

発行 上溝公民館 相模原市中央区上溝7丁目7番17号 Tel.042-761-2288 Fax.042-761-3890  
ホームページアドレス <http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/kamimizo-k/>  
上溝地区の人口と世帯 人口/33,330人 世帯数/15,748世帯(令和7年7月1日現在) スマホの方は→



## 来て!見て!体験! 上溝健康まつり 6月1日(日)



来て!見て!体験!  
**上溝健康まつり**  
(市民健康まつり)

**6月1日(日) 午前9時~正午**  
上溝公民館及び上溝小学校校庭・  
体育館

モルック  
体力測定  
ファミリーバドミントン  
いきいき百歳体操等  
さかなつりほら  
卓球  
少林寺拳法  
ダンス  
ティーバッティング  
少年野球  
骨のストレッチ

大人から子どもまで  
楽しめるよ



スタンプラリーで  
参加賞をもらおう!!

(雨天時は、屋外での体験は中止です。)

- 参加費:無料
- 当日会場受付
- 持ち物:上履き、汗ひきタオル、飲料

※都合により、内容が変更になる場合があります。  
問合せ:上溝公民館 042-761-2288



参加の皆さんは、午前中一杯バラエティに富んだ11コース(①~⑪)のスタンプラリーを楽しみ、参加賞をもらいました。本村市長もダンスを体験①。楽しそう!!

☆来年はご家族で来てください!! ☆

### スタンプラリーの内容(運営団体)(順不同) (写真右下) 本部受付・参加賞お渡し(子ども会育成連絡協議会・ジュニアリーダー)

- ①ダンス(上溝高校ダンス部) ②卓球(上溝高校卓球部) ③体力測定(健康づくり普及員協議会) ④「魚つり」広場(青少年指導委員)
- ⑤骨盤体操(リ・フレッシュ) ⑥いきいき百歳体操等(上溝地域包括支援センター) ⑦少林寺拳法(相模原上溝スポーツ少年団・相模原新宿スポーツ少年団) ⑧ティーバッティング(久保ビクトリーズ) ⑨モルック(公民館体育部)
- ⑩少年野球(田中自治会野球部BW) ⑪ファミリーバドミントン(スポーツ推進委員・上溝高校バドミントン部)

## ニュースポーツ講習会 令和7年度 第1回 5月11日(日) ファミリーバドミントン・ピックルボール講習会



4月13日(日)のニュースポーツ体験会で初めて目にした「ピックルボール」。今回の講習会が2度目。吉田館長に激励され、経験者に丁寧に教えてもらい、想像以上に速くて強いボールにビックリしながら、楽しく過ごしました\(^o^)/

# ☆☆七夕飾りづくりのつどい☆☆

6月21日(土)



小学生とその保護者を含め約30名が集まり、折り紙で織姫、彦星、くす玉など様々な七夕飾りを作りました。参加した小学生の皆さんは「楽しかった！きれいにできて嬉しかった」と満足な様子で、笹に飾り付けをして持ち帰りました。また、公民館の1階ロビーに大きな笹を飾り、七夕当日まで、短冊に願いごとを書いて自由に吊るすことができました。

## 歴史講座 藤澤浮世絵館を訪ねて 6月21日(土)



藤沢市藤澤浮世絵館は、東海道藤澤宿や江の島の浮世絵・郷土資料等の鑑賞施設で、藤澤宿コーナー・江の島コーナー・企画展示コーナー（東海道中膝栗毛を展示中）などがあります。上溝駅からJRで辻堂駅へ到着。大きく変貌した辻堂の街並みを5分歩いてココテラス湘南の浮世絵館へ。学芸員から解説を受けたあと、自由にゆっくり見学し、弥次喜多道中双六などもたっぷり楽しみました。

## 野菜づくり講座 6月7日(土)～



公民館ミニ畑（土楽畑どころくぼたけ）が1年ぶりに復活。今年の夏野菜作りが無事スタート!! 初回は畝づくり、マルチ張り、きゅうり・小松菜・ホウレン草・ニラの種まき、水やりをしました。今年は5歳の女の子も参加し、一味違った顔ぶれとなり、収穫がますます楽しみです。

## 前期バレーボール大会 6月15日(日)



会場は上溝小学校体育館。コート1面で6チーム：9試合を実施。暑い中、機敏に動き回り汗びっしょり!!お疲れさまでした。優勝は古山チーム(左上)、準優勝は上溝チーム(左下)、第3位は桜木台チーム(中下)でした。

## モルック講習会 6月29日(日)



冷房の効いた大会議室に作られたNo.1～No.4 (No.4は初心者用)のレーンを使い、23名の方がにぎやかに楽しい時間を過ごしました。また、やりたい!

