



相模台地区自治会連合会だより

～ 第2回自治会長会議結果 ～ 6月25日(火)開催

- ① 担当課及び団体より、以下の内容について説明がありました。
 - ・ 県道52号拡幅整備について(道路整備課)
 - ・ 相模台地区乗合いタクシーについて(交通政策課)
 - ・ てくてくおさんぽラリーについて(地区社会福祉協議会)
- ② 令和6年度自主防災隊補助金配分額について説明があり、補助金額が決定しました。
- ③ 地区自治会連合会・連合自主防災隊視察研修会について説明がありました。
- ④ 自主防災組織リーダー等研修会について、参加を依頼し3名の参加者が決定しました。
- ⑤ 自治会掲示板等希望申請、一時避難場所掲示用プレート等について説明がありました。
- ⑥ 地区分担金について説明があり、納入の依頼をしました。
- ⑦ 相模台地区総合防災訓練について参加者名簿の提出を依頼しました。

自治会連合会ホームページ
QRコード

問合せ先：相模台地区自治会連合会
(相模台まちづくりセンター内) ☎ 042-744-3148



相模台地区自治会連合会ホームページ：<http://sagamidai.sakura.ne.jp/chiku/>

令和6年度 地域活動功労者 (市連会長感謝状)

受賞者のみなさま

鶴ヶ丘団地自治会

大元 祐子 氏

一青会自治会

山本 修一 氏

北里台自治会

佐藤 健 氏

桜台19番自治会

高橋 宏志 氏

麻溝台自治会

清水 信雄 氏

旭自治会

小暮 生恵 氏

御園五丁目自治会

林 伸行 氏

ご受賞おめでとう

ございました

運動を続け脳を鍛える講座

～仲間と自主活動の継続をめざします～

◎講師： アップライフ小田急相模原（理学療法士・作業療法士）

◎内容： 運動・体力測定・脳トレ 講座の後、自主活動をめざします。



◎日程： 9/20・9/27・10/4・10/11・10/18・10/25（10：00～11：30）

◎対象者： 軽い運動に支障のない方、 6日間すべてご参加いただける方

◎会場： みよし自治会館（相模台 3-10-27）

◎持ち物： マスク・飲み物・汗拭きタオル・うわばき

◎申し込み制： 定員20名 9/10 締切り

相模台第1地域包括支援センター
(042-767-3888)

◆地域介護予防教室の参加募集◆ 65歳以上対象 参加無料

いきいき☆ハッピー体操教室

【日程】 9/30、10/7、10/21、10/28、及び11/18（月曜日）

【時間】 10:00～11:30

【会場】 相模台団地集会所（相模台団地 5-6）

【講師】 志賀 祐介氏/（株）ライフティフ社長 理学療法士

【定員】 25名（先着順）★基本的に全日程参加できる方

【持ち物】 上履き・飲み物・筆記用具

体力や運動に自信のない方も大丈夫
運動習慣を身に付けよう



相模台第2地域包括支援センター ☎741-6665

*この事業は市の委託を受けて実施しています。

令和6年6月21日

J:COM 相模原・大和は相模原市自治会連合会と
「地域安全に関する協定」を締結いたしました。



かんたん設置で安心見守り
J:COMの一戸建て向け

防犯カメラ

詳しくはこちら



提供条件などについて、詳しくはJ:COMのホームページをご参照ください。

jcom 防犯カメラ

新規で加入される場合、
「自治会員専用割引(自治パス)」を
ご提示いただければ、

「一戸建て向け 防犯カメラ」の基本工事費
通常10,780円(税込)/台が**無料**になります。

※別途契約事務手数料が必要。

[[相模原大和]一戸建て向け防犯カメラ基本工事費無料]<対象者>※相模原市の自治会に加入している方で、[J:COM HOME 防犯カメラパック]に新規で加入されたお客さま。 <適用>※[自治会員専用割引(自治パス)]のご提示で基本工事費無料。 <基本工事費>※[自治会員専用割引(自治パス)]のご提示がない場合、1台につき10,780円(税込)。 <ご注意>※その他割引など、一部施策とは併用できない場合があります。 ※他サービスの追加・コース変更があった場合、別途工事費/手数料/初期費用などが必要となる場合あり、建物構造や作業内容によってその他追加工事費などが必要となる場合あり、詳しくはJ:COMまで。

☎ 0120-989-989 AM9:00~PM6:00
[年中無休]

