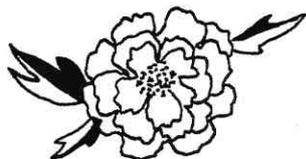


# 回覧

## 10月クリーンデーのお知らせ

(第397回)

令和7年9月1日



自治会法人 東林間自治会  
会長 松井 昭台  
環境部長 斉藤 真也

10月のクリーンデーは12日 (第2日曜日) 午前9:00か

ら行います。皆さまのご協力をお願いいたします。(雨天の場合は、19日です)

\*第3公園のみ8時30分からとなります。

### 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  
(上鶴間8-4)

東1区、東7区、東8区、東9区、東10区、東11区、東12-1区  
東12-2区、東13区、東14区、東15区、東16区、東17区  
東18区、東19区、東20-1区、20-2区の方  
(担当役員: 杣・柳沢・藤原・土屋・岡野・溝辺・板倉)

\*かしわ公園  
(上鶴間4-16)

東2区、東3区、東4区、東5区、東6区の方  
(担当役員: 鈴木・浅田)

\*第4公園  
(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  
西15区、西31区、南2区、南3-1、3-2、3-3区の方  
(担当役員: 酒井・宇都木・林・小野寺・南・長岡)

\*三角公園  
(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  
南13区、南14区、南15区、南16区、南17区の方  
(担当役員: 富家・木全・野内・中村)

\*第3公園  
(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  
南4区、南5区、南6区の方  
(担当役員: 雨宮・田村(晃)・飯室・松本)

\*林間公園と緑道  
(東林間1-22)

西18区、西19区、西20区、西21区、西28区、西29区  
西30区の方 (担当役員: 斎藤・岩本)

\*松蔭公園  
(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  
北1区、北3区、北4区、北5区、北6区、北7区  
東21区の方 (担当役員: 阿部・吉原・小湊・石田・上木原)

\*第2公園と水道路  
(東林間2-11)

西22区、西23区、西24区、西25-1、25-2区、西26区  
西27区の方 (担当役員: 杉山・福田・萩原・渡辺・大内・菅井)

\*第5公園  
(東林間3-17)

西8区

\*11月のクリーンデーは2日です。

# 回 覧

令和7年9月1日

会 長 松井 昭治

福祉部長 阿部 匡秀



## 第2回 東林間自治会

### おしゃべりサロン開催のご案内

お茶とお菓子を食べながら

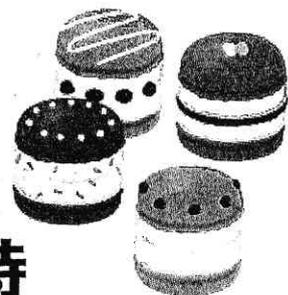
おしゃべりを楽しみませんか？

初参加の方、大歓迎です。

日 時

9月26日（金）

午前10時～11時



場 所

東林間自治会館 1階ホール

参加費無料・申込み不要

今後の予定

10/24 11/28 1/23 2/27

<お問合せ先>

東林間自治会事務局

☎ 042-742-8297

平日：9時30分～16時30分

# 回覧 東林情報

発行日 令和7年9月1日  
発行 東林地区自治会連合会  
(毎月1日発行、1月は15日発行)  
内容の問い合わせは、各記事に記載の  
問い合わせ先へ

## 東林公民館からのお知らせ

\*状況により、やむを得ず急遽中止となる場合があります。

事業実施中の写真は公民館の館報およびホームページに掲載することがあります。

参加賞あり!

(4種目スタンプラリー)

雨天中止

## 東林スポレク大会

令和7年10月19日(日)

午前9時～正午

会場：東林小学校校庭 参加費：無料

対象：館区内在住・在勤・在学（1名～参加可能）

\*小学校3年生以下は保護者同伴

応募：電話か公民館窓口で受付 定員：120名

令和7年9月9日(火)～10月10日(金)

・午前9時～午後5時（正午から午後1時を除く）9月22日休館

閉会式で  
抽選会が  
あるよ!  
景品多数!

### スケジュール

9:00～開会式・鼓笛隊演奏

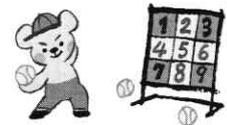
9:30～フラミンゴチャレンジ（上位に賞品あり）

10:00～パン釣り競走（5種類のぱんを用意）

10:20～ターゲットポッチャ、パターゴルフ、

ストラックアウト、輪投げ（4種目参加で景品）

11:40～閉会式・抽選会（素敵な景品が当たる）



# 東林文化祭

## 参加団体募集!



文化祭開催日：令和8年3月7日(土)、8日(日)

展示の部

発表の部

体験の部

募集期間：10月1日(水)～10月26日(日)

公民館窓口で申し込み用紙を配布します。

※参加希望団体は申込みの上、第1回・2回の実行委員会に必ずご出席ください。

第1回文化祭実行委員会 11月1日(土)午後1時30分～ ホール

連絡先：東林公民館 ☎042-744-0087 9:00～17:00 (正午～13:00を除く)  
\*第4月曜日及び年末・年始は休館となります。

## 高齢者向け運転認知機能検査などの体験会を実施!

事前予約  
必須!

75歳以上で運転免許更新時に必須となる認知機能検査などを体験できる機会を設けました!

開催日時：令和7年10月21日(火) 午前9:30～12:00 午後1:30～4:00

会場：トヨタモビリティ神奈川 相模台店(座間市相模が丘1丁目12-35)

※駐車場(駐輪スペース)あり ※小田急相模原駅北口、徒歩約10分

実施内容：①運転ヘルスチェック(運転認知機能検査体験)

②安全運転サポート車の乗車体験

③交通安全講話

④特殊詐欺防止に係る講話

募集期間：9月19日(金)～10月13日(月)

申込先：042-770-7777

(相模原市コールセンター)

参加費：無料

対象：過去参加していない、南区内在住か在勤の65歳以上の人、午前・午後各10人(申込順)

主催：南区安全・安心まちづくり推進協議会



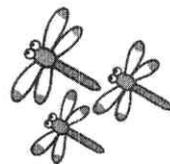
高齢者が運転免許更新時に受ける認知機能検査や高齢者講習の

代わりになるものではありません。

お問合せ：042-749-2135 (事務局：南区役所地域振興課)



