

第31号

令和 7年
2月 7日

むら まつ きた
村 松 北

村松北区自治会広報誌
発行責任者

自治会長 小野寺紀夫

“ 助け合いの心を ” 自治会長 小野寺 紀夫

令和6年度の自治会活動は、関係各位のご支援・ご協力により計画はほぼ完了となる予定にあります。

しかしながら、活動を進めるうえで課題や反省すべき点も多々あります、具体的にはとして活動の担い手に隔たりがあり、その人に大きな負担を強いる結果になっていることです。

自治会活動は「ひとりの百歩より、百人の一步」が望ましいところですが、そうはなっておらず残念な状況です。

これは高齢化もさることながら、社会活動やボランティア活動に各年代層の参加がしにくい社会環境にあることもその一因であると思います。

その一因は就業年齢、女性の就業率の上昇にあり、生涯現役というプラスの反面、社会活動やボランティア活動といった行政ではカバーしきれない所に手が届かなくなるマイナス面もあります。現在、自治会活動の見直しが行われており、高齢化社会でも運営可能な組織運営とするために、

① 地区自治会と単位自治会の業務分担の見直し

② コミセンの自治会への支援等々検討して段階です。

高齢化がさらに進むなかでの自治会（常会）活動負担軽減策は関係者に委ねるにしても、この時代であるからこそ、近所同士が支え合う必要が一層重要視される時代であることをお互いに確認しましょう。



安心・安全委員会

委員長 齋藤 晴雄

＜安心・安全委員会＞＜兼務、自主防犯パトロール隊＞

年度当初“地域の安心・安全維持に関する事業への積極的な取り組み”を行うということで4項目の重点活動目標（広報誌第30号参照）を設定しました。

安心・安全とは？と考えたとき、4項目の活動目標も重要だが住民の方が心身共に健康であること、住民の交流があることが重要ではないかと思い、健康面から出前講座「熱中症を予防しよう」「野菜摂取レベル測定会」を開催、心の面から「とうかいまるごと博物館出前講座」を2回（3回目は2月8日に予定）開催しました。

重点活動目標の普通救命講習は救護訓練、消防訓練に変更し2月22日に実施する予定です。



「災害時協力井戸に関する調査及び防災に関する意識調査」を9月に実施し、25名の方から災害時に生活用水として井戸水を提供できるとの回答いただきました。結果は自治会長及び役場防災原子力安全課にて保管し災害時活用できるようにいたしました。

防災に関する意識調査では世帯数の65%の方から回答をいただきました。皆様のご協力に関し感謝申し上げます。集計結果は後掲載(P5)を参照願います。皆様の大きな関心ごとである大地震、原子力災害等に関し防災訓練と題し1月18日に講座を開催(参加者23名)しました。

防犯パトロール隊の活動として年間スケジュールに従い月5回子どもたちの見守りと北区内パトロールを行っております。

今回活動を通して感じたことは各種行事への参加者があまり多くないということです。

自治会活動、自主防災組織活動、パトロール活動、その他の活動に参加していただければと思います。



福祉委員会

委員長 小野寺 紀夫

昨年度に引き続き「ふれあい敬老会」を開催し、ウクレレやハーモニカ演奏、手品など余興をたのしんでもらいました。75歳以上を対象としている敬老会は、年々増えてくる対象者なかには「まだまだ敬老会に出る気分になれない」という声も多数あり、併せて会場や予算面を含め、対象者の引き上げも考えていく時期に来ています。

「ふれあいサロン」の活動は書道を中心に実施し、目先を変えて童謡や歌謡曲を歌うなど工夫をこらして進めております。その面倒をみるのも高齢者であり、今後を考えたときは、面倒を見られる後継者を見つける必要があります。

「いきいき健康教室」は、4回/月実施し、時には健康や認知症などの研修会を行い知力と体力の維持・向上を目指しています。



教育・文化委員会

委員長 高瀬磐雄

本年度も後数ヵ月残すのみです、雑誌の情報伝達も近年ではデジタル化が主流になり、それが良いのか見定める必要があります。我々の情報の伝達はプリントアップして再認識していますが、他に良いものがあれば取り組みたい。

