

おいしい 防災フェス

～災害時の「食」について考えよう～

大規模災害の発生に備えた生活物資の備蓄を行っていますか？
在宅避難者支援の視点から「自助」「共助」「公助」について考えます。

だれでも参加できます。

令和8年度(2026年)
さがみだい防災フェス
相模台地区総合防災訓練

10月18日(日)

相模台公園
野球場

相模台中学校隣接 南区桜台21
☎️🚲 P:相模台中学校校庭

10:00～13:00

自衛隊カレー

●陸上自衛隊第4施設群(座間駐屯地)参加

無料試食できます。

*防災スタンプラリー参加者・数量限定

写真はイメージです。



参加無料

入退場自由

自助 家庭内備蓄・生活支援

- 在宅避難に備えた家庭内備蓄の資料配布
- 非常食の展示と試食
- 防災対策グッズと電気自動車等の展示
- 防災ワークショップ、防災クイズの実施

共助 地域の連携と協力

- 災害時要援護者支援に向けたドローン空撮デモ
- 地域活動団体の紹介コーナーと自治会加入促進



公助 炊出し・支援物資供給

- 陸上自衛隊第4施設群による炊出し実施
- 在宅避難者を想定し、支援物資の受付、配布訓練を避難所・現地対策班・南区災害対策本部が実施
- 初期消火・けむり体験・震度体験訓練などを実施



相模台地区

祭 秋まつり&イベント情報

御園五丁目自治会 秋まつり

10月3日(土)

雨天:10月4日(日)
11:00~16:00

御園ふれあい広場

主催:御園五丁目自治会



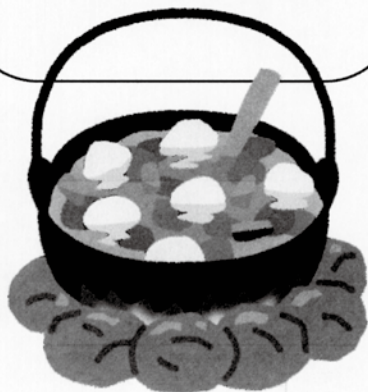
一青会自治会 第15回 芋煮会

11月8日(日)

雨天:未定
11:00~14:00

一青会自治会館

主催:一青会自治会



相模台団地自治会・ 相模台団地分譲自治会 秋まつり

10月10日(土)

雨天:10月11日(日)
15:00~20:00

相模台団地内
中央広場

主催:相模台団地自治会・
相模台団地分譲自治会



鶴ヶ丘団地自治会 秋まつり

11月8日(日)

雨天:室内にて実施
11:00~15:00

鶴ヶ丘団地集会所及
び集会所前広場

主催:鶴ヶ丘団地自治会



文化祭

御園南自治会 文化祭

11月1日(日)

雨天:室内にて実施
10:00~14:00
御園南自治会館

主催:御園南自治会



一青会自治会 第20回 もちつき大会

2月28日(日)

雨天:未定
11:00~14:00

一青会自治会館

主催:一青会自治会



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



7月21日（火）第3回自治会長会議が開催されました

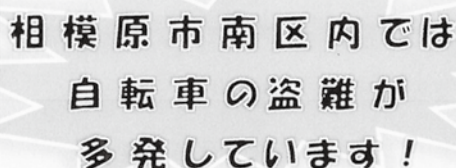
- 相模原南警察署交通課による、本年4月から導入された「自転車の青切符」、相模原市南区での「交通事故」、「流動型犯罪グループ・トクリュウ」についての講演がありました。
- 9月6日（日）に行われる「情報伝達訓練」の内容の説明がありました。情報伝達訓練は大地震を想定し、各自治会が自主防災隊を立ち上げ、被害状況などを連合自主防災隊本部に無線やタブレットなどを使って報告すると共に、各地区の自主防災隊の報告を受けることにより情報を共有し、スムーズな救助、避難を目的に行われます。
- 自治会加入率について説明がありました。
- 自治会活動推進奨励金の振り込みについて説明がありました。
- 本年度第1回まちづくり会議の報告がありました。
- 10月18日（日）に行う令和8年度相模台地区総合防災訓練「おいしい防災フェス」開催について説明がありました。

