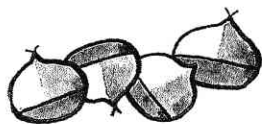


回覧

12月クリーンデーのお知らせ



(第399回)

令和7年11月1日

自治会法人 東林間自治会

会 長 松井 昭治

環境部長 斉藤 真也

12月のクリーンデーは14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、21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)

*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・長岡・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

西8区

(東林間3-17)

*1月のクリーンデーはお休みです。

回 覧

令和7年11月1日

会 長 松井 昭治

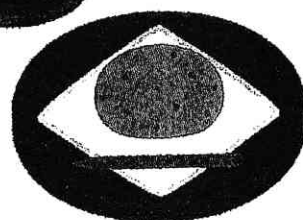
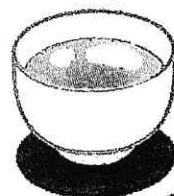
福祉部長 阿部 匡秀

第4回 東林間自治会

おしゃべりサロンのご案内

お茶とお菓子をつまみながら皆さん
とおしゃべりを楽しみませんか？

お気軽にお立寄り下さい。



日 時

11月28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

令和8年 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

自治会報 さがみはら

No.85

2025年(令和7年)11月発行
発行部数 17万部

つくりだそう自治の力で明るいまちを

相模原市自治会連合会の現況

地区自治会連合会数 22
自治会数 578
加入世帯数 152,378
班(組)数 10,266

R 7. 4. 1 現在

ホームページ

<https://www.sagamihara-jichiren.jp/>

相模原市自治会連合会 検索



発行責任者 相模原市自治会連合会 会長 大木 恵

題字 相模原市長 本村賢太郎

事務局 〒252-0236 相模原市中央区富士見6-6-23 けやき会館内 相模原市自治会連合会 TEL.042-753-3419



この度2025年度の相模原市自治会連合会の会長になりました。

現在市内には578の単位自治会があります。各自治会は少しでも地域をよくしたいとの思いで活動しています。少子高齢化や自治会加入促進の難しさを抱えながら、地域の「まちづくり」に寄与しています。

さて、単位自治会が長年にわたり継続してきている、人と人とのつながりを大切にしてお互いに支え合うという「まちづくり」は言い換えれば「住民自治」そのものでもあります。

また、このような活動は自治会員のみならず、非会員にとってもプラスになる活動でもあるということを広く知ってもらうことが重要だと思っています。

人と人が連携し支え合うという地道な努力は、時として大きな力を発揮するものだと信じながら、自治会活動を続けている単位自治会の力になれるよう協力して参りたいと思っています。

皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。

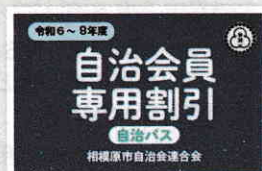
相模原市自治会連合会 会長 大木 恵

理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	監事	監事	会計	副会長	副会長	副会長	会長
関戸	伊藤	田野	林倉	浅田	田村	森久保	鈴木	代田	丹波	山口	吉田	小林	森田	竹田	入谷	佐藤	鈴木	篠塚	宮野	割柏	大木
仁(津久井)	信裕(麻溝)	信義(橋本)	和博(城山)	聡(相武台)	司(東林)	弘(相模湖)	泰信(中央)	修(田名)	道(清新)	信郎(大野北)	貴亮(横山)	充明(上溝)	逸雄(大野中)	幹夫(星が丘)	利郎(小山)	金男(大沢)	真司(新磯)	実希子(相模台)	善三郎(藤野)	秀規(光が丘)	恵(大野南)

※氏名太字は令和7年度役員

私たちが令和7年度相模原市自治会連合会役員・理事です。各地区の自治会連合会から選出されました。

新規応援店の紹介! (令和6年10月~令和7年8月に加入)



自治パス
提示で
うれしい
特典!

【住まい】 株式会社三凌商事 相模原支社
原田美装株式会社
相模原市シルバー人材センター(刃物研ぎ)
(緑事務所・中央事務所・南事務所)

【販売】 サガミ堂
【美容】 sunniesmilennail
【相談】 アン・オノメア株式会社
司法書士さがみはら法務事務所

【アミューズメント】 おふろの王様町田店

【その他】 FELTY PHOTO BOOTH

※相模原インドアテニススクールの特典は終了となりました



お得がいっぱい

自治会員応援店約250店!
自治会員応援店を探そう→



応援店になってみませんか?
お申込み→



相模原

5大 観光行事



上溝夏祭り

【開催日】2025年7月26日
【会場】JR相模線
上溝駅周辺（てくてく）
【動員数】350,000人

上溝夏祭りは江戸時代末
その起源として、現在まで
県北最大級の夏祭りとしても
50選」にも選ばれ
ています。

本年は、中央区
誕生15周年を祝う
行事として盛大に開
催されました。暑さ
をものともせず、大
人神輿・子ども神
輿16基や、山車8
台が会場内を所狭し
と練り歩く姿が多く
の来場者を魅了し、
パレードや演芸ス
テージといった趣向
を凝らしたイベント
が祭りに華を添え
ました。

