

な かつ は ら

第44号

発行
仲手原自治会

平成27年度 仲手原自治会防災訓練 10.31

ワー！ 火が消えた

今年の子供達や武相学園の生徒ら約180名が参加し、盛大に行われました。今回は消防団の指導の下で、次の四種類の訓練を行いました。

① 家庭用消火器による消火訓練



消火スプレー噴射

油火災の発生

粉末消火器の噴射

② 移動式初期消火器の操作訓練



移動式初期消火器

消火栓へ接続

火災箇所へ放水

※移動式初期消火器の設置場所
自治会館と2-25-17に設置済。

1-1-15と2-2-26に年度内予定。

③ バケツリレーによる消火訓練



バケツ消火リレー



簡単防災食の試作



母子も防災食挑戦

小さな女の子がお母さんと一緒に本物の消火器を使い、ガソリンの燃え上がる赤い炎を見事に消し、大きな拍手をもらいました。

広場公園では、消火栓にセットした移動式初期消火器を使った放水訓練とバケツリレーによる消火訓練が行われました。最後は今泉マユ子先生の指導で缶詰等を使った簡単防災食を試作、参加者が試食して訓練が終了しました。



今泉先生の講義

防災食の備蓄とは？

榎オフィスRM代表取締役

管理栄養士 今泉マユ子

皆様は食料を備蓄されていますか？災害は突然起こります。

災害の後に慌てても間に合いません。そして災害に備えて準備をしていますが、実際使ったことがない物を非常時に使いこなすのは大変なことです。特別なものではなく、できるだけ日常に近いものを利用できれば、限られた環境のなかでもストレスを減らすことができます。大きな被害がなくても流通が滞ればたちまち食べ物は手に入りません。そんな時、家にある食料で数日間は大丈夫、と思えることは安心につながります。

近い将来起こると言われている首都直下型地震、南海トラフ地震。

地震だけでなく、大雪や台風などの災害、新型インフルエンザなどの新型感染症に備えても備蓄は必要です。「その日はいつか必ず起こる」と常に意識して下さい。自分の命、家族の命、自分たちが住む地域は自分たちで守る。それが大切です。

地震が起きた後、一番初めにやるべきことは身の安全の確保、安

否確認。それから家の中の点検、壊れ物の後始末。落ち着いたら食事について考えて下さい。

★もし停電してしまったら？

冷蔵庫の物は優先順位を考慮してクーラーボックス、保冷バッグに保冷剤を入れて移し替えて下さい。

★ガスが止まってしまったら？

温めなくてもすぐに食べられる缶詰、レトルト、防災食があれば安心ですが、被災にあつた方達は皆さん「温かい物が食べたかった」と仰っています。温かい物を食べると生きる気力になります。ぜひカセットコンロは備蓄してください。カセットボンベも必要です。電気の復旧が一番早いと思われませんが、電気炊飯器、電気ポット、電子レンジ、ホットプレート、卓上IHコンロ等もあると安心です。

★水と食料の備蓄量は？

政府から1週間分以上と推奨されています。置く場所に困ると仰る方も多いですが、水も1人1日3ℓ、3日分の備蓄をお願いします。4人家族で36ℓの備蓄が必要です。決して押し入れなどにしまいこまずに、分散して備蓄してください。防災食の備蓄は力まず構えることなく、出来る事から始めて下さい。



エンジョイ なかつばら
夏祭り
 8月22・23日

坂の多い山車ひき
 港北小5年 大木 悠也
 今年も暑い夏日だったけれど山車をひきました。毎年同じく坂が多くてすごく大変でつかれました。だけど休けいの場所に来ておかしやジュースをもらおうと、「またやろう」とやる気が出ました。すごく楽しかったので、また来年もやりたいと思いました。



楽しい盆踊り
 白幡小4年 椋代 塾日
 わたしは、最初にほんおどりの練習に行った時に全部おどりをおぼえられるか心配だったけど、家で練習したらおぼえられました。やぐらの上でおどったときは、きんちようしてましがえたらどうしようなどと考えていましたが、ましがえずにできてよかったです。「もったいない」が一番楽しくおどれました。



