



来て！見て！体験！上溝健康まつり 6月4日(日)



上溝公民館、上溝小学校校庭・体育館を会場に、大勢のかたにバラエティにとんだ11コースを体験する【スタンプラリー】を楽しんでいただきました♪ 参加賞をもらってニッコリ♪



ティーバッティング



ファミリーバドミントン



剣道



少林寺拳法体験



☆スタンプラリー参加賞☆



ちびっ子『魚つり』広場



モルックを体験しよう



体力測定:ピンポン玉移し



健康体操



いきいき百歳体操



リズムエクササイズ&ストレッチ



3B 体操やってみよう

上溝夏祭り文化展《俳句・短歌・川柳・生花》7月20日(木)～26日(水)

上溝夏祭りに合わせ、同時開催を続ける【上溝夏祭り文化展】。公民館1階ロビーに、応募作品を展示(俳句398句、短歌2首、川柳252首)。可愛い生け花とのコラボと共に、約700名のかたに楽しんでいただきました。23日(夏祭り本宮)には、本村市長、渡邊教育長も熱心にご覧になりました。



出展は、上溝小学校、新宿小学校、上溝南小学校、作の口小学校、上溝中学校、上溝高等学校、上溝南高等学校および蘭はいく会、川柳サークルさざんか、ほか一般のかたがたでした。ありがとうございました。来年もよろしくお願いします。

星に願いを～☆

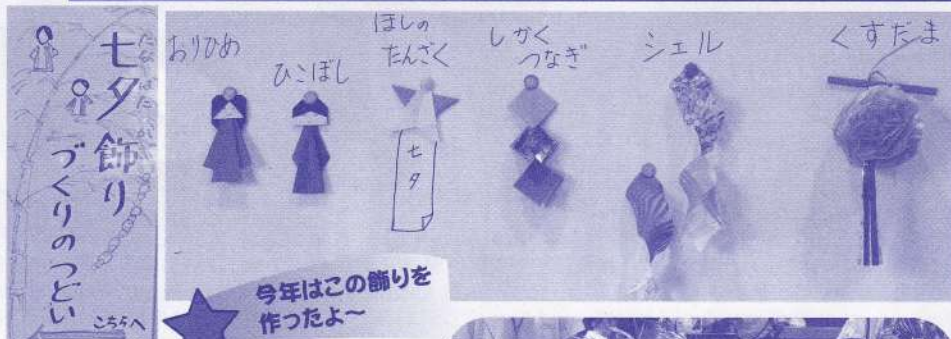
七夕飾りづくりのつどい 6月25日(日)

かないますようにっ!!

恒例の“七夕飾りづくり”が行われました。28名の参加で、お父さんの参加する姿もほほえましいです。

青少年部員から説明を聞き、配られた冊子を熱心に見ながら、一生懸命制作する姿は、作った飾り以上にキラキラとしていました☆

地域の人とのコミュニケーション力、のりやハサミを使う技術力、行動力・創造力・理解力…、ただの飾り作り、されど、奥の深い行事なんですね～(^_-)-☆



小学生・中学生 集まれ!

ほたる観察会

6月9日(金)

観察会には保護者を含め25名が参加。まずは、丸崎自治会館で「ほたる」のお勉強。講師は、「田名塩田の自然を愛する会」亀崎さん。「ほたる」のかぶりもので、これから行く【道保川公園のゲンジボタル】について詳しく教えて頂きました。

さあ～暗くなってきました。いざ、出発!! 暗い道に気を付けて、無事、公園に到着。ほたるが生息する【双子沢】と【こもればの沢】でほたる探し。

ああ～いたいた♪ほら～見えた・・・? 足元に気をつけながら、にぎやかに・・・良かった良かった～～～ケガもなく、無事、解散しました。



亀崎 誠氏



いた～

ほたる観察会

「ほたる」のこと、どのくらい知っていますか?

1. ホタルの生態を知ろう
2. 相模原市のどこにホタルがいるか?
田名地区、道保川
3. 道保川公園のゲンジボタル
4. ホタルの観察に注意すること

上溝の地域や人の情報

上溝日和

4年ぶりの開催

上溝夏祭り

7月22日(土)・23日(日)

江戸時代より「てんのうさま」と呼ばれ親しまれてきた上溝夏祭り。令和2年(2020年)は、東京オリンピック開催の関係で中止となり、さらには年初から新型コロナウイルス感染症が発生拡大し、以降3年に渡り上溝夏祭りは開催ができませんでした。

4年ぶりとなる上溝夏祭り!!

