

子どもも、大人も、 碁盤の前に

囲碁棋士
しばのどらまる
芝野虎丸十段
ホームタウン
アーティスト
第1号に認定

虎丸カップ 相模原囲碁大会を開催

囲碁大会のほか、マルシェや囲碁体験会など
誰もが楽しめるイベントです。ホームタウン
アーティスト認定式もあります。

日時 **12月7日(日)10時～17時**

会場 **市民会館**

※囲碁大会は事前申し込みが必要
■11月23日までに、二次元コードから



写真 昨年の虎丸カップの様子

- 2面 素晴らしい功績をたたえて
市民文化表彰など
- 12面 人事行政の運営などの状況を公表



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

FAX

042-770-7766

8時～21時 年中無休

※品質向上のため、通話を録音しています。

市からのお知らせや
イベント情報などは



◀市HP



Hot information

旬の情報HOT infoさがみはら

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HPなどで確認を

▲市HP

素晴らしい功績をたたえて 11月20日の市制記念日に表彰

市政の進展や公共の福祉の増進、文化の向上、スポーツの振興などの功労に対して表彰します(敬称略・順不同)。

市民文化表彰



石井 望 (中央区)

多年にわたり郷土史の研究に尽力され、本市の歴史を後世に伝えていく活動を通して、市民の郷土意識の高揚と生涯学習の普及に寄与するなど、市民文化の進展に貢献されました。



田所節代 (中央区)

多年にわたり更生保護活動や青少年の健全育成活動に尽力され、市更生保護女性連盟会長として、女性の立場から明るい社会の実現に寄与するなど、市民文化の進展に貢献されました。

守屋 守 (中央区)

●防犯活動

長谷川昌夫 (南区)

山下利麿 (緑区)

吉田恒久 (南区)

●産業振興活動

小山秀文 (緑区)

杉本祥一 (川崎市)

関戸和浩 (中央区)

橋元雅敏 (東京都)

畝住悦子 (中央区)

●相模の大風文化保存会活動

川崎勝重 (南区)

吉澤美芳 (南区)

●農業振興活動

小川和男 (中央区)

田所幹雄 (南区)

土屋國美 (緑区)

山口重久 (緑区)

山本 静 (緑区)

●公民館活動

加賀谷育子 (中央区)

佐藤茂子 (緑区)

末永曉子 (中央区)

高井登志子 (緑区)

武井孝夫 (緑区)

西澤正治 (南区)

藤井行雄 (緑区)

●PTA活動

中村岳彦 (中央区)

●生涯学習活動

長池慶子 (南区)

●スポーツ活動

河野秀夫 (横浜市)

佐々木英典 (中央区)

千田千代治 (南区)

徳田正朗 (南区)

●スポーツ推進委員活動

石田 貴 (緑区)

落合輝夫 (緑区)

栗原 収 (緑区)

小山裕介 (南区)

立入 進 (中央区)

平泉敏明 (緑区)

平田美智子 (緑区)

水野正樹 (南区)

●明るい選挙推進協議会委員活動

落合仲子 (緑区)

●消防団活動

石井宣利 (緑区)

太田修二 (緑区)

川崎敬一 (南区)

杉本岳人 (緑区)

壽崎祐子 (中央区)

三宅崇之 (中央区)

安室 洋 (緑区)

●土地区画整理審議会委員活動

田所昇司 (南区)

横田廣司 (南区)

●老人クラブ活動(団体)

ゆめクラブ交楽会

ゆめクラブ桂寿

相原森和会

●交通安全活動(団体)

大沢地区交通安全母の会

文化・スポーツ表彰

●スポーツ競技

小谷優奈 (北海道 カーリング)

小堀優加 (緑区 競泳)

齋藤康祐 (緑区 カヌー)

齋藤彰太 (緑区 カヌー)

坂井 丞 (緑区 飛込)

中川善博 (緑区 スカイランニング)

中谷潤人 (緑区 ボクシング)

西山未奈美 (東京都 陸上)

榛村 慧 (南区 ショートトラック
スピードスケート)

●芸術文化活動(団体)

相模原市民吹奏楽団 (音楽)

田名中学校吹奏楽部 (音楽)

●スポーツ競技(団体)

青山学院大学硬式野球部

(野球)

青山学院大学陸上競技部長距離

離ブロック (陸上)

自治功勞表彰

渡部俊明 (中央区)

石川 達 (南区)

秋本 仁 (緑区)

羽生田 学 (南区)

鈴木晃地 (南区)

高橋三行 (中央区)

市政功勞表彰

●統計調査員活動

大用友子 (緑区)

佐藤茂子 (南区)

●民生委員・児童委員活動

秋葉由賀里 (南区)

倚水能生 (中央区)

内田涼子 (中央区)

大井上敦子 (南区)

神谷静枝 (中央区)

志方小夜子 (南区)

菅原良美 (緑区)

山口洋美 (南区)

山口由美子 (緑区)

●保護司活動

篠崎 修 (中央区)

●社会福祉活動

赤間芳子 (中央区)

岸 茂子 (中央区)

●地域医療活動

安藤典幸 (中央区)

重廣世紀子 (東京都)

田中富美子 (中央区)

●歯科医療活動

鈴木英朗 (東京都)

●老人クラブ活動

齋藤弘文 (緑区)

関田勝利 (中央区)

吉倉孝夫 (中央区)

●健康づくり普及員活動

松田正則 (中央区)

●食生活改善推進活動

池上ふみ子 (緑区)

奥村芳江 (緑区)

●青少年健全育成活動

鈴木千景 (緑区)

渡邊砂千子 (南区)

●スカウト活動

梅津みな子 (緑区)

橋本 操 (南区)

●行政相談委員活動

中島 健 (緑区)

●自治会活動

生明忠雄 (中央区)

安部 進 (南区)

石井冬樹 (緑区)

市川 功 (南区)

江藤雅文 (緑区)

小川一郎 (南区)

小川邦生 (緑区)

小俣 守 (緑区)

笠原昌昭 (中央区)

柏 信 (中央区)

金井勝男 (中央区)

金ヶ江 實 (中央区)

久保芳夫 (緑区)

小島盛生 (緑区)

佐藤裕幸 (緑区)

佐藤幸男 (緑区)

清水英文 (緑区)

清水正俊 (緑区)

鈴木敏司 (南区)

高野清和 (中央区)

滝澤孝明 (緑区)

田村久司 (南区)

丹波晴道 (中央区)

鳥海千秋 (中央区)

中島勝平 (南区)

鳴島 昇 (南区)

成瀬 忠 (緑区)

西村秀和 (中央区)

新國 満 (南区)

萩生田秀利 (南区)

原 昌美 (緑区)

蛭川新一 (緑区)

吉成成子 (南区)

佳山 清 (南区)

●人権擁護委員活動

大貫 満 (緑区)

●男女共同参画活動

湯田里子 (中央区)

●交通安全活動

小野寺義行 (緑区)

茅 祐司 (中央区)

高崎 直 (緑区)

原 規市 (緑区)

穂苅健二 (南区)

問秘書課 ☎042-754-1111(代表)

出場者・観覧者募集

NHKのだ自慢が本市にやってくる

ぜひ参加して、皆さんの歌声を全国に届けましょう。また、放送日当日の観覧者も同時に募集します。

①出場者の募集

予選会 ㊦1月31日(土)選考=12時から 結果発表=17時30分から(予定) ㊦歌唱がアマチュアの中学生以上(中学生は保護者同伴) ㊦200組程度(選考。1組4人まで。1人での参加も可) ㊦12月15日23時59分までに、NHKサイトから ※応募後の曲目・出場者変更は不可。本選出場は20組程度

本選 ㊦2月1日(日)11時50分から

会相模女子大学グリーンホール



②観覧者の募集

㊦2月1日(日)11時50分から ※当選者には郵送で通知。入場整理券を送付。入場整理券は3歳以上から必要、1枚で2人まで入場可 ㊦1月7日23時59分までに、NHKサイトから

