

回覧中央情報

発行日 令和7年6月1日
発行 中央地区自治会連合会
(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

「ボッチャとニュースポーツのつどい」

ボッチャとファミリーバドミントン、モルック、ピックルボールのつどいを開催します。お一人でも、お友達同士でも、ファミリーでも、気軽に参加してください。ルール説明の後、実技・練習を行います。

【実施日】第1回：令和7年 7月13日(日) ボッチャとファミリーバドミントン
第2回： 8月 3日(日) ボッチャとモルック
第3回： 8月17日(日) ボッチャとピックルボール
第4回： 9月28日(日) ボッチャと(種目未決定)

【時間】午前9時30分から11時30分まで ※午前9時15分より受付開始

【会場】相模原市立富士見小学校 体育館

【定員】ボッチャ(各回それぞれ) 20名 モルック 10名
ファミリーバドミントン 10名 ピックルボール 10名

いずれも
先着順

【対象】中央公民館区内在住の小学生以上

【持ち物】体育館履き、飲み物、タオル、運動できる服装《用具は主催者が準備します》

【申込み】6月21日(土)から各実施日の7日前(午前9時～午後5時)まで

※ 月曜日及び祝日の翌日を除く ※ 正午から午後1時を除く

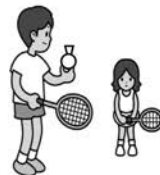
中央公民館窓口か電話又はQRコードで直接お申込みください

申し込みQRコード



複数回の申し込みができますが、同じ日に複数の種目は申し込みません。

参加費無料



主催：中央公民館 TEL：042-758-9000

おまつりにゆかたを

着てみよう！

中央公民館 自主企画提案事業

知って得するちょっとしたポイントゲット！



日時
7月26日(土)

20名募集

10:00～11:30

会場 中央公民館 和室

対象：中学生以上の女性 参加費：無料

着付け指導：「てまりの会着付け&マナーサークル」

申込方法

【当日必要な持ち物】

ゆかた・半巾帯

こしひも3本

帯板1枚 タオル2枚

肌着(Tシャツタンクトップ等OK)

※足りない物は当日借用対応有

6月21日(土)～募集人数に達するまで、

先着順。

QRコードまたは公民館窓口及び電話で

お申込ください。窓口は12:00～13:00

月曜日と祝日の翌日を除く 9:00～17:00

までです。

★★お問合せ先★★

中央公民館 042-758-9000



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

認定こども園

相模栄光幼稚園

矢部3-11-13 042-752-8040

様々な遊びやイベント、
お友だちとの関わりを通し

お子さまの社会性や主体性を育みながら
子育ての悩みや情報交換など
親子でたのしく過ごしましょう
気軽にあそびに来てください♪



最新情報はこちら！

HP



Instagram



1学期の予定

時間：10:10-11:40

対象：0歳～未就園親子

持ち物：飲み物・着替え
タオル・帽子等

子育てサロン・園庭開放は
予約不要！
直接幼稚園へお越しください。



詳しくはこちら！



大型遊具も
あるよ♪

満1歳から通園可能！

親子分離での活動になるため、
子育てサロンや園庭開放を
ご利用いただき、園の雰囲気
に慣れてからのご利用をおすすめ
しています。

詳しくはこちら！



未就園児教室

さがみん保育(相模原市こども誰でも
通園事業)実施園です。申し込みは
電子母子健康手帳アプリ「さがプリコ」
から。
対象年齢：満1歳以上/園見学必須

※6/16のみ13:10～14:10

6月16日(月)・6月18日(水)

6月27日(金)・7月2日(水)

7月11日(金)・8月25日(月)

制作や誕生会、大人のプチトレーニングなど、
毎回様々なイベントを企画しています。
おたのしみに♪

子育てサロン

6月6日(金)

6月10日(火)

6月20日(金)

6月25日(水)

7月23日(水)

※雨天時は中止となります。
HPにてご確認ください。

園庭開放

昆虫文化を子供たちに伝える会

第5回 昆虫標本 作製体験会

日時 6月21日土曜日

13:00受付開始/13:30～16:00作製会

会場 相模原市民会館3F
第1大会議室

費用 3,000円

(標本作製者1人あたり)

お申し込みEメール▼

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

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、標本作製者の人数を
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
フォーム▶**



「昆虫文化を子供たちに伝える会」
最新情報はこちら



©KONCHU_BUNKA_SAGAMIHARA

主催：昆虫文化を子供たちに伝える会(代表：三宅 ☎090-3219-2805)
共催：相模原市民会館(指定管理者ギオン・アクティオ・コンティグループ)
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/ここももの会
協賛：河内椎茸園 / (株) ナベル / モナの丘

