



御受賞 おめでとうございます!!

令和8年度 地域活動功労者（市連会長感謝状）を 次の皆さまが
 受賞されました。



<個人>

受賞者	自治会名	受賞者	自治会名
古座野 晴久	相模つきみ野自治会	菅野 正平	鵜野森小田急自治会
生沼 孝子	相模大野自治会	小野 君子	鶴の原自治会
三浦 たみ子	文京中央自治会	田中 多美枝	文京中央自治会
山下 義仁	文京中央自治会	坂場 万株	御園一丁目自治会
進藤 由利子	自治会法人御園西自治会		〔自治会名簿順・敬称略〕

【地域活動功労者（市連会長感謝状）】

地域住民の福祉向上や地域社会の発展のために尽力された個人または団体を表彰するもの。

大野南地区自治会連合会

令和7年度大野南地区地域活性化事業交付金実績報告及び令和8年度募集について

地域活性化事業交付金とは、幅広い層の市民の参加及び協働による地域の活性化をめざし、市民が自主的な課題解決に取り組む事業に対して交付される交付金です。なお、令和7年度の実績及び令和8年度の募集については以下のとおりです。

令和7年度の実績報告について

【事業名】 御園つどいの場

【実施期間】 令和7年7月22日～8月19日のうち計7日間（平日）

【会場】 ハナカフェ（南区御園3丁目13-2）

【事業内容】 夏休み期間中の平日の日中（10時から15時）に児童を中心に地域の人が集える場所の提供を実施。また、希望者には1食200円で昼食を提供し、その他の時間には自由活動としてトランプやジエンガ、筆ペンアートなどを実施。

大野南地区まちづくり会議（事務局 ☎042-749-2217）



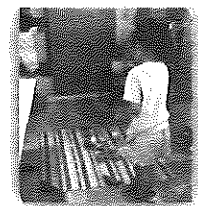
令和8年度の地域活性化事業交付金の募集について

【対象事業】 地域の防災・防犯、地域の保健・健康づくりの増進、

地域福祉の増進、産業や観光の振興、環境の保護・保全、青少年の健全育成など

【留意事項】 申請にあたっては、事前に事業を実施する地区のまちづくりセンターにご相談ください。

【問い合わせ先】 大野南まちづくりセンター ☎042-749-2217



大野南公民館だより

☆講座等の情報や当日の様子はホームページからもご覧頂けます。“大野南公民館”で検索して下さい。



大野南 こども まつり



2026
7/26 日 大野南公民館
午前10時～午後3時

対象：館区内の小学生

スタッフ（こども実行委員）が、みんなが楽しめる
おまつりの内容を考えています！

詳しい内容は、お楽しみ♪
学校で配られるチラシをチェックしてね！

★事前申し込みはありません。当日公民館に来てください。
詳しくは大野南公民館までお気軽にお問い合わせください★

セミの羽化観察教室

8/1
(土)

雨天中止

午後6時～午後8時 ※午後5時30分から大会議室1で受付開始！

★講座の後に相模大野中央公園に観察に行きます★

対象 館区内の小学生（1年生～6年生）と保護者
※保護者同伴が必須です。

定員 15組（先着）
講師 嶋本 習介さん（相模原市立博物館 学芸員）

参加費 無料

持ち物 筆記用具、懐中電灯、飲み物、タオル、虫よけスプレー

申込 7月1日（水）午前9時～7月24日（金）午後5時まで
二次元コード、窓口及びお電話から申込ください。

観察場所は自然の多い環境のため、当日は蚊などの虫が多いことが予想されます。長袖・長ズボン、運動靴など虫よけ対策になる服装でお越しください。



申込み・お問合せは、お電話または窓口へ

大野南公民館 TEL:042-749-2121

午前9時～午後5時まで（月曜・祝日の翌日と正午～午後1時を除く）

大野南公民館 HP

大野南公民館 公式 X



大野南公民館

検索

右の QR コードからでも検索できます

広報・ホームページ委員会 委員募集！！

館報編集委員

年4回発行する「公民館報」を一緒に作ってくださる編集委員を募集します。公民館事業の取材や記事作成、地域の話題の紹介などを行いながら、地域の魅力を伝える広報誌を作ります。経験は問いません。文章を書くことや地域のことに興味がある方は、公民館までお気軽にお問い合わせください。