【①②共通】※電話や郵便はがきでの申し込みは受け付け不可。応募は1人につき1件まで。18歳未満は保護者の同意が必要。落選は1月16日15時以降に、メールで通知

テレビ・ラジオの前でも応援しよう

㊦2月1日(日)12時15分から NHK総合テレビ、ラジオ第1、NHK・FM、国際放送
ゲスト 堀内孝雄、島津亜矢



▲詳しくはこちら

問出場について=NHK横浜放送局 ☎045-212-2822(土・日曜日、祝日等を除く10時~17時)

観覧について=相模女子大学グリーンホール ☎042-749-2200(9時~17時)



九都県市受動喫煙防止対策共同キャンペーン

吸わない人に吸わせていませんか？

本人が喫煙していなくても、他人のたばこの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。

受動喫煙は次の病気のリスクを高めます

- 脳卒中
- 虚血性心疾患
- 肺がん
- 乳幼児突然死症候群(SIDS) など

受動喫煙での
年間死亡者数は
推計で約1万5,000人！

※出典：厚生労働省ホームページ

間違えやすい受動喫煙防止対策

次の方法では、受動喫煙を防ぐことはできません。

ベランダで吸う	換気扇の下で吸う	加熱式たばこを吸う
近隣の家にたばこの煙が 流れる可能性あり	有害物質を除去し きれない	紙巻きたばこと同様に、 有害物質が発生

受動喫煙をなくすためには

- ★車内に子どもや非喫煙者がいるときは喫煙しない
- ★人が集まりやすい
場所では喫煙しない
- ★子どもや妊婦など、特に配慮が必要な人が集まる
場所の近くでは喫煙しない

問健康増進課☎042-769-8055

高等学校での修学を応援します

返済不要

高校生向け奨学金

①市奨学金(給付型)

給付額 入学支度金=2万円、修学資金=年間最大10万円

※市内在住で次の全てに該当する人

- 令和8年度に高等学校などに進学予定
- 7年度の市・県民税所得割額が0円の世帯(生活保護利用世帯を除く)

※3月11日(必着)までに、申請書と必要書類を学務課へ

②市岩本育英奨学金

給付額 修学資金=月額1万2,000円、進学・就職等準備金(2学年次末)=3万円

※市内在住で次の全てに該当する人

- 8年度に高等学校などに進学予定
- 世帯所得が就学奨励金を受けることができる人と同程度
- 中学校3年生(義務教育学校9年生)2学期か前期の成績が、各教科3以上で全教科平均4.0以上(5段階評価)

※定7人(選考)

※12月1日～1月9日に、願書と必要書類を、市立中・義務教育学校の生徒は在学の学校へ、その他の人は学務課へ

【①②共通】※学務課、各市立中・義務教育学校(市HP)にも掲載。

①のみ各公民館もあり) ※①②併願可(給付はいずれか)。詳しくは市HPをご覧ください。

▲詳しくはこちら

問市コールセンター☎042-770-7777



明るい選挙を推し進めましょう

「明るい選挙」とは、誰にも邪魔されずに、自分の考えで正しく投票できる選挙です。選挙犯罪や義理などでゆがんだ選挙ではなく、私たちの意思が政治に正しく反映される選挙を推し進めましょう。

明るい選挙推進大会

推進協議会員への感謝状の贈呈式を実施します。また、啓発ポスターコンクールの表彰式と作品の展示や、田名中学校吹奏楽部の演奏などがあります。

※12月6日(土)10時～11時30分

※会場 あじさい会館

※希望者は直接会場へ

啓発ポスターコンクール入賞作品展示会

期 間	会 場
11月19日(水)～27日(木)	相武台まちづくりセンター
12月9日(火)～19日(金)	南区合同庁舎
1月10日(土)～18日(日)	津久井中央公民館
1月20日(火)～23日(金)	シティ・プラザはしもと
1月24日(土)～2月13日(金)	市役所本庁舎



▲市立小学校児童が描いた
昨年の最優秀賞作品

問選挙課☎042-769-8290

ガス漏れ事故を防ぎましょう

ガス漏れが起こると、爆発や火災につながる危険性があります。ガス漏れ対策を見直しましょう。

●ゴム管の点検・定期的な交換をしましょう

ゴム管にせっけん水を塗り、泡が出たら、ゴム管が破損しています。

●外出・就寝時にはガス栓・器具栓をしっかり閉めましょう

●ガス漏れ警報器を取り付けましょう

LPガス(液化石油ガス)と都市ガスでは、ガスの成分が異なるため、家庭で使われているガスに合った警報器を設置しましょう。

設置位置	LPガスは床面付近、都市ガスは天井付近 ※警報器の周りに物を置かないように注意を
警報器の設置期限	5年。期限が過ぎると、正しく検知できなくなります。 速やかに交換しましょう。

ガス漏れ警報器が鳴ったら ガス臭がしたら



- 火を使わない
- ガス栓、器具栓を
閉める
- 電気のスイッチ類
に触らない
- 戸や窓を開けて
換気する

このあと、ガスの販売店かガス漏れ通報専用電話へ

LPガスは

各家庭で契約しているガス販売店へ

都市ガスは

ガス漏れ通報専用電話(東京ガスネットワーク)へ

☎0570-002299(24時間受け付け)

※ナビダイヤルを利用できないときは、☎03-6735-8899へ

ガス臭とは

卵が腐ったような臭いがします。ガスは本来、無臭ですが、ガス漏れに気づきやすいように臭いが付いています。

問危険物保安課☎042-751-9137

けやきウィークを開催

12月3日～9日は障害者週間

チャレンジドけやきウィーク

佐藤 湊選手(デフ陸上・棒高跳び)の講演会や工作のほか、パラスポーツを体験できます。

※12月6日(土)10時～15時 ※会場 けやき体育館、けやき会館

※希望者は直接会場へ。手話通訳、要約筆記対応可。内容、スケジュールなどはけやき体育館HPをご覧ください。

要約筆記体験①パソコン②手書き

※12月7日(日)①10時～10時40分、10時50分～11時30分②13時30分～14時10分、14時20分～15時 ※会場 けやき体育館 ※市内在住か在勤・在学の高校生以上 ※定①各8人②各10人(各申込順) ※11月19日～28日に、☎で同所へ。電話が難しい人は、FAXに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、障害のある人は種別・等級、希望コース・希望時間、「要約筆記体験」と書いて、同所へ ☎042-753-9030 FAX042-769-1200

問けやき体育館☎042-753-9030

正月飾りづくり

玄関先などに付けるカラフルな正月飾りを作ります。

※12月14日(日)10時～12時30分

※会場 市古民家園

※定30人(申込順)

※費1,700円

※11月20日～12月10日に、☎で文化財課へ ☎042-769-8371



相模原市PR動画

「はい。その答え 相模原で見つかりました。」



市シティプロモーションX

ID: @Sagamihara_PR



アクセス
してね♪

Healthy Navi

みんなのすこやかナビ

電話番号の記載がない記事 岡市役所 ☎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
中止や延期の場合あり。市HPなどで確認を

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
聴覚、音声・言語機能に障害のある人専用 ☎042-756-3030

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
※診療可能な医療機関を案内。医療相談・歯科案内はしていません。
※品質向上のため、通話を録音しています。

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、休日の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。

救急車を呼ぶか判断に迷ったときは かながわ救急相談センター ☎#7119 (24時間) 市外局番が042の固定電話の場合 ☎045-232-7119、☎045-523-7119

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

子育て

ぴよぴよサロン

親子遊び、運動発達相談、仲間づくりなど 時12月18日(木)10時～11時 会ウェルネスさがみはら 対出生体重がおおむね2,000g未満で、独り歩きをする前の乳幼児とその家族 定10組程度(申込順) 申込開始11月20日 岡中央子育て支援センター

特別講座 発達が気になる子の育て方のひと工夫

子どもの特性と親子で一緒にできることを学ぶ 時12月19日(金)10時～12時 会①陽光園②オンライン(ツールはWebex®を使用) 対市内在住で、発達が気になる小学校3年生以下の子どもの家族 定①20人②30人(各申込順) 申11月19日～12月12日に、市HPから 岡療育相談室 ☎042-756-8435

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 対市内在住の妊娠している人(妊娠期間中1回のみ受講可) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 岡こども家庭課

ハロー・ベビークラス(母親・父親教室)

