

2023(令和5年)

7.15

広報

さがみはら

No.1509

毎月1日・15日発行

SDGs × さがみはら 使っていますか? まちのコイン

※法定通貨ではありません。スマホで扱うポイントです。

もらう

地域のお店に行ったり、ボランティア活動や清掃活動をしたりなど、SDGsにつながる活動の体験でもらえます。

つかう

加盟スポットの「ちょっとお得な体験」「ユニークな体験」、アプリ内の抽選会などで使えます。



たのしむ

まちの人やお店の人と仲良くなるきっかけになります。アプリ内でスタンプラリーなども楽しめます。

さがみはらの
まちのコインは
「すもー」だよ



問みんなのSDGs推進課 ☎042-769-9224

市SDGs啓発キャラクター

LINE UP

- 3面 通院・入院にかかる医療費の自己負担分を助成
- 4・5面 みんなのすこやかナビ
- 10・11面 3区特別企画 イベント満開! 相模原のアツい夏を楽しもう
- 12面 藤野やまなみ温泉リニューアルオープン

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。

各問い合わせ先の電話番号のかけ間違いにはご注意ください!



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、FAX 042-851-3872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)

SDGsにつながる行動でコインを集めよう

地域のお店に行ったり、SDGsにつながる活動などに参加したりすることでコインをため、ためたコインでいろいろな体験ができるのが「まちのコイン」。利用すればするほど、まちやあなたのSDGs活動が進むスマートフォン用のアプリケーションです。まちのコインを利用したら、あなたのSDGs活動も楽しくなるかも。

問みんなのSDGs推進課 ☎042-769-9224

まちのコインの始め方

1 アプリをダウンロード

二次元コードを読み取って、アプリをダウンロード



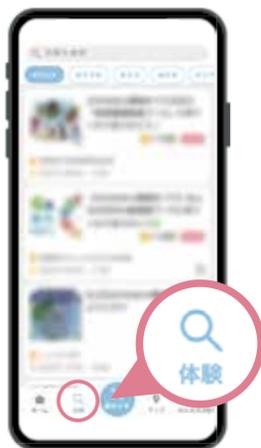
2 使う人の情報を登録

アプリの説明に従って、使う人の情報を登録
 ※位置情報通知を許可している場合は、自動的に、さがみはらの通貨「すもー」が選択されます。位置情報通知を許可していない場合は、「地域切り替え」画面で、「すもー」を選択してください。

3 体験を探す

画面下の「体験」を選択

さあ！
いろいろな「体験」
をしてみよう



例えばこんな体験がSDGs

もろろ

●市役所でマイボトルに給水(市役所第2別館1階に設置)
マイボトルを持参してウォーターサーバーで給水。
プラごみの削減につながる行動でコインをゲット

ポイント +100 すもー(1日1回まで)



●青根の里山で自然体験
青根の沢や道志川での自然体験。
生物多様性を知ることによってコインをゲット

ポイント +300 すもー



つかう

●手作りのラー油を入手
中華料理店では主に香辛料の入った部分を料理によく使うので、余りがちな液体の部分をゲット

ポイント -100 すもー



●マクロビパウンドケーキを入手
植物素材を生かして作られたパウンドケーキ。
コインで賞味期限間近な食品をゲット

ポイント -300 すもー



SDGsとのつながりを確認してさらにSDGsへの理解を深めよう！

SDGsに貢献できる「体験」には、カラーホイールアイコンが表示されています。



加盟スポット募集中 詳しくはこちら



※アプリ提供：面白法人カヤック 画面イメージは許諾を受けて使用しています。

今年もやります！
スタンプをたくさん
集めて景品をもらおう

夏休み SDGs スタンプラリー

開催期間
7月21日(金)～8月31日(木)

市内のいろいろな所にあるSDGsスタンプ設置場所を巡ってスタンプを集めてください。8個以上集めると景品がもらえます。

市内26カ所 4歳～中学生
スタンプ台紙配布場所
●みんなのSDGs推進課
●博物館 など

景品交換場所
●みんなのSDGs推進課
●博物館
景品交換期間 9月29日まで



詳しくはこちら

スタンプはSDGsのゴールと同じ17種類 例えばこんな施設があります

博物館



ゴール4は、全ての人が高品質の教育を受けられるようになるための目標です。博物館には、相模原台地の誕生から、そこに暮らした人々に関わる展示、JAXA相模原キャンパスと連携した天文関連の展示があり、誰でも無料で学べます。

エコパークさがみはら



ゴール13は、気候変動とその影響に立ち向かうための目標です。エコパークさがみはらでは、地球温暖化について学ぶことや、VR(仮想現実)ゴーグルを使って気候変動の影響を学べます。

尾崎号堂記念館



ゴール16は、平和や公正に関する問題を解決するための目標です。「議会議政治の父」と呼ばれた尾崎行雄(号堂)生誕の地に建つ記念館を訪れ、「平和」や「権利」の大切さを感じましょう。

問みんなのSDGs推進課 ☎042-769-9224

SDGsに取り組む企業・団体の皆さんへ 本市のSDGsパートナーになりませんか？ 詳しくはこちら



HOT Info

さがみはら



▶ 広報さがみはらは24時間表記になりました

市庁は
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



通院・入院にかかる医療費の自己負担分を助成

保険診療にかかる医療費の助成を受けるには、医療証が必要です。医療証を持っていない人は申請してください。

医療費助成制度の種類	対象	所得制限
①重度障害者	次のいずれかに該当する人 ●身体障害者手帳が1級か2級 ●IQ(知能指数)が35以下 ●身体障害者手帳が3級でIQが50以下 ●精神障害者保健福祉手帳が1級か2級	なし
②ひとり親家庭等	次のいずれかに該当する子ども(原則高校卒業まで)とその養育者 ●母子・父子家庭 ●父か母に重度の障害がある ●父母がいない家庭 など	あり
③小児	小学生以下	あり(1歳以上)
	中学生★	あり

助成内容
通院・入院・調剤の全額を助成(★を除く)
★の入院・調剤は全額を助成。通院は1回当たり500円を超える額を助成(養育者の市民税が非課税の場合は全額)

助成対象外
●他の公費負担医療制度を受けられる医療費
●健康保険から高額療養費・付加給付金などとして支給される金額
●保険診療以外の医療費や入院時食事代 など
※所得制限や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎①について=高齢・障害者支援課 ☎042-769-8355
②③について=子育て給付課 ☎042-704-8908

子育て家庭を食材配布で応援

事前申込制

フードバンクなどから提供された食材を、会場で子育て世帯へ配布します。

開催日	場所	開催日	場所
8月13日(日)	緑区中野	10月8日(日)	中央区上溝
8月27日(日)	緑区西橋本	10月22日(日)	中央区並木
9月10日(日)	南区相模台	11月12日(日)	緑区久保沢
9月24日(日)	南区相模大野	11月26日(日)	緑区西橋本

8月からの変更点

- 月1回70世帯配布を月2回各35世帯配布に
- 配布時間を13時~16時に

※詳しい会場は、抽選結果とともに当選者へ通知します。
※申し込みは月2回のうち、どちらか1回のみ
対市内在住で、次のいずれかに該当する世帯 ●児童扶養手当受給世帯
●ひとり親家庭等医療費助成世帯 ●令和5年度就学奨励金交付決定世帯
定各35世帯(抽選。初めて利用する人を優先)
申各月15日8時~25日21時に、市庁の[電子申請](Eメールアドレスが必要)へ。難しい場合は☎で市コールセンターへ
☎042-770-7777 ▲申し込みはこちら



フードコミュニティ・メンバー募集
一緒に活動しませんか? 希望者は連絡を
☎フードコミュニティ ☎070-4481-4094
✉foodcommunity.1001@gmail.com
フードコミュニティの活動について詳しくはこちら▶



市議会6月定例会議 12議案を可決・同意

市議会6月定例会議が、5月29日~6月29日に開かれました。この定例会議では、12議案が審議され、全て可決・同意されました。主な審議の内容や結果については、8月1日発行の「さがみはら市議会だより」をご覧ください。

