を使い切り体にも優しい味噌づくり
 時 12月19日(土) 午前10時～正午、午後2時～4時
 会 環境情報センター
 定 各15人(申込順)
 費 各500円
 申 12月15日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに氏名(ふりがな)、電話番号、希望時間、「おから味噌づくり」と書いて、同センター(☎042-769-9248 FAX042-751-2036 ✉kankyo@eicwits.com)へ

冬季ポニー教室(全5回)

ポニーの世話や乗馬、餌やりなど
 時 1月10日～31日の毎週日曜日、1月11日(祝) 午前10時～11時30分
 会 相模原麻溝公園ふれあい動物広場
 対 市内在住の小・中・義務教育生
 ※保護者同伴
 定 10人(抽選。初めての人優先)
 申 12月21日(必着)までに、往復はがき(1人1枚。きょうだいの連名不可)に12面上の必要事項と学年、保護者氏名を書いて、同広場(〒252-0328 南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900)へ
 ※今年度に参加した人は応募できません。



講演・講座

パソコン初心者講習会(全3回)

操作の基礎や入力方法、インターネットの使い方、蔵書の検索方法

日にち	時間
①1月13日(水)・14日(木)・20日(水)	午前10時～午後0時30分
②1月23日(土)・24日(日)・30日(土)	午後1時30分～4時
③1月26日(火)・27日(水)・2月2日(火)	午後1時30分～4時

会 橋本図書館
 対 18歳以上で、次のいずれかに該当する人
 ○市内在住か、在勤・在学
 ○本市近隣自治体(秦野・厚木・大和・伊

勢原・海老名・座間・綾瀬・町田・八王子・上野原市、愛川町、清川村)在住
 ○多摩美術大学・東京工科大学・桜美林大学に在勤・在学
 定 各8人(申込順)
 申 直接か電話で同館(☎042-770-6600)へ

市民講座 まなびのライブ塾
冬講座

研修を受けた市民が運営と講師を担当

講座名	日にち
楽しいかな書道(全5回)	1月13日・20日・27日、2月3日・10日の水曜日
新渡戸稲造と武士道(全2回)	1月18日(月)・25日(月)
足もみヨガで内臓元気!	1月19日(火)
バランスのよい食事をとろう	1月21日(木)
ブックカバーをつくろう!	1月27日(水)
人間関係を考える道徳(全2回)	1月30日(土)、2月20日(土)
冬の吟行会～俳句を楽しもう	2月5日(金)

募集案内の配布場所 総合学習センター、各公民館・図書館など
 申 12月15日(必着)までに、募集案内に付いている申込書(同塾ホームページにも掲載)をまなびのライブ塾(☎042-749-7010)へ
 ※同塾ホームページからも申し込みます。
 ※時間、会場、費用など詳しくは、募集案内か同塾ホームページをご覧ください。

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。

●ありすフェア 障害者施設の利用者が作った小物や野菜などの販売 12月3日(木)～5日(土) 午前10時～午後4時、ありす工房(中央区横山) ☎ありす工房(☎042-776-6548)

仲間

会費などは個別にお問い合わせください。

- 自力整体 月5回水曜日から日曜日午前10時、けやき体育館ほか。体験可 ☎高橋(☎080-5401-4022)
- フラダンス 月3回金曜日午後2時、上溝公民館。対象は50歳以上 ☎石川(☎090-2145-2411)
- スポーツ吹矢 毎週土曜日午前9時、北総合体育館ほか ☎古川(☎090-1553-4769)
- 書道 毎月第1・2・3水曜日、大野キリスト協会(南区相模大野)。対象は大人・初心者歓迎 ☎大矢(☎046-251-1797)

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。
 ※政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載できません。

LCA国際小学校北の丘センター
(市立北市民健康文化センター)ってどんなところ?

人気がある室内の温水プールやウオータースライダー、流れるプールや浴室や低温サウナなどを備えた施設です。また、サークル活動や会議に利用できる会議室、陶芸窯を備えた講習室もあります。子どもから高齢者まで、幅広い年代が楽しめます。



小学校なの?
誰でも使えるの?