ことぶき会 45周年記念に寄せて

会長 井上 禮子

今年、仲手原ことぶき会は45周年を迎えました。これに先立ち、「ひとの和と輪」という冊子を作りました。多くの方のご協力により、素晴らしいものが出来上がりました。



記念誌の制作

初代会長は陣内さん、二代目は川久保さんです。この時代には、一丁目・二丁目に関係なく、第一と第二のことぶき会がありました。私はこの第二ことぶき会に民生委員としてお手伝いに入りました。その頃より、公園愛護会が出来、ゲートボール部が発足するなど、大勢の方が活躍しておりました。その後長田会長に代わりました。世代交代の時期だったので、ようか人が少なくなり、急遽私に会長の任が回ってきました。55歳と皆さんより若い立場のものが会長になったのですから覚悟はしておりましたが大変でした。

何年か過ぎ、第一ことぶき会が解散になり、仲手原のことぶき会は一つになり、正式に「仲手原こ

とぶき会」となりました。少しずつですが会員が増え始めました。年間行事を決め、男の方に楽しんでいただけるようにもしました。お蔭さまで今では篠原一の男性数です。出席率は70〜80%にもなり、役員も嬉しい悲鳴をあげています。この会に入って良かったと大勢の方がおっしゃいます。町を歩いていて挨拶をしたり、声をかけていただいたり、いろいろの所で親切にしていたり、また旅行にも参加でき、楽しませてもらっているのもっと早くから入っておけば良かったとおっしゃいます。有難いことです。

住み慣れた所で、自分らしく、いつまでも居たい、これが私たち「ことぶき会」の方の気持ちです。住民の皆様と共に「仲手原ことぶき会」の益々の発展と、ご協力をお願い致します。ことぶき会にも書きましたが「ひとの和と輪」を大切に思う心を持ってこれからもやって行きたいと思えます。よろしくお願い致します。



45周年記念行事の開催

少子化の風潮の中で、明るいまれを取り戻すべく、一男二女の育児に励むお父さんを紹介します。

1丁目8班 玉木 洋平

『育メン奮闘記』という事なのですが、特別何かをしている訳でもなく、経済的な理由で夫婦共働きである以上、男も家事や育児に参加するのは、ある意味当然と思っと思っていますし、そういう時代に生きて子供と接する中で貴重な経験をさせて頂けているのは幸せな事だと思っています。

でもとにかく朝、保育園に送り届けるまでは大変で奮闘感を出してしまっているかも知れないですね(笑)一応仕事もあるので、父親に似て自由で気まぐれな子供達を時間通りに送りだす朝は、ついつい大人の事情を盾に怒鳴ってしまったりして後で落ち込みます。

叱らない、怒らない、感情的にならないという育児風潮がある中で、大抵の親はそれが出来ない自分に対して苛立ちとストレスを抱えているのではないかと思います。

そんな日々の中でも、ふとした瞬間に子供の成長を感じる事が出来た時は本当に嬉しく思います。先日、小学校に通う長女がふと

した時に疎外感を味わう事がありました。とても悔しかったと話してくれました。ちょうど同じ頃、学級会でいじめについてみんなで話し合うという事もあったようで、きっと彼女なりにいろいろ感じて、考えていた時期でもあったのだと思います。そして彼女がこう言ったのです。

「もしかしたら自分も知らないうちに誰かを傷つけているかも知れない」

彼女の言葉にとっても驚き、心の成長を感じさせて貰いました。親バカですね。でもとても嬉しかったです。

親がなくとも子は育つというのは本場で、子供はどんないろいろな事を吸収していつか、気が付くと自分の知らない事をたくさん教えてくれます。

私の母親がよく言っていたのですが、わが子と言えども一人の間として対等に向き合って、これからの子供たちの成長を楽しみながら学んでいけたらいいなと思っています。



自治会だより

- 12月 「なかてはら」第44号発行
クリスマスコンサート(20日)
「日の出を見る会」(23日)
自治会館年末大掃除(28日)
港北区駅伝大会(10日)
中高年スキー教室(29～31日)
- 2月 自治会親睦バス旅行(28日)
- 3月 新旧役員交代懇親会(5日)
新班長・組長業務説明会

