

★ 回覧 光が丘情報

発行日 令和 5 年 9 月 1 日
発行 光が丘地区自治会連合会
(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

光が丘地区自治会連合会

地区連ニュース No. 133

2023年9月号

R5 安全安心まちづくりのつどい



7月7日(金)午後7時から青葉小学校体育館で「安全安心まちづくりのつどい」を実施し、自治会・交通安全母の会・交通安全協会・青少年健全協・学校・PTA・防犯指導員・老人会から約134名が参加しました。



相模原警察署の交通安全に関する講話に続いて、最新の各種「自転車ヘルメット」を着用した「交通安全母の会」役員や子供達と、飛び入り参加の校長先

生方が曲にのってランウェイを歩く“自転車ヘルメット・ショー”で盛り上がりました。ショーの最後には抽選で自転車ヘルメットを参加者10名にプレゼントし、地域での着用拡大によって自転車事故から“自分の命を守る”啓発活動となりました。



最後は、光が丘地区自治会連合会の熊谷副会長による子供を犯罪から守る「3つの砦」というタイトルで講演を行いました。

子供達に持たせる防犯ブザーや自衛で教える「いかのおすし」などは「最後の砦」で、その前に見分けがつかない“危険な人”ではなく、“危険な場所”に注目する「中間の砦」、そして地域で“知っている人”を増やし「コミュカ(こみゆりよく)」を上げる「最初の砦」の重要性を具体的な事例を交えて紹介しました。

傍観者ではなく、“最初に手を上げる人”が沢山いる光が丘地区が目標です。

ホームページにも記事が掲載されています
いるので、右QRコードからご覧ください。
光が丘地区自治会連合会ホームページ
<https://www.hikarigaoka-chikuren.jp/>



令和5年 第47回光が丘地区ふるさとまつり特集

8月19日(土) 午後2時45分から、光が丘小学校校庭で「令和5年第47回光が丘地区ふるさとまつり」が開催されました。盛り沢山の「こども企画」に加え、4年ぶりとなる模擬店・大抽選会・盆踊り・花火もあり大盛況で、約2000人の来場者がありました。



榎田光小校長先生のあいさつで開会



待ちに待ったおまつり



賑わっていた模擬店



少年野球チームのストライクアウト



キッズコーナーの射的



青葉響太鼓の演奏



大人気！スライム作り



天馬太鼓の演奏



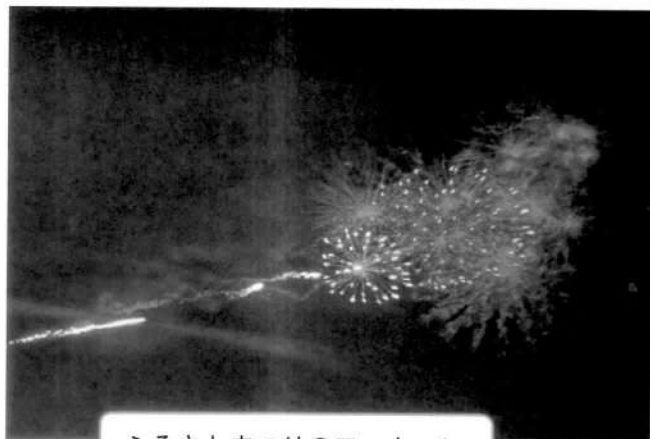
太鼓に合わせて！！



みんな参加！ 盆踊り



花火大会のナイアガラ滝



ふるさとまつりのフィナーレ

<お祝い金を頂いた方々>

一万円

光が丘地区民生・児童委員協議会
 陽光台5丁目 割柏 秀規
 光が丘地区社会福祉協議会
 光中央 小渕 三郎
 光が丘ふれあいセンター 代表理事 平林 清
 千代田セレモニー 千代田星が丘ホール
 中央幼稚園
 こひつじ保育園

五千円

横山地区自治会連合会 会長 吉田 貴亮
 青葉の郷
 松葉町婦人会
 松葉町 石川 寿々子
 相模原市社会福祉事業団 理事長 武石 宣子
 サガミ堂
 市役所職員 青木 貴文
 市役所職員 坪井 輝護
 光が丘地区民生・児童委員協議会 会長 石井和子
 光が丘公民館長 加賀谷 育子
 陽光台公民館長 前田 進
 青葉一丁目 飯沼 守
 グリーヒル相模原
 虹ヶ丘幼稚園 理事長 金子 崇志
 上団9区 高橋 トミ

