



工作 星空観測 スポーツ この夏、東林ふれあいセンターで あそびつくそう♪

人生100年時代も
わくわく
しながら生きる

topics ||

- 特集記事「この夏、東林ふれあいセンターであそびつくそう♪」
- 連載コーナー「とうりん倶楽部」センター活動団体紹介
- 7月以降のイベント紹介

工作 星空観測 スポーツ この夏、東林ふれあいセンターで あそびつくそう♪

事前申込
受付中

ガラスでつくるチンアナゴファミリーのマドラーセット

7/25 (土) 10:00 ~ 12:00

子どもから大人までどなたでも楽しめる、ガラスのマドラーセットをつくりま
す。今回は夏にちなんで、海の生き物チンアナゴをモチーフにしています。

対象：小学生以上（小学1・2年生は保護者同伴） 参加費：2500円 定員：12名
持ち物：汚れてもよい服装 会場：2階 工作室 講師：四方 享子（グラスインザポケット）



毛糸でぽんぽんどうぶつキーホルダーをつくろう！

8/2 (日) 14:00 ~ 15:00

毛糸のぽんぽんで、かわいいどうぶつキーホルダー
をつくってみませんか。

対象：小学生以上（小学1・2年生は保護者同伴）
参加費：500円 定員：10名 持ち物：汚れてもよい服装
会場：2階 工作室 講師：東林ふれあいセンター職員



7/5(日)より
事前申込

7/5(日)より
事前申込

サッカー選手と一緒に体を動かそう

8/7 (金) 親子クラス 10:00 ~ 10:45
小学生クラス 11:00 ~ 11:45

FC相模の選手たちと一緒に楽しくボールを使った体操をしよう。
(サッカーではありません) 屋内だから、暑い夏でも思いっきり
体を動かせるよ！

対象：親子クラス…4歳から就学前のお子様と保護者
小学生クラス…小学生

参加費：無料 定員：親子クラス…15組、小学生クラス…20名
持ち物：動きやすい服装 会場：2階 多目的室 講師：FC相模



星を見る会

8/21 (金) 19:00 ~ 20:00

月や金星、夏の天体を見てみよう！望遠鏡を操作する
体験もできます。

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（1組5名まで）

会場：2階 多目的室、屋上、駐車場

講師：星を見る会ボランティア



7/20(月)より
事前申込

夏休み限定自由工作ガレージ開催！

7/14 (火) ~ 8/31 (月) 開館時間中

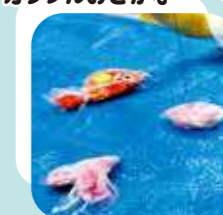
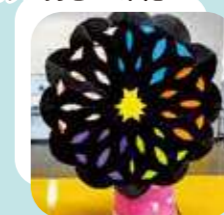
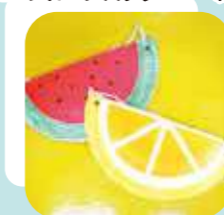
参加費無料！当日手ぶらで来て参加できる、簡単な
工作を楽しめるコーナーです。

期間を3つに分け、各4種類の計12種類の工作と、
ペーパークラフトであそぶことができます。

紙皿フルーツバッグ

紙コップ打ち上げ花火

カラフルおさかな



etc...

当日受付

8月は、多目的室を未就学児向けキッズスペースとして無料開放します！

開放日は、自由にあそぶことができます。またお部屋内にボールなども置いてありますので、ぜひご利用ください！

対象：未就学児とその保護者

※係員の指示に従い、利用時の注意事項は守ってご利用ください。

開放日一覧 ※時間の午前は10:00~12:00、午後は13:00~17:00です。

日にち	8/3(月)	8/13(木)	8/14(金)	8/15(土)	8/16(日)	8/17(月)	8/20(木)	8/21(金)	8/24(月)	8/30(日)	8/31(月)
時間	午前	午後	午前	午前・午後	午前	午前	午前	午前	午後	午前	午前・午後
場所	多目的室 1・2・3	多目的室 1・2・3	多目的室 1・2・3	多目的室 1・2・3	多目的室 1・2・3	多目的室 1・2	多目的室 2・3	多目的室 1・2	多目的室 1・2	多目的室 1・2	多目的室 1・2

未就学児
のみ

※画像はイメージです。イベントの内容は変更する場合があります。各イベントの最新情報はHPでチェック！



第2・4
金曜日

当日受付

健康太極拳【7月】

7/10・24 各(金)
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。

対 象 おおむね 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 ささえ



7/5(日)から
事前受付

ハーモニーを楽しもう 歌声ひろば

7/28(火)
10:00～11:30

呼吸法や発声法を交えながら、
なじみのある歌を合唱します。

対 象 18歳以上

参加費 650円

定 員 50名(先着順)

会 場 1階 ふれあい交流室

講 師 大沼 ケイ(あじさい大学講師)



7/5(日)から
事前受付

大人のための夜の リラックスヨガ

7/31(金)
19:30～20:30

1週間の疲れを夜のヨガでリセット
しましょう。

対 象 18歳以上

参加費 1,000円

定 員 15名(先着順)

会 場 2階 多目的室

講 師 Sawa



7/5(日)から
事前受付

のびのびエアロビクス【8月】

8/7・21 各(金)
13:30～14:30

リズムに乗って楽しく運動しましょう♪
運動をしっかりとやりたい方、大歓迎!

