

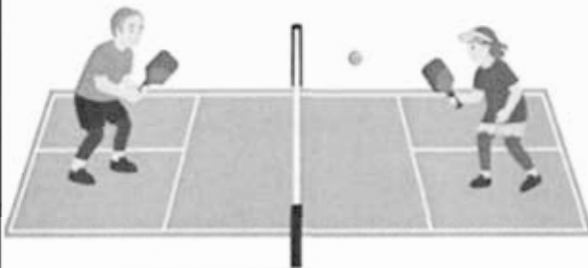
東林公民館からのお知らせ

*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。

第2回 ニュースポーツ体験会

たいけんかい



今、世界的に流行っています!

ピッケルボール

パドル

アメリカ生まれの
ラケットスポーツ。

テニスと卓球とバ
ドミントンと掛け
合わせたようなス
ポーツです!



はじ
初めての人もプレー
でき
出来るようになります!

フィンランド発祥の
ニュースポーツ!!
モルック

木の棒(モルック)
を投げ、木のピン
を倒して得点を競
います。



参加費無料

個人での参加、大歓迎! 家族での参加もOK!
まずは公民館にご連絡を!!

令和8年6月14日(日)午後1時30分~3時30分(予定)

会場 : 東林小学校 体育館

定員 : 30名 参加費 : 無料

対象 : 東林公民館区在住・在勤・在学の方

持ち物 : 体育館シューズ、飲み物、タオル

申込み : 5月16日(土)~6月10日(水) 休館日5月25日(月)を除く

*公民館窓口または電話にて受付

(午前9時~正午、午後1時~午後8時)

夏の朗読会

声 が 紡 ぐ 文 学 の 世 界

出演：さくら朗読会

日時：令和8年 **6月21日(日)**

午前10時00分～正午(受付9時45分～)

会場：東林公民館 1階 ホール

対象：中学生以上

定員：50名(先着順)

入場料：無料・自由席

申込み：公民館窓口またはお電話にて受付

期間 令和8年5月12日(火)～定員に達するまで※休館日5月25日(月)除く

時間 午前9時～正午、午後1時～8時



心に残る短い作品を数編お届けします。

問合せ先 東林公民館 ☎042-744-0087*月曜日と祝日の翌日を除く、9:00～20:00
(正午～13:00を除く)

市民地域清掃

5月30日はポイ捨て禁止条例による「きれいなまちづくりの日」です。「きれいなまちづくりの日」を中心に「市民地域清掃」にご協力をお願いします。地域の道路や広場、ごみ・資源集積場所等を協力して清掃しましょう。



- ・具体的な実施日・集合時間・集合場所等については、回覧などでご確認ください。
- ・「市民地域清掃のてびき」を、4月中旬より自治会宛に配布しています。
- ・道路側溝に土砂等の堆積があり、清掃が必要な場合は、下記お問い合わせ先にご連絡ください。



お問い合わせ 相模原市役所

①ごみの捨て方：資源循環推進課 (TEL042-769-8245)

②道路側溝清掃：各土木事務所

津久井土木事務所 (津久井地区) (TEL042-780-1417)

(相模湖地区) (TEL042-684-3252)

(藤野地区) (TEL042-687-5512)

緑土木事務所 (城山地区) (TEL042-783-8151)

緑土木事務所 (緑区(上記以外)) (TEL042-775-8818)

中央土木事務所 (中央区) (TEL042-769-8266)

南土木事務所 (南区) (TEL042-749-2213)

さがみはら地域づくり大学

令和8年度受講生募集！

～仲間をつくりながら、地域活動を基礎から学べます～



5月募集開始 7月開講



講座内容・受講料等の詳細はこちら↓

お申込み・お問い合わせは、
ユニコムプラザさがみはらまで
(bono 相模大野サウスモール3F)
☎042-701-4370



☆☆☆ 「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



サマーランド

相模原市自治会連合会感謝デー

2026年6月6日(土)、7日(日)、8日(月)

大人(高校生~64歳)	平日 1,000円 土日 1,500円	《営業時間》 平日: 10時~17時 (プールのご利用は16時まで) 土日: 9時~18時 (プールのご利用は17時まで) ※屋内プール+屋外プール(土日のみ一部オープン) +遊園地のりもの乗り放題
中学生	全日 500円	
小学生	<h1>無料</h1>	
幼児(3歳~未就学児) シニア(65歳以上)		

