中小路

第122号
中小路学区コミュニティ推進会
中小路地区社会福祉協議会
発行責任者　吉　岡　保　夫
編集責任者　広報部
交流センター　22−6483
http://www.net1.jway.ne.jp/nakakouji.k/index.html

中小路学区自主防災訓練

防災防犯部長　舘　野　清　道

中小路自主防災訓練が、十一月二十五日にコミュニティ役員や市関係者、中小路小児童、駒王中生徒など二四〇名を超える参加で開催されました。今回の訓練は、警戒レベル4を想定し、緊急連絡網で参集依頼、民生委員・地区社協さんは、要支援者安否確認をしました。

救出救助班では、①段ボール間仕切り②段ボールベット③簡易テント④防災マンホールトイレ⑤水消火器⑥声出し訓練⑦給水タンク組立⑧非常用電源（蓄電池）⑨ハザードマップ説明コーナーでの訓練が行われました。

小学生、中学生、一般参加者は毎年参加し、それぞれの訓練を体験していますが、今回は、あの台風十三号の恐ろしさを肌で感じましたので真剣に取組みましたとの声を伺いました。

今回初めて、つくば市の元防災科学技術研究所職員だったナダレンジャーさんをお呼びしました。今まで四千回以上のサイエンスショー形式の講義、講演を行っています。災害を引き起こす自然現象のメカニズムを楽しめるサイエンスショー形式でした。突風・雪崩・地震の揺れなど本当はこわい自然現象をミニチュアにして再現するオリジナルのサイエンスショーでした。子どもたちも目を輝かせ楽しみながら体験しながらの講演会でした。特に地震では、大中小のビルの模型を小刻みに揺すると小さなビルが激しく揺れる、ゆっくり揺らすと大きなビルが大きく揺れる実験には理解が早かったようです。この様な企画が出来た事により参加者全員が改めて自然災害の恐ろしさを身にしみた。

大高訓練副隊長さんは、最後の挨拶の中でこのような体験を積み重ねる事により、いつ大災害が起きた時にも今までの体験や経験を活かして自助により自分の命は自分で守っていく事が大事ですと締めました。

今回の訓練にあたり関係者の皆様の多大なご尽力を賜りお礼を申し上げます。

サイエンスショー形式の講演

非常用食料家庭備蓄品（難を避ける）チェックリスト

・・・今日から準備しましょう・・・
下記リストは2人で1日分です

必要品 □水 22×6本×4箱 □カセットコンロ　1台 カセットボンベ×12本	主食・タンパク質 □レトルト食品・牛丼の素・カレー等×18個 □缶詰 お好みの缶×18缶
主食・エネルギー・炭水化物 □米2kg×2袋 □カップ麺類×6個 □パックご飯×6個 □乾麺（うどん・そば・そうめん・パスタ） □その他（適宜）	家庭備蓄の目安は、家族の人数×最低3日分以上

農林水産省［災害時に備えた食品ストックガイド］をもとに作成

「安心安全ネットワーク事業」

地区社協では「安心安全ネットワーク事業」として独り暮らしのお年寄りなど要支援者の見守りや巡回安全サービス事業などの日常生活を見守る活動。そして「ふれあいサロン（生きがいづくり・仲間づくり）」「健康クラブ（介護予防・健康づくり）」「おもちゃライブラリー（親子交流ができるおもちゃの広場）」など地域住民の皆さんに寄り添った活動を行っています。また、市の「緊急通報システム（ボタンひとつで消防本部に通報できる機器の貸し出し）」の案内など地域の皆さんが安心して安全に暮らせるようにと活動しています。

これらの活動は全て地域近隣協力者のボランティアによって行われています。できる範囲で助け合いながらの活動です。是非、皆さんも一緒に活動してみませんか。

緊急通報システム

利用者負担額

所得税課税世帯
設置工事費　2,900円＋税
月額使用料　380円＋税

所得税課税世帯以外の世帯
無料

利用可能な固定電話の回線
- NTTのアナログ回線
- NTT光回線、
- Jway（ケーブルテレビ）回線

緊急通報システム機器のご利用はNTTのアナログ回線が推奨されます。NTT光回線、Jway（ケーブルテレビ）回線でのご利用を希望される方は、留意事項がございますのであらかじめご相談ください。

「民生委員のしごと」について

中小路学区民生委員・児童委員　三　好　英　生

難しいタイトルで原稿を依頼された。私は民生委員になって十数年が経つが、未だに民生委員の「しごと」について、はっきり説明できない。その理由を考えると民生委員はいわゆる「職業としての仕事」ではないからだと思う。我々は達成すべきノルマや目標が課せられているわけではないし、報酬をいただけるわけでもない。民生委員は「無償のボランティア」なのである。

勿論ボランティアだから何も知らなくてもいいというわけではない。むしろ「民生委員を引き受けたはいいが自分はいったい何をやればいいのだろう？」と日々考え続けることが民生委員の職務であると言えるかもしれない。

「秘密厳守」の義務を課せられてはいるがあくまで「近所に暮らす普通のおじさん・おばさん」として地域の様々な問題にかかわる存在、何ができるか考えながら多様な問題に関わる存在が民生委員なのだと私は考える。