妊娠、出産、育児に関する知識・技術の習得と仲間づくり 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) ※日程・会場・定員などは「さがプリコ」で確認を 岡各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、緑(津久井担当)☎042-780-1420、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

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」などと感じている母親同士が語り合い、気持ちを楽にする場 時1月7日(水)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11月20日から、☎でこども家庭課へ ☎042-769-8345

離乳食教室①スタート編②モグモグ編③スタート・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③離乳食の講習、簡単な実習、相談など

	日にち	時間	会場	対象
①	1月9日(金)	13時～14時、 14時30分～15時30分	ウェルネスさがみはら	令和7年7月・8月生まれの子どもとその家族
	南保健福祉センター			
1月14日(水)	緑区合同庁舎		7年4月・5月生まれの子どもとその家族	
1月7日(水)	南保健福祉センター			
②	1月23日(金)	13時～14時	ウェルネスさがみはら	7年4月～9月生まれの子どもとその家族
	1月27日(火)		城山公民館	
③	1月23日(金)			

定各10組(申込順。初めての子どもとその家族優先) 申込開始11月20日
岡各子育て支援センター 緑☎042-775-8829、中央☎042-769-8222、南☎042-701-7710

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1月①7日(水)②9日(金)・27日(火)③14日(水)・23日(金)10時～11時 会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 対令和6年11月～7年3月生まれの子どもとその家族 定各10組(申込順) 申込開始11月20日 岡こども家庭課

ビーンズクラブ

育児の情報交換と親子遊び 時1月21日(水)10時～11時15分 会緑区合同庁舎 対①おおむね4歳未満の双子・三つ子とその家族②双子・三つ子を妊娠中の人とその家族 定①10組②5組(各申込順) 申込開始11月20日 岡緑子育て支援センター☎042-775-8829

保健福祉

認知症高齢者家族の会

家族に認知症高齢者がいる当事者同士の交流 時12月①2日(火)②4日(木)10時30分～12時 会①けやき会館②南保健福祉センター 対高齢で認知症のある人の家族 ※希望者は直接会場へ 岡在宅医療・介護連携支援センター

視覚障害なんでも相談サロン

①当事者による困り事の相談や、日常生活用具の体験など②iPhone®の使い方 時12月①2日(火)・18日(木)②2日(火)10時～12時 会視覚障害者情報センター研修室 対市内在住かつ在勤・在学の人 定②1人(申込順) ※①希望者は直接会場へ 申②11月19日～12月1日に、☎で高齢・障害者福祉課へ ☎042-707-7055

その息切れや咳、COPDかも？

11月19日は世界COPDデー

COPD(慢性閉塞性肺疾患)ってどんな病気？
息切れや咳が続く病気です。喫煙習慣のある中高年に発症することが多く、肺の生活習慣病といわれています。初めは無症状で進行し、悪化すると命に関わります。

当てはまったらCOPDかも 早めに医療機関を受診しよう

●40歳以上である ●たばこを長期間吸っている(吸っていた)
●咳やたんが続いている ●階段や坂道などで息切れしやすい

予防も治療も、まずは禁煙から

●薬局で薬剤師との相談で購入できるニコチンパッチやニコチンガムを使用
●医療機関で禁煙治療を受ける
※禁煙治療に健康保険が適用される医療機関などは、市HPを参照

●市の禁煙チャレンジに申し込む

保健師が電話か面談で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吸検査を実施) 時月～金曜日(祝日等を除く)8時30分～17時 会①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 申☎で各保健センターへ
①緑☎042-775-8816②緑(津久井担当)☎042-780-1414③中央☎042-769-8233④南☎042-701-7708

岡健康増進課☎042-769-8055



元気高齢者筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

時12月8日～3月16日の毎週月曜日(12月29日、1月12日、2月23日を除く)10時15分～11時45分 会コナミスポーツクラブ橋本(緑区西橋本) 対市内在住で運動に支障がない65歳以上 定10人(抽選) 費6,600円 申11月29日までに、☎で同所へ ☎042-772-0541

骨密度測定de骨元気アップセミナー ①会場②オンライン講座+会場測定

骨粗しょう症の予防の話と骨密度測定②は自宅などで配信動画を視聴し、会場で測定 時12月10日(水)①9時30分、10時30分(各回45分)②11時から(測定のみ) 会南保健福祉センター 対市内在住か在勤・在学の今年度20歳～70歳になる人 定各15人(申込順) ※年度内1回まで参加可 申11月19日～12月8日21時に、①☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777②市HPから



健康チェック測定会

骨密度・歩行姿勢の測定を通して、骨粗しょう症・生活習慣病の予防を学ぶ 時12月23日(火)9時30分～11時30分(各回30分) 会ウェルネスさがみはら 対市内在住かIn勤・在学の今年度20歳以上 定各15人(申込順) 申11月19日～12月16日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

健康相談 ※タイトル横の()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・木曜日		津久井保健センター★
火曜日		藤野総合事務所★
水曜日		相模湖総合事務所★
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) 問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

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	申し込み
12月2日(火)	9時15分 10時15分 11時15分	緑区合同庁舎	緑保健センター☎042-775-8816
12月3日(水)		津久井保健センター	緑保健センター津久井担当 ☎042-780-1414
12月5日(金)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター☎042-769-8233
12月8日(月)		南保健福祉センター	南保健センター☎042-701-7708
12月17日(水)	13時15分 14時15分	ウェルネスさがみはら	中央保健センター☎042-769-8233
12月25日(木)	15時15分	南保健福祉センター	南保健センター☎042-701-7708

申11月19日から、☎で各申込先へ

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 時1月①7日(水)②9日(金)③13日(火)④19日(月)①②9時～11時30分③④13時～15時30分 会①④南保健福祉センター②緑区合同庁舎③ウェルネスさがみはら 申込開始11月20日 問各子育て支援センター①④南☎042-701-7710②緑☎042-775-8829③中央☎042-769-8222

妊活サポート相談

①電話相談②面談③オンライン面談(不妊・不育専門相談員)

時1月20日(火)①9時～11時30分②③13時～15時30分 会②ウェルネスさがみはら ※③ツールはWebex®を使用 申☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで。市HPからも可) ☎042-769-8345

かんがる～歯科健診(歯科医)

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

親子にこここ歯科相談①電話相談②面談③オンライン面談(歯科衛生士)

時1月19日(月)9時～11時30分 会②ウェルネスさがみはら 対18歳未満の子どもとその家族、妊娠している人 ※③ツールはWebex®を使用 申☎でこども家庭課へ(③開催日前日まで) ☎042-769-8345

歯みがき相談(歯科衛生士)

ブラッシング方法など歯の手入れに関する相談(治療の相談不可) 時月～金曜日(祝日等を除く)9時～15時30分 会緑区合同庁舎、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 申☎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 時12月①5日(金)②9日(火)③17日(水)①③14時～16時②15時～17時 会①南保健福祉センター②緑区合同庁舎③ウェルネスさがみはら 定各2人(申込順) 申11月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①南☎042-701-7704②緑☎042-775-8812③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 時12月12日(金)10時～15時(各回1時間) 会ウェルネスさがみはら(電話相談も可) 対がん患者やその家族 定4組(申込順) 申12月10日までに、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

くすりの相談

時12月18日(木)13時30分～15時(各回30分) 会ウェルネスさがみはら 定各2人(申込順) 申☎で市薬剤師会へ ☎042-756-1502

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 時12月①4日(木)②9日(火)・19日(金)③15日(月)13時～14時 会①ウェルネスさがみはら②南保健福祉センター③津久井保健センター 対かかりつけ医のいない人 定各2・3人(申込順、調整あり) 申11月19日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①中央☎042-769-9806②南☎042-701-7715③津久井☎042-780-1412

①思春期相談②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 時12月15日(月)14時～16時 会けやき会館 対①13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 定2組(申込順、調整あり) 申11月19日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

みんなのアルコール相談(精神科医)

飲酒量を減らしたい、家族の飲み方が心配などの相談 時12月16日(火)10時～12時 会けやき会館 対市内在住かIn勤で、アルコールに関する悩みを抱える人とその家族 定2組(申込順、調整あり) 申11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 時12月17日(水)14時～16時 会市民会館2階第2中会議室 対市内在住かIn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 定20人(申込順) ※事前面接あり 申11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 サプリ

