

回覧中央情報

発行日 令和7年10月1日
発行 中央地区自治会連合会
(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

自治会の割引券ご利用で 弁護士相談が4割引 !!

料 金 45分間 通常 5,000円(税込) が 3,000円(税込) に!

予 約 042-776-5200 まで

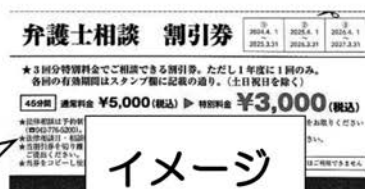
※一世帯につき一年度当たり一回限り

相談場所 相模原相談センター (神奈川県弁護士会)

住所: 相模原市中央区富士見 6-11-17 相模原支部会館 1階



「令和6~8年度版 自治会員専用割引」台紙裏面の
「弁護士相談 割引券」をご持参ください。



(割引券をお持ちでない場合は、お住まいの地区の自治会までお問合せ下さい)

健康講座：きれいになると元気になる！

マッサージでフレイル予防！

フレイルとは、高齢になって心身の機能が衰えた状態をいいます。

フレイルが進むと健康な状態から要介護に至ることがあります。

この講座では、保健師による健康講話と、メイクアップアーティストの指導によるハンドマッサージやフェイシャルマッサージの体験でフレイル予防の効果を学びます！

《日 時》 令和7年10月29日(水) 午前10時00分~正午(受付開始9時45分)

《会 場》 中央公民館1階 大会議室

《参加料》 無 料

《講 師》 中央保健センター保健師 八木 さやか氏
メイクアップアーティスト・保健師 長瀬 嘉子氏

《対 象》 中央公民館区内在住の皆様が優先で先着30名

《持ち物》 顔全体が見える大きさの鏡をお持ちの方はご持参下さい。

《主 催》 中央地区健康づくり普及員協議会

《申込み》 10月15日(水)より電話又は直接中央公民館窓口へ、ただし月曜日及び祝日の翌日を除く午前9時~正午、午後1時~5時、中央公民館 ☎758-9000



令和7年度

Sagamihara City 15th anniversary

中央地区っていいな

時間・内容は
プログラム等
お知らせします

講演会
各種団体の
ステージ、
展示、体験など

令和7年11/15(土)～22(土)開催

開催場所：中央公民館

地域のひろば

自治会連合会

みんなのひろば

公民館利用サークル団体

こどものひろば

地区子連・
青少年健全育成協議会など

福祉のひろば

社会福祉協議会

健康ひろば

健康づくり普及員協議会など

展 示

ロビー展示

午前9時(開館時間)～午後8時(最終日は午後5時まで)

サークル展示

午前9時(開館時間)～午後5時(サークル作品があるため)

11/15(土)

ステージ発表

午前9時30分～
フェア初日セレモニー

午前10時～
午後7時まで
弦楽合奏・マジック
バルーンアートショー
フラダンス・合唱
民謡など



11/15(土)
ワンテーパーマルシェ
(小さな市場)も
出るよ!

11/16(日)

みんなで
楽しむ催しDay!

模 擬 店

午前10時～午後3時まで
「あいことばをさがせ!」
参加でおみやげゲット!!

缶バッジ作り、昔のあそび体験
宇宙服試着、プラレール組立
体力測定などの催し
やきそば、ポップコーンなどの
模擬店もあり



11/20(木)

福祉講演会

音楽と落語の宅配便
午前10時～12時

申込みが必要です



さまざまな団体の
ひろばで楽しもう

11/22(土)

健康フェア

午前10時～
午後3時まで
ボッチャ、中国体操
少林寺拳法、
トレーニングマシン体験
ができます



知りたいこと、楽しいこと、元気になることで/
この街に住んでいることがもっと好きになる!!

主催 / 中央地区っていいなフェア実行委員会

問合せ先 / 中央公民館

758-9000



～西門ちゅうちゅー喫茶～

ノスタルジー



「西門ちゅうちゅー喫茶ノスタルジー」は、認知症の人やその家族、地域住民の誰もがふらっと立ち寄れる集いの場所です。おしゃべり、音楽、ミニ講座、脳トレなどで楽しく過ごしています。どうぞお気軽に遊びに来てください。認知症や介護の相談にものっています。

