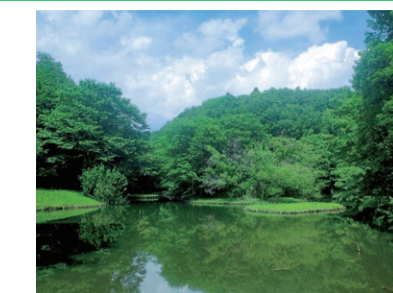




目次

- 後期高齢者医療制度(2面)
- みんなの健康(3面)
- 身の周りを清潔にしましょう(4面)
- 技能功労者等表彰対象者の推薦(5面)
- あすなろ大学入学説明会(6面)
- ぞまインフォメーション(7面)
- 座間市坂道ウォーキングガイド(8面)



谷戸山公園の水鳥の池
(写真は過去のものです)

新しい生活様式を踏まえて

熱中症を防ぎましょう

夏が近づき、気温や湿度の上昇と共に、熱中症になる方が増加します。マスクの着用方法など、新型コロナウイルス感染症拡大防止を考えながら、熱中症を防ぎ、健康に夏を過ごしましょう。

担当 健康づくり課 ☎046(252)7995 ㊟046(255)3550

新型コロナウイルス感染症拡大防止

これからのマスク着用について

屋外で十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合、マスクは外すようにしましょう。

マスクを着用すると、口の渇きを感じにくくなります。定期的に十分な水分を摂取してください。

マスクを高温、多湿の環境で着用する場合は体調の変化に気を付けましょう。

体に負担の掛かる作業、運動をする場合はマスクを外しましょう。

乳幼児はマスクをすると顔色など体調の変化に気付きにくくなったり、嘔吐した場合、呼吸ができなくなる危険があります。



健康管理と体づくりをしましょう

- 日ごろから体温測定などの健康チェックをし、体調が悪い場合は無理せず自宅で静養する
- 暑さに備え、暑くなり始めの時期から無理のない範囲で適度な運動をする

暑さを避けて水分を摂りましょう

- エアコンなどを利用し、適切な室内の温度管理をする
- エアコンを使う場合も、窓の開放などの換気をこまめに行う
- 暑い日や時間帯は無理をしない
- 涼しい服装を心掛ける
- 急に暑くなった日には特に体調に注意する
- 喉が渇く前に水分補給をする(1日当たり1.2リットルを目安に)
- 汗を大量にかいた場合は塩分の補給も行う



「熱中症」かなと思ったら

- 涼しい日陰や冷房の効いた場所へ移動する
- 衣服を緩めて冷やしたタオルなどを脇の下、足の付け根に当て、体を冷やす
- スポーツドリンクや薄い食塩水など少量を数回に分けて飲む

呼びかけへの反応が鈍い、様子がおかしいと感じる場合はすぐに救急搬送を要請しましょう。そうではない場合も状態が回復しない場合は医療機関を受診しましょう。



特に注意が必要な方

◆高齢者・持病のある方

高齢になると、体内の水分の減少、暑さに対する感覚の低下、体の調節機能低下が進むことで、熱中症になりやすくなります。また、心臓や腎臓の機能が低下していたり、持病がある方も熱中症になりやすくなります。



◆子ども

子どもは体温調節機能が十分発達しておらず、熱中症になりやすく、特に地面に近い場所やベビーカーに居る子どもは地面からの熱により、大人よりも高い気温にさらされています。子どもの様子に注意しましょう。



希望者への「広報ぞま」の戸別配布を実施中

※新聞を購読されている方には、新聞に折り込まれます。

○新規のお申し込み 申込専用電話 ☎046(252)8684 (市政戦略課)

○届かない場合 (株)神奈川新聞総合サービス ☎0120(111)429 (無料)

図1 課税所得による判定

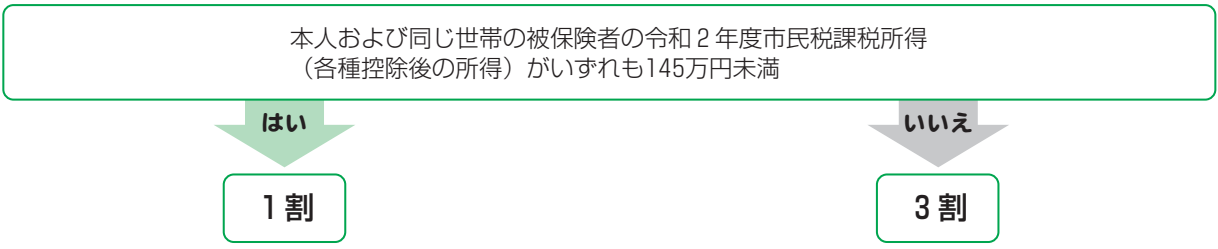
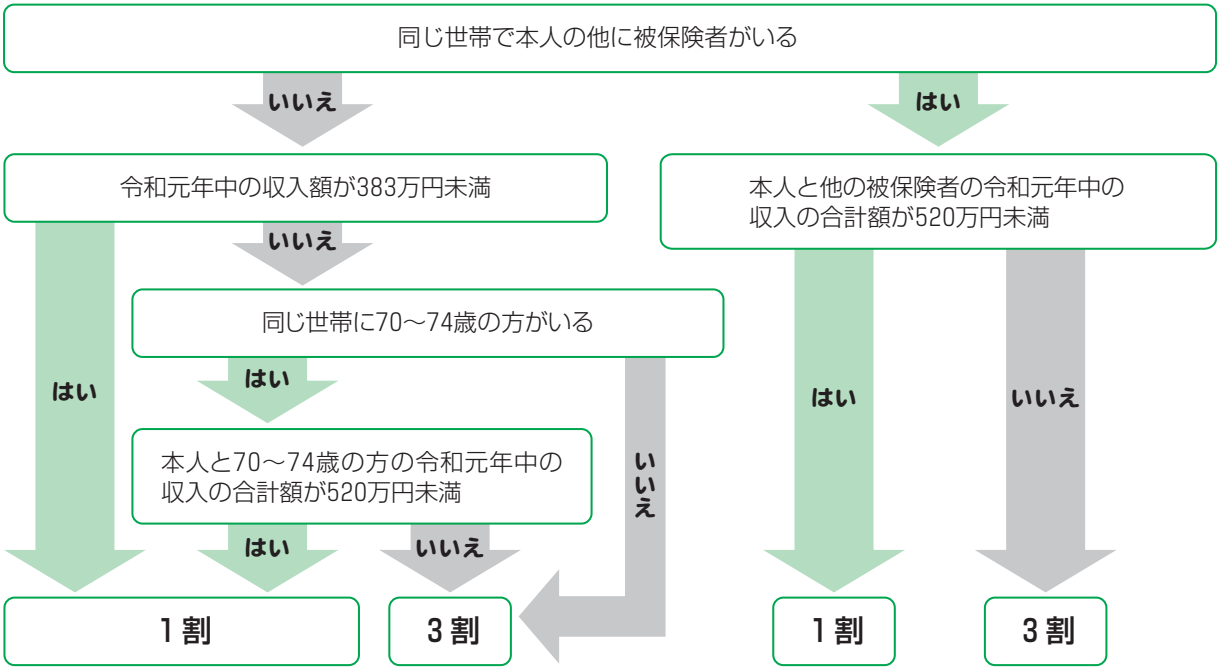


