

みんなでアットホームな街づくり！

鶴川地区協議会

わたしたちの
住民みんなでつくる**our**鶴川

能ヶ谷・三輪町・三輪緑山・広袴町・広袴・真光寺町・真光寺・鶴川・小野路町・野津田町・金井・金井ヶ丘・金井町・大蔵町・薬師台

2026年度町田市介護予防月間

みんなで楽しくムリなく元気に!!

つる川

健康まつり

全身運動

成功体験の
積み重ね

指の巧緻性
維持

バランス
感覚の向上

達成感による
意欲向上

陸の
チエス

リラックス
効果

脳の
活性化

健康づくり 輪投げ ユニカール・モルック ポッチャ 囲碁・将棋・麻雀

健康測定 スマホ相談 介護予防講座

折り紙・リボンストラップ

日時: 2026年10月24日(土)10:00~15:00

場所: 鶴川市民センター

入場無料

主催: つる川サポーター元気Up実行委員会(町田市鶴川園地介護予防サポーター)
鶴川第1高齢者支援センター☎042-736-6927/鶴川第2高齢者支援センター☎042-737-7292

2026
11月4日(水)
12:30開場
13:00開演

※開場、開演時間は、予告なしに変更することがありますのでご了承ください。

会場
和光大学ポプリホール 鶴川
コンサートホール

<出演団体>
・翔
・ハーモニーPocket
・くれいんず
・コーラスLaLa
・金井コール
・ジョイフル
・やまびこ
・邦楽合奏団まちだ
・和音の木オカリナクラブ
・三輪マンドリンアンサンブル

音楽を楽しみながら
たくさんの出会いに
期待して...

主催: 鶴川地区協議会

お問い合わせ先
TEL: 070-5466-6542
FAX: 050-3085-6517
ホームページ: <http://tsurukyou.com>
メールアドレス: machida@tsurukyou.com

鶴川地区交流
音楽祭

入場料 500円
※障がい者手帳お持ちの方300円

◎ FC町田ゼルビア...「ゼルビア通信 No.19」

「FC町田ゼルビア背番号33、明本考浩です！
いよいよ新シーズンが8月からスタートしました。チームは開幕から連勝を飾り、最高のスタートをきることができています。今年のチームでの目標である『優勝』のために、さらに勝利を重ねられるように頑張ります。皆さまの応援が僕たちの大きな力になりますので、今季も力強い後押しをよろしくお願いします！」

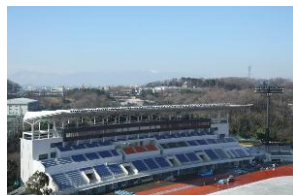


©FCMZ

【試合情報】

HOME

- 9月12日(土) 対戦: 横浜Fマリノス
- 9月20日(日) 対戦: 柏レイソル
- 10月17日(土) 対戦: アビスパ福岡
- 10月31日(土) 対戦: ガンバ大阪



町田市社協ボランティアセンター登録団体

電話相談室ことり

042(734)4636

相談日: 毎週月曜・火曜 11:00~14:00(年末年始は休み)

相談員がじっくりと話を聴き、悩みや困難、淋しさを抱える方の支えになるよう誠実に関わります。



鶴川地区協議会

〒195-0062
町田市大蔵町1981-4 鶴川市民センター内
☎ 070-5466-6542 FAX 050-3085-6517

<http://tsurukyou.com>
machida@tsurukyou.com
<https://www.facebook.com/>
鶴川地区協議会-508012406031330/

鶴川地区協議会便り

2026年10月号

鶴川地区協議会

〒195-0062 東京都町田市大蔵町1981-4 鶴川市民センター内

電話 070-5466-6542 FAX 050-3085-6517



鶴川地区協議会だより / 発行: 鶴川地区協議会事務局

鶴川地区協議会からのお知らせ！

◎ 今後のハッピーフライデー企画のご紹介・・・！

毎月最後の金曜日に鶴川市民センターで行なわれる「ハッピーフライデー」の今後のイベント企画をご紹介します。

・2026年 9月	AM: スマホ講座	PM: 健康麻雀
10月	AM/PM: 子育てサロン大集合(第三弾)	
11月	AM: スマホ講座	PM: 健康麻雀
12月	AM/PM: 刃物研ぎ(シルバー人材センター)	
・2027年 1月	AM: スマホ講座	PM: 健康麻雀
2月	AM: ①豊かな老後のために	
3月	AM: スマホ講座	PM: 健康麻雀
4月	AM: ②終活を考える	PM: 健康麻雀
5月	AM: ③成年後見制度	PM: 健康麻雀
6月	AM: ④贈与・相続	PM: 健康麻雀
7月	AM: ⑤金融トラブル/相続窓口	PM: 健康麻雀