アルコール・薬物・ギャンブルの問題を理解し、対応を学ぶ 時12月23日(火)13時30分～15時30分 会ウェルネスさがみはら 対市内在住かIn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 定10組(申込順) 申11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 時12月25日(木)14時～16時 会けやき会館 対市内在住かIn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 定2組(申込順、調整あり) 申11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
12月6日(土)・13日(土)	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)
11月24日(木)・29日(土)、 12月7日(日)・14日(日)	10時～12時、13時45分～16時	橋本駅北口 ペDESTリアンデッキ下
12月2日(火)	14時30分～16時	市役所前
12月8日(月)	10時～12時、13時45分～16時	

対16歳～69歳の健康な人(65歳～69歳の方は、60歳～64歳の間に献血経験が必要) ※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) 問地域保健課



Information a la carte

電話番号の記載がない記事 岡市役所☎042-754-1111 (代)

情報あさかると

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 中止や延期の場合あり。市☎などで確認を
記入する必要事項 ①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

選挙人名簿・在外選挙人名簿の閲覧

①**選挙人名簿** 対平成19年12月2日までの生まれで、次のいずれかに該当する人●9月1日までに本市の住民基本台帳に記録され、引き続き記録されている●住民票を作成された日から引き続き3カ月以上本市の住民基本台帳に記録され、転出後4カ月以内

②**在外選挙人名簿** 対平成19年12月2日までの生まれで、次のいずれかの手続きをして、12月1日までに同名簿に登録された人●海外に転出し、引き続き3カ月以上滞在していて、②へ登録申請をした●最終住所地在本市にあり、①から②へ登録移転申請をした

【①②共通】時12月2日(火)～6日(土)8時30分～17時 会各区選挙管理委員会事務局 ※閲覧申出書には申出者の押印が、閲覧時は閲覧者の顔写真付き身分証明書が必要。事前に問い合わせを。電話での登録確認は不可。6日(土)は市役所本館守衛室へ 岡各区選挙管理委員会事務局 緑☎042-775-8820、中央☎042-769-9259、南☎042-749-2117

マンション無料相談

管理組合の運営など、維持・管理の相談に専門家が対応 時12月1日(月)13時30分～16時30分 会中央区役所市民相談室 対市内の分譲マンション管理組合の人など 定3組(申込順) 申11月19日～26日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

流木チップを大量配布

園芸などに使える流木チップ。積み込みを機械で支援 時12月1日(月)～5日(金)9時～17時 会①城山②相模ダムの各置き場 ※置き場などは県HPを参照 岡県企業庁相模川水系ダム管理事務所各窓口①☎042-782-2831②☎042-684-3521

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** 時12月①4日(木)②11日(木)③18日(木)④25日(木)14時～15時 会①④南保健福祉センター②③あじさい会館 対成年後見制度の利用を考えている人や、親族後见人、福祉施設の職員など 定各2組(申込順) 申開催日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

女性のための就職相談

①**おしゃべりマザーズハローワーク** 座談会と意見交換会 時12月18日(木)10時～10時30分 会ソレイユさがみ 対子育て中の女性 定5人(先着順) ※希望者は直接会場へ

②**個別おしごと相談** 時12月26日(金)9時30分・10時25分・11時20分(各回50分) 会ソレイユさがみ 対女性 定各1人(申込順) 申11月19日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ

【①②共通】岡マザーズハローワーク相模原☎042-862-0042

納期限は 12月1日(月)

●国民健康保険税 第6期

口座振替の申し込みは 市☎か金融機関の窓口へ


ウェブ申し込み、詳しくはこちら

住民税申告書を試算システムで作成可能

給与や年金、その他の所得、控除などを入力すると、住民税の試算と申告書の作成ができるシステム。ふるさと納税の控除限度額(上限額)の試算も可能 ※市HPを参照か問い合わせを 岡市民税課

募集

会計年度任用職員 事務補助員

施設利用に関する受付事務など 任期1月1日～3月31日、4月1日～令和9年3月31日 勤務月13日程度で、1日6時間 勤務場所総合学習センター 報酬日額7,638円から(職歴などで決定) ※応募方法などは市HPを参照か問い合わせを 岡生涯学習センター ☎042-756-3443

会計年度任用職員 非常勤看護師

任期2月1日～3月31日、4月1日～令和9年3月31日(更新あり) 勤務月～金曜日(祝日等を除く)の週2～4日で、8時30分～17時のうち、1日①7時間30分②4時間 勤務場所青根・内郷診療所 報酬日額①1万3,950円から②7,440円から(職歴などで決定) 対看護師の免許がある人 定2人程度(選考) 申12月12日(必着)までに、市HP掲載の申込書と資格証写しを地域医療対策室へ

会計年度任用職員 地域活力推進員

団体事務支援など 勤務原則、月～土曜日のうち週5日で、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22万8,700円から(職歴などで決定) 対普通自動車免許があり、パソコン操作ができる人 配各まちづくりセンターなど(市HPにも掲載) ※申し込み方法などは、募集案内を参照 申11月28日(必着)までに、市民協働推進課へ

相模原口腔保健センターの歯科診療スタッフ

障害者歯科診療の補助 勤務火・木曜日12時30分～17時30分 対次のいずれかの資格がある人①歯科衛生士②看護師 定①3人②若干名(各選考) 報酬日額1万円 ※勤務条件などは問い合わせを 申11月25日(必着)までに、履歴書(写真貼付)を直接か郵送で市歯科医師会事務局へ 〒252-0236中央区富士見6-1-1☎042-756-1501

動物愛護推進員

犬・猫などの動物愛護と適正飼養を推進するために活動するボランティア 任期4月1日～令和10年3月31日 対市内在住か在勤・在学の18歳以上 配生活衛生課、各公民館(沢井を除く)・出張所・図書館など(市HPにも掲載) 申11月17日～12月26日(必着)に、申込書を生活衛生課へ

イベント

個人事業者に対する決算説明会

時12月①2日(火)②3日(水)③4日(木)④5日(金)14時～16時 会①津久井まちづくりセンター②ユニコムプラザさがみはら③市民会館2階第1大会議室④サン・エールさがみはら 申11月28日までに、☎で相模原税務署へ ☎042-756-8211(自動音声後2を選択)

障害者作品展

絵画や書道、手芸などを展示 時12月5日(金)～7日(日)9時30分～16時(5日は13時から) 会あじさい会館6階 第1・2展示室 岡高齢・障害者福祉課

森林浴と里山リトリート

森林浴と森の香りのハンドクリーム作り 時12月5日(金)10時15分～15時(荒天時は12月12日) 会つちざわの森(緑区根小屋) 対18歳以上(高校生を除く) 定8人(抽選) 費7,000円(昼食含む) 申11月18日～12月1日に、二次元コードから 岡ヘリテッジキーパーの青木さん☎080-4294-2109

かながわハートフルフェスタ

土屋恵三郎さん(星槎国際高等学校湘南 野球部監督)によるトークショー、飯山白龍太鼓の演奏、人権作文コンテスト表彰式など 時12月6日(土)13時～16時 会厚木市文化会館(厚木市恩名) 定300人(先着順) ※希望者は直接会場へ。未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約、☎で問い合わせ先へ)。手話通訳・要約筆記あり 岡県共生推進本部室☎045-210-3637

市が保護している猫の譲渡会

時12月6日(土)10時～12時 会カインズ相模原愛川インター店(南区当麻) 対市内在住の18歳以上 ※希望者は直接会場へ(身分証明書が必要)。要件や費用などは市HPを参照 岡生活衛生課

小山マルシェ

キッチンカーやテントブースの出店、モルック無料体験など 時12月7日(日)10時～16時 会小山公園 ※希望者は直接会場へ 岡同所☎042-700-0801

出張ネイルサロン

時12月11日(休)・22日(月)9時20分～13時(1人20分、①②の組み合わせは40分) 会新磯ふれあいセンター 内①カラー+カット(10本、アート1本)②甘皮ケア+カット③爪磨き+カット④カット⑤オフ 対50歳以上 定各11人(申込順) 費①②③各1,000円④各500円⑤各300円(⑤2回目以降無料) 申11月20日から、直接か☎、FAXに6面上部の必要事項、希望日、メニュー番号を書いて同所へ ☎046-255-1311FAX046-255-1361

