

光が丘地区自治会連合会

地区連ニュース No. 136

2023年12月号

R5 自治会長研修会で

パークゴルフ体験



10月21日(土)、光が丘地区の“自治会長研修会”で32人が参加して「パークゴルフ」を体験しました。4人一组、約1時間半で18ホールを回り、初めての人もすぐ熱中できる体験でした。



今回の場所は、御殿場にある「樹空の森パークゴルフ場」でしたが、「光が丘地区まちづくり会議」でもテーマに挙げて環境整備に取り組んでいます。

「パークゴルフ」について

約40年前、北海道幕別町の公園で生まれた健康増進スポーツで、子供から高齢者まで、そして障がい者も簡単に楽しめます。現在、全国で約140万人が楽しみながら、いつの間にかウオーキングできて、日常的に健康維持を図っています。



相模原市には常設のコースがありませんが、淵野辺公園横の「多目的広場」で週2回10時～15時で体験教室が開かれています。

初めての方でも300円(参加料)+100円(用具代)で体験できます。こども(小3～中3)は無料です。



詳しい日程は「相模原パークゴルフ協会」のホームページを参照して下さい。左のQRコードから参照可。



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/>



年末年始のごみ・資源収集のお知らせ

一般ごみ : 12月31日(日)から 1月3日(水)まで
資源/容器包装プラ
ごみ・資源の収集を、お休みします。

上記以外の期間は通常どおりの曜日で収集を行います。

決められた曜日に出してください。

※年末年始は収集時間が変わる場合があります。必ず午前8時30分までに出してください。

(ただし夜間収集の実施地区は、それぞれ決められた時間までに出してください。)

※大掃除のごみなどは、なるべく12月の早い時期に出してください。

※悪天候(大雪、大雨、暴風等)の場合は収集を中止することがあります。

○粗大ごみについて

・戸別収集: 申込・受付等は 12月29日(金)から 1月3日(水)までお休みします。

・直接搬入: 粗大ごみ受入施設は 12月31日(日)から 1月3日(水)までお休みします。

【お問い合わせ: 『ちょっとおしえてコール相模原』 電話 042-770-7777】

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

開催予定日: 令和5年12月25日(月曜日)

開催場所: 光が丘ハイム(光が丘3-20-3)

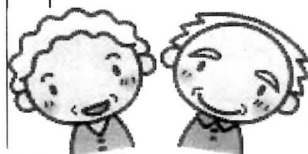
受付時間: 午前9時30分から午後2時まで(受付締切: 午後1時30分)

☆受け取りは午後2時頃まで。☆新型コロナウイルス感染拡大状況及び天候によっては、開催方法等の変更、中止することもあります。ご了承ください。

☆料金例: 包丁(刃渡り10cm未満400円・刃渡り23cm未満500円)

お問い合わせ先 シルバー人材センター中央事務所 Tel 042-754-1177

お問い合わせ時間帯 8時30分~17時まで



随時 センター会員募集中!

~地球温暖化防止について考えよう!~

さがみはら地球温暖化対策協議会では、自治会や公民館などを対象に「家庭の省エネ対策」や「気象現象から考える防災の心得」などをテーマにした出前講座を実施しています。お気軽にお問い合わせください♪



【お問合せ】さがみはら地球温暖化対策協議会 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/FAX: 042-753-9550 メール: info@s-ontaikyou.jp HP URL: <http://www.s-ontaikyou.jp/>

陽光台コンサート

Spanish Guitar Duo ASATO Y AKIRA CONCERT



【ASATO Y AKIRA】

テクニカルなリードギターとパーカッシヴなバックিংギターからなるスパニッシュギターデュオ。

大学時代にギターアンサンブルという授業で出会いデュオを組む。

大学卒業後に「ASATO Y AKIRA」を結成。

神奈川、都内を中心にカフェやバー、ライブハウスで活動中。また結婚式やパーティーなどで幅広い演奏を行っている。

日時：令和6年1月20日（土）

13：30 開演（13：00 開場）

場 所：陽光台公民館大会議室

入 場：無料

定 員：120名（先着順）

申 込：12月13日（水）～

公民館窓口もしくは右記 QR コードから

QRコードでの
お申込はこちら⇒



※駐車場には限りがあります。公共交通機関をご利用ください

陽光台公民館文化部主催

問合せ先：陽光台公民館 755-3451

ビーチボールと ファミリーバドミントンで あそびましょう

誰でも気軽に楽しめる「ビーチボール」と「ファミリーバドミントン」が体験できます。道具を準備してお待ちしていますので、ご家族で、お友達と、もちろんおひとりでもお気軽にご参加下さい。ルールも簡単なので初めての方も大歓迎です！



