

広報
第41号

上野東部だより

2018年12月15日

発行

東部地域住民自治協議会

総務広報部会

伊賀市緑ヶ丘東町920

上野東部地区市民センター内

TEL・FAX 24-3999



健康づくりと知識を深めて “東部住民自治協、秋の部会活動”



人権啓発部会

京都洛南人権ゆかりの地を訪ねて

9月27日(木)、人権啓発部会、人権啓発草の根運動の主催で視察研修会が京都洛南地区の東寺、柳原銀行記念資料館、耳塚・鼻塚、醍醐寺等ボランティアガイドさんの案内で35名が参加して開催されました。

京都には、寺社、庭園、史跡等数多くありますが、そこには京都の歴史と文化に寄与した被差別民衆の生活史がありなされています。今回の視察研修で人権という視点で多くのことを学びました。

健康福祉部会

健康ウォークin葛城

10月14日(日) 晴天に恵まれ、健康福祉部会主催で葛城市観光ボランティアさんの案内で48名が参加して開催されました。

當麻寺、日本一古い街道(竹内街道)等16名ずつ3班に分かれて案内いただき、途中地元の秋祭りにも出会い、喜びが一層大きくなりました。

環境保全部会

自然とふれあう「京都府立植物園」見学

11月9日(金) 60名が参加して、「京都府立植物園」を見学しました。植物は二酸化炭素を吸収して光合成の作用で酸素を与えてくれ、同時に地球温暖化を抑制する役割があることを勉強しました。

教育・文化スポーツ部会

彦根・長浜を訪ねて

11月18日(日) 教育文化スポーツ部会主催で45名が参加して「国宝彦根城・玄宮園と長浜まち歩き」の視察研修を行いました。晩秋の秋晴れの下、有意義な一日を楽しみました。

〈取材協力：南・高島・西口・矢倉部会長〉

「住むまちを地域で守る強いまち」



10月28日（日）前日の雨から一転して秋晴れの中、伊賀市多目的広場で「第11回東部地域住民自主防災訓練」が開催されました。この多目的広場では初めての防災訓練となりました。

16の自治会から約400名が参加、今年は服部団地自治会から多数の外国人の方も参加されました。

この防災訓練は伊賀地域を震源とする直下型の強い地震が発生したとの想定で、中消防署の全面的協力のもとで行われ、参加者が5つの班に分かれて、煙道体験、救護訓練、救出訓練、消火訓練、地震体験をローテーション式で行いました。地震体験車では、震度7の強い揺れを体感して、地震の怖さを肌で感じました。



地震体験車（起振車）



煙体験



LPガスは災害に強い

いざ地震が起きたら、 ダンゴ虫のポーズになって我が身を守る

起振車で震度7の揺れを各4人のグループで全員が体感しました。
消防士から我が身を守る姿勢を教わりました。

参加した人は「いざ本当に地震が起きたら、ダンゴ虫のポーズになって、手を頭の後に廻すポーズができるか心配です。たいへん怖かった、良い経験をしました。」と話していました。（緑ヶ丘本町の女性）

煙からの脱出は、低い姿勢で壁にそって、 ハンカチかタオルで口を覆い、 すみやかに抜けてください！

「とにかく床面スレスレに這って逃げることが大切と実感した。」
(赤坂町の男性)

今回、煙がなかつたので物足りなかつた、との感想がありました。

災害に強いLPガス

LPガスは調理の燃料であり、また発電機の燃料にもなる、災害に強いエネルギーです。またタンクにはいっているので運搬に便利です。
上野都市ガスでは地震に強い埋設配管に入れ替えつつあります。

と自主防災訓練

防災訓練2018

消火器は、家族皆が目につくところに置こう

消火器は初期消火で、人の背丈までの炎の時に使う。

手順は①火事だと叫んで周囲の人々に知らせる。

- ②安全ピンを抜く。
- ③ホースを外し火元に向ける。
- ④レバーを強く握る。



消火訓練

簡易担架の作り方、吊り方 担架を吊る時ぎっくり腰に気をつけて！

簡易担架の作り方は、毛布を広げ棒を2本、1/3のところに置き、毛布を折る。(棒の位置が肝要)

「移動するときは、足を前に進むことも大事と教えてもらい、参考になりました。」(服部団地の男性)



