



## 6月クリーンデーのお知らせ

(第338回)

令和元年5月10日  
自治会法人 東林間自治会  
会長 古木 昇  
環境部長 吉原 幹生

初夏の候、会員の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

**6月**のクリーンデーは**9日** (第2日曜日) 午前9:00からです。

区長・班長・会員の皆様のご協力よろしくお願い致します。(雨天の場合は16日になります。)

### クリーンデー集合場所と担当地区

- |                         |                                                                                                  |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| *上鶴間遊園地と水道路<br>(上鶴間8-4) | 東1区、東2区、東3区、東4区、東5区、東6区 東11区 東14区<br>東15区、東16区、東17区東18区、東19区、東20-1区、20-2区の方<br>(担当役員:柳沢、藤原、杣、板倉) |
| *東林ふれあいの森<br>(上鶴間8-20)  | 東7区、東8区、東9区、東10区、東12-1区、東12-2区東13区の方<br>(担当役員:白石、鈴木、定行)                                          |
| *第4公園<br>(東林間4-41)      | 西1区、西2区、西3区、西4-1、西4-2区、西11区 西12区<br>西15区、西31区、南2区、南3-1、3-2、3-3区の方<br>(担当役員:酒井、宇都木、松岡)            |
| *三角公園<br>(東林間5-7)       | 南1区、南7区、南8区、南9区、南10区、南11区、南12区<br>南13区、南14区、南15区、南16区、南17区の方<br>(担当役員:日暮、富家、佐藤貞、雨宮、中村、木全)        |
| *第3公園<br>(東林間3-13)      | 西5-1、5-2区、西6-1、6-2区、西7区、西9区、西10区<br>南4区、南5区、南6区の方 (担当役員:田村、浅田、林、斎藤)                              |
| *林間公園と緑道<br>(東林間1-22)   | 西18区、西19区、西20区、西21区、西28区、西29区<br>西30区の方 (担当役員:松井、山本、川崎)                                          |
| *松蔭公園<br>(東林間1-5)       | 西13-1、13-2区、西14区、西16区、西17-1、17-2、17-3区<br>北1区、北2区、北3区、北4区、北5区、北6区、北7区<br>東21区の方 (担当役員:宮崎、阿部、上木原) |
| *第2公園と水道路<br>(東林間2-11)  | 西22区、西23区、西24区、西25-1、25-2区、西26区<br>西27区の方 (担当役員:吉原、萩原、杉山、福田)                                     |
| *第5公園<br>(東林間3-17)      | 西8区                                                                                              |

\*7月のクリーンデーは14日です。

この内容はホームページでもご覧いただけます。



東芝林間病院

ぜひお越しになり  
健康への関心を高めるとともに  
病院をお知りください

第25回

# 健康祭り

2019/5/25(土)

9:30~12:30 雨天決行

東芝林間病院 病棟1F フロア 他

## イベント内容

◎地域医療講習会  
「しびれ」

11:00-12:00

整形外科部長 佐々木 了  
リハビリ 依岡 宙見

○各種測定

体力測定 血糖測定 お口乾燥チェック

認知度チェック 血管年齢測定 などなど

○各種イベント

心肺蘇生AED体験 栄養科展示 など

○院内見学ツアー

○模擬店

植木販売 革細工 スーパーボール・ヨーヨー



◎上鶴間中学校 吹奏楽部

特別演奏もあります！

※一部内容が変更する場合がありますが、ご了承ください

■主催 東芝林間病院健康祭り実行委員会

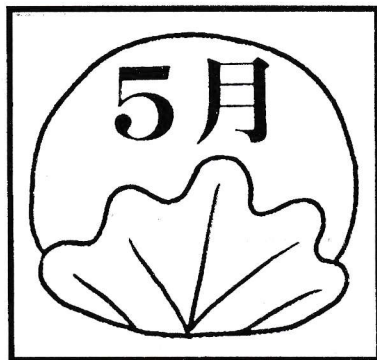
【お問合せ】042-742-3577(代表) 鍋木・渡邊



# 児童館だより

2019.5.1

発行責任者 柚 明 光



## 児童館の行事予定

5月

8 (水) おはなし会 16時～16時30分

11・12 (土・日) 大切な人への贈り物を作ろう

22 (水) おはなし会 16時～16時30分

6月

5 (水) おはなし会 16時～16時30分

19 (水) おはなし会 16時～16時30分

23 (日) 卓球大会 9時30分～12時

※ 毎週日曜日 卓球教室 (二部制)

小学生 9時30分～11時、 中学生 11時～

## ◆ 新しい時代のスタート!

5月1日、元号が平成から令和に変わりました。  
新しい時代の始まりです。気持ちを新たに、未来に  
向かって歩んでいきましょう。

## 大切な人への贈り物を作ろう!

日頃の感謝の気持ちを伝えたい方へ、『ありがとう!』  
の思いを込めて贈り物を作りましょう!