※豊かな老後のために知っておきたいお金の話を、2月・4月・5月・6月・7月の全5回シリーズでお届けします。

ボランティア募集！

鶴川地区協議会ではスマホの使い方なんでも相談を受け付けています。

～スマホの使い方を
教えることができる方～

このための有償ボランティアを募集します！
場所は鶴川市民センターと和光大学ポプリホール鶴川となります。当番制で可能な曜日/場所をお選び下さい。

- ◆日時・場所
① 毎週 月曜/金曜日 10:00~14:00
・鶴川市民センター1F 地域活動室
② 毎月 第3水曜日 10:00~12:00
& 13:00~15:00
・和光大学ポプリホール鶴川 交流スペース

◆お支払い
①の場合: 1回1000円 ②の場合: 1500円

◆応募要領
面談となります。申込み先にご連絡下さい。



【申込み先】 鶴川地区協議会 070-5466-6542

◎ “健康マージャン” スタートしました・・・！

ハッピーフライデーのイベントに、新しく“健康マージャン”が7月31日(金)よりスタートしました。皆さん振るってご参加ください！



※7/31の様子です！

鶴川地区協議会 ハッピーフライデー企画

→ 楽しく遊んで、脳も心もいきいき！

健康マージャン

初心者も大歓迎！

「健康マージャン」は、数えない・吸わない・掛けない
3つのルールを守る、誰でも安心して楽しめる
マージャンです。顔と指先を使って、フレイル予防や
仲間づくりに役立てましょう！

開催日程(今のところの日程です)

2026年 7月31日(金)	13:00~16:00
2026年 9月25日(金)	13:00~16:00
2026年 11月27日(金)	13:00~16:00
2027年 1月29日(金)	13:00~16:00
2027年 3月26日(金)	13:00~16:00

※日程は変更になる場合があります。

場 所 鶴川市民センター 1階会議室
(町田市大蔵町1981-4)

お問い合わせ ☎ 070-2357-4239

※みんなで遊んで、健康に！ ハッピーフライデー・・・

機能性表示食品としてリニューアル！

ヤクルト400免疫腸活

ヤクルト400LT免疫腸活

ヤクルトレディまたは お近くのヤクルトセンターでお求めください

鶴川センター 町田市大蔵町533-1ブランドール須崎
フリーダイヤル: 0120-8960-39

ヤクルト400免疫腸活

「機能性表示」
本品は、特定保健用食品と異なり、機能性及び安全性について国による評価を受けたものではありません。
・1日あたりの摂取目安量: 1本
・賞味期限は、主産、主産、副産を基本に、食事のバランスを。

ヤクルト400LT免疫腸活

「機能性表示」
本品は、特定保健用食品と異なり、機能性及び安全性について国による評価を受けたものではありません。
・1日あたりの摂取目安量: 1本
・賞味期限は、主産、主産、副産を基本に、食事のバランスを。

ヤクルト

神奈川県東部ヤクルト販売株式会社

鶴川地区協議会
LINE@アカウントのご紹介！

イベントやお得な情報をお届けしています！
公式アカウント検索画面から「鶴川地区協議会」で検索して下さい！

LINE

毎月第3水曜日は 鶴川みんなの交友拠点！

さんすい

3水スマイルラウンジ

無入
料場

◆日時:令和8年11月18日(水) 10:00 ~ 15:00

※12:00~13:00休憩となります

◆会場:和光大学ポプリホール鶴川 交流スペース他



まなびのひろば

場所: 3F多目的室
※入場無料

タイトル	自由民権家・石阪昌孝の子どもたち —美那・公歴・登志—
時間	①10:30~11:30 ②13:30~14:30
内容	町田出身で、神奈川県自由民権運動のリーダーとなった石阪昌孝には、美那・公歴・次女登志の3人の子どもがいました。政治運動に奔走する父を見て育った子どもたちは、父からどのような影響を受け、どのような人生を歩んだのかをご紹介します。 ①「学びと教育に生きた姉妹、美那と登志」 ②「野心にあふれた青年、石阪公歴」
講師	町田市立自由民権資料館学芸員 松崎 稔氏

おやこのひろば

場所: プレイルーム

タイトル	わくわくひろば
時間	10:30~12:00、13:00~15:00
定員	11人を超えた場合は交代制
内容	おもちゃで遊びながら、おしゃべりが楽しめます。紙芝居・絵本・手遊びなども行います。
問合せ先	鶴川地域子育て相談センター 042-734-3699

