

第1回防災訓練（SUG講座）

安心安全部長 一宮 剛



6月13日、サンライフ甲西にて第1回防災訓練を行いました。今回は、湖南市社会福祉協議会の災害ボランティアの方々を講師にお招きし、「SUGカードゲーム」というものを教えて頂きました。

災害時に、被災者の救済活動をゲーム感覚で学べるもので、カードを使用して、災害が起きた時、被災された方を救助する優先順位の判断や応援ボランティアの方々の協力を如何に効率的に行うかを学びました。このゲームは、全国でも初の試みで、滋賀県湖南市が、発祥ということでした。

実際に災害が起きた時には、今回のように、机上だけで行えるものではありませんが、こういった簡単で楽しく、災害が起きた時に対する意識を身に着けられるという事は、非常に重要なことだと感じさせられました。

今まで、滋賀県湖南市は、災害にはあまり縁のない地域ですが、今後も中央区の方々が、いつでも協力できるための活動は、日常的に必要だと感じました。



編集後記

2021年度最初の「中央ひろば」7月号を発行することができました。昨年からの新型コロナ感染症は、世界に大きな影響をもたらしました。3密を避けるため、中央自治会も、4~6月の行事を一部中止しました。

この間においても、コロナ感染予防対策を徹底しながら、SDG'sの理念「誰一人取り残さない」持続可能な地域社会を後世につないでいきたいと思います。中央ひろばが、「いつまでも中央で暮らしたい」地域づくりの力になれば幸いです。

次号もよろしくお願いします。 総務部一



中央ひろば

2021年度

7月号

湖南市中央自治会

発行責任者 大河内勝彦

防災倉庫新設置場所の整地作業

安心安全部長 一宮 剛

3月27日、防災倉庫設置予定地の角田公園にて、設置部分の整地作業を行いました。当時は、ボランティアで多数の方が参加していただき、スムーズに作業を完了いたしました。位置は、南の西側に位置し、ブランコの遊具がある場所です。

無いことを願いますが、今後もし、災害が発生した場合は、中央区の重要な場所になると思われます。倉庫内に保管されるものは、今後、検討されますが、何がどれだけの数あるか等、中央区の皆さんに、覚えておく必要があるのではないかと思います。又、防災倉庫に保管するものに対してのご意見やご希望などがございましたら、教えて頂けないでしょうか。災害が発生した場合は、誰もが利用する可能性がありますので、何卒宜しくお願ひ致します。



脳トレゲームボランティアサロン

代表 谷口 満

脳トレゲームボランティアサロンは、本年4月よりスタートしました。

現在20数名が会員ですが、毎回自分の好きなゲームのグループに入って、皆さん大いに盛り上がって楽しんでいます。ゲームは、どれもルールが簡単なモノを選んでいますが、サイコロやトランプで運や勘が勝負を左右するものから、戦略的に考えながら進めていくような奥が深いものまでいろいろあります。

時にはグループの皆さんで一緒に考えるようなゲームもあります。

どれも童心に帰って手先や頭を使うゲームをするので、脳の活性化にもつながるだけでなく、新しい仲間と同じ時間を過ごしながら、誰かと楽しく話することでストレス解消にもつながっているのではと思います。一人で楽しむ脳トレとはまた違う楽しさがあり、久々に夢中になって時間が過ぎるのを忘れてしまいそうと、おっしゃる方もおられます。ご興味のおありの方は、第一、第三金曜日午後一時半～東自治会館まで ぜひ一度見に来てください!



中央虹の会活動の現況報告

中央虹の会会長 樋口 和男

平成3年度の幕開けは、コロナ禍の影響で「虹の会」にとっても厳しいものとなりました。

3月に開催した定例総会では、これまで同様 ①会員相互の親睦活動 ②健康問題を含めた自己研鑽 ③社会奉仕活動 等を柱とした活動方針を策定いたしました。

また昨年実施した「40周年事業」について総括し、今後の「周年事業」の在り方を大きく見直してきたところです。会員数の状況ですが、2名の退会がありましたが、新たに5名の入会があり総勢72名でスタートしております。