本事業は令和7年度相模原市市民・行政協働運営型市民ファンドゆめの芽の助成金事業です。

5月15日～
申込開始
先着20名

フレイル 予防

講座 体操

～さあ、健康寿命を延ばし人生を楽しみましょう！～

柔道整復師がフレイル(加齢による心と体の衰え)を防ぐ
ための大切なポイントを分かりやすくお話しします。
「最近なんだか疲れやすい」「足腰が弱ってきた気がする」
などなど、そんなお悩みをお持ちの方に毎日の暮らしの中
で 簡単にできる体操をご紹介！健康で元気に、自分の力で
生活を楽しむためのヒントがいっぱいのイベントです♪
ぜひお気軽にご参加ください。

日時：6月24日(火)10:00～11:30

場所：3階 研修室 定員：30名

[予約・問合せ]

相模原市立あじさい会館管理事務所

TEL：042-759-3963

※6月1日より予約開始 電話、または直接事務所窓口にて受付



無料

★講師★
田口 靖彦

医療法人社団
カワサキセンター長
柔道整復師



～西門ちゅうちゅー喫茶～

ノスタルジー



「西門ちゅうちゅー喫茶ノスタルジー」は、認知症の人やその家族、地域住民の誰もがふらっと立ち寄れる集いの場所です。おしゃべり、音楽、ミニ講座、脳トレなどで楽しく過ごしています。どうぞお気軽に遊びに来てください。認知症や介護の相談にもなっています。

【日 時】毎月第4木曜日

午後1時30分～午後3時30分

6月26日(木)リエイブルメントの話

【会 場】「喫茶室 ノスタルジー」

住所：中央区相模原6-24-5

※「西門の銭湯」の道路を挟んだ真向いです

【費 用】飲み物代 200円

【問合せ先】中央地域包括支援センター

042-730-3886 (8:30～17:00)



ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

刃物研ぎ

開催予定日：令和7年6月27日(金)

開催場所：中央事務所(富士見4-3-1)

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)

開催予定日：令和7年7月2日(水)

開催場所：矢部四クラブ(矢部2-7-34)

受付時間：午前9時30分から正午12時まで

(受付締切：午前11時30分)

★7月から9月の間は夏時間で開催しております。この期間の受取は12時までお願い致します。

★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 Tel.042-754-1177

8時30分～17時まで

4/1 から【自治バス割引】

3本以上で100円引き



随時センター
会員募集中!!



東京地方税理士会相模原支部
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7年7月12日(土) 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】相模原市民会館

相模原市中央区中央 3-13-15

【定 員】先着 40 組 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

QRコードからの予約も可能です

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



JCHO 相模野病院
初夏の市民公開講座のお知らせ

『**肺がんってどんな病気？**』
～**早期発見がカギ**～

講師 JCHO 相模野病院 消化器内科部長 松本 高明 医師

<開催日> 2025年6月20日(金) 14:00～14:45

受付 13:30～14:00

<参加費> 無料 (駐車場をご利用の方は、割引認証いたします。)

<場 所> JCHO 相模野病院 7階講堂 (中央区淵野辺 1-2-30)

<定 員> 先着 80 名

※事前申し込みは不要ですが、多数ご来場頂いた際には当日お断りする場合もございます。

あらかじめご了承ください。

<お問い合わせ窓口> JCHO 相模野病院 TEL:042-752-2025 (代表)

平日 午前9:00～午後4:00 (土日祝日を除く)

※来院時はマスクの着用をお願いいたします。





★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。

予約サイトQR



サロン等の情報をご覧頂けます。
ご予約出来ます♪

♪星が丘幼稚園のサロン

10時30分～11時30分 サロン Baby・スター
「バレエストレッチ」「ベビーマッサージ」
～皆でお話をしながら、楽しい時間を過ごしましょう～

♪0～3歳の未就園児預かり保育やっています！
「さがみん保育(子ども誰でも通園事業)」

☆にこにこ一む☆9時30分～12時30分 受付中☆

*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★

★R7年度前期★ 親子教室申込受付中★

7/12(土)

ふれあい遊び
大型絵本etc...

