

第 138 号

発行日 令和 8 年 9 月 15 日

発 行 相模原市立陽光台公民館

住 所 相模原市中央区陽光台 5-6-1

電 話 042-755-3451

陽光台の人口と世帯

(令和 8 年 7 月 1 日現在)

人 口 9,852 人

世帯数 4,801 世帯

陽光台
公民館
H.P.<https://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/youkoudai-k>

ようこうだい

圧巻！江ノ島水族館クラゲの世界！！



青少年部

7月22日(水) 青少

年部主催の「夏休み子
ども社会見学」新江ノ島水族館」が快晴の猛暑の中
で開催されました。小学4年生から6年生までの
39名が大型観光バスに乗って江
ノ島に向かい、午前10時に予定
どおり水族館に到着しました。水族館で手配していた「よく
見て発見これな〜んだ!？」と
いうクイズの用紙をもらい、水
族館職員の方から説明を受けて
入館しました。館内は冷房が効いており外と
は別世界の心地よさでした。江ノ島水族館で有名なクラゲ
ファンタジーホールでは世界有
数のクラゲ空間が広がり、幻想
的な癒しを受けました。タッチプールでは小型のサメ
などに直接触れることが出来、
魚を身近に感じることが出来ま
した。イルカショータイムでは水し
ぶきを飛ばしながらのイルカの
パフォーマンスを満喫しまし
た。午後3時30分頃に公民館に無
事到着し、解散式を行いました。子どもたちの元気な歓声や笑
顔を見ることが出来た楽しい一
日になりました。

イルカショータイム



子サメに直接触れます



別世界の心地良さ



ペタンク大会

6月7日(日) 光が丘公民館との共催で、体育部主催の「ペタンク大会」が並木小学校で開催されました。今にも雨が降り出しそうな梅雨空の中、28チームが参加し競技を楽しみました。

午後からは本降りの雨になってしまったため、急遽、光が丘公民館の大会議室で決勝戦となりましたが、最後まで白熱した試合が繰り広げられました。



狙いの一投



優勝：虹ヶ丘②チーム

優勝は陽光台公民館地区の「虹ヶ丘②チーム」。地域の枠を超え、交流を深められた一日でした。



映画鑑賞 「吾輩は保護犬である」

6月7日(日) 文化部主催の映画鑑賞「吾輩は保護犬である」&保護犬について講演事業がありました。

映画の内容は様々な問題を抱えた保護犬をトレーニングしている様子があり、ドキュメンタリー映画で難しい内容でしたが、子ども達を含め、皆さん真剣な表情で見たり、時々笑い声がおきたりして楽しそうでした。



皆さん、真剣に聞き入ります

一般社団法人「保護わん」の代表、巽祐一郎さんからは、今の活動の現状や大変さをお話していただきました。

犬を飼いたいと思っている方の選択肢に保護犬を入れてほしいという思いが伝わる講演でした。



豆腐シヨコラケーキ作り

7月4日(土) に文化部主催の「豆腐シヨコラケーキ・あんかけ焼きそば&えのき茸とわかめのスープ作り」が開催されました。定員18名で、講師は相模原市食生活改善推進団体わかな会の皆さんです。

「わかな会」は食生活を中心とした健康づくりを行うボランティア団体で、今回は減塩を目的とした料理です。

初めはシヨコラケーキとあんかけ焼きそば作りの同時進行です。手際よく分業されてどんどん進んでいきます。しばらくすると、ケーキの焼ける良いにおいがしてきました。いよいよ食事会となりました。



あんかけ焼きそばは塩分が少ない分、生麺を軽く焦がして麺の食感に変化をもたらせ、生姜の味が良く効いていました。スープはトマトといりごまがアクセント。豆腐シヨコラもチョコの香りに消されて豆腐の存在が分かりませんでした。

健康づくり料理は工夫次第ということが良く解りました。



子ども理科実験教室 「空気の不思議」

6月20日(土) に青少年部主催の「子ども理科実験教室 くうきのふしぎ! 空気の力を楽しく学んじやお〜!」が公民館大会議室で実施されました。

講師は神奈川理科サークルの門倉松雄さんです。小学3年生から6年生の子ども8名が参加しました。



CD ホバークラフト

子ども達の前には当日使うものを用意されていましたが、どれも身近にあるものばかりです。ストロー吹き矢、ストローふき玉、簡単ホバークラフト、CD ホバークラフト、ペットボトル空気砲、かき袋ロケットの順にはさみで切ったり、はりつけたりして作り、出来上がる毎に遊んで、空気の力を確かめました。

最後に門倉先生から「今日はどうでしたか」と質問され、子ども達は「面白かった!」と大きな声で答えていました。子ども達は自分で作ったおもちゃを持参した袋に入れて持ち帰りました。

文化部 ヨガ教室

8月16日、23日(日)に文化部主催の「ヨガ教室」が実施されました。

昨年度に引き続き、講師はヨガインストラクターの望月美香先生です。まずはゆっくりと手足を動かすところから始めますが、ゆっくりとした動きにもかかわらず、じんわりと



じんわりと体が熱くなってきます

体が熱くなってくるのを感じます。先生の言う通り、それぞれ無理をしない範囲で体の隅々まで動かし、参加された皆さんは集中しながらも、ゆったりとした時間を過ごすことができました。

