

# 回覧 大野北情報

発行日 令和6年10月1日  
発行 大野北地区自治会連合会  
(毎月1日発行、1月は15日発行)  
内容の問い合わせは、各記事に記載の  
問い合わせ先へ



大野北地区連合防災訓練を  
**令和6年11月9日(土)**  
大野北中学校 校庭・体育館にて  
午前9時～正午頃まで 行ないます



災害の危険がせまったら、命の危険を感じたら、迷わず早めの避難を！！

自分のため、みんなのため、そして大切な人のため

私たち一人ひとりができることをしっかりやっていく。

日頃からの訓練、それが私たちを守ります。



## 昨年度の訓練の様子



防災訓練に参加を希望される方は、各自治会長さん、防災部長さんにご連絡をください。(〆切は、10月18日(金))

【大野北地区自治会連合会】 ☎ 042-861-4512

【大野北地区連合自主防災隊】



## 大野北こどもセンターのお知らせ

開館時間 9:00~17:00

お問い合わせ 752-6339

(日程が変更になる時もあります)

10日(木) 10:30~11:00 ベビー&キッズ  
 17日(木) 11:00~11:30 虹のおはなし会  
 20日(日) 休館日  
 29日(火) 10:30~11:00 みんなのひろば(5園合同地域子育て事業)  
 11月10日(日) 10:00~11:30 おもちゃの病院

**希望ランドフェスタ**  
 ~からだを動かして  
 レッツ チャレンジ!!~  
**10月27日(日)**  
**13:00~14:30**  
 お誘いあわせのうえ、遊びに来てください

### 子育て広場 お弁当広場

。毎週 月・水・金曜日(祝日はお休み)。  
**10:00~13:00**  
 9日(水) 10:10~10:40 わらべうた  
 16日(水) 10:10~11:30 ミニ運動会  
 25日(金) 10:15~11:30 にこにこDAY 保育士による相談あり

## シルバー人材センター

# パソコン教室

令和6年11月・12月  
受講生募集

- ・初心者歓迎します。 講座内容の説明
- ・最低開講人員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	令和6年11月開講予定日		令和6年12月開講予定日		時間
	7(木)	14(木)			
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)			6(金)	13(金)	午前
					午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	21(木)	28(木)			午前
			20(金)	27(金)	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	8(金)	15(金)			午前
			5(木)	12(木)	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	22(金)	29(金)			午前
			19(木)	26(木)	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)			4(水)	11(水)	午前
	8(金)	15(金)			午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)			18(水)	25(水)	午前
	22(金)	29(金)			午後
パワーポイント 入門	5(火)	12(火)			午前
			11(水)	18(水)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	6(水)	13(水)			午前
			3(火)	10(火)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone					午前
	6(水)	13(水)	2(月)	9(月)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	20(水)	27(水)			午前
			17(火)	24(火)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone					午前
	20(水)	27(水)	16(月)	23(月)	午後

参加者募集！スポーツの秋はポッチャで盛り上がりよう！  
**第3回 ぎんがポッチャ大会**



めざせ  
ピタ  
ピタ  
!!

- 日時** 令和6年11月2日(土) 【学校HP】  
9:30~12:00 (9:00 受付開始) 
- 会場** 相模原中央支援学校 体育館 
- 募集人数** 12チーム(計36名程度)  
1チームは3~4名、1~2名で参加の場合は、他の参加者やスタッフとチームを組みます。  
※運営ボランティアも募集しています!
- 申込方法** 電話または学校HPより申し込み(9月より受付開始)
- 申込期限** 令和6年10月18日(金)

問合せ 相模原中央支援学校 地域連携チーム 竹中 石田 高橋  
 電話: 042-768-8515

東京地方税理士会相模原支部  
 50周年記念事業  
**相続税セミナー&個別相談会**

税理士による相続税セミナーと個別相談会を無料でを行います

【日時】 令和6年11月4日(月・祝) 13時15分開場  
 ●13時30分~14時15分



相続税セミナー  
 成年後見制度についても一部解説します

●14時20分~  
 個別相談会 1組30分以内で行います



- ・具体的な評価、計算、書類の作成は行いません
- ・個人情報は本会場のみで使用し第三者へ渡すことは一切ありません
- ・個別相談の順番は予約受付順となりますので、お待ちいただくことがあります

