

コミュニティ すえなり

広報

第 98 号
平成 29 年 3 月 25 日発行
広報部

URL [（末成小・地域まちづくり協議会）](http://www.bma.biglobe.ne.jp)

E-mail

vr8az2@bma.biglobe.ne.jp

避難所運営ゲーム (HUG)

2 月 18 日 (土) 第 30 回避難所運営委員会で、「宝塚防災リーダーの会」のご指導の下、避難所運営ゲーム (Hnansho Unei Game) を実施しました。24 名の参加者は、4 班に分かれ、次々に繰り出される 199 枚のカードに記載の避難者情報や災害対策本部からの連絡を考慮しながら、避難所の図面に迅速かつ適切に配置していきます。『避難所運営マニュアル』に記載の事態には迅速かつ適切に対応できましたが、マニュアルに記載のない事態には迅速かつ適切な対応は難しかったようです。



『避難所運営マニュアル』に記載の事態には迅速かつ適切に対応できましたが、マニュアルに記載のない事態には迅速かつ適切な対応は難しかったようです。

HUG をすることにより、避難所運営委員会で今後の検討課題を発見し共有できました。(加藤 富三)

第 22 回定期総会の案内

日時：平成 29 年 5 月 28 日 (日) 13:30~

場所：末成小学校 南館 1 階 多目的ホール

この地域をより良くするための政策が決定される重要な会議です。

アナタもコミュニティすえなりの一員です。定期総会に参加し意見を述べることができます。

是非、ご参加を!!

募集中
専門部をお手伝いして下さる方
【総務・広報・福祉・青少年・環境・生活安全】
【まちづくり・ルーム運営】

地域にひろく文化の華 南中ソーラン (高司バージョン) 高司ソーラン隊

毎年、高司ソーラン隊の子ども達は、コミュニティフェスティバルを盛り上げてくれます。良き指導者のお蔭で、地域の文化が子ども達の中に育っています。今回、指導者の天羽さん・馬本さんに高司ソーラン隊にかける思いをお聴きました。

毎年、高司ソーラン隊の子ども達は、コミュニティフェスティバルを盛り上げてくれます。良き指導者のお蔭で、地域の文化が子ども達の中に育っています。今回、指導者の天羽さん・馬本さんに高司ソーラン隊にかける思いをお聴きました。



私達がソーランをする事になったきっかけは、10 年前に高司小学校で PTA 本部役員をした時に会った高司小学校区まちづくり協議会の久米さんから「今度ウチの文化祭で、地域の子達と一緒にソーラン節とかをやってみいへん?」と言われたのが始まりでした。当時、ソーラン節というものを知らなかったので、市役所に関連のビデオを借りに行ったり、高司児童館に児童達と一緒にするため相談に行ったりして無我夢中でお稽古して文化祭に出演しました。1 回限りの出演のつもりが、「私もソーラン踊りたい!!」と児童達の声があがり、まち協が法被や T シャツ、大漁旗に和太鼓を購入して下さいました。今では本番を観ていただいた方々に感動してもらえるよう、構成などメンバーで話し合い、本気で厳しくお稽古しています。児童達も一生懸命稽古を頑張っていますので、これからも『高司ソーラン隊』を宜しくお願い致します。(天羽)

地域なんでも相談~フレンド~
こつこつ体操・健康座談会
平成 29 年 5 月 24 日 (水)
13 時 30 分~15 時
末成小学校 南館 1 階 多目的ホール

健康寿命を延ばすため、
体操と健康についての語り合いを行います
注意*新年度より開催日が変わります
奇数月の第 4 水曜日に

「ありがとう」
そして「さようなら」
大切な人の
終章を

ここ、宝塚飛翔殿で...

兵庫県 1 位
株式会社 セレナス
飛翔殿
川西池田・川西多田・枚方・くずは・日生中央
(2016 年 職工予定)

創業 30 年の実績

「葬儀」から「創儀」へ

安心・信頼の低価格葬儀を業界でいち早く実践した 20 年の実績。セレナスは、お気持ちを大切に日本の葬儀文化を守りつつ、安心と信頼を得られるご葬儀をこれからも低価格で提供します。

