回覧 小山情報☆

発行日 令和８年９月１日
発　行 小山地区自治会連合会
（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

第64回 小山地区運動会

【開催日時】

令和8年 **10 月 4 日（日）**

午前8時50分～午後2時15分頃（予定）

【会　　場】

向陽小学校 校庭〈雨天中止〉

【種目プログラム(予定)】

開会式　8:50頃～

No.	時間	種目	種目区分
1	9:30～	目指せ！小山地区 No.1【50m走・100m走】	自由参加◇
2	9:50～	ボール運び	自治会対抗
3	10:00～	キックドリブルリレー	自治会対抗 小学生種目
4	10:10～	綱引き	自治会対抗
	10:40～	～ 小休憩 ～ ※(No.1)50m走・100m走の各部門優勝者の表彰を行います	
5	11:00～	ちびっこよ～いドン！ ※幼児種目	自由参加◇
6	11:10～	○×どっちかな？	自由参加◇
7	11:30～	赤ちゃん危機一髪	自治会対抗
8	11:50～	ハンドドリブルリレー	自治会対抗 小学生種目
	12:10～	～ 昼休み(12:10～13:00) ～ 『向陽鼓笛隊演奏 12:15～12:30』 『小山音頭 12:35～12:50』◇	
9	13:00～	玉入れ	紅白対抗
10	13:30～	ゲートボールリレー	自治会対抗
11	13:50～	男女混合リレー	自治会対抗

閉会式　14:15頃

◇『小山音頭』や『自由参加種目』に参加してくれた方にも、参加賞があります♪

♪向陽鼓笛隊の演奏や模擬店もあります♪皆さまのご参加お待ちしています！

☆会場には、来場者駐車場はありません。お車での来場はご遠慮ください。

主催：小山公民館 / 主管：小山地区運動会実行委員会

問い合わせ先：小山公民館（電話：042-755-7500）
受付時間：月曜・祝日の翌日を除く、午前９時～午後5時

小山公民館 子育て応援事業 にこワク親子クラブ

一緒にチャレンジ！

おやこ体操教室

親子体操「ぎゅっとタイム！」　＆　鉄棒「バーチャレンジ！」

１０月１１日（日）10：00 ～ 11：30

※受付は9：40～9：55　参加無料

場　所　**小山公民館　大会議室**

対　象　年少～年長のお子さんと保護者（館区内の方優先）
※お子さんのみの参加はできません。必ず保護者と一緒にご参加ください。

定　員　15組（申込順）　※未就学児のお子さんは保育スタッフによる保育も可能です
※保育は事前申込みが必要です（概ね２歳～未就学児）

内　容　親子で楽しめる体操教室（ふれあい体操、鉄棒）★ご家庭での指導のアドバイスも！

講　師　SakuSaku 体操教室　代表　櫻井　宏昌さん

持ち物　筆記用具、水分補給用の飲み物、動きやすい服装・運動靴、汗拭きタオル

申込み　申込みフォーム（右の二次元コードまたは https://logoform.jp/f/PfXBw）にて
９月１３日（日）午前９時から（定員に達し次第締め切り）

主　管　にこワク親子クラブ実行委員会

主催・問合せ　小山公民館　TEL 042-755-7500（月曜、祝日の翌日を除く午前９時～午後５時）
メール　oyama-k@city.sagamihara.kanagawa.jp

小山公民館 父子参加型講座 週末エンジョイファーザー

わが子の安全は私が守る！！

乳幼児の安全を守るための講座

乳幼児を育てる上で必ず知っておきたい、
お子さんの命や身の安全を守るための大事なポイントをお伝えします。　参加無料

１１月７日（土）午前１０時～１１時５０分

場　所　小山公民館　多目的室（土足禁止のお部屋です）

対　象　０歳～概ね３歳のお子さんを子育て中のお父さん（館区内の方優先）
※お子さん同伴でご参加ください（見守りスタッフ（実行委員）がおります）
※プレパパさんやお母さん（プレママさん）の参加も可能です

