

光が丘地区自治会連合会

地区連ニュース No. 169

2026年9月号

7/2 R8 環境衛生部長研修会 実施報告 (その2)

相模原市 南清掃工場

当日 2 番目に訪れたのは南清掃工場。

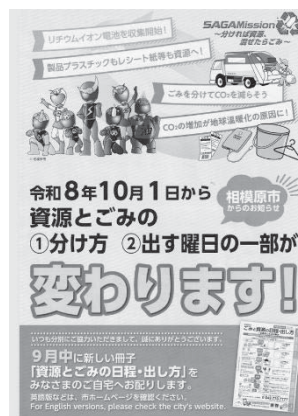


ここでは、市内から収集された一般ゴミを焼却して、含まれる「鉄」と「アルミ」を回収するとともに、1200度で熔融して「スラグ」とし、道路用資材等に再利用しています。(マテリアルリサイクル)



また、処理過程で発生する熱エネルギーによる発電で施設の電力を賄い、余った電気を電力会社へ送電しています。さらに、熱を施設内の冷暖房や給湯に利用し、隣接する温水プール(市民健康文化センター)や相模原公園の温室に送っています。(サーマルリサイクル)

10月1日から ①分け方と ②出す曜日が一部変わります



① 分け方のポイント

*「プラスチック」はプラ容器に加えて製品プラスチックも回収。

*「ペットボトル・有害ごみ」の回収日が新設。(有害ごみ：リチウムイオン電池・ボタン電池・コイン電池・乾電池・プラスチックライター・水銀体温計/温度計/血圧計)

②出す曜日のポイント (光が丘地区)

- * 一般ごみ：変更なし (月・木)
- * プラスチック：変更あり (火)
- * ペットボトル・有害ごみ：新設 (水)
- * 資源：変更なし (金)

詳しくは。既に全戸配布された「お知らせ」に加えて、9月中に全戸配布される冊子「資源とごみの日程・出し方」をご覧ください。

ホームページにも記事が掲載されていますので、右のQRコードからご覧ください。



光が丘地区自治会連合会ホームページ
<https://www.hikarigaoka-chikuren.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)

助成対象となる崖地

- ・ 営利を目的とする事業の用に供するものでない
- ・ 高さが2mを超え、崖の角度が30度以上ある
- ・ 崖崩れが発生した場合の影響範囲に、第三者が居住する建物や公共施設または私道がある
- ・ 擁壁などの場合、築造から10年を超えている
- ・ 工事対象となる土地を5年以上所有している など

※予算に達した時点で受け付け終了。

詳しくは市 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

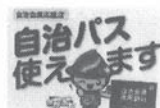
【問合せ】相模原市役所 開発調整課 042(769)6128



刃物研ぎ



【開催予定日】



令和8年10月13日(火)

【開催場所】

光が丘ハイム(光が丘3-20-2)

【受付時間】午前9時30分から午後1時
(受付締切: 12時30分)

☆【自治パス割引】3本以上で100円引き

★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あり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。

【お問合せ先】

相模原市シルバー人材センター
中央事務所 TEL042-754-1177



庭木のお手入れ できていますか？

住まいや空き家の庭木の管理を怠ると...

- ・ 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

日常的な庭木のケアのポイント

- ☑ 傾斜や、道路や隣地へのはみ出しがないか確認
- ☑ 定期的な剪定で適切な高さや大きさを保つ

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を任せたい
- ハチの巣の駆除を依頼したい

<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】

(平日10時~15時 ※水曜日を除く)

ご相談・お見積は無料/作業費は有料

組合HP



相模原市 住宅課 042-769-9817

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

第21回さがみはら市民活動フェスタ

「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）。ご家族で秋の始まりを満喫できるイベントです。

出店ブース

（過去の出店）

- ・焼きそば
- ・具たくさん汁
- ・木工作品実演
- ・文具作り

ほか体験や相談など

パフォーマンス

（過去の出演）

- ・日本太鼓演奏
- ・みんなで盆踊り
- ・ジャズアンサンブル
- ・チアリーディング
- ・よさこい演舞

など

【問合せ】さがみはら市民活動サポートセンター

T E L 042-755-5790

E-mail sagami.saposen@iris.ocn.ne.jp



9月27日（日）

9：30～14：30

淵野辺公園へGO！



※ ご来場は公共交通機関をご利用ください。



ピックルボールと ボッチャとファミバド であそびましょう



誰でも気軽に楽しめる「ピックルボール」と「ボッチャ」と「ファミリーバドミントン」が体験できます。

道具を準備してお待ちしていますので、ご家族で、お友達と、もちろんおひとりでもお気軽にご参加下さい。初めての方も大歓迎です！

※会場は並木小学校ですので、おまちがえないようにご注意ください!!

