

たんぽぽ

発行：2021年3月29日 東部福祉の会

<第98号>

また春が来て	(1P)
掲示板について	(2P)
在宅避難のすすめ	(3P)
民生児童委員一覧	
活動報告・活動予定	(4P)

また春が来て

桜をはじめ春の花々が咲き誇り、色鮮やかな季節を迎えました。この一年、新型コロナウイルス感染症に世界中が振り回され、ワクチンの接種は始まりましたが、まだまだ先行きの不安は払しょくされない状況が続いています。それでも、時間は流れ、日々の暮らしは続き、また卒業、入学、就職の春がめぐり来ました。できないことや、我慢することがたくさんあった一年でも、学び、感じて、得ることもたくさんあった一年でした。

東部福祉の会は、昨年4月の総会を书面確認でスタートし、運営委員会や情報交換会などの会合は、例年の半分ほどしかできませんでした。気持ちだけでもつなげておきたいと願い、メモ等でいただいた情報を、報告書にまとめたりもしました。大きなイベントや、飲食を伴う活動はかありませんでしたが、少人数で語り合うサロン活動などは、夏から初冬にかけて実施できました。

発足から20数年、「実際に集うことなくつながりを意識できる」企画を考えてみる機会はありませんでしたので、新しい生活様式の中で実現できる温かい企画を、これから模索してまいります。

新しいたんぽぽイラスト デビュー！

この広報紙『たんぽぽ』の題字横に、長年、かわいたんぽぽのイラストが使われていましたが、無料使用できるイラストかどうか出典を調べたところ、2種類のうち、1点しか確認できませんでした。今後は、オリジナルイラストのたんぽぽに変えて、広報紙やポスターなどに使用してまいります。新しいたんぽぽも、よろしく願いいたします。

あらためて備えよう

東日本大震災から10年が経過し、あの日のことをあらためて思い起こしてみますと、いつの間にかずいぶん油断していたことに気づかされました。

今年になって、かなり大きな余震も何度かありました。今は新型コロナウイルス感染症の対応で手一杯だとしても、自然災害はやって来ます。水や備蓄食料はあっても、できるだけケガもしないで生き残るためには、家や屋内の安全管理が重要です。いざという時に飛んだり、崩れたりしそうな物が部屋の中にたくさんありませんか？今一度、身の回りの点検をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の流行とともに、避難所のあり方も大きく変わり、ソーシャルディスタンスが取れる避難の仕方では、わずかな人しか避難所に入れません。そこで、提唱されたのが『在宅避難』です。3面に東部防災会の記事を紹介しますが、もしもの時に、自宅で過ごすことができる備えをしておきましょう。備蓄品ばかりでなく、ご近所の方々と、日頃から挨拶が交わせる程度のお付き合いができていると、いざという時に心強いです。