救護訓練（タンカ）

AEDの指示通り、落ち着いて使おう

AED準備中は心臓マッサージはやめない。

30回胸を押して1回は口に息を吹き込むことを3回やって、AEDをする。



救護訓練（心肺蘇生・AED）

三角巾は各家に 常備しておくと便利！

三角巾は薬局で200円ぐらいで買えます。

吐血や骨折にも対応でき、色々な方たちでも使って災害時には必需品です。皆さん常備しておきましょう。



救護訓練（止血と骨折）

炊き出し



かまど、薪でごはんたき



アルファ米の調理

災害時の炊き出しは 助け合って

「実際の災害では、炊飯道具、水、食料品が充分ではないので臨機応変に対応しなければなりません。非常食等の炊き出しの体験が必要と思いました。」(炊き出し係)

(取材：山本 史規)

活気があり、便利で環境の良い住みやすい町

城北地区自治会は、265世帯で高齢化率は11%、児童数も60人と若い人達が多く大変活気のある町です。東西は運動公園東側にある「憩いの里」から「ひぞっこ」までです。北は矢谷川、南は白鳳通りまでの区域です。(平野清水、平野中川原、平野城北町)

白鳳通りを中心に公園、ホテル、大手家電量販店、コンビニ、眼科、小児科、皮膚科、整形外科、歯科、整骨院、薬局、レンタカー店、飲食店等、日常生活に欠かせない店、病院がそろっています。便利で環境の良い住みやすい住宅地です。



白鳳通り



住宅地

全員参加で一斉清掃

地区活動としては、毎年春に役員のみで白鳳通りの清掃を行っていましたが、今年から秋に地区全体の一斉清掃をすることにしました。白鳳通りを含む3地区の組単位にて清掃をしました。



一斉清掃

活発な老人福祉部の活動

「笑福会」サロンは、80才以上の高齢者参加で年14回実施しています。「グランドゴルフ」は健康維持のため、月2回活動して親睦をはかっています。



グランドゴルフ



笑福会サロン

三世代間交流会で町の絆をより深く

体育部の活動で今年は三世代、0才から89才の76名の方々が参加し、陶芸体験、ゲーム等をしました。又児童福祉部の活動として、クリスマス、ボーリング大会を三世代の方々が参加して楽しく過ごしました。



陶芸体験



ボーリング大会

(寄稿:城北地区自治会長 末松 津屋子)

