

ぎょうだ

# 自治連だより

～安心して暮らせる地域づくりに向けて～

第91号

行田市自治会連合会  
広報部 会

編集・発行



## 避難所見学会の 実施報告

自治会連合会では、今後予想される大規模地震や風水害に備えて、去る令和5年1月21日(土)から28日(土)までの8日間に仮設避難所の見学や防災DVDの上映、防災啓発品の展示を自治会等を対象に実施いたしました。

開催にあたっては、多くの市民の皆様(約380名)にご来場いただき、また、貴重なご意見やご提言をいただきました。ありがとうございます。

今後は、新型コロナウイルス感染症拡大防止を踏まえた防災がより一層必要となるため、当連合会としても、市民の皆様が安心・安全に避難生活を送ることができるように、更なる防災意識の向上に向けた取り組みを実施してまいりますと存じますので、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

防災部会長 羽鳥 嗣郎

### 知って得する！役立つ豆知識！

Q 災害用伝言ダイヤルの番号として正しいのはどれ？

- ① 117 ③ 177
- ② 171 ④ 188

そもそも災害用伝言ダイヤルってなに？

○災害用伝言ダイヤルとは、地震、水害などの災害発生時に、被災地への通信が増加しつながらにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。



← 答えは3ページ

# ご存じですか？ 知っておきたい！避難に関すること

皆さんは、災害が発生した場合に落ち着いて適切な行動をとる準備は出来ていますか？  
 災害時の行動を事前に確認しておくことで、スムーズに避難することができます。災害時は、「公助」・「共助」も必要ですが、まずは「自助」により、自分自身や家族の身をしっかりと守りましょう！



### ～避難は早めに～

周囲が浸水する前に地域で声を掛け合って避難しましょう。特に夜間に大雨が予想される時は明いうちに避難しましょう。

### ～徒歩で避難する～

車での避難は、歩行者や緊急車両の妨げになります。また、車は浸水でエンジンが止まったり、水没する危険があります。必ず徒歩で避難しましょう。



### ～動きやすい安全な服装で～

荷物は最小限にして背負い、両手が使えるようにしましょう。水が入ると重くなる長靴ではなく、運動靴で避難しましょう。

### ～足元に注意～

冠水した場所を歩くときは、杖や長い棒で足元をしっかりと確認しながら、側溝やマンホール、障害物などに注意して歩きましょう。



### ～家屋への浸水を防ぐ～

「土のう」「水のう」「止水板」を設置することで、家屋への雨水の侵入を抑えることができます。ただし、すでに浸水が発生している場合には、避難を優先させましょう。

### ～家財道具などを移動させる～

浸水が予想される場合は、家財道具や生活用品を2階など高い場所に移動させましょう。

### ～急な増水に注意～

川や用水路、田畑の用水などは非常に危険です。また、アンダーパスなどの地下空間や周囲よりくぼんでいる場所は冠水のおそれがあるため、速やかに避難しましょう。

### ～高い場所に避難する～

歩行可能な浸水は約50cm。水の流れが速い場合は20cm程度でも危険となります。避難が遅れた場合は、自宅の2階や近所の高い建物へ避難し、救助を待ちましょう。

## 『避難先は避難所だけではありません！』

避難所に行くことだけが避難ではありません。「避難」とは、「難」を「避」けて、自分の身の安全を確保することです。避難先は市が開設する避難所に限らず、自宅の上層階や、安全な場所にある親戚や知人の家なども含まれます。

災害の危険が過ぎ去るまで、一時的に身を寄せることなどを想定し、日ごろから話し合っておくことが大切です。



### 「在宅避難」ができるなら

#### 【自宅等の垂直避難】

ハザードマップなどで以下の3つの条件をすべて満たしていることが確認できる場合は、自宅にとどまり安全確保することが可能です。

- ① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない。
- ② 想定浸水深より居室が高い位置にある。
- ③ 浸水しても水がひくまで耐えられる十分な備蓄がある。