あじさい会館の催し

①**はじめてのフラ教室** 時12月12日(金)、1月16日(金)10時30分～11時30分 対女性 定各50人(申込順) 費各500円

②**気軽に寄り道クラシック** クリスマスにちなんだ曲などをクラリネットとピアノで演奏 時12月18日(木)14時～14時30分 定300人(先着順)

【①②共通】会あじさい会館 ※②希望者は直接会場へ 申①11月19日から、直接か☎で同所へ ☎042-759-3963

手話の世界へGO

「手話」マークの発表や手話パフォーマンスなど 時12月13日(土)10時40分～16時5分 会アリオ橋本(緑区大山町) ※希望者は直接会場へ 岡県地域福祉課☎045-210-4804FAX045-210-8874

冬の子ども映画会

①**幼児向け** 上映作品『にんじん』など

②**小学生向け** 上映作品『不思議の国のアリス』など

【①②共通】岡12月13日(土)①11時～11時30分②14時～14時45分 会図書館(中央区) 定各40人(先着順) ※希望者は直接会場へ。①は保護者同伴 岡視聴覚ライブラリー☎042-753-2401



琴や尺八の和楽器演奏・体験など **時**12月14日(日)
 13時30分～14時30分 **会**市公民家園 ※希望者
 は直接会場へ **問**文化財課



アメリカ(ハワイ州)の暮らしや文化についての話と交流 **時**12月21日(日)10時～11時30分 **会**大野南公民館 **定**40人(申込順、市内在住者優先) **申**11月19日～12月20日に、直接か☎でさがみはら国際交流ラウンジへ ☎042-750-4150



時 11月19日～3月25日の毎週水曜日(祝日等を除く)10時20分～10時50分 会 市民健康文化センター
対 18歳以上 定 各30人(先着順) 費 各200円(プール利用料が別途必要) ※希望者は直接会場へ 問
同所 ☎042-747-3776

小田急電鉄の駅係員が日常業務や意外な業務を語る
時11月22日(土)14時～15時 **会**ユニコムプラザさがみはら ※希望者は直接会場へ **問**同所 ☎042-701-4370

①パソコン講座②ITよろず無料相談③プログラミング講座④18歳からのプログラミング⑤ポチ袋作り

日にち		時 間
①	11月25日(火)・26日(水)、12月4日(水)・9日(火)・11日(木)	9時30分、10時30分、11時30分、13時30分、14時30分、15時30分、17時30分、18時45分 (各回50分、1回のみ)
②	11月26日(水)	①午前②午後 (各回30～50分)
③	11月27日(木)、12月4日(木)・10日(水)・25日(木)	16時、17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)
	11月29日(土)、12月20日(土)	9時20分、10時30分 (各回50分、1回のみ)
④	11月27日(木)、12月4日(木)	17時30分、18時45分 (各回60分、1回のみ)
⑤	11月27日(木)、12月4日(木)	13時30分、15時30分 (各回50分、1回のみ)

会産業会館 **対**②市内企業でITに携わる人や仕事を
探している人など③小学校3年生～高校生④18歳以上
定①③各3人②各1組④各2人⑤各10人(各申込
順) **費**⑤500円 **申**11月21日から、**☎**(9時30分
から)で同所教室へ **☎**042-704-9888



まちの魅力と発信を学ぶ **時**12月6日(土)・13日(土)13時30分～16時45分 **会**ユニコムプラザさがみはら
対15歳以上(中学生を除く) **定**20人(申込順) **費**
1,900円 **申**開催日前日までに、直接か**☎**、**FAX**、**☑**に
6面上部の必要事項を書いて同所へ **☎**042-701-
4370**FAX**042-703-8536**☑**srdc@unicom-plaza.
jp

時12月6日(土)9時30分～11時30分 会 上鶴間小学校体育館 対 市内在住・在勤・在学の人(小学校3年生以下は保護者同伴) 定 30人(抽選) 申 11月26日17時まで、直接か ☎ で東林公民館へ ☎ 042-744-0087

時12月18日(木)10時～12時 会ソレイユさがみ 定
20人(申込順) 申11月20日～12月17日に、直接か
☎、✉に6面上部の必要事項を書いて市就職支援セ
ンターへ ☎042-700-1618✉shushokushien@
sagamihara-city.jp



時12月14日(日)9時～11時30分 集合場所下溝駅解
散場所史跡勝坂遺跡公園 対中学生以上 定15人
(申込順) 申11月19日～12月10日に、☎で文化財
課へ ☎042-769-8371

遺言、相続について学ぶ。個別相談あり 時12月14
日(日)13時30分～15時 会図書館(中央区) 定30
人(申込順) 申11月21日～12月5日に、直接か☎で
同所へ ☎042-754-3604

外国人と障害者を理解し空室対策につなげる 時12月15日(月)13時30分～16時30分 会ソレイユさがみ 対市内にある賃貸住宅のオーナーや管理会社など 定50人(申込順) 申11月19日～12月11日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

高齢者の健康や防災に役立つ知識を学ぶ **時**12月
16日(火)13時～15時20分 **会**ユニコムプラザさがみ
はら **対**市内在住のおおむね60歳以上 **定**100人(申
込順) **申**11月19日～12月9日に、**☎**で市老人クラ
ブ連合会事務局(高齢・障害者福祉課内)へ **☎**042-
769-8354

針を使わずに、糸とフェルトでコースターを作る 時
12月20日(土)14時～16時 会東林ふれあいセンター
対 小学生以上(小学校2年生以下は保護者同伴) 定
10人(申込順) 費200円 申11月20日～12月13
日に、直接か☎で同所へ ☎042-745-7660

地球温暖化の話と防災に役立つマイタイムラインの
作り方 **時**12月20日(土)10時～12時 **会**エコパーク
さがみはら **定**30人(申込順) ※小学校3年生以下
は保護者同伴 **申**11月19日～12月17日に、直接か
☎、**✉**に6面上部の必要事項を書いて同所へ **☎**
042-769-9248 **✉**ecopark-sagamihara@mdlif
co.jp

時12月24日(水)～26日(金)13時～15時 会シルバー
人材センター中央事務所(中央区富士見) 対小学校
3～6年生 定各10人(申込順) 費各1,500円 申
11月19日～12月16日に、☎で同所へ ☎042-
753-7373

ポニーの世話や乗馬、餌やりなど 時1月11日(日)・12日(祝)・18日(日)・25日(日)、2月1日(日)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・中学生(保護者同伴。今年度に参加した人は応募不可) 定20人(抽選) 申12月22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6面上部の必要事項、学年、保護者氏名を書いて同所へ 〒252-0328南区麻溝台2317-1 ☎042-778-3900

おわびと訂正
11月1日号6面に掲載した記事で、「本市・無錫市友好イベント」のタイトルルビ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) 無錫(むしゅく)
(正) 無錫(むしやく)
問 国際課 ☎042-707-1569



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。

●**男声コーラス ラルゴ コンサート** 曲目は『琵琶湖周航の歌』など 時11月22日(土)13時～16時30分
会南市民ホール 定400人(先着順) ※希望者は直接会場へ 問阿部☎042-743-7265

●**相模ホルンズカジュアルコンサート** 映画音楽などをホルンで演奏 時12月6日(土)17時30分～19時30分
会ほねごり杜のホールはしもと多目的室 定150人(先着順) ※希望者は直接会場へ 問後藤☎090-7708-7416

●**WAK☆WAKみんなで楽しむクリスマスコンサート** 歌とベルの演奏など 時12月7日(日)14時～15時30分
会南市民ホール 定400人(申込順) 費1,000円(3歳未満膝上鑑賞無料) 申☎でチケットMoveへ ☎042-742-9999 問中村☎090-6038-3530