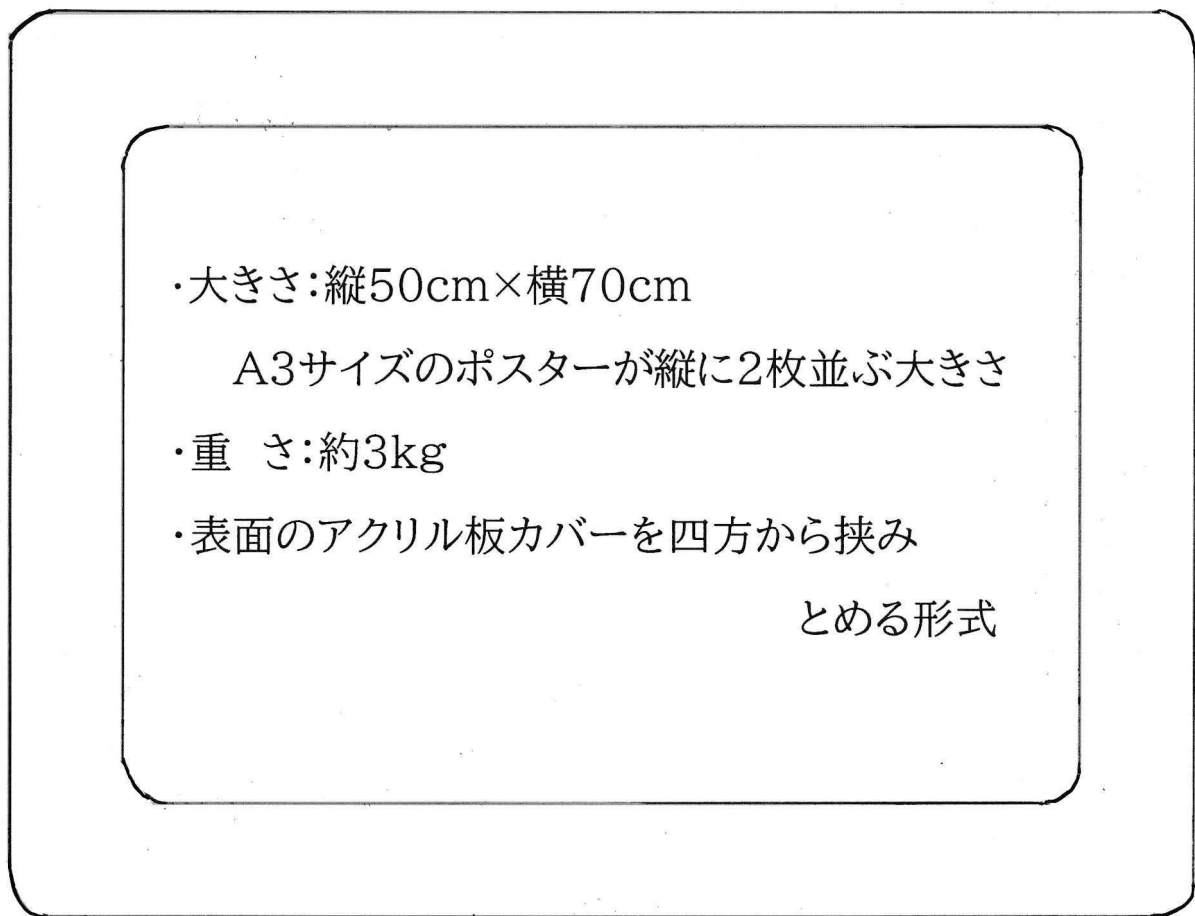
まだまだいる、特殊詐欺犯

新型コロナウイルス感染症に、感染しないようにと在宅時間の長くなった高齢者を狙って、あの手この手で電話を掛けてくる特殊詐欺犯が後を絶ちません。留守番電話を設置するなど、直接、電話に出ないことで防止できます。あなたのキャッシュカードを自宅に取りに来る機関は、どこにもありません。

(栃折暢子)

東部福祉の会の掲示板を

設置できる所を求めています！



☆ 設置する場を貸していただける方は、
吉祥寺東コミセン気付 東部福祉の会(TEL:21-4141)まで
お知らせください。

どうぞよろしくお願いいたします。



防
サイ
いく
ん

防サイあるある通信

市民ボランティア
from 東部防災会

自分や家族を守る最善策は？・・・「大地震が発生したら避難所へ」は過去の考え、感染症を避けるためにも、自宅が安全なら「在宅避難（自宅待機）」が新常識です。目標は、大地震が発生しても、ケガなく自宅で1週間以上生活できるようにしておくこと。首都直下地震では1週間以上の停電を覚悟しておくことが必要と言われています。《知っていると便利・知らないが大変》被災者の声から命を守る「あるある」をお伝えします。
(はんや@本宿おやべえ)

▶一番重要なのは、ケガなく 大地震を乗り切ること

寝ている時に地震発生、気がついたら眼鏡はないし履く物はないし真っ暗で何も見えないし、歩くのも怖くてベッドの上で身動きできませんでした。今は、メガネ・靴・ライトなどを袋に入れ、飛んでいかないようにベッドの端に縛ってあります。枕元に靴などを置いておく、これだけはやって欲しいです

寝室のほか、キッチンやリビングも見直してみてください。
東日本大震災では、箸やおたまが飛んできて大けがをした人もいたのです。

▶生き延びて、最初に直面するのは トイレ問題

トイレが一番つらかった。
簡易トイレをもらった時は
泣きそうになりました

★昨年改訂された市の『防災ハンドブック』はご覧になりましたか？
大地震が発生しても便器は壊れていないことが多いです。活用できるように予習しておきましょう！
大地震後は、トイレだけでなく確認が済むまで排水は要注意。下水道や建物の排水管が破損し、漏れや逆流を起こす可能性があるからです。

