



目次

- 座間市駅伝競走大会の開催と交通規制(2面)
- みんなの健康(3面)
- 高額医療・高額介護合算制度(4面)
- ざまインフォメーション(4・5・6・7面)
- 不要な未使用食器の回収にご協力を！(8面)

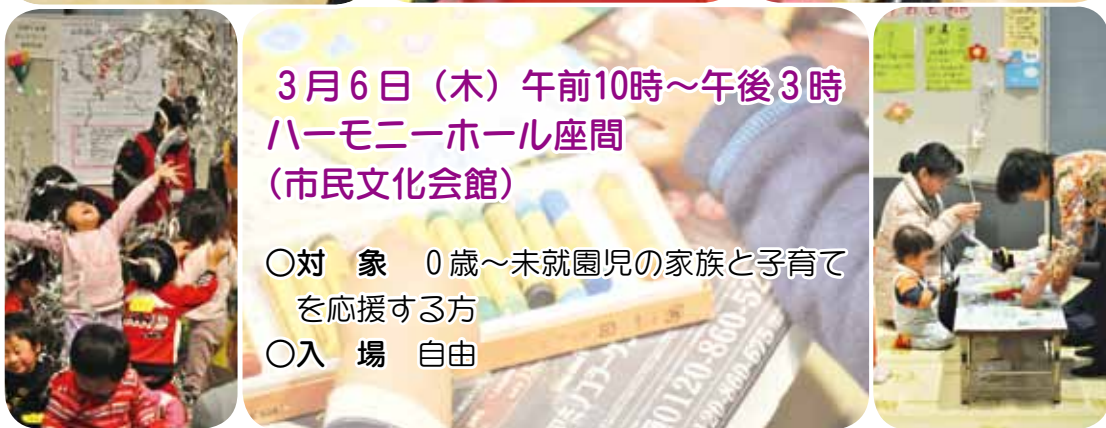
◆平成26年(2014年)2月15日発行
◆座間市市民部広報広聴人権課編集

市の人口●129,248人(－97人)
市の世帯数●55,555世帯(－30世帯)
平成26年1月1日現在()は平成25年12月との増減



春の訪れを告げる菜の花
(栗原)

※写真は昨年のもです。



3月6日(木) 午前10時～午後3時
ハーモニーホール座間
(市民文化会館)

- 対象 0歳～未就園児の家族と子育てを応援する方
- 入場 自由



親子で遊ぼうリフレッシュ!
第14回ざま子育てフェスティバル開催
市と座間市子育て支援ネットワークでは、子育て中の皆さんに支援者とながり、学び、楽しんでもらうことを目的として「ざま子育てフェスティバル」を開催します。
子育てを応援する方の参加もお待ちしておりますので、お友達やご家族とお誘い合わせの上、ぜひ遊びに来てください。
担当 生涯学習課
☎046(252)8472
FAX 046(252)4311

イベント

- 開催時間 午前10時～午後3時
- 会場 ハーモニーホール座間 小ホール他
- 内容 アンパンマン体操(オープニング)、情報コーナー、赤ちゃんコーナー、出張おもちゃ病院、おはなし会

遊びコーナー

新聞プール、工作、魚つり、大型積みき、段ボール電車、大きなサイコロ、わらべうた

講座

うつ伏せ遊びから
たちまで

- 開催時間 午前10時30分～正午
- 会場 ハーモニーホール座間 大和室
- 内容 歩行獲得(一人で立つこと)へ向けての運動発達
- 講師 市障がい福祉課理学療法士
- 申込方法 電話、ファクスまたは直接担当へ

みんなでほめよう!!
～子どもはたくさんのサインを送っているよ～

- 開催時間 午前10時30分～11時30分
- 会場 ハーモニーホール座間 大会議室A
- 内容 子どもの個性のを見つけ方
- 講師 市子育て支援課保健師
- 定員 20組(先着順)
- 参加方法 当日直接会場へ

