

平成31年度スケジュール表

12月	令和2年1月	令和2年2月
<ul style="list-style-type: none"> 自治会だより3号発行(12/1) 歳末夜間パトロール(26日～30日) 	<ul style="list-style-type: none"> だんご焼き大会(1/13) 宮下消防団 出初め式出陣式(1/12) 	<ul style="list-style-type: none"> 駅伝大会(2/16) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; font-size: small;"> <p>【募集】“広報委員会からのお願い” 広報紙掲載募集中!(名人達人コーナー) あなたの周りに“凄い人”いませんか? ★情報提供は、下記メールまで mail: info@miyashimojichikai.com</p> </div>
令和2年3月	児童下校パトロール、防犯パトロール通年実施 およこ村通年実施 (畑作り、種まき・苗植付け、収穫日は回覧板でお知らせします) ※定例会議：区長会議・執行部会議は1回/月、専門委員会は随時開催	
<ul style="list-style-type: none"> 自治会だより4号発行(3/1) 平成31年度会計監査 平成31年度定期総会(3/29) 		

自治会対抗軟式野球大会【準優勝】

～同点・時間切れ《じゃんけん勝負》で惜敗・悔しい～！！～

10月30日(日)・11月10日(日)の2日間、向陽小学校において、公民館主催の自治会対抗軟式野球大会が開催されました。台風19号被災地の復興活動もあり、選手が思うように集まらない中、丸山・すすきの・氷川・宮下『小山地区プレミア4』の熱戦となりました。チーム宮下『令和初優勝』を目指し、選手・応援団方々がスケジュールを調整し2日間で延べ70名が集合し、初戦はVSすすきの、実質的な決勝戦と評価される中、5:0で完勝。準決勝はVS丸山、両チームとも好投手を擁し緊張する展開の中、2:0の完封で勝利。氷川チームとの決勝戦、1回裏、バッテリーのミス突き1点先取、2回裏アンラッキーな安打により3点を奪われ逆転を許すも、3回裏ライト前への渋いヒットを連打しなんとか同点に持ち込む、その後両チーム勝ち越し点なく3:3同点で時間切れ引き分けとなりました。

大会ルールにより『9選手総当たりのジャンケン勝負』これも最後の9人目までもつれ、4:5で悔しくも『優勝』を逃してしまいました。総合成績は2勝1分けで『チーム宮下』がダントツトップ『実力NO.1』！！来年また頑張りましょう！！(体育委員会：大嶋)



11/17(日) およこ村収穫祭開催

子ども会から感謝状いただきました

煙体験



マスコットキャラクター 宮自っさん

みやしも自治会だより

ホームページは検索サイトで“宮下自治会”です。

<http://miyashimojichikai.com/>

《第194号》
 2019年度 No.3
 令和元年
 12月1日号
 発行：宮下自治会
 編集：広報委員会
 相模原市中央区
 宮下本町 2-17-19
 自治会会員世帯数
 2039世帯



「令和元年度 宮下自治会防災訓練」

9月22日(日)もみの木広場に於いて相模原市消防局警備本署・宮下消防団の皆さんのご協力により恒例の防災訓練を開催いたしました。

本年度も九州北部豪雨や台風15号による千葉県で多数の家屋損壊など大きな自然災害が発生しました。自治会においては何時でも災害に対して常に適切な行動が取れるように、毎年防災訓練を計画し会員皆様にご参加をお願いしております。

当日は予想に反して好天に恵まれ総勢73名のご参加を頂き、住所毎で決められた一時避難場所(さくら公園、もみの木広場、宮下自治会館)から会場の「もみの木広場」へと向かう避難誘導訓練を始め、その後会場に到着、4班に分かれ開会式後各訓練を開始し順調に訓練を終了することができました。

訓練内容は班毎に給食・給水訓練、初期消火訓練、救出・救護訓練、災害弱者支援訓練、煙体験、起震車による震度体験で特にこの体験は地震の怖さを体験でき大変有意義でした。

最後に相模原市消防局警備本署よりのご講評で熱心に訓練に取り組む姿勢や地域の繋がりが感じられたとの感想が有りました。その後全員でカレーを試食し無事終了致しました。

参加された皆様には大変ご苦労様でした。

防災委員長 北谷広志



★自治会へのご要望等・お問い合わせ先 mail: info@miyashimojichikai.com

ノロウイルスによる食中毒にご注意!



◆ノロウイルスとは

嘔気・嘔吐と下痢を主症状とする急性胃腸炎の原因ウイルスのひとつです。ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどでは重症化したり、おう吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

アルコール消毒剤や熱に対する抵抗力があり、感染力が非常に強く、一度かかっても何度も感染します。

◆どんな症状?