## 上溝公民館運営協議会の皆さんです

【会長】吉田 勝文【委員長】永野 堅次【副委員長】倉橋 強治

【会計】畠山 丈正【監事】鈴木 洋子

【委員】下別府 千秋・横山 恵史・小林 充明・鈴木 富和・三留 忠弘・村上 多計男  
北 美和子・畑 志門・鈴木 操・金子 英行・水牧 陽子・市毛 達雄  
酒井 京子・清水 洋子・赤堀 正光（敬称略）

○運営協議会とは○

公民館の運営方針をはじめとして、各種事業の企画と実施や公民館の運営に関する事項について協議し、推進する組織です。委員の定数は25名以内で任期は2年。学校教育や地域団体の関係者、公民館利用者団体の代表者、学識経験者や公募等により選出された方々により構成されています。

任期は、令和9年(2027年)5月31日までです。

## 上溝夏祭り文化展を開催!!

7月25日(金)~31日(木)

公民館1階ロビーに応募作品<<短歌15首、俳句356句、川柳227句>>や生け花を展示。大勢の方にご覧いただきました。本村市長も見学され、川柳をさらさらと・・・



出展は上溝小学校、上溝南小学校、作の口小学校、新宿小学校、上溝中学校、上溝南中学校、上溝高等学校、上溝南高等学校、ほか一般の方々でした。ありがとうございました。次回もよろしく願います。

## 浴衣&ヘアアレンジ講座

~成人講座~ 7月19日(土)



上溝で美容室 sora を経営されている渡辺そらさんを講師に「成人講座」を実施しました。首を長く見せるまとめ髪や、若く見える浴衣の着付けポイントを教えていただき「上溝夏祭りまでに自分で練習する！」と意気込む方もいました。

## テーマは「心と体の免疫力アップ!!」 上溝公民館女性学級が開級しました

7月17日(木)~9月25日(木) 全10回開催



館長の挨拶と学級生全員の自己紹介から・・・

初対面同士親しくなり、3班に分かれて活動開始

1965年(昭和40年)にスタートした「上溝公民館女性学級」。今年も19名の学級生が集い、3班編成で全10回のコースが始まりました。初回の大きなテーマは、長期間一緒に学ぶ学級生同士が親しくなること。今まで以上に時間をかけ、共に深く理解しあえたと思います。

## みんなのホットステーション

上溝公民館で開催中!!

3月22日(土)~最終日は9月13日(土)