- 【会場】** ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1・2  
 相模原市南区相模大野 3-3-2 bono 相模大野サカスモル3F
- 【定員】** 先着100名 事前予約制
- 【申込先】** ☎042-759-0046  
 税理士会相模原支部へご連絡下さい  
セミナー、個別相談会とも事前に予約が必要です

主催：東京地方税理士会 相模原支部  
 共催：東京地方税理士協同組合 相模原支所

**4R(ごみの発生抑制・排出抑制・再使用・再生利用)の推進と**

**食品ロス(本来食べられるのに捨てられてしまう食品)の削減をお願いします!**

**【リフューズ ごみの発生抑制】**

不要なものは買わない・使わない

- 買い物にはマイバッグを利用してレジ袋を断る
- 使い捨ての割り箸やスプーンはもらわない

**【リデュース ごみの排出抑制】**

物を大切に使い、ごみを減らす

- 詰め替え製品を選ぶ
- 生ごみは水切りをする

**【リユース 再使用】**

使える物は、繰り返し使う

- いらなくなった物を譲り合う
- マイボトルを利用する

みんなもおうちで  
やってみてね!



さがぼーくん



未来へSwitch!  
ゼロカーボン  
さがみはら

**【リサイクル 再生利用】**

ごみを資源として再び利用する

- ごみを正しく分別する
- 資源を再生して作られた製品を選んで利用する



**【食品ロス削減】**

本来食べられるのに捨てられてしまう食品を減らす

- 買い物は必要な分だけ購入する
- 食材の特徴や保存方法を理解して食べきれぬ量を作る
- 好き嫌いを少なくして残さずおいしく食べる

【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  
<http://www.s-ontaiyou.jp/>



# 料理講習会のお知らせ

## 食生活を見直そう！

～美味しく、楽しく、きちんと食べよう～  
高齢者の低栄養(フレイル)予防について

**日時：**11月8日(金) 午前10時～正午  
**場所：**大野北公民館 調理実習室  
**費用：**500円(材料費) ※当日にご持参ください。  
**持ち物：**エフロン・三角巾・筆記用具  
**対象：**一般成人  
**定員：**20名 (定員になり次第締め切ります。)  
**受付：**10月1日(火)～10月31日(木)  
**連絡先：**TEL 090-7727-2169 佐野  
 080-108-16524 児玉

### メニュー

- ・春巻き
- ・ほうれん草の白あえ
- ・その他



**主催：**相模原市食生活改善推進団体わかな会 大野北地区  
相模原市健康増進課

大野北公民館  
からのお知らせ

## 青少年指導委員として



### 活動していただける方を募集します

子どもと接することが好きな方や子育てが一段落した方など、あなたの経験を地域に役立ててみませんか。先輩青少年指導委員がサポートしますので、初めての方も安心して活動していただけます。

#### 活動

- ・青少年レクリエーション活動の推進
- ・公民館での青少年を対象とした各種事業※ の開催 等

#### 任期

最長2年(令和8年3月31日まで)

#### 報酬

市の非常勤特別職として、報酬(年額60,100円)があります。

#### その他

- ・制服(ポロシャツ、ウインドブレーカー)が貸与されます。
- ・神奈川県知事からも県青少年指導員として委嘱されます。

#### 問合せ

大野北公民館窓口 月曜日及び祝日の翌日を除く9時～17時(正午～13時を除く)  
電話 042-755-6601

青少年指導委員とは・・・地域社会における青少年活動を推進するため、社会的信望があり、青少年の指導及び育成に深い関心と理解をもつ者について、公民館長の推薦に基づき市長が委嘱するものです。

#### 【募集人員 について】

- ◎現在、定数(12名)に対し欠員が4名生じています。青少年の活動に少しでも関心がある方、お問い合わせください。
- ◎定数に達するまで年度途中でも随時募集しています。
- ◎自薦、他薦を問いません。

- ※大野北公民館での青少年事業の例
- ★ゆめ教室(工作・料理・その他)
  - ★ゆめ教室(社会見学)
  - ★おおのきた子どもまつり
  - ★クリスマスツリー展示