日時 5月11日(土)・12日(日)

13時30分～15時30分

場所 児童館ホール

内容 ハーバリウム風置物作り他

費用 無料

※ 要申込み 先着30名

○5月の工作はご好評により申込多数で残りわずかの為お断  
りすることがありますのでご了承ください。

### 忘れ物

キックボード・傘・ジャンパー・水筒等の忘れ物があります。  
お心当たりのある方は、開館時間内に取りに来て下さい。尚、  
引き取りのない場合は、6ヶ月保管後に処分させていただきます。

※卓球教室に参加されていた山崎さんの保護者の方より、お子  
さんが最後の卓球教室の日にきれいなアレンジメントフラワ  
ーをいただきました。ありがとうございました。

## 2019年度の行事予定 (4月～3月)

|    |              |     |            |
|----|--------------|-----|------------|
| 4月 | 鯉のぼり作り       | 10月 | お楽しみ会      |
| 5月 | 大切な人への贈り物作り  | 11月 | 卓球大会       |
| 6月 | 卓球大会         | 12月 | クリスマス工作    |
| 7月 | 夏祭り          | 1月  | 書き初め / 豆まき |
| 8月 | 夏期教室 (工作・絵画) | 2月  | おひな様工作     |
| 9月 | 手芸工作         | 3月  | 新一年生を迎える会  |

◎ 毎週日曜日 卓球教室

※ 変更になる場合があります。詳しい日程・時間・内容等については、各月発行の児童館だよりでご確認下さい。



### おはなし会

児童館では図書室にて、毎月2回水曜日の16時からおはなし会を開催しています。おはなし会の方にお願ひして、いろいろな本の読み聞かせ等をしていただいています。楽しい時間を過ごしませんか。ぜひみなさん!!お越し下さい。尚、未就学児の場合は保護者と一緒をお願いします。



東林間児童館

## おはなし会

2019年

月2回 水曜日

4時から4時30分まで  
シールを集めるとプレゼントがもらえるよ!

4/10

4/24

5/8

5/22

6/5

6/19

7/3

7/17

9/4

9/18

10/2

10/16

11/6

11/20

12/4

クリスマス  
12/18

1/8

1/22

2/5

2/19

3/4

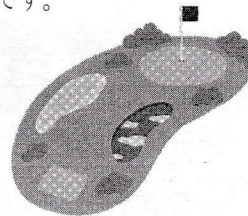
3/18



## 第29回 東林チャリティーゴルフ大会

この大会は、東林地区社会福祉協議会の福祉活動と、東林地区をあげてのお祭り  
「東林間サマーわぁ！ニバル」を支援するために開催するものです。

- 開催日 **2019年7月22日(月)**
- 場所 **相模カンツリー倶楽部**
- 参加資格 ・東林地区在住・在勤者（1名以上在住・在勤者がいれば可）  
・高校生以上 ※1組4名単位（可能な限り）
- 費用 申込時支払：参加費 4,000円/人（うち1,000円はチャリティー代）  
当日支払：プレー費 19,500円/人（食事代は含みません）
- 申込先 お住まいの自治会、または下記事務局
- その他 1. 出場を取り消す場合、参加費用(4,000円)は返納しません。（代理出場可）  
2. 18ホール、新ペリア方式で行います。（実施要綱、組合せ表等は別途送付）  
3. 荒天時により開催中止の場合は、全員に参加費用を返納します。



申込締切 2019年6月14日(金) **先着120名**

《事務局》東林地区自治会連合会（担当：齋藤・大王）  
住所：南区相南1-10-10（東林まちづくりセンター内）  
電話：042-744-5187 【平日9:00~12:00、13:00~17:00】

