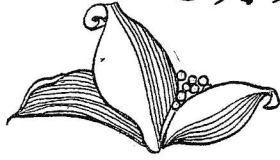


## 3月クリーンデーのお知らせ

(第335回)



平成31年2月1日  
自治会法人 東林間自治会  
会長 古木 昇  
環境部長 吉原 幹生

余寒の候、会員の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

3月のクリーンデーは**10日** (第2日曜日) 午前9:00からです。

区長・班長・会員の皆様のご協力よろしくお願い致します。(雨天の場合は17日になります。)

### クリーンデー集合場所と担当地区

- \*上鶴間遊園地と水道路 (上鶴間8-4) 東1区、東2区、東3区、東4区、東5区、東6区 東11区 東14区  
東15区、東16区、東17区東18区、東19区、東20-1区、20-2区の方  
(担当役員:柳沢、藤原、足立、杣、板倉)
- \*東林ふれあいの森 (上鶴間8-20) 東7区、東8区、東9区、東10区、東12-1区、東12-2区東13区の方  
(担当役員:白石、鈴木、定行)
- \*第4公園 (東林間4-41) 西1区、西2区、西3区、西4-1、西4-2区、西11区 西12区  
西15区、西31区、南2区、南3-1、3-2、3-3区の方  
(担当役員:酒井、宇都木、松岡)
- \*三角公園 (東林間5-7) 南1区、南7区、南8区、南9区、南10区、南11区、南12区  
南13区、南14区、南15区、南16区、南17区の方  
(担当役員:阿部、日暮、富家、佐藤貞、中村、雨宮)
- \*第3公園 (東林間3-13) 西5-1、5-2区、西6-1、6-2区、西7区、西9区、西10区  
南4区、南5区、南6区の方 (担当役員:田村、浅田、林)
- \*林間公園と緑道 (東林間1-22) 西18区、西19区、西20区、西21区、西28区、西29区  
西30区の方 (担当役員:松井、山本、川崎)
- \*松蔭公園 (東林間1-5) 西13-1、13-2区、西14区、西16区、西17-1、17-2、17-3区  
北1区、北2区、北3区、北4区、北5区、北6区、北7区  
東21区の方 (担当役員:宮崎、上木原)
- \*第2公園と水道路 (東林間2-11) 西22区、西23区、西24区、西25-1、25-2区、西26区  
西27区の方 (担当役員:吉原、萩原、杉山、福田)
- \*第5公園 (東林間3-17) 西8区

\*4月のクリーンデーは14日です。  
この内容はホームページでもご覧いただけます。





# 東林いきいき塾⑤

シニアライフ  
支え合いボランティア養成講座

発行元：東林地区社会福祉協議会 相模原市南区相南 1-10-10(東林まちづくりセンター内) 電話 705-3315 Fax744-5194

～他人事から我が事へ～

## 人生100年時代到来！

# あなたの千カラを 地域で活かそう！！

少子高齢化が加速する今日、かつてのように介護や子育てを家族だけで担うことができません。私たちがなんとなく感じている将来の不安を私たち自身が正しく理解するとともに、身近な人と繋がりを深め、支え合いを行うことで安心して暮らし続けられる地域づくりを進めていきましょう。新たな元号を迎える今、あなたの力を東林地区で活かしてみませんか！！

日 時

**3月13日** (水) 午後1時30分～4時

場 所

**東林公民館 1階 多目的ホール**

対 象

シニアライフの支え合い活動に関心のある方

定 員

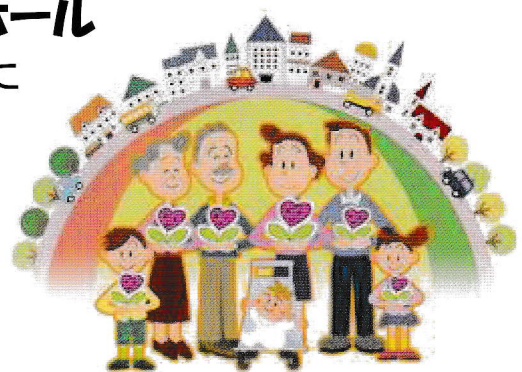
80人 (申込順)

受講料

無 料

主 催

東林地区社会福祉協議会  
東林地区地域ケア会議地域づくり部会



申込・問い合わせ

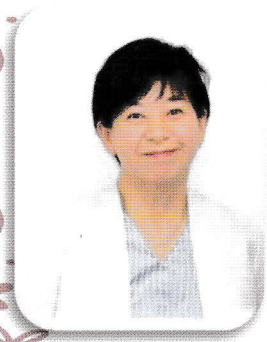
**東林地区社会福祉協議会** (東林まちづくりセンター内)  
お電話にてお申込みください

電 話 **042 (705) 3315**



講師

特定非営利活動法人 よこはま地域福祉研究センター



センター長 佐塚 玲子 氏

横浜市内の地域ケアプラザに10年勤務。公的サービスが創出される中、これからの福祉は「地域の時代」と確信。その後、横浜市内中間支援NPOに8年勤務。福祉に携わる専門職・市民の人材育成事業を中心に。5年前より現職。

神奈川県社会福祉審議会委員

内容

- ◆ 高齢者の理解・高齢者福祉サービスの現状
- ◆ 介護難民にならないために 私たちがすべき備えとは
- ◆ 東林地区の高齢者支え合い活動紹介
- ◆ 東林地区に必要な生活支援活動と担い手
- ◆ 人生100年時代 より良い人生を生き抜くために

