

わくわく

7

相模原市立東林ふれあいセンター

No.4 | 2022

人生 100 年時代を
わくわく
しながら生きる



いて座 提供：ギャラクシティまるちたいけんドーム

topics ||

- 特集記事「この夏は！星空をみんなで楽しもう」
- 7月からのイベント紹介

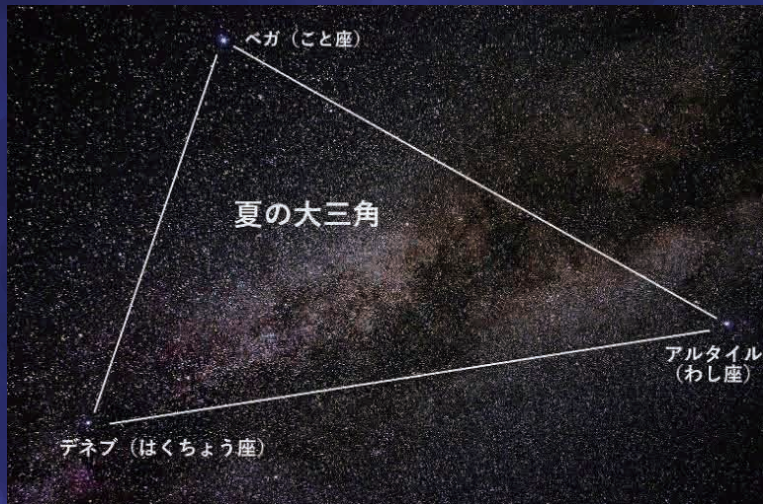
この夏は!

星空をみんなで楽しもう

★ 8月1日から8月7日までの一週間は「スター・ウィーク～星に親しむ週間～」です。★

8月上旬は夏休みにも入り、全国的に梅雨が明けて天候も安定する頃です。

昼間は暑い日が続きますが夜になると少し涼しく、星空を気軽に観察するにはとても適した時期です。



この頃、夜の9時くらいになると頭の真上には、こと座のベガ、わし座のアルタイル、はくちょう座のデネブの三つの一等星を結んだ、有名な夏の三大角が見えます。

また、南の空の低いところには赤く輝く星、アンタレスのあるさそり座も見ることが出来ます。

空の暗いところに行くとさそり座の東隣には「さそり」を狙っているいて座。そこに六つの星がひしゃくのように並んだ南斗六星を見つける事ができます。そして、さそり座からいて座、さらにわし座を通ってはくちょう座へとぼんやり雲のように続いている天の川も見えるかもしれません。

画像・文章 提供：ギャラクシティまるちたいけんドーム

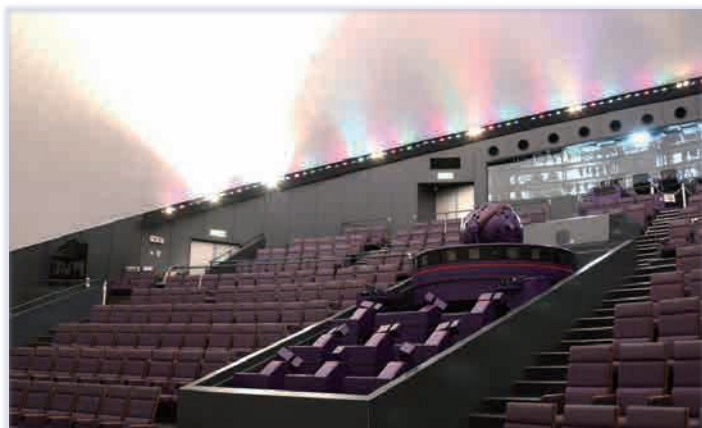
相模大野周辺で、星や宇宙を楽しく学ぼう



JAXA 相模原キャンパス 宇宙科学探査交流棟

JAXA 相模原キャンパスは最先端の宇宙科学研究を支えている宇宙科学研究所の本拠地です。宇宙の謎を探り、新たな可能性を切りひらくために、さまざまな宇宙科学ミッションが生み出され、国内外の大学や研究機関、企業などとも力を合わせて研究が進められています。キャンパス内にある「宇宙科学探査交流棟」はどなたでも見学できる施設で、実物大のロケットや探査機など、研究所ならではの展示があります。

【お問い合わせ】 開館日・開館時間などはホームページでご確認ください。
宇宙科学探査交流棟 <https://www.isas.jaxa.jp/visit/>



相模原市立博物館

相模原市中央区にある「森の中の博物館」。相模原の歴史や自然を扱う展示室のほか、「宇宙とつながる」がテーマの天文展示室、JAXA 連携企画展「相模原と月 vol. 2」を8月28日まで開催中の特別展示室があります。館内には県内最大級の直径23mドームのプラネタリウム(有料)も。全編生解説のプラネタリウム番組や「こどもプラネタリウム」のほか、ドームいっぱいの迫力ある映像を楽しめる「全天周映画」の上映等を行っています。

