

# 回覧 大野中情報

発行日 令和8年2月1日  
 発行 大野中地区自治会連合会  
 (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

## 自治会員特別優待デー



自治会員専用割引(Jichi Pass)をお持ちの方に特別料金でご案内します!

日程 3月7日(土)、8日(日)、9日(月)

料金

		特別料金	一般料金
遊園地	フリーパス		
	大人	3,400円	4,700円
	シニア・小人 (3歳~小学生)	2,500円	3,700円
入園券	大人	無料	2,000円
	シニア・小人 (3歳~小学生)	無料	1,300円
イルミジミ	入場券		
	大人・シニア	無料	2,000円
	小人 (3歳~小学生)	無料	1,300円
猿まわし	通常入館料金から200円引き		
BBQ	通常価格より10%割引 お問い合わせ ワイルドクッキングガーデン 042-685-0818		



昼間ご入園いただくと  
 追加料金無しで、  
**イルミリオン**も  
 ご鑑賞いただけます。



うるりご利用で  
**駐車場が無料!**  
 (うるり精算時に無料サービス券を  
 お渡しいたします)

ご利用方法 自治会員専用割引(Jichi Pass)の提示で5名まで適用

お問い合わせ **0570-037-353** (休日を除く)



すこくおトクなこの機会に、是非ご来園ください!

## チョコット歩こう!

境川上流へ行ってみよう

### 3月5日(木)

参加費無料

大野中公民館を午前9時30分スタート 解散は大野中公民館で11時30分ごろ

当日受付開始9時15分

**100歳までウェルビーイングを目指して<お散歩>**

☆綺麗になった遊歩道を水鳥や植物を楽しみながら約8Km歩きます☆

- ・申込み: 2/5(木)~2/28(土) 公民館窓口か電話 受付時間9時~正午 13時~20時
- ・対象: 公民館区内在住在学在勤の方優先。(ウォーキングなので歩行に支障のない方)
- ・定員: 20名
- ・持ち物: 動きやすい服装と靴、タオル等、飲料、敷物、雨具
- ・雨天中止。当日判断の場合は8時までに公民館から電話します。  
 途中で降り出した場合は行程の短縮、切り上げもあります。



主催:大野中地区健康づくり普及員協議会 共催:大野中公民館 TEL042-746-6600

## 歩きスマホはやめて、左右確認を!

(自転車や体にもつけましょう!!)

大野中地区交通安全母の会(マモル会)



南区誕生15周年 大沼公民館創立40周年記念

# 第28回 大沼公民館まつり

テーマ「陽気に進め!! 大沼の仲間たち」

日時 2月28日(土)・3月1日(日)

10:00~15:30・10:00~15:00

内容 会場 大沼公民館

【展示】生け花 絵手紙 絵画 活動発表 陶芸 郷土歴史 陶芸 園児作品  
スタンドグラス 写真 洋服 等

【発表】(土)和太鼓 落語 民俗芸能 健康体操 民謡 カラオケ 舞踊 バンド  
(日)バンド 大正琴 社交ダンス 太極拳 ハーモニカ ゴスペル合唱  
邦楽 等

【講習会】(土)リース作り バルーンアート/(日)アレンジフラワー 健康チェック  
(両日)湯のみ盆栽 将棋 折り紙 子どもの遊び場

【模擬店】(土)焼きそば、ワンカルト、けんちん汁、玉こんにゃく 他  
(日)うどん、おにぎり、ピリ辛こんにゃく、玉こんにゃく、ポップコーン 他  
(両日)バザー(午後)

主催 大沼公民館 主管 第28回大沼公民館まつり実行委員会 ☎ 042-744-7722



★プログラム配布は、2月中旬の予定です。

★お車は若沼ふれあい広場に駐車できますが、駐車台数に限りがあるため、利用できない場合があります。

★ご来場の際は、徒歩または自転車でお願いします。

茶碗の中の  
小さなお庭!

★大沼公民館創立40周年記念事業

## 大沼公民館まつり

昨年の「苔玉づくり」  
に続く2回目企画!

# 湯のみ盆栽

湯のみ茶碗で  
かわいい盆栽を作いませんか!