~地域とつながる居場所~

### みんなのホットステーション

**プログラミング教室**  
Scratchを使って課題やサッカーゲームを作ります。

**ゲーム大会**  
マリカート、スマッシュブラザーズで参加者を募集しています。

**絵画・工作**  
イラストを模して二階本室制作、フロッピーディスクの活用や紙工作を行います。

●開催場所：相模原市立 上溝公民館 2階コミュニティ室  
●開催日時：3/22(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17(土) 13:30~16:00(小学生) 12/24(土) 13:30~16:00(小学生) 1/7(土) 13:30~16:00(小学生) 1/14(土) 13:30~16:00(小学生) 1/21(土) 13:30~16:00(小学生) 1/28(土) 13:30~16:00(小学生) 2/4(土) 13:30~16:00(小学生) 2/11(土) 13:30~16:00(小学生) 2/18(土) 13:30~16:00(小学生) 2/25(土) 13:30~16:00(小学生) 3/4(土) 13:30~16:00(小学生) 3/11(土) 13:30~16:00(小学生) 3/18(土) 13:30~16:00(小学生) 3/25(土) 13:30~16:00(小学生) 4/1(土) 13:30~16:00(小学生) 4/8(土) 13:30~16:00(小学生) 4/15(土) 13:30~16:00(小学生) 4/22(土) 13:30~16:00(小学生) 4/29(土) 13:30~16:00(小学生) 5/6(土) 13:30~16:00(小学生) 5/13(土) 13:30~16:00(小学生) 5/20(土) 13:30~16:00(小学生) 5/27(土) 13:30~16:00(小学生) 6/3(土) 13:30~16:00(小学生) 6/10(土) 13:30~16:00(小学生) 6/17(土) 13:30~16:00(小学生) 6/24(土) 13:30~16:00(小学生) 7/1(土) 13:30~16:00(小学生) 7/8(土) 13:30~16:00(小学生) 7/15(土) 13:30~16:00(小学生) 7/22(土) 13:30~16:00(小学生) 7/29(土) 13:30~16:00(小学生) 8/5(土) 13:30~16:00(小学生) 8/12(土) 13:30~16:00(小学生) 8/19(土) 13:30~16:00(小学生) 8/26(土) 13:30~16:00(小学生) 9/2(土) 13:30~16:00(小学生) 9/9(土) 13:30~16:00(小学生) 9/16(土) 13:30~16:00(小学生) 9/23(土) 13:30~16:00(小学生) 9/30(土) 13:30~16:00(小学生) 10/7(土) 13:30~16:00(小学生) 10/14(土) 13:30~16:00(小学生) 10/21(土) 13:30~16:00(小学生) 10/28(土) 13:30~16:00(小学生) 11/4(土) 13:30~16:00(小学生) 11/11(土) 13:30~16:00(小学生) 11/18(土) 13:30~16:00(小学生) 11/25(土) 13:30~16:00(小学生) 12/2(土) 13:30~16:00(小学生) 12/9(土) 13:30~16:00(小学生) 12/16(土) 13:30~16:00(小学生) 12/23(土) 13:30~16:00(小学生) 12/30(土) 13:30~16:00(小学生) 1/6(土) 13:30~16:00(小学生) 1/13(土) 13:30~16:00(小学生) 1/20(土) 13:30~16:00(小学生) 1/27(土) 13:30~16:00(小学生) 2/3(土) 13:30~16:00(小学生) 2/10(土) 13:30~16:00(小学生) 2/17(土) 13:30~16:00(小学生) 2/24(土) 13:30~16:00(小学生) 3/2(土) 13:30~16:00(小学生) 3/9(土) 13:30~16:00(小学生) 3/16(土) 13:30~16:00(小学生) 3/23(土) 13:30~16:00(小学生) 3/30(土) 13:30~16:00(小学生) 4/6(土) 13:30~16:00(小学生) 4/13(土) 13:30~16:00(小学生) 4/20(土) 13:30~16:00(小学生) 4/27(土) 13:30~16:00(小学生) 5/4(土) 13:30~16:00(小学生) 5/11(土) 13:30~16:00(小学生) 5/18(土) 13:30~16:00(小学生) 5/25(土) 13:30~16:00(小学生) 6/1(土) 13:30~16:00(小学生) 6/8(土) 13:30~16:00(小学生) 6/15(土) 13:30~16:00(小学生) 6/22(土) 13:30~16:00(小学生) 6/29(土) 13:30~16:00(小学生) 7/6(土) 13:30~16:00(小学生) 7/13(土) 13:30~16:00(小学生) 7/20(土) 13:30~16:00(小学生) 7/27(土) 13:30~16:00(小学生) 8/3(土) 13:30~16:00(小学生) 8/10(土) 