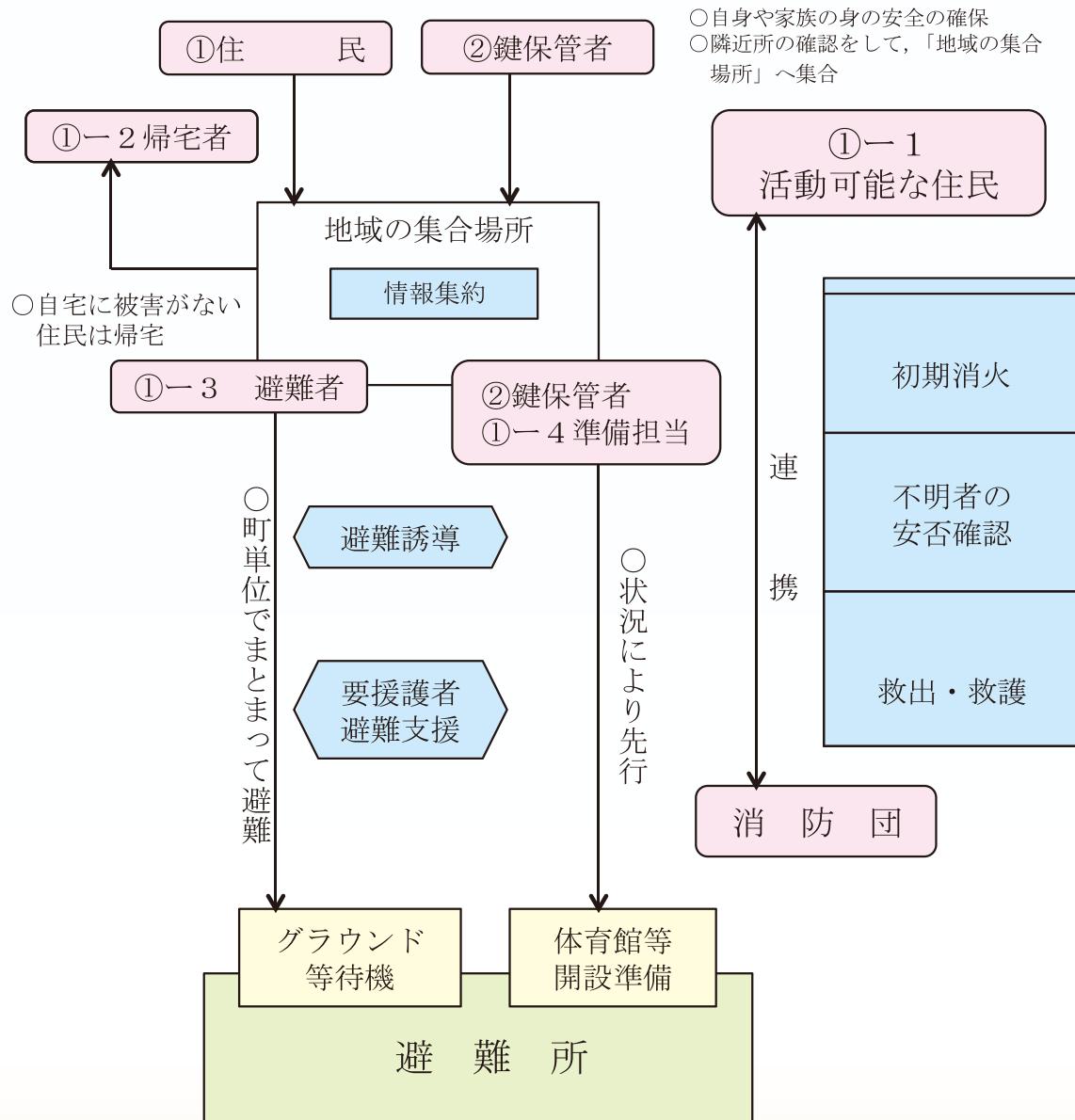
避難所マニュアルについて ⑤

災害が大規模になれば、市内全域になるためこの状況から生きのびるために、自らもしくは地域の力により回避するしかありません。広報35号（東部だより）から避難所マニュアルの重要なところを掲載しています。第1回は各自治会別災害時の避難場所、第2回は避難所開設・基本方針について、第3回は災害発生～避難所開設・運営・撤収の流れについて、第4回は災害発生～開設までの流れについて、今回は災害発生から開設までの役割による人の流れについて掲載します。掲載内容に目を通してくださいとともに住民の一人一人が自助・共助が如何に大切であるか再認識し「住むまちを地域で守る」という防災意識の高まることを願っております。

災害発生から開設までの役割による人の流れ

①住民：「自身や家族の身の安全の確保」、「隣近所の確認」後、“地域の集合場所”へ集合します。活動可能な住民（①-1）は可能な限り消防団との連携のもと「不明者の安否確認」「初期消火、救出・救護」を行います。また、被災の状況をみて、自宅に被害がない住民は帰宅（①-2）し、自宅に被害がある住民は要援護者の避難支援を行いながら、周辺の安全に気を付けて避難所へ向かいます（①-3）。開設準備が整い、受付ができるようになるまではグラウンド等で待機します。

②鍵保管者：「自身や家族の身の安全の確保」後、“地域の集合場所”へ向かい、自分の無事を伝え、状況により先行して、準備を担当する人員（①-4）とともに避難所の開錠及び開設準備を行うため避難所に向かいます。



「東部地域福祉ネットワーク会議」 設立総会開催

9月20日(木)午後2時から東部公民館3階ホールにおいて「東部地域福祉ネットワーク会議」設立総会が関係者33名(うち社協職員4名)が出席し開催されました。

司会者南副会長が開会宣言の後、発起人代表 服部会長の挨拶、社会福祉協議会 田邊部長の「地域福祉ネットワーク会議とは!」と題して講演に続き、服部会長を議長に選出し議事に入りました。

大会役員として議長より書記に繩手稔氏、議事録署名者に西口保次氏と町野公一氏の両名が任命されました。

第1号議案 東部地域福祉ネットワーク会議設立趣旨(案)

第2号議案 東部地域福祉ネットワーク会議要綱(案)

について質疑応答、意見交換の後、採決が行われ、各議案とも満場一致で可決承認され総会は無事終了しました。

この東部地域福祉ネットワーク会議は、今後、少子高齢化社会の進行により要介護高齢者の増加する中で公的な制度では対応できない日常生活上の多様なニーズを地域全体で支える仕組みづくりを検討する場として設置されたのです。



編集後記

私は、先日赤目四十八滝へ行ってきました。少しづつ木々が色付きはじめ、紅葉と滝が重なると滝壺からの風が気持ちよく心身ともに癒されました。この時期になると、ライトアップイベントも開催されており、次は夜の幻想的な風景も見に行ってみたいと思いました。

今年もそろそろ残り少なくなってまいりました。年末に向かって何かと気忙しい毎日が続くことと思いますが、良い年を迎えるよう頑張っていきましょう。

また、東部地域住民自治協議会の活動にご協力いただきまして、誠にありがとうございました。来年もご協力のほど、よろしくお願ひ致します。

(藤島 明香)

ホットコーナー

「平成最後の〇〇」

