

住民主体で福祉のまちづくりを推進する情報交流紙です

よつ葉のクローバー



KIKUSUI 福まち通信

No.83
2017.7.31

菊水福祉のまち推進センター運営委員会
札幌市白石区菊水6条4丁目3-10 URL <http://kikusui-net.jp>

～防災特集＝第2弾～



揺れが強いと、立っていることも困難になります。

7月1日深夜、胆振地方中東部を震源とする地震は、ここ白石区でも震度4を記録し久しぶりの大きな揺れに驚かれた方も多かったと思います。地震の震度は、地震動の強さを表すもので、地震計を用いて観測します(白石区では北郷3-5 白石消防署北郷出張所内に設置)。実際にどう揺れるかは、地震の規模(マグニチュード)だけでなく、震源からの距離や地盤条件などにも左右されます。

強い揺れが来る前には、テレビ・ラジオで「緊急地震速報」をお伝えします。緊急地震速報とは地震の発生直後に、震源の近い地震計で震源や地震の規模を直ちに推定し、これに基づいて強い揺れの到達時刻や震度を推定し、可能な限り素早く知らせる情報です。緊急地震速報が流れたら、慌てず、情報を正確に把握し、自分のいる場所に応じて適切な行動が求められます。また、万一経験したことのない大きな揺れを感じた場合の対処、日頃の訓練・備えなど、次のページで色々検証いたしましょう。



検証しよう、地震発生時の行動

自分や家族の安全を守るためには、地震が発生しても、慌てず行動できるかがポイントになります。いざという時に慌てないように、地震発生から数日間の標準的な行動パターンをしっかり覚えておきましょう。

▼地震発生

店や乗り物にいる場合

緊急
地震速報

あわてない



→落ち着いて行動する→



身を守る

- ・机の下に入る
- ・座布団などで頭を守る
- ・窓や家具から離れる

係員、乗務員の指示に従う

天井からの落下物に注意する



・避難時にエレベーターを使用しない。



▼1～5分後:身の安全を確保

スリッパ・靴等を履く



家の中でもガラス片で怪我をすることもある

火を消す



ガスやストーブの火を消す
火災を消火器等で消す

避難用出口の確保



戸や窓を開ける

家族の安全確認



大声で
家族の安否確認を行う

テレビ・ラジオ等で
正しい情報を入手する



▼5分後:となり近所の助け合い

近所の人の安否確認



負傷者への応急手当



協力して救援活動を行う

建物に閉じ込められた人の救助



協力して救助活動を行う



火災の
消火活動

協力して
消火活動を行なう

▼数時間後～数日後:状況に応じて冷静に判断<自宅に残る場合>

家の被害を点検する



足元の片付けをする



備蓄品で生活する



数日間はライフラインが停止することがある

災害時要支援者の
避難支援

高齢者や障がい者などの
火災時要援護者には
積極的に避難支援を行う



▼数時間後～数日後:状況に応じて冷静に判断<避難所に行く場合>

ガスの元栓を締め、
ブレーカーを切る



非常持出しを持つ 徒歩で避難する



危険な場所から離れる/近づかない



窓ガラスや看板

自動販売機
ブロック塀・電線

地域の防犯・防火
パトロール等に参加する
協力してパトロールを行う



▼避難場所での生活が始まります<避難所でのところがまえ>

- ・他の避難者のプライバシーを尊重し、清掃、給食・給水、物資の配給など、ルールに従い運営に協力する
- ・子どもやお年寄りの話し相手や配給を持ってくるなど、災害時には思いやりをもって手助けを行うことが大切

※1・2ページの写真・イラスト等は、札幌市危機管理対策課制作の「地震防災マップ(白石区・厚別)」より引用・転載させていただきました。



菊水まちづくり Q&A?! めざせ、菊水の達人V

前号に引き続き防災についてのクイズです。「へえ〜、そうだったのか」という話があるかもしれません。じっくり考えてみましょう!!

●答えはこのページに書かれておりますが、まずはチャレンジ!!



Q1 洪水から身を守る鉄則についてですが、最近豪雨の降り始めから川の氾濫までの時間が短くなって来ています。「危険」を感じたら速やかに安全な場所に逃げるのが大切ですが、次のうち、大雨、洪水時の対処として、誤っているのはどれでしょうか?

- A)大雨時は菊水地下鉄駅や地下通路、米里通アンダーパス等の低所への侵入を避ける
- B)周囲が浸水した場合、自宅2階や近くにある丈夫な高い建物へ、緊急的に避難する
- C)浸水していても無理に道路を使って歩いて避難する

Q2 防災用語で「トリアージ」とは、どういう意味でしょうか?

- A)災害等、一時に大勢の負傷者が発生したとき、重症度によって治療順番を決めること
- B)災害時用の非常食で、鶏肉味の食料や食品のこと
- C)災害等、一時に大勢の負傷者が発生したとき、近くの人から治療していくこと

Q3 菊水地区にある避難所の中で、ディーゼル発電機を備えているのはどこでしょうか?