図2 収入金額による判定



※平成31年1月から令和元年12月までの収入で判定します。
 ※収入とは、必要経費や公的年金控除などを差し引く前の収入金額です。所得金額ではありません。
 ※確定申告したものは全て上図の収入金額に含まれます。所得が0円またはマイナスになる場合でも、収入金額となります。

後期高齢者医療制度
 被保険者証の更新と自己負担割合の再判定
 担当 医療課
 ☎046(252)7213
 ☎046(252)7043

たは各出張所に返却してください。
自己負担割合の判定
 医療機関受診時に負担する自己負担割合は、毎年8月1日を基準日として図1の通り再判定します。3割と判定した方で、図2で1割に該当する方は、基準収入額適用申請をし、認定を受けると、申請月の翌月から1割となります。対象と
 ○問い合わせ先 県後期高齢者医療広域連合コールセンター ☎0570(0)1120

7月は、「社会を明るくする運動」の強調月間です。この運動は、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための運動です。この運動を通じて、犯罪や非行のない地域をつくるために、一人一人が考え、参加するきっかけをつくることを目指しています。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

社会を明るくする運動
 担当 福祉長寿課
 ☎046(252)8247
 ☎046(252)3550

7月下旬までに、新しい保険証を世帯主宛てに転送不要の簡易書留で送付しますので、記載内容の確認をお願いします。内容に誤りや不明な点などがある場合には、担当へご連絡ください。
 また、70歳以上の被保険者の方は、保険証と高齢受給者証を一体化した「保険証兼高齢受給者証」を交付します。
 新しい保険証が届いた方は、75歳以上の方の保険証の有効期限は75歳の誕生日の前日です。誕生日以降は「後期高齢者医療制度」に基づき新しい保険証を使用してください。

国民健康保険被保険者証を更新
 担当 国保年金課
 ☎046(252)7003
 ☎046(252)7043

現在使用している国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、7月31日(金)です。
 7月下旬までに、新しい保険証を世帯主宛てに転送不要の簡易書留で送付しますので、記載内容の確認をお願いします。内容に誤りや不明な点などがある場合には、担当へご連絡ください。
 有効期限が切れた保険証は、細かく判断して破棄するか、市役所1階国保年金課または各出張所に返却してください。
 ※令和3年7月31日までに75歳になる方の保険証の有効期限は75歳の誕生日の前日です。誕生日以降は「後期高齢者医療制度」に基づき新しい保険証を使用してください。

広告

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1千万円
 (1等1千万円)

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14日(火) 2種類同時発売!
 発売期間 7/14(火)～8/14(金)
 公益財団法人神奈川県市町村振興協会

広告

祭壇0円、霊柩車・バス不要、安置室あり
大和斎場で賢く安く
 葬儀はししくらセレモニー

(株)ししくらセレモニーは「公営式場で賢く、安く」がコンセプトの葬儀社。大和斎場を熟知している災害代表がお客様一人ひとりに寄り添ってご提案します。小さなお葬式、きめ細やかなサービスで対応いたします。

ししくらセレモニー
 家族葬・人形供養のことなら
 大和市大和東3-5-5
 ☎046-289-2828
 HPIは「ししくらセレモニー」で検索

事前相談で安心しましょう

人形供養します
 読経：圓教寺
 3体
 1,500円～

人形供養 出張引取料クーポン
 1回につき
 通常790円 → **無料**
 のところ

公式ツイッター
 ご登録を

市の公式ツイッターでは、市政情報やイベント情報、災害時の緊急情報などを配信しています。
 アカウント名=@Zama_City
 アカウントURL=https://twitter.com/Zama_City

担当 市政戦略課
 ☎046(252)8321
 ☎046(255)5090



みんなの健康



市マスコット
キャラクター
「ざまりん」

座間市24時間健康電話相談

☎0120(867)860 ☎03(3562)8435
※ファミリー・ケア・ネットワーク (https://familycare.sociohealth.co.jp/) から「WEB健康相談」を利用できます。6桁の番号には「867860」と入力してください。
担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(252)7043

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550

胃・大腸がん集団検診の受付時間変更

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本紙6月15日号、3面でお知らせした「胃がん大腸がん集団検診」の検診当日の受付時間を変更します。変更後の受付時間は申込受付の際に個別にお知らせします。

育児相談

とき=7月17日(金)午前9時30分~10時30分受け付け ところ=市民健康センター 内容=身体測定と食事・発育・育児の相談 持ち物=母子健康手帳、バスタオル 申込方法=電話で担当へ(予約制)

医療機関 対象=平成30年12月生まれ
◆**歯科** とき=7月8日・15日いずれも水曜日
ところ=市民健康センター 対象=平成30年11月生まれ 受付時間・持ち物=対象者に個別通知

2歳児歯科健康診査

とき=7月22日(水)
ところ=市民健康センター
対象=平成30年6月生まれ 受付時間・持ち物=対象者に個別通知



3歳6カ月児健康診査

とき=7月14日(火) ところ=市民健康センター
対象=平成29年1月生まれ 受付時間・持ち物=対象者に個別通知

4カ月児健康診査

市内の委託医療機関で実施します。対象者(令和2年3月生まれ)には個別通知をしますので、あらかじめ医療機関に電話連絡の上、母子健康手帳などを持参し、受診してください。

1歳6カ月児健康診査

◆**内科** とき=対象者に個別通知 ところ=指定

就労準備定例相談会

就労経験のない方、退職から長期経過した方など、働くことに不安を抱える方へ働くためのサポートを行っており、次の通り相談会を開催します(本人以外でも参加可)。

- とき** 7月14日(火)午前10時~午後3時
- ところ** はたらっく・ざま(相武台1-35-6 三裕ビル2階)
- 費用** 無料
- 申込方法** 電話、ファクスまたは直接問い合わせ先へ
- 問い合わせ先** はたらっく・ざま ☎046(204)7624 ☎046(204)7625