本広報誌の会員皆様への情報伝達はいかにすべきか気になることです。

村松軌道



健康教室の歩く会は、身近なポイントを再見聞した。買い物の流れも読めたし、原子力発電所の再稼働の問題をしっかりと判断せねばなりません。

今回のコースは集会所を起点にまぼろし村松軌道をたどって東海駅、舟塚古墳周辺を歩き、後半では原発展示館別館で工事の近況を聴きました。

今回のコースで印象的であったのは、全コースで舟塚古墳のこんもりした森が随所でみられたことで、古代を偲ばせる村松北地域だなァと思いました。



総務・活力委員会 災害研修会を開催して

委員長 藤咲 修一

毎年恒例となった災害研修会を12月に開催した。参加者は自治会会員で災害に対する備えに興味のある方々、21名が参加した。

朝靄の残る6:30に旧合同庁舎に集合しトキワ観光様の大型バスを貸切り一路研修所のある東京に向かった。当日は12月にしては暑ささえ感じる快晴の日であった。

災害研修会は毎年、色々な気づきを教えてくれることもあり。自分にとっても防災意識がより高まるものである。今回はよりリアルな地震体験や水害時の対処方法等、より起こりえる実践向けの体験が多く、とても参考になるものである。

この「本所防災館」は目の前にスカイツリーが聳え立っている場所にある。今回参加されなかった方も個人申込が可能ですので一度は体験してみたいはいかがでしょうか。事前予約要、入館料は無料です。南海トラフ地震や首都圏直下型の地震が近い将来発生する可能性が高まっている今、人ごととは思わず、自分ができる予防策の一助として参考になればと思い、来年度もこのような研修会は続けていきたいと思っています。



生活・環境委員会

委員長 末村 裕信

令和6年1月1日に発生した能登半島地震による災害は、多くの方が記憶に新しいと思います。更に9月の豪雨により被害が拡大され、未だ断水が続いている地区も多々あります。

能登半島を含め、地震、台風、豪雨等の災害ボランティアとして被災地を経験してきた中で、水や食料、毛布等もさることながら、トイレの重要性を痛感しています。トイレを我慢することにより、血圧の上昇や臓器への負担等、身体への悪影響があるとされています。

そこで、断水・停電・家屋倒壊等の時に使用するトイレについて考えてみました。

トイレの種類	長所	短所
自宅(平時用)	自宅内にある	家屋倒壊や排水管破損時は使用不可 断水時は小便のみ
自宅(非常用) ※通常トイレに 被せるタイプ	自宅内にある 水がなくても使用可	家屋倒壊時は使用不可 備蓄が必要 使用回数制限、使用後の処理が必要
避難所 (平時用)	建物内にある	倒壊や排水管破損時は使用不可 断水時は小便のみ 朝と食後は混雑、清掃管理
避難所(仮設) ※ボックス型	個室 水がなくても 使用可	設置までに時間がかかる 出入口に段差がある、汲取りが必要 朝と食後は混雑、清掃管理
避難所(仮設) ※マンホール 設置型		設置場所が限定される 液状化、道路破損時は不可 強風時は使用不可(仕切倒壊の恐れ) 夏暑く冬寒い、清掃管理

集会所のお知らせ

私の願い

集会所管理者 鈴木 真一

日頃から集会所を大事に使用いただきありがとうございます。年頭に当たり今年もいろいろ願い抱負など沢山あると思います。私たち高齢者にとっては若い人と違って、まず願いと抱負と言えばこの1年元気で病気をせず皆さんと楽しく仲間といられることかな。

ケガせず歩ける事がまず頭に浮かびます。そして一人にならなと、やはり話し相手がいないとゆうことは寂しいものです。

私はいま毎日たわいもない話をあーだこうだと言いながら二人で生活していますがこの先いずれは近い時期に一人になる姿が浮かんできます。その時は移動手段が制限されますので近くの集会所に足を運び、皆さんと雑談やよもやま話しながら、各人が趣味を持ち適度に体を動かして、皆さんとコミュニケーションを取れたら幸せかとおもいます。新しい年も健康で皆さんと共にそろって元気で過ごせることを祈っております。



