

ビッグレスキューかながわ（県・市合同総合防災訓練）を実施

とき
平成 24 年 9 月 16 日（日曜日）10 時～12 時（展示・体験コーナーは 9 時～13 時、荒天中止）

ところ
陸上自衛隊武山駐屯地（御幸浜）他

県と市の共催で、陸上自衛隊武山駐屯地を中央会場として「ビッグレスキューかながわ」を実施します。

訓練には、自衛隊、警察、消防、海上保安庁、在日米軍、関係医療機関、本市自主防災組織、民間防災機関など、多数の防災関係機関が参加します。ことしは大規模地震発生時の医療救護活動に重点を置き、各防災機関による特殊車両、艦船、ヘリコプターなどが陸・海・空で連携し、救出・救護などを行う大規模な訓練となります。

会場には、防災に関する展示・体験コーナーも多く設置されます。日頃の防災意識を高める絶好の機会ですので、ぜひ見学にお越しください。

当日の開催確認はコールセンター（電話（822）2500）へ。 **市広報より

9月15日（土）坂本中学校体育大会 午前9時より

桜小学校運動会は10月27日予定 児童クリーンポスター展も併催予定

“しげ美民謡教室” 「民謡三大エレメント・好き・下手・飽きない」
昔から親しまれている郷土民謡と一緒に楽しんでくれる方を募集します。
以前習っていた方、これから唄ってみたい方も是非如何ですか？

年令 40才～70才の男女
集まり日・時間 毎月2回土曜日 午前11時～12時
場所 坂本2-24 電話 826-0788

高台で緑に囲まれた 鍼灸治療室ベストライフ梶 予約制 駐車場あり



※女性鍼灸師による施術です。お気軽にお越しください。※シニアリフレッシュ券使用できます。
横須賀市坂本町 3-13 TEL/FAX 825-4723 ホームページ 鍼灸治療室ベストライフ梶⇒検索

**同好会等の活動紹介とメンバー募集などにもこの欄をご利用下さい。（無料です）
商業広告の記載も承ります 5 cm*20 cm 1000 円
ご意見・広告・寄稿は（f a x）8 2 7－8 0 8 6（メール）csc_taka@yahoo.co.jp
お問合せ 8 2 3－4 1 8 1 編集責任者 斉藤隆親（連合町内会総務担当）

「広報さかもと」は坂本地区 2 6 0 0 戸へ毎月配布しています。

広報さかもと 2012年 9月号

発行者：坂本連合町内会

8月の2大行事の終わりにあたって

坂本連合町内会
会長 稲垣 和生

坂本の皆さん、如何おすごしですか。
9月に入りましても、まだ残暑が続くようですが、お体には気をつけていただきたいと思います。
さて、8月の2大行事、大六天神社の例大祭・盆踊り大会も多方面の御理解と御支援をいただき、又関係各位の御尽力によりまして、先ずは無事とどこおりなく終わることに感謝いたします。

例大祭につきましては、第一日目の8月4日（土）神輿の御霊入れの儀を行い、各町内でのそれぞれの行事がおこなわれました。第二日目の8月5日（日）には、各町内の神輿が坂本のメインストリートを連合渡御により、各町内の熱く元気なそして整然とした連合渡御がくりだされました。

又、盆踊り大会におかれましても、桜小学校の校庭に於いて8月11日（土）には、朝から天候を気にしながら準備が始まり、夕方から第一日目の盆踊り大会が行われました。坂本の皆さんも、夕涼みに多くの人が出てきて、活気あつたように見受けられました。第二日目の8月12日（日）には、盆踊りを楽しむ人が多く見受けられ、第一日目にも増してよかったことを感じました。

これからも、坂本の町の元気で明るい町づくりを祈念し、私の御礼とさせていただきます。

坂本地域の住民の皆様こんにちは、今年5月に坂本連合町内会に加入致しましたプランヴェール自治会の会長をしています間邊と申します、地域の皆様方には子供相撲大会や、お祭りや、盆踊り等でいろいろとお世話になり有難う御座います。これからは坂本連合町内会に加入したことにより、地域文化の発展と福祉の向上をはかり、地域の皆様方との親睦を深めていきたいと思っています。

私くしも、坂本連合町内会加入により連合町内会の常任理事となり、又、町内会長の部会役割についても、7部会ありますその中の防災部会の副部長の大役を仰せつかりました、今後は部会長であります阿字川様、及び防災部員の方々に協力し活動していきたいと思っています。

私くしどものマンション、プランヴェールも平成12年に自主防災組織を結成し現在、自主防災指導員5名の指導のもと30名の隊員の方々の活動で、年間1回（5月か6月）坂本消防署の御協力のもとで全居住者を対象にした自主防災訓練を実施しています、（避難訓練、消火器訓練、救護訓練、AED講習、天気の時の煙体験、新たに今年炊き出し訓練を加えた）プランヴェールの居住者の方々が多数参加し皆さんと協力しあいながら各訓練をやっています。