相模の大風まつり

【開催日】2025年5月4日（日・祝）・5日（月・祝）
【会場】相模川新磯地区河川敷 【動員数】178,000人

相模の大風揚げは、新磯地域に伝わる地域を代表する風俗
慣習で、もとは5月の節句の際に男児誕生を祝って行われたもの
ですが、現在は個人的なものから地域的なものへと変わってきて
います。

この風揚げは、古くは天保年間（1830～44年）から行われ
ていたと伝えられています。

地域のまつりとして、新磯地域の新戸、上磯部、下磯部、勝坂
の大風保存会が中心となり、大風が製作され、風の大きさは、
最も大きいものは新戸地区の風が8間（14.5メートル）四方です。

毎年5月4日、5日に相模川沿いの4会場にて大風まつりを
開催し、大風の魅力の普及や製作技術の継承が行われています。



橋本七夕まつり

【開催日】2025年8月1日（金）～3日（日）【会場】橋本七夕通り他 【動員数】590,000人

今年は緑区誕生15周年を記念して、地域住民、子どもたちの郷土愛やふるさと意識の向上の一環と
して伝統ある橋本七夕まつりを開催しました。橋本地域の一大イベント開催に向け、実行委員会・地域
商店街・公民館・自治会等多くの皆様方が盛大なまつりの準備を進めて来ました。

一日目の8月1日は開催直前の午後4時頃天気不安定になり、一部プログラム変更等がありました。

その後予定通り行い「愛と笑顔の七夕まつり」をテーマに掲げ、8月1～3日間開催し、ステージカー
にて地域の方が笑顔で発表していました。

また諸団体による盆踊り・アリオでのeスポーツ・ラップバトル（TMB）・消防団ラッパ隊・自衛隊
音楽隊演奏等、諸団体のご協力があり3日間の七夕まつりが一層盛り上がりしました。

多くの皆様方に来場して頂き有難うございました。



さがみ湖湖上祭花火大会

【開催日】2025年8月1日（金）
【会場】県立相模湖公園
【動員数】45,000人

第73回を迎えた「さがみ湖湖上祭花火大会」
は、湖に関係して亡くなられた方々の慰霊と湖
の安全を願うため、1948年に始まった歴史
ある花火大会です。

相模湖の豊かな自然の中で、夜空を豪華に
彩るスターマインや関東ではなかなか見ること
ができない大迫力の超大玉（尺五寸）など今回
は約4,000発が打ち上げられました。

周囲が山に囲まれているので音が身体に響
き、光が湖面に映え、素晴らしい音と光のコ
ラボレーションが織り成す魅力ある花火大会
です。



相模原納涼花火大会

【開催日】2025年9月6日（土）
【会場】相模川高田橋上流
【動員数】59,000人

74年前の1951年に相模田名の復興を願って行われ
た田名煙火大会が前身で、毎年旧盆で開催されるよう
になり、1971年から相模原市が主催者となって第1回大会
行われています。

県内ではあつぎ鮎まつり大花火大会、よこすか開港
開国花火大会、と並ぶ県北最大級の花火大会です。

今年で52回目となり地域に浸透していて、打ち上げ場
と観覧場所が近く、迫力ある花火を楽しむことができます
自治会連合会も運営の一翼を担い手伝いを続けて
ます。

今年は中央区誕生15周年記念としても開催された特
な年となりました。

、27日(日)
まつり通り)