東林地区の支え合い活動



少人数のふらっと立ち寄りサロン  
りんりんカフェ



身近な地域での生活支援  
相南フレンドリーの会



お食事とおしゃべりの集いの場  
東林いこいの広場

アクセス

- ◆ 小田急江ノ島線  
東林間駅下車 徒歩約10分
- ◆ 小田急小田原線  
小田急相模原駅下車 徒歩約15分







1 册

# 東林間交番だより

相模原南警察署  
古淵 6-29-2  
(代表番号)  
042-749-0110

## 『迷惑電話防止機能付電話機』のご利用を!

### ＜振り込み詐欺の被害防止対策!＞

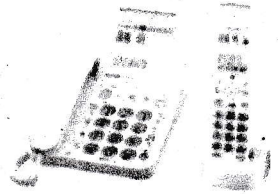
犯人からの電話のほとんどが自宅の固定電話にかかってくることから、

- 1 固定電話を解約し携帯電話へ切り替えること (携帯電話購入にかかる費用代)
- 2 固定電話の電話番号を変更すること (費用2,500円～)
- 3 固定電話を留守番電話に設定すること (費用はかかりません)

等をお勧めしています。

これらの措置を行うことで被害に遭うリスクをかなり軽減することができます。しかし、お年寄りには、固定電話の解約や電話番号の変更に抵抗感があることも事実です。

迷惑電話防止機能付電話



そうした場合に有効なのが **迷惑電話防止機能付電話機** です。

※ 犯人が電話をかけてきても呼出音を鳴らす前に、犯人に対し「この通話内容を録音します」などと伝えてくれます。犯人は自分の声を録音されることを嫌いますので、すぐに電話を切ります。



## 1月10日は『110番の日』です!



### 110番は緊急電話

不要・不急の110番通報  
が約半数です!



110番通報は、事件・事故等を警察へ通報する **緊急通報手段** です。

急を要さない相談や各種電話番号の照会等は、警察総合相談電話や最寄りの警察署へお問い合わせ下さい。

☆ 警察総合相談電話 → TEL 045-664-9110、短縮ダイヤル #9110

- |               |                 |                  |                |
|---------------|-----------------|------------------|----------------|
| ○交通情報案内(テープ)  | → 050-3369-6614 | ○性犯罪110番         | → 045-681-0110 |
| ○運転免許テレホン案内   | → 045-391-4123  | ○身元不明遺体相談        | → 045-641-0683 |
| ○暴走族相談        | → 045-211-0174  | ○悪質商法110番        | → 045-651-1194 |
| ○暴力団に関する通報・相談 | → 045-201-8930  | ○子ども安全110番(児童虐待) | → 045-651-0110 |

## 交番からのお願い!

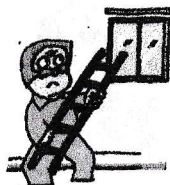
## 東林間交番事件簿 (12月中)

### 忍込み事件が連続発生!

東林間交番管内では、12月中に忍込み事件が多発しました。

年末で何かと忙しい時期とは思いますが、短時間の外出でも、必ず自宅に戸締りしてください。

不審者を発見した際は、必ず110番通報してください。



振り込み詐欺	の前兆電話数	0件
振り込み詐欺		0件
自転車盗		0件
万引き		3件
忍込み		1件
色情ねらい		2件
器物損壊		1件
警察に相談してくれた前兆電話の件数を載せましたので参考にして下さい。		
実際は、これ以上の前兆電話が相模原市南区にかかってきています。		





1 冊

# 相南交番だより

相模原南警察署  
古淵 6-29-2  
(代表番号)  
042-749-0110

## 『迷惑電話防止機能付電話機』のご利用を!

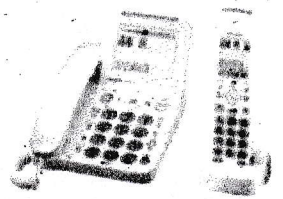
### <振り込め詐欺の被害防止対策!>

- 犯人からの電話のほとんどが自宅の固定電話にかかってくることから、
- 1 固定電話を解約し携帯電話へ切り替えること (携帯電話購入にかかる費用)
  - 2 固定電話の電話番号を変更すること (費用2,500円~)
  - 3 固定電話を留守番電話に設定すること (費用はかかりません)

等をお勧めしています。

これらの措置を行うことで被害に遭うリスクをかなり軽減することができます。しかし、お年寄りには、固定電話の解約や電話番号の変更に抵抗感があることも事実です。

迷惑電話防止機能付電話



そうした場合に有効なのが **迷惑電話防止機能付電話機** です。

※ 犯人が電話をかけてきても呼出音を鳴らす前に、犯人に対し「この通話内容を録音します」などと告げてくれます。

犯人は自分の声を録音されることを嫌いますので、すぐに電話を切ります。



## 1月10日は『110番の日』です!



### 110番は緊急電話

不要・不急の110番通報

が約半数です!