ノロウイルスによる急性胃腸炎に伴う症状は、嘔気・嘔吐、下痢、腹痛を挙げることができます。ウイルスが体に取り込まれてから24~48時間の潜伏期間を経て、嘔吐が始まります。その後、水様性下痢が出現し、1~2日ほどで回復に向かいます。

小児や高齢者においては、脱水症状が強くなることもあります。脱水を見極める症状としては、おしっこの回数やオムツを替える回数が減った、口の周りが乾燥している、口の中が乾いている、ふらつく、意識がぼーっとしているなどを挙げることができます。

◆予防法

ノロウイルスに対するワクチンは実用化されていないので、ノロウイルスの予防法としては、手指を介した接触感染の経路を遮断する意味で石けんを用いた手洗いが最も重要です。食事を用意する際や食事の前、トイレに行った後、いろいろな物に触れた後、外出から帰った後は、手洗いが欠かせません。

◆かかってしまった場合の二次感染防止対策

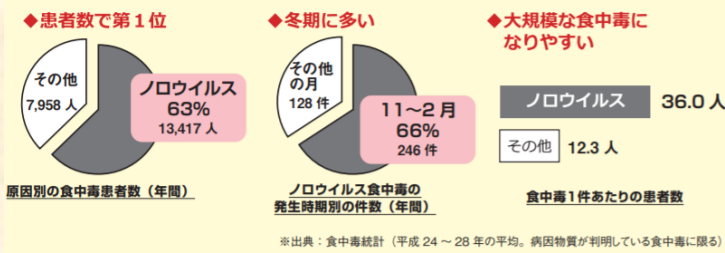
食器・環境・リネン類などの消毒

- 感染者が使ったり、おう吐物が付いたものは、他のものと分けて洗浄・消毒します。
- 食器等は、食後すぐ、厨房に戻す前に塩素消毒液に十分浸し、消毒します。
- カーテン、衣類、ドアノブなども塩素消毒液などで消毒します。
 - 次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があります。金属部(ドアノブなど)消毒後は十分に薬剤を拭き取りましょう。
- 洗濯するときは、洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いし、十分すすぎます。
 - 85℃で1分以上の熱水洗濯や、塩素消毒液による消毒が有効です。
 - 高温の乾燥機などを使用すると、殺菌効果は高まります。

おう吐物などの処理

- 患者のおう吐物やおむつなどは、次のような方法で、すみやかに処理し、二次感染を防止しましょう。ノロウイルスは、乾燥すると空中に漂い、口に入って感染することがあります。
 - 使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用します。
 - ペーパータオル等(市販される凝固剤等を使用することも可能)で静かに拭き取り、塩素消毒後、水拭きをします。
 - 拭き取ったおう吐物や手袋等は、ビニール袋に密閉して廃棄します。その際、できればビニール袋の中で1000ppmの塩素消毒液に浸します。
 - しぶきなどを吸い込まないようにします。
 - 終わったら、ていねいに手を洗います。

ノロウイルスによる食中毒は、



正しい手の洗い方



消毒液の作り方



※出展:厚生労働省(消毒・処理) 政府広報オンライン(手の洗い方) 名古屋市(消毒液の作り方)

宮下自治会 なんとか『面目』をキープしました!!

~小山公民館区運動会 『第3位』~

9月29日(日)向陽小学校において『ふるさとまつり第60回小山公民館区運動会』が開催されました。

前年、台風接近により「中止」となった「地区運動会」令和初となる今大会も、前日より九州地方に台風接近という辛い情報はあったものの、その心配をよそに大会当日は晴天となり、まさに「運動会日和」となりました。開会式において、前回覇者である当自治会入谷会長より、優勝旗・カップを返還、宮下子供会・阿部衣央里会長(小6)による、爽やかな笑顔でハキハキとした選手宣誓に参加者全員が感動し、無事に大会がスタートしました。

得点種目18種目のうち、『1位・2種目』『2位・8種目(参加チーム最多)』でしたが、上位2チーム、すすきの(優勝)・氷川(準優勝)チームあわせて「1位・12種目」を崩すことができず、総合得点163点(前回160点)で惜しくも『第3位』となりました。「前回優勝チーム」として恥をかかない様『ワンチーム』となって頑張り『銅メダル』をゲットしなんとか「面目」をキープする事ができました。

着実に実力はアップしております。次回、頑張りましょう!! 体育委員会 大嶋

