

2023(令和5年)

6.1

広報

さがみはら

No.1506

毎月1日・15日発行



知的好奇心をシゲキする 学びの玉手箱

市民大学

学びの目的はさまざまです。大学の専門的な学びを気軽に体験できる「市民大学」に参加してみませんか。

市民大学とは
2市と13の参加校が開講する生涯学習講座

生涯学習センター ☎042-756-3443



日本画の顔料

専門的な実技も充実!



獣医の体験

15歳以上なら
だれでも受けられるよ

だれでも大学の講義を体験!?
市民大学をのぞいてみよう!



LINE UP

- 4面 国民健康保険に加入している人へ
- 5面 家庭でできる食中毒予防 6つのポイント
- 6面 脱炭素に取り組もう
- 12面 風水害に備えて

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…



市コールセンター

8時～21時 年中無休

☎042-770-7777

※品質向上のため、通話を録音しています。

市の人口・世帯

人口 725,475人(751増)

男 361,142人 女 364,333人

世帯 343,782世帯(916増)

令和5年5月1日現在。()は前月との増減。
令和2年国勢調査に基づく推計人口

コロナ関連の問い合わせはこちら

発熱時の受診相談など 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、FAX042-851-3872へ

ワクチン接種の予約など 市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

☎050-5445-4357

☎050-5445-9837

☎050-5445-4358

☎050-5445-9838

8時30分～20時(土・日曜日は19時まで)



1 相模女子大学の生涯学習を象徴する施設「夢をかえるセンター」
 2 大学の講義室で座学
 3 水墨画を学ぶ
 4 実践で学ぶ高齢者支援
 5 コーラスで声も体も美しく
 6 英語でタイムリーなニュースをオンライン討論
 7 骨格の基礎を知る博物館見学
 8 絵画の基礎となるデッサン

のぞいてみよう! 市民大学

市民が誰でも参加できる生涯学習講座「市民大学」。多様な学びを楽しむ皆さんの姿から、あなたのやりたいことを見つけてみませんか。
 市民生涯学習センター ☎042-756-3443

市民大学とは

昭和40年に開始した生涯学習講座。現在は、相模原・座間市と13の参加校が、前期(6月~10月)と後期(10月~2月)にさまざまなコースを開講。全国でも珍しい取り組みで、市民の学びを支えています。令和4年からは、あじさい大学(高齢者大学)を統合し、あじさい大学コースとして開設しました。



58年の歴史があり、6万人以上が受講しているよ



ココがスゴイ!
1

受けなきゃ損!?実技講座

大学の教授などから専門的な講義が受けられる市民大学。実技講座では、他ではなかなかない、本格的な実習が受けられます。体を動かすのが好きな人には、生涯スポーツ、体験型講座などがお薦め!

獣医学の実技では、衛生面を整え、実際に牛の心音チェックを体験。生物のメカニズムを体感で学べます



市民大学が進路選びの決定打に

獣医学部のある麻布大学に進学を希望していて、説明会やホームページだけでなく、ナマの大学の講義を受けてみたいと思っていました。そんなとき市民大学を知って「これだ!」と思い参加。講義や専門的な実技を体験して「大学の授業はすごいな」と衝撃を受け進学へのモチベーションが上がりました。
 いろいろな大学の講座が受けられるので、進路選びのきっかけになります。大学に進学を考えている皆さんは、ぜひ参加してみてください。(10代男性)



ココがスゴイ!
2

仲間ができる!?

多彩な講義と一緒に受けるうちに同じ趣味を持った仲間ができることも。講座修了後に、サークルなどで活動する例もあります。

同じ講座の修了生で開催した絵画展覧会



受講後につながる知識と縁

自己流で体を動かしながら「このまま続けていいのかな?」との疑問があり、専門的に教えてもらいたいと思い、あじさい大学コースの健康体操講座を受講しました。体の構造や動かしたときの効果などを詳しく教えてもらい、いろいろと学ぶことができました。
 講座が終わり「次に何をしようか」と思っていたところ、体操のOBサークルを知り、加入しました。サークルでは、他の会員の皆さんと体の動かしかたを考えながら、毎週楽しく学んでいます。(80代男性)



あじさい大学コースなど詳しくはこちら
▲市庁



市民あじさい大学コースについて
 高齢・障害者福祉課 ☎042-769-8354

ココがスゴイ!
3

受講料が安い!

市民講座は、1講座当たり1,300円~2,600円※
 1人で5講座を受けるツウモノも...
 ※講義時間数による。別途、教材費が必要な場合あり

少ない負担で本格的に学べる!



ココがスゴイ!
4

旬な話題を学べる!

LGBTQ+やDXなど、最近ニュースや新聞で話題になっているテーマを取り上げた講座を開講します。
 後期には、相模原ならではの宇宙に関する講座も開講予定
 ※後期開講講座は、今後、本紙や市庁などでお知らせします。

LGBTQ+

いろんな講座にチャレンジしたいな!



進化を続ける市民大学 今年のめだま

New オンデマンド配信をスタート

行政(相模原市)コースで、オンデマンド講座を開催します。

講座名「あなたにもできるリスキリング ~DX人材になるために~」(右表⑩)

「リスキリング」をテーマにした講座で、DX(デジタルトランスフォーメーション)の基礎を学びます。

リスキリングとは 技術革新やビジネスモデルの変化に対応するために、新しい知識やスキルを学ぶこと。DXや語学、会計など、さまざまな分野の学習がこれに当たります。



オンラインとオンデマンド講座って違うの?

どちらもパソコンやスマートフォンを使い、インターネットを通じて行う学習方法ですが、次のような違いがあります。

オンライン Zoom®などのアプリで、全受講者が同時に受講します。見るだけの場合と、配信側と受信側が交流する場合があります。



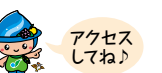
オンデマンド YouTube®などの動画配信サイトから、期間内の好きな時間に何度でも見られます。

録画を見る感じ。まとまった時間をとれない人にピッタリ!

テレビ電話で通話する感じね



講座	コース・会場	期間・時間帯	※日時など詳しくは、講義案内をご覧ください。⑩⑪⑫⑬は予備日あり ⑭15歳以上(中学生を除く)。①~⑩市内・座間市内に在住か在勤・在学の人を優先⑪⑫⑬⑭市内に在住に限る ※①②⑧⑩★オンラインはインターネット環境が必要(⑩はオンデマンドを含む)。ツールはZoom®を使用。⑩オンデマンドはYouTube®で配信 ⑪総合学習センター、各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・公民館(沢井・星が丘を除く)・図書館など(さがまちコンソーシアム)にも掲載 ⑫6月14日(必着)までに、同コンソーシアム事務局へ ☎042-703-8550
①現実社会の問題解決に向けて(データ分析)(全4回)	青山学院大学	7月1日出~22日出 午前	
②ウクライナ侵襲後の地球規模課題(全4回)	同所(中央区淵野辺)、オンライン★	7月1日出~22日出 午後	
③近代日本のやり歌を知るV(全4回)	相模女子大学・同大学短期大学部 同所(南区文京)	7月5日(休)~26日(休) 午前	
④障がい者の支援について(全2回)	和泉短期大学 同所(中央区青葉)	7月28日(金)、8月4日(金) 午後	
⑤初心者のためのモザイク実習(全3回)	女子美術大学 同所(南区麻溝台)	7月31日(月)~8月2日(水) 午前~午後	
⑥家の鑑賞方法(日本とアングルの染織品)(全2回)	女子美術大学 同所(南区麻溝台)	9月30日(土)、10月7日(日) 午後	
⑦家計の格差を考える(子どもと女性の貧困)(全4回)	法政大学 同所(南区文京)	8月19日(土)~27日(日) 午前	
⑧Active English in the News(中級)(全7回)	サレジオ工業高等専門学校 同所(南区文京)	7月3日(月)~9月11日(月) 午後	
⑨今さら聞けない「LGBTQ+」ってナニ?(全2回)	和光大学 同所(南区麻溝台)	8月1日(火)・2日(水) 午後	
⑩「New オンデマンド配信あり」リスキリング(DX講座)(全4回)	行政(相模原市) 同所(橋本公民館)、オンライン★	8月26日(土)~9月16日(土) 午後	
⑪心と体すっきり健康エクササイズ(全6回)	あじさい大学 同所(南区文京)	7月15日(土)~9月16日(土) 午前	
⑫太極拳(全9回)	あじさい大学 同所(南区文京)	7月18日(火)~9月1日(金) 午前	
⑬自分の身体をととのえるセルフコンディショニング(全6回)	あじさい大学 同所(南区文京)	7月21日(金)~9月15日(金) 午前	
⑭パウンドテニス(全6回)	同所(南区文京)	7月19日(木)~9月6日(木) 午後	