※発信者番号を非通知に設定されている場合は、0120の前に「186」を付けてお電話ください。
※弊社が提供するテレビ、ネット、スマホ、電気・ガス、およびこれらの付随サービス、その他のJ:COMサービスをご案内することがあります。

【ご注意】※割引適用を強要、各サービスのご利用・解約、サービス変更には工事費/手数料/初期費用および月額基本料などが必要。 ※サービスにより契約期間・解除料などが異なる。 ※2024年6月末現在(一部除く)。 ※割引内容・期間
は予告なく変更となる場合があります。 ※は所や建物によっては利用いただけない場合や、割引の適用条件・期間などが異なる場合があります。 ※会社名・製品名・サービス名は、各社の登録商標または商標。一部申請中のものを含む。 ※イラストはイメージ。

SK240602

参加無料

シルバードライビングスクール☆参加者募集☆



南区にお住まいの65歳以上の運転免許証をお持ちの方！
ご自身の運転技術を自動車学校の指導員や警察官と一緒に
再確認してみませんか？

- 日時 令和6年9月30日(月) 9:00~11:00頃
- 開催日時 都南自動車教習所(座間市緑が丘4-20-1)
- 現地集合 現地集合、現地解散(開始30分前集合)
- 持ち物 運転免許証(実際に車を運転します)



お問い合わせ・申込先(お申込みはお電話で)

相模原南警察署 042-749-0110(内線411)

相模台公民館

8月インフォメーション

申込み・問い合わせは、相模台公民館へ

電話：042-743-7871 受付時間：午前9時～午後5時

休館日：毎月第4月曜日、12月28日～1月3日

ホームページ



ツイッター



※事業等で写真撮影を行い、館報やホームページ等に掲載する場合がありますので、ご了承ください。



成人学級準備委員の募集！

成人が家庭や地域社会における課題解決のために共同で学習するための学級です。学習の企画や運営を一緒にしませんか？

【申 込】8月20日(火)から9月13日(金)までに公民館窓口へ ※電話受付可
《第1回準備委員会》9月20日(金)午後1時から小会議室で行います。

初心者でも楽しめるスポーツです！ひとりでも参加できます！

ファミリーバドミントンのつどい①

年代や体力に応じて楽しめるスポーツに親しみ、健康増進と世代間交流を目的としておこないます。

【日 時】9月15日(日)午前9時30分～11時30分

【会 場】桜台小学校 体育館

【対 象】公民館区内在住の小学3年生以上

【定 員】先着30名 ※参加費無料

【服 装】運動のできる服装 【持 物】室内運動靴、飲み物、タオル

【申 込】8月16日(金)から公民館窓口へ ※電話受付可



《主管》体育部

公民館共催事業

『おくのほそ道』を読んでみよう



【日 時】第1回：9月3日(火) 第2回：9月17日(火)
全回 午後2時～3時30分

【会 場】第1回：大会議室 第2回：コミュニティ室

【内 容】松尾芭蕉の『おくのほそ道』を紹介し、音読を通じて俳句への理解を深める

【対 象】公民館区内在住で全2回参加できる方 【定 員】先着30名

【参加費】500円(2回分)・第1回で集金します・ 【持 物】筆記用具、飲み物

【申 込】8月13日(火)から公民館窓口へ ※電話受付可

【講 師】大元 祐子氏(俳人)

《企画運営》 星時計

スポーツフェスタ 2024

相模台公民館市民健康まつり “ニュースポーツでいい汗かこう！”

【日 時】 9月29日(日)午前9時30分～11時30分

【会 場】 相模台中学校 体育館・グラウンド

【服 装】 運動のできる服装 【持 物】 飲み物、室内運動靴、汗拭きタオル

【内 容】

①健康体操 ②スポーツチャンバラ

【定員】 ①50名 ②30名

【申込】 8月20日(火)から公民館窓口及び電話で

【対象】 ①館区内の方どなたでも ②小学1年生以上(小学1～2年生は保護者同伴)

③ストラックアウト・キックターゲット・モルック・ラダーゲッター・体力測定

【申込】 当日、直接会場へお越しください 【受付時間】 午前9時10分～10時20分まで

【対象】 館区内の方、どなたでも

*キックターゲットとモルックは雨天中止。ストラックアウトは雨天の場合は体育館で実施。

《主管》相模台公民館健康まつり実行委員会



相模原市の昔ながらの おやつづくり

【日 時】 9月19日(木) 午前10時30分～正午

【会 場】 料理実習室 【参加費】 100円

【対 象】 公民館区内の0歳児から未就学児までのお子様を持つ保護者

【定 員】 先着12名 ※お子様との参加可(和室にて保育)

