

9月
開級!

大野中ふれあい学級 学級生募集

【会場】大野中公民館 大会議室 【時間】原則として午後1時30分～3時30分(受付1時15分～)
【定員】60歳以上の方 40名 ※申込み者多数の場合は館区内の方優先
【費用】3500円程度(参加費・材料代・昼食代) 第2回に集金します
【申込期間】7月10日(木)午前9時～8月20日(水)午後5時 窓口またはお電話で!



①	9/12(金)	開級式・コンサート「三線」	⑤	10/9(木)	映画鑑賞とボッチャ体験	午前10時～ 午後4時まで
②	9/19(金)	ラダーゲッター体験	⑥	10/17(金)	防犯講座	
③	9/26(金)	認知症講座 (午前10時～正午)	⑦	10/24(金)	楽しく歌って若返り!	
④	10/3(金)	プリザーブドフラワー講座	⑧	10/31(金)	閉級式・懇親会	

※内容は一部変更になる場合があります。

【お申込み】大野中公民館 ☎042-746-6600 午前9時～正午、午後1時～5時 ※7/28(月)休館日除く

モルックをやってみよう!

8月19日(火) 午前9時30分～11時30分 大野中公民館

木の棒を投げて、12本のピンを倒すゲーム
ピンの倒れ方で得点が変わり、ピッタリ50点で勝利

フィンランド発祥のニュースポーツを体験しよう!

参加費無料!

- ・申込み: 7/10(木)～8/14(木) 7/28休館日を除く
大野中公民館窓口または電話
TEL042-746-6600
受付時間 9時～正午、13時～20時

- ・定員: 先着25名
- ・対象: 館区内在住、在勤、在学の方
- ・講師: 大野中地区健康づくり普及員
- ・持ち物: 水分補給用飲料、汗拭きタオル
- ・マスクの着用は個人の判断となります

みんな元気!
さがみはら
健活!
さがみはら
～みんなで仲ばそう健康寿命～



家族参加大歓迎!



主催: 大野中地区健康づくり普及員協議会

共催: 大野中公民館



練習

年齢、実力不問！
吹奏楽やビッグバンドに
ご興味ある方の
ご参加大歓迎です！

2025 8.3(日)

18:00~21:00

◆ 途中入退場自由 ◆

[会場]

相模原市 大野中公民館
大会議室

責任者 西田 TEL:080-5678-8793



大沼公民館体育部主催 健康講座

身体之声をキャッチする

身体から出る汗や熱、寒気、痛みといった感覚は、どのような身体の状態を表しているのでしょうか。中医学の視点を知り、実際に身体を動かしながら身体之声を聞いてみませんか？

8月24日(日) 10:00~11:30

会場 大沼公民館 大会議室

定員 大沼公民館区にお住まい・お勤めの方優先
40名(先着)

持ち物 動きやすい服装、飲み物

申込み 7月25日(金)~8月15日(金)の午前9時~午後5時
窓口、電話または申込みフォームからお申込みください
ただし月曜日と12日(火)を除く

「なんとなく不調」
「いつも疲れている気がする」
そんなあなたに届けたい！



講師プロフィール

富燦霞(フー・サンカ)氏



舞踊家・舞踊研究者。
1987年、台湾より来日。
中医学をベースに「氣疏経絡体操」を開発。漢方アドバイザー。

インターネットでの
お申込みはコチラ！

【申込み・問合せ】大沼公民館

☎ 042-744-7722

oonuma-k@city.sagamihara.kanagawa.jp

止まれのサイン 見落とさないで 夏休み



大野中地区交通安全母の会(マモル会)
大野中まちづくりセンター内 ☎042-741-6695

子育てサロン

のびのびクラブ

サロン開催のお知らせ

申込不要
気軽にお越しください



日時：7月18日(金) 10:00～11:30

場所：大野中公民館 2階和室

内容：水あそび

対象：赤ちゃんから就学前までのお子さんとその保護者
お知らせ：帽子、タオル、水分補給の飲み物、
濡れてもいい服装（水遊び用パンツ（オムツ））
主催：大野中地区社会福祉協議会
事務局：大野中まちづくりセンター内（042-705-5105）
*内容は急遽変更になる可能性があります。



ひとときの心安らぎの場

ふらっと立ち寄りサロン

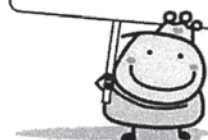
子どもから高齢者まで、どなたでもご参加いただけます

日時：7月23日（水） 10:00～12:00

場所：大沼公民館 大会議室

（東大沼3-17-15）

無料だよ



おいしいお茶やコーヒーを飲みながら…
おしゃべり、ゲーム、ビデオ鑑賞等
楽しいひとときを過ごしませんか？

（会場でのお食事はできません。）

申込不要です ☆ お気軽にふらっとお越しください♡

お問合せ



大野中地区社会福祉協議会事務局 ☎042-705-5105（平日9:00～17:00）

*麻雀の実施はありません。

大野中

地域包括支援センターからのお知らせ

♪ 健リズム体操教室 ♪

令和7年8月20日(水)
10時00分～11時30分

会場: **イトーヨーカドー古淵店**

センタースペース

定員: 40名 予約制

講師: 原 眞奈美 先生(健康運動指導士)

