

防犯講習会



特殊詐欺被害が、連日発生しています。自分や家族、大切な人が被害に遭わないよう対策を学びませんか。ご家族・ご近所でお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください！

※この講習会は、2/7(土)に開催を予定しておりましたが、衆議院議員総選挙のため、延期して開催いたします。

- 日時 令和8年3月17日(火) 午後2時～3時20分
- 場所 小山公民館 大会議室 (50名程度)
- 講師 相模原警察署 生活安全課
- 申込み 3月3日(火)～3月14日(土) ※電話またはメール

【申込先】中央区安全・安心まちづくり推進協議会小山支部
電話 042-755-0350 (火曜～土曜、9～16時)
MAIL oyamajichi.jimu@gmail.com

お申込み ▶



■□ 内容 □■

- 1 防犯講習
「特殊詐欺の事例及び被害防止対策について」
- 2 抽選会
豪華景品が当たる抽選会！(参加賞もあります)

みんなで行ってみよう！



相模原市中央区
地域活性化事業交付金

交付金

を活用しませんか

あなたの地域が

元気もいもいになる交付金



(活用事例)

各種マップ

地域の散策コース、防災マップ、子育てマップ等の作成

地域イベント

多世代交流、商店街の活性化等をテーマにしたイベントの開催

子どもの支援

子どもの見守り、不登校児童生徒の居場所、通学路の安全対策等

デジタル技術

自治会電子回覧板のシステム構築、地区情報サイトの更新

環境整備

地域のごみ出しルール、ごみ・資源集積場所のマナー啓発

高齢者の支援

高齢者の孤立化防止のための交流の場づくり、移動支援等

- ◆対象事業 小山地区において活性化に役立つ事業
- ◆申請者の要件 5人以上の団体
- ◆事業実施期間 令和8年4月1日～令和9年3月31日
*予算がなくなり次第、終了する場合があります。

少しでも興味のある方は
まずはお問い合わせ
ください！

<お問い合わせ> 中央区役所 中央6地区まちづくりセンター 電話 042-707-7049

小山公民館 専門部員 募集中！



公民館事業の企画・運営に携わっていただける仲間を募集します！！
知識や経験は問いません。「地域のために役に立ちたい」、「地域を盛り上げたい」…そんなあなたをお待ちしています。

青少年部 …子どもまつり (メルヘンランド)
等の子ども向け事業の企画・運営

体育部 …地区運動会等の
スポーツレクリエーション事業の企画・運営

文化部 …コンサート、食育講座など
の文化事業の企画・運営

広報部 …小山公民館のホームページ、
館報『OYAMA』の編集・発行

応募資格 小山地区に在住・在勤・在学で、公民館事業の企画・運営に関心がある18歳以上の方
任 期 2年間（更新あり）※任期の期間は専門部により異なります
応募方法 小山公民館にお問合せください 募集期間 随時
問 合 せ 相模原市立小山公民館（相模原市中央区向陽町8番1号）
メール：oyama-k@city.sagamihara.kanagawa.jp
TEL：042-755-7500（月曜、祝日の翌日を除く 9:00-17:00）

ご応募
お待ちしております！

小山公民館オープンサークル事業

不調改善yogaサークル体験会

カラダに負担をかけずに深い呼吸とストレッチ、
簡単なトレーニングで内側を使える身体を目指しましょう

- 【日時】 4月19日(日) 10:30～11:30（受付 10:10開始）
- 【場所】 小山公民館 多目的室
- 【内容】 運動初心者向けのやさしいヨガやエクササイズです。
初めての方でも参加できます。
- 【講師】 山口 美幸（ヨガ講師）
- 【持ち物】 ヨガマット（または大きめのバスタオル）／
長めのフェイスタオル／飲み物／動きやすい服装
- 【費用】 無料
- 【定員】 12名（申込順）