自宅のトイレを災害時に使う方法（例） ※水を流せない場合

<p>1 まず、トイレの止水栓を閉める（水が出ないようにする）。そして、貯水タンクの水をレバーで流さないようにする。</p>		<p>2 ゴミ袋を便座の下にかぶせてから便座を下ろして、便座にもう1枚ゴミ袋をかぶせる。</p>		<p>3 用を足す。</p>	
<p>4 携帯トイレの凝固剤を、上からかける。</p>		<p>5 便座にかぶせたゴミ袋を取り出し、空気を抜いて口を強く縛る。</p>		<p>6 ベランダ等で一時保管し、市区町村の指示に従って処分する。</p>	

〔出典〕『地震に備えよう！防災ハンドブック』日頃の備えや消火器補助など情報満載。市のHPでも公開中、ご確認を！

【注意】ゴミ袋と新聞紙だけでは臭いが大変。凝固剤と消臭剤、ペットシートなどを準備しておく役立ちます。ゴミは市の回収が始まるまで全て自宅保管です。置き場所の確保・消臭対策もお忘れなく

火災の6割は停電復旧後に発生しました。ゆれが収まったらブレーカーをオフ。家電のコードが損傷していないか等、安全を確認できるまでオンにしないことが大切

マウスウォッシュ（洗口液）があると便利。口がスッキリしてご飯も美味しい。気持ちも免疫力もアップ
※歯周病や虫歯があると新型コロナの感染リスクが高まります。手指消毒と共にオーラルケアも重要

2021年度 武蔵野市総合防災訓練は 10月24日（日）本宿小で開催決定

※ 新型コロナの感染状況により、予定が変更になる場合があります

この地域の災害時の拠点は本宿小と三中です。学校避難所では、自宅が損壊し在宅避難が困難な人達を受け入れると共に、安否確認や救援、情報交換、給水配給、医療従事者の巡回等が行われます。運営は避難者自身で協力して行うことになっています。複合災害を乗り越えるには「自助」そして「互近助」が大切です。総合防災訓練へ向け、ご家族・地域の防災力を高めていきましょう。ご協力を心よりお願いいたします。

こんな時はどうしたら？ と思ったら
民生児童委員さんに相談を。

東部福祉の会(東町全域と本町一丁目)
担当の民生・児童委員担当地区

東町一丁目 1～10にお住まいの方は
江藤智子さん ☎29-7637

東町一丁目 11～25にお住まいの方は
今野俊行さん ☎22-2623

東町二丁目 1～17にお住まいの方は
新井知子さん ☎22-9758

東町二丁目 18～32にお住まいの方は
岩岡由美子さん ☎22-6510

東町二丁目 33～43にお住まいの方は
北住真理子さん ☎20-1563

東町二丁目 44～45&三丁目 3～12、
18～22、26～29にお住まいの方は
小池正三さん ☎22-3005

東町三丁目 1、2、13～17、23～25に
お住まいの方は
入江環さん ☎22-8875

東町四丁目にお住まいの方は
青田富江さん ☎20-2133

本町一丁目 12～31にお住まいの方は
平廣子さん ☎22-6048

本町一丁目 32～38にお住まいの方は
安永明美さん ☎22-7083

児童の問題は主任児童委員の
栃折暢子さん ☎21-1289
藤野久美子さん ☎22-5694

活動報告

- ・11/6 第2回運営委員会
- ・11/12 たんぽぽサロン
- ・11/24 第3回情報交換会
- ・12/6 暮らしの保健室 mini
- ・12/10 たんぽぽサロン
- ・1/31 第4回情報交換会(書面)
- ・2/26 第3回運営委員会(書面)
- ・3/23 第5回情報交換会

活動予定

- ・4/4(日)14:00～16:00
暮らしの保健室 mini (吉祥寺東コミセン)
- ・4/8(木)10:00～ たんぽぽサロン
(吉祥寺東コミセン)
- ・総会は未定。
掲示板、HPにてお知らせします。

たんぽぽ 98号
2021年3月29日発行
発行:東部福祉の会
吉祥寺東 1-12-6 吉祥寺東コミセン内
電話&FAX: 21-4141
発行責任者: 東部福祉の会 栃折暢子

東部福祉の会は武蔵野市民社会福祉協議会の助成金で運営されています。助成金は共同募金の一般分配金・歳末たすけあい運動の分配金が充てられています。

このたんぽぽは ご近所の

が お届けしています。