



地域の自主防災活動について

備えあれば憂いなし

泉公民館長
二宮 昌俊

発行 者
泉 公 民 館
鬼北町大字岩谷275
編集 藤原 裕二
TEL47-0353

昨年4月に泉地区における泉地区自主防災組織が設立され、第1歩を踏み出したところです。

「各地区に置かれた自主防災会の防災活動を援助すると共に、互いの連携を図り、泉地区全体としての自主防災対策を推進する」とを目的としています。

災害に関しては、やはり「備えあれば憂いなし」だと思います。備えとは、防災の用具を備えるだけでなく、冷静に対応できるための訓練ができていくことです。

今日では、忘れる暇がない程、大地震や台風、洪水、降雪等の被害が続出しています。家屋の倒壊、道路の寸断等大規模な被害が出ています。テレビ等で「まさか、こんな災害が起きるとは想像もしな

この先、起こりうる大規模災害に備え「自助・共助に基づく地域防災力」を高めていくことが今後の課題だと思っています。

地域の住民同志が話し合い、いざという時に避難を呼びかけ、誘導・救出・救助・初期消火・避難所の運営等行うために、自主的に組織するのが、自主防災組織です。

自主防災組織は、防災計画立案・災害対応手順の確認、役割分担、資機材の確保等を進めておくことが大切です。又、防災訓練や、住民への防災啓発活動もこまめに行うことも忘れてはなりません。

個々が行うこととして、まず第一に家族でどうするか、具体的な安全対策を話し合うこと。「耐震補強」「家具の転倒、落下防止」等々。災害が発生した時の基本的な行動は「まず自分の身を守る」強い地震では、まず身を守り揺れが治まったら火の始末、隣人の安否確認をすることです。

風水害等の災害は、ある程度事前に予測できます。気象情報等積極的に収集し、早目の対応、早目の避難ができます。その他、防災

用品は、何が必要かを考え、日頃から準備しておくことも大切なことです。

災害が発生した時は、町や消防など、即時に全ての地域に活動を展開することができません。自主防災組織が一致協力して活動すれば、被害を最小限に食い止めることもできます。自主防災組織は、初期消火、救出・救助、避難誘導の訓練をしておくことで、二次的な被害を少しでも軽減することができる、重要な役割を担っていると云っても過言ではありません。

今後は、各地区で具体的な取り組みを行うこと、又、泉地区全体で情報交換を行い「被害を抑えない」「被害を最小限に抑える」減災対策を講じる努力をしていきたいと思います。

こんな時こそ、地域の人がお互い協力し合って、事態に対処しなければなりません。日頃の自治会活動で親睦を深めておればこそ、いざという時にはすぐに声を掛け合うことができます。

防災の基本は「自分命は自分で守る」「自分たちのまちは自分たちで守る」ことです。

風水害等の災害は、ある程度事前に予測できます。気象情報等積極的に収集し、早目の対応、早目の避難ができます。その他、防災用品は、何が必要かを考え、日頃から準備しておくことも大切なことです。

災害が発生した時は、町や消防など、即時に全ての地域に活動を展開することができません。自主防災組織が一致協力して活動すれば、被害を最小限に食い止めることもできます。自主防災組織は、初期消火、救出・救助、避難誘導の訓練をしておくことで、二次的な被害を少しでも軽減することができる、重要な役割を担っていると云っても過言ではありません。

今後は、各地区で具体的な取り組みを行うこと、又、泉地区全体で情報交換を行い「被害を抑えない」「被害を最小限に抑える」減災対策を講じる努力をしていきたいと思います。

2012年度遺跡まつり!!!



【神事】 8:00より岩谷遺跡で行いました

11月25日、共同で「泉小学校学芸会・遺跡まつり」を泉小学校で開催しました。

例年通り、午前中は体育館では小学生の劇、合奏、踊りが、各教室の前には習字、絵が展示されました。特に発表においては、練習の積み重ねの成果が発揮され、大変素晴らしいものでした。

地域においては、8時に神事を行った後は、職員室前でフリーマーケットやバザー（おにぎり・豚汁）、そして少し長い休憩となりましたが、1時30分より芸能発表となりました。今年は最多の11組の個人、団体の方々に参加していただきました。参加していただいた皆様、本当にありがとうございます。

そして、いよいよまつりも終盤。今年も運動会の景品が残ったので、お楽しみ抽選として使わせていただきました。1等から4等まで45本。当選された皆様、本当におめでとうございます。

そして、最後は小学校と共同で作ったもち米を使った餅まきに：1俵半分のお餅とお菓子を遺跡まつり実行委員会の方に撒いてもらいました。皆さん、沢山拾う事は出来ましたか？

