

回覧上溝情報

発行日 令和 7 年 12 月 1 日
発行 上溝地区自治会連合会
(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

回覧



中央区誕生15周年記念

上溝イルミネーション

イルミネーション
点灯期間

2025
12月13日(土)

2026
1月10日(土)
18:00 ~ 20:00

上溝さくら公園

12月13日(土) 16:00 ~ 19:00
上溝さくら公園

※駐車場はありません。徒歩または自転車でお越しください。
なお、駐輪場は「上溝学校給食センター」をご利用ください。
※飲酒運転は禁止されています。

小雨決行
荒天中止

オープニング
内容

- オープニングセレモニー 16:00 ~
(進行と司会：上溝南高等学校地域連携実行委員会のみなさん)
- ①イルミネーション点灯 16:00
ファンファーレ/上溝南高等学校吹奏楽部
- ②高校生のみなさんによるパフォーマンス 16:05(予定)
上溝南高等学校吹奏楽部 16:05
上溝高等学校ダンス部 16:30
光明学園相模原高等学校和太鼓部 17:00



模擬店メニュー(15:30頃より)

綿菓子(高校生以下無料)、うどん、フランクフルト、玉こんにゃく、
ビール、サワー類、ソフトドリンク、ジュース、お茶 ほか

主催：上联実行委員会

共催：上溝地区自治会連合会 ALL上溝(上溝みらい創生委員会、社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会ほか)

協力：神奈川県立上溝高等学校・神奈川県立上溝南高等学校・光明学園相模原高等学校(順不同)

【問合せ】上溝地区自治会連合会(上溝まちづくりセンター内)

042-762-5626(平日10:00~16:00)

※本事業には、相模原市「地域活性化事業交付金」が活用されています。

イルミネーション装飾プロデュース/ビーウィッチコミュニケーション

2025



上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」令和7年12月～令和8年1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。

ちょっとしたお困り事

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

※ 12月1日、8日、15日、22日

※ 令和8年1月19日、16日

年末12月29日は、お休みになります。

年始は1月19日から始まります。

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

事前予約制・参加費無料の行事

☆骨盤を整える体操教室

毎月第1土曜日・第3火曜日 ※1月第1土曜日はお休みです

12月6日(土) 16日(火) / 1月20日(火)

土曜日①13：30～②14：00～③14：30～

火曜日①13：30～②14：00～

※火曜日は②14:00～が最終となります

※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。



☆川柳教室

12月13日(土) / 1月24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：12/8 1/20



事前予約なし・参加費無料の行事

☆おやこサロン 毎月第3金曜日

12月19日(金) / 1月16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)

【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※※

事前予約不要の行事

☆かふぇみぞ 毎週火曜日

★コーヒー：一杯100円

12月2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)
1月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27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♪



★ぶらっと上溝演芸会★

日時：12月23日(火)／1月27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：12月20日(土)／1月17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～150円）
密にならないゲームを楽しめます



※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

12月16日(火)
10:00～11:30

1月はお休み

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！

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

※12月19日(金) / 1月16日(金)はお休み

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。

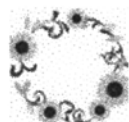


上溝地域包括支援センター

☆ひまわりかふぇ

12月18日(木) / 1月15日(木)

10:00～12:00



参加費：100円

新しくかふぇがオープンしました。
美味しいコーヒーやお茶を飲みながら
お話ししませんか？

☆健康メイト 毎月第1火曜日

12月2日(火) / 1月6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※※

ぶらっと上溝で 弁護士無料相談

遺産相続・消費者相談・賃金未払い・ご近所トラブル
などの法的なご相談ができます。

1月19日(月)

① 14:00 ② 15:00 (2組限定予約制)

申込〆切：第2水曜日 1/14(水)

場 所：ぶらっと上溝(中央区上溝6-2-16)



担当：桐生 貴央 弁護士

申込先：上溝地区社会福祉協議会 TEL : 042-703-9390

ウォークラリー体験会

日 時 令和7年12月21日(日)

午前 9:15集合~12:00

場 所 上溝公民館

参加費 大人500円 こども100円(当日会場で徴収します。)

申し込み 12月15日(金)までに

散歩のできる方なら
未経験者でも
気軽に参加できます

上溝地区社会福祉協議会事務局 042-703-9390

共催 上溝地区社会福祉協議会
相模原レクリエーション協会
(公財)相模原市スポーツ協会
後援 上溝公民館





小学生 冬期学習教室

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	12月25日(木) ～ 12月26日(金)	9:30 ～ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は2日間 2,000円			
②	1月5日(月) ～ 1月7日(水)	9:30 ～ 11:30	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は3日間 3,000円			
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			

お問い合わせ、お申し込みは相模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

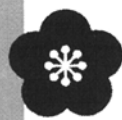
※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。

※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。



冬休み 書き初め教室



冬休みの宿題を

書いて仕上げよう!