13:30~16:00(小学生) 8/17(土) 13:30~16:00(小学生) 8/24(土) 13:30~16:00(小学生) 8/31(土) 13:30~16:00(小学生) 9/7(土) 13:30~16:00(小学生) 9/14(土) 13:30~16:00(小学生) 9/21(土) 13:30~16:00(小学生) 9/28(土) 13:30~16:00(小学生) 10/5(土) 13:30~16:00(小学生) 10/12(土) 13:30~16:00(小学生) 10/19(土) 13:30~16:00(小学生) 10/26(土) 13:30~16:00(小学生) 11/2(土) 13:30~16:00(小学生) 11/9(土) 13:30~16:00(小学生) 11/16(土) 13:30~16:00(小学生) 11/23(土) 13:30~16:00(小学生) 11/30(土) 13:30~16:00(小学生) 12/7(土) 13:30~16:00(小学生) 12/14(土) 13:30~16:00(小学生) 12/21(土) 13:30~16:00(小学生) 12/28(土) 13:30~16:00(小学生) 1/4(土) 13:30~16:00(小学生) 1/11(土) 13:30~16:00(小学生) 1/18(土) 13:30~16:00(小学生) 1/25(土) 13:30~16:00(小学生) 2/1(土) 13:30~16:00(小学生) 2/8(土) 13:30~16:00(小学生) 2/15(土) 13:30~16:00(小学生) 2/22(土) 13:30~16:00(小学生) 2/29(土) 13:30~16:00(小学生) 3/6(土) 13:30~16:00(小学生) 3/13(土) 13:30~16:00(小学生) 3/20(土) 13:30~16:00(小学生) 3/27(土) 13:30~16:00(小学生) 4/3(土) 13:30~16:00(小学生) 4/10(土) 13:30~16:00(小学生) 4/17(土) 13:30~16:00(小学生) 4/24(土) 13:30~16:00(小学生) 5/1(土) 13:30~16:00(小学生) 5/8(土) 13:30~16:00(小学生) 5/15(土) 13:30~16:00(小学生) 5/22(土) 13:30~16:00(小学生) 5/29(土) 13:30~16:00(小学生) 6/5(土) 13:30~16:00(小学生) 6/12(土) 13:30~16:00(小学生) 6/19(土) 13:30~16:00(小学生) 6/26(土) 13:30~16:00(小学生) 7/3(土) 13:30~16:00(小学生) 7/10(土) 13:30~16:00(小学生) 7/17(土) 13:30~16:00(小学生) 7/24(土) 13:30~16:00(小学生) 7/31(土) 13:30~16:00(小学生) 8/7(土) 13:30~16:00(小学生) 8/14(土) 13:30~16:00(小学生) 8/21(土) 13:30~16:00(小学生) 8/28(土) 13:30~16:00(小学生) 9/4(土) 13:30~16:00(小学生) 9/11(土) 13:30~16:00(小学生) 9/18(土) 13:30~16:00(小学生) 9/25(土) 13:30~16:00(小学生) 10/2(土) 13:30~16:00(小学生) 10/9(土) 13:30~16:00(小学生) 10/16(土) 13:30~16:00(小学生) 10/23(土) 13:30~16:00(小学生) 10/30(土) 13:30~16:00(小学生) 11/6(土) 13:30~16:00(小学生) 11/13(土) 13:30~16:00(小学生) 11/20(土) 13:30~16:00(小学生) 11/27(土) 13:30~16:00(小学生) 12/4(土) 13:30~16:00(小学生) 12/11(土) 13:30~16:00(小学生) 12/18(土) 13:30~16:00(小学生) 12/25(土) 13:30~16:00(小学生) 1/1(土) 13:30~16:00(小学生) 1/8(土) 13:30~16:00(小学生) 1/15(土) 13:30~16:00(小学生) 1/22(土) 13:30~16:00(小学生) 1/29(土) 13:30~16:00(小学生) 2/5(土) 13:30~16:00(小学生) 2/12(土) 13:30~16:00(小学生) 2/19(土) 13:30~16:00(小学生) 2/26(土) 13:30~16:00(小学生) 3/5(土) 13:30~16:00(小学生) 3/12(土) 13:30~16:00(小学生) 3/19(土) 13:30~16:00(小学生) 3/26(土) 13:30~16:00(小学生) 4/2(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17(土) 13:30~16:00(小学生) 12/24(土) 13:30~16:00(小学生) 1/1(土) 13:30~16:00(小学生) 1/8(土) 13:30~16:00(小学生) 1/15(土) 13:30~16:00(小学生) 1/22(土) 13:30~16:00(小学生) 1/29(土) 13:30~16:00(小学生) 2/5(土) 13:30~16:00(小学生) 