HOT Info

さがみはら

▶ 広報さがみはら6月1日号から時間が24時間表記になりました

市Ⓔは
こちらから



イベントなどの開催状況は随時ご確認を

掲載イベントなどは、中止や延期の場合あり。開催状況は、市Ⓔなどで確認を



個々の判断が基本。マスクの着脱は場面に合わせて対応を

国民健康保険に加入している人へ

国民健康保険税納税通知書を6月中旬に送付します

保険税額や納付方法など詳しくは、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。また、納付は便利な口座振替を利用してください。

国民健康保険税の軽減基準額が変わります

世帯主(国民健康保険に加入していない世帯主を含む)と、国民健康保険に加入している人全員の所得の合計額が一定の基準額以下の場合には均等割額と平等割額を軽減します。

詳しくは、市Ⓔから納税通知書に同封の「国民健康保険のしおり」をご覧ください。



市Ⓔ

国民健康保険税の課税限度額が変わります

- 20万円→22万円(支援金分^{*1}) ●65万円(変更なし)(医療分)
- 17万円(変更なし)(介護分^{*2})

※1 後期高齢者医療制度を支援。加入者全員に課税

※2 40歳～64歳の加入者に課税

市Ⓔ国民健康保険コールセンター ☎042-707-8111

介護保険料納入通知書を6月中旬に発送

65歳以上の人に保険料額や納付方法などを通知します。

保険料減免制度

申請により減免される場合があります。

対次のいずれかに該当する人

- 災害により住宅などに著しい損害を受けた
 - 生計維持者が失業(倒産、解雇、雇い止め)や死亡、障害、長期入院などで、収入が著しく減少した
 - 刑事施設や労務場、これらに準ずる施設に拘禁された
 - 生計を維持することが困難なほど生活が著しく苦しい
- ※詳しくは、お問い合わせください。

市Ⓔ介護保険課 ☎042-769-8321

低所得の子育て世帯生活支援 特別給付金の申請を受け付け中

食費など、物価高騰の影響を受けた低所得の子育て世帯を支援するため、給付金を支給しています。

※支払通知書が届いた人は、申請不要です。

対対象児童(★)を養育している低所得の子育て世帯

★平成17年4月2日～令和6年2月29日に生まれた子ども(障害児は20歳未満)

支給額 子ども1人当たり5万円

申請期限 6年2月29日(必着)

※市子育て世帯特別給付金ナビダイヤルを新設しました。

※申請書類は、市Ⓔから印刷するか、市子育て世帯特別給付金ナビダイヤルに郵送を依頼してください。

※詳しくは市Ⓔを確認

市Ⓔ子育て世帯特別給付金ナビダイヤル ☎0570-084-111



市Ⓔ

議長に古内 明氏、副議長に大崎秀治氏を選出

市議会定例会開会会議が5月18日に開かれ、議長と副議長が選出されました。就任のあいさつについては、「さがみはら市議会だより6月1日号」をご覧ください。



議長 古内 明氏
(ふるうち あきら)
自由民主党相模原市議団
当選5回
南区鶴野森 59歳



副議長 大崎 秀治氏
(おおさき ひではる)
公明党相模原市議団
当選4回
南区相模台 63歳

市Ⓔ議会総務課 ☎042-769-8277

タウンミーティング「まちかど市長室」意見交換を実施

市民の皆さんの声がしっかり伝わる「身近な市政」を実現するため、市長が直接、皆さんと意見を交換します。

テーマ「子育てするなら相模原」を実現するためには

日 7月16日(日)9時45分～11時15分

会 南区合同庁舎

対市内在住か在勤・在学の人 対8人(抽選)

※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

※特定の個人・団体を誹謗中傷する発言があった場合は、退出を求めることあり

※傍聴希望者は当日、直接会場へ(対10人(先着順。開会30分前から受け付け))

申6月5日～23日に ☎か、FAX、✉に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・年齢・性別)を書いて、広聴広報課へ ☎042-769-8299 FAX042-730-5258 ✉koho@city.sagamihara.kanagawa.jp

※8月以降の開催(2回を予定)は、今後本紙などでお知らせします。

副市長に石井賢之氏と奈良浩之氏が就任

市議会定例会開会会議で、森多可示副市長、隠田展一副市長の任期満了に伴う石井賢之氏、奈良浩之氏の選任について同意され、次のとおり就任しました。任期は4年間です。

副市長 石井 賢之氏(いしい けんし)

就任日 5月20日

主な経歴 市経営監理課長、総務部参事(地域防災計画担当)、渉外部長、市議会議会局長などを歴任 厚木市金田 65歳

主な担任意務 財政局、市民局、健康福祉局、区役所、会計課に属する事務と固定資産評価審査委員会との連絡に関する事務



副市長 奈良 浩之氏(なら ひろゆき)

就任日 6月1日

主な経歴 市当麻地区拠点整備事務所長、都市建設総務室長、まちづくり事業部長、総務局次長、総務局長などを歴任 日野市旭が丘 56歳

主な担任意務 総務局、環境経済局、都市建設局に属する事務と議会、選挙管理委員会、人事委員会、監査委員、農業委員会との連絡に関する事務



市Ⓔ人事・給与課 ☎042-769-8213

市議会定例会開会会議 12議案を議決

市議会定例会開会会議が、5月18日に開催されました。この開会会議では、12議案が審議され、議決されました。

議決された主な内容は次のとおりです

- 専決処分の承認について(補正予算)
- 副市長の選任について など

主な審議の内容や結果については、6月1日発行の「さがみはら市議会だより」をご覧ください。

市Ⓔ総務法制課 ☎042-769-9260

市の職員として働きませんか

任期付短時間勤務職員

選考区分	採用予定人数	職務内容	受験資格
行政(窓口サービス担当)	44人程度	まちづくりセンターやパスポートセンターでの窓口業務	-
行政(生活保護ケースワーカー)	若干名	各区の生活支援課での生活保護に関する業務	社会福祉主事の任用資格があるか、採用日までに取得見込み

採用予定日 原則10月1日以降

任期 採用日から最長3年間。採用日によって短くなる場合あり

任用調査課、市役所本館1階受付、各行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・公民館(沢井・星が丘を除く)・図書館、公文書館など

※市圏にも掲載。配布場所の休所日は事前に確認を

※詳しくは、受験案内か市圏をご覧ください。

6月1日9時~15日17時(受信有効)に、電子申請から



▲市職員採用案内

任用調査課 ☎042-769-8320

定期的な歯科受診を

6月4日~10日は
歯と口の健康週間

なぜ定期的に受診する必要があるの？

痛い箇所がなくても、受診することで虫歯や歯周病が早く見つかります。また、歯磨きだけでは取り除けない歯石を定期的に除去することで歯周病のリスクを防げます。

年に数回受診しているので、治療に通う期間が短くて済み、定期受診していなかった頃と比べると費用や時間などがだいぶ減りました。何より、極端に悪くならないので、痛い思いや不便な思いをしなくなりました。

定期受診しているAさん



健康増進課 ☎042-769-8322

一般的な歯科健診の流れ

視診 歯や口の粘膜を確認

レントゲン撮影 目で見えない内部を確認

クリーニング 歯石除去など

結果の説明と相談 生活習慣を含む必要な情報を提供

手入れのアドバイス ブラッシングや歯間清掃用具の使用方法など

※歯科医院や個人の口腔内の状態によって、実施内容が異なることがあります。

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 巣はマーブル模様のボール状。攻撃性が強いいため、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。

アシナガバチ 巣は半円形。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に駆除できます。



ハチに刺されたら

- 流水で洗い、冷やす
 - 呼吸が苦しい、気分が悪いなどの症状が出たら、速やかに医療機関を受診する
- ※防護服を貸し出しています(要予約)。
※市ではハチの巣の駆除をしていません。