日時: 2月28日(土)・3月1日(日) 10~12時

場所: 大沼公民館 外テント(奥側)

参加費: 400円 《湯のみ茶碗(新品) 植物 他材料 込み》

講師: 「おはなやさん」(あいロード若松商店街)

\*完成した盆栽は持ち帰り(ポリ袋あり)

\*植物は数種類あります

\*「大沼若松地区自治会連絡協議会」が一部補助しています

… 材料がなくなり次第終了です …



一例: 茶碗の形や模様は色々あります  
(底穴は明けてあります)

大沼若松地区自治会連絡協議会  
(大沼公民館区内の12自治会)



ひとときの心安らぎの場

# ふらっと立ち寄りサロン

子どもから高齢者まで、どなたでもご参加いただけます

日時：2月25日（水）10：00～12：00

場所：大沼公民館 大会議室

（東大沼3-17-15）

おいしいお茶やコーヒーを飲みながら…おしゃべり、ゲーム、  
ビデオ鑑賞等、楽しいひとときを過ごしませんか？

（会場でのお食事はできません。）



申込不要です ☆ お気軽にふらっとお越しください♡

【お問合せ】大野中地区社会福祉協議会事務局 ☎042-705-5105（平日9：00～17：00）



## 発達障がい学習会【再掲】

～「なんとなく知っている」から「きちんと理解している」へ

第2回大人の発達障がいとは？

2月13日（金）

大沼公民館

午後1時30分～3時30分

大会議室にて（受付：午後1時00分～）

講師 医療法人社団おおぞら会  
つばさクリニック

理事長 鈴木 智広 氏



【申込み先・お問合せ】 ☎ 042-705-5105（平日 午前9時～午後5時）

◆大野中地区社会福祉協議会主催◆



子育てサロン のびのびクラブ

## サロン開催のお知らせ

日時：3月6日（金）10：00～11：30

内容：大きくなったね

場所：大野中公民館 大会議室

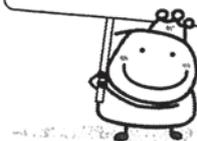
対象：赤ちゃんから就学前までのお子さんとその保護者

主催：大野中地区社会福祉協議会

事務局：大野中まちづくりセンター内（042-705-5105）

その他：内容は急遽変更になる可能性があります。

申込不要  
気軽にお越しください



**大野中**

地域包括支援センターからのお知らせ

## 健康づくり体操教室

介護予防教室

令和8年 2月24日(火)  
13時00分～14時30分

講師 佐々木 弘隆 先生(スポーツ インストラクター)  
正村 祥二 先生(イオン薬局:管理薬剤師)  
※講師は変更することがございます

会場 イオン相模原店  
3階イオンスポーツクラブジム  
定員 40名 事前予約制  
持ち物 室内履き

☆インストラクターによる体操と  
管理薬剤師によるお薬の講義を  
スポーツクラブジムで行います!

ご自身の体の内側を  
知ってみませんか?

☆12時30分からは、  
体組成計測定を行います。  
基礎代謝量、体脂肪率、筋肉量  
などが測れます。  
結果の見方の説明も講義の中で  
行うのでぜひご参加ください♪



## 最期まで“自分らしく”人生会議

家族介護者教室

令和8年 2月21日(土)  
13時30分～15時00分

会場 大野中地域包括支援センター  
地域交流スペース  
定員 20名 事前予約制  
講師 丸山 良美 保健師

人生最期の意思決定について  
本人・家族で話し合うための  
準備をはじめませんか?

もしバナカードを使って  
みなさんで考えてみましょう

「もしものとき、どんなふうに過ごしたいか」を考え、  
話し合ったりするためのカードです。  
難しい言葉は使わず、カードに書かれた“価値観”を  
選ぶだけで、自然と自分の気持ちが整理できます。



## おおのなかほっとカフェ

令和8年 2月25日(水)  
13時30分～15時00分

会場: 大野中地域包括支援センター  
地域交流スペース

認知症のある方や、  
地域の住民の方々が  
気軽に集い語らうコミュニティの場です。  
どなたでもお気軽にご参加ください。



参加費  
無料

【申込み・問い合わせ】大野中地域包括支援センター

☎ 042-701-0511



子育てサロン(参加費:無料)

# 2がつベビーランド



ママやパパ、そして乳幼児のお子さまがゆったり過ごせるサロンがあります。  
保育士資格と幼稚園教員免許を併せ持つひまわりの先生が、一緒におしゃべりしたり  
子育ての応援をしたりしています。ご一緒に親子で楽しい時間を過ごしましょう!

