東部ひろばから

ありがとう20年

公民館・福祉ひろば・ディサービスセンター・地域づくりセンターが入る東部複合施設は、平成9年4月1日に開館し、いよいよ今年で20年目を迎えます。

今後とも、地域づくりの拠点として、地区の皆さまからより一層利用される施設となるよう頑張ってまいりますので、よろしくお願いいたします。

備えは普段から

この3月で東日本大震災、長野県北部地震から5年が経ちました。再度災害時の対応について考えてみたいと思います。

災害時の被害を軽減するためには、「自助」「共助」「公助」の活動が効果的に組み合わさることが重要になります。

自助とは、「自分の命は自分で守る」という考え方です。

災害に遭った時、誰かの助けを待つのではなく、自らの命をしっかり守る意識を持つことです。災害時に、命を失ってしまったり、大けがをしてしまったら、家族や隣人、職場の仲間を助けることはできません。自助に続く共助、公助にも繋がりません。そのための知識や技能を習得することが不可欠となります。

例えば、家の耐震化、家具の転倒防止、住宅用火災報知器や感振ブレーカーの設置、備蓄品や非常持ち出し品の準備等が必要です。

また常に情報を取り入れることも重要です。特に近年増えている風水害は災害の予測の出来るものです。異変に気がついたら情報を得るとともに、避難行動など次の行動に移せるかどうかが、命を守るカギとなります。

いざという時に慌てないよう災害時の対応や連絡方法など家族単位でルールを決め、家族全員で確認しておくことが大切です。ぜひ年に一度は家族防災会議を行ってみましょう。

昔は「災害は忘れたころにやってくる」と言いましたが、最近は「記憶が新しいうちに」やってきます。普段から備えはしっかりと行い災害から命を守り抜きましょう。

シェイクアウト訓練の様子（H28.3.11）

勇気ある決断
ドラマ「6千人の命のビザ」上映

2月29日、東部公民館と人権推進協議会共催で、人権映画上映会が開催され、約40人が鑑賞しました。第2次世界大戦中にビザを発給して、大勢のユダヤ難民の命を救った外交官杉原千畝の物語です。

外交官杉原千畝がリトアニアに赴任して間もなく、第2次世界大戦が勃発します。ナチスドイツはポーランド西半分を制圧し、ユダヤ人への迫害を始めます。そしてリトアニアはソ連に併合されることになり、日本領事館に閉館命令が下されます。そんな折（1940年7月）日本領事館にポーランドから逃れてきたユダヤ難民が押し寄せ、日本の通過ビザ発給を求めてきました。これは侵攻してきたナチスドイツの激しい迫害から逃れるには、ソ連から日本を通って他の国に逃れるほかに、もはや助かる道がなくなっていたためです。

千畝は外務省に再三にわたってビザ発給の許可がほしいと電報を打ちましたが、ビザは出せないという最終通告が届きます。しかし、領事館の退去期限まであとひと月に迫った時、千畝は外務省の命令に背く事を決心し、ユダヤ難民たちへのビザ発給を始めました。

領事館を退去してベルリン行きの列車が出発するまで必死に書き続け、3139枚のビザを発給し、これにより6千人以上の命が救われました。この行為に対して、戦後イスラエル政府から「諸国民の中の正義の人賞」を受賞するなど国内外から多くの顕彰を受けました。

