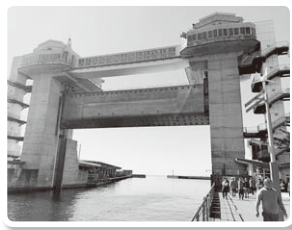


研修の様子



びゅうお全景



10月9・10日に城東連合研修会が行われました。これまでの研修会は公民館長のみで行ってきたのですが、今回はじめて城東連合での研修会になりました。

城東連合研修会

公民館長の方々を除きほとんど初対面の方ばかりでしたが、研修会を通じ様々なお話しができ、有意義な時間を過ごすことができました。

今年度の研修場所は静岡県沼津市にある「びゅうお」という施設です。びゅうおは東海地震の津波を防ぐ目的で沼津港に造られた水門です。津波避難施設としての役割も持ち、平常時は展望施設としても使用されています。

沼津港は静岡県東部の物流拠点であるとともに、静岡県では焼津港に次ぐ水揚げ量を誇る水産拠点です。港の周りには新鮮な魚介類を扱う市場や商店が集う観光スポットになっています。

研修当日は港で「よさこい東海道沼津祭り」が開催され、非常に多くの観光客が集まり賑わいを見せていました。びゅうおは沼津港だけでなく観光スポットを含む港の背

沼津港水門びゅうお

後地50ヘクタール、9000人への津波被害を回避する施設です。



展望回廊からみた扉体

扉体は遠隔監視による操作での降下と、震度6弱以上の地震発生時での自動操作による降下が設定されています。幸い平成16年9月の完成以降地震発生による降下はありません。

びゅうおは航路をシャットダウンする扉体を水面からの高さ15メートルの位置で保持し、緊急時には扉体を下降させ津波を防ぎます。扉体は幅40メートル、高さ9・3メートル、重さ406トンと日本最大級です。

今年度は研修会の直前の10月1日に実施され、30分ほどかかる電動降下と約3分で終了する自重降下の点検が行われ、異常の無いことが確認されています。

東海地震等の緊急時に備えて、水門の昇降装置や電気通信設備等に問題がないか定期的に点検を行っています。

津波を防ぐ

今年度は研修会の直前の10月1日に実施され、30分ほどかかる電動降下と約3分で終了する自重降下の点検が行われ、異常の無いことが確認されています。

東海地震等の緊急時に備えて、水門の昇降装置や電気通信設備等に問題がないか定期的に点検を行っています。

水門の柱最上部の機械室の周囲を展望回廊が囲み、その間を幅4メートル、長さ約30メートルの展望連絡橋で繋いでいます。全ての展望回廊を含めると360度の展望ができます。

日頃の行いが良いメンバーが多いらしく研修会当日は絶好の天気にも恵まれました。沼津市街、箱根の山並み、伊豆半島、駿河湾、千本浜から富士市に至る海岸線、そして冠雪し始めた富士山と文字通り360度の展望が楽しめます。

そして、このすばらしい眺めがいつまでも変わらぬように欲しいと願わずにはいられませんでした。

（浅田）



びゅうおから見た富士山

城東

● 城東地区	● 1961世帯	● 人口
● 1961世帯	● 1784人	● 1911人
● 1784人	● 1911人	● 3695人
● 1911人	● 3695人	● 前月比 +16
● 3695人	● 前月比 +16	● 現 R 2.1.1

組み合わせた「びゅうお」という名前に決定しました。びゅうおは市民の安全を守るだけでなく観光施設としても重要な役割を果たしています。

三町会合同で認知症と防災についての 出前講座を開催

11月24日に文園、岡の宮、岡の宮西の三つの町会合同で認知症予防と防災に関する出前講座を岡の宮町公民館で開催しました。日曜日の朝9時からの開催でしたが各町会から集まった15名が参加してにぎやかな講座となりました。

出前講座は松本市が用意した165種類の各種講座の中から希望する内容について講師を派遣してもらい講習会などを行うものです。今回は初めてということもあり、身近な話題である認知症と防災という2つをテーマとして取り上げました。



出前講座の様子

まず最初は健康づくり課北部保健センターの中川さんを講師に迎え「生活習慣病について 認知症を予防しよう」という講座でした。前半は認知症の種類や特徴について、後半は生活習慣病が認知症の原因になるということ、高血圧、肥満、糖尿病の予防方法についての内容でした。対策としては食事(特に減塩)と運動とすることで、健康を考えて生活することがそのまま認知症の予防につながるそうです。質問や意見も多く出て、終始和やかな雰囲気が進められました。

続いて、防災講座として3つのグループに分かれてクローズドゲームを行いました。これは阪神大震災の実話をもとに、もし自分が……という立場だったらこういう場面ではどうする?というカードの質問に対してイエス/ノーを回答し多数意見だった場合にポイントが得られるというゲームです。多数派が必ずしも正解という訳では無く、自分と逆の意見でも参考になる場合も多かったのです。中には究極の選択的な決断を迫られる設問も多く、災害時はそのような判断の繰り返しになるということを変更

ゲームを通して実感させられました。

昨年10月の台風19号で県内に大きな被害が出た直後であり、このような形で防災について深く考えることが出来たととても有意義だったと思います。

日頃は参加者が集まらず町会単位の行事を行うことも難しいですが、今回のように隣り合う町会が合同で開催するという方法も活動方法として有効だと感じました。(小島)

元町北町会の活動紹介

元町北町会「第21回 こども祭り」を開催!



10月20日(日)、恒例のこども祭りが長野銀行さんの駐車場を借りて開催されました。子供たちは輪投げ、射的、くじ引き、ダーツ、ビンゴのゲームを楽しみ、たくさんのお菓子を手に歓声を上げていました。午後1時から、大好評のビンゴゲームが行われ、

参加者は文化厚生部の方々が心を込めて買い求めてくれたお米やお酒、日用品、おもちゃ、調理器具などの景品を手にし、家路につきました。

例年より参加人数が減少しましたが、それでも90人超の参加を頂き、焼きそば、焼鳥は飛ぶように売れました。

「出張ふれあい健康教室」 開催

10月29日、約2時間出張ふれあい健康教室が町会公民館で行われました。



福祉ひろばのコーディネーター、中央北地域包括支援センター職員、保健師、健康づくり推進員のご指導の下、大きな声で歌を歌い、ストレッチ体操、脳トレ、風船を使ったゲーム、玉入れ等、大いに盛り上がり、血圧測定、健康相談と盛りだくさんの内容でした。その後お茶を飲みながら、いきいき百歳体操、日常生活支援総合事業の説明を受けました。総勢で21人の参加でした。

第8ブロック マレットゴルフ大会

11月17日、第8ブロック(城東・安原・東部地区)のマレットゴルフ大会がアルプス公園で開催されました。

結果は城東地区は惜しくも準優勝、優勝・安原地区、3位・東部地区でした。



大荒れだった台風19号

台風19号の雨による被害が県内でも発生しましたが、当町会では大きな被害はありませんでした。女鳥羽川も維持氾濫の危険性ありとの情報が流れ、城東公民館には数名の方が避難されました。実際、女鳥羽川は河川敷ギリギリ、元町橋の橋げたまであと1mほどまで増水しました。いっどこで災害が起きてもおかしくない時代です。

自分の命を守る備えを進めてください。

(下山)

