

館報No.212号

ひかりがおか

発行日 令和4年4月1日
発行 相模原市立光が丘公民館
住所 相模原市中央区並木4-7-9
電話 042-756-1117
光が丘公民館区(光が丘・並木・青葉・緑が丘)
人口 16,640 (男8,218 女8,422)
世帯 7,583 (R4.3.1現在)



ホームページは

相模原市立光が丘公民館

検索

きらきらが見つかるよ

光が丘こども食堂

気をつけて
持ってね

ピカリカフェ

プレオープン



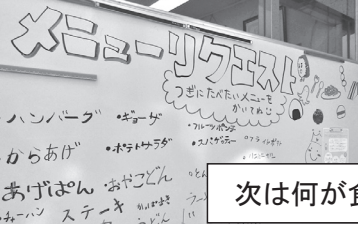
みんな、来てくれて
ありがとう!!

たくさんのご支援・ご協力ありがとうございます

どきどき・オープン前の準備

メインは
カレー

2面も、
光が丘地区の
福祉の取り組みに
ついてご紹介



次は何が食べたい?

バルーンアートも

野菜たっぷり
スープ

みんなでご飯を食べる楽しさを

2月23日(水)、光が丘こども食堂実行委員会が運営するピカリカフェがプレオープンしました。栄養ある温かいご飯が食べられるようにと、会議を重ね、試作し、この日を迎えました。早くから子ども達の列が出来、想定していた人数を超え、あっという間に完売しました。今は、コロナ禍でお弁当形式ですが、ゆくゆくは食堂形式で行う予定です。
次回は4月24日(日) 受付は午前11時30分、12時〜光が丘公民館にてオープンです。

助け合い 支え合い たくさんの笑顔に出会うために 光が丘地区の福祉活動 取り組みの一部を紹介します

元気に楽しく食事つくり

「グループにぎわい」

にぎわい処



毎週火・木曜日の午前11時30分、光が丘ふれあいセンター2階で、体に優しい家庭料理を300円で提供しています。現在はコロナ禍で、お弁当の提供ですが、その前は、大勢が集い、楽しい交流の場となっていました。

平成19年に陽光台のアパートを拠点に活動し始め、6年後に現地に移転。令和4年で15年目となります。館報編集委員でお邪魔して、様子



従来（コロナ禍前）の食事風景



1回に60～70食を作ります

を伺いました。代表の小林節子さんをはじめ、皆さん手際よく、いきいきと楽しそうに作られているのが印象的でした。地域の方が新鮮な野菜を差し入れてくださる等、様々な支援があつて出来るのだそうです。「普段作らない料理が覚えられる」「ここに来て、仲間と会つのが楽しみ」というお話も聞きました。一緒に作る仲間も募集しているそうです。是非心のこもったお食事をお試ください。今後また、皆様と集えますように。

上溝団地
多世代交流スペース
健康お茶べり庵

ホッコリ屋

「ホッコリ屋」は、上溝団地7区1階 旧さくらストア横の事務所跡地を県が修繕し、

団地住民だけでなく光が丘地区全体の住民が交流出来る地域のコミュニティスペースとして誕生しました。



令和2年3月より活動を開始し、自治会連合会、社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会等の団体で構成された上溝団地健康推進協議会

が中心となつて運営しています。

令和3年10月より、毎週土曜午前10時～正午に「シルバーカフェ」（高齢者向け喫茶店）がプレオープンしました。

室外にもテーブルを並べたオープンカフェ形式で、100円の料金でおかわり自由、お菓子までついた美味しいコーヒーや緑茶を飲みながら、情報交換や会話を楽しむ事が出来ます。

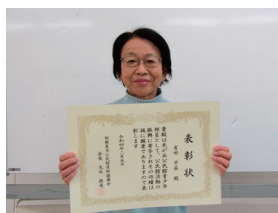


検温や消毒等の感染対策をしっかり取っていますが、感染拡大状況によつては休止となります。

今後は、シルバーカフェだけでなく、無料の塾や習字等の教室、子ども居場所、地域交流を目的に利用する団体に随時貸し出す事も検討しています。

問い合わせ：光が丘地区社会福祉協議会 TEL 042(707)1332

令和3年度相模原市 公民館連絡協議会表彰受賞



有田 早苗さん
(元青少年部員)

2月5日(土)の市公民館のつどい(オンライン開催)で表彰されました。

令和3年度 スポーツ推進委員功労者表彰受賞



行木 秀文さん
(現体育部部长)

佐賀県で開催予定の全国研究協議会がコロナ禍で中止となり、佐賀県での表彰式は行われませんでした。

おめでとうございます！

ひかりちゃん
いっこさん作

ひかりちゃん10周年

10年ひびわがし...