## 市民地域清掃

5月30日はポイ捨て禁止条例による「きれいなまちづくりの日」です。  
「きれいなまちづくりの日」を中心に「市民地域清掃」にご協力をお願い  
します。地域の道路や広場、ごみ・資源集積場所等を協力して清掃し  
ましょう。



- ・ 具体的な実施日・集合時間・集合場所等については、回覧などでご確認ください。
- ・ ごみ袋は、ごみの処理について記載した実施要領を同封し、5月中旬までに自治会宛に配布します。
- ・ 道路側溝に土砂等の堆積があり、清掃が必要な場合は、下記お問い合わせ先にご連絡ください。

主催  
相模原市  
相模原市美化運動推進協議会

### お問い合わせ

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| ①ごみ袋の配布：資源循環推進課  | (Tel042-769-8334) |
| ②道路側溝清掃：各土木事務所   |                   |
| 津久井土木事務所（津久井地区）  | (Tel042-780-1417) |
| （相模湖地区）          | (Tel042-684-3252) |
| （藤野地区）           | (Tel042-687-5512) |
| 緑土木事務所（城山地区）     | (Tel042-783-8151) |
| 緑土木事務所（緑区（上記以外）） | (Tel042-775-8818) |
| 中央土木事務所（中央地区）    | (Tel042-769-8266) |
| 南土木事務所（南地区）      | (Tel042-749-2213) |



みんな元気！さがみはら！

# ファミリーバミントン講習会

**6月8日(土) 9時30分～11時30分**

**9時から受付開始**

## くぬぎ台小学校 体育館

対 象 : 東林公民館区在住・在勤・在学の方

参加方法 : 当日直接会場へ来てください

事前申込みは必要ありません

参加費 : 無料

持ち物 : 体育館シューズ、飲み物、タオル



個人での参加も大歓迎！ 家族での参加、友達同士での参加もOK！  
まずは会場へ行ってみよう！！初心者大歓迎♪

お問い合わせ

東林公民館

TEL: 744-0087

## 東林卓球大会

日 時 2019年6月9日(日)

午前9時～午後3時 集合 午前8時30分

【午前】団体戦 【午後】ダブルス

会 場 東林小学校 体育館

対 象 東林公民館区内に在住・在勤・在学の高校生以上の人

定 員 30名(先着順)

参加費 100円

申込み 5月10日(金)～6月2日(日)に参加費を添えて東林公民館へ

※ 月曜日を除く、9時～12時、13時～17時

持ち物 体育館シューズ、ラケット、昼食、飲み物

主催 東林卓球実行委員会 / 共催 東林公民館 ☎744-0087



- ・チーム編成は、当日抽選を行い決定します。
- ・試合球は、40mmボールを使用します。
- ・会場準備や審判は、参加者が協力して行っていただきます。



## はじめて 太極拳

ニイハオ(你好)

太極拳は全身を使った有酸素運動です。ゆっくりと身体を動かしながら全身の筋肉を使い、意識的に腹式呼吸を行うので、全身の細胞を活性化させる有酸素運動の役割を果たします。

気になるけど、やったことのない方必見! 一度太極拳を体験してみませんか?

日程 1日目 6月 7日(金) 講師: 中島 妙子 楊名時太極拳師範  
2日目 6月14日(金)  
3日目 6月21日(金) 時間: 10時~11時30分



会場 東林第1高齢者支援センター交流室  
(東林間5-5-1)

定員 20名 (3回とも出席できる方優先)

参加費 無料 持ち物: 飲み物・タオル  
運動のできる服装

対象 東林第1地区(上鶴間、東林間1~5)に  
お住まいの方で運動に支障のない方

<お申込み・お問い合わせ>

東林第1高齢者支援センター  
(地域包括支援センター)

電話 740-7708

平日 午前8:30~午後5:30まで  
この事業は相模原市の委託を受け実施しています

みんな元気! さがみはら

## 健康講座 ポールウォーキング教室

~ポールウォーキングとは?~

専用ポールを持って歩くことで、正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩けるようになります。

【日時】1回目: 5月22日(水) ホール1

2回目: 6月26日(水) 大会議室

※両日共に午前9:45~11:45(受付 午前9:30~)

【場所】東林公民館 【講師】小澤 次男氏(ポールウォーキング指導コーチ)

【参加費】無料 【定員】20名(先着順)

