

10月20日4時41分3秒
打ち上げ予定

GOOD LUCK MMX いよいよ火星圏への旅へ

火星衛星探査計画(MMX)は、「はやぶさ」「はやぶさ2」を通して培った技術を生かした、**世界初の**、火星圏からサンプルを持ち帰る**ミッション**です。

火星の衛星フォボスの物質を分析して、火星圏に存在した水や有機物の手がかりを探り、2つの火星衛星(フォボスとダイモス)の起源や火星圏の進化の歴史を解明することを目指しています。本市に所在するJAXA宇宙科学研究所が、開発から運用まで担っています。



▲MMX HP

- 2面 防災用品の購入・設置費用を補助
- 3面 川崎宗則選手野球教室

打ち上げパブリックビューイング開催決定！



JAXA応援団に
登録して
MMXプロジェクトを
応援しよう！



▲詳しくは、
JAXA応援団特設ページへ

背景写真©JAXA



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
国^国の物価高騰対応重点支援
地方創生臨時交付金の活用事業



▲市HP

防災用品の購入・設置費用を補助します 国^国

地震や火災、大雨などの災害に備えるため、市では防災用品の購入・設置の費用を補助します。

対象 購入日・申請日に市内在住で住民登録をしている人(1世帯1回まで)

補助金額 購入・設置費の2分の1以内(上限1万円。100円未満は切り捨て)

※申込順。予算に達した時点で、受け付け終了

配 各区役所地域振興課・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・連絡所・公民館(沢井を除く)など

申 10月15日～12月15日に、市HPから

対象品目 9月15日以降に購入・設置したもの

- 感震ブレーカー(地震を感知して電気を遮断する装置)
- 家具転倒防止器具
- 消火器
- 住宅用火災警報器
- 災害用トイレ
- 防災用品セット
- ラジオ(インターネットラジオは不可)



もしもに備えて
防災用品を準備しよう



▲市HP

問市コールセンター ☎042-770-7777

パブリックコメント・意見募集 ご意見をお寄せください

パブリックコメント

市企業等立地促進条例(案)の制定

企業等の立地の促進や雇用機会の創出などにより、本市の経済が将来にわたって持続的に成長していくことを目指すため条例を制定するものです。

担当課 創業支援・企業誘致推進課 ☎042-769-9253 FAX 042-754-1064 ✉kigyo-yuchi@city.sagamihara.kanagawa.jp

意見募集

市休日部活動地域展開方針(案)

本市の中学生が、休日に継続してスポーツ・文化芸術活動に親しめる環境を確保するため、方針を定めるものです。

担当課 スポーツ推進課 ☎042-769-9245 FAX 042-754-7990 ✉sports@city.sagamihara.kanagawa.jp



【共通】

配 各担当課・行政資料コーナー・まちづくりセンター(橋本・城山・中央6地区・大野南を除く)・出張所・公民館(沢井を除く)・図書館、公文書館(市HPにも掲載)

意見の提出 10月15日(必着)までに、直接か郵送、FAX、✉に、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、意見を書いて、各担当課へ 〒252-5277中央区中央2-11-15

結果の公表 意見の概要や市の考え方は、まとまり次第、市HPなどで公表予定



▲市HP

令和8年8月千葉豪雨災害義援金を受け付け

8月13日・14日にかけての豪雨の被害に対する災害義援金を受け付けています。

受付期間 11月30日(月)まで(予定)

協力方法 ①口座振込 ②窓口 ③募金箱

【②③共通】

会 ②生活福祉課、緑区役所区政策課、南区役所区民課、各まちづくりセンター(橋本・中央6地区・大野南を除く) ③市役所本館、緑・南区合同庁舎

※①の方法など詳しくは、市HPをご覧ください。



▲市HP

問日赤相模原市地区本部(生活福祉課内) ☎042-851-3170

新斎場の整備に関する市民説明会

緑区青山での新斎場整備に向け、必要な設備や施設の考え方を定める基本計画の素案について説明会を開催します。

時 10月1日(木)19時～20時30分

会 橋本公民館

定 50人(先着順)

※希望者は直接会場へ

主な説明内容

- コンセプト・基本方針
- 施設・設備計画
- 土地利用計画図 など

詳しくはこちら▶



問新斎場整備課 ☎042-707-7027

新たに対象となる人へ 年金生活者支援給付金のお知らせを送付

年金に上乗せして支給される給付金について、日本年金機構がお知らせを送付しています。内容を確認して、同封はがきの「年金生活者支援給付金請求書」を返送してください。

9月30日(必着)までの手続きで、12月から受け取れます。

対 ①か②に該当し、新たに対象となる人

① 高齢基礎年金を受給していて、次の全てに該当する

● 65歳以上 ● 世帯員全員の市民税が課税されていない ● 前年の年金収入額とその他所得額の合計が約93万円以下

② 障害・遺族基礎年金を受給していて、前年の所得額が約492万円以下

※②の所得額は、扶養親族などがいる場合は人数によって増額あり

問給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092、
050から始まる電話の場合 ☎03-5539-2216

市の職員として働きませんか

採用予定職種

民間企業等経験者採用 ● 保育士 ● 設備 ● 電気 ● 機械

公務員経験者採用 ● 設備 ● 電気 ● 機械

追加試験 大学卒業程度・免許資格職 ● 行政 ● 社会福祉 ● 土木 ● 建築 ● 設備 ● 電気 ● 機械 ● 保健師

採用予定日 原則、令和9年4月1日

申込期限 10月5日23時59分(受信有効)

※受験資格や採用予定人数、申し込み方法など詳しくは、市職員採用案内HPをご覧ください。



▲市職員採用案内

問任用調査課 ☎042-769-8320



川崎宗則選手野球教室

本市とカナダ・トロント市が友好都市を提携して35周年を迎えることを記念して、トロント市にゆかりがある選手の野球教室を開催します。

時 10月18日(日)13時30分～15時30分

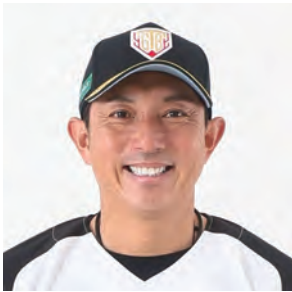
会 相模原スポーツ・レクリエーションパーク

対 市内在住か在学の小学校3～6年生

定 90人(抽選)

※雨天時は場所を変更。抽選結果は、10月6日までにEメールでお知らせ。参加者専用駐車場あり(当日は、教室参加者以外は駐車場利用不可)

申 9月29日までに、二次元コードから



かわさきむねのり
川崎宗則選手

プロ野球選手。トロント市に本拠地があるトロント・ブルージェイズに所属していた



詳しくはこちら▶



問 国際課 ☐kokusai@city.sagamihara.kanagawa.jp
(メールが難しい場合は ☎042-707-1569)