くらしのひろば

暮らしの中で気付いたことや不安なども、気軽にご相談ください。LINEでも相談受付けます！

ボランティアのひろば

鶴川のボランティア募集や、ボランティアができる人の情報がいっぱい。お気軽にお越し下さい。

囲碁・将棋コーナー

囲碁と将棋ができるコーナーを用意しました。お気軽にお仲間とお楽しみください。

折り紙教室・手芸教室

「折り紙教室」(午前)、「手芸教室」/「ひも編み」(午後)を行ないます。

スマホ何でも相談

あらゆるどんな質問にも、できるだけお答え努力いたします。10:00~12:00 13:00~14:00

健康相談コーナー

日々の体調に不安はありませんか？保健師が相談にのります。血圧測定もできます。10:00~12:00

無料法務相談

※予約制です 当日6名様まで 1人40分
法務の専門家が個室でご相談にのります。相続や財産管理、遺言、その他トラブルなどの相談に応じます！

無料法務相談は、あらかじめ予約申込みが必要です！
⇒ 鶴川地区協議会事務局: ☎ 070-5466-6542

★鶴川地区協議会では サポーターを募集しています！



鶴川地域イベントのご案内

◎ ハッピーフライデー10月30日(金)開催のお知らせ！

地域の気軽に立ち寄れる子育てサロンを体験してみませんか？
鶴川地域で活動する子育てサロンが大集合！親子で一緒に楽しんだり、地域の方とおしゃべりしたり。お子さんと楽しい時間を過ごすのはもちろん、親御さんにもホッと一息ついていただけるような時間をご用意しています。
「子育てサロンってどんなところ？」「ちょっと覗いてみたい！」そんな方も大歓迎です♪どうぞお気軽に遊びに来てください。

- ◆内容: 鶴川地域の子育てサロン大集合！第三弾
- ◆時間: 10:00 ~ 15:00
- ◆会場: 鶴川市民センター1階 第1会議室
- ※参加費: 無料申し込み不要、出入り自由



【問合せ先】町田市社会福祉協議会 ○ごとサポートセンター鶴川
☎ 042-860-2986 ✉ marugoto-tsurukawa@machida-shakyo.or.jp



<2026.11.27(金)講座の予告>

AM:スマホ講座

PM:健康麻雀

◎ 鶴川地区協議会【映像鑑賞勉強会】 9月・10月のお知らせ！

- ◆第98回 9月15日(火) ... ①26分 ②45分 ③45分
テーマ: 建設構造物は役目を終えた後どのように解体されて行くのかを知ろう！

※昭和に出来た建物が何十年かたち老朽化などで日々解体されていて、日本の敷地の狭さや人口密集地などの条件が厳しいなかで工夫を凝らした独自の技術で解体し再利用していくところを見てみよう。



- ◆第99回 10月20日(火) ... ①25分 ②25分 ③25分 ④25分
テーマ: さまざまな物は工場でどのようにして作られているのかを知ろう！

※私たちが使ったり目にしたりしている物が出来る過程には技術と職人技が詰まっていて、日本の繊細なものづくりの意気込みで丈夫で長持ちする製品が出来てゆく過程を見てみよう。



【場所/日時】鶴川市民センター1F地域活動室 毎月 第3火曜日 10:00~12:00 ※入場無料/予約不要

鶴川地域の紹介コーナー (人物・地区・店舗・施設・NPO・町内会・自治会・他)

◎ 町田市立大蔵小学校 ボランティアコーディネーター 須崎 律子 さん

私がボランティアコーディネーター (VC) になったのは、12年前に大蔵町内会の副会長を務めたことがきっかけでした。副会長として大蔵小学校の会議に出席した際、前任のVCの方から推薦をいただき、活動をお引き受けして今年で9年目になります。
実は、我が子の保護者として17年同校に在籍していましたが、当時は地域のことなど全く意識していませんでした。しかしVCとして学校と地域の橋渡しを担うようになり、子どもたちの豊かな学びには両者の連携が不可欠だと痛感しています。現在、畑や里山があり自然豊かな大蔵小学校で、学校と地域が手を取り合い、大蔵小学校にほたるを再び飛ばそうというプロジェクトが着々と進行中です。VC活動を通じて、同じ地区のVC仲間、先生方、そして友人を含む温かい地域の方々に恵まれていると実感しています。17年保護者として在籍した大蔵小学校に恩返しのため、これからも児童、先生を応援していきます。



こどもと幸せの
そばにいる2年間

フェリシアこども短期大学

認定こども園
フェリシア幼稚園

フェリシアこども短期大学附属
(旧: 鶴川幼稚園 鶴川女子短期大学附属)

TEL 044-988-4074

英語イマージョンクラス

小規模保育園
鶴川フェリシア
保育園

TEL 044-281-4077

1歳児・2歳児

一般財団法人ひふみ会
まちだ丘の上病院

042-735-3731

町田市小野路町11-1
(野津田高校そば)

職員募集中

ホームページより
お問い合わせください

https://machida-hospital.com

外来診療時間 平日9:00~17:00
許可病床78床、障害児(者)短期入所

内科・漢方内科・整形外科・
リハビリテーション外来実施しています

まちだ丘の上病院