終わりに、遺跡まつりを行うにあたり前日の準備、当日の運営に携わっていただいた地域の皆様、本当にありがとうございました。

出演者の皆さん、ありがとうございました



泉川文楽倶楽部

泉老人クラブ 健康料理教室

クリスマス

12月6日、老人クラブ泉支部の忘年会を兼ねた「健康料理教室」が行われました。

小西多恵子さんに講師として来ていただき、ヘルシー料理を作りました。

「さばの味噌煮」「鶏の酢じょうゆ煮」「きんぴらごぼう」「ほうれん草のおひたし」「かきたま汁」を作りました。

それぞれ各班に分かれ、担当の料理を作っていました。

完成後には、いよいよ忘年会。自分たちの作った料理を食しながら、1年間の労をねぎらいながら楽しく過ごしました。



衆議院選挙の為、1週間延期となったクリスマス会を12月22日午後より、泉公民館で開催しました。

ジングルベルの歌から始まり、「ハンカチ落とし」(使ったのは招き猫でしたが…)「ビンゴゲーム」を皆で楽しみ、ここで少し休憩。

この時に用意していたケーキに、自分の好きなフルーツをのせて、オリジナルのクリスマスケーキを食べました。

そして、いよいよ恒例のサンタの登場。今年は少し小柄なサンタでしたが、皆にプレゼントを渡してくれました。

最後に、少し残ったプレゼントを巡ってのじゃんけん大会。じゃんけんをする度に起こる一喜一憂に、会場は大変盛り上がりでした。時間はあっという間に過ぎ、楽しい時間を過ごせました。又、来年も楽しいクリスマス会を行いたいと思います。



「記念撮影」最後に皆でパシャ!!

餅つき
12月13日
しめ飾りづくり
12月25日

毎年年末は、老人クラブと泉小学校児童達が交流する機会がたくさんあります。

まず、13日には育てたもち米で餅つきを行いました。老人クラブの指導の基、児童達は一生懸命

つきました。ついたお餅はすぐに丸めて白餅・あんこ餅にし、家での食卓に出た事でしょう。又、25日は終業式終了後にはしめ飾りを作りました。1年かはずっとしていた児童は慣れた手つきで、大人顔負けの飾りを作っていました。又、初めて参加した児童も、老人クラブの方と一緒に完成させ、とても喜んでいました。

(下)「お餅つきの様子」
2人で交互に
ペタン、ペタン



(上)「しめ飾りづくり」
完成後、皆で
記念撮影 パシャ!



年始を迎えるにあたって ★門松設置★

新年を迎えるにあたり、12月末日に公民館に門松を作りまし
た。

今回は、出目の平丸さんのご協力の基、玄関前に設置をしました。平丸さんといえば、城戸病院の冬のイルミネーションをお1人で作っているのは有名な事でありませぬ。門松に作成時にも、すごく細部まで気を使っていたいただき、今までとは少し違った門松が出来ました。
平丸さん、館長、本当にお疲れ様でした。



【門松完成後に】
寒い中、ありがとうございました

ひよこ保健師フク講座



みなさん、あけましておめでとう
ございます。

さて、全国的にノロウイルスが猛威をふるっています。みなさんは体調を崩していませんか。

冬は、風邪や下痢・おう吐をもたらしウイルスやインフルエンザが流行する時期です。発熱や下痢、おう吐によって脱水状態になると、さまざまな合併症につながりかねませぬ。まずは予防が第一ですが、今回はかかってしまったときの対処法を紹介します。

◎ 37.0℃以上の発熱、おう吐、下痢の症状があれば水分補給を！
吐き気がある場合、最初は少量ずつこまめに飲むことがコツです。下痢のときは冷たい飲み物よりも汁物など温かいもので水分補給しましょう。

◎ 水分と一緒に電解質も補給しましょう！
脱水は水分と一緒にナトリウムやカリウムなどの電解質も一緒に出てしまいます。水だけ飲んでもな

かなか吸収されないので、電解質も一緒に補給しましょう。
スポーツ飲料(ポカリスエットやアクエリアスなど)には電解質がバランよく含まれていますが、濃いめにつくられています。飲むときは水で少し薄めて飲みましょう。最近『経口補水液』専用のものが薬局などで売られていますので、それを活用するのもいいと思います。

◎ 『経口補水液』をつくってみよう！
自分でも簡単に作ることもできます。食塩と砂糖、レモン適宜で好みの味に調整してください。清潔な保存を心がけましょう。

★材料★
・ 砂糖(上白糖) 20〜40g
・ 塩 3g
・ 水 1ℓ (沸騰させ冷ましたもの)
・ レモンなど適宜

【連絡先】 保健福祉課保健係
保健師 山下
TEL 45-1111
(内線3113)

☆今後の予定☆

〈2月〉

- 4日(月) 連絡協議会
- 12日(火) 運営審議会
- 16日(土) ふれあい学級 奉仕活動
- 23日(土) 男の料理教室
- 24日(日) 花いっぱい運動

〈3月〉

- 2日(土) たかのす学級 閉講式
- 6日(水) 健康料理教室
- 8日(金) 連絡協議会

編集後記

公民館に来て、早くも2年目が終わろうとしています。本当に早いものですね。今年の目標もまだ決まらずま
ま日々過しています。皆様は何か抱負は立てられましたか?でも、やはり健康第1ですよ! (Y)