生活衛生課 ☎042-769-9251、同課津久井班 ☎042-780-1413

夏場は特に注意を 家庭でできる食中毒予防 6つのポイント

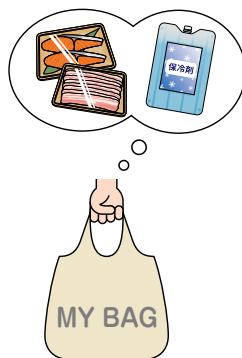
食中毒の約14%は家庭で発生

食中毒予防の3原則は、「つけない」「増やさない」「やっつける」。食品を扱うポイントを学び、対策しましょう。

購入

ポイント

- 消費期限などの表示をチェック
- 肉・魚は袋に包み、保冷剤(氷)と一緒に入れる
- 購入したら、すぐに持ち帰る
- マイバックは定期的に洗濯・交換する



保存

ポイント

- 帰ったらすぐに冷蔵・冷凍庫へ
- 肉・魚は、汁が漏れないよう袋のまま保存
- 冷蔵庫の詰め過ぎに注意。目安は7割程度



下準備

ポイント

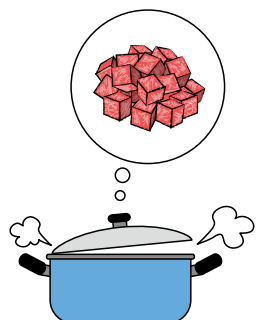
- 作業場所は整理整頓、清潔に
- タオルや布巾は清潔なものを
- 作業の切り替え時には手を洗う
- 野菜はよく洗い、肉・魚から離す
- 肉・魚に使った器具やタオルは、洗剤と流水でよく洗い、熱湯で消毒を
- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫内で
- ごみは小まめに捨てる



調理

ポイント

- 作業前に手を洗う
- 食品の中心部温度が75℃になるよう1分以上加熱を
- 調理を途中でやめたら、食品は冷蔵庫へ
- 電子レンジ加熱は、ムラに注意



食事

ポイント

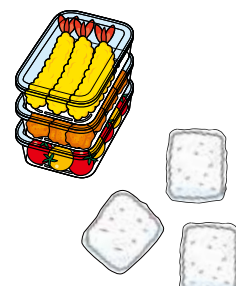
- 食事の前に手を洗う
- 盛り付け、食器準備は清潔な手・器具で
- 食品は長時間、室温で放置しない



残った食品

ポイント

- 食品を汚染しないように清潔な手で器具・容器を使う
- 早く冷えるよう小分けして保存
- 温め直しは、75℃以上を目安に十分に
- 時間がたち過ぎたとき、ちょっとでも怪しいときは、思い切って捨てる



生活衛生課 ☎042-769-9234



相模原市ごみ分別アプリ 「シゲンジャーSearch」



市コールセンターから
ちょっとおしらせ

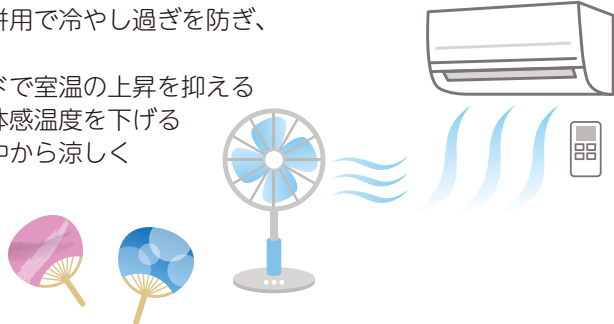
市LINE公式アカウント(LINE ID:@sagamihara_city)で、市からのお知らせや防災情報をお届けしています。ぜひ友達登録してください。

脱炭素に取り組もう

適度な室温と適した軽装で健康に、エコに、快適に COOLBIZ

エコで快適な過ごし方のポイント

- 扇風機とエアコンの併用で冷やし過ぎを防ぎ、冷房効率を上げる
- カーテンやブラインドで室温の上昇を抑える
- うちわや扇子の風で体感温度を下げる
- 夏野菜を食べて体の中から涼しく



室温は28℃を目安に

エアコンを過度に使用し汗をかかないでいると…

無理のない範囲で、適度な室温を心がけましょう。



体温調整機能が動かなくなってしまう危険があります。



室温は28℃が目安

☎ゼロカーボン推進課 ☎042-769-8240

太陽光パネル・蓄電池の共同購入希望者を募集中

太陽光発電設備などを購入したい人を募り、一括で発注することで安く購入できるキャンペーンです。
環境に優しく、災害などで電気の供給が止まったときも安心な暮らしを始めませんか。



☎県内在住の人か、県内に事業所がある法人など
申込期間 8月31日まで



特設サイト

☎かながわ みんなのおうちに太陽光キャンペーン事務局 ☎0120-216-100

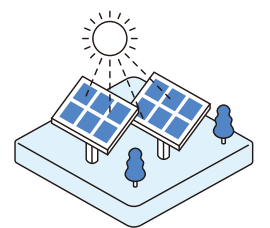
初期費用0円で太陽光発電を設置

初期費用と維持管理の負担なしで、住宅に太陽光発電設備を設置できます。

- 設置後約10年間は、支払い(発電した電気のうち使用した分の電気料金かリース料)が必要です。
- 一定期間経過後は、設備が住宅所有者に無償で譲渡されます。



県庁



☎県エネルギー課 ☎045-210-4115

性別にとらわれない あなたらしく ありのまま生きよう

さがみはら男女共同参画推進週間

関連冊子や啓発物を配布 時6月17日(土)~29日(日)(月曜日を除く)
☎橋本図書館、図書館(中央区)、相模大野図書館

男女の枠にとらわれて、自分の可能性を狭めていませんか。



仕事ややりたいことは、性別に左右されるものではありません。自由な発想で、誰もが生きがいを感じられる社会をみんなで作っていきましょう。

男女ともに輝ける社会のために 市の支援制度の利用を

- ◆ 事業所の研修に専門の講師を無料で派遣
性別にかかわらず、誰もが働きやすい環境づくりへの取り組みを支援します。
- ◆ 男女共同参画に関する意見などを受け付け
弁護士などが、性別による人権侵害や男女共同参画施策について、意見や相談を受け付けます。



☎人権・男女共同参画課、ソレイユさがみ(市庁にも掲載)
☎申込書などを直接か郵送、☎FAX、☎で、同課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☎FAX042-754-7990
☎jinkendanjo@city.sagamihara.kanagawa.jp

6月17日(土)~25日(日)

ソレイユフェスタ

~自分らしく輝こう 未来に向けて~

男女共同参画を推進する講座や講演会、パネル展示など、さまざまなイベントを開催します。

☎ソレイユさがみ

- パネル展「なるほどジェンダー」
時6月17日(土)~30日(日)
- 男女共同参画フォトコンテスト入賞作品展示
時6月17日(土)~25日(日)
- ソレイユマルシェ
時6月17日(土)・25日(日)10時~15時
手作り品の販売とワークショップ
※希望者は直接会場へ

他にも内容盛りだくさん!



詳しくはこちら

申し込みが必要なイベント

イベント	日時	対象・定員(申込順)など
大人の名作映画鑑賞会『哀愁』	6月21日(火)13時~15時	定70人
生涯を通じた健康づくりセミナー 増える大腸癌 内視鏡の重要性について	6月23日(木)10時~11時30分	定20人
初めてでも簡単! メンズメイク教室	6月24日(金)10時~11時30分	対男性 定10人
パソコンが苦手な子どものプログラミング 体験教室	6月25日(土)10時~11時30分、 13時30分~15時	対小学生 定各8人
パネルディスカッション ダイバーシティ社会 を考える~多様化した社会で私の「らしさ」 とあなたの「らしさ」が会うとき~	6月25日(土)10時~11時30分	定50人
期間外 ソレイユマルシェワークショップ パステルで描く夏のアート	7月8日(土)13時30分~15時	対初心者 定10人 費1,100円
講演とトーク&トーク なぜ進まない?日本の選択的夫婦別姓	7月11日(火)14時~16時	定20人

※未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)

☎6月5日から、直接か☎、☎FAXに氏名(ふりがな)と電話番号、保育希望の有無(希望者は子どもの氏名・年齢)、希望する催し名を書いて、ソレイユさがみへ。同所☎からも可 ☎042-775-1775☎FAX042-775-1776

☎人権・男女共同参画課 ☎042-769-8205

梅のもぎ採り 本沢梅園を開放

梅の収穫の時期に合わせて、約1,000本の梅の木が広がる梅園を開放します。品種は梅酒や梅干しなどに適した白加賀です。家族そろって梅のもぎ採りを楽しみませんか。



時6月9日(金)～13日(火)・16日(金)～18日(日)9時～15時
※梅がなくなり次第、終了します。

会本沢梅園(緑区川尻)

※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、城山発電所そば、無料駐車場あり

費1kg600円 ※別途、梅園管理協力金が必要(小学生以上1人当たり200円)

