

回

覧

東林情報

発行日 令和7年12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。

東林公民館 文化事業

初心者向けスマホ講座(全3回)

電話、カメラ、地図アプリ、メッセージアプリ、マイナポータルアプリの使い方を学べます。

実施日：1月20日(火)、21日(水)、22日(木)の3日間

時 間：午前9時30分～11時40分 (受付9時15分～)

会 場：東林公民館 2階 中会議室

対 象：60歳以上で3日間参加できる方 (館区内の方優先)

定 員：10名 (抽選)

講 師：認定NPO法人シニアネット相模原講師

持ち物：ご自身のスマートフォン、筆記用具

申込み：12/10(水) 午前9時～12/26(金) 午後5時

☆公民館窓口および電話にて受付します。

☆参加の確定は令和8年1月7日(水)以降にご連絡します。



参加費
無料

トーリー君からの挑戦状！



公民館の中にトーリー君からの問題がかくれているよ。
探し出してナゾを解き明かしてね!!
全問正解すると何かが起こるかも!?

東林公民館イメージキャラクター「トーリー君」

期 間：令和7年12月10日(水)～
令和8年1月14日(水)

受付時間：午前9時～11時30分
午後1時～4時30分

受付場所：公民館窓口 にて

※12月28日(日)～1月3日(土)はお休みです。

ファミリーバドミントン大会

*ファミリーバドミントンの経験が少しでもあれば、参加出来ます。
*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8年2月14日（土）午前9時～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になります）
(3名で1チームですが、足りない場合は要相談)

対象：館区内在住・在勤・在学で経験者の方

参加費：無料 上位入賞には賞状、賞品があります。

持ち物：体育館シューズ、飲み物、タオル

申込み：1月9日（金）～1月30日（金）

*公民館窓口および電話にて受付 ☎042-744-008

東林公民館 文化事業

真打と迎える春の寄席

2月21日 土

開演 13:30 (開場 13:00)

東林公民館 ホール

席料(大人) 500円

小・中学生 100円 未就学児無料

先着順！ 定員 120名 自由席

1月7日(水)午前9時から

公民館窓口で入場券販売開始

販売時間：午前9時～正午、午後1時～5時

※1月26日(月)休館日

柳家 吉緑



柳家 吉緑 (やなぎや きちろく)

2022年 第21回さがみはら若手落語家選手権 優勝

2025年 落語協会真打昇進

問合せ先 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。

令和7年度 第2回 東林いきいき塾《福祉啓発講座》

「老後の資金がありません！」映画上映会



©2021 映画『老後の資金がありません！』製作委員会

〈あらすじ〉

いまや「人生100年時代」と言われる日本、年金や貯蓄だけで老後の生活は大丈夫だろうか？親の葬儀、娘の結婚、夫の失業、浪費家の姑との同居。現代日本が抱える問題に普通の主婦が立ち向かう！

(キャスト)

- 天海祐希
- 松重豊
- 草笛光子他

開催日時：令和8年1月30日(金) 受付：13:40～・上映：14:00～

会場：東林公民館1階 ホール1・2

参加費：無料

申込み方法：下記の事務局まで電話で申し込みください。先着90名

申込み期間：令和8年1月14日(水)～1月23日(金)

申込み先：東林地区社会福祉協議会 042-705-3315

※平日 9:00～17:00 (12:00～13:00は除く)



【相模原市からのお知らせ】

空き家を所有している人へ

空き家の適切な管理の案内はこちら▶ [QRコード](#)



空き家は適切に管理せずに放置すると、建物が傷み、近隣に迷惑がかかるだけでなく、不審者の侵入や放火を誘発する恐れがあります。

月に1度は点検を

屋根や外壁、窓、室内に異常がないか

樹木や雑草がはびこっていないか

適切に管理しないと…

「管理不全空家等」として勧告することがあります。

勧告を受けると、該当する土地に係る固定資産税などの住宅用地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。

管理の継続が難しい場合は

●売却や解体を検討する

●専門家や市の相談窓口に早めに相談する

相模原市住宅課 042-769-9817

= ☈ 相模原市 × ↗ crassone =

相模原市は、空き家の適正管理及び除却や活用を促進するため、株式会社クラッソーネと「空家等の除却促進に係る連携協定」を締結しています。

まずは空き家の資産価値を調べてみよう！

簡単無料



簡単な質問に答えると
あなたの空き家の資産価値

- ① 土地の売却査定価格
- ② 空き家の解体費用

をAIで算定します。
また、必要な方には
解体工事の一括見積りや
不動産仲介等のご紹介も
いたします。

健康講座 ポールウォーキング講習会 良い姿勢を取り戻し、健康長寿を！

【日 時】 1回目 令和8年1月27日(火) 会場 1階ホール

2回目 令和8年2月16日(月) 会場 2階大会議室

・いずれも 受付は 9:30から 10:00~11:30

【対 象】 東林公民館区在住者

みんな元気!
さがみはら

【講 師】 小澤次男(ポールウォーキングコーチ)