ホームページ編集委員

大野南公民館ではホームページを通じて公民館の魅力や講座情報を発信しています。そこで、一緒にホームページづくりに取り組んでいただける「ホームページ編集委員」を募集します！文章を書くのが好き、写真を撮るのが好き、そんな方大歓迎！ホームページ作成の経験は問いません。公民館職員がサポートしますので、初めての方でも安心してご参加いただけます。興味のある方は、公民館までお気軽にお問い合わせください。

熱中症から「いのち」を守ろう！

～熱中症対策についてのお願い～

暑い日が続く季節となりました。

公民館をご利用の際は、こまめな水分補給を心がけ、無理をせずお過ごしください。

館内では、気温や室温に応じて冷房を使用しております。

「少し暑いかも…」と感じた際は、我慢せず事務室までお気軽にお声がけください。

また、体調が優れない場合は、無理をせず休憩をお願いいたします。

皆さまが安心して利用できるよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、大野南公民館は相模原市の「クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）」となっております。

暑さをしのぐ場所として、どなたでもご利用いただけますので、外出時の休憩などにもぜひご活用ください。

あわせて相模原市では涼しい場所をみんなで共有する「クールシェア」の取り組みも行っています。館内掲示のポスターもぜひご覧ください。



大野南 サタデーキッズルーム

7月18日(土)

午前10時30分～11時30分

ところ 和室(1階)

内容 大型絵本・紙芝居・お楽しみシアターetc...

参加費 無料

対象 未就学児と保護者

出演 おはなしレストラン

当日、直接会場へお越しください





上鶴間公民館インフォメーション



なつやす がくしゅうしつかいほう 夏休み学習室開放

なつやす すず こうみんかん べんきょう
夏休み涼しい公民館で勉強しよう！

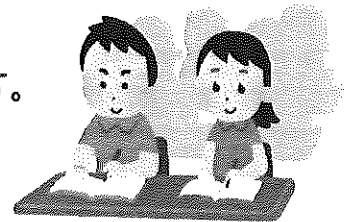
期間：7月19日（日）～8月23日（日）

※空き部屋を開放する学習室のため利用出来ない日もあります。

時間：午前9時～11時30分 会場：上鶴間公民館

対象：小学生～学生

受付：毎日、上鶴間公民館窓口にて申し込んでください。



じゆく 「ひまわり塾」を開講します！

今年も夏休み学習室開放期間中に、『ひまわり塾』を開講します。
小・中学生の勉強の分からないところを元学校の先生が教えてくれます。
(先生の都合により開催されない日もあります)

7
月
予
定



19日	日	コミュニティ室	—
20日	月		
21日	火		
22日	水	コミュニティ室	ひまわり塾（先生在室）予定
23日	木	コミュニティ室	ひまわり塾（先生在室）予定
24日	金	コミュニティ室	—
25日	土		
26日	日	コミュニティ室	—
27日	月	休館日	
28日	火	コミュニティ室	ひまわり塾（先生在室）予定
29日	水	コミュニティ室	—
30日	木	コミュニティ室	—
31日	金	コミュニティ室	ひまわり塾（先生在室）予定

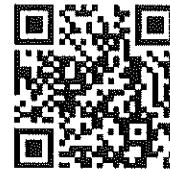
※8月の予定は7月12日（日）から公民館で配布します。

キッズ愛LOVEプロジェクト

0歳～3歳のキッズと保護者対象の講座です

日程	内容	場所
7月29日 (水)	いつか思春期を迎える我が子に性教育をどう伝えるか？自然に話せるきっかけ作り！“助産師による性教育講座”	上鶴間公民館 和室
8月4日 (火)	暑い夏でも元気に子どもと体を動かそう！&現役保育士による子育てお悩み相談！	上鶴間公民館 大会議室
8月25日 (火)	幼児の食事バランスや、おやつ選び方について学ぼう “管理栄養士による幼児食講座”	上鶴間公民館 和室
9月29日 (火)	療育現場で活躍していた保育士による、子ども&保護者のメンタル・ストレス・精神面に関するお話&相談	上鶴間公民館 和室
11月25日 (水)	親子でリトミック♪生の楽器に触れてみよう！	上鶴間公民館 大会議室
12月2日 (水)	絵本専門店よちよち屋による“読み聞かせ&わらべ歌”	上鶴間公民館 和室

時間: 全て 10:00～11:30(受付: 9:50～)
定員: 12組の親子(上鶴間公民館区内の方優先)
申込み: 右のQRコードからお申し込みください
7月1日(水)から申し込み順