※希望者は直接会場へ

問市コールセンター☎042-770-7777

相模原北公園アジサイ・ローズフェア

約200種1万株のアジサイと約85種1,900株のバラを楽しむイベントです。花苗の販売もあります。



時6月11日(日)9時～15時

会相模原北公園

※イベントなど

詳しくは、市園をご覧ください。お問い合わせください。



問相模原北公園☎042-779-5885

講習会 ミシマサイコを育ててみよう！

絶滅危惧種の薬草ミシマサイコを漢方生薬「柴胡」という観点から学び、その育て方について説明します。参加者には、種か苗を配布します。



時7月2日(日)10時～12時

会ソレイユさがみ

対市内在住か在勤・在学の人

定20人(申込順)

費500円

申6月5日～7月1日に、☎で、相模原柴胡の会へ ☎080-3732-4419

薬用植物シンポジウム

薬用植物の知識・関心を深めるため、シンポジウムを開催します。講演のほか、薬用植物園の見学もあります。

時7月9日(日)13時～17時

会北里大学相模原キャンパス(南区北里)

対高野昭人さん(昭和薬科大学薬学部教授)ほか

定100人(申込順)

※漢方薬・生薬認定薬剤師制度の対象講座(2単位)です。

申6月26日までに、☎か、☒に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、Eメールアドレス、認定単位の要・不要(薬剤師のみ)を書いて農政課へ ☎042-769-9232 ☒nousei@city.sagamihara.kanagawa.jp

認知症の正しい理解を深めよう

オンラインで学ぶ 認知症サポーター養成講座

オンライン講義で認知症の人や症状がある人への接し方を学びます。

時6月28日(火)14時～15時30分

対市内在住か在勤・在学で認知症サポーターになりたい人

※パソコンやインターネット環境などが必要。ツールはZoom®を使用

定15人(申込順)

申6月6日～21日に、☎か、FAX、☒に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「オンライン認知症サポーター養成講座」と書いて、市キャラバン・メイト連絡会事務局(Link・マネジメント内)へ ☎042-707-1603 FAX042-786-6631 ☒sagami-mate.network@link-npo.com

認知症講演会～いきいき自分らしく年齢を重ねる～

認知症になってもその人らしく生きていけるよう、本人と周囲の人に必要な心構えなどを学びます。

時7月21日(金)10時～12時

会ウェルネスさがみはら

対市内在住で、認知症に関心がある人

定35人(申込順)

問7月13日までに、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

キャラバン・メイト養成研修

認知症サポーター養成講座の講師となるための知識を学びます。

時7月11日(火)9時40分～16時50分

会けやき会館

対次の全てに該当する人

- 市内在住か在勤
- 認知症サポーター養成講座を受講済み
- スタートアップ研修(時8月28日(月))に参加できる
- 受講後、認知症サポーター養成講座を年間3回以上、主体的に開催できる

定50人(申込順)

配在宅医療・介護連携支援センター、各高齢・障害者相談課(市園にも掲載)

申6月30日までに、申請書を郵送かFAXで在宅医療・介護連携支援センターへ ☎042-769-9250

介護従事者向け認知症対応力向上研修

認知症の人やその家族を支えるために必要な基本的知識や対応などを学びます。

時7月25日(火)14時～16時

会総合学習センター

対介護サービス事業所等に従事する職員など

定50人(申込順)

申6月6日～7月14日に、右の二次元コードから

問在宅医療・介護連携支援センター☎042-769-9250



▲詳しくはこちら

キャラバン・メイトとは
認知症の知識を市民に伝えるため、所定の研修を受講した市民ボランティア



▲申し込みはこちら

高校生向け 市奨学金(給付型)の申請を随時受け付け

返還不要・成績審査なし

対次の全てに該当する人

- 市内在住で、高等学校などに在学している
- 市・県民税の所得割額が0円の世帯(生活保護受給中の世帯を除く)

奨学金 最大10万円(年額)

申請期限 7月31日(必着)

※期限後も令和6年2月29日(必着)まで申請可能。ただし、申請月に応じて奨学金の額が下がります。

必要書類 奨学金給付申請書、在学証明書など

※必要書類や条件など詳しくは、「申請の手引き」をご覧ください。

問学務課、各公民館(星が丘を除く)(市園にも掲載)

申直接か郵送で、申請書と必要書類を学務課へ

問市コールセンター☎042-770-7777



▲詳しくはこちら

児童手当を受給中の人へ 市から個別に通知が届いたら現況届の提出を

6月上旬に送付

対次に該当する人

- 離婚協議中
- 過年度の現況届が未提出 など

提出期限 6月30日(必着)

提出方法

- 郵送で、子育て給付課へ
- 直接、各子育て支援センター・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・出張所へ

※令和4年度から所得上限限度額が設けられ、所得上限限度額以上の人には手当が支給されません。4年度まで所得が高く、5年度の所得が所得上限限度額未満になった場合は、改めて申請が必要です。詳しくは、市園をご覧ください。

問市コールセンター☎042-770-7777



▲詳しくはこちら



▶ 広報さがみはら6月1日号から時間が24時間表記になりました

電話番号の記載がない記事の問い合わせ 市役所 ☎042-754-1111 (代)
オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要
イベントなどの開催状況は随時ご確認を
中止や延期の場合あり。開催状況は、市庁などで確認を

はがき・ファクス・Eメール 申込時記入する必要事項
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

情報

あらかると

お知らせ

時間を24時間表記に変更

広報さがみはらは今号から、12時間(午前午後)表記を24時間表記に変更(例)午後2時→14時 図広聴広報課

人権のことで困ったときは相談を

人権擁護委員が対応

Table with columns: 日にち, 時間, 受付窓口. Rows for 毎月第1金曜日, 毎月第2水曜日, 毎月第4金曜日.

※6月1日は人権擁護委員の日 図横浜地方方法務局相模原支局 ☎042-753-2110

ガソリンの詰め替え購入は従業員に依頼を

セルフのガソリンスタンドで、ガソリンを容器に自分で詰め替えて購入するのは不可。必ず従業員に依頼を(身分証が必要) ※6月4日~10日は「危険物安全週間」 図危険物保安課

宿泊利用 相模川清流の里 9月分の抽選申し込み

図6月10日17時までに、同所 図からか、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・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(星が丘を除く)にある申込書を郵送で相模川清流の里へ。抽選後の空き室の申し込みは6月21日から、☎で同所へ ☎0120-988-547 9月の休館日11日(月)・12日(火)

市民ファンド「ゆめの芽」助成事業報告会

市内で社会貢献活動をする市民活動団体へ活動資金を支援する市民ファンドが、令和4年度に助成した事業を報告 図6月24日(土)13時30分~16時30分 図けやき会館 ※希望者は直接会場へ 図市民ファンドゆめの芽事務局(相模原法律事務所内) ☎042-752-0885

安全運転で二輪車事故を防ごう

オートバイなどの二輪車を運転するときは、自分と他の人の命を守るためにルール・マナーの順守を ●ヘルメットやプロテクター、エアバッグジャケットを正しく着用する ●夜間走行時は、反射材を活用する ●速度超過や不要なブレーキなど違反行為をしない ●無理なすり抜け、割り込み運転などの危険な運転をしない 図交通・地域安全課



オストメイト健康相談会

アクセサリ(用品)の使用方法についての講演や、グループ懇談、装具の展示 図6月18日(日)13時30分~16時30分 図ユニコムプラザさがみはらセミナールーム1 図人工肛門・人工膀胱保有者とその家族、医療関係者 図45人(先着順) ※希望者は直接会場へ 図日本オストミー協会神奈川支部の石野さん ☎090-2648-5247

建築士による 自宅の無料耐震相談会

図6月22日(木)13時30分~16時15分 図市役所第1別館 図3組(申込順) 図6月5日~16日に、☎で建築政策課へ ☎042-769-8252

空き家の無料相談会

プロが相談に対応 図6月23日(金)・24日(土)10時~16時 図BOOKOFF PLUS 古淵駅前店アパレル・家電館(南区古淵) 図市内に空き家を持っている人 図各5組(申込順) 図6月5日から、☎でうちの無料相談会予約受付センターへ ☎03-6701-4618

ひきこもり状態にある人の 家族の集い「ひだまり」

家族同士で日頃の思いを語り合いながら、交流や情報交換など 図6月29日(木)14時~16時 図市民会館 図18歳~64歳までのひきこもり状態にある人の家族 図20人(申込順) 図6月5日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

難病患者の出張就労相談会

図7月5日(水)10時~15時20分 図南保健福祉センター 図市内在住の難病患者 図4人(申込順) 図6月30日までに、☎でかながわ難病相談・支援センターへ ☎045-321-2711

tvk「猫のひたいほどワイド」で 市政の情報を発信中

テレビ神奈川(tvk・地デジ3ch)「猫のひたいほどワイド」内のコーナー「猫ひたいインフォ」で、本市のイベントやシティプロモーション情報などを紹介 図原則毎月第1・第3水曜日13時10分ごろから3分程度(放送日時を変更する場合あり) 図広聴広報課

ラジオ FM HOT 839で 市からのお知らせを紹介

FM HOT 839(エフエムさがみ)「相模原インフォメーション」で市からのお知らせを毎日3件ずつ紹介

Table with columns: 放送日時, 月~金, 土, 日. Rows for ①7時54分~59分, ②9時54分~59分, ③17時54分~59分, etc.