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

南区安全・安心まちづくり推進協議会相模台支部より

9月21日～30日は、「秋の全国交通安全運動」です！

[illegible]

自転車盗の約7割が無施錠！
自転車には、2個（ツーロック）
のカギをかけましょう！！



相模原市警察署長 042-749-0110

自轉車盜發生狀況

お問い合わせ：南区安全・安心まちづくり推進協議会 相模台支部 相模台まちづくりセンター内
TEL 042-744-3148 Eメール sgamidai.chikuren1609@gmail.com

～シニアのための～ズンバ体操募集

内容：楽しいラテン音楽で座って踊りましょう(1時間程度)

ズンバの格好いいポーズしてみましょ！体幹も鍛えます！

日時：令和8年10月8日(木)午後1時10分～受付

講師：藤井 薫 氏 理学療法士・介護運動指導員

会場：相模台公民館 大会議室

対象：65歳以上の方 30名程度

申込先：相模台第1地域包括支援センター
042-767-3888(寺田・西山)



料理講習会のお知らせ 楽しく学び・楽しく調理・美味しく試食

～生活習慣病予防・フレイル予防講習会～



相模原市食育推進
マスコット
キャラクター
サガビー

【実施日】9月25日(金)

【時間】午前10時～13時

【場所】相模台公民館 料理実習室

【費用】500円

【持ち物】エプロン・三角巾・タオル
マスク

【定員】16名

内容

ご飯

厚あげハンバーグ

彩りごま和え

きなこゼリー

申し込み受付期間

9月15日(火)～9月20日(日)

申込先

わかな会(担当:江藤)

Tel 070-6564-7654



【主催】

相模原市食生活改善推進団体わかな会
相模原市健康増進課

相模台地区社会福祉協議会

からのお知らせです

❀ **10月24日(土) 10:00~15:00**

❖ **第27回相模台福祉まつりを開催します** (相模台公民館)

❖ **福祉バザーも同時開催(10:00~13:00)**



❖ バザーの収益は相模台地区社会福祉協議会の収益となり、地域福祉のために役立たせていただきます。

❖ **バザー品提供のご協力もお願いいたします**

❖ 贈答品として頂いたけど使っていない日用品・雑貨など
いずれも新品か新品同様の物がご自宅にありますか？
下記日程で相模台公民館にお持ちください。

バザー品は次の日程で受付をいたします

10月20日(火)・21日(水)

相模台公民館 1階コミュニティ室 13:00~16:00 まで

※なお、次のような品は受付できません。ご了承ください。

- × 人形・美術品・生鮮食品
- × シミ・カビ・傷・汚れのひどい商品

☆各自治会に持ち込みも可能です 10/5(月)~16日(金)

❖ **みなさまからのご協力をお願いいたします！**

**ボランティア
募集中！**



❖ 福祉まつり当日、お手伝いを
してくださる方を募集しています。
詳しくは、下記事務局まで！

❀ **10月10日(土) 10:00~11:30**

サポートセンター楽らく10周年！特別講座

相模台公民館 2階大会議室

【リンパとは？リンパ体操でむくみを改善！】

電話申込みが
必要です！

◎リンパケアと一緒に覚えましょう！

❖ **動きやすい服装で、ご参加ください❖**

講師：牛山 元美医師

さがみ生協眼科・内科 内科部長

定員 60名 9月28日(月)10時~電話受付開始
(定員になり次第、終了となります)

参加費 300円 (当日受付でお支払いください)

開場 9:30~ 講演開始 10:00~



お問い合わせ 相模台地区社会福祉協議会 事務局
電話：042-705-1422(平日 9:00~17:00)

