

# 社協だより

## ◆◆◆ 同和地区社会福祉協議会会長 あいさつ ◆◆◆

令和2年度新年のご挨拶を申し上げます。昨年1年間この地区は大きな災害もなく生活することができました。皆様の御蔭でいろいろな行事も無事にできました。四日市市でも進めています。「環境、防災先進都市」「健康、生活充実都市」などがあります。この地区でも住民の方のお役にたてる行事、地域社会つくりになる親睦行事、防災関連行事、スポーツ行事など、おこなっていきたいと思っています。本年もよろしく御願いたします。

同和地区社会福祉協議会会長 市川 満

## もちつき大会 12月15日(日) 四ツ谷公園

穏やかな陽気のもと、四ツ谷公園にてもちつき大会が催されました。開始時には人の出足も鈍かったのですが、ぺったんぺったんとお餅をつく音に誘われたかのように賑わい始めました。おろし餅、しょうが餅、きなこ餅、あんこ餅を頂き、最後は締めのお雑煮です。一番人気のお雑煮が出来上がる頃には長蛇の列ができ、賑わっていました。昔ながらの年末のこの行事、役員の皆さんおつかれ様でした。



# 同和地区防災訓練 10月13日(日) 中央小学校体育館

各地に甚大な被害をもたらした台風19号。折しも東海地方を通過した翌日、10月13日同和地区防災訓練が実施されました。9時前のサイレンの合図とともに各町、指定の第一次避難場所へ集合し、中央小学校へ向かいました。今回は吉村減災支援センター、センター長・減災アドバイザーの吉村隆氏をお迎えして、同和地区の状況を考慮した防災・減災の話をしていただきました。



まずハザードマップの見方、海拔の調べ方、古地図と現在の地図を比較する今昔マップの調べ方の話がありました。このことを踏まえ、台風直後ということで、河川が決壊した場合の話へと続きました。三滝川が氾濫した場合、八幡町は「1m未満の浸水」、中町は「2m未満の浸水」だそうで、このデータなら逃げ遅れても2階への避難が可能ということでした。大雨の「避難レベル3」では避難弱者は避難開始、「避難レベル4」で全員避難となっていますが、夜、暗くなってからの避難は危険を伴うため、原則明るいうちに早めに行動することが重要との話でした。地震の話では、まずその場で身を守ることが大事ということで、シェイクハンド訓練を実際に行いました。

○ドロップ:姿勢を低く…正座をして脚を八の字に開く

○カヴァー:頭を守る…右手で首の後ろ(頸椎)左手で後頭部を押さえて頭を抱え込むように  
前のめりになる(ダンゴムシのポーズ)

○ホールド・オン:そのままじっと耐える



その他にも、火災の際の一酸化炭素の恐ろしさや、初期消火に対する簡易消火器の使い方、住宅用火災警報器の紹介など、わかりやすくジョークを交えながら、話してくださいました。火災で一番大事なことは、「まず自分がその災害で死なないこと」そのためにはどうするか、自分で考え、判断し、行動する。まずは「自助」、自分と家族が大丈夫だったら、次に「共助」「近助」ということだそうです。

災害、特に自然災害は、いつ起こるかわかりません。日頃から、家庭単位で準備しておくことはもちろんのこと、地域の防災訓練にも、積極的に参加していただき、災害に負けない地域づくりを、住民で行って行けたら、と感じました。

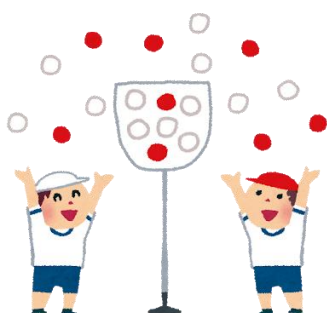
# 中央・同和地区大運動会 10月20日(日) 中央小学校

前日までの雨が嘘のような晴天に恵まれ、中央・同和地区大運動会が開催できました。  
地域の方々がとても楽しく過ごされていて、いい運動会になりました。



## ♪ 参加者の声 ♪

- パン食い競争が楽しかった。 •最下位で悔しかった。
- 大人から子どもまで皆で楽しめた。
- 町の人数が少なくて、競技のメンバー集めが大変だった。
- ゲートボールはもう一周くらい回りたかった。
- 小さい子どもでも参加できるような競技がもっと欲しい。
- 玉入れがたくさん入って孫が嬉しそうにしていたので良かった。



# ひとり暮らし高齢者の集い 10月11日(金) 八幡町集会所

ひとり暮らし高齢者の集いが八幡町集会所にて行われました。

素敵なマンドリン演奏で癒され、みなと在宅介護支援サービスセンターの足田さんのお話や、口腔体操などで意義深い時間を過ごしました。その後みんなでお弁当を食べ、お喋りも楽しみました。いつもお世話をして下さるスタッフの皆さん、ありがとうございました。



# 三世代交流グラウンドゴルフ 11月10日(日) 中央小学校

雲ひとつない秋晴れの下、グラウンドゴルフ大会が開催されました。グラウンドゴルフとは、ゴルフをアレンジした新しい試みの軽スポーツです。専用のクラブ・ボール・ホールポストを使用して、ゴルフのようにクラブで打ち、何回打ってホールにインするかを競います。『いつでも・どこでも・だれとでも』年齢に関係なく楽しめるスポーツです。初参加のご家庭や、日頃の練習成果を披露されるシニアの方々。小春日和の気持ち良さに心が弾み、ボールを打った時の軽快な音が呼応しているようでした。今年は30ものホールインワン賞が出ました。ルールを知らなくても周りの方が教えて下さり、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。1人でもチームでも参加することが出来ます。来年もたくさんのご参加お待ちしております。



## 編集後記

昨年は年号が変わり、「令和」という字面や響きにまだ慣れず、うっかり書類などで「平成」と書くこともようやく少なくなってきました。令和元年は台風19号の甚大な被害や、大きな感動をもたらしたラグビーワールドカップ等、良くも悪くも怒涛のように様々な事が起こりました。今年は何んな年になるのでしょうか？皆様にとって実りの多い1年になりますようお祈り申し上げます。

(担当/S.H)