※②③は再放送 図広聴広報課

募集

審議会などの委員

- ①地球温暖化対策推進会議委員 計画の実施状況の評価・検証、脱炭素社会の実現に向けた検討など 任期8月~令和7年7月(会議は年4回程度) 担当課ゼロカーボン推進課
②廃棄物減量等推進審議会委員 一般廃棄物の適正処理や4R(発生抑制・排出抑制・再利用・再生利用)の推進の検討など 任期8月~7年7月(会議は年3回程度) 担当課廃棄物政策課
③水とみどりの審議会委員 緑化の推進や、生物多様性の保全に関する重要事項の検討など 任期7月~7年7月(会議は年2・3回) 担当課水みどり環境課
【①②③共通】図市内在住の18歳以上(本市の他の審議会などの委員・職員・議員を除く) 図①2人②3人③1人(選考) 図各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井・星が丘を除く)・図書館、公文書館(市庁にも掲載) 図6月①16日②21日③23日(必着)までに、応募申込書を各担当課へ

会計年度任用職員 非常勤介助員

支援が必要な児童・生徒の日常生活や身辺自立の補助、介助など 勤務原則週2・3日(シフトにより変動)で、1日6時間 勤務場所市立小・中・義務教育学校 報酬日額7,122円以上(職歴などにより決定) ※応募方法などは、市庁を参照か、お問い合わせを 図学校教育課

市社会福祉事業団契約職員

障害者の就労・生活支援や事務などの業務 勤務週5日で、1日7時間45分 報酬月額19万4,000円から(規程による) 図普通自動車運転免許(AT限定可)があり、パソコン操作ができる人 図若干名(選考) ※勤務条件などは、市社会福祉事業団 図を参照か、お問い合わせを 図6月12日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を郵送で同所へ 〒252-0223中央区松が丘1-23-1 ☎042-750-1905

市民合同演奏会「プッチーニ/グロリア・ミサ」合唱団員

12月17日(日)の合同演奏会に出演する団員。練習は8月23日から、原則毎週水・木・金曜日のうち1日、南市民ホールほかで実施 曲目プッチーニ作曲「グロリア・ミサ」 図ソプラノ・アルト各40人、テノール・バス各20人(抽選) 図1万円(大学生以下3,000円。チケット、楽譜代などが別途必要) 図6月23日(必着)までに、往復はがきに8面上部の必要事項とパート、楽譜購入希望の有無を書いて、実行委員会・稲垣厚子さんへ 〒252-0199 緑区西橋本5-2-1橋本郵便局留め ☎090-8433-4044

若あゆ かかしフェスティバル 出展者

図9月2日(土)~18日(祝) 図若あゆ第一水田(相模川自然の村周辺) 図市内在住の小・中学生とその保護者、青少年団体など 図各公民館(星が丘を除く)など市内公共

施設(相模川ビレッジ若あゆ 図にも掲載) 図6月30日までに、申し込み用紙を相模川自然の村野外体験教室へ ☎042-760-5445

青少年団体に補助金を交付

さがみはら青少年チャレンジ応援事業として、「相模原の地域資源」を活用した青少年団体の独創的な事業に対し、最大30万円の補助金を交付 図次の全てに該当する団体 ●令和6年4月1日までに16歳~31歳になる青少年5人以上で構成される団体 ●構成員の3分の2以上が市内在住か在学・在勤 ●代表者が申請時に18歳以上 対象事業市内で実施する公共的・公益的事業 ※8月にプレゼンテーション審査を実施 申込期間7月28日まで ※申し込み方法などは市庁参照 図青少年学習センター ☎042-751-0091



高齢者よい歯のコンクール 参加者募集

図市内在住で、歯が24本以上ある75歳以上(4月1日現在) 図6月3日~6月26日に、☎で市歯科医師会会員診療所へ ※審査あり。詳しくは、同会 図を参照。応募者には、抽選で記念品の贈呈あり 図市歯科医師会 ☎042-756-1501



イベント

博物館出張展示「相模原にもあった!?徳川家康ゆかりの地」

NHK大河ドラマ「どうする家康」にちなみ、市内にある徳川家康にまつわる史跡や伝承地を紹介 図6月5日(月)~7月28日(金)10時~15時30分 図麻布大学いのちの博物館(中央区淵野辺) 図6月5日~入館希望日の3開館日前までに、☎で同所へ ☎042-850-2520

福祉マンガ「みんないいひと」原画展

3月6日に亡くなった漫画家の秋 竜山さんをしのぶ 図①6月9日(金)~16日(金)8時30分~17時②22日(木)~7月12日(水)9時30分~20時(土・日曜日、祝日等は18時まで) 図①あじさい会館 ※福祉マンガ「みんないいひと」を無料配布(なくなり次第終了)②図書館(中央区) 図①市社会福祉協議会 ☎042-730-3888②図書館(中央区) ☎042-754-3604

教科書採択に向けた見本展示

小・中・義務教育学校の教科書見本を展示 図①6月13日(火)・16日(金)~18日(日)14時~19時②6月14日(水)~28日(水)(15日を除く)11時~13時、14時~19時③6月14日(水)~7月3日(月)(土・日曜日を除く)10時~12時、13時~16時30分(初日は10時30分から、最終日は15時まで) 図①南保健福祉センター②総合学習センター③相模湖総合事務所 ※特別支援教育関係は②のみ。市庁を参照か、お問い合わせを 図学校教育課

神奈川土建住宅デー

無料住宅相談や耐震相談、包丁研ぎなど
時6月11日(日)10時~15時 会市内約12カ所 ※会場や参加方法などは神奈川土建一般労働組合相模原支部を参照か、お問い合わせを 同支部 ☎042-754-8023

土曜コンサート「ウィークエンド・ピアノコンサート」

出演中山千晶さん(ピアニスト) 時6月17日(日)15時30分~17時 会サン・エールさがみはら 定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ。同所を参照 同 ☎042-775-5665



さがみはら環境まつり

環境活動団体の紹介をするパネル展示や体験ブース、サイエンスショーなど 時6月25日(日)10時30分~16時 会ユニコムプラザさがみはらほか ※6月23日までに申し込みが必要なイベントあり。内容や申し込み方法などは、エコパークさがみはらを参照 同実行委員会(エコパークさがみはら内) ☎042-769-9248



世界のひろば

インドの暮らしや文化についての話と交流 時6月18日(日)10時~11時30分 会ユニコムプラザさがみはら 定40人(申込順、市内在住者優先) 申6月5日~17日に、直接か ☎でさがみはら国際交流ラウンジへ ☎042-750-4150

動物広場フェスティバル

ポニー乗馬、ふれあい動物コーナー、展示動物コーナーに加え、自由参加のイベントなどを実施 時6月18日(日)9時30分~17時 会相模原麻溝公園ふれあい動物広場 同所 ☎042-778-3900

ミニシアター

上映作品『アラバマ物語』(1962年/アメリカ/白黒/吹き替え) 時6月18日(日)・20日(火)14時~16時15分 会図書館(中央区) 市内在住か在勤・在学の人 定各25人(申込順) 申6月6日から、直接か ☎で視聴覚ライブラリーへ ☎042-753-2401

SHAFE Table Tennis CUP

障害のある人と卓球愛好家による地域活性、交流のための大会 時7月15日(土)9時30分~16時 会けやき体育館 定60人(申込順。定員を超えた場合は障害のある人・市内か県内在住者を優先) 費1,000円 申6月30日までに、☎に8面上部の必要事項、ランク(初級・中級・上級)を書いて、SHAFE卓球クラブへ。同クラブを参照 申込期限6月8日 ☎080-2111-3908 ☒shafe7go@gmail.com

