

# 令和7年度 12月～翌3月のスケジュール

| 12月 December   | 1月 January   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ファミリーバドミントン大会 (12/7)</li> <li>自治会だより3号発行 (12/1)</li> <li>年末交通・防犯パトロール</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>宮下消防団 出初め式出陣式 (1/11)</li> <li>だんご焼き大会&amp;防災訓練体験会(1/12)</li> </ul>          |
| 2月 February  | 3月 March   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>駅伝大会 (2/15)・公民館まつり (2/28～)</li> <li>★自治会へのお問い合わせ先<br/>mail: <a href="mailto:info@miyashimojichikai.com">info@miyashimojichikai.com</a></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>自治会だより4号発行 (3/1)</li> <li>公民館まつり (3/1)</li> <li>令和7年度定期総会 (3/29)</li> </ul> |
| 児童下校パトロール、防犯パトロール通年実施<br>※定例会議：区長会議・執行部会議は1回/月 ※専門委員会会議：各専門委員会予定を確認  |  |



マスコットキャラクター  
「宮っさん」火の用心 ver.

# 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。

<https://miyashimojichikai.com/>

《第216号》  
2025年度 No3  
令和7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  
1,742世帯



## 宮上横山線の道路開通

9月27日(土)に新しい道路が開通しました。多摩ニュータウン通りから、新しい橋「多摩境橋」を通り、東橋本二丁目の交差点に繋がる道路です。開通にあたり、セレモニーが行われ、相模原出身のRUUさん(写真右端)の司会で、相模原市長、町田市長他、来賓のあいさつ、来賓によるテープカット、渡り初めなどが行われました。宮下自治会から関口会長が来賓として参加し、テープカットも行いました。



## 10/5(日)2年ぶり開催の小山地区運動会に参加!

運動するにはちょうどいい日和で運動会がスタート!  
今年度はたくさんの方々にご参加いただき、小学生から中学生以上の大人まで、全ての競技に参加できました。

特に、小学生パワーがさく裂しました!『小山地区ナンバーワン』の小学生の部、『キックドリブルリレー』『ハンドドリブルリレー』で優勝!

もちろん!大人たちも頑張りました!『ゲートボールリレー』での優勝のおかげで、前回の成績より一つ上がり4位になりましたv(^~)v

全員参加の玉入れやクイズにも大勢の方にご参加いただき、みんなで楽しめる運動会となりました。ご参加いただいた皆さん、体育委員や体育協力員の皆さん、本当にありがとうございました!

来年ももっと多くの方々にご参加していただき、みんなで楽しみましょう\(^o^)/  
体育委員長 清水 陽子



## 『新たな憩いの場「ふらっとカフェ宮下」初開催!』

地域住民の交流を図る場として、10月16日「ふらっとカフェ宮下」がオープンしました。足元が悪い中、多くの来訪者で賑わい、おしゃべりに興じる方、今回のミニイベント「ペーパークラフト」に真剣に取り組まれる方等、各々和やかな時間を過ごされていました。

次回12月18日はミニイベントとして「折り紙」を企画しています。

たかが折り紙と思うなかれ……無限の可能性を秘めた、正方形の紙が遂げる大変身と一緒に体験してみませんか? 皆さまのお越しをぜひお待ちしております。



「ふらっとカフェの様子」



「10月ペーパークラフト工作」



「11月 テーブル茶道」

♪ボランティア募集 カフェのお手伝いができる方募集しています。  
★お問い合わせ先 mail: [kouhou@miyashimojichikai.com](mailto:kouhou@miyashimojichikai.com)

毎月第3木曜日開店  
10:00~14:00 宮下自治会館1F

## 蛍光灯からLED照明への切り替えはお済みですか?

2027年末までに、一般照明用の蛍光灯の製造・輸出入が終了します。水俣条約締結国会議の決定を受け、水銀使用製品である蛍光灯は2026年1月より順次、製造と輸出入が規制されます。そのため、今後は、計画的にLED照明への切り替えをお願いいたします。