講師会員が丁寧に指導しますので、安心してお習い頂けます。

この機会に習字に親しみたいお子様も、この機会に是非ご利用下さい

対 象	小学校3年生 ～ 小学校6年生
日 程	12月 ①24日(水)②25日(木)③26日(金) 各回とも13時～15時
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
持ち物	習字道具一式、書き初め用紙、新聞紙、雑巾、タオル、宿題のお手本やテキスト
定 員	各回 10名
費 用	各回 1,500円

お申込み
お問い合わせは

042-753-7373

相模原市
シルバー人材センター

SCRATCH

小学生プログラミング教室



コードを組んで音もつけて自分だけのゲームを作ろう!



開催日程	開催時間	開催場所
12/26(金)・1/5(月)・1/7(水)・1/10(土)	9:30 ～ 11:30	中央事務所

中央事務所:中央区富士見4-3-1 相模原市シルバー人材センター

費 用 (4日間で1コースとなります。)

ベーシックコース7,000円 ミドルコース8,000円 ハイレベルコース9,000円

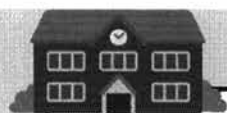
お問い合わせ、お申し込みは
相模原市シルバー人材センターまで

☎ 042-753-7373

●開催10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。

中学生 冬期学習教室（数学・英語）



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	12月25日(木) ～ 12月26日(金)	14:00 ～ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は2日間 2,500円 ※ 南事務所では英語の開講はございません			
②	1月5日(月) ～ 1月7日(水)	14:00 ～ 16:00	中央事務所・南事務所・緑作業所
費用は3日間 3,750円 ※ 南事務所では英語の開講はございません			

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

※英語希望の方は、お申込み時にお伝え下さい。



お問合わせ、お申し込みは 相模原市シルバー人材センターまで

☎ 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ください。●開催7日前までにお申込み下さい。

ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

【自治バス割引】

3本以上で 100 円引き

刃物研ぎ



開催予定日: 令和8年1月15日(木)

開催場所: 上溝まちづくりセンター(上溝7-7-17)

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)

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



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、カブトムシの産卵生息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のご連絡もお待ちしております。



KONOHU, BUNKA, SAGAMIHARA

「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。

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

TEL 090-3219-2805

(代表：三宅)

親子サークル

どろんこの会

活動日：毎週火・金曜日 10～12時

場所：主に光が丘公民館や近隣公園

対象：0歳～未就園児とその保護者

活動内容：親子で公園遊びをメインに

公民館でリトミックやふれあい遊び

季節のイベント(お芋掘り・ハロウィン・Xmas会

いちご狩りなど)、消防署や工場見学

遠足や水遊びなどのお出かけもしています♪



会員募集中

毎回参加できなくてもOK！
いつでも見学受付しています★



@DORONKONOKAI

Instagramはじめました
活動の様子を掲載中



DMまたはメールよりお気軽に
お問い合わせください
doronkonokai.40th@gmail.com

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

* 相模原市にある児童発達支援・放課後等デイサービスの事業所が集まるイベントです！ *

主催：さがみはら子どもの福祉連絡協議会

日時：1月11日(日) 開場 10:30 ~ 15:00

場所：相模原市立産業会館 1階多目的ホール

参加費：無料



HP

子どもたちの笑顔が、あなたのやりがいに。

一人ひとりに寄り添う「療育」の現場で、あなたの想いをカタチにしませんか？

パート・アルバイト・正職員それぞれ募集しております。

【問合せ】さがみはら子どもの福祉連絡協議会 070-8934-4361 knockonwood5329@gmail.com

上溝公民館成人講座

上溝で楽しむワイナリー見学

[日 時] 令和8年1月17日(土) 午後2時~3時30分

※番田駅(中央区上溝378)前に午後1時30分集合

[会 場] ケントクワイナリー(中央区上溝349-2)

[内 容] ワイナリー見学とワインの試飲

[定 員] 先着15名

[対 象] 20歳以上の方

[参加費] 500円(集合場所で集金)

[申 込] QRコードまたはURLからお申込みください。

<https://logoform.jp/form/oWjU/1284119>

[持ち物] 当日ワインを購入したい方はPayPayで支払いができるスマートフォン、スリッパ、参加費500円

QRコード



集合場所



番田馬場から
7~8分
歩きます

問い合わせ: 上溝公民館 (042-761-2288)

上溝公民館文化事業 コーヒーなどを飲みながら名画を鑑賞しよう!

