

夏の思い出

今年の夏に行われた神居地域のイベントを写真で紹介しします。寒い日が続きますが、気分だけでも夏を感じてもらいたいと思います。



第13号
平成28年
12月16日発行

——主な内容——
*健康パーク in カムイ
*かむい遊びの学校
*台風による豪雨被害と教訓
*台風11号で消防団出動
*替え歌「振り込まないで」
*カム in! 支所マルシェ

カムイ新聞

まち協

「カム in! 支所マルシェ」が開催されました

今年で4回目となる「カム in! 支所マルシェ」が9月10日(土)開催されました。前日の天気予報は降水確率100%!!こんな事滅多にありませんよね・・・。当日もあいにくのお天気でしたが、地元の新鮮な野菜や、美味しい手作りお菓子、江丹別そばなどを求め、例年同様多くの皆さまにご来場いただき、同時開催の「健康パーク in カムイ」と共にお楽しみいただけたのではないかと思います。悪天候にもかかわらず、足をお運びいただいた皆さま、出店者の皆さまどうもありがとうございました。



「健康パーク in カムイ」が開催されました

9月10日(土)、神居公民館を会場に「健康パーク in カムイ」が開催されました。当日は4回目となりすっかり恒例となった「カム in! 支所マルシェ」と同時開催で、延べ400名を超える来場者で賑わいました。

「健康パーク in カムイ」は、まちづくり推進協議会として今年度初めて開催した事業です。「健康」を一つの大きなテーマとして、「食」や「運動」、「遊び」などの様々な体験を通じ、健康の喜びを体感していただくことを願い開催されました。ご来場された皆さんは、「介護予防」と「認知症予防」の講話や体操をはじめ、「健康クイズ」、「ヘルシー惣菜」の試食など、用意された12の健康プログラムの中からそれぞれ関心の高いプログラムへ参加していました。特に「モノづくり教室」や「高齢者疑似体験セット」には、神居中学校のパソコン部の生徒さんも大勢参加いただきました。科学館のボランティアさんの指導で思い思いの「マルチけん玉」を作製して楽しんだり、高齢者の体の状態を疑似的に体感していました。



多くの地域の方々が様々なプログラムを通じて交流し、思いやりのこころを育まれたことと思います。
(神居まちづくり推進協議会委員)



神居公民館からのお知らせ

10月12日(水)から6日間、第42回神居公民館サークル文化祭が盛大に開催されました。



大勢の方々にご来館いただき、ありがとうございました。 神居公民館 61-2575

..... ありがとう

今年の台風で避難所を開設したときに、ある男性から「自分が夜勤のため、足の不自由な母を家でひとりにするのが不安だ。避難してもいいか?」と。安心安全な避難所の重要性を強く感じたとご相談でした。 S

うれしいお話を!今年度の旭川市安全安心まちづくり賞に「神居東地区スクールガードパトロール隊」と「忠和っ子を守る会」が選ばれました。今年度の受賞はこの2団体だけ。登下校の安全確保に感謝! Y

◆◆ご意見・お問合せ◆◆

編集・発行 : 神居まちづくり推進協議会(まち協)

〒070-8012

旭川市神居2条9丁目1番19号 旭川市神居支所内 編集室

TEL 0166-61-2311 FAX 0166-61-8294

E-mail kamui_br@city.asahikawa.hokkaido.jp

まち協委員

佐々木会長, 小平副会長
荒木関委員, 石坂委員, 大河委員, 笠原委員,
楡委員, 林委員, 廣瀬委員, 古田委員,
古山委員, 三宅委員, 諸澤委員

「かむい遊びの学校」が開催されました

今年も、9月24日(土)に、かむい中央公園で「かむい遊びの学校」が行われました。外で遊ぶことが少なくなった子どもたちに『外遊びの楽しさを教えるための学校』です。前日の大雨で芝生は濡れていましたが、子供たちは元気いっぱい!!最初の先生は、神居中央地区と忠和地区の連合子ども会のみなさん。おにごっこなど集団で遊ぶ楽しさを教えてくれました。



次の先生は、昔、子どもだった神居まち協の委員のみなさん。けん玉やこま回しのコツを教えてくれました。

他にも、子どもなら1度はやってみたい?「お菓子食い競争」や公園全体を走り回った「宝さがし」もありました。

最後は、子どもも大人もみんなで競ってかき氷。自分で作ったかき氷は、みんなで食べると格別でした。イチゴ、メロン、オレンジなど全部のシロップをかけている子、おかわり6杯という強者もいましたよ。

子どもたちの元気な声と満面の笑顔で、カムイのまちがいっぱいになりますように!ご協力いただいた神居中学校パソコン部のみなさん、ありがとうございました。



台風による豪雨被害と教訓

近年、集中豪雨による被害が全国各地で起きています。

私たちの住む神居地域でも、今年の夏の台風により道路の冠水や石狩川からの逆流など、多くの爪痕を残しました。また、土砂災害警戒区域に避難準備情報が発令され、忠和小学校など6カ所に避難所が開設され、57名の住民が避難しました。

以下は、私の住む忠和地区における被害状況と、教訓等についてまとめたものです。

1 台風11号による8月20日の集中豪雨のため、忠和3条3丁目の道路6本が冠水しました。(内水氾濫)



↑一気に大量の水が下水道や側溝に流れ、排水能力を越えた。



↑側溝や下水道、マンホールなどから、水が地表に溢れ出た。



↑ごみや土砂などが水をせき止めた。

2 台風9号による8月23日の集中豪雨のため、石狩川の水位が上昇し、忠和5条3丁目の神居左2号樋門から住宅側へ河川水が逆流しました。(外水氾濫)



