

在宅避難ってなあに？

地震時に安心して自宅で過ごすために、何が必要か考えてみませんか？



食

食料は？

ローリングストック

詳しくは
 コチラ▶



しておくといいのよ！

ローリングストック…日頃から多めに備蓄し、消費した分を補充します！
 最低3日、できれば1週間分を備蓄しましょう。

電気

電気がつかなくなったら
 暗くて怖い、スマホ
 も充電できないよ!!



ライト・電池・モバイル
 バッテリー・手回し発電機
 なんかもあるのよ!



ガス

ガスも
 止まっちゃうん
 でしょ？



カセットコンロで
 いろいろ
 できるのよ!



カセットコンロがあれば
 普段と同じように料理を
 したりお湯も沸かせます!



水道

断水しちゃったら
 どうしよう？



簡易トイレと
 給水袋があれば安心よ!

簡易トイレ(非常用トイレ)
 があれば家のトイレに
 取り付けて使用できます!
 上下水道被災時に水が
 流れなくても安心!



給水車などから
 水の支援を
 受けるには
 給水袋が便利です!

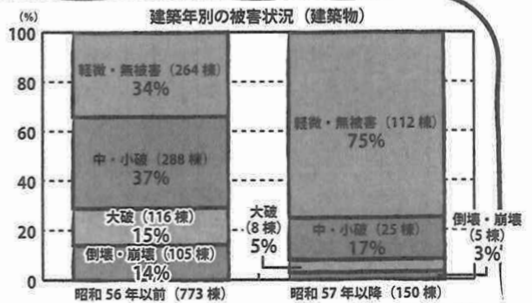


耐震

新耐震基準…昭和56(1981)年6月1日以降

やっぱり、お家が倒れ
 ないか心配だよ～
 お家がぐずれちゃったら
 在宅避難できない!

新耐震基準のお家なら大規模地震
 とされる震度6強から7程度でも
 大きな被害を受けづらいのよ!
 安全であればお家にいられるわね!



自宅の安全対策をサポートしています。詳しくはうらへ▶▶▶



在宅避難者も避難所で受付をしよう

在宅避難を開始するときに、避難所で受付をすると、避難所の避難者と同じように食料など、物資の支援を受けることができます。



さがみん

耐震診断を受けましょう

在宅避難ができるように耐震確認!!

相模原市では、旧耐震基準住宅(昭和56年5月31日以前建築)の耐震診断等の費用を補助しています。

内容	補助金額	
	戸建住宅	分譲マンション
耐震診断	上限12万円	費用の6分の5以内 (1住戸につき上限5万円)
耐震改修計画書作成	計画書作成と工事に係る 合計費用の2分の1以内 (上限115万円)	費用の3分の2以内 (1住戸につき上限5万円)
耐震改修工事		詳しくはお問合せください

※補助制度の要件等、詳しくはお問い合わせください。
※予算額に達した時点で締め切ります(申込順)。

高齢者世帯等は耐震改修工事補助の割増(50万円)があります!

問い合わせ：建築政策課 ☎042-769-8252(直通)

家具固定のお手伝いをします

在宅避難ができるように家具を固定!!

相模原ボランティア協会では、障害や高齢のため自分で家具転倒防止対策ができない人を対象に、「災害の前にできること」として家具の転倒防止対策のお手伝いを行っています。

- ◆対象 障害や高齢のため、自分では家具転倒防止対策ができない人
- ◆内容 居間や寝室など、利用頻度の高い部屋の対策
- ◆費用 実費分を負担(固定用針金や金具等)

問い合わせ：相模原ボランティア協会 ☎042-759-7982

受付時間 月曜日～金曜日(祝日を除く)午前10時～午後3時

※令和7年4月1日時点の情報を記載しています。

スローピッチ ソフトボール 大会



横山地区の

「自治会チーム」や「一般参加チーム」を大募集
ソフトボール好きが集って、地域での親睦を深めませんか

【開催日時】 令和8年 **5月17日** (日) 午前9時～正午ころ

【受付等】 午前8時から受け付け、8時30分集合、
8時40分試合準備完了



雨天中止

【場所】 横山小学校 校庭
(駐車場所が狭いため車での来場は相乗りで体育館側から入場)

【対象者】 館区内在住・在勤の成人が5名以上含まれること
(1チーム10名以上)

【募集数】 合計6チーム、先着順

【申込】 4月8日(水)～4月28日(火)、午前9時～午後5時、
公民館窓口又は電話で → チーム名、代表者の氏名・住所
・電話番号、出場選手の氏名 (自治会チームは体育担当とりまとめ経由で)

【用具・服装等】 チーム又は個人の用具持参、ソフトボールに相応しい
服装と靴、帽子、タオル、飲み物、マイナ保険証又は
資格確認書

【事前説明会】 申込みチームの代表者は、5月10日(日)午前10時
から行う組合せや細部ルール等の説明会に出席を
お願いします。(場所：横山公民館1階大会議室)