- A)菊水地区会館
- B)札幌東高校
- C)幌東中学校

Q4 災害時に便利な非常食・保存食として菊水地区でも注目されている「アルファ化米食品」についてですが、作り方として誤った記述はどれでしょうか?

- A)製品の袋に(冷たい)水をいれるだけで作ることが出来る
- B)製品の袋にお湯をいれるだけで作ることが出来る
- C)鍋とコンロが無いとそもそも作ることはできない

Q5 菊水の福まち活動では、古くて新しい「向こう三軒両隣」精神のもと独居高齢者等の命を守る取り組みとして「救急医療情報キット」の配布を町内会と連携して行っております。この「キット」とは、あらかじめ本人が救急医療時に必要な情報をキット(筒状の容器)に入れて冷蔵庫等で保管することで、緊急時に本人が救急隊へ既往症等の説明が出来ない場合でも迅速かつ適切な対応を受けることが期待できるものです。では、キットの中に入れるものとしてふさわしい物はどれでしょうか?

- A)診察券(写)、健康保険証(写)、持病や薬の情報など
- B)保存食(チョコレートやクッキーなど)
- C)温度計や血圧計等、緊急時に使用する物など

「答え」は以下のとおりです。あなたもチャレンジ!! さあ、あなたは何問答えられたでしょうか?

Q1 答え C) です。

周囲が浸水した場合、浸水の中を無理に避難すると、水に流されたり、マンホールの蓋がずれているのに気付かず落ちるなど命に危険が及ぶ恐れがあります。

Q2 答え A) です。

「トリアージ」は大災害時に有効な対策と言われています。菊水地区では27年度区防災訓練が東橋小で開催された際に訓練として実施しています。

Q3 答え B) です。

ちなみに菊水地区会館にはガソリン小型携帯発電機、ガスカートリッジ小型携帯発電機が備えられ、幌東中学校には太陽光パネル発電装置が有ります。

Q4 答え C) です。

製品の袋に水やお湯を入れるだけで食べることが出来る優れものです。宇宙食にも認定されています。五

目ははんやお赤飯、おこわ等、種類も豊富に販売されています。5年程度の長期保存が可能なことから、災害時用の備蓄食として注目されています。28年の菊水地区での防災訓練時に、アルファ化米食品等の非常食試食会も実施され、味比べをしています。

Q5 答え A) です。

福まちでは町内会と連携し、このキットの配布を通じて住民主体の地域防災活動にも積極的に取り組んでおります。キットの配布を希望される方は地区の福祉のまち推進センター運営委員(福まち委員)か町内会役員までお気軽にお申し付けください。





菊水まちづくりセンター
森 譲 所長

はじめまして、どうぞよろしくお願いいたします。

新任のご挨拶

4月1日付で菊水まちづくりセンター所長に着任いたしました森と申します。

「まちづくり活動」に携わるのは初めてとなりますが、少子高齢化の進展等に伴う地域における「つながり」の希薄化が叫ばれている昨今の厳しい状況の中、地域と市政とをつなぐ最前線の窓口として、「菊水」地区のさらなる発展のため、微力ではございますが、皆様のまちづくり活動のお手伝いをさせていただきたいと考えております。

今後とも、ご指導・ご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

笑いあり、踊って唄って、楽しいひとときを満喫!!

7月7日、菊水地区会館において「健康ふれあい交流会」が開催されました。

おなじみの「菊子さん劇場」や「演歌体操」・「三味線と笛のコラボ演奏」など盛りだくさんのプログラムで大いに楽しみました。また、今年から昼食タイムも復活、スタッフ50名も含め約180名と多くの方が集い、和やかで楽しいひとときを過ごしました。

10月には「健康増進フェア」も予定しております。元気で明るい笑顔が沢山集うことを心より願っております。



高橋直利菊水社会福祉協議会会長



大久保委員長挨拶と皆さん



演歌体操でズンドコ! (講師:大高一郎氏)



みんなで頭の活性化!



相変わらずの菊子さんの熱演



ふれあい劇団オールキャスト!



今日のメインディッシュはちらし寿司



くつろぎのひととき



みんなで合唱(三味線:立石嘉代子・笛:大野五月 両氏)

編集後記



7月1日23時45分ごろ発生した地震では、夜遅かったこともあって、目を覚ましたり、思わず近くの家具につかまる等、真夜中の衝撃に皆様もさぞかし驚かれたことと思います。道内各地も含めて大きな被害がなかったことは幸いでした。そして突然の猛暑や大雨、この夏は色々予想外の始まりでしたが、各地の夏まつりや盆踊りの行事など、町内会や関係の方々の協力と絆で、いつもの「菊水の夏」が穏やかに過ぎることを願うばかりです。

備えあれば憂い無し、前号に引き続き、一連の防災特集を糧とし頂けたなら幸いに存じます。