

支え合いが育む・地域の和

ふれあい馬宮

2014年10月号 (通巻 第37号)

発行者 馬宮地区社会福祉協議会 代表 矢部恒男
所在地 さいたま市西区西遊馬533-1 馬宮コミセン2階
電話&FAX 048-626-2766



若い声援に後押しされ盛り上がるP大会

地区別敬老会の日程・主催・内容のお知らせ

宿東間	9/15	自治会・民生委員・老人会 (74才以下) 福祉委員・子供会 「光陵高校生とのふれあいタイム・会食」
上サ	9/15	自治会・老人会・民生委員 「会食・カラオケ・踊り等アトラクション」
本村	10/5	自治会・民生委員 「県警の防犯寸劇・健康アドバイス・会食」
高木	9/15	自治会・老人会・民生委員 「長寿をお祝いし宴席を設ける」
仲野	10/5	自治会・民生委員 「会食・童謡サークルのコーラス・輪投げ」
指扇住宅	10/5	自治会・民生委員 「健康体操・唱歌合唱・食事会等」
西遊馬団地	9/7	自治会・民生委員・福祉委員 「軽運動・ゲーム・歌・会食」
土屋	9/7	自治会・民生委員・福祉委員・老人会 「マジックショー・みんなで歌おう・会食」
大宮ハイツ	9/15	自治会・民生委員 「南京玉すだれ・皆で歌いましょう・会食」
二ツ宮5区	9/13	自治会・民生委員 「ハワイアン・地元囃子連祝舞・会食」
湯木	10/13	自治会・民生委員 「バーベキュー」
飯田新田	9/27	自治会・民生委員 「囃子・踊り・カラオケ・会食」
馬宮団地	9/21	自治会・民生委員 「カラオケ大会・会食」
塚本	9/28	自治会・民生委員 「囃子・カラオケ・会食」
プラザ	9/15	自治会・民生委員 「出前うたごえ・皆で楽しく歌いましょう」

日頃の良好な

お付き合いこそ防災の原点

馬宮地区社協会長 矢部 恒男

今年度の馬宮地区敬老対象者数は昨年より84名多い1995名で、災害弱者といわれる後期高齢者が増えていくなか、今年も防災の日を迎える。それにしても今年ほど、異常気象が私達の生活に直接影響を与え続けた年はない。昨年末から日本海側を大雪が見舞い、春の桜の季節には大雪が続き、関東地方の野菜農業はビニールハウスの倒壊で壊滅状態となった。昨今の台風は季節を問わず、

今年日本列島には12個もの大雨台風が襲い、降雨量は記録更新が続く。突風竜巻は場所を選ばず、地球環境の変化がささやかれているが、自然災害に公式はない。さいたま市でも3・11東北震災を教訓に発生時の対策と役割分担が詳細に企画された事が取材でわかった。ただ市民に周知されているかどうか疑問に思う。ここ2年程、避難所別の関係自治会

健康教室とPボウリング大会

単位による訓練が行なわれたが、参加者が自治会長や数名の役員に留まる。また、防災士講習会なるものも企画されたが、ほぼ自治会役職者が参加対象となったようだ。被災地等への視察研修を重ねてきた馬宮地区社協としては、日頃の見守りと市民全体を対象とした「災害発生」を想定した訓練の定期的開催の必要性を痛感する。

6月28日コミセンにて第7回健康教室を開催し、今年も大盛況。

地域包括支援センターによる健康講話と体力テスト・ストレッチ体操に続き、Pボウリング大会では今年も25名の馬宮・土屋両中学校生が場を盛り上げてくれた。



ふだんのくらしをしあわせに

馬宮地区合同研修会

本年度の馬宮地区合同研修会は6月22～23日に行われた。富士宮市盲導犬の里「富士ハーネス」の視察に於いては実際に障害者の声を聞き、盲導犬のデモンストレーションを見学、障害者に対しての理解が少しだが得られたかと思う。また「福祉の基本はボランティア」を掲げている掛川市西山口地区社会福祉協議会では「見守り等地域による取り組みの温度差は仕方ないが、明日への受け皿だけは作っておくように」と地道な指導を続ける一方、学校と連携して、子供スタッフを活躍させている」との同協議会会長の話や、敬老対象年令を78歳に引き上げ、地域の活性化に力を注いでいる等の掛川市の取り組みには、我々馬宮地区社協としても、大いに参考になった。



お知らせ

「講演会」
入場無料/定員70名(先着順)
地域でわたしにできること
「ボランティア活動 はじめの一歩」
講師 十文字学園女子大学 佐藤 陽 准教授
日時 平成26年10月4日(土)
13時30分～15時15分
場所 馬宮コミュニティセンター3階
☆申込は馬宮地区社会福祉協議会まで
電話にて (626) 2766
「第4回絆コンサート・インまみや」
入場無料/定員250名
1部:宇治金時
2部:マリンバ・プロムナード
日時 平成26年11月15日(土)
13時30分開演:開場は13時
場所 馬宮コミセン 多目的ホール

明日は我が身！防災

東日本大震災以降、台風や異常気象による大災害等、私たちはこれまで数々の災害に直面してきた。現在、地域の防災は自主防災組織に委ねられているが、早めの対応で自助を心掛けて欲しい。

▼自助：個人で日頃準備しておく事

- 一、非常持出し袋を用意しておく（さいたま市ガイドブック参照）
- 二、常時服用している薬もすぐ持ち出せるようにしておく
- 三、家具の転倒防止、ガラスの飛散防止（フィルムを貼る等）寝る所に高い家具は置かない
- 四、風呂の水は捨てない（断水時トイレ用）
- 五、避難場所を把握しておく
- 六、家族と日頃から災害時の連絡方法、集合場所を話し合っておく