担当 生活援護課 ☎046(252)8566 ☎046(252)7043

看護師等奨学生を募集

市では、保健師、助産師、看護師および准看護師の業務(以下、「看護職」)に従事する有能な人材を育成するために、座間市看護師等奨学金貸付制度を実施しています。養成施設を卒業後、看護職を市内医療機関で相当期間続けると、奨学金償還が免除になります。詳しくは担当へお問い合わせください。

- 募集人数** 3人
- 貸付条件**
 - ・保健師助産師看護師法の規定による養成施設に在学している
 - ・市内に在住し、市の住民基本台帳に記載されている
 - ・卒業後、市内で看護職に従事する意思がある
- 貸付額** 授業料相当額(上限月額3万円)
- 貸付期間** 申請月~養成施設卒業
- 選考方法** 書類審査、面接(8月中旬頃予定。応相談)
- 必要書類** 申請書、住民票の写し(未成年の場合は本人と法定代理人のもの)、連帯保証人(2人分)の住民票の写しおよび所得証明書(1年度分)、入学証明書または在学証明書、授業料の額を証明する書類、履歴書(写真貼付)
- 提出方法** 7月31日(金)までに必要書類を〒252-8566座間市役所医療課宛てに書留で郵送(必着)または直接担当へ
※申し込みの際に提出した書類は返却できません。

担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(252)7043

救急診療

担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(252)7043

◆休日(日曜日・祝日)昼間

診療科目	電話番号	診療場所	受付時間
内科・外科	☎046(252)9090	休日急患センター(市民健康センター1階)	午前9時~11時45分、午後2時~4時45分
歯科	☎046(252)8217		午前9時~11時45分、午後2時~4時30分
耳鼻咽喉科・婦人科・眼科		消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。	午前9時~正午、午後2時~5時(診療時間) ※当番医療機関により異なる場合があります。受付・診療時間は必ず当番医療機関へお問い合わせください。
小児科(外科系を除く)	☎046(255)9933	休日急患センター(市民健康センター1階)	午前9時~11時45分、午後2時~4時45分

◆夜間

診療科目	電話番号	診療場所	受付時間
内科	☎046(252)9090	休日急患センター(市民健康センター1階)	月曜~金曜日 : 午後7時~9時45分 土曜・日曜日、祝・休日 : 午後6時~9時45分
外科		消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。	午後6時~10時(診療時間)
小児科(外科系を除く)	☎046(255)9933	休日急患センター(市民健康センター1階)	月曜~金曜日 : 午後7時~9時45分 土曜・日曜日、祝・休日 : 午後6時~9時45分

◆深夜

診療科目	診療場所	受付時間
内科・外科	消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。	午後10時~翌日午前8時
小児科(外科系を除く)	小児救急情報センター☎046(255)9933でご確認ください。	午後10時~翌日午前7時(重病の場合は午前8時)

※聴覚障がいのある方は、専用ファクス ☎119へお問い合わせください。
※救急診療は、急病で困ったときにご利用ください。
※基本的に救急診療は応急処置を行いますので、後日かかりつけの病院などで必ず診察を受けてください。
※電話をかける場合は電話番号をお確かめの上、お間違のないようご注意ください。

新型コロナウイルス感染症相談・受診の目安

次のいずれかに該当する場合には、すぐに下記相談先へ相談してください。これらに該当しない場合の相談も可能です。

- ・息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状がある場合
 - ・重症化しやすい方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- ※重症化しやすい方とは、高齢者、糖尿病・心不全・呼吸器疾患などの基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方などです。
- ・上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合(4日以上続く場合には、必ず相談してください。症状には個人差があるので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です)

妊婦の方へ

重症化しやすい方と同様に、早めに下記相談先へ相談してください。

保護者の方へ

小児については、小児科医による診察が望ましく、下記相談先またはかかりつけ小児医療機関へ電話などで相談してください。

※この目安は、相談・受診する目安です。検査については、これまで通り医師が個別に判断します。

相談先

帰国者・接触者相談センター受付窓口 ☎045(285)1015 (24時間受付)

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550

新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けて 身の周りを清潔にしましょう

本記事は5月28日時点の経済産業省、厚生労働省、独立行政法人製品評価技術基盤機構からの情報を基に作成しています。

丁寧な手洗いを

手に付いたウイルスは、手洗いを丁寧に行うことで、十分に除去できます。この場合はさらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約100万個
せっけんやハンドソープで10秒もみ洗い後流水で15秒すすぐ	1回	約0.01パーセント（数百個）
	2回繰り返す	約0.0001パーセント（数個）

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒

食器や手すり、ドアノブなどの消毒には、アルコール以外にも熱水や塩素系漂白剤、一部の界面活性剤が有効です。

熱水による消毒

食器や箸などは、80度以上の熱水に10分間さらすと消毒ができます。

○注意点

- 火を使う場合は火元から離れない
- やけどに注意する

塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）による消毒

塩素系漂白剤を0.05パーセントに希釈し、拭くことで消毒ができます。

【0.05パーセント以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方】

メーカー（50音順）	商品名	作り方の例
花王	ハイター	水1リットルに本商品25ミリリットル（商品付属のキャップ1杯）
	キッチンハイター	
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ	水1リットルに本商品10ミリリットル（商品付属のキャップ2分の1杯）
	カネヨキッチンブリーチ	
ミツエイ	ブリーチ	水1リットルに本商品10ミリリットル（商品付属のキャップ2分の1杯）
	キッチンブリーチ	

○注意点

- 必ず換気をする
- 他の薬品と混ぜない
- 漂白剤を扱うときは家事用の手袋をする

※金属は腐食する場合があります。

使用にあたっては、商品の説明や各メーカーのホームページをご確認ください。これ以外の次亜塩素酸ナトリウムを含む商品は、各メーカーのパッケージやホームページをご覧ください。

担当

資源対策課 ☎046(252)7659 046(252)7616

住宅・家具用洗剤による消毒

◆住宅・家具用洗剤

新型コロナウイルスの除去には、次の成分（界面活性剤）が含まれる住宅・家具用洗剤を用いることができます。使用方法は各商品の使用方法に従ってください。洗剤にどの界面活性剤が使われているかは、製品のラベルやホームページなどで確認できます。