ボッチャ講習会

パラリンピック種目を
体験してみませんか？



日時: 8月2日(日)
午前9時30分～11時30分
場所: 上鶴間公民館 大会議室
定員: 先着20名
(上鶴間公民館区在住の方優先)
受付: 7月10日(金) 午前10時より
電話、窓口または
QRコードにて



花壇への水遣り 草取りキャンペーン



7月19日～9月19日

ご近所にお住まいの方！

サークルで公民館を利用
される前後の時間！

水やり・草取りのご協力
お願いします。



お申込み・お問合せは、電話または窓口へ
上鶴間公民館 ☎: 042-749-6611 (月曜・祝日の翌日を除く)
※右のQRコードから上鶴間公民館のホームページにアクセスできます→



***** 費用の記載がないイベントは無料でご参加いただけます *****

大野南地区社会福祉協議会から
お知らせ



夏休み福祉映画会

日時: 令和8年7月29日(水)

場所: 相模女子大学グリーンホール
多目的ホール

午前の部: 10:20~12:20
(受付 10:00~)

「ペット2」

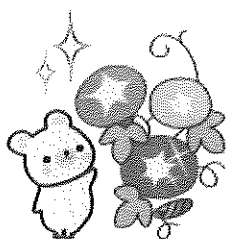


午後の部: 13:50~16:00
(受付 13:30~)

「お終活 再春!

人生ラフソデイ」

入場無料
要申し込み
定員各回
先着200名



申し込み方法: 電話かフォームからお申し込みください。

申し込み期間: 7月13日(月)~7月24日(金)

申し込み先 : 大野南地区社会福祉協議会 事務局

電話番号 : 042-749-2056

(平日 10:00~16:00*12:00~13:00 は除く)



申し込みフォーム

問い合わせ: 大野南地区社会福祉協議会 事務局 ☎042-749-2056

相模原市民文化祭 作品・出演者募集



9月から11月に開催する第77回市民文化祭の作品・出演者を募集します。

募集要項は、各公民館、まちづくりセンター等に配架しております。

[こちらをチェック⇒](#)

各分野の詳細につきましては、下記問い合わせ先へご連絡をお願いいたします。

展示募集	写真	市写真連盟の鈴木さん ☎042-758-0664
	絵画(洋画・日本画)	市美術協会の山本さん ☎090-9369-3727
	書道(一般の部)	市書道連盟の田中さん ☎042-757-3733
	書道(教育の部)	市書道連盟の天野さん ☎042-782-4117
	華道	相模原華道協会の石上さん ☎090-5552-3974
	短歌	相模原柴胡短歌会の村田さん ☎090-3131-6026
	俳句	市俳句連盟の佐藤さん ☎090-8891-9753
	カラフルアート展	相模原文化育成会の田中さん ☎090-1407-5017 彫刻、工芸品、手芸、現代詩など掲載外のジャンルでも幅広く募集
出演者募集	吟剣詩舞	市吟剣詩舞連盟の齋藤さん ☎080-1094-8243
	民謡	市民謡協会の中川さん ☎042-754-8275
	ダンスフェスティバル	市ダンス協会の大澤さん ☎090-3686-7529
	邦楽演奏	市邦楽連盟の金子さん ☎090-2626-3757
	フラダンス	市フラ協会の井上さん ☎080-5512-4692
	囲碁	日本棋院相模原支部の窪川さん ☎090-6174-2940
	カラフルアートフェスティバル	相模原文化育成会の田中さん ☎090-1407-5017 日本舞踊、ピアノ・バンド演奏など掲載外のジャンルでも幅広く募集

【全体に関する問い合わせ】事務局(相模原市文化振興課) ☎042-769-8202

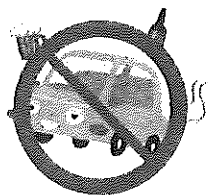


夏の交通事故防止運動

親を見て 子どもも止まる 赤信号

令和8年

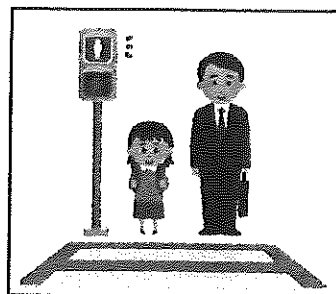
7月11日(土)~20日(月)



交通ルールを

守ろう！！

- ① 自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底
- ② 二輪車等の交通事故防止
- ③ 高齢者や子どもを始めとする歩行者の安全確保
- ④ 飲酒運転の根絶