こ始まった「天王祭り」を
歴史と伝統ある祭りです。
高く、「かながわのまつり



～地域活動功労者等感謝状～

地域住民の福祉向上や地域社会の発展のために尽力された
個人93名、団体6団体、退任理事5名に対して、
市自治会連合会長から感謝状が贈呈されました。

地域活動功労者 感謝状受賞者(個人)									
橋本	佐藤 有	大平 昌司	白尾 義衛	平本 孝一	佐藤 隆信	大沢 憲男	境山 憲男	城山 厚子	津久井 厚子
関戸 敏仁	秋本 仁	尾崎 洋子	相模湖 規文	塚本 勇	藤野 泉	倉田 茂	加藤 春雄	山口 政志	田村 義之
岩崎 昌宏	丸山 義之	五十嵐 昭浩	松岡美智子	高橋 政之	大友 憲夫	室井 征夫	中島 幸英	尾形 義久	加藤 博
井下田 文宏	鈴木 清久	丸山 泰志	山本 英夫	井上 研一	梨木 貴幸	井上 素行	高橋 三二	山口 達夫	木下 高典
星が丘 隆	島田 隆	光が丘 博哉	大野北 博哉	今美和子	渡辺 敬子	寺田 育彦	鍋田 充典	上溝 光央	井上 和雄
大野中 亮	高橋 亮	森川 悦明	入江 和子	上田 恭弘	土屋 真平	小林 和男	浜田 清司	伊藤 時彦	麻溝 信裕
藤原 正人	佐藤 章功	天野 史子	飯窪 浩己	前田 敏光	葉山 勝弘	石川 勝彦	藤本 英基	武田 準一	田中 りつ子
横田 弘一	栗野 静夫	座間 武志	岩田 洋一	横田 弘一	栗野 静夫	座間 武志	岩田 洋一	横田 弘一	栗野 静夫
茅 正道	坂井 一由	浅沼 條助	栗原 啓	猿舘 成文	内藤 京子	相武台 聡	浅田 聡	東林 良一	山村 良一
建川 一茂	坂田 昌宏	奥田 良子	小畑 和子	渋谷 和子	宗安 勝正	荒俣 大	吉野みのり会	5丁目公園守り隊	市消防団中央方面隊第1分団
新磯 一茂	坂田 昌宏	奥田 良子	小畑 和子	渋谷 和子	宗安 勝正	荒俣 大	吉野みのり会	5丁目公園守り隊	市消防団中央方面隊第1分団
相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事	相模原市自治会連合会 退任理事

知っていますか？

自転車の交通違反にも反則金が！



私たちの身近な交通手段として、とっても
便利な自転車ですが、昨今、危険な事故が多
く起きています！そんな中、道路交通法の改
正により、2026年4月から自転車の交通違
反に対して、自動車などと同様に「青切符」
による取り締まりが導入されます！自治会員
の皆さんも自転車に乗る時にはルールを守っ
て利用するように心がけましょう！
詳細は警察庁のホームページをご覧ください。

自転車の違反 反則金 (2026年4月1日～)	
「ながら運転」	1万2,000円
遮断機下りた踏切立ち入り	7,000円
信号無視	6,000円
歩道通行・逆走など	6,000円
一時不停止	5,000円
ブレーキきかないなど	5,000円
傘差し・イヤホンで音楽など	5,000円
無灯火	5,000円
並んで走行	3,000円
2人乗り	3,000円

地域トピックス【藤野】

大久和囃子について

大久和囃子連は、1970年に囃子太鼓が大久和自治会の寄付によって発足しました。地域の方の紹介により下岩囃子保存会の代表であった植松氏に毎月数回、指導を受け、お囃子が出来るようになりました。

毎年7月に開催されていた大久和八坂神社祭典にお囃子が加わり、老若男女問わず大勢の方がお囃子や祭典に参加するようになりました。この盛況ぶりにより、自治会住民の寄付で山車が導入され、祭典も3日間となり、日中はお囃子が演舞する山車の巡行、夜間は舞台でお囃子演舞を行い更に盛り上がりしました。

発足から55年が過ぎ、後継者不足は否めませんが、

大久和地域のみならず、周辺子どもたちにも声をかけ、楽しくお囃子を行っています。数年前より祭典は1日開催になりましたが、今年も地元はもとより、大久和出身者の帰省や、周辺地域の方の参加もあり、盛況でした。

このお囃子という、伝統文化ならびに郷土芸能を守り、将来に繋げていきます。

(大久和囃子連 代表 志村 孝夫)



地域トピックス【星が丘】

災害用井戸を

自治会員減少対策を皆で考えている最中にコロナ禍がやってきました。

夏祭り等全てが中止となり、熟慮の結果、2022年から、参加して楽しい防災訓練を実施し防災意識の向上と会員同士のふれあいの場にしようと現在も続けています。

2024年元日に能登半島地震が発生し、生活用水不足が大きく報道されました。

以前より災害用井戸には関心がありましたが、近所にはありません。

何とかしなければとの思いで各方面に相談の結果、

2025年度から市で補助金の対象になるとの連絡を受け、早速、申請等の進めております。自治会館敷地内に災害用井戸があれば近所の安心感は増大し、会員の脱退防止に寄与するものと思っております。

また、通常時には、子ども達の水遊び場になり、「いざ」の時は、子どもが水を出してくれる場所が市内各所にあることを期待しています。

(千代田7丁目自治会長 坂本 洋三)



