

相原地域包括支援センターからのお知らせ

家族介護教室 あいはらいきいき教室（後期）

	日にち	講座内容	講師
第1回	9/24(水)	ピアノ・フルート・ハーモニカ演奏会	小林音楽教室
第2回	10/22(水)	安心の終活講座	行政書士佐藤勝己事務所
第3回	11/26(水)	上手な老人ホームの探し方勉強会	ケアミックス株式会社

時間：10時00分～11時30分（全3回）

場所：相原公民館 1階 大会議室

対象：相原公民館区に在住の方

定員：30名（申し込み先着順） ※定員に満たない場合は途中からの参加も可能です



参加無料

もっと気軽に野菜を食べよう！

地域介護予防教室

基本の味噌玉づくり講座

～お湯にサッと溶かすだけで本格的な味が楽しめる味噌玉！

好みの具材で味も栄養も満点です！～

日時：10月2日（木） 10時00分～12時00分

場所：相原公民館 2階 調理実習室（相原4-14-12）

講師：武内真理氏（管理栄養士） 持ち物：エプロン・マスク・持ち帰り用容器 費用：200円（食材費）



みんなでウォーキングを始めよう！（3回コース）

地域介護予防教室

日にち：①10/8(水)②10/15(水)③10/22(水) 全3回コース

時間：10時00分～11時30分

場所：相原地域包括支援センター（二本松3-4-7）

講師：小曾根龍一先生（理学療法士）

対象：相原公民館区に在住の方

定員：12名（申し込み先着順）

※全3回コースの教室となります。極力全日程のご参加をお願いいたします。

正しい姿勢を心がけ、皆で一緒に取り組みましょう！



参加無料

地域ケア会議地域づくり部会からのお知らせ

移動販売好評です！

日時 毎週水曜日 14:20～14:40の間

※祝日・小雨決行（20分程度）

場所 相原当麻田自治会館前

※お買い物出張料として、1品あたり10円（税別）がかかります。

【お問合せ】

相原地区地域ケア会議地域づくり部会 事務局

相原地域包括支援センター ☎042-703-5088

相模原市社会福祉協議会 緑区事務所 ☎042-775-8601

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8月号

JOY じょいふる あいはら 8月・9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.68

aihara0401@citrus.ocn.ne.jp



～9月は認知症月間です～

認知症についての関心と理解をより深めていただくことを目的に、9月が「認知症月間」、9月21日が「認知症の日」と定められました。認知症支援のシンボルカラーはオレンジ色です。オレンジ色には明るさや苦痛を和らげるという意味が含まれ、人々の支えあいを表現した色です。9月の認知症月間に合わせて、今年度は相原地区のグループホームにご協力をいただき、相原地域包括支援センターの交流スペースで作品の展示を行います。どなたでもご覧になれますのでお気軽にお越しください。

作品展示期間 9月1日～9月30日

【ご協力施設】 ななかまど（二本松3-8-15）

シオン相模原（二本松4-8-7）

花物語さがみ北（相原3-7-39）

あいはらグループホームそよ風（相原4-24-8）



ぜひお立ち寄りください！

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症のある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：9月26日（金） 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）



参加無料

物忘れ簡易スクリーニング機器

認知機能の状態などをチェックできるスクリーニング機器（タッチパネル式）を常設しています。

自身の状態への気づきから認知症に対する理解、認知症に備えるための

きっかけづくりにご活用ください。当地域包括へお気軽にお立ち寄りください。



8月 今月の予定 9月

日	曜	行事	開始時間
1	金		
2	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
3	日		
4	月		
5	火		
6	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
7	木		
8	金		
9	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
10	日		
11	月		
12	火		
13	水	ご近所太極拳 相原八幡宮横	9時～
14	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～
15	金		
16	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
17	日		
18	月	あいあいサロン（会員制） 相原包括	14時～
19	火		
20	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
21	木		
22	金		
23	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
24	日		
25	月	あいあいサロン（会員制） 相原包括	14時～
26	火		
27	水		
28	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～
29	金		
30	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
31	日		

日	曜	行事	開始時間
1	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～
2	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
3	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
4	木	ご近所体操二本松 二本松公園	10時～
5	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
6	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
7	日		
8	月	ご近所体操さくら あいあいサロン（会員制） 二本松さくら公園 相原包括	10時～ 14時～
9	火	ご近所体操田通 田通公園	9時～
10	水	ご近所太極拳 相原八幡宮横	9時～
11	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～
12	金	ご近所体操元木 元木公園	10時～
13	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
14	日		
15	月		
16	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
17	水	ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	10時～
18	木	ご近所体操二本松 二本松公園	10時～
19	金	ご近所体操上松並 上松並公園	10時～
20	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
21	日		
22	月	ご近所体操さくら あいあいサロン（会員制） 二本松さくら公園 相原包括	10時～ 14時～
23	火		
24	水	あいはいいきいき教室（申込制） 相原公民館	10時～
25	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～
26	金	ご近所体操元木 認知症サポーター養成講座 元木公園 相原包括	10時～ 10時～
27	土	いきいき百歳体操 相原包括 相原病院	10時～ 13時～
28	日		
29	月		
30	火		

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。熱中症予防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～



※8月はお休みです

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～

※休止中です

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～

※8月はお休みです

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～

※8月はお休みです

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～

※8月はお休みです

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～

※8月はお休みです

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～

※8月はお休みです

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

※7～9月は9：00からです

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～

※8月はお休みです

ご近所体操さくら公園（二本松3-17）

日時：毎月第2・第4月曜 10：00～

※8月はお休みです

【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。



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。
相原kizunaパーキングも募集中！
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

8月は暑さのため、ご近所体操等の屋外活動が中止になる可能性が高いです。
その他実施事業につきましても、水分補給を行い、熱中症には十分注意してご来所ください。