

## ～認知症サポーター養成講座開催のお知らせ～

参加  
無料

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になりませんか？

日時：令和7年 3月11日（火） 10時00分～11時30分

場所：相原地域包括支援センター 交流スペース

講師：相原地域包括支援センター 職員

内容：認知症の症状とは、認知症の人と接するときの心構えなど

定員：10名（申し込み先着順）



## 家族介護教室 あいはらいきいき教室（前期）

参加  
無料

介護や健康に役立ち、暮らしを充実させるテーマで3回コースの講座を行います。

	日にち	講座内容（3回コース）	講師
第1回	4/23（水）	口腔ケア教室	ひまわり歯科クリニック 歯科衛生士
第2回	5/28（水）	認知症予防講座	つばさクリニック相模原 医師
第3回	6/25（水）	安心ライフを支えるコツ	栄訪問看護ステーション 看護師

時間：10時00分～11時30分（全3回） ※日程やテーマは変更となる場合があります。

場所：相原公民館 1階 大会議室（全3回） じょいふるあいはら4月号でもご案内いたします。

定員：30名（申し込み先着順）

※この事業は相模原市からの委託を受けて実施しています。

## 地域づくり部会便り ～地域ケア会議地域づくり部会からのお知らせ～

あいはら・はしもと・みやかみ  
橋本地区

わんわんウォーキング  
deパトロール

登録者募集！

健康に大切な運動・役割・交流の各要素があるペット犬の散歩を兼ねた地域の“ながら見守り”を通じ、介護予防・認知症予防と安心・安全な地域づくりをすすめることを目的に、共通のバンダナをワンちゃんに携行いただき、少しだけ周りに気を配りながらお散歩頂く取組です。

飼い主の皆さん、是非ご登録をお願い致します！

■対象：概ね50歳代以上で犬を飼われている方

■内容：登録書をご提出頂いた方にオリジナルのオレンジ色のバンダナを差し上げます

※パトロールは自己責任の範囲で行って頂きます。

【問い合わせ】相模原市社会福祉協議会 緑区事務所（緑区合同庁舎2階）

☎042(775)8601（平日9時～12時・13時～17時）の間



紙面についての申し込み・問い合わせは相原地域包括支援センターまで  
TEL042-703-5088 月～土（日・祝休み）8：30～17：30

相原地域包括支援センター通信「JOYふるあいはら」 令和7年2月号

JOY じょいふる  
あいはら 2月・3月

相原地域包括支援センター

相模原市緑区二本松3-4-7

電話：042-703-5088 FAX：042-703-5089

偶数月発行 Vol.65

aihara0401@citrus.ocn.ne.jp

## ～消費生活総合センターからのお知らせ～

実在する事業者をかたい未納料金を請求する詐欺に注意！

### 相談事例

大手通信会社グループの事業者を名乗り「1年間電話料金が未払いになっている。支払わなければ法的手続きを取る。守秘義務があるので誰にも話さないように」と電話があった。コンビニで電子マネーを購入するように言われ、店員に聞かれた場合は「自分で使う」と答えるよう指示され、30万円分の電子マネーを購入し番号を教えた。翌日も電話があり、5万円分の電子マネーを購入し番号を教えた。その後も追加で50万円分購入するようにと電話があり、おかしいと思った。（80代）



### アドバイス

●コンビニ等で電子マネーを購入するよう指示し、番号を教えさせる方法はすべて詐欺です。

●実在する事業者を名乗り、身に覚えのない未納料金を請求される電話があっても、言われるがまま支払ってはいけません。知らない番号や非通知からの電話は「出ない」「話を聞かない」「かけ直さない」ようにしましょう。



困ったときは、消費者ホットライン（局番なし）☎188にご相談ください。

## あなたを狙う悪質商法 ～こんな商法にご用心 高齢者編～

高齢者によくある消費トラブルや訪問販売等の被害に遭わないための心得をお話します。

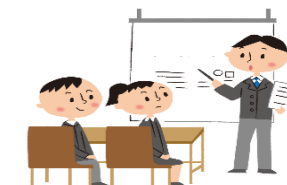
参加  
無料

日時：令和7年3月5日（水）10時～11時30分

場所：相原公民館 1階 大会議室

講師：相模原市消費生活総合センター 消費生活相談員

定員：30名（申し込み先着順）



# 2月 今月の予定 3月

日	曜	行事	開始時間
1	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
2	日		
3	月	ジョイフル歌唱会（会員制） ご近所体操ななかまど 相原包括 ななかまど	13時半～ 14時～
4	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
5	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
6	木		
7	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
8	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
9	日		
10	月	あいあいサロン（会員制） 相原包括	14時～
11	火		
12	水	ご近所太極拳 相原八幡宮横	10時～
13	木	木曜会（会員制） かまどカフェ 相原包括 ななかまど	10時～ 11時半～
14	金		
15	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
16	日		
17	月	あいあいサロン（会員制） 相原包括	14時～
18	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
19	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
20	木		
21	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
22	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
23	日		
24	月		
25	火	ご近所体操田通 田通公園	9時～
26	水		
27	木	じょいふるオレンジカフェ （認知症カフェ） 相原包括	10時～
28	金		