青少年指導委員による企画・運営で開催しています。外部講師を依頼することもあります。

大野北公民館  
父子参加型講座

# パパBASE

～パパといっしょに  
おやこじかん～

## つくろう！走らせよう！パパも楽しいジオラマ（鉄道模型）

10/19  
(土)

時 間：【午前の部】午前10時30分～正午  
【午後の部】午後1時～2時30分 ※いずれか1回のみ  
場 所：大野北公民館 3階工作室  
対 象：年少～年長のお子さんとお父さん（大野北地区の方優先）  
※空きがあれば小学生も可  
定 員：各回15組ずつ（申込み順）  
講 師：相模原鉄道模型クラブ  
持ち物：水分補給用の飲み物、タオル  
（持っている方はNゲージ車両の持ち込みもOK）  
参加費：なし ★保育あり（原則2歳～未就学児）※要予約

こちらの  
フォームから  
お申込み  
ください↓



申込みは  
10/4から

パパBASE これからの予定 ★11/23（土・祝）

「わが子の手形足形で パパの手作りカレンダー」  
「いざという時のために知っておく『救急』のコト」  
★詳しくは公民館にあるチラシまたは11月1日号の地域情報紙をご覧ください

◆主催・問合せ：相模原市立大野北公民館 TEL：042-755-6601  
（月曜・祝日の翌日を除く午前9時～正午／午後1時～5時）

◆主管：大野北/PAPA BASE実行委員会



## 健康ハイキング

### ～秋の弘法山・吾妻山ハイキング～

小田急線の秦野駅と鶴巻温泉駅を結ぶ、各7kmのハイキングコースを秋の深まりを感じながらゆっくり歩きます。山頂のイロハモミジを堪能した後は「弘法の里湯」で疲れを癒やしてはいかがでしょう。ご家族での参加も大歓迎です。

※「弘法の里湯」前で解散となります。入浴等は解散後各自でお楽しみください。

【開催日】 令和6年11月17日（日） 雨天中止（小雨決行）

【募集人員】 30人（年代性別を問わず、ハイキングに興味のある方）

【参加費】 無料（往復の交通費は、各自にて負担）

【集合場所】 小田急線秦野駅改札口 ※ 大野北公民館旗にお集まりください。

【集合時間】 午前10時00分 ※ 時間厳守です。

【解散場所】 鶴巻温泉「弘法の里湯」 ※ 完歩後にスポーツ推進委員代表とのジャンケン大会を予定しています。

【解散時間】 午後2時00分（予定） 勝者の方には粗品を進呈いたします。

受付：10月16日（水）～10月31日（金） 午前9時～午後5時00分 公民館窓口にて受付。

お問い合わせ 大野北公民館 ☎ 042-755-6601 Fax 042-755-6603



# 自転車の『ながら運転』はやめて！

令和6年11月1日から罰則が強化されます

自転車に乗りながら携帯電話などを使用したことで発生した死亡・重症事故が、全国的に増加しており、令和5年は122件と過去最多でした。

ながら運転は大変危険です。絶対にやめてください。

## 11月から適用される罰則

### ながら運転をした場合

→6月以下の懲役又は10万円以下の罰金

### ながら運転で事故を起こすなどの危険を生じさせた場合

→1年以下の懲役又は30万円以下の罰金

 携帯電話の使用は停車後に！



問い合わせ 中央区安全・安心まちづくり推進協議会（中央区役所地域振興課） 電話 042-769-9801

## JCHO 相模野病院 秋の市民公開講座のお知らせ

～いつまでも『見える』ために～

講師 JCHO 相模野病院 眼科 春日井 紘子

<開催日> 2024年11月1日（金） 14:00～14:45

受付 13:30～

<参加費> 無料（駐車場をご利用の方は、割引認証いたします。）

<場所> JCHO 相模野病院 7階講堂（中央区淵野辺1-2-30）

<定員> 先着80名

※事前申し込みは不要ですが、多数ご来場頂いた際には  
当日お断りする場合がございます。あらかじめご了承ください。

<お問い合わせ窓口> JCHO 相模野病院 TEL:042-752-2025（代表）

平日 午前9:00～午後4:00（土日祝日を除く）