さがみんとにゃんわんフェスタ

人と動物との共生社会の実現を目指し、ワークショップやマルシェを開催します。

時 10月3日(土)・4日(日)10時～16時

会 ユニコムプラザさがみはらなど

クイズラリーもあるよ

小学生向けの
「ニャンコ博士になろう」
「ワンコ博士になろう」や、
ペット防災ワークショップ
などがあるよ



▲公式Instagram

問 動物愛護センター準備室 ☎042-769-8347

さがみ風っ子文化祭 造形 さがみ風っ子展

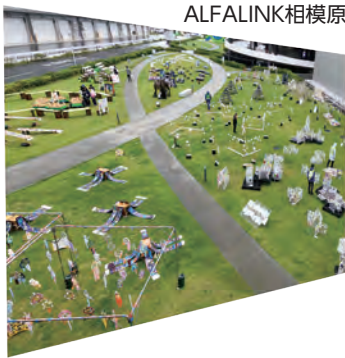
市内の小・中・義務教育学校の児童・生徒が制作した図工・美術作品を展示します。各会場では、紙粘土工作などの体験型ワークショップも開催します。

時 10月23日(金)～25日(日)10時～16時

会 城山公民館、もみじホール城山、ALFALINK相模原(中央区田名)、女子美術大学(南区麻溝台)



女子美術大学



ALFALINK相模原

城山公民館



▲詳しくはこちら

同時開催 市民平和のつどい 平和ポスターコンテスト作品展示

小・中学生が描いた入選作品を展示します。

令和7年度の最優秀賞作品▶

問 国際課 ☎042-707-1569



問 学校教育課 ☎042-704-8918

さがみはらスポーツフェスティバル

サッカー、ラグビー、車いすバスケットボールなど、さまざまなスポーツ・パラスポーツを体験できるイベントです。飲食・物品販売ブースもあります。

時 10月12日(例)9時30分～15時(雨天中止)

会 相模原ギオンスタジアムなど

詳しくはこちら▶



問 市スポーツ協会 ☎042-751-5552

橋本ほねごり祭り

スポーツ、グルメ、体験をテーマにしたイベントです。

時 9月26日(土)10時～15時(雨天中止)

会 橋本公園

スポーツ体験

ホームタウンチームのプロ選手と交流できるイベントです。サッカー、ラグビー、アメリカンフットボール、バドミントンを体験できます。

はたらくるま展示

消防車やパトカーなどを展示します。

アルパカふれあい体験

アルパカに餌やりができます。

餌やり費 200円

※その他、キッチンカーの出店や、子どもvsプロ選手の綱引き大会(予定)もあります。



問 ほねごり ☎042-703-5548

ミシマサイコに親しもう サイコフェア

本市にゆかりのある絶滅危惧種の植物ミシマサイコに親しむイベントです。資料の展示や相模原柴胡の会の活動紹介のほか、キッチンカーの出店などもあります。

時 9月27日(日)9時～15時

会 相模原麻溝公園 ※希望者は直接会場へ



同時開催 ミシマサイコ講習会

時 10時～12時 定 20人(申込順)

費 500円(資料代など) ※種か苗の配布あり

申 9月25日までに、☎で相模原柴胡の会へ

問 相模原柴胡の会 ☎080-3732-4419

勝坂遺跡のイベント

発掘調査100周年を記念したイベントです。

縄文文化を探る研究のいまむかし

①関連本の展示 ②記念講演会

時 ①10月1日(休)～31日(土) ②10月10日(土)10時～12時

会 図書館(中央区)

対 ②中学生以上=35人(申込順)

※休館日は同所 ☐で確認してください。

申 ②9月19日から、直接か ☎で同所へ ☎042-754-3604

歴史と文化の里「あらいそ」を探索しよう

勝坂遺跡のほか、山王日枝神社(南区磯部)や磯部八幡宮などを散策します。

時 10月3日(土)8時45分～12時

定 25人(申込順)

申 9月21日～30日に、☎で新磯コンシェルジュの米田さんへ ☎046-257-7018

企画展 縄文集落と勝坂式土器

時 10月10日(土)～12月13日(日)9時30分～17時

会 博物館

※休館日は同所 ☐で確認してください。

問 博物館 ☎042-750-8030

勝坂遺跡とは

縄文時代中期の大集落跡。大正15(1926)年に考古学者の大山 柏によって発掘された。出土した土器を基に名付けられた「勝坂式土器」は全国的にも著名



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 閩市役所 ☎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 ☒ などを確認を
国 国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金の活用事業

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

受診時は
マイナンバーカードや
医療証を持参

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 ※9月26日は点検のため16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。

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

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。

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

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 閩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

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 10月22日(木)10時～11時 会 緑区合同庁舎 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 9月24日 閩 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 11月4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 9月24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 11月①6日(金)・27日(金)②11日(木)・20日(金)③17日(火)10時～11時 会 ①ウェルネスさがみはら②南保健福祉センター③緑区合同庁舎 対 令和7年9月～8年1月生まれの子どもとその家族 定 各10組(申込順) 申込開始 9月24日 閩 こども家庭課

オンライン講座 発達障害(神経発達症)の基礎知識

医師から話を聴き、子どもへの理解を深める講座 時 11月6日(金)10時～12時 講 江尻勇樹さん(国立病院機構相模原病院小児科医師) 対 市内在住で、発達が気になる小学校2年生以下の子どもと家族など 定 100人(申込順) 申込期間 9月24日～10月28日 ※ツールはWebex®を使用。申し込み方法などは市 ☒ を参照 閩 療育相談室 ☎042-756-8435

▲市 ☒

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 閩 こども家庭課

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 時 11月①㉗11日(木)㉗27日(金)②㉗6日(金)㉗17日(火)㉗20日(金)13時～14時、14時30分～15時30分 会 ㉗㉗南保健福祉センター㉗㉗ウェルネスさがみはら㉗緑区合同庁舎 対 ①令和8年5月・6月生まれの子どもとその家族②8年2月・3月生まれの子どもとその家族 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 9月24日 閩 各子育てセンター 緑 ☎042-775-8829、中央 ☎042-769-8222、南 ☎042-701-7710

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の交流 時 10月①1日(木)②8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 認知症のある人の家族 ※希望者は直接会場へ 閩 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②iPhone®の使い方など 時 10月6日(火)・15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 定 ②各1人(申込順) ※①希望者は直接会場へ 申 ②開催日1週間前までに、☎で高齢・障害者福祉課へ ☎042-707-7055

日赤救急法 救急員養成講習会(全3回)

AED(自動体外式除細動器)を使った心肺蘇生や止血法など。最終日に検定あり 時 10月10日(土)～12日(月)9時30分～17時(10日は12時30分から) 会 あじさい会館 対 市内在住か在勤・在学の15歳以上 定 30人(抽選) 費 3,600円 申 9月30日(必着)までに、往復はがきか ☒ に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、「救急員養成講習会」と書いて、日赤相模原市地区本部(生活福祉課内)へ 〒252-5277中央区中央2-11-15 ☒ seikatsufukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp

聴覚障害なんでも相談サロン

聴覚障害に関する相談、情報交換や交流 時 10月14日(水)・24日(土)13時～16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 閩 高齢・障害者福祉課

難病講演会・患者と家族のつどい SLE(全身性エリテマトーデス)

最新の治療と療養生活について 時 11月14日(土)14時～16時 会 ユニコムプラザさがみはら 対 市内在住か在勤・在学の患者やその家族など 定 50人(申込順) 申 開催日前日までに二次元コードから 閩 疾病対策課

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		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	8時30分～17時 (祝日等を除く)	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) 閩 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	申込先
10月1日(木)	9時15分 10時15分 11時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
10月6日(火)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
10月14日(水)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233
10月15日(木)	13時15分 14時15分 15時15分	南保健福祉センター	南保健センター ☎042-701-7708
10月23日(金)		緑区合同庁舎	緑保健センター ☎042-775-8816
10月29日(木)		ウェルネスさがみはら	中央保健センター ☎042-769-8233

