



相模原市とブックオフは
 「空き家対策」等に関する
 “包括連携協定”を締結しています

空き家を活用
したいけど、どうすれば?

遺品やお部屋の片付けの
話はどこに聞けばいいの?

住まなくなった
「おうち」の
**無料
相談会**

活用
税金
管理
登記
売却
相続

空き家の
管理・手入れ
どうしよう

登記・税金について
わからない

全国3,000件以上のご相談を
受けてきた 空き家専門のプロ相談員が
お悩みに答えます。

日時 **3月28日(金)、29日(土)**
 午前10時～午後4時まで

会場 ソレイユさがみ(男女共同参画推進センター)
 (イオン橋本店6階：緑区橋本6-2-1)

日時 **4月26日(土)**
 午前10時～午後4時まで

会場 BOOKOFF PLUS 古淵駅前店
 (アパレル・家電館3階：南区古淵2-17-15)

時間 午前10:00～12:00 定員 各日5組(予約制)
 午後 1:00～4:00まで
 ※原則予約制(当日受付も可) 対象 市内に空き家をお持ちの方

相談時間 1組1時間 市担当課 住宅課 042-769-9817

申込 ご予約・お問い合わせは、下記番号へお気軽にお電話ください!

ブックオフ おうちの無料相談会 予約受付センター

プロに無料で
相談できる!

03-6701-4618

令和7年度 ニュースポーツ講習会・体験会 (ファミリーバドミントン) ご案内

※準備が整いしだい「ピククルボール」を並行開催予定

- 開催日(講習会): 令和7年 5月11日(日) 令和8年 1月11日(日)
 (体験会): 令和7年 4月13日(日) 令和7年 6月1日(日)
 令和7年 8月31日(日) 令和7年11月23日(日)
 令和7年12月14日(日) 令和8年 2月8日(日)

- 時 間: 午前9時30分～11時30分
 ○会 場: 上溝小学校体育館
 ○持ち物: 体育館履き、汗拭きタオル、飲料
 ○申込み: 当日会場で受付
 講習会主催: 相模原市立上溝公民館
 体験会主催: 上溝地区スポーツ推進委員

【ファミリーバドミントンとは】

- ・羽根の先にスポンジがついていて、バドミントンに似ています。
- ・子どもから年配の方まで気軽に楽しめます。
- ・1人でも参加できます。
- ・ぜひ、体験してみてください。

問合せ: 上溝公民館 042-761-2288

春期

新1年生～新6年生

小学生の学習教室

日程と費用	①	3月26日(水)・27日(木)・28日(金)・31日(月)	4,000円
	②	4月1日(火)・2日(水)・3日(木)・4日(金)	4,000円

- 【開催場所】 ●中央区 富士見4丁目3番1号 中央事務所
 ●南区 相模大野8丁目9番6号 南事務所
 ●緑区 原宿5丁目26番48号 緑作業所



※ まだ覚えていないことや解けない問題に丁寧にお答えします

英語をご希望の方はご申込の際にお伝え下さい。

時間は午前9時30分～午前11時30分です。

お申込みは **相模原市シルバー人材センター 事務局まで**



042-753-7373

※ 最少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。
 ※ 教科書や問題集をご持参下さい。※ 開催7日前までにお申込み下さい。

春期

新中学1年生
～新中学3年生

数学と英語の学習教室

日程と費用	①	3月26日(水)・27日(木)・28日(金)・31日(月)	5,000円
	②	4月1日(火)・2日(水)・3日(木)・4日(金)	5,000円

- 【開催場所】 ●中央区 富士見4丁目3番1号 中央事務所
 ●南区 相模大野8丁目9番6号 南事務所 ※英語の開講はありません。
 ●緑区 原宿5丁目26番48号 緑作業所



ここがわからない。どうも苦手ですすまない、
といった学習内容について、丁寧にお答えいたします。

英語をご希望の方はご申込の際にお伝え下さい。

開講時間は午後2時～午後4時です。

お申込みは **相模原市シルバー人材センター 事務局まで**



@SAGAMIHARA_SILVER

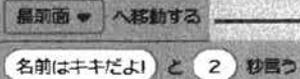
042-753-7373

※ 最少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。
 ※ 教科書や問題集をご持参下さい。※ 開催7日前までにお申込み下さい。