上映映画「ローマの休日」

日 時: 令和8年1月24日(土) 午後1時30分より

申 込: 12月16日(火) から令和8年1月16日(金) までに公民館窓口またはお電話にてお申し込みください(定員に達した時点で締切り)。

※午前9時~午後5時(正午~午後1時、月曜日及び祝日の翌日を除く)

会 場: 上溝公民館1階 大会議室

対 象: 館区内在住・在勤・在学の方

定 員: 50名(先着順)

参加費: 100円(コーヒー・紅茶付、お代り可、参加費は開催当日に受け付けます)

※お飲み物をご持参される方は参加費無料

□諸般の事情により、内容が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ: 上溝公民館 Tel042-761-2288



飲酒運転を「しない！させない！」

昨年は、飲酒運転による死亡事故が全国で140件発生し、令和5年よりも28件増加してしまいました。

飲酒運転を「しない！させない！」という強い気持ちをもって、みんなで飲酒運転を根絶させましょう。

飲酒運転の死亡率

警察によると、飲酒していないときと比べて、死亡事故につながる危険性が7倍も高くなるという結果でした。

ハンドルキーパー

車で飲食店に行くときは、お酒を飲まない人(ハンドルキーパー)を決め、その人は仲間を安全に家まで送り届けましょう。



問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801

マナーを守って”犬”の散歩を

犬のフンやオシッコで困っている人がいます。

道路や他人の土地を汚さないようにしましょう。

家でトイレをするしつけを行い、
散歩の前にトイレを済ませましょう。
犬がフンをしたら、必ず持ち帰りましょう。

「相模原市動物の愛護及び管理に関する条例」で、飼い主には公園、道路等公共の場所及び他人の土地、建物等を汚物で汚さないことが義務づけられています。



【問合せ】相模原市保健所 生活衛生課 042-769-8347

相模原市からのお知らせ
【空き家を所有している人へ】

月に1度は点検を

☐屋根や外壁、窓、室内に異常がないか

☐樹木や雑草がはびこっていないか

適切に管理しないと…

「管理不全空家等」として勧告することがあります。

勧告を受けると、該当する土地に係る固定資産税などの住宅用地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。

管理の継続が難しい場合は

- 売却や解体を検討する
- 専門家や市の相談窓口早めに相談する

相模原市住宅課 042-769-9817



空き家の適切な管理
の案内はこちら

＝ 相模原市 × crassone ＝

相模原市は、空き家の適正管理及び除却や活用を促進するため、株式会社クラッソーネと「空家等の除却促進に係る連携協定」を締結しています。

まずは

空き家の資産価値を調べてみよう！

簡単な質問に答えると
あなたの空き家の資産価値

- 1 土地の売却査定価格
- 2 空き家の解体費用

をAIで算定します。
また、必要な方には
解体工事の一括見積りや
不動産仲介等のご紹介も
いたします。

簡単無料



脱炭素の取組を支援します



未来へSwitch!
ゼロカーボン
さがみはら

相模原市では、2050年の脱炭素社会の実現に向け、化石燃料に依存しない再生可能エネルギーの導入や次世代自動車の普及促進に対する支援を行っています。

○住宅用スマートエネルギー設備等導入奨励金

…ZEH住宅、LCCM住宅の購入を検討している方

○住宅用スマートエネルギー設備等導入奨励金

●住宅用初期費用ゼロ太陽光発電設備等導入補助金

…住宅に太陽光発電設備、蓄電池等の導入を検討している方

○燃料電池自動車購入奨励金 ※電気自動車の購入は対象外

●電気自動車充電設備導入補助金

…次世代自動車の普及促進に対する支援制度

※●のものは予算額に達し次第、申請受付を終了します。

【お問合せ】042-769-8240(相模原市 ゼロカーボン推進課)



詳細は、市ホームページを御確認ください。

はじめてみましょう！「エコドライブ」

エコドライブとは、燃料消費量や二酸化炭素(CO2)排出量を減らし、地球温暖化防止につながる“運転技術”や“心がけ”です。交通事故の減少につながり、燃料消費量が少ない運転は、お財布にやさしいだけでなく、同乗者が安心できる安全な運転でもあります。



【すぐに始められるエコドライブ】

- ☆自分の燃費を把握し、エコ効果を実感しよう
- ☆冬はカーエアコン(A/C)をOFFにしよう
- ☆不要な荷物はおろそう
- ☆渋滞を避ければ燃費や時間の節約になる
- ☆タイヤ空気圧の点検・整備から始めよう
- ☆駐停車のアイドリングや暖機運転はやめよう
- ☆走行の妨げとなる駐車はやめよう

【安全運転につながるエコドライブ運転テクニック】

- ☆ふんわりアクセル「eスタート」
- ☆車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転
- ☆減速時は早めにアクセルを離そう

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
TEL 042-753-9550



～地球温暖化防止について考えよう！～

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)では、自治会や公民館などを対象に地球温暖化防止の講座やイベントを実施しています。
お気軽に下記までお問い合わせください

【お問合せ】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/FAX:042-753-9550 メール:info@s-ontaiyou.jp



さがぼーくん