☎9月24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11月①4日(水)②9日(月)13時～15時30分③24日(火)④25日(水)9時～11時30分 会①④南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら③緑区合同庁舎 申込開始9月24日 関各子育て支援センター①④南☎042-701-7710②中央☎042-769-8222③緑☎042-775-8829

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11月10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

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11月13日(金)9時～11時30分 会②ウェルネスさがみはら 関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

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 関障害のある乳幼児 ※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

歯みがき相談(歯科衛生士)

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

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10月9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) 関がん患者やその家族 定4組(申込順) 申10月7日までに、☎で健康増進課へ ☎042-769-8322

もの忘れ相談(医師)

時10月①2日(金)②13日(火)③21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9月24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

くすりの相談

時10月15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

骨密度測定 de 骨元気アップセミナー

骨粗しょう症の予防の話と骨密度測定 時10月30日(金)9時30分、10時30分、11時30分(各回45分) 会緑区合同庁舎 関市内在住か在勤・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9月25日～10月28日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

禁煙チャレンジ(保健師)

電話か面談で3カ月間禁煙をサポート(初回面談時、希望者に呼気検査(肺年齢測定)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

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10月①6日(火)②15日(木)③19日(月)④23日(金)13時～14時 会①④南保健福祉センター②ウェルネスさがみはら③津久井保健センター 関かかりつけ医のいない人 定各2・3人(申込順、調整あり) 申9月18日から、☎で各高齢・障害者相談課へ ①④南☎042-701-7715②中央☎042-769-9806③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10月19日(月)14時～16時 会けやき会館 関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9月24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10月20日(火)10時～12時 会けやき会館 関市内在住か在勤で、アルコールの悩みを抱える人とその家族 定2組(申込順、調整あり) 申9月24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10月21日(水)14時～16時 会市民会館2階第2中会議室 関市内在住か在勤で、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 定20人(申込順) ※事前面接あり 申9月24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)

時10月26日(月)14時～16時 会けやき会館 関市内在住か在勤で、薬物やギャンブルの悩みを抱える人とその家族 定2組(申込順、調整あり) 申9月24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10月27日(火)13時30分～15時30分 会市民会館3階第1中会議室 関市内在住か在勤で、アルコール・薬物・ギャンブルの悩みを抱える人の家族 定10組(申込順) 申9月24日から、☎で精神保健福祉センターへ ☎042-769-9818

ひきこもり家族教室 セサミ

ひきこもりに関する知識や声かけの工夫などを学び、同じ悩みを持つ家族同士で交流 時11月2日(月)13時30分～15時30分 会市民会館2階第2中会議室 関ひきこもり状態にある市内在住の人の家族 定10組(申込順) ※事前面接あり 申9月24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
9月19日(土)・21日(祝)	10時～12時、 13時45分～16時	橋本駅北口 ペDESTリアンデッキ下
9月26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)
10月18日(日)	10時～12時、 13時45分～16時	イオン相模原ショッピングセンター (南区古淵)

関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) 関地域保健課

結核を予防しましょう

結核・呼吸器感染症予防週間
9月24日～30日

結核はまだまだ身近な病気です。全国で毎年約1万人の患者が新たに診断されています。
自分や家族の健康を守るために、年に1回は胸部X線検査を受けましょう。



市民結核健康診断(胸部X線検査)を受けましょう

関市内在住の今年度65歳以上(健康診断を受ける機会がない人)
申☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

関疾病対策課☎042-769-7201





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 じ 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
国 国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金の活用事業



お知らせ

交通ルール・マナーを守ろう

日没時間が早まるこの時季は、夕暮れ時や夜間に交通事故が多発する傾向あり。一人ひとりが交通事故防止の心がけを ●歩行者は反射材などを身に付け、道路横断時には安全確認をする ●自転車・特定小型原動機付自転車の利用者は、ヘルメットを着用し、交通ルールやマナーを守る ●自動車運転者は、早めにライトを点灯し、歩行者や自転車に注意を ●ながら運転や飲酒運転は絶対にしない ※9月21日～30日は秋の全国交通安全運動 **スローガン** 秋の夕暮れライトと反射材で 守る命 岡交通・地域安全課

まちかど行政相談

国の業務への意見や相談などに行政相談委員が対応 時9月26日(土)10時～16時 会アリオ橋本グランドガーデン1階(緑区大山町) ※希望者は直接会場へ 岡神奈川行政評価事務所 ☎045-681-1165

契約や遺言などの制度・相談

公証制度の活用を 公正証書(契約や遺言に関する権利や義務などの書類)を公証人が作成 岡相模原公証役場 ☎042-758-1888

遺言・相続などの無料相談 公証人が相談を受け付け 時10月2日(金)9時～12時 会中央区役所市民相談室 定6人(申込順) 申9月24日から、☎で横浜地方法務局へ ☎045-641-7461

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10月①8日(木)②15日(木)③22日(木)④29日(木)14時～15時 会①③④あじさい会館②南保健福祉センター 対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 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

市民健康文化センターの施設休業

南清掃工場の点検のため 岡全館休館10月5日(月)～12日(祝) プール・浴室の休止10月5日(月)～11月1日(日) 岡市民健康文化センター ☎042-747-3776

納期限は 9月30日(水)

- 国民健康保険税 第4期
- 固定資産税・都市計画税 第3期

口座振替の申し込みは
市HPか金融機関の窓口へ



ウェブ申し込み、
詳しくはこちら

弁護士・税理士等による不動産無料相談会

時10月1日(木)10時～16時 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 岡全日本不動産協会さがみ支部 ☎042-705-7100

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10月5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9月24日～30日に、☎で住宅課へ ☎042-769-9817

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10月20日(火)10時～10時45分 対子育て中の女性 定5人(先着順)
②個別おしごと相談 時10月23日(金)9時30分・10時25分・11時20分(各回50分) 対女性 定各1人(申込順)
【①②共通】会ソレイユさがみ ※子どもの同伴可、保育なし。①希望者は直接会場へ 申②9月19日から、☎でマザーズハローワーク相模原へ ☎042-862-0042

ウェルネスさがみはら駐車場の休止

設備点検のため休止。17時から通常通り 時9月26日(土) 岡地域保健課

図書館のシステム休止

定期点検のため 時9月28日(月)8時30分～17時(予定。終わりに次第サービス再開) 利用できないサービス ●図書館HP ●利用者用検索機(開館している施設の図書室など) 岡図書館(中央区) ☎042-754-3604



募 集

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 対市内在住か在勤・在学で、小学生(障害がある場合は18歳)までの子どもがいる人(妊娠中も相談可)
②援助会員 ①を手助けする人 対市内在住か在勤・在学で、講習会(時10月5日(月)・7日(火)・16日(金) 会南区合同庁舎)に出席できる20歳以上
【①②共通】希望者は動画視聴などが必要。申し込み方法などは市HPを参照 岡ファミリー・サポート・センター ☎042-730-3885



公共建築めりえコンテスト作品

11月の公共建築月間イベントとして開催するコンテストに応募する塗り絵。入賞者には副賞あり 対小学生以下 ※用紙や応募方法などは市HPを参照 申込期限10月23日(必着) 岡公共建築課



