



9月27日(土)すぎもり地区協議会防災訓練 新企画!井戸水ポンプ体験

『命のために、防災を習慣に』地域でつながり災害対策

すぎもり地区協議会が表彰されました

調布市 市制功労者表彰(社会福祉功労)

10月26日(日)の「調布市制施行70周年記念式典」において、市政功労者表彰(社会福祉功労)を頂きました。「染地マルシェ」や「まち活フェスタ」などの地域コミュニティ発展への様々な協力が認められたのだと思います。

消防協力者表彰 (人命安全対策等推進功労)

11月12日(水)に調布消防署より、消防協力者表彰「人命安全対策等推進功労」を頂きました。

「防災訓練」や「ペット同伴避難訓練」など長年行ってきた事によるものと思います。

7年消防協力者表



この両表彰は共に活動して頂いている杉森地域の各諸団体の皆様方のおかげであり、代表して「すぎもり地区協議会」が頂いたものと思っております。感謝申し上げますと共にこれからも杉森地域の発展と安全のためにご助力賜りますよう、お願い申し上げます。

会長 鈴木孝治



Chofu 70th Anniversary



9/27
(土)

第10回すぎもり地区協議会防災訓練

杉森小の3・4年生を対象に訓練・体験を行い、保護者や地域の方々も参観・参加しました。



担架搬送訓練



▲約30キロの杉森たろうさんを4人で息を合わせて運びます

応急手当訓練



▲バンダナを使ってケガの手当。上手く結べるかな？

通報訓練



▲自分の住所・火事の場所、的確に伝えるポイントを学ぶ

初期消火訓練



▲慌てずに、きちんと狙って消火することが大事「消火器は結構重たい」「『火事だー!!』大きな声で周りにお知らせ」

煙体験



▲口・鼻を覆って、しゃがんで移動する「中は煙で見えにくい！息苦しい～」

井戸水ポンプ体験



▲校庭の端っこに井戸があるなんて知らなかった！「非常用トイレの水洗等に使われます」

AED 取扱い訓練



▲わかりやすく丁寧に教えていただきました

ローリングストック展示



▲日常で食べているものを消費しながらストックするのがおすすめ

ガスパワー発電機体験



▲カセットガスボンベ2本+エンジンオイルで発電OK「勢いよく引っ張る!」「ライトついた?」「扇風機まわるかな?」

簡易トイレ展示



◀「家族の人数×35個」を目安に準備することが推奨されています



▲みんな真剣に聞いて、いざ実践!



▲「あっぱくん」的確に押せていればいい音が鳴ります♪



▲調布消防署国領出張所の皆さま

【協力】 調布消防署国領出張所、調布市消防団第7分団、防火女性の会、杉森地区連合会、健全育成推進杉森地区委員会、杉森小学校開放委員会、杉森小学校PTA、は棟管理組合、染地八八倶楽部、民生委員、地域コーディネーターの皆さま、まちの減災ナース 調布、かけふあし。(ファシリテーター)

ご協力ありがとうございました

9/6
(土)

地区協議会連絡会「本所防災館」 見学レポート

会長 鈴木 孝治

バス視察として本所防災館に中島前会長と行って来ました。

①地震②煙③都市型水害(水圧のかかったドアの開放)④暴風雨を体験をしましたが、なかでも水圧ドア開放・暴風雨体験等は身に迫る思いで取り組みました。杉森地区は多摩川に隣接していて、2019年には被災もしています。水害に関しては予知が出来るので早めの避難・近隣への声かけが大切で、そのためには日頃から近隣との顔の見える付き合いをしていくことが重要だと思いました。



10/19
(日)

杉森地域運動会 地区協競技・急げお助け担架!



これまで4色対抗で行われていましたが、今年は紅白に分かれての開催! どちらが勝つのか!? ハラハラドキドキの中、途中の雨にも負けず大盛り上がりでした。

防災訓練で実施している担架搬送訓練をモチーフにした「急げお助け担架!」の競技では、意外と重たい「たろう君」たちを力を合わせて上手に運んでいました。景品に、防災グッズとして「野菜スープ」や「非常用ビスケット」等を提供しました。

私たちにできる事前防災

防災士 加藤洋子

連載 防災コラム

備えあれば ⑭

事前防災とは、災害が発生する前に被害を想定し、被害を未然に防いだり、軽減するために行う対策です。国や自治体为主导する大規模な治山・治水対策、インフラ強化、建造物の耐震化、避難路の整備などの対策に加えて、ふだんから私たちにもできる事前防災があります。

- 自治体などの情報収集
- ハザードマップの確認
- 家屋の耐震化
- 家具の固定
- ガラスの飛散防止対策
- 食料・水・簡易トイレ(便袋)などの備蓄
- 訓練の参加 など



