



相模台地区自治会連合会だより

相模原市地域活動功労者（市連会長感謝状）の表彰式が行われました

6月13日（土）今年度の相模原市地域活動功労者（市連会長感謝状）表彰式が、けやき会館で行われました。

相模台地区からは、次の8名の方が受賞されました。

相模台自治会	芝崎 成光様	旭自治会	渡邊 俊男様
みよし自治会	田中 幸司様	溝上自治会	黒井 城二様
みよし自治会	南 誠 様	豊原自治会	中瀬 久子様
松原自治会	北原 正子様	御園五丁目自治会	草間 やよい様

誠におめでとうございます。

令和8年度第2回自治会長会議が6月23日（火）に開催されました。

会議は、各機関からの連絡に続き、篠塚会長のあいさつがありました。

議題では、自治会掲示板申請、自治会活動奨励金、地区総合防災訓練など、様々な事項について、説明や、審議が行われました。

相模台地区自治会連合会（相模台まちづくりセンター内）

TEL 042-744-3148 FAX 042-744-3194 Eメール sagamidai.chikuren1609@gmail.com



ラジオ体操 毎週火曜日朝8時～開催中（相模台公園）



ラジオ体操第1・第2、みんなの体操等20分ほど体操をします。週に一度、みんなで楽しく運動してみませんか。

参加者募集中！お気軽にご参加ください。

みなさまのご参加をお待ちしています！



**スタッフも
募集中です！**



お問合せ先
相模台地区社会福祉協議会
電話 042-705-1422
平日 9:00～17:00

地域介護予防教室のお知らせ

無理なく続く脳活&リハビリ入門😊1日10分で若返る？ 2026 いきいき☆ハッピー体操教室

- 講師：志賀祐介氏 / 理学療法士 & サポートスタッフ
- 開催日：10/1、10/8、10/22、10/29、及び12/10(木曜日)
- 会場：りんどう麻溝 2F 地域交流スペース(麻溝台 5-9-30)
- 時間：10:00~11:30 (受付 9:30~)
- 対象：65歳以上の方
- 参加費：無料
- 人数：25名(先着順)★基本的に全日程参加できる方
- 持ち物：上履き・飲み物・筆記用具

介護認定を
受けている方も
ご相談ください



<お申込み・お問合せ>

相模台第2地域包括支援センター 担当:柴田・宮本
電話 042-741-6665 平日午前9時から午後5時まで
この事業は相模原市の委託を受けて実施しています。

地域介護予防教室のお知らせ

ラテンの音楽に合わせて楽しくエクササイズ！体幹を鍛えよう

「身体を動かした方がいいのは知っているけどどうしたらいいのかわからない・・・。」「体操をしてるけど飽きてしまう・・・。」といった方いませんか？ラテンのリズムに合わせて皆で身体を動かして楽しみましょう！

- 講師：理学療法士 ZUMBA インストラクター 藤井 薫 氏
- 開催日：令和8年10月15日(木)
- 会場：相模野自治会館(住所：相模原市南区相模台 6-5-18)
- 時間：午前10時00分~午前11時30分(受付 午前9時45分~)
- 対象：65歳以上
- 参加費：無料
- 人数：20名(申し込み順)
- 持ち物：飲み物 上履き



<お申込み・お問合せ>

相模台第2地域包括支援センター 担当:杉山・宮本
電話 042-741-6665 平日午前9時から午後5時まで
この事業は相模原市の委託を受けて実施しています。



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



住宅の防犯対策に補助を行います

～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！～

【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）

【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各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。

※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。

※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）

※補助制度の詳細等については、お問い合わせください。

事業着手前に
申請が必要です。

詳細はこちら



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

相模台公民館

8月インフォメーション

申込み・問い合わせは、相模台公民館へ

電話：042-743-7871

受付時間：午前9時30分～午後5時

休館日：毎月第4月曜日、12月28日～1月3日

※天候等の諸事情により、事業が中止となることもあります。

※事業の様子を写真撮影し、それをホームページ等に掲載する場合がありますので、ご了承ください。

ホームページ



X



スポーツで地域のみんなとつながろう！

さがみだいスポーツフェスタ

9月27日(日)9:00～正午

会場：相模台中学校



ミニ運動会
スポーツ体験
を楽しんで！

申込みなしで
きてね！

ちっちゃいお子さんの
競技もあるよ！



8:30

受付

9:00

開会式

ミニ運動会(・玉入れ・玉送り・子ども向け競技など)

スポーツ体験(・モルック・ビックルボール・健康体操など)

11:45

閉会式

12:00

終了 *参加賞あり！

申込不要です。直接、会場の相模台中学校へ。雨天時は体育館、荒天時は中止。

持ち物：飲み物、ぼうし、うわばき、タオル *熱中症予防の対策をしてお越しください。

主催：相模台公民館 電話 042-743-7871 主管：さがみだいスポーツフェスタ実行委員会

公民館まつり参加予定団体事前説明会

相模台公民館まつりの日程が変わります

11月⇒3月

事前説明会を行いますので、公民館まつり参加予定の方はご参加ください。

【日時】 9月12日(土) 午前9時30分から (午前9時15分 開場)