「集計結果」

安心・安全委員会

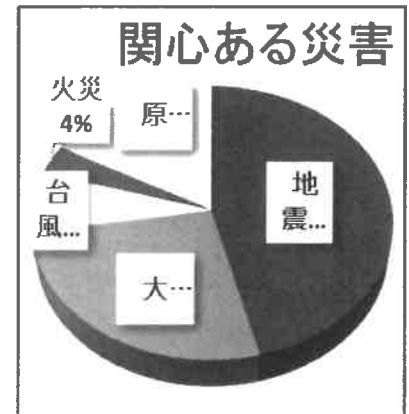
委員長 齋藤 晴雄

表紙(P1) 関連記事

回答数/世帯数=回収率 111/171=65%

これから起こりえるだろう災害で関心がある災害を二つ選んで
もらった結果大きな地震が最も多く、次いで大雨に関してでした。

①大きな地震	92
②線状降水帯のような大雨。	53
③突風・竜巻	14
④大火	7
⑤原子力災害	34



防災意識、防災に関する事前準備などについて調査を実施した結果は以下の通りです。

	はい	まあまあ	いいえ	割合 (%)		
Q2.筆筥、食器戸棚、棚等の転倒防止をしている。	33	43	35	30	39	31
Q3.もしもの時の連絡方法、避難場所を決めている。	32	36	42	29	33	38
Q4.ハザードマップ等で災害内容、避難経路を把握している。	30	57	24	27	51	22
Q5.我が家のタイムライン※1を作成している。	7	28	76	6	25	69
Q6.NTT東日本の伝言ダイヤル等家族との連絡方法を確立している。	15	26	69	14	24	62
Q7.行政又は民間の防災ポータル※2を閲覧、勉強したことがある	24	26	61	22	23	55
Q8.防災に関する講演会を聞いたことがある。	51	0	59	46		54
Q9.非常用持ち出しバッグ(リュック)等を準備している	34	38	40	30	34	36
Q10.非常食として人数分×3日分備蓄している。	33	43	34	30	39	31
Q11.飲料水として3ℓ×人数分×3日以上備蓄している。	43	37	30	39	33	28
Q12.生活用水として50ℓ以上の水を備蓄している	33	28	50	30	25	45
Q13.ヘルメット、ロープ、防犯ブザー(笛)を用意している。	14	37	59	12	34	54
Q14.マッチ、ろうそく、懐中電灯等の照明を準備している。	86	18	7	78		16
Q15.カセットコンロ、石油コンロ等の調理用器具を準備している。	88	0	23	79		21
Q16.ガスストーブ、石油ストーブ等の暖房器具を準備している。	77	0	33	70		30
Q17.ウェットティッシュ、濡れタオル、水のいらないシャワーを準備している。	29	36	45	26	33	41
Q18.携帯トイレ、簡易トイレ等を準備している。	28	0	83	25		75
Q19.モバイルバッテリー、インバーター等2A位の非常用電源を持っている。	38	0	72	35		65
Q20.太陽光、自家発電、電気自動車等10A以上の電源を持って	21	0	90	19		81
Q21.防災に関する講演・講習会があったら参加したい。	87	0	23	79		21

この人のひとこと①

集会所の在り方を考えてみました

書記長 坂爪喜一

今年もよろしくお願いいたします。

集会所の在り方を考えてみました。

集会所の現状の利用度合いは村松北区自治会の主体運営・行事に、楽友会の屋内・外の利用、キラキラ子供会、健康体操、ヨガ教室、書道教室、俳句の会、ピンポン同好会等、まず々の利用状況かと思われます。

重要な役割としまして地域交流の場所、災害時の一時仮り避難所として考えております。今普及率が90%以上と言われているスマートホンですが生活には欠かせないものとなっております。

