

申し込み  
受付中!!

## 小山公民館 駅伝大会

日時：令和7年 2月 16日(日) 午前9時から正午頃まで(予定)【雨天等中止】  
会場：相模総合補給廠一部返還地(相模原スポーツ・レクリエーションパーク向かい)  
※コースは、上記会場にて、1周約700mの周回コースです

【駅伝の部】1チーム5人で編成し、1人1.4km、合計7kmのコースを走ります

- ◇小学生の部・小学生のみのチーム ※男女混合も可能
- ◇一般の部・一般メンバーのチーム ※男女混合も可能。また、小学生がメンバーに入ることも可能です

【ミニマラソンの部】親子ミニマラソン・小学生の部・一般の部を行います

- ◇親子ミニマラソンの部・3歳以上の未就学児とその保護者(約700mのコース)
- ◇小学生の部・小学1年生～3年生(約1.4kmのコース)
- ◇一般の部・小学4年生以上(約2.1kmのコース)



※すべて事前の申し込みが必須になります(申込書は公民館窓口で配布しています)

※各部門によって、ルールや出場条件等が異なります。

※詳しくは、公民館で配布している申込書をご確認のうえ、お問い合わせください。

お申込み：令和7年2月9日(日)まで、月曜日と祝日の翌日を除く、

午前9時から午後5時までに、公民館窓口へ申込書を提出してください  
お問合せ・お申込み：小山公民館 電話042-755-7500

## あつまれ!おやこ

～子育てサロン～



☆対象：0～3歳くらいの乳幼児とご家族  
☆申し込みや登録は不要です! ☆妊婦さん大歓迎!

子育て中の皆さん!! 気分をリフレッシュしましょう!!

仲間作りや情報交換の場としてもご利用ください。お父さん、お母さんの子育てを応援します!

### 1月23日(木)

10:30 から 15:00 まで

お部屋を開放し、自由に遊べます。入退室自由!  
お昼を持参し、ゆっくり過ごす事も可能です。

会場：小山公民館 多目的室



☆季節の製作☆

お正月の飾り作りや、  
かわいい手がたや足がたの  
スタンプもできます!  
参加費用：無料  
お気軽にご参加ください!



13:30～14:00 は、すすきの保育園の保育士による手遊び&育児相談を実施します  
(都合により、急遽中止となる場合があります。ご了承下さい)

\* 子育て支援ボランティアがサポートします。

お問い合わせ：小山地区社会福祉協議会 事務局(小山公民館内) Tel.042-755-0350 平日9時～17時

高齢者世帯や子育て世帯などの

“日常生活での困りごと”のお手伝いをします

090-5990-0294

“日常生活での困りごと”のご相談は上記の電話に連絡ください **おやま生活サポートセンター**

日常生活での困りごととは



費用は  
無料です

- ◆作業内容により、有料サービスをご紹介させていただくこともあります
- ◆作業にあたり購入物品などがある場合、その実費をご負担いただきます
- ◆新型コロナウイルス感染拡大防止や諸事情から、お手伝いできないこともあります

活動に協力していただけるボランティアも募集中    小山地区社会福祉協議会  
電話 042-755-0350 (平日9:00-17:00)

あなたの参加を待っているボランティア活動がきっと見つかる

# おやまハローボランティア

これからボランティア活動を始めてみたい方、さらにもう一歩踏み出した活動をしてみたい方に、小山地区でボランティアを必要としている活動・団体をウェブサイトで紹介しています。あなたもボランティアしてみませんか。

[oyama-volunteer.jimdofree.com](http://oyama-volunteer.jimdofree.com)



<ご紹介している活動・団体>

(順不同)

- ・互近助ボランティア
- ・あつまれ！おやこ
- ・傾聴ボランティア
- ・こうようひまわり
- ・男性ボランティア
- ・ポッチャボランティア

本サイトに登録を希望される活動・団体を随時受け付けていますので下記にご相談ください。

上記のQRコードをスマホでスキャンしてウェブサイトをご覧ください。ボランティア活動に関する問い合わせや、活動に対する心配や不安などの相談も受け付けています。

小山地区社会福祉協議会    電話 042-755-0350 (平日9:00-17:00)

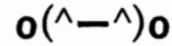
☆☆☆ 「ごみ・資源集積場所」をきれいに保ちましょう ☆☆☆

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



## 傾聴ボランティアをしてみませんか



利用者様のお宅や高齢者施設にお伺いして、故郷の思い出、青春時代の若く楽しかった時代の思い出等を、雑談を交えてお話をしたり、施設で歌の会をしたりの方女性25名男性5名の小山地域密着型のボランティアです。