※宝塚市末成小学校地域の皆様へ
評価基本料金 (標準葬式)
20%~30%割引

お気軽にご相談ください
お葬儀の相談、お葬儀のご予約は、
※ご葬儀にお申し込みください。

メモリアルホール
宝塚飛翔殿
0120-51-0042

宝塚市小杉 5 丁目 9 番 82 号
(中津川駅北口)
年中無休・24 時間対応

“忘れるな1・17” 総合防災訓練実施される

今年も年明けて間もない1月20日に、未成小学校・同幼稚園の主催、コミュニティすえなり地域の自主防災組織の共催で、宝塚市西消防署南部分出張所及び市役所総合防災課の指導の下で、「地震」を想定した総合防災訓練が未成小学校で実施されました。



訓練は「地震」発生を合図に全校生徒・同園児が先生の指導のもと、まず、自分自身の安全を確保し（頭を座布団、帽子等で保護して、机の下等に隠れる等）「地震」の揺れがおさまり全校生徒・園児は、頭部を保護しながら先生の指示・誘導に従い運動場に全員避難しました。学年毎に点呼をとり全員の安全を確認して、校長・園長にそれぞれ報告をしました。

続いて発生した「津波」が10分後に到達すると想定して、園児から学年毎に順次校舎4Fの定められた場所に無事避難して、初期の避難誘導訓練を終了した。きびきびとした子ども達の避難訓練を見学した地域の皆さん及びスタッフ一同、子ども達に失笑されないよう次の訓練に取り組まねば・・・と思った事と思います。



次に小学校3年生の生徒と地域の自主防災組織・スタッフの皆さんが体育館に集合して、3班に分かれて消防署署員の指導の下で、AEDの取り扱い訓練、簡易担架・簡易ベッドの組み立て訓練、消火器の取り扱い訓練、新鋭消防車の機能説明等、署員の熱意が伝わる指導と説明を受けた時には、子ども達の笑い声で雰囲気は和らぎ、又、真剣に取り組む“継続は力なり”を身に染みて感じました。

一方、炊き出し訓練は、PTAの皆さんが早くから材料の仕込みからアルファ化米、豚汁の炊き出し、そして訓練参加者への配膳から後片付けまで全てを熱心に取り組んでいました。3年生の子ども達は、おいしい味付けの豚汁に次々とお代わりをして、PTAのお母さん方の微笑ましい様子が・・・



しかし実際に災害が発生したらこのような和やかな様子は一変してしまいます。将来大きい災害が起きない事を念じつつ無事に訓練を終了しました。

(生活安全部部长 西田 喬)

ドッジボール大会

(青少年部部长 堤 美代子)

2月11日(土・祝)9時30分から、未成小学校運動場にてコミュニティすえなり青少年部主催「ドッジボール大会」を開催しました。

今年は高学年5チーム・中学年3チーム・低学年3チーム、合計63名の子ども達が参加してくれ、前日の雨と雪で足元がぬかるんでいる中どろんこになりながら一生懸命プレーしていました。



優勝できた子ども達、できなかった子ども達も皆、生き生きとした素敵な表情を見せてくれ、主催側もとても充実した時間を過ごせました。

寒い中、お手伝いして頂きました保護者の方々、観覧に来て応援して頂きましたの方々、ご協力ありがとうございました。次回の参加もお待ちしております。

〈優勝〉 高学年ブロック「ゲスの極み」・中学年ブロック「最強チーム」・低学年チーム「キタロウ」



『サロン交流会』

3月5日（日）午後1時30分から末成小学校多目的ホールにて、コミュニティすえなり福祉部主催『サロン交流会』が開催され、地域住民108名が参加しました。



校区内のサロン、「喫茶チェリー」「喫茶すずらん」「愛あいサロン」「ちゅらさん」「喫茶ローレル」「月曜喫茶」「サロンガーデン」へ参加している方々が多目的ホールに集まり、会場は満員となりました。

出演されたバンド名：“サカシン&トミー” & ヒデちゃんの坂本氏（お坊さん）が「心の花」「千の風になって」などギターを弾きながら歌いました。読経で鍛えた歌声がみんなの心に響きました。



「みんなで歌いましょう」のタイムでは、参加者みんなが「おぼろ月夜」「みかんの花咲く丘」など元気よく歌いました。

「社協さん」からは宝塚市で最近被害の多い、振り込め詐欺の注意喚起のお話がありました。

後半、ティータイムに入り、コーヒーや紅茶を飲みながら、楽しくお喋りして、一層サロン間の交流が深まった様です。



自転車安全運転教室（街頭での啓発活動）

奈良東大寺のお水取り行事も終わり、もう春近し3月15日（水）

17:00～18:00 末成小・幼 子どもの安全連絡会との共催で、

昨年と同様に末成小学校正門前の道路（市道）において、

宝塚警察署、市役所防犯交通安全課（計5名）のご指導のもと、

末成小・幼 子どもの安全連絡会、青少年補導員、PTA、地域自治会、

コミュニティすえなりの総勢26名で自転車の安全運転啓発活動を実施いたしました。



冬に逆戻りの北風の中、自転車運転者等へ幟旗、プラカードの提示、大きい声での声掛けによる交通安全啓発、警察署員による直接指導等、自転車運転者への交通安全啓発を図りました。