相模台公民館

9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



ニュースポーツ体験教室

モルック

市推奨の「モルック」はフィンランドのカレリア地方の伝統的なゲームをもとに開発されたスポーツです。モルック(木の棒)を投げて得点を競います。

- 【日時】 10月18日(日)午前9時30分～正午
- 【会場】 相模台小学校 体育館
- 【内容】 モルックを楽しみます
- 【対象】 相模台公民館区内の小学生以上の方優先
- 【定員】 先着24名
- 【持物】 飲み物、体育館履き、運動しやすい服装で
- 【申込】 9月11日(金)午前9時30分から公民館窓口または電話で《主管》体育部

お口の健康教室

～健康な心と身体はお口から！～

歯科医師さんと歯科衛生士さんによる、オーラルフレイル(お口の機能低下)予防の教室です。

会場：相模台公民館2階大会議室

日時：10月20日(火)午前10時から11時30分まで

対象：公民館区内在住のどなたでも

定員：30名(申込み順)

持物：飲み物(実習で必要です)、筆記用具

申込：9月18日(金)から公民館窓口または電話で



主管：健康づくり委員会

さがみだい
スポーツフェスタ 2026

9/27(日) 9:00~正午

会場：相模台中学校 校庭・体育館

プログラム

8:30 受付開始

9:00 開会式

9:20 ミニ運動会

- ・玉入れ
- ・大玉おくり
- ・おかしつかみ
- ・つなひき
- ・クイズどっちでしょうか？

11:00 休憩
11:10

スポーツ体験

- ・ピククルボール・モルック
- ・健康体操
- ・ストラックアウトなど

11:45 閉会式

12:00 終了

子ども向けの
競技があります

赤白チーム
で戦います

参加賞
あり！

申込み不要
直接会場へ！

持ち物：飲み物、体育館履き、帽子、タオル

主管：さがみだいスポーツフェスタ実行委員会

*熱中症対策をお願いします。

*雨天時は体育館でおこないます。



公民館共催事業

おひざにだっこの **おはなしかい**！

【日 時】10月27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

第21回さがみはら市民活動フェスタ

9月27日(日)

9:30~14:30

淵野辺公園へGO!

「つなげる 広げる 市民力」市内で活動しているボランティア団体がパフォーマンスやブース出展しています(荒天中止)。秋の始まりを満喫できるイベントです。

【問合せ】さがみはら市民活動サポートセンター



TEL 042-755-5790

E-mail sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp ※ 会場は公共交通機関をご利用ください。



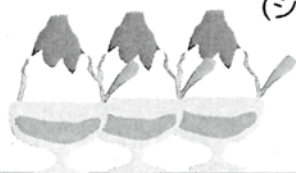
市民活動フェスタ「かき氷ブース」出店情報

出店団体:相模原市自治会連合会

日時:9月27日(日)9時30分~14時30分

場所:淵野辺公園 中央広場

内容:かき氷 1杯100円
(シロップかけ放題)



☆自治パス持参特典☆

自治パス提示で1杯プレゼント

※他にも良いことが・・・?



【問合せ先】相模原市自治会連合会 電話042-753-3419

10月4日(日) 13:30~15:30 土壌動物観察会

*小雨決行、雨天中止はホームページでお知らせします。

会場:ここももの森(大野台中学校正門横、南区大野台8丁目8)

ここももの森地図

参加費:300円(資料代、保険料)小学校3年生以下は保護者同伴

持ち物:筆記用具、帽子、長そで、長ズボン

申し込み方法(受付:9/15~9/30まで) 定員20組

- ①参加者全員の名前(ふりがな)、②学年、代表者(保護者)は③住所、④電話番号、
⑤メールアドレスをホームページフォームからお申し込み下さい。

拠点登録:大野中公民館、相模原市「木もれびの森 森づくりパートナーシップ協定」締結団体

後援:相模原市、相模原市教育委員会、(公財)相模原市まち・みどり公社

協力:昆虫文化を子供たちに伝える会

主催:木もれびの森の花と木々を守る会(ここももの会)