- 議決された主な内容**
- 相模原市職員の特殊勤務手当に関する条例の一部を改正する条例について
 - 令和5年度相模原市一般会計補正予算 など

☎総務法制課 ☎042-769-9260

さがみはら“ゆめ”プロジェクト 夏祭り

障害の有無にかかわらず、スポーツなどを通じて交流しませんか。
実施種目 車いすテニス、スポーツチャンバラ、ブラインドマラソン など
時 8月15日(火)9時30分~16時 ※午前・午後への参加も可
会 けやき体育館
申 7月19日~8月4日に、市庁に掲載の申込書を郵送かFAX、☎でスポーツ推進課へ ☎042-769-8211 ▲市庁



らんともプラス RUN伴+さがみはら

認知症の人やその家族、支援者、一般の人が市内5カ所からスタートし、おそろいのTシャツを着てリレーをしながら1つのたすきをつなぎ、ゴールを目指します。
時 9月23日(祝)8時~16時
会 ゴール地点: 県立相模原公園
定 400人(申込順)
費 2,000円(応援のみ1,600円(Tシャツ代含む)、小学生100円)
申 各高齢・障害者相談課・地域包括支援センター(RUN伴+さがみはら2023実行委員会)にも掲載
※当日の内容や参加条件など詳しくは、同実行委員会☎をご覧ください。
申 7月31日までに、☎か、申込書をFAXでおおしま・はりきゅう整骨院の大島さんへ ☎FAX042-785-3745 ▲同実行委員会☎



共にささえあい 生きる社会を目指して

多くの尊い命が奪われ、社会に深い悲しみをもたらした津久井やまゆり園事件から、間もなく7年の月日が経とうとしています。改めまして、事件で犠牲になられた方々に哀悼の意を表しますとともに、心身に傷を負われた皆さまに心からお見舞いを申し上げます。

津久井やまゆり園で新たな一歩を踏み出された皆さまがこれからも心穏やかに暮らしていけるよう、神奈川県をはじめとする関係団体と連携を図りながら、引き続き寄り添った支援に努めてまいります。

本市では、一人ひとりがかけがえない個人として尊重される「共にささえあい 生きる社会」の実現に向けて、「(仮称)相模原市人権尊重のまちづくり条例」の制定に取り組み、差別や偏見のないまちづくりを進めてまいります。

事件を決して風化させることなく、すべての人が笑顔で過ごせるよう、私自身が先頭に立ち諸施策を力強く進めてまいります。

相模原市長 **本村 賢太郎**

市のこれまでの取り組み

本市では、「共にささえあい 生きる社会さがみはら障害者プラン」を策定し、さまざまな施策を推進しています。

- 「共にささえあい 生きる社会」を理念に掲げた理解や、パラスポーツの体験を通じた障害への理解の促進
- 成年後見制度の利用促進に向けた無料相談会などの開催、障害者差別解消に向けた研修や事業者への啓発
- 医療的ケア児等の支援を調整するコーディネーターの配置や看護する支援者の養成、強度行動障害支援者研修の市単独開催
- 緊急時の短期入所施設の整備支援、重症心身障害児を支援するサービス事業所の確保



共に生きる社会 かながわ憲章 とともに生きる

☎県共生推進本部 ☎045-210-4961 FAX045-210-8854 ▲詳しくはこちら



☎高齢・障害者福祉課 ☎042-707-7055



みんなのすこやかナビ



▶ 広報さがみはらは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、市圏などで確認を



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

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) 17時～翌朝9時
土曜日 13時～翌朝9時 日曜日、祝日等 9時～翌朝9時
8月10日(木)～17日(木) 24時間
※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 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 9時～17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) 17時～翌朝8時30分
土・日曜日、祝日等 8時30分～翌朝8時30分
(翌日が月～金曜日の場合、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。

電子母子健康手帳アプリ「さがプリコ」でかんたん予約



すこやかナビで紹介している市が実施する妊娠・出産・子育てに関する教室や集いは、オンラインで予約できるようになりました。7月20日申し込み開始分から受け付けます。※アプリが利用できない人向けに、一部電話受け付けもあり。詳しくは、市圏をご覧ください。

アプリのダウンロードはこちらから



すこやかナビではマークが目印です



☎こども家庭課 ☎042-769-8345

母子健康手帳と筆記用具の持参が必要

「さがプリコ」からオンラインで予約可

ハロー・マザークラス

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり 時9月①11日(月)②13日(水)③30日(土)13時30分～15時15分 会①津久井保健センター②南保健福祉センター③ウェルネスさがみはら 対妊娠16週以降の初めて出産する人とその家族(1人まで) 定各22組(申込順) 申7月20日から 関市コールセンター ☎042-770-7777

マタニティオーラルセミナー(妊婦歯科教室)

妊娠期の口腔内の疾患が赤ちゃんに及ぼす影響やその予防法、子どもの歯の健康についての講義・歯科健診など 時9月19日(水)13時30分～15時 会ウェルネスさがみはら 対市内在住の妊娠している人 定8人(申込順。妊娠期間中1回のみ受講可) 申7月20日から 関市コールセンター ☎042-770-7777

保健福祉

出張します!生活習慣病予防運動教室 どこでもジム編

健康運動指導士などを派遣し、肩こり腰痛予防の運動・ストレッチや、シェイプアップの筋トレなどのミニ講座を実施 対市内在住か在勤の20～69歳の運動習慣のない人が所属する10人以上の団体や中小企業など 定9組(申込順) ※申込時に日時・会場などを調整。詳しくは市圏を参照 申7月19日から、活動している区の保健センターへ 緑 ☎042-775-8816、中央 ☎042-769-8233、南 ☎042-701-7708

視覚障害なんでも相談サロン

当事者による困り事の相談や、日常生活用具の体験など 時8月1日(水)・17日(木)10時～12時 会視覚障害者情報センター研修室 対市内在住か在勤・在学の人 ※希望者は直接会場へ 関高齢・障害者福祉課

生活習慣病予防運動教室

運動習慣を身に付けるため、さまざまなプログラムを体験

日にち	会場	プログラム	申込期限
8月13日(日)	緑区合同庁舎	ピラティス	8月9日
8月25日(金)		筋膜リリース	8月22日
8月16日(水)	ウェルネスさがみはら	リズム体操	8月14日
9月8日(金)		ピラティス	9月5日
8月27日(日)	南保健福祉センター	筋膜リリース	8月24日
9月7日(木)		ヨガ	9月4日

時10時～11時30分(2回目以降の参加は10時30分から) 対市内在住か在勤の今年度20歳～69歳になる人で、運動習慣がなく、実施に支障がない人 定各15人(申込順) ※年度内4回まで参加可。内容などは、市圏を参照か、お問い合わせを申7月19日から、市コールセンターへ ☎042-770-7777

生活習慣病予防教室～血管年齢測って分かる!生活習慣病予防のヒケツ～

血管年齢の測定や栄養・歯科などの講義を通して、健康的な生活習慣を学ぶ 時8月30日(水)10時～11時30分 会南保健福祉センター 対市内在住か在勤の今年度20歳～69歳になる人 定15人(申込順) 申7月19日～8月29日に、直接か☎で南保健センターへ。市圏からも可 ☎042-701-7708

うつ病の理解と家族のメンタルヘルス(全4回)

症状や薬、家族の対応、社会復帰などを学び、家族の思いを分かち合う 時9月22日～10月13日の毎週金曜日14時～16時(各回のみ参加可) 会市民会館 対市内在住か在勤で、うつ病で療養中の人の家族 定各20人(申込順) 申7月20日～9月21日に、住んでいるか勤務先のある区の高齢・障害者相談課へ 緑 ☎042-775-8811、中央 ☎042-769-9806、南 ☎042-701-7715

子育て

ビーンズクラブ

育児の情報交換と親子遊び 時9月5日(水)10時～11時 会緑区合同庁舎 対おおむね4歳未満の双子・三つ子とその家族か、双子などを妊娠中の人とその家族 定10組程度(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申7月20日から 関緑子育て支援センター ☎042-775-8829

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9月6日(木)10時～11時30分 会ウェルネスさがみはら 対乳幼児の母親 ※保育あり(要予約) 申7月20日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

親子で歯っぴいちゃれんじ大作戦!