特に災害時には情報収集・安否確認・位置情報と役立つアプリ（便利な道具）があります。

まだ々使いこなせない方がいらっしゃると思い、三年前からスマートホン・パソコン教室を毎火曜日の午後集会所で開催しております。

団らんの場所としてお茶とお菓子を用意してお待ちしておりますので教室に関わらず何でも結構です。是非お越しください。

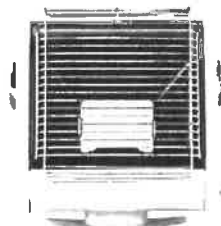
また、集会所には災害時に備えて備品を用意しておりますのでこの機会に一部を紹介します。

自家発電機



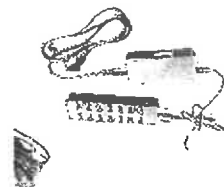
停電時の照明、携帯電話の充電(ガソリン式)

ガスストーブ



停電時の暖房(カセット式)

USBコンセント



携帯電話を充電するため

トランシーバー



災害時連絡(主に白方コミセン等)

リヤーカー



動けない方の白方コミセン等への搬送

なお！パソコン教室を毎火曜日の午後集会所で開催しております！

自主団体たより

令和6年度・明日の会活動を振り返って 明日の会会長 藤咲 修一

令和6年度も残すところ2ヶ月となりました。今年度を振り返り活動した内容とその時感じたことを言葉にしてみました。

我々のメンバーは現役世代の方たちが多く、平日のイベントにはなかなか参加することができませんが、休日等開催される自治会主催イベントには時間の空いた委員はお手伝いをしたりして活動している団体です。ここに、今年度の活動実績をまとめてみました。

●活動実績

1) 7月 東海まつり
キラキラ子ども会の神輿ねり歩き補助

2) 10月 白方交遊会まつり
事前準備のお手伝い

3) 12月 クリスマス会
キラキラ子供のイベント補助

4) 2025/1月 防犯パトロール隊との懇親会
決して大勢の人数ではありませんが自治会活動に少しでも貢献出来ればと思い、今後も活動を継続していきたいと思っております。



“キラキラ子ども会” 子ども会育成会会長

齋藤 亮一

一般的に子ども会が減少するなかでキラキラ子ども会は村内外で注目されており、この度「チャレンジいばらき県民運動」広報紙に大きく取り上げられました。単に子ども会活動のみの紹介でなく、地域で頑張るシニアヒーローとしても紹介しています。

この特番掲載は、特別な運営しているわけではなく、これにそそぐ力が継続していることでしょう。夏休みラジオ体操、こども神輿、クリスマス会、年長を送る会子供の気持ちおよび地域の気持ちを見計らって実行しています。

ひとつの行事でも、飽きずに長年継続していること大切です。



(三世代間交流会)・・・などなど

これからも工夫しながら、進めますので自治会員
のご協力をお願い致します。

・・・継続は力なり・・・



“ 楽友会 ”

村松幼稚園のまゆだま飾りに参加して

楽友会会長 佐藤 光夫

高齢者と子供とのふれあい事業ということで、先日村松幼稚園で餅つき会したところ、蒸した米を杵でつくのが初めて見るので多くの園児が目丸くして、ヨイショヨイショと大きな声で掛け声をかけました。赤色、白色、黄色、緑色の餅が出来上がりました。小さく丸めて小枝に飾りました。これがまゆだま飾りです。

最後に園児に何か聞きたいことがありますかと尋ねたところ、沢山の園児の手があがりました。

どうしてまゆ玉というのですが餅を沢山つけるのですが、色は何を表すのですか、様々な質問がありました園児たちの目がいろいろの所を見ているなと思いました。高齢者も勉強になった楽しい一日でした。



この人のひとこと②

(地震災害編)

グリーンピア常会 近藤 利幸

災害は忘れた頃に、予想を超えてやってくる 備えを忘れずに

【模擬の地震体験レポート】

皆さんは13年前の東日本大震災で震度6弱の揺れを経験され、今でもその時の大きな揺れ、恐怖感を覚えておられるでしょう。先日、東京消防庁本所防災館で100年前の「関東大震災」、29年前の「阪神・淡路大震災」の模擬地震(震度)を経験してきました。床に四つん這い(ダンゴ虫の姿勢)になって渾身の力を入れて揺れから体を守る姿勢をとりましたが、体が宙に舞ったり体が横向きに転がりそうになる等、一言で「物凄い揺れ」「6弱を大きく超える揺れ」でした。