【申込み期間】 3月17日（火）～4月3日（金）
【申込み・問合せ】 小山公民館 ☎ 042-755-7500
（9:00～17:00／月曜・祝日の翌日を除く）

サークル
メンバー募集中♪

70代のメンバーが
多いです♪



☆☆☆ 「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

御協力ありがとうございました 市社会福祉協議会 賛助会費

小山地区では、総額 712,360 円の御支援を頂きました。うち、356,180 円を小山地区社会福祉協議会で、356,180 円を相模原市社会福祉協議会の事業・活動に活用させていただきます。御協力ありがとうございました。

<小山地区社会福祉協議会>

「ジュニアボランティアスクール」「ふれあいのつどい」など福祉啓発活動の取組みや、「ひまわり交流会」「いきいきサロン」などの交流・支え合い活動へ活用させていただきます。また、子どもの体験事業や居場所づくり支援を実施していきながら、地域コミュニティの推進にも取り組んでいます。

<相模原市社会福祉協議会>

「ボランティア登録制度」や介護保険対象外の「家事援助サービス」の運営等、市民の方々が担い手として参加するきめ細かい福祉活動などに活用しています。

募集にご尽力いただきました自治会の皆様ありがとうございました。

問合せ：相模原市社会福祉協議会 電話 042-730-3888

小山地区社会福祉協議会 電話 042-755-0350

あつまれ！おやこ



～ 子育てサロン ～

☆対象：0～3歳くらいの乳幼児とご家族
☆申し込みや登録は不要です！ ☆妊婦さん大歓迎！

子育て中の皆さん！！気分をリフレッシュしましょう！！

仲間作りや情報交換の場としてもご利用ください。お父さん、お母さんの子育てを応援します！

3月26日(木)

10:30 から 15:00 まで

お部屋を開放し、自由に遊べます。入退室自由！
お昼を持参し、ゆっくり過ごす事も可能です。

会場：小山公民館 多目的室



☆季節の製作☆

身近にあるもので

季節の工作を作りませんか？

手形スタンプもできます

お気軽にご参加ください



13:30～14:00 は、すすきの保育園の保育士による手遊び&育児相談を実施します
(都合により、急遽中止となる場合があります。ご了承下さい)

* 子育て支援ボランティアがサポートします。

お問い合わせ：小山地区社会福祉協議会 事務局（小山公民館内） Tel.042-755-0350 平日 9時～17時

ほっとほっとカフェ

3月18日(水) 13:30~16:00 予約は不要です

●場所 小山公民館コミュニティ室 待ってまーす!

●参加費 100円 ●次回は4月15日開催予定です。

●問合せ 小山地区社会福祉協議会 事務局 TEL 042-755-0350 平日9:00~17:00

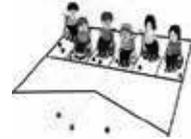


ポッチャをやってみよう!

場所: 小山公民館 大会議室

時間: 午後1時30分から

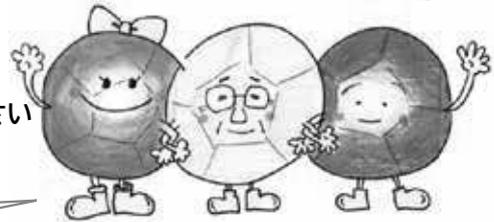
ルールは簡単、でも奥が深くてももしろい! 子どもからお年より、障がいのある方誰でも遊べるスポーツです。ぜひ練習に参加してみませんか? 予約は不要です!



3月18日(水)

※持ち物: 飲み物、タオル ※動きやすい服装でおこしください

※開催の有無については、下記までお問合せください



お手伝いして下さる方 募集中!