【お問い合わせ】 住所：相模原市中央区高根3-1-15
TEL：042-750-8030

講座・イベント情報



7/20 (水) から
事前受付

星を見る会

8/5 (金) 19:00 ~ 21:00

夏休み、望遠鏡を使って星を見てみよう!
現役プラネタリウム解説員から、月と夏の星座や天体のお話もあります。
※雨天時は屋内で、夏の星座や天体の解説をします。

対象 どなたでも (中学生以下は保護者同伴) **参加費** 無料
定員 15組 (先着順) **会場** 1階 ふれあい交流室1・2、林間公園
講師 ギャラクシティ まるちたいけんドーム プラネタリウム解説員



当日受付

東林おはなし会

7/24 (日)
10:30 ~ 12:00

季節に合わせた絵本の読み聞かせや、工作を親子で一緒に楽しもう。

対象 3~5歳のお子さまと保護者
参加費 無料
定員 15組 (先着順)
会場 1階 ふれあい交流室1・2
講師 東林ふれあいセンター職員



全4回

7/20 (水) から
事前受付

リフレッシュヨガ【8月】

8/6・13・20・27 毎(土)
18:45 ~ 19:45 (入場 18:30)

夜の時間を充実させよう!
ヨガで楽しくリフレッシュしませんか♪

対象 18歳以上 **参加費** 2,800円
定員 20名 (先着順)
持ち物 ヨガマット (無い方は貸出可)、運動しやすい服装
会場 2階 多目的室2・3
講師 岡山 佐和子



全6回

7/5 (火) から
事前受付

イスに座ってゆったり体操 はつらつ教室【2期】

8/3・10・17・24・31、9/7
毎(水)
10:30 ~ 11:30

椅子に座ったまま、運動機能・
筋力向上トレーニングをしましょう。

おおむね
対象 65歳以上 **参加費** 3,000円
定員 15名 (先着順)
持ち物 室内シューズ、タオル
会場 2階 多目的室1
講師 一般社団法人 コーチングバリュー協会



全6回

7/5 (火) から
事前受付

ヘルシーエクササイズ 【2期】

8/3・10・17・24・31、9/7
毎(水)
13:00 ~ 14:30

脳トレを取り入れた運動や
リズム体操など、楽しく運動しましょう。

おおむね
対象 65歳以上 **参加費** 4,200円
定員 20名 (先着順)
持ち物 室内シューズ、タオル
会場 2階 多目的室2・3
講師 一般社団法人 コーチングバリュー協会

※各講座の詳細は、
東林ふれあいセンターまで
お問い合わせください。

※予告なく、講座の内容変更
または開催延期・中止と
なる場合もございます。

お申し込み・お問い合わせ

相模原市立東林ふれあいセンター 〒252-0311 相模原市南区東林間1-22-17
[TEL] 042-745-7660 [FAX] 042-745-7661

事前受付方法

窓口もしくは電話にて受付

※定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります。

7月 イベントカレンダー



事前受付

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|----------------------|---------------|------------------------------|--|-----|---------------|------------------|
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 |
| 3 ● 七夕飾りつけ | 4 ● 脳トレ体操 | 5 | 6 ● ちぎり絵 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ | 7 | 8 ● 健康太極拳 | 9 |
| 10 | 11 休所日 | 12 ● キューピーの「楽しく食べて健康に」講演会 | 13 ● ちぎり絵 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ | 14 | 15 | 16 ● リフレッシュヨガ |
| 17 ● 夏の緑を楽しむ 苔玉作り | 18 ● 脳トレ体操 | 19 | 20 ● ちぎり絵 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ | 21 | 22 ● 健康太極拳 | 23 ● リフレッシュヨガ |
| 24 ● おはなし会 | 25 ● 脳トレ体操 | 26 | 27 ● ちぎり絵 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

講座の詳細については、ホームページまたは窓口・電話にてお問い合わせください。

わくわく 2022年7月号

2022年7月1日発行



発行 相模原市立東林ふれあいセンター

住所：〒252-0311 相模原市南区東林間 1-22-17

電話：042-745-7660

FAX：042-745-7661

HP：<https://www.torinofureaicenter.com/>

開館時間：午前9時～午後10時（受付は午後5時まで）

休所日：7月・11月・3月の第2月曜日

年末年始（12月29日から1月3日まで）ほか

指定管理者 ヤオキン商事株式会社

電車からのアクセス



小田急江ノ島線「東林間駅」から徒歩12分

小田急小田原線「相模大野駅」から徒歩17分

「小田急相模原駅」から徒歩13分

バスからのアクセス



神奈川中央交通「旭町」バス停下車徒歩6分

公式ホームページはこちら



公式 SNS にて 情報発信中!!



Twitter



Instagram