

# 震度6強地震を想定



揮毫 伊藤茂男氏

鎌田地区  
平成28年9月1日現在

世帯数	8,731 戸
男	9,874 人
女	9,522 人

発行 鎌田地区公民館  
公民館報編集委員会

## 松本市総合防災訓練が 鎌田地区で

9月4日(日)「糸魚川―静岡構造線断層帯(北側)」による大規模災害の発生により、松本市全域において、多数の死傷者、家屋の倒壊、ライフラインの寸断等甚大な被害が発生しているとの想定のもと、鎌田小・中学校、西部体育館を主会場に、地区住民約500名が参加し、災害初期に必要な救護・消火、避難所運営、医療救護等の訓練が行われた。

### 鎌田中学校会場

グラウンドでは、住民参加による救護・救出訓練、消火訓練が行われ、倒壊家屋からけが人を救助したり、心肺蘇生法等の訓練が行われ、また、警察や消防等の関係機関・団体によるライフラインの復旧訓練も行われた。

体育館では、医療・救護訓練が行われ、住民が被災者役となり、けがの程度によって治療優先度を判定するトリアージ訓練を行った。今回初めて、熊本地震でも問題となった災害関連死を防ぐ、動かない



屋外で行われた救護訓練



消火器を使った消火訓練

消防訓練を行った。今回初めて、熊本地震でも問題となった災害関連死を防ぐ、動かない

ことによる「生活不活発病」の予防訓練も行われた。



倒壊した家からの救出訓練

### 西部体育館会場

避難所運営訓練が行われ、避難住民が町会毎に受付名簿を作成した後、避難者管理班、情報班、物資班、食事・炊き出し班、救護・要援護者班、応急給水班に分かれ、情報の収集・報告の伝達、避難者数の集計、要援護者用のダンボール製簡易ベットや組立トイレの作成、給水車から応急給水袋への給水等の訓練を行った。



給水訓練



200人以上が集まった避難所運営訓練

避難所運営訓練が行われ、避難住民が町会毎に受付名簿を作成した後、避難者管理班、情報班、物資班、食事・炊き出し班、救護・要援護者班、応急給水班に分かれ、情報の収集・報告の伝達、避難者数の集計、要援護者用のダンボール製簡易ベットや組立トイレの作成、給水車から応急給水袋への給水等の訓練を行った。

医療・救護訓練



避難所での生活を想定し簡易ベットを組み立てる

在住の外国人14名が、「避難所とはどういうところか」「どんなことができるのか」など、外国人の視点で勉強したり、庄内地区から見学に来た住民もいて、訓練への関心の高さがうかがえた。

### 鎌田小学校会場

小学生のグループ学習的訓練として、煙道体験、降雨体験、土石流体験、災害時安否情報確認訓練、アマチュア無線による情報伝達訓練



アマチュア無線による情報伝達訓練



土石流体験訓練



煙道体験、降雨体験

小学生も多く集まった訓練は一度だけでなく繰り返すことが大事であると再認識したこと、町会単位の防災組織を活かした訓練ができれば、日常的に役にたつのではないかと思った。(防災リーダー松川靖彦)

訓練参加者は、煙道体験では「前が見えずこわかった」「もっと暗かったら動けないかもしれない」また、時間降雨量100ミリを体験した人は、「傘だけではどうにもならない、風が吹けばなおさら大変だ。良い体験ができた」と話していた。



降雨体験訓練



ボランティアセンター設置運営訓練



# 未来のJへ!

## 鎌田サッカーフェスティバル

8月25日(木) 鎌田小学校  
 校庭で、初の試みである鎌田  
 サッカーフェスティバル(小  
 学3年生以下対象のサッカー  
 教室)が行われました。(株)松  
 本山雅に協力いただき、元選  
 手の片山真人さんと一緒に楽  
 しく汗を流しました!

### ◆参加された小学生の感想

「僕は、サッカーフェスティ  
 バルでドリブルが大切だとい  
 うことを教わりました。サッカ  
 ーの試合でもドリブルで抜け  
 る選手になりたいです。山雅  
 の選手みたいに上手くなれる  
 ようにがんばって練習します。」

鎌田小学校3年 丸山 賢悟

「僕はサッカーが大好きです。  
 いつももっと上手くなるために  
 練習しています。サッカーフェ  
 スティバルに参加している人  
 な友だちとサッカーすること  
 ができてとても楽しかったです。  
 ありがと(お)い(ま)した。」