110番通報は、事件・事故等を警察へ通報する **緊急通報手段** です。

急を要さない相談や各種電話番号の照会等は、警察総合相談電話や最寄りの警察署へお問い合わせ下さい。

☆ 警察総合相談電話 → TEL 045-664-9110、短縮ダイヤル #9110

- 交通情報案内(テープ) → 050-3369-6614
- 運転免許テレホン案内 → 045-391-4123
- 暴走族相談 → 045-211-0174
- 暴力団に関する通報・相談 → 045-201-8930

- 性犯罪110番 → 045-681-0110
- 身元不明遺体相談 → 045-641-0683
- 悪質商法110番 → 045-651-1194
- 子ども安全110番(児童虐待) → 045-651-0110

## 交番からのお願い!

## 相南交番事件簿 (12月中)

### 乗り物盗多発!

相南交番管内では、12月中、乗り物盗が多発しました。

手口としては、小田急相模原駅周辺に無施錠でとめられた、自転車やオートバイ等を狙ったものです。

愛車には、必ず2個以上の鍵を掛けてください。



振り込め詐欺の前兆電話数

振り込め詐欺	0
自転車盗	4
オートバイ盗	1
車上ねらい	1
色情ねらい	1
器物損壊	1
警察に相談してくれた前兆電話の件数を載せましたので参考にしてください。	2

実際は、これ以上の前兆電話が相模原市南区にかかってきています。

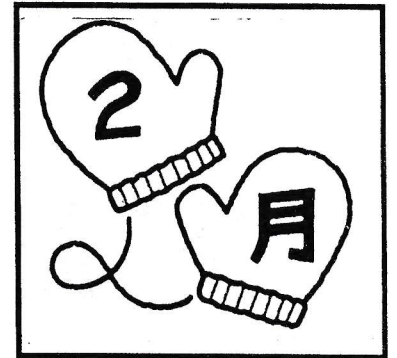


# 児童館だより

31.2.1

発行責任者 杉 明光

## 児童館の行事予定



### 2月

6 (水) おはなし会 16時～16時30分  
 20 (水) おはなし会 16時～16時30分  
 23 (土) おひな様工作 13時30分～15時30分

### 3月

6 (水) おはなし会 16時～16時30分  
 20 (水) おはなし会 16時～16時30分

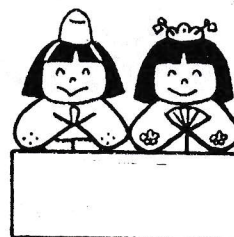
※ 毎週日曜日 卓球教室 (二部制)

小学生 9時30分～11時、中学生 11時～

## おひな様工作のお知らせ

日時 2月23日(土) 13時30分～15時30分  
 場所 東林間児童館ホール  
 対象 小学生以下  
 内容 貝を使って雛人形を作ろう♪  
 参加費 無料

※ 要申込み・先着30名



## ◆電話番号記入のお願い◆

児童館では、入館時に必ず来館者名簿に〈名前〉〈学校名〉〈学年〉〈保護者連絡先〉を記入して頂いています。しかし中には、電話番号を覚えていなかったり、個人情報のため記入して頂けない子どもさんがいらっしゃいます。突然の地震・災害・ケガ等の緊急時には、保護者の方に連絡させて頂く場合がございます。そのため来館される時は、子どもさんに〈保護者連絡先〉の記入をご指導頂き、緊急時の連絡に支障のないようご協力をお願い申し上げます。今後、子どもさんの安全・安心に気を配りながら、見守ってまいります。

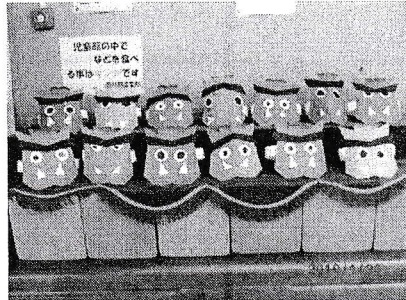


# 豆まき

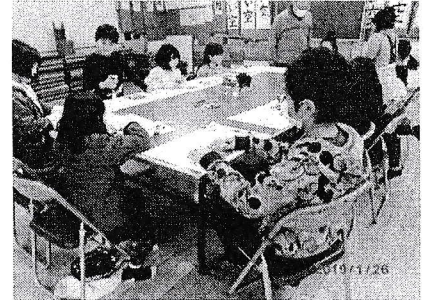
1月26日(土)、児童館ホールにて“豆まき”をしました。(13名参加)  
 先ずは、鬼のお面を作ってから、赤鬼チーム、青鬼チームに分かれ相手のオニ役のお友だちが背負った鬼の背負子(しょいこ)の穴を目がけて豆を投げ、どちらが多く入れられたかを競いました。ゲーム感覚の豆まきは、子ども達にとっても好評でした。これで、今年も無事に過ごせるかな！？



鬼のお面作り①



色んな表情のお面の完成！



鬼のお面作り②



豆まき①



豆まき②



豆まき③



← 豆まきの後、鬼のお面を付けてハイ！ポーズ！！

## 【 節分行事の豆知識 】

今は1年の始まりはお正月ですが、昔は春が訪れる立春(2/4頃)が1年の始まりでした。立春の前日(節分と言う)は今でいう大晦日。新しい年を無事に過ごすために節分に厄払いをする風習の一つが豆まきです。その他に、糞(ひいらぎ)の枝にイワシの頭を刺して門戸にかざしたりします。最近では、恵方(今年は東北東)に向かって恵方巻きを丸かじりしたりします。

※ 豆まき終了後、“不審者が侵入した”という想定で防犯訓練を実施しました。

## ◆ お知らせ I ◆

東林間児童館内の図書室に新しく25冊の図書が入りました！

児童向けの『エルマーのぼうけん』『名探偵コナン』『おしりたんてい』等や、乳幼児向けの『いないいないばあ』『しろくまちゃんの ほっとけーき』等や、保護者向けの『子どもの心の育て方』等々、思わず読みたくなる本が沢山！他にも、約3,000冊の蔵書もあります。貸し出しも出来ます(マンガ本以外)