子供会だより

- 1月 節分豆まき大会(31日)
- 3月 親子スキー教室
卒業・進級祝い

民生児童委員(新規)の紹介

7月1日、岩崎明子氏が新規に委嘱されました。42号で紹介した担当地域が一部変更となります。



岩崎 明子
電話 401-9593
担当地域：2丁目6・9班
(詳細はお問い合わせ下さい)

『防犯パトロール隊』に感謝状

「港北地域安全のつどい」が10月19日に港北公会堂で開催され、その場で『仲手原自治会パトロー

ル隊』の団体活動について、主催者の港北防犯協会・港北警察署から感謝状を細川副会長が代表していただきました。

グラウンドゴルフ大会 6・21

仲手原2丁目公園での親睦行事に、老若男女の8組48名が参加して和やかに競い合いました。

港北小4年 井桁 実咲

私は2年生の時、初めてグラウンドゴルフをやりました。3年生の時は雨で中止になってしまいました。なので4年生は必ずやりたいと思いました。少し雨がふったものの最後までプレイできて良かったです。そして私はホールインワンを出しました。この時はとてもうれしかったです。5年生でもまた参加したいと思います。

健民祭 10・18

篠原地区連合行事として7自治会が武相学園グラウンドへ集合し、(仲手原200名参加)親睦と競技を行いました。徒競走リレーは選手活躍により3位に入賞しました。

白幡小4年 渡辺 奏太

ぼくはリレーでつかれたけど、みんなで力を合わせて3位までに入れて、がんばったかいがあったと思います。次に買い物きょうそ

うで、ファンタグレイプがとれてうれしかったです。他にときょうそで友だちにぬかされ、そして、しょうがい物きょうそは、3位までに入れなくてくやしかったです。



頑張りました!

3R夢施設見学会 9・24

毎年恒例の環境研修は、家庭ごみなどを焼却する横浜市資源循環局都筑工場と、高効率で環境にも優しいガスと蒸気を組合せた発電方式の東京電力(株)川崎火力発電所を45名が参加して見学しました。

第6回男の仲手原食堂 10・25

世界文化遺産登録の『和食』の代表的な家庭料理といえる「肉じゃが&白和え」料理に22名の方が挑戦し、講師の猪俣さんの指導を得て、美味しく調理ができました。

ひとり暮らし高齢者昼食会 10・29

80歳以上のひとり暮らしの方46名をお迎えして、自治会館で昼食会を開催しました。

心肺蘇生研修 11・13

安全で安心な生活を送るため、女性消防団員を講師としてのAED使用方法など、多くの男性を含め22名が、真摯に体験しました。

自治会館利用の文化活動の紹介 フラダンス

平成15年に菊名YMCAの体験教室を皮切りに「ケアラオカモキハナ」教室を開設しました。生徒は現在10名です。

初めは足が痛い、腰が回らない等と皆さん悲鳴を上げていましたが、今では年間4～5回ほどの施設からの公演依頼があります。他に新横浜の地域活動ホームで、2ヶ月に1回、皆さんと楽しく踊っています。練習日は仲手原自治会館で、第二と第四水曜日朝10時～午後5時までです。興味のある方は見学自由です。さらに日曜日は村野宅で練習をしています。



指導：村野明美

訂正 43号掲載記事のご寄稿者名と行事名に誤植がありました。次の通り訂正し、お詫びします。

㊦ 杉原麻↓ ㊧ 杉原麻里

㊨ 県民祭↓ ㊩ 健民祭

《編集スタッフ》

伊東美奈子・植木幹造・江村清・押尾泰典・三宅博久・宮田純子・和田恵美子・編集責任者―中村泰雄