虫歯予防の秘訣や歯磨きの裏技を紹介 時9月①8日(金)・26日(水)②12日(水)③15日(金)・27日(水)10時～11時 会①ウェルネスさがみはら②緑区合同庁舎③南保健福祉センター 対令和4年7月～11月生まれの子どもとその家族 定各10組(申込順) 申7月20日から 関市コールセンター ☎042-770-7777

離乳食教室①スタート編②モグモグ編

①離乳食の講習、簡単な実習など②中期以降の離乳食の講習、相談など

日にち	時間	会場	対象
① 9月8日(金)	13時～14時、	ウェルネスさがみはら	令和5年3月・4月生まれの子どもとその家族
9月15日(金)		南保健福祉センター	
9月12日(水)	14時30分～	緑区合同庁舎	4年12月・5年1月生まれの子どもとその家族
② 9月26日(水)	15時30分	ウェルネスさがみはら	
9月27日(木)		南保健福祉センター	

定①各10組②各8組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申7月20日から 関市コールセンター ☎042-770-7777

健康相談

※タイトル横()内は相談員

①成人健康相談②母子保健相談(保健師)

①生活習慣病の予防、体の不調、更年期症状に関することなどの相談②妊娠・出産、子どもの健康などの相談

日にち	時間	会場
月～金曜日	8時30分～17時 (祝日等を除く)	緑区合同庁舎
		ウェルネスさがみはら
		南保健福祉センター
月曜日・木曜日		津久井保健センター★
火曜日		相模湖総合事務所★
水曜日	藤野総合事務所★	
金曜日	城山総合事務所★	

※希望者は直接会場へ(電話相談も可、★は来庁相談のみ) ①各保健センター 緑☎042-775-8816、中央☎042-769-8233、南☎042-701-7708、②各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

母と子の栄養相談(管理栄養士など)

乳幼児と妊産婦の食について ①9月④4日(月)②11日(月)③19日(火)①③9時～11時30分②13時～15時30分 ①緑区合同庁舎②ウェルネスさがみはら③南保健福祉センター ④7月20日から ⑤各子育て支援センター ①緑☎042-775-8829 ②中央☎042-769-8222③南☎042-701-7710

大人の食生活相談(栄養士など)

生活習慣病予防などに関する食生活の相談(面談か電話相談)

日にち	時間	会場	申込先
8月4日(金)	9時 9時45分 10時30分 11時15分	ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
8月9日(水)		南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
8月10日(木)		津久井保健センター	緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414
8月21日(月)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
8月23日(水)	13時 13時45分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
8月28日(月)	14時30分 15時15分	ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233

④7月19日から、☎で各申込先へ

妊活サポート相談 ①電話相談②オンライン面談(不妊・不育専門相談員)

①9月12日(火)②9時～11時30分③13時～15時30分 ※②ツールはWebex®を使用 ④7月18日から、☎でこども家庭課へ(②開催日前日まで。市☎からも可) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

①緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター、津久井保健センター、城山・相模湖・藤野総合事務所 ②障害のある乳幼児 ※申込時に日時・会場などを調整 ③7月18日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

こどもの歯科相談 ①電話相談②面談③オンライン面談(歯科衛生士)

④9月13日(水)9時～11時30分 ⑤②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 ④7月18日から、☎でこども家庭課へ(③は9月12日まで) ☎042-769-8345

歯科健康相談(歯科衛生士)

ブラッシング方法など歯のお手入れに関する相談 ④月～金曜日(祝日等を除く)9時～15時30分 ⑤緑区合同庁舎、ウェルネスさがみはら、南保健福祉センター ※申込時に日時・会場などを調整 ④7月18日から、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

もの忘れ相談(医師)

物忘れや認知症の相談 ④8月①8日(火)13時30分～15時②21日(月)10時～11時30分③28日(月)10時～11時30分 ⑤①緑区合同庁舎②南保健福祉センター③ウェルネスさがみはら ⑥各2人(申込順) ④7月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①緑☎042-775-8812②南☎042-701-7704③中央☎042-769-8349

がんに関する相談 がんピアサポート

がん体験者が自らの体験を基に相談に対応 ④8月①11日(水)②27日(日)10時～15時(各組1時間) ⑤①南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら(②は電話相談も可) ⑥がん患者やその家族 ⑦各4組(申込順) ④7月19日～8月①9日②24日に、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

くすりの相談

④8月17日(木)13時30分～15時(各回30分) ⑤ウェルネスさがみはら ⑥各2人(申込順) ④7月18日から、☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

骨密度測定つき!おうちで学べる!骨元気アップセミナー

骨粗しょう症予防についての講義動画を視聴後に、骨密度を測定 ④8月31日(水)9時30分～11時30分(各15分)(7月19日～8月30日に動画配信あり) ⑤ウェルネスさがみはら ⑥市内在住か在勤の今年度20歳～70歳になる人 ⑦各5人(申込順) ④7月19日～8月24日に、二次元コードから ⑧中央保健センター☎042-769-8233



禁煙チャレンジ

電話か面談で3カ月間禁煙をサポート(初回面談時、希望者に尿中ニコチン検査と呼気検査を実施) ④月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時 ⑤①緑区合同庁舎②津久井保健センター③ウェルネスさがみはら④南保健福祉センター ④7月18日から、☎で各保健センターへ ①緑☎042-775-8816②津久井☎042-780-1414③中央☎042-769-8233④南☎042-701-7708

精神保健相談(精神科医)

心の病気や治療の必要性についての相談 ④8月①8日(火)・25日(金)②21日(月)③28日(月)13時～14時 ⑤①南保健福祉センター②津久井保健センター③ウェルネスさがみはら ⑥かかりつけ医のいない人 ⑦各2・3人(申込順、調整あり) ④7月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①南☎042-701-7715②津久井☎042-780-1412③中央☎042-769-9806

みんなのアルコール相談(精神科医)

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対応 ④8月22日(火)10時～12時 ⑤けやき会館 ⑥市内在住か在勤でアルコールに関する悩みを抱える人とその家族 ⑦2組(申込順、調整あり) ④7月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

家族のためのコミュニケーション教室「ガーベラ」

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 ④8月16日(水)14時～16時 ⑤産業会館 ⑥市内在住か在勤で、ひきこもりの状態にある人やアルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人の家族 ⑦20人(申込順) ④7月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

思春期・ひきこもり相談(精神科医)

①思春期②ひきこもりに関連した相談に対応 ④8月21日(月)14時～16時 ⑤けやき会館 ⑥①13歳～17歳の精神的な悩みを抱える人とその家族②18歳以上のひきこもりの状態にある人とその家族 ⑦2組(申込順、調整あり) ④7月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

依存症家族教室「サブリ」

アルコール・薬物・ギャンブルの問題を理解し、その対応について学ぶ ④8月22日(火)14時～16時 ⑤市民会館 ⑥市内在住か在勤でアルコール・薬物・ギャンブルに関する悩みを抱える人の家族 ⑦10組(申込順) ④7月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

薬物・ギャンブル依存相談(精神科医)

薬物やギャンブルに関連した相談に対応 ④8月24日(木)10時～12時 ⑤けやき会館 ⑥市内在住か在勤で、薬物やギャンブルに関する悩みを抱える人とその家族 ⑦2組(申込順、調整あり) ④7月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

愛の献血

日にち	時間	会場
7月23日(日)、8月6日(日)・13日(日)・16日(水)	10時～12時、13時45分～16時	橋本駅北口 ペDESTリアンデッキ下
7月27日(木)、8月8日(火)・18日(金)	10時～12時、13時45分～16時	市役所前
7月29日(土)、8月5日(土)・12日(土)・15日(火)	10時30分～12時、13時45分～16時	相模大野駅前通り (コリドー通り)

④16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) ※希望者は直接会場へ。本人確認あり。所要時間40分程度(午前の混雑状況により、午後の開始時間を変更する場合あり) ⑤地域保健課

補聴器の購入費用を助成

⑥次の全てに該当する人

- 介護予防事業などへの参加とアンケートに回答できる
- 市内在住(グループホームなどの施設を除く)
- 補聴器を使う必要があると、医師から証明が得られる
- 身体障害者手帳(聴覚障害)を持っていないか対象でない
- 65歳以上(今年度65歳になる人を含む)
- 市民税非課税世帯

対象となるもの

- 補聴器本体
- ※次の場合は助成対象外 ○集音器 ○故障・修理やメンテナンス、リース費用 ○申請後、決定通知より先に購入したもの

助成金額

1人1台(上限2万円)

④申請書を直接、住んでいる地区の地域包括支援センターか、次の窓口へ

配布・申込窓口	電話番号
各高齢・障害者相談課	緑 ☎042-775-8812
	津久井 ☎042-780-1408
	中央 ☎042-769-8349
各福祉相談センター	南 ☎042-701-7704
	城山 ☎042-783-8136
	相模湖 ☎042-684-3215
	藤野 ☎042-687-5511



詳しくは市☎へ▶

⑤高齢・障害者支援課☎042-769-9249



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

乾電池(マンガン、アルカリ)は、一般ごみとは別にして、透明か半透明の袋に入れ、「乾電池の収集曜日」にごみ・資源集積場所の端へ出してください。

情報 あらかると

広報さがみはらは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、市圏などで確認を

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

お知らせ

サマージャンボ宝くじ発売中 宝くじは市内で購入を

☎8月4日(金)まで ※便利なインターネット販売も利用可。「宝くじ 公式サイト」で検索を ☎財政課

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ3千万円
(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月4日(火)2種類同時発売!

