

な かつ は ら

第41号

発行
仲手原自治会

地震災害発生に備えた防災訓練の実施

平成26年度も地震災害時の防災対策として、仲手原自治会防災訓練と港北小学校地域防災拠点訓練を実施しました。

仲手原自治会 防災訓練

9月28日(日) 133名参加

朝7時に相模湾沖で震度7の地震が発生(横浜震度5)。朝食準備中の広域火災発生という被害想定の下に、多くの会員が参加して、港北消防署・消防団と港北区ボランティア協会の支援を受けながら、次の訓練を行いました。

①いつとき避難所(自治会館)で参加者受付後、仲手原二丁目公園に集合

②初期消火に備えたバケツリレーの訓練(参加者全員が2組×2班に分れて訓練)バケツの持ち方、送り方や、水を入れたバケツを送る人の並び方(直線一列



バケツリレー訓練



会長の訓練開始挨拶



ウォーターカーテン



岸根公園への避難訓練

と交互対面)声掛けなど基本を体験

③スタンドパイプ式初期消火器具の機能説明と放水操作(本消火器具は自治会館構内に設置しており、平成26年度に一丁目、二丁目に各1台を設置の予定)

④港北消防団によるウォーターカーテンの実演公開

⑤広域火災発生を想定し、広域避難場所の岸根公園への避難訓練

いつとき避難所の自治会館から岸根公園まで、旧綱島街道を菊名池交差点で左折し、水道道経由で岸根公園まで坂道の多い1.7kmを45分で落伍者も無く、全員が無事に避難でき、現地解散しました。

港北小学校地域防災拠点訓練

11月9日(日) 51名参加

仲手原自治会館(いつとき避難所)に集合し、港北小学校(防災拠点)まで避難し、防災拠点では朝方からの降雨により、屋外での訓練は中止となり、体育館で次の訓練を実施しました。

①アマチュア無線による訓練見学
②段ボールにより避難場所の専用スペース確保訓練

③簡易トイレ組立方法の見学



避難スペース確保



簡易トイレ組立

地震災害発生時の仲手原地区の避難場所は何処???

①いつとき避難場所…自治会館

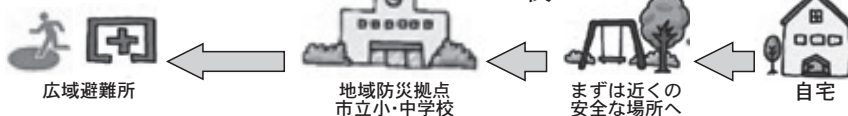
地域の班や組の単位ごとに安全確認や避難行動ができるよう、地域の生活圏と関連した避難者の安全が確保できる場所です。(一時的に避難して災害状況を確認するほか、広域避難場所等へ避難するために地域住民が集まる場所)

②地域防災拠点…港北小学校

家屋の倒壊などにより自宅で生活できない方の一定期間避難生活を送る場所です。(防災備蓄庫を設置し、食料や防災機材を備蓄しており、また、家族や知人の安否確認など、情報受伝達の拠点)

③広域避難場所…岸根公園

防災拠点が倒壊や、火災の延焼などにより、拠点に居ることが危険になった場合に避難する場所です。(木造建物等からある程度はなれた地域や、耐火建物等輻射熱遮断する効果のあるもので囲まれた地域)



「夏祭り」所感

斉藤 眞幾男

8月23日(土)～24日(日)



自治会役員となり、初めて準備段階から参画させていただきました「夏祭り」を通して、感じた事を何点か書きとめてみました。まずは回覧や案内のポスターの作成からはじまり、会場(公園)の清掃、盆踊り会場作り、お菓子やおもち券の準備、ビンゴ景品の購入等、数多くの準備作業を役員や班長さんはじめ大勢の皆様のご協力ご支援を仰ぎ「夏祭り」プロジェクトのスタートです。

井上会長をはじめベテランの世話人の皆さんによる「夏祭り」に向けたカウントダウンが始まります。経験の無い私は、皆さんの仕事ぶりを覚えるのと合わせ、後継者の計画的な育成の必要性も感じました。

お祭り当日は神酒所の設営、山車や出店の準備等で朝早くから大忙しです。それでも大勢の子供たちが嬉しそうに太鼓を叩いたり山車を引いているのを見ると、こちらまで楽しくなってしまうま

した。諸先輩のお話によれば、少子化の影響が年々参加する子供たちが減ってきているのとこと。本当に子供の絶対数が減っているのか？



興味や関心が無いから参加しないのか？ 子供会など関係者と分析が必要なかも知れません。夜はいよいよ盆踊りです。槽のまわりに設営された夜店には大勢の子供たちや父母の方々の長い列。盆踊りの見学者と相まって会場は人だかりです。その割に、盆踊りの輪に参加される方が少ないのは少し驚いてしまいました。盆踊りに参加される人たちを増やすのも来年度の大きな課題です。