たくさんのお会い

公民館が
10倍に増えちゃった

これからお楽しみに

元気～？

会えて 話せて 集えて良かった
～感染対策を取りながら、実施した事業～

なんとかやってるよ

市民健康まつり

2月20日（日）に市民健康まつりが行われました。23人の参加者が集い、第1部は、平岡亮一氏によるラジオ体操や、さくら体操。第2部は、健康づくり普及員や、3専門部（体育、文化、青少年）協力で、体力測定を行いました。久しぶりに身体を動かし、笑いもこぼれ、心も体もリフレッシュ出来ました。

平岡亮一氏監修「市中央区の歌」に合わせたさくら体操

講座の中から
もってだし

桃太郎はきび団子をご褒美に、犬、猿、キジを家来にしたが、きび団子ってこの名産品？

A 神奈川県 B 広島県
C 岡山県

〇〇教養講座②
昔話を 楽しもう！
文化庁

12月18日（土）ストーリーテラーの円乗攝子氏とアシスタントの勝西さかえ氏を招き、昔話の語りについて開講しました。

「物語を読み聞かせることは空想の世界に誘うことができ、主人公の最後は幸せになるパターンが多く、子ども達の心には安らぎが宿ります。昔話を読むのに年齢は関係ありません。」と円乗氏。

参加者の23名は、子どもの頃を思い出しながら聞き入っていました。

バスハイキング参加者募集

行 先：青木ヶ原樹海（山梨県富士河口湖町）
日 時：5月15日（日）
午前8時30分～午後4時20分予定

参加費：2,500円
募 集：49名
受 付：4月24日（日）
午前9時から定員に達するまで
参加費を添えて光が丘公民館窓口まで

*新型コロナウイルスの感染状況によっては中止・延期になる場合があります。

川柳 de 頭の体操

ほっこりしたエピソードや、くすつと笑える日常の出来事を川柳にしてみませんか？前号で、募集したところ、光が丘公民館ロビーの「川柳箱」に作品を入れていただきましたので紹介します。

昔太っばら 今メタボばら （Kさん）
何・なに・何・今日の話題もオミクロン （スバル）
ヘンクリも この急カーブで増えればナ （コロコロコナ）

地域探訪

花と緑でいっぱい！光が丘③
光が丘児童館 花いっぱい会
〔光が丘児童館敷地内 花壇〕

今回は、光が丘児童館を訪れ、花壇管理担当の志村典子さんにお話を聞きました。

玄関前はとも日当たりが良く、来てくれた方が喜ぶようにと、高橋亮二館長が花壇を作ってくれたそうです。

夏には大きな向日葵がぐんぐん背を伸ばしていたそうです。夏の家庭菜園のキュウリやナスの収穫は、子ども達にも良い経験となっています。

秋には赤くなったコキアにクリスマス飾りをし、季節折々のしつらえを楽しみ、来てくれた方の目も楽しませてくれています。

お訪ねした1月末は、ほっぺん草も植えてあり、葉牡丹がバランスよく並び、まつぼっくりも良い味を出していました。スノーボールやアリッサムも寒いのにきれいに咲いていて、手をかけているのがわかります。

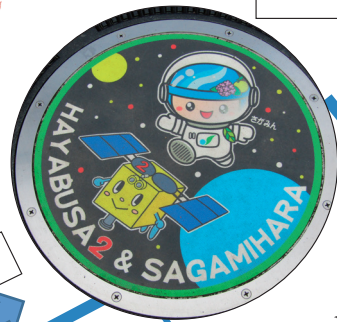
子どもたちや卓球サークルの方が、植えかえや水やりを手伝ってくれて、みんなでお世話をしているそうです。優しさ溢れる花壇でした。

運動不足解消④

花を見つけながら…
近場をぐるり

市立博物館の入口前に
「はやぶさ2」カプセル帰還記念
デザインマンホール蓋があります

編集委員のおすすめコース
淵野辺公園周辺 銀河通り



JAXA では、
ミニシアターを
見る事が出来ました

光が丘
公民館方面

花壇のお花たくさん

弥栄
中学校

弥栄
小学校

国民生活センター

市立博物館

JAXA
宇宙科学研究所

相模原弥栄高校

銀河アリーナ

しだれ桜が
あるよ

淵野辺公園

相模原
球場

ひばり
球場

桜並木があるよ

花の咲いている風景を想像しながら
そぞろ歩き



公民館正面の掲示板にも桜の貼り絵
を飾っています。ご覧ください。

編集後記



とってだしの答え…C 岡山県

新型コロナウイルスの変異株オミクロンの猛攻撃をうけて、3回目のワクチン接種をして巣ごもり防衛の中、北京五輪の舞台では、日本選手がメダル獲得の大活躍をされて、連日テレビ観戦で応援している日本人の人々に勇気と感動が届けられました。外出自粛で溜まったストレスが一気に解消され、晴々とした気分になったことと思います。

本紙が皆さんの手元に届く頃は、感染拡大が収束して、大勢の人々が集い、笑顔溢れる事業が展開されるのを願うばかりです。

図書室情報



4月12日(火)～17日(日)は蔵書点検のため、図書室はお休みになります。期間中、返却ボックスは使えますが、CD・DVD付きの本は返却出来ません。ご注意ください。

毎週月曜日、第2木曜日、祝日の翌日も休室です。

カウンター前には、短編集のコーナーがあります。特定のテーマに沿って複数の作家の作品が載っているのので、新しい作家に出会えるかも知れません。一編一編が短いので、読書の入門にもおすすめです。是非、足をお運びください。