発売期間 7/4(火)~8/4(金)

公益財団法人神奈川県市町村振興協会

7月20日から相模大野駅前 図書返却ポストを設置

借りた本を24時間返却できる青いポスト 設置場所相模大野駅北口ペデストリアンデッキ「相模大野パブリックインフォメーション」横 返却できるもの●市内各図書館・公民館図書室などで借りた本 返却できないもの●ビデオ●DVD●CD●市外の図書館から取り寄せた本 ☎相模大野図書館 ☎042-749-2244

前年の収入が確認できない人へ 市・県民税申告書を発送

①8月上旬に令和5年度市民税・県民税申告書を発送 申告に必要な書類や書き方の記載例を同封。市圏からも作成可。申告をしないと、市の各種行政サービスが利用できない場合あり ☎市に住民登録があり(令和5年1月1日現在)、前年の収入状況を市が確認できない18歳以上

②次に該当する人も申告が必要 ●収入が全くなかったか、遺族年金、障害年金、雇用保険のみ●他の市区町村ですでに課税されている●1月1日現在、海外に住んでいた

③次に該当する場合で申告書が届いた人はお問い合わせを ●すでに確定申告か、市・県民税の申告をしている●市内在住の親族の扶養に入っている

【①②③共通】※市圏を参照か、お問い合わせを ☎市民税課



ルールを守って楽しい花火

- 注意書きや使用方法をよく読んで遊ぶ
 - ほかの人の迷惑にならない時間と場所を選ぶ
 - 事前にバケツと水を用意する
 - 燃えるもののない広い場所で遊ぶ
 - 終わった花火やごみは持ち帰る
- ☎危険物保安課



納期限は 7月31日(月)

- 国民健康保険税 第2期
 - 固定資産税、都市計画税 第2期
- 口座振替の申し込みは市圏か金融機関の窓口へ
- ウェブ申し込み、詳しくはこちら▶



成年後見制度専門相談

①行政書士②司法書士③税理士④社会福祉士 ☎8月13日(休)②10日(休)③24日(休)④31日(休)14時~15時 ☎①③あじさい会館 ②津久井総合事務所 ④南保健福祉センター ☎成年後見制度の利用を考えている人や、親族後見人、福祉施設の職員など ☎各2組(申込順) ☎開催日2日前までに、☎でさがみはら成年後見・あんしんセンター(市社会福祉協議会内)へ ☎042-756-5034

事業者説明会・都市計画説明会 素案の縦覧と公聴会

相模原汚物処理場(旧東清掃事業所)の都市計画の変更(廃止)について

①事業者説明会②都市計画説明会 ☎8月4日(金)19時から

③都市計画素案の縦覧・公述申出 ☎8月8日(火)~21日(月)(土・日曜日、祝日を除く)8時30分~17時15分

④都市計画公聴会 ☎8月25日(金)19時から

【①~④共通】☎①②④大野中公民館③都市計画課 ※希望者(④は傍聴のみ)は直接会場へ。③公述の申し出は郵送も可。申し出がない場合、④は中止。申し出方法などは市圏を参照か、お問い合わせを ☎①清掃施設課②③④都市計画課

分譲マンション無料相談窓口

長期修繕計画などマンションの維持・管理の相談に専門家が対応 ☎8月7日(月)13時30分~16時30分 ☎市役所第1別館 ☎市内分譲マンションなどの管理に関わる人 ☎3組(申込順) ☎7月19日~8月2日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

建築士による 自宅の無料耐震相談会

☎8月10日(休)13時30分~16時15分 ☎市役所第1別館 ☎3組(申込順) ☎7月19日~8月4日に、☎で建築政策課へ ☎042-769-8252

オンライン 教育研究発表会

市の教育研究や活動の実践などを発表 ☎8月21日(月)13時30分~16時30分 ☎市内在住か在勤・在学の人、教育関係者など ※ツールはWebex®を使用。発表内容などは、教育センター ☎7月31日まで、同所 ☎から ☎同所 ☎042-756-3647



募集

平和ポスターコンテスト作品

テーマ平和な未来(平和の大切さ、戦争の恐ろしさ、核兵器廃絶など) 入選者には賞状と記念品を贈呈するほか、作品や氏名などを市圏や展示などに掲載 ☎市内在住か在学の小・中学生 ※規格や申し込み方法などは、市圏を参照か、お問い合わせを 申込期限9月6日(必着) ☎国際課



美化コンクール作品 ①ポスター②標語

テーマ「不法投棄は犯罪です」「食品ロスを減らそう」 ☎市内在住か在学の小・中学生 ※規格や申し込み方法などは、市美化運動推進協議会 ☎を参照か、お問い合わせを 申込期限9月1日(必着) ☎同協議会事務局(資源循環推進課内)



福祉①ポスター②標語③作文

テーマ福祉に関すること ☎市内在住か、在勤・在学の①小学生~18歳②小学生③中学生 ※規格や申し込み方法などは、市圏を参照か、お問い合わせを 申込期限9月8日 ☎地域包括ケア推進課



明るい選挙啓発 ポスターコンクール作品

テーマ明るい選挙に関すること、投票参加を呼びかけること ☎市内在住か、在学の小中学生~高校生 ※規格や申し込み方法などは、市圏を参照か、お問い合わせを 申込期限9月8日(必着) ☎選挙課



道志川写真コンテスト作品

テーマ道志川(市内)の清流、動植物など四季を通じたさまざまな自然の景観 ※規格や応募方法などは、津久井生涯学習センター ☎を参照か、お問い合わせを 申込期間9月1日~17日(必着) ☎道志川写真コンテスト実行委員会事務局(同センター内) ☎042-784-2400



ソレイユさがみの活動

①ソレイユマルシェ展示・販売 展示・販売するハンドメイド作品 展示開館日の9時~21時50分 販売原則、毎月第2火曜日10時~15時 ☎次の全てに該当する作品●作者が市内か近隣市町村に在住・在勤・在学で、起業したい18歳以上●利用者本人のオリジナルハンドメイド作品●公共の場での展示に適している●1品1万円以下 ☎6人(申込順) ☎展示・販売=月1,000円、販売のみ=1回500円

②市民グループの企画 セミナー・講習会など、市民が自由に参加できる企画 助成額1グループ(3人以上)につき、講師謝礼金3万円まで(基準あり) ☎ソレイユさがみ(同所 ☎にも掲載)、各公民館(沢井・星が丘を除く) ※随時受け付け・審査。予算額に達した時点で募集を締め切り

【①②共通】☎①7月19日から、直接か☎、☎に6面上部の必要事項を書いて②7月19日~12月20日に、申請書を、ソレイユさがみへ ☎042-775-1775☎042-775-1776

県弁護士会人権賞候補者

☎県内で人権に関する活動をした個人・団体(自薦・他薦不問) ※申し込み方法などは、県弁護士会 ☎を参照 申込期限7月31日(必着) ☎同会 ☎045-211-7705



仕事と家庭両立支援 推進企業の表彰候補

制度や職場環境の整備など、仕事と家庭の両立に積極的に取り組む企業を表彰 ☎市内に本社か、主な事業所がある企業 ☎産業・雇用対策課(市圏にも掲載) ☎8月31日(必着) までに、応募用紙を同課へ