2/12(土) 13:30~16:00(小学生) 2/19(土) 13:30~16:00(小学生) 2/26(土) 13:30~16:00(小学生) 3/5(土) 13:30~16:00(小学生) 3/12(土) 13:30~16:00(小学生) 3/19(土) 13:30~16:00(小学生) 3/26(土) 13:30~16:00(小学生) 4/2(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17(土) 13:30~16:00(小学生) 12/24(土) 13:30~16:00(小学生) 1/1(土) 13:30~16:00(小学生) 1/8(土) 13:30~16:00(小学生) 1/15(土) 13:30~16:00(小学生) 1/22(土) 13:30~16:00(小学生) 1/29(土) 13:30~16:00(小学生) 2/5(土) 13:30~16:00(小学生) 2/12(土) 13:30~16:00(小学生) 2/19(土) 13:30~16:00(小学生) 2/26(土) 13:30~16:00(小学生) 3/5(土) 13:30~16:00(小学生) 3/12(土) 13:30~16:00(小学生) 3/19(土) 13:30~16:00(小学生) 3/26(土) 13:30~16:00(小学生) 4/2(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17(土) 13:30~16:00(小学生) 12/24(土) 13:30~16:00(小学生) 1/1(土) 13:30~16:00(小学生) 1/8(土) 13:30~16:00(小学生) 1/15(土) 13:30~16:00(小学生) 1/22(土) 13:30~16:00(小学生) 1/29(土) 13:30~16:00(小学生) 2/5(土) 13:30~16:00(小学生) 2/12(土) 13:30~16:00(小学生) 2/19(土) 13:30~16:00(小学生) 2/26(土) 13:30~16:00(小学生) 3/5(土) 13:30~16:00(小学生) 3/12(土) 13:30~16:00(小学生) 3/19(土) 13:30~16:00(小学生) 3/26(土) 13:30~16:00(小学生) 4/2(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17(土) 13:30~16:00(小学生) 12/24(土) 13:30~16:00(小学生) 1/1(土) 13:30~16:00(小学生) 1/8(土) 13:30~16:00(小学生) 1/15(土) 13:30~16:00(小学生) 1/22(土) 13:30~16:00(小学生) 1/29(土) 13:30~16:00(小学生) 2/5(土) 13:30~16:00(小学生) 2/12(土) 13:30~16:00(小学生) 2/19(土) 13:30~16:00(小学生) 2/26(土) 13:30~16:00(小学生) 3/5(土) 13:30~16:00(小学生) 3/12(土) 13:30~16:00(小学生) 3/19(土) 13:30~16:00(小学生) 3/26(土) 13:30~16:00(小学生) 4/2(土) 13:30~16:00(小学生) 4/9(土) 13:30~16:00(小学生) 4/16(土) 13:30~16:00(小学生) 4/23(土) 13:30~16:00(小学生) 4/30(土) 13:30~16:00(小学生) 5/7(土) 13:30~16:00(小学生) 5/14(土) 13:30~16:00(小学生) 5/21(土) 13:30~16:00(小学生) 5/28(土) 13:30~16:00(小学生) 6/4(土) 13:30~16:00(小学生) 6/11(土) 13:30~16:00(小学生) 6/18(土) 13:30~16:00(小学生) 6/25(土) 13:30~16:00(小学生) 7/2(土) 13:30~16:00(小学生) 7/9(土) 13:30~16:00(小学生) 7/16(土) 13:30~16:00(小学生) 7/23(土) 13:30~16:00(小学生) 7/30(土) 13:30~16:00(小学生) 8/6(土) 13:30~16:00(小学生) 8/13(土) 13:30~16:00(小学生) 8/20(土) 13:30~16:00(小学生) 8/27(土) 13:30~16:00(小学生) 9/3(土) 13:30~16:00(小学生) 9/10(土) 13:30~16:00(小学生) 9/17(土) 13:30~16:00(小学生) 9/24(土) 13:30~16:00(小学生) 10/1(土) 13:30~16:00(小学生) 10/8(土) 13:30~16:00(小学生) 10/15(土) 13:30~16:00(小学生) 10/22(土) 13:30~16:00(小学生) 10/29(土) 13:30~16:00(小学生) 11/5(土) 13:30~16:00(小学生) 11/12(土) 13:30~16:00(小学生) 11/19(土) 13:30~16:00(小学生) 11/26(土) 13:30~16:00(小学生) 12/3(土) 13:30~16:00(小学生) 12/10(土) 13:30~16:00(小学生) 12/17