二日目の夜はお待ちかねのビンゴ大会です。600枚用意したカードはあっという間に無くなってし



まいました。番号が発表される度カードを持っている人達は目を輝かせてカードとにらめっこ。

お祭りが終わった翌朝は世話人が集まったの後片づけでしたが、これも皆さんが一致団結して短時間で終了することができました。

月末には「夏祭り」開催にご尽力いただいた世話人の皆さんと自治会館で鉢払いを行いました。その際に多くの貴重なご意見やご要望をいただきました。これも来年の「夏祭り」に少しでも反映できればと思っています。

自治会の活動は自分たちの住む町を自分たちの手で安心して安全に暮らせる町にする活動です。最近、

自分のことや自分の家族は自己責任で守るから、他人のことには無関心な風潮も見られます。

しかしながら皆様に興味や関心を持っていただける様な企画を立て実行すれば、皆様と一緒に自治会活動をより活性化して行くことが出来ると思っています。

講師の中村先生指導のもと、30余名の参加者が楽しくヨガやエクササイズをしました。ヨガは正しい呼吸法と姿勢が重要で、深い呼吸は心身を落ち着かせ、集中力を高める効果があり、関連部位を意識してポーズをとることは、普段使っていない関節や体の深い部分の筋肉も動かされ、さらに体のバランスも保たれ健康になるのだと教えていただきました。



自治会館で、横浜ソーワクリニクス副院長の高橋医師による講演会が行われました。風邪とインフルエンザの違い、ウイルスの種類、感染力や大流行の歴史、ワクチンや薬、診断や検査法、治療などについてわかりやすくお話をさせていただきました。

街かど医学塾

インフルエンザについて学ぶ 10月1日(水)

健康づくりシリーズ 2014 9.10月 全4回

講師の中村先生指導のもと、30余名の参加者が楽しくヨガやエクササイズをしました。ヨガは正しい呼吸法と姿勢が重要で、深い呼吸は心身を落ち着かせ、集中力を高める効果があり、関連部位を意識してポーズをとることは、普段使っていない関節や体の深い部分の筋肉も動かされ、さらに体のバランスも保たれ健康になるのだと教えていただきました。



スリム
3R 夢施設見学会
9月18日(木) 45名参加



今回の施設見学会は、横浜市水道局水源地の一つである山梨県水道志村となりました。平成15年同村より横浜市へ合併の申し入れがありました。山梨県との交渉などが大変困難と判断し丁重にお断りした経緯があります。かように同村と横浜市の関りあいは深く、大正5年同村の山梨県々有林を水源涵養林(山へ保水能力を与える林)とするため、横浜市が購入して以降約100年に及びます。

見学会当日は東名高速下り線の事故発生により、中央高速経由での現地入りとなりました。

最初同村西部の山伏峠近く標高約千メートルにある林間の施設見学地・道志川「源流の森」で市水道局の方から水源涵養林の説明を



「源流の森」での説明



参加者一同

聞き、昼食を挟んで同局員の案内で同村中部の「道志の湯」の薪ボイラー(同局による間伐材を燃料とする)を見学、さらに同村東部の雄滝・雌滝を觀賞し、東名高速経由で帰途につきました。道志川の水は残念ながら港北区へは配水されていませんが、防災訓練などで配布される「はまつ子どうし The Water」は道志川の水です。

敬老祝い

9月には、民生委員が敬老の品物を、該当する方々(70・75・80・85歳の方、90歳以上の方、77・88・99歳になられた方)208名にお届け致しました。100歳以上の方は4名、90歳以上の方々も61名おられ、御健勝のこと何よりと存じます。どうぞ皆様、いつまでもお身体を大切に、お元気でお過ごし下さい。



にこやが昼食会

6月21日(土)には80歳以上の方々、10月28日(火)はひとり暮らしの方々をお迎えして、仲手自治会館で昼食を頂きました。6月の会ではお笑い芸人のように面白いおまわりさんの詐欺に騙されな

いたためのお話やゲーム。10月の会では「ハナミズキの会」の皆さんによる大正琴の演奏で歌や踊り等をして楽しみました。どちらの会も、とても和やかで、皆さん笑顔でお帰りになりました。