正式名称は市立北市民健康文化センターで、誰でも利用することができる施設です。ネーミングライツ(施設の命名権)で、LCA国際小学校北の丘センターを通称にしています。

プールで泳ぐ・遊ぶ

25mプールや流れるプール、スライダーなどがあります。ジャグジーもあるので、プールで冷えた体も温められます。

時 午前9時30分～午後6時
 ※入場は午後5時30分まで
 費 600円
 ※4歳～中学生・65歳以上は300円、障害者とその介護者は無料(要証明書)



さまざまな教室を開催中。詳しくは14面の「施設の催し」や同センターホームページをご覧ください。

お風呂でくつろぐ

浴室のほか、ジャグジーや低温サウナがあります。血行促進やリラックス効果が期待できます。

時 午前10時30分～午後4時
 ※入場は午後3時45分まで
 費 260円
 ※4歳～中学生・65歳以上は130円、障害者とその介護者は無料(要証明書)



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ジャグジーと低温サウナは休止しています。

仲間と趣味を楽しむ

陶芸窯を備えた講習室などは、陶芸や手芸などのサークル活動などに利用できます。また、間仕切りで半分の広さにでき、人数に合わせた会議などに利用できる多目的会議室もあります。

時 午前9時～午後10時
 定 多目的会議室=30人、陶芸窯付き講習室=18人
 ※費用など詳しくはお問い合わせください。



休所日 毎月第2火曜日、12月29日～1月3日

所在地 緑区下九沢2071-1

☎同センター ☎042-773-5570



詳しくはこちら▶

こちらもおすすめ!

市民健康文化センター

温水プールや浴室など、北の丘センターでもお馴染みの設備を利用できます。

所在地 南区麻溝台1872-1
 ☎同センター ☎042-747-3776

詳しくはこちら▶



施設の催し



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**



会場・お問い合わせは原則各施設です。休所日は各施設のホームページをご覧ください

CHECK! イベントなどの開催状況は随時ご確認を
新型コロナウイルスの影響に配慮し、市が主催するイベント
や説明会など、中止や延期となる場合があります。各種イベント
などの開催状況は、市ホームページで随時お知らせしています。



イベントな
どに参加するとき
はマスクの着用を

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775

NPOはじめの一步講座

NPOの基本や法人設立手続きなど
時 1月14日(木) 午後2時~4時30分
対 NPOに興味がある人かNPO法人の設立を検討している人
定 10人(申込順)
費 500円(資料代)
申 1月13日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに14面上の必要事項と団体名、ファクス番号、Eメールアドレスを書いて、さがみはら市民活動サポートセンター(☎FAX 042-755-5790 ✉sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)へ

市立博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

日にち	時間		午前11時	午後1時30分	午後3時30分
	火~金曜日	土・日曜日			
12月20日(日)まで	※団体利用のみ				
12月22日(火)~25日(金)	プラネタリウム おかえり「はやぶさ2」 ~リュウグウのお宝を相模原へ~				全天周映画 HAYABUSA2~REBORN
12月26日(土)~1月11日(祝)	プラネタリウム イナズマデリバリー				

定 各70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))
 ※上映スケジュールや内容など、詳しくは同館ホームページをご覧ください。

小山公園

〒252-0205 中央区小山4-1 ☎042-700-0801

サッカースクール

日本サッカー協会公認指導員が指導
時 3月29日までの毎週月・水曜日

クラス	コース	時間	対象	費用(各月)
幼児	週1回	午後4時15分~5時	年中~年長	3,000円
	週2回			4,500円
低学年	週1回	午後5時10分~6時	小学校1~3年生	3,500円
	週2回			5,500円
高学年	週1回	午後6時10分~7時10分	小学校4~6年生	4,000円
	週2回			6,000円

