

住宅の防犯対策補助金

～命や財産、笑顔を守るために防犯対策はしっかり行いましょう！～

相模原市では、住宅の防犯対策を行う方に対し、補助を行います。

【補助対象者】 購入（設置）日及び申請日に市内に居住し、住民登録をしている方
(1世帯1回、昨年度に補助を受けた方も対象です。)

【補助対象経費】 対象となる防犯対策用品の購入費及び設置費

【補助対象となる防犯対策用品】 令和8年8月1日以降に購入・設置した次のもの

- ・録画機能付きドアホン ・屋外用防犯カメラ ・屋外人感センサー付きライト
- ・玄関ドア錠（ディンプルキー、ウェーブキー、スマートロック） ・補助錠
- ・防犯フィルム・面格子 ・センサーアラーム ・鍵付き宅配ボックス

【補助額】 設置及び購入費用の2分の1、上限2万円（100円未満切り捨て）

【申請受付】 令和8年9月1日（火）から10月30日（金）まで

※先着順、予算（4,000万円）に達したら、受付を終了します。

その他、詳細については市ホームページ等にてご確認ください。

また、チラシ等はまちづくりセンターや公民館に配架しています。

【お問合せ】

相模原市コールセンター 042-770-7777 （担当 交通・地域安全課）



詳細は市ホームページ

～地震対策はできていますか～

◎危険ブロック塀等撤去奨励補助制度

道路等に面した危険なブロック塀等の撤去費用を補助します。

内容	補助金額
一般地区	費用の2分の1以内(上限10万円)
重点地区・通学路	費用の4分の3以内(上限15万円)

事業着手前に
申請が必要です。

※新設費用は補助の対象になりません。 ※申請期限 令和8年12月28日(月)(必着)

※予算額に達した時点で締め切ります。

◎戸建住宅耐震診断・耐震改修工事等補助制度

戸建住宅の耐震診断等の費用を補助します。

耐震診断: 上限額15万3千円

耐震改修計画・工事一括事業: 上限額115万円(費用の1/2)

※高齢者世帯等に50万円上限の加算あり

※補助対象となる建築物

①旧耐震基準の戸建住宅(昭和56年5月31日までに建築工事に着手したもの)

②木造在来工法の戸建住宅で2階以下(昭和56年6月1日～平成12年5月31日に建築工事に着手したもの)

詳細はこちら



※補助制度の詳細等については、お問い合わせください。

申請・お問い合わせ先
相模原市役所 建築政策課
電話 042-769-8252

地域で健康づくりを行うボランティア大募集！！

健康づくり普及員養成講座



本講座では健康づくり普及員の活動に必要な基礎知識を学びます。

対象：市内在住で、講座修了後に
令和9年4月から健康づくり普及員
として活動する意欲のある人

受講：全6回コース(第1・2・4・6回は
いずれか1日)

会場：①ウェルネスさがみはら
②南保健福祉センター

費用：無料

申込：9月4日(金)までに電話か、
QRコードから



	日程	会場	時間
1	9月14日(月)	①	午後1時30分～ 3時
	9月16日(水)	②	
2	10月14日(水)	①	午前中
	10月19日(月)	②	
3	11月～1月に1回	各公民館等	午後2時～ 3時30分
4	12月10日(木)	①	午後1時30分～ 4時
	12月3日(木)	②	
5	1月26日(火)	①	午後1時30分～ 3時30分
6	2月5日(金)	①	午後1時30分～ 3時30分
	2月15日(月)	②	

申込み・問合せ先：相模原市 健康増進課 Tel: 042(769)8274
(平日 午前8時30分～午後5時)

「化学物質過敏症」をご存じですか？

化学物質過敏症とは・・・

生活の中で接するわずかな化学物質に反応して、頭痛や吐き気など様々な症状が現れることです。発症の仕組みや治療法が明らかになっていないため、体調不良や周囲の理解が得られないことで苦しんでいる人がいます。

主な症状

嗅覚過敏や目・鼻・喉の刺激症状、
かゆみ、疲労感、頭痛、吐き気など



原因となる身近なもの



タバコの煙



香水など



柔軟剤など



シャンプーなど

みなさまにできること

- 公共の場など人が集まる場所では、洗剤や柔軟剤、化粧品、香水などの香りが過度にならないように、使用を控えるなどの配慮をしましょう。
- 住宅地で農薬や除草剤、殺虫剤を使用するときは、飛散防止に努めましょう。
- 受動喫煙防止に努めましょう。



問合せ先：相模原市 健康増進課 Tel: 042(769)8274
(平日 午前8時30分～午後5時)

上溝地区社会福祉協議会

「ぶらっと上溝」令和8年8月～令和8年9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
8月3日、10日、17日、24日、31日
9月7日、14日、28日
※9月21日は祝日（敬老の日）の為お休みです