品名	住宅・家具用合成洗剤
成分	界面活性剤(0.2%アルキルアミンオキシド)、泡調整剤
液性	弱アルカリ性
正味量	400ml

商品パッケージのラベル確認例



【試験で効果が確認された界面活性剤】

直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム、アルキルグリコシド、アルキルアミンオキシド、塩化ベンザルコニウム、ポリオキシエチレンアルキルエーテル、塩化ベンゼトニウム、塩化ジアルキルジメチルアンモニウム

効果が確認された界面活性剤は独立行政法人製品評価技術基盤機構のホームページ（<https://www.nite.go.jp/>）または右図2次元バーコードで随時公開しています。洗剤の使用方法は各商品のパッケージやホームページをご覧ください。



◆住宅・家具用洗剤がない場合

住宅・家具用洗剤がない場合は、台所用洗剤を希釈して代用することができます。その場合は台所用洗剤に前述の「試験で効果が確認された界面活性剤」が含まれているかを確認しましょう。

【洗剤薄め液の作り方と使い方】

- たらいや洗面器などに500ミリリットルの水を張り、台所用洗剤小さじ1杯（5グラム）を入れ、軽く混ぜ合わせる。
- キッチンペーパーや布などに洗剤薄め液を染み込ませ、液が垂れないように絞る。消毒したい対象は汚れやウイルスを広げないように、一方向にしっかり拭き取る。
- 5分ほど置いてから、キッチンペーパーや布で水拭きをし、洗剤を拭き取り、キッチンペーパーなどで乾拭きをする。

○注意点

- 手指や皮膚には使用しない
- スプレーボトルでの噴霧は行わない
- 洗剤薄め液は、その都度使い切る
- 台所用洗剤でプラスチック部分を拭いた場合、そのまま放置すると傷むことがあるため、水拭きする
- 塗装面や水が染み込む場所や材質には使わない

担当

健康づくり課 ☎046(252)7225 046(255)3550

高座清掃施設組合関連施設の利用再開

新型コロナウイルス感染症拡大のため、一部休館していた関連施設の利用を再開しました。いずれの施設もマスクの着用、利用者名簿の記入、ヘルスチェックシートの記入などをお願いしています。

環境プラザ

ボールプールを除く全ての施設の利用を再開します。ただし、貸室の定員は通常の50パーセントです。詳しくは問い合わせ先へお問い合わせください。

○問い合わせ先 高座クリーンセンター環境プラザ ☎046(238)3172（月曜日、祝・休日、年末年始を除く午前9時～午後8時）

本郷荘（本郷老人福祉センター）

カラオケ設備を除く全ての施設の利用を再開します（24人以内。浴室は1回3人まで）。施設の利用には、利用希望日の10日前までに電話で予約が必要です。詳しくは問い合わせ先へお問い合わせください。

○問い合わせ先 本郷老人福祉センター本郷荘 ☎046(238)0846（月曜日、祝・休日を除く午前9時～午後4時30分）

担当

資源対策課 ☎046(252)7659 046(252)7616

精神障害者保健福祉手帳・ 自立支援医療受給者証 （精神通院）をお持ちの方へ

◆精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

有効期限が令和2年3月1日～令和3年2月28日までの同手帳があり、更新時に診断書を提出する必要がある方は、更新手続きに必要な診断書の提出を一定期間猶予します（更新の申請は必要です）。年金証書などによる更新・新規・県外転入・等級変更申請は、通常通りの申請が必要です。

◆自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方

有効期間が令和2年3月1日～令和3年2月28日までの同証をお持ちの方は、更新申請手続きを省略し、満了日を1年間延長します。現在所持している同証は、引き続き使うことができます。ただし、新規・県外転入・変更は申請が必要です。詳しくは担当へお問い合わせください。

担当

障がい福祉課 ☎046(252)7132 046(252)7043

◆**技能功労者**
9月1日現在、技能職として同一職業に30年以上従事した55歳以上の方で、優れた技能を持ち、他の模範

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

技能功労者等表彰対象者の推薦
担当 商工観光課
☎046(252)7604
☎046(255)3550

◆**優良技能者**
9月1日現在、技能職として同一職業に10年以上従事している方で、優れた技能を持ち、他の模範となっている方。

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

◆**優良従業員**
9月1日現在、勤続年数

防火管理をする方へ 建物を管理する上で必要な届け出など

適正な防火対象物の管理が、その建物、施設を利用する方の安心と安全につながります。防火管理者の皆さんにはご理解とご協力をお願いします。不明な点などは、担当へお問い合わせください。

◆**必要な届け出など**

- 防火管理者選任（解任）届出書
- 消防計画作成（変更）届出書
- 消防訓練実施計画書
- 消防用設備等点検結果報告書
- 点検事項改修計画書（立入検査で不備があった場合）
- 防火対象物点検結果報告書（一部の特定防火対象物に限る）

担当 予防課 ☎046(256)2187 ☎046(256)3225

新型コロナウイルス感染症の影響で 収入が減り生活にお困りの方

市では、新型コロナウイルス感染症の拡大を含め、さまざまな要因で収入が減るなどし、生活が困難または困難になる恐れがある方へ、「自立サポート相談」として支援を行っています。また、休職、離職などの理由で住居を失う恐れのある方へ家賃の給付や、安定した生活を持続的に進めるようになるための支援を行います。一人で悩まずにまずはご相談ください。

生活費の貸し付け
新型コロナウイルス感染症の影響により収入減少があった世帯へ、生活福祉資金貸付制度の緊急小口資金および総合支援資金の特例措置を設けています。希望者は事前に問い合わせ先へお問い合わせください。

○**問い合わせ先** 市社会福祉協議会 ☎046(266)2004（受け付けは午前9時～午後5時）

担当 生活援護課 ☎046(252)8566 ☎046(252)7043

7月に納めていただくのは

▽固定資産税・都市計画税（第2期）▽国民健康保険税（2期）▽介護保険料（2期）▽後期高齢者医療保険料（1期）
※市指定の金融機関など、市役所、各出張所、ペイジー、コンビニエンスストア、LINE Payで納めてください。その他使用料などのご納付もお忘れなく（新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、金融機関窓口などでの納付を避け、ペイジーやLINE Payをご利用ください）。
※口座振替をご利用の方は、残高不足にご注意ください。
※納期限を過ぎると、督促状を発送します。また、延滞金を納めていただく場合があります。
※毎月第2・第4土曜日午前8時30分～正午に、市役所で市税、国民健康保険税の納付窓口を開設しています。詳しくは収納課 ☎046(252)8021へ（国民健康保険税については国保年金課 ☎046(252)7003へ）。

