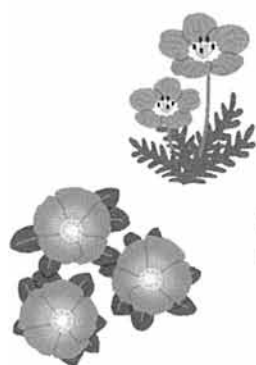


回覧大沢情報

発行日 令和6年10月1日
発行 大沢地区自治会連合会
(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

コミュニティバス「せせらぎ号」応援



花絵筆 押花展



日程：令和6年**10月18日(金)～22(火)**

午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)

会場：ギャラリーフラット(橋本駅北口徒歩5分)

相模原市緑区橋本 6-27-1

主催 アトリエ花絵筆 代表 平本淳子 TEL 042-761-9427

共催 相模原市コミュニティバス「せせらぎ号」運行協議会

問い合わせ先 運行協議会事務局 大沢まちづくりセンター内
TEL 042-761-2610

お出かけは、コミュニティバス「せせらぎ号」で！

相模原市市制70周年記念・大沢公民館創立75周年記念事業

大沢公民館まつり

ポスター募集！



令和7年3月1日(土)・2日(日)の両日、大沢公民館まつりを開催します。

地域みなさんにこの催しを知っていただくためのポスターを募集します！！

＜応募資格＞ 館区内在住・在勤・在学(小学生以上)の方

館区内活動サークル・団体の会員

＜応募規定＞大沢公民館まつりにふさわしいポスターで作品は未発表のもの。

ポスターに明記する内容は、公民館にある要項を参照ください。

＜サイズ・色＞A3、カラー(手書き・クレヨン・色鉛筆・パソコン等の作成も可)

＜選考・その他＞公民館まつり実行委員会で最優秀作品1点を選考し、ポスターとして使用させていただきます。応募点数は1人1点に限ります。

＜申し込み＞令和6年10月31日(木)までにポスターの裏面に住所・氏名・電話番号を明記の上、大沢公民館までご持参ください。

＜お問合せ＞電話 042(762)0811

午前9時～午後5時まで(正午～午後1時・月曜日・祝日の翌日を除く)

大沢公民館文化部事業 歴史探訪



おもしろ戦国史

講師 大沢公民館長 大貫 勲氏

戦国時代 「甲斐の虎」とよばれた戦国武将 武田信玄、父 信虎、四男 勝頼
戦国にその名をとどろかせた「武田三代」について学びます。

☆☆☆ 講 座 内 容 ☆☆☆

- ① 11月9日(土) ② 11月16日(土) 講義 午後1時30分～3時30分
③ 11月30日(土) 武田神社・恵林寺 見学 午前8時30分出発～16時30分

会 場 ①・② 2階 大会議室 ③ 山梨方面(バスにて)

定 員 40名

参加費 3,800円 見学の費用(バス代、有料道路代、拝観料等)*昼食代は含まれません

☆☆申し込み 10月8日(火)～11月2日(土) 先着順☆☆

午前9時～午後5時まで (正午～午後1時・月曜日・祝日の翌日を除く)

参加費を添えて窓口でお申込み下さい。

① ②のみの参加希望の方は窓口又は電話でご相談下さい。

大沢公民館 Tel042-762-0811

市民健康まつり<秋のウォーキング>

大沢地区史跡巡りウォーキング

「爽やかな新緑を感じながらのんびり歩き、地元の歴史を学びませんか？」

日 時：令和6年12月1日(日) 午前9時～正午※雨天中止

行 先：大沢地区周辺

対 象：館区内在住・在勤・在学の方

参加費：無料

定 員：20名(先着順)

申込方法：大沢公民館窓口にてお申し込みください。

受付期間：10月15日(火) 午前10時～11月23日(土) 午後5時

ガイド：大貫 英明 氏(相模原市立博物館元館長)

主 催：大沢公民館 体育部

共 催：大沢地区健康づくり普及員協議会

お問い合わせ：大沢公民館 Tel042-762-0811

午前9時～午後5時(正午～午後1時、月曜日、祝日の翌日は除く)