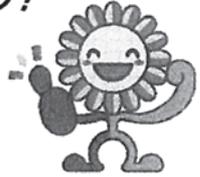
【時間】 10:00 から 12:00

【場所】 相模ひまわり幼稚園 園内

【住所】 相模原市南区東大沼 2-7-6 (駐車場・駐輪場 有)

【対象】 0歳から2歳までの乳幼児と保護者(妊婦さんも大歓迎!!)

【その他】 1. 親子共に上履き(もちろん赤ちゃんも不要)  
2. 園庭を開放しています(大きいお子さまは園庭でも遊べます)  
3. ご不明な点はお気軽にお問い合わせください(電話・メール)



【申込み・お問い合わせ】

TEL : 042-744-0220

Mail : sisei@s-himawari.jp

2月5日・12日・26日(木)

室内開放・屋外開放(人工芝)

広いホールと屋外で、自由に遊ぶ事が  
できます。温かいお部屋と沢山の  
玩具・遊具をご用意しております。

5日(木)

2月生まれの誕生会

歌って・踊って  
みんなで祝い♪

♡素敵なカードプレゼント♡

12日(木)

新聞遊び(感覚遊び)

お家だとホコリが、そのあとの掃  
除が、安心してください!!  
ちぎって、まるめて、投げて!!  
新聞紙で大胆に遊びましょう♪

♡予告♡

3月19日(木)

せんせいとあそぼう

幼稚園の先生と  
手あそびや製作など  
保育体験会開催♪  
一緒に遊びましょう♪

## 《児童クラブ等職員募集中》

Check!

- こどもの笑顔が好きな方
- 地域に貢献したい方
- 体力に自信がある方



1つでも当てはまったら、  
児童クラブなどで働いてみませんか?

【問合せ】

相模原市こども・若者未来局  
こども施設課 給与・任用班  
☎042 (769) 8370 (直通)  
午前8時30分から午後5時まで



相模原市  
ホームページ

資格が無くても大丈夫です◎

★お申込み★

相模原市役所のホームページから申込書を  
ダウンロードし、こども施設課にご提出ください。  
(申込書は各児童クラブにもございます。)

～あなたの『一歩』で児童を笑顔に～

## 農園を活用した児童福祉支援事業が始まっています！

協働事業提案制度で採択され、「農園を活用した児童福祉支援事業」をスタートしました。この事業は、福祉支援活動 トモ\_ダチ園 が実施主体となり、緑区三ヶ木の農園と工房を活用して行っています。



市内に在住・在学し、登校をためらいがちな児童・生徒とその保護者を対象に農作業や創作活動を通じて人とのつながりを感じ、社会参加や新しい一歩を踏み出せるきっかけづくりを目的としています。

農作業では、土に触れる安心感や、成長を共に喜ぶ経験を得られるほか、工房での制作活動では、個性を尊重しながら、ものづくりを通じた自己表現の時間を大切にしています。参加者同士やスタッフとの交流を通し、「ここなら話せる」「また来たい」と思える居場所づくりを目指します。

次回開催は、2月22日（日）でバターナイフを作成します。（駐車場有）

対象に当てはまる方や、周囲に同様の悩みを抱える方がいましたら、ぜひこの取組を知っていただければ嬉しいです。

事業紹介ページへ



お申し込みはこちらから



【問合せ】 相模原市教育委員会 教育相談課 不登校支援企画班 042-769-6144

# うたごえサロン

青春時代の唱歌・懐メロをピアノ演奏で歌い誤嚥予防と  
ストレス発散してフレイル・認知症・癌予防し心身の健康



日時：**3月13日**（金曜）13:30～15:30（受付13:00～）

場所：グリーンハイツ集会所（南区鶴野森1-28-25）

演奏：城直美先生（南区美園在住）

定員：40名 参加費：500円、歌集・飲み物は各自持参

主催：オレンジカフェ 担当 中島 成 ☎050-1144-4039

# さがみ Green Ensemble

## ♪ 第4回演奏会 ♪

2026年3月15日(日) 13:30開演 (13:15開場)