国民年金保険料免除制度。納付猶予制度

担当 国保年金課
☎046(252)7035
☎046(252)7043

国民年金制度は、20歳以上60歳未満の方が加入する制度です。保険料を納めることで、老後の老齢基礎年金の他、万が一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられます。しかし、経済的な理由などで保険料の納付が困難なときは、申請をすることで、保険料の納付が免除または猶予される制度があります（下表参照）。

○**申請要件** 免除制度は、本人および配偶者、世帯主、納付猶予制度は、本人（50歳未満）と配偶者の前年所得が、それぞれ一定の基準額以下の方（その他にも退職者などを対象とした特例要件あり）※日本年金機構が審査し、結果を通知します。

○**申請期限** 納付期限から2年経過するまでの間

免除等区分	月々の保険料額	
全額免除	保険料の全額を免除	0円
納付猶予	保険料の全額を猶予	
4分の3免除	保険料の4分の3を免除（残り4分の1を納付）	4,140円
半額免除	保険料の2分の1を免除（残り2分の1を納付）	8,270円
4分の1免除	保険料の4分の1を免除（残り3分の3を納付）	12,410円

※令和2年度の保険料月額は、16,540円です。

○**申請方法** 年金事務所または市役所1階国保年金課で配布する申請書（日本年金機構のホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、直接担当へ

※申請書の郵送を希望する方は、担当へお問い合わせください。

○**問い合わせ先**
ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004（IP電話、PHSからは☎03(6630)2525）
●厚木年金事務所 ☎046(223)7171（代表）

7月の相談日（祝・休日を除く）※相談はいつでも無料です。

区分	と き	と ころ
消費生活（訪問販売・多重債務など）	毎週月曜～金曜日午前9時30分～正午と午後1時～4時	☎046(252)8490（電話相談可）
弁護士（面談のみ）	8日 14日夜 15日 21日夜 22日 28日夜	予約制（電話可）市役所1階相談室 ※1日午前8時30分から今月分を受け付け、いずれも定員になり次第、締め切ります。なお、弁護士相談は1年度一人1回（25分以内）、その他の相談は一人30分以内とさせていただきます。相談される要点をよく整理してお越しください。
行政書士（遺言書等作成）	9日 毎月第2木曜日午後9時30分～11時30分（15日まで受け付け）	担当 広聴人権課 ☎046(252)8218
交通事故	21日 毎月第2木曜日午後1時30分～4時30分	☎046(252)8087
税理士（登記・少額訴訟）	31日 午後1時30分～4時30分	市役所1階広聴人権課 担当 広聴人権課 ☎046(252)8483
不動産（取引・契約）	30日 午後1時30分～4時30分	市役所2階作業室 担当 商工観光課 ☎046(252)7604
分譲マンション（近隣・管理組合）	10日 毎月第2金曜日午後1時30分～4時30分（9日まで受け付け）	担当 介護保険課 ☎046(252)7084
市民一般	毎週月曜～金曜日午前8時30分～正午、午後1時～5時15分	市役所1階広聴人権課 担当 広聴人権課 ☎046(252)8483
人権擁護委員（近隣問題など）	14日 毎月第2火曜日午後1時30分～4時（電話相談のみ、予約制）	市役所1階広聴人権課 担当 広聴人権課 ☎046(252)8483
女性相談（DVなど）	毎週月曜～金曜日午前9時～正午と午後1時～5時15分	市役所2階作業室 担当 商工観光課 ☎046(252)7604
駐留軍離職者	16日 毎月第3木曜日午前10時～午後3時	担当 介護保険課 ☎046(252)7084
認知症	毎週月曜日午前9時～正午、午後1時～4時（電話のみ）	市役所4階 4-1会議室 担当 福祉長寿課 ☎046(252)7127
社会福祉士（成年後見制度）	16日 奇数月第3木曜日午後1時30分～4時30分（予約制（電話可）。13日まで受け付け）	市役所1階 障がい福祉課 ☎046(252)7132
障がい者就業支援	毎週月曜・火曜・木曜日午前10時～正午と午後1時～3時（予約制（電話可））	市役所1階生活援護課 担当 生活援護課 ☎046(252)8566
自立サポート相談	毎週月曜～金曜日午前9時～午後4時	市役所2階子ども政策課 ☎046(252)8026
児童	毎週月曜～金曜日午前8時30分～正午と午後1時～5時15分（電話可）	市役所2階子ども政策課 担当 子育て政策課 ☎046(252)8026
ひとり親家庭	毎週月曜～金曜日午前10時15分～11時30分と午後1時～4時30分（予約制（電話可））	市役所2階子ども育成課 担当 子育て政策課 ☎046(252)7201
青少年	毎週月曜～金曜日午前9時～午後4時	青少年センター1階 青少年相談室 担当 青少年相談室 ☎046(256)0907
教育子どもいじめホットライン	毎週月曜～金曜日午前10時～午後4時	市役所5階教育研究所 担当 教育研究所 ☎046(259)2164
就学（障がい児対象）	毎週月曜～金曜日午前9時～正午と午後1時～4時（予約制（電話可））	市役所5階教育指導課 担当 教育指導課 ☎046(252)8732

あすなる大学入学説明会

担当 東地区文化センター

☎046(2553)0781
FAX046(2553)0789

シニアの生涯学習学級「あすなる大学」の入学説明会を次の通り開催します。下記「あすなる大学」を確認の上、お申し込みください。

同学級は受講生の自治組織「あすなる会」が中心となり運営されており、調べる習の学び合いを中心に、社会的な課題や郷土、健康、

文学、歴史などについて、主体的な学習文化活動に取り組んでいます。

○とき 7月17日(金) 午後1時30分～3時30分

○内容 講座の内容説明と新入生募集の受け付け

○申込方法 7月10日(金)までに電話、ファクスまたは直接同センターへ

あすなる大学

○開講期間 8月(予定) 令和3年3月5日(予定)

○活動場所 主に東地区文化センター、市内外の文化施設など

○対象 60歳以上で年間を通じて毎週金曜日の講座に出席できる方

○参加費 無料(一部実費負担あり。別途あすなる会費)

東地区文化センターの催し

担当 東地区文化センター

☎046(2553)0781
FAX046(2553)0789

◆日曜科学教室「吹き矢で遊ぼう」

○とき 7月19日(日) 午前9時30分～正午

○内容 吹き矢の力学を楽しく学ぶ

○対象 小学1～3年生 (保護者同伴可)

○定員 25人(申込順)

○参加費 500円(テキスト・教材費)