スクラッチ (Scratch) プログラミング教室

対象学年 小2～小6

生成AI時代のプログラミング思考力を養います。
ゲームをする側から作る側に。



スクラッチで作られたゲームは世界中に沢山公開されています

日程	3月29日(土)・30日(日)・4月5日(土)・6日(日)			
午前クラス	9:30～11:30	費用	基礎	7,000円
午後クラス	13:00～15:00		応用	9,000円
開催場所	相模原市中央区富士見4-3-1 相模原市シルバー人材センター			

お問合せ、お申込みは **相模原市シルバー人材センター 事務局まで**

042-753-7373

※ 最少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。
 ※ 開催10日前までにお申込み下さい。



上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」令和7年3月～令和7年4月の行事予定

*なお、都合により予告なく日時の変更や中止することがあります。どうぞご承知おきください。

事前予約不要の行事

☆かふえみそ 毎週火曜日

3月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)
4月1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)

10:30～14:30

♪美味しいコーヒーを飲んで憩いのひと時を♪



★コーヒー：一杯100円

★ぶらっと上溝演芸会★

日時：3月25日(火) / 4月22日(火)

10:30～11:15

演目：じじい漫談・腹話術
マジックショーなど

定員：15名(先着順となります)
※木戸銭は無料です♪



☆ぶらっと上溝 だかし屋さん

★毎月第3土曜日実施・雨天決行・荒天中止★

日にち：3月15日(土) / 4月19日(土)

じかん：10:00～12:00(おかしが売り切れたらおわりです)

内容：駄菓子、手作り菓子、ポテトフライなどの販売(10円～100円)
密にならないゲームを楽しめます



持ちかえり用の
ふくろを持って
きてね

※開催日 当日のお問い合わせは「ぶらっと上溝」042-810-7050へお問合せください。

☆絵手紙教室 毎月第3火曜日

参加費：200円

3月18日(火) / 4月15日(火)

10:00～11:30

～たていい
～たがいい

ハガキサイズの和紙に絵を描いて
色付けします。道具はこちらで用
意します。途中参加もOKです!

※定員は5名(当日先着順)とさせていただきます

事前予約不要・年会費有料の行事

☆健康マージャン 毎週水・金曜日 年会費：700円

※3月21日(金) / 4月18日(金)は休み

9:15～12:00



新規の参加者の募集を再開しました!

※当日の状況によって人数調整させていただきます。

事前予約不要・参加費無料の行事

上溝地域包括支援センター

☆健康メイト 毎月第1火曜日

3月4日(火) / 4月1日(火)

10:00～11:45

みんなで一緒に、お気軽に介護予防や
仲間づくりをしてみませんか?

☆おやこサロン 毎月第3金曜日

3月21日(金) / 4月18日(金) 10:30～11:30

就学前の親子を対象に、保育士と一緒に遊んだり、
子育て中の方の情報交換の場としています。身体
測定も行います!

お問い合わせ先：ひよこ保育園
(042-762-1015)



事前予約制・参加費無料の行事

☆川柳教室

3月22日(土)/4月26日(土)
10:00~12:00

五七五のリズムで自由に詠みましょう!
初心者大歓迎です。定員5名まで、見学可。
持ち物:筆記用具、辞書

主催:さざんかの会

申込〆切:3/17 4/21

☆折り紙教室

日頃より折り紙教室をご愛顧いただき、
誠にありがとうございます。

昨年をもちまして、教室を
終了する運びになりました。

長い間ありがとうございました。

☆骨盤を整える体操教室

毎月第1土曜日・第3火曜日

3月1日(土) 3月18日(火) / 4月5日(土) 4月15日(火)
①13:30~②14:00~③14:30~

※各回20分、定員3~5名。内容は同じです。

○持ち物:タオル・飲み物

○動きやすい服装でお越しください。

体のゆがみを整えて
気分もスッキリ♪
ストレス発散♪



【お申込み・お問合せ:上溝地区社会福祉協議会】

電話 042-703-9390 FAX 042-761-1249

(上溝まちづくりセンター内) 平日午前9時から午後5時まで

開催場所「ぶらっと上溝」 住所:上溝6-2-16(上溝高校前)

※※駐車場はございませんので、徒歩もしくは自転車でお越しください※※

上溝地区社会福祉協議会からのお知らせ

ちょっとしたお困りごと

上溝ボランティアセンターにご相談ください!