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

※8月はお休みになります

9月5日（土）・15日（火）

土曜日①13：40～②14：00～③14：30～

火曜日①13：40～②14：00～

※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

8月22日（土）／9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：8/18 9/24



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

8月21日（金）／ 9月18日（金）



10：30～11：30

ひよこ保育園（042-762-1015）

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

【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

☆かふえみそ 毎週火曜日

★コーヒー：一杯100円

8月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)
9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♪



★ぶらっと上溝演芸会★

日時： 8月25日(火)／9月22日(火)
10:30～11:00

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： 8月15日（土）／9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～150円）
密にならないゲームを楽しめます



は か
じ き
め 氷
ま 水
し た



※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

8月はお休み / 9月15日（火）
10:00～11:30

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：1,000円

9:00～12:00 ※ 8月21日（金） / 9月18日（金）はお休み

新規の参加者の募集を再開しました！

※開催日にできるだけ参加できる方。 ※当日の状況によって人数調整させていただきます。



※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。

上溝地域包括支援センター

☆ひまわりかふえ

8月20日(木) / 9月17日(木)

10:00～12:00

参加費：100円

新しくかふえ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

8月4日（火） / 9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※※

上溝地区敬老事業のお知らせ

上溝地区敬老事業実行委員会では80歳以上（昭和22年4月1日以前生まれ、令和8年6月1日現在上溝地区に住民登録している方）の皆様へ、敬老事業を実施しています。令和8年9月より、民生委員が『敬老祝い品』をお届けいたします。上溝地区敬老事業実行委員会は、上溝地区内（社会福祉協議会、民生委員・児童委員協議会、自治会連合会、老人クラブ連合会）で構成されています。

- ①祝い品配付：9月18日以降に民生委員が祝い品をお届けいたします。
（申し込みは不要です。対象年齢の方へお渡しいたします。）
- ②地域貢献活動表彰式：11月28日（土）開催の「上溝ふくしまつり」にて表彰いたします。

上溝地区敬老事業実行委員会

（問合せ先 上溝地区社会福祉協議会事務局）

電話 042-703-9390



ストレスと上手く付き合おう！～今日が一番若い日～

令和8年度 上溝公民館高齢者学級 学級生募集！！

上溝なごみ学級

9月29日（火）～12月1日（火）全10回 午後1時30分～3時30分
※第7回の社会見学は午前9時～午後4時の予定です。

会 場：上溝公民館 大会議室ほか
対 象：上溝地区にお住まいの60歳以上で、
おおむね全て参加できる方

募 集：30名

参加費：500円（第1回目に集金します）

※第7回目の社会見学参加費
3,000円は別途集金します。

申込み：8月21日（金）～8月31日（月）

午前9時～午後5時の間に、
上溝公民館窓口にて申込み。

※正午～午後1時を除く。

回	開催日	内 容
1	9/29(火)	開級式・上溝の昔
2	10/6(火)	亀ヶ池八幡宮見学
3	10/13(火)	己書講座
4	10/20(火)	悪質商法講座
5	10/27(火)	3B 体操・ゴミの分別講座
6	11/3(火)	振り返り・社会見学の予習
7	11/10(火)	大磯（旧吉田茂邸）へ社会見学
8	11/17(火)	民謡鑑賞
9	11/24(火)	映画鑑賞「そして父になる」
10	12/1(火)	閉級式・振り返り・テーマに沿ってトーク

申込み・問い合わせ 上溝公民館 ☎042-761-2288

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

などの法的な相談ができます。

8月17日(月) / 9月はお休み

① 14:00～ ② 14:30～

③ 15:00～ ④ 15:30～

申込〆切：第2水曜日 8/12(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

申込み先：上溝地区社会福祉協議会 電 話：042-703-9390(平日9時～17時)



スマホのお悩み
お気軽にご相談ください!

スマホ サロン

日時 令和8年8月27日(木)

10時～12時

場所 ぶらっと上溝(上溝 6-2-16) 上溝高校前

- ・ 予約不要
- ・ 参加費無料
- ・ ご自身のスマートフォンをお持ちください

毎月第4木曜日開催(次回 9月24日)

問合せ先 上溝地区社会福祉協議会 TEL 042-703-9390

家庭でできる～災害への備え～

日 時：令和8年9月19日(土)

午後1時30分～3時30分

会 場：上溝公民館 大会議室

対 象：館区内在住・在勤・在学の方

定 員：30名(先着順)

講 師：防災マイスター 蓮池 直人 氏

申 込：8月18日(火)～9月11日(金) 午後5時まで

電話または窓口にてお申し込みください。(定員になり次第締め切ります)

※午前9時～午後5時(正午～午後1時、月曜日、祝日の翌日を除く)