一度、図書室を覗いてみませんか？ 気に入る1冊が見つかるはずですよ！！



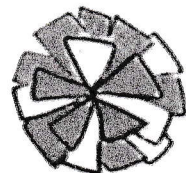
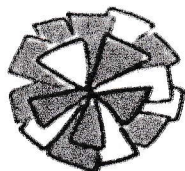
## ◆ お知らせ II ◆

近隣にお住いの斉藤様より“雛人形を”寄贈して頂きました。ありがとうございました。

立派な雛人形を皆様にも見ていただきたく、児童館ホールに展示致します。

是非、ご来館ください。

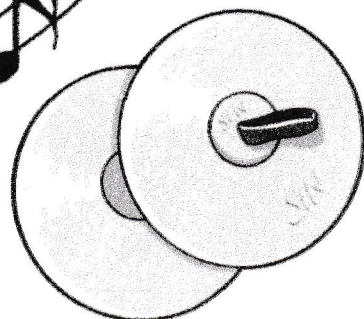
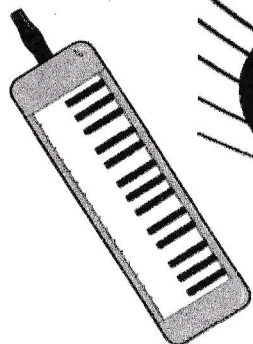




第28回

とうりん鼓笛隊

発表会



【日時】

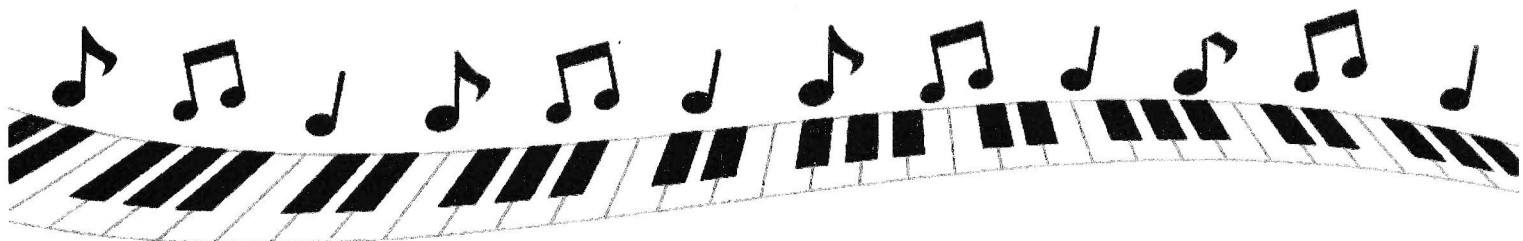
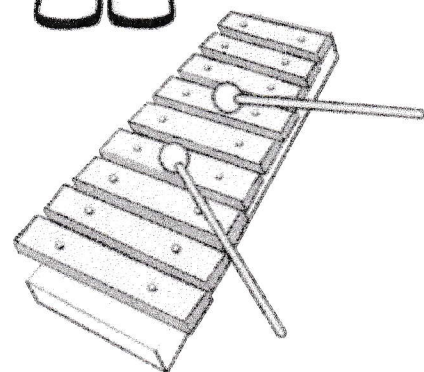
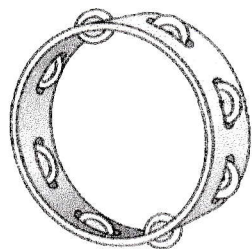
平成31年3月3日(日)

開場 13時00分

開演 13時30分

【場所】

相模原市立東林小学校 体育館





相模原市立児童クラブ・こどもセンター

# 新年度職員募集（南区）

市立児童クラブ、こどもセンターで働く指導員・補助員を募集しています。  
 主な仕事として、児童の見守りや施設の運営、保護者対応、支援が必要な児童への対応などがあります。

## 募集職種

### 児童育成指導員

【時給：1,150円】  
 （平成31年3月までは1,100円）

保育士、幼稚園・小学校・中学校・高等学校の教諭となる資格、又は児童クラブ等で2年以上実務経験のある方

### 児童育成補助員

【時給：1,029円】  
 （平成31年3月までは1,000円）

資格の有無は問いません。児童への健全育成に理解と熱意があり、児童を指導する体力のある方



相模原市マスコットキャラクター  
 『さがみん』

## 勤務時間

平日：学校終了後から19時15分まで（3時間～5時間勤務）  
 土曜・夏休み等：8時から19時15分まで（3時間～7時間45分勤務）

## 勤務地

南区内の児童クラブ  
 ※詳細は裏面を参照

## 申込方法

こども・若者支援課（市ホームページからダウンロード可）、こどもセンター、児童クラブにある申込書に必要事項を記入し、こども・若者支援課へ直接持参するか、郵送してください。

※児童育成指導員の申込みは、資格を証明する書類を添付いただく必要があります。

## 試験日

日時：平成31年3月16日（土）午前9時30分（受付午前9時15分）  
 場所：市役所職員会館2階体育室  
 内容：体力測定（握力・長座体前屈・立ち幅とび・上体起こし・反復横とび・急歩）  
 面接試験（体力測定を合格した方）

※上記の試験日以外も随時募集を行っています。別途お問い合わせください。

### 【お問い合わせ】

相模原市 こども・若者支援課（市役所本館4階）  
 〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15  
 電話 042（769）9227（直通） 採用担当まで