【定 員】 20名(申込順) 2日間参加できる方

【持ち物】 筆記用具・飲み物・ポール(お持ちの方は持参)

【費 用】 無料

【申込み】 1月15日(木)~26日(月)

南保健センター(042-701-7708)へ電話(平日8:30~17:00)

【主催】 東林地区健康づくり普及員協議会



12/20受付開始

ヒラリんラボ 手作りけん玉であそぼう 1月25日(日) 14:00~16:00

けん玉検定の資格をもつ職員と一緒に、
紙コップけん玉を作ってあそびましょう♪

[対象] 4歳以上 (未就学児は保護者同伴)

[参加費] 無料 [定員] 15名 (先着順)

[講師] 東林ふれあいセンター職員

[会場] 東林ふれあいセンター2階 工作室

お申し込み・お問い合わせ 相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間1-22-17
[TEL] 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661

当日受付

毎月第2・4金曜日開催

健康太極拳

初めての方でも大丈夫!

気軽に太極拳を楽しみながら、体を動かしましょう。

令和7年12月12日、26日 各(金)
13:30~15:00

※予告なく、開催日時を変更する場合がございます。予めご了承ください。

[対象] おおむね65歳以上 [参加費] 各500円 [定員] 20名 (先着順) [講師] 三浦さきえ
[持ち物] 動きやすい服装 [会場] 東林ふれあいセンター 2階 多目的室

お申し込み・お問い合わせ

※当日会場にてお申し込みください。
事前申込ではございません。

相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間1-22-17
[TEL] 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661



呼吸法や発声法を交えながら、大きな声を出してみんなで音楽を楽しみましょう。

ハーモニーを楽しもう 歌声ひろば

12月16日(火) 10:00~11:30

[対象] 18歳以上 [参加費] 650円 [定員] 50名 (先着順) [申込] 12月5日(金)から受付
[講師] 大沼ケイ (あじさい大学コーラス講座講師) [会場] 東林ふれあいセンター 1階 ふれあい交流室

お申し込み・お問い合わせ

相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間1-22-17
[TEL] 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661

さがみはら療育就職フェア

放課後等デイサービス・児童発達支援

相模原市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：1月11日（日）開場10:30～15:00
場所：相模原市立産業会館 1階多目的ホール
参加費：無料



HP

子どもたちの笑顔が、あなたのやりがいに。

一人ひとりに寄り添う「療育」の現場で、あなたの想いをカタチにしませんか？

保育・教育・福祉・医療・心理の経験を活かしたい方、大歓迎！

パート・アルバイト・正職員 それぞれ募集しております。

【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

はじめてみましょう！「エコドライブ」

エコドライブとは、燃料消費量や二酸化炭素(CO₂)排出量を減らし、地球温暖化防止につなげる”運転技術”や”心がけ”です。交通事故の減少につながり、燃料消費量が少ない運転は、お財布にやさしいだけでなく、同乗者が安心できる安全な運転でもあります。



【すぐに始められるエコドライブ】

- ☆自分の日々の燃費を把握することを習慣にしてエコドライブ効果を実感しよう
- ☆冬場の暖房はエアコンをOFFにしよう
カーエアコン(A/C)は冷却・除湿する機能です。暖房のみが必要な時はOFFにしましょう。
- ☆現在の乗用車は基本的に暖機運転が不要
- ☆駐停車のムダなアイドリングはやめよう
10分間で130cc程度の燃料を消費します。
- ☆渋滞を避けねば燃費と時間の節約になる
- ☆タイヤ空気圧から始める点検・整備を実施
タイヤ空気圧が適正値より不足すると市街地で2%程度、郊外で4%程度燃費が悪化します。
- ☆不要な荷物はおろして少しでも軽くする
100kg重くなると3%程度燃費が悪化します。
- ☆走行の妨げとなる駐車やめよう
渋滞の停止と再発進で燃費を悪化させる。

【安全運転につながるエコドライブ運転テクニック】

☆ふんわりアクセル「eスタート」

穏やかにアクセルを踏んで発進しましょう。最初の5秒で時速20km程度が目安です。それだけで燃費が10%程度改善します。

☆車間距離にゆとりをもって加速・減速の少ない運転
走行中は一定の速度の走りを心掛け、車間距離が短くなるとムダな加速・減速の機会が多くなり、市街地で2%程度、郊外では6%程度燃費が悪化します。