企画運営: ポッチャボランティアグループ 後援: 小山地区社協 問合せ: 小山地区社協 ☎755-0350 (平日9時~5時)

高齢者世帯や子育て世帯などの“日常生活での困りごと”のお手伝いをします

090-5990-0294

日常生活での困りごととは



簡単な力仕事



粗大ゴミ出しのお手伝い



エアコン
フィルターの
清掃



電球や
照明の
交換

お急ぎの
買い物代行



・・・などなど

費用は無料です

◆作業にあたり購入物品などがある場合、その実費をご負担いただきます
◆作業内容により、有料サービスをご紹介させていただくこともあります

ご近助

「困ったときはお互い様」の気持ちで、
ご近所どうし助け合い支え合いましょ

おやま生活サポートセンター

活動に協力していただけるボランティアも募集中

小山地区社会福祉協議会
電話 042-755-0350 (平日9:00-17:00)



あなたの参加を待っているボランティア活動がきっと見つかる

おやま ハローボランティア

oyama-volunteer.jimdofree.com



宮下 いきいき サロン

地域の皆様の憩いの場



令和8年4月度イベント ボッチャを楽しもう!

日時 4月10日(金)
午前10時~11時半
場所 こぼと児童館
参加費 100円 予約はいりません

5月度予定 5月8日(金) ためになるお話しと手作り工作(仮)
小山地区社会福祉協議会 問合せ先 井浦(080-1097-1350)

街の保健室

- ・無料
- ・申し込み必須

令和8年 3月31日(火)

お楽しみ企画「歌の会」講師は「今辻先生」です♪

♪ 嚙んだり、飲み込んだり、話したり、歌ったりするためのお口の機能が衰えると、早期の重要な老化のサインと言われています。滑舌が悪くなることで人や社会との関わりの減少を招いたりします。

この機会に「歌」を通じて、また参加者との交流を通じて、新しい新年度に向けて一緒に楽しい時間を過ごしませんか。皆様とお会いできることを楽しみにしております♪

【会場】しょうじゅの里 相模原 5階 (中央区すすきの町22-12)
【お問い合わせ】 小山地域包括支援センター(鎌田・富田) 042-771-3381



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

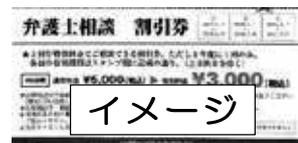
(お問合せ)

相談場所 相模原相談センター (神奈川県弁護士会)
住所: 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)





カタクリの花を探しに 片倉城跡公園へ行こう

3月26日(木) 雨天中止

❖9時公民館出発→相模原駅→片倉駅下車
→徒歩5分で公園へ 12 時頃帰館(当日参加OK)

❖持ち物:履きなれた靴・飲み物・タオル

❖申込:小山公民館 ☎042-755-7500(月曜除く)

主催:小山地区健康づくり普及員協議会

協力:小山公民館



地域のことを、まとめてチェック「さがぼ」

地域のお祭りやイベント情報、市民活動団体や自治会からのお知らせ、子育て・防災・暮らしに役立つ地域の情報。

「あちこち探すのが大変…」そんな声から生まれたのが、さがみはら地域ポータルサイト 通称「さがぼ」です。

地域で起きていることを、ひとつの場所にまとめて、分かりやすく。

今回のリニューアルでは、スマートフォンでも見やすく、知りたい情報にたどり着きやすくなりました。

「今日は何かやっているかな？」

「地域でどんな活動があるんだろう？」

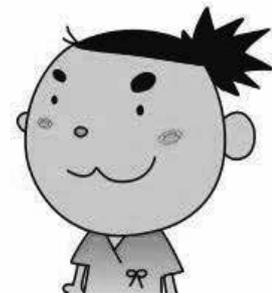
そんなとき、まずはのぞいてみてください！

【問合せ】

相模原市コミュニティサイト運営プロジェクト

代表 鮎川 (あゆかわ)

090-4613-7931



さがぼ

検索



WEB サイトはこちらから！

2025(令和7)年度地域活性化事業



みんなで歌う春の調べ

♪「花」「春の小川」など、ピアノに合わせて歌いましょう♪

3月21日(土)午前10時～11時30分

小山公民館大会議室

どなたでも参加無料

主催 小山の地域をつなげる会 連絡先 090-4226-7172(宍戸)

★企画・運営をご一緒にいかがですか。連絡をお待ちしています。

※新型コロナウイルス等感染防止に各自お気を付けください。

2025(令和7)年度地域活性化事業



つなごう日本の伝統文化「盆踊り」

子ども・Z世代・大人もみんなで踊ってもいあげよう!

