

回覧 相武台★情報

発行日 令和7年6月1日
発行 相武台地区自治会連合会
(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

防犯・交通 見守り隊 募集中!

相武台
地区

つながります。

地域の安全・安心

多くの方の見守りは



最優秀賞 相武台中学校 仙波 紬さんの作品

活動内容

自転車等にプレートやステッカーを
貼り付けて、子どもの送迎や買い物
等の移動の際に地域を見守る活動

応募 問合せ

自転車用プレート作成実行委員会
相武台まちづくりセンター(団体窓口)
相模原市南区新磯野4-1-3
TEL:046-254-3755
受付時間/平日9:00~12:00、13:00~17:00



自転車への取り付け例



自転車のかごや泥除けなどに
つけられるような
サイズがあります

安全・安心相武台情報

相武台地区自治会連合会
南区安全・安心まちづくり推進協議会相武台支部
【事務所】相武台まちづくりセンター団体窓口
【電話】 046-254-3755

危ない電話に気をつけて!!

かかってきた電話に、すぐ出ちゃダメ!!
「自分は大丈夫!」と思っても、
話を聞き始めると相手の巧妙なストーリーや話術で
信じてしまうかも・・・!
留守番電話や通話の自動録音装置を取り付けるなどの
安全対策をお願いします!



疑問・不安を感じたり、詐欺だと思ったら
#9110 警察総合相談窓口
188(いやや) 消費者ホットライン



相武台だより

[お問合せ・お申し込み先]

相武台地区社会福祉協議会
(相武台まちづくりセンター内)

☎ 046-204-8010



ひだまりカフェのご案内

7月の開催予定

2日・9日

16日・23日

水曜日



10:00～12:00

お好きな時間にお越しください。

ひだまりカフェは、みんなの交流スペースです。どなたでもお気軽にお越しください。毎月水曜日に開催しています。※第5・祝日・年末年始は除く

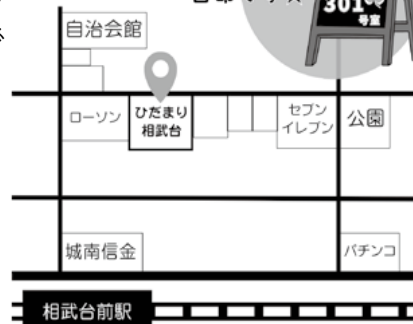
NEW!

フットマッサージ機が
設置されました

無料でご利用いただけます



立て看板が
目印です★



<場所> ひだまり相武台
(南区相武台1-24-14サンライズビル301)



救急医療情報キット

無料配布中



Q1. 救急医療情報キットって何？



高齢者や障害者などの安全・安心を確保することを目的に、以下の医療情報などを専用の容器に入れ自宅に保管しておき、救急時に備える全国統一のシステムキットです。

かかりつけ医／持病／薬剤情報提供書(写)／診察券(写)／健康保険証(写)

Q2. 何が入っているの？

- ボトル
- 救急医療情報記入用紙
- 説明パンフレット
- シール(玄関用)
- マグネット(冷蔵庫用)

* 包帯・絆創膏のような救急医療用品は入っていません。



<配布場所>

相武台まちづくりセンター団体窓口

受付日時：平日 9:00～16:00

Q3. 誰がもらえるの？

相武台地区在住の以下の方がお受け取りいただけます。

- ☒ 75歳以上の方(昭和26年4月1日迄)
- ☒ 65歳以上の一人暮らしの方(昭和36年4月1日迄)
- ☒ ヘルプマーク・障がい者手帳をお持ちの方(年齢は問いません)

ヘルプマーク



* 受取時に年齢等がわかるものをお持ちください。

* 1世帯につき1セットのお渡しになっています。

* ヘルプマークはこちらでは配布していません。

ご希望の方は包括支援センターにご相談ください。

ご不明な点は 相武台地区社会福祉協議会 までお問い合わせください



南区誕生15周年記念 第18回みんなの福祉フェスタ

相武台公民館で
開催！

みんなの

福祉 フェスタ

～ 健康チェックしませんか ～

2025.7.6 日 10:00 - 15:00

毎年地域住民のみなさまにお楽しみいただいているイベントを今年も開催します！
福祉に馴染みのないかたもお子様も、みなさんが楽しめる内容になっています。
お気軽にお越しください！