日 時： **12月10日（日）**

午前9時30分～正午

1月14日（日）

午前9時30分～正午

会 場：光が丘小学校 体育館 持ち物：体育館履き、飲物、タオル等

申込み：当日直接会場にお越し下さい

問合せ：光が丘公民館 ☎ 756-1117



光が丘地区



ふれセン元気塾

心も！体も！健康に！

～音楽で心と体をリフレッシュ～

内 容：施設などでの音楽療法等にも取り組んでいる
方々をお呼びし、生演奏を聴いたり、歌ったり
しながら心身のリフレッシュをします

日 時：令和 6年 1月 20日(土)

時 間：午後1時30分から3時

定 員：20名（応募者多数の場合は抽選にて決定）

会 場：光が丘ふれあいセンター2階

主催：光が丘地域包括支援センター

共催：(社)ふれあいセンター運営委員会

費用は無料です！

申し込みお待ちしております。
ます。



＜お申込み・お問い合わせ＞

○光が丘地域包括支援センター

042-750-1067（前田・山田・前佛）

申込み：午前9時から午後5時（月～金曜日）

締切：令和6年1月15日(月)まで

光が丘公民館のお知らせ

たたみの上の健康体操

～運動習慣を身につけて、楽しく健康を維持しましょう～
皆さまの参加お待ちしております

日 時：令和6年1月25日（木）午前9時30分～11時30分

会 場：光が丘公民館 和室

講 師：健康づくり普及員（中央地区 松田正則）

対 象：光が丘地区、陽光台地区に在住 20名（先着順）

持ち物：飲み物、フェイスタオルと汗ふき用タオル

参加費：無 料

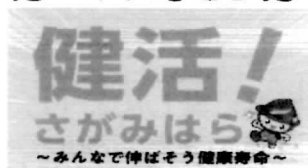
主 催：光が丘地区健康づくり普及員協議会と公民館との共催

申込み：12月6日（水）午前9時より 電話又は直接公民館へ

ただし、月曜日、祝日の翌を除く

午前9時～正午、午後1時～5時まで

お問い合わせ 光が丘公民館 電話 756-1117



4

光が丘地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者の皆さんに関する
さまざまなご相談に応じています。



電話でお金の話になったら「詐欺」です！抱え込まずに相談を！

TEL

042-750-1067

8：30～17：15(日曜・祝祭日を除く)

住所 〒252-0227 相模原市中央区光が丘 2-18-87

(光が丘ふれあいセンター内)

(地域包括支援センターは相模原市の委託を受けた公的な相談機関です)

相模原商工会議所 創立 50 周年記念事業

記念講演会のご案内

講師：**工藤 公康 氏** (福岡ソフトバンクホークス 前監督)

演題：「未来を見る・創る・拓くために」～組織を動かす信念と覚悟～(仮)

日時：令和 6 年 1 月 30 日(火)18:30～20:00 (18:00 受付開始)

会場：杜のホールはしもと・ホール

対象：相模原市に在勤・在学・在住の方

定員：500 名 (申込先着順・要事前申込・聴講無料)

相模原商工会議所 HP にて申込受付中！

<https://www.sagamihara-cci.or.jp/archives/59174>



【お問合せ】相模原商工会議所 経営支援課 TEL：042-753-8135

5

小学生 冬期 学習教室

相模原市
シルバー人材センター

(小5～小6まで) ※他学年の方もご相談ください。

①	12/25(月)・12/26(火)	10:00～12:00	開催場所	中央事務所・南事務所・緑作業所
②	12/27(水)・12/28(木)	10:00～12:00	開催場所	中央事務所・南事務所
③	1/4(木)・1/5(金)	10:00～12:00	開催場所	中央事務所・南事務所・緑作業所

料 金	2日間で2,000円	住 所	中央事務所(富士見4-3-1) 南事務所(相模大野8-9-6) 緑作業所(原宿5-26-48)	少人数で充実指導
-----	------------	-----	---	----------

- ◎ わからなかったところを理解できるようになりたい
- ◎ 苦手な文章問題に強くなりたい
- ◎ 1学期、2学期で学習したところを復習したい
- ◎ 冬休みの宿題を終わらせたい



