

大野北地区連合防災訓練を
令和7年11月15日(土)
大野北中学校 校庭・体育館にて
午前9時～正午頃まで 行ないます



災害の危険がせまったら、命の危険を感じたら、

迷わず 早めの避難を！！

自分のため、みんなのため、そして大切な人のため
私たち一人ひとりができることをしっかりやっていく。

日頃からの訓練、それが私たちを守ります。



昨年度の
訓練の様子



防災訓練に参加を希望される方は、各自治会長さん、防災部長さんにご連絡をください。(※切は、10月17日(金))

【大野北地区自治会連合会】 ☎ 042-861-4512

【大野北地区連合自主防災隊】

料理講習会のお知らせ
『生活習慣病・フレイル予防講習会』
みんなで楽しく学び、楽しく調理・試食しましょう！



実施日：11月7日(金)
時間：10:00～12:30
場所：大野北公民館 調理実習室
費用：500円
持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具
定員：20名
受付：10月1日(水)～10月25日(土)
申込先：わかな会(担当：江藤)
TEL 070-6564-7654

メニュー

- ・鶏肉とかぶのクリーム煮
- ・三色ポン酢のわさび和え
- ・さつま芋スティック

【主催】相模原市食生活改善推進団体わかな会
相模原市保健所健康増進課
大野北地区

料理講習会のお知らせ

伝 承 料 理 講 習 会



相模原市食育推進
マスコット
キャラクター
サガビー

【実施日】11月11日(火)
【時間】午前10時～12時
【場所】大野北公民館 調理室
【費用】500円
【持ち物】筆記用具 エプロン 三角巾
【対象】どなたでも
【定員】20名

内容

相模原で古くから食べられてきた伝承料理「手打ちうどん」を作ります。
打ち立てうどんを季節の野菜をたっぷり使ったつけ汁でいただきます。

申し込み受付期間

10月15日(水)～定員に達するまで

申込先

わかな会 淵野辺地区

Tel 070-6564-7654(担当:江藤)

【主催】

相模原市食生活改善推進団体わかな会
相模原市健康増進課



◀わかな会
ホームページも
ご覧ください♪

大野北 こどもセンター

開館時間 9:00～17:00 お問い合わせ 752-6339

※日程が変更になることもあります

希望ランドで ワークショップ

10月26日(日) 13:00～14:30

～チャレンジ!! 自分で作ってみよう!!～

10月19日(日) 休館日
21日(火) 10:30～11:00 みんなのひろば
11月9日(日) 10:00～11:30 おもちゃの病院
13日(木) 10:30～11:00 上矢部ベビー&キッズ

子育て広場 10月17日(金) にこにこDAY(保育士)

お年当広場 27日(月) おはなしの会

毎週 月・水・金曜日 11月10日(月) ブックリぼん

10:00～13:00 14日(金) 親子ヨガ



さがみはら療育 事業所合同説明会

* 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）10:30～15:00

場所：相模原 産業会館多目的ホール

参加費：無料

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、それぞれの療育内容についての説明ブースや体験ブースがあるイベントです。どなたでもお越しください！

【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



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）ユニコムプラザ相模原

令和8年1月9日（金）ソレイユさがみ

令和8年3月13日（金）相模原市民会館

【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】（公社）かながわ住まい

まちづくり協会

【電話】 045-664-6896



相模原市委託事業 家族介護教室

参加費無料



認知症のはなし ～不安な介護によりそう～

もの忘れに気づいた時、まず何から始めたらいいのか…

病院に相談したいけれど、受診を嫌がってしまう… などなど 不安に思われることは様々です



認知症のある方々に携わる講師から、基礎知識について伺いながら

“認知症”介護について考えてみませんか？

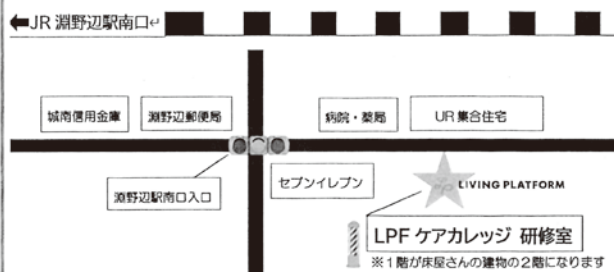


日時：令和7年 11月20日（木）
13:30～15:00（受付:13:15～）

会場：LPFケアカレッジ 研修室
相模原市中央区共和4-13-1 2階

講師：まごころの家*淵野辺（小規模多機能型居宅介護）
大澤 等美氏 / 西河原 悠氏

定員：20名（申込順）



申込先：大野北第2地域包括支援センター TEL:042-768-2195

（受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時）

ご案内

家族介護者の集い

対象者：ご家族の介護をされている方、介護を卒業された経験者

場所：大野北第1地域包括支援センター 地域交流スペース

開催日時：20日前後 14:00～15:30

今後の予定：10/20(月)ーお茶会(交流会)

11/20(木)ー訪問看護ステーションの方からのお話

内容：11月は、[さがみアットホームナーシング だるま]という

訪問看護ステーションの方に来てもらい、腰痛予防や

心身機能を整えるヒント、訪問看護ってどんなことをやるの？

などなど話をしてもらいます。あとは皆さんと一緒にお茶会です。

介護の心配ごと、お茶でも
飲みながら、みんなで分か
ち合いませんか？



お問い合わせ・お申込み

大野北第1地域包括支援センター ☎042(704)9551

<受付時間> 月～土の9:00～17:00

担当：田中：大久保

地域包括支援センターは相模原市の委託を受けた相談窓口です。

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びます。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～午後3時