子どもアントレ体験キャンプ(日帰り)〈全4回〉

会社設立から、事業計画の作成、資金調達、商品の製造・販売など、経営を疑似体験 時8月6日(日)、10日(木)~12日(土) 会サン・エールさがみはら、アリオ橋本(緑区大山町) 市内在住で在学の小学校5・6年生 定48人(抽選。初めての人優先) 費8,000円 ※時間や申し込み方法などは、さがみはら産業創造センターを参照 申込期限6月8日 同子どもアントレ事務局(同センター内) ☎042-770-9119



講演・講座

リーダーシップ育成講座のセミナー

時6月24日(土)10時~11時 会相模女子大学(南区文京) 対就業経験のある女性 定30人(申込順) 申6月5日~23日に二次元コードから 同相模女子大学生涯学修支援課 ☎042-747-9047



けやき体育館の催し

①障害者スポーツ講座「元気にパワーアップ体操」〈全5回〉 ストレッチ体操やリズム体操 時6月24日、9月23日、10月7日、11月25日、12月23日の土曜日14時~15時30分

②障害者ふれあい文化講座「おいしいお菓子を作ろう」 時7月6日(木)18時~20時 費500円(予定)

【①②共通】会けやき体育館 市内在住か在勤・在学の障害のある小学生以上 定①30人②16人(申込順) ※手話通訳・要約筆記対応可(要予約)。ボランティア同時募集(各2人(申込順)) 申6月5日~①19日②25日に、☎で「難しい人はFAXに8面上部の必要事項と障害の種別・等級、付添者の有無(②は介助が必要な場合のみ、必要最小限の人数)を書いて」同所へ ☎042-753-9030 FAX042-769-1200



ラベンダースティック作り教室

日にち	会場	電話番号
6月18日(日)	①相模原麻溝公園	042-777-3451
6月21日(木)	②相模原北公園	042-779-5885
	③銀河アリーナ	042-776-5311

時①②13時30分~15時30分③10時~12時、13時30分~15時30分 定①16人②12人③各5人(申込順) 費各800円 ※小学生以下は保護者同伴 申6月5日~開催日前日に、直接か ☎で各会場へ

凧づくり教室

簡単にできる角凧作り 時6月24日(土)13時30分~16時 会相模の大凧センター 定5組(申込順) 費500円 ※未就学児は保護者同伴 申6月5日から、直接か ☎、FAXに8面上部の必要事項を書いて同所へ ☎046-255-1311 FAX046-255-1361

①アジサイ挿し穂教室

②初夏の寄せ植え教室

時6月25日(日)①10時~12時②13時30分~15時30分 会①相模大野中央公園②相模原麻溝公園 定①16人②12人(申込順) ※小学生以下保護者同伴 費①1,000円②2,500円

【①②共通】申6月5日~20日に、直接か ☎で相模原麻溝公園へ ☎042-777-3451

パパの子育て講座

子どもと森の中を散歩し、子どもの目線の先にある面白さを、ジェネレーター(学びや活動を生成する人)と集める 時6月25日(日)10時~12時30分 会銀河の森プレイパーク(中央区弥栄) 対3歳以下で靴を履いて外を歩ける子どもとその父親 定10組(申込順) 申6月5日~20日に、右の二次元コードから 同子育てそうだん広場はれまえ ☎080-9187-6822



ラジオ体操・みんなの体操指導者養成講習会

元テレビ・ラジオ体操指導者の長野信一さんから、地域で活動するための正しい体操指導を学ぶ 時6月25日(日)9時50分~11時30分 会社のホールはしもと 対18歳以上(4月1日現在) 定70人(申込順) 申6月5日~19日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

歴史講演会「最後の戦国武将・立花宗茂と闇千代」

時6月25日(日)10時~11時30分 会市古民家園 定20人(申込順) 申6月6日~21日に、☎で文化財保護課へ ☎042-769-8371

老人福祉センター溪松園の講座

①交通安全講習会 高齢運転者の交通事故を未然に防ぐため、相模原北警察署員が指導 時6月28日(木)10時30分~12時 対市内在住の60歳以上 定15人(申込順)

②介護予防教室 リズム体操、筋力トレーニング、脳トレなど 時6月29日(木)13時~14時30分 対市内在住で、運動に支障のない60歳以上 定20人(申込順)

【①②共通】会老人福祉センター溪松園 申6月5日~開催日前日に、直接か ☎で同所へ ☎042-761-9291

今、知っておきたい慢性腎臓病(CKD)の話

腎臓専門医の講義や減塩おかずの試食、血管年齢測定など 時7月1日(土)10時~12時 会ウェルネスさがみはら 定80人(申込順) 申6月7日~28日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

ハワイアンシルバーで夏のアクセサリづくり

時7月1日(土)13時~16時 会エコパークさがみはら 対中学生以上 定15人(申込順) 費2,500円 申6月5日~26日に、直接か ☎、☒に8面上部の必要事項を書いて同所へ ☎042-769-9248 ☒ecopark-sagamihara@mdlife.co.jp

初心者民謡講座〈全10回〉

時7月4日~9月26日の毎週火曜日(7月25日、8月15日、9月19日を除く)13時~15時 会市民会館 定30人(申込順) 費2,000円 申6月5日~30日に、☎で市民謡協会の高橋さんへ ☎042-762-6424

東林ふれあいセンターの催し

①イスに座ってゆったり体操 はつらつ教室〈全12回〉 脳トレにもなるイスに座ったままする体操

②ヘルシーエクササイズ〈全12回〉 脳トレにもなる全身運動

【①②共通】時7月5日~9月27日の毎週水曜日(8月16日を除く)①10時30分~11時30分②13時~14時30分 会東林ふれあいセンター 対おむね60歳以上 定①15人②20人(申込順) 費①6,000円②8,400円 申6月5日~28日に、直接か ☎で同所へ ☎042-745-7660

身体調整エクササイズ〈全5回〉

時7月6日~8月3日の毎週木曜日14時~15時 会市体育館(市役所前) 対15歳以上(中学生を除く) 定30人(申込順) 費3,000円 申6月5日~15日に、直接か ☎、FAXに8面上部の必要事項を書いて同所へ ☎FAX042-769-5201

こけ玉作り教室

時①6月18日(日)10時~12時②7月8日(土)9時~12時 会①相模原北公園②相模湖林間公園 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①12人②15人(申込順) 費①1,000円②1,500円 申6月5日から、直接か ☎、FAXに8面上部の必要事項を書いて各会場へ ① ☎042-779-5885 FAX042-703-5887 ② ☎FAX042-685-1330

県介護サービス情報公表制度調査員養成研修(オンライン)

時7月10日(月)~8月10日(木) 対調査員として従事可能な人 定40人(選考) 費7,100円(テキスト代) ※ツールはZoom®を使用 申6月23日までに、かながわ福祉サービス振興会から 同会 ☎045-227-5690



市発達サポート講座〈全7回〉

子どもの発達に関する不安や悩みを和らげ、理解を深める 時9月27日(木)、10月20日(金)・25日(木)、11月8日(木)・22日(木)・29日(木)、12月15日(金)9時30分~11時30分 会産業会館ほか 対市内在住か在勤の人 定60人程度(抽選) 各公民館(星が丘を除く)など(市を参照) ※保育あり(定5人(要予約)) 申7月14日(必着)までに、申込書を生涯学習課へ

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。

●ダンスパーティー 時6月11日~25日の毎週日曜日13時~16時 会サンエールさがみはら 対社交ダンス経験者 費各500円 ※希望者は直接会場へ 同宇野 ☎090-6150-5834

●女声合唱団マーガレット定期演奏会 曲目は『スタジオジブリ曲集』ほか 時6月24日(土)14時~16時 会社のホールはしもと 定400人(先着順) 同菅原 ☎090-8566-6005

●社交ダンス無料講習会〈全3回〉 時6月7日(木)・21日(木)・28日(木)13時~15時 会津久井中央公民館 対ダンス初心者の70歳以上 定10人(申込順) 申6月6日までに、☎で杉瀬へ ☎080-4720-7488

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●社交ダンス 毎月第2・第4土曜日10時から 会田名公民館ほか ※初心者歓迎、見学・体験可 同井上 ☎090-5429-8711

