

回覧横山情報

発行日 令和7年5月1日
発行 横山地区自治会連合会
(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

みんな元気!さがみはら 横山地区健康体操 木下先生の 令和7年度

今年も、「心にクスッと、笑いと運動」
～運動を楽しんで笑顔で代謝アップ
身体に優しいストレッチ～

6月8日(日) 清新中学校体育館 午前10時～正午

- ◆講師 木下 祐一氏 (健康運動指導士)
- ◆対象者 お子様から高齢者まで、どなたでもOK
- ◆持ち物 飲み物、体育館シューズ、タオル
- ◆服装 ジャージなど運動しやすい服装で
- ◆申込み 5月13日(火)～6月1日(日) 9:00～17:00
横山公民館窓口 又は お電話で
※詳細は自治会回覧をご覧ください!
- ◆主催 横山地区健康体操実行委員会
- ◆問合せ 横山公民館 TEL 756-1555

先着50名程度



「仲間と楽しく、健やかに学びあう!」
～楽しく学びながら幅広く教養を深める～

令和7年度 横山公民館「つくも学級」学級生募集

- 開催期間: 5月29日(木)～7月17日(木)
- 時間等: 全8回・毎週木曜日・9:30～12:00

幅広い教養を深め、仲間づくり

《6月26日(木)は一日、バス乗車にて社会見学(深大寺方面)を計画しています》

- 会場: 横山公民館大会議室他
- 募集: 40名程度(60歳以上) 先着順
- 申込み: 5月1日(木)～5月16日(金)・・・電話又は窓口申込み
- 参加費: 学習材料や社会見学等に必要な参加費(1,500円程度)を集合します
- 詳細: 公民館ホームページ・館内掲示、又は公民館へお問合せ下さい



※主催: 横山公民館 ☎756-1555 問合せ・申込み: 午前9時～午後5時
※主管: つくも学級準備委員会

初心者や久しぶりの方向け

茶道体験

― 公民館のお茶室でお茶を楽しむ ―

【日時】令和7年7月12日(土) 午後2時～3時30分

【場所】横山公民館・茶室

【対象】一人参加が可能な小学生以上

【定員】12名(先着順)

【内容】お茶室で季節の和菓子と初夏の薄茶を味わう

【参加費】700円(お抹茶・お菓子・お懐紙等代) ※当日支払い

【持ち物】白い靴下(入室前に履き替えていただきます)

【講師】文化部運営委員

【その他】・扇子や楊枝(黒文字)は、当方で用意いたしますが、ご自分のものを使用いただくことも可能です。

・正座に不安のある方は、事前にご相談ください。

・座りにくいきつめの服装は避けてください。

・金属の指輪やブレスレットは、お茶碗を傷つける可能性があるため、事業参加前には外してください。(結婚指輪除く)



季節の生菓子付き♪

申込方法：横山公民館電話または窓口 (☎042-756-1555)
申込期間：6月3日(火)午前9時～6月30日(月)午後5時
※6月23日(月)休館日 ※定員に達し次第、受付終了
【申込み・問合せ 横山公民館 042-756-1555】



社協 横山 だより

5月2日(金)～5月30日(金)

【問合せ・申込み先】

042-756-7711

横山地区社会福祉協議会



YOKOYAMASHAKYO

コミュニティ よこやま「憩」

場 所：タウンハイツ集会所横山台 2-2-2

月・金

★百歳体操

AM 10時半～12時

5/2 5/9 5/12 5/16 5/19

5/23 5/26 5/30

コミュニティ しもくざわ「憩」

場 所：下九沢団地集会所 下九沢 727-6

水

AM

★ポッチャ・わなげなど

10時～11時半

5/28



参加するたびポイントが貯まる

「御集印帳」も人気です♪

ポイントを貯めて素敵な商品をGET
しましょう♪

金

PM

★わなげ・ポッチャなど

13時半～15時

5/2 5/16

★よこやま体操

13時半～15時

5/9 5/23

※ マスクの着用はご自身の判断でお願いいたします。
※ 予定が変更になることもあります。

予約は不要です

お気軽に参加して

ください★

横山こどもセンター行事案内

子育て広場 毎週火・水・木曜日開催 10:00～13:00
(もぐもぐタイム 12:00～13:00 簡単なおやつやお弁当をお持ちください)