ファミリー・サポート・センター 会員

①利用会員 子育ての手助けを受けたい人。②への謝礼支払いあり 入会説明会

日にち	会場
8月2日(休)★、9月6日(休)	緑区合同庁舎
8月5日(出)、9月25日(月)★	南区合同庁舎
8月22日(火)、9月16日(出)	あじさい会館

☎10時30分から(★は13時30分から) ②援助会員 ①を手助けする人 ※講習会の日程などはお問い合わせを

【①②共通】☎市内在住か、在勤・在学で次に該当する人①小学生(障害がある場合は18歳)までの子どもがいて入会説明会に出席できる(妊娠中の人も相談可)②20歳以上で講習会に出席できる ☎☎か、☎に6面上部の必要事項、希望の会員種別、①は希望日を書いて、ファミリー・サポート・センターへ ☎042-730-3885☎famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp

イベント

公文書館企画展

兵事書類と馬-町村役場に残る馬匹書類から考える- 明治から昭和戦時期にかけての、軍事用に徴発された農耕馬や村人の生活の様子が分かる資料を展示 ☎7月24日(月)~10月31日(火) ☎☎公文書館 ☎042-783-8053

障害児・者作品写真展

写真・陶芸・木工・絵画などを展示 ☎8月1日(火)~8月3日(木)10時~20時(初日は10時30分から、最終日は15時まで) ☎イオン相模原ショッピングセンター1階パブリックスペース(南区古淵) ☎たんぼの家 ☎042-761-7788

平和・原爆ポスター展

昨年度の平和ポスターコンテスト入賞作品と平和を学ぶポスターを展示 ☎8月2日(火)~24日(木)8時30分~17時 ☎あじさい会館 ☎国際課

1日ウォーターパーク

1日限りの水の遊び場を開設。色水鉄砲鬼ごっこ(★)、ミニプール、ウォータースライダーなどあり ☎7月31日(月)11時~14時(★は13時から)〈小雨決行〉 ☎銀河の森プレイパーク(キャンプ淵野辺留保地内) ☎小学生以下(未就学児は保護者同伴) ※参加方法や持ち物、開催状況などは、同所 ☎を参照 ☎子どもの居場所づくり・相模原 ☎070-4497-4588



夏休み親子で一緒に消防体験

はしご車の乗車や放水などを体験。参加者には修了証と記念品進呈 時7月29日(出)10時～13時(荒天中止) 会消防指令センター 市内在住の小学校4～6年生とその保護者 定20組(申込順) 申7月19日～21日に、☎で予防課へ ☎042-751-9117

保育所・認定こども園 合同就職説明会

①時8月5日(出)12時30分～16時30分 会ユニコムプラザさがみはら 市内私立保育園・認定こども園園長会の茅さん(認定こども園ひかりキッズ内) ☎042-786-0670

②時8月26日(出)12時30分～16時30分 会ソレイユさがみ 市内就職支援センター ☎042-700-1618

【①②共通】市内の保育所などに就職を希望する人 ※希望者は直接会場へ。内容などは、市を参照

幼稚園などの就職説明会 就活・実習フェス

市内30園(予定)から就職先や実習先を探せる合同説明会 時8月6日(日)10時～14時 会ユニコムプラザさがみはら 市内の私立幼稚園・認定こども園などに就職を希望するか、実習先を探している人(公式LINEに登録が必要) ※登録などは、市幼稚園・認定こども園協会を参照 同協会 ☎042-751-3606



観葉植物の寄せ植え (ハイドロカルチャー)

土を使わない水耕栽培で観葉植物を管理する方法を学ぶ 時8月8日(火)10時～12時 会相模原麻溝公園 市内在住か通勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 定24人(申込順) 費3,000円 申7月18日～31日に、直接か☎、FAXに6面上部の必要事項を書いて、市まちみどり公社へ ☎042-751-6624 FAX042-751-2345

産業会館まつり

さがみはらプログラミングコンテスト ①発表会 時8月27日(日)13時から ②作品募集 テーマ「オリジナルプログラム」 市内在住か通勤・在学の18歳以下 定30人(選考) ③親子でITエンジニア体験 時8月26日(出)9時30分・13時・15時(各回90分) 年中～中学生とその保護者 定各回10組(抽選) 【①②③共通】会産業会館 申込期限 ②③ 8月4日 ※申し込み方法などは、同コンテストを参照 同所パソコン教室 ☎042-704-9888



さがみんキッズパーク (移動式子どもの遊び場)

親子で一緒に楽しめる遊び場 時8月①9日(火)②24日(日)10時30分・11時30分・13時15分・14時15分(各回45分) 会①青少年学習センター②杜のホールはしもと 定0歳6カ月以上の未就学児とその保護者 定各10組(申込順。1組4人まで) 申7月21日～①31日②8月14日に、市から(1家族1回限り。申し込み後の時間変更は不可) 会青少年学習センター ☎042-751-0091



障がいのある児童生徒のためのポニー乗馬

ポニーの世話や乗馬、餌やりなど 時8月12日(土)・19日(土)・26日(日)10時～11時30分、16時30分～18時 会相模原麻溝公園ふれあい動物広場 市内在住で障がいのある小・中学生(保護者同伴) 定各6人(抽選) 申7月29日～8月1日に、直接か、FAXに6面上部の必要事項、参加希望日時、ファクス番号を書いて、同所へ ☎FAX042-778-3900

相模原薪能

夏の風物詩として、日本古来の伝統芸能を鑑賞 演目能『土蜘蛛』ほか 時8月27日(日)13時30分～15時50分 会相模女子大学グリーンホール 定約1,500席(申込順) 費①500円(②無料席あり) 申7月①17日②29日10時から、☎でチケットMoveへ。チケットムーヴ.netからも購入可 ☎042-742-9999 同市民文化財団 ☎042-749-2207

カヌー体験会

時9月2日(土)・3日(日)10時～12時、13時～15時 会小倉(こだま)プール 小学生～60歳 定各20人(申込順) 費各1,000円 申7月20日から、直接か☎、FAXに6面上部の必要事項、参加日・時間帯(午前か午後)を書いて、同所へ ☎042-782-1122 FAX042-782-1123

名画鑑賞会

上映作品	日にち	時間
①『めし』	9月14日(木)	12時30分
②『流れる』		14時50分
③『二十四の瞳』	9月15日(金)	11時45分
④『野菊の如き君なりき』		15時
⑤『浪華悲歌』	9月28日(木)	12時40分
⑥『西鶴一代女』		14時30分

会①②③④国立映画アーカイブ相模原分館(中央区高根)⑤⑥サン・エールさがみはら 定①②③④各198人⑤⑥各222人(申込順) 費各500円(2作品で900円) ※窓口販売券などは、市を参照 申☎ 会チケットムーヴ.net、チケットぴあからも可 ☎042-742-9999 同優秀映画鑑賞推進事業実行委員会事務局(文化振興課内)

講演・講座

パソコン・スマホ無料体験

①パソコン・スマホ体験②プレ体験③④ゲーム作りでプログラミング体験⑤大人のプログラミング体験

日にち	時間
① 7月20日(木)・25日(火)・8月9日(火)	9時30分・10時30分・11時30分・13時30分・14時30分・15時30分(各回50分、1回のみ)
② 7月26日(火)・8月1日(火)・3日(木)	16時30分～17時
③ 7月26日(火)・8月1日(火)・3日(木)	17時30分・18時45分・20時(各回60分、1回のみ)
④ 7月27日(木)・8月3日(木)	18時45分・20時(各回60分、1回のみ)
⑤ 8月5日(土)・19日(土)	9時20分・10時30分・11時40分・14時・15時10分(各回60分、1回のみ)

会産業会館 定②年中～小学校2年生③小学校3年生～中学生④小学校3年生～高校生⑤18歳以上 定各3人(申込順) 申7月18日から、☎で同所パソコン教室へ ☎042-704-9888

夏休み交通安全教室

シミュレーターで自転車の正しい乗り方を学ぶ 時8月1日(火)～21日(月)(土・日曜日、8月11日を除く)10時～12時、13時30分～15時30分 会児童交通公園(鹿沼公園内) 小学生 ※希望者は直接会場へ 同交通・地域安全課