# 東林地区社会福祉協議会からお知らせ



## 令和7年度 第38回東林ふくしまついを開催します！

日時：令和7年11月16日（日） 10：00～14：00

会場：東林公民館

- 内容：
- 健康測定コーナー
  - 食について
  - 福祉情報コーナー
  - 子育て情報の発信
  - 福祉器具展示
  - 福祉車両展示
  - ワークショップ
  - 喫茶コーナー
  - 手作りパン・革製品販売
  - 子どもお楽しみコーナー
  - D サックス演奏
  - にこまると写真撮影
  - スタンプラリーでプレゼント（先着300名）
  - ミニ白バイ乗車体験
  - 綿菓子・ポップコーン販売
  - バザー
  - 子育て支援おゆずり会



※内容は変更になる場合があります。

※一部有料のコーナーもあります。

### 【お願い】

○駐車スペースがございません。徒歩、自転車でお越し下さい。

○自転車は公民館第2駐車場に停めてください。

※信号を守って、横断歩道を渡ってください。

東林地区社会福祉協議会・電話番号 042-705-3315

（平日9：00～17：00 ※12：00～13：00は除く）

## 東林地区敬老事業実行委員会からのお知らせ

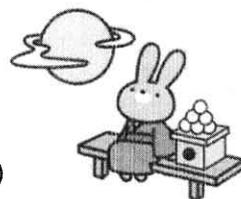
### 敬老事業

東林地区在住の80歳以上の皆様に  
 （西暦1945年・昭和20年9月16日以前に生まれた方が対象）  
 9月中旬頃から、民生委員・児童委員が対象者の方へお祝いの品をお届けします。

主催：東林地区敬老事業実行委員会

お問い合わせ先：東林地区社会福祉協議会 事務局

電話 042-705-3315（平日 9時～17時 ※12時～13時は除く）



無料

東林いきいき塾共催企画

『未来に繋ぐ  元気な足で歩くために

知っておきたい大切なこと』講座



今回は「いつまでも自分の足で歩きたい」を少しでも長く、実現して行けるよう  
森下記念病院の理学療法士、いろは堂薬局の薬剤師から  
日常的に取り組める対処法や予防法について学んでみませんか？  
講座終了後には講師へ個別に相談できるコーナーも設けています。

日 令 7 年 10 月 31 日 (金) 午後2時～4時

会場 東林公民館 1階 ホール 定員 80名(申し込み順)  
(相南1-10-10)

対象 東林間、上鶴間、相南、松が枝地区に在勤・在住の方

持ち物 お薬相談の可能性のある方はお薬手帳を  
ご持参ください。

 主催:東林第1地区地域づくり部会  
東林第1地域包括支援センター  
共催:東林地区社会福祉協議会

～森下記念病院～  
理学療法士  
岩井 佑磨 氏

～いろは堂薬局～  
薬剤師  
新田 淳史 氏

〈お申し込み・お問い合わせ〉

東林第1地域包括支援センター

☎ 042 (740) 7708

平日 午前9時～午後5時まで

介護家族の集い

★この事業は相模原市の委託を受け実施しています

介護家族の  
ための

# ツボ押しでリフレッシュ

～ツボを使ったセルフケア～



ご家族の介護をしている皆さん、ご自身の身体を労わっていますか？  
今回の介護家族の集いは、講師の方よりツボやツボ押しについてご講義いただきます。  
ツボ押しやストレッチを一緒に行い、日頃の介護から少し離れてリフレッシュしましょう♪  
講座の後は座談会も行います。  
同じ経験をもつ方と介護で感じている不安や日頃の思いを話してみませんか？是非ご参加ください。

〈対象者〉東林間1～5丁目、上鶴間にお住まいで  
介護をしているご家族 または介護の話を聞きたい方

開催日:令和7年 10月 2日(木)

時 間:午前10時～11時30分

場 所:東林第1地域包括支援センター交流室  
(住所:東林間5-5-1)

講 師:サン介護マッサージ 川島雄一郎氏  
(あん摩マッサージ指圧師)

定 員:15名(申し込み順)

締め切り:令和7年 9月25日(木)

参加費 無料



〈お申込み・お問い合わせ〉

東林第1地域包括支援センター

電話 042 (740) 7708

平日 午前9時～午後5時

# 東林地区 防犯講習会

～身近な事件や犯罪に備えて～

## マジックで 防犯セミナー

マジックを通じて  
楽しく防犯を学びましょう！

参加  
費用

無料

定員 100名 先着順



日時

令和7年10月9日(木)

午前10:00～11:30

場所

東林公民館 ホール (1階)

対象

東林地区にお住まいの方

(ご家族でお誘い合わせの上、ぜひお越しください)

### 講習内容

1. 「防犯手品で学ぶ！見破れ特殊詐欺！」  
手品を織り交ぜた楽しい防犯講話を通じて、いかに人が騙されやすいかを体験しながら、特殊詐欺について楽しく学びます。  
《講師》防犯エンターテインメント集団GIFT代表 高橋和也氏 (ミスターTK)
2. 相模原南警察署から身近な事件や犯罪とその対策について  
講話・防犯指導とDVD上映 《講師》相模原南警察署 生活安全課

■ 申込期間 9月8日(月)～10月3日(金)

■ 申込み (TEL) 042-744-5187 (平日9:00～17:00)

(MAIL) [tourin-jichiren@outlook.jp](mailto:tourin-jichiren@outlook.jp)

■ 主催 南区安全・安心まちづくり推進協議会東林支部  
(東林まちづくりセンター内)

# 第20回さがみはら市民活動フェスタ

「つなげる 拓げる 市民力」

市内で活動しているボランティア団体が、パフォーマンスやブースで出展しています（雨天中止）。親子ふれあいの広場と共同開催。ご家族で秋を満喫できるイベントです。

## 出店ブース

（過去の出店）

- ・焼きそば
- ・具だくさん汁
- ・木工作品実演
- ・文具作り

ほか体験や相談など

## パフォーマンス

（過去の出演）

- ・日本太鼓演奏
- ・みんなでボクササイズ
- ・クイズ大会
- ・チアリーディング
- ・よさこい演舞

など

10月5日（日）

9：30～14：30

淵野辺公園へGO！

【問合せ】さがみはら市民活動サポートセンター

T E L 042-755-5790

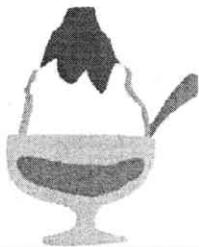
E-mail [sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp](mailto:sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp)