○持ち物 筆記用具、飲み物

◆おもちゃ病院

○申込方法 7月14日(火)までに電話、ファクスまたは直接同センターへ

○とき 7月25日(土) 午前10時～正午(受け付けは午前11時15分まで)

○内容 壊れたおもちゃの修理(修理できない物もあります)

○対象 小学生以下(保護者同伴)

保護者同伴

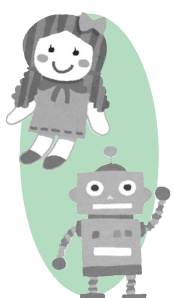
○定員 10組(申込順)

○費用 無料(部品代などは実費)

○申込方法 7月22日(水)までに電話、ファクスまたは直接同センターへ

○共通の注意事項 同センターに来館する際は、来館前に必ず検温し、体温が37.5度以上の場合は体調が優れない場合は催しなどへの参加を控えてください。

また館内ではマスクの着用など咳エチケットにご協力ください。



また館内ではマスクの着用など咳エチケットにご協力ください。

スカイアリーナ座間 スポーツ教室

スカイアリーナ座間では、第2期(9～12月)スポーツ教室の申し込みを7月15日(水)から受け付けます。詳しくは情報紙「エール」をご覧になるか、担当へお問い合わせください。

教室名	対象	とき	参加費
ボクシングエクササイズ	18歳以上	9月21日・28日、10月19日・26日、11月16日・23日を除く9月7日～12月7日の月曜日午前10時～11時(全8回)	3,200円
夜間ヨガ	18歳以上	9月21日・28日、10月19日・26日、11月16日・23日を除く9月7日～12月7日の月曜日午後7時～8時30分(全8回)	3,200円
ヨガ(A・B・C班)	18歳以上	9月22日、11月3日・24日を除く9月8日～12月1日の火曜日▽A班=午前10時～11時30分▽B班=午後1時～2時30分▽C班=午後3時～4時30分(全10回)	4千円
親子体操	2歳6カ月以上の未就学児と保護者	9月23日を除く9月9日～11月18日の水曜日午前10時～11時30分(全10回)	5千円
幼児体操	幼稚園年長またはその年齢の子ども	9月23日を除く9月9日～10月14日の水曜日午後3時～4時30分(全5回)	2,500円
バドミントン	18歳以上	9月10日～11月12日の木曜日午前9時45分～11時45分(全10回)	6千円
太極拳	18歳以上	9月10日～11月12日の木曜日午前10時～11時30分(全10回)	4千円
健康体操(A・B班)	18歳以上	9月18日を除く9月11日～11月20日の金曜日▽A班=午前10時～11時30分▽B班=午後1時～2時30分(全10回)	4,500円
トランポリン	小学生	10月17日～11月14日の毎週土曜日午前10時～11時30分(全5回)	2,500円

○申込方法 往復はがき往信面に希望の教室名、氏名(ふりがな)、年齢、生年月日、住所、電話番号を明記し、7月15日(水)～30日(木)に〒252-0011座間市相武台1-47-1スカイアリーナ座間スポーツ事業班宛てに郵送(消印有効、多数抽選)

※市外の方は申込開始日が異なります。

担当 スカイアリーナ座間 ☎046(255)0077 FAX046(255)1188

申請締切は8月25日(火) 特別定額給付金

市では、「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」に基づく「特別定額給付金」の申請を次の通り受け付けています。

※申請書類の確認のため、特別定額給付金担当(☎046(259)5018または046(259)5310)から連絡する場合がありますので、ご了承ください。また、市をかたった特殊詐欺などにご注意ください。

○対象 基準日(令和2年4月27日)において、座間市の住民基本台帳に記載されている方

○給付額 給付対象者一人につき10万円

○申請・受給権者(お金を受け取れる人) 住民票の世帯主

※特別な場合に限り、変更できる場合があります。詳しくは担当へお問い合わせください。

○申請方法

【郵送申請】世帯主宛てに送付した申請書に必要な事項を記入し、振込先口座の確認書類と下記本人確認書類のいずれか1点の写しを添えて、同封の返信用封筒で郵送

◆本人確認書類

運転免許証、運転経歴証明書、住民基本台帳カード、マイナンバーカード(表面のみ)、健康保険証、生活保護受給証明書、年金手帳(氏名・生年月日記載のページ)、障害者手帳(身体・精神)、療育手帳、在留カード、パスポート(旅券)

※持っていない方は下記問い合わせ先へお問い合わせください。

【オンライン申請】パソコンかスマートフォンで総務省マイナポータル(<https://app.oss.myna.go.jp/Application/search>)または右記2次元バーコードから申請

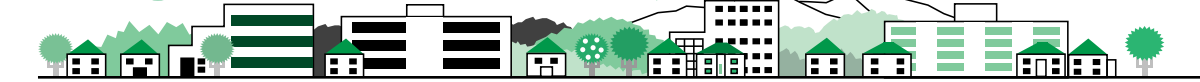


○給付時期 申請内容の審査が終わったものから順次支払いの手続きを行います。支払い手続きが完了すると、支払時期の目安を記載した決定通知書を郵送します。

○問い合わせ先 座間市特別定額給付金専用ダイヤル ☎03(6743)2720(午前9時～午後5時15分(土曜・日曜日、祝・休日を除く))

担当 特別定額給付金担当 ☎046(259)5018 FAX046(255)3550

お役立ち情報満載！ ざまインフォメーション



7						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

お問い合わせやお申し込みは開館日時をご確認の上、ご連絡ください。市役所は原則として祝・休日や年末年始を除く月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時15分をお願いします。なお、ファクスでお申し込みの場合は、「件名」、「連絡先」など必要事項を明記してください。

案内

座間市議会議員および座間市長選挙 立候補予定者事前説明会

座間市議会議員および座間市長選挙の立候補予定者を対象に、次の通り事前説明会を開催します。

立候補届出に必要な用紙の配布と手続方法の説明を行いますので、立候補予定者または代理人は必ず出席してください。

とき＝8月1日（土）午後2時から（受け付けは午後1時30分から）

ところ＝サニープレイス座間3階多目的室※出席可能な人数は、1候補につき2人までとします。必ずマスクを着用してください。

担当 選挙管理委員会事務局
☎046(252)8481 ㊚046(255)3550

統計グラフコンクールの中止

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、今年度開催を予定していた第33回座間市統計グラフコンクールは中止します。

担当 情報システム課
☎046(252)8379 ㊚046(255)3550

夏の交通事故防止運動

7月11日（土）～20日（月）まで、夏の交通事故防止運動を実施します。

夏のレジャーなどに起因する過労運転や、夏特有の解放感による無謀運転などにより交通事故が多発することが懸念されますので、一人一人が交通安全について考え、交通ルールの遵守と交通マナーの向上に取り組みましょう。