### 「立ち退き避難」をするなら

#### 【安全な親戚・知人宅への立ち退き避難】

- 普段から親戚や知人と連絡を取り合い、災害時に避難することを相談しておきましょう。
- ◎ハザードマップなどで避難先が安全かどうか確認しましょう。

#### 【安全なホテル・旅館への立ち退き避難】

- 避難する場合は事前に予約や確認をしましょう。
- 通常の宿泊料が必要になります。
- ◎ハザードマップなどで避難先が安全かどうか確認しましょう。

#### 【指定された避難所への立ち退き避難】

- 小・中学校や公民館など、指定された避難所に避難しましょう。

認知症に対する自治会の取組みについて

全国的に高齢化時代を迎えた昨今、我が町内においても例外ではなく高齢化の波をひしひしと感じる毎日です。

日々、加速する高齢化社会と共に身近な問題として、認知症患者に関する問い合わせや相談件数が長野地区も増加傾向であることを知り驚きました。認知症は他人事ではなく、明日の我が身でもあります。いつ起こるか分からない災害に備えて「弱者への支援の輪」を広げ、被害軽減を願うべく、去る令和5年2月18日(土)に自治会役員を主に認知症学習会、及び模擬訓練を開催しました。 三桜北部自治会長

横田 範博



認知症になっても安心して暮らせる地域を目指して

認知症の症状と正しい対応について



高齢化が進展し、医療・介護など様々な相談が増加する中で、最近特に多いのが認知症に関する相談です。

高年齢化が進展し、医療・介護など様々な相談が増加する中で、最近特に多いのが認知症に関する相談です。

認知症の方には寄り添った対応が大切なため、基本姿勢と対応のポイントを説明します。

市では、自治会や団体、企業等に対し、認知症の理解と対応方法を認知症サポーター養成講座や徘徊模擬訓練、出前講座などでお伝えしています。

国の推計では、2025年には高齢者の約五人に一人が認知症になると言われ、身近なものになる一方で、認知症の症状は

国の推計では、2025年には高齢者の約五人に一人が認知症になると言われ、身近なものになる一方で、認知症の症状は

国の推計では、2025年には高齢者の約五人に一人が認知症になると言われ、身近なものになる一方で、認知症の症状は

国の推計では、2025年には高齢者の約五人に一人が認知症になると言われ、身近なものになる一方で、認知症の症状は

わかりにくく、適切な対応ができていないことも多くあります。認知症になっても誰もが安心して住み慣れた地域で生活が送れるよう、認知症の症状と対応について説明します。

わかりにくく、適切な対応ができていないことも多くあります。認知症になっても誰もが安心して住み慣れた地域で生活が送れるよう、認知症の症状と対応について説明します。

わかりにくく、適切な対応ができていないことも多くあります。認知症になっても誰もが安心して住み慣れた地域で生活が送れるよう、認知症の症状と対応について説明します。

わかりにくく、適切な対応ができていないことも多くあります。認知症になっても誰もが安心して住み慣れた地域で生活が送れるよう、認知症の症状と対応について説明します。

認知症とは何か

認知症は、病気など様々な原因で脳の細胞が壊れたり、脳の働きが衰えることにより、生活に困る症状がおよそ6か月以上続いている状態で、年を重ねれば、誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

認知症は、病気など様々な原因で脳の細胞が壊れたり、脳の働きが衰えることにより、生活に困る症状がおよそ6か月以上続いている状態で、年を重ねれば、誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

認知症は、病気など様々な原因で脳の細胞が壊れたり、脳の働きが衰えることにより、生活に困る症状がおよそ6か月以上続いている状態で、年を重ねれば、誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

認知症は、病気など様々な原因で脳の細胞が壊れたり、脳の働きが衰えることにより、生活に困る症状がおよそ6か月以上続いている状態で、年を重ねれば、誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

認知症の二つの症状

一つ目は、脳細胞が壊れることで起こる「中核症状」です。二つ

一つ目は、脳細胞が壊れることで起こる「中核症状」です。二つ

一つ目は、脳細胞が壊れることで起こる「中核症状」です。二つ

一つ目は、脳細胞が壊れることで起こる「中核症状」です。二つ

主な症状

Table with 2 columns: (行動・心理症状) and (中核症状). Lists various symptoms like delusions, anxiety, memory loss, etc.