約1時間の短い時間でしたが、宝塚警察署交通安全課の渡邊係長より地域ぐるみで熱心な交通安全の取り組みにお褒めの言葉を頂きました。

また、市内で電話による還付金等の詐欺が発生していることから、地域の皆さんに、特に注意喚起のお言葉を頂きました。参加者全員が“事故を起こさない・騙されない”を心に誓って安全運転教室を閉会しました。

（生活安全部部长 西田 喬）





《PM2.5 と美肌のはなし》

(薬剤師 奥田 徳子)

春は大気汚染物質 PM2.5 の飛散量が増える時期です。PM2.5 はスギ・ヒノキ花粉の 1/10 以下という小さな粒子で、身体の中に入ると喘息や高血圧の一因になると言われています。呼吸により肺の奥まで入り込むことがよく問題にされますが、実はお肌の毛穴にも入ってシミ・シワの原因になるそうです。肌ダメージの原因はまず加齢と紫外線ですが、それに次ぎ喫煙と並んで大気汚染物質が挙げられています。対策として、まず飛散量をチェックしたいですね。これは『そらまめ君』でネット検索すると地域の飛散濃度がすぐに分かります。そらまめ君って「空をマメに監視する」環境省のHPなのですが、可愛いネーミングですね。しかし飛散量が多いからと言って自宅にこもってばかりもいられないので、そんな日の外出から帰ったら極力早く洗顔して洗い流してしまいましょう。そしてタププリ保湿。お肌のバリアー機能がアップします。それでもお肌の奥深く入り込んでしまった PM2.5 対策は「抗酸化」です。抗酸化には、日々の食事の中でフラボノイドやカロテノイドを多く摂ると良いでしょう。ポリフェノールの一種であるフラボノイドには、フラボノール酸（タマネギ・ブロッコリーなど）・イソフラボン（大豆など）・カテキン（緑茶など）等、多くの種類があり野菜や果物に広く含まれています。カロテノイドにも、カロテン（人参・ほうれん草など）・リコピン（トマト・スイカなど）・アスタキサンチン（エビ・カニなど）等、多くの種類があります。これらは一種類ではなくいくつも組み合わせて食べると抗酸化作用がグッとアップすると言われているので、様々な野菜をたっぷり取り入れた献立を心がけてはいかがでしょう。夏場の強い紫外線にも負けない「健康美肌」、春こそ準備のチャンスです！



3月18日午前8時コミュニティ事務所前に光明・すえなり両コミュニティの住民の方々(32名)が集合して御所川清掃活動に勤めました。清掃活動は末成小学校前交差点を境に南は末成町南端まで北は福井町北端までの範囲で河川内の投棄ゴミ、空き缶・ペットボトル類・不用家庭用品等を環境部員手作りの用具(上部左画像)で引き揚げて収容しました。収容したゴミは分別(上部右画像)して小学校ゴミヤード集積。ゴミの集積量は少なかったです。空き缶のポイ捨て量が多かったです。約1時間の作業で最後に記念写真を撮って散会しました。

道路、河川、公園等でのゴミのポイ捨て禁止。あなたの町はあなたの手できれいにしましょう。



【福祉部】『**地域なんでも相談**』 毎月第2第4水曜日午後1時30分～午後3時まで末成小学校南館多目的ホールで皆さんをお待ちしています。
開催日 4月12・26日(お楽しみ会) 5月10・24日(こつこつ体操、健康座談会他) (注) こつこつ体操・健康座談会等はこれからは奇数月開催
各地区で開催されている『**ふれあひ喫茶・サロン**』にもお立ち寄りください。

【ルーム運営部】『ルーム』使用受付 皆さんの活動の場所を提供いたします。

毎月第4金曜日午後3時30分よりコミュニティ事務室で受け付けします。

『**寺子屋すえなり**』**よりお知らせ** 寺子屋は、小学生の基礎学力の向上に努めています。

寺子屋は、小学校開校日の毎月曜日午後2時30分より南館多目的ホールで。4月は17日より