音楽に合わせて
体と口の
体操をします♪



おおのなかほっとカフェ

令和7年7月25日(金)
13時30分～15時00分

認知症のある方や、地域の住民の方々が
気軽に集い語らうコミュニティの場です。
どなたでもお気軽にご参加ください。

会場: 大野中地域包括支援センター
定員: 15名 先着順

講師: 辻丸 佳代子 氏
(認知症ケア専門士)

毎月開催! 次回は8月30日(土)

コグニサイズ～頭と体の体操～

令和7年9月24日(水)
13時30分～15時00分

講師: 市野瀬 厚 先生(健康運動指導士)

会場: 大野中地域包括支援センター
定員: 15名 予約制

コグニサイズとは
コグニション(認知)と、エクセサイズ(運動)を
組み合わせた造語です。
同時に行うことで、
脳とからだの機能を
効果的に向上させることを
ねらいます♪



参加費
無料

【申込み・問い合わせ】 大野中地域包括支援センター

☎ 042-701-0511

相模原市民文化祭 作品・出演者募集



9月から11月に開催する第76回市民文化祭の作品・出演者を募集します。

募集要項は、各公民館、まちづくりセンター等に配架しております。

[こちらをチェック⇒](#)

各分野の詳細につきましては、下記問い合わせ先へご連絡をお願いいたします。

展示募集	写真	市写真連盟の鈴木さん ☎042-758-0664
	絵画(洋画・日本画)	市美術協会の山本さん ☎042-757-0572
	書道(一般の部)	市書道連盟の田中さん ☎042-757-3733
	書道(教育の部)	市書道連盟の天野さん ☎042-782-4117
	華道	市華道協会の石上さん ☎090-5552-3974
	短歌	相模原柴胡短歌会の村田さん ☎090-3131-6026
	俳句	市俳句連盟の佐藤さん ☎090-8891-9753
出演者募集	カラフルアート展	相模原文化育成会の田中さん ☎090-1407-5017 彫刻、工芸品、手芸、現代詩など掲載外のジャンルでも幅広く募集
	吟剣詩舞	市吟剣詩舞連盟の齋藤さん ☎080-1094-8243
	民謡	市民謡協会の中川さん ☎042-754-8275
	ダンスフェスティバル	市ダンス協会の大澤さん ☎090-3686-7529
	邦楽演奏	市邦楽連盟の金子さん ☎090-2626-3757
	フラダンス	市フラ協会の井上さん ☎080-5512-4692
	囲碁	日本棋院相模原支部の森さん ☎090-8464-7715
	カラフルアートフェスティバル	相模原文化育成会の田中さん ☎090-1407-5017 日本舞踊、ピアノ・バンド演奏など掲載外のジャンルでも幅広く募集

【全体に関する問い合わせ】事務局(相模原市文化振興課) ☎042-769-8202



心身ともに生き活きと！

team おはな 健康教室

日時：7月2日水曜日（毎月第一水曜日開催）

時間：午後2時から3時30分

場所：大野中地域包括支援センター

地域交流スペース

申し込み不要
参加費無料

脳トレやゲーム、楽しく元気に暮らせるからだづくりの
ヒントがたくさん。どなたでもお気軽にご参加ください。

＊住み慣れた地域で自分らしく元気に生き活きと暮らしていきましょう♪

【お問い合わせ】team おはな 辻丸 090-7710-8057

さがみはら療育就職フェア

放課後等デイサービス・児童発達支援

後援：相模原市

さまざまな資格をお持ちの新卒・中途の方大募集！（保育士・看護師・心理士・PT/OT等）

主催：さがみはら子どもの福祉連絡協議会

日時：8月3日（日）開場11:00～16:00

場所：町田パリオ4階

参加費：無料 参加者特典あり（手相占い、ハンドマッサージ、ネイル等）



発達障害を持つ子どもたちの支援、療育分野に興味のある方のために「療育とは？」という疑問に答えつ、実際の療育の現場での仕事の内容や働き方を知り、就職を目指すことが出来る就職フェアです。

【問合せ】 さがみはら子どもの福祉連絡協議会 knockonwood5329@gmail.com

地球温暖化防止の講座やイベントを開催しませんか



当協議会では、暮らしの中で実践できる省エネや節電などについてお話する講座やイベントを実施しています。ぜひ自治会、公民館、こどもセンターなどの事業にご活用ください。講座の時間や内容、費用についてはお気軽に当協議会にお問い合わせください。