リトアニアを去るホームで「あなたを忘れない。必ずまたお会いします」と叫んで見送ったユダヤ人と、30年後に再会し、互いの無事を確認し合って喜ぶ場面が感動的でした。

現在もシリア難民等多くの問題が生じており、人権について深く考えさせられる上映会でした。

ビザ発給に歓声を上げる難民

災害時の代替エネルギーを考える

2月27日に、東部公民館において「防災と自然エネルギーの学習会が行われました。

これは一昨年から行われている公民館等を中心とした社会教育活性化支援プログラムの一環として30名の参加者で行われました。

まずワークショップにて生活品が何のエネルギーで稼動しているか考えました。電気、ガス、灯油などが挙がりました。

次に災害時のライフラインが止まった際にそれらを何で置き換えるかを考えました。

太陽光、発電機、薪、カセットコンロ。

しかし、それらはひとつでは脆弱であるため、弱点を補う形で組み合わせることや、これらのエネルギーの備蓄が必要であることもわかりました。

災害時の代替エネルギーの備えをすると同時に、再生可能エネルギーへの転換、エネルギーの自給など課題はたくさんあると感じました。

真剣に耳を傾ける受講者

春が来た 早春コンサート

越山貴雄先生

ひろばでは、毎年3月のふれあい健康教室に素敵なゲストを呼んで早春コンサートを開催しています。

今回はピアノ、オカリナ、リコーダー、フルート、ハーモニカといったあらゆる楽器を使って、福祉施設等でボランティア活動を中心に続けている塩尻市出身の越山貴雄先生をお招きして3月14日にコンサートを開催し、45名の来場がありました。

越山先生は、お一人でいくつもの楽器を使いこなしている方で、プログラムもその日の参加者の雰囲気によってどんどん変わっていくので、筋書通りにはいかないとおっしゃっていましたが、この日も、会場の雰囲気から曲目を選び、またリクエストにもお答えするといったプログラムとなりました。会場の皆さんと一緒に歌う曲もあり、共に作り上げるステージとなりました。

我がまち自慢　正座が一番落ち着く　84歳の弓道人生

下横田町会　近藤　明子さん

近藤明子さんは昭和7年生まれの84歳。現在も週に一回は弓道場に通い、主に主婦の方に弓道を教えています。そんな近藤さんにとって弓道は何なのか、お話を伺いました。

―弓道を始めたきっかけは何ですか。

満州で過ごした女学校時代、先輩方が袴姿で弓を射る姿に憧れて始めました。

―その後も続けてこられたんですか。

結婚してからは、家事育児に追われてしばらくは弓道を思い出すこともなかったけれど、44歳の時ラジオ番組で日本一の弓道者という方が松本出身で、インタビューされていたの。それを聞いたら女学校時代の弓を引いていた頃が思い出され再び始めることになったのよ。

―それから40年間続けているんですね。

弓道場が近所にあったことも幸いして、まず弓道教室に通い始めたの。そして弓道会の会員となり錬士（れんし）教士（きょうし）の資格もとり、知り合いに頼まれて蟻ヶ崎高校弓道部を15年間指導したわ。指導もしたけれど生徒たちの会話にも入れてもらい、お茶を飲みながら大変楽しく過ごせたのは忘れられないわね。

―近藤さんにとって弓道とは何ですか。

始めたきっかけは袴姿に憧れたという単純な動機だけれど、始めなければ何もわからなかった。見たり聞いたりだけで納得するのではなく、自分で体験して続けていくことが大切だと教えてくれたのが弓道かしら。

背筋を伸ばし正座のまま一時間お話をしてくれた近藤さんに、気負ったところは何もありませんでした。

武道である弓道は的に矢を当てればいいだけではなく、所作や精神の鍛練も積み上げていくそうです。それらを積み上げていくと、近藤さんのように気負わずに凛とした人になれるのかと感じ入りました。

近藤さんの80歳の時の写真

手作り冊子できるかな？ ZINE作製講座

3月6日、12日の2日間、手作り冊子「ZINE（ジン）」を作る講座が4名の参加者で開催されました。

ZINEはmagazineが語源で、少部数であまり経費をかけず、自分の好きな写真やイラスト、文芸など中身は自由に、形も好きなように作る冊子のことだそうです。

冊子の綴じ方や紙の種類などの説明もあり、特に紙については、種類によって出来上がりの風合いがかなり違ってくることが分かりました。

本にするネタさえあれば気軽に作ることが出来る冊子ZINE。皆さんも挑戦してみてはいかがでしょうか。