地域トピックス【相武台】

自治会初！

はしご付き消防車による救助訓練

相武台グリーンパーク自治会連合会では、管理組合防災委員会と合同で、年3回の防災訓練を行っています。9月28日には相模原市南消防署相武台分署の協力を得て、初めて「はしご付き消防車による救助訓練」を実施しました。40棟1,616世帯からなる大規模集合住宅の特徴を生かし、「中高層階で火災発生、最上階(5階)階段踊り場からの救助」を想定し、バスケットに乗車して地上と5階を往復しました。およそ5分の運転は実際より速度を抑えているとのことでしたが、体感的に

は高層ビルのエレベーター並みの速さで、見慣れた場所が非日常空間となる貴重な経験となりました。こうした実動の救助訓練は自治会としても極めて画期的な試みであり、防災への関心を高める大きな契機となりました。

築46年の建物と共に住民の高齢化も進んでいます。まずは火を出さないことを基本に、火災報知機の点検など防火・防災意識を高められるよう今後も訓練を企画してまいります。

(相武台グリーンパーク自治会連合会防災部)



ご案内とお願い

「自治会報 さがみはら」は、皆様の会報です。自治会・地域での様々な活動・話題などの情報やご意見をお寄せください。

お問い合わせ

相模原市自治会連合会事務局

☎ 042-753-3419 E-mail: info@sagamihara-jichiren.jp

自治会報さがみはら編集
広報部会員

部会長 篠塚実希子(相模台)
副部会長 代田 修(田名)
部会員 南 雄二(光が丘)

副部会長 佐藤 金男(大沢)
副部会長 大木 恵(大野南)
部会員 柿沼 秀康(大野北)

副部会長 関戸 仁(津久井)
部会員 松田 豊(橋本)
部会員 細谷 剛(大野中)

副部会長 入谷 利郎(小山)
部会員 竹上 豊二(相模湖)
部会員 中澤 昇(新磯)

副部会長 丹波 晴道(清新)
部会員 立山 均(星が丘)
部会員 奥野 智(相武台)

回覧 東林情報

発行日 令和7年11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、やむを得ず急に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及びホームページに掲載することがあります。

とうりんコンサート

令和7年11月30日(日)



午後1時～3時30分 (12時30分開場)

会場：東海大学付属相模高等学校
中等部ホール



入場無料 定員400名

出演：東海大学付属相模高等学校中等部
東林中学校 / 上鶴間中学校
とうりん鼓笛隊 / 鶴の台フレンド鼓笛隊

主催／主管：東林公民館／とうりんコンサート実行委員会

【ご来場の皆様へ】

- 会場内土足禁止です。
室内履き・靴入れをご持参ください。
- 駐車場はありません。徒歩又は自転車でお越しください。
- 学校敷地内ならびに近隣は、飲食禁止・禁煙です。

お菓子づくり講座

おもてなしやプレゼントにぴったりのお菓子を2品つくります☆

日 時:令和7年12月13日(土) 午前9時30分～正午(受付9時15分～)

会 場:東林公民館 料理実習室

対 象:館区内在住・在勤・在学の中学生以上の方

定 員:16名 (定員を超えた場合は抽選)

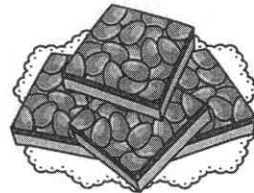
材料費:1,000円(当日集めます)

持ち物:エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

申込み:令和7年11月11日(火)～11月30日(日) ※休館日24日(月)除く

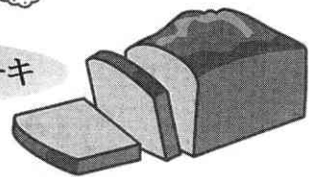
☆公民館窓口および電話にて受付します。

☆参加の確定は12月2日(火)以降にご連絡します。



フロランタン
(アーモンドクッキー)

キャロットケーキ



ファミリーバドミントン講習会

②

いっばんてき
*一般的なバドミントンと異なりラケットのシャフトが短く、シャトルもスポンジボールにバドミントンの羽はねをつけたものです。
こじんさんか
*個人参加も大丈夫です。ラケット・シャトルは用意しています。



開 催 日 : 令和7年12月6日(土)

午前9時30分～11時30分

会 場 : 上鶴間小学校 体育館

定 員 : 30名 (定員を超えた場合は抽選)

対 象 : 館区内在住・在勤・在学の方 (初めての方歓迎)

参 加 費 : 無 料

持 ち 物 : 体育館シューズ、飲み物、タオル

申 込 み : 11月7日(金)～11月26日(水)