【対象】市内在住の方。両日参加できる方優先。

【持ち物】汗ふきタオル、水分補給の飲み物、運動のできる服装と靴

※ポールをお持ちの方はご持参ください。

【申込先】相模原市南保健センター 電話: 042-701-7708

【申込開始】5月10日(金)~(平日 午前8:30~午後5:00)

【申込〆切】5月20日(月) 午後5:00

主催: 東林地区健康づくり普及員協議会



イラスト出典: いらすとや

☆☆☆ 「ごみ・資源集積場所」をきれいに保ちましょう ☆☆☆

日頃からお住まいの地域を美しく保つための活動を行っていただいておりますが、今一度、確認してみましょう! ごみ・資源の回収後、集積場所のネットなどが散乱していませんか? 地域の景観を損なうだけでなく、ネットに引っかかって思わぬ事故につながることも。今一度、ご確認を!

相模原市自治会連合会



みんな元気！さがみはら

# 花の相模原公園へ健康ウォーキング！



見頃になるアジサイ、ハナショウブをガイドの方と一緒に鑑賞します。

日時 令和元年6月4日（火）

集合場所 東林公民館 午前8時30分（午前9時出発 午前11時半頃 解散予定）

※雨天中止の場合、当日午前8時までに、健康づくり普及員よりご連絡します。

コース 東林公民館→水道路→米軍住宅脇道→水道路→麻溝・相模原公園→現地解散

\*約5km、約1時間半の道のりです。（途中でトイレ休憩を設けます。）

◎公園内ガイド：浅木清氏（元自然保護レンジャー）

グリーンタワー（展望台からの眺望）→アジサイ園→ハナショウブ園

→フランス式公園：グリーンハウス前（自由解散）⇒女子美大前バス停

持ち物 飲み物、タオル、敷物、雨具 \*歩きやすい靴、服装で参加してください。

参加費 無料

定員 20名（先着順）東林地区在住の方

申込開始 5月13日（月）～（平日 午前8：30～午後5：00）

申込先 相模原市南保健センター 電話：042-701-7708

主催 東林地区健康づくり普及員協議会



平成31年度「相模原市地域子育て支援事業」

乳幼児家庭！

## 身近で起こる 家庭内ヒヤリ？

～月齢別安全チェックテスト・親子でなごやか体操～



平成31年 6月14日（金）

参加費無料  
お気軽に

相模原市子育て応援  
イメージキャラクター  
「はなたん」

- ☆ 受付 午前9時30分 開始：午前10時00分～12時
- ☆ 会場 東林公民館 和室
- ☆ 対象 乳幼児のお子様を持つ保護者 先着25組（兄弟・双子ちゃんもどうぞ）  
今、子育て支援をしている方、またこれから子育て応援を考えている方
- ☆ 内容 乳幼児事故の現状・防止策・応急手当ほか、親子のなごやか体操
- ☆ 持ち物 お子様に必要な飲み物（フタつきの容器で）ほか
- ☆ 講師 親子体操 中田淑子氏  
保健師 相模原市 南子育て支援センター 母子保健班

中田淑子先生：  
市内のコミュニティー保育などで  
「幼児期に身体を動かすことの大切さ」を  
伝えている。

<http://oyako-taisou.pupu.jp/>

☆ 問い合わせ・お申込 南ブロック<sup>ぽっく</sup>POC母親クラブ 090-3314-9506（あまの）  
（親子の住所・ご氏名、お子様の年齢性別などお知らせください。）



主催：みらい子育てネットさがみはら連絡協議会 南ブロック<sup>ぽっく</sup>POC母親クラブ  
市担当課：相模原市こども家庭課



# コーラス720参加者募集



毎年、東林サマーコンサートのために結成される混声合唱団「コーラス720」に参加しませんか？

年齢性別不問、歌いたい方、初めての方、お気軽にどうぞ！

練習日：5月18日、25日、6月1日、8日の全4回、いずれも土曜日  
※ご都合のつく練習日にご参加ください（1回だけでもOK）

時 間：15：00～17：00

会 場：東林公民館ホール1、または大会議室

練習曲（2曲）：「世界に一つだけの花」作詞・作曲：槇原敬之 作曲：若松正司  
「アメイジング・グレイス」作詞：John Newton Traditional 編曲：若松正司