定　員　10組（申込順）　※未就学児のお子さんについては保育スタッフによる保育も可能です
※保育は事前申込みが必要です（概ね２歳～未就学児）

内　容　①いざという時の応急手当教室 ②乳幼児期にひそむ危険～実際にあった事例から学ぶ～

講　師　相模原消防署警備課職員、独立行政法人国民生活センター商品テスト部 髙橋 ひかり さん

持ち物　筆記用具、水分補給用の飲み物、普段のお出かけの持ち物
（着替え、おしりふき、紙おむつ、タオル、おもちゃ 等）

申込み　申込みフォーム（右の二次元コードまたは https://logoform.jp/f/Qnu8R）にて
９月１９日（土）午前９時から（定員に達し次第締め切り）

主　管　週末エンジョイファーザー実行委員会

主催・問合せ　小山公民館　TEL 042-755-7500（月曜、祝日の翌日を除く午前９時～午後５時）
メール　oyama-k@city.sagamihara.kanagawa.jp

☆☆☆　「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

小山地区敬老事業

小山地区敬老事業実行委員会は今年度、対象となる方に感謝の気持ちを込めてお祝い品をお贈りいたします。

お届けは９月中旬から下旬を予定しております。

なお、対象となる方は次に該当する方です。

✧ 令和８年９月１５日時点で８０歳以上の方

✧ 小山地区に住民登録されている方

主　催：小山地区敬老事業実行委員会
問合せ：事務局　０４２－７５５－０３５０（小山公民館内）

０～３歳くらいの乳幼児とご家族　妊婦さんも大歓迎！

あつまれ！おやこ

～ 子育てサロン ～

☆事前申し込み、登録不要！
☆駐車場あり　車で来館できます！

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活用ください。お父さん、お母さんの子育てを応援します！

９月24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。

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

ほっとほっとカフェ

９月１６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

●参加費　１００円　●次回は１０月２１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

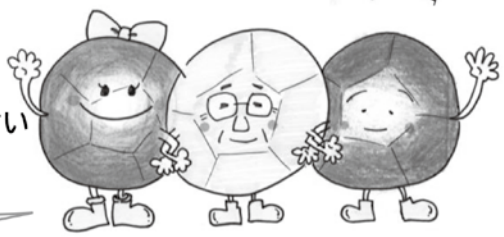
ボッチャをやってみよう！

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、でも奥が深くておもしろい！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！

９月１６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

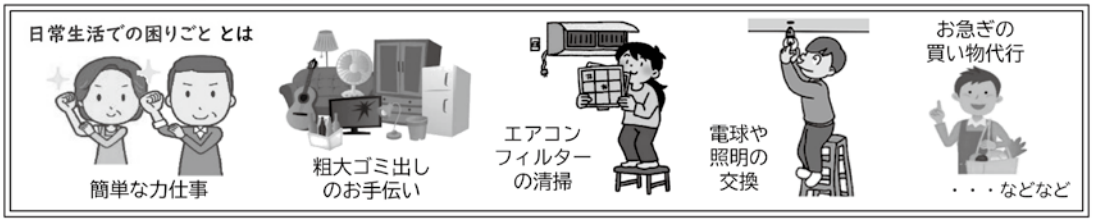


お手伝いして下さる方　募集中！

企画運営：ボ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



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

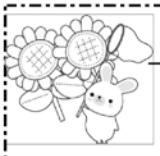
互近助（ごきんじょ）「困ったときはお互い様」の気持ちで、ご近所どうし助け合い支え合いましょう　**おやま生活サポートセンター**

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



あなたの　《 聴 く 力 》が

小山のシニアの元気と安心につながります o(^ー^)o

特別な資格は不要です。月に１～２回、ご都合の良い時間だけでOK!