その他、生活習慣の一つとして心がけたいのが、室内の整備です。

- ①就寝中の命を守るため、寝室に背の高い家具を置かない
- ②避難経路を確保するため、玄関・廊下に物を置かない
- ③火災を防ぐため、ストーブなど暖房器具の配置を考え、周囲に燃えやすい物を置かない

④物が散乱しないよう、物を整理して減らす

これらの生活習慣は防災・減災になり、災害ごみの減量にもつながります。

それでも災害発生後には、大量の災害ごみが出るのが予想されます。復興を進める上で、災害ごみの処理は大きな課題です。調布市の【災害時のごみの出し方ガイドブック】【災害時のごみの分け方・出し方】をご確認ください。迅速かつ適正なごみ処理ができるよう、ルールを知ること・守ることで復興に協力しましょう。

〈お問い合わせ先〉

⇒調布市環境部資源循環推進課 TEL042-306-8200

<https://www.city.chofu.lg.jp/070030/p041222.html>

2026.
2/21
(土)

「すぎもり染地牧場 ポニーとふれあう会」

まってるよ〜

多摩川のほとりにポニーがやってきます! 乗馬体験等イベント沢山! 体験の時間は決まっていますので、詳細は下記ポスターをご確認ください。

すぎもり染地牧場
ポニーと
ふれあう会

2026年2月21日土曜日
10時30分から15時まで
多摩川自然観察緑地

乗馬体験
一緒に記念写真
にんじんタイム
参加費: 1回10円

詳しくはWEBで
タイムテーブルや場所などを
確認できます。

主催: 調布市自治会連合協議会
後援: すぎもり地区協議会

【令和7年度東京都地域の底力発展事業助成】対象事業

地域のお知らせ

おもしろあそび 2026年1月17日(土)

主催：子ども会(申込制)
会場：杉森小学校校庭(雨天中止)

獅子舞や和太鼓の披露、コマや羽根つき等むかし遊び体験、ストラックアウトやアメフト体験も予定しています。



4地区合同マラソン大会 2月1日(日)

主催：4地区健全育成委員会
会場：多摩川河川敷

小学生が元気に走ります！

※事前申込制、詳細は別途連絡があります。



調布市立第三中学校吹奏楽部 第23回定期演奏会 3月26日(木)

会場：調布市グリーンホール
開演：17時30分予定



生活の相談、ボランティア・地域活動の相談等は

「調布市社会福祉協議会」の地域担当へ

地域福祉コーディネーター(CSW)と地域支え合い推進員(SC)は、生活上の悩みや困りごとを抱える方などの相談を受け、様々な関係機関や企業・団体、住民主体の活動団体などへおつながりすることや関係機関等との連携を図りながら解決に向けた伴走支援を行っています。また地域の活動に参加したい、地域活動等を立ち上げたいなどの地域づくりに関する相談を受け、相談に応じたサポートを行っています。その中で、今回は、CSWとSCが関わる住民主体の地域活動である「みんなのNicotto(ニコット)食堂」を紹介します。

みんなのNicotto食堂^{ニコット}(by Nicotto)

Nicottoは、染地・狛江エリアを中心に、地域の人たちと手を取り合いながら、みんながキラキラ・ワクワクする居場所づくりをしている団体です。

その中で、杉森小・染地小エリアを拠点に「みんなのNicotto食堂」として毎月1回子ども食堂を実施しています。開催日程や場所、対象年代を月ごとに変えながら、放課後から夕食時に実施する「子ども食堂」、赤ちゃん世帯向けの「赤ちゃん食堂」、ハロウィンやクリスマスなどの季節のイベントバージョンの「子ども食堂」など地域の様々な年代の子どもに参加してもらえよう工夫しています。地域のみんなと一緒に子育てをするまちにしていきたいという想いで活動しています。



生活上の困りごとの相談をしたい、こども食堂に参加したい、ボランティア活動をしたい、活動を立ち上げたいなどのご相談は地域担当までご連絡ください。



中村



渡邊



高島

【地域担当】

- 染地地域福祉センター内
染地ボランティアコーナー
☎042-481-3790 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 地域支援係
(染地・杉森・布田小エリア担当)
☎042-481-7693
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 高島 有美

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、国領町6・7丁目、布田5・6丁目、多摩川6・7丁目です。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、介護保険の申請や適切なサービス等をご案内しております。困った時にはお気軽にご相談ください。

所在地:国領町7-32-2 デュスモン国領101

電話:050-5540-0860

開所:月～土 9時～18時 夜間及び日曜は転送電話対応



「ケアラーカフェ in 染地」毎月開催中



参加費
無料

家族介護者が集うおしゃべり場「ケアラーカフェ in 染地」を開催しています。毎回10名程度の方が参加され、当センターの認知症地域支援推進員や介護経験のある地域ボランティアがお待ちしております。介護の思い出や今介護をしている気持ち、今後の不安など一緒にお話しませんか？どなたでもお気軽にご参加ください！参加費も申込も不要です。

日時 毎月第三月曜日 13:30～15:00
場所 染地地域福祉センター