**こつぶき会
秋の日帰りバス旅行**

三浦 静子

去る10月16日、前日の冷たい雨が嘘のように晴れ渡り、参加者4名にて、谷川岳天神平に向け出発。第三京浜・環八を経て関越道に入り遠くの間々を眺めながら土台口駅に到着。ロープウェイで天神平まで登る。標高1319mの気温は8℃ながら頬を渡る風は、心地良く更にリフトで上へ。360度の眺望に感激!山女魚の塩焼き他、ご当地の名産を盛り込んだ昼食を満喫して、最後にお土産を買い求め帰路につく。定刻無事自治会館に到着。

楽しかった
思い出を胸
にそれぞれ
家路に向か
いました。



自治会のサークル紹介(連載)

当自治会には、助成・自主・任意の各サークルが15以上あり、各サークル共、活発に活動しています。今号より連載記事として、各サークルを紹介していきます。

★第1回 「仲麻会」★

当仲麻会は、聞く所によると平成13年頃、約10名位から発足したそう。今では30名以上の麻雀仲間。月4回開催しています。当自治会員なら誰でも1日200円(会場費、茶菓子代)で参加できます。また半期ごとの月末に大会を開催(六卓程度)。麻雀は手先の訓練、脳の活性化、視聴覚の鍛錬等、老化防止に役立つ効果や効能等が見直され、最近では多くの自治会や老人ホーム等で行われています。当仲麻会は「賭けない、飲まない、吸わない」の健全麻雀です。なお会長は井上禮子さん、副会長兼会計は池田俱枝さん、会計監査兼ルール担当兼世話役は勝又で、当会に興味を持たれた方、時間のある方等、是非ご一報ください。(記 勝又)



自治会だより

12月 「なかつはら」41号発行

家庭防災員主催家防訓練(4日)

クリスマスコンサート(14日)

自治会館年末大掃除(28日)

港北区駅伝大会(11日)

2月 節分豆まき大会

中高年スキー教室(6日～8日)

岩手県・網張スキー場

自治会親睦バス旅行(22日)

3月 新旧役員交代懇親会

班長・組長業務説明会

親子スキー教室

「なかつはら」のWEB閲覧

従来からパーパーメディアで発行している自治会紙「なかつはら」をHPからもご覧いただけるようになりました。なお、バックナンバーもご覧になることができます。また、当該HPは地域活動の情報も数多く掲載されていますので、ご覧ください。



<http://www.sinohara.sakura.ne.jp/nakatehara/>

「自治会会員名簿」「ハザードマップ」作成配布

5年ぶりに「自治会会員名簿」を作成し配布しました。記載内容に異動が発生した場合は、自治会までお知らせください。なお、本名簿は個人情報ですので、取扱いは十分ご留意下さい。

災害が発生した時に予想される様々な危険性や、それらの危険に備えるための情報に役立てばと、平成25年度の自治会防災訓練で地域の危険箇所や井戸、消火栓位置などを参加者全員で調査した結果などから、お役立ち情報マップを作成し、全家庭に配布しましたので活用してください。

3年ぶり開催「健民祭」
10月26日(日)

天候不順のため2年間中止された「健民祭」でしたが、今年には絶好の日和のなか、3年ぶりに予定通り開催されました。従来の自治会対抗は「徒競走りレー」と「玉入れ」だけに限定されての実施に変更となりました。

参加された子供会からの寄稿文を掲載します。

あかつき子供会 橋本 雅代

今回、初めて健民祭に参加させていただきました。

お天気に恵まれて本当に良かったです。私は召集係を仰せつかりまして、たくさんの方の皆さまと関わることができました。ありがとうございました。

港北小学校3年 井桁 実咲

私はリレーのスタートになりました。ドキドキしました。でもさいごまで1位で次の人にバトンをわたせたのでよかったです。でもけっこう予選Bチームの4組中4位なので、後半にはできませんでした。なので来年は私のチームが1位になりたいです。



白幡小学校4年 鈴木 悠人

ぼくは、けんみんさいのりレーにできました。はじめてだったので、



障害物リレー



仲手原チームの阿波踊り

少しきんちょうしました。ぼくは、3位でバトンを受けとり、一人ぬかして2位でバトンをわたしました。結果は、予選敗退でしたが、みんなが協力して走りきれたと思います。来年こそは、決勝に残って、優勝したいです。

※編集コメント…寄稿文をいただいた小学生たちの『熱き想い』を、仲手原自治会の結集力として、来年こそは優勝を目指しましょう。

フルート・ベル
二胡の演奏です
来てね!

クリスマスコンサート
12月14日(日曜日)

午後1時開演
仲手原自治会館にて

訂正

40号掲載の自治会役員名の勝又氏に誤植がありましたこと、お詫びします。 勝侯↓勝又に訂正

《編集スタッフ》

伊東美奈子・岩下武夫・植木幹造・江村 清・中村泰雄・三宅博久・和田恵美子・写真撮影―押尾泰典他