## 南区内の児童クラブ一覧

名 称	所 在 地	
麻溝児童クラブ	南区下溝670-5	麻溝こどもセンター内
新磯児童クラブ	南区新戸2268-1	新磯こどもセンター内
大沼児童クラブ	南区東大沼3-20-15	大沼こどもセンター内
大野児童クラブ	南区古淵3-21-2	大野小学校内
大野台児童クラブ	南区大野台8-1-26	大野台こどもセンター内
大野台中央児童クラブ	南区大野台2-26-8	大野台中央小学校内
鹿島台児童クラブ	南区鶴野森3-40-1	鹿島台こどもセンター内
上鶴間児童クラブ	南区上鶴間8-10-12	上鶴間こどもセンター内
くぬぎ台児童クラブ	南区上鶴間5-7-1	くぬぎ台小学校内
相模台児童クラブ	南区桜台17-1	相模台こどもセンター内
桜台児童クラブ	南区相模台7-7-1	桜台小学校内
相武台児童クラブ	南区相武台団地2-5-1	相武台小学校内
鶴園中和田児童クラブ	南区上鶴間本町7-8-2	鶴園中和田こどもセンター内
鶴の台児童クラブ	南区旭町14-21	大野南こどもセンター内
鶴の台児童クラブ(分室)	南区旭町24-5	鶴の台小学校内
東林児童クラブ	南区相南2-3-1	東林小学校内
双葉児童クラブ	南区双葉1-2-15	双葉小学校内
緑台児童クラブ	南区新磯野3-10-23	緑台小学校内
南大野児童クラブ	南区上鶴間1-5-1	南大野小学校内
もえぎ台児童クラブ	南区新磯野4-1-2	相武台こどもセンター内
谷口児童クラブ	南区上鶴間本町5-13-1	谷口小学校内
谷口台児童クラブ	南区文京2-12-1	谷口台小学校内
夢の丘児童クラブ	南区当麻490-2	夢の丘小学校内
若草児童クラブ	南区新磯野2329	若草小学校内
若松児童クラブ	南区若松2-24-28	若松小学校隣



2019年  
3月9日(土)・10日(日)

# 相模原市 自治会連合会 特別優待デー

## 自治会員 入園無料! (屋内プール+ゆうえんち営業中)

### 【ご利用方法】

東京サマーランドチケット売場にて、  
厚生施設利用カード(JichiPass)を  
ご提示すると1枚につき5名様まで  
下記の自治会員特別料金で  
ご利用可能



### 営業時間

9:00~18:00  
(プールのご利用は17:00まで)

全天候型のドーム内は  
天気・気温の心配ナシ!

## ご利用料金

### 入園券

入園+屋内プール

大人 2,000円▶	<b>無料</b>
小学生 1,000円▶	<b>無料</b>
幼児・シニア 1,000円▶	<b>無料</b>

### フリーパス

入園+屋内プールのりもの乗り放題  
(一部アトラクション、コイン遊戯機を除く)

大人 3,000円▶	<b>1,700円</b>
小学生 2,000円▶	<b>1,300円</b>
幼児・シニア 1,500円▶	<b>1,300円</b>

## 屋内ドームステージショー

3/9(土)	11:15~11:45	Hula O Pualino(相模原) ※フラダンス
3/10(日)	10:00~10:15	瑞穂第二中学校 吹奏楽部
	11:15~11:30	瑞穂中学校 吹奏楽部
正面入口、 ロータリー横では 地域物産 コーナーも出店!	12:15~12:45	HulaHula Ka Hiwahiwa Na Pua (フラフラカヒヴァヒヴァナプア) (瑞穂町) ※フラダンス
	13:15~13:45	フラ ハラウオ カレオラン ミズホ(瑞穂町)
	14:15~14:45	アナレイ(瑞穂、羽村) ※フラダンス

### 予告

**DANCE! DANCE! DANCE! 2019**

2019年3月

16日(土) 17日(日) 21日(木) 23日(土) 24日(日) 30日(土) 31日(日)

お知らせ



【入園規制について】 東京サマーランドでは、入れ墨・タトゥー(シール、ペイント、隠されている場合も含む)のある方の入園をお断りしております。園内で判明した場合は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金や補償はいたしておりません。なお、暴力団関係者のご入園もお断りしております。

【持ち込み禁止品について】 園内へは、ビン・カン類、危険物は持ち込みできません。また、それらをお預かりすることもお断りしております。

東京サマーランドの利用規則や係員の指示に従っていただけない場合など、運営の妨げとなるような行動をとられる方は、速やかに退園していただきます。これに伴う返金・補償はいたしませんのでご了承ください。

お問い合わせ

東京サマーランド(予約センター)  
☎042-558-6511(代)

〒197-0832 東京都あきる野市上代継600

WEBサイト

<https://www.summerland.co.jp/>



▲HPをチェック!!



## 地球にもお財布にも優しい地球温暖化対策に取り組もう

2月は省エネ月間です ~ちょっとした工夫で、大きな節約を！~

### 家電の賢い使い方

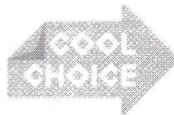
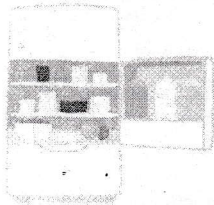
- こたつの布団は厚く、温度は低く  
上半身が寒くなりがちなので、  
カーディガンなどを多めに着ましょう
- 冬場は冷蔵庫の設定を「弱」に  
食品も詰め込みすぎないように  
しましょう