その民生委員が関わる「様々な問題」とは大きな枠組みで言えば「地域の福祉にかかわる問題」だろう。では「福祉とはこれだ」と明快に答えることは難しい。これも自分で考え続けるべき問題なのだと思う。私は、福祉とは「誰かが困っている状態を改善したいと望むときに援助する営み」だと、今のところそう考えている。福祉が及ぶ範囲は広く援助の仕方に正解はない。高齢者だけでなく、地域の誰もが福祉の対象になりうる。そして誰もが福祉の対象に援助の手を差し伸べる立場にだって、なり得るのだ。あなたも民生委員になってみませんか。最後は唐突に求人広告になってしまったが、日々こんなことを思いながら私は民生委員の「しごと」をしています。さぁあなたも是非（本気のお誘いです）！

「なかこうじ健康フェスタ」開催

中小路健康づくり推進員連絡会　代表　福　地　烈

10月7日（土）なかこうじ児童公園で、運動不足の解消や健康づくりを、身近に感じていただくと共に、地域住民の交流の場として「第1回なかこうじ健康フェスタ」を開催しました。65人の方が参加して、血管年齢等の健康測定や、保健師による健康相談、スピード玉入れなどの運動を体験しました。

血管年齢は、血管の老化の度合いを示すもので、若さを保つにはバランスのとれた食事を心掛け、ウォーキングなどの有酸素運動が、有効であることを学びました。

骨密度は、40歳を過ぎると減少して70%以下まで減ると、骨粗鬆症と判定されます。カルシウムの多い食事、軽い運動、日光浴など生活習慣に気をつけましょう。

運動体験の「スピード玉入れ」は5人の選手が、合計50個のボールを籠に入れるまでの時間を競うタイムトライアルゲームで、親子チーム等6チームが熱戦を繰り広げました。

10m先のホールポストに一打で入れる、ホールインワンゲーム競技には、30人が挑戦して8人が見事に達成しました。　子どもたちが、ねばり強く挑戦していたのが印象的でした。今回の健康フェスタには大人58人、子ども7人が参加していただきました。参加者からは「自分の健康状態を把握することができて良かった」「骨密度が低いので骨粗しょう症が心配だ」「童心に帰って玉入れを楽しんだ」等の声が聞かれました。これからも沢山の方に、楽しみながらリフレッシュしていただけるような行事にしたいと思います。

「夏休み子ども学習会」

協力員　伊　藤　千　恵

この夏、子どもたちの夏休みの宿題を何か少しでもお手伝いできないかと「夏休みこども学習会」を企画しました。

書道の福地先生・絵画の多田先生のご協力のもと、初開催にもかかわらず沢山の子どもたちが来てくれました。

私自身も子を持つ親として、この二つの宿題はどう取り組んでいいかと頭を悩ませていたので、親のためにもなるんじゃないかと思いました。これが大正解！申し込みの時からとても助かるとの声を多数いただきました。

低学年のお子さんは、初めての毛筆に戸惑いながらもアドバイスを聞きながら丁寧にやっていました。

絵画も自分の書きたいものを選び、作品作りに意欲的に取り組んでいました。どちらも先生のアドバイスでこんなに変わるのかと驚かされました。子どもたちの集中力に不安なところもありましたが、納得いくまで取り組んでいた姿が印象的でした。

最後に、この企画にご協力頂きました福地先生・多田先生本当にありがとうございました。

絵画を教わる子どもたち

書道を教わる子どもたち

きれいな街づくり

生活環境部　鈴　木　竹　二

中小路学区コミュニティ推進会では、毎月第1日曜日を『学区内一斉清掃日』としています。その定着を図るため、生活環境部では約2ヶ月に1回各町内にチラシをお配りし、地域の方々とゴミ拾いをしております。

昨年度は、5回実施し、アルミが約12.5kg、スチール類が約15.8kg、ビン類が約25.1kg、燃えるゴミが約96.5kg、粗大ゴミが約32.5kgを回収しました。

今年度は9月3日（日曜日）に神崎町と鹿島町のゴミ拾いを行い、18名の方々に参加して頂きました。

11月5日（日曜日）には、幸町のゴミ拾いに15名が参加して頂き、同日に平和町と東町1丁目のゴミ拾いも行い、19名の参加がありました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

また、来年1月7日（日曜日）には旭町のゴミ拾いを行います。ご参加ご協力をお願い致します。

今後はチラシをお配りしなくても自分達の周りを月に一度は清掃して、日立市の玄関口である中小路学区をきれいにしましょう。

ハラハラ連続4コートゲーム

健康推進部　松　本　弘　之

11月12日、中小路体育館でバレーボールを変形させたこのゲーム大会の日立地区大会が行われました。

中小路のほか助川・宮田・仲町・会瀬地区から各2チームが参加。2ブロックに5チームずつ分かれてのリーグ戦、各ブロックの上位2チーム、4チームによる決勝戦です。

①十字に仕切られたネット　②サーブは対角コートへ打つ③返球はどこのコートに返しても可能ということ以外はバレーボールと同じです。とはいえ、三方向のどこからボールが来るのかわからないので選手は戦々恐々です。最初は戸惑いながら次第に慣れ始め、試合は白熱。頭や足でレシーブするファインプレーまで飛び出しました。

ゲームはいずれかのチームが15失点した時点で終了です。中小路は2チームとも僅差で予選リーグ敗退でした。失点を少なくすることが大切かを痛感しました

決勝戦は見ごたえがありました。20回を超えるラリーが続き、激戦の末優勝は会瀬チーム。女性を中心に粘り強さがとても印象的でした。

大人に混じり、小中高生も奮闘した今大会でした。皆さん爽やかな汗を流しました。次年度は皆さんも一緒にソフトで大きめのボールに触れてみませんか。