利用者様のお宅に二人一組で訪問して、楽しくお話をしたり、

高齢者施設に訪問し、複数の方たちと一緒に歌を歌ったりする、楽しいボランティアです。

公民館行事、福祉行事への参加もしています。

小山地域内で１回の活動は１時間、１００円の訪問活動費を支援。

GW、夏休み、年末年始休みもあります。

お気軽に、電話をください。

利用者様の紹介もお願い致します。

☎連絡お待ちしています

小山傾聴ボランティア・クローバー　代表：　小林　昇　　090-8118-8444

宮 下　いきいき　サ ロ ン

地域の皆様の憩いの場

令和８年１０月度イベント

ためになるお話し

日　時　令和８年１０月９日（金）
午前１０時～１１時半
場　所　こばと児童館
参加費　１００円　　予約はいりません

11 月度予定　11 月 13 日（金）ためになるお話し（仮）

小山地区社会福祉協議会　　**問合せ先　井浦（080-1097-1350）**

高齢ドライバーのみなさん

運転前にできる簡単なストレッチをしよう！

令和７年に中央区で発生した交通事故の約４割は、高齢者による事故です。運転操作や安全確認をよりスムーズに行えるよう、運転前に簡単にできるストレッチをしましょう。

ストレッチ方法（参考）

○肩のストレッチ
　両肩を耳に近づけるように持ち上げ、ストンと一気におろす（3回）。
○首のストレッチ
　首を左右にゆっくり倒したり、回したりする。
○上体のひねり
　上体を左右にゆっくりひねり、後方を確認する動き
　を意識して3秒キープ（左右3回）
　※痛みを感じた場合は無理に動かさないようにしましょう。

問い合わせ　中央区役所地域振興課
電話042－769－9801

第21回さがみはら市民活動フェスタ

9月27日（日）
9：30～14：30
淵野辺公園へGO！

「つなげる　拡げる　市民力」市内で活動しているボランティア団体がパフォーマンスやブース出展しています（荒天中止）。秋の始まりを満喫できるイベントです。

【問合せ】さがみはら市民活動サポートセンター
ＴＥＬ　042-755-5790
E-mail　sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp　※ ご来場は公共交通機関をご利用ください。

市民活動フェスタ「かき氷ブース」出店情報

出店団体：相模原市自治会連合会

日時：9月27日（日）9時30分～14時30分

場所：淵野辺公園　中央広場

内容：かき氷　1杯100円
（シロップかけ放題）

✿自治パス持参特典✿

自治パス提示で1杯プレゼント
※他にも良いことが・・・？

【問合せ先】相模原市自治会連合会　電話042－753－3419

令和8年度　相模原市　健活！チャレンジ

個人部門１　スマホでチャレンジ！アプリコース
★1日平均 6,000 歩以上で抽選の対象に！
★特別賞「さがみんのとっておき賞」を新設!!
個人部門２　レポート提出でチャレンジ！コース
★健康づくりに関する目標に30日取り組むと抽選対象に！
グループ部門　グループで平均歩数を競います
★平均歩数が上位のグループに記念品を贈呈！

実施期間　個人部
前期：9月1日～11月30日（抽選12月）
後期：12月1日～令和9年2月28日（抽選3月）

実施期間　グループ部
10月1日～12月31日（抽選1月）

【問合せ】
相模原市コールセンター
042-770-7777

詳しくは市HP
こちらから→

緑の募金運動にご協力を！

緑の募金運動とは？

「緑の募金による森林整備等の推進に関する法律」に基づき、全国で実施されている募金運動です。集められた募金は、県内・市内の森林整備活動や緑化の推進、被災地域の復旧・復興などに活用されます。

募金方法は？

(公財)相模原市まち･みどり公社までご連絡ください。振込用紙などをお送りします。

募金は
随時受付中です！

◆公益財団法人相模原市まち･みどり公社
〒252-0236　相模原市中央区富士見 6-6-23
TEL　042-751-6624(みどり推進課)
FAX　042-751-2345