体育部 スリッパ卓球大会

8月9日(日) 陽光台公民館大会 議室において、体育部主催の「スリッパ卓球大会」が開催されました。

立秋を過ぎたといっても未だに熱中症の対策が欠かせない中での開催でした。

大会は大人チームを抽選のうえ、3人1組の6チームと、子どもチ



ラリーは続く

ムに分け、それぞれ総当たり戦で行いました。大人チームは黄色チームが混戦を制しての優勝でした。

温泉街から始まったと言われるスリッパ卓球ですが、現在は全国的に普及していると言われています。通常の卓球ラケットよりもスリッパの方が低反発のため、ラリーが続きやすく楽しめるそうです。それでも初心者には難しいところもありましたが、猛暑が続く中、冷房の効いた会場で楽しいひと時を過ごしました。

優勝 大人の部



優勝 子どもの部



陽光台 いきいきウォーキング 花と緑の花菜ガーデン

6月23日(火)に陽光台地区健康づくり普及員協議会主催「陽光台いきいきウォーキング 花と緑の花菜ガーデン」が実施されました。

当日は、梅雨の曇り空の中、11名の参加者が上溝駅に集合しました。健康づくり普及員の方の説明を聞いて、いざ出発。



集合写真

相模線と東海道本線を乗り継ぎ、平塚駅からはバスで20分。ようやく目的地の神奈川県立花と緑のふれあいセンター花菜ガーデンに到着しました。園内は、とても広々としてい



尾根見の池 圧倒の睡蓮の群生

て、緑の芝生と周囲の山々のコントラストが見事でした。参加者は、尾根見の池では睡蓮の群生に圧倒され、フラワーズゾーンではアジサイと多くの種類のバラに目を奪われていました。昼食後には、センターフィールドの芝生で普及員さんと脳トレを兼ねたゲームで盛り上がりました。

参加された方からは、「手入れが行き届いていてよかった」「たくさん花が見られて満足しました」「脳トレの運動が楽しかった」などの感想が寄せられました。

お知らせ

※年間事業予定、各事業の詳細については、今後発行される公民館だよりやホームページをご覧ください。

《令和8年度 陽光台公民館 9月～12月事業予定》

☆健康づくり普及員事業

月	文化部	体育部	青少年部	広報部	事務局 その他
9	市立博物館&新プラネタリウム見学(6日)	ファミリーバドミントン大会(27日)		館報138号(15日)	はつらつ学級(9月～10月) 女性講座(9月)
10	文学講座 没後110年 夏目漱石の世界(17・31日)	アウトドア体験教室(10日)	子どもとうげい 体験教室(4日) 陽光台子どもまつり(25日)		利用団体協議会全体会(3日)
11	そば打ち体験教室(14日)	スローピッチソフトボール大会(8日)			専門部長会議(5日) ☆いきいきウォーキング(未定) 第2回運営協議会(12日)
12		パタンク大会(5日)	チャレンジスクール(未定)	館報139号(15日)	年末館内・外倉庫清掃(13日)

文化部事業

★文学講座 没後110年夏目漱石の世界★

日 時：R8年10月17日・31日(土)

午前10時～正午

場 所：大会議室 講 師：栗原一郎氏

内 容：漱石の生涯や作品について学びます

※詳細は館内ポスター、9/1号公民館だよりをご覧ください



★そば打ち体験教室★

日 時：R8年11月14日(土) 午前9時～午後1時

場 所：料理実習室

講 師：蕎麦打ちの会の皆さん

材料費：1,000円(予定)

持ち物：エプロン、三角巾、持ち帰り用のタッパー、飲料

定 員：15名(先着順)



青少年部事業

★子どもとうげい体験教室★

日 時：R8年10月4日(日) 午前10時～12時半

場 所：大会議室

参加費：1,000円

講 師：陶芸家 赤瀬圭子氏

対 象：陽光台小・光が丘小の4年生～6年生

持ち物：エプロン、手拭きタオル、雑巾、飲料



★陽光台子どもまつり★

日 時：R8年10月25日(日) 午前10時～

場 所：陽光台公民館全館

子どもまつり実行委員のみんなが楽しい企画を考えています!

※詳細は館内ポスター、10/1号公民館だよりをご覧ください。



体育部事業

★アウトドア体験教室★

日 時：R8年10月10日(土) 午前9時～午後1時頃

場 所：ふれあい広場

持ち物：飲料、タオル、帽子、軍手、プラ皿、スプーン、汁用おわん、箸

対 象：小学1年生～中学3年生：100円 高校1年生～：300円

協 力：ボーイスカウト神奈川連盟相模原第11団

※火起こし、飯盒炊飯、豚汁などを作ります!

★ファミリーバドミントン大会★

日 時：R8年9月27日(日) 午前9時～午後3時

場 所：和泉短期大学体育館

持ち物：室内用運動靴、タオル、飲み物、昼食

★スローピッチソフトボール大会★

日 時：R8年11月8日(日) 午前9時～午後3時

場 所：下溝古山スポーツ広場

申 込：メンバー登録は10名以上20名まで



年末館内・外倉庫清掃(ご協力お願いします)

日 時：R8年12月13日(日) 午前9時～11時



◆図書室開室時間◆10時～17時口は図書室休室および印刷機使用できません。

■は公民館休館日です。※毎月第2木曜日は図書整理日です。

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

数年前に百円均一の店でイオナタという名のエアープランツを購入した。暇な毎日、枯れぬように霧吹きをかけていただけだったのだが、今年の梅雨入りの頃、初めて花が咲いた。とても驚いた。平凡な日常、こんな些細な出来事が生活に潤いを持たせてくれる。嬉しかった。

(W)

編集後記

