

すぎもり だより

令和4年(2022年)1月
No16
地区協議会

11月6日 防災訓練日になりました



調布消防署国領出張所 津田昌成所長と

～ 新年のご挨拶 ～

今年も地域の皆様とご一緒に防災・安全のためにがんばります。

すぎもり地区協議会 会長 中島俊子

体験・訓練で育てよう防災意識

地域でつながり災害対策



早坂寿晃PTA会長

清水更校長先生

「コロナとの2年 ～新年に向けて」

調布市立杉森小学校 清水更校長先生と早坂寿晃PTA会長との対談 (11月19日、進行：すぎりん)



本日は2年間を振り返り、今後の展望について語っていただきます。



まず昨年度は休校から始まりましたが、令和3年度は4月からスタートできてよかったです。夏には感染者が増え、感染の不安から不安定になる子もいました。ストレスを抱えて過ごしていたと思います。しかし新しい学校生活のルールが身につき、落ち着いてきました。この生活ルールは今後も続くと思っています。



給食時の黙食についてはいかがですか？



黙食は当たり前になっていて、食べる時はマスクを外し話す時はマスクをつけますが、特に高学年は徹底しています。給食の時にマスクを外した顔を見て、成長を実感したりもします。



家庭はマスクを外してよい場だと思いますが、我が家に遊びに来る子たちは外しません。子どもたちなりの気遣いを感じます。また黙食の影響なのか、家庭でも黙って食べています。テレビをつけて食事をするという家庭も増えたようで、コミュニケーション不足が心配です。



(成長過程において)失敗する場面がなくなったとも感じます。



なるほど。PTAとの連携はいかがでしたか？



放課後の消毒作業について相談し、PTA役員の皆さんに共用部(トイレ・手洗い場)の消毒を引き受けていただきました。教員は教室内の消毒をしなければならぬので助かりました。



今後の学校の行事や生活について、どのようにお考えですか？



元に戻ってほしい、PTAとしては集まりたい、お節介したいという気持ちです。存在価値を問い直した2年間でしたから。



学校行事や地域行事を通じて、人々との関わりを活発にしたいと考えています。納涼祭・地域運動会・おもしろあそび・合唱クラブの発表、ゲストティーチャーを招いての授業など交流できる機会を望んでいます。



お忙しい中、お話しいただきありがとうございました。



ホームページアドレス <http://sugimori.net>

✉ chikukyo@sugimori.net



▲煙体験～息が苦しかった

▲ローリングストック～家族みんなで取り組もう

◀ブルーシート
～みんなで敷設中

感染対策も
しっかり▶



▲通報訓練～正確に伝えるって難しい



▲初期消火訓練～あわてずに消せるかな？



▲テント型の間仕切り～約2畳の広さ

11/6
(土)



第6回 すぎもり地区協議会 防災訓練

今年も杉森小学校の3・4年生が
体験学習として参加しました。

杉森小 八代史子副校長先生
～大規模な訓練に驚きました。
地域の方々と子どもたちがふれ
あう機会を持ててよかったです。



▲AED訓練～いざという時に備えて

ガスパワー発電機▶
～カセットボンベ2本+
エンジンオイルで発電



▲AED訓練～真剣な表情で臨む



▲担架搬送訓練～35kgでも重かった



ナンバーに注目！

▲消防団第七分団の
榎本さんと新しい消防車



▲起震車体験～激しい揺れにビックリ！



▲応急手当訓練～バンダナを使って



3・4年生の皆さんも
10年後に入団できます▶



▲消防車に乗ったよ～3年生に人気



▲防火女性の会～応急手当は任せて

7/27
(火)

風水害避難所開設訓練に参加して

(大野・久山・加藤 参加)

二小で備蓄倉庫の確認、受付(一般・傷病者・ペット)の設置、避難所開設の訓練を行った。

(感想・意見)

- 備蓄倉庫付近は足場が悪く、夜間は暗いのではと思った。
- ペット受付は総合受付から遠く、夜間は暗いのではと思った。
- 発熱者の避難場所は校舎の1・2階で、重症者が2階とのことだが緊急搬送が必要となった場合を考慮して、逆の方が良いという意見が出た。
- 感染対策は昨年よりもスキルアップしていた。
- 今後、二小校区と杉森小・染地小校区との地域連携が必要と思った。



8/5
(木)

避難バス運行訓練

(中島・大町忠・来田・大野・榊原 参加)



バスで染地地域センター・多摩川住宅各集会所を巡回して第六中学校(くすのき団地)へ避難、教室でテント型の間仕切りの設置を行った。

(感想・意見)

- 自力でバス乗り場まで来られない人はどうすればいいのか?
- バスの運行については防災無線や市のメールで周知することのだが、大雨で音が聞こえない場合やメール受信できない人はどうするのか?
- 水害の場合、校舎の上階などを利用するなど垂直避難も考えたい。