応募は発行日の3週間前まで

申電子申請から。郵送、FAXの場合は、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、広聴広報課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 FAX042-753-7831 ※掲載は抽選。掲載の場合のみ発行日の10日前ごろに連絡 ※政治・宗教活動、営利目的のものなどは掲載不可。掲載基準など詳しくは市を参照



▶ 広報さがみはら6月1日号から時間が24時間表記になりました

会場・問い合わせ 原則各施設
 休所日 各施設を参照
 回数 記載がないものは1回ずつの開催
 オンラインの催し インターネットと、各ツールを利用できる環境が必要

イベントなどの開催状況は随時ご確認を
 中止や延期の場合あり。開催状況は、市庁などで確認を
 個々の判断が基本。マスクの着脱は場面に合わせて対応を

はがき ファクス Eメール

申し込み時に記入する必要事項

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

施設の催し

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

催し名	日にち	時間	対象・定員・費用など
①太極舞	毎週金曜日 6月2日～10月27日 (8月11日を除く)	9時30分～10時20分	対16歳以上 定各30人(先着順) 費各900円
②ハタヨガ		10時30分～11時20分	対16歳以上 定各35人(先着順) 費各900円
③DISCOダンスエクササイズ&ストレッチ		14時30分～15時20分	対16歳以上 定各15人(先着順) 費各900円
④リラクゼーションヨガ		19時～19時50分	対16歳以上 定各35人(先着順) 費各900円
⑤ヨガ&ピラティス	毎週土曜日 6月3日～10月28日 (8月12日を除く)	10時～10時50分	対16歳以上 定各35人(先着順) 費各900円
⑥美ボディ体操		14時30分～15時20分	対16歳以上 定各15人(先着順) 費各900円
⑦ラベンダースティック作り	6月23日(金)	13時30分～15時30分	定18人(申込順) 費800円
⑧折り紙を使った飛び出す絵手紙	7月1日(土)	13時30分～15時30分	定16人(申込順) 費1,000円

※①②③④⑤⑥希望者は直接会場へ(開催30分前から受け付け)。割引回数券あり⑧未就学児は保護者同伴 申⑦⑧6月5日～15日に、直接か☎で同所へ

博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

- ①プラネタリウム番組 星空さんぽ～夏～
 ミニテーマ「はやぶさ」の打ち上げ 小惑星探査機「はやぶさ」の打ち上げからちょうど20年。当時の様子を振り返る 開6月30日(金)まで14時30分～15時10分 定各210人(先着順) 費各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書))
- ②石を顕微鏡で見よう
 岩石のプレパラートを偏光顕微鏡で観察 開6月11日(日)10時～16時
【①②共通】※希望者は直接会場へ

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

- ①オーサーズカフェ スポーツビジネスのいまとこれから
 開6月10日(土)14時～15時
- ②やりたいことがみつかる!! 就職、日常にすぐ役立つ自分磨き講座(全3回)
 自分のやりたいことを見つけるコツ(第一印象や会話術など)を女性経営者が伝授 開7月9日、8月6日、9月24日の日曜日13時30分～15時30分 対18歳以上 定20人(申込順) 費1,000円 申6月5日～7月8日に、☑に10面上部の必要事項、Eメールアドレスを書いてアテンド未来人材へ ☑sdck1225@outlook.com
- ③さがみはら地域づくり大学 公開講座 SDGsのまちづくり～地域活動へのはじめの一歩!～
 日々の生活や地域活動でのSDGsの取り入れ方について、大学教授が講演 開6月10日(土)10時30分～12時 定80人(先着順)
【①③共通】※希望者は直接会場へ

市民健康文化センター

〒252-0328 南区麻溝台1872-1 ☎050-3355-1422

催し名	日にち	時間	内容・対象・定員(抽選)など
夏の早朝短期水泳(全4回)	Aコース	7時45分～8時45分	開水慣れ～クロール25m 対5歳～小学生 定各50人 費各6,000円
	Bコース		
	Cコース		
	Dコース		

申6月25日(必着)までに、往復はがきに、10面上部の必要事項と希望するコース(複数希望の場合は希望する順に)を書いて同所へ。同所☎からも可

小山公園

〒252-0205 中央区小山4-1 ☎042-700-0801

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①スケートボード	初心者・入門	毎週土曜日 6月10日～24日	対6歳以上 定各20人 費各2,000円
	初心者・トリック	毎週土曜日 6月10日～24日	対6歳以上 定各20人 費各2,000円
②バスケットボール	初心者	毎週木曜日 6月8日～29日	対小学生 定各6人 費各1,000円
		毎週月曜日 6月12日～26日	対小学生 定各10人 費各1,000円
	中級者	毎週木曜日 6月8日～29日	対小学生 定各6人 費各1,500円
		毎週月曜日 6月12日～26日	対小学生 定各10人 費各1,000円
	上級者	毎週木曜日 6月8日～29日	対小学生 定各6人 費各1,500円
		毎週月曜日 6月12日～26日	対小学生 定各10人 費各1,000円

※①レンタル希望者は、スケートボード代500円が別途必要 申6月5日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①ソフトエアロ&ストレッチ(全8回)	毎週月曜日 7月3日～9月11日 (7月17日・31日、8月14日を除く)	10時30分～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費6,000円
②ファンクショナルトレーニング(全10回)	毎週火曜日 7月4日～9月19日 (8月1日・15日を除く)	10時～11時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費7,000円
③カラダ楽しく元気アップ体操(全8回)	毎週金曜日 7月7日～9月15日 (7月28日、8月11日・18日を除く)	10時～11時30分	対55歳以上 定20人 費4,800円
④跳び箱鉄棒(全9回) ～逆上がりや開脚跳びにチャレンジ～	毎週金曜日 7月7日～9月15日 (7月28日、8月11日を除く)	16時～17時	対年中・年長 定20人 費1万350円
		17時10分～18時10分	対小学生 定20人 費1万350円
	毎週水曜日 7月12日～9月20日 (8月2日・16日を除く)	16時～17時	対年中・年長 定20人 費1万350円
		17時10分～18時10分	対小学生 定20人 費1万350円
⑤マンスリーナイター公認記録会	7月18日(火)	100m	対2023年日本陸上競技連盟登録競技者 定100人 費1,500円
		200m	対2023年日本陸上競技連盟登録競技者 定20人 費1,500円
		1,500m	対2023年日本陸上競技連盟登録競技者 定40人 費1,500円

申①②③④6月5日～開催日1週間前⑤6月5日～30日に、同所☎「イベント&教室」ページから

相模原ギオンアリーナ

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

催し名	日にち	時間	対象・定員(抽選)・費用
①スタイルアップヨガ(全10回)	毎週火曜日 7月4日～9月19日 (8月1日・22日を除く)	9時30分～10時30分	対15歳以上(中学生を除く) 定40人 費6,500円
②リズム体操ストレッチ(全10回)	毎週火曜日 7月4日～9月19日 (8月1日・22日を除く)	10時45分～11時45分	対15歳以上(中学生を除く) 定40人 費6,500円
③健康体操(全10回)	毎週火曜日 7月4日～9月19日 (7月25日、8月8日を除く)	13時～14時	対60歳以上 定25人 費6,500円
④ZUMBA(全8回)	毎週水曜日 7月5日～8月23日	10時～11時	対15歳以上(中学生を除く) 定28人 費5,200円
⑤ボディケアストレッチ(全10回)	毎週水曜日 7月5日～9月20日 (8月2日・16日を除く)	10時30分～11時45分	対15歳以上(中学生を除く) 定40人 費6,500円
⑥かんたんフラダンス(全10回)	毎週水曜日 7月5日～9月13日(8月16日を除く)	13時～14時	対15歳以上(中学生を除く) 定30人 費6,500円
⑦やさしいヨガ(全10回)	毎週木曜日 7月6日～9月14日(8月17日を除く)	9時30分～10時30分	対15歳以上(中学生を除く) 定40人 費6,500円
⑧ボクシングエクササイズ(全10回)	毎週木曜日 7月6日～9月14日(8月17日を除く)	13時～14時	対15歳以上(中学生を除く) 定30人 費6,500円
⑨親子バドミントン体験教室(全2回)	7月25日(火)・26日(水)	10時～11時30分	対小学生とその保護者 定20組 費1組3,000円
⑩フットサル短期集中(全2回)	7月25日(火)・26日(水)	14時～15時30分 16時～17時30分	対3歳以上の未就学児 定20人 費2,500円 対小学生 定30人 費2,500円
⑪キッズダンス夏短期教室(全4回)	毎週水曜日 7月26日～8月16日	14時30分～15時30分	対小学生 定30人 費4,000円
⑫小学生卓球教室(全4回)	8月3日(木)・4日(金)・17日(木)・18日(金)	10時～11時30分	対小学生 定30人 費4,000円
⑬トランポリン教室	8月8日(火)・10日(木)	13時～15時、 15時30分～17時30分	対小学生 定各22人 費各2,000円