昨年度は233回の活動実績があります。

楽しい仲間たちと一緒に活動しましょう。



小山傾聴ボランティア・クローバー

代表：小林 昇 ☎ 待ってま〜す

090 - 8118 - 8444

後方支援：小山地区社会福祉協議会、小山地域包括支援センター

## 宮下 いきいき サロン



地域の皆様の憩いの場

### 令和7年2月度イベント ためになるお話し(仮)

日時 令和7年2月14日(金) 午前10時~11時半

場所 こばと児童館

参加費：100円 予約はいりません

3月度予定 3月14日(金) ゲームを楽しもう(仮)

小山地区社会福祉協議会

問合せ先 井浦(080-1097-1350)

2024(令和6)年度地域活性化事業



## みんなで歌って踊って盛りあげよう!

つなげよう「盆踊り」を小山地域で～指導 鎌田さん

みんなで歌って心と体元気に～歌 古賀さん ピアノ 中山さん

1月25日(土)午後1時半～3時半

小山公民館大会議室 参加無料

「小山の地域をつなげる会」主催

運営 共有コミュニティ 連絡先 090-4226-7172(宍戸)

子どもから  
大人まで

どなたでも  
参加OK

企画・運営をご一緒にいかがですか。連絡をお待ちしています。

※新型コロナウイルス等感染防止に各自お気を付けください。

令和6年度地域活性化交付金事業



## みんなのおはなし会

～四季を感じる日本の昔話～



日時：2月16日(日)  
午後1時30分～午後3時

会場：小山公民館 多目的室

定員：20名(入場無料)

初春から厳冬に向かうプログラム構成で、日本の昔話に織り込まれる四季折々の景色や風物を感じながら、物語を楽しめるおはなし会です。美しい日本を感じてください!

小学校や保育園、図書館など様々な場所で多数のおはなし会を実施してきた語り手が、心に響く物語をお届けします。

※プログラム(予定)クナウとひばり、三枚のお札、雪女 他

主催：小山の地域をつなげる会

実施サークル：赤ずきんの会

協力：小山地区青少年健全育成協議会

お申込み・お問合せ：090-4226-7172(宍戸) 090-4175-8361(勝西) sakaek052@gmail.com(勝西)

幼小中学生から大人まで  
お一人で、ご夫婦で、お孫さんと、  
友人と、みんなが楽しめる語りの  
おはなし会です。

《ストーリーテリング(語り)とは》  
語り手が物語を暗記し語ります。  
物語を覚えるのに数週間、数ヵ月  
その物語と向き合います。ですから、  
語られる物語は深みを増し、聞き  
ごたえあるものになるのです。

ご家庭の包丁・はさみおとぎします！

# 刃物研ぎ



開催予定日：令和7年 1月27日（月）  
 開催場所：すすきの自治会館（すすきの町19）  
 受付時間：午前9時30分から午後2時まで  
 （受付締切：午後1時30分）

**随時センター  
 会員募集中!!**

- ★受け取りは午後2時頃まで
- ★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ござい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。
- ★料金例：包丁（刃渡り10cm未満400円・刃渡り23cm未満500円）

【お問合せ先】シルバー人材センター 中央事務所 Tel.042-754-1177  
 8時30分～17時まで



● **シルバー人材センター**  
**パソコン/スマホ教室**  
**令和7年2月・3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7年2月開講予定日		令和7年3月開講予定日		時間
パソコン入門Ⅰ (パソコンの基礎)	—	—	10(月)	17(月)	午前
	7(金)	14(金)	—	—	午後
パソコン入門Ⅱ (パソコンの利用)	—	—	24(月)	31(月)	午前
	21(金)	28(金)	—	—	午後
ワード入門Ⅰ (文章作成)	—	—	5(水)	12(水)	午前
	6(木)	13(木)	—	—	午後
ワード入門Ⅱ (表と画像)	—	—	19(水)	26(水)	午前
	20(木)	27(木)	—	—	午後
エクセル入門Ⅰ (データ入力)	—	—	—	—	午前
	5(水)	12(水)	—	—	午後
エクセル入門Ⅱ (データ活用)	—	—	7(金)	14(金)	午前
	19(水)	26(水)	—	—	午後
パワーポイント 入門	—	—	21(金)	28(金)	午前
	10(月)	17(月)	6(木)	13(木)	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) Android	—	—	—	—	午前
	4(火)	11(火)	—	—	午後
スマホ入門Ⅰ (基本と写真) iPhone	—	—	—	—	午前
	5(水)	12(水)	5(水)	12(水)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) Android	—	—	—	—	午前
	18(火)	25(火)	21(金)	28(金)	午後
スマホ入門Ⅱ (地図やLine等) iPhone	—	—	—	—	午前
	19(水)	26(水)	19(水)	26(水)	午後