さがみはら  
地球温暖化対策協議会  
イメージキャラクター  
「さがぼーくん」

### 暖房に頼り過ぎない暮らしを

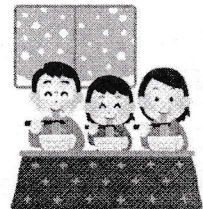
- 暖房時の室温 20℃ で快適に過ごしま  
しょう  
(住環境にもよるため、20℃は目安です。)
- 首まわりや足もとをあたため、暖かい  
室内着を活用しましょう
- 鍋料理などを食べて体を暖めましょう
- 窓には厚手のカーテンを掛けましょう



【問合せ】さがみはら地球温暖化対策協議会

TEL042-753-9550

<http://www.s-ontaikyou.jp/>

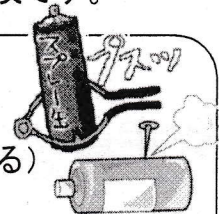


## スプレー缶などの穴あけは、中身をカラにして ~必ず、火気のない、風通しのよい屋外で~

※コンロやストーブ、風呂場など火気のある場所での穴あけは危険です。

### 【正しいスプレー缶等の出し方】

1. 中身をカラにする  
(製品を使い切り、ガス抜きキャップを使ってガスを出し切る)
2. 火気のない、風通しのよい屋外で穴を開ける
3. 資源の回収日に出す (透明または半透明の袋に入れ「かん類」として出す)



ガスが残っているスプレー缶やカセットボンベが出されてしまうと、収集車の火災や処理施設での爆発事故の原因となり、人命にかかわる重大な事故につながる恐れがあります。

\*カセットボンベで中身が残っている場合は、カセットボンベお客様センター  
(フリーダイヤル 0120-14-9996) へお問い合わせください。

問合せ先：資源循環推進課 リサイクル業務班 (042-769-8245)



# 東林いきいき塾④《ボランティアセミナー》

## ～めざせ地域デビュー！～

“東林いきいの広場”

## ボランティア養成講座



東林地区内には、地域の方が誰でも立ち寄れるいきいの場所があります！

地区内で開催している「いきいの広場」や市社協南ボランティアセンターから地域のボランティアの紹介もあります。地域でボランティアデビューしてみませんか♪

☆日時：2月26日（火）

午前10時～12時

☆場所：東林公民館 2階

コミュニティ室

☆内容：ボランティアの基礎知識

「いるかバンク」活動紹介

「東林いきいの広場」

の見学&現場の声の紹介

☆定員：20名（申込順）

☆参加費：無料

☆共催：相模原市社会福祉協議会南ボランティアセンター

※申込み・問合せ

東林地区社会福祉協議会（東林まちづくりセンター内）

042-705-3315

・地域の方に喜んでいただけただけで元気になります。  
・近所に友人ができました！  
…などなど



平成30年度

# 東林文化祭



～であい ふれあい まなびあい たかめあい～

3月 2日(土)・3日(日)

2日(土)9時50分～17時 / 3日(日)10時～16時

会場:東林公民館(入場自由) 自動車での来場はご遠慮下さい

展示の部(絵画・書道・手工芸・写真ほか)

発表の部(ダンス・合唱・舞踊・健康チェックほか)

模擬店(チヂミ・やきそば・おしるこ・喫茶ほか)

※詳しくは、公民館窓口で2/9～配布のプログラムをご覧ください。

さがみんが  
遊びにくるよ!

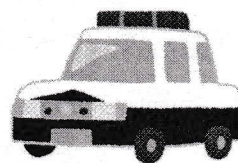


主催:東林文化祭実行委員会 Tel:744-0087

## 青色防犯パトロール は自治会の **力**

現在、「南区安全・安心まちづくり推進協議会東林支部」より依頼を受けて、各自治会が交代で、青色防犯パトロールを行っています。自転車盗難・振り込め詐欺・空き巣等から地域を守り、また防犯力を高めるために、自治会の有志の方にご尽力頂いています。

月4回実施しており、2月以降は次の通り予定しております。



月	～ 自治会 ～			
2月	さがみ南自治会	上鶴自治会	ハイム相南自治会	翠ヶ丘自治会
3月	ルネ東林間自治会	相模大野ハイツ自治会	上鶴間自治会	東林間コーポラス マンション自治会

東林地区自治会連合会

☆☆☆ 「ごみ・資源集積場所」をきれいに保ちましょう ☆☆☆

日頃からお住まいの地域を美しく保つための活動を行っていただいておりますが、今一度、確認してみましょう！  
ごみ・資源の回収後、集積場所のネットなどが散乱していませんか？地域の景観を損なうだけでなく、ネットに引っかかって思わぬ事故につながることも。今一度、ご確認を！

相模原市自治会連合会



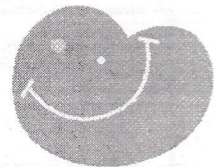
～相模原市キャラバン・メイト活動報告会～

## ひろめよう！ 認知症サポーターの輪 認知症になっても安心して暮らせる「相模原」へ！

認知症サポーター養成講座の講師役である「キャラバン・メイト」が日頃の活動を報告します。

平成31年3月9日(土) 午後2時～午後4時30分 (受付：午後1時30分～)  
会場：あじさい会館 1階ホール

- 対象：キャラバン・メイトの活動に興味がある方
- 定員：350名 (申込み不要。希望者は当日直接会場へお越しください。)
- プログラム
  - ・相模原市における認知症サポーターキャラバンの実施状況と今後の展望
  - ・相模原市キャラバン・メイトの活動報告
  - ・当事者・家族のお話
  - ・パネルディスカッション