【日 時】毎月第4木曜日

午後1時30分～午後3時30分

10月23日(木)ギター生演奏とお話

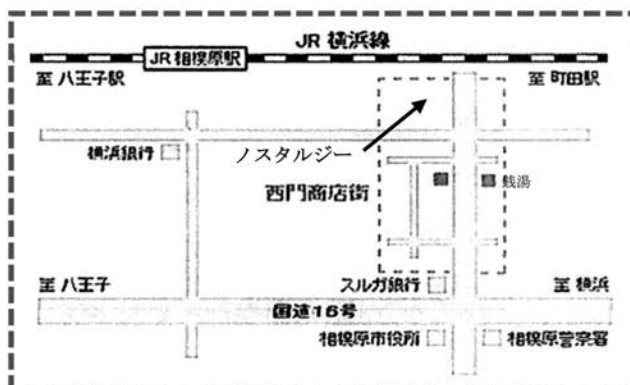
住所：中央区相模原 6-24-5

※「西門の銭湯」の道路を挟んだ真向いです

【費 用】飲み物代 200 円

【問合せ先】中央地域包括支援センター

042-730-3886 (8:30～17:00)



ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

【自治パス割引】

3本以上で100円引き

刃物研ぎ

開催予定日：令和7年10月24日（金）

開催場所：中央事務所（富士見4-3-1）

受付時間：午前9時30分から午後2時まで
（受付締切：午後1時30分）



随時センター
会員募集中!!

★受け取りは午後2時頃まで

★悪天候等によっては開催方法等の変更及び中止することもございますのでご了承ください。

★お車でのご来場はお控えいただき、近隣の有料駐車場をご利用ください。

★料金例：包丁（刃渡り10cm未満500円・刃渡り23cm未満600円）

【お問合せ先】シルバー人材センター 中央事務所 Tel.042-754-1177

8時30分～17時まで



住宅の防犯対策補助金

～命や財産、笑顔を守るために防犯対策はしっかり行いましょう！～

相模原市では、住宅の防犯対策を行う方に対し、補助を行います。

【補助対象者】 購入（設置）日及び申請日に市内に居住し、住民登録をしている方（1世帯1回）

【補助対象経費】 対象となる防犯対策用品の購入費及び設置費

【補助対象となる防犯対策用品】 令和7年10月1日以降に購入・設置した次のもの

- ・録画機能付きドアホン ・屋外用防犯カメラ ・屋外人感センサー付きライト
- ・玄関ドア錠（防犯性能が高いもの） ・補助錠 ・防犯フィルム
- ・面格子 ・センサーアラーム ・鍵付き宅配ボックス など

【補助額】 設置及び購入費用の2分の1、上限2万円（100円未満切り捨て）

【申請受付】 令和7年11月5日（水）から12月26日（金）まで

※先着順、予算（2,000件分）に達したら、受付を終了します。

その他、詳細については市ホームページ等にてご確認ください。

また、チラシ等はまちづくりセンターや公民館に配架しています。

【お問合せ】

相模原市コールセンター 042-770-7777 （担当 交通・地域安全課）



相模原市 市民・行政協働運営型

市民ファンド「ゆめの芽」

～令和8年度実施分 募集のお知らせ～

助成金額と種類

●ファーストステップコース

✓ 活動初動期を支援します！

〈対象〉 設立後3年未満の団体（応募日現在）

〈助成額〉 総事業費の90%以内で10万円以内
（学生主体の場合は100%以内）



●ステップアップコース

✓ 活動の更なる発展を支援します！

〈対象〉 設立後3年以上の団体（応募日現在）

〈助成額〉 総事業費の80%以内で50万円以内

【問合せ】

特定非営利活動法人 市民ファンドゆめの芽
TEL 042-752-0885 FAX 042-756-0973
メール fund@yumenome.com
ホームページ <http://www.yumenome.com>

市民ファンド「ゆめの芽」とは？

市民の皆さんや企業からの寄附金を資金としており、市内で活動する市民活動団体が、市民を対象とした公益的な事業を実施する際の活動費を助成する市民ファンドです。

助成対象団体

- 構成員が5名以上の団体
- 会則又は規約を定め、継続的な活動を実施、または予定していること
- 相模原市内に活動拠点があること

申込

令和7年12月12日（金）必着

申請書等をメールにて送付してください

※初めて応募する団体は、事前相談必須

《ゆめの芽 HP》

募集要項・申請書等が
ダウンロードできます。



令和7年度 相模原市 健活！チャレンジ

個人部門 スマホでチャレンジ！アプリコース

★1日平均 6,000 歩以上で抽選の対象に！

個人部門 レポート提出でチャレンジ！コース

★健康づくりに関する目標に30日取り組むと
抽選対象に！

グループ部門 グループで平均歩数を競います

★平均歩数が上位のグループに記念品を贈呈！

【問合せ】
相模原市コールセンター 042-770-7777

実施期間 個人部門

前期:9月1日～11月30日(抽選12月)

後期:12月1日～令和8年2月28日(抽選3月)

実施期間 グループ部門

10月1日～12月31日(抽選1月)

主な景品



詳しくは市HP
こちらから▶



健活！さがみはら 健康フェスタ 2025

子どもから大人まで誰もが気軽に参加できる、こころとからだの健康づくりに役立つ
情報が盛りだくさんのイベントです★今年は元プロレスラーの小橋建太さんが来場し
ます！スタンプラリー参加者には先着で景品をプレゼント🎁みなさまぜひお気軽に
お越しください♪