*公民館窓口および電話にて受付

11月から再開します！ 東林いきいの広場



お待たせいたしました。令和7年4月から休止した東林公民館での「いきいの広場」ですが8月26日「お試し開催」を経て11月から毎月第4火曜日に開催いたします。

東林地区社会福祉協議会

日時：令和7年11月25日(火)
11：30～14：00

内容 参加者やボランティアさんでのおしゃべりを楽しんだり、軽食（有料）の提供もあります。

今後はミニコンサート等様々な企画も考えていく予定です！

会場 東林公民館2階 大会議室



皆様の
ご参加をお待ち
しています。

無料

東林いきいき塾共催企画「啓発講座」

みんなで考えよう「ひきこもる」ということ

「8050問題」その一つに、子世代のひきこもりや発信できずに孤立する世帯が取り上げられます。当事者世帯がSOSを発信しやすく、地域住民が緩やかに見守れる地域を目指し、何ができるのか皆で考える機会を持てればと思います。今回はひきこもりを経験し、公認心理師であり、ひきこもり家族会の理事でもある講師をお招きし、対面とオンライン配信のハイブリットで開催します。ぜひ、ご参加ください。

日時 令和7年12月3日(水) 午後2時～4時

会場 東林公民館 1階 ホール 定員 60名(申し込み順)
(相南1-10-10) ※オンライン配信の定員はありません。

対象 東林地区にお住まいの方

8050問題やひきこもりの問題に関心のある方

講師

特定非営利活動法人KHJ全国引きこもり家族会連合会
公認心理師 KHJ広報アドバイザー 上田 理香 氏

主催：東林第2地区地域づくり部会

東林第2地域包括支援センター

共催：東林地区社会福祉協議会

東林
いきいき塾



【お申込み・お問い合わせ】

東林第2地域包括支援センター
☎042(705)8278

平日 午前9時～午後5時まで
下記二次元コードからはいつでもお
申込できます。申込締切11/26



交通安全VRを貸し出します

自転車や自動車の事故を疑似体験できる交通安全VRの貸出を開始しました。
ご活用いただき、南区の交通安全意識の向上に繋げてください。

交通安全VRとは

VRゴーグルを顔に装着し、交通事故の疑似体験映像を立体的に視聴できるものです。
ヒヤリハットする場面の体験を通じた、交通安全啓発を目的にしています。

対象：自治会・学校等の団体

借り方：お電話で予約申込みをし、南区役所地域振興課窓口で受け渡します。

受渡時に使い方を説明しますので、

VRの使用がはじめての場合でもお気軽にご相談ください！



お問合せ：042-749-2135（南区安全・安心まちづくり推進協議会事務局：南区役所地域振興課）

健康講座 腎臓の働きを知り・・・健康長寿を！

【日 時】 令和7年11月11日（火曜日）

午前10時～11時30分（受付開始 午前9時30分～）

【会 場】 東林公民館 1階ホール

【対 象】 東林公民館区在住者

【講 師】 牛山元美医師（さがみ生協眼科・内科：内科部長）

【定 員】 40名（申込順）

【持ち物】 筆記用具・飲み物・マスク

【費 用】 無料

【申込み】 10月27日（月）から11月7日（金）

南保健センター（042-701-7708）へ電話（平日8時30分～17時）

【主催】 東林地区健康づくり普及員協議会

みんな元気
さがみはら！



シルバー人材センター パソコン/スマホ教室

令和7年12月、令和8年1月
受講生募集

- ・初心者歓迎します。
- ・最低開講人員2名

講座内容の説明



◆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	No.	令和7年12月開講予定日		令和8年1月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ （パソコンの基礎）	01	—		7（水）	14（水）	午前
	02	1（月）	8（月）	—		午後
パソコン入門Ⅱ （パソコンの利用）	03	—		21（水）	28（水）	午前
	04	15（月）	22（月）	—		午後
ワード入門Ⅰ （文章作成）	05	—		8（木）	15（木）	午前
	06	3（水）	10（水）	—		午後
ワード入門Ⅱ （表と画像）	07	—		22（木）	29（木）	午前
	08	17（水）	24（水）	—		午後
エクセル入門Ⅰ （データ入力）	09	4（木）	11（木）	—		午前
	10	—		9（金）	16（金）	午後
エクセル入門Ⅱ （データ活用）	11	18（木）	25（木）	—		午前
	12	—		23（金）	30（金）	午後
パワーポイント 入門	13	—		19（月）	26（月）	午前
	14	12（金）	19（金）	—		午後
スマホ入門Ⅰ （基本と写真）	15	5（金）	12（金）	—		午前
	16	—		8（木）	15（木）	午後
スマホ入門Ⅰ （基本と写真） Android	17	—		—		午前
	18	4（木）	11（木）	7（水）	14（水）	午後
スマホ入門Ⅱ （地図やLINE等） iPhone	19	19（金）	26（金）	—		午前
	20	—		22（木）	29（木）	午後
スマホ入門Ⅱ （地図やLINE等） Android	21	—		—		午前
	22	18（木）	25（木）	21（水）	28（水）	午後

これってDV?

