

令和8年度

中央地区っていいなあ フェア

時間・内容は
プログラム等で
お知らせします

講演会
各種団体の
ステージ、
展示、体験など

令和8年11/14(土)~21(土)開催

開催場所：中央公民館

地域のひろば

自治会連合会

みんなのひろば

公民館利用サークル団体

こどものひろば

地区子連・
青少年健全育成協議会など

福祉のひろば

社会福祉協議会

健康ひろば

健康づくり普及協議会など

展 示

ロビー展示

午前9時(開館時間)~午後8時(最終日は午後5時まで)

サークル展示

午前9時(開館時間)~午後5時(サークル作品があるため)

11/14(土)

ステージ発表

午前9時30分~
フェア初日セレモニー

午前10時~
午後7時まで
少林寺拳法
民謡
邦楽アンサンブル
など



11/14(土)
ワンテブルマルシェ
(小さな市場)も
出るよ!

11/15(日)

みんなで
楽しむ催しDay!

模 擬 店

午前10時~午後3時まで
「あいことばをさがせ!」
参加でおみやげゲット!!

缶バッジ作り、昔のあそび体験
宇宙服試着、プラレール組立
体力測定などの催し
やきそば、ポップコーンなどの
模擬店もあり



11/19(木)

福祉講演会

映画上映会
午後2時~4時

申込みが必要です
10月15日(木)から
先着80名

©2021映画
「老後の資金が
ありません!」



さまざまな団体の
ひろばで楽しもう

11/21(土)

健康フェア

午前10時~
午後3時まで

赤ちゃん運動会
ボッチャ、中国体操
足つぼヨガができます

親子で手作り(ABC講師)
料理教室あり
申込みが必要です



知りたいこと、楽しいこと、元気になることで
この街に住んでいることがもっと好きになる!!

令和 8 年度 中央地区社会福祉協議会シニア交流会

どなたでも楽しめるスポーツです
一緒にたのしみませんか♪

グラウンドゴルフ体験会

＊実施日：令和 8 年 10 月 20 日（火）午前 10 時～12 時

＊集合場所：中央公民館 大会議室

＊参加費無料

＊定員 20 名

＊申込制：042-758-0130 まで電話下さい

＊持ち物：特になし（動きやすい服装でお越しください）

＊雨天の場合は室内スポーツ（ボッチャ・モルック）体験会になります

社会福祉協議会は賛助会費・共同募金を財源に福祉活動を推進しています

問合せ先：中央地区社会福祉協議会 電話 042-758-0130



〈キララちゃん〉

中央地区社会福祉協議会 令和 8 年度福祉講演会

天海祐希主演！

痛快！お金のコメディ・エンターテインメント！

「映画上映会」～老後の資金がありません～

＊実施日：令和 8 年 11 月 19 日（木）14 時～16 時（13 時 30 分～受付）

（中央地区いいなフェア期間内）

＊集合場所：中央公民館 大会議室

＊参加費無料

＊予約制：10 月 15 日（木）から定員（先着 80 名）に達するまで

下記連絡先へ電話か社協窓口受付（平日 9：00～17：00）

＊留守番電話の場合は「名前、映画への参加人数、連絡先」を残してください。

開所時間内に折返しご連絡します。

社会福祉協議会は賛助会費・共同募金を財源に福祉活動を推進しています

問合せ先：中央地区社会福祉協議会 電話 042-758-0130



〈キララちゃん〉

ABC Cooking Studio 講師が教える



親子で手作り♪お料理教室



忙しい日常の中でも、お料理を通して、家族との食事や会話を楽しむきっかけに！
生地から手作りのキッシュ・野菜たっぷりクリームスープ・簡単炊き込みピラフ にチャレンジ！