お問い合わせ：上溝公民館 ☎042-761-2288

身近に迫る
災害の危機！
あなたは避難
しますか？
しませんか？

令和8年度

事前予約制 先着順



成年後見制度 市民公開講座&無料相談会

日時 会場	9月12日(土) 第1部 午後1時30分～ 中央区 あじさい会館 6階 展示室	第2部 午後3時～
第1部 (講座) 親亡きあとをどう支える? ～成年後見制度で考える障がいのある子の将来～	定員 40名 講師: 社会福祉士	
第2部 (無料相談会) 定員 20組 弁護士、司法書士、社会福祉士、行政書士、税理士による成年後見制度に関する個別相談会 (30分程度)		

申込み開始日: 8月3日(月)～ 申込期日: 9月4日(金) 午後5時迄

社会福祉法人相模原市社会福祉協議会
さがみはら成年後見・あんしんセンター 電話 042-756-5034

お申込みはお電話又は
QRコードからお願いします



第6回 昆虫標本作製体験会

日時 2026年8月29日土曜日

13:00受付開始/13:30～16:00作製会

お申し込み
フォーム⇒



会場

相模原市民会館3F
第1大会議室

お申し込みEメール▼
kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

費用

3,000円 (標本作製者1人あたり)

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、お申込みフォームもしくはE-mailでお申し込み下さい。

標本作製大ベテランのけんじ先生が親切丁寧に教えてくれます。



宮嶋けんじ先生
(日本昆虫学会会員、相模原市自然環境教育員)

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、ここももの会

協賛: 河内椎茸園、(有)むし社、(株)ナベル、あかはね動物病院

本事業は公益財団法人東京応化科学技術振興財団の協力で実施しています。

7月26日～
申込開始
先着20名

第19回昆虫講演会 セミの生態を探る

セミの生涯

参加費
¥500
中学生以下
無料

2026年

8/30
日曜日

講師
久保田 兼行さん

日本セミの会会員
プロカメラマン/元中学校教員
『セミのおくりもの』共著出版

場所

エコパークさがみはら2階学習室
相模原市中央区富士見1-3-41

時間

13:30～15:00
(受付開始13:00～)

お申し込みEメール▼

kabuto-mushi@jcom.zaq.ne.jp

お申し込みフォーム▼

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、お申込みフォームもしくはE-mailでお申し込み下さい。

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: 木もれびの森の花と木々を守る会 (ここももの会)

後援: 相模原市、相模原市教育委員会

協賛: 河内椎茸園、(有)むし社、(株)ナベル、あかはね動物病院

本事業は公益財団法人東京応化科学技術振興財団の協力で実施しています。

7月25日～
申込開始
先着85名





みんなで始める脱炭素！ 市が取組を支援します

相模原市では、2050年の脱炭素社会の実現に向け、化石燃料に頼ら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向けた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

対象：住宅に太陽光発電設備、蓄電池及びV2Hの導入を検討している方
ZEH住宅、LCCM住宅の購入を検討している方

●住宅用初期費用ゼロ太陽光発電設備等導入補助金

対象：初期費用ゼロ円で太陽光発電設備や蓄電池を住宅に導入したい方

○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

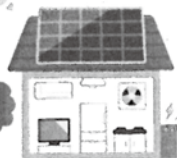
…次世代自動車の普及促進に対する支援制度

※●印の補助金は予算に達し次第、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）



未来へSwitch!
ゼロカーボン
さがみはら



詳細は、市ホームページ
を御確認ください。



夏季の省エネのポイント

～エネルギーを無駄なく活用しましょう～

【エアコン】

- 熱中症に気を付けて、服装やライフスタイルを工夫しながら
自分が涼しく感じる適温に設定しましょう。
- フィルターを2週間に1回は清掃しましょう。
- 扇風機やサーキュレーターで冷気を循環させましょう。
- レースのカーテンやすだれで日差しをカットしましょう。
- 服装を工夫してクールビズを実践しましょう。
- 室外機の吹出口近くに物を置かないようにしましょう。
- 外出時は昼間でもカーテンを閉めると暑さを軽減できます。

【クールシェアさがみはら 実施中】

詳細は相模原市のホームページをご確認ください。

【冷蔵庫】

- 熱いものは冷ましてから保存しましょう。
- 冷蔵庫の温度設定を確認してみましょう。
（「強」なら「中」にできないか確認しましょう。）
- 冷蔵室は3割ほど空けて冷気を流し、冷凍室は隙間なく
詰めることが効率よく使うコツです。
- 無駄な開閉はやめて開閉時間も短くしましょう。

【照明】

- 必要ない部屋の電気は消しましょう。
- LED など省エネ性能の優れた製品に切り替えましょう。

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 TEL042-753-9550



未来へSwitch!
ゼロカーボン
さがみはら



刃物 研ぎ

【自治バス割引】

3本以上で 100 円引き

開催予定日：令和8年9月17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。受取は12時までに
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 TEL042-754-1177



随時センター
会員募集中!!