※ ご来場は公共交通機関をご利用ください。

## 第20回さがみはら市民活動フェスタに

相模原市自治会連合会が「かき氷」のブースを出店します！



1杯：100円  
シロップかけ放題です ✨  
昨年度も大好評でした！

市民活動フェスタに  
自治パスを持ってくると  
さらにお得があるかも…？

特典：自治パス持参でかき氷1つプレゼント

日時 10月5日（日）

9：30～14：30

場所 淵野辺公園

※ ご来場は公共交通機関をご利用ください。

【問合せ】相模原市自治会連合会

T E L : 042-753-3419

E-mail : [info@sagamihara-jichiren.jp](mailto:info@sagamihara-jichiren.jp)



## 高齢者等ごみ出し支援事業

### 「ふれあい収集」モデル事業の地区説明会を開催します

令和7年10月から東林地区においてふれあい収集モデル事業を始めます。  
つきましては、事業の内容等について、地区の皆様へご説明いたします。

#### ふれあい収集とは…

ごみを自分で集積場所に持ち込むことが困難な一人暮らし等の高齢者や障がいのある方（要介護2以上など、一定の要件があります）を対象に、週1回、戸別収集（ご自宅へごみを取りに伺います。）を行います。ごみの収集時にごみが出ていない場合には、ご希望に応じて、安否確認も行います。

- 【説明会】 日 時 令和7年9月24日（水）午後7時から（説明会参加希望者は直接会場へ）  
場 所 東林公民館 中会議室  
内 容 ふれあい収集モデル事業の内容、対象者、申し込み方法等について  
※本事業は東林地区にお住いの方を対象としています。説明会はどなたでもご参加できます。
- 【問合せ】 相模原市役所 廃棄物政策課 電話042-769-8336

## 子育てサポートしませんか！「援助会員」募集中！

子どもが好きなあなたへ。地域の子育てを、あなたの力で支えてみませんか？  
ファミリー・サポート・センターでは、子育ての手助けが欲しい「利用会員」に、協力してくださる「援助会員」を紹介しています。援助会員には、利用会員から1時間につき700円 または 900円 の謝礼が支払われます。

#### サポート内容

- ・保育施設や児童クラブ、習い事の送迎
- ・援助会員の自宅で子どもの預かり
- ・利用会員宅での子どもの見守りなど

ご夫婦や親子、男性の方も  
活躍しています！



ホームページ



ファミサポ公式  
LINE

#### 【登録の流れ】

①ホームページから動画1～動画4を視聴→②援助会員講習会を受講→③会員登録完了！

第2回援助会員講習会			会 場
1日目	10月27日（月）	9時30分～15時	南区合同庁舎 3階 講堂
2日目	10月28日（火）	9時30分～15時30分	
3日目	10月31日（金）	9時30分～16時	

【申込み・問合せ】（月～金曜日：午前9時～午後5時）

相模原市ファミリー・サポート・センター事務局

電話：042-730-3885

（市社会福祉協議会内・相模原市委託事業） メール：[famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp](mailto:famisapo@sagamiharashishakyo.or.jp)

# 第22回相模原お店大賞 投票受付中!

＜投票期間：令和7年8月20日(水)～令和7年10月20日(月)＞

相模原お店大賞は、地域商業の活性化と消費者へのサービスの向上を目的に、相模原市内で小売・飲食、サービス業を営んでいる店舗の中から、地元を愛し、地域貢献に取り組み、相模原市をリードしていくような、個性的で魅力ある店づくりを行っており、消費者に支持されている店舗を表彰する事業です。

投票は、①公式ホームページ②インスタグラム③X(旧Twitter)④郵送・FAXの4種類で行っており、投票いただいた方には、抽選で総額30万円相当のプレゼント(星野リゾートギフト券・ドライヤー・受賞店商品セット・クオカード)が当たるキャンペーンも実施しています。

みなさまの1票でお店を応援して相模原を盛り上げましょう!たくさんの投票をお待ちしております。



詳しくは公式ホームページへ!!  
<https://sagamihara-omise.com>



【お問合せ】

相模原商工会議所「相模原お店大賞」実行委員会  
 TEL：042-753-8135  
 Mail：omise@sagamihara-cci.or.jp



BOOK-OFF

相模原市とブックオフは「空き家対策」等に関する「包括連携協定」を締結しています

空き家を活用したいけど、どうすれば?



遺品やお部屋の片付けの話はどこに聞けばいいの?



住まなくなった「おうち」の無料相談会

活用

税金

管理

空き家の管理・手入れはどうしよう

相続

売却

登記

登記・税金についてわからない

「相談してよかった。」の声が多数

全国3,000件以上のご相談を受けてきた 空き家専門のプロ相談員がお悩みに答えます。



日時 9月26日(金)、27日(土)

午前10時～午後4時まで

会場 ソレイユさがみ(男女共同参画推進センター)  
 (イオン橋本店6階：緑区橋本6-2-1)

日時 10月25日(土)

午前10時～午後4時まで

会場 BOOKOFF PLUS 古淵駅前店  
 (アパレル・家電館3階：南区古淵2-17-15)

時間 午前10:00～12:00  
 午後1:00～4:00まで  
 ※原則予約制(当日受付も可)

定員 各日5組(予約制)

対象 市内に空き家をお持ちの方

相談時間 1組1時間

市担当課 住宅課 042-769-9817

申込 ご予約・お問い合わせは、下記番号へお気軽にお電話ください

ブックオフ おうちの無料相談会 予約受付センター

プロに無料で相談できる!

03-6701-4618

☆☆☆ 「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



## 第6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7年9月13日（土）～9月21日（日） 9:00～17:00（9月21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（先着順、展示枚数に限りがあります）

Instagram

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、ここものの会、河内椎茸園（本事業は、令和7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）