会計年度任用職員 非常勤給食調理員

給食の調理・配膳や用具の洗浄など 任期12月1日～令和9年3月31日 勤務週3～5日(12月は週1・2日)で、8時30分～16時のうち①6時間②3時間 勤務場所弥栄小学校 報酬日額①7,926円から②3,963円から(職歴などで決定) 定若干名(選考) ※面接あり 申10月16日までに、☎で学校給食課へ ☎042-769-8283

市青少年少女合唱団クリスマスコンサート出演者

団員と共に出演 時12月20日(日)13時30分～14時30分 会青少年学習センター 対市内在住か在学の年長～高校生で、練習に5回程度参加できる人 費5,000円(楽譜代など) ※練習日程や申し込み方法などは市青少年少女合唱団HPを参照 岡こども・若者応援課 ☎042-751-0091



還暦花火の日™の協賛金

12月5日に実施する、赤い花火を打ち上げるイベントへの協賛金。1口1,000円から可能 ※イベント内容や協賛方法などは二次元コードを参照 岡還暦花火さがみはら実行委員会(相模煙火店内) ☎042-762-9595



イベント

若あゆスターフェスティバル

大型望遠鏡での天体観測とエアドーム投影 時11月14日(土)、12月12日(土)17時30分～19時45分 会相模川ビレッジ若あゆ 対市内在住か在学の小・中学生とその保護者 定各50人(抽選) 申9月30日までに、二次元コードから 岡同所 ☎042-760-5445



淵野辺公園の催し

①市民活動フェスタ 模擬店やステージ発表など
②親子ふれあいの広場 合唱・鼓笛のステージや工作など
【①②共通】時9月27日(日)9時30分～①14時30分②15時(雨天中止) 会淵野辺公園 ※希望者は直接会場へ。 岡①さがみはら市民活動サポートセンター ☎042-755-5790②こども・若者応援課 ☎042-751-0091

マチイロで

広報さがみはらを読もう

アプリ「マチイロ」で広報さがみはらなどの配信を開始しました。

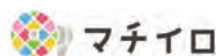
まちを好きになるアプリ「マチイロ」とは

スマホなどで自治体広報紙や行政ニュースを読める無料アプリです。

便利な機能

- 記事内の電話番号・二次元コードを選択して、問い合わせや申し込みができる
- 文字を拡大・縮小できる
- 日本語を含めた13言語と「やさしい日本語」に翻訳・読み上げができる

※広報紙閲覧サービス「カタログポケット」での広報さがみはらなどの閲覧は、令和9年3月31日で終了



ダウンロードは
こちら

岡広報課 ☎042-769-8200

市主催の婚活イベント

さがマッチ!

市主催の婚活イベントを開催します。

時10月25日(日)11時30分～14時45分

会WEDGE WOOD CLUB(南区南台)

対30歳～39歳の独身で、次のいずれかに該当する人

- 市内在住か在学・在勤
- 将来、本市への移住を検討している

定男女各12人(抽選)

費2,000円(昼食費含む)

申9月18日～10月15日に、二次元コードから

今回は
大人のごほうび
ランチ会だよ



岡さがマッチ! 事務局 ☎070-4948-8501



ブルーライトアップ

手話言語の国際デーに、手話普及のシンボルカラーでライトアップ 時9月23日(祝)18時ごろ～20時 会市役所本庁舎 間高齢・障害者福祉課

出張プレイパーク

ビー玉転がしや昔遊び、ハンモックなど 時9月27日(日)10時～15時(雨天中止) 会津久井湖城山公園 花の苑地 対中学生以下(未就学児は保護者同伴) ※希望者は直接会場へ。内容などは、銀河の森プレイパークHPを参照 間子どもの居場所づくり・相模原 ☎070-4497-4588

藤野の養蚕展

藤野地域の養蚕の歴史を紹介 ①展示 時10月3日(土)～25日(日)(5日(月)・13日(火)・19日(月)を除く)10時～16時 ②講話会 津久井地区最後の養蚕の記録 時10月4日(日)14時～15時 ③講話会 藤野の養蚕四方山話㊦その1㊦その2㊦その3 時10月㊦10日(土)㊦17日(土)㊦24日(土)14時～15時 【①②③共通】会吉野宿ふじや ※希望者は直接会場へ 間博物館 ☎042-750-8030

火おこし道具づくり

古代の火おこし道具を2種類から選んで作る 時10月4日(日)～31日(土)10時～12時、14時～16時 会旧石器ハテナ館 対小学校4年生以上(小学生は保護者同伴) 定各1組(申込順。1組5人まで) 費各200円か500円(1人当たり。種類により異なる) 申10月1日～希望日3日前に、直接か ☎で同所へ ☎042-777-6371

yフェスティバル

施設の利用団体がダンスや楽器演奏などを披露。模擬店もあり 時10月4日(日)9時45分～15時15分 会青少年学習センター ※希望者は直接会場へ 間子ども・若者応援課 ☎042-751-0091

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〉 時10月17日、11月28日、12月19日、令和9年1月16日、9年2月27日の土曜日14時～15時30分 ②③銀河連邦共和国 りんご狩り 長野県佐久市でりんご狩りと交流会 時11月7日(土)7時30分～18時 費各組5,900円 【①②③共通】会けやき体育館(②③は同所で集合・解散) 対市内在住か在勤(障害福祉サービス事業所を利用している人含む)・在学で①障害のある小学生以上②障害のある小学生以上とその付添人③小学生とその保護者 定①20人(申込順)②③各19組(1組2人。抽選) ※①手話通訳・要約筆記対応可(要予約)、ボランティア同時募集(定2人(申込順)) 申①9月19日～10月9日に、②③10月5日までに、 ☎で同所へ。電話が難しい場合は、FAXに6面上部の必要事項、①付添者の有無、手話通訳・要約筆記希望の有無、①②障害の種別・等級、②③付添人・保護者の氏名と本人との関係を書いて、同所へ ☎042-753-9030 FAX042-769-1200

れんげの里あらいその催し

①出張ネイルサロン 時10月27日(火)9時40分～15時(1人20分、㊦㊦の組み合わせは40分) 内㊦カラー+カット(10本、アート1本)㊦甘皮ケア+カット㊦爪磨き+カット㊦カット㊦オフ 対50歳以上 費㊦㊦㊦各1,000円㊦500円㊦300円(㊦2回目以降無料) ②風づくり教室 時10月31日(土)13時30分～16時 費500円 ※未就学児は保護者同伴 【①②共通】会①新磯ふれあいセンター②相模の大風センター 定①16人②5組(各申込順) 申9月20日から、直接か ☎、FAXに6面上部の必要事項、①メニュー番号を書いて各会場へ ☎046-255-1311 FAX046-255-1361

親子であそぼう わらべうた会

童歌や手遊び、絵本の読み聞かせなど 時10月16日(金)11時～11時30分 会タリーズコーヒー ロースター相模大野中央公園店(南区相模大野) 対0歳4カ月程度～1歳の子どもとその保護者 定4組 間 ☎042-749-2244

いじめ防止フォーラム

緑区内各校の児童・生徒代表がいじめ防止の取り組みを紹介。グループ討議もあり 時10月21日(木)15時～16時40分 会総合学習センター 対市内在住の18歳以上(高校生を除く) 定30人(申込順) 申9月24日～10月13日に、直接か ☎で学校教育課へ ☎042-704-8916