日 時： 令和 8 年 11 月 21 日（土） 午前 10 時 00 分～12 時 30 分

会 場： 中央公民館 料理実習室 （受付は午前 9 時 45 分から）

募集人数： 親子 12 組 計 24 名（募集人数を超えた場合は抽選）

対 象： 小学 1 年生以上のお子さんとその保護者

講 師： ABC クッキングスタジオ 今関 静世氏

参加費： 1 組 1,000 円

持 ち 物： エプロン・三角巾（バンダナ）お子さんは上履き、飲み物、手拭きタオル

申 込 み： 令和 8 年 10 月 17 日（土）～10 月 25 日（日）

QRコードからのみ、お申込みいただけます

（公民館窓口や電話での受付はいたしません）

申込みの結果は 10 月 28 日（水）以降にメールでお知らせします

主催・問合せ：中央公民館 TEL 042-758-9000

ABC クッキングスタジオ
の先生がやって来る♪
忙しくても簡単で美味しく
作れる工夫がいっぱい♡



申込 QR コード



中央地区社会福祉協議会からののお知らせ

友達作り♪

予約不要♪

子育てサロンのお知らせ



日にち	時間	名称・場所	内容
10月23日(金) 11月27日(金)	10時30分 ～ 11時30分	ふれあいむらとみ ～子サロの時間～ ・矢部自治会館	パネルシアターやかみしばい、手遊び、親子ふれあい体操他
11月4日(水) 12月2日(水)		子育てサロンやえい ・弥栄児童館	パネルシアターやかみしばい、手遊び、親子ふれあい体操他
11月5日(木) 12月2日(木)		子育てサロン さくらぐみ ・東町連自治会館	11月 楽器遊び 12月 クリスマスの制作

※実施内容は変更になる場合があります。ご確認他の問合せは下記電話番号をお願いします。

参加無料♪

各サロンには
保育士さんも来てくれます
民生委員・児童委員さんも
お待ちしております！



社会福祉協議会は賛助会費・共同募金を財源に福祉活動を推進しています

問合せ先：中央地区社会福祉協議会 電話 042-758-0130

〈キララちゃん〉



～西門ちゅうちゅー喫茶～

ノスタルジー



「西門ちゅうちゅー喫茶ノスタルジー」は、認知症の人やその家族、地域住民の誰もがふらっと立ち寄れる集いの場所です。おしゃべり、音楽、ミニ講座、脳トレなどで楽しく過ごしています。どうぞお気軽に遊びに来てください。認知症や介護の相談にもなっています。

【日 時】10月22日（木）

午後1時30分～午後3時30分

※腹話術・手品で笑って楽しく免疫力を高めよう！

【会 場】「喫茶室 ノスタルジー」

住所：中央区相模原 6-24-5

※「西門の銭湯」の道路を挟んだ真向いです

【費 用】飲み物代 200 円

【問合せ先】中央地域包括支援センター

☎042-730-3886（8：30～17：00）



ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

刃物研ぎ

【自治バス割引】

3本以上で100円引



開催予定日：令和8年10月23日（金）

開催場所：中央事務所

（富士見 4-3-1）

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!!

★受け取りは午後1時頃まで

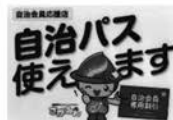
★悪天候等によっては開催方法等の変更及び中止することもありますのでご了承ください。

★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 Tel.042-754-1177

8時30分～17時まで





園庭開放

毎週：月・水・金 10時～12時 ～予約不要～
(天候や園の行事により、お休みになる場合があります)

10月5日(金)「お散歩ビンゴ」
イベントDAY♪ 10月10日(月)「秋季大運動会」
10月30日(金)「ハロウィンイベント」

おひさま教室

月1回開催 ～要予約～

対象年齢：0～3歳児の未就園児親子
教職員がおたのしみを用意して待っています！
一緒に楽しく遊びましょう♡

【日程】

・9月19日(土)
・11月18日(水)
・12月9日(水)

予約や最新情報はコチラ

☎042-752-4842



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)