## 刃物研ぎ



★★★ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします★★★

令和7年10月 3日（金）  
東林まちづくりセンター  
（相南 1-10-10）

自治バス  
使えます  
包丁など3本以上で  
100円引き

受付時間：午前9時30分から午後1時30分まで

◆お受取は午後2時まで（以降は南事務所で保管）

◆天候によって開催方法等の変更又は中止をさせていただく場合がありますのでご了承ください。

◆お車でのご来場はお控え頂き、近隣の有料駐車場等をご利用下さい。

お問い合わせ先：シルバー人材センター南事務所 TEL042-745-2158



随時 センター会員募集中！

シルバー人材センター

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

## パソコン/スマホ教室

令和7年10月・11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

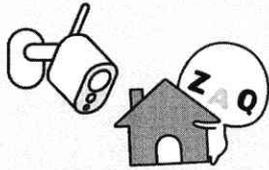
希望講座月の前月20日まで

受付：月～金曜日（祝日を除く）  
午前9時～午後5時



講座名	No.	令和7年10月開講予定日		令和7年11月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ パソコンの基礎	01	-		6(木)	13(木)	午前
	02	8(水)	15(水)	-		午後
パソコン入門Ⅱ パソコンの利用	03	-		20(木)	27(木)	午前
	04	22(水)	29(水)	-		午後
ワード入門Ⅰ 文章作成	05	-		7(金)	14(金)	午前
	06	9(木)	16(木)	-		午後
ワード入門Ⅱ 表と画像	07	-		21(金)	28(金)	午前
	08	23(木)	30(木)	-		午後
エクセル入門Ⅰ データ入力	09	9(木)	16(木)	-		午前
	10	-		7(金)	14(金)	午後
エクセル入門Ⅱ データ活用	11	23(木)	30(木)	-		午前
	12	-		21(金)	28(金)	午後
パワーポイント 入門	13	-		10(月)	17(月)	午前
	14	20(月)	27(月)	-		午後
スマホ入門Ⅰ （基本と写真） Android	15	3(金)	10(金)	4(火)	11(火)	午前
	16	-		-		午後
スマホ入門Ⅰ （基本と写真） iPhone	17	-		-		午前
	18	3(金)	10(金)	5(水)	12(水)	午後
スマホ入門Ⅱ （地図やLine等） Android	19	17(金)	24(金)	18(火)	25(火)	午前
	20	-		-		午後
スマホ入門Ⅱ （地図やLine等） iPhone	21	-		-		午前
	22	17(金)	24(金)	19(水)	26(水)	午後

# 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」を締結しています。



スマホで手軽にしっかり見守り  
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あり。※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/初回費用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、でんき・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】※割引適用は各サービスごとの利用・解約、サービス変更には工事費/手数料/初回費用および月額基本料金が別途必要。※サービスにより契約期間・解除料金が異なる。※2025年7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あり。※住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あり。※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。※イラストイメージ。

T2250804

# とうりん防災瓦版

～知って！備えて！～

第31号

あまり知られていないけど、もしもの時に知ってほしいこと・備えてほしいことをシリーズでご紹介します。

第31号は、「地震に備える対策いろいろ」をご紹介します。

地震によるけがの多くは、家具の転倒や移動が原因です。

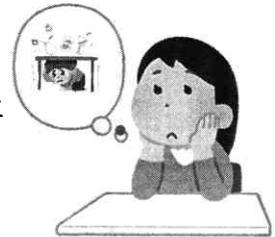
日頃から家具を固定するなどの安全対策を行っていただければ、けがのリスクを抑えることができます。

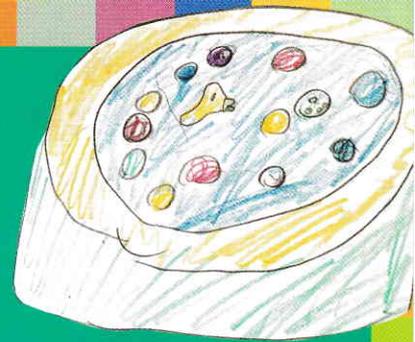


(詳細はさがみはら防災ガイドブック7ページを参照ください。)

東林地区連合自主防災隊

「さがみはら防災ガイドブック」は、定期的に確認するなど、日頃から災害に備えておきましょう！！





南区誕生15周年記念

第48回

# 東林

笑顔で  
ふれあう



# ふるさと



# まつり



子ども  
あつまれ!

令和7年 9/28 日

am.10:00 START!

(9:45～ 鼓笛隊によるオープニング演奏)

am.9:30 開場

会場 東林小学校 校庭

雨天中止

(小雨の場合は、内容を変更して一部開催)

主催 東林ふるさとまつり実行委員会 042-744-5187



第48回東林ふるさとまつり  
公式ホームページ  
開催のお知らせはこちら

<https://furusatomatsuri.main.jp>

**自治会交流大抽選会!** 配布対象は自治会加入世帯です。(1世帯1枚)

〈抽選方法〉①チラシを直接抽選会場までご持参ください。②クラフトパンチ後、抽選券を交付します。

〈抽選券交付場所〉東林小学校 校庭 総合受付横

〈抽選券引換日時〉令和7年9月28日(日) 開会式終了後(10時30分ごろ)～13時30分まで  
(但し、13時30分前でも、先着1,000名で締切)

※ 当日このチラシを忘れた場合は、抽選券を交付できません。(コピー不可)



開始時刻 プログラム

10:00 開会式 (9:45～ オープニング演奏 とうりん鼓笛隊/鶴の台フレンド鼓笛隊)

10:25 パフォーマンス

- ・鼓笛隊によるドリル演奏(とうりん鼓笛隊、鶴の台フレンド鼓笛隊)・地元連による阿波踊り
- ・ANCO dance Style (キッズダンス)・LiL ☆ (チアダンス)・Kids Dane.COZ (キッズダンス)
- ・Fairy Star (チアダンス)・東海大相模中等部吹奏楽部・東林小学校



10:30 模擬店

- ・焼きそば・ビール・缶チューハイ・ラムネ・飲み物・かき氷・水あめ・当てくじ・ゲーム・おもちゃ・チヂミ・革製品
  - ・パンチボール・射的・綿菓子・フランクフルト・チュロス・玉こんにゃく・もつ煮・フライドポテト・イカ焼き・キンパ他
- 出店団体・東林間自治会・東林地区民生委員児童委員協議会・林間自治会・南自治会・松南自治会・翠ヶ丘自治会・公民館体育部・とうりん鼓笛隊・交通安全母の会・東林わかな会・レモンタイム工房・相模原法人会大野南支部・根っこの会・おださがさくら祭り実行委員会・韓国酒場 NOUL・炎家・東林間ホットスペース piece・壹粋