1人で抱え込まず相談してください

DVとは、配偶者や恋人など親密な関係にある人からの暴力のことです。

「殴る」「蹴る」「暴言を吐く」「交友関係を制限する」等の行為はDVにあたります。

ひとりで悩まず、
お電話ください。

相模原市マスコット
キャラクターさがみん



相模原市配偶者暴力相談支援センター

DV相談専用電話 **042-772-5990**

午前10時～午後5時（火・木は午後6時まで）

※第4月曜日、年末年始除く

※男女問わず、ご相談いただけます。

【問合せ】相模原市市民局人権・男女共同参画課
(電話 042-769-8205、FAX 042-754-7990)



BOOK-OFF

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。



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

空き家を活用
したいけど、どうすれば?

道具やお部屋の片付けの
話はどこに聞けばいいの



活用

税金

管理



空き家の
管理・手入れ
どうしよう

住まなくなった
「おうち」の
**無料
相談会**

相談

売却

登記

登記・税金について
わからない

11月28(金)、29日(土)

ソレイユさがみ
(イオン橋本店 6階)

12月27日(土)

BOOKOFF PLUS 古淵駅前店
(アパレル・家電館 3階)

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

プロに無料で
相談できる!

ブックオフ おうちの無料相談会 予約受付センター

03-6701-4618

昆虫文化を子供たちに伝える会 主催

第17回昆虫講演会

ファール昆虫記の なぞに挑む

～昆虫の知能はAIをこえるか～

会場

相模原市立総合学習センター2階
セミナールーム

〒252-0239 相模原市中央区中央3-12-10

2025

12/13 土

13:30-15:00
(受付 13:00)



講師

神崎亮平 先生

東京大学名誉教授
東京大学先端科学技術研究センター
シニアリサーチフェロー
小中高生の科学基礎教育の推進委員長
(JST STELLA)

対象 どなたでも

定員 70名

会費 ￥500 (中学生以下無料)

お申し込み・お問い合わせ

参加者全員のお名前(ふりがな)/年齢(学
年)、代表者の方の住所/電話番号/メール
アドレスをご記入の上、右記お申込みQRコ
ードもしくはE-mailでお申し込み下さい。



11月1日から受付

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

刃物研ぎ



開催場所

○東林まちづくりセンター

(相南 1-10-10)

令和7年12月 8日(月)

受付時間

午前9時半～午後1時30分まで

◆引取りは午後2時まで(以降は南事務所保管)

◆悪天候により、開催方法等の変更及び中止となる

場合もあります。ご了承ください。

★お問い合わせ先

相模原市シルバー人材センター 南事務所

☎: 042-745-2158



自治バス
を使えます
自治バスをお持ちの方
包丁など3本以上で
100円引き

随時 センター会員募集中!

☆☆☆ 「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

東林地区まちづくりを考える懇談会の傍聴のお知らせ

目 的 まちづくり会議の委員と市が意見交換や情報共有をしながら、地域の特性や地域資源を生かしたまちづくりを協働して考える場を設け、住みよいまちづくりを推進するために開催します。

日 時 令和7年12月2日（火）午後6時から

場 所 東林公民館1階ホール

実施団体 東林地区まちづくり会議、相模原市

テ ー マ 災害時の避難体制について

傍 聴 等 傍聴者の人数10名程度

※ 傍聴を希望される方は、当日午後5時50分までに東林公民館1階ホール前までお越しください。

※ 希望者が多数の際は、抽選を行う場合があります。

問合せ先 東林まちづくりセンター（電話：744-5187 F A X：744-5194）



とうりん防災瓦版

第33号

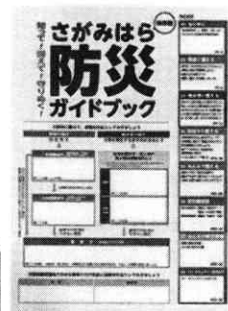
～知って！備えて！～

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33号は、「避難の流れを確認しよう！」をご紹介します。

地震が発生して避難する場合、状況によって避難する場所が異なります。
家屋の倒壊の有無、火災の発生やその規模など、そのときの状況に合わせて
行動しましょう。

（詳細はさがみはら防災ガイドブック5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！！



人生 100 年時代を
わくわく
しながら生きる

▲ クヌギのどんぐりがなっている様子

topics ||

- 特集記事「秋の林間公園を楽しもう」
- 連載コーナー「とうりん倶楽部」センター活動団体紹介
- 11 月以降のイベント紹介

秋の林間公園を楽しもう



季節によって違った表情を見せてくれる、センターのおとなり「林間公園」。

秋になると、子供たちから大人気のどんぐりをはじめ、地面を覆いつくすたくさんの落ち葉、香り高い秋の花など、季節の移り変わりを感じることができるイベントが次々とやって来ます。センターに来たら少し寄り道して、過ごしやすい時期の林間公園を楽しんでみませんか？