対応のポイント

Table with 2 columns: (具体的な対応 7つのポイント) and (基本姿勢 3つの「ない」). Lists communication tips and basic attitudes.

知って得する！役立つ豆知識！

災害用伝言ダイヤルの番号と正しいのはどれ？ 正解は②171です。

117は「時報」で、177は「天気予報」188は「消費者ホットライン」です。

※災害用伝言ダイヤルは、災害が発生したとき限定で利用可能なサービスとなります。(防災週間など限定的に試験利用が可能な場合があります。)



行田市健康福祉部 高齢者福祉課

持田地区花いっぱい推進運動活動報告

持田地区自治会連合会では、持田公民館入口前のプラントーヤ、持田五丁目自治会内にある五持田ふれあいガーデンの花壇に、それぞれ植栽を実施いたしました。

今年は、持田公民館の文化祭が11月4日(金)5日(土)にあったことから、その前の土曜日の10月29日(土)に植栽を行いました。

持田公民館の利用者は地区外の方も多く利用しております。

公民館の入口付近に花を設置することによって、公民館全体が明るい雰囲気になったように感じます。

この運動は健康的で心豊かな文化・生活を送るうえで大きな役割を果たしていると思いますので、今後も長く継続できるように、皆様よろしくお願いたします。

持田地区自治会連合会長

江原 史郎



持田地区花いっぱい推進運動の様子

暮らしに役立つ豆知識！

エコなくらし第5弾

〜エコライフ活動で気づきから始めよう〜

「エコライフ」とは、エコロジー（環境に配慮した）エコノミー（経済的に節約する）な暮らし方をする事です。

「エコなくらし」は省エネや節水、家庭から出るごみの削減、光熱水費などの節約にもつながる、家計にも地球にも優しい暮らし方です。

個人がエコに取り組むことは家計の節約につながるメリットがあります。

さらに自然と共生した飼育・栽培をしている食材を選ぶことは、環境を守るだけではなく、自分や家族の健康を守るためにも大切なことです。

また、県が主催する「エコライフDAY」という活動があり、その中で、自分のエコレベルを評価するための取り組みを実施しておりますので、機会があればぜひ取り組んでいただければと思います。

マイペースになり過ぎている今の生活に「エコライフ」で気づいたことをみんなで実

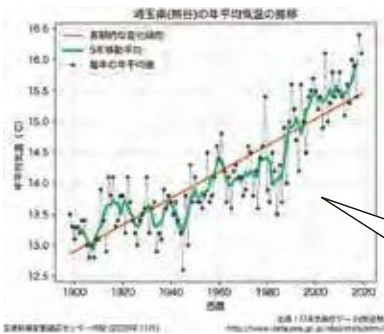
施し、今までできていなかったことを一つでもチャレンジして実施することで、地球温暖化や異常気象の防止になり、地球の資源を守ることにつながるのです。

第二谷郷新田自治会長

岩永 照夫



100年あたりの気温上昇量 2.14℃/100年



編集後記

先日、5回目の新型コロナウイルス感染症のワクチン接種をしました。

接種2時間後くらいに唇と舌がピリピリ痺れ、その日は何となく体がだるかったです。次の日は何ともありませんでした。

第91号の編集に遅れが出ないためにもコロナ対策も必要です。

第8波コロナ禍で、学校閉鎖や催し物が中止となる中、12月6日(火)、下町愛宕神社恒例の西の市が3年ぶりに開催されました。

待ってましたと言わんばかりの人々に溢れていました。落ち込んだ世の中に活をいただけたようです。

広報部会員  
海野 隆夫



ぎょうだ自治連だよりの電子版はこちらから！

●自治会に関する情報を発信しています。