こども工作・遊びコーナー

- ・紙とんぼ・竹馬・缶ぼっくり・お手玉・折り紙・けん玉・こま回し・吹き矢

体験コーナー

- ・消防車乗車体験・消防服を着て記念撮影・ごみ収集車乗車体験・ごみ集め体験



啓発コーナー

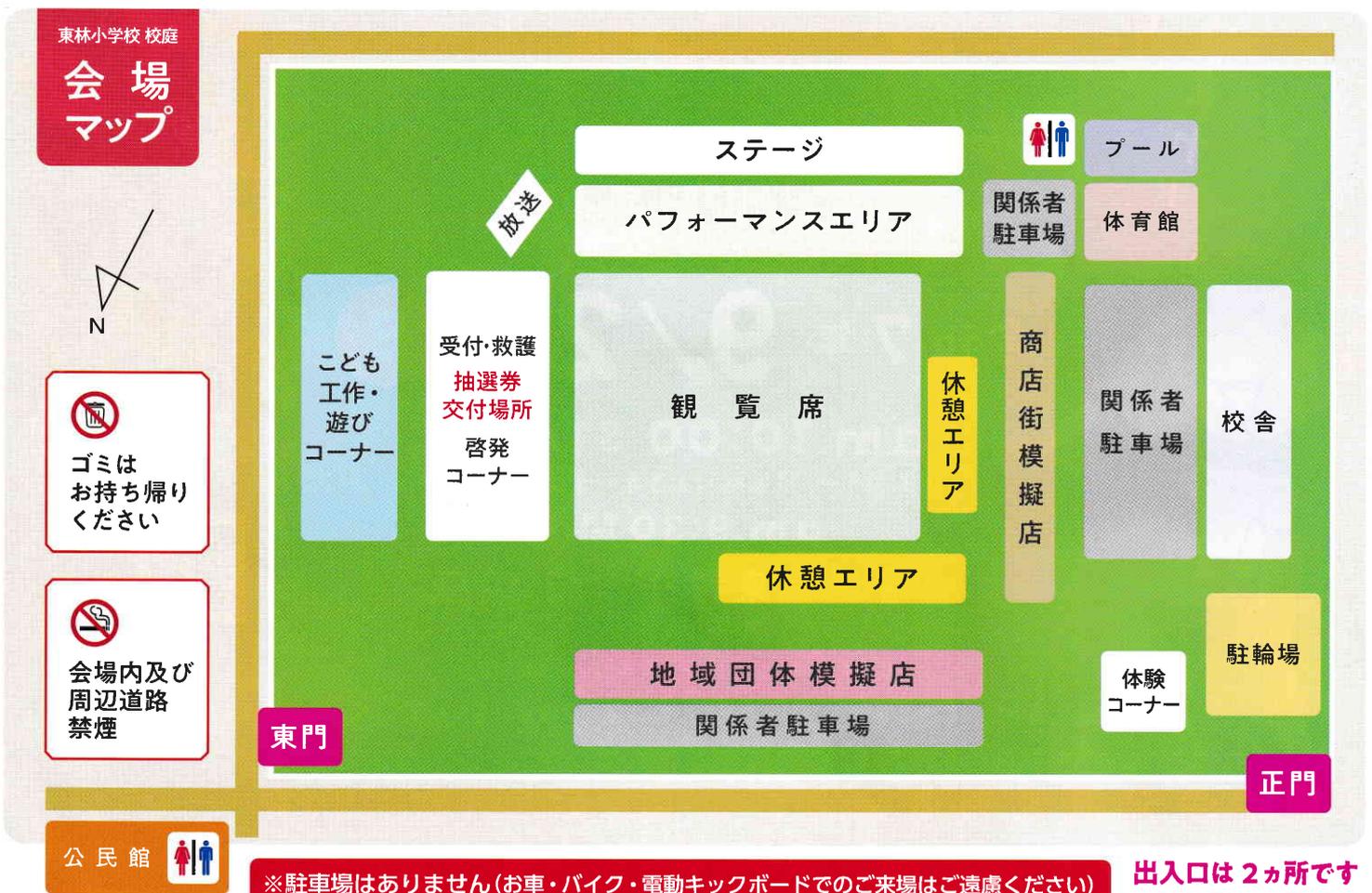
東林地区社会福祉協議会/相模原市明るい選挙推進協議会/相模原市南区役所地域振興課/東林地区民生委員児童委員協議会

14:00 自治会交流大抽選会 自転車・ギフトカタログなどが当たる自治会員限定の抽選会/詳細は表面をご確認ください。

14:30 終了予定

常設展示 私の推しふる! ~すきなまち、とうりん~

東林小学校、上鶴間小学校、くめぎ台小学校、林間のぞみ幼稚園、相模翠ヶ丘幼稚園の児童による、ふるさと東林の好きな場所等を絵で紹介!



※駐車場はありません(お車・バイク・電動キックボードでのご来場はご遠慮ください)

出入口は2ヵ所です ※駐輪場は1ヵ所です

主催/東林ふるさとまつり実行委員会 TEL.042-744-5187

協力/東林小学校

\*お願い:会場の敷地内・周辺道路は禁煙です。皆様のご協力をお願いします。こまめな水分補給など熱中症対策にご協力をお願いします。

\*当日の内容は変更する場合がございます。※会場内にゴミステーションはありません。ゴミはお持ち帰りください。

第11回  
2025



# イイ道イイ街 イイ時間!!

10月4日(土) 5日(日) 10:00 ~ 17:00

## イベント内容

両日開催

元気印のイカすショータイム！  
ステージイベント

今年も楽しめきゃびきゃび  
アピールタイム

毎年恒例!!  
仮装コンテスト

4日

実施  
エリア

ラカール・ペアナード  
市道南台30号線

市道南台30号線ヘレッツラゴー

模擬店

みんなトッギャザーしようぜ!

ご当地キャラ

5日

実施  
エリア

4日のエリアに加えサウザンロード全体(歩行者天国)・平塚信用金庫駐車場・公民館

模擬店大集合でいただきマンモス

30号線・サウザンロード全域

ハッスル!ハッスル!

ご当地キャラ

ごさげんコーナー

路上パフォーマンス・キッスコーナー

あっと驚くチョコベリグ

キッチンカー

豪華賞品ゲット!

スタンプラリー

ガンバルンバするぞ!?

サウザンロードパレード

the 11th 2025

主催：おださがロードフェスタ実行委員会

<https://www.odasaga-festa.com/>



後援：相模原市、座間市、相模台地区自治会連合会、相模台商店街連合会、座間市商店会連合会、相模原商工会議所、座間市商工会、(公社)相模原法人会、(公財)相模原市民文化財団  
※駐車場はございません。公共機関をご利用の上ご来場ください。