主 催：相模原市キャラバン・メイト連絡会  
問合せ：事務局 相模原市地域包括ケア推進課 TEL: 042-769-9249

## 介護家族の集い「高齢者の交通安全」 講座

～車と上手につきあうために知っておきたいこと～

「乗らないでって言っているのに、車の運転をしてしまう…」

「高齢の父の運転が危なくなってきた…」

車にまつわるあれこれを、南警察署 交通課の方にお話ししていただきます。

参加費

無料



〈対象者〉東林間1～5丁目、上鶴間にお住まいで介護をされているご家族

開催日：平成31年 2月 15日(金)

時 間：午前 10時～ 12時

場 所：東林第1高齢者支援センター交流室

(住所：東林間5-5-1)

定 員：30名(先着順になります)

★この事業は相模原市の委託を受け実施しています

〈お申込み・お問い合わせ〉

東林第1高齢者支援センター

電話 042(740)7708

平日 午前8:30～午後5:30

契約トラブルなどに関する相談はこちら！ 相模原市 消費生活総合センター

相談窓口：042-776-2511 (来所での相談も可、まずはお電話ください)

相談日：毎日(年末年始を除く) 相談時間：午前9時～午後4時 ※

民事訴訟管理  
センターからの  
ハガキは無視！

相模原市消費生活総合センター (相模原市中央区相模原 1-1-3 シティ・プラザさがみはら内)

消費生活センターでは、専門の資格を持った相談員が商品・サービスの契約トラブルなどの消費生活に関する相談に応じ、  
助言や情報提供を行っています。 ※第2・4金曜日：午前9時～午後6時 土日祝日：午前9時～正午、午後1時～4時



みんな元気!さがみはら

年末年始...食べ過ぎた。でも  
大丈夫!!カラダ変える!

# 生活習慣を見直すチャンス!



そうだ!

専門家に相談しよう~生活習慣改善相談~



【日時】平成31年2月15日(金) ※その他の日程は、お問合せください。

①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 各時間帯5人(申込み順)

【会場】南保健福祉センター2階 集団指導室

【内容】● 保健師・健康運動指導士・管理栄養士等による個別相談

● 測定(血圧、体脂肪、腹囲、カラダ年齢など)



費用:無料

【お申込み・お問合せ】

相模原市保健所 南保健センター

電話:042-701-7708

(平日午前8時30分~午後5時)

こんな方にオススメ!

☆塩分?!気になるけどよくわからない!

☆健診結果の見方がわからない?!

☆家族の食事って運動って...気になる!

イラスト わんぱく・いらすとや

主催:シニア活動の森

後援 相模原市

## おひと様の 終活

~おひとりでも安心して過ごせる今からの準備~

日時 平成31年3月6日(水) 9時45分~11時45分

場所 ユニコムプラザさがみはらセミナールーム1  
(ホ-ノ相模大野サウスモール3F相模大野駅歩5分)

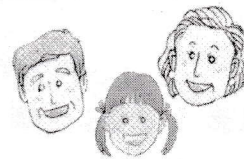
内容 「単身で生活している方、子供のいない世帯の方、  
子供達が地方や海外に住んでいる方々が  
いざという時困らず安心して過ごせるように  
今からできる事、準備できる事を学びましょう」

講師 終活カウンセラー上級 竹内 三枝子 氏

参加費 500円(資料代等) 定員 40名(先着順)

申込み 「シニア活動の森」 090-2308-2880

090-7844-8025



受付:2月1日~3月1日(午前9時~12時)

(留守電の場合には、お名前と電話番号をお伝え下さい)

(折り返し確認のお電話をお掛けします)



# 東林ふれあいセンターで開催

## 介護予防ストレッチ教室

参加料500円  
60歳以上対象

☆☆☆ 初心者向け ☆☆☆  
普段運動をされていない方！  
転倒や骨折予防のために  
始めてみませんか？

3月6日(水)

13:30~15:00

参加料：500円  
対象：60歳以上  
定員：20人(申込順)



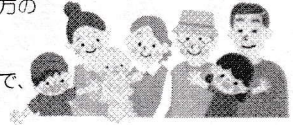
お手軽なワンコイン  
レッスン

500  
円

家にあるイスやタオルを使って行う初心者向けの教室です。ストレッチや筋力トレーニングについての基礎を学び、毎日の生活の中に取り入れて健康保持に努めるための方法を学びます。

## 東林ふれあいセンター利用案内

東林ふれあいセンターは、各種サークル活動や会議など、どなたでもご利用いただけるほか、高齢者の方の仲間づくりや健康づくりなどに役立てていただけるよう、高齢者の方の利用に配慮した施設です。1階には交流ロビー（幼児のためのキッズコーナーあり）を用意していますので、お気軽にお立ち寄りください。



多目的室 1	社交ダンス、レクリエーション及び会議などに利用できます。
多目的室 2	（3室つなげての利用が可能）
多目的室 3	陶芸や手工芸などに利用できます。
工作室	少人数の会議などに利用できます。
会議室	陶芸窯を備えています。
陶芸窯室	囲碁・将棋や休憩など、自由にご利用できます。（高齢者優先）
団らん室（和室）	マッサージチェアや血圧計など、健康器具を備えています。（高齢者優先）
機能回復コーナー	