会場：大野中公民館 大会議室 ※入場無料

【Program】

アルセナール、花は咲く、ロココ様式による嬉遊曲、  
日本を勇気づける名曲メドレー 他

指揮 柴田 熊至



さがみ Green Ensemble

■ さがみ Green Ensemble Homepage

お問い合わせ・入団ご希望はこちらから



～転ばぬ先の体操教室～

## 元気倶楽部

(令和8年度募集)

筋力低下や転倒を防止するための体操教室です (参加費 無料)  
みんなで楽しく運動し、元気な体をつくりましょう!

<日程・会場> 令和8年4月～令和9年3月毎月1回(次の①、②のいずれかのコースに申し込み)

- ① Aコース 大野中公民館で第3木曜日に開催
- ② Bコース 鶴野森団地集会所で第4木曜日に開催

<時間> 午前10時～午前11時30分(受付:9時30分から)

<対象> 大野中地区在住の65歳以上の方で、体力に不安があるが、  
室内ウォーキングやストレッチ体操などの運動ができる方。  
(当日受付時の血圧: 上が160未満 & 下は100未満の方)



<持ち物> 運動の出来る服装・靴・飲み物・汗拭きタオル

<募集人数> ① Aコース35名 ② Bコース25名  
(初回参加の方優先・定員を超えた場合は抽選)

<申し込み> 令和8年2月3日(火) ～ 令和8年3月1日(日)まで

<その他> 申し込みの結果については、3月下旬頃に健康づくり普及員から連絡をいたします。

【主催】大野中地区健康づくり普及員協議会

【申し込み・問い合わせ】相模原市コールセンター ☎ 042(770)7777  
午前8時～9時(年中無休)

## 令和8年度 **健康麻雀 会員募集**

麻雀 でフレイル・認知症予防して**健康寿命3年延ばす**  
初心者・高齢女性も楽しむゲームで輝き続けるために  
募集：令和8年2月2日(月)～3月31日(火) (応募用紙は担当者に)  
毎月4回(第2・4水曜・第1・3金曜) 13:30～16:30(受付**13:00**から)  
会費：1回500円(年間6,000円) 定員:各班28名  
場所：グリーンハイツ(GH)集会所 (南区鶴野森1-28-25)  
主催：グリーンサロン 担当 中島 成 ☎050-1144-4039

## 令和8年度 **シニアヨガ 会員募集**

心身を同時に鍛える唯一の健康法で**老化を7年遅らせる**  
ヨガ(瞑想)を楽しみ心豊かにして**新しい自分を発見しよう**  
募集：令和8年2月1日(土)～3月31日(月) (応募用紙は担当者に)  
毎月4回(第1・3月曜・第2・4水曜) 10時から75分(**初心者・高齢者歓迎**)  
会費：1回500円(年間6,000円) 定員:各班12名  
場所：グリーンハイツ(GH)集会所 (南区鶴野森1-28-25)  
主催：グリーンサロン 担当 中島 成 ☎050-1144-4039

## 令和8年度 **介護予防 会員募集**

いきいき百歳体操(筋トレ・脳トレ)で**健康寿命4年伸ばす**  
若返りのホルモン(マイオカイン)分泌、**癌・認知症を予防**  
運動しない高齢者の**フレイル予防**に お勧めの筋トレです  
**笑いヨガを最後に実施しストレス発散と美肌・美顔効果あります**  
開催：毎週土曜10:00～11:30 年間48回 (年間会費2500円)  
場所：グリーンハイツ集会所(南区鶴野森1-28-25)  
主催：みどりの風 担当 中島 成 ☎050-1144-4039