日	曜	行事	開始時間
1	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
2	日		
3	月	ジョイフル歌唱会（会員制） ご近所体操ななかまど 相原包括 ななかまど	13時半～ 14時～
4	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
5	水	ご近所体操はっぴー あなたを狙う悪質商法 講演会 窪ノ淵公園 相原公民館	10時～ 10時～
6	木	ご近所体操二本松 二本松公園	10時～
7	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
8	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
9	日		
10	月	あいあいサロン（会員制） 相原包括	14時～
11	火	ご近所体操田通 認知症サポーター養成講座 田通公園 相原包括	9時～ 10時～
12	水	ご近所太極拳 相原八幡宮横	10時～
13	木	木曜会（会員制） かまどカフェ 相原包括 ななかまど	10時～ 11時半～
14	金	ご近所体操元木 元木公園	10時～
15	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
16	日		
17	月		
18	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
19	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
20	木	ご近所体操二本松 二本松公園	10時～
21	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
22	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
23	日		
24	月	ご近所体操そよ風 あいあいサロン（会員制） GHそよ風 相原包括	10時半～ 14時～
25	火	ご近所体操田通 田通公園	9時～
26	水		
27	木	じょいふるオレンジカフェ （認知症カフェ） 相原包括	10時～
28	金	ご近所体操元木 元木公園	10時～
29	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
30	日		
31	月		

2月のご近所体操二本松公園・元木公園は  
お休みです



## ご近所体操で楽しく体を動かしましょう！



自由参加のため保険未加入となりますので、転倒によるケガ等は各自自己責任となります。  
雨天・荒天中止です。お気軽にご参加ください。脱水防止のため飲み物をお持ちください。

### ご近所体操ななかまど

ななかまど駐車場（二本松3-8-15）

日時：毎月第1月曜 14：00～



### ご近所体操そよ風

あいほらグループホームそよ風（相原4-24-8）

日時：毎月第4月曜 10：30～

### ご近所体操シオン 相原児童遊園（二本松4-8）

日時：毎月第1・第3火曜 10：00～

### ご近所体操 田通公園（相原3-13）

日時：毎月第2・第4火曜 9：00～

### ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園（二本松1-28）

日時：毎月第1・第3水曜 10：00～

### ご近所体操 上松並公園（二本松2-31）

日時：毎月第1・第3金曜 10：00～

### ご近所体操 二本松公園（二本松4-16）

日時：毎月第1・第3木曜 10：00～

### ご近所太極拳 相原八幡宮横（相原6-5）

日時：毎月第2水曜 10：00～11：00

※2月はお休みです

### ご近所体操 元木公園（橋本8-21）

日時：毎月第2・第4金曜 10：00～

### 【百歳体操】

相原病院、相原地域包括支援センター、当麻田自治会館、相原公民館などで実施しています。申込制のため詳しくはお問い合わせください。

## 相原KIZUNAパーキング ご協力者募集中です

医療・介護従事者が駐車場のないお宅への訪問時などに日中空いている駐車場を無料でお貸し頂ける個人宅、施設、商店などを募集しております。時間は1時間程度、曜日限定でも構いません。「使用時間帯」「事業所連絡先」を表示の上、駐車させていただきます。

## 出前講座やります！

- ☆介護保険制度について
- ☆相模原市在宅福祉サービスについて
- ☆介護予防について  
（体操、脳トレ、レクリエーションなど…）
- ☆認知症サポーター養成講座
- ☆その他相談に応じます！

## ボランティアさん募集中！

買い物に行けない高齢者の方の代行をしたり、一緒に散歩をしたり、認知症の方の見守り声掛け訪問をしてくれるボランティアさんを募集しています。詳細は、相原地域包括支援センターにお問い合わせください。

発行：相原地域包括支援センター 住所：相模原市緑区二本松3-4-7  
月～土（日・祝休み）8：30～17：30

電話：042-703-5088 FAX：042-703-5089