参加費：300円（練習日にご持参ください）

楽譜代：2,160円「やさしく歌える二部合唱曲集」（ヤマハ）

※昨年と同じ楽譜集です。購入希望の方は、練習日に販売します。

申込み方法：直接練習会場へお越しください。

**「第20回東林サマーコンサート」は、6月9日（日）13時から開催します。**

主催：第20回東林サマーコンサート実行委員会 お問い合わせ：黒川 ☎042-747-4420

みんなで音楽を楽しみましょう♪

## 第20回 東林サマーコンサート



日時：6月9日（日）

**入場無料**

午後1時開演（12時30分開場）

場所：東林公民館ホール

### 出演サークル・団体

《Ⅰ部》①ピュアサ운ズ（マンドリン） ②ノルテ・ベルテ（ハンドベル） ③720女声コーラス

④シャンテ・エレガント（女声アンサンブル） ⑤とうりん鼓笛隊

《Ⅱ部》①FKコーラス（混声コーラス） ②ミューズCoCo（歌と器楽）

③男声コーラス「ラルゴ」 ④コーラス720（混声合唱） ⑤全員合唱「故郷」

主催：第20回東林サマーコンサート実行委員会 お問い合わせ：黒川 ☎042-747-4420



# パソコン教室 6月受講者募集

公益社団法人  
相模原市シルバー人材センター  
のパソコン教室

初心者・再受講者歓迎します。  
なるほど・じっくり・分かり易い！

・受講料等のお問合わせ、ご予約は  
☎ 042-745-2158  
申し込み締切日：5月20日  
受付 月～金曜日（祝日を除く）  
午前 9時～午後 5時

会場：相模大野駅徒歩5分  
相模原市シルバー人材センター  
南事務所（南区相模大野8-9-6）  
講座 ・午前：9:30～12:00  
時間 ・午後：1:30～4:00  
毎月開講 事務所へ問い合わせてください。  
講座料金 4日間講座は8,000円  
2日間講座は4,000円

| 講座名                      |    | 平成31年6月日程 |    |    |    |    | 曜日  | 時間 |
|--------------------------|----|-----------|----|----|----|----|-----|----|
| パソコン入門                   | ①  | 3         | 10 | 17 | 24 |    | (月) | 午前 |
|                          | ②  | 9         | 16 | 23 | 30 |    | (日) | 午後 |
| ワード                      | 入門 | ③         | 4  | 11 | 18 | 25 | (火) | 午前 |
|                          |    | ④         | 7  | 14 | 21 | 28 | (金) | 午後 |
|                          | 実用 | ⑤         | 7  | 14 | 21 | 28 | (金) | 午前 |
|                          |    | ⑥         | 6  | 13 | 20 | 27 | (木) | 午前 |
| エクセル                     | 入門 | ⑦         | 3  | 10 | 17 | 24 | (月) | 午後 |
|                          |    | ⑧         | 9  | 16 | 23 | 30 | (日) | 午前 |
|                          | 実用 | ⑨         | 19 | 26 | —  | —  | (水) | 午後 |
| インターネット入門                |    | ⑩         | 4  | 11 | 18 | 25 | (火) | 午後 |
| デジタル写真入門                 |    | ⑪         | 8  | 15 | 22 | 29 | (土) | 午後 |
| 大人のためのスクラッチ<br>プログラミング入門 |    |           |    |    |    |    |     |    |

