



## コミュニティ安倉「防災訓練」

2月17日（日）安倉小学校体育館で第2回コミュニティ安倉防災訓練を実施しました。

今回は、心肺蘇生・AED指導、三角巾の使い方、搬送訓練、簡易ベッド組み立てに加えて映像での防災学習、防災クイズ、防災グッズの展示、非常食（アルファーマ）を使ってカレーライス炊き出しを行いました。



心肺蘇生



三角巾の使い方



搬送訓練



簡易ベッドの組み立て



アルファーマ米を使って  
カレーの炊き出し





あなたのお家の防災対策は大丈夫ですか？  
防災チェックシートなどを使って見直してみましょう・・・。

### 防災訓練に参加して・・・

いつどこで起こるかわからない災害に対して家族でよく話し合い、災害時の連絡方法・避難経路の確認・家の中の危険箇所の確認・非常持出品の点検・非常食の保存状態、使用期限の確認など日頃からの備えが大切だという事を改めて感じました。

—安全防犯部—

## 防災チェックシート

**防災グッズチェック**

懐中電灯	タオル
携帯ラジオ	家族の連絡先
飲料水	マッチ、ライター、燃料
非常食	ロープ
貴重品	救急セット

その他、必要に応じて準備をしておきましょう  
砂浜、ミルク、破損品、靴、タオル、毛布、ヘルメット、携帯ナビ、ドライシャンプー、軍手、携帯鏡、ゼッケン、使い捨て食器・・・など

## 記入例

**わが家の防災メモ**

わが家の避難場所：お茶の水小学校  
 家族の集合場所（避難場所ではなかった場合）：手塚治虫記念館  
 緊急連絡先：3210-0123  
 緊急連絡先：  
 緊急連絡先：  
 家族の名前 生年月日 血液型 会社・学校などの電話番号  
 アトム S22.2.22 B 1111-1111  
 ウラン S27.11.19 A 0000-1111  
 ケン S46.9.15 O 222-1234  
 ロック S54.4.6 B 34-9876  
 ビノコ S63.2.7 AB 128-256

避難所までの地図を書き込みます。

ルマップ

避難場所

コンビ

海月食堂

徒歩7分くらい!!

## 認知症サポーター養成講座開催

### ～小浜地域包括支援センター～

去る1月16日（水）安倉第一団地集会所にて、「老人会・木もれび」のみなさんと「認知症」について学びを深めました。30名の参加があり、活気あふれる講座になりました。

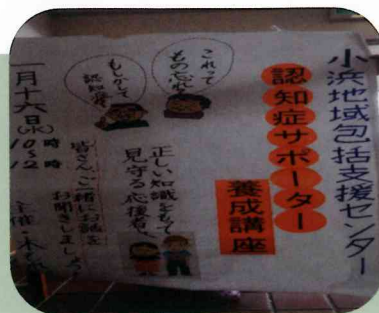
2時間の長丁場でしたが、座学とグループワークを織り交ぜ、認知症の理解（病気の成り立ち）や、「自分にできること」「隣同士でできること」「地域でできること」を考えました。

グループワークでは、認知症予防のために取り組まれていることを発表しあい、日頃、歩くことを意識されたり、家計簿や日記を20年以上続けられている方、他者との交流や、趣味・余暇活動など、からだところ（脳）を動かす工夫をされていました。

小浜地域包括支援センターでは、住民のみなさんに「認知症サポーター養成講座」を、小学4年生の児童へは、「キッズ認知症サポーター養成講座」を開催しています。

認知症に関する正しい知識の普及と、認知症の方や、その家族を見守る支援者となることを目標に、受講者参加型の講座を企画しています。

認知症になっても、その人らしい暮らしができるよう、自分にできることから考えてみませんか？





## 第 25 回総会お知らせ

2019 年度 安倉地区まちづくり協議会（コミュニティ安倉）の総会を  
5月19日（日）1時30分から（1時より受付）総合福祉センター3階大ホール  
で開催します。

※安倉在住の方はどなたでも出席して頂けます。

### 大好評！『ヨーガ教室』 2019 年度も開催します

今年も 10 回の  
実施を予定して  
います。第 1 回目  
は 4 月 1 日（月）  
です。その後の日  
程はチラシにて  
お知らせいたし  
ます。



### 『お花見会』のお知らせ

昨年に引き続き『大堀川西緑地公園』の桜の下で『コ  
ミュニティ安倉お花見会』を開催します。

**日時:2019年3月31日(日)(雨天中止)**  
**11時~14時**

※お弁当は各自持参でお願いします。

皆さまご参加ください。

※詳しくは回覧で  
お知らせしています。



### 声かけキャンペーンのお知らせ

日時：2019年4月8日（月）～12日（金）7時40分～8時15分

集合場所：1. 愛眼周辺

2. 安倉中3丁目『ライフケア宝塚』看板前

3. 下ノ池東側『白瀬浚渫興業』前

4. 安倉中4丁目郵便局前周辺

5. 『エネオス』前交差点

6. 『ブックオフ』前交差点

7. 安倉南第3公園・北側『るーちえ』前

**お近くの集合場所で声掛け・見守りをお願いします。**



## ふれあい広場 4月からの予定

4月6日	絵手紙・手芸	共同利用施設安倉会館
13日	手芸・囲碁・麻雀	〃
20日	健康体操	安倉デイサービス
27日	手芸・麻雀	共同利用施設安倉会館
5月4日	お休み	
11日	手芸・囲碁・麻雀	共同利用施設安倉会館
18日	健康体操	安倉デイサービス
25日	手芸・麻雀	共同利用施設安倉会館
6月1日	絵手紙・手芸	〃
8日	手芸・囲碁・麻雀	〃
15日	健康体操	安倉デイサービス
22日	手芸・麻雀	共同利用施設安倉会館
29日	手芸・おしゃべり	〃
7月6日	絵手紙・手芸	〃
13日	手芸・囲碁・麻雀	〃
20日	健康体操	安倉デイサービス
27日	手芸・麻雀	共同利用施設安倉会館

毎週土曜日

1時30分～3時30分

参加費:100円

場所:共同利用施設安倉会館

★どなたでも利用できます。  
土曜日の午後、お茶を飲みながら皆さんと楽しいひと時を過ごしませんか。



子育て広場を開いています。

### 「ちびっこ広場」

～子育て相談～



日時:2019年4月18日(木)

(各月第3木曜日)

10時30分～12時

場所:安倉第2会館(下ノ池公園横)

—第4地区民生委員児童委員協議会—

### ペットの飼い方、マナーを守ってね!

★犬のフンは必ず持ち帰りましょう。

★猫は室内飼育が基本です。

放し飼いにすると感染症などの病気、ケンカ、交通事故など迷惑の元。未去勢のオスは、野良猫などに子どもを産ませて不幸な猫を増やす原因となります。また、ほかの家への侵入と糞尿の苦情も出ています。



暮らし快適な住環境『安倉』

に向けて皆様のご協力をお願いします。

編集後記: コミュニティ安倉にご意見やご要望がありましたらご連絡ください。

TEL/FAX 87-2637 (広報:佐古井)

宝塚市のホームページのまちづくり協議会のブログに右のQRコードを使って簡単に『コミュニティ安倉のブログ』を見ることが出来ます。ご利用ください。

広報紙の配布を手伝ってくださる方を募集しております。  
特に、安倉西3丁目、4丁目・安倉中5丁目方面を担当して  
くださる方募集!!  
他の地域でも協力くださる方は佐古井までご連絡ください。