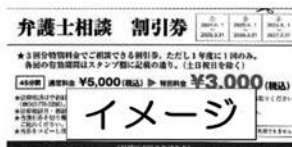
相談場所 相模原相談センター (神奈川県弁護士会)

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)



相模原市 市民・行政協働運営型

市民ファンド「ゆめの芽」

～令和9年度実施分 募集のお知らせ～

市民ファンド「ゆめの芽」とは？

市民の皆さんや企業からの寄附金を資金としており、市内
で活動する市民活動団体が、市民を対象とした公益的な事業
を実施する際の活動費を助成する市民ファンドです。

【問合せ】

特定非営利活動法人 市民ファンドゆめの芽
TEL 042-752-0885 FAX 042-756-0973
メール fund@yumenome.com
ホームページ http://www.yumenome.com

助成対象団体

- 構成員が5名以上の団体
- 会則又は規約を定め、継続的な活動を実施、または予定していること
- 相模原市内に活動拠点があること



申込

令和8年12月11日(金) 必着
申請書等をメールにて送付してください

《ゆめの芽 HP》

募集要項・申請書等が
ダウンロードできます。



令和8年度



成年後見制度 市民公開講座&無料相談会

事前予約制 先着順

日時 11月21日(土) 第1部 午後1時30分～ 第2部 午後3時～
会場 南区 南保健福祉センター 2階 集団指導室

第1部 (講座) 親の判断能力が低下する前に
 ～成年後見制度で備える家族の安心～ 定員 40名
 講師：行政書士

第2部 (無料相談会) 定員 20組
 弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士、税理士による成年後見制度に関する個別相談会 (30分程度)

申込み開始日：10月1日(木)～ 申込期日：11月13日(金) 午後5時迄

社会福祉法人相模原市社会福祉協議会
 さがみはら成年後見・あんしんセンター 電話 042-756-5034

お申込みはお電話又は
 QRコードからお願いします



10月31日(土) 9:45～11:45 (受付 9:30)
森さんぽ「秋を探検する植樹会」 *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：ここものの森 (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) 小学校3年生以下は保護者同伴

持ち物：飲み物、筆記用具、帽子、長そで、長ズボン、軍手



ここものの森地図

申し込み方法 (受付：10/15～10/28 まで) 定員 25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 主催：木もれびの森の花と木々を守る会 (ここものの会)

問い合わせ先 ☎ (代表) 杉山 090-9954-0190

ホームページ



シルバー人材センター パソコン/スマホ教室

令和8年11月、12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11月開講予定日	令和8年12月開講予定日	時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	—	2(水)	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(水)	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	—	2(水)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	20(金)	27(金)	午前
	08	—	16(水)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	4(金)	午前
	10	4(水)	11(水)	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	18(金)	午前
	12	18(水)	25(水)	午後
パワーポイント 入門	13	—	14(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	—	4(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	—	18(金)	午後

相模原市後援

弁護士・司法書士・税理士・社会保険労務士・行政書士・土地家屋調査士による

合同無料相談会

法律の専門家に相談できる、チャンスです！！

令和8年10月25日（日）場所：相模原市市民会館 3F 大会議室

時間：午後1時30分～午後4時 （当日受付順 予約不要）

主催：相模原士業連絡協議会

構成団体：神奈川県弁護士会相模原支部、神奈川県司法書士会相模原支部、東京地方税理士会相模原支部

神奈川県社会保険労務士会相模原支部、神奈川県行政書士会相模原支部

神奈川県土地家屋調査士会相模原支部

問合せ 神奈川県弁護士会相模原支部 042-751-0958

看護職復職支援「復職技術研修会」

看護の仕事から離れていた方が、安心して復職できるよう採血・輸液・BLS（一次救命処置）の実習を通じ、復職に向けた看護知識について学ぶ研修会を開催します。個別の復職相談も行います。