庭の手入れが大変...。電球交換が大変...。

上溝ボランティアセンターはこんなちょっとした困りごとを、

住民同士の「おたがいさま」の気持ちで助け合うお手伝いをします。

(★内容によっては既存のサービスや制度をご案内することもあります。★)

まずはお気軽にご相談ください。

◎相談窓口:上溝ボランティアセンター(ぶらっと上溝内)

◎受付方法:直接来所 または 電話・FAX:042-810-7050

◎受付日時:毎週月曜日(祝日はお休み) 午前10時~12時

※ 3月3日、10日、17日、24日、31日に開所します。

※ 4月7日、14日、21日、28日に開所します。

上溝ボランティアセンター:中央区上溝6-2-16 TEL:042-810-7050

この記事への問合せ:上溝地区社会福祉協議会事務局 電話:042-703-9390(平日9時~17時)



上溝地区社会福祉協議会

ぶらっと上溝で 弁護士無料相談



遺産相続、消費者被害、貸金未払い、
ご近所トラブルなどの法的なご相談が出来ます。

3月17日（月）＊ 4月21日（月）

消費者被害

① 14:00 ② 15:00

（2組限定予約制）

遺産相続

申込〆切：第3水曜日 3/12（水）＊4/16（水）



担当：桐生貴央 弁護士



【お申込み・お問合せ：上溝地区社会福祉協議会】

電話 042-703-9390 FAX 042-761-1249

（上溝まちづくりセンター内） 平日午前9時から午後5時まで

開催場所「ぶらっと上溝」 住所：上溝6-2-16（上溝高校前）

※※駐車場はございませんので、徒歩もしくは自転車でお越しください※※

御協力ありがとうございました

市社会福祉協議会 賛助会費

上溝地区では、総額 819,160 円の御支援を頂きました(令和7年2月1日現在)。うち、409,580 円を上溝地区社会福祉協議会で、409,580 円を相模原市社会福祉協議会の事業・活動に活用させていただきます。御協力ありがとうございました。

<上溝地区社会福祉協議会>

広報紙「かみみぞの福祉」の発行や、高齢者や地域住民の交流の場「ぶらっと上溝」の運営、集いの場「ふれあいサロン」への支援、福祉啓発のための「福祉講座」等地域に根ざした福祉活動をすすめています。

<相模原市社会福祉協議会>

「ボランティア登録制度」や介護保険対象外の「家事援助サービス」の運営等、市民の方々が担い手として参加するきめ細かい福祉活動などに活用しています。

募集にご尽力いただきました自治会の皆様ありがとうございました。

問合せ：相模原市社会福祉協議会 電話 042-730-3888

上溝地区社会福祉協議会 電話 042-703-9390

昆虫文化を子供たちに伝える会

第14回昆虫講演会

けんじ先生の
おもしろいぞ
昆虫たち！

抽選でスペシャル
プレゼントの特典
もあるよ！

4/27
日曜日

3月1日～
申込開始
先着100名

テーマ

【分かるかな？蝶と蛾の違い！】

相模原市自然環境観察員の宮崎けんじさんが、蝶と蛾の違いなどをお話します。世界最大級の蝶や蛾の紹介やけんじ先生手作りの標本やスライドを見ながら、蝶や蛾の面白さやすごさ、昆虫たちが生息することの大切さをぜひ知ってください。

場所 相模原市民会館3F 第1大会議室

時間 13:30～15:00
(受付開始13:00～)

参加費 500円
(中学生以下無料)

お申し込み・お問い合わせ

参加者全員のお名前(ふりがな)/年齢(学年)、代表者の方の住所/電話番号/メールアドレスをご記入の上、以下お申込みフォームもしくはE-mailでお申し込み下さい。

お申し込みEメール▼

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

お申し込み
フォーム▶

主催：昆虫文化を子供たちに伝える会（西三宅 090-3219-2805）
後援：相模原市/相模原市教育委員会/東京応化科学技術振興財団/
こどももの会/河内権蔵園

昆虫文化を子供たちに伝える会

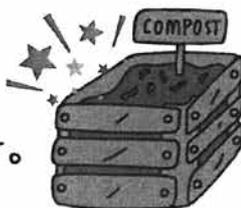
カブトムシの
幼虫ください！

子供たちに提供する活動に使用します

【昆虫文化を子供たちに伝える会】では、カブトムシの産卵場所を調査しています。今いなくても、幼虫がいた場所を教えてください。幼稚園・保育園・小学校などにカブトムシファームを作るお手伝いをしています。



カブトムシを教材として
行いたい教育機関から
ご連絡もお待ちしています。



「幼虫がいる」とお気軽に
ご連絡ください！

こちらから
取りに伺います。

TEL 090-3219-2805
(代表：三宅)