【持 物】 エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、手拭きタオル、飲み物

【講 師】 相模原市食生活改善推進団体 わかな会

【申 込】 8月15日(木)から公民館窓口へ ※電話受付可

※電話申込の方は、参加費を開催日の2日前までに公民館窓口へご持参ください。

《主管》子育てサポート委員会



栄養たっぷり!
石垣(サツマイモ)
だんごを作ります

健康講座【折り紙講座】

～指を動かして、脳を活性化～

《折り紙で折る こまなど複数の作品を作ります》

【日 時】 9月20日(金) 午前10時～11時30分

【会 場】 大会議室 【対 象】 公民館区内に在住の方どなたでも

【持 物】 はさみ(ある方) 【定 員】 先着15名

【申 込】 8月23日(金)から公民館窓口へ ※電話受付可

《主管》健康づくり委員会



さがみはら1分間行動訓練の実施について(お知らせ)

令和6年9月1日(日)午前9時に市内で一斉に実施します。
ひばり放送やFMHOT839(エフエムさがみ)の放送等を合図に実施しましょう!

- 大規模地震発生時のはじめの1分間に、落ち着いて適切な行動をとるための訓練です。
- 地震が起きたときの行動について、地域や家族、職場などで確認しておきましょう。



- 1 その場に合った身の安全の確保
- 2 出口・避難路の確保
- 3 火の始末

【問合せ先】相模原市危機管理局危機管理課 ☎042-707-7044

夏季の省エネのポイント

～エネルギーを無駄なく活用しましょう～

【エアコン】

- 熱中症予防のため、温度計を見ながら自分が涼しく感じる適温に設定しましょう。
- フィルターを2週間に1回は清掃しましょう。
- 扇風機やサーキュレーターで冷気を広範囲に拡散させます。
- レースのカーテンやすだれで日差しをカットしましょう。
- 服装を工夫して涼しいウールビズをしましょう。
- 室外機の吹出口近くに物を置かないようにしましょう。
- 外出時は昼間でもカーテンを閉めると暑さを軽減できます。

【クールシェアさがみはら 実施中】

詳細は相模原市のホームページでご確認ください。

【冷蔵庫】

- 熱いものは冷ましてから保存しましょう。
- 冷蔵庫の温度設定を確認してみましょう。
(「強」なら「中」にできないか確認しましょう。)
- 冷蔵庫内は冷気が循環できる7割を目安に、冷凍庫は9割を目安に収納しましょう。

【照明】

- 必要ない部屋の電気は消しましょう。
- LED など省エネ性能の優れた製品に切り替えましょう。

【NPO 法人さがみはら地球温暖化対策協議会】

相模原市中央区富士見 1-3-41 TEL042-753-9550

ミーティング、
お教室、
サークル活動、
社内研修に!

J R 横浜線
淵野辺駅南口
徒歩 3 分

Free Wi-Fi 完備

プロミティふちのベビル
貸会議室
貸スタジオ



一般財団法人
かながわ水・エネルギーサービス



個人利用も OK!

ご予約、お問い合わせはお電話で (午前9時から午後4時30分まで)
〒252-0233

TEL.042-768-0221

相模原市中央区鹿沼台 1-9-15



健康太極拳

初めての方でも大丈夫！
気軽に太極拳を楽しみながら、体を動かしましょう。

令和6年
8月9日 23日 30日 各(金)
13:30～15:00

[対象] おおむね 65歳以上
[参加費] 各500円 [定員] 23名(先着順)
[講師] 三浦 さきえ [持ち物] 動きやすい服装
[会場] 東林ふれあいセンター 2階 多目的室
※予告なく、開催日時を変更する場合がございます。



お申し込み・お問い合わせ 相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間 1-22-17
TEL) 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661
※当日会場にて、お申し込みください。事前申込ではございません。



その日の気分で…
ちぎり絵や塗り絵、
折り紙など、
じっくりと自分だけの
作品を作ってみませんか。

折り紙

ぬり絵

ちぎり絵

ふれあいサロン

ゆったりアートの時間
毎週金曜日 10:00～11:30

[対象] どなたでも [参加費] 無料 [定員] 20名(先着順) [申込] 当日会場にて受付 [会場] 東林ふれあいセンター1階 ふれあい交流室

お申し込み・お問い合わせ 相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間 1-22-17
TEL) 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661
※当日、会場にてお申し込みください。事前申込ではございません。