担当 市交通安全対策協議会（市民協働課内）
☎046(252)8158 ㊚046(255)3550

「市民意識調査」の結果

市では、昨年11月から12月にかけて市民意識調査を実施し、調査結果を市ホームページで公開しています。調査へのご協力ありがとうございました。

なお、この調査結果は今後の市政運営や計画立案の貴重な基礎資料として活用します。

担当 広聴人権課
☎046(252)8146 ㊚046(252)0220

教育委員会7月定例会

とき＝7月21日（火）午前9時30分から
ところ＝市役所5階5-1会議室 ※議題や傍聴について詳しく

は担当へご確認ください。

担当 教育総務課
☎046(252)8347 ㊚046(252)4311

7月の移動図書館 ひまわり号巡回日程

▼生きがいセンター＝8日・22日午前10時30分～11時

▼東原共同住宅＝9日・30日午前10時30分～11時30分

▼カーサ相模台H号棟前＝3日・17日・31日午前10時30分～11時30分

▼ひばりが丘南児童館＝4日・18日午後2時30分～3時30分

担当 図書館
☎046(255)1211 ㊚046(252)5704

社協福祉まつりの中止

新型コロナウイルス感染症拡大の影響およびサニープレイス座間の外壁補修工事期間のため、8月23日（日）開催予定の社協福祉まつりを中止します。詳しくは担当へお問い合わせください。

担当 市社会福祉協議会
☎046(266)2001 ㊚046(266)2009

交通事故件数

	件数	死者	負傷者
令和2年	119	1	130
令和元年	188	0	212
増減	-69	+1	-82

各年1月1日～5月31日（物件事故を含まず）

※令和元年には平成31年1～4月の件数を含みます。



ざま市民朝市

とき＝7月12日・26日いずれも日曜日午前7時～売り切れ次第終了（雨天決行）

ところ＝市役所ふれあい広場（雨天時については市役所1階アトリウム）
販売品＝地場産野菜、農産物加工品、肉、花き、市特産品など
持ち物＝マイバッグ（買い物袋は有料です）

担当 農政課
☎046(252)7601 ㊚046(255)3550

親子キャッチボール教室

横浜DeNAベイスターズの元選手などが講師となり、親子でのキャッチボールや子どものストラックアウト、ティーバッティングを行います。

とき＝7月25日（土）午前10時～正午ごろ（午前9時15分受付開始）※雨天中止（雨天時の問い合わせは当

日午前8時～8時30分に電話で担当へ）。
ところ＝座間市民球場
対象＝市内在住の小学1・2年生とその保護者
定員＝50組100人（申込順）
参加費＝無料
持ち物＝飲み物、タオルなど（グローブがなくても参加可）
申込方法＝市ホームページの電子申請で申し込み※運動ができる服装で参加してください。

担当 スポーツ課
☎046(252)8177 ㊚046(255)3550

ボランティア体験サマースクール

市社会福祉協議会では、ボランティア体験を通じて福祉への理解を深めてもらおうと、次の通りサマースクールを開催します。参加者には修了証をお渡しします。詳しくは担当へお問い合わせください。

とき＝①オリエンテーション＝7月26日（日）午前10時～正午②リモートボランティア＝7月26日（日）～9月27日（日）③課外活動＝8月9日（日）午前9時～10時④修了式＝9月27日（日）午前10時～正午

ところ＝サニープレイス座間他
内容＝②絵本の読み聞かせ、ダンス動画・塗り絵などのオリジナル作品を制作し、ボランティアセンターで編集後、市内福祉施設へ送付③美化清掃
対象＝市内在住・在学の中学・高校生
定員＝20人（申込順）
参加費＝無料
申込方法＝申込用紙（同センターホームページ（www.zamashakyo.jp/）からダウンロード可）に必要事項を記入し、7月10日（金）までに〒252-0021座間市緑ケ丘1-2-1座間市社協ボランティアセンター宛てに郵送、ファクスまたは直接同センターへ※7月10日（金）までウェブ説明会を実施しています。詳しくは同センターホームページをご覧ください。

担当 市社会福祉協議会
☎046(266)2002 ㊚046(266)2009

プラっとざま

◆高校生の勉強スペースとして無料開放

とき＝7月1日～9月30日毎週水曜日午後4時～7時
内容＝高校生を対象とした勉強スペースの無料開放
対象＝高校生（入館時に学生証を提示）
定員＝20人（先着順）
利用方法＝当日直接担当へ

◆JAZZ NIGHT LIVE
とき＝7月25日（土）午後7時30分～8時30分
内容＝コーヒーを飲みながらジャズライブを楽しむ
対象＝どなたでも
定員＝30人（申込順）
参加費＝500円（コーヒー付き）申

込方法＝電話または直接担当へ

善意のともしび （敬称略）

◆市へ

▽医療用フェースシールド70枚＝日産自動車株式会社座間事業所
▽医療用フェースシールド200枚＝大協技研工業株式会社、有限会社樹脂リードモデル
▽不織布マスク2,500枚＝株式会社スポーツクラブ相模原
▽マスク1箱、フェースシールド2枚、ハンドジェル1本＝明治安田生命保険相互会社
▽交通安全グッズ（反射キーホルダー）1,200個＝座間地区青少年交通安全連絡協議会

◆座間市ふるさとづくり基金へ

▽非公開＝イオンリテール株式会社

みんなの広場

このコーナーに掲載を希望する場合は、掲載希望号発行日の1カ月と1日前までに、市役所3階市政戦略課で配布する掲載依頼用紙（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を明記し、市政戦略課に提出してください。

○大人のための英会話講座

とき＝8月1日～9月26日毎週土曜日（8月15日を除く、全8回）
①午後6時～7時②午後7時30分～8時30分
ところ＝サニープレイス座間
内容＝読み書き、簡単な旅行会話を学ぶ①入門レベル②中級（高校生）レベル
対象＝どなたでも
定員＝各10人（申込順）
参加費＝6千円（別途テキスト代千円）
申込方法＝電話で問い合わせ先へ
問い合わせ先＝国際文化交流協会☎090(6489)2803（前田）

○ともに生きる社会かながわ推進週間

7月20日（月）～26日（日）は「ともに生きる社会かながわ推進週間」です。神奈川県は共生社会の実現に向けて取り組んでいます。
問い合わせ先＝神奈川県福祉子どもみらい局共生社会推進課☎045(210)4961