第 23 回相模原お店大賞　投票受付中！

＜投票期間：令和８年８月 20 日(木)～令和８年 10 月 20 日(火)＞

相模原お店大賞は、地域商業の活性化と消費者へのサービス向上を目的に、相模原市内で小売・飲食、サービス業を営んでいる店舗の中から、地元を愛し、地域貢献に取り組み、相模原市をリードしていくような、個性的で魅力ある店づくりを行っている店舗を表彰する事業です。

投票は①公式ホームページ②インスタグラム③X（旧 Twitter）④郵送・FAX の 4 種類で行っており、投票頂いた方には、抽選で総額 30 万円相当のプレゼントが当たるキャンペーンも実施しています。ぜひ、みなさまの推しのお店にご投票ください！

詳しくは公式ホームページへ！！
https://sagamihara-omise.com

【お問合せ】
相模原商工会議所「相模原お店大賞」実行委員会
TEL：042-753-8135
Mail：omise@sagamihara-cci.or.jp

太鼓祭 in さがみはら

特別ゲスト スピリット 登場

●メンバー　森住秀斗･高木啓輔･篠原伍慧･竹内幹太

◆ 太鼓祭 in さがみはら　第８回関東大会 ◆

開催日：２０２６年１１月１日（日）　　時　間：１３：００　開演予定
会　場：相模原市民会館　ホール　　料　金：２,５００円【税込】
【プレイガイド】●相模原市民会館　/　来館受付　０４２－７５２－４７１０
●チケットぴあ　/　Pコード：３２７－１５３
【問い合せ】日本太鼓協会まで　電話０４８－５４３－１６７７

10月 4日(日) 13:30～15:30　土壌動物観察会

＊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）　ここももの森地図

参加費 ： 300 円（資料代、保険料）小学校 3 年生以下は保護者同伴

持ち物 ： 筆記用具、帽子、長そで、長ズボン

申し込み方法（受付：9/15～9/30 まで）　定員 20 組

①参加者全員の名前（ふりがな）、②学年、代表者（保護者）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。

拠点登録：大野中公民館、　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、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

ホームページ

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

シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和8年10月、11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10月開講予定日		令和8年11月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ（パソコンの基礎）	01	2(金)	9(金)	—		午前
	02	—		5(木)	12(木)	午後
パソコン入門Ⅱ（パソコンの利用）	03	16(金)	23(金)	—		午前
	04	—		19(木)	26(木)	午後
ワード入門Ⅰ（文章作成）	05	—		6(金)	13(金)	午前
	06	8(木)	15(木)	—		午後
ワード入門Ⅱ（表と画像）	07	—		20(金)	27(金)	午前
	08	22(木)	29(木)	—		午後
エクセル入門Ⅰ（データ入力）	09	8(木)	15(木)	—		午前
	10	—		4(水)	11(水)	午後
エクセル入門Ⅱ（データ活用）	11	22(木)	29(木)	—		午前
	12	—		18(水)	25(水)	午後
パワーポイント入門	13	19(月)	26(月)	—		午前
	14	—		9(火)	16(火)	午後
スマホ入門Ⅰ（基本と写真）Android	15	—		5(木)	12(木)	午前
	16			—		午後
スマホ入門Ⅰ（基本と写真）iPhone	17	—		—		午前
	18	2(金)	9(金)			午後
スマホ入門Ⅱ（地図やLine等）Android	19	—		19(木)	26(木)	午前
	20			—		午後
スマホ入門Ⅱ（地図やLine等）iPhone	21	—		—		午前
	22	16(金)	23(金)			午後

主催　希望の仲間さがみはら　　後援　相模原市

♫懐かしい昭和歌謡をみんなで歌う♫

～ストレッチをして身体をほぐし、TaYu²(たゆたゆ)の
高橋 由香子(ピアノ)と岡 民也さん(ベース)の生伴奏で
明るく元気よく歌いましょう ～

【日　時】 9月23日(水・祝) 14:00～15:45 （13:40受付開始）
【案内役】 高橋 由香子 （歌集本は受付時にお貸し致します）
【場　所】 ソレイユさがみセミナールーム1(JR橋本駅北口「イオン橋本」6階)
【定　員】 100名(申込順)【参加費】 1000円
【申込先】 希望の仲間さがみはら事務局 ☎ 090-8117-8525 (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。