楽しいイベントが盛りだくさん

健康チェック 福祉機器体験

リハビリ相談・栄養相談・
健康チェック！
血管年齢・もの忘れチェック・
握力等
ボランティア団体啓発
バルーンアート

お食事処

美味しいうどんが食べら
れます。ハンドドリップ
コーヒーもあります。

ハンドベル 演奏会



笑顔の写真館

毎年好評！
1枚 500円

キッズコーナー

- ・駄菓子販売
- ・けん玉実演
- ・七夕飾り

映画上映

『オレンジ・ランプ』

若年性アルツハイ
マー型認知症と診
断された丹野智文
さんの実話に基づ
いた作品で、夫婦
の希望と再生を描
いたドラマです



クイズラリー

ゴールにはお楽しみも♪

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを持ってきてね

※ プログラムは予告なく変更になる場合があります。

※ 本イベントでは、運営側による写真・動画撮影を行います。撮影された写真・動画は、イベントの報告や広報活動のためにホームページや広報資料などに使用される場合があります。ご了承ください。参加をもって撮影に同意いただけたものといたします。

主催：みんなの福祉フェスタ実行委員 相武台地区社会福祉協議会 ☎046-204-8010

公民館だより

☎046-256-3700

公民館事業の申込み時間は
月曜日、祝日の翌日を除く
午前9時から午後5時まで
(相武台公民館区の方優先)

相武台ふれあい体験クラブ 参加者募集！



さまざまな活動を通して、他の学校のともだちや地域の人と
ふれあい・体験・挑戦できる、とっても楽しいクラブです！

- 【対 象】小学3～6年生（相武台地区の方優先）
【日 時】令和7年6月21日（土）～令和8年2月7日（土）
全5回（原則 午前9時～正午）を予定
【定 員】20名 【参加費】 無料
【申込み】6月13日（金）までに公民館窓口、電話または
QRコードで（先着順）



申込 QR コード

主管：相武台公民館青少年部

教養講座 徒歩日本縦断最速ギネス達成！アルキニスト奥村さんの

全国歩き旅のお話

7月13日（日）午後1時30分～3時

講 師 奥村誠章氏（相武台在住 アルキニスト）
定 員 100人 参加費 無料
会 場 相武台公民館2階 大会議室
持ち物 筆記用具

主管：相武台公民館文化部



申込は、6月14日（土）午前9時～
窓口、電話、ネット（右記 QR コードから）にて



事業名	日 時	会場・対象・定員 等	申込方法
自主企画提案事業 説明会	6月14日(土)午後2時～3時 6月15日(日)午前10時～11時	2 階 中会議室	事前申込制
ちょっとだけ先生の教室 「初歩の将棋入門」	6月28日(土) 午後1時30分～3時30分	2階 コミュニティ室	事前申込制
よみきかせのもり	6月13日(金) 午前10時30分～11時30分	3階 和室	直接会場へ
ファミリーバドミントン 体験教室	6月15日(日) 午前9時30分～正午	そあら体育館	
相模原市民吹奏楽団 公開練習	6月15日(日)午後2時～4時 7月12日(土)午後7時～9時	2 階 大会議室	
保育室開放	6月27日(金)午前10時～正午	3 階 保育室	
バス社会見学	7月12日(土)	見学先：旧石器ハテナ 館、相模川ふれあい科 学館、対象：小学 1～6 年生、定員 30 名	事前申込制

詳細はポスター、チラシをご覧ください！

相武台地域包括支援センターからのお知らせ

ステップアップ プロジェクト



目指そう！健康長寿 『足腰人間ドック』

当日は筋肉量など身体に関するデータや5mの歩行時間の測定、日頃の生活のアンケートなど行います。筋力年齢やフレイルの危険度などがわかる体力測定となっています。骨密度の測定も行います。