日時 11月8日（日）午前9時30分から午後3時まで

場所 相模原看護専門学校（南区新磯野4-1-1）

小田急小田原線「相武台前」駅からバス「相武台グリーンパーク」行、終点下車

対象 保健師・助産師・看護師・准看護師の有資格者

定員 20名（申込順）※10月30日（金）までに電話、

ホームページ等から市病院協会事務局へ

参加費 無料 その他 託児あり

【問合せ・申込み】

相模原市病院協会事務局 電話 042（755）0531



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11月13日（金）	ユニコムプラザさがみはら（南区）
令和9年1月8日（金）	ソレイユさがみ（緑区）
令和9年3月12日（金）	産業会館（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。

防災用品購入費等補助金

～万が一の災害に備え、防災対策をしっかりと行いましょう！～

相模原市では、防災対策を行う方に対し、補助を行います。

【補助対象者】 購入（設置）日及び申請日に市内に居住し、住民登録をしている方
（1世帯1回のみ申請となります。）

【補助対象経費】 対象となる防災用品の購入費及び設置費

【補助対象となる防災用品】 令和8年9月15日以降に購入・設置した次のもの

- ・感震ブレーカー
- ・家具転倒防止器具
- ・消火器
- ・住宅用火災警報器
- ・災害用トイレ
- ・ラジオ
- ・防災用品セット

【補助額】 設置及び購入費用の2分の1、上限1万円（100円未満切り捨て）

【申請受付・方法】 令和8年10月15日（木）から12月15日（火）まで

※予算に達した時点で受付を終了します。（先着順）

申請は、右の二次元コードから電子申請にてお願いいたします。

詳しい申請方法も掲載していますので、あわせてご確認ください。

電子申請がご利用できない場合は、各区役所地域振興課、まちづくりセンターなどに紙の申請用紙をご用意していますので、ご活用ください。



市ホームページ

【お問合せ】

相模原市コールセンター 042-770-7777 （担当 危機管理統括部）

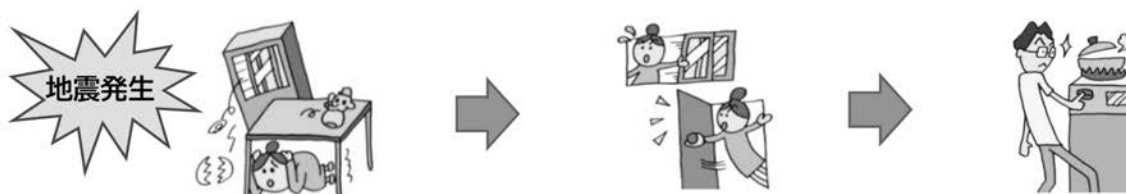
さがみはら1分間行動訓練の実施について（お知らせ）

令和8年10月25日（日）午前9時00分に市内で一斉に実施します。

ひばり放送やFMHOT839（エフエムさがみ）の放送等を合図に実施しましょう！

○大規模地震発生時の最初の1分間に、落ち着いて適切な行動をとるための訓練です。

○地震が起きたときの行動について、地域や家族、職場などで確認しておきましょう。



1 その場に合った身の安全の確保

- ・机やテーブル等がある場合は、その下に入る。
- ・家具類やガラス戸から離れ、座布団等で頭部を保護する。
- ・その場で、姿勢を低くし、頭部を荷物や手で保護する。

2 出口・避難路の確保

- ・地震の揺れにより建物がゆがみ、出入口が開かなくなることがあります。
- ・早めにドアや窓などを開けて、出口（避難路）を確保しておきましょう。

3 火の始末

- ・自分の家から火事を出さないようにしましょう。
- ・ただし、大きく揺れている間に無理して火を消そうとすると、やけどをすることもあり危険です。
- ・まずは、身の安全を確保してから火を消してください。