栄養相談	5月 15日(木)	
すくすく相談日	5月 21日(水) 11:00～	5月は保育士による相談です
似顔絵	5月 28日(水) 10:15～	広場開催時に予約をしてください
ベビーマッサージ	6月 4日(水) 11:00～	
アートイベント	6月 10日(火) 10:15～	講師による切り絵アートです 広場開催時に予約をしてください

※休館日 5月 18日(日)

状況により日程・時間等変更する場合があります。HPや掲示板でご確認されるかセンターへ直接お問い合わせください
横山こどもセンター ☎751-9384



日々の食事から健康づくり！

わかな会で一緒に活動しませんか？

食生活改善推進員養成講座

【対象】市内在住で、全講座修了後、食生活改善推進団体「わかな会」で活動を行う意欲のある人

【内容】健康づくりのための栄養や食に関する講義・調理実習等

【日程】7/25(金)、8/22(金)、9/26(金)、10/24(金)、11/21(金)、12/19(金)、
1/23(金)、8月～12月に地区事業体験1回

【時間】午前10時～12時30分

【会場】ウェルネスさがみはら

【費用】1200円(材料費など)

【募集人数】24名

【募集期間】6月2日(月)～30日(月)



☆詳細は市ホームページをご覧ください。



<申し込み> 相模原市健康増進課へ

TEL:042-769-8274 FAX:042-750-3066

メール:kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp

郵送:〒252-5277 相模原市中央区中央 2-11-15



申込フォーム

ひまわりの種まき と 初夏のここももの森

定員 20 組

初夏に咲く植物を観察してみましよう

日 時：令和 7 年 5 月 24 日(土) 9:30～11:30 受付開始 9 時 15 分開始

小雨決行、雨天順延（翌日同時刻開始）詳細はホームページでお知らせします。

会 場：ここももの森（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）小学四年生以上のみ。小学三年生以下は無料（必ず保護者同伴のこと）

持ち物：飲み物、筆記用具、スマホ *アプリ バイオーム（無くとも楽しめます）を使用するので
事前にインストールしておいてください。

申し込み方法（受付：5/1～5/19 まで）

①参加者全員の名前（ふりがな）、②学年、代表者は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。

後援：相模原市教育委員会、（公財）相模原市まち・みどり公社

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

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（ここももの会）

問い合わせ先 ☎（代表）杉山 090-9954-0190

バイオーム
アプリ



ホームページ



令和
7 年
5/25 SUNDAY

- ・ 1部11時半スタート14時まで
- ・ 2部14時半スタート17時まで
- ※ 30分前受付&開場 30分前ラストオーダー

チケット代 5000円 前売り特典で当日使える500円チケット付き！

会場：相模大野コリドー通り

キッチンカーや地元飲食店も多数出店！

酒販店協力のもとお酒の購入や宅配も可能！

16～20歳の約50種類の日本酒を楽しめるお酒のイベントです。

自治パスご提示の方当日本部にて地酒1杯プレゼント!!



相模大野駅降りてすぐ！

主催 相模大野北口商店会 チケット購入はコチラ →
お問い合わせ先 TEL：042-765-2094（善吉醸し屋）



看護職復職支援「潜在看護職復職相談会」

「地元、相模原市内の病院で看護がしたい！」そんなあなたを応援します

ナースワークコンシェルジュ（協力病院の看護部長）が病院協会加盟病院などの情報提供や復職についての個別相談を行います。看護補助者をご希望の方の相談もお受けします。

日 時 令和7年6月15日（日）午前9時から午後1時まで

会 場 ウェルネスさがみはら5階会議室（中央区富士見6-1-1）

＜JR 横浜線「相模原駅」からバス＞

対 象 ・保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの資格がある人
・看護補助者を希望する人（資格は問いません）