←神居川に隣接する雨水溝の氾濫により道路が膝まで冠水した。



避難場所の確認

◎教訓

- ・自らが生活する地域の洪水の危険性を実感
- ・防災意識の啓蒙と危険意識の醸成
- ・洪水時避難場所の認知度の向上
- ・地域防災力の向上



◎対処

- ・水害についての正しい知識を習得
- ・自宅周辺の浸水程度を確認
- ・気象条件や警報などの情報を早期に把握
- ・早めの避難準備と避難開始
- ・避難経路や避難場所、家族等との連絡体制を確認
- ・避難時の持ち出し品を準備



◎まとめ

防災対策は、自治体レベルで取り組むべきことが多いとは言ってもありませんが、自助、共助、公助の環境づくりが必要です。『備えよ常に』をモットーに、いざという時にできるだけ被害を少なくしていく努力が大切です。

(神居まちづくり推進協議会会長)



シリーズ～神居住民の健康について考える⑪

こんにちは！地区担当保健師です！

旭川市保健所神居地区担当保健師の川村です。今回は災害に関連した健康のお話をします。災害時は安全確保のため、避難所や車中での生活を余儀なくされることがあります。

その際に生命に関わる健康障害といえば、エコノミークラス症候群です。心臓より低い位置に長時間脚がおかれていると、脚の静脈血の流れが悪くなり、血栓ができ肺の血管を詰まらせ、呼吸困難やショック状態を起こします。歩行時の息切れや胸の痛み、一時的な意識消失、片側の脚のむくみや痛みを自覚したら、早急に医療機関を受診しましょう。

ではここからは、エコノミークラス症候群の予防策をご紹介します。

- ①座った姿勢を長時間続ける事を避け、1～2時間おきに身体を動かす
- ②十分な水分摂取
- ③ふくらはぎや太ももを揉んでマッサージ
- ④エコノミークラス症候群予防のための運動

- ・足首の曲げ伸ばし
- ・立位の姿勢でかかとあげ
- ・仰向けに寝て片方ずつ膝を曲げて抱え込む



備えあれば憂い無し。お時間のあるときに試してみたいはいかがでしょうか。

旭川市保健所保健指導課より

シリーズ～神居の防災について考える⑫

水害から身を守るために！

旭川市は、大小さまざまな川が流れる「川のまち」のため、水害対策については私たちの生活から切り離すことはできません。神居地域は浸水や土砂災害の警戒が必要な地域です。水害から身を守るために次のことに注意してください。

- ◆大雨が予想されるときは気象情報や市が発信する避難情報に注意し、早めの避難を心がけましょう。特に夜間の避難は危険ですので、明るいうちに行動しましょう。
- ◆普段から避難所と避難経路を確認しておきましょう。特に忠和地区については、水害時に使用できない避難所がありますので、事前に避難所を確認しておきましょう。
- ◆崖や急傾斜地は、土砂災害の発生にも注意が必要です。山鳴りや斜面の異常など普段との違いを感じた場合は、直ちに避難しましょう。



旭川市防災安全部防災課より

台風11号で消防団出動



旭川で水害と言えば、石狩川のような大きな河川の氾濫をイメージされる方が多いと思います。しかし、水量の少ない河川でも、豪雨により水位が限界を超えることで氾濫をすることがあります。

8月20日の午前11時40分頃、雨紛川が上雨紛地区で次々に氾濫、さらに、12時30分頃にはポン雨紛川も氾濫し、消防団第17分団が出動しました。そして、写真(左上)の住宅付近を見回していたところ、この家のご夫婦が膝上まである水の中で手をつなぎ避難しているのを発見し、さらに家の中にはまだ2人取り残されているとのことでしたので、それぞれ救出しました。

避難所の神居小学校までは8kmもあり、道路も3か所で水没していたので、他の住宅からの避難者も合わせ、9名を一時的に消防団員の住宅に避難させました。

写真(右中)の場所では被害を軽減するために、土のうを400袋積みました。氾濫が凄まじく、水田へ流れ込んだ水で稲が見えなくなり、また、

ビニールハウスの中の大きなボイラーなどが流されてどこに行ったのか分からない状況でした。

上雨紛3線道道では深い所で40cmほど水没し、道路の先が見えない状況となり、消防団員が交通整理にあたりました。消防団第17分団の団員の中には被害を受けた者がいましたが、自らの被害を顧みず活動していました。

幸い今回は明るい昼間に氾濫が起きましたが、夜の暗い中だと危険度も恐怖も倍増します。また、昼夜に限らず、万一泥水の中を避難するときは、くぼみや側溝もまったく見えなく大変危険ですので、ロープで体と体をつなぐか最低でも手をつないで歩く様にして下さい。

消防団活動は火災・災害・警戒出動、捜索など多岐にわたっているので、日頃の訓練等が非常に重要でこれからも訓練を重ね、

「自分たちの地域は自分たちで守らなければ」をモットーに頑張っていきたいと思います。

(神居まちづくり推進協議会委員)



自主防災

こちらの被害も備えましょう



災害と同じように、忘れた頃にやってくるのが振り込め詐欺です。

神居5の3老人クラブでは、1970年代に

CMソングで流行した「ふりむかないで」の替え歌、「振り込まないで」を毎週月曜日のお茶の会で歌っています。

これまで7年間歌い続けて、詐欺被害に遭った会員は一人もいません。

覚えやすい歌ですので、みなさん一緒に歌ってみませんか。

『振り込まないで』(全6番)

6. 泣いた人にも困った人にも悪いと思わぬ振込みの犯人止めてゆきたいあなたの被害振り込まないで神居の人