指導 鎌田さん

参加無料

3月28日(土)10時～11時30分頃 小山公民館大会議室

主催 小山の地域をつなげる会 連絡先 090-4226-7172(宍戸)

★企画・運営をご一緒にいかがですか。連絡をお待ちしています。

※新型コロナウイルス等感染防止に各自お気を付けください。

主催 希望の仲間さがみはら 後援 相模原市
市民行政協働運営型市民ファンド「ゆめの芽助成金」交付事業

フレイル予防で人生100年を元気に過ごそう!!

～加齢による心身の活力が低下する虚弱なフレイル状態を予防し、
改善を図るための運動・食事・社会交流の方策や孤立・孤独を防ぐ
知恵や認知症との関連及び、老化防止研究の最新情報などを学ぶ～

【日時】3月24日(火) 14:00～16:00 (13:40受付開始)

【講師】宍戸佳子 (東京都健康長寿医療センター認定介護予防運動指導員)

【場所】ソレイユさがみセミナールーム2 (JR橋本駅北口「イオン橋本」6階)

【参加費】無料 【定員】50名(申込順)

【申込先】希望の仲間さがみはら事務局 ☎ 090-5109-2271 (10:00～15:00)

*留守電時は名前と電話番号をお伝え下さい。折り返し連絡します。



小学生 春期学習教室

教師経験のある会員が、学習目標におい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	3/26(木)～27日(金)・3/30(月)～31日(火)	9:30～11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
②	4/1(水)～4/3日(金)・4/6(月)	9:30～11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。英語の教室は、中央事務所と緑作業所のみとなります。			
料金は4日間 4,000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			

お問い合わせ、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。

4月から小学校に通われる方も対象です。

※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。

SCRATCH

小学生スクラッチ・プログラミング教室



ゲームを作りながらプログラミングを楽しく学ぶ



開催日程	開催時間	開催場所
3/30(月)・4/1(水)・4/3(金)・4/6(月)	9:30～11:30	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

お問い合わせ、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。

新学期

中学生 春期学習教室 (数学・英語)

教師経験のある会員が、学習目標におい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	3/26(木)～27日(金)・3/30(月)～31日(火)	14:00～16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
②	4/1(水)～4/3日(金)・4/6(月)	14:00～16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。英語の教室は、中央事務所と緑作業所のみとなります。			
料金は4日間 5,000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			

お問い合わせ、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。

4月から中学校に通われる方も対象です。

※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4月、5月
受講生募集

- ・初心者歓迎します。
- ・最低開講人員2名

講座内容の説明



◆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4月開講予定日		令和8年5月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	—	—	7(木)	14(木)	午前
	02	6(月)	13(月)	—	—	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの活用)	03	—	—	21(木)	28(木)	午前
	04	20(月)	27(月)	—	—	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	—	—	—	—	午前
	06	7(火)	14(火)	8(金)	15(金)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	—	—	—	—	午前
	08	21(火)	28(火)	22(金)	29(金)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	—	—	—	午前
	10	9(木)	16(木)	7(木)	14(木)	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	23(木)	30(木)	—	—	午前
	12	—	—	21(木)	28(木)	午後
パワーポイント 入門	13	—	—	13(水)	20(水)	午前
	14	10(金)	17(金)	—	—	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	15	6(月)	13(月)	1(金)	8(金)	午前
	16	—	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅱ (基本と写真)	17	—	—	—	—	午前
	18	9(木)	16(木)	—	—	午後
スマホ入門Ⅲ (LINE等)	19	20(月)	27(月)	15(金)	22(金)	午前
	20	—	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅳ (LINE等)	21	—	—	—	—	午前
	22	23(木)	30(木)	—	—	午後