☆減速時は早めにアクセルを離そう

信号が変わるなど停止することがわかったら、早めにアクセルから足を離すことでエンジンブレーキが作動し、2%程度燃費が改善します。

アースクールさがみはら
NPO法人さがみはら地球温暖化対策協議会

相模原市中央区富士見1-3-41 Tel042-753-9550

デコ活
暮らしの中のエコロジー



さがみはら
ゼロカーボン
エコパーク

～地球温暖化防止について考えよう！～

アースクールさがみはら(NPO法人さがみはら地球温暖化対策協議会)では、自治会や公民館などを対象に地球温暖化防止の講座やイベントを実施しています。

お気軽にお問い合わせください♪

【お問い合わせ】アースクールさがみはら(NPO法人さがみはら地球温暖化対策協議会)相模原市中央区富士見1-3-41エコパークさがみはら内
TEL/FAX:042-753-9550 メール:info@s-ontaikyou.jp



昆虫文化を子供たちに伝える会

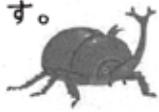
カブトムシの 幼虫ください

子供たちに提供する活動に使用します

【昆虫文化を子供たちに伝える会】では、カブトムシの産卵生息場所を調査しています。今いなくても、幼虫がいた場所を教えてください。幼稚園・保育園・小学校などにカブトムシファームを作るお手伝いをしています。



カブトムシを教材として行いたい教育機関からのご連絡もお待ちしています。



「幼虫がいる」とお気軽にご連絡ください！
こちらから取りに伺います。

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

TEL 090-3219-2805
(代表：三宅)



中学生 冬期学習教室（数学・英語）



教師経験のある会員が、学習目標にむけて優しく丁寧に指導します。

	開催日程	開催時間	開催場所
①	12月25日(木) ~ 12月26日(金)	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
料金は2日間 2,500円 ※ 南事務所では英語の開講はございません			
②	1月5日(月) ~ 1月7日(水)	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
料金は3日間 3,750円 ※ 南事務所では英語の開講はございません			
中央事務所：中央区富士見4-3-1 南事務所：南区相模大野8-9-6 緑作業所：緑区原宿5-26-48			

お問合わせ、お申し込みは相模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。



※最少催行人数に満たない場合、講座の実施を中止する場合がございます。

※教科書や問題集をご持参ください。●開催7日前までにお申込み下さい。

冬休み 書き初め教室

冬休みの宿題を

書いて仕上げよう！



講師会員が丁寧に指導しますので、安心してお習い頂けます。

この機会に習字に親しみたいお子様も、この機会に是非ご利用下さい

対 象
日 程
開催場所
持ち物
定 員

小学校3年生～小学校6年生

12月 ①24日(水)②25日(木)③26日(金) 各回とも13時～15時

相模原市中央区富士見4-3-1 相模原市シルバー人材センター

習字道具一式、書き初め用紙、新聞紙、雑巾、タオル、宿題のお手本やテキスト

各回 10名

費 用

各回 1,500円

お申込み
お問い合わせは

042-753-7373

相模原市
シルバー人材センター

SCRATCH 小学生プログラミング教室



コードを組んで音もつけて自分だけのゲームを作ろう！



開催日程

12/26(金)・1/5(月)・1/7(水)・1/10(土)

開催時間

9:30 ~ 11:30

開催場所

中央事務所

中央事務所：中央区富士見4-3-1 相模原市シルバー人材センター

費用（4日間で1コースとなります。）

ベーシックコース7,000円 ミドルコース8,000円 ハイレベルコース9,000円

お問合わせ、お申し込みは
相模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

●開催10日前までにお申込み下さい。 ※最少催行人数に満たない場合、講座の実施を中止する場合がございます。



小学生 冬期学習教室

教師経験のある会員が、学習目標にむけて優しく丁寧に指導します。

	開催日程	開催時間	開催場所
①	12月25日(木) ~ 12月26日(金)	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は2日間 2,000円			
②	1月5日(月) ~ 1月7日(水)	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は3日間 3,000円			

中央事務所：中央区富士見4-3-1 南事務所：南区相模大野8-9-6 緑作業所：緑区原宿5-26-48

お問合わせ、お申し込みは相模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。



※最少催行人数に満たない場合、講座の実施を中止する場合がございます。

※教科書や問題集をご持参ください。●開催7日前までにお申込み下さい。

シルバー人材センター パソコン/スマホ教室

令和8年1月、2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

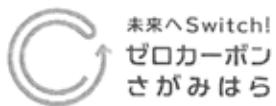
受付：月～金曜日(祝日を除く)