6月	7月	8月	9月	10月
14日	12日	2日	6日	4日

*対象:0歳～3歳の未就園児親子
ピンクグループ:令和4年～令和6年生まれのお友だちと保護者

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。

シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和7年7月・8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	No.	令和7年7月開講予定日		令和7年8月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	4(金)	11(金)	—	—	午前
	02	—	—	6(水)	13(水)	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	18(金)	25(金)	—	—	午前
	04	—	—	20(水)	27(水)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	10(木)	17(木)	—	—	午前
	06	—	—	8(金)	15(金)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	24(木)	31(木)	—	—	午前
	08	—	—	22(金)	29(金)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	—	7(木)	14(木)	午前
	10	8(火)	15(火)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	—	21(木)	28(木)	午前
	12	22(火)	29(火)	—	—	午後
パワーポイント 入門	13	7(月)	14(月)	—	—	午前
	14	—	—	18(月)	25(月)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	15	1(火)	8(火)	—	—	午前
	16	—	—	5(火)	12(火)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	17	—	—	—	—	午前
	18	9(水)	16(水)	7(木)	14(木)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	19	15(火)	22(火)	—	—	午前
	20	—	—	19(火)	26(火)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone	21	—	—	—	—	午前
	22	23(水)	30(水)	21(木)	28(木)	午後

あなたの空き家大丈夫？ 適切な管理をお願いします

大切に建んでいた家も、住んでいないと傷みは早くなる一方で、手入れを行っていないと草木が繁茂したり、屋根や外壁の一部が落下するなど、安全が危うく最終的には破壊してしまう危険性もあります。また、家の痛みが進行すると、補修などの費用も大きくなってしまいます。さらに、防犯性の面においても不審者の侵入や放火などを誘発する恐れがあります。将来的に活用するときのために、空き家は適切な管理を行いましょう。

あなたのお家は大丈夫？ 建物が空き家のままでは、劣化が進みます。月に1回程度を目安に確認しましょう。管理を怠ることが原因で、解体も検討しましょう。

セルフチェックシート 空き家も適切に管理していますか？該当する項目がないか口チェックしてください。

☐ 屋根材の劣化（ズレ、剥れ、ハゲなど） ☐ フロア材の劣化（腐食、剥れ、下がりなど） ☐ 外壁材の劣化（ひび、剥れ、剥きなど） ☐ 窓枠の腐食（金属物のさびつき） ☐ 窓ガラスの劣化 ☐ 窓の下の腐食、湿害など ☐ 土壌・基礎 ☐ 基礎・土台の腐食（にじみ、腐れなど） ☐ 排水設備 ☐ 排水、トイレ等のつまり・水漏れ	☐ 内装材の劣化（床、壁紙、天井、ビニルなど） ☐ 水漏れ、ハズレ、割れなど ☐ バルコニー、ベランダ ☐ 屋根・手すりの劣化（腐食、剥れ、ズレ、下がりなど） ☐ 家のまわり ☐ ブロック塀等の腐敗（腐食、剥れ、ひびなど） ☐ 樹木・植物の繁殖 ☐ 雑草等の発生（ハチ、ゴキブリ、ネズミなど） ☐ 小さな虫の不衛生 ☐ 被害動物の出没
---	--

空き家の状態 空家法の改正により所有者の責務が強化されました



～空き家をお持ちの方へ～ 空き家は適切に管理せずに放置すると、建物が劣化し、防災、衛生、景観などの面で近隣に迷惑がかかるおそれがありますので、適切な管理をお願いします。

- ✓ 屋根や外壁、窓などに異常がないか、樹木や雑草が管理できているか月に1度は点検しましょう。
- ✓ 適切に管理されていない管理不全空家等として、市から「勧告」を受けると、該当する土地に係る固定資産税等の軽減措置が受けられなくなり、税額が約4倍になります。
- ✓ 管理を続けていくことが難しい場合は、売却や解体も検討し、専門家や市の相談窓口早めに相談しましょう。

詳しくはこちら→



<問い合わせ> 相模原市住宅課 042-769-9817

熱中症対策しましょう

熱中症の予防には、
水分補給と暑さを避けることが大切です。



のどが渇いていなくても
1日あたり1.2Lを目安に
コップ約6杯

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。エアコンを上手に使いましょう。

◆◆◆予防できているチェック！◆◆◆

- ☐ 涼しい場所・施設を利用している
- ☐ 部屋の温度を測っている
- ☐ 暑い時は無理しない
- ☐ シャワーやタオルで体を冷やす
- ☐ 緊急時・困った時の連絡先を確認している



相模原市保健所 健康増進課 042-769-8274

自転車に乗ったらライトを点け、自分の存在を知らせよう！

皆さんは夜間だけでなく、日没の際にもきちんとライトを点灯させて走行していますか？

日没の時間帯は交通事故が多く発生していますので、はやめのタイミングでライトを点灯させましょう。



○点検

自転車に乗る前にライトが点くか確認しましょう。

また、電池式の場合はバッテリーの残量に注意して利用しましょう。

○交通事故対策

ライトを点灯させること以外にも、自身や自転車に反射材を取り付ける、目立ちにくい服装を避け、明るい色の服装を身に着けると効果的です。



問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801