鎌田小学校3年 八塚 陽太

## 第2弾!

### 鎌田地区福祉システムを考える「これで安心♡鎌田地区」が開催されました!

昨年度引き続き、「こ  
 れで安心♡鎌田地区」の  
 連続講座が参加者約30名  
 で行われました。今年も  
 「脳卒中」をテーマに専  
 門家から予防法を学びま  
 した。

参加者からは「あまり  
 知らなかった脳卒中の予  
 防法について学べて良  
 かった。」「来年もテーマ  
 を変えてやってほしい。」  
 との意見もあり、関心の  
 高さがうかがえました。  
 住み慣れた地域で少しで  
 も安心して暮らせるよう  
 に来年度も継続してゆき  
 たい。

第1回 7月25日(月)  
 「脳卒中ってどんな病気?  
 自分は何なりやすいの?」

保健師が血圧と脳卒中  
 の関係や予防方法を紹  
 介。健康運動指導士と簡  
 単健康体操

第2回 8月9日(火)  
 「いきいき!脳活食」

管理栄養士が味付けの  
 話や料理と認知症予防を  
 説明。

第3回 8月22日(月)  
 「よくかんで!こころも  
 体も健康に!」

歯科衛生士が良く噛む  
 ことの大切さやよく噛め  
 るためのコツを紹介。

(公民館主事 竹内 賢)

## ●文化委員会講座 活動報告●

### 外来植物駆除 奈良井川河川敷にて



文化委員会の活動  
 の一つである、外来  
 植物調査を行う中で、  
 6月9日にアレチウ  
 リをはじめとする外  
 来植物の駆除作業を  
 行った。作業を始めると、まだ芽を吹いたばかり  
 のものや1m位に伸びたものもあったが容易に抜  
 き取れ、花盛りのオオキンケイギクやオオブタクサ、  
 ヒメムカシヨモギなど、全部でビニール袋7袋ほ  
 どになった。

2回目は7月12日の暑い日となり、大きくなっ  
 たツルをたぐって根を抜くことは大変だった。

2回の作業をやってみて、もうすこし早目に行い、  
 3回位駆除した方が効果的ではないかと思われた。  
 来年度は地区全体で活動できるよう取り組んでゆ  
 きたい。  
 (公民館文化委員 林 清吉)

### 山の魅力を満喫!



7月31日、文化委員会主  
 催の健康トレッキングが行  
 われました。健康増進及  
 び自然観察(高山植物など)  
 を目的に毎年場所を変えて  
 開催しています。申し込み  
 多数につき今回は抽選で25名の参加者を選びました。

今回は上高地バスターミナルから徳沢を目指す片道約  
 2時間の山道をしっかり歩くコースでした。道中ではガ  
 イドとして参加していただいた牛丸さん(南原町会)から、  
 上高地の歴史や生息している生き物、植物の詳しい話を  
 聞きつつ、すばらしい景色を眺めながら歩きました。

思った以上に距離が長かったようですが、小学生を含む  
 参加者全員が往復15kmのコースを無事歩き抜きました。

晴天に恵まれ、どこを歩いてもすばらしい山々を眺める  
 ことができ、満足度百パーセントのトレッキングでした。  
 (公民館文化委員 上條 玉紀)

## 雑感

今夏、志賀高原石  
 の湯に螢を観に行っ  
 た。水音だけが聞こ  
 える夜霧の中で、薄  
 緑色の光の点滅と舞  
 の光景は幻想的で暫  
 し俗世を忘れさせた。

岩倉沢川はゲンジボタルの日  
 本一高い標高(1650m)の  
 発生地で、長野県の天然記念  
 物に指定されている。川に温  
 泉が流れ込むため水量と水温  
 が安定、幼虫のエサとなるカワ  
 ニナを大量に発生させるようだ。  
 幼虫期9か月、成虫になっ  
 て僅か10日で生を全うする螢  
 の儂さは、野坂昭如原作・高  
 畑勲監督の名作アニメ「火垂  
 るの墓」を連想し、「平和」で  
 あることを考えさせられる。

螢の鑑賞は地元の人々の活  
 動に支えられている。川のゴミ  
 拾いや草取り、鑑賞時の最低  
 限度の夕灯や懐中電灯などの  
 光や音の規制を行っている。

私が住む月見町も、地域活  
 動が活発なところ。四季折々  
 の花々が咲き、「サロン」での  
 交流や、育てた野菜の「市場」  
 住民同士で支え合う、優しさに  
 溢れた町に暮らせる幸せに  
 感謝している。

このほど鎌田地区公民館報  
 の編集委員となった。より親  
 しみやすい館報をお届けでき  
 るよう努力したいと思っ

(編集委員 南雲多栄子)