個別訪問：個人のお宅に訪問して操作・トラブル対応・データ作成等を行います。  
出張講座：お友達・仲間グループや企業の皆様の希望する場所で講座を開きます。

随時受付

☆☆小学生のためのプログラミング講座開講しています。詳しくは中央事務所042-754-1177へ問い合わせてください。☆☆

どうぞご利用ください！ ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします

## 刃物研ぎ

開催予定日：令和元年6月3日（月曜日）

開催場所：東林まちづくりセンター

（相南 1-10-10）

受付時間：午前9時30分から午後2時まで

☆受け取りは午後2時頃まで。☆天候によっては、中止することもあります。

☆但し、ご依頼の都合により、当日のご返却が出来ない場合もあります。

☆料金例：包丁（刃渡り10cm未満300円・刃渡り23cm未満400円）

☆次回は、令和元年8月5日（月曜日）になります。

お問い合わせ先 シルバー人材センター南事務所 Tel.042-745-2158

お問い合わせ時間帯 8時30分～17時まで





## 視覚障がい者の理解と誘導体験

入門編

街で視覚障がい者に出会った時、あなたならどうしますか？

**開催日時：2019年 5月 31日(金) 13:30~16:30**

**会場：ひだまり相武台** 南区相武台1-24-14 サンライズビル301号室

**対象：関心のある方なら** \*当事者の日常生活などお話が聞けます

**内容：視覚障がい者への接し方とアイマスクを着けて実技などを行い、「目のかわり」となることを体験します。**

**定員と申込み方法：25名(申込順)、メール又は電話かFAXで**

**申込時必要事項：氏名と住所、連絡先(メールアドレスか電話番号)**

**費用：200円(保険及び資料代)**

主催：相模原誘導グループ ささの会

後援：相模原市社会福祉協議会

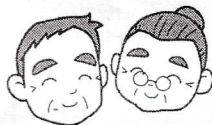


申込  
み先

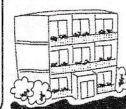
shiga-k223psn@docomo.ne.jp(工藤)

電話：080(5413)6909(工藤・問合せ可)

FAX：042(749)7830(肥田)



## 高齢者住まい探し相談会



「いくつか不動産店を廻ったけれど、年齢を理由に断られた」、「賃貸住宅を探したいけれど、不動産店に行きづらい」など、賃貸住宅のお探しに不安を感じている高齢者の方を対象に、専門家による無料相談会を行っています。

| 日にち      | 会場                          |
|----------|-----------------------------|
| 5月10日(金) | ユニコムプラザさがみはら(相模大野 ボーノ相模大野内) |
| 7月12日(金) | ソレイユさがみ(橋本 シティ・プラザはしもと内)    |
| 9月13日(金) | けやき会館(富士見)                  |

【時 間】午後1時30分から午後4時(1組30分)

【対 象】おおむね60歳以上=各5組(予約制 申込順)

【問合せ】(公社)かながわ住まいまちづくり協会(045-664-6896)へ



## ～ 建築士による自宅の無料耐震相談会 ～

建築士による無料耐震相談会を実施します。

自宅の耐震に関することで疑問に思われることがありましたら、  
ご相談下さい。

第2、第4木曜日は  
耐震相談の日！

| 開催日                     |                |               |
|-------------------------|----------------|---------------|
| 2019年5月23日(木)           | 2019年7月11日(木)  | 2019年8月22日(木) |
| 2019年10月10日(木)          | 2019年11月28日(木) | 2020年3月12日(木) |
| 【開催場所】 南区合同庁舎 4階 会議室(1) |                |               |
| 【開催時間】 午後1時30分～午後4時30分  |                |               |

※相談費用は無料。確認通知書と図面があるとより詳しい相談が受けられます。

※事前予約が必要です。予約がない場合には開催しません。

事前予約、お問い合わせ先 相模原市役所 建築・住まい政策課 電話042-769-8252

## 東林地区自治会連合会からのお知らせ

お祭り気分で、楽しくおいしく、盛り上げましょう！！



お祭りなどでお使いください！



東林地区自治会連合会では、以下の物品を貸出しております。自治会活動等で、ご利用下さい。

(なお、貸出料金は、修理代金・新機購入資金の目的でいただいております。)

- やぐら (2台)
- ポップコーン機 (1台)
- 綿菓子機 (2台)
- かき氷機 (電動2台・手動1台)
- 焼き芋機 (大1台、小1台)
- 投光機 (1台)

※ 貸出料金は、1回1台、1500円です。

※ 申込みは、借用日の6ヶ月前から受付いたします。

※ 貸出期間は、原則5日間です。

※ 貸出対象団体は、東林地区自治会連合会、単位自治会、住民福祉の向上に資する東林地区内の団体で、東林地区自治会連合会長が認める団体とします。  
また、地区連合会の目的を推進に寄与すると認められる事業で、かつ東林地区で開催され、広く東林地区の住民を対象とした事業を行う団体とします。

☆長くきれいに使えるよう、ご協力をお願いいたします☆

【お問合せ】 東林地区自治会連合会事務局 (担当： 齋藤・大王)

TEL:042-744-5187 FAX:042-744-5194 (平日 9:00～12:00 13:00～17:00)

ぜひ、  
ご利用ください！



市内 22 地区の地域情報紙電子ブック閲覧サービス実施中

パソコン、タブレット、スマホでご覧になれます。

<http://www.soin.or.jp/kairanban>

さがみはらかいらんばん

検索