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8年1月開講予定日	令和8年2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
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	02	—	5(木) 12(木)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	21(水) 28(水)	—	午前
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	04	—	19(木) 26(木)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	8(木) 15(木)	6(金) 13(金)	午前
ワード入門Ⅰ (文章作成)	06	—	—	午後
ワード入門Ⅱ (表と図表)	07	22(木) 29(木)	20(金) 27(金)	午前
ワード入門Ⅱ (表と図表)	08	—	—	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	5(木) 12(木)	午前
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	10	9(金) 16(金)	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	19(木) 26(木)	午前
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	12	23(金) 30(金)	—	午後
パワーポイント 入門	13	19(月) 26(月)	—	午前
パワーポイント 入門	14	—	18(水) 25(水)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	15	—	—	午前
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	16	8(木) 15(木)	3(火) 10(火)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	17	—	—	午前
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	18	7(水) 14(水)	6(金) 13(金)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図/iPhone等)	19	—	—	午前
スマホ入門Ⅱ (地図/iPhone等)	20	22(木) 29(木)	17(火) 24(火)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図/iPhone等)	21	—	—	午前
スマホ入門Ⅱ (地図/iPhone等)	22	21(水) 28(水)	20(金) 27(金)	午後

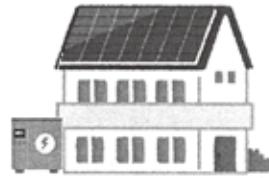
脱炭素の取組を支援します



相模原市では、2050年の脱炭素社会の実現に向け、化石燃料に依存しない再生可能エネルギーの導入や次世代自動車の普及促進に対する支援を行っています。

○住宅用スマートエネルギー設備等導入奨励金

住宅に太陽光発電設備、蓄電池及びV2Hの導入を検討している方
ZEH住宅、LCCM住宅の購入を検討している方
…対象設備等を導入した方に対して奨励金を交付します。



●住宅用初期費用ゼロ太陽光発電設備等導入補助金

住宅に初期費用ゼロ円で太陽光発電設備や蓄電池を導入したい方
…利用者の電気料金やリース料金に還元する形で支援します。事業者が設置費を一時的に負担し、利用者は電気料金又はリース料を支払います。

○燃料電池自動車購入奨励金 ※電気自動車の購入は対象外

燃料電池(水素)自動車【FCV】の購入を検討している方
…燃料電池自動車(FCV)を購入した方に対して奨励金を交付します。



●電気自動車充電設備導入補助金

集合住宅、事務所・工場等又は商業施設等の駐車場に充電設備の導入を検討している方
…居住者、利用者等が電気自動車を充電できるよう設置される充電設備に補助金を交付します。

※●のものは予算額に達し次第、申請受付を終了します。 詳細は、市ホームページ

【お問合せ】042-769-8240
(相模原市 ゼロカーボン推進課)

を御確認ください。



高齢者向け運転技能診断・踏み間違い防止装置の体験会

事前予約必須！

自動車教習所指導員による、実車を用いた運転技能指導などが体験いただけます！

開催日時：令和8年1月27日(火)13時30分～15時30分

会 場：神奈川安全運転研修センター及び都南自動車教習所

集合場所：神奈川安全運転研修センター ロビー（住所：座間市緑ヶ丘4-20-1）

実施内容：①座学

- ②運転技能診断
- ③踏み間違い防止装置の体験
- ④交通安全及び特殊詐欺防止に係る講話

募集期間：12月19日(金)～1月19日(月)

申し込み：042-770-7777

(相模原市コールセンター)

参 加 費：無料

対 象：過去に参加歴がなく運転免許を持つ南区在住か在勤の65歳以上の人、20人(申込順)

主 催：南区安全・安心まちづくり推進協議会



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はなりません。

お問合せ：042-749-2135 (事務局：南区役所地域振興課)

☆☆☆ 「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、ネットに引っかかる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

知って！備えて！守り抜く！防災の情報、詰まっています

～さがみはら防災ガイドブック～



令和3年に市民の皆様に全戸配布いたしました「さがみはら防災ガイドブック」には、避難所や避難場所、災害時の行動、在宅避難に必要な備蓄など、防災に関する正しい「知識」と日頃の「準備」に関する情報がたくさん掲載されています。



自然災害はいつ起こるかわからないものです。

災害への備えをご確認いただくため、改めて防災ガイドブックをご紹介いたします。

□紙の冊子をご希望の方…南区役所4F 行政資料コーナー、

各まちづくりセンターに配架しています。

□ダウンロードをご希望の方…QRコードをご利用ください。



(お問合せ：南区役所 地域振興課 安全・安心まちづくり班 042-749-2135)

とうりん防災瓦版

第34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34号は、「地震火災を防ごう！」をご紹介します。

地震が発生すると、同時に多くの場所で火災が発生するおそれがあります。

地震による火災を防ぐためには、まず各家庭から出火させないことが重要です。地震火災に備えて、日頃からわが家が火元にならないための対策を取っておきましょう。

(詳細はさがみはら防災ガイドブック 6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！！