【場所】ユソーレ相武台 【募集人数】16名程度

【講師】北里大学 医療衛生学部リハビリテーション学科
上出直人氏 安藤雅峻氏

【日時】 6月13日(金) PM 3:00~PM 4:30

6月25日(水) AM10:00~AM11:30

7月11日(金) PM 3:00~PM 4:30



参加希望の方はお電話にて申し込みをお願いします。



相武台みんなの保健室

～気軽に立ち寄って、いろんなことお話してみませんか？～
様々な資格を活かして地域で働く専門職が健康づくりをサポート！

ミニ講座『お口の健康が全身の健康を守る』

6月4日は虫歯予防デー

歯科衛生士による正しい歯磨きの方法やフロスの使い方を実演、

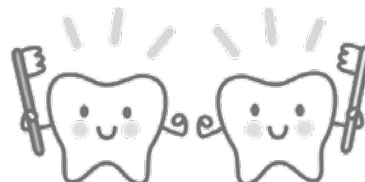
実際に体験予定となります

その他口腔ケア相談、オーラルフレイルについて

【場所】ユソーレ相武台

【日時】 6月28日(土) AM10:00~AM11:30

(ミニ講座は10:00~10:20)



相武台地域包括支援センター 月～土 8:30～17:15

Tel 046-206-5571

sbd-houkatsu@sweet.ocn.ne.jp



昆虫文化を子供たちに伝える会

標本作製大ベテランの宮嶋
けんじ先生が親切丁寧に教
えてくれます。

※標本にする昆虫は
写真とは異なります。

第5回 昆虫標本 作製体験会

日時 6月21日土曜日

13:00受付開始/13:30～16:00作製会

会場 相模原市民会館3F
第1大会議室

費用 3,000円
(標本作製者1人あたり)

5月15日～申込開始
先着20名

お申し込み
フォーム▶



お申し込みEメール▼

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp



「昆虫文化を子供
たちに伝える会」
最新情報はこちら

@KONCHU_BUNKA_SAGAMIHARA

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/標本作製者の人数をご記
入の上、左記お申込みフォームもしく
はE-mailでお申し込み下さい。

東京地方税理士会相模原支部 相続税セミナー&個別相談会

税理士による相続税セミナーと個別相談会を無料で行います

【日 時】令和7年7月12日(土) 13時15分 開場

13時30分 ～ 14時15分 相続税セミナー (成年後見制度についても一部解説します)

14時20分 ～ 個別相談会 1組30分以内で行います

- ・具体的な評価、計算、書類の作成は行いません
- ・いただいた個人情報 は本会場のみで使用し第三者へ渡すことは一切ありません
- ・個別相談の順番は予約受付順となりますので、お待ちいただくことがあります

【会 場】相模原市民会館

相模原市中央区中央 3-13-15

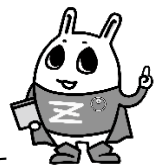
【定 員】先着 40 組 事前予約制

【申込先】☎042-759-0046 税理士会相模原支部へご連絡下さい

セミナー、個別相談会とも事前に予約が必要です QRコードからの予約も可能です

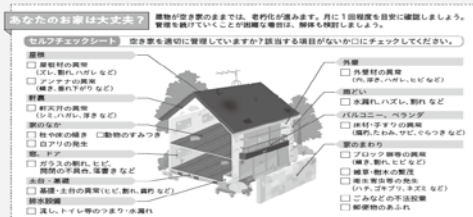
主催：東京地方税理士会 相模原支部

共催：東京地方税理士協同組合 相模原支所



あなたの空き家大丈夫？ 適切な管理をお願いします

大切に建てていた家も、住んでいないと傷みは早くなる一方で、手入れを行っていないと草木が繁殖したり、屋根や外壁の一部が落下するなど、家全体が傷んで最終的には倒壊してしまう危険性もあります。また、家の痛みが進行すると、修繕などの費用も大きくなってしまいます。さらに、近隣の敷地においても不審者の侵入や放火などを誘発する恐れがあります。将来的に活用するときのために、空き家は適切な管理を行いましょう。



空き家の状態 空き家の改正により所有者の責務が強化されました



～空き家をお持ちの方へ～

空き家は適切に管理せずに放置すると、
建物が劣化し、防災、衛生、景観などの面
で近隣に迷惑がかかるおそれがあります
ので、適切な管理をお願いします。

- ✓ 空き家を月に1度は点検しましょう。
- ✓ 適切に管理されていない管理不全空き家等として、市から「勧告」を受けると、該当する土地に係る固定資産税等の軽減措置が受けられなくなり、税額が約4倍になります。
- ✓ 管理が難しい場合は、専門家や市の相談窓口早めに相談しましょう。