# 仮装コンテストに参加しよう



## インスタ部門

『#おださがロードフェスタ2025 仮装コンテスト』をつけて  
Instagramに写真を投稿しよう！

エントリー期間：9月8日～10月5日17時迄

## 投票部門

エントリーはこちら

専用エントリーフォームから必要事項を入力して仮装写真をアップロードしよう！

エントリー期間：9月8日～10月3日17時迄

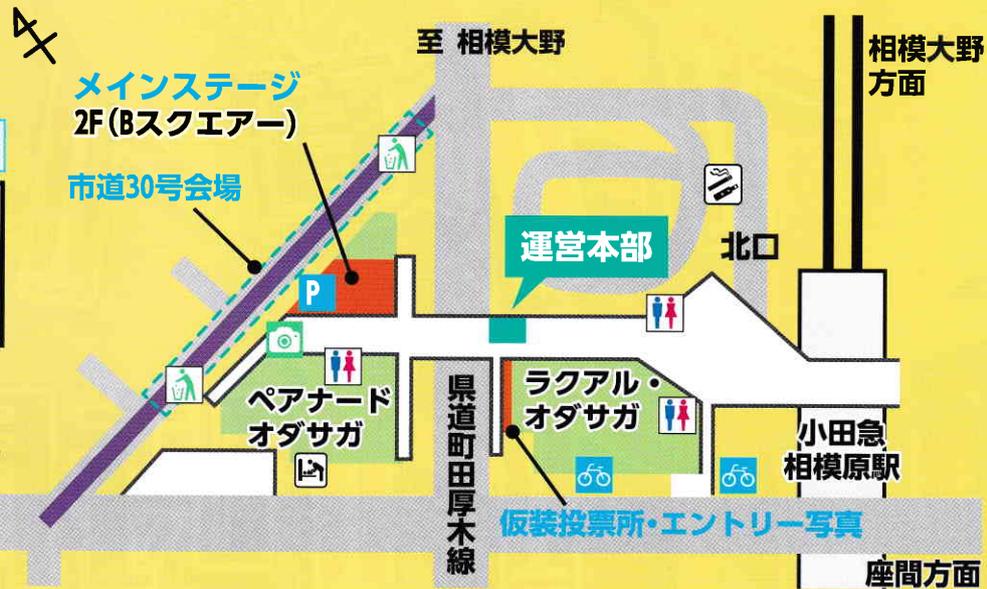


### 会場案内図<4日>

車両通行止め区間

市道南台 30号 9～18時

- ...パレード進行方向
- 📷 ...フォトスポット
- 👤 ...オムツ替え・授乳スペース
- 🚬 ...喫煙所
- 🚻 ...トイレ
- 🚲 ...駐輪場



### 会場案内図<5日>

車両通行止め区間

サウザンロード 10～18時

市道南台 30号 9～18時



※駐車場はございません。公共機関をご利用の上で来場ください。

5日限定

## トレジャークエスト

### パッチワークお宝編

今年もやります  
すべてのスタンプを集めて  
パッチワークお宝ゲット！

実施エリア

4日：ラクアル・ペアナード・市道南台30号線

5日：4日のエリアに加えサウザンロード全体  
平塚信用金庫駐車場・公民館

主催

## おださがロードフェスタ 実行委員会

お問合せ：080-2298-3001  
(平日 9:00～17:00)

# 東林地区 防犯講習会

～身近な事件や犯罪に備えて～

## マジックで 防犯セミナー

マジックを通じて  
楽しく防犯を学びましょう！

参加  
費用

無料

定員 100名 先着順



日時

令和7年10月9日(木)

午前10:00～11:30

場所

東林公民館 ホール (1階)

対象

東林地区にお住まいの方  
(ご家族でお誘い合わせの上、ぜひお越しください)

### 講習内容

1. 「防犯手品で学ぶ！見破れ特殊詐欺！」  
手品を織り交ぜた楽しい防犯講話を通じて、いかに人が騙されやすいかを体験しながら、特殊詐欺について楽しく学びます。  
《講師》防犯エンターテインメント集団GIFT代表 高橋和也氏 (ミスターTK)
2. 相模原南警察署から身近な事件や犯罪とその対策について  
講話・防犯指導とDVD上映 《講師》相模原南警察署 生活安全課

- 申込期間 9月8日(月)～10月3日(金)
- 申込み (TEL) 042-744-5187 (平日9:00～17:00)  
(MAIL) [tourin-jichiren@outlook.jp](mailto:tourin-jichiren@outlook.jp)
- 主催 南区安全・安心まちづくり推進協議会東林支部  
(東林まちづくりセンター内)

**参加賞あり!**

(4種目スタンプラリー)

雨天中止

# 東林スポレク大会

令和7年10月19日(日)

午前9時～正午

会場：東林小学校 校庭 参加費：無料

対象：館区内在住・在勤・在学（1人～参加可能）

\*小学校3年生以下は保護者同伴

応募：電話か公民館窓口で受付 定員：120名

令和7年9月9日(火)～10月10日(金)

午前9時～午後5時（正午から午後1時を除く）9月22日は休館

閉会式で  
抽選会が  
あるよ!  
景品多数!

## スケジュール

9:00～開会式・鼓笛隊演奏

9:30～フラミンゴチャレンジ（上位者に賞品あり）

10:00～パン釣り競走（5種類のぱんを用意）

10:20～ターゲットボッチャ、パターゴルフ、

ストラックアウト、輪投げ（4種目参加で景品あり）

11:40～閉会式・抽選会（素敵な景品が当たる）





人生 100 年時代を  
わくわく  
しながら生きる

▲『介護予防！～認知症予防のために～』講師…東林第1地域包括支援センター 草柳氏、吉元氏

## topics ||

- 特集記事「9月はアルツハイマー月間 認知症について考えよう！」
- 連載コーナー「とうりん倶楽部」センター活動団体紹介
- 9月以降のイベント紹介



# 認知症

9月は世界アルツハイマー月間

# について考えよう!

## 認知症ってなんだろう？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなるために、記憶力や判断力などが低下し、日常生活に支障が出ている状態をいいます。

9月に開催する「介護予防！～認知症予防のために～」で講師をつとめてくださる東林第1地域包括支援センターの方に認知症や地域包括支援センターについてお話をうかがいました！

## 認知症の予防法は？

認知症は誰もがなりうるものです。これを行っているから認知症にならない、というような方法は現在も特定されていません。その為、日々の生活スタイルを工夫していくことで認知症を発症するリスクを軽減していくことが重要となります。

例えば、食事のバランス。認知症の原因の一つに脳梗塞があります。脳梗塞にならないような塩分控えめの食事を心掛けてください。あとは、運動をすることや地域の活動に参加して誰かと交流することも大切です。

東林第1地域包括支援センターでも、高齢者の筋力向上を目的とした「いきいき百歳体操」や昔懐かしい歌や軽体操を楽しめる「東林なごみの会」など、様々な方々と交流できる催しが開催されています。このような地域で行われている催しに「参加してみたい」という方をおつなぎしたり、地域の活動を新たに立ち上げるための支援を東林第1地域包括支援センターでは行っています。