南区安全・安心まちづくり推進協議会 大野南支部(大野南まちづくりセンター内) TEL042-749-2217

☆☆☆ 「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、確認してみませんか？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

日々の食事から健康づくり！

わかな会で一緒に活動しませんか？

食生活改善推進員養成講座

【対象】市内在住で、全講座修了後、食生活改善推進団体「わかな会」で活動を行う意欲のある人

【内容】健康づくりのための栄養や食に関する講義・調理実習等

【日程】8/21(金)、9/15(火)、10/20(火)、11/17(火)、12/22(火)、1/19(火)、
2/19(金)、9月～1月に地区事業体験1回

【時間】午前10時～12時30分

【会場】南保健福祉センター(※8/21(金)、2/19(金)のみウエルネスさがみはら)

【費用】1200円(材料費など)

【募集人数】16名

【募集期間】7月1日(水)～31日(金)



☆詳細は市ホームページをご覧ください。



<申し込み> 相模原市健康増進課へ

TEL:042-769-8274 FAX:042-750-3066

メール:kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp

郵送:〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15



申込フォーム

三崎港にぎわい市がやってくる

みんな集まれ！！相模大野コリドー通り

夏は夕市マーケット (各回出店数内容は開催日により変更いたします)

日程：毎月第一水曜日 (7/1、8/5、9/2)

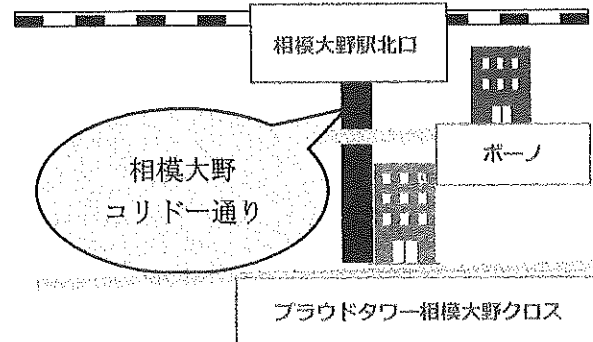
毎月第二日曜日 (7/12、8/9、9/13)

開場：15時～18時※天候状況により開場時間に変更となる場合がございます。

※7、8、9月は暑さ対策のため夕市として開催。10月～6月は11時～14時開催となります。

場所：相模大野北口コリドー通り、
相模大野駅デッキスペース

主催：相模大野北口商店会
後援：相模原市/相模原商工会議所
協力：大野南地区自治会連合会



10月1日から資源とごみの分け方・出す曜日が変わります

分け方・出す曜日の詳細についてはこちら →





相模原市
マスコット
キャラクター
『さがみん』

上鶴間通信



発行・上鶴間地域包括支援センター

〒252-0318 相模原市南区上鶴間本町6-28-14
Tel. 042-767-2731 Fax. 042-767-2732

いきいき百歳体操 はじめませんか？

Q. 百歳体操ってどんな体操？

A. 筋力向上を目的とした体操です。
いきいき百歳体操は、高齢者の筋力向上を主な目的としています。「重錘(じゅうすい)バンド」という重りを手首・足首に巻きDVDやYouTube等の動画を見ながら椅子に座って手足をゆっくりとしたペースで動かします。



↑百歳体操動画

Q. 百歳体操でどんな効果があるの？

A. 筋力がついて体が軽く感じ、動くことが楽になり転倒を防ぐことができます。



Q. 毎日やっても大丈夫？

A. 毎日筋力運動を行うと、筋肉を休ませることができない為、疲労が蓄積してしまいます。また間隔をあけすぎると効率的に筋力がつきにくいです。数日あけて週1～2回が理想的です。



参加者のみなさんの声

- ☆ 杖がいらなくなりました。
- ★ 歩いていて、つまずくことがなくなりました。
- ☆ なかなか取れなかった膝の痛みがなくなりました。

いきいき百歳体操ボランティア募集！

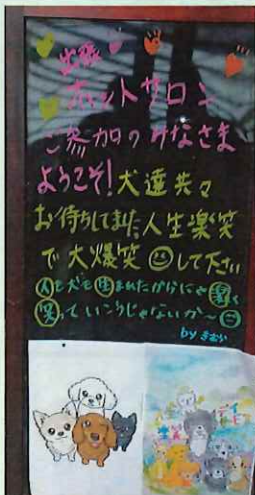
百歳体操の自主グループで、椅子を並べたり、DVDやテレビのリモコン操作をしてくださるボランティアさんを募集しています。ボランティアをしながら一緒に百歳体操をすることで転倒予防にもなります。顔見知りや仲間を作ってみませんか？