みどころ ①

どんぐりが、見られる時期：9月下旬～

秋の林間公園と言えばやっぱりどんぐり！遊具や健康器具の

無い、公園中央周辺の木の多くが、秋になるとどんぐりを落とします。

たくさんの種類があるどんぐりですが、林間公園にあるのは主に「クヌギ」と「コナラ」の2種類。大きい方がクヌギ、小さい方がコナラのどんぐりです。



みどころ ②

秋の花が、見られる時期：

サルスベリ…9月下旬、キンモクセイ…10月中旬

線路沿いの道近くでは、様々な種類の木を見ることができます。秋にはまず踏切近くでサルスベリがピンクの花を、次にキンモクセイが甘い芳香を放つ黄色い花を咲かせます。



みどころ ③

たくさんの落ち葉が、見られる時期：11月上旬

複合遊具やブランコ、砂場があるエリアと、道路との間に生えている木はユリノキと言います。

一見、手のひらのような形をしているものの、よく見ると真ん中がへこんでいる不思議な形をした葉は、毎年11月ごろになると一斉に落ちていきます。また、12月に入ると、公園中央のクヌギやコナラも一斉に落葉を始めます。木々の根元を埋め尽くした落ち葉は、そのままセンター正面入り口まで迫ってくることも……！

1年で一番外のお掃除が大変な東林センターを、ぜひ一度ご覧ください。

いろいろなどんぐり！見分けるには… ぼうしの模様をみよう



トゲトゲ

チューリップ型



しましま

うろこ状



小田急小田原線

みどころ
②

林間公園

みどころ
③

みどころ
①

東林ふれあいセンター

相模緑道緑地

林間公園のどんぐりを使って工作を楽しんでみませんか？

どんぐり・落ち葉工作

11/9 (日) 10:00 ~ 14:00 林間公園
「東林すこやかひろば」イベント内にて開催！

※画像はイメージです。

東林すこやかひろば 11/9 (日) 10:00 ~ 14:00
来場無料！楽しみながら健康や福祉について体験できる催しがたくさん！ぜひおこし下さい。



No.20

スポーツ吹矢サークル
スポーツ吹矢はやぶさ

とっりん倶楽部

東林ふれあいセンターで、活動する団体紹介

発足のきっかけ

「吹矢をやりたい」——といった想いから始まり、「スポーツ吹矢はやぶさ」として誕生しました。気功をベースにした吹矢は、単なる運動に留まりません。的をめがけて息を吹き込む動作は、自然と喉や腹筋を鍛え、知らず知らずのうちに体全体を丈夫にしていく効果があると言えます。メンバーの一人は、「体力に自信がなかったけれど、今では体が軽くなった気がする」と笑顔で語ります。設立から今年5月で10周年を迎えました。これからも日々の健康増進のため、取り組んでいきます。

活動目標

現在、有段者を含む10名ほどのメンバーで活動しています。「スポーツ吹矢はやぶさ」のモットーは、「腹式呼吸を基本に、吹矢を楽しみながら健康を目指す」こと。毎月2回、月曜の午前、主に東林ふれあいセンターを拠点に集い、吹矢に集中することで正しい呼吸法を習得します。個人に合わせた丁寧な指導が行われるため、自信のない方や車椅子の方でも無理なく健康増進を図れるのが特徴です。

サークルでは、有段者の増加を通じて、他のメンバーが有段を目指すという目的を持ち、前向きな生き方を考えています。「年齢を重ねることも怖くない、元気な人を目指します」という目標があり、単にスポーツするだけに留まらず、メンバーの人生を豊かにする活動への熱い想いを抱いています。まだまだ競技人口の問題で、オリンピック競技になってはいませんが、いずれはその可能性もある「スポーツ吹矢」を続けていき、盛り上げていきたいと考えています。

メンバーから読者の皆様へ

「スポーツ吹矢」の最大の魅力は、老若男女問わず、誰でもすぐにできるスポーツだという点です。運動が苦手な方でも簡単に楽しめます。サークルでは基本的に「楽しむこと」と「健康」のために活動しています。たどもし希望者がいれば大会出場も視野に入れるなど、本格的に打ち込みたい方のニーズにも応えられます。また日常生活の中でも吹矢の口部分を使って呼吸法の練習をするなど、手軽さも魅力です。

少しでも興味を持たれた方は、運動が苦手でも大丈夫！まずは気軽に一度体験してみませんか。

スポーツ吹矢はやぶさ

【活動日程】 月2回（月曜日・午前）

【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)