また、予防とは少し違いますが、認知症に関わらず、他の病気や事故で自分の意思を伝えられなくなってしまうこともありますので、普段から自分が今後どのような生活を過ごしたいか、ケアを受けたいかをご家族と話し合っておくことも重要です。

### 事前 認知症サポーター養成講座

9/13(土) 10:00～11:30  
正しい知識と理解を持ち、認知症の方をサポートできるように学びます。

対象 18歳以上 参加費 無料

定員 20名(先着順)

講師 辻丸 佳代子

### 事前 介護予防！ ～認知症予防のために～

9/22(月) 14:00～15:00  
認知症のリスクを軽減し、予防するための生活習慣などを学びます。

対象 65歳以上 参加費 無料

定員 20名(先着順)

講師 草柳 良範、吉元 あや

### 当日 脳トレ体操 & いきいき百歳体操

毎週月曜日(休所日を除く)  
① 9:30～10:40  
② 11:00～12:10

対象 50歳以上 参加費 無料

定員 30名(先着順)

講師 東林ふれあいセンター職員

※上記の講座についてのお申し込み・お問い合わせは、東林ふれあいセンターへお問い合わせください。



地域包括支援センター  
を活用してみよう！



## 地域包括支援センターってどんなところ？

「健康のために身体を動かしたいけどどこに行けばいいかわからない」「介護の申請をしたい」「親のものの忘れが心配…」など、日常生活でなにか困った時、高齢者の方の健康や福祉に関する様々な相談が出来ます。

地域包括支援センターにはそれぞれ保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員といった資格を持つ専門の職員が配置されています。市や地域と連携しながら、適切な機関の紹介など相談者の悩みに寄り添った支援を行っています。また相談だけではなく、地域包括支援センターは「地域とつながる場所」でもあります。元気なうちから地域包括支援センターに足を運んで地域とつながりを持つことで、いざという時にまわりを頼りやすくなります。

※お住いの場所によっては担当の地域包括支援センターが異なります。詳しくは相模原市のHPをご覧ください。

## 地域包括支援センターのイベントに参加してみよう！

東林第1地域包括支援センターでは、百歳体操（毎週月・金曜日）、てんぼ会（毎週木曜日）、東林なごみの会（毎月第1・3水曜日）、ポッチャの会（毎月第2・4水曜日）やりりんカフェ（毎月第3火曜日）など、様々なイベントを毎月開催しています。運動や交流を楽しむイベントから、介護予防教室などこれからの生活について学ぶものまで、場所も東林第1地域包括支援センターだけではなく、東林公民館や東林ふれあいセンターなど様々な場所で開催されています。気になったイベントにぜひ参加してみたいはいかがでしょうか？



▼りりんカフェの様子



▼てんぼ会の様子



◀ポッチャの会の様子

白いボールに向かって赤と青のボールを投げ、より白いボールの近くに投げられたチームにポイントが入ります。好プレーには歓声が沸き、大盛り上がり！

お問い合わせ

東林第1地域包括支援センター【住所】相模原市南区東林間5-5-1  
【電話番号】042-740-7708【受付時間】平日 午前8時30分～午後5時



No.18

社交ダンスサークル

さがみのダンス・サークル 東林ふれあいセンターで、活動する団体紹介

## とーりん倶楽部

### 発足のきっかけ

10年ほど前、元々は市の施設内のカルチャースクールとして活動していたが、スクールが閉鎖となってしまう、それを機に、「社交ダンスを続けたい」と思いを持つ有志が集まりサークルとして活動を始めました。ちょうどその頃、東林ふれあいセンターも出来たので、ここを活動拠点としています。

### 活動目標

社交ダンスを始めたきっかけは「憧れ」、今は「健康と仲間」のために……。 「ドレスを着て踊るのが夢」、「ダンスへの憧れ」、「楽しそうだから」という純粋な気持ちで多くの方がこの世界に足を踏み入れました。月日が流れ、サークルが発足してから十数年。今では「健康維持」や「足腰の強化」がダンスを続ける大きな理由になっています。音楽に合わせて体を動かす。ただ歩くだけとは違う楽しさがあるから、音楽が鳴ると自然に体が動いちゃいます。楽しみながら体を動かすことが、何より長く続けている理由です。

サークルは毎週火曜日に活動しています。まずはメンバー同士の自主練習から始まり、和やかな雰囲気でのレッスンの準備を進めます。その後講師のお手本を見ながら、シャドー（1人で踊る練習）をみんなで行います。お互いにステップを確認し、一通り確認し終えたら講師とペアを組み、一通りの流れを練習します。1対1での講師とのレッスンの中では、悩みや疑問をすぐに確認できて、その場で解決できます。メンバー・講師間が和気あいあいとしてサークルはいつでも質問しやすい和やかな空気に満ちています。

その他にも講師が所属するダンススタジオ主催のパーティーに参加する機会もあります。他のグループとの交流や、希望すればデモンストレーション（発表）に出演することもでき、日々の練習の目標にもなっています。

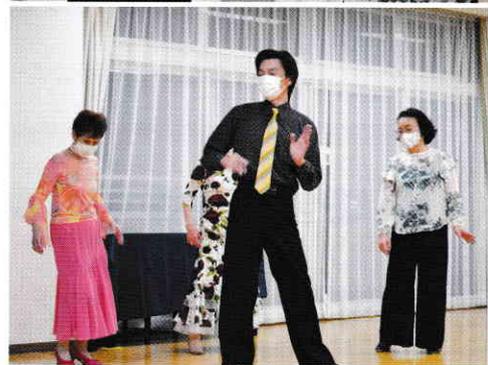
### メンバーから読者の皆様へ

現在、サークルでは新しい仲間を大募集中です。ダンスは年齢や性別を問わず楽しめる生涯スポーツですので、初心者の方も、男性の方も、若い方も大歓迎です。まずは一度、見学に来てみてください。一緒に踊って、その楽しさを体験してほしいです。音楽と笑顔が溢れるダンスの輪に、あなたも加わってみませんか？

## さがみのダンス・サークル

【活動日程】 毎週火曜日

【活動場所】 東林ふれあいセンター



※入会希望や質問については、東林ふれあいセンター事務室までお問い合わせください。(042-745-7660)



9/5(金)から  
事前受付

※画像はイメージです。

## とうりんラボ 「ハロウィーンかざりをつくろう」

9/28 (日)  
13:30 ~ 14:30

カプセルトイの容器や毛糸等を使って、小物入れになる飾りをつくろう。

- 対象** 小学生以上 (小学2年生以下は保護者同伴)  
**参加費** 200円 **定員** 10名(先着順)  
**持ち物** 汚れてもよい服装、チャコペン  
**会場** 2階 工作室  
**講師** 東林ふれあいセンター職員



全2回

9/5(金)から  
事前受付

## のびのびエアロビクス【10月】

10/3・17 各(金)  
13:30 ~ 14:30

リズムに乗って楽しく運動しましょう♪  
初めての方、運動苦手の方も大歓迎!