○700MHz利用推進協会

携帯電話での新しい電波利用開始に伴い、映像が乱れたり、映らないなどのテレビ受信障害が発生する場合があります。詳しくは問い合わせ先へお問い合わせください。
問い合わせ先＝700MHz受信障害対策コールセンター☎0120(700)012



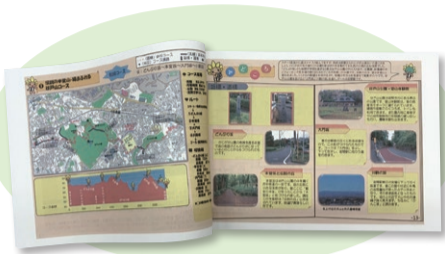
座間市役所 〒252-8566 神奈川県座間市緑ヶ丘一丁目1番1号（郵便物は、郵便番号と「座間市役所+課名」を記入することで届きます）
 ☎046(255)1111(代) ☎046(255)3550 URL <https://www.city.zama.kanagawa.jp/> [座間市ホームページ](#) [検索](#)
 ◆開庁時間 月曜～金曜日（祝・休日と年末年始を除く）午前8時30分～午後5時15分（第2・第4土曜日の午前中は一部業務を実施）
 ★市民文化会館はハーモニーホール座間、市民体育館はスカイアリーナ座間、市民交流プラザはプラとぞま、総合福祉センターはサニープレイス座間、ふれあい会館はコミュニティプラザと表記します。お問い合わせは、特に記載がなければ、開庁時間内をお願いします。

座間市坂道ウォーキングガイド

市では、市内にある坂道を活用して、持久力・筋力アップを図り、健康寿命を延ばすことを目的に座間市坂道ウォーキングガイドを発行しました。

同ガイドは市の史跡などの調査研究を行う「座間ふるさとガイドの会」と日本体操研究所の木下祐一さんの協力により編集を行い、市内の名所旧跡を巡りながら坂道を歩けるコースを紹介しています。

○同ガイドの配布 市役所1階市民情報コーナー、スカイアリーナ座間、ハーモニーホール座間、市公民館、コミュニティセンターなど（市ホームページからダウンロード可）



コースの高低差なども紹介する同ガイド



座間ふるさとガイドの会の皆さん

担当 健康づくり課 ☎046(252)7995 ☎046(255)3550

家具転倒防止板の設置

地震などで倒れた家具の下敷きになる事を防ぐ「家具転倒防止板」の設置を、設置が困難な世帯へ行います（一世帯4台まで、背面が壁に接していない家具は設置不可）。

8・9月設置希望の方は7月17日（金）まで、10・11月設置希望の方は8月17日（月）～9月4日（金）にお申し込みください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により日程を変更または事業を中止する場合があります。

○対象 65歳以上の方だけの世帯、身体障害者手帳1・2級の方だけの世帯（過去に利用した世帯を除く）

○費用 1,799円（取り付け作業費）および家具転倒防止板購入費（幅90センチメートルの家具1台900円程度）

※畳の上の家具は1台110円程度加算します。

※市民税非課税世帯は取り付け作業費を免除します。

○申請方法 市役所2階福祉長寿課で配布する申請書に必要事項を明記し、直接担当へ

担当 福祉長寿課 ☎046(252)7127 ☎046(255)3550

市立プールの休場

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、7月～8月に予定していた市立プールの一般開放を休止します。詳しくは担当へお問い合わせください。

担当 スポーツ課 ☎046(252)8162 ☎046(255)3550

こんにちは赤ちゃん



いしだ りんか
石田 凜佳ちゃん
H31.2.15生まれ
四ツ谷



しらい とうあ
白井 柊空ちゃん
H31.2.7生まれ
座間



ふじかわ みずき
藤川 瑞ちゃん
R1.9.30生まれ
入谷西

ひまわりまつりの中止と「咲かせよう!! 座間のひまわり」

◆ひまわりまつりの中止

ひまわりまつり実行委員会では、密集・密接空間となる環境を回避し、来場者や市民、運営関係者の安全を確保するため、8月8日（土）～12日（水）に開催を予定していた「ひまわりまつり」の中止を決定しました。詳しくは担当へお問い合わせください。

◆「咲かせよう!! 座間のひまわり」

「コロナに負けない」をテーマに、市商工会青年部や市観光協会などの有志が地域の方々と協力し「咲かせよう!! 座間のひまわり」プロジェクトを行います。

同プロジェクトは「みんなでひまわりの種を配り、みんなでひまわりを育て、みんなでひまわりを咲かせ、市内をひまわりで埋め尽くす」企画です。皆様のご自宅などでヒマワリの育成にご協力ください。

ヒマワリの種の配布など、詳しくは問い合わせ先へお問い合わせください。

○問い合わせ先 市商工会青年部 ☎046(251)1040

担当 座間市ひまわりまつり実行委員会事務局（商工観光課内）
☎046(252)7604 ☎046(255)3550



大輪のヒマワリを市内に咲かせましょう

新型コロナウイルス感染症緊急対策 座間市中小企業等緊急支援給付金

市では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた次の事業者に対して、市独自の給付金「座間市中小企業等緊急支援給付金（新型コロナウイルス感染症緊急対策）」を給付します。

○対象 営業の実態がある市内の事業者で次の①②いずれかの要件を満たす中小企業および個人事業主

①県の休業・営業時間短縮などの要請に応じた事業所で「神奈川県新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金」の交付を受けた事業者

②同協力金の交付を受けていない事業者で新型コロナウイルス感染症の影響で、令和2年2月以降、前年同月比で売り上げが30パーセント以上減少した月がある事業者（平成31年2月以降に創業し、申請の時点で比較対象月がない場合は、創業した月から令和2年1月までの期間の月平均売上高を基準とする）

○内容 1事業所当たり10万円を給付（1回限り）

○申請方法 9月30日（水）までに市役所4階商工観光課、各出張所などで配布する申請書（市ホームページからダウンロード可）などに必要事項を記入し、〒252-8566座間市役所商工観光課宛てに郵送（当日消印有効）

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

担当 商工観光課 ☎046(252)7604 ☎046(255)3550

日本赤十字社の活動費にご協力を

日本赤十字社は皆さんの寄付により運営しています。今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で赤十字会員増強運動を延期していましたが、7月から同運動を開始します。自治会を通して寄付のお願いをしますので協力ください。

担当 日本赤十字社神奈川県支部 座間市地区（福祉長寿課内）
☎046(252)8247 ☎046(255)3550