三千円

青葉地区自治会連合会 会長 熊谷 由加
 上団4区 安藤 浩秋
 防犯指導員 村松 英介
 ひかり連合 阿部 俊夫
 青葉児童館 木下 広
 ひかり夢クラブ

* 順不同敬称略

ホームページにも記事が掲載されています

ので、右 QR コードからご覧ください。

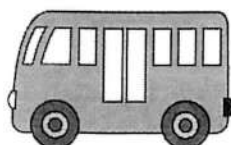
光が丘地区自治会連合会ホームページ

<https://www.hikarigaoka-chikuren.jp/>





「日原鍾乳洞と



今年に行くぞ！
バス見学！
参加者大募集！

澤乃井酒蔵見学」

自然が造り上げ
たミステリアスな
空間を探検気分
で楽しもう！

【日 時】10月31日(火)

午前8時～午後4時予定(集合7時45分)

【行 先】奥多摩「日原鍾乳洞と澤乃井酒蔵」【定 員】21名(先着順)

【参加費】4,000 円(バス代、鍾乳洞入場料)

※昼食はそれぞれ各自。食堂があります。詳しくは申し込みの時に。

【対 象】館区内在住・在勤・在学の方

【持ち物】履きなれた靴、飲み物、帽子やレインコート

(鍾乳洞内は水滴が落ちます)

【申込み】9月28日(木)午前9時～定員になるまで。

参加費を添えて公民館 窓口でお申込み下さい。

問合せ・光が丘公民館 ☎ 042-756-1117



秋のコンサート

「THE BEATLESS ビートルズ」



20年以上の歴史を
誇る大人気バンドが
光が丘公民館に
登場します！

【日 時】10月14日(土)

開場:午後1時00分～

開演:午後1時30分～午後3時30分

【会 場】光が丘公民館 大会議室 【定 員】80名(先着順)

【対 象】館区内在住・在勤・在学の方

【鑑賞券】500円(1人2枚まで)

【申込み】9月20日(水)から、定員になるまで。

午前9時～午後5時まで。鑑賞料を添えて公民館 窓口でお申込み下さい。

(月曜日・祝日翌日・休館日を除く) ※電話申込みは不可

問合せ・光が丘公民館 ☎ 042-756-1117

ビートルズを愛する
メンバーが集まった
トリビュートバンドです！





秋の一日休養でさつまいも掘りを楽しもう!

さつまいも掘り体験教室



いつ: 10月14日(土) 午前10時~正午

※雨天の場合は、10月15日(日)午前10時~正午になります。

どこへ: 田名方面(花苗生産センター 住所: 田名 1493-1) 現地集合・現地解散

参加費: 800 円/組

(神奈川中央交通 田名バスターミナルから徒歩10分)

対 象: 陽光台地区在住の小学生と保護者

定 員: 20 組(先着順)

持ち物: 長靴、軍手、飲み物、帽子、持ち帰り用袋 など

申し込み: 申込書に記入の上、参加費を添えて公民館窓口へ

(※電話での受付はしていません。お手数ですが公民館窓口へお越しください。)

申込日: 9月9日(土) 午前9時から受付をします。



問い合わせ: 陽光台公民館 ☎ 042-755-3451

令和5年度光が丘公民館

「女子力アップ!」

～磨こう! 私の魅力!～

女性学級
学級生募集!



	日 程	時 間	学 習 内 容
1	10月24日(火)	10:00~12:00	開級式/「フルートアンサンブル」音楽鑑賞
2	11月 7日(火)	10:00~12:00	お絵描き鉢アート(多肉植物の寄せ植え)
3	11月21日(火)	10:00~12:00	教養講座「栄養学について学ぼう」
4	11月28日(火)	10:00~12:00	手芸講座「ミニタペストリー」制作
5	12月10日(日)	13:30~15:30	[公開講座]「桐響オーケストラ」音楽鑑賞
6	1月23日(火)	10:00~14:00	料理教室「おうちでパン作り」体験
7	1月30日(火)	10:00~12:00	料理教室「美味しいハーブティーの入れ方」
8	2月20日(火)	10:00~12:00	美容講座「頭皮マッサージ、髪のかア」
9	2月27日(火)	10:00~12:00	健康講座 自然治癒力を高める「ヨガ」体験
10	3月12日(火)	10:00~12:00	閉級式/反省会



【対象】館区内在住・在勤・在学の成人女性【会場】光が丘公民館 大会議室・コミュニティ室ほか【定員】20名(先着順)

【参加費】1,800 円(鉢、多肉植物、手芸、パン他) 【申込み】9月26日(火) 午前9時~定員になるまで。

参加費を添えて公民館 窓口でお申込み下さい。 問合せ・光が丘公民館 ☎ 042-756-1117

光が丘公民館

待ってるね!