▼いざ地震が発生した場合

- 一、自分の身を守る。机やテーブルの下にもぐる、無い場合座布団等で頭を保護する
- 二、あわてず火の始末。怪我と火傷に注意
- 三、出口（ドア、窓を開けて）を確保する
- 四、避難する状況になった場合、ガスの元栓、ブレーカーを切る
- 五、非常持出し袋を持つ（服用薬を忘れずに）
- 六、避難困難な場合、救助を待つ

当地区社協としては、災害弱者と言われる人達のもとより、地域住民全ての人が安心して暮らせるように自治会や諸団体と連携を図り、地域福祉を進めて行きたいと思っている。尚、家屋が古く倒壊等の心配な方は、耐震診断を無料で受けられます。詳細は市役所の建築総務課へ相談してみ下さい。当地区の自主防災組織を二つ紹介します。

土屋大宮ハイツ自主防災会

自主防災会会長 下田又夫
防災会リーダー 大村重典

私達の防災会は平成9年4月設立された。会のメンバーは埼玉防災センターや消防署等の訓練研修を体験し防災を学んでいる。

A：役員の選出方法

衛生管理者・防災管理者・看護師経験者・防災訓練士・調理師等を17名任命し任期は3年。又各年度の自治会役員15名を加えた合計32名で活動している。

B：年間行事予定

年一回10月にハイツの防災訓練、消防署参加のもと炊き出し・テント設営・車椅子避難・簡易トイレ組立等を実施。西区避難所運営訓練にも参加している。

C：災害時要援護者対策

高齢化も進んでいる為、要介護者・要支援者の名簿を民生児童委員と連携し、プライバ

馬宮団地自主防災組織の活動

自主防災会本部長 松本孝志

A：役員の選出方法について

当防災会は平成18年全住民の総意により結成され、当初は自治会長が会長を兼任していたが、自治会長の任期が2年であり防災会の会長を兼任すると、後任の自治会長の成り手が無く協議した結果、会長は空席として本部長が総括責任者として運営。

B：年間の行事予定

年一回西消防署指導により防災訓練（消火・地震・救助・炊き出し）を行っている。特に救助訓練は階段が狭い為一人の救出も多大な労力が必要で次回は消防署の指導を仰ぐ予定。



シー保護を重点にして作成した。災害時は防災役員32名が協力し合って対応することになっている。又避難所が少々遠いため一時避難場所として地域内の公園や、市所有の空地を使用したい旨を市に伝え、地元三自治会で管理する多目的広場とし、それに当てることになり、すでに工事も完了。9月にオープン予定。又備品倉庫には、担架・車椅子・リヤカー・発電機・テント類・救急箱・AED・災害時仮設トイレ等多数。

D：わが自主防災会

平成12年にハイツ防災基金を設立。全会員の理解を得て積立をスタート、市の助成制度対象外の物も揃えています。水・食糧・トイレ・トーパー・ティッシュ、備蓄用電池等。



C：災害時要援護者対策は

当住宅は高齢単身者が多く、災害時のみだけでなく日常生活においても急病等での連絡先に備えて「緊急時連絡表」及び「居住者名簿」を作成。緊急時連絡表は必要事項を記入し封筒三箇所捺印し提出してもらい防災会で管理している。個人情報保護法に基づき開封は救急隊員、警察官、地区民生委員、病院職員のみとして役員であっても絶対に開封しない。又団地である為転出入が多く2年ごとに更新。居住者名簿は家族全員の氏名を記入し、それを基に災害時要援護者の住居を記した図面を作り、災害時は最初に対応する事を徹底している。

D：わが自主防災組織の特徴

高齢者の多い団地だがその様々な人材により今までに防災倉庫設置を始め防災に関する工事を外部業者に依頼する事も無く行ってきた。今後の課題として若い方の加入を促進して後を就いてもらいたい。

ご存知？

▼「臨時福祉給付金」「子育て世帯臨時特例給付金」申請お済みですか？、6月10日より支給対象者に申請書が発送されます。返信用封筒で申請又は、区役所でも申請できます。相談・問合せは0570・0294・92。振込め詐欺には呉々もご注意ください。特に役所を語った電話には気をつけて！不審な電話があった場合は役所や警察へ問合せを。

▼介護者サロンとは？

地域包括支援センター主催で介護者支援のための介護者サロンを毎月一回お近くで実施しています。介護している方同士が悩みや疑問などについて情報交換したり交流を図ったりしています。一息つく場です。申込み、費用は不要です。

今後の予定
実施時間 13:30～15:00
10/2 (木) …加茂川自治会館
11/5 (水) …馬宮コミュニティセンター 3階和室
12/4 (木) …二ツ宮住宅集会所 (みらい)
1/7 (水) …馬宮コミュニティセンター 3階和室
2/5 (木) …大宮プラザ自治会館
3/4 (水) …馬宮コミュニティセンター 3階和室
問合せ
地域包括支援センターくるみ
(シニアサポートセンター)
048-622-8103

編集後記

■厚生労働省の発表によると日本人の平均寿命は、2013年度の統計から男性80歳、女性86歳を超えたことですが、健康寿命（自立している生存期間）は2010年度の統計では男性70歳余、女性73才余で平均寿命との差が約10年です。この10年間は自立できなく介護等何らかの世話を受けている期間です。できるかぎり人の世話を受けることな