大沢公民館 HP
QR コード↓



— 体育部事業 —

モルックミニ大会参加チーム募集！！

日 時：11月17日（日）午前9時30分～11時30分

会 場：大沢小学校体育館・校庭（雨天の場合は体育館のみ）

対 象：館区内在住・在学・在勤の小学生以上の方

※小学校3年生以下は保護者同伴でご参加ください。

定 員：12チーム（先着順）

持ち物：体育館履き、飲み物、タオル、帽子（日よけ）

運動できる服装

申込み：10月19日（土）午前10時～11月8日（土）午後5時

お電話または窓口でお申込みください。

□諸般の事情により内容、会場等が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

□駐車場は台数に限りがあります。できるだけ徒歩、自転車等での来場をお願いします。

お問合せ：大沢公民館 ☎042-762-0811

※午前9時～午後5時（正午～午後1時、月曜日、祝日の翌日を除く）



大沢公民館 HP
QRコード⇒



R6 第4回 大沢家族介護者交流会のお知らせ

テーマは『在宅ケアのコツ』です。

＊ 日々の介護で活用出来る、介護する方もご本人も楽に過ごせるための、在宅ケアのコツを、そうわクリニックの看護師さんを招いて、お話いただきます。

フリートークの時間もあります！！

日時：11月21日(木)13時30分～15時

場所： 特別養護老人ホーム中の郷内 ケアハウス 中の郷 1階談話室

※念のため、感染症対策としてマスクの着用と手指消毒をお願いします。

《お申込み・お問合せ》

大沢地域包括支援センター 電話：**042-760-1210** 担当：吉福・佐野

自然いっぱい♡歩いてつながる大沢さんぽ

秋のウォーキングイベント開催のお知らせ



大沢地域包括支援センターでは、皆さんが普段から取り組んでいる「さんぽ」を介護予防に繋げるための取り組みを行っています。日ごろ何気なく「買い物」「通院」「おでかけ」「さんぽ」をしていると思いますが、少し気を向けるだけで、普段の散歩も立派な介護予防の取り組みにつながります。この機会にみんなでさんぽしませんか？皆さん、奮ってご参加ください！！

日時：令和6年 11月 8日（金）

14時00分～15時30分

会場：相模原北公園

（北体育館正面入口、時計塔の前集合）

定員：20名（お申し込み順）

費用：無料

講師：浅倉 朋子先生（介護予防運動指導員）

対象：60歳以上の運動に支障がない方

持ち物：・水分・タオル・マスク



参加申し込み・お問い合わせ先

大沢地域包括支援センター 電話 042-760-1210

担当：松下・中村・吉福・伊東

相模原市地域介護予防教室

介護予防教室（おおさわ健脚教室）～自宅で出来る健康づくり～

参加者募集

厳しい暑さが続いています「最近、体力落ちたな…」と感じることはありませんか？

まずは体力を取り戻すため、日ごろから運動習慣をつけるための講座を開催します。

「自然いっぱい♡歩いてつながる大沢さんぽ」を合言葉に、みんなで楽しく健康づくりをしませんか？

日時： ①11月14日（木）②11月21日（木）

③11月28日（木）④ 3月13日（木）

時間： 10:00～11:30

講師： 健康運動指導士 平岡 亮一 先生

場所： 大沢公民館2階大会議室

定員： 20名（お申し込み順）

内容： リズム体操、ウォーキング、脳トレ等

費用： 無料

対象： 60歳以上。運動に支障のない方。

（※動きやすい服装、運動靴でお越しください）

持ち物： マスク・ハンドタオル・水分



お問い合わせ・申し込み先

大沢地域包括支援センター 電話：042-760-1210 担当 松下・吉福・中村・伊東

～ 健活！ さがみはら ～

お口の健康教室

オーラルフレイル(お口の機能低下)を
予防していつまでも楽しい会話とおいしく食事を！！



歯科医師や歯科衛生士から歯ブラシの使い方や入れ歯のお手入れ、
お口のお手入れの大切さなどのお話や舌体操の体験等もたくさんです。

日時: 11月26日(火)午前9時30分～11時30分

場所: 大沢公民館 2階 大会議室

対象: 高齢者とその家族、その他関心のある方

参加費: 無料 定員: 30名

講師: 相模原市歯科医師会 歯科医師及び歯科衛生士

お申込み: 大沢公民館 電話042-762-0811 午前9時～午後5時
(正午～午後1時及び月曜日・祝日の翌日は除く) 10月16日(水)～31日(木)まで

主催: 大沢地区健康づくり普及員協議会

防 犯 ⑩

相模原北警察署からのお知らせ

生活安全課

○ 警察官をかたる詐欺に注意！ ○



電話で警察官を名乗って、立場を利用し、個人情報、銀行口座情報等を聞き出そうとする手口が非常に増えています!!

～ 具体的な内容～

- ・ あなたの携帯電話が犯罪に利用されているので、被害届を作成するためにあなたと家族のことを教えてください。
- ・ あなたの子供が逮捕されました。賠償金を支払う必要があるので口座情報を教えてください。

～被害を防ぐために～

- ・ 掛かってきた電話に対して、容易に個人情報を伝えない。
- ・ 相手が警察官を語る場合には、すぐに信用せず、警察署に電話し、警察官からの電話であるかを確認してください。



相模原北警察署 042-700-0110

交番の巡回連絡

皆さんの要望・意見をお聞かせください



「巡回連絡」とは、交番の警察官が皆さんのご家庭や会社等を訪問して、犯罪や交通事故の発生状況、犯罪等の予防に必要な情報を提供するほか、皆さんから警察に対する要望・意見をお伺いして、安全で安心して暮らせるまちづくりに生かすための活動です。

お気軽にご相談ください



特殊サギ救出 テレホン「SOS」

045-641-5014

受付時間：平日（月～金曜日）

8時30分～17時15分

【祝日、年末年始を除く】

■ 闇バイト絶対ダメ!!