参加費 無料 ※お子様同伴可

申込み 6月9日（月）までに病院協会へご連絡ください。

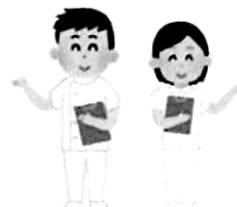
当日申込可、正午までに会場にお越しください。

当協会ホームページからも申込ができます。

【問合せ】相模原市病院協会事務局 電話 042（755）0531



病院協会 HP QR コード



さがみはら地域づくり大学 第11期《2025年》受講生募集

～仲間と魅力あふれるまちづくり～

地域活動始めるために、役立つ知識を学びたい方
熟練したスキルや経験を活かして「地域貢献」したい方
対象：15歳以上(高校生以上)

5月募集開始 7月開講

しっかり受講
さがみはらで活動する！
地域活動コース
7,500円
7～12月 全13～15日
(専門講座2つ選択含む)

日時 主に 土曜または日曜
13:30～16:45

お手軽受講
さがみはらを知る！
地域活動コース短縮版
3,000円
7～10月 全8日
時間のない方・学生に
おすすめ

定員 各コース
20名《申込順》

Point

初心者でもOK!
仲間をつくりながら
基礎から学べる

講師は大学の先生、
NPO・地域活動の実践者
相模原市職員

受講生・修了生は
地域づくり大学キャンパス
利用可能!



さがみはら地域づくり大学

検索

相模原市立 市民・大学交流センター
ユニコムプラザ さがみはら
さがみはら地域づくり大学事務局 受付9:00～20:00
042-701-4370
srdc@unicom-plaza.jp
相模原市南区相模大野3-3-2
bono相模大野 サウスモール3F
※入居者専用。一般市民は入居者専用フロアへお越しください。

相模大野もんじゅ祭り花火を盛大に打ち上げたい！！

クラウドファンディング挑戦中

Foods & Music Festa 2025 8.30(金) 31(土) Food 13:00-21:00 Live 14:00-21:00 花火 21:00

もんじゅ

会場 相模大野中央公園
神奈川県相模原市南区相模大野4-2
小田急線相模大野駅より徒歩10分

プロジェクト実施期間
5月1日～6月30日まで

尚書

相模大野で長年愛されてきた「もんじゅ祭り」は世界的な物価高騰の影響を受け、これまでのようにイベントを実施するための資金調達が困難な状況に直面しています。特に、祭りの最後を飾る花火は多大な費用がかかるためこの状況を乗り越え、地域に愛される祭りを続けていくために19回を迎える今年、新たな試みとしてクラウドファンディングを立ち上げました。皆様の御力をぜひお貸しください

クラウドファンディング
特設ページはこちら ↓



返礼品

オリジナルTシャツ、フェスタオル、キャップ、トートバッグ、
アーティストサイン入りグッズ、もんじゅ祭りで使えるお食事券、ステージ前予約席
ステージ上ではアーティストや実行委員長と共に花火のカウントダウンができる
特別なリターンも…！ 皆様の御力をお借りし一緒にお祭りを盛り上げましょう！

お問い合わせ先
TEL 090-4309-5521
(相模大野もんじゅ祭り実行委員会)

さがみはら環境まつり

開催日時 令和7年6月15日(日) 10:00～16:00

開催場所 サン・エールさがみはら および その周辺
(相模原市緑区橋本5-4-20)

催物 環境の保全に取り組んでいる団体のパネル展示、
工作体験、クイズ、スタンプラリー
キャラメルマシンのサイエンスマジックショー
＜参加費無料＞ どなたでもご参加頂けます。

【問合せ】事務局 エコパークさがみはら(相模原市立環境情報センター)
TEL/042-769-9248 担当/山口、鈴木

☆詳しくはホームページをご覧ください。 www.ecopark-sagaminara.com





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?

活用
税金
管理

住まなくなった
「おうち」の
**無料
相談会**

空き家の
管理・手入れ
どうしよう

遺品やお部屋の片付けの
話はどこに聞けばいいの?