など、お子様の学習目標に合わせて、教師経験のある会員講師が優しく指導します
是非、シルバー人材センターの学習教室をご利用下さい

お問合せ お申し込みは 学校で使用している教科書・問題集等をご持参下さい。
042-753-7373 相模原市シルバー人材センター 事務局 まで

※ 最小催行人数に満たない場合、講座の実施を中止する場合がございます。
※ 教科書や問題集などをご持参下さい ※ 開催日1週間前までにお申込み下さい。

中学生 冬期 数学教室

相模原市
シルバー人材センター

※英語も希望される方はご相談下さい

①	12/25(月)・12/26(火)	14:00～16:00	開催場所	中央事務所・南事務所・緑事務所
②	12/27(水)・12/28(木)	14:00～16:00	開催場所	中央事務所・南事務所・緑事務所
③	1/4(木)・1/5(金)	14:00～16:00	開催場所	中央事務所・南事務所・緑事務所

料 金	2日間で2,500円	住 所	中央事務所(富士見4-3-1) 南事務所(相模大野8-9-6) 緑作業所(原宿5-26-48)	少人数で充実指導
-----	------------	-----	---	----------

- ◎ わからなかったところを理解できるようになりたい
- ◎ 苦手な文章問題に強くなりたい
- ◎ 1学期、2学期で学習したところを復習したい
- ◎ 冬休みの宿題を終わらせたい
- ◎ 不得意なところを集中して学びたい
- ◎ 新学期の予習をしてみたい

数学

など、お子様の学習目標に合わせて、教師経験のある会員講師が優しく指導します
是非、シルバー人材センターの学習教室をご利用下さい

お問合せ お申し込みは 学校で使用している教科書・問題集等をご持参下さい。
042-753-7373 相模原市シルバー人材センター 事務局 まで

※ 最小催行人数に満たない場合、講座の実施を中止する場合がございます。
※ 教科書や問題集などをご持参下さい ※ 開催日1週間前までにお申込み下さい。

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。



星が丘幼稚園のサロン♪

10時30分～11時30分 ベビーマツサージョ

サロン Baby・スター

～皆でお話をしながら、楽しい時間を過ごしましょう～

予約サイトQR



サロン等の情報をご確認頂けます。
ご予約出来ます。



*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。

☆ "やりたい"がいっぱい "できた!"がいっぱい "やさしさ!"もいっぱい ☆

★ 未就園児親子教室 ★

1/13(土)

ふれあい遊び 紙芝居 etc...

親子教室申込受付中♥ *対象:0歳～3歳の未就園児親子
ピンクグループ:令和3年～令和5年生まれのお友だちと保護者

★ R5年度後期★ *お申込み受付中!

1月	2月	3月
13日	10日	2日

参加費
無料

サロン Baby・スター

参加費
無料

LINEお友だち登録QR



- ・土曜日のおひさま教室が大好評♥
その為、平日にもクラス開設致しました。
- ・園庭開放から、もっと仲良しに(ー)♪
同年代のお友達を作りましょう♡

☆持ち物☆ 水筒・手拭きタオル・着替え(オムツ等)

幼稚園からのお知らせ
を配信しております。

一般財団法人かながわ水・エネルギーサービス

ミーティング、
お教室、
サークル活動、
社内研修に！



個人利用もOK!

Free Wi-Fi 完備

プロミティふちのベビル 貸会議室

～ 地域の活力を支える ～

J R 横浜 線
淵野辺駅南口
徒歩 3 分



ご予約、お問い合わせはお電話で (午前9時から午後4時30分まで)

TEL042-768-0221

〒252-0233
相模原市中央区鹿沼台 1-9-15



STOP 飲酒運転！



「乗る人に 飲ませる あなたも犯罪者」
「無事故で年末 笑顔で新年」

12月は飲酒運転根絶強化月間です。

12月11日～20日は年末の交通事故防止運動期間です。

お問合せ：中央区役所地域振興課 042-769-9801

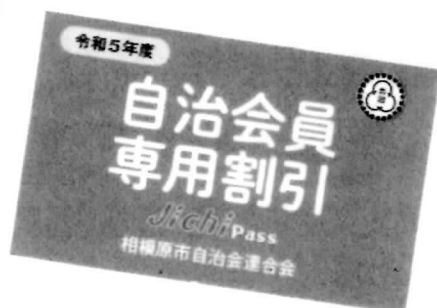
相模原市の自治会員の皆様にお知らせ！

Jichi Pass(自治パス)って知ってる？使ってる？

相模原市自治会連合会では自治会に加入している皆様にご利用いただけるよう厚生事業として、遊園地や飲食店、家電量販店等で特典を受けられる

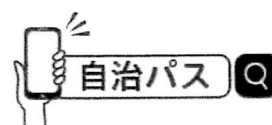
Jichi Pass (自治パス) を発行しています！

他の地域ではなかなかないお得なサービスですので、是非ご利用ください！



【問合せ】

相模原市自治会連合会
042-753-3419



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



8