少年の特殊詐欺加担防止や離脱を支援します。

詐欺グループ
から抜きたい



先輩から勧誘
されて困っている



子どもを特殊詐欺
の組織から
離脱させたい

少年や保護者からの相談を専門の相談員が電話で受け付けています。



相模原北署交番だより

令和6年



9月号

秋の全国交通安全運動

挙げる手を
やさしく見守る 横断歩道

- ☑ 歩行者も「信号を守る」、「横断歩道を渡る」、「斜め横断をしない」など交通ルールを守りましょう。
- ☑ 夕暮れ時は、人身交通事故が多発する傾向にありますので、スピードを控え、安全確認を確実に行うなど、心にゆとりを持った運転に努めましょう。
- ☑ 自転車損害賠償責任保険等に確実に加入しましょう。



8月中の主な
犯罪発生状況

★県警察から★偽名でマンションやアパートに住んでいる・密かに複数の人が出入りしている・近隣の住民と接しないようにしている等、「おかしいな？」と思うことがありましたら警察署にご連絡ください。警察では違法行為を実行する犯人の逮捕や極左暴力集団（過激派）が潜伏するアジトの摘発に努めています。



刃物研ぎ

開催予定

令和6年10月16日（水） 大沢まちづくりセンター
大島1776-5

令和6年11月20日（水） 大沢まちづくりセンター
大島1776-5

令和6年11月25日（月） 上九沢集会所
【随時 センター会員募集中】 上九沢4-19

※ 受付時間：午前9時30分から午後1時30分まで
天候によっては、時間の短縮又は開催の中止もありますので予めご了承ください。



お問い合わせ先 * 料金例：（刃渡り10cm未満400円、刃渡り23cm未満500円）
相模原市シルバー人材センター緑事務所 電話 042-783-1313

● シルバー人材センター

パソコン教室

令和6年11月・12月
受講生募集

- ・ 初心者歓迎します。 講座内容の説明
- ・ 最低開講人員2名

◆ 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	令和6年11月開講予定日		令和6年12月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	7(木)	14(木)	—	—	午前
	—	—	6(金)	13(金)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	21(木)	28(木)	—	—	午前
	—	—	20(金)	27(金)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	8(金)	15(金)	—	—	午前
	—	—	5(木)	12(木)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	22(金)	29(金)	—	—	午前
	—	—	19(木)	26(木)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	—	—	4(水)	11(水)	午前
	8(金)	15(金)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	—	—	18(水)	25(水)	午前
	22(金)	29(金)	—	—	午後
パワーポイント 入門	5(火)	12(火)	—	—	午前
	—	—	11(水)	18(水)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	6(水)	13(水)	—	—	午前
	—	—	3(火)	10(火)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	—	—	—	—	午前
	6(水)	13(水)	2(月)	9(月)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	20(水)	27(水)	—	—	午前
	—	—	17(火)	24(火)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone	—	—	—	—	午前
	20(水)	27(水)	16(月)	23(月)	午後

東京地方税理士会相模原支部50周年記念事業 相続税セミナー&個別相談会

税理士による相続税セミナーと個別相談会を無料で行います

【日 時】令和6年11月4日（月・祝）13時15分 開場

13時30分 ～ 14時15分 相続税セミナー

成年後見制度についても一部解説します

14時20分 ～ 個別相談会 1組30分以内で行います

- ・具体的な評価、計算、書類の作成は行いません
- ・いただいた個人情報は本会場のみで使用し第三者へ渡すことは一切ありません
- ・個別相談の順番は予約受付順となりますので、お待ちいただくことがあります

【会 場】ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1・2

相模原市南区相模大野3-3-2 bono相模大野 サウスモール3階

【定 員】先着100名 事前予約制

【申込先】☎042-759-0046 税理士会相模原支部へご連絡下さい
セミナー、個別相談会とも事前に予約が必要です



主催：東京地方税理士会 相模原支部
共催：東京地方税理士協同組合 相模原支所



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（本来食べられるのに捨てられてしまう食品）の削減をお願いします！

【リフューズ ごみの発生抑制】

不要なものは買わない・使わない

- 買い物にはマイバッグを利用してレジ袋を断る
- 使い捨ての割り箸やスプーンはもらわない

【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

- 詰め替え製品を選ぶ
- 生ごみは水切りをする

【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
- マイボトルを利用する



【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



【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す

- 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】
相模原市中央区富士見 1-3-41 TEL042-753-9550
<http://www.s-ontaiyou.jp/>