予約方法や利用料金など、詳しくはセンターへお問合せください。

2月2日(土)より介護予防ストレッチ教室の受付を開始します。

教室の申込方法：直接窓口かお電話でお申込みください。（受付時間9時~17時）

〒252-0311 相模原市南区東林間1-22-17 Tel042-745-7660

※駐車場に限りがありますので、ご来館は公共交通機関・自転車・徒歩でお願いします。

## 「おもしろ科学くらぶ」指導員募集

平成31年2月

くらぶの指導や運営を行う仲間を募集しています。

科学や技術の素養、経験をお持ちの方、その思いを最も感受性の高い小学生の子供達に伝えてください。子供達は目を輝かせて喜びます。

おもしろ科学くらぶ： 創立平成15年、ボランティア活動団体

活動内容： 3年生以上の小学生(会員制)くらぶ員への実験指導、

プログラム作成、会の運営など、

例会(ラボ)： 月2回(土又は日曜午前中) 主に大野北公民館等

詳細： ホームページ “おもしろ科学くらぶ・相模原”

問合せ先： 代表： 篠田 (相模原市中央区) 電話 042-753-0898

\*小学生クラブ員の募集： 4年生以上の新年度クラブ員を若干名募集します(先着順)

問合せ先：事務局 楠瀬 (相模原市南区) 電話 042-773-4215





# パソコン教室 3月受講者募集

公益社団法人  
相模原市シルバー人材センター  
のパソコン教室

・大人のためのスクラッチによるプログラミング入門コースを開講中

・受講料等のお問合わせ、ご予約は  
☎ 042-745-2158  
申し込み締切日：2月20日  
受付 月～金曜日（祝日を除く）  
午前 9時～午後 5時

会場：相模大野駅徒歩5分  
相模原市シルバー人材センター  
南事務所（南区相模大野8-9-6）

講座 ・午前：9:30～12:00

時間 ・午後：1:30～4:00

毎月開講 事務所へお問い合わせください。

講座料金 4日間コースは 8,000円  
2日間コースは 4,000円

個別訪問：個人のお家で操作・技術支援

出張講座：お友達・仲間グループや企業の皆様の希望する場所で講座を開きます。

講座名		平成31年3月日程				曜日	時間
パソコン入門		①	4	5	11	12	(月)(火) 午前
		②	2	9	16	23	(土) 午後
ワード	入門	③	—	—	—	—	—
	④	3	10	17	24	(日) 午後	
	実用	⑤	4	5	11	12	(月)(火) 午後
エクセル	入門	⑥	3	10	17	24	(日) 午前
	⑦	—	—	—	—	—	—
	実用	⑧	6	7	13	14	(水)(木) 午前
インターネット入門		⑨	18	19	—	—	(月)(火) 午前
		⑩	6	13	—	—	(水) 午後
デジタル写真入門		⑪	1	8	15	22	(金) 午後
大人のためのスクラッチ プログラミング入門		⑫	1	8	15	22	(金) 午前

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

開催予定日：平成31年3月4日（月曜日）

開催場所：東林まちづくりセンター

（相南 1-10-10）

受付時間：午前9時30分から午後2時まで

☆受け取りは午後2時頃まで。☆天候によっては、中止することもあります。

☆但し、ご依頼の都合により、当日のご返却が出来ない場合もあります。

☆料金例：包丁（刃渡り10cm未満300円・刃渡り23cm未満400円）

☆次回は、予定がわかり次第ご案内致します。

お問い合わせ先 シルバー人材センター南事務所 Tel042-745-2158

お問い合わせ時間帯 8時30分～17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』



# パーラー だいたい 橙

認知症の方とそのご家族が、ホッと一息つけるような温かい雰囲気のカフェです。認知症予防に関心のある方もお気軽にお立ち寄りください。おいしいコーヒーをいれて、お待ちしております。

日 時：毎月第3火曜日 14～16時 営業中  
※時間内は出入り自由です



場 所：東林第2高齢者支援センター 1階（相南1-7-17）

対 象：東林第2地域（東林間6～8丁目、相南、松が枝町）にお住まいの認知症の方やそのご家族や地域の方、認知症予防に関心のある方

料 金：無料

季節によってイベントがあり、  
専門職に個別相談もできます。

【お申し込み・お問い合わせ】

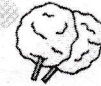
東林第2高齢者支援センター  
042-705-8278（平日）  
午前8時30分～午後5時30分

## 東林地区自治会連合会からのお知らせ

お祭り気分で、楽しくおいしく、盛り上げましょう！！



## お祭りなどでお使いください！



東林地区自治会連合会では、以下の物品を貸出しております。自治会活動等で、ご利用下さい。

（なお、貸出料金は、修理代金・新機購入資金の目的でいただいております。）

- やぐら (2台)
- ポップコーン機 (1台)
- 綿菓子機 (2台)
- かき氷機 (電動2台・手動1台)
- 焼き芋機 (大1台、小1台)
- 投光機 (1台)

※ 貸出料金は、1回1台、1500円です。

※ 申込みは、借用日の6ヶ月前から受付いたします。

※ 貸出期間は、原則5日間です。

※ 貸出対象団体は、東林地区自治会連合会、単位自治会、住民福祉の向上に資する東林地区内の団体で、東林地区自治会連合会長が認める団体とします。

☆長くきれいに使えるよう、ご協力をお願いいたします☆

ぜひ、  
ご活用ください！



【お問合せ】 東林地区自治会連合会事務局（担当：江成・齋藤）  
TEL:042-744-5187 FAX:042-744-5194（平日 9:00～12:00 13:00～17:00）



市内 22 地区の地域情報紙電子ブック閲覧サービス実施中

パソコン、タブレット、スマホでご覧になれます。

<http://www.soin.or.jp/kairanban>

さがみはらかいらんばん

検索