【講座の実施例】

- ・暮らしの中で実践できる私たちの省エネ行動
- ・家庭でできる災害対策・地球温暖化の現状
- ・ソーラークッカー工作・ソーラーランタン工作
- ・ソーラーオルゴール工作・ジャンボかるた大会
- ・地球温暖化防止クイズなど

協議会のホームページでは動画コンテンツ「みんなのさがぼーチャンネル！」や「地球温暖化防止クイズ」を掲載しています。下のQRコードからアクセスしてね！



【お問い合わせ】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
エコパークさがみはら内 TEL 042-753-9550 メール：info@s-ontaikyou.jp

「クールシェアさがみはら」実施中！（10月31日まで）
家庭でのエアコン使用を控え公共施設やお店での買い物、イベントなどに参加して涼しく楽しい空間をシェアしましょう！

開催期間

2025 7.1(火)～2025 7.31(木)



最大 **20%**
戻ってくる
キャンペーン2025



【概要】

キャンペーン期間中に、市内の対象店舗で対象キャッシュレス決済（au PAY、d払い、PayPay、楽天ペイ）で支払うと、決済金額の「最大20%」のポイントが還元されます。詳しくは右下のQRコードをチェック！

相模原市ポイント還元
キャンペーン事務局

0120-925-234

【開設時間】9:00～17:30
●6/2(月)～6/30(月)【平日のみ】
●7/1(火)～7/31(木)【土日祝含む】
●8/1(金)～8/29(金)【平日のみ】



詳細は
こちら

夏の交通事故防止運動

7月11日（金）～7月20日（日）

～ 交通ルールを守って 夏を楽しく安全に～

南区安全・安心まちづくり推進協議会大野中支部

Tel: 042-741-6695





小学生 夏期学習教室



教師経験のある会員が、学習目標において優しく丁寧に指導します。

	開催日程	開催時間	開催場所
①	7月22日 火 ~ 7月25日 金	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
②	7月28日 月 ~ 7月31日 木	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
③	8月4日 月 ~ 8月7日 木	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所
④	8月18日 月 ~ 8月21日 木	9:30 ~ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所

中央事務所: 中央区富士見4-3-1 南事務所: 南区相模大野8-9-6 緑作業所: 緑区原宿5-26-48

料金は4日間 4,000円

お問い合わせ、お申し込みは
042-753-7373

相模原市シルバー人材センターまで

※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。

※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ください。

●開催7日前までにお申込み下さい。



中学生 夏期(英・数)学習教室



教師経験のある会員が、基礎から応用まで優しく丁寧に指導します。

	開催日程	開催時間	開催場所
①	7月22日 火 ~ 7月25日 金	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所
②	7月28日 月 ~ 7月31日 木	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
③	8月4日 月 ~ 8月7日 木	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
④	8月18日 月 ~ 8月21日 木	14:00 ~ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所

中央事務所: 中央区富士見4-3-1 南事務所: 南区相模大野8-9-6 緑作業所: 緑区原宿5-26-48

料金は4日間 5,000円

お問い合わせ、お申し込みは
042-753-7373

相模原市シルバー人材センターまで

※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。

※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ください。

●開催7日前までにお申込み下さい。

SCRATCH

小学生プログラミング教室



コードを組んでゲームを作ろう! 音も出せるようになるよ!

開催日程		開催時間	開催場所
7/28(月)・8/1(金)・8/4(月)・8/8(金)	①	9:30 ~ 11:30	中央事務所
	②	13:00 ~ 15:00	
8/2(土)・8/3(日)・8/16(土)・8/17(日)	③	9:30 ~ 11:30	南事務所
	④	13:00 ~ 15:00	

中央事務所: 中央区富士見4-3-1 ・ 南事務所: 南区相模大野8-9-6

お問い合わせ、お申し込みは

相 料金は4日間

模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

ベーシックコース 7,000円

ミドルコース 9,000円

●開催7日前までにお申込み下さい。

※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。

シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和7年8月・9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8月開講予定日	令和7年9月開講予定日	時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	—	5(金) — 12(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	—	19(金) — 26(金)	午前
	04	20(水) 27(水)	—	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	—	3(水) — 10(水)	午前
	06	8(金) 15(金)	—	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	—	17(水) — 24(水)	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	—	5(金) — 12(金)	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	21(木) 28(木)	—	午前
	12	—	19(金) — 26(金)	午後
パワーポイント 入門	13	—	9(火) — 16(火)	午前
	14	18(月) 25(月)	—	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	15	—	—	午前
	16	5(火) 12(火)	4(木) 11(木)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	17	—	—	午前
	18	7(木) 14(木)	3(水) 10(水)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	19	—	—	午前
	20	19(火) 26(火)	18(木) 25(木)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone	21	—	—	午前
	22	21(木) 28(木)	17(水) 24(水)	午後



BOOK-OFF

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

遺品やお部屋の片付けの
話はどこに聞けばいいの?

相続
売却
登記

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

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 **7月25日(金)、26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 **9月26日(金)、27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)

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