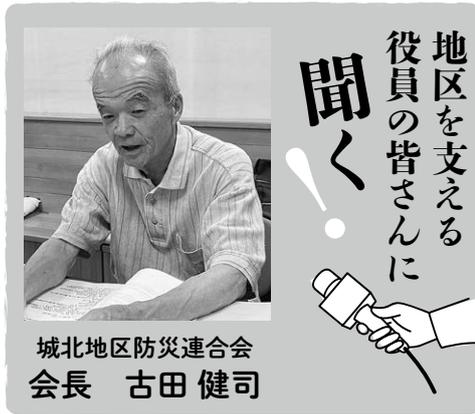


城北地区防災連合会は、城北地区14町会に居住する方が防災意識の高揚と災害の予防を図ることを目的に、各町会の防災部長で構成されており、そのための知識の普及、防災訓練に関し活動しております。

市の防災連合会は7ブロックに分かれて、第二ブロック(城北・安原・城東・白板)に所属し連携しながら活動をしており、令和5年度からブロック内で地区防災計画の作成が新たな活動に加わり城



城北地区防災連合会
会長 古田 健司

地区を支える
役員の皆さんに
聞く!

城北地区でも防災計画の策定を進めております。

具体的な策定は、策定委員会が作業を進め、住みよい町づくり協議会の安全の部会が取りまとめを行います。

多くの災害を経験し、被災時の避難行動の考え方も変わってきました。とりあえず避難所に避難というのが従来勧められました。現在ではご家族の判断で在宅避難から車内・キャンプまで多様な方法があります。

初期対応でも、安否確認方法、不明者への行動の仕方など検討していく項目は多岐にわたります。

いかなる被災に際しても、一人も取り残されることのないよう、安全の部会とも連携し地区の防災計画をより良いものにし、訓練・研修を行ってゆきます。皆様、まずご家族の安全確保の方法をご検討ください。

城北

令和6年7月1日現在

総世帯数	3,773
総人口	7,762
男	3,705
女	4,057

☆ 城北福祉ひろば ☆

のびのびひろば 英語であそぼう!

英語でリトミック／読み聞かせ／ゲーム

～ 5月24日(金) 福祉ひろばで開催しました! ～

松本藩主・戸田家に仕えた家臣たちが、多様な出自や職務を持ちながら家臣団として組織的にまとまり、主君と共に激変の時代を生きた姿を観に行きませんか、という公民館の募集により、5月27日(月) 公民館委員会文化部の後藤芳孝さん(田町町会)の解説により25名の出席者と共に見学してきました。

最初1万石だった石高も国替える毎に増え7万石まで

新・市立博物館に 收藏品展 戸田家臣団 行こう!

— 松本藩最後の武士団 —



▲大きく映しだされた資料



▲解説に夢中です

になった理由の一つは、家臣の守りがあり、働きがかなりあった様子。中でも風伝流槍術の門下生たちが、各々の甲冑を身につけ、槍や旗を手にしている姿は、強い団結力や忠心をもって戸田家に仕えていた様子が伺えました。



生きがいづくり（生活を楽しみ 心を豊かに活動しましょう）をモットーに毎月第一木曜日に開かれ、毎回タイトルを変えて、皆さんに楽しませている井戸端会議。

5月には村田 誠一防災士（西町在住）による「備えあれば憂いなし」と題し防災講座が開かれ、「今やろう、防災対策」についてのお話がありました。百年や千年に一度の災害や大雨と言われますが、実は今夜か明日に発生するかもしれないから、常に事前の備えをすることが一番大事で、まず、命を守るために個人情報を作成して支援が必要なのは、玄関付近に貼っておくことが大切です。また、家庭内避難の場合は日常備蓄↓食料品・生活必需品を日頃の利用より少し多めに購入しておく。家庭外避難の場合は非常用持ち出し袋を、完備しておくことが絶対条件で、食品は最低3日、できれば1週間分の備蓄が必要です。

ローリングストック法（日常的に飲食を行い、飲食したから買い足すという行為を繰り返す）



▲身近な防災対策について考えました



▲防災士の村田誠一さん

返し、常に家庭に新しい非常食を備蓄する方法）についても解説されました。

参加の皆さんは、真剣に村田さんの話を耳を傾け、いざ地震などが発生した場合、あわてずに自身の身を守る方法について学びました。そして【備えあれば憂いなし】の金言をしっかりと胸に置き、何が起こるか分からない現世を生き抜こうと、誓いを新たにしました井戸端防災講座でした。

松本山雅FC

元気育成健康増進プログラム

スマイル山雅 健康運動教室



5月30日城北公民館福祉ひろばで、松本山雅FCから小林陽介レディース監督と百瀬みどりさんをお迎えして開催されました。参加者は22名でした。「私たちの街には松本山雅FCがある」の緑の旗がいつものひろばを華やかにして

いました。山雅の応援用スポーツタオルを使ったストレッチで始まり、体をほぐして、2人組や4人組になり、タオルの上でボールを受け渡すゲームをしました。あっちこっちに落としてみたい、残念そうな声や歓声が上がりました。上手な組は13回を記録しました。6人でチームになり、コーンの上にボールを置き、フリースピーを当てて、落としたり1点。3点先取で勝敗を決めるゲームもしました。4チー



春の 児童センター まつり 劇団「赤とんぼ」

子ども会育成会主催の劇団「赤とんぼ」の公演が6月9日（日）沢村児童センターで行われました。赤とんぼさんの公演は諏訪を中心に公民館や児童センター等で、昨年は20回ほど公演されたそうです。本日は6名の団員さんにより、「3枚のおふだ」等、子どもと会話しながらの人形劇でしたが、86名ほどの出席している子ども達はとても楽しそ

うに大声を出しながら手をあげて元気にうけ答えしていました。由井会長さんの声もかき消すほどでした。後はクジ引きをして、景品をもらい、焼きそばをもらって嬉しそうに帰ってきました。



▲元気な声が響きました



▲マフラータオルを使って運動



▲ゲームに熱中!

ム対抗戦は参加者全員が熱くなりました。ペアになり、肩へのマッサージ交換後、茶話会となり、小林監督から、6月16日のホームでのアスルクラロ沼津との試合のペア招待券4組のプレゼントがあり、ジャンケンでの対戦をして、1時間半の教室が終了しました。当日の様子は松本山雅FCのホームページで見ることが出来ます。笑顔の写真が掲載されていますよ。