連合町内会の住民の皆様方、これからのいろいろなことがあると思いますが、プランヴェール自治会にご指導、御協力の程お願いいたします。

プランヴェール横須賀汐入自治会
会長 間邊 勝利

防災特集 震災時の帰宅行動、そのときあなたはど

外出中に首都直下地震が発生したときの望ましい行動は・・・

むやみに移動を開始しない が基本です！

まず落ち着いて、正確な情報を収集しましょう。

みんながむやみに移動すると・・・歩道が「満員電車状態」に！



歩道が「満員電車状態」に！



集団転倒で大変なことに・・・

大きな地震が起こると、多くの交通機関が点検等のためにしばらく運休します。そのとき、みんなが一齐に帰宅しようすると、駅前に人が滞留して大混雑したり、歩いて帰ろうとして歩道が「満員電車状態」になります。そうすると「集団転倒」が起こるなど、非常に危険な状況になる可能性があります。また、帰宅途上で物が落下してきたり、火災が起こっていたりと、数多くの危険が想定されます。

情報・食料・水・トイレがなくて困惑・・・

都心から放射状に広がる道路で大量の徒歩帰宅者が見られ、これらの沿道では、情報・食料・水・トイレなどの不足が見込まれます。特に、トイレは大幅に不足する可能性があります。



電車は？食料は？水は？



トイレは大渋滞！

避難所はスペース不足で大混乱！

避難所に多くの徒歩帰宅者が集まると、スペース不足等による混乱が懸念されます。

東京都区部の避難所は、地域住民のみを対象としても 60 万人分の不足が推計されています。

（出典）中央防災会議
「首都直下地震避難対策等専門調査会報告」
（平成 20 年 10 月）



避難所は混乱・・・

日頃の備えとして

- ☐ 安否確認手段を家族で話し合っておきましょう。
→我が家の安否確認方法は（ ）です。
- ☐ 大地震のときは帰宅できない場合があることを家族で話し合っておきましょう。
- ☐ 職場や学校に、一泊以上留まる準備（備蓄など）があるかどうか、確認しておきましょう。ない場合は、自分で準備することも考えましょう。
- ☐ 外出時に携帯電話のバッテリーまたは充電器、ペットボトルを持ち歩くとよいでしょう。
- ☐ 自宅の耐震化や家具の転倒防止対策などを実施することで、家族の負傷要因などを事前に減らしておきましょう。
- ☐ 首都圏の自治体などが行っている帰宅困難者対応の訓練に参加してみましょう。

いざという時には

- ☐ まず身の安全を確保し、できるだけ安全な場所に留まりましょう。
- ☐ デマ等に惑わされず、落ち着いて正確な情報の把握に努めましょう。
- ☐ あらかじめ決めていた安否確認手段で家族に安否の連絡を行いましょう。
- ☐ 混雑している可能性のある駅周辺へは行かないようにしましょう。

⑥ 職場・学校に一泊以上留まるための準備

大地震で交通機関が途絶えたとき、自宅が職場や学校から遠く離れている場合には、職場や学校に「一泊以上留まり翌日以降に徒歩で帰宅」をすることを考えましょう。翌日帰宅は、大量の人が、一斉に徒歩で帰宅をすることによる混乱を抑えるのに大変効果的な方法です。

「一泊以上留まるための備蓄」が職場などにあるかどうか確認し、ない場合は自分で準備することも考えましょう。

また、一泊以上留まるための「安全なスペース」（建物の耐震性が確保され、かつオフィス家具の転倒防止対策やオフィス家具の未設置などにより地震に際して安全な空間が確保されている、執務室、教室、仮眠室、ホール・会議室など）があることも確認しましょう。

安全な徒歩帰宅のための心得

- 耐震補強、家具の固定で、家族は安全 職場も安全
- 171そして携帯メールの伝言板 複数の安否確認、一安心
- 職場にも、一日分の水・食料
- 正確な情報を収集して、落ち着いて
- 慌てず騒がず、時差帰宅
- 日頃から、帰宅経路をシミュレーション
- 携帯も、ラジオも、必ず予備電池
- 助け合い、励まし合って徒歩帰宅
- スニーカー、小さなリュックに傘入れて
- 途中で、支援に感謝、無事帰宅

** 内閣府・防災資料より抜粋

川浦はり・きゅう・マッサージ治療院

各種痛み施術・健康維持・リハビリ

各種健康保険(医師の同意が必要) マッサージ券(市のシニアリフレッシュ事業券が必要)

電話:046-827-2851

定休日:月曜日

場所:坂本町5-6(5丁目町内会館前) 駐車場:有り(本通りグループホーム隣)

健康セミナー「ワクワクエイジング教室」へのご案内

時代はアンチエイジングからエイジングコントロールへ・・・

お肌の悩み(たるみ しわ くすみ) 髪の毛の悩み(ハリ コシ) 健康の悩み(生活習慣病 デトックス ダイエット 食生活) あなたの悩みは? お悩み解決法を知っているのと知らないのでは大違い! お気楽・お気軽にお出かけ下さいませ お待ちしております。

日時 9月17日(月) PM1:00~PM4:00

参加費 500円 於:TK美容院 坂本町5-31 P1台TEL 823-1815