連載 防災コラム

備えあれば ⑥

「がんばらない ローリングストック」

災害時に備えて少し多めに食材や加工食品を購入、日常の食事の中で賞味期限が近づいたものから食べて、減った分を買い足していくのがローリングストック。保存期間が半年～1年程度のもので大丈夫、防災用の特別なものでなくてよいのです。でも実践している家庭はまだ少ないようです。しない理由として、賞味期限切れになってしまう、収納スペースがない、何を買っていいかわからない等があげられていますが、まずはできることから始めてみましょう。

●賞味期限切れ対策

保存期間が2～3年と比較的長い缶詰がおすすめ。すぐに食べられ、魚や肉の缶詰はタンパク質が補給できます。

●収納スペース対策

レトルトやフリーズドライならコンパクトで、種類も豊富です。

●何をかうか迷ったら

- ① 食べ慣れているもの (いつものレトルトカレー、インスタント麺やスープ)
- ② 好きなもの (甘いもの、お菓子)
- ③ 栄養価が高いもの (魚・肉の缶詰、豆乳、ナッツ類)
- ④ 組み合わせて使えるもの (早ゆでパスタ+各種ソース、餅+ゆであずき・きなこ)
- ⑤ 水分補給できるもの (水・ジュースやお茶、フルーツ缶、ゼリー、豆乳)



『地域を知ろう』

あゆのぼり



多摩川自然情報館

■ 地域のおしらせ

令和4年(2022年)、 杉森小学校は 開校50周年を迎えます。



杉森山にて。5月に有志で補修しました。

生活の相談、仲間づくりの相談等は…

「調布市社会福祉協議会 市民活動支援センター」へ

誰もがいきいきと安心して暮らしていくための生活の相談、趣味やボランティアを通じた仲間づくりの相談の窓口として活動しています。

- 染地地域福祉センター内 ボランティア室
TEL 481-3790 火～土 9時～17時
ボランティアコーディネーター 渡邊久美子
- 調布市総合福祉センター内
TEL 481-7693 月～金 8時30分～17時30分
地域福祉コーディネーター 中村 竜
地域支え合い推進員 北島正也

思い出のアルバム・写真整理の お手伝いいたします

調布災害フォトボランティア(通称調布 SPV)は
2019年の台風を契機として活動を開始しました。

住宅が浸水して濡れてしまったアルバムの
写真を綺麗に洗浄してお返りする活動で、調布市内の被災の
方に加えて、他の県の方でも対応しています。

災害写真の経験を活かして日々の生活の中の写真のお手伝
いを開始いたしました。ご自宅にある昔ながらの大きなアルバ
ムや思い出の写真の整理をお手伝いします。

ご要望に応じて対応いたします。

(例)引越越しに伴って整理したいアルバムなどお持ちの方は
お気軽にお声がけ下さい。

問合せ：調布市市民活動支援センター 染地コーナー 渡邊
TEL & FAX：042-481-3790 Mail：somechi@ccsw.or.jp



福祉や介護に関する相談等は… 「調布市地域包括支援センターときわぎ国領」へ

高齢の方やそのご家族が、地域で安心して暮らせるよう、福祉や介護に関する様々な相談ができる総合相談窓口として調布市から委託を受けている機関です。担当地区は、染地2、3丁目、国領町7、8丁目(8丁目1、4番地を除く)です。お電話での相談や、状況に応じて職員がご自宅に訪問することもでき、適切なサービス等をご案内しております。

どなた様もお気軽にご相談・ご連絡ください。

- 所在地：国領町7-32-2 デュスモン国領101(クリエイト国領町店 東隣) ☎050-5540-0860
- 開所：月～土9時～18時 夜間及び日曜は転送電話対応

■ 体力測定会のおしらせ 最近身体を動かしていますか？

コロナウイルスが流行してから外出する頻度や身体を動かす機会が減少した方も多いのではないのでしょうか。

身体を動かさないことで失った筋力は、取り戻すのに約3倍以上の時間がかかるといわれています。筋力が低下すると疲れやすくなったり、転びやすくなったりします。また脳への刺激が減り、認知機能が低下するなど身体に様々な影響を及ぼします。

感染症対策をとりながら定期的に身体を動かしましょう。生活習慣病を予防するだけでなく、疲れにくく転倒しにくい身体につながります。また脳への刺激となり、認知機能の低下の予防やうつ予防にもつながります。併せて免疫力もアップします。

身体を動かし心も身体も元気になりましょう！

参加者募集！

歩行分析もできる「体力測定会」

現在の筋力を測定する体力測定会を実施します。福祉用具業者の協力でA1を用いた歩行分析も体験できます。ご自分の歩行状態や筋力を確認してみませんか？

日時 ①令和4年1月31日(月) ②2月3日(木)
14:00/14:30/15:00/15:30/16:00

場所 ①染地地域福祉センター(染地3-3-1)
②こころの健康支援センター(布田5-46-1)

定員 各回10名 計50名(申込順)

対象 65歳以上であればどなたでも

参加申込 地域包括支援センターときわぎ国領
☎050-5540-0860まで

