

人生 100 年時代を
わくわく
しながら生きる

東林ふれあいセンターの 夏休み なっやすみ



※画像はイメージです。

topics ||

- 特集記事「東林ふれあいセンター 夏休み特集」
- 連載コーナー「どうりん倶楽部」センター活動団体紹介
- 7月以降のイベント紹介

東林ふれあいセンターの 夏休み なっやすみ

今年の夏はふれあいセンターで、みんな一緒に
昆虫・ガラス工作・星空観測を楽しもう♪



事前申込

ガラスでつくる夏のアートフレーム

夏をテーマに、ガラス作品をつくろう

日時 7/21 (日) 10:00 ~ 12:00
対象 小学生以上 (小学1・2年生は保護者同伴)
定員 12名
費用 2,500円
申込 7/5 (金) から受付開始

事前申込

東林カブトムシ教室

カブトムシの生態、飼育・採集を学ぼう

日時 8/2 (金) 14:00 ~ 15:30
対象 小学生以下 (保護者同伴可)
定員 20組
費用 500円
申込 7/5 (金) から受付開始

事前申込

星を見る会

夏の星空を望遠鏡で観察しよう

日時 8/9 (金) 19:00 ~ 20:00
対象 どなたでも (中学生以下は保護者同伴)
定員 15組
費用 無料
申込 7/5 (金) から受付開始

展示

とうりん生き物調査隊

昆虫のペーパークラフト配布してるよ!

展示期間
8/1 (木) ~ 8/31 (土)

センター近くの生き物や植物について
みんなで調べてみよう

当日受付

東林おはなし会

日時 7/28、8/25 各 (日)
15:00 ~ 16:00

季節に合わせた絵本の読み聞かせと工作
を一緒に楽しもう

当日受付

おもちゃ・絵本とりかえっこ

まずはポイントカードをつくらう!

おもちや 絵本 とりかえっこ
ポイントカード

日時 毎週日曜日 13:00 ~ 17:00

使わなくなったおもちゃ、絵本を
ポイントに加えて、たまったポイントで
好きなおもちゃや絵本と交換しよう

夏休み期間の交流室の利用について

7/20 (土) ~ 8/26 (月) の期間中は
「勉強したい」「宿題しよう」「本を読みたい」
などの自習や、休憩スペースとして優先的に
ご利用いただけます。
※期間中、ゲーム機器やカードゲーム等での
ご利用はご遠慮いただき、
ロビーをご利用ください。

・事前申込のイベントは、当センター窓口及び電話にてお申し込み受け付けております。
定員に達した場合、キャンセル待ちとなります。

・各イベントの詳細は公式HPまたは当センターまでお問い合わせください。
・予告なく、開催中止または延期や内容変更する場合がございます。



毎週
月曜日

当日受付

ふれあいサロン 脳トレ体操

毎週月曜日（第2月曜日を除く）
10：00～10：30

毎週の脳トレ体操で、
定期的に運動を行いましょう。

対象 50歳以上 **参加費** 無料

定員 20名（先着順）

持ち物 動きやすい服装

会場 1階 ふれあい交流室

講師 東林ふれあいセンター職員



毎週
金曜日

当日受付

ふれあいサロン ゆったりアートの時間

毎週金曜日
10：00～11：30

ぬり絵や折り紙、ちぎり絵など
色々なものを楽しみましょう。

対象 50歳以上

参加費 無料

定員 20名（先着順）

会場 1階 ふれあい交流室

講師 東林ふれあいセンター職員



第2・4
金曜日

当日受付

健康太極拳

毎月 第2・4金曜日（一部例外あり）
13：30～15：00

初めての方でも大丈夫！
気軽に太極拳を楽しみましょう。

おむね
対象 65歳以上 **参加費** 各500円

定員 20名（先着順）

持ち物 運動しやすい服装

会場 2階 多目的室

講師 三浦 さきえ



申込受付中

※画像はイメージです。

夏の緑を楽しむ苔玉づくり

7/21（日）
10：00～11：30

夏に最適なグリーンインテリア「苔玉」
を作りませんか。

対象 18歳以上 **参加費** 2,000円

定員 15名（先着順）

持ち物 汚れてもよい服装

会場 1階 ふれあい交流室

講師 前田 恵美（Garden&Tea 主宰）



当日受付

夜歩き会

7/25（木）
18：00～18：45

夕暮れから夜へと向かうまちを一緒
にゆっくり歩いてみませんか？

対象 18歳以上

参加費 無料

定員 10名（先着順）

会場 1階 ロビーに10分前にお集まりください。

講師 東林ふれあいセンター職員



全4回

申込受付中

リフレッシュヨガ【8月】

8/3・17・24・31各（土）
【ステップアップ】 17：45～18：45
【ビギナー】 19：00～20：00

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** 各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

