

てつほく通信

第42号 平成28年(2016年)11月発行
手稲鉄北まちづくりセンター
手稲区曙7条3丁目6-22
TEL 684-0048 FAX 684-0657



このてつほく通信は、札幌市ホームページ「手稲区・手稲鉄北まちづくりセンター」からもご覧いただけます。



普段の生活が避難所で役立つ ～災害時支え合い研修会～

▲去る9月29日(木曜日)、手稲鉄北連合町内会連絡協議会が主催した「災害時支え合い研修」が開催され、手稲鉄北地区の町内会関係者55人が参加しました。研修では、避難所でも簡単にできる非常食作りも行われ、参加者たちは意外な方法に驚きながら取り組んでいました。(次ページに続く)



▲去る10月10日(月曜日・祝日)、手稲鉄北まちづくり協議会が主催した「ウォーキング」に20人の住民が参加しました。



▲ウォーキングのゴール「星置西公園」では、星置川を遡(そ)上するサケを発見しました!

普段の生活の工夫で、避難所生活が楽になります

非常食をおいしく食べたり、道具を工夫して使ったりしていると、避難所でも普段とあまり変わらない生活に近づけることができます。少しでも避難所でのストレスは軽減したいですね。



避難所では、同じような食事が続くので、ちょっとした工夫でできる「おはぎ」や「ポテサラ」の作り方を知っておくと便利。そして、普段から時々食べておくと、いざというときもあまりストレスなく食べることができます。この日の講師、篠原辰二さんは日ごろの取り組みの重要性を訴えていました。

＜参加者の声＞

- じゃがりこサラダにびっくり。とてもおいしかった
- 非常時用の持ち出し袋の中身が参考になった。
- カンパンの食べ方を初めて知った。
- 町内会に戻って、みんなに伝えていきたい。
- 説得力のある話で時間を忘れました。
- このような研修会は定期的に関催したほうが良い。



「じゃがりこ」が
ポテサラに
変身！



①「じゃがりこ」のふたを開け、お湯を注ぎます。お湯の量は、じゃがりこ 1 本の長さの半分が目安です。



②「じゃがりこ」全体を割り箸でじっくり練るようにかきまぜます。



③試食すると、「本当においしい」「自宅で作ってみる」などと驚きの声が上がりました。

さまざまな防災の取り組み



避難場所運営研修（8/18・手稲山口小）

地元住民・学校教諭・区役所職員 21 人が、どのように避難所を運営するかグループ内で話し合う「避難所運営ゲーム（HUG）」を実施しました。



手稲区防災訓練（8/30・手稲鉄北小）

手稲鉄北地区からは町内会関係者 42 人が参加し、避難所での備蓄品の使い方や避難所運営のポイントについて学びました。写真は、簡易トイレを間近で確認。



スポレク (9/25)

作って

ていぬ ペタンク で遊ぼう



稲苑大学 (9/28)

作って



あそぶ

「ていぬペタンク」は陸のカーリングとも呼ばれるフランス生まれの球技「ペタンク」をアレンジして、小さなお子さんからお年寄りまでが気楽に楽しめるよう、手稲鉄北地区の住民たちが平成 22 年に考案したものです。
ゲームに使う球となる「ぐんていぬ」も軍手を使って自分で作ることができます。



あそぶ

まちづくり協議会主催の事業も続々と



セラピードック (9/19)

明日風公園において、動物療法の一つとして活躍するセラピードッグの体験コーナーが設けられ、犬とのふれあいを楽しみました。参加者 80 人。



生ごみたい肥化講座 (10/20)

NPO 法人「北のごみ総合研究所」から講師を招いてダンボール箱を使った生ごみのたい肥化のしかたについて学びました。参加者 70 人。



自然災害・防災講習会 (10/22)

手稲警察署の防災担当の署員を講師に招き、防災の心得 10 力条や災害時のケガ人の運び方について学びました。参加者 63 人。



ソフトバレー大会 (10/30)

選手 69 人をはじめ、その家族や関係者などを含めて約 100 人が手稲鉄北小学校の体育館を訪れ、熱戦と声援を送っていました。

手稲鉄北地区のサロン③

「健康のため」「楽しむため」「情報収集のため」どんな理由でもかまいません。手稲鉄北地区にも、さまざまな交流の場があります。今号では、手稲稲山連合町内会の取り組みを紹介します。



「えがおの広場」として初のフリーマーケットが開催されました（9/18）

えがおの広場

地域の交流を深めるため、季節に応じたさまざまな催しを行っています。（昨年度は20回開催）会場は「プラザ717（前田7条17丁目）」です。

【手稲稲山連合町内会】



手稲区で 火災が多発！

手稲区内では10月に6件の火災が発生し、家庭からの火災で2名の方が亡くなっています。

これから本格的な冬を迎えますが、『火』の取り扱いには十分気を付けましょう！

ストーブ周辺に
燃えやすいものを
置かない

調理中にコンロ
から離れるときは
火を消して

外出時や就寝時
は火を消しまし
よう



手稲区で 死亡交通事故！

手稲区内では10月だけで2名の死亡交通事故が発生しています。

これから本格的な冬を迎えますが、ドライバーは路面状況を、歩行者は特に道路の横断に十分気を付けましょう！

道路の横断は、
横断歩道や信号
機のある場所で

シートベルトは
すべての座席で
つけましょう

夜は明るい服や
夜光反射材を身
に着けて

本当に
気を付けてね

