

## 「暮らしの伝言板（坂本の掲示板）」

☆日々の暮らしや様々な活動に係わることも何でも結構です。

☀ 児童公園ラジオ体操のお知らせ ☀

坂本一丁目児童公園で行われているラジオ体操。

12月より来年3月まで7時からとなります。

月・水・金・と常時15人位で、元気よく行っていますので是非参加して下さい。  
お待ちしております。 ラジオ体操の会より

## ☆ 3丁目住宅街の一角に

### 素敵な憩いのテラス「老松庵」の紹介

事前にお電話頂ければ お茶の無料提供を致しております  
坂本町3-12-11 電話 827-3281 主宰 松田浩成  
\*10名程度の会合が出来る別室もございます。

イラスト 松永広助



## ☆ 和楽器と演芸 「和奏」

町内会や老人施設などのイベントで懐かしい思い出の歌や民謡を皆さん一緒に唄い楽しい一時を共有できたらと思います。又演芸の方では落語や手品の催しも可能です。是非イベントの際には「和奏」の演奏と演芸をご活用下さい  
代表 小笠原恵美子 坂本2-24 826-0788

\*避難所運営訓練の様子 (11/11)



建築塗装のご用命は

# 木田塗装 (坂本町3-16)

地元坂本で長い実績があります。親切丁寧をモットーにしております。  
お見積もりは勿論無料で行っております。是非一度お気軽にお電話下さい。  
代表 木田 清代治 Tel 090-4677-1058/046-824-3924

\*\*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

5cm\*20cm 1000円 (求人広告は無料です)

ご意見・広告・寄稿は (メール) [csc\\_taka@yahoo.co.jp](mailto:csc_taka@yahoo.co.jp)

お問合せ 823-4181 編集責任者 斉藤隆親 (連合町内会総務担当)

# 広報さかもと 2018年 12月号

発行者：坂本連合町内会

## ☆震災時避難所運営訓練☆

日時：2018年11月11日(日) 09:00~10:50 坂本中学校 体育館

参加者：総数 84名

内容：避難所運営訓練(坂本中学校対象)・防災訓練・ビデオ鑑賞

・訓練内容

- 08:55 坂本中学校体育館 北側に集合
- 09:00 避難所運営訓練 開始
  - ・防災倉庫より鍵・資料搬出、体育館の安全確認
  - \*安全確認の待ち時間に、水消火器による消火訓練実施(09:05~09:15)
  - ・体育館に入場 『情報収集連絡票』記入により人員確認(09:20)
  - ・暫定リーダーから校長先生に避難者の人数と状況説明
  - ・避難者の班編成
  - ・『避難者カード』の記入(世帯別)
  - ・各班より役員選出し、各活動班の班長を選任
- 09:50 避難所運営訓練 終了
- 09:50 簡易トイレの使用法説明
  - ・丸椅子の4本足、座の部分の穴あきにゴミ袋をセットし椅子に座って用を足し袋の中に凝固剤を投入して、中の汚物を固めて処理する。今回は、500mlの水を投入し凝固剤にて固まった様子を確認した。
  - (質問) どのくらい数があるんですか?
    - ・簡易トイレ：4脚・組み立て式トイレ：2組・凝固剤 10,500個
  - (質問) 自宅トイレ使用可能の場合どうですか?
    - ・下水道が災害で壊れている可能性があるため、簡易トイレと同様に汚物を袋処理して下さい、下水道が使用可能であれば水処理で対応。
  - (質問) 共同使用ですのでウェットティッシュの用意はありますか?
    - ・ウェットティッシュなどの消耗品は在庫なし、必要ならば個人で用意して下さい。尚、災害時は極力ゴミの削減をお願いします。
- 10:15 ビデオ鑑賞(市内の避難所運営訓練・防災訓練=JCOM作成)
  - ・久村町の防災訓練
  - ・豊島小の避難所運営訓練(上町周辺の町内会)
  - ・グリーンハイツの防災訓練
  - \*どの訓練でも子供を含めて多くの方が参加していた(200名位)
  - \*訓練は連町主体で行っていますが、実際の災害時ではどなたが避難者となり避難所を運営していかなければなりません、町内会の役員が避難者になるとは限りません、一般の町内の方にも訓練に参加して運営方法を体験して頂き、実際の運営で混乱しない様にしたい。
- 10:45 市役所職員より、災害時の注意点について説明あり。
  - ・通電火災…災害時に停電となり、通電時に家電製品から出火し火災となる事例があります、災害時の停電の際は、家のブレーカーを一旦切り、家中を確認後通電する様に心掛けて下さい。

\*次回 桜小学校での避難所運営訓練は 2019年3月17日予定

12月5日 大六天神社 納め神楽 11時より

12月31日 除夜祭



## 坂本地域運営協議会 活動報告

(次回定例会：1月22日午後6時30分 連町会館)

\*地域運営協議会の会議は希望者へ公開されています、

### 「多世代交流・休憩スペース」のご案内

地域住民が自由に立ち寄って休憩や懇談できる交流・休憩所の利用が11月より開始されました。

写真の様に土間スペースに円卓が二つ置かれ、各6脚の椅子が用意されています。ご利用は午前9時から午後5時まで、連町など各団体がイベント・行事等で使用する日を除いて気軽にご利用頂けます。公共の場ですので他の方に迷惑とならない様配慮下さい。防犯カメラが設置されています。桜小学校5年生の皆さんが積極的に飾り付けや備品、本類などの整備に頑張ってくれています。この小学生達が開所準備の段階から大きく関わってくれた為、「高齢者休憩スペース事業」が「多世代交流スペース事業」へと発展した経緯があります。平日放課後の3時半頃から5時頃まで子ども達で大変賑やかですが、午前中はとても静かな空間です、お買い物の帰りや散歩の際にはお立ち寄り下さい。