(注) 参加チーム数や天候等より、試合開始時刻等の変更を行う場合があります。また、
事業記録用や広報活動、ホームページ、X(旧ツイッター)等に使用する写真を撮り
ます。予めご了承ください。

主催・問合せ先：横山公民館 電話：756-1555



令和8年度

卓球の日



無料

お気軽にご参加・ご利用ください。



「卓球の日」開催 月/日	
4/26(日)	10/18(日)
5/24(日)	11/22(日)
6/21(日)	12/20(日)
7/19(日)	1/17(日)
8/9(日)	2/21(日)
9/13(日)	3/21(日)

注1) 諸般の事情により変更になる場合がございます。予めご了承ください。

- 《会場》 横山公民館 大会議室
 《利用時間》 午前9時～正午
 《対象者》 どなたでも自由に利用できます。
 (混雑時は公民館区内の方を優先します。)
 《利用方法》 公民館窓口にて受付後、ご利用ください。
 《用具》 公民館で貸し出しますが、数量に制限がございます。ご持参いただけると幸いです。
 《その他》 込み合う場合は、他のご利用者様とお互いに話しあってご利用ください。
- 注2) 会場内に入りきれない場合やトラブル発生時は、入室をお断りする場合がございます。予めご了承ください。

問合せ先・主催：横山公民館 電話：756-1555

子育て支援事業

星が丘幼稚園の園庭開放

令和8年 ☎042-752-4842

毎週、月・水・金 10時～12時 お庭で遊ぼう♪



♪園庭開放のイベント

4/22(水)「バレエストレッチ」
5/1(金)「鯉のぼり製作」



予約フォーム
サロンの情報をご頂戴します。
ご予約出来ませ

未就園児親子教室



♪0～3歳 一時預かり保育

「さがみん保育(子ども誰でも通園事業)」
☆9時30分～12時30分 ☆12時30分～15時30分

サロン Baby・スター

♪星が丘幼稚園のサロン
「親子ふれあい遊び」
「バレエストレッチ」

4/25(土) ☆R8年度前期☆親子教室申込受付中♡

ふれあい遊び
大型絵本etc...

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
25日	13日	10日	11日	4日	3日	15日

*対象:0歳～2歳の未就園児親子

参加費
無料



LINEお友だち登録



幼稚園からのお知らせ
を配信しております。



横山こどもセンター行事案内

子育て広場 毎週火・水・木曜日開催 10:00～13:00
(もぐもぐタイム 12:00～13:00 簡単なおやつやお弁当をお持ちください)

すくすく相談日	4月15日(水) 10:30～11:30	4月は保健師による相談です
ベビーマッサージ	4月23日(木) 11:00～	バスタオルをお持ちください
読み聞かせ	4月28日(火) 11:00～11:30	
ベビーヨガ	5月7日(木) 11:00～	動きやすい服装でお越しください
中北薬品リンパートンストレッチ	5月14日(木) 11:00～	動きやすい服装でお越しください

4月19日(日) 休館日
 5月2日(土) おもちゃの病院 10:00～11:15 受付
 壊れたおもちゃをドクターが無料で直してくれます(部品代はかかることがあります)

状況により日程・時間等変更する場合があります。HP や掲示板でご確認されるかセンターへ直接お問い合わせください

横山こどもセンター ☎751-9384



社協 横山 だより

4月3日(金)～4月27日(月)

【問合せ・申込み先】

042-756-7711

横山地区社会福祉協議会



YOHYAMASHAKYO

コミュニティ よこやま「憩」

場 所：タウンハイツ集会所横山台 2-2-2

月・金 ★百歳体操

AM 10時半～12時

4/3 4/6 4/10 4/13 4/17

4/20 4/24 4/27

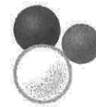
コミュニティ しもくざわ「憩」

場 所：下九沢団地集会所 下九沢 727-6

水 AM
★ポッチャ・わなげなど
10時～11時半
4/22

※ マスクの着用はご自身の判断でお願いいたします。
※ 予定が変更になることもあります。

参加するたびポイントが貯まる
「集印帳」も人気です♪
ポイントを貯めて素敵な商品を GET
しましょう♪



金 PM

★わなげ・ポッチャなど

13時半～15時

4/3 4/17

★よこやま体操

13時半～15時

4/10



予約は不要です
お気軽に参加して
ください★

昆虫文化を子供たちに伝える会 主催

第18回昆虫講演会



テントウムシのはなし

～テントウムシ博士になろう～

会場

相模原市民会館 3階 第1大会議室
(相模原市中央区中央3-13-15)

お申し込み・お問い合わせ

参加者全員のお名前(ふりがな)/年齢(学年)/住所/電話番号/メールアドレスをご記入の上、下記お申込みQRコード、もしくはE-mailでお申し込み下さい。

kabuto-
mushi@jcom.zaq.ne.jp

2026
5/16 土
13:30-15:00
(受付 13:00)