## 看護職復職支援「潜在看護職復職相談会」

「地元、相模原市内の病院で看護がしたい！」そんなあなたを応援します

ナースワークコンシェルジュ（協力病院の看護部長）が病院協会加盟病院などの情報提供や復職についての個別相談を行います。

看護補助者をご希望の方の相談もお受けします。

日時 令和7年2月2日（日）午前9時から午後1時まで

会場 ウェルネスさがみはら5階会議室（中央区富士見6-1-1）

＜JR 横浜線「相模原駅」からバス＞

対象 ・保健師・助産師・看護師・准看護師のいずれかの資格がある人  
・看護補助者を希望する人（資格は問いません）

参加費 無料 ※お子様同伴可

申込み 1月27日（月）までに病院協会へご連絡ください。

病院協会ホームページからも申込できます。

当日申込可、正午までに会場にお越しください。

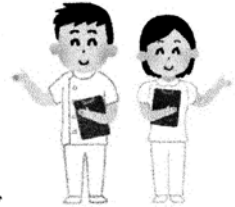
その他 参加病院資料（病院パンフレット等）多数あり

【問合せ】 相模原市病院協会事務局

電話 042（755）0531



病院協会 HP QR コード



# 住まなくなった「おうち」の 無料相談会

お持ちの空き家の心配ごとについて、相談してみませんか？

1/24(金)・25(土)、2/22(土) 10時～16時

会場 [1月] ソレイユさがみ(男女共同参画推進センター) (緑区橋本6-2-1)

[2月] BOOKOFF PLUS 古淵駅前店 (アパレル・家電館3階)

対象者 市内に空き家を持っている人 (相談時間：1組1時間)

申込み先 03-6701-4618 (ブックオフおうちの無料相談会受付窓口)

市担当課 住宅課 (042-769-9817 平日8時30分～17時)

相模原市との包括連携協定に基づいて、ブックオフがプロの相談員による「空き家の無料相談会」を開催します。

# 相模原税務署からのお知らせ

## 税理士による無料申告相談

～申告書作成会場以外でも、無料で税理士に相談して確定申告書を作成・提出できます～

期間	会場	所在地	受付時間
1月30日(木) ～31日(金)	サン・エール さがみはら1階	相模原市緑区西橋本5-4-20	午前9時から午後3時30分まで 【事前申込をお願いします】
2月6日(木) ～7日(金)	ラクアル・オダサガ4階 おださがプラザ	相模原市南区南台3-20-1	午前9時30分から午後3時まで 【事前申込をお願いします】

対象者	事前申込
<b>年金受給者・給与所得者</b> ただし、次の内容を含む確定申告書の作成はできません。①譲渡所得(土地、建物及び株式等)、②住宅借入金等特別控除、③事業所得及び不動産所得、④複雑な相談内容及び有利不利の判定が必要な内容、⑤給与収入800万円以上である方の申告、⑥半確定申告(死亡・出国) <b>その他</b> ○持ち物については、「申告書作成会場の開設について」の「お持ちいただきたいもの」を参照してください。 ○申告書等の提出のみの場合は、相模原税務署に直接お持ちいただくか、郵送でご提出ください。 ○一部、当日入場整理券の配付を行います。無くなり次第終了となりますので、オンラインによる事前申込をご利用ください。 ○昼休みの時間帯は、税理士が交代で対応しており、お待たせする場合がありますので、ご了承ください。	○令和6年分の税理士による無料申告相談は、混雑回避のため、オンラインによる <b>事前申込</b> を受け付けます。 ○オンラインによる事前申込は、 <b>令和7年1月9日(木)</b> から可能となります。 詳細につきましては、右記事前申込サイトを参照願います。 なお、税務署・会場等で電話での受付は行っておりませんので、ご注意ください。 ○オンラインによる事前申込サイトの操作方法についてのお問合せは、【050-1722-2206】 (受付時間:平日午前10時～正午、午後1時～午後4時)へお願いします。