震時には「姿勢を低くして手で頭を押さえる」と指導されますが、震度7では頭を押さえる事すらできません

【松本ノブさんの手記より】

大震災が起きたその日、東京に住むノブさん家族はお昼ご飯食べようとしていました。そこへ大きな揺れが襲い、家は大きな音を立てて揺れ、屋根瓦が落ちる音で恐怖のどん底に。



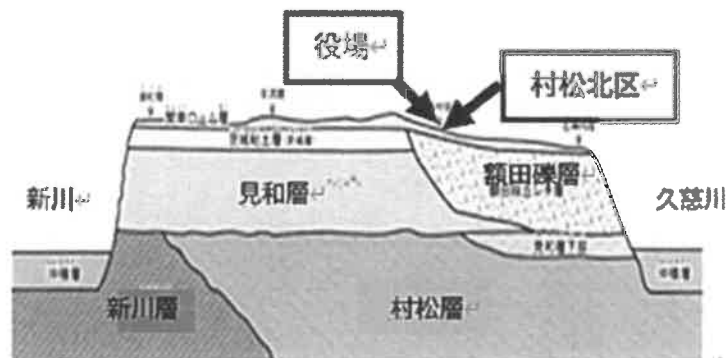
その後起きた大火災の中で子供を連れて冷静に風上に向けて避難したそうです。その後は被災者同士の協力、知人、友人等にお世話になりながら奇跡的に生き延びる事ができたそうです。ノブさんの手記には「共助」による助け合いの大切さが記録されています。「公助」を待つ前に自治会、常会の「共助」による助け合いが命を守る事に繋がるようです。

【我家の耐震強度は大丈夫？】

東日本大震災(東海村：震度6弱)によって皆さんの家屋は大きな揺れに耐え並び、倒壊を免れました。しかし、この大きな揺れによって、目には見えませんが柱と壁等の接合箇所が緩んで、建築当初の耐震耐力は下がっている様です。次に同様な大きな地震に襲われた場合は、以前よりも家屋の揺れは大きくなる事が予想されます。

【足元の地盤は大丈夫？】

東海村がある那珂台地の基盤岩は、約1100万年前、300万年前、12.5万年前、間氷期の海だった頃に堆積した土砂で土、砂、礫が固着した硬い層になっています。花崗岩等の硬い岩石ではありませんが、東海村の基盤岩もしっかりと固まったもので、地震耐力のある台地であるようです。



東海村の台地 (東海村の自然史より)

掲示板

「線状降水帯」っなに？

防災士 大村 政美

令和6年1月1日能登地方に能登半島地震が発生し、甚大な被害をもたらしました。また、災害復興中の奥能登地域では9月に線状降水帯が発生し、豪雨による災害のダブルパンチを受けました。

そこで、今回は線状降水帯について書かせていただきます。

線状降水帯とは「次々と発生する発達した雨雲（積乱雲）が列をなし、組織化した積乱雲群によって、数時間にわたってほぼ同じ場所を通過または停滞することで作り出される線状に伸びる長さ50～300km程度、幅20～50km程度の強い極地的な降水を伴う「雨域」で、積乱雲が線状に次々発生してほぼ同じ場所を通過もしくは停滞し続ける自然現象で、結果として極端な集中豪雨をもたらす、災害を引き起こします。災害が予想された場合はには外の作業をあらかじめ避けるようにしましょう。

玄関に、会員内の郵便やり取りが出来ます



玄関フロアの掲示板でその時々スナップ写真が見れます



{ どんな時でも村松北区自治会集会所であいましょう }

編集後記

本広報に対しての寄稿は自然災害に関する投稿が目立ちました見学会・出前講座・調査などです。なお本広報誌は、別枠で寄稿された記事が数件あり、例年になく紙面となりました。今後とも枠にはまらずに是非寄稿をお願い致します。

教育・文化委員長
高瀬 磐雄