講演・講座

パソコン無料体験・講座

①パソコン講座②プログラミング講座③PC・プログラミングプレ講座④18歳からのプログラミング

	日にち	時 間
①	9月26日(土)・30日(火)、10月6日(火)・15日(休)	9時30分、10時30分、11時30分(各回50分、1回のみ)
②	9月26日(土)、10月10日(土)	9時20分、10時30分、11時40分(各回60分、1回のみ)
	10月1日(休)・15日(休)	16時、17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)
③	9月30日(火)、10月8日(休)	16時、16時30分(各回30分、1回のみ)
④	10月1日(休)・15日(休)	17時30分、18時45分(各回60分、1回のみ)

会産業会館 対②小学校3年生～高校生③5歳～小学校2年生④18歳以上 定①②④各2人③各1人(各申込順) 申9月24日から、 ☎(9時30分から)で同所教室へ ☎042-704-9888

ボランティア&市民活動スタートアップ講座

企画の立て方や事業の進め方などを学ぶ 時9月27日14時～15時30分 会ユニコムプラザさがみはら 定45人(先着順) ※希望者は直接会場へ 間同所 ☎042-701-4370

元気高齢者筋力向上トレーニング教室〈全12回〉

時10月13日～11月20日の毎週火・金曜日15時30分～17時15分 会ほのぼのサービスセンター(緑区中野) 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 ※周辺地域への送迎可(料金別途) 申9月30日までに、 ☎で同所へ ☎042-780-7977

初心者向けの駐車マンツーマンレッスン

時10月①14日(火)②15日(休)10時～16時(1人30分) 会①相模大野駅西側自動車駐車場②橋本駅北口第1自動車駐車場 対普通自動車運転免許がある人 定各10人(申込順) 申9月19日～開催日前日に、二次元コードから 間タイムズコンタクトセンター ☎ ☎0120-39-8924

写真で生きもの探し 生きものの持ち方

生き物専門のカメラマンから、正しい持ち方などを学ぶ 時10月18日(日)10時～11時30分 会橋本図書館 対小学生 定20人(申込順) 申9月19日から、直接か ☎で同所へ ☎042-770-6600

難病患者等ホームヘルパー養成研修

基礎課程Ⅰ・Ⅱの共通内容を受講後、Ⅱの内容を学ぶ 時10月29日(休)9時50分～17時15分(Ⅰは15時まで) 会国立病院機構相模原病院(南区桜台) 対市内在住か在勤で、ホームヘルプサービスに従事する人 定30人(申込順) 申9月19日～10月15日に、二次元コードから 間疾病対策課

はじめてのカリンバ教室〈全3回〉

アフリカ生まれの民族楽器カリンバの演奏方法や調律を学ぶ(貸し出しあり) 時10月17日(土)・24日(土)・31日(土)10時30分～12時 会サン・エールさがみはら 対市内在住か在勤・在学の18歳以上(高校生を除く) 定15人(抽選) 費3,000円(教材・レンタル費含む) 申9月30日(必着)までに、はがきかFAX、☑に6面上部の必要事項を書いて同所へ。同所HPからも可 〒252-0131緑区西橋本5-4-20 ☎042-775-5665 FAX042-703-7612 ☑sun-yell@nem-shiteikanri.jp

救命講習

①応急手当普及員再講習 時10月24日(土)9時～12時 ②普通救命講習Ⅰ 成人への応急手当 時10月30日(金)◆、11月24日(火)、12月18日(金)★、令和9年1月26日(火)◆、9年2月14日(日)・23日(祝)★9時～12時 ③上級救命講習 時11月13日(金)、9年1月15日(金)、9年3月1日(月)9時～18時 ④普通救命講習Ⅲ 子どもへの応急手当 時11月28日(土)、12月5日(土)、9年2月10日(火)、9年3月18日(休)9時～12時 ⑤応急手当普及員養成講習〈全3回〉 時12月11日(金)～13日(日)9時～18時 ⑥救命入門 時9年1月6日(火)、9年3月23日(火)◆10時～11時30分 ⑦応急手当指導員再講習 時9年2月1日(月)8時30分～12時30分 【①～⑦共通】会消防指令センター(◆=南消防署、★=緑区合同庁舎) 対市内在住か在勤・在学の①⑦認定更新希望者②～⑤中学生以上⑥小学校4年生以上 定各30人(各申込順) 費①②④⑦各1,000円③各4,000円⑤5,500円⑥各500円 申開催日1週間前までに、市防災協会HPにある申請書をFAXか☑で同協会へ ☎042-753-9971 FAX042-753-0374☑kyuumei@sdpa.or.jp

テニス教室①初心・中級②ジュニア〈全5回〉

時10月24日～11月21日の毎週土曜日〈予備日11月28日(土)、12月5日(土)〉10時30分～12時30分 会小倉(やまびこ)テニスコート 対市内在住か在勤・在学の①中学生以上②小学校4～6年生 定各10人(申込順。3人以下の場合は中止) 費各5,500円 申9月20日から、直接か ☎、FAXに6面上部の必要事項、テニス経験の有無、コースを書いて同所へ ☎042-782-1122FAX042-782-1123

さがまちカレッジ

①ドライアイスの3つの不思議 時11月7日(土)㊦10時30分～12時㊦14時～15時30分 会北里大学相模原キャンパス(南区北里) ②ハンドベル集中講座〈全2回〉 時11月7日(土)14時～16時、11月8日(日)10時～16時 会町田市生涯学習センター(町田市原町田) 【①②共通】対①㊦小学校4～6年生㊦中・高校生②中学生以上 定①各20人②16人(各抽選) 費①各1,500円(教材費含む)②6,500円 記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(沢井を除く)など 申9月30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。同所HPからも可 ☎042-703-8535



Facility Events

施設の催し

あじさい会館

〒252-0236 中央区富士見6-1-20 ☎042-759-3963

①姿勢勉強会

姿勢にまつわる体操とストレッチ 時10月7日(水)10時～11時30分

②季節のフラワーアレンジメント教室

ハロウィーンをテーマにしたアレンジ 時10月12日(祝)13時30分～15時30分 対15歳以上

③健康体操

時10月15日(木)、11月12日(木)13時30分～15時30分 対15歳以上(中学生を除く) ※マットの貸し出しあり(数に限りあり)

④楽しい！ ドローン入門講座

時10月17日(土)14時～16時 対中学生以上

⑤みんなの食堂でランチコンサート

弁当を食べながら音楽を鑑賞 時10月25日(日)11時30分～13時

⑥リラックスヨガ教室

時10月28日(水)㉗10時30分～11時30分㉘14時～15時 会㉗南分室㉘緑分室

⑦高齢者向け防犯セミナー

詐欺被害から身を守る方法を具体的な事例から学ぶ 時10月29日(木)10時～11時30分 対60歳以上

【①～⑦共通】定①②④⑥各20人③各40人⑤50人⑦30人(各申込順) 費②2,800円③⑤⑥各600円④3,800円 申①～③⑤⑥9月19日から、④⑦9月20日から、①～⑤⑦開催日前日⑥開催日当日までに、直接か☎であじさい会館へ