なお、規制開始後も、蛍光灯の継続使用、在庫の売買及びその使用は可能です。

(経済産業省ホームページより抜粋)



救急車は、事故による大けがの人や心筋梗塞などで緊急に病院へ行く必要がある人などを搬送するものです。相模原市では、20台の救急車で救急業務を行っています。最近、軽い症状でも救急車を利用される方が増えています。そのため、緊急に搬送する必要がある人への救急車の到着が遅れることが、起きるかも知れません。119番通報する前に、救急車が必要か、自家用自動車やタクシーなどを利用できるか、今一度考えてみてください。(相模原市ホームページより抜粋)

## 救急車を正しく使いましょう!

～救急車の適正利用～



急な怪我や病気の際に、救急隊が迅速に駆けつけてくれるのは、本当に感謝すべきことです。その重要な救急車が本当に必要かどうか迷った場合、神奈川県でも相談ができるようになったとのことです。

## 救急車を呼ぶかどうか迷った際は



## かながわ救急相談センター#7119

令和6年11月から神奈川県全域で#7119が利用可能になりました。24時間、年中無休で看護師や相談員が対応し、緊急性や受診の必要性についてアドバイスを行い、受診可能な医療機関を案内してくれます。

### 「自治会員さんのリアル体験談」

#7119のことは友人から聞いて知っていました。家族が椅子から転げ落ちて仰向けになり、左脇腹が痛む(肋骨骨折?)、手足に力が入らず、起き上がれない(脳の損傷?)、トイレにも行けない。しかし会話は正常にでき、自分の状態を判断することもできる。しかし本人に救急車を呼ぶなどと言われる。救急車を要請してよいものか迷っていました。#7119に電話したら、看護師の(男性)〇〇ですとおっしゃって、焦っておどおどしている私に経過、現在の状態等を質問されて親切に穏やかに対応してくれました。救急車を呼んで下さいと言われ安心して、救急車を呼びました。

## 救急車や救急医療は限りがあります

救える命を救うために、皆さんもぜひご協力ください!



## 11/2(日)第14回普通救命講習会を実施しました。

参加者は合計17名で、初心者が10名、2回目以降の参加者が7名でした。相模原消防署からは2名の講師が前半にDVDによる座学を行い、後半に実技指導が実施されました。119番に通報後、救急車が到着するまでの間(約7~10分間)に心臓マッサージなどの手当てを継続する大変さを体験しました。相模原市消防署管内には20区隊があり、年間約4万件の救急出動があり、1日平均100件の出動があります。入院が必要な場合搬送費用はかかりませんが、入院が必要な場合は搬送費用が請求されることがあります。

防災委員長 前川祐治



### 普通救命講習会に参加して

家族が突然倒れた場合や、道で突然倒れた人がいた場合、どうすればよいのでしょうか? まず救急車を呼びます。その間、呼吸をしていない人には胸骨圧迫を行います。その後AEDを使用準備します。また、AEDはローソン宮下本町2丁目店にも設置されており、そちらも利用できます。ローソンが遠い場合は、AEDの設置場所を検索できるAEDマップをパソコンやスマホで利用できますので、事前に近隣の場所を把握しておくことをお勧めします。今回は胸骨圧迫の練習と、AEDの使い方の練習でした。色々な状況を想定して繰り返しの練習でとても心強くなりました。とはいえ、いざその場に居合わせたら頭の中が真っ白になりますね。筆者も先日、車どうしが接触しそうになったのを見た時、もし事故になったらまず何をするか? 自分に問いかけました。まず救急車ですね。でもその時自分はスマホを持っていませんでした。直ぐ近くのコンビニに行くのだからいらなかったのです。スマホはいつも身につけていないと想定外のことが起きますから大事だと痛感しました。今回の講習で練習したことを忘れないようにしたいと思います。

村上章子広報協力員(文・写真)