申込受付中

※画像はイメージです。

秋薫る ハンギングバスケット

11/16 (日)
9:30 ~ 12:00

ベランダ、庭先などで楽しむ「ハンギングバスケット」で秋を感じましょう。

対 象 18歳以上 **参加費** 4,800円
定 員 15名 (先着順)
持ち物 汚れてもよい服装
会 場 1階 ふれあい交流室
講 師 前田 恵美 (Garden&Tea 主宰)



11/5 (水) から
事前受付

ハーモニーを楽しもう 歌声ひろば

11/25 (火)
10:00 ~ 11:30

呼吸法や発声法を交えながら、なじみのある歌を合唱します。

対 象 18歳以上
参加費 650円
定 員 50名 (先着順)
会 場 1階 ふれあい交流室
講 師 大沼 ケイ (あじさい大学講師)



申込受付中

※画像はイメージです。

ガラスでつくる クリスマスツリー

11/29 (土)
10:00 ~ 12:00

ガラスで綺麗なミニツリーをつくってみませんか。

対 象 小学生以上 (小学2年生以下は保護者同伴)
参加費 2,500円 **定 員** 12名 (先着順)
持ち物 汚れてもよい服装
会 場 2階 工作室
講 師 四方 享子 (グラスインザポケット)



全2回

11/5 (水) から
事前受付

のびのびエアロビクス【12月】

12/5・19 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



11/5 (水) から
事前受付

星を見る会

12/5 (金)
18:00 ~ 19:00

大人も子どもも、いっしょに冬の星空を望遠鏡で楽しもう♪

対 象 どなたでも (中学生以下は保護者同伴)
参加費 無料
定 員 15組 (先着順)
会 場 東林ふれあいセンター
講 師 星を見る会ボランティア



申込受付中

※画像はイメージです。

クリスマスをもっと楽しむリース作り

12/7 (日)
10:00 ~ 12:00

クリスマスを彩るリースをつくりまします。
※小学生以上のお子さまと一緒に参加できます。

対 象 18歳以上 **参加費** 2,500円
定 員 15名 (先着順)
持ち物 汚れてもよい服装
会 場 1階 ふれあい交流室
講 師 前田 恵美 (Garden&Tea 主宰)

事前受付方法

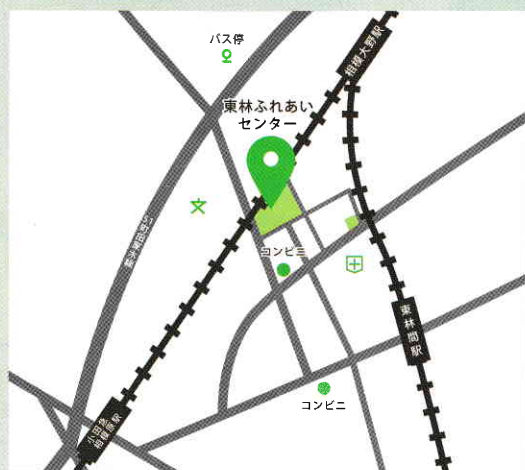
窓口もしくは電話にて受付

※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。

11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
26	27	28	29	30	31	1 ● リフレッシュ ヨガ
2 ● おもちゃ・絵本 とりかえっこ	3 ● 文化の日 ● 脳トレと 百歳体操	4 ● カラオケ ● あみものの 時間	5 ● はつらつ教室 ● ヘルシー エクササイズ	6 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	7 ● アートの時間 ● のびのび エアロビクス	8 ● リフレッシュ ヨガ
9 ● おもちゃ・絵本 とりかえっこ ● 東林すこやか ひろば	10 休所日	11 ● カラオケ ● あみものの 時間	12 ● はつらつ教室 ● ヘルシー エクササイズ	13 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	14 ● アートの時間 ● 健康太極拳	15 ● どうりん WALK ● リフレッシュ ヨガ
16 ● おもちゃ・絵本 とりかえっこ ● 秋薫る ハンギング バスケット	17 ● 脳トレと 百歳体操	18 ● カラオケ ● あみものの 時間	19 ● はつらつ教室 ● ヘルシー エクササイズ	20 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	21 ● アートの時間 ● のびのび エアロビクス	22 ● リフレッシュ ヨガ
23 ● 勤労感謝の日 ● おもちゃ・絵本 とりかえっこ ● おはなし会	24 ● 振替休日 ● 脳トレと 百歳体操	25 ● カラオケ ● 歌声ひろば	26 ● はつらつ教室 ● ヘルシー エクササイズ	27 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	28 ● アートの時間 ● 健康太極拳	29 ● ガラスでつくる クリスマス ツリー
30 ● おもちゃ・絵本 とりかえっこ						

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 11 月号

2025 年 11 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