文化展

開催日:9月30日(土)・10月1日(日)

時間:両日とも 午前10時～午後4時まで

会場:光が丘公民館 大会議室・和室・コミュニティ室他

展示内容:書道・写真・絵画・編み物・押し花・掛軸・スクラッチアート・絵手紙・陶芸・折り紙



青葉小・並木小・光が丘小の児童作品も
予定しています。

問合せ:光が丘公民館

☎042-756-1117



料理講習会のお知らせ

高齢者の低栄養(フレイル)予防

日にち:10月12日(木)

時間:午前10時～12時

場所:陽光台公民館料理実習室

費用:200円(材料費)

※当日ご持参下さい

持ち物:マスク・エプロン・三角巾・筆記用具

対象:一般成人

定員:15人



▽メニュー▽

- ・炒り豆腐
- ・アガーのくずきり
- ※上記2品は実習と試食します
- ・切り干し大根のマスタード和え

申し込み受付開始:9月15日から

申し込み先:わかな会 光が丘地区

Tel. 042-777-2618「山口」

Tel. 042-759-0549「佐藤」

【主催】

相模原市食生活改善推進団体 わかな会
健康増進課

刃物研ぎ



★★★ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします★★★

開催予定日：令和5年10月17日（火）

開催場所：光が丘ハイム集会所

（光が丘3-20-3）

受付時間：午前9時30分から午後2時頃まで

（受付締切：午後1時30分）

お問い合わせ先： シルバー人材センター中央事務所 Tel042-754-1177

◆新型コロナ感染拡大状況及び悪天候により、開催方法等の変更又は中止をさせていただく場合がありますのでご了承ください。

随時 センター会員募集中！

子育て支援事業

星が丘幼稚園の園庭開放

令和5年

042-752-4842

★開放日★

毎週、月・水・金 10時～12時 お庭で遊ぼう♪

予約不要。ご都合の良い日に園庭へお越しください。

園庭開放は、天候により急遽お休みになる場合がございます。

毎週金曜日 10時30分～11時30分

星が丘幼稚園 サロン♪

～皆でお話をしながら、楽しい時間をすごしましょう！～

LINEお友だち登録QR



幼稚園からのお知らせを
配信しております。

★ 未就園児親子教室 ★

10/15(日)

親子教室申込受付中♡対象：0歳～3歳の未就園児親子

身体を動かして遊ぼう！ etc... ピンクグループ：令和2年～令和5年生まれのお友だちと保護者

参加費
無料

看護職復職支援「復職技術研修会」

注射、吸引など基礎技術の実習を通じ、復職に向け、必要な最低限度の看護知識について学べます。

日時 10月22日（日）午前9時30分から午後2時00分まで

当日終了後、復職の個別相談会も開催します。

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13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・駐車場あり

【問合せ・申込】

相模原市病院協会事務局

電話 042 (755) 0531



祝！第20回相模原お店大賞 投票受付開始

＜投票期間：令和5年9月1日(金)～令和5年10月31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②Instagram③郵送・FAXの3種類で行います。

投票者の方には、抽選で総額30万円相当のプレゼント（商品券・クオカード・さがみ湖リゾートプレミアムフォレストチケット）が当たるキャンペーンも実施いたします。

詳しくは公式ホームページへ！！

<https://sagamihara-omise.com>

【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



相模原市 健活！チャレンジ

詳しくは市HP

こちらから▶



～健康づくりに取り組んで、健康と景品を手に入れよう！～

個人部門 スマホでチャレンジ！アプリコース

★1日平均5,000歩以上で抽選の対象に！

個人部門 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！抽選で景品も当たります！

実施期間 個人部門

前期：9月1日～11月30日(抽選12月)

後期：12月1日～令和6年2月29日(抽選3月)

実施期間 グループ部門

10月1日～令和6年1月31日(抽選2月)

【お問い合わせ】

相模原市コールセンター 042-770-7777

住まなくなった「おうち」の 無料相談会

お持ちの空き家の心配ごとについて、相談してみませんか？

9/22(金)・23(土) 10/27(金)・28(土) 10時～16時

会場 BOOKOFF PLUS 古淵駅前店 (アパレル・家電館3階)