- 対象** 18歳以上 **参加費** 1,400円  
**定員** 15名(先着順)  
**持ち物** 運動しやすい服装  
**会場** 2階 多目的室  
**講師** Sawa



全10回

9/5(金)から  
事前受付

## イスに座ってゆったり体操 はつらつ教室

10/8・15・22・29、  
11/5・12・19・26、  
12/3・10 各(水)  
10:30 ~ 11:30

椅子に座ったまま、運動機能・筋力  
向上トレーニングをしましょう。

- おおむね  
**対象** 60歳以上 **参加費** 5,000円  
**定員** 15名(先着順)  
**持ち物** 室内シューズ、タオル  
**会場** 2階 多目的室  
**講師** 一般社団法人 コーチングバリュー協会



9/5(金)から  
事前受付

全10回

## ヘルシーエクササイズ

10/8・15・22・29、  
11/5・12・19・26、  
12/3・10 各(水)  
13:00 ~ 14:30

脳トレを取り入れた運動やリズム  
体操など、楽しく運動しましょう。

- おおむね  
**対象** 60歳以上 **参加費** 7,000円  
**定員** 20名(先着順)  
**持ち物** 室内シューズ、タオル  
**会場** 2階 多目的室  
**講師** 一般社団法人 コーチングバリュー協会



全11回

9/5(金)から  
事前受付

## 基礎からしっかり! 楽しいフラダンス

10/9・16・23・30、11/6・13・  
20・27、12/4・11・18 各(木)  
①17:45 ~ 18:45  
②19:00 ~ 20:00

基本をしっかり、楽しく踊ります。

- 対象** 18歳以上 **参加費** 6,600円  
**定員** 15名(先着順)  
**持ち物** 運動しやすい服装  
**会場** 2階 多目的室  
**講師** 松嶋 彩子



9/20(土)から  
事前受付

※画像はイメージです。

## とうりんラボ 「オリジナル御朱印帳をつくろう」

10/19 (日)  
14:00 ~ 16:00

御朱印帳制作キットを使って、自分  
だけの御朱印帳をつくろう。

- 対象** 16歳以上 **参加費** 1,500円  
**定員** 10名(先着順)  
**持ち物** 汚れてもよい服装  
**会場** 2階 工作室  
**講師** 東林ふれあいセンター職員

事前受付方法

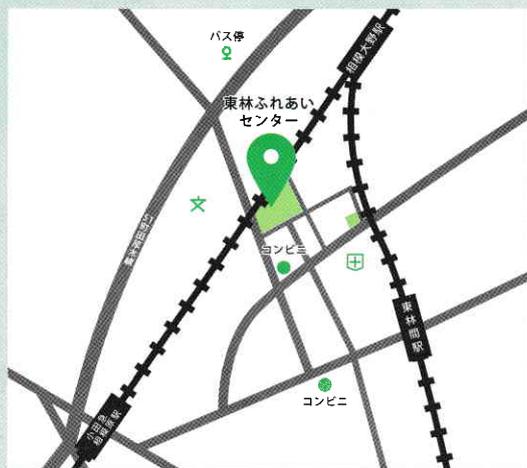
窓口もしくは電話にて受付

※各講座の詳細は、東林ふれあいセンターまでお問い合わせください。  
 ※定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります。 ※予告なく、講座の内容変更または開催延期、中止となる場合もございます。

# 9月 イベントカレンダー ● 当日受付 ● 事前受付

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31	1 ● 脳トレと百歳体操	2 🎤 カラオケ ● あみもの時間	3 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	4 🎤 カラオケ ● 楽しいフラダンス	5 ● アートの時間 ● のびのびエアロビクス	6 ● リフレッシュヨガ
7 🐱 おもちゃ・絵本とりかえっこ	8 休所日	9 🎤 カラオケ ● あみもの時間	10 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	11 🎤 カラオケ ● 楽しいフラダンス	12 ● アートの時間 ● 健康太極拳	13 ● リフレッシュヨガ ● 認知症サポーター養成講座
14 🐱 おもちゃ・絵本とりかえっこ	15 敬老の日 ● 脳トレと百歳体操	16 🎤 カラオケ ● あみもの時間	17 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	18 🎤 カラオケ ● 楽しいフラダンス	19 ● アートの時間 ● のびのびエアロビクス	20 ● リフレッシュヨガ
21 🐱 おもちゃ・絵本とりかえっこ	22 ● 脳トレと百歳体操 ● 認知症予防	23 秋分の日 🎤 カラオケ	24 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	25 🎤 カラオケ	26 ● アートの時間 ● 健康太極拳	27 ● リフレッシュヨガ
28 🐱 おもちゃ・絵本とりかえっこ ● おはなし会 ● ハロウィーンかざり ● とうりんWALK	29 ● 脳トレと百歳体操	30 🎤 カラオケ ● 歌声ひろば	1	2	3	4

講座の詳細については、ホームページまたは窓口・電話にてお問い合わせください。



## 電車からのアクセス 🚆

小田急江ノ島線「東林間駅」から徒歩 12 分  
 小田急小田原線「相模大野駅」から徒歩 17 分  
 「小田急相模原駅」から徒歩 13 分

## バスからのアクセス 🚌

神奈川中央交通「旭町」バス停下車徒歩 6 分

## 新型コロナ 5類でも基本的な感染対策を!



わくわく 2025 年 9 月号

2025 年 9 月 1 日発行

## 発行 相模原市立東林ふれあいセンター

住所：〒252-0311 相模原市南区東林間 1-22-17

電話：042-745-7660

F A X：042-745-7661

H P：https://www.torinfureaicenter.com/

開館時間：午前 9 時～午後 10 時（受付は午後 8 時まで）

休所日：毎月第 2 月曜日（月曜が祝日の場合はその翌日）  
 年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日まで）

----- 指定管理者 ヤオキン商事株式会社 -----

公式ホームページはこちら ▶▶▶



公式 SNS にて 情報発信中!!



X (旧 Twitter)



Instagram



詳しくは市HPへ