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。掲載基準などは市HPを参照


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
ちょっとおしらせ

4月からの市立児童クラブ入会の1次受け付けは、12月1日(消印有効)までです。
詳しくは、市コールセンターへ ☎042-770-7777

Facility Events

施設 の 催 し

会場・お問い合わせは原則各施設。休所日は各施設HPで確認を

回数の記載がないものは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 中止や延期の場合あり。市HPなどで確認を
記入する必要事項 ①催し名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号

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(①③④申込順)・費用など
①	単発！ ベビーリトミック	12月10日(水)・24日(水)	10時～10時40分	対 0歳6カ月～1歳3カ月の子どもとその保護者 定 各10組 費 各900円
	単発！ 親子リトミック		11時～11時40分	対 1歳4カ月～3歳の子どもとその保護者 定 各10組 費 各900円
	単発！ ベブースイミング	12月12日(金)・19日(金)	11時～11時45分	対 0歳6カ月～1歳6カ月の子どもとその保護者 定 各10組 費 各900円
		単発！ 親子スイミング★		12月13日(土)・20日(土)
			9時30分～10時15分	対 オムツの取れている未就学児とその保護者 定 各10組 費 各900円
②	北の丘フェスタ	12月14日(日)	10時～16時	内 ロビーやプールなどでのイベント
③	冬休み3Days水泳教室(全3回)	12月25日(水)～27日(土)	9時20分～10時20分	対 水慣れ～息つぎを目指す年長～小学生 定 30人 費 3,600円
④	障害者水泳(全11回)	毎週木曜日 1月8日～3月19日	17時～17時50分	対 障害者手帳を持っている小・中学生 定 6人 費 1万3,200円
			18時～18時50分	対 障害者手帳を持っている小・中学生 定 6人 費 1万3,200円

※②希望者は直接会場へ。★は利用料が別途必要 申①④12月1日③11月20日から、同所HPから

さがみ湖リフレッシュセンター				〒252-0175 緑区若柳1207-4 ☎042-685-3988
催し名	日にち	時 間	対象・定員・費用	
① 選べるプリザーブドフラワーでつくる クリスマスリース	11月29日(土)	13時30分～14時30分	対18歳以上 定5人(申込順) 費3,500円	
② 映像と音楽で楽しむ機能訓練レクリエーション	毎週月・金曜日 12月1日～26日	10時30分～11時20分	対18歳以上 定各20人(先着順) 費各100円	
③ イキイキヨガ教室	12月3日(水)・17日(水)	10時30分～11時30分	対18歳以上 定各25人(申込順) 費各500円	
④ 卓球台を開放	12月7日(日)	13時～16時	対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定25人(申込順) 費100円	
⑤ やさしい夜ヨガ教室	12月8日(月)・22日(月)	19時～20時	対18歳以上 定各25人(申込順) 費各500円	
⑥ ロコモ予防&簡単ストレッチ	12月10日(水)	10時30分～11時30分	対18歳以上 定25人(申込順) 費500円	
⑦ クリスマススープ	12月13日(土)	10時～12時	定8組(申込順) 費2,000円	

※②希望者は直接会場へ 申①③～⑦11月20日～開催日前日に、直接か☎で同所へ

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 絵手紙	12月1日(月)	10時～12時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,650円	
② はじめての飛込体験	12月1日(月)・15日(月)	16時～17時	対年中～小学校2年生 定各15人 費各1,100円	
③ ボディバランス	④ 飛込	9時45分～10時45分	対16歳以上 定15人 費4,400円	
④ 飛込		10時～11時30分	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費4,400円	
⑤ ZUMBA		19時30分～20時30分	対16歳以上 定20人 費4,400円	
⑥ 親子リトミック	⑦ バタフライ入門	9時45分～10時30分	対自力歩行が可能な年少以下の子どもとその保護者 定各12組 費各1,000円	
⑦ 競泳スタート	⑧ ヨガ	12時～13時	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費3,300円	
⑧ ヨガ	⑨ 水球	12月4日(水)	対18歳以上(高校生を除く) 定20人 費1,100円	
	⑩ 水中撮影フォームチェック	12月4日(木)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月5日(金)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月6日(土)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月7日(日)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月8日(月)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
⑨ 水球		12月9日(火)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月10日(水)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月11日(木)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月12日(金)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月13日(土)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月14日(日)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
⑩ 水中撮影フォームチェック		12月15日(月)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月16日(火)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月17日(水)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月18日(木)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月19日(金)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月20日(土)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
⑪ 水中撮影フォームチェック		12月21日(日)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月22日(月)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月23日(火)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月24日(水)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月25日(木)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月26日(金)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
⑫ 水中撮影フォームチェック		12月27日(土)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月28日(日)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月29日(月)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月30日(火)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		12月31日(水)	対16歳以上 定15人 費4,400円	
		1月1日(木)	対16歳以上 定15人 費4,400円	

申①11月19日～開催日前日に②④⑦⑨⑩11月19日③⑤⑥11月20日から、直接か☎で同所へ(⑦⑩は同所HPからも可)。⑥11月19日～開催日前日15時に、同所HPから



博物館

〒252-0221 中央区高根3-1-15 ☎042-750-8030

①博物館の秋祭り

①ワークショップ②バックヤードツアー③昼間の星の観望会 時11月①22日(土)10時～16時②23日(祝)10時～10時30分、12時～12時30分③24日(休)10時30分～11時30分、13時30分～14時30分

②天文トークイベント 太陽系外惑星は「見える」のか？

YouTube®などで活躍するリコットさんが、太陽系外惑星について語る 時12月6日(土)16時～16時55分

③プラネタリウムで星空椅子ヨガ

星空とともに楽しめる椅子ヨガや季節の星空解説。ステージでの星空マットヨガ体験もあり★ 時12月19日(金)12時30分～13時30分

【①②③共通】定②各15人②180人(各先着順)③80人(申込順。★は10人) 費②500円③1,000円〈小・中学生②200円③400円(市内在住か在学は無料)、65歳以上②250円③500円(要証明書)〉 ※①②希望者は直接会場へ。★は別途料金が必要、同所HPを参照 申③11月21日～12月17日に、同所HPから

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 南区下溝4169 ☎042-777-6088

①姿勢改善ヨガ〈全12回〉②③プリザーブドフラワー お正月アレンジ ④ピラティス〈全8回〉⑤ストレッチポールピラティス〈全8回〉⑥⑦フラワーアレンジメント 新年のお花を生花で ⑧ミニ門松づくり ⑨ランニングクリニック

時①12月10日～3月11日の毎週水曜日(12月31日、2月11日を除く)9時30分～10時30分②12月18日(休)13時～14時30分③12月19日(金)19時～20時30分④⑤12月19日～2月13日の毎週金曜日(1月2日を除く)11時～11時45分、12時15分～13時⑥12月24日(水)19時～20時30分⑦12月26日(金)10時～11時30分⑧12月27日(土)13時～14時30分⑨1月25日(日)10時～12時 対①②④⑤⑦⑨18歳以上(高校生を除く)③⑥⑧小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①30人②③⑥⑦各24人④⑤⑨各20人⑧15人(各申込順) 費①1万500円②③各2,800円④⑤各7,000円⑥⑦各3,500円⑧⑨各2,000円 申11月19日～開催日1週間前に、同所HP「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

クラフトテープでペンスタンド作り教室

時12月13日(土)9時30分～12時、13時30分～16時 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定各5人(申込順) 費各1,000円 申11月20日から、直接か☎で同所へ

サーティーフォー相模原球場

〒252-0229 中央区弥栄3-1-6

①少年野球 ビクトリークリニック

時12月14日(日)①9時15分～10時15分②11時～12時15分 対①小学校1～4年生の未経験者②小学校3～6年生の経験者

②親子グラブ作り(少年軟式用)

時12月14日(日)11時～13時 対小学生とその保護者

【①②共通】定①各20人②10組(各申込順) 費①各800円②1万2,000円 申11月22日11時から、☎で教室専用窓口へ ☎080-2447-7416

相模原スポーツ・レクリエーションパーク

〒252-0205 中央区小山2696 ☎042-707-1933

①気軽にできるチェアヨガ〈全4回〉②やさしいピラティス〈全2回〉③Hau'oli Hula〈全3回〉④免疫アップヨガ〈全4回〉⑤体スッキリ！リフレッシュヨガ〈全3回〉⑥楽しく踊ろう！ジャズダンス〈全2回〉⑦ヨガ×ボディメイク