対象者 市内に空き家を持っている人 (相談時間：1組1時間)

申込み先 03-6701-4618 (無料相談会予約受付センター)

市担当課 住宅課 (042-769-9817 平日8時30分～17時)

相模原市との包括連携協定に基づいて、ブックオフがプロの相談員による「空き家の無料相談会」を開催します。

令和5年度

成年後見制度 市民公開講座&無料相談

事前予約制 先着順

- 第1部 講座 午後1時30分～ 定員40名 テーマ：後見活動を通じた権利擁護の実際
第2部 相談会 午後3時～ 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

開催区	日にち	会場	第1部 講師
中央区	10月14日(土)	あじさい会館 6階 展示室/中央区富士見 6-1-20	社会福祉士
津久井	11月11日(土)	津久井保健センター2階 集団指導室/緑区中野 613-2	行政書士
南区	11月18日(土)	南保健福祉センター2階 集団指導室/南区相模大野 6-22-1	弁護士
緑区	12月9日(土)	緑区合同庁舎 4階 集団指導室/緑区西橋本 5-3-21	司法書士



- 申込開始日：9月19日(火)～ ●申込期日：各開催日の前週の金曜日 17時迄
●申込み・問合せ：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

料理講習会のお知らせ

食べて元気にフレイル予防！

～いつまでも元気で過ごすために、普段の食事・生活を見直してみませんか？～



- 【実施日】9月28日(木)
【時間】午前10時～12時
【場所】中央公民館 料理実習室
【費用】200円
【持ち物】筆記用具、エプロン、三角巾
【対象】概ね60歳以上の方
【定員】16名(定員になり次第締め切り)

内容

フレイル予防について

- ・炒り豆腐
 - ・切り干し大根のマスタード和え
- ※調理実習・試食は1～2品となります。

申し込み受付開始 9月15日(金)～定員に達するまで 【主催】
申込先 わかな会中央地区 松島まで 相模原市食生活改善推進団体わかな会
Tel 042-855-1208 相模原市健康増進課

認知症とともに暮らせる街へ

～認知症について正しく理解しましょう～



2025年までに高齢者の5人に1人が認知症になると推計されています。また65歳未満で発症する若年性認知症もあります。

認知症になる可能性は誰にでもあり、決して他人事ではなく、自分のこととして、この機会に考えてみませんか。認知症になっても、苦手なことが理解され、手助けされ、得意なことを発揮できるために、認知症への理解を深めている人がひとりでも多く増えることが大切です。



9月は「世界アルツハイマー月間」です。市内でも様々なイベントを行っています。是非ご参加ください。

イベントに関する
情報はこちら



RUN 伴+に関する
情報はこちら



その他認知症に関する
情報はこちら



【問合せ】 地域包括ケア推進課 在宅医療・介護連携支援センター Tel 042-769-9250

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

～地震対策はできていますか～

◎危険ブロック塀等撤去奨励補助制度

道路等に面した危険な**ブロック塀等の撤去費用を補助**します。

◎戸建住宅耐震診断・耐震改修工事等補助制度

旧耐震基準の戸建住宅の**耐震診断等の費用を補助**します。

※昭和56年5月31日以前に建築確認を取得し、建築された戸建住宅が対象です。

※補助制度の要件等、詳しくはお問い合わせ下さい。

※予算額に達した時点で締め切ります(申込順)

【申請期限】令和5年12月28日(木)(必着)

事業着手前に
申請が必要です。

申請・お問い合わせ先
相模原市役所 建築政策課
電話 042-769-8252

令和5年10月から

スプレー缶・カセットボンベ排出時の穴あけが不要となります。

排出方法

- ①中身を全部使い切ってください(キャップの「ガス抜き機能」等を使って中身を出し切る場合は、火の気のない風通しの良い屋外で行ってください。)
- ②穴あけ不要です
- ③週1回の「資源」の収集日に、他の缶類とは別の袋(透明もしくは半透明)に入れて作業員が見やすい大きさに「スプレー缶」と表示した紙を貼り、ごみ・資源集積場所に出してください

収集車や処理施設の火災の原因になりますので、必ず中身を使い切り、他の缶類とは別の袋に入れて排出してください

【問合せ】相模原市環境経済局資源循環推進課 電話 042-769-8245



市内 22 地区の地域情報紙電子ブック閲覧サービス実施中

パソコン、タブレット、スマホでご覧になれます。

<http://www.soin.or.jp/kairanban>

さがみはらかいらんばん

検索