※イベントの詳しい会場・時間帯などは、市内公共施設にあるチラシ、市ホームページまたは担当でご確認ください。



注意事項

- ・ハーモニーホール座間 小ホール内はベビーカーの使用ができないので、抱っこひもなどをご持参ください。
- ・ハーモニーホール座間 小ホール内は飲食ができないので、食事はハーモニーホール座間 会議室をご利用ください。

同時開催

第30回「みんなの消費生活展」

市では、「見直そう!暮らしと環境～今、私たちにできること～」をテーマに、第30回「みんなの消費生活展」を開催します。会場では、今すぐ役立つ暮らしの情報をお届けします。

- とき 3月6日(木) 午前10時～午後3時
- ところ ハーモニーホール座間 ギャラリー・常設展示室、市役所1階市民サロン
- 内容 消費生活に関する展示や体験、クイズラリー
※クイズラリーに参加した300人に景品をプレゼント(先着順)。

担当 広報広聴人権課 ☎046(252)8218 FAX 046(252)0220

同時開催

お母さん・お父さんのための健康美総合講座
美ママづくり～健康編～

- とき 3月6日(木) 午前10時・10時30分・11時・11時30分(各20分程度で同内容)
- ところ 市民健康センター
- 内容 骨密度測定、ママ・パパのためのデンタルケア
- 対象 妊娠中の方～未就園児の親(親子での参加も可)
- 定員 各回15人(申込順)
- 申込方法 電話で担当へ

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 FAX 046(255)3550

希望者への「広報ざま」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(広報広聴人権課)
- 届かない場合 (株)神奈川新聞総合サービス ☎0120(111)429(無料)



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（通話料無料）

※つながらない場合は☎03(5524)8500へ、
聴覚障がい者は専用ファクスFAX03(3562)8435へ
（通話・通信用料発信者負担）。

担当 医療課 ☎046(252)7295 FAX046(252)7043

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 FAX046(255)3550

母親父親教室

と き	内 容
3月3日(月) 午後2時～4時	妊娠中の生活・歯の話
3月7日(金) 午後2時～3時30分	骨密度測定、栄養の話
3月14日(金) 午後2時～4時	お産の流れと体の回復、体操、産後の過ごし方
3月15日(土)午前9時30分～11時45分	赤ちゃんの沐浴、妊婦疑似体験、これからに向けて

▽ところ＝市民健康センター▽対象＝初産で妊娠20～32週の方と夫▽受講料＝500円（テキスト代）▽持ち物＝母子健康手帳、筆記用具▽申込方法＝2月24日（月）までに電話で担当へ

BCG接種

▽とき＝2月25日（火）午後1時15分～2時15分
受け付け（時間厳守）▽ところ＝市民健康センター▽対象＝平成25年8月生まれ（対象者には個人通知します）と対象月に受けられなかった1歳未満児

育児相談

▽とき＝2月21日（金）午前9時30分～10時30分
受け付け▽ところ＝市民館▽内容＝身体測定と食事・発育状態・育児の相談▽持ち物＝母子健康手帳▽参加方法＝直接会場へ

救急診療

担当 医療課 ☎046(252)7295 FAX046(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	☎042(756)9000	相模原南メディカルセンター (相模原市相模大野)	午前9時～11時30分、午後1時30分～4時30分
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)
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)

※聴覚障がい者専用問い合わせ先 FAX046(251)5263

※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、お間違えないようご注意ください。

骨密度測定会

○とき 3月4日（火）①午前9時40分～10時40分②午後1時10分～2時10分

○ところ 市民健康センター

○対象 20歳以上で、ここ1年間で一度も骨密度を測ったことのない方

○参加費 300円（資料代）

○内容 骨密度測定、結果説明と生活・栄養の話

※素足で測定しますので、脱ぎやすい靴下でご参加ください。
※足が冷えていると測定できない場合があります。あらかじめご了承ください。

○持ち物 筆記用具

○定員 80人（申込順）

○申込方法 電話で担当へ

担当 健康づくり課

☎046(252)7225 FAX046(255)3550



美しい姿勢のための筋力アップ とストレッチでリラックス

○とき 3月8日～29日毎週土曜日午後6時～8時（全4回）

○ところ 北地区文化センター

○内容 美しい姿勢を保つ筋力を整える体操やリラックスできるストレッチを学ぶ

○対象 市内在住・在勤者の方

○定員 30人（申込順）

○参加費 無料

○持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、汗拭きタオル、飲み物
※軽い体操ができる、動きやすい服装でご参加ください。