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 5月23日(金)、24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)

日時 6月28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

市民地域清掃

5月30日はポイ捨て禁止条例による「きれいなまちづくりの日」です。
「きれいなまちづくりの日」を中心に「市民地域清掃」にご協力をお願いします。

- ・具体的な実施日・集合時間・集合場所等については、回覧などでご確認ください。
- ・「市民地域清掃のてびき」を、4月中旬より自治会宛に配布しています。
- ・道路側溝に土砂等の堆積があり、清掃が必要な場合は、下記お問い合わせ先にご連絡ください。



お問い合わせ

①ごみの捨て方：資源循環推進課 (Tel.042-769-8245)

②道路側溝清掃：各土木事務所

津久井土木事務所 (津久井地区) (Tel.042-780-1417) (相模湖地区) (Tel.042-684-3252) (藤野地区) (Tel.042-687-5512)	緑土木事務所 (城山地区) (Tel.042-783-8151) (緑区(上記以外)) (Tel.042-775-8818) 中央土木事務所(中央区) (Tel.042-769-8266) 南土木事務所(南区) (Tel.042-749-2213)
--	---



高齢者住まい探し相談会



賃貸住宅のお探しに不安を感じている高齢者の方を対象に、専門家による無料相談会を行っています。

日にち	会場
5月 9日(金)	ユニコムプラザさがみはら(南区)
7月11日(金)	ソレイユさがみ(緑区)
9月12日(金)	相模原市民会館(中央区)

【時 間】午後1時30分から午後4時(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へ
お住まいの地域に関係なく、どちらの会場でもご相談可能です。

ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

【自治パス割引】

3本以上で100円引き

刃物研ぎ



開催予定日：令和7年6月4日（水）

開催場所：横山公民館（横山台1-20-10）

受付時間：午前9時30分から午後14時まで
（受付締切：午後1時30分）

随時センター
会員募集中!!

★受け取りは午後2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ござい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 TEL042-754-1177
8時30分～17時まで



正しい乗り方 出来ていますか？

昨年に中央区で発生した交通事故の3割以上は、自転車に関係している事故でした。改めて交通ルールやマナーを確認しましょう！

事故で亡くなった方の多くは頭部に致命傷を受けています。ヘルメットをかぶって命を守りましょう。

スマホのながら運転や傘さし運転は危険なのでやめましょう。
イヤホンで音楽を聞く等、周りの音が聞こえない状態での運転も危険です。

左側を通行しましょう。



自転車も車と同じで一時停止をしなくてはなりません。
見通しの悪い交差点では、徐行をして安全確認をしましょう。

出発前に点検しましょう。

点検箇所は、「ぶたはしゃべる」
①ブレーキ、②タイヤ、
③ハンドル、④車体、
⑤ベル

問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801



相模原市自治会連合会感謝デー

2025年

5月31日(土)・6月1日(日)・2日(月)・7日(土)・8日(日)
6月9日(月)・14日(土)・15日(日)・16日(月)

大人 (高校生～64歳)	平日 1,000 円
	土日 1,500 円
中学生	全日 500 円
小学生	無料
幼児 (3歳～未就学児)	
シニア (65歳以上)	

《営業時間》

平日：10時～17時

(プールのご利用は16時30分まで)

土日：9時～18時

(プールのご利用は17時まで)

※屋内プール+屋外プール (土日のみ一部オープン)
+遊園地のりもの乗り放題

「来園日指定チケット」
の事前購入が必要です
購入はこちら!➡



- ※ 来園者の人数分 (無料の方を含む) 購入が必要となります。
- ※ 来園予定日の7日前の午前0時から購入可能となります。
- ※ 当日現地での販売はございませんのでご了承ください。
- ※ 各日数量限定となっておりますので、上限に達し次第販売を終了いたします。
- ※ ご来園当日は、「来園日指定チケット」を表示できるスマートフォン等をお持ちください。

お知らせ



【入園規制について】東京サマーランドでは、暴力団関係者、入れ墨、タトゥー (シール、ペイントも含む) のある方の入園をお断りしております。園内で判明した場合は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金や補償はいたしません。
【持ち込み禁止品について】園内へは、ビン・カン類、刃物類、危険物は持ち込みできません。また、それらをお預かりすることもお断りしております。その他の持ち込み禁止物に関しては公式HPをご確認ください。
東京サマーランドの利用規定や係員の指示に従っていただけない場合など、運営の妨げとなるような行動をとられる方は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金・補償はいたしません。

お問い合わせ

東京サマーランド
☎042-558-6511 (代)
〒197-0832
東京都あきる野市上代継 600