「来園日指定チケット」
の事前購入が必要です
購入はこちら!➡



- ※ 来園者の人数分(無料の方を含む)購入が必要となります。
- ※ 来園予定日の7日前の午前0時から購入可能となります。
- ※ 当日現地での販売はございませんのでご了承ください。
- ※ 各日数量限定となっておりますので、上限に達し次第販売を終了いたします。
- ※ ご来園当日は、「来園日指定チケット」を表示できるスマートフォン等をお持ちください。

お知らせ



【入園規制について】東京サマーランドでは、暴力団関係者、入札票、クッキー(シール、ペイントも含む)のある方の入園をお断りしております。園内で判明した場合は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金や補償はいたしません。
 【持ち込み禁止品について】園内へは、ビン・カン類、刃物類、危険物は持ち込みできません。また、それらをお預かりすることもお断りしております。その他の持ち込み禁止物に関しては公式HPをご確認ください。
 東京サマーランドの利用規定や係員の指示に従っていただけない場合など、運営の妨げとなるような行動をとられる方は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金・補償はいたしません。

お問い合わせ

東京サマーランド
☎042-558-6511(代)
〒197-0832
東京都あきる野市上代 600



健康づくり測定会

自身の身体能力をまず知ることが大切です。
自分の強みと弱みを知り、100歳まで歩ける体を目指しましょう！



開催日：令和8年6月2日（火）

時間：午前10時～11時半 ※参加費無料です

場所：東林第1地域包括支援センター交流室
(住所：東林間5-5-1)

定員：15名(申し込み順)

対象：上鶴間4～8丁目、東林間1～5丁目にお住まいの方

内容：握力や歩行時間等の簡単な測定を6種目行い、
目標や測定結果を測定手帳に記録します。

《持ち物》

- ・測定手帳(お持ちの方)
- ・上履き
- ・飲み物(水分補給)
- ・マスク(任意)

《お申し込み・お問い合わせ》

東林第1地域包括支援センター

電話 042(740)7708

平日 午前9時～午後5時まで

のんびりカフェにおこしく下さい

「認知症の方を含む高齢者にやさしい地域づくり」をモットーに地元住民の方々が気軽に集い、語らう地域コミュニティです。薬剤師や看護師、ケアマネジャーも参加していますので介護に関するお悩みなどのご相談もできます。どなたでもお気軽に参加できますので、ぜひ一度お立ち寄りください。



開催日は、のぼりが目印です★

*都合により急遽お休みのこともございます
御了承ください。

R8

日時：5月16日（土）午後1時30分～3時30分頃 〈お問い合わせ〉

場所：東林間シニアクラブ1階ホール (住所：上鶴間6-6-1)

費用：100円（お茶・おやつ代）



東林第1地域包括支援センター

電話 042(740)7708

平日 午前9時～午後5時まで



りんりんカフェ



東林地区のみなさんが、コーヒーや紅茶などを飲みながら、気軽に集い、お互いの日常を語り、分かり合える場が「りんりんカフェ」です。
お話しを聴いてくれるスタッフもいます。
ぜひ お出かけください！！

開催日：毎月第3火曜日 5月19日、6月16日、7月21日

時間：午後1時半～3時半
時間内の出入り自由です

会場：東林第1地域包括支援センター(交流室)
(東林間5-5-1)



- ・対象：上鶴間・東林間の近隣にお住いの方々
- ・参加費：無料（飲み物、お菓子など有ります）
- ・持ち物：下足入れ（レジ袋）をお持ち下さい
- ・問合せ先：東林第1地域包括支援センター
電話 ☎ 042-740-7708



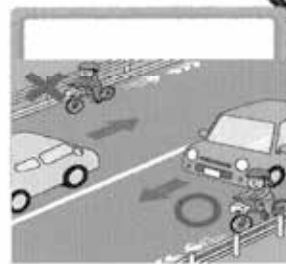
ご利用ください

『東林地区交通安全母の会』が出張講座

サロンや自治会の集まりで交通安全の講座を開催しませんか？
子どもから高齢者まで幅広い年代に合わせた内容で交通安全の出張講座を行います。
相模原南警察署の協力で実施します。費用はかかりません。
開催日時、場所等についてはご相談ください。