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
①	リラックスヨガ	全12回	毎週木曜日 10月15日～令和9年1月21日 (10月29日、12月3日・31日を除く)	9時30分～10時30分
②				12時30分～13時30分
③	リフレッシュヨガ			11時～12時
④	ピラティス〈全8回〉		毎週金曜日 10月16日～12月18日 (10月30日、12月4日を除く)	10時～10時45分
⑤	ドライフラワー リースを愉しむ		10月15日(木)	13時～15時
⑥	プリザーブドフラワー オータムカラー アレンジ		10月22日(木)	13時～14時30分
⑦			10月23日(金)	19時～20時30分
⑧	フラワーアレンジメント 秋色アレンジ		10月22日(木)	19時～20時30分
⑨			10月23日(金)	10時～11時30分

対①～⑥⑨18歳以上(高校生を除く)⑦⑧小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①～④各20人⑤15人⑥～⑨各24人(各申込順) 費①～③各1万500円④7,000円⑤4,800円⑥⑦各2,800円⑧⑨各3,500円 申9月19日～開催日1週間前に、同所㊟から

図書館(中央区)

〒252-0233 中央区鹿沼台2-13-1 ☎042-754-3604

布えほん展①展示②布絵本やエプロンシアターを使ったおはなし会

時9月26日(土)①13時～16時30分②14時から、9月27日(日)①10時～16時②11時から、14時から 定②各40人(先着順) ※希望者は直接会場へ

会場・お問い合わせは原則各施設。休所日は各施設㊟で確認を

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 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

ソレイユさがみ

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

①パソコン教室〈全5回〉

初心者向け。ワード・エクセル(基礎編) 時10月11日～令和9年2月14日の毎月第2日曜日9時30分～12時 定10人(申込順) 費5,000円

②ハンドメイド大作戦！ 好きを見つけるクラフト・ラボ

アイロンビーズなどでオリジナル作品を作る 時10月11日(日)14時～15時30分 対小学生以上(小学校3年生以下は保護者同伴) 定15人(申込順)

③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10月12日(祝)10時～11時30分 定20人(申込順)

④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10月13日(火)・24日(土)10時～14時

⑤人生100年時代 ころろ豊かに 新しいことに挑戦してみよう！〈全3回〉

太極拳や朗読、マジックなど 時10月13日～27日の毎週火曜日14時～16時 定25人(申込順)

⑥おうちでかんたん！養生ツボ押し 夏バテ回復編

東洋医学の考え方に関する講座とつぼ押し実践 時10月16日(金)10時～11時30分 定15人(申込順)

⑦子育ておしゃべりサロン

時10月17日(土)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)

⑧女性のためのバランスボール

K-POPに合わせてバランスボールを使ったストレッチなど 時10月18日(日)13時30分～15時 対18歳以上の女性(妊娠している人は参加不可) 定15人(申込順) 費800円

⑨子ども服と絵本のリサイクルバザー

時10月24日(土)10時～14時

⑩講演会「知らなかった」から始める父親の育児

育児を家族の未来をつくる時間に変える方法 時10月25日(日)10時～12時 対市内在住の人 定40人(申込順)

【①～⑩共通】※①～③⑤⑥⑩未就学児(2歳以上)の保育あり(要予約)。④⑨希望者は直接会場へ 申①～③⑤～⑧⑩9月19日から、直接か☎、㊟に8面上部の必要事項、①～③⑤⑥⑩は保育希望の有無(希望者は子どもの氏名と年齢)、⑦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

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

①ハロウィンのリースをつくろう

時9月26日(土)11時～12時

②映像と音楽で楽しむ機能訓練レクリエーション

時10月2日～30日の毎週月・金曜日(10月12日を除く)10時30分～11時20分

③卓球台を開放

時10月4日(日)13時～16時

④イキイキヨガ教室

時10月7日(水)・21日(水)10時30分～11時30分

⑤体操教室 筋膜リリース&リラックスヨガ

時10月14日(水)10時30分～11時30分

【①～⑤共通】対②④⑤18歳以上③小学生以上(小学生は保護者同伴) 定①6人③～⑤各25人(各申込順)②各20人(先着順) 費①650円③100円④⑤各500円 ※②希望者は直接会場へ 申9月20日～開催日前日に、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

①スケート感謝デー ②早朝スケート教室 ③アイススケートワンポイントレッスン

④ジュニアスケート教室(アイスホッケー)⑤ジュニアスケート教室(スピード・フィギュアスケート)時①10月24日(土)8時30分～19時30分、10月25日(日)②7時～9時③10時30分～15時30分、④10月27日(火)18時～19時30分、⑤10月29日(木)18時～19時30分 対②5歳以上④⑤5歳～中学生 費②④⑤各500円 ※希望者は直接会場へ(②④⑤開始30分前から受け付け)。貸靴代別途500円(中学生以下300円)③別途入場料が必要



さがみはら北の丘センター				
〒252-0134 緑区下九沢2071-1 ☎042-773-5570				
催し名			日にち	時 間
①	水の公園(全5回)		毎週木曜日 10月1日～29日	16時～16時50分
②	単発！	いきいきヨガ	毎週木曜日 10月1日～12月24日	12時～12時50分
③		美骨体操		15時30分～16時20分
④		リラクゼーションヨガ		19時50分～20時40分
⑤		太極舞		9時30分～10時20分
⑥		ハタヨガ	10時30分～11時20分	
⑦		リフレッシュ体操	毎週金曜日 10月2日～12月25日	13時～13時50分
⑧		DISCOダンス エクササイズ		14時30分～15時20分
⑨		カラダリセット		19時～19時50分
⑩		ヨガ&ピラティス		10時～10時50分
⑪		キック&シェイプ	毎週土曜日 10月3日～12月26日	11時～11時50分
⑫		美ボディ体操		14時30分～15時20分
⑬		ベーシックピラティス		12時30分～13時20分
⑭		ストレッチ&ヨガ	10月5日～12月28日	14時30分～15時20分
⑮		ピラティス	毎週火曜日	10時～10時50分
⑯		朝ヨガ	10月6日～12月22日 (10月13日、11月10日、 12月8日を除く)	11時～11時50分
⑰		ポールコンディショニング		19時30分～20時20分
⑱		Zeroエアロ	毎週水曜日 10月7日～12月23日	10時30分～11時20分
⑲		ボディバランス		13時～13時50分
⑳		ZUMBA		14時30分～15時20分
㉑		ソフトピラティス		19時30分～20時20分
㉒		ベビースイミング	毎週金曜日 10月9日～23日	11時～11時45分
㉓	ベビースイミング	毎週土曜日 10月10日～24日	11時～11時45分	
㉔	親子スイミング	毎週土曜日 10月10日～24日	9時30分～10時15分	
㉕	ベビーリトミック	10月14日(水)・28日(水)	10時～10時40分	
㉖	親子リトミック		11時～11時40分	
㉗	障害者水泳(全8回)		毎週木曜日 11月5日～12月24日	17時～17時50分 18時～18時50分