発達・知的障害者のための就労と生涯学習講座

働き続けるために大切な生涯学習について学ぶ 時①8月5日(土)②9月16日(土)13時～15時30分 会相模女子大学(南区文京)、オンライン(ツールはZoom®を使用) 定発達障害・知的障害のある中学生～30歳の人やその家族、教員、支援者 定対面=各100人、オンライン=各250人(申込順) 申7月19日～①30日②9月10日に、市から 同発達障害支援センター ☎042-756-8411



中高年再就職支援セミナー

①ミドル・シニアのための自己分析 自己理解から今後のキャリアを考える ②ミドル・シニアのための面接対策 面接機会を逃さないための対策を学ぶ 【①②共通】時8月15日(火)①9時30分～12時②13時30分～16時 会ユニコムプラザさがみはら 市内在住の40歳以上 定各40人(抽選) 申7月18日～8月8日に、はがきに6面上部の必要事項を書いて、パーソルテンプスタッフ「中高年のための再就職支援セミナー」係へ。シニア・ジョブスタイル・かながわからも可 〒220-0004横浜市西区北幸1-11-15横浜STビル5階 ☎050-5443-6627

さがまちカレッジ

横浜線と小田急線の敷設と沿線の変化 相模原・町田の鉄道から見た地域の歴史を学ぶ 時9月2日(出)10時～12時 会町田市生涯学習センター(町田市原町田) 定15歳以上(中学生を除く) 定24人(抽選) 費1,500円 同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)など 申8月2日(必着)までに、申込用紙をさがまちコンソーシアム事務局へ。同コンソーシアムからも可 ☎042-703-8535

デジタル人材育成講座

①情報セキュリティマネジメント取得養成講座(全5回) サイバー攻撃などの脅威から企業を守るための知識を学ぶ 時9月7日・21日、10月5日・19日、11月2日の木曜日18時30分～20時 会初回=産業会館、2回目以降=オンライン(ツールはZoom®を使用)

②ITパスポート取得養成講座(全9回) 情報や通信などの基礎を学ぶ 時10月3日～11月28日の毎週火曜日18時30分～20時10分(11月21日・28日は20時30分まで) 会産業会館

【①②共通】市内中小企業・小規模事業者の役員・従業員 定各20人(申込順) 申7月31日～8月21日に、相模原商工会議所から 同同所産業振興課 ☎042-753-8136



おわびと訂正

7月1日号8面に掲載した「サポステの相談・セミナー」の記事で、「①サポステ説明会&簡易相談会」の日にちに誤りがありました。おわびして次のとおり訂正します。
(誤)時7月20日(木)13時30分～16時30分
(正)時7月24日(月)13時30分～16時30分
同さがみはら若者サポートステーション ☎042-703-3861

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。

●陶好会 陶芸見学会 初心者への指導などもあり 時7月29日(出)、8月4日(金)・27日(日)、9月2日(出)9時～15時 会けやき体育館 同山本 ☎070-2827-4605

仲間 会費などは個別にお問い合わせください。

●混声合唱 時毎週土曜日14時から 会橋本公民館ほか ※見学可 同望月 ☎080-1049-4671



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



となりのまちから

町田市からのお知らせ

家族・仲間と夏を満喫しませんか

相模原市民も利用できる町田市の施設を紹介します。予約は☎各施設へ

町田市自然休暇村(長野県南佐久郡川上村大字秋山)

標高1,400mにある施設。相模原市民はお得な料金で宿泊できます。キャビンやテントサイトもあります。



同所 ☎0120-55-2838

Nature Factory 東京町田(町田市相原町)

バーベキューやキャンプなどアウトドアが楽しめます。



同所 ☎042-782-3800



町田市自然休暇村

AIスタッフ総合案内サービス

AIが質問にお答えします。



市コールセンターから

ちよっとお知らせ コンビニエンスストアのマルチコピー機では、マイナンバーカードを利用して住民票の写し、印鑑登録証明書、課税証明書、納税証明書などを取得できます。

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

ちびっこライフガード

ライフガード体験を通じて、プールの安全管理について学ぶ 時8月5日(土)・19日(土)10時～13時 対小学生 定各5人(抽選) 費各600円 申7月24日(必着)までに、往復はがき(1教室1人1枚)に8面上部の必要事項を書いて同所へ

サン・エールさがみはら

〒252-0131 緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665

夏休み親子映画鑑賞会

演目『ドナルドダックとゆかいなペンギン』ほか 時7月26日(木)10時～11時45分 定220人(先着順) ※希望者は直接会場へ

ソレイユさがみ

〒252-0143 緑区橋本6-2-1 ☎042-775-1775 FAX042-775-1776

①さんかくサロン

話し合いを通して多様な価値観に触れる、男女共同参画の気付きの場 時8月14日(月)10時～11時30分 定20人(申込順)

②ソレイユマルシェ

手作り品の販売とワークショップ 時8月15日(火)10時～15時 ※希望者は直接会場へ

③子育ておしゃべりサロン

自分らしい子育てを見つける場 時8月21日(月)10時30分～11時45分 対1歳未満の子どもの保護者 定7組(申込順)

④働くあなたの睡眠の質向上セミナー 目覚めスッキリ!仕事も効率アップ

睡眠の大切さ、睡眠の質を改善する方法、より健康的な日常生活を過ごすために役立つヒントなど 時8月26日(土)13時30分～15時30分 対就業中か求職中の人 定20人(申込順)

【①③④共通】※①④未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) 申7月19日から、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項と、①④保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と月齢)、③子どもの氏名(ふりがな)と月齢を書いて同所へ。同所☎からも可

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 海の生き物に学ぶ新しいCO₂削減技術?

時7月22日(土)14時～15時 ※希望者は直接会場へ

市体育館(市役所前)

〒252-0236 中央区富士見1-2-15 ☎FAX042-769-5201

シェイプアップエクササイズ(全8回)

時9月7日～10月26日の毎週木曜日14時～15時 対15歳以上(中学生を除く) 定30人(申込順) 費4,800円 申8月1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

東林ふれあいセンター

〒252-0311 南区東林間1-22-17 ☎042-745-7660

現役SEが教える!プログラミング教室

プログラム言語Scratchでゲームを楽しくプログラミング 時8月17日(木)10時～12時 対Windows®パソコン(OSは10以上を推奨)を持参できる小学校3年生以上(小学生は保護者同伴) 定15人(申込順) 費500円 申7月20日～8月10日に、直接か☎で同所へ

星を見る会

夏の星空を望遠鏡で観察。プラネタリウム解説員が星空を解説 時8月24日(木)19時～21時 定15組(申込順) ※中学生以下は保護者同伴 申7月20日～8月17日に、直接か☎で同所へ

広報さがみはらは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☎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

老人福祉センター若竹園

〒252-0334 南区若松2-1-38 ☎042-746-4622

まちかど講座 歴史探訪展示解説会・ミニ展示 相模原にもあった!?徳川家康ゆかりの地

博物館学芸員が展示を解説 時8月5日(土)10時～11時 対市内在住の60歳以上 定20人(申込順) 申7月19日～8月2日に、直接か☎で同所へ
ミニ展示 時8月5日(土)～27日(日)

図書館(中央区)

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-754-3604

夏休みほっこり紙芝居会～みんなでつくろう おばけふうせん～

『おばけちゃんことこ』などの紙芝居の実演と、紙コップ、ストロー、ビニール袋を使ってお化け風船を作る 時8月6日(日)10時30分～11時10分 対小学生以下の子どもとその保護者 定40人(申込順) 申7月20日～30日に、直接か☎で同所へ

相模大野図書館

〒252-0303 南区相模大野4-4-1 ☎042-749-2244

夏のこわ～いおはなし会

ろうそくの明かりだけの真っ暗な部屋で怪談を聞く 時8月9日(火)15時～16時 対小学生 定40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

夏のたのし～いおはなし会

大型絵本やエプロンシアター(エプロンを使った人形劇)など 時8月18日(金)10時30分～11時10分 対小学校3年生以下の子どもとその保護者 定40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