【問合せ先】

相模原市危機管理局危機管理統括部 ☎042-707-7044

自転車の盗難が多発しています！

中央区内の自転車の盗難被害は、今年の7月末時点で320件発生しており、昨年の同じ時期に比べて52件増加しています。

自転車を利用されている方は被害に遭わないよう十分注意しましょう。

■ 被害の傾向

被害の多くは自宅の敷地内で発生しています。

特に、無施錠の自転車が狙われやすい傾向にあります。

自宅だからといって油断せず、必ず施錠をするようにしましょう。

■ ツーロック

備え付けの鍵をかけるだけでなく、それに加えチェーンロックやワイヤーロックなどをかけることで、盗難被害のリスクを大幅に減らすことができます。



問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801

**4R(ごみの発生抑制・排出抑制・再使用・再生利用)の推進と
食品ロスの削減をお願いします！**

【リフューズ（ごみの発生抑制）】

必要ないものを受け取らない・買わない

- 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^わやスプーン^{ばし}はもらわない
- 買い過ぎない

【リデュース（ごみの排出抑制）】

物を大切に使い、ごみを減らす

- 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（再使用）】

使える物は、繰り返し使う

- 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（再生利用）】

ごみを資源として再び利用する

- 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



みんなもおうちで
やってみよう！



【食品ロス削減】

本来食べられるのに捨てられてしまう食品を減らし、焼却による二酸化炭素を削減

- 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

NPO 法人さがみはら地球温暖化対策協議会
(愛称アースクールさがみはら)
相模原市中央区富士見 1-3-41 Tel.042-753-9550



10月1日から資源とごみの分け方、収集曜日が一部変更になりました。

新たな収集曜日は
こちら

町名・大字		資 源	プラス チック	ペット ボトル／ 有害ごみ	燃やすしかな いごみ (一般ごみ)	町名・大字		資 源	プラス チック	ペット ボトル／ 有害ごみ	燃やすしかな いごみ (一般ごみ)
相生		木	月	火	水・土	東淵野辺		水	金	火	月・木
青葉		金	火	水	月・木	光が丘		金	火	水	月・木
大野台	(中央区のみ)	火	水	金	月・木	氷川町		火	水	金	月・木
小山		火	水	金	月・木	富士見		木	月	水	火・金
鹿沼台	★1・2丁目の 一部→夜間収 集	水	金	火	月・木	淵野辺1～4 丁目	★淵野辺3～4 丁目の一部→ 夜間収集	金	火	水	月・木
上溝	★3～7丁目の 一部→夜間収 集	水	月	木	火・金	淵野辺5丁 目	★淵野辺5丁 目の一部→夜 間収集	金	火	水	月・木
上矢部		金	火	水	月・木	淵野辺本町 1・2丁目		金	火	水	月・木
共和		水	金	火	月・木	淵野辺本町 3～5丁目		金	火	水	月・木
向陽町		火	水	金	月・木	星が丘		火	月	木	水・土
小町通		月	水	木	火・金	松が丘		火	水	金	月・木
相模原	★1～5丁目の 一部→夜間収 集	月	水	木	火・金	緑が丘		金	火	水	月・木
下九沢	(中央区のみ)	金	木	月	水・土	南橋本		水	月	木	火・金
水郷田名		木	火	月	水・土	宮下		火	水	金	月・木
すすきの町		火	水	金	月・木	宮下本町		火	水	金	月・木
清新		水	火	金	月・木	弥栄		火	水	金	月・木
高根		火	水	金	月・木	矢部	★矢部2・3丁 目の一部→夜 間収集※	木	月	水	火・金 ※水・土
田名	(中央区のみ)	木	火	月	水・土	矢部新町		金	火	水	月・木
田名塩田		木	火	月	水・土	陽光台		金	火	水	月・木
中央		木	月	水	火・金	横山		月	水	木	火・金
千代田		火	月	木	水・土	横山台		月	水	木	火・金
並木		金	火	水	月・木	由野台		水	金	火	月・木

分け方の
詳細について
はこちら



問い合わせ先：
市コールセンター
☎042-754-1111

SAGAMission
～分ければ資源、
混ぜたらごみ～