シルバー人材センター パソコン教室 令和6年9月・10月 受講生募集

- ・初心者歓迎します。講座内容の説明
 - ・最低開講人員2名
- ◆講座時間
- 午前：9:30～12:00
- 午後：13:30～16:00
- ◆会場、ご予約、お問い合わせ
シルバー人材センター南事務所
☎ 042-745-2158
- 申し込み締切日
希望講座月の前月20日まで
受付：月～金曜日(祝日を除く)
午前9時～午後5時



2日間講座 各講座は月2日間 5時間です。受講料1講座4,000円

講座名	令和6年9月開講予定日		令和6年10月開講予定日		時間
	9/13(金)	9/20(金)	10/16(水)	10/23(水)	
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	6(金)	13(金)	2(水)	9(水)	午前 午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	20(金)	27(金)	16(水)	23(水)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	4(水)	11(水)	3(木)	10(木)	午前
ワード入門Ⅱ (表と画像)	18(水)	25(水)	17(木)	24(木)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	6(金)	13(金)	3(木)	10(木)	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	20(金)	27(金)	17(木)	24(木)	午後
パワーポイント 入門	3(水)	10(水)	21(月)	28(月)	午前 午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	5(木)	12(木)	8(火)	15(火)	午前 午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	4(水)	11(水)	4(金)	11(金)	午後
スマホ入門Ⅱ (メールやLINE等) Android	19(木)	26(木)	22(火)	29(火)	午前 午後
スマホ入門Ⅱ (メールやLINE等) iPhone	18(水)	25(水)	18(金)	25(金)	午後

飼い犬の鳴き声に関するご相談が増えています！

犬だから吠えるのは仕方ない、と放置するのではなく、しつけや飼い方の工夫で、周囲に迷惑のかからないようにすることが飼い主のマナーです。

◎犬の吠える理由は？

警戒：「誰か来たよ！」「あっち行って！」

要求：「一緒に遊んで！」「おやつちょうだい！」

高齢に伴う認知機能の低下 など

※ 理由に応じた対処法が必要です。



◎すぐにできる工夫は？

室内に入れる

窓を閉める

吠える対象から離れる など

【問合せ】 相模原市保健所 生活衛生課
042-769-8347

犬のしつけ方教室、実施します！
詳しくは市ホームページへ



第5回 昆虫文化のつどい

展示希望者大募集中♪

見学・参加費
無料

この夏、カブトムシなどの昆虫と触れ合ったこどもたちの体験・自由研究。昆虫好きの方の活動。

昔の少年・少女の虫との関わりや体験談の発表。小島渉先生（山口大理学部）の最近の研究成果などを分かりやすいポスターで展示します。

展示期間： 令和6年9月26日（木）～10月1日（火） 9:00～17:00（10月1日は9:00～12:00まで）

【模造紙縦型1枚】 ポスターの作り方は、申込者に連絡します。

会場： もみじホール城山1階ギャラリー（相模原市立城山文化ホール）

展示申込み（締切 9月15日（日）/先着順、展示枚数に限りがあります。）

希望者は下記へメール下さい。【E-mail】 kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

主催：昆虫文化を子供たちに伝える会（三宅：090-3219-2805）

後援：相模原市、相模原市教育委員会、東京応化科学技術振興財団、ここももの会、河内椎茸園（本事業は、令和6年度相模原市市民・行政協働運営型市民ファンドゆめの芽の助成金事業です。）

会の紹介



インスタグラム



第13回 昆虫講演会

昆虫の超能力をロボットにつかう

～匂いを探すロボットをつくる～

日時：令和6年9月21日（土）

13:30～15:00（受付開始 13:00～）

会場：相模原市民会館3階 第1大会議室

参加費：一人 500円（中学生以下は無料）

先着100組

（事前予約制）



東京大学名誉教授
先端研シニアリサーチフェロー
先端アートデザイン分野 研究総括
講師 神崎 亮平 さん

申し込み方法（令和6年7月15日から受付） 【E-mail】 kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

①参加者全員の名前（ふりがな）、②住所、③電話番号、④メールアドレス、

⑤年齢(学年)を記入の上、E-mailで申し込み下さい。

主催：昆虫文化を子供たちに伝える会（三宅：090-3219-2805）

共催：相模原市民会館（指定管理者：ギオン・アクティオ・コンティグループ）

後援：相模原市、相模原市教育委員会、東京応化科学技術振興財団、ここももの会、河内椎茸園

*本事業は、令和6年度相模原市市民・行政協働運営ファンドゆめの芽の助成金事業です。

会の紹介



インスタグラム