※雨天時の振り替えは、週1回コースはあり、週2回コースはなし
 ※入会金1,000円(保険料含む)が別途必要
 ※無料体験を各クラスと同じ日時に実施(1人1回のみ)します。
定 各コース25人(申込順)
申 開催日前日までに、直接か電話、ファクスに14面上の必要事項と希望クラス・コース、無料体験の希望者は「無料体験」と書いて、同公園(FAX042-700-0802)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

テーマ	内容	日にち
劇・人・街を生かす	シニアや障害のある人とともに作り上げる舞台芸術などの紹介、演劇の台本を読むワークショップ	12月5日(土)
ベートーヴェン生誕250年『第九』のヒミツ	ベートーヴェンの生涯やその時代とともに、晩年の作品である『第九』の魅力を紹介	12月12日(土)

時 午後2時~3時
 ※希望者は直接会場へ

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

多肉植物寄せ植え教室

時 12月13日(日) 午前10時~11時30分
対 小学生以上=12人(申込順)
費 1,000円
申 直接か電話で同センターへ

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
大人の水泳 初級ステップ2 (全10回)	毎週水曜日 1月13日~3月17日	午前9時20分 ~10時20分	16歳以上の 初級者 ~中級者	15人	各 1万円
プール大好き! 水曜日 (全10回)	月曜日 (全10回)	毎週月曜日 1月18日~3月22日	年長~ 小学校3年生 の初心者	各 14人	7,000円
	火曜日 (全7回)	毎週火曜日 1月19日~3月23日 (2月9日・23日、3月 9日を除く)	3歳以上の 未就学児の 初心者		
	水曜日 (全10回)	毎週水曜日 1月13日~3月17日			
	金曜日 (全10回)	毎週金曜日 1月15日~3月19日	年長~ 小学校3年生 の初心者		
チャレンジ水泳(全10回)	初級 (水曜日)	毎週水曜日 1月13日~3月17日	息継ぎなし クロールで 10m以上 泳げる年長 ~小学生	各 12人	各 1万円
	初級 (金曜日)	毎週金曜日 1月15日~3月19日			
	中級	毎週月曜日 1月18日~3月22日			

申 12月9日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に14面上の必要事項を書いて、同センターへ

北総合体育館

〒252-0134 緑区下九沢2368-1 ☎042-763-7711

教室名	日にち	時間	対象	定員(抽選)	費用
ポップ エクササイズ (全7回)	毎週金曜日 1月8日~2月26日 (1月15日を除く)	午後1時30分 ~2時30分	15歳 以上 (中学生を 除く)	各20 人	4,000 円
健康シェイプ 体操(全8回)	毎週金曜日 1月8日~3月5日 (1月15日を除く)	午後2時~3時			1回 500円
ズンバ(全8回)	毎週土曜日 1月9日~2月27日	午前10時30分 ~11時30分			5,000 円
気功(全8回)	毎週火曜日 1月19日~3月23日 (2月9日・23日を除く)	午後1時30分 ~3時30分	15人	各 5,000 円	1回 500円
ヨガ(全8回)	毎週水曜日 1月20日~3月17日 (2月10日を除く)	午前10時30分 ~11時30分			20人
インナー ストレッチ (全8回)	毎週木曜日 1月21日~3月18日 (2月11日を除く)	午前10時 ~11時			15人
トレーニングを 学ぼう	1月23日(土)	午前9時30分 ~11時			

申 12月15日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に14面上の必要事項を書いて、同館へ

相模原ギオンアリーナ(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)	費用
スタイルアップヨガ(全10回)	毎週火曜日 1月12日~3月23日 (2月23日を除く)	午前9時30分~10時30分	15歳以上 (中学生を除く)	各20人	各6,000円
リズム体操ストレッチ(全10回)		午前10時45分~11時45分			
映画音楽ダンス(全10回)	毎週水曜日 1月13日~3月17日	午前10時~11時		30人	5,500円
ピラティス&ボディケアストレッチ(全10回)		午前10時30分~11時45分		各20人	各6,000円
かんたんフラダンス(全10回)		午後1時~2時			
健美操(全10回)		午後2時15分~3時15分			
やさしいヨガ(全10回)	毎週木曜日 1月14日~3月25日 (2月11日を除く)	午前9時30分~10時30分	30人		