問合せ先：上鶴間地域包括支援センター 042-767-2731

ボランティアで
いきいきしてます♪



出張ほっとサロン会のご報告



6/17(水)保護犬と過ごせる人生楽笑デイサービス相模大野にて、ご家族を介護している方の集いが開催されました。参加者4名は、かわいい4匹のおじいちゃん犬を抱っこし放題。目じりが下がりっぱなしでおしゃべりに花が咲き、幸せホルモン満載なやさしい時間となりました。ご参加いただきありがとうございました。また、快く会場を提供してくださった人生楽笑の職員の方々に心より感謝申し上げます。

ほっとサロン会定期開催は、毎月第3(金)13:30~14:30 上鶴間地域包括支援センターにて行います。



新任職員紹介♪



6月に幸園の特養から異動してまいりました森健太郎です。長い間町田で暮らしてきましたが、すぐ目の前なのに境川をまたいだ地域にはこれまでご縁がなかったので、皆様との交流を通じて少しずつでもこの地域のことを学ばせて頂き、お役に立てるようになりたいと思います。よろしくお願い致します。



街の保健室

高齢者 健康コラム ~暑熱順化~

暑熱順化とは、暑さに体を慣らして暑さに強い体を作ることです。特に高齢者は体温調節機能が低下しやすく、熱中症の危険が高まるため、夏を安全に過ごすために重要です。暑熱順化には、ウォーキングやストレッチなどの軽い運動を毎日続けたり、シャワーや入浴を活用したりすることが効果的です。その際は十分な水分補給を行う必要があります。また、無理をせず、自分の体調や体力に合わせて進めて、暑い夏を乗り切りましょう。

お役立ち情報

相模原市公式HP
いきいきシニア
応援サイト(^_^)



地域で活動したい、知識を身につけたい、市民大学、仲間を作りたい等を見つけれられます。新たな自分の可能性を探してみませんか？

スマホでのQRコード読み取り方法

1. カメラアプリを起動
2. QRコードにカメラを向ける
(※シャッターボタンは押さなくてOKです)
3. 表示されたリンクをタップする
画面に黄色や青色の枠、またはURL(リンク)が表示されたら、そこをタップするとページが開きます



担当地域



相模原市マスコットキャラクター『さがみん』

上鶴間地域包括支援センターは、相模原市から委託を受け65才以上の方の保健・福祉・介護の相談窓口として上鶴間公民館区の各地域を担当しています。

上鶴間本町	全域
上鶴間	1丁目1~45番/2~3丁目/6丁目1番、12~15番
相模大野	2丁目/3丁目19~25番(25番6~10号除く)/7~9丁目
鶴野森	3丁目50番31号



参加費
無料

大野南地区社会福祉協議会

夏休み 福祉映画会

令和

8年 7月 29日 (水)

定員
各回200名

場所

相模女子大学グリーンホール
多目的ホール

映画
内容

午前の部 時間 10:20~12:20
受付(10:00~)

ペット2

ペット2

(C) 2019 Universal Studios. All Rights Reserved.



午後の部 時間 13:50~16:00
受付(13:30~)

お終活再春！ 人生ラブソディ

お終活再春

(C) 2024 「お終活 再春！」製作委員会



申込期間：7月13日(月)～7月24日(金)

☎042-749-2056

平日9:00～16:00(12:00～13:00除く)

*定員になり次第、締め切らせていただきます

大野南地区社会福祉協議会



申し込みフォーム

申し込み
電話かフォーム
からお申し込み
ください

後援：社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会

本事業は、相模原市社会福祉協議会賛助会員募集・会費の一部を活用させていただいております。皆様のご協力誠にありがとうございます。

上映作品紹介

午前の部



ペット2

(C) 2019 Universal Studios. All Rights Reserved.

午後の部



お終活再春

(C) 2024 「お終活 再春!」 製作委員会

お行儀よくお留守番できない彼らに、新たな試練が待ち受ける! 犬たちの飼い主・ケイティが結婚し、赤ちゃん誕生。犬たちは赤ちゃんが愛おしくて仕方がないがある日事件が起きる。(107分)

「終活」を題材に熟年夫婦の毎日を綴ったヒューマンコメディ第2弾。夫の認知症疑惑や娘の結婚をめぐる騒動を巻き起こす。(118分)