対①年中～小学校3年生②～㉑16歳以上㉒0歳6カ月～1歳6カ月の子どもとその保護者
③オムツの取れていない1歳以上の未就学児とその保護者④オムツの取れている未就学
児とその保護者⑤0歳6カ月～1歳3カ月の子どもとその保護者⑥1歳4カ月～3歳の子ど
もとその保護者⑦障害者手帳を持っている小・中学生 定①⑪～⑬⑰⑱⑲各15人②④⑥
⑨⑩⑭⑯各35人③各20人⑤⑦⑮⑰各30人⑧⑳各22人㉒～㉖各10組㉗各6人(①㉒～㉗
申込順②～㉑先着順) 費①2,500円②～㉑各800円㉒～㉖各900円㉗各9,600円 ※①
市外の小学生は利用料が別途必要(市内在学を除く)。㉒保護者は利用料が別途必要。②～
㉑希望者は直接会場へ(開始30分前から受け付け、割引回数券あり) 申①9月20日㉒～
㉗10月1日から、同所HP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
①	はじめてピラティス	毎週火曜日 10月6日～27日	9時45分～10時45分
②	ボディコンバット	毎週水曜日 10月7日～28日	11時～12時
③	ZUMBA		19時30分～20時30分
④	やさしいバレエ	毎週木曜日 10月1日～29日(8日を除く)	11時15分～12時15分
⑤	レズミルズピラティス	毎週木曜日 10月1日～22日	12時15分～13時15分
⑥	はじめてのフラダンス	毎週金曜日 10月2日～30日(23日を除く)	11時15分～12時15分
⑦	ヨガ	毎週金曜日 10月2日～23日	19時50分～20時50分
⑧	リフレッシュエアロ	毎週日曜日 10月4日～25日	18時～19時
⑨	親子リトミック	毎週水曜日 10月7日～28日	9時45分～10時30分
⑩	ちびっこ運動教室	9月25日(金)	15時20分～16時

対①～⑧16歳以上⑨自力で座れる年少以下の子どもとその保護者⑩年少・年中 定①④
⑥各15人②③⑤⑦⑧各20人⑨各12組⑩8人(各申込順) 費①～⑧各4,400円⑨各1,000
円⑩440円 申9月①～⑧20日⑩19日から、直接か☎で同所へ。⑨9月19日～開催日前日
15時に同所HPから

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			
催し名		日にち	時 間
①	ポールウォーキング教室	10月1日(休)・15日(休)・29日(休)	9時30分～10時30分
②	気軽にできるチェアヨガ	毎週月曜日 10月5日～26日(12日を除く)	11時～12時
		10月14日(休)・28日(休)	9時30分～10時30分
③	やさしいピラティス	10月5日(月)・19日(月)	13時～14時
④	Hau'oli Hula	毎週火曜日 10月6日～27日	12時30分～13時25分
			13時30分～14時25分
⑤	はじめてフラ	10月7日(休)・21日(休)	13時～14時

定①各15人②～⑤各20人(①申込順②～⑤各先着順) 費①各800円(ポール持参は500
円)④⑤各500円②③各800円 ※②～⑤希望者は直接会場へ 申①9月20日～開催日
前日に、同所HPから

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①9月20日(日)②10月3日(土)17時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ①ギラヴァンツ北九州②FC大阪
問SC相模原☎042-705-7074

ノジマステラ神奈川相模原
(女子サッカー・WEリーグ所属)

時①9月23日(祝)②10月4日(日)14時から
会相模原ギオンスタジアム
対戦相手 ①ちふれASエルフェン埼玉
②RB大宮アルディージャWOMEN
問ノジマステラ神奈川相模原☎046-298-3881

※試合情報は変更となる場合あり。試合日程などは各チームの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▶

- グラウンド・ゴルフ交流大会
- 時9月26日(土)8時45分～11時30分 会下溝古山公園スポーツ広場 費800円 ※希
望者は運動ができる服装で直接会場へ
- スポーツチャンバラ秋の体験会
- 時①10月2日(金)19時15分～20時45分②10月3日(土)9時30分～11時 会①相模原ギ

- オンアリーナ②はねごりアリーナ ※希望者は運動ができる服装で直接会場へ
- 市長杯争奪ターゲット・バードゴルフ競技大会 兼 市TBG協会記念大会
- 時10月24日(土)8時30分～16時 会キャンプ淵野辺留保地(淵野辺公園隣接地) 対市
内在住か在勤・在学の18歳以上 定130人(抽選) ※用具の貸し出し、大会用ボールの支
給あり 申込期限10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8年8月1日現在()内は前月との増減 令和7年国勢調査速報値に基づく推計人口

人口 279,305人(150減) 男137,443人／女141,862人 世帯数 139,636世帯(29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
区民会議

南区の魅力を満載!!



相模原市南区
ガイドマップ

10月
①3日土・②4日日
開催

おださが ロードフェスタ



おださがロード
フェスタ

時 10時～17時(雨天決行)

会 ①小田急相模原駅北口周辺
②小田急相模原駅北口周辺、
サウザンロード、相模台公民館



仮装コンテスト

「投票部門」と「インスタ部門」を開催します。
「投票部門」にはさまざまな賞を用意
●幼児賞、ヴィンテージ賞など5種類 年齢ごとにエントリー
●団体賞 5人以上で参加
●ファミリー賞 家族一緒に参加
受賞者には豪華賞品もあります。ぜひ参加してください。
※「インスタ部門」にも賞あり
※コンテストの参加はエントリー制。詳しくは、同フェスタHPから

ステージイベント

ダンスやバンド演奏などを実施します。
両日開催
さがみんやざまりんとの「ご当地キャラじゃんけん大会」
会 メインステージ
最後まで勝ち残った人にはプレゼントを用意しています。

2日目開催

BMXパフォーマンスやよさこい演舞・ダンス

会 メインステージ、サウザンロード入口会場
サウザンロード入口会場は、路上がステージになります。路上ならではのプログラムが楽しめます。

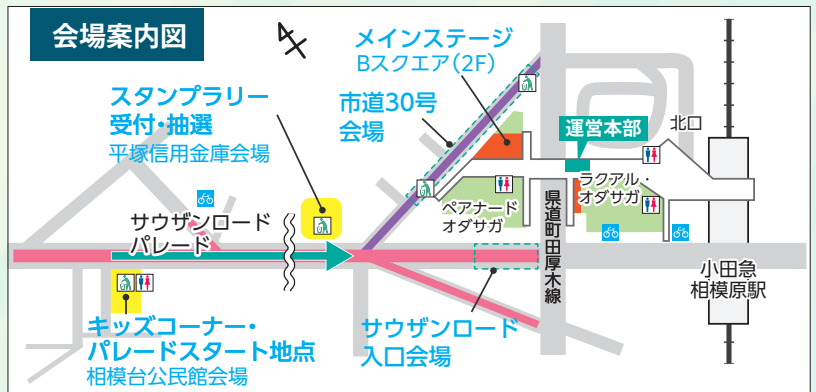
サウザンロードパレード

マーチングバンドや地元阿波踊り連などがパレード。仮装してパレードに参加すると、仮装コンテストで加点されます(投票部門のみ)。仮装参加者は当日申し込みで参加できます。

スタンプラリー(4日のみ)

今年もスタンプラリーを実施します。会場に設置したスタンプを全て集めると抽選に参加できます。
※抽選はハズレなし。参加者全員にお菓子をプレゼント

交通規制 9時～18時 10時～18時(4日のみ)



実行委員会コメント

かつてサウザンロードで開催されていた、地域のお祭り「相模台夏まつり」がなくなってしまいました。もう一度この地域にお祭りを復活させたい、子どもたちの思い出に残る故郷のお祭りをつくりたいと有志が集まり、2014年に1回目を開催した「おださがロードフェスタ」。サウザンロード商店街をはじめ、地域の皆さまにご協力いただき、今年で12回目の開催となりました。

今回のテーマは「12」にちなみ「じゅうに(12)楽しめ!」です。仮装コンテストに参加するもよし!ステージを1日中観覧するもよし!昼間からお酒を飲むもよし!友達と食べ歩きをするもよし!ボランティアスタッフとして、一緒にお祭りを盛り上げるもよし!