歯科衛生士を募集します



市内の小学校・義務教育学校で、児童に向けた歯科健康指導を行う非常勤歯科衛生士(会計年度任用短時間勤務職員)を募集します。

- 勤務地：市役所第二別館から、各学校へ出張
- 採用期間：令和7年4月(または随時)～12月
- 勤務：月2～6日程度。時間は原則8:45～12:15(3時間30分)。
※時間外勤務が生じる場合があります。
- 要件：歯科衛生士免許及び普通自動車運転免許がある方
- 報酬額：日額5,096円以上(時給1,456円以上)
- 選考方法：書類選考・面接
- 採用人数：若干名
- 応募方法：まずはお電話でお問い合わせください。

問い合わせ 相模原市学校保健課 ☎042-851-3106
〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15

気候変動による異常気象や関連災害に備えましょう！



地球温暖化が進むと、気候変動により真夏日や熱帯夜が増え、熱中症になる人が増えたり、大雨や台風による、大きな災害が増えたりと言われていています。CO₂などの温室効果ガスの削減(緩和策)に加えて、気候変動により既に現れている影響や被害を軽減し、より良い生活ができるようにしていくこと(適応策)が重要です。

～一人ひとりにできる適応策の例～

自然災害

浸水・洪水、土砂災害

- ・ハザードマップの確認
- ・防災訓練への参加
- ・大雨に関する気象情報等の確認など



健康

- ・熱中症対策
(涼しい服装、水分・塩分の補給、日傘・帽子の利用)
- ・感染症等の対策
(虫よけ剤の活用、不要な水たまりをなくす)など



自然生態系

- ・グリーンカーテンや植樹などによる自宅など敷地内の緑化の推進
- ・地域の緑化活動や緑地保全活動への参加など



当協議会では、自治会や公民館などを対象に「暮らしの中で実践できる私たちの省エネ行動」や「家庭でできる災害対策」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♪

アースクールさがみはら(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
当協議会の新しい愛称が「アースクールさがみはら」に決定しました！



災害時の連絡手段は知っていますか？

災害用伝言ダイヤルは、毎月1日、15日などに体験日があります。
事前に練習し、災害時に活用できるようにしておきましょう。



●災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

伝言の録音方法 **171 ▶ 1 ▶ (XXX)XXX-XXXX ▶ 伝言を入れる(30秒以内)**

伝言の再生方法 **171 ▶ 2 ▶ (XXX)XXX-XXXX ▶ 伝言を聞く**

※被災地の人は自分の電話番号を、被災地以外の方は被災地の人の電話番号をダイヤルします。
※音声ガイダンスの指示に従って操作してください。

●携帯電話・スマートフォンの「災害用伝言板」の使い方

公式メニューや
専用アプリから
災害用伝言板にアクセス

「災害用伝言板」を開く

伝言を登録する場合 [登録]を選択して伝言を入力
(全角100文字以内)

伝言を確認する場合 [確認]を選択して被災地の人の
携帯電話番号を入力して伝言を見る

※詳しくはご利用の携帯電話事業者にお問い合わせください。

引用：さがみはら防災ガイドブック



日頃の備えと一緒に、**災害用伝言ダイヤル** 🔍 検索

家族で連絡先の相談をしておきましょう！！

お問い合わせ 中央区役所地域振興課 TEL:042-769-9801

講演会 参加者募集！

テーマ「地域のみんなが安心して暮らせる地域づくりのために」
～住民だからできる支え合いや見守り活動～

開催日時 令和7年3月16日(日)

10時00～11時30

会場 上溝公民館 大会議室

講師 田園調布学園大学 人間福祉学部 社会福祉学科

村井 祐一 教授

(市内でもよく講演をされている先生です)

費用 無料

定員 100名 締切 3月10日(月)

申し込み 上溝地域包括支援センター 042-760-7055(月～土 8時30分～17時30分)



つなぎの家の対象が高齢者から地域住民に変わります

上溝地区 高齢者の安全・安心な暮らしを支える事業実行委員会

<問合せ>上溝高齢者支援センター 042-760-7055 担当者 佐藤

【相模原市 地域活性化事業交付金 対象事業】

《案内チラシ》



自治会員を応援するお店になりませんか？！

相模原市自治会連合会では自治会員を応援する
「自治会員応援店」を広く募集しています！

詳細は右の二次元コードから

相模原市自治会連合会



《申し込み》