講師 Sawa

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。 ※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。

※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。



No.4

合唱サークル

おおぞら混声合唱団

とっりん倶楽部

東林ふれあいセンターで、活動する団体紹介

発足のきっかけ

2012年に、相模原市の生涯学習講座「あじさい大学」を卒業し、その経緯でサークルとして発足しました。といっても、あじさい大学は60歳以上でしょう？卒業したときは平均65歳くらいで、あれから12年目の現在のメンバーでは、結成当時のメンバーは2人だけです。結成後にコーラスに興味のある方が集まって、今の人数(29人)にまでなりました。市内出身のメンバーがほとんどですが、厚木から来ているメンバーもいます。

目標やモットーについては、我々、高齢化集団ですけども(笑)、高みを目指して頑張っています。皆さん練習熱心なんです。センターの人の間でも、うちの声は随分有名だとか。綺麗な声ですねってよく言われます(笑)。

活動目標

やっぱりハモリって言うのかな、これがコーラスの魅力ですね。今日もハモリの練習を散々やって、そして先生にしごかれたところです、なかなかできなくて(笑)。それでもやっぱり魅力なんですよ、1人で歌っているよりもはるかに良い。混声です、厚みがあります。

相模女子大学グリーンホールの合唱祭をはじめとした発表の機会があり、こうした場に向けて、1年ほどかけて練習を重ねています。おおぞら混声合唱団単独でも、過去2回、南市民ホールで演奏会を開催しています。あじさい大学卒業サークルで、単独で演奏会やっているところは少ないんじゃないかな。今年の東林ふれあい市でも、フォスターメドレーや合唱組曲「四季の音」などステージ発表を行いました。30分間たくさんの方に聞いてもらえて良かったです、来年はもっと盛り上がるんじゃないでしょうか。

メンバーから読者の皆様へ

混声と言っても男性が少なく、苦戦中なんです。積極的に団員募集中です。チラシを貼るだけでなく、あらゆるところで、様々な方法で募集しています。団員募集のチラシは年に2回、春夏バージョンと秋冬バージョンで貼り替えているんですよ。メンバーに名人がいて、いつも作ってくれるんです。ご興味のある方、ぜひお待ちしております。



おおぞら混声合唱団

【活動日程】 毎週火曜日 9時50分～11時50分

【活動場所】 東林ふれあいセンター、大野南公民館

7月 イベントカレンダー ● 当日受付 ● 事前受付

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30	1 ● 脳トレ体操	2 🎤 カラオケ	3	4 🎤 カラオケ ● 夜のフラダンス	5 ● アートの時間	6 ● リフレッシュヨガ
7 🐱 おもちゃ・絵本 とりかえっこ	8 休所日	9 🎤 カラオケ	10 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	11 🎤 カラオケ ● 夜のフラダンス	12 ● アートの時間 ● 健康太極拳	13 ● リフレッシュヨガ
14 🐱 おもちゃ・絵本 とりかえっこ	15 海の日 ● 脳トレ体操	16 🎤 カラオケ	17 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	18 🎤 カラオケ ● 夜のフラダンス	19 ● アートの時間	20 ● リフレッシュヨガ
21 🐱 おもちゃ・絵本 とりかえっこ ● 夏のアートフレーム ● 苔玉づくり	22 ● 脳トレ体操	23 🎤 カラオケ	24 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	25 🎤 カラオケ ● 夜歩き会	26 ● アートの時間 ● 健康太極拳	27 ● リフレッシュヨガ
28 🐱 おもちゃ・絵本 とりかえっこ ● 東林おはなし会	29 ● 脳トレ体操	30 🎤 カラオケ	31 ● はつらつ教室 ● ヘルシーエクササイズ	1	2	3

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。



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

新型コロナ 5類でも基本的な感染対策を!



わくわく 2024 年 7 月号

2024 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

F A X : 042-745-7661

H P : <https://www.torinofureaicenter.com/>

開館時間 : 午前 9 時～午後 10 時 (受付は午後 8 時まで)

休 所 日 : 毎月第 2 月曜日 (月曜が祝日の場合はその翌日)
 年末年始 (12 月 29 日～1 月 3 日まで)

----- 指定管理者 ヤオキン商事株式会社 -----

公式ホームページはこちら ▶▶▶



公式 SNS にて 情報発信中!!



X (Twitter)



Instagram