問い合わせ先 ☎ (代表) 杉山 090-9954-0190



ホームページ



太鼓祭

in さがみはら



特別ゲスト **スピリット** 登場

●メンバー 森住秀斗・高木啓輔・篠原伍慧・竹内幹太

◆ 太鼓祭 in さがみはら 第8回関東大会 ◆

開催日：2026年11月1日(日) 時 間：13:00 開演予定

会 場：相模原市民会館 ホール 料 金：2,500円【税込】

【プレイガイド】●相模原市民会館 / 来館受付 042-752-4710

●チケットぴあ / Pコード：327-153

【問い合わせ】日本太鼓協会まで 電話048-543-1677

第23回相模原お店大賞 投票受付中！

＜投票期間：令和8年8月20日(木)～令和8年10月20日(火)＞

相模原お店大賞は、地域商業の活性化と消費者へのサービス向上を目的に、相模原市内で小売・飲食、サービス業を営んでいる店舗の中から、地元を愛し、地域貢献に取り組み、相模原市をリードしていくような、個性的で魅力ある店づくりを行っている店舗を表彰する事業です。

投票は①公式ホームページ②Instagram③X(旧Twitter)④郵送・FAXの4種類で行っており、投票頂いた方には、

抽選で総額30万円相当のプレゼントが当たるキャンペーンも実施しています。ぜひ、みなさまの推しのお店にご投票ください！

詳しくは公式ホームページへ！！

<https://sagamihara-omise.com>

【お問合せ】

相模原商工会議所「相模原お店大賞」実行委員会

TEL：042-753-8135

Mail：omise@sagamihara-cci.or.jp



宅地災害の防止等を目的とした擁壁の改修や崖地の崩落防止工事をお考えの方へ

相模原市宅地防災対策工事助成金制度のお知らせ

対象工事	内容	助成額
防災対策工事	崖崩れの防止を目的とした工事 (擁壁工事など)	対象工事費用の3分の1 (上限300万円)
減災対策工事	崖崩れの被害軽減を目的とした工事 (擁壁補強工事、擁壁補修工事 など)	対象工事費用の3分の1 (上限100万円)

助成対象となる土地や申請者の条件があります。

※予算に達した時点で受け付け終了。

詳しくは市HPをご覧ください。

【問合せ】相模原市役所 開発調整課 042(769)6128



令和8年度 相模原市 健活！チャレンジ

個人部門 1 スマホでチャレンジ！アプリコース

★1日平均 6,000 歩以上で抽選の対象に！

★特別賞「さがみんのとっておき賞」を新設!!

個人部門 2 レポート提出でチャレンジ！コース

★健康づくりに関する目標に30日取り組むと

抽選対象に！

グループ部門 グループで平均歩数を競います

★平均歩数が上位のグループに記念品を贈呈！

実施期間 個人部

前期:9月1日～11月30日(抽選12月)

後期:12月1日～令和9年2月28日(抽選3月)

実施期間 グループ部

10月1日～12月31日(抽選1月)

【問合せ】

相模原市コールセンター 詳しくは市HP

042-770-7777

こちらから→



関東甲信越ブロック高齢者悪質商法被害防止共同キャンペーン

9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です

消費者トラブルのご相談は

042-775-1770

相模原市消費生活総合センターへ

相談受付時間

月～金:午前9時～午後4時

(第2・4金曜日は午前9時～午後6時)

土日祝日:午前9時～正午、午後1時～午後4時

※年末年始(12/29～1/3)はお休みです。

お近くの消費生活相談窓口につながります

消費者ホットライン

局番なし 188

ー 庭木のお手入れ できていますか？ ー

住まいや空き家の庭木の管理を怠ると...