刃物研ぎ

【自治バス割引】

3本以上で100円引き

開催予定日： 令和8年4月10日(金)
開催場所： 宮下自治会館 (宮下本町2-17-1)
受付時間： 午前9時30分から午後1時まで
(受付締切： 12時30分)

随時センター
会員募集中!!

★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 ☎042-754-1177



春のかくれんぼを探しにいこう！森さんぽツアー

「見る自然から関わる自然へ」植樹・花・芽吹き・野鳥を楽しむ2時間

3月28日(土) 9:45～11:45 (受付9時30分～)

小雨決行、雨天中止はホームページでお知らせします。

会場：ここももの森(大野台中学校正門横、南区大野台8丁目8)

参加費：300円(資料代、保険料) 小学四年生以上

持ち物：飲み物、筆記用具、軍手、タオル、双眼鏡(お持ちの方はご持参下さい)

申し込み(受付：3/9～3/25)

定員20組

①参加者全員の名前(ふりがな)、②学年、代表者は③住所、④電話番号、⑤メールアドレスを
ホームページフォームからお申し込み下さい。

ホームページ

相模原市「木もれびの森 森づくりパートナーシップ協定」締結団体

後援：相模原市教育委員会、(公財)相模原市まち・みどり公社

協力：昆虫文化を子供たちに伝える会

主催：木もれびの森の花と木々を守る会(ここももの会)

問い合わせ先 ☎(代表) 杉山 090-9954-0190



気候変動による異常気象や関連災害に備えましょう！



地球温暖化が進むと、気候変動により真夏日や熱帯夜が増加し、熱中症の発生が増えるとともに、大雨や台風による大きな災害がさらに増加することが懸念されています。CO₂などの温室効果ガスの削減（緩和策）に加えて、気候変動によってすでに現れている影響や被害を軽減し、より良い生活を維持していくための取り組み（適応策）が重要です。

～ 一人ひとりにできる適応策の例 ～

自然災害

浸水・洪水、土砂災害

- ・ハザードマップの確認
- ・防災訓練への参加
- ・大雨に関する気象情報等の確認など



健康

・熱中症対策

（エアコンの適切な使用・涼しい服装、水分・塩分の補給
日傘・帽子の利用）

・感染症等の対策

（虫よけ剤の活用、蚊の育つ水たまりを作らない）など



自然生態系

・グリーンカーテンや植樹などによる、自宅をはじめとする敷地内の緑化推進

・地域の緑化活動や緑地保全活動への参加など



当協議会では、自治会や公民館などを対象に、「暮らしの中で実践できる温暖化対策のお話」や「地球温暖化クイズ」「ジャンボかるた大会」「工作教室」などの出前講座を実施しています。どうぞお気軽に下記までお問い合わせください。

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



乾燥・強風時のたき火やどんど焼きは注意が必要です

空気が乾燥し風の強い日は、わずかな火の粉でも山林火災や住宅火災に発展する危険があります。

安全確保のために

- ・強風時や乾燥注意報が出ている日は実施を控える（実施日の変更や中止の判断）
- ・周囲に燃えやすい物を置かない
- ・消火用の水や消火器を必ず準備する
- ・終了後は完全に消火を確認する

など、火災防止にご協力をお願いします。

皆さま一人ひとりの心がけが、地域の安全につながります

相模原市では、林野火災の予防を目的とした「林野火災警報・注意報」の運用を令和8年3月下旬から開始する予定です。

【問合せ】

相模原市消防局予防課

電話：042-751-9117



詳しくは相模原市公式HPでご確認ください