○講師 坂井・山北創作舞踊研究所 坂井学さん他

○申込方法 3月2日（日）までに電話、ファクスまたは直接担当へ

担当 北地区文化センター

☎042(747)3361 FAX042(747)8542

お口と栄養の講習会

年齢による口の渇きなどの口の中の不具合、食欲不振、偏食に悩んでいませんか？口の中をさわやかに保ち、いつまでもおいしく食事が取れるような工夫を歯科衛生士と管理栄養士が講話します。

○とき 3月10日（月）午前9時30分～11時30分

○ところ 市民健康センター 多目的ホール

○定員 40人（申込順）

○対象 おおむね65歳以上の方

○持ち物 小さめの鏡、筆記用具

○参加費 無料

○申込方法 3月7日（金）までに電話またはファクスで担当へ

担当 介護保険課 ☎046(252)7084 FAX046(252)8238

自閉症児・者作品展

○とき 2月25日(火)～28日(金)
午前9時～午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで)

○ところ 市役所1階市民サロン

○内容 市内在住の自閉症児・者の絵画や書道、手芸作品などを展示

○入場 自由

○問い合わせ先 座間地区自閉症児・者親の会（座間やまびこ会）

☎046(254)4971（外川）

担当 障がい福祉課

☎046(252)7132 FAX046(252)7043

手話奉仕員養成講座

○とき 4月10日～平成27年3月12日毎週木曜日午前10時30分～正午（全40回）

○ところ 相模が丘コミュニティセンター（予定）

○内容 簡単な手話表現の習得から、自己紹介や日常会話までを学ぶ

※昨年までの入門・基礎講座と同じ位置付けの講座です。

○対象 市内在住で手話学習が初めての方

○定員 15人

○費用 6,000円
（テキスト代、教材費）

○申込方法 3月4日（火）までに往復はがきに講座名（手話奉仕員養成講座）・住所・氏名・ふりがな・電話番号を明記し、〒252-8566 座間市役所障がい福祉課宛てに郵送（必着）

担当 障がい福祉課

☎046(252)7978 FAX046(252)7043



座間市いっせい防災行動訓練
(シェイクアウト プラス1 2014 in ZAMA)
にご協力ありがとうございました

事前に43,176人の皆さんから参加登録をしていただき、1月23日午前11時(または1月30日までの任意の日時)に市内全域で一斉に、自分自身の身を守るための安全行動訓練を実施しました。参加団体・市民の皆さん、ご協力ありがとうございました。

これからも「生き残らなければ、何も始まらない」を心掛け、普段から自
助・共助に努め防災・減災活動に取り組みましょ

担当 安全防災課 ☎046(252)7395 ☎046(252)7773

サイレンを合図に職員と来庁者が一斉に安全行動をとりました

不要な未使用食器の回収にご協力を！

市では、燃えないごみの減量化と再利用を推進するため、ご家庭で不要となった未使用の食器を回収し、安価で販売する取り組みを行っています。1月25日・26日には、第1回目のリサイクル食器フェアを開催し、市民の皆さんから提供していただいた未使用の食器を販売しました。

引き続き、不要な未使用の食器がありましたら、リサイクルプラザ(東原二丁目16番10号)まで直接お持ちください。持ち込みができない場合は、「リサイクル希望」など書いた紙を食器に貼り、燃えないごみの日に出してください。