プラネタリウム「おためしタイム」

テーマ月を眺めよう! 時9月24日までの日曜日、祝日等12時～12時10分 定各210人(先着順) ※希望者は直接会場へ

中央地区 子どもと大人 共に学ぶ宇宙教室 公開講座

時7月30日(日)14時～15時 定50人(先着順) ※希望者は直接会場へ

ワークショップ いろいろな砂を顕微鏡で見よう

時8月4日(金)10時～16時 ※希望者は直接会場へ

探検!発見!クイズラリー

時8月4日(金)～6日(日)10時～16時 ※希望者は直接会場へ

講演会 きっと火山は生命誕生のエネルギー源

地球の火山と、惑星や衛星の火山の違いなどについて紹介 時8月11日(木)14時～16時 講師 山崎 敦さん(JAXA宇宙科学研究所准教授) 定200人(先着順) ※希望者は直接会場へ

ナイトプラネタリウム&観望

プラネタリウム投影や天体望遠鏡を使った観望会 時8月①13日(日)②26日(土)20時～21時30分 定①100人②80人(申込順。1組4人まで) 費各500円(4歳～中学生200円、65歳以上250円(要証明書)) ※観望のみは無料。中学生以下は保護者同伴。車いすで入れない場所あり 申7月20日～開催日前日に、同所☎から

旧石器ハテナ館

〒252-0245 中央区田名塩田3-23-11 ☎042-777-6371

夏休み体験教室 ぐだいて・つぶして・絵をかいて～縄文人と岩絵具の世界～

相模川の石などから天然顔料を作り、彩色体験を通して岩絵具の具の世界を知る 時8月5日(土)13時30分～15時30分 対小学校4年生以上(小学生は保護者同伴) 定25人(申込順) 費500円 申7月20日から、直接か☎で同所へ

相模原ギオンアリーナ

〒252-0328 南区麻溝台2284-1 ☎042-748-1781

体力測定(健康長寿のための身体年齢チェック) 北里大学介護予防研究チーム監修 時8月22日(火)・23日(水)8時30分～10時30分、9時30分～11時30分、10時30分～12時30分、13時～15時、14時～16時、15時～17時 対65歳以上 定各18人(抽選) 費各1,500円 申7月20日～8月8日(必着)に、往復はがき(1人1枚)に8面上部の必要事項、希望日時(第2希望まで)を書いて同所へ

全身の筋膜をほぐそう(全4回)

時9月6日～27日の毎週水曜日10時～11時 対15歳以上(中学生を除く) 定30人 費3,000円 申7月20日～8月22日(必着)に、往復はがき(1人1枚)に8面上部の必要事項を書いて同所へ

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

催し名	日にち	時間	対象・定員(抽選)・費用
①リラックスヨガ	〈全15回〉	毎週火曜日 9月5日～12月12日	対18歳以上(高校生を除く) 定各24人 費各1万2,000円
②シェイプアップヨガ		毎週水曜日 9月6日～12月13日	対18歳以上(高校生を除く) 定24人 費1万2,000円
③動くヨガ		毎週木曜日 9月7日～12月21日	対18歳以上(高校生を除く) 定24人 費1万2,000円
④ベーシックヨガ		(11月23日を除く)	対18歳以上(高校生を除く) 定24人 費1万2,000円

※同所を参照 ④8月5日までに、同所から

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
はじめてのバタフライ	7月24日(月)	12時30分～13時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費600円
幼児初めて水泳水慣れ～顔付け		16時～17時	対オムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費300円
小学生水泳・クロールを泳ごう		17時30分～18時30分	対小学生 定35人 費300円
幼児苦手克服水泳〈全3回〉	7月25日(火)～27日(木)	16時～17時	対水慣れ～けのびが苦手なオムツの取れている3歳以上の未就学児 定20人 費1,650円
小学生苦手克服水泳〈全3回〉		17時30分～18時30分	対初心者かクロール・平泳ぎが苦手な小学生 定35人 費1,650円
ジュニア競泳スタート	7月27日(休)	10時30分～11時30分	対小・中学生 定20人 費550円
競泳スタート	8月3日(休)	10時30分～11時30分	対小・中学生 定20人 費550円
水中撮影フォームチェック	8月1日(火)	10時30分～11時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,100円
平泳ぎ集中水泳〈全3回〉	8月2日(水)	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)
夏休み短期水泳〈全4回〉	8月7日(月)～10日(木)	12時30分～13時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定30人 費3,300円
		9時～10時	対小・中学生 定35人 費1,200円
		11時～12時	対小・中学生 定35人 費1,200円
		13時30分～14時30分	対小・中学生 定35人 費1,200円
幼児リトミック〈全4回〉	毎週火曜日 8月1日～29日	15時30分～16時15分	対年少～年長 定10人 費3,300円
	(8月15日を除く)		
親子リトミック	毎週水曜日 8月2日～30日	9時45分～10時30分	対2歳～年少とその保護者 定各12組 費各880円
	(8月16日を除く)		
	毎週木曜日 8月3日～31日	9時45分～10時30分	対自立歩行できる乳児～年少とその保護者 定各12組 費各880円
紙バンドでカゴ作り★	8月19日(土)	10時45分～11時30分	対0歳2カ月以上の乳児(歩行前)とその保護者 定各12組 費各880円
		10時～12時	対小学生以上(小学校1～3年生は保護者同伴) 定20人 費1,760円

④7月19日から、直接か☎で同所へ。★は7月19日～8月18日に直接か☎で同所へ

銀河アリーナ

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6 ☎042-776-5311

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用など
①エコクラフトでかご作り教室	7月29日(土)	9時30分～12時、13時30分～16時	対18歳以上 定各5人 費各800円
②玉ねぎの皮で染め物体験教室	8月6日(日)	9時30分～12時	定12人 費800円 ※小学生以下は保護者同伴

④7月20日から、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 FAX042-777-0161
✉asamizo-stadium@dream.jp

催し名	日にち	時間	対象・定員(申込順)・費用
①プリザーブドフラワー 中級～角長皿にアレンジ	8月17日(木)	13時～15時	対18歳以上(高校生を除く) 定各24人 費各5,000円
	8月24日(木)	13時～15時	
②スクラップブックづくり	8月20日(日)	13時～14時30分	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人 費2,000円
③インスタントカメラでアルバム作成教室	8月20日(日)	10時～12時	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人 費2,000円
④福田恭巳さん総合監修スラックライン	8月23日(水)	19時15分～20時45分	対5歳以上(小学生以下は保護者同伴) 定20人 費1,000円
⑤ナイトヨガ	8月24日(木)	19時～19時50分	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定50人 費1,000円

④7月19日～①開催日1週間前②③7月19日～8月15日に、①②③同所「イベント&教室」ページから。④⑤7月19日～開催日前日に、直接か☎、FAX、✉に8面上部の必要事項を書いて同所へ



相模原のスポーツ選手を応援しよう!



SC相模原 (サッカー・J3リーグ)

時①7月22日(土)②8月5日(土)③8月19日(土)18時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ①FC今治②カマタマーレ讃岐③Y.S.C.C.横浜
☎SC相模原☎042-705-7074
※試合情報は変更となる場合があります。その他の試合日程などはチームの☎を参照

3戦でサマーフェス開催! 夏の思い出を作ろう!

- ①エナジーフェス 夜空に花火が上がる!
- ②新フードイベント 鶏肉料理のブースが多数出展!
- ③本市ホームタウンデー 市民1,000人無料招待!
- 対市内在住か在勤・在学の人 定1,000人(抽選)
- ④7月31日までに、右記二次元コードから



申し込みはこちら▲

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

詳しくは同協会☎を参照



スポーツチャンバラ夏の体験会

時①7月22日(土)、8月②4日(金)③5日(土)④⑤9時30分～11時⑥19時～20時30分
会①市体育館(市役所前)②相模原ギオンアリーナ③ほねごりアリーナ(北総合体育館) ※希望者は直接会場へ

夏休みジュニアボウリング教室(全3回)

時①8月14日(月)～16日(水)16時～18時②8月15日(火)～17日(木)10時～12時 会①相模ファーストレーン(中央区相模原)②相模原パークレーンズ(中央区相模原) 対市内在住か在学・在園の年長～中学生 定各20人(申込順) 費各1,500円 ④7月19日

～8月7日に、直接か☎、FAXに、8面上部の必要事項を書いて各会場へ ①☎042-755-1088FAX042-754-1503②☎042-755-1110FAX042-755-1100

社交ダンス講習会(全7回)

種目ワルツ、タンゴ、スローフォックストロットなど 時9月6日～10月18日の毎週水曜日19時30分～21時30分 会市体育館(市役所前) 対市内在住か在勤・在学の人 定25人(申込順) 費1,000円 ※市ダンススポーツ連盟☎を参照 ④7月19日～9月5日に、☎か✉に8面上部の必要事項を書いて同連盟の岡本さんへ ☎080-1034-2908✉tokamoto2@gmail.com

紙面の内容がスマホで読めます



マイ広報さがみはら



カタログポケット広報さがみはら



緑区 中央区 南区

3区 特別企画

みんな来てね!