**事前申込サイト**

下記のいずれかのサイトから事前申込をお願いします。

無料申告相談専用  
LINE事前申込

Web事前申込



## 相模原税務署申告書作成会場の開設について


～原則、ご自身のスマートフォンで申告書を作成していただきます～

開設期間	会場	所在地	時間
2月17日(月)～3月17日(月) (土、日及び祝日を除きます。) ※ただし、3月2日の日曜日は開場します。	相模原税務署 2月3日(月)から3月17日(月)までの間、 税務署の駐車場は使用できませんので、 お車での来場はご注意ください。	相模原市中央区 富士見6-4-14	【受付】午前8時30分から午後4時まで 【相談】午前9時から午後5時まで


**お持ちいただきたいもの**

- ① マイナンバーカード  
※マイナンバーカードをお持ちでない場合は、次の書類をお持ちください。  
・運転免許証や公的医療保険の被保険者証等の身分確認書類  
・通知カードやマイナンバーの記載がある住民票の写し等のマイナンバーが分かる書類
- ② マイナンバーカード発行時に、ご自身で設定した次のパスワード  
・利用者証明用電子証明書(数字4桁)  
・署名用電子証明書(英数字6文字以上16文字以下)
- ③ スマートフォンまたはタブレット
- ④ 源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類

スマホ マイナンバーカード



**案内図**



**事前準備**


① 来場前に、マイナンバーカードを利用した、**マイナポータル連携**の事前準備をお願いしております。

**入場整理券**

○混雑回避のため、申告書作成会場への入場には入場整理券が必要です。  
 ○当日、申告書作成会場でも入場整理券を配付しておりますが、**長時間お並びいただく場合があります。**  
 また、入場整理券の配付状況に応じて受付を早く締め切る場合があるため、**お並びいただいても入場整理券を取得することができない場合があります。**  
 ○3月中は入場整理券の入手が困難となることが予想されますので、2月中の来場をお勧めします。  
 ○申告書等の提出のみの場合は入場整理券は不要です。

**LINEで事前発行**


・LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」して取得できます。  
 ・当日**並ばず**に事前に取得でき 友だち追加はこちらから→



**参考事項**

昨年、確定申告した方のうち、作成会場に行かずに申告書を作成・提出した方は**約9割**です。確定申告は、自宅からスマホ申告をご利用ください！

動画で見る確定申告  
申告書の作成方法などを動画でご案内しています。



# 防災情報は LINE でゲット



【簡単 4 ステップ】

▼ 相模原市 LINE 公式アカウント

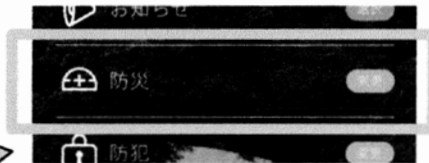


①QRコードを読み取り、

友だち追加



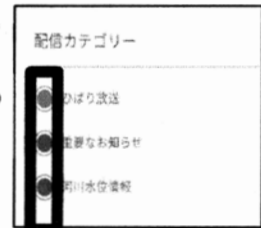
②受信設定をタップ



③防災をタップ



④配信を希望する  
カテゴリ選択



## 【あなたの手元にひばり放送】

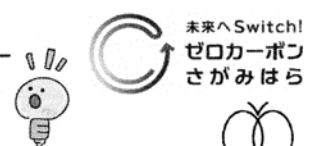
災害時は、情報をいち早くキャッチすることが重要です。  
災害からあなたと家族の命を守るため、  
日頃から情報の入手方法を確認しておきましょう。

問い合わせ 中央区役所地域振興課  
電話 042-769-9801



## 今年の冬も無理のない範囲で節電を！

～ご家庭での省エネ・節電のポイントをご紹介します～



### 【エアコン】

- 室温は 20℃を目安に快適性を損なわないようにしましょう。
- 目詰まりしたフィルターは定期的に掃除しましょう。
- 扇風機やサーキュレーターを併用して暖かい空気を循環させましょう。
- 暖かい空気が直接窓に触れて冷やされないように厚手のカーテンを使いましょう。床まで届くカーテンはより保温効果が期待できます。
- 服装を工夫してウォームビズしましょう。
- 室外機の吹出口に物を置かないようにしましょう。

### 【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」や「弱」にできないか確認しましょう。)
- 冷蔵庫内は 7 割を目安に収納、冷凍庫内はできる限り詰め込みましょう。
- 無駄な開け閉めはやめて回数を減らしましょう。
- 壁から適切な間隔で設置しましょう。

### 【照明】

- 使わない部屋の電気は消しましょう。
- LED など省エネ性能の優れた製品に切り替えましょう。



みんなもおうちで  
やってみてね！



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 TEL042-753-9550  
当協議会の新しい愛称が「アースクールさがみはら」に決定しました！