



すわふくし

発行責任者 荒井 俊
(35) 0731
suwashakyo@net1.
jway.ne.jp

令和6年1月21日から2月20日の活動予定

ふれあいグループ

2月 6日 (火) ふれあいグループ会議
2月19日 (火) 強化事業会議

高齢者支援グループ

さわやかクラブ
1月25日 (木) ミュージックケア (市社協)
2月 8日 (木) 広き門狭き門ゲーム

子育て支援グループ

おもちゃライブラリー
1月26日 (金) 節分
2月 9日 (金) すわすくすくランド
(要予約)

身近な地域を考える

諏訪地区社会福祉協議委員会 委員長 荒井 俊

地域を考える際に、最も基本的な単位になっているのが自治会等の組織です。

地域によっては存続の危機に直面していると言われる。加入率の低下、役員の高齢化や担い手が見つからない、輪番制すら崩れてしまっている地域もあります。これは自治会等に限りません。高齢者クラブ、子ども会、消防団や青年団、婦人会などかつて地域活動を支えてきた多くの団体が同じ問題に直面しています。こうした担い手や参加者不足、地域のなかの人間関係が希薄化しているという問題は深刻です。この「つながりの稀薄化」は、地縁組織を脆弱にしたり、孤立死や社会的孤立を生じます。

自然災害が発生(東日本大震災、つくば市北条地区の竜巻、鬼怒川堤防決壊、能登半島地震)するたび、日頃の人間関係の大切さを痛感します。また、上記災害時に自分たちの避難場所や食料の備蓄量を全く知らなかった人が多くいたことを教訓にして、私たちもこのような身近なことの防災訓練を通して、日頃から確認して知っておくことが大事なことだと思います。

地域のなかでしっかりと社会関係が結ばれている地域ほど安全・安心・健康につながっているというデータもあります。

「誰もが安心して暮らせるようにする」ということ、個別の支援だけでなく、社会関係を豊かに醸成していくような地域づくりも重要であると思います。

(つくば市北条地区の防災研修から)

1. 被害状況は写真に撮っておく
2. 罹災証明を取得する(迅速に行うため隣接する市町村から技術者を要請する)
3. ボランティアは必ず行政を通すよう一本化を図る
4. 現在は知っている保険を熟知しておく

歳末助け合い募金のお礼

歳末助け合い・赤い羽根共同募金では、自治会及び、多くの企業、個人の方々からご賛同を頂き、感謝申し上げます。

ご寄付を頂いた企業名をご紹介します。尚、順不同、敬称略とさせていただきます

中工建(有)、(有)野口工業所、関本開発(株)、(有)川西砕石、(株)アウトソーシング
日東機設(株)、山本理化工業(株)、日東絶縁(株)茨城事業所、小野不動産、澤田屋酒店
(株)魚田土建、白河手打ち中華そば・なかむら、日立諏訪郵便局、(有)小野商事、
(有)稲澤商店、特別養護老人ホーム小咲園、魚松、高橋工業、(有)穂積製作所、諏訪神社
(有)八幸重機、中嶋ホンダ、マルト日立諏訪店、介護支援センターひまわり

ご協力いただきありがとうございました。

1月1日に起きた能登半島地震では、今も多くの被災者の方が厳しい寒さの中、不自由な生活を強いられています。改めて自然災害の恐ろしさを痛感しました。いざという時のために日頃から備えをしておきましょう。

地震から身を守る9ヶ条

- 1, 我が身の安全を図る・・・机・テーブル・ベッドなどの下に身をふせ、様子を見る。
- 2, すばやく火の始末・・・ゆれを感じたら身の安全を守りながらあわてず火の始末をしましょう。
- 3, 戸を開けて出口の確保・・・ゆがんで出入口が開かないことがあるのであけるようにしましょう。
- 4, 火が出たらすぐ消火・・・初期のうちに火を消すことが大切です。隣近所に声をかけて協力しましょう。
- 5, 外に逃げる時は慌てずに・・・慌てず周囲の状況を確認し、落ち着いて行動しましょう。
- 6, 狭い路地、塀際、がけ、川べりにはちかづかない。
- 7, 非難する時は、歩いて荷物は最小限にしましょう。
- 8, みんなで助け合い、お年寄りやけが人などに声をかけましょう。
- 9, 正しい情報を聞く。デマに惑わされず公共機関の正しい情報を聞くようにしましょう。

NHK ニュース防災より抜粋

<h3>屋内</h3> <ul style="list-style-type: none"> 頭を保護し 丈夫な机の下など 安全な所に避難 慌てて外に 飛び出さず 無理に火を 消そうとしない 人が大勢いる 施設では 慌てて出口に 走り出さない 吊り下がっている 照明などの下から 避難する エレベーターは 最寄りの階で 停止させ降りる 	<h3>屋外</h3> <ul style="list-style-type: none"> ビルの壁や看板 割れたガラスの落下に注意 ビルから離れる 丈夫そうな ビルのそばなら その中に避難する ブロック塀や 自動販売機の転倒に 注意する 山や斜面では 落石や崖崩れに注意 できるだけ その場から離れる 慌ててスピードを落とさず ハザードランプを点灯 緩やかにスピードダウン 車から離れる時はキーは 車内に置いておく 	<ul style="list-style-type: none"> 耐震性の低い建物は倒壊のおそれ 不安な場合は避難所へ 崖や斜面では土砂災害のおそれ 不安な場合は避難所へ 建物の2階以上・崖から離れた部屋へ 埋め立て地・河川近くは液状化のおそれ 避難の際は安全確認を 周辺で火災 延焼のおそれ 避難場所へ早めの避難を 停電中のろうそく こまめに消す 停電後の「通電火災」 避難の際はブレーカーを落とす
--	--	---

災害時の避難

WV ウェザーニュース より

非常用持ち出し袋 チェックリスト



- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 水 食品 <small>水は1人3ℓといわれています</small> <input type="checkbox"/> (ご飯 レトルト食品 ビスケット等) <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット 防災ずきん <input type="checkbox"/> 衣類 下着 <input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> ブランケット <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ビニール袋(大小) <input type="checkbox"/> 紐なしのズック靴 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ペン ノート | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 救急用品 (ばんそうこう 包帯 消毒液 常備薬 マスク 体温計等) <input type="checkbox"/> 薬剤情報提供書のコピー <input type="checkbox"/> 保険証のコピー <input type="checkbox"/> ティッシュ ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 洗面用具 歯ブラシ 歯磨き粉 <input type="checkbox"/> 懐中電灯 予備電池 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 充電器 モバイルバッテリー <input type="checkbox"/> マッチ ろうそく |
|--|--|

持ち出し時には貴重品も忘れずに