【主な内容】

- 神奈川県相模原南警察署員による講座
- DVD上映
- トラビック（エアロビック体操）
- 反射グッズ作り(例キーホルダーなど)



申込/問合せ 東林まちづくりセンター 電話 042-744-5187

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8年

5月8日、22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

5/5 受付開始

とうりんラボ

和紙をつかって、
自分だけのうちわをつくりたい

5月31日(日) 14:00 ~ 15:00

[対象] 小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴) [参加費] 450円
[定員] 10名(先着順) [講師] 東林ふれあいセンター職員 [持ち物] 汚れてもよい服装
[会場] 東林ふれあいセンター 2階 工作室

※画像はイメージです。

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

どうぞご利用ください！ ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします



刃物研ぎ



6月8日（月）東林まちづくりセンター
相南1丁目10-10

受付時間：午前9時30分から
午後1時30分まで



自治会バスをお持ちの方
包丁など3本以上で
1.00円引き

☆受け取りは午後2時まで。（以降は南事務所保管）

☆天候によっては、開催方法等の変更または中止することもあります。
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。

☆料金例：包丁（刃渡り10cm未満500円・刃渡り23cm未満600円）

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

お問い合わせ時間 8時30分～17時まで



随時 センター会員募集中！

さがみはら療育説明会

児童発達支援・放課後等デイサービス

主催：さがみはら子どもの福祉連絡協議会

協力：NPO 法人ぴあっと

日時：6月21日（日）開場10:00～15:00

場所：相模原市産業会館2階展示室

参加費：無料



中央区の児童発達支援・放課後等デイサービスの現場スタッフが相模原市内の療育についてのご質問にお答えします！そのほかにも先輩ママの具体的な話を聞くことが出来る時間を設けていたり、実際に療育に通うための手続きや制度についての説明を行うブースもご用意しますので、これから療育の利用を検討している方や気になっている方はもちろんのこと、現在療育を利用している方もぜひお越しください！

【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



「いくつか不動産店を回ったけれど、年齢を理由に断られた」、「賃貸住宅を探したいけれど、不動産店に行きづらい」など、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8年7月10日(金)	ソレイユさがみ(緑区)
令和8年9月11日(金)	相模原市民会館(中央区)

【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】045-664-6896 (公社)かながわ住まいまちづくり協会

お住まいの地域に関係なく、どちらの会場でも相談可能です。

今後、『地域情報紙』に、犯罪手口等の情報をタイムリーに掲載します。

それぞれが自分事として『意識』することで犯罪被害を防ぎましょう。



相模原南警察署長

042-749-0110

65歳以上の皆様！運転ヘルスチェックを体験してみませんか？

～75歳以上で運転免許を更新する際に必須となる認知機能検査などを体験できるチャンスです！～

開催日時：令和8年6月15日（月） 午前9：30～12：00 午後1：30～4：00

会場：トヨタモビリティ神奈川 相模台店（座間市相模が丘1丁目12-35）

※駐車場（駐輪スペース）あり ※小田急相模原駅北口、徒歩約10分

事前予約
必須！

実施内容：①運転ヘルスチェック（運転認知機能検査体験）

②安全運転サポート車の乗車体験

③交通安全講話

④特殊詐欺防止に係る講話

募集期間：5月20日（水）～6月7日（日）

申込先：042-770-7777

（相模原市コールセンター）

参加費：無料

対象：過去参加していない、南区内在住か在勤の65歳以上の人、午前・午後各10人（申込順）

主催：南区安全・安心まちづくり推進協議会



高齢者が運転免許更新時に受ける認知機能検査や高齢者講習の

代わりになるものではありません。

お問合せ：042-749-2135（事務局：南区役所地域振興課）

とうりん防災瓦版

～知って！備えて！～

第39号

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39号は、「覚えておきたい応急手当」をご紹介します。

災害時は自分や家族がけがをしても、救急隊がすぐに駆けつけられる
とは限りません。いざというときのために、出血、やけど、骨折、捻挫
などの応急手当の方法を覚えておきましょう。



（詳細はさがみはら防災ガイドブック 19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！！