## 老人福祉センターの在り方の検討のための アンケート調査を実施します

相模原市では、老朽化が進んでいる老人福祉センター溪松園及び老人福祉センター若竹園の今後の在り方を検討しているところです。超高齢社会が進展する中で、将来にわたって望ましい高齢者福祉施設の在り方について、本調査を通じて市民の皆様からご意見をいただき、今後検討を進めていく上での参考資料とさせていただきますと考えております。

調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

<回答期間> 令和8年2月1日(日) から2月28日(土) まで

<回答方法> インターネットを通じて回答(右のQRコードからお願いします⇒)



<https://logoform.jp/f/deAhW>

## 4R(ごみの発生抑制・排出抑制・再使用・再生利用)の推進と 食品ロス(本来食べられるのに捨てられてしまう食品)の削減をお願いします!

### 【リフューズ】

- 買い物にはマイバッグを利用してレジ袋を断る
- 使い捨ての割り箸<sup>わ</sup>やスプーン<sup>ばし</sup>はもらわない
- 買い過ぎない

### 【リデュース】

- 食べ残しをしない
- 買った食材はむだなく料理する

### 【リユース】

- いらなくなった物を譲り合う
- フリーマーケットやリサイクルショップを利用する

### 【リサイクル】

- ごみを正しく分別する
- 資源を再生して作られた製品を選んで利用する

### 【食品ロス削減】

- 焼却による二酸化炭素を削減する
- 買い物は必要な分だけ購入する
- 食材の特徴や保存方法を理解して食べきれぬ量を作る
- 好き嫌いを少なくして残さずおいしく食べる

みんなもうちで  
やってみてね!



さがぼーくん



相模原市中央区富士見 1-3-41 TEL042-753-9550

## オレオレ詐欺が急増中!

- すぐに振り込まない
- 慌てずに本人に確認する
- お金やカードを手渡さない
- 家族や警察にまず相談

電話で  
お金の話はサギ!



大野中地区防犯協会 大野中まちづくりセンター内 TEL:741-6695

# ひったくりに注意!

★バイクや自転車によるひったくりに注意する。  
★ひったくり犯に狙われないために…

- ①バッグは車道の反対側か、たすきがけにする。
- ②後方には気をくばる。
  - ・ヘッドホンをしない。
  - ・携帯電話での通話やメールは歩きながらしない。
- ③自転車の前カゴには、防犯カバーや防犯ネットをする。
- ④遠回りしても安全な道を選ぶ。



大野中地区防犯協会  
大野中まちづくりセンター内  
Tel 042-741-6695



# 刃物研ぎ



★★★ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします★★★

2月13日(金) 大野中まちづくりセンター

3月 6日(金) 大野台公民館(大野台5-16-38)

受付時間: 午前9時30分から午後1時30分まで

猛暑日は12時で終了します。

(終了後は南事務所にて保管いたします)

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**

**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8年3月、4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

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3月開講予定日		令和8年4月開講予定日		時間
		4	11	6	13	
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	4(水)	11(水)	-	-	午前
	02	-	-	6(月)	13(月)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	18(水)	25(水)	-	-	午前
	04	-	-	20(月)	27(月)	午後
ワード入門Ⅰ (文書作成)	05	5(木)	12(木)	-	-	午前
	06	-	-	7(火)	14(火)	午後
ワード入門Ⅱ (表と図表)	07	19(木)	26(木)	-	-	午前
	08	-	-	21(火)	28(火)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	-	-	9(木)	16(木)	午前
	10	9(月)	16(月)	-	-	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	-	-	23(木)	30(木)	午前
	12	23(月)	30(月)	-	-	午後
パワーポイント 入門	13	6(金)	13(金)	-	-	午前
	14	-	-	10(金)	17(金)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	15	3(火)	10(火)	6(月)	13(月)	午前
	16	-	-	-	-	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	17	-	-	-	-	午前
	18	5(木)	12(木)	9(木)	16(木)	午後
スマホ入門Ⅱ (LINEやLine等)	19	17(火)	24(火)	20(月)	27(月)	午前
	20	-	-	-	-	午後
スマホ入門Ⅱ (LINEやLine等)	21	-	-	-	-	午前
	22	19(木)	26(木)	23(木)	30(木)	午後