場所 相模原看護専門学校（南区新磯野）

小田急線「相武台前」駅からバス

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、ホームページ等で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

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

弁護士相談 割引券

※3割引き割引券までご利用できる場合があります。ただし1年度に1回のみ、各自治会の協議会又は入管庁等に届出のあり、(半日単位を単位と)

※利用料 ¥5,000(税込) ※割引 ¥3,000(税込)

イメージ



「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)

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！

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)

【問合せ】

相模原市コールセンター
042-770-7777

詳しくは市HP
こちらから▶



大野北地区コミュニティバス「ピンくる号」



アンケート調査ご協力のお願い



平成26年より大野北地区において、コミュニティバスの実証運行を開始し運行ルートや運行日等の変更を行い、平成29年から本格運行を開始しました。

令和5年からはコミュニティバスの愛称が「ピンくる号」に決まり、実証運行から10年が経過し、さらに愛される「ピンくる号」になるため、皆さまからご意見をいただき、今後の検討に役立ててまいりたいと考えておりますので、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

アンケートはこちらから



- ◎QRコードを読み取っていただきご回答をお願いします。
- ◎ご本人が回答できない場合は、ご家族の方がお答えいただいても結構です。
- ◎アンケートは、概ね5分程度でご回答いただけます。

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。

けんこう



大野北健康まつり2025



～ご自分の体力を試してみませんか～

10月26日(日)午前8時30分～正午(雨天開催)

大野北中学校体育館

【体力測定コーナー】握力、上体起こし、反復横跳び、立ち幅跳び、長座体前屈、開眼片足立ち
【健康チェックコーナー】棒囲み、血管年齢測定、ピンポン玉移し、立ち上がり測定、血管測定
【体験コーナー】ファミリーバドミントン、ポッチャ、モルック、輪投げ、ストロー吹き矢(低学年用)
※上記各コーナーの種目は変更になる場合があります。

※体育館履き、タオル、飲み物などは各自でご用意ください。

※駐車スペースに限りがありますので、お近くの方は自転車又は徒歩にてご来場ください。

主催：大野北公民館 主管：スポーツ推進委員大野北地区協議会 後援：大野北地区自治会連合会
協力：大野北地区健康づくり普及員協議会・交通安全協会

お問い合わせ：大野北公民館 042-755-6601



健康ハイキング

～電車で行く・古都 鎌倉ハイキング～



JR横須賀線北鎌倉駅をスタートし、建長寺から鎌倉アルプスと呼ばれる『天園ハイキングコース』を秋の深まりを感じながら歩きます。約4km、標高差149メートルの3時間定足のコースながら、晴れた日には富士山、相模湾を見渡す眺望と、しっかりと自然を満喫できる登山道です。下山後は鶴岡八幡宮から小町通りを抜けて鎌倉駅を目指します。

【開催日】 令和7年11月16日(日) 雨天中止

【募集人員】 30人 (年代性別を問わず、ハイキングに興味のある方)

【参加費】 無料 (往復の交通費は、各自にて負担)

【集合場所】 JR横須賀線北鎌倉駅改札口 ※ 大野北公民館旗を目印にお集まりください。

【集合時間】 午前7時15分 ※ 時間厳守です。

【解散場所】 JR鎌倉駅 ※ 瑞泉寺にてジャンケン大会を予定しています。

【解散時間】 午後2時30分(予定) 勝者の方には粗品を進呈いたします。

【持ち物】 お弁当、飲み物、タオル、雨具、ハイキングに適した服、靴、建長寺拝観料 500円

受付：10月15日(水)～10月31日(金) 午前9時～午後5時00分 公民館窓口にて受付。

(10月27日(月)を除く)

お問い合わせ 大野北公民館 ☎ 042-755-6601

FAX 042-755-6603



住宅の防犯対策に補助を行います

～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！～

【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 ・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各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)



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
- ・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 相模大野サミール 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

Yokoyama Park Autumn Festa. 2025



よこやま
オータム
フェスタ
2025

2025 11/29 [土]・30 [日] 10:00～16:00

横山公園 メタセコイア並木&樹林広場

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…。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。公共交通
機関でお越しください。



横山公園
YOKOYAMA PARK



相模原市中央区横山 5-11-50
042-758-0886
(指定管理者)横山公園グループパートナーズ

参加者募集！スポーツの秋はポッチャで盛り上がろう！
第4回 ゐんがポッチャ大会

めざせ
びたびた!!

日時 令和7年10月18日（土）9:30～12:00（9:00受付開始）

会場 相模原中央支援学校 体育館

募集人数 12チーム（計36名程度）

1チーム3～4名で、1～2名で参加の場合は、
他の参加者やスタッフとチームを組みます。
※運営ボランティアも募集しています！

申込方法 電話または学校HPより申し込み（9月より受付開始）

申込期限 令和7年10月3日（金）

【学校HP】



問合せ

相模原中央支援学校 地域連携チーム：山口 石田 加藤
電話：042-768-8515

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