# 公民館 掲示板

●お問い合わせ・申し込み●  
上溝公民館 ☎042-761-2288

※窓口での受付時間は、午前9時～午後5時まで  
(正午～午後1時、月曜日と祝日の翌日を除く)

## 令和7年度 上溝公民館年間事業予定 (9月～12月) ※令和8年1月以降の予定は12月の館報に掲載します。

月	学習・文化事業	体育事業	青少年事業	館報	その他
9	21(日) 9:30 「防災講座」 14(日) 12:45★ ★「オカリナの集い」		20(土) 10:00 「みぞっ子ランド」 13(土) 13:00★ ★「みんなのホットステーション ～地域とつながる居場所～⑦」	309号 9/1号	9～12月「高齢者学級」 5(金) 19:00 「公民館運営協議会」 ～9月「女性学級」
10		19(日) 8:45 「レクリエーション大会・ふるさとまつり」 26(日) 9:30 「ニュースポーツ講習会」 〈グラウンドゴルフ〉			
11	22(土) 10:00 「文学講座」 29(土) 10:00 「文学講座」	2(日) 7:45 「秋季ソフトボール大会」 9(日) 9:30 「グラウンドゴルフ大会」 23(日) 9:30 「ファミリーバドミントン・ ピククルボール体験会」	16(日) 午前 「料理教室」		7(金) 19:00 「公民館運営協議会」 13(木) ★「秋のウォーキング」
12		7(日) 8:45 「後期バレーボール大会」 14(日) 9:30 「ファミリーバドミントン・ ピククルボール体験会」	14(日) 「クリスマスのつどい」	310号 12/1号	6(土) 10:00 「年末大掃除」

※事業に関しては予定です。変更になる場合もあります。

★…共催事業 ☆…協力事業

### ～上溝公民館 運営協議会委員を公募しています～

公民館では、公民館利用者で公民館活動・運営に熱意のある方を募集します。

**応募資格** 上溝公民館区内在住で18歳以上の方  
※応募要件有

**任期** 令和7年6月1日から2年間

**募集人数** 3名程度(応募者の中から選考委員会を経て決定)

**応募期間** 随時募集中

**応募方法** 公民館窓口にて所定の申込書を入力し、窓口へ直接または郵送にて申込書を提出してください。

※応募要件等、詳しくは公民館へお問い合わせください。

### ～公民館の仲間を募集しています～

好奇心と向上心で公民館を活躍の場にできる方。

**【館報編集部員】** 今、お手元にある館報を作成します。

**【文化部員】** 公民館が実施する文化的事業を仲間と一緒に考え、企画運営します。

**【成人講座委員】** 地域の住民が主体となって、若者向けの講座を企画運営します。

※興味のある方は、公民館窓口にお問い合わせください。

### ～ファミリーバドミントン・ピククルボール～ 年間スケジュール

**講習会** 令和8年 1月11日(日)

**体験会** 令和7年11月23日(日)・令和7年12月14日(日)  
令和8年 2月 8日(日)

**開催時間** 各回とも午前9時30分開始

**会場** 上溝小学校体育館

**持ち物** 体育館履き、汗拭きタオル、飲み物

**申込み** 当日会場にて受付

### ～防災講座～

#### ゲームで学ぶ「災害体験」～「ココロ」の防災～

**開催日時** 9月21日(日) 午前9時30分～

**会場** 上溝公民館 大会議室

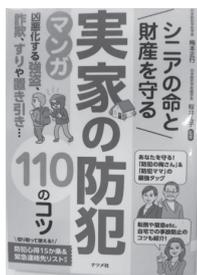
**申込み** 9月12日(金)まで 電話または窓口にて

### 【図書室コーナー】

#### 《図書室この1冊》

『シニアの命と財産を守る実家の防犯110のコツ』  
ナツメ社

近年、高齢者が犯罪や事故にあうケースが増えています。この本では高齢者やその家族に向けて、犯罪や事故の実態、防ぎ方を、マンガを取り入れてわかりやすく紹介しています。犯罪について正しく知り、家族や近所と日頃から交流をし、常に最新の情報を集める心構えをしていきましょう。高齢者だけでなく、若い方でも実践的で役に立つ防災の知識が詰まった一冊です。



(注) ○印の日はお休みです。

9月 第3月曜:敬老の日 23:秋分の日

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 第2月曜:スポーツの日

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 3:文化の日 23:勤労感謝の日

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

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	31			

### 編集後記

今年の梅雨時期は異常な暑さで、公民館の事業に参加された方も大変だったと思います。9月から楽しい事業が盛り沢山です。会場でお待ちしております。

〈鉄じいじ〉