どうぞ自由に、十二分に「おださがロードフェスタ」を楽しんでください!

----- 昨年の様子 -----



問 おださがロードフェスタ実行委員会事務局 ☎080-2298-3001 (月～金曜日(祝日等を除く) 9時～17時)

高齢者向け

運転認知機能検査などの体験会



75歳以上の方が運転免許を更新するときに受ける「認知機能検査」を事前に体験できます。交通安全や特殊詐欺防止の講話、安全運転サポート車の乗車体験などもあります。
※運転免許更新時に必要な認知機能検査や高齢者講習の代わりにはなりません。

時 10月19日(月)9時30分～12時、13時30分～16時
会 トヨタモビリティ神奈川淵野辺店(中央区東淵野辺)
対 過去に参加したことがない、南区在住か在勤の65歳以上(今年度65歳になる人を含む)
定 各12人(申込順)
申 9月25日～10月7日に、☎で市コールセンターへ ☎042-770-7777

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8年8月1日現在 () 内は前月との増減
令和7年国勢調査速報値に基づく推計人口

人口 268,157人(177減) 男134,278人／女133,879人

世帯数 130,198世帯(63増)

ホームページ
中央区
ページ

Instagram
【公式】
相模原市中央区

Facebook
相模原市
中央区

FMラジオ(83.9MHz)
大好き!中央区
FM HOT839
(エフエムさがみ)

ぐるっと！みなはしご

南橋本商栄会の魅力発見

対象店舗での1,000円以上のご利用で、シールを1枚渡します。3店舗を巡りシールを3枚集めて、アンケートに答えると、対象店舗で使える500円割引券をプレゼント。

台紙配布日 9月25日(金)・26日(土)

イベント実施期間 9月25日(金)～10月4日(日)

台紙の配布時間、場所、対象店舗など詳しくは、南橋本商栄会公式Instagramか、中央区HPをご覧ください。



▲学生が作成したイベント公式アカウント。対象店舗のお薦め料理などが掲載されています。



▲学生が考案したデザイン

産・学・官 連携事業として実施します



南橋本商栄会

青山学院大学
シビックエンゲージメントセンター

中央区役所



南橋本商栄会
会長
あまみやゆういち
雨宮勇一 さん

ここにしかないお店がある

南橋本商栄会には、南橋本駅周辺の居酒屋、各国料理、スナックなど、個人経営のお店が多く加盟しています。お客さんとの距離感が近く、子どもたちが遊び回る姿が見られるなど、古き良き昭和の香りを感じられる場所です。今回のイベントをきっかけにぜひお越しください。

身近な商店街の魅力を発見

企画立案やPRなどに携わっている青山学院大学シビックエンゲージメントセンター中央区地域活性化プロジェクト「わかば」です。人情味あふれるお店がたくさんある南橋本商栄会を、お得なこの機会にぐるっと巡ってみませんか。



地域活動協働チーム
リーダー
ほんだしゅんた
本田峻大 さん

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8年8月1日現在 () 内は前月との増減
令和7年国勢調査速報値に基づく推計人口

人口 164,698人(92減) 男 82,509人／女 82,189人

世帯数 77,707世帯(7減)

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



ミウもSNSで発信しているよ！



ぐるっと緑区 ミドナビ 検索

相模湖ダム祭

時10月4日(日)10時～16時
会 県立相模湖交流センターなど

- 魚とふれあう生態学習
- 相模ダムリニューアル工事 PR展示、動画上映
- 相模湖の芸術・文化のPR

スタンプラリーに参加して 景品をゲットしよう！
希望者は県立相模湖交流センターか 県立相模湖公園にある受付へ

関相模湖まちづくりセンター ☎042-684-3213

相模湖ふれあい広場

時10月4日(日)9時～16時
会 県立相模湖公園

- 足こぎスワン世界大会
- 桂北モルック大会 in さがみ湖
- 飲食ブース、フリーマーケット、キッチンカー、PRブース

関相模湖ふれあい広場実行委員会事務局 (相模湖商工会内) ☎042-684-3347

横浜地方方法務局 津久井総合事務所サービスコーナー 取り扱い時間が変更

津久井総合事務所1階に設置しているサービスコーナーの取り扱い時間が変更になります。

時10月1日(木)から
●変更後の時間など 月～金曜日(祝日等を除く)11時～16時30分
※取り扱い内容の変更はありません。

関横浜地方方法務局 ☎045-641-7461 (ガイダンス5番)



秋は特に活動が活発に！

クマを引き寄せない・クマに出合わない

市内の山中にはクマが生息しています。ハイキングなど、山間地に行くときは十分に気を付けましょう。

引き寄せない

- カキやクリなどの果実は早めに収穫する
- 果実や野菜、ペットの餌などを屋外に放置しない
- クマの隠れ場所とならないよう、草が生い茂っているところは刈って、見通しをよくする

出合わない

- 鈴や笛、ラジオなど、音がするものを身に着ける
- クマの足跡やふんなどを見つけたら引き返す
- 山間地では2人以上で行動する
- 朝夕や霧が出ているときを避ける

もしも出合ってしまったら

走らない・大声を上げない・物を投げ付けない
走って逃げたり、大声を上げたりせず、クマに向き合い、動きを見ながらゆっくり後退する

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
FAX 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!





健康フェスタ × ほかほかふれあいフェスタ × パラスポーツ体験会



開催日

10月10日 土
10時～15時30分

楽しく過ごせて
からだ
身体のためになったよ

健康について学べたよ



健康フェスタ

講演会、健康に関するブース出展
(ポッチャ、血管年齢・脳体力測定など)

①足と健康 骨の健康度 足底圧測定

時 13時～15時30分
(5枠に分けて実施)

③医療講演会

腎臓病に関する講演会です。
時 10時～11時5分

⑤絶対王者! 小橋建太さんと一緒に 動画視聴&エクササイズ

オリジナルタオルをプレゼント。参加者の
中から抽選で5人にツーショット撮影会あり
時 13時～14時30分

②の申し込みは
こちら▶



⑤の申し込みは
こちら▶



②キッズ調剤体験

時 10時20分～11時20分、
13時20分～14時20分
対 市内在住の小学校3～6年生

④医療相談会

腎臓専門医による相談会です。
時 11時10分～12時(1人10分)



ほかほかふれあいフェスタ

模擬店、ステージ発表、作品展示
など

会 ウェルネスさがみはら前広場、
あじさい会館
※希望者は直接会場へ
間 ほかほかふれあいフェスタ2026
実行委員会(相模原ボランティア協
会内) ☎042-759-7982



パラスポーツ体験会

車いすバスケットボール、
ゴールボール、フライング
ディスク

会 けやき体育館

※希望者は直接会場へ

間 共にささえあい生きる社会パラ
スポーツ普及啓発実行委員会(高齢・
障害者福祉課内) ☎042-707-7055