☎①②③④⑤⑥⑦⑧6月22日(必着)⑨⑩⑪⑫⑬7月13日(必着)までに、往復はがき(1人1枚)に10面上部の必要事項と⑨⑩⑪⑫⑬は性別、⑩は希望時間、⑬は希望日時を書いて同所へ

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

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①おためし水泳のターン	6月19日(月)	13時30分～14時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費600円
②初心者フィン水泳(全3回)	毎週水曜日 6月21日～7月5日	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円
③初心者クロール(全3回)	毎週木曜日 6月22日～7月6日	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円
④水中撮影フォームチェック	6月22日(木)	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円(DVD代含む)
⑤泳力検定に挑戦	練習 6月27日(火)、7月4日(火) 検定 7月11日(火)	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定各20人 費各1,100円(検定合格で日本水泳連盟に登録する場合、別途700円必要)
⑥ヒップホップ(全10回)	毎週火曜日 7月4日～9月12日(8月15日を除く)	16時～17時	対年長～小学校2年生 定15人 費8,800円
	毎週木曜日 7月6日～9月14日(8月17日を除く)	17時15分～18時15分	対小学生 定15人 費8,800円
		16時30分～17時30分	対小学校1～4年生 定15人 費8,800円
⑦チアダンス(全10回)	毎週日曜日 7月2日～9月10日(8月13日を除く)	17時45分～18時45分	対小学校4年生～高校生 定15人 費8,800円
		10時15分～11時15分	対年長～小学校2年生 定15人 費8,800円
	毎週水曜日 7月5日～9月13日(8月16日を除く)	11時30分～12時30分	対小学校3年生～中学生 定15人 費8,800円
⑧ジャズダンス(全10回)	毎週水曜日 7月5日～9月13日(8月16日を除く)	17時～18時	対年長～小学校2年生 定15人 費8,800円
		18時15分～19時15分	対小学校3年生～中学生 定15人 費8,800円
	毎週水曜日 7月5日～9月13日(8月16日を除く)	16時30分～17時30分	対小学生 定15人 費8,800円
⑨フラダンス(全10回)	毎週金曜日 7月7日～9月22日(8月11日・18日を除く)	17時45分～18時45分	対小・中学生 定15人 費8,800円
		17時45分～18時45分	対年長～小学生 定15人 費8,800円
	毎週金曜日 7月7日～9月22日(8月11日・18日を除く)	19時15分～20時15分	対中学生以上 定15人 費8,800円

☎①②③④⑤6月5日⑥⑦⑧⑨6月15日から、直接か☎で同所へ

相模原のスポーツ選手を応援しよう!

ノジマステラ神奈川相模原
(女子サッカー・WEリーグ)

☎6月10日(出)14時から
☎相模原ギオンスタジアム
対戦相手 サンフレッチェ広島レジーナ
☎ノジマステラ神奈川相模原☎046-298-3881

SC相模原
(サッカー・J3リーグ)

☎6月11日(日)18時から
☎相模原ギオンスタジアム
対戦相手 テゲバジャーロ宮崎
☎SC相模原☎042-810-7777

角田裕毅選手 (F1ドライバー)

●カナダGP(グランプリ)決勝 ●オーストリアGP決勝
☎6月19日(月)3時から ☎7月2日(日)22時から
※レース情報は変更になる場合あり。動画配信サービス(有料)で放送
☎スポーツ推進課☎042-769-9245

※試合情報は変更となる場合あり。その他の試合日程などは各チームの☎を参照

市スポーツ協会からのお知らせ

〒252-0236 中央区富士見6-6-23 けやき会館内 ☎042-751-5552
FAX042-751-5545 ✉sspo@sagamihara-sport.or.jp

詳しくは同協会☎を参照



盆踊り新譜講習会

☎6月①4日(日)②18日(日)③21日(火)①②13時～15時③12時30分～14時30分
☎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
※希望者は室内履きを持って、直接会場へ

レク・ポッチャ大会

☎6月11日(日)9時～12時 ☎市体育館(市役所前) 費500円(市レクリエーション協会員は200円) ※希望者は室内履きを持って、直接会場へ

クレー射撃競技講習会

種別トラップ競技、スキート競技 ☎6月25日(日)8時～16時30分 ☎県立伊勢原射撃場(伊勢原市上粕屋) 対市内在住か在勤・在学で、銃所持許可証を持っている人
定40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

市民バレーボール選手権大会(ママさん)

☎7月9日(日)9時から ☎相模原ギオンアリーナ 対市内在住か在勤・在学の人 申込期限6月21日 ※市スポーツ協会☎を参照

市スポーツ協会ゴルフ大会

☎7月10日(月)8時から ☎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(高校生を除く)●アマチュアゴルファー●グループ代表者が市内在住かIn勤・In学 定40組(160人。抽選) 費2万3,470円(参加費3,000円、プレー費2万470円(飲食代・消費税が別途必要)) 申込期限6月15日(必着) ※市スポーツ協会☎を参照

社交ダンス講習会(シニア、初心者)(全7回)

☎7月11日～8月22日の毎週火曜日9時30分～11時45分 ☎加藤会館(南区麻溝台) 対60歳以上 定30人(申込順) 費1,000円 ☎6月5日～18日に、☎で市ダンススポーツ連盟の下田さんへ ☎090-5775-9336

市の手続き、イベントや施設のお問い合わせに…

市コールセンター ☎042-770-7777
FAX042-770-77668時～21時 年中無休
※おかけ間違いにご注意ください。

ぞっこん! 相模原 市の魅力をテレビで発信!



土砂災害防止月間

風水害に備えて



●警戒レベルととるべき行動を確認しましょう

警戒レベル4は全員が避難するレベル。危険な場所から全員避難しましょう。警戒レベルととるべき行動について、雨の多い時期の前に改めて確認しておきましょう。

警戒レベル	避難情報など	とるべき行動など
5	緊急安全確保	命が危険 直ちに安全確保
警戒レベル4までに必ず避難		
4	避難指示	危険な場所から 全員避難
3	高齢者等避難	高齢者や障害のある人は 危険な場所から避難
2	大雨・洪水注意報 (気象庁)	自らの 避難行動を確認
1	早期注意情報 (気象庁)	災害への 心構えを高める

●避難情報などの入手方法を確認しましょう

災害時には、さまざまな方法で避難や気象の情報をお知らせします。あらかじめ情報の入手方法を確認しておきましょう。

さがみはらメール
マガジン「防災」



Yahoo!
防災速報



市LINE
公式アカウント



河川の
水位情報



☎ひばり放送テレホンサービス ☎050-1807-3388

📻FM HOT 839(エフエムさがみ) (83.9MHz)

📺テレビ神奈川(tvk)データ放送(地デジ3ch、リモコンdボタン)

問 緊急対策課 ☎042-707-7044

日頃の備えを見直しましょう



●マイ・タイムラインを作成しましょう
マイ・タイムラインとは、一人ひとりがどのように行動するかを、時間の経過に沿って整理した防災行動計画です。



すでに作ったものも、定期的に見直してみましょう。

●非常用持ち出し袋はすぐに取り出せますか

自宅を離れて避難する場合などに備えて、貴重品や常用の薬などを持ち出せるようにしておきましょう。

非常持ち出し品リスト(例)

- 非常食・飲料水
- 懐中電灯・ラジオ・電池
- 医療用品
- 衣類
- 貴重品 など

※避難場所では、原則として市から水や食料などの配布はありません。

●避難場所以外の避難先を決めておきましょう

避難指示が発令されても、市指定の避難場所が開設されていない場合があります。また、密集を避けるためにも、避難場所以外に、安全な場所に住んでいる親戚・知人宅などを避難先として検討しておきましょう。

●在宅避難に備えて「備蓄」をしましょう

断水や停電が続く生活を想定して、準備しておきましょう。

備蓄のポイント

- 食料などの備蓄は3日以上を目安に
- 懐中電灯用の電池など日用品の点検も忘れずに
- 普段から食料品・生活用品を少し多めに買い置きを。製造日の古いものから使い、使い切る前に買い足せば、備蓄の負担を少なくできます。



問 危機管理課 ☎042-769-8208