講師

阪本優介

さん

(有)むし社/日本蛾類学会・誘蛾会/
神奈川昆虫談話会/
NHK「ダーウィンが来た」に出演。
<放送日：2021年3月28日>
"テントウムシハンドブック"を出版。



4月1日から受付

対象 どなたでも

定員 120名

会費 ¥500 (中学生以下無料)



非常勤介助員



支援の必要な児童生徒の日常生活、
身辺自立の補助・介助等をとおして、学校を元気に！

- ◆日 額：8,394円(1時間当たり1,399円)以上
+規定に応じて通勤交通費
- ◆勤務場所：相模原市立小・中学校、義務教育学校
- ◆勤務日：学校休業期間を除く、月曜日から金曜日までの
週2～3日(※年に数回、土日祝日勤務を指定する
場合があります。)
- ◆勤務時間：午前8時半から午後5時までのうちの1日につき6
時間(途中休憩を除く)
- ◆登録資格：非常勤介助員の職務を理解し、非常勤介助員として
ふさわしい資質を備えた人、児童生徒を補助・介助
する体力を有する人

お申し込み・問合せ先 相模原市教育委員会
支援教育課 ☎042-707-7339

詳細はこちら→



相模原市教育委員会からのお知らせ



各学校の勤務時間外は、自動応答等による対応が進んでいます。
学校への電話連絡は、先生の勤務時間内をお願いします。



先生の勤務時間

原則※、平日

朝 8時30分
～ 夕方 5時00分

※学校により、勤務時間は前後します

お電話ありがとうございます。
本日の受付時間は終了しています…



**勤務時間外に
電話がつながらない時**
翌日以降の勤務時間内に
改めてご連絡ください。

事件や事故などの緊急時
警察や消防など
専門機関へご連絡ください。

お問い合わせ：相模原市教育委員会 教育総務課働き方改革推進室 ☎042-707-7281

自転車の交通違反に 青切符が導入！

令和8年4月1日から！

令和8年4月1日から、自動車などに適用されていた交通反則通告制度、いわゆる「青切符」制度が自転車にも適用されます。

青切符は16歳以上の自転車利用者による113種類の違反が対象となります。

主な違反行為・反則金

- ながらスマホ運転 1万2千円
- 二人乗り 3千円
- 信号無視 6千円
- 一時不停止 5千円



詳しくはホームページから



問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801

ホームページはこちら↑



「横山公民館サポーター」の募集

募集中!



【ご案内】

横山公民館では、あらかじめボランティアとして登録いただき、公民館活動を支援していただく「横山公民館サポーター」を募集しています。公民館のイベントや講座・講演（講師を含む）などの際、ご都合の良いときにお気軽にお手伝いしていただく制度です。

「余暇を利用して地域のために何かお手伝いをしたい!」、「地域で同じ志を持つ仲間づくりをしたい!」、「自分の経験を活かして地域貢献したい!」、そんな皆様のご協力を心からお待ちしております。



横山公民館サポーター募集要項

【活動内容】

1. スポーツイベント、子どもまつり、公民館まつりなど、公民館で開催されるおまつり等の各種イベントに係る企画提案やそれらのサポート
2. 各種大会や講習会、講座、教室等に係る講師やそれらのサポート
3. 公民館報の編集、公民館ホームページの編集など広報活動に係る編集作業やそのサポート
4. 公民館周辺の植木の手入れやガーデニングなど環境の美化や改善に係る提案やそのサポート

【対象】

中学生以上の個人又は団体（横山公民館区外でも、サポーターとして申込みできます）

【サポート依頼に係る公民館からの連絡】

ご本人又は団体が希望する活動内容のサポートが必要となった際に、横山公民館から改めて電話やメールによりご連絡させていただきます。

【申込み】

横山公民館窓口にある「横山公民館サポーター登録用紙」又は横山公民館ホームページから「サポーター登録用紙」をダウンロードし、必要事項を記入した用紙を横山公民館にご提出ください。

申込み内容を確認の上、講師等を含めたサポーターとして登録させていただきます。

【申込み及び問い合わせ先】

月曜日と祝日の翌日を除く午前8時30分から午後5時まで。

横山公民館（TEL：042-756-1555）

【個人情報について】

個人情報を含む登録用紙は、横山公民館において厳正に管理を行い、目的外の利用は一切いたしません。

【その他】

申込み時にご本人又は団体代表者様の意思確認等のために、簡単な面談を実施いたします。あらかじめご了承ください。

なお、ここでいう「サポーター」とは、無報酬のボランティアです。



横山地区のキャラクター「よこそうくん」です。

相模原市立横山公民館

〒252-0241 神奈川県相模原市中央区横山台 1-20-10

Tel：042-756-1555 Fax：042-756-1599

E-mail: yokoyama-k@city.sagamihara.kanagawa.jp



横山公民館のX(旧ツイッター)



横山公民館ホームページ