日時 令和7年10月11日(土) 場所 ウェルネスさがみはら 他
10:00～15:30

主な
内容

㊟健康づくりに携わる団体によるブース出展
測定などの体験ブース多数♪

㊟エイサー演舞 11:00～11:30

場所 ウェルネスさがみはら正面玄関前

㊟長野信一先生の体操 12:30～13:00

場所 ウェルネスさがみはら前広場

詳しくはこちら▶

もしくは 相模原市 健康フェスタ で検索

問合せ 相模原市健康増進課 042-769-8274



イタコト展と介護・終活・障がい福祉展で開催！

50代から始める 地域活動マッチング相談会



「地域活動に興味があるけどキッカケがない」「人とのかかわりを広げたい」「自分の趣味や経験を何かに生かしたい」と思っている人へ、地域活動を始めるきっかけ作りに役立つイベントです。各団体のブースで、活動内容などのお話を聞くことや、入会に関する相談ができます！

日時 10月12日(日)
11:00~17:00
10月13日(月)
10:00~17:00

場所 相模原市立産業会館
1階 多目的ホール
(相模原市中央区中央3-12-1)

出展団体の情報など、
詳細は相模原市HP
「いきいきシニア
応援サイト」をご確認
ください！



いきいきシニア
応援サイト

問い合わせ
相模原市 高齢・障害者福祉課
電話 042-769-8354

さがみはら療育事業所合同説明会

放課後等デイサービス・児童発達支援

* 中央区にある児童発達支援・放課後等デイサービスの事業所が集まるイベントです！ *

主催 : さがみはら子どもの福祉連絡協議会
日時 : 10月26日(日) 開場 10:30 ~ 15:00
場所 : 相模原市立産業会館多目的ホール
参加費 : 無料



中央区の児童発達支援・放課後等デイサービスの事業所が集まって、それぞれの支援を体験できるブースを設置し、たくさんの事業所のことを一度に知ることが出来るイベントです。いろいろな支援の中から、お子さんに合った支援が選べるようなイベントとなっていますので、今事業所に通っている方も、これから探している方も。ぜひお子さまと一緒にお願いします！

【問合せ】

さがみはら子どもの福祉連絡協議会 070-8934-4361 knockonwood5329@gmail.com



高齢者住まい探し相談会



「いくつか不動産店を回ったけれど、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います。

日にち	会場
令和7年11月14日(金)	ユニコムプラザさがみはら(南区)
令和8年1月9日(金)	ソレイユさがみ(緑区)
令和8年3月13日(金)	相模原市民会館(中央区)

【時 間】午後1時30分から午後4時まで(1組30分)

【対 象】おおむね60歳以上＝各5組(予約制 申込順)

【申込先】045-664-6896 (公社)かながわ住まいまちづくり協会
お住まいの地域に関係なく、どちらの会場でも相談可能です。

相模原市後援

弁護士・司法書士・税理士・社会保険労務士・行政書士による

合同無料相談会

法律の専門家に相談できる、チャンスです！！

令和7年11月16日(日)

場所：相模原市市民会館 3F 大会議室

時間：午後1時30分～午後4時 (当日受付順 予約不要)

主催：相模原土業連絡協議会

構成団体：神奈川県弁護士会相模原支部、神奈川県司法書士会相模原支部、東京地方税理士会相模原支部
神奈川県社会保険労務士会相模原支部、神奈川県行政書士会相模原支部

【問合せ】

東京地方税理士会相模原支部 042-759-0046

★開放日★



毎週、月・水・金 10時～12時 お庭で遊ぼう♪

予約不要。ご都合の良い日に幼稚園へお越しください。
園庭開放は、天候により急遽お休みになる場合がございます。

♪星が丘幼稚園のサロン

10時30分～11時30分 サロン Baby・スター
「ベビーマッサージ」「バレエストレッチ」

～皆でお話しながら、楽しい時間をすごしましょう！～

♪0～3歳の一時預かり保育やっています！
「さがみん保育(子ども誰でも通園事業)」

☆にこにこるーむ☆9時30分～12時30分 受付中

★未就園児親子教室★

11/5(水)

親子教室申込受付中♡*対象:0歳～3歳の未就園児親子

ふれあい遊び・大型絵本 etc... ピンクグループ: 令和4年～令和7年生まれのお友だちと保護者

参加費
無料

予約サイトQR

サロン等の情報をご覧頂けます。
ご予約出来ます♪

LINEお友だち登録QR

幼稚園からのお知らせを
配信しております。

看護職復職支援「復職技術研修会」

採血とBLS(一次救命処置)の実習を通じ、復職に向けた看護知識について学べます。
併せて個別の復職相談も行います。

日 時 10月26日(日) 午前9時30分から午後3時まで

場 所 相模原看護専門学校(南区新磯野4-1-1)