申 12月20日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に14面上の必要事項を書いて、同館へ

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

ヨガで骨盤矯正(全10回)

時 1月9日~3月13日の毎週土曜日 午前10時~11時15分

対 18歳以上(高校生を除く)

定 20人(申込順)

費 8,000円

申 1月8日までに、直接か電話でサーティーフォー相模原球場(☎042-753-6930)へ

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(申込順)	費用
①ベーシックヨガ(全10回)	毎週木曜日 1月7日~3月18日 (2月11日を除く)	午後2時~3時15分	18歳以上 (高校生を除く)	各20人	各8,000円
②シェイプアップヨガ(全10回)	毎週水曜日 1月13日~3月17日	午前10時~11時15分			

申 1月①6日②12日までに、直接か電話で同球場へ

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
おためしバタフライ	12月7日(月)	午後1時30分~2時30分	18歳以上 (高校生を除く)	10人	500円
わくわく親子水泳	12月12日(土)		3歳~小学生とその保護者	10組	1組750円
水中撮影フォームチェック	12月17日(木)	午前11時30分~午後0時30分	18歳以上 (高校生を除く)	各10人	1,530円 (DVD代含む)
しっかり泳ぐバタフライ	12月21日(月)	午後1時30分~2時30分			500円
バタフライ集中水泳		午後0時30分~1時30分			各1,020円
ジュニア 苦手克服	幼児水泳	12月22日(火)・23日(水)・24日(木)	水慣れ、けのびが苦手なおむつが取れている3歳以上の未就学児	各20人	各510円
	小学校水泳		クロール呼吸・平泳ぎ・バタフライが苦手な小学生	各35人	

申 直接か電話で同プールへ

GO TO J2!

目指せJ2! SC相模原を応援しよう!



SC相模原(サッカー・J3リーグ)

ホームタウンチームのSC相模原が、J2リーグ昇格を懸けて戦っています。ホームゲームは残すところあと2試合。ぜひ会場で選手を応援しましょう!

J3リーグ4位
(11月15日時点)
J3リーグ2位以内で
J2昇格!

日にち	開始時間	会場	対戦相手
12月9日(水)	午後6時	相模原ギオンスタジアム	アスクラロ沼津
12月13日(日)	午後1時		ブラウブリッツ秋田



※その他の試合日程など詳しくは、チームのホームページをご覧ください。

☎SC相模原 ☎042-810-7777

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	定員	費用
①フラワーアレンジメント~お正月花のアレンジ~	12月25日(金)	午前10時~11時30分	18歳以上 (高校生を除く)	20人(申込順)	3,200円 (材料費含む)
②シェイプアップ(全10回)	毎週水曜日 1月13日~3月17日	午前11時~正午		20人(抽選)	6,000円
③跳び箱・鉄棒(全6回)	毎週水曜日 1月13日~2月17日	午後3時20分~4時10分	年少	15人(抽選)	各6,900円
		午後4時20分~5時20分	年中・年長	各20人(抽選)	
	午後5時30分~6時30分	小学校1~4年生	各20人(抽選)		
	毎週金曜日 1月15日~2月19日	午後4時10分~5時10分		年中・年長	
午後5時20分~6時20分	小学校1~4年生				
④楽しく健康、筋力アップ&リラクゼーション(全10回)	毎週木曜日 1月14日~3月25日 (2月11日を除く)	午前9時30分~10時40分	50歳以上	各35人(抽選)	各5,000円
		午前10時50分~正午			
⑤リンパストレッチ(全5回)	毎週月曜日 1月25日~2月22日	午前10時~11時15分	18歳以上 (高校生を除く)	30人(抽選)	3,000円

申 ①12月18日までに、直接か電話、ファクス、Eメールに14面上の必要事項を書いて、同所(☎042-777-0161 ☒asamizo-stadium@dream.jp)へ。②~⑤12月10日(必着)までに、返信用はがき(1人1枚)を持って直接か、往復はがき、Eメールに14面上の必要事項と、③は希望曜日・時間(小学生は学年)を書いて、同所(☒asamizo-stadium@dream.jp)へ