対 象 18歳以上 参加費 1,400円

定 員 15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 Sawa



全4回

7/20(月)から
事前受付

リフレッシュヨガ【9月】

9/5・12・19・26 毎(土)

① 18:20～19:20

② 19:30～20:30

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 3,000円

定 員 各回 15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



毎週
月曜日

当日受付

ふれあいサロン 脳トレと百歳体操

毎週月曜日(休所日を除く)

① 9:30～10:40

② 11:00～12:10

毎週の脳トレ体操と百歳体操で、
定期的に運動を行いましょ。

対 象 50歳以上 参加費 無料

定 員 各回 30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

事前受付方法

窓口もしくは電話にて受付

※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。
※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。



No.28

<七宝焼き>
七宝焼きサークル

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

始まりは、今から十数年ほど前、東林公民館で開催された「七宝教室」でした。当時、講師に教わりながら初めて七宝焼きに触れた受講生たちが、「教室が終わっても、もっとこの仲間で作り続けたい!」と意気投合し、講師と共に有志でサークルを立ち上げたのがきっかけです。

立ち上げ当初は12名ほどいたメンバーも、少しずつ入れ替わりながら、現在は5~6名で、アットホームな居心地の良い距離感で続いています。

活動内容

サークルには、「みんなで同じものを一齐に作る」という決まったものはありません。メンバーがそれぞれデザイン集などを見ながら、「次はこのブローチを作りたい」「お家に飾るこんな額を作りたい」と、自分の作りたいものを自由を選んで制作しています。活動中は講師のアドバイスを聞きながら、一人ひとり違うものを作り、メンバーそれぞれの個性が光る、世界に一つだけの作品が生まれています。

七宝焼きの魅力は、炉に入れて「焼き上がるまでどうなるか分からないワクワク感」です。同じ釉薬（ゆうやく）でも、火の通り方で全く違う表情を見せてくれます。だからこそ、飽きることがありません。また陶芸などとは違い、短時間で焼くことができるため、その日に出来上がるのも手軽に作れて楽しめてよいところです。

メンバーから読者の皆様へ

この場所が日常生活の「息抜きの場」になっているということです。集中して手を動かし、制作に取り組んだり、時には他愛のないおしゃべりをして、笑い合うことが何よりのリフレッシュになっています。困ったときには、どんなデザインでも講師が優しくサポートしてくれるので安心です。

もしこの記事を読んで「七宝焼き、やってみたいな」と思われた方がいたら、一度見学にきてください。サークルには必要な道具がすべて揃っていますので、最初は本当に「手ぶら」で来ていただいて大丈夫です。ぜひ、気軽に遊びに来てください。



七宝焼きサークル

【活動日程】 月2回（水曜日）※夏季は月1回

【活動場所】 東林ふれあいセンター

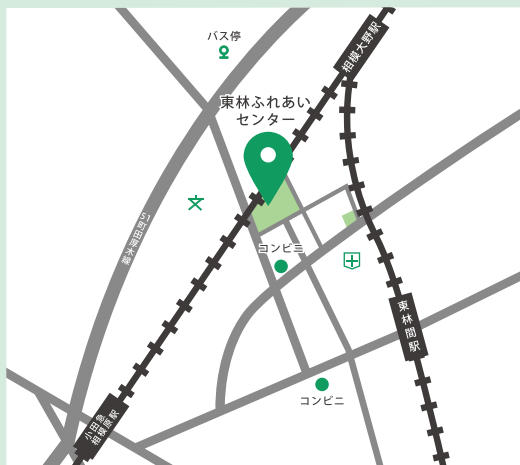
●入会希望や質問については、東林ふれあいセンター
事務室までお問い合わせください。(042-745-7660)

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
28	29	30	1 ● シニア エクササイズ	2 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	3 ● アートの時間 ● のびのび エアロピクス	4 ● リフレッシュヨガ
5 ●	6 ● 脳トレと 百歳体操	7 ● カラオケ ● あみもの 時間	8 ● はつらつ体操 ● シニア エクササイズ	9 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	10 ● アートの時間 ● 健康太極拳	11 ● リフレッシュヨガ
12 ●	13 休所日	14 ● カラオケ ● あみもの 時間	15 ● はつらつ体操 ● シニア エクササイズ	16 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	17 ● アートの時間 ● のびのび エアロピクス	18 ● リフレッシュヨガ
19 ●	20 ● 海の日 ● 脳トレと 百歳体操	21 ● カラオケ	22 ● はつらつ体操 ● シニア エクササイズ	23 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	24 ● アートの時間 ● 健康太極拳	25 ● とうりんラボ ● リフレッシュヨガ
26 ● ● 苔玉作り ● 東林 おはなし会	27 ● 脳トレと 百歳体操	28 ● カラオケ ● 歌声ひろば	29 ● はつらつ体操 ● シニア エクササイズ	30 ● カラオケ ● 楽しい フラダンス	31 ● アートの時間 ● 大人のための 夜ヨガ	1

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 2026 年 7 月号

2026 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.torinfureaicenter.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