日時： **9月13日** (日)

午前9時30分～正午

日時： **10月11日** (日)

午前9時30分～正午

会場： **並木小学校** 体育館 持ち物：屋内用運動靴、飲み物、タオル等

申込み：当日直接会場にお越し下さい 問合せ：光が丘公民館 ☎756-1117



文学講座

没後 110 年 夏目漱石の世界

今年（2026年）は、森鴎外とともに近代文学を代表する夏目漱石の没後 110 年の年に当たります。（ちなみに漱石の没年は 1916 年）漱石の作品といえば、「坊ちゃん」や「こころ」などがすぐ浮かんでくることでしょう。そこで、この機会に漱石の文学世界を巨視的に（第 1 回）、微視的に（第 2 回）見ていきましょう。

開催日 第 1 回 10月17日（土） 漱石の生涯

第 2 回 10月31日（土） 漱石の作品

※講座内容の詳細は、公民館内ポスターまたは公民館ホームページをご覧ください。

連続講座なので回毎の募集はしません。ご注意ください。

時間 午前 10 時～正午

場所 陽光台公民館 大会議室

講師 文学研究家 栗原一郎先生

持ち物 筆記用具 飲料

対象 中学生以上 先着 20 名

申込 9月8日（火）より陽光台公民館窓口か電話、QR コードでお申込みください

申込 QR コード



毎年、栗原先生の資料と解説が大変わかりやすく、勉強になったと多くの感想を頂いている大好評の文学講座です！

「源氏物語」「枕草子」「百人一首の世界」と続きましたが、今回は夏目漱石について学んでいきたいと思ひます。

ぜひ、ご参加ください。

陽光台公民館文化部主催 042-755-3451

光が丘地区



ふれセン元気塾

心も！体も！健康に！

～正しく歩いて、地域を再発見！～

内 容： 毎日の「歩く」をもっと健康的に楽しくするために、
体に負担をかけない正しい姿勢や歩き方を学び、
地域のおすすめ散策スポットや街歩きを楽しむ方
もご紹介します！

講 師： 柔道整復師：田口 靖彦 先生 他

日 時： 令和8年9月28日(月)

午前10時から11時30分

定 員： 20名(応募者多数の場合は抽選にて決定)

会 場： 光が丘ふれあいセンター2階

費用は無料です！

お申し込みお待ち
しております。



＜お申込み・お問い合わせ＞

光が丘地域包括支援センター

042-750-1067 (大谷)

申込：午前9時から午後5時(日・祝を除く)

締切：令和8年9月25日(金)まで

主催：(一社) 光が丘ふれあいセンター 光が丘地域包括支援センター

料理講習会のお知らせ

生活習慣病・フレイル予防講習会

～バランスの良い食事をしましょう～

内容

減塩 生活習慣病予防について
(フレイル予防)

主食 ご飯

主菜 厚揚げハンバーグ甘酢あん

副菜 彩ごま和え

スイーツ きな粉ゼリー



相模原市食生活改善推進
マスコット
キャラクター
サガビー

- 【実施日】9月27日(日)
- 【時 間】午前10時～12時30分
- 【場 所】上溝公民館 調理実習室
- 【費 用】500円
- 【持 ち 物】エプロン 三角巾 筆記用具
マスク
- 【定 員】12名

申し込み受付期間

9月15日(火)～定員に達するまで

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



令和8年度 相模原市 健活！チャレンジ

★1日平均 6,000歩以上歩く

★健康づくりに関する目標に30日間

取り組むと抽選で景品が当たります♪

今年度は景品増量中!!

個人参加はもちろん、職場の仲間や友人と
グループ参加もできます!!

詳しくは市HP
こちらから▶



【問合せ】

相模原市コールセンター 042-770-7777

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



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**

9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です

高齢ドライバーのみなさん

運転前にできる簡単なストレッチをしよう!



令和7年に中央区で発生した交通事故の約4割は、高齢者による事故です。運転操作や安全確認をよりスムーズに行えるよう、運転前に簡単にできるストレッチをしましょう。

ストレッチ方法(参考)

○肩のストレッチ

両肩を耳に近づけるように持ち上げ、ストンと一気におろす(3回)。

○首のストレッチ

首を左右にゆっくり倒したり、回したりする。

○上体のひねり

上体を左右にゆっくりひねり、後方を確認する動きを意識して3秒キープ(左右3回)

※痛みを感じた場合は無理に動かさないようにしましょう。



問い合わせ 中央区役所地域振興課 電話042-769-9801

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、个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



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：ここものの森(大野台中学校正門横、南区大野台8丁目8)

ここものの森地図

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(ここものの会)
問い合わせ先 ☎ (代表) 杉山 090-9954-0190



ホームページ



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でかけもしています♪



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



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

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。

【講座の実施例】

- ・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
- ・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。右のQRコードからアクセスしてね!



【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!(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!

緑の募金運動にご協力を!



緑の募金運動とは?

「緑の募金による森林整備等の推進に関する法律」に基づき、全国で実施されている募金運動です。集められた募金は、県内・市内の森林整備活動や緑化の推進、被災地域の復旧・復興などに活用されます。

募金方法は?

(公財)相模原市まち・みどり公社までご連絡ください。振込用紙などをお送りします。

募金は
随時受付中です!



◆公益財団法人相模原市まち・みどり公社
〒252-0236 相模原市中央区富士見 6-6-23
TEL 042-751-6624(みどり推進課)
FAX 042-751-2345