【場所】 相模台公民館 大会議室

【内容】 第46回相模台公民館まつり 日程変更について・申込みに関する諸注意

公民館専門部員・委員募集

公民館の多くの事業は、地域住民が企画・運営しています。その企画・運営に携わっていただける方を募集しています。

【公民館専門部・委員会の役割】

- ・月に一回の会議を行い、事業の運営のための話し合いを行います。
- ・年間事業計画に基づいて、事業の企画・準備・運営を行います。

《募集する専門部・委員会》

★文化部(文化的事業の企画・運営)

趣味・教養講座、コンサートなどの学習・文化活動の企画・運営をします。

★体育部(スポーツ事業の企画・運営)

地域の子どもから高齢者までが楽しめるスポーツ事業の企画・運営をします。

★青少年部(青少年向けの事業の企画・運営)

地域の子どもたちがさまざまな体験ができる事業の企画・運営をします。

★子育てサポート委員会(子育てをサポートする事業の企画・運営)

子育て中の保護者を応援する事業や親子で楽しめる事業の企画・運営をします。

★広報委員会(広報活動の企画・運営)

公民館報やホームページの取材・企画・編集活動をします。

※これらの活動は、ボランティアのため報酬等はありません。



公民館共催事業

おひさにだっこの おはなしかい！

【日時】 9月15日(火) 午前10時30分～11時15分

【会場】 和室 【対象】 0歳から未就学児までのお子様と保護者

【内容】 絵本、うた、親子ふれあい遊びほか

【申込】 当日、直接会場へ(先着10組程度)

《企画運営》おはなし♪ころりん



みんなで始める脱炭素！ 市が取組を支援します



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）



詳細は、市ホームページ
を御確認ください。

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、頭痛、吐き気など

原因となる身近なもの

タバコの煙・香水・柔軟剤・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。
- 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）

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、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

申込はこちら▲

申込：9月4日（金）までに電話かQRコードから

問合せ：相模原市健康増進課：042(769)8274

（平日 午前8時30分～午後5時）



	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	

令和8年度



成年後見制度 市民公開講座&無料相談会

事前予約制 先着順

日時 9月12日(土) 第1部 午後1時30分～ 第2部 午後3時～
会場 中央区 あじさい会館 6階 展示室

第1部 (講座) 親亡きあとをどう支える? 定員 40名
 ～成年後見制度で考える障がいのある子の将来～ 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・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。

お申し込みフォーム▼

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



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

お申し込み・お問い合わせ

費用 3,000円 (標本作製者1人あたり)

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、相模原市自然環境課職員)

7月26日～
 申込開始
 先着20名

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。

みんなでとめましょう！国際電話詐欺「#みんとめ」！

#みんとめとは、特殊詐欺の電話を直接受けないための対策として、「国際電話着信ブロック」を推進し、特殊詐欺被害を抑止する運動です。



固定電話での対策

国際電話不取扱受付センター

(無償で国際電話の着信を止められます)

0120-210-364



携帯電話での対策

「詐欺対策byNTTタウンページ」

& 「詐欺バスターLite」登場!!

ダウンロード・利用料ともに無料



相模原南警察署長 042-749-0110



刃物研ぎ



★★★ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします★★★

9月7日 (月) 相模台まちづくりセンター

相模台1丁目13-5

受付時間：午前9時30分から午前11時50分まで

引取りは午後0時まで(以降は南事務所保管)

お問合せ先：シルバー人材センター南事務所TEL 042-745-2158

◆悪天候により開催方法等の変更又は中止させていただく場合がありますのでご了承ください。

◆お車でのご来場はお控え頂き、近隣の有料駐車場等をご利用下さい。



包丁など
3本以上で
100円引き



随時 センター会員募集中!

シルバー人材センター

パソコン/スマホ教室

令和8年9月、10月

受講生募集

- ・初心者歓迎します。 講座内容の説明
- ・最低受講人員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8年9月開講予定日	令和8年10月開講予定日	時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	01	—	2(金) 9(金)	午前
02	3(木) 10(木)	—	—	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	03	—	18(金) 23(金)	午前
04	17(木) 24(木)	—	—	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	05	4(金) 11(金)	—	午前
06	—	8(木) 15(木)	—	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	07	18(金) 25(金)	—	午前
08	—	22(木) 29(木)	—	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	09	—	8(木) 15(木)	午前
10	4(金) 11(金)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	11	—	22(木) 29(木)	午前
12	18(金) 25(金)	—	—	午後
パワーポイント 入門	13	—	19(月) 26(月)	午前
14	9(水) 16(水)	—	—	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真)	15	3(木) 10(木)	—	午前
16	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅱ (基本と写真)	17	—	—	午前
18	—	2(金) 9(金)	—	午後
スマホ入門Ⅲ (LINE・メール)	19	17(木) 24(木)	—	午前
20	—	—	—	午後
スマホ入門Ⅳ (LINE・メール)	21	—	—	午前
22	—	16(金) 23(金)	—	午後