- ・ 枝が伸びて通行の妨げや近隣トラブルの原因に
- ・ 大雨や強風で倒木の危険性が増します

自分自身で管理が難しいときは、専門業者に相談

- 安心できる業者に庭木の剪定・伐採を任せたい
- ハチの巣の駆除をすぐに依頼したい

相模原造園協同組合 庭木の剪定などの相談窓口

☎042-773-8977【相談無料】

組合HP

(平日10時～15時 ※水曜日を除く)

ご相談・お見積りは無料/作業費は有料



相模原市 住宅課 042-769-9817

相模原市と相模原造園協同組合は、空家等対策に関する協定を締結し、連携して空き家対策に取り組んでいます。

住まいの庭木の手入れなどでお悩みの所有者の方へ
庭木の剪定などの相談窓口

造園業の専門家団体である「相模原造園協同組合」では、空き家などの庭木の剪定・伐採、ハチの巣の撤去などに関する所有者からのご相談を無料で受け付けています(作業費は有料)

相談窓口

相模原造園協同組合

(相模原市中央区清瀬4-10-9)

☎042-773-8977

受付時間: 平日10:00～15:00

※水曜日を除く



こんなお悩みはありませんか? 造園の専門家へ気軽に相談!

- 庭木の手入れが大変なので、剪定してほしい
- ハチの巣ができたので、駆除を依頼したい
- 空き家になっている庭木を伐採したい

お問い合わせ: 相模原市役所 住宅課
☎042-769-9817





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。
- フィルターの掃除は2週間に1回清掃しましょう。
- エアコンと一緒に扇風機やサーキュレーターを用いると冷気が広範囲に行き渡り快適に過ごせます。
- 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】

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！
10月31日まで実施します。

【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。
- 壁や天井から適切な間隔をとり設置しましょう。

【照明・テレビ】

- 必要のない部屋の電気は消しましょう。
- LEDなど省エネ性能の製品に切り替えましょう。
- 点灯時間を短くしましょう。
- 見ていないテレビは消しましょう。



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

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し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。

映像を通じて分かりやすく説明します。

- ・暮らしの中で実践できる私たちの省エネ
- ・地球温暖化の現状など



工作やカルタを通してお子さんも楽しく参加できる講座です。

- ・ソーラーランタン工作・ソーラークッカー工作
- ・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



【お問い合わせ】NPO法人さがみはら地球温暖化対策協議会(アースクールさがみはら) 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！

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！10月31日まで実施します。

どうぞご利用ください！ ご家庭の包丁・はさみをお研ぎします



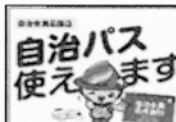
刃物研ぎ



10月5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
午後1時30分まで
猛暑の時は12時までとなります



自治会パスをお持ちの方
包丁など3本以上で
100円引き

☆受け取りは午後2時まで。（以降は南事務所保管）

☆天候によっては、開催方法等の変更または中止することもございます。
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。

☆料金例：包丁（刃渡り10cm未満500円・刃渡り23cm未満600円）

お問い合わせ先 シルバー人材センター南事務所 TEL 042-745-2158

お問い合わせ時間 8時30分～17時まで



随時 センター会員募集中！



65歳以上の皆様！運転ヘルスチェックを体験してみませんか？

～75歳以上で運転免許を更新する際に必須となる認知機能検査などを体験できるチャンスです！～

開催日時：令和8年10月19日（月） 午前9：30～12：00 午後1：30～4：00

会場：トヨタモビリティ神奈川 淵野辺店（中央区東淵野辺4-1-23）

事前予約必須！

※駐車場と駐輪スペースあり ※古淵駅、徒歩約17分

実施内容：①運転ヘルスチェック

（運転認知機能検査体験）

②安全運転サポート車の乗車体験

③交通安全講話

④特殊詐欺防止に係る講話

募集期間：9月25日（金）～10月7日（水）

申込先：042-770-7777【令和8年9月30日まで】
（相模原市コールセンター）

令和8年10月1日より相模原市役所代表電話番号
042-754-1111と統合します。

参加費：無料

主催：南区安全・安心まちづくり推進協議会

対象：過去参加していない南区内在住か在勤の65歳以上の人 午前・午後各12人（申込順）



高齢者が運転免許更新時に受ける認知機能検査や高齢者講習の

代わりになるものではありません。

お問合せ：042-749-2135（事務局：南区役所地域振興課）