



ふだんのくらしをしあわせに

回覧

# 西部地区社協だより

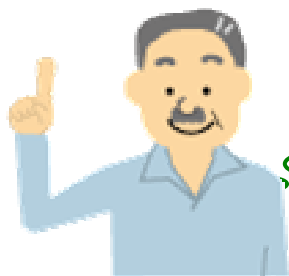
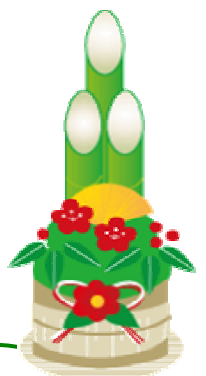
第155号 2012年1月号  
西部地区社会福祉協議会 事務局:青山  
TEL72-6616 FAX72-6610

四葉のクローバーの  
花言葉は「幸福」です



## 新年あけましておめでとうございます

今年もみなさんが安心・安全に暮らせる町になるよう  
努めてまいりますので、よろしくおねがいします。



平成24年の年初めに…  
防災・減災について考えよう!

私たちが住んでいる西部地区では、各町内会でさまざまな防災活動が行われています。

自分の住んでいる町の取り組みや、隣町が行っている取り組みを参考にして、私たち一人ひとりが日々の生活の中で防災を意識して行動しましょう。

### 福釜町

### 自主防災会勉強会開催

今年度で3年目を迎えた福釜町の勉強会は毎年5回程度行われています。

12月4日(日)は今年度第3回が開催されました。地域の防災リーダーを講師として、福釜町自主防災会がいざという時にどのような活動を行うか、グループワークを行い今後の取り組みについて話し合いをしました。



グループに分かれて話し合いました!

日ごろの

訓練が災害時に  
役立ちます！

## 榎前町

### 防災訓練の実施

～ 緊急連絡及び避難救護訓練 ～

12月10日(土)に、今年2回目の防災訓練が行われました。

今回は町内全域での緊急集合訓練と、西組での避難、救護、炊出し訓練を行いました。榎前町では毎年各組の持ち回りで、訓練が行われています。今年は西組の岡田生花店に本部をおき、安否確認、消火訓練、救護訓練を行いました。

榎前の防災訓練では、事前準備は極力少なくして、個々が考えて行動する場を設けていることで、いざという時に備えています。



毛布を使って担架をつくり、要援護者の救出訓練を実施



ボランティアと西組の女性陣が炊出し訓練を実施。畑から野菜を収穫してつくりました。

### 初 避難確認のために…

今回の西組での訓練では、通りから目につく場所にタオルを掛けてある世帯は無事に避難が完了したという目印にしました。

タオルが掛けられていない世帯には安否確認をするという工夫が見られました。



## ★災害時に役立つ★

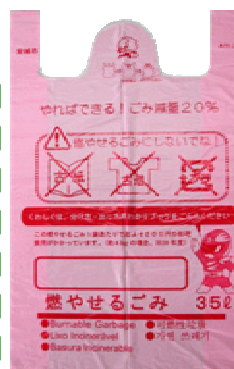
### 身近なものをご紹介します

#### 1 キッチンラップ



傷の保護  
紐  
お皿を汚さない  
ためのカバー

#### 2 ごみ袋・ポリ袋



雨をしのぐ  
カップ  
防寒着

ご飯を炊く  
(耐熱性のある  
ポリ袋のみ)

マイトイレ用材

中学生にも  
防災・救護を  
学んでもらおう！



## 高棚町

### 中学生防災教室開催 ～ 中学 1 年生が参加～

12月11日(日)に毎年恒例の中学生防災教室が開催され、今回で高棚町在住の中学1年生がほぼ全員が受講しました。

AEDの訓練後、町内会長より東南海地震や三河地震が起きたときの高棚町の被害状況や、今後の地震についての講話があり、中学生のみなさんがとても関心を持って聞いていました。



江川町内会長が高棚町と地震について話しをしてくださいました。



安城消防署西出張所の職員の方に救命救急法とAEDの使い方を教わりました。



町内協議員の方が受付や非常食、会場設営などのお手伝いをしてくださいました。

### 3 毛布

搬送用担架  
避難所の間仕切り  
(ダンボールや棒を使って)  
添え木や保温



### 4 新聞紙・チラシ

スリッパ(折りたんで作成します)  
コップ(折りたんでビニール袋をかける)  
敷物やクッションに！  
(大きいビニール袋を活用)  
掃除グッズとしても  
活用できる。  
マイトイレに！



身近なものが  
とっても役に  
たつよ！  
覚えておこう



# 「介護者のつどい」においでん！



介護での悩みや不安はみんな同じです。介護を経験した方や専門機関の職員からのアドバイスはとても有効であり、悩みを軽くするための情報も得られることがあります。

ほとんどの方がお一人で参加されてみえますので、気軽にご参加ください。

日時：平成24年3月3日(土)13時30分～15時30分

場所：西部福祉センター 2階 集会室

対象者：介護者の方、介護に関心のある方等

協力：介護者おしゃべりサロン 在宅介護支援センターあんのん館

問い合わせ：西部地区社協(西部福祉センター内) 72-6616 担当:青山

申込み不要  
参加費無料  
途中からの入退室自由

## たいむ スッキリ体夢・しゃっきり体夢 ～2月・3月～



元気なときから介護予防をしましょう！身体を動かす機会が少なくなった方、寒くなってきて血行も滞りがちになります。適度な体操で身体を動かすことで、頭もスッキリ・からだもしゃっきりしませんか。

| 日にち       | 区分      | 内容                |
|-----------|---------|-------------------|
| 2月 1日 (水) | スッキリ体夢  | ストレッチと歌って笑ってリラックス |
| 2月 8日 (水) | しゃっきり体夢 | 地元の講師による『いきいき体操』  |
| 2月15日 (水) | スッキリ体夢  | ストレッチと顔とお口の体操     |
| 2月22日 (水) | しゃっきり体夢 | ちょっと強めの体操 バスタオル必要 |
| 3月 7日 (水) | スッキリ体夢  | ストレッチと高齢者の食事(講義)  |
| 3月14日 (水) | しゃっきり体夢 | 地元の講師による『いきいき体操』  |
| 3月28日 (水) | しゃっきり体夢 | ちょっと強めの体操 バスタオル必要 |

10時～11時30分(2月22日、3月28日は11時まで)

市内在住60歳以上の方ならどなたでも！

事前申込みは不要です。お時間までに西部福祉センターへご来館ください。