市体育館(市役所前)

〒252-0236 中央区富士見1-2-15 ☎042-769-5201

シェイプアップエクササイズ(全8回)

時 1月7日~2月25日の毎週木曜日 午後2時~3時

対 15歳以上(中学生を除く)

定 15人(申込順)

費 4,800円

申 12月15日までに、電話か、ファクスに14面上の必要事項を書いて、同館へ



「はやぶさ2」新たな挑戦

「はやぶさ2」はカプセル分離後も飛行を続けます。2026年に小惑星「2001 CC21」を高速で通り抜けながら観測し、小惑星「1998 KY26」へ向かいます。到着は2031年7月の見通し。再び10年もの旅路へ…。

次の目的地 小惑星「1998 KY26」とは

地球と火星の間の軌道を回り、地球から約80万キロの距離まで接近した小惑星

1998年に発見。リュウグウと同じく太陽系が生まれたころの水や有機物を多く残す

直径は約20~40m。自転周期は約10分

▶ 隕石の衝突から地球を守る研究に役立つかも!?

▶ リュウグウと比較できるかも!?

▶ 史上最小記録かも!?

インタビュー はやぶさ2プロジェクトマネージャ 津田雄一さん

(相模台小学校・相模台中学校卒業)

チーム一丸となって挑んだミッション カプセル分離を目前に

ひと区切りを目前に控え、寂しさもありますが、気を抜かず分離を成功させたいです。リュウグウからの採取物は、生命の起源に迫る可能性を秘めています。人類全体への成果につながることを期待しています。第2の人生を迎える「はやぶさ2」が新しい世界を切り開く

「はやぶさ」「はやぶさ2」は、皆さんに力強く応援されて、私たちは幸せな環境でプロジェクトに取り組んでいます。「はやぶさ2」の成果やこれからの挑戦を、早く皆さんに報告できればと思っています。



限界を超えたミッション

数々の功績が認められ、新しいミッションが与えられた「はやぶさ2」。しかし、地球とリュウグウを往復するために設計された「はやぶさ2」にとっては、限界を超えた挑戦です。二つの小惑星の観測というミッションで得られるものは、今後の科学に欠かせない発見になることでしょう。これからも市特設ページで情報をお届けしていきます。皆さんも、「はやぶさ2」を応援してください。

知ろう!楽しもう!

あなたも「はやぶさ2」サポーター

動画

市観光親善大使がインタビュー

JAXA広報大川拓也さんに「はやぶさ2」のことをたくさん質問!



さがみはらフェスタ JAXA講演動画公開中

JAXA宇宙科学研究所副所長が「はやぶさ2」やJAXAミッションについて語る!



回収直前 WEB講演会

広大な砂漠からどのようにカプセルを発見するのか?などJAXA研究者が解説!



グルメ&グッズ

商店街などが開発した「はやぶさ2」にちなんださまざまなメニューが登場。詳しくは市特設ページをご覧ください。



はやぶさ2 手拭い



おいしく食べて はやぶさ2を応援しよう!

はやぶさ2 ラーメン



ダークマター キーマカレー

市内小学校の給食にも登場!



はやぶさ2 おかえり給食

※昨年の画像

はやぶさ2のキセキ展

パネル展や巨大バルーンを展示。館内ではクイズラリーを実施しています。
 時 12月13日(日)まで(クイズラリーは12月9日(水)まで)
 会 アリオ橋本(緑区大山町)
 問 アリオ橋本 ☎042-779-3311



「はやぶさ2」と写真を撮ろう! フォトコーナー

クイズに答えてステッカーをもらおう! (全3種)

宝くじ

リュウグウの物質という宝物を持ち帰る「はやぶさ2」にちなみ、宝くじを発売します。インターネット上でも購入できます。詳しくは「宝くじ公式サイト」で検索してください。
 販売期間 12月2日(水)~22日(水)



問観光・シティプロモーション課 ☎042-707-7045