時①12月1日(月)・15日(月)11時～12時、12月10日(水)・24日(水)9時30分～10時30分②12月1日(月)・15日(月)13時～14時③12月2日～16日の毎週火曜日12時30分～13時25分、13時30分～14時25分④12月3日～24日の毎週水曜日11時～12時⑤12月5日～19日の毎週金曜日13時～14時⑥12月5日(金)・19日(金)14時40分～15時40分⑦12月9日(火)15時～16時 定①～⑤各20人⑥15人(各先着順)⑦15人(申込順) 費①②⑥各回800円③④⑤各回500円⑦1,000円 ※①～⑥希望者は直接会場へ 申⑦開催日前日までに、同所HPから

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場 時12月8日(月)10時～11時30分 定20人(申込順)

②ソレイユマルシェ(手作り品の販売と体験ワークショップ)

時12月9日(火)10時～14時 ※希望者は直接会場へ

③認知症サポーター養成講座

時12月13日(土)10時～11時30分 定8人(申込順)

④LGBTQ+クローズドミーティング

性的少数者(セクシュアル・マイノリティー)やその家族が安心して自分を語れる場 時12月13日(土)14時～16時 定16人(申込順)

⑤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12月15日(月)10時30分～11時45分 対1歳3カ月までの子どもとその保護者 定5組(申込順)

⑥お父さんと子どもの「縫わない」古着でリメイクワークショップ

時12月20日(土)10時～12時 対小学生とその男性保護者 定6組(申込順)

⑦女性のためのリラックスヨガ 呼吸法とポーズで自律神経を整える

時12月21日(日)10時30分～11時45分 対女性 定25人(申込順)

【①③～⑦共通】※①③④⑥⑦未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約) 申11月19日から、直接か☎、FAXに8面上部の必要事項(④は仮名やニックネームも可、住所・年齢記載不要)、①③④⑥⑦保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)、⑤子どもの氏名(ふりがな)と月齢を書いて同所へ。同所HPからも可

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
①	ジュニアスケート教室	アイスホッケー 毎週火曜日 12月2日～12月23日 スピード・フィギュアスケート 毎週木曜日 12月4日～25日
	② 早朝スケート教室	12月14日(日)・21日(日)
③	アイススケートワンポイントレッスン	毎週日曜日 12月14日～28日

時①18時～19時30分②7時～9時③10時30分～15時30分 対①5歳～中学生②5歳以上 費①②各500円 ※①②③希望者は直接会場へ(①②開始30分前から受け付け)。①②③貸靴代別途500円(中学生以下300円)。③別途入場料が必要

Fight!

相模原のスポーツ選手を応援しよう!

SCS

SC相模原
(サッカー・J3リーグ所属)

時11月29日(土)15時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 栃木シティ
問SC相模原☎042-705-7074

角田裕毅選手 (F1ドライバー)

●ラスベガスGP決勝
時11月23日(祝)13時から
●カタルGP決勝
時12月1日(月)1時から
問スポーツ推進課☎042-769-9245

吉沢 恋選手 (スケートボード)

●ワールドスケートボードストリート北九州
時11月23日(祝)～30日(日)
会北九州メッセ(北九州市小倉北区浅野)
問スポーツ推進課☎042-769-9245

※F1は動画配信サービス(有料)で放送。スケートボードの29日(土)準決勝と30日(日)決勝はテレビ放送あり。レース・試合情報は変更となる場合あり。試合日程などはチームのHP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

参照先記載のないものは全て同協会HPを参照▶

●ダンスの集い

時12月13日(土)11時50分～16時 会相模原ギオンアリーナ 対市内・近隣市町村在住か在勤・在学の人 費700円 ※希望者はダンスのできる服装と履物を持って直接会場へ

●市民スキー選手権大会

時1月24日(土)・25日(日) 会八海山麓スキー場(新潟県南魚沼市荒金) 対市内在住か 在勤・在学の人 申込期限12月7日(必着)



みなみ



編集／南区役所区政策課 ☎042-749-2134

南区の人口・世帯 令和7年10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
人口 282,678人(55減)男 139,593人／女143,085人 **世帯数** 140,776世帯(94増)

ホームページ



南区
ページ

Instagram



【公式】
相模原市南区

Facebook



相模原市南区
区会議

南区の魅力を満載!!



相模原市南区
ガイドマップ



南区誕生15周年記念

相模大野ステーションピアノ 12月14日(日)～25日(木)



昨年度の相模大野ステーションピアノ

南区誕生10周年を記念して始まった相模大野ステーションピアノが今年も期間限定で登場します。ピアノの音色を相模大野のまちに響かせませんか。

時月～金曜日12時～18時30分、土・日曜日11時～18時30分

会相模大野ステーションスクエア3階アトリウム広場

(南区相模大野)

※演奏・観覧希望者は直接会場へ。会場で当日分の整理券を配付

整理券配布時間 月～金曜日11時45分土・日曜日10時45分

見どころ

ピアノとツリーが織りなす特別な空間

グランドピアノを、**南区の相模大野ステーションスクエア**のクリスマスツリーと一体となるように設置します。ピアノとツリーが幻想的な空間を演出します。

女子美術大学の学生が装飾

ピアノの周辺は、**女子美術大学(南区麻溝台)**の学生たちが手がけた装飾が彩ります。花やデザインの一つひとつに学生たちの思いが込められ、温かみのある空間が広がります。

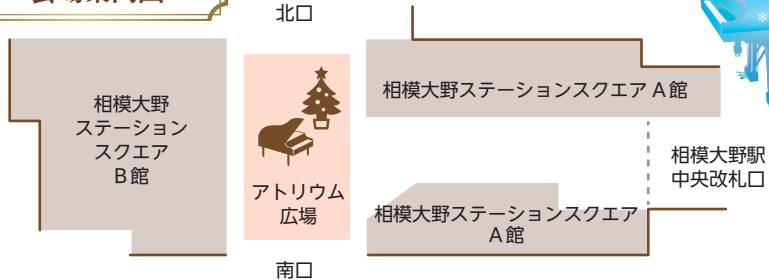
市産の花

装飾に使用する花は、**花苗生産センター(中央区田名)**で育てられたもの。本市の自然と人の力が育んだ花々が、ピアノの周囲を鮮やかに彩ります。

思い出のピアノ

設置するピアノは、長年にわたり、**緑区の藤野中学校**で親しまれてきたもの。現在は**南区の相模の大風センター**に常設され、自由に演奏できます。

会場案内図



詳しくは
こちら

問 南区役所地域振興課☎042-749-2135



南区誕生15周年記念

街かどコンサート×相模大野ステーションピアノ Christmas Concert

12月13日(土)

時 12時20分～12時50分

会 相模大野ステーションスクエア

3階アトリウム広場(南区相模大野)

※希望者は直接会場へ

問 市民文化財団☎042-749-2207



和田美菜子さん
(ソプラノ)



佐々木理江さん
(メゾソプラノ)



長谷川香織さん
(ピアノ)

「相模大野ステーションピアノ」のオープニングイベントとして、誰でも鑑賞できるミニコンサートを開催します。ピアノと歌が、南区の節目を華やかに彩ります。



詳しくは
こちら

みどり

区版

編集／緑区役所区政策課 ☎042-775-8802

緑区の人口・世帯
令和7年10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

人口 166,208人(38増)男 83,271人／女 82,937人 世帯数 78,332世帯(133増)

市ホームページ内 緑区ページ

緑区特設サイト ホームページ

「ミウル」のX/Instagram/Facebook/LINEもやっているよ!

すもうよ緑区 検索

区誕生15周年記念

城山地区編

ミウルが紹介!

～緑区の今と昔～

節目の年を記念して、ミウルが区内6地区の今と昔を1年間かけて紹介するよ。第4弾は、紅葉が有名な評議原のある城山地区だよ。

令和4年から始まった「みんなの津久井湖夏祭り」。城山定番のお祭りになったね!