石原 緑区長 菅野 中央区長 加藤 南区長

上溝夏祭り

時 22日(土)18時から
23日(日)14時30分から
(荒天中止)
会 上溝商店街通り
※当日交通規制あり。駐車場はありませ
ないので公共交通機関の利用を



見どころ

江戸時代末期から続く「上溝夏祭り」は、令和元年以来の開催。たくさんのお祭りが集結します。



上溝夏祭り実行委員会
副会長 亀崎 武さん
地区ごとに神輿の個性があり、上溝本町交差点前で盛り上がるの最高潮を迎える「もみ」が見どころです。



7月22日(土)
23日(日)

さがみ湖湖上祭花火大会

8月1日(火)



時 18時45分～20時40分
(荒天中止)
湖上囃子 18時45分から
花火大会 19時30分から
会 県立相模湖公園
※有料駐車場あり
問 さがみ湖湖上祭花火大会実行委員会事務局(相模湖観光協会内) ☎042-684-2633



見どころ

約4,000発の花火が夜空を彩ります。打ち上げ場所と観覧場所が近く、すぐそばに花火が落ちてくるような迫力に圧倒されます。ラストのナイアガラも幻想的です。

小倉橋灯ろう流し

8月16日(水)



時 18時30分～20時30分
(雨天・河川増水時は中止)
会 小倉橋下
※灯ろうは、実行委員会や協力店などで販売(前売りは1,200円、当日1,500円)
※シャトルバス運行、無料臨時駐車場あり

見どころ

小倉橋のたもとから相模川に流される約700基の灯ろう。さまざまな願いを込めてとまされた温かい明かりで幻想的な雰囲気漂います。

イベント満開! 相模原のアツい夏を楽しもう

つくい中野夏祭り



7月29日(土)

時 御興渡御・山車運行 29日(土)12時～21時
会 緑区中野商店街通り(大沢交差点～日赤前交差点周辺)
問 つくい中野夏祭り実行委員会の宮本さん ☎090-2218-3092

見どころ

中野の夏を彩る伝統行事。1トンを超え大御輿の渡御と各自治会自慢の6台の山車による競演。夕方には幻想的な提灯の明かりの下、壮大なお囃子のたたき合いがあり、必見です。

橋本七夕まつり



8月4日(金)
5日(土)
6日(日)

時 14時～21時(6日は20時30分まで)(荒天中止)
会 橋本七夕通りほか
問 橋本七夕まつり実行委員会事務局(橋本商店街協同組合事務局内) ☎042-772-2543

見どころ

4年ぶりの通常開催。色とりどりの七夕飾りの掲出や屋台の出店、ステージイベントが開催されます。



相模原納涼花火大会

8月26日(土)

時 13時～21時
ステージイベント 13時から
花火打ち上げ 19時から
(荒天時27日に順延。27日に実施できない場合は中止)
会 相模川高田橋付近
※有料エリアの入場にはチケットの購入が必要です。

見どころ

相模川の夏の風物詩。今年は記念の第50回大会です。例年、約1万発の花火が観客を魅了します。チケット情報など詳しくは大会館をご覧ください。



相模大野もんじえ祭り

8月26日(土)
27日(日)



見どころ

4年ぶりの通常開催。プロのミュージシャンのステージライブや地元飲食店の屋台が並びます。詳しくは相模大野もんじえ祭り公式ページをご覧ください。

時 14時～21時(荒天中止)
会 相模大野中央公園

開催情報はここでチェック

問い合わせ先の記載がない催しの開催情報は、市コールセンターでお知らせします。
市コールセンター ☎042-770-7777

東林間サマーわあ!ニバル

8月5日(土)
6日(日)



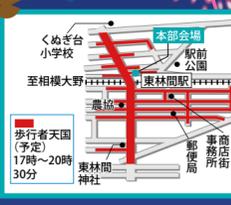
時 5日(土)17時15分～20時
6日(日)17時20分～20時
(荒天中止)
会 東林間駅前大通り(シャンテ大通り)ほか
※交通規制は17時～20時30分



東林間サマーわあ!ニバル実行委員会
実行委員長 田中 武さん
東林間が阿波踊りの熱気に包まれるサマーわあ!ニバル。4年ぶりに開催します。ぜひともご覧ください。

見どころ

阿波踊りの地元連に加え、本場徳島や東京の高円寺の団体も参加する阿波踊りの祭典。飛び入り参加も可能な「にわか連」など、イベントに訪れた人も一緒に踊りを楽しめます。



大野北銀河まつり

8月5日(土)
6日(日)



時 5日(土)11時～20時
6日(日)10時～20時
会 鹿沼公園
※当日は児童交通公園(鹿沼公園内)の一般利用ができません。
問 大野北銀河まつり実行委員会の森光さん ☎090-8113-6462

見どころ

メインステージで音楽演奏やダンスパフォーマンスが見られるほか、地元商店街などの模擬店が並びます。

<p>緑区 人口 167,980人(101減) 世帯数 76,761世帯(10増) 男 84,367人/女 83,613人 問 緑区役所区政課 ☎042-775-8802</p>	<p>中央区 人口 274,606人(57増) 世帯数 129,542世帯(153増) 男 137,067人/女 137,539人 問 中央区役所区政課 ☎042-769-9802</p>	<p>南区 人口 282,876人(31増) 世帯数 137,760世帯(118増) 男 139,712人/女 143,164人 問 南区役所区政課 ☎042-749-2134</p>
--	---	---

令和5年6月1日現在()内は前月との増減 令和2年国勢調査に基づく推計人口

緑区からのお知らせ

謎を解いて封印されたミウルを開放せよ

タスケテ...

謎解きスポット

- 小倉橋下
- 芸術の道
- 串川地域センター

緑区内12カ所にあるスポットを訪れて謎解きをしよう。謎を解いてミウルを助けた人には、さがみ湖リゾート プレジャーフォレストのフリーパス、緑区特産品詰め合わせなど、プレゼントが抽選で当たります。

開催期間 8月31日(土)まで

詳しくは二次元コードをチェック

8月1日(火) 藤野やまなみ温泉リニューアルオープン

自然を楽しみながらの温泉は気持ちいいね!

市営の天然温泉施設



所在地 緑区牧野4225-1
開館時間 10時~21時
休館日 毎週水曜日(祝日等を除く)
費 750円(小学生・障害者(要証明書)380円)
問 ☎042-686-8073



▲施設図



リニューアルポイント

- ロウリュと遠赤外線サウナを導入
- フローリングにはさがみはら津久井産材を使用
- 食堂の厨房を拡張し、食事メニューを充実
- 料金改定で1日利用しても料金変動なし!



人気メニューは生姜焼き定食

特徴

泉質 ナトリウム・カルシウム-塩化物・硫酸塩泉
低張性 アルカリ性 温泉、PH9.0
泉温 約36.0度
効能 神経痛、関節痛、皮膚乾燥症など



サウナはフィンランド式のロウリュに!



さがみはら津久井産材のフローリングはいい香り!



支配人 名久井孝昭さん

藤野やまなみ温泉は、一切水を加えない源泉100%。良質な成分が豊富に含まれています。
リニューアルを記念して8月はポイント3倍、そして1日・2日は半額で利用できますので、新しくなった藤野やまなみ温泉に、ぜひお越しください。

※ポイント10個で1回入館券、100個で5回入館券と粗品をプレゼント

アクセス

車

中央自動車道「相模湖IC」から約15分
→国道20号線「日連入口」から約10分

バス

藤野駅から神奈川中央交通バス
「やまなみ温泉」行き乗車約15分
「やまなみ温泉入口」バス停
下車、徒歩2分



問 緑区役所区政策課 ☎042-775-8852