小田急小田原線「相武台前」駅からバス「相武台グリーンパーク」行、終点下車

対 象 保健師・助産師・看護師・准看護師の有資格者

定 員 20名(申込順)※10月17日(金)までに電話、ホームページ等から市病院協会事務局へ

参加費 無料

その他 託児・駐車場あり

【問合せ・申込】

相模原市病院協会事務局

電話 042(755)0531



シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和7年11月・12月
受講生募集

- ・初心者歓迎します。
- ・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

講座内容の説明



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11月開講予定日		令和7年12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	—	—	1(月)	8(月)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	20(木)	27(木)	—	—	午前
	04	—	—	15(月)	22(月)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	7(金)	14(金)	—	—	午前
	06	—	—	3(水)	10(水)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	21(金)	28(金)	—	—	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	7(金)	14(金)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	—	18(木)	25(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	—	—	12(金)	19(金)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	15	4(火)	11(火)	5(金)	12(金)	午前
	16	—	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	17	—	—	—	—	午前
	18	5(水)	12(水)	4(木)	11(木)	午後
スマホ入門Ⅱ (動画やLINE等) Android	19	18(火)	25(火)	19(金)	26(金)	午前
	20	—	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅱ (動画やLINE等) iPhone	21	—	—	—	—	午前
	22	19(水)	26(水)	18(木)	25(木)	午後

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11月9日(日) 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】ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1・2

相模原市南区相模大野3-3-2 bono相模大野 サウスモール3階

【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



横山公園
YOKOYAMA PARK

神奈川県相模原市中央区横山5丁目11-50 (指定管理者) 横山公園グループパートナーズ
042-758-0886 / info-yokoyama-slcg@yokohamaryokuchi.com



ハンドメイドの作品販売・ワークショップ

グルメなキッチンカーに焼きいも…。

子ども も おとな も 秋をめいっぱい楽しめる。

ツリークライミングも開催！

秋を、公園を、もっと楽しむ。

買って楽しい、作って楽しい、食べて幸せ。

『よこやまオータムフェスタ』開幕です！

料金：入場無料

注意事項：

- ・荒天中止(当日8時までに公園WEBサイトで告知)
- ・混雑、満車が予想されます、公共交通機関でお越し下さい。

これからどうしたら良いかわからず、お悩みの皆さまへ
身近な若者のことでお悩みの皆さまへ



“さがみはら若者サポートステーション”で相談してみませんか??

“さがみはら若者
サポートステーション”

(厚生労働省および相模原市委託事業)

は、15～49歳の方を対象とした自立を
目指す若者とそのご家族のための
公的な総合相談窓口です。

右記を含めてお問合せはこちら↓

042-703-3861

または

QRコード



～説明会・セミナーのご案内～

《ご本人・ご家族・支援者様向け》

サポステ説明会&簡易相談会

日時：2025年10月30日(木) 13:30～16:30 / 定員：6組(申込順)

会場：ソレイユさがみ セミナールーム3 / 費用：無料・予約制

内容：最初にさがみはらサポステの詳細な説明を行い、残りの時間は
個別簡易相談を順次行います。

※説明会は毎月2回開催していますので、お問合せください。

《ご家族・支援者様向け》

家族セミナー 『家族をひらき、若者を外の世界に橋渡しする』

日時：2025年11月29日(土) 9:30～11:30 / 定員：50名(申込順)

会場：サン・エールさがみはら第1研修室 / 費用：無料・予約制

内容：さがみはら若者サポートステーションの運営法人代表が登壇
いたします。

自転車の盗難に 注意



自転車の盗難被害は、今年の7月末時点で、市内では730件発生しています。
中央区では268件発生しており、1日1件以上を上回る被害が出ています。

被害にあった自転車の特徴

- 鍵をかけていない自転車は、かけていた自転車と比べて **2倍** の被害が出ている。
- 被害の多くは 自宅の敷地内 や 駐輪場 で発生している。

対策

- 少しの時間でも自転車から離れるときは、必ず鍵をかけましょう。
- 備え付けの鍵に追加してもう1つを付けると、被害のリスクを減らすことができます。

問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801



緑の募金運動にご協力を！



緑の募金運動とは？

「緑の募金による森林整備等の推進に関する法律」に基づき、全国で実施されている募金運動です。集められた募金は、県内・市内の森林整備活動や緑化の推進、被災地域の復旧・復興などに活用されます。

募金方法は？

(公財)相模原市まち・みどり公社までご連絡ください。振込用紙などをお送りします。

募金は
随時受付中です！



◆公益財団法人相模原市まち・みどり公社
〒252-0236 相模原市中央区富士見 6-6-23
TEL 042-751-6624(みどり推進課)
FAX 042-751-2345