平成22年の小松コスモスまつり。ミウルもかわいいコスモスが大好きだよ♡

昭和47年の小倉橋だよ。今は小倉橋と新小倉橋の2つの橋があるけど、平成16年に新小倉橋が造られるまでは、この橋だけだったんだ。リニア中央新幹線が開通したら、小倉橋・新小倉橋・中央新幹線相模川橋りょうの3つの橋になるよ。楽しみだね♪

平成19年の城山もみじまつり!お相撲さんのエアー遊具が人気だったよ。

平成15年の城山夏まつり。今と変わらず活気があるね!

問 城山まちづくりセンター ☎042-783-8117

高濱隊員が
加わりました!

中山間地域で活動する地域おこし協力隊に新たな隊員が着任しました。



たかはまこうへい
高濱晃平 隊員
(32歳)
趣味
トレイルランニング

10年間マーケティング活動に携わってきた経験を生かし、地域の魅力を発信したいと考えています。ICT(情報通信技術)を通じて地域課題の解決を目指し、都市と地域をつなぐ存在として貢献したいです。

中島竜馬隊員とともに、森のイノベーションラボFUJINO(森ラボ)を拠点に活動します。

デジタル機器なんでも相談会開催中

アート、ビジネスの講座を開催中

地域おこし協力隊について

森ラボについて

問 緑区役所地域振興課 ☎042-775-8801

ちゅうおう

区版

編集／中央区役所区政策課 ☎042-769-9802

中央区の人口・世帯
令和7年10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

人口 272,915人(48増)男 136,087人／女 136,828人 世帯数 132,706世帯(83増)

ホームページ

Instagram

Facebook

FMラジオ(83.9MHz)

中央区ページ

【公式】相模原市中央区

相模原市中央区

大好き!中央区FM HOT839 (エフエムさがみ)

さあ、中央区でスポーツの秋を楽しもう!

青く澄み渡る秋の空や色づく紅葉を楽しみながら、ジョギングやウォーキングで気軽に体を動かしませんか。ジョギングコースがある中央区内の公園で、自分のペースで楽しみましょう。

相模原スポーツ・レクリエーションパーク

見晴らしがよく、起伏の少ない直線的で走りやすいコースです。

秋空を満喫!

memo 全長 約1,300m
更衣室あり(パークセンター内)
路面 舗装路

ジョギングコース

人工芝軟式野球場 芝生広場 ボール遊び広場 人工芝グラウンド 遊具広場 パークセンター

横山公園

距離の異なる3コースで、自然を楽しめます。

memo 全長 Aコース200m、Bコース650m、Cコース850m
更衣室あり(管理事務所内)
路面 土、砂利

ジョギングコースはこちら

紅葉の中を駆け抜ける!

中央区ブース出展!

11月29日(土)・30日(日)に横山公園で開催されるオータムフェスタにだるまあーとなどを出展します。

淵野辺公園

木立の間を駆け抜けるコース。土の路面が足への負担を軽減してくれます。

memo 全長 約1,800m
路面 土、砂利、舗装路(一部)

ジョギングコースはこちら

日陰が多く、日差しが気になる人にお薦め

中央区からのお知らせ

…… 高齢者安全運転支援セミナー ……

運転に関するアドバイスを受けられるほか、軽度認知障害・認知症について学べます。

時 12月3日(水)14時～16時 会 エコパークさがみはら
対 中央区在住か在勤の65歳以上 定 50人(申込順)
申 11月19日～28日に、☎で市コールセンターへ
☎042-770-7777

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 8時～21時 年中無休
☎042-770-7766 ※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!



人事行政の運営などの状況を公表します

市HPを参照▶



職員数に関する状況

●部門別職員数の状況(4月1日時点)

職員数 8,109人

主な増員理由 組織改編による配置職員数の見直しや国勢調査への対応 など

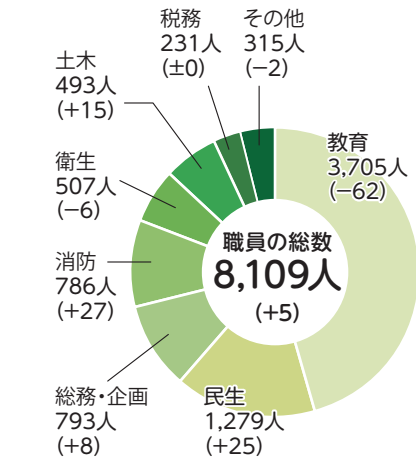
主な減員理由 児童・生徒数の減による減員 など

※グラフの()内は昨年からの増減数

※職員数は一般職に属する人数(地方公務員の身分がある休職者、他の機関への派遣職員などを含み、臨時・非常勤職員を除く。教育部門の職員数は教育長を除く)。「その他」には、議会、労働、商工、農林水産、下水道などの部門を含む

●障害者の任用状況(6月1日時点)

雇用率 2.63%(法定雇用率2.80%)



職員の給与の状況

●歳出に占める人件費(令和6年度)

歳出額 3,522億7,179万円

人件費 794億8,787万円

人件費率 22.6%

※特別職の給料・報酬などを含む

ラスパイレス指数👉 98.2

👉国家公務員の給料を100とした場合に、本市職員の給与水準を示す指数

●職員給与費の内訳(6年度)

給与費内訳	金額
給料	314 億 2,349 万円
職員手当	91 億 3,731 万円
期末・勤勉手当	140 億 7,163 万円
合計	546 億 3,244 万円

※金額は端数を整理

職員 1 人当たりの平均給与費 690 万円
(職員数 7,917 人)

●職種別平均給料月額など(4月1日時点)

職種	平均	給料月額	給与月額★	年齢	初任給	
					大学卒	高校卒
一般行政		32 万 3,963 円	44 万 9,524 円	40.7 歳	21 万 9,900 円	18 万 7,400 円
技能労務		29 万 7,458 円	37 万 5,944 円	51.1 歳	—	17 万 7,500 円
消防		32 万 8,097 円	44 万 6,017 円	37.3 歳	24 万 4,400 円	20 万 6,400 円
医療		48 万 1,150 円	84 万 613 円	52.2 歳	29 万 1,400 円◆	—
教育		34 万 6,287 円	43 万 5,574 円	38.6 歳	24 万 7,100 円	—

★給料と職員手当(地域手当・扶養手当など)を含む ◆6年制大学卒

職員手当(6年度)

●期末・勤勉手当(民間企業のボーナスなどに相当する手当)

区分	支給月給	
	期末手当	勤勉手当
6 月期	1.225 月	1.025 月
12 月期	1.275 月	1.075 月
合計	2.500 月	2.100 月

職制上の段階、職務の級などによる加算措置
役職加算 5 ～ 20%

●退職手当(退職したときに支給される手当。1人当たり平均)

自己都合 511万円(平均勤続年数13.4年、退職者数181人)

定年 2,079万円(平均勤続年数35.3年、退職者数179人)

●地域手当(民間の賃金水準を基礎にして職員に支給される手当)

支給率 12% ※1人当たりの平均支給年額 48万1,245円

特別職の報酬など(4月1日時点)

職名	給料 (議員=報酬)	期末手当 (6年度実績)		退職手当
		6 月期	12 月期	
市長	118 万 1,000 円	1.675 月	1.725 月	2,267 万 5,200 円
副市長	92 万 6,000 円			1,333 万 4,400 円
教育長*	80 万 4,000 円			578 万 8,800 円
議長	83 万円	1.700 月	1.750 月	—
副議長	74 万 6,000 円			—
議員	68 万 2,000 円			—

※給料は経過措置適用の金額

職員の懲戒の状況(6年度)

懲戒処分者数 8人

処分事由 法令に違反した=2人(免職1、停職1)、職務上の義務に違反・職務を怠った=1人(免職)、全体の奉仕者たるにふさわしくない非行があった=5人(免職1、停職2、減給1、戒告1)

職員の育児休業などの取得状況(6年度)

男性 47.3%、女性 98.8%

問学校に勤務する教員などについて=教職員課☎042-769-8279、それ以外について=人事・給与課☎042-769-8213

財源確保のため広告を掲載しています(市が推奨するものではありません)。掲載申し込みは(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)へ。掲載した広告の問い合わせは各広告主へ