詳しくはこちら→



<問い合わせ> 相模原市住宅課 042-769-9817



熱中症対策しましょう



のどが渴いていなくても
1日あたり1.2Lを目安に
コップ約6杯

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。
エアコンを上手に使いましょう。



熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



相模原市保健所 健康増進課 042-769-8274

わかな会で一緒に活動しませんか？

食生活改善推進員養成講座

【対象】市内在住で、全講座修了後、食生活改善推進団体「わかな会」で活動を行える人

【内容】健康づくりのための栄養や食に関する講義・調理実習等

【日程】7/25(金)、8/26(火)、9/30(火)、10/28(火)、11/18(火)、
12/16(火)、1/23(金)、8月～12月に地区事業体験1回

【時間】午前10時～12時30分 【会場】南保健福祉センター

【費用】1200円(材料費など) (※7/25(金)、1/23(金)のみウェルネスさがみはら)

【募集人数】16名 【募集期間】6月2日(月)～30日(月)

<申し込み> 相模原市健康増進課へ

TEL 042-769-8274 FAX 042-750-3066

メール kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp

郵送:〒252-5277 相模原市中央区中央 2-11-15



申込フォーム

主催:

鳩川・縄文の谷戸の会
(市民による自然保全団体)

活動日: 毎週(日)10時～

マルシェ事務局:

090-5571-0588

watajun1115@gmail.com

(白鳥)

健康体操、自然素材
のアート作品やお茶づくり
などのワークショップも♪
出店也大歓迎!

田んぼの隣で
手作りマルシェ

毎月
第1土曜開催
10時～13時

直近の開催日は

6/7(土)

7/5(土)

小雨決行
入場無料!
出店料100円!

古着や本、CD、
使わなくなったオモチャ、
何でもOK



出店申し込み
こちら

*出店申し込みは
開催日1週間前まで



場所: 勝坂遺跡公園に隣接する緑地

(公園駐車場から林の右側の小道へ徒歩100m、スーパーたからやフレサの真裏)

地域の人、食材、もの、自然がいい!

私たちの手で地域を生かし、一人一人が生かされるコミュニティを作りませんか、(^^)ノ

おもちゃの病院 開院！

おもちゃドクターが壊れたおもちゃを直します！



- ☆ 場所 : 相武台こどもセンター
- ☆ 開院日時 : 6月21日 (毎月第3土曜日, 定期開院)
10時～12時 (受付11時30分迄)
- ☆ 費用 : 無料 (部品代は一部有料)

依頼されるおもちゃの大半は修理可能です, 希望者は直接会場へ
(欠けたり取れたりした部品・取扱説明書等がありましたら一緒にお持ちください)

〈お問い合わせ先〉 相武台こどもセンター Tel 046-255-5200

相模原おもちゃドクターの会 <http://www.sagami-portal.com/hp/dnt10031/>

おもちゃドクター募集中: 子供用おもちゃの修理(ボランティア)を一緒にやりませんか?



刃物研ぎ



★★★ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします★★★

開催日時 令和7年 7月11日(金)

相武台まちづくりセンター (新磯野4-1-3)

受付時間: 午前9時30分から午後1時30分まで

☆受け取りは午後2時頃まで(以降は南事務所保管となります)

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

◆悪天候により、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。



包丁など3本以上
で100円引き



随時 センター会員募集中!

☑ シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和7年7月・8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	No.	令和7年7月開講予定日		令和7年8月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	4(金)	11(金)	—	—	午前
	02	—	—	6(水)	13(水)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	18(金)	25(金)	—	—	午前
	04	—	—	20(水)	27(水)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	10(木)	17(木)	—	—	午前
	06	—	—	8(金)	15(金)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	24(木)	31(木)	—	—	午前
	08	—	—	22(金)	29(金)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	—	7(木)	14(木)	午前
	10	8(火)	15(火)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	—	21(木)	28(木)	午前
	12	22(火)	29(火)	—	—	午後
パワーポイント 入門	13	7(月)	14(月)	—	—	午前
	14	—	—	18(月)	25(月)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	15	1(火)	8(火)	—	—	午前
	16	—	—	5(火)	12(火)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	17	—	—	—	—	午前
	18	9(水)	16(水)	7(木)	14(木)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	19	15(火)	22(火)	—	—	午前
	20	—	—	19(火)	26(火)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone	21	—	—	—	—	午前
	22	23(水)	30(水)	21(木)	28(木)	午後