9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です

消費者トラブルのご相談は

042－775－1770

相模原市消費生活総合センターへ

相談受付時間
月～金：午前9時～午後4時
（第2・4金曜日は午前9時～午後6時）
土日祝日：午前9時～正午、午後1時～午後4時
※年末年始（12/29～1/3）はお休みです。

お近くの消費生活相談窓口につながります
消費者ホットライン
局番なし 188

地球温暖化防止の講座やイベントを開催しませんか

当協議会では、暮らしの中で実践できる省エネや節電などについてお話しする講座やイベントを実施しています。ぜひ自治会、公民館、こどもセンターなどの事業にご活用ください。講座の時間や内容、費用についてはお気軽に当協議会にお問い合わせください。

映像を通じて分かりやすく説明します。
・暮らしの中で実践できる私たちの省エネ
・地球温暖化の現状など

協議会のホームページでは地球温暖化について考える動画コンテンツ「みんなのさがぼーチャンネル！」や初級編と上級編が選べる「地球温暖化防止クイズ」を掲載しています。下のQRコードからアクセスしてみてね！

工作やカルタを通してお子さんも楽しく参加できる講座です。
・ソーラーランタン工作 ・ソーラークッカー工作
・ソーラーオルゴール工作・ジャンボかるた大会
・地球温暖化防止クイズなど

未来へSwitch! ゼロカーボン さがみはら

【お問い合わせ】NPO法人さがみはら地球温暖化対策協議会（アースクールさがみはら） 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 042－753－9550 メール：info@s-ontaikyou.jp

「クールシェアさがみはら」実施中！
家庭でのエアコン使用を控え公共施設やお店での買い物、イベントなどに参加して涼しく楽しい空間をシェアしましょう！10月31日まで実施します。

宅地災害の防止等を目的とした擁壁の改修や崖地の崩落防止工事をお考えの方へ

相模原市宅地防災対策工事助成金制度のお知らせ

対象工事	内容	助成額
防災対策工事	崖崩れの防止を目的とした工事 （擁壁工事など）	対象工事費用の３分の１ （上限 300 万円）
減災対策工事	崖崩れの被害軽減を目的とした工事 （擁壁補強工事、擁壁補修工事 など）	対象工事費用の３分の１ （上限 100 万円）

助成対象となる崖地

・営利を目的とする事業の用に供するものでない
・高さが２ｍを超え、崖の角度が３０度以上ある
・崖崩れが発生した場合の影響範囲に、第三者が居住する建物や公共施設または私道がある
・擁壁などの場合、築造から１０年を超えている
・工事対象となる土地を５年以上所有している　など

※予算に達した時点で受け付け終了。
詳しくは市 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

【問合せ】相模原市役所　開発調整課　０４２（７６９）６１２８

－ 庭木のお手入れ できていますか？ －

住まいや空き家の庭木の管理を怠ると...
・枝が伸びて通行の妨げや近隣トラブルの原因に
・大雨や強風で倒木の危険性が増します

☞日常的な庭木のケアのポイント
☑ 傾斜や腐朽、道路や隣地へのはみ出しがないか確認
☑ 定期的な剪定で適切な高さや大きさを保つ

☞自分自身で管理が難しいときは、専門業者に相談
● 安心できる業者に庭木の剪定・伐採を任せたい
● ハチの巣の駆除をすぐに依頼したい

相模原造園協同組合　庭木の剪定などの相談窓口
０４２－７７３－８９７７【相談無料】　組合HP
（平日 10 時～15 時 ※水曜日を除く）
ご相談・お見積は無料／作業費は有料

相模原市 住宅課 042-769-9817