なかなか収束が見えないコロナ禍、年度初の「花見の会」「春の研修旅行」は中止、また各種会合においての食事会は自粛しております。こうした状況下、4月から6月にかけて、スポーツ大会や東西の除草等 奉仕活動は実施してきたところです。

一方、全国的に始まった「コロナワクチンの接種」ですが、5月から85歳以上を皮切りに順次進められており、7月初めごろには対象者ほぼ全員が、2回の接種を済ませるのではと喜んでおりますが、高齢者を優先していただいたことに申し訳なく、感謝しております。しかし、これに油断することなく、感染防止対策をしっかり講じながら今後の活動を進めて参りますので、自治会の皆さんのご理解と応援をよろしくお願ひいたします。

憩いの広場「ピーチク・パチク」

憩いの広場「ピーチク・パチク」代表 濱田 みね子

憩いの広場「ピーチク・パチク」も3年目に突入しました。美味しいお菓子と和やかな雰囲気が功を奏したのか、愉しみに足を運んで下さる常連さんも増えて喜んでいます。4月21日のピーチク・パチクは、ボランティア「ブルースカイ」さんから有志の方が来館して下さり、オカリナ演奏と歌を披露して、会場を盛り上げてくださいました。

ワクチン接種が進み少し安心が戻ると、眠っていた沢山のボランティアグループさんも活動を始め、我がピーチク・パチク広場を更に楽しませてくれること期待しています。広場に通う「歩数」と「笑顔」が「フレイル」の特効薬となると信じ、誰かの元気の素となれば嬉しいな…と思いながら、ご来館をお待ちしています。

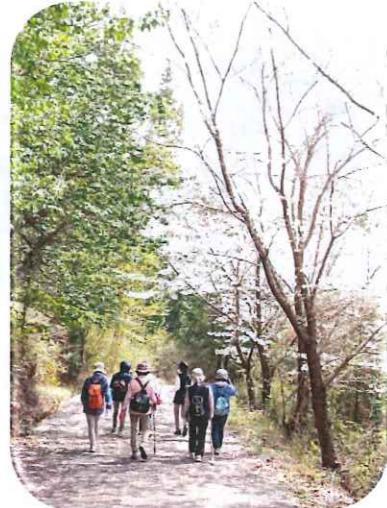


十二坊登山

ウォーキングクラブ世話人 稲葉 裕子、小山 京子

去る4月2日、晴天に恵まれ ウォーキングクラブの仲間で十二坊へ登りました。春うららかな陽気に誘われ、桜花爛漫の風情を満喫。コロナ禍の下、心身共にリフレッシュ出来ました。

上り50分強、下り40分の道中、タラの芽に春の息吹を、時折聞こえる小鳥の可愛 いさえずり、三つ葉ツツジの彩色に癒され、ソーシャルディスタンスを保ちながらの交流にフレイル期間(健康期と要介護期の間)を出来るだけ長く維持したい同朋の集まり。



とても楽しい時間を共有出来、自然と共に日々生かされている事への感謝を改めて痛感した貴重なひとときでした。今後も折々の花々を楽しみにウォーキングでリフレッシュ出来ればと思います。

シルバーボディ操「ゆうゆう」

代表 川極秀子

地域の仲間と一緒に健康的な生活を続けていきたいとの願いから始まった、シルバーボディ操「ゆうゆう」は、今年の6月で、12年目を迎えました。家に閉じこもりがちな方や体力に自信のない方でも、楽しみながら無理なく身体を動かすことができるよう内容を工夫しています。



昨年は、湖南市のコミュニティーバスの無料券が、70歳以上の人に30枚もらえることを知り、会の皆で市役所に行き、全員がもらいました。そして、コロナが、一旦落ち着いた頃を見計らって、皆でバスに乗り、菩提寺の料理屋さんに出かけました。中央に住んでいると、バスに乗る機会が少ないので、昨年の取組は、ちょっとした遠足気分も味わえ、皆さん大喜びでした。おいしい食事をみんなと一緒にとれ、とても楽しい時間を過ごすことができました。

これからも、シルバーボディ操「ゆうゆう」に来て良かったと思える場所を作っていくたいと思います。