22日の宵宮では8基の山車が、23日の本宮では、14時30分からパレードが行われ、17時から10基の大人神輿・6基の小人神輿、8基の山車が上溝の中心街を練り歩き、延べ40万人を数える観客にお祭りのにぎわいや華やかさを演出しました。久しぶりの夏祭りに会場は熱気に溢れていました。



上溝チーム 優勝



前期バレーボール大会 6月18日(日)



上溝バレーボール大会が夢の丘小学校で開催されました。参加は【上溝、古山、新宿、桜木台、陽光台、オリブ】の6チームでした。

☆上溝チームから優勝のコメントを頂きました☆

コロナ禍で、どのチームも練習が思うようにできない中、近隣の体育館を早く開放していただき、マスク着用でしたが、週2回の練習ができたことに感謝です♡今回の上溝大会は、久しぶりに白熱した試合で、燃えました〜🏐
優勝は、練習の成果です👍
これからも、上溝を盛り上げる良きチームとしてがんばります(^-)-☆



モルック体験会

涼しい部屋で、楽しく・・・！！ 7月2日(日)

ここ数年、ニュースポーツとして普及が進んでいるモルックの体験会が公民館大会議室で行われました。

子どもから大人まで 24 名の参加者を迎え、体育部員からの説明を受けた後、初めてのかたから経験者までそれぞれにモルックを楽しみました。



女性学級 開級 7月20日(木)

『話して 聴いて 人生讃歌』

☆「開級式」と「オカリナ鑑賞」

伝統を誇る上溝公民館女性学級が開級し、9月28日(木)までの全10回コースが始まりました。15名・3班で作る「まとめ誌」が楽しみです。



アイスブレイクの様子
初対面の人同士、親しくなろうね!!



(上)緊張を解きほぐすよう
二人で交互にお話を・・・

(左)班に分かれ、班名決め!
この班は「あさがお」に・・・



後半は、ゆったり音楽を鑑賞♪
きれいな音のオカリナで5曲楽しみました!演奏は石渕利男氏(右)とレイさんのお二人でした。
静かにハモる学級生も・・・

環境講座《エコ講座》

① 無理なく、楽しく・・・エコライフ 7月1日(土)

② 「おから味噌」「おからケーキ」7月15日(土)

エコライフ



特定非営利活動法人 and Advance
副代表理事 斎藤奈美氏

斎藤氏から★SDGsについて
★「もったいない」エネルギー
★「もったいない」食品★環境に配慮したエコな商品と「環境ラベル」の講義を受けました。
日常的に、無理のない範囲で、楽しいエコライフを、お得に!



「おから」でエコ

講師は岩山美津世氏

《味噌ソムリエ》岩山さんの指導で、「エコ味噌」を作りました。産業廃棄物として大量に捨てられる「おから」を使い、これぞエコ!!「エコケーキ」もおいしそうに焼きあがりました♪ケーキは帰宅後すぐに。味噌は手入れしながら半年後に・・・



公民館 掲示板

●お問い合わせ・申し込み●
上溝公民館 ☎042-761-2288

※申し込みの窓口は、9時～17時
(12時～13時、月曜日と祝日の翌日を除く)

令和5年度 上溝公民館年間事業予定 (9月～12月)

月	学習・文化事業	体育事業	青少年事業	館 報	その他
9	健康講座 秋からの野菜づくり講座 「目覚めるからだ!～足腰強化! アイマスキま体操～」	ファミリーバドミントン 体験会	ファミリー音楽会	No.301	公民館運営協議会②
10	障がい者支援ふれあい事業	上レク・ふるさとまつり 秋季ソフトボール大会			利用協運営委員会
11	文学講座(予定)	★秋のウォーキング グラウンド・ゴルフ大会	みぞっ子ランド(予定)		
12		後期バレーボール大会 ファミリーバドミントン体験会	クリスマスのつどい(予定)	No.302	

※実施日・名称・内容等を変更する場合があります。

★…共催事業

最新情報は、毎月発行される「地域情報紙」、毎月発信している「上溝公民館ホームページ」でお知らせします。

上溝公民館ファミリー音楽会

日 時：9月17日(日) 開演：午前11時 受付：午前10時30分から

出 演：光明学園相模原高等学校 和太鼓部

会 場：上溝公民館 大会議室

定 員：150名(立ち見席含む)

対象者：館区内在住のかた(入場無料)

主 催：上溝公民館青少年部

申 込：8月19日(土)～事前申込 定員に達したら終了



第12回
関東地区高等学校
和太鼓選手権
銅賞!



H28 上溝公民館にて

上レク・ふるさとまつり開催予告

日 時：10月22日(日)

開 催：午前8時45分～正午

会 場：上溝公民館

上溝小学校校庭・体育館

上レク・ふるさとまつり開催予告

お待たせしました!!雨天中止・コロナ禍で6年ぶりの開催です。
スポーツ競技(モルック、体力測定など個人戦・自治会対抗)スポーツ体験、模擬店も予定しています。

秋の野菜講座

日時：9月2日(土)～12月2日(土)

開催：午前9時30分～正午

会場：上溝公民館奥庭

内容：冬に収穫する野菜

ブロッコリー、白菜などを
植えます。



編集 後記

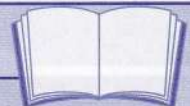
最近、公民館事業に参加する人の数も多くなりつつあり、マスクのない笑顔が見えるようになってきた。

マスクのない笑顔に、こちらもうっぴき!!

[相田]

上溝公民館図書室 カレンダー

開室時間は10時から17時です。



9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

●網掛けの日は休室です(毎月第2木曜日は「図書整理」のため休室です) ●○囲みの日は公民館も休館です。