品物が揃いしだい、順次展示販売を行う予定ですので、ご協力をお願いします。

担当 資源対策課 ☎046(252)7985 ☎046(252)7616

1月の食器フェアは盛況でした

資源物の回収にご協力を
～分別の徹底をお願いします

市内の集積所から集められたプラスチック製容器包装は、市内新田宿の第二資源リサイクルセンターに運ばれます。ここでは、集められた袋の中に容器包装以外の異物が混入していないか、作業員が一つ一つ、袋を手作業で開封し、仕分け作業を行っています。

缶や瓶などの異物が混入していると作業効率が低下するばかりでなく、作業を行う上で危険を伴う場合があります。分別ガイドや分別収集カレンダーをご覧ください、分別区分に沿った排出をお願いします。

担当 資源対策課 ☎046(252)7985 ☎046(252)7616

異物が混入している容器包装のごみ袋

座間の地下水100パーセント
「ざまみず」好評発売中！

市の水道水に使用されている地下水を100パーセント詰めた「ざまみず」は口当たりがまるやかな中硬水です。飲みきりサイズなので軽くて持ち運びにも適しており、お出かけのお供やお土産にも最適です。ぜひ1度ご賞味ください。

○内容量 375ミリリットル

○オープン価格 (小売価格は各販売店により異なります)

○販売場所 市役所地下1階売店、水道料金お客様センター他

担当 水道経営課 ☎046(252)7480 ☎046(257)4155

昨年8月にパッケージをリニューアルしました

市民リポーター
福島芳枝の
「私の好きな座間」

日本語と英語による講座
『食べたくてしまうアイシング』
The lecture by Japanese and English
『The brilliant cream cheese icing that children could not resist tasting』

(英訳)

Monica's Sweets wonderful Christmas cookie decorating class, instructed in both English and Japanese, was held at the Kurihara Community Center on December. The attendants included kids from ages 2 through 7, their moms, Monica Breitenbach, her daughter Rosalie, and Seiko Kojima.

The children were so enticed by the four brilliant cream cheese icing colors (red, blue, yellow, green) that they could not resist tasting them before the class began decorating the cookies!

Monica and Seiko enjoy volunteering their time to promote mutual understanding and international friendship through the grassroots group Kurihara International. The community center also has regular English and yoga classes. Special classes include cooking, crafting, game playing, dancing, and potluck parties. Join them for a class with kids!

机にこぼれたお砂糖を食べてしまう子どもたち
Smiling kids eating sugar on the table!!

連載
自治会トピックス
地域でただいま活躍中！安全・安心な地域づくり！

親睦と協力で楽しく…
(いづみ自治会)

いづみ自治会は、芹沢公園の南西部に位置し、昭和44年に結成された会です。

その昔この周辺は芹沢川が流れ、あちこちに湧水がみられた湿地帯で、ここを埋め立て住宅ができ、「いづみ」という名が付けられました。当自治会は親睦を大切にし、伝統ある行事はいつまでも残そうとの思いから、毎年7月に盆踊りを盛大に開催。

また、有志の方々の親心で、児童が「安全・安心」して登校できるよう8年前から毎朝交通誘導を行っています。さらに、他の自治会ボランティアの仲間と芹沢公園の菖蒲園で、草刈や株分け等を行い、毎年5～6月の花見客に憩いの場を提供できるよう頑張っています。

今後も会員同志の仲間意識を大切に、住み良い街づくりに努力するつもりです。

いづみ自治会 会長 小林 伸明

会員一同、楽しい盆踊り大会

自治会は、市民の安全・安心と地域の発展のため、日頃からさまざまな活動に取り組んでいます。この連載も、多くの自治会員の皆さんの活動に支えられています。自治会への加入などは、自治会総連合会事務局☎046(252)8751までお問い合わせ下さい。

担当 市民協働課 ☎046(252)7966 ☎046(255)3550

広報ざま【座間市のお知らせ】No.948 8 平成26年(2014年)2月15日