

## まち協防災研修会 実施しました

9月3日（土）8:00～9:30 岩中体育館

岩船中学校体育館で防災研修会を行いました。防災講話（東日本大震災関係）非常品持ち出しゲーム、新聞紙のスリッパ作りなどを体験していただきました。実際に災害が起きた想定で何が必要か、皆さん真剣に考えていました。今回は小中学校のお子さんを持つご家庭を対象に行いましたが、次年度以降は対象を拡大して定期的に行おうと考えていますので、防災に関する取組で興味のあるものなど、お気軽にご意見をお寄せください。



やさしさと輝きに満ちた

笑顔のまち村上



市民協会のまちづくり  
(パートナー)のロゴマーク



左下 非常品持ち出しゲームの様子  
左上 防災講話の様子

## 令和4年度岩船地区文化祭のご案内

書道・絵画・手芸品 etc…文化の秋を楽しみましょう



日時 令和4年11月3日（木）  
午前9時00分～午後1時

会場 岩船小学校体育館

**岩船小学校展覧会と同時開催です**

ミニイベント・大凧揚げ  
午前11時00分～11時30分（予定）  
旧金屋小に安置していた大凧を復活させて  
小学校グラウンドで揚げます。6畳ほども  
ある立派な凧なので、来場の際はぜひご覧  
ください。



## 引き続き作品を募集中です（出展者向けご案内）



11月3日（木）文化の日、岩船小学校にて開催される地区文化祭の作品を募集します。参加資格は、岩船地区在住・在勤・出身者の方で、岩船地区において未発表の作品で出展数の制限はなし（出展数が多い場合は相談させていただく場合があります）です。多くの皆様からの作品をお待ちしておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### ◆申込方法について

岩船地域コミュニティセンター（岩船連絡所）で受付いたします。**10月14日（金）まで**にお申し込みください。（電話申込み：可）

作品は、岩船地域コミュニティセンターへお持ちいただくか、**11月2日（水）の午後2時～4時**の間に直接会場へお持ちください。なお、直接会場へお持ちになる場合でも、**必ずご連絡**ください。作品の搬入等については、できる限りご都合に合わせますので、受付の際にお聞かせください。事業概要などご不明な点等につきましては、協議会事務局までお問い合わせください。（裏面末尾の連絡先参照）

# いわふねのお茶の間

次回のお茶の間は 10月5日（水）  
お茶の間健康づくり教室は 10月21日（金）  
9月のいわふねのお茶の間は地区担当の保健師に来ていただき、お話をしてもらいました。（下の記事も参照）10月のお茶の間は普段通り実施します。



すこやか



保健師メモ

## ～源内塾にお邪魔しました～

今月5日、源内塾にお邪魔し、「災害に備えて」というテーマでお話しました。

先月、荒川・神林地区を中心とした大雨により、村上地区でも避難所が開設されました。私が避難所に従事する中で、「市が住民みなさんの全てのニーズに応えるのは難しい」、「避難所には全ての物品は揃っていない」ことを体感しました。災害時には、**必要な物は自分で持って避難する**必要があります。

そこで、今回は源内塾でお話した、「非常用バッグ」についてみなさんにご紹介します。一例ですが、参考にしてみてください。

### ・貴重品

現金（公衆電話用の10円玉があると◎）

通帳類、身分証明書、印鑑など

### ・水、非常食品（最低3日分、火を通さずに食べれるもの）

### ・携帯ラジオ、懐中電灯、予備電池

### ・災害用トイレ

### ・救急用品

ばんそうこう、包帯、消毒など

### ・感染症対策グッズ

手指消毒用アルコール、マスク、体温計など

### ★特に高齢者の方は…

**内服中の薬、お薬手帳**も忘れずに！

非常用バッグの重さの目安は  
男性 **15kg**、女性 **10kg** です  
自分にとって必要な物は何か、  
振り返ってみましょう



また、避難所では「近所の高齢者が心配だから一緒に避難してきた」など、ご近所同士の助け合いをたくさん見かけました。災害時、近所に心配な方がいる場合には、ご近所同士で声を掛け合っただけの避難が大切です。今の季節は、台風による水害が発生しやすく、岩船地区も川の氾濫によって被害が発生する危険性があります。災害に備え、できることから始めましょう！

### 【お問い合わせ】

（まちづくり通信）事務局 津島 住所：村上市八日市9-8 TEL：56-7071 FAX：56-6055

メール：[kohei.tsushima@city.murakami.lg.jp](mailto:kohei.tsushima@city.murakami.lg.jp)

（保健師通信）村上市役所保健医療課 岩船地区担当 保健師 川原あかり 電話：53-2111（内線2441）