右側面のパネルは皆様の伝言板として活用できる様になっております。

- \* 私的なグループの活動紹介や会合の案内
- \* 例えば「子犬お譲りします」、「家具や家電製品をお譲りします/探しています」
- \* 「ちょっとした家事手伝いを求む」など 商業広告・政治・宗教活動以外OKです

\* 長島恒氏より防災関連書籍多数の寄贈を頂きました。

## 平成30年坂本婦人防火クラブ活動報告

### 8月28日(火) 合同普通救命講習 ~グェの横須賀~

中央管轄の婦人防火クラブ員61名(坂本9名・汐入18名・金谷2名・桜ヶ丘7名・三春14名・池上11名)・講師の救急隊員3名・アシスタントスタッフ3名、総勢67名!!の大掛かりな講習が行われました。

講師の救急隊員さんから説明があり、アシスタントさんが手本、その後各グループに分かれみっちり!! 普通救命講習内容をざっくり紹介しますと

- ①心肺蘇生法 ②AEDの使用法 ③気道異物除去法 ④止血法

3時間に及ぶ講習を受講すると修了証が発行されます。年々進化する普通救命講習、年1回の受講がおすすめです☆「何もしない」ことよりも「たったひとつの行動」が命を救うことになることを忘れないで下さい。

**9月17日(火) 防災講話** 4丁目町内会館 坂本で起きた 身近な119番&非常持出袋 について考えるクラブ員が模擬119番にチャレンジしました。感想・・・「模擬と分っていても慌てる。」「何を聞かれるか分り、よかった。」「かかりつけ医との連携の大切さがわかった。」  
119番! 火事の時 人がいるか? 火が見えるか? 何階だてのどこから?  
119番!! 救急の時 年齢・性別。何がツライか? 意識・呼吸があるのか?  
外から通報する場合は...  
電信柱・信号機・自動販売機等から住所を探す。目標物になる建物(銀行・コンビニ等)  
☆ 車が来ないか、上からものが落ちてこないか等、自分の安全の確保も大切



**非常持出袋について考える** 性別・年齢・家族構成により袋の内容は異なってきます。まずは自分が持って歩ける重さ。または軽さ。自分にとって必要な物か 薬・眼鏡・粉ミルク・おもちゃ・充電器・ラジオ  
**40~50代代表**・・・レトルトのご飯&おかず・フォーク・スプーン・箸・皿・カップ・ラップ・クエン酸・重曹・漂白剤・新聞紙・レインコート・油性ペン・ガムテープ・洗濯バサミ・風呂敷・ひんやりタオル・保冷剤・下着・生理用品・室内履き・歯磨きセット・ウェットティッシュ・携帯トイレ・ペット用トイレシート・裁縫セット・トランプ・ライター  
**60~70代代表**・・・薬(飲み・貼る)・災害用パン・小銭入れ・笛・アルミの寝袋

## 桜学区体育振興会 主催 第19回 桜学区ボーリング大会

- 開催日時 2019年1月27日 10時集合 10時30分ゲーム開始
- 開催会場 横須賀 イオン内ボーリング場
- 主催 桜学区体育振興会
- 参加対象 桜学区在住の小学3年生以上の何方でもOK
- 申込締切 2019年1月19日(土)
- 参加料金 子供(小学生)500円 大人1000円  
2ゲーム代と貸し靴代が含まれます
- 賞品 期待して下さい 小学生用にもストライク賞もありますよ。小学生はスペアでもOKです
- ゲーム方式 (町内対抗戦もあり) ハンデイ 女性30・中学生40・小学男50・小学女50  
チーム編成は当日主催者から発表します。
- 申込方法 各町の体育指導員までご連絡下さい

## アットホームな雰囲気! 鍼灸治療室ベストライフ

予約制 駐車場あり

ご存じですか? 市のシニアリフレッシュ事業(はり・きゅう・マッサージの助成)75歳以上の方は、利用券を使用すると自己負担金¥1000で施術することができます。⇒詳しくは高齢者講座へ 当治療室は、シニアリフレッシュ券が利用できます。  
★こんな症状…手足腰の冷え、肩こり、腰痛、膝関節痛、坐骨神経痛、眼精疲労、更年期障害、自律神経失調症…他の様々な症状緩和に鍼灸治療は有効です。  
★施術料 鍼灸治療+マッサージ 60分 ¥4000 初診料 ¥1000  
はり治療・きゅう治療のみ¥3000

★休診日…日・水・祝・火曜午前中 **★町内出張治療可**

★坂本町3-13 TEL/FAX 825-4723

鍼灸マッサージ師 梶 和子

★鍼灸って、なぜ効くの? 詳しくはウェブで

鍼灸治療室ベストライフへ 検索



家族葬ホール / 保冷安置室完備

(有) 横須賀博善社

坂本中央プリエールホール  
坂本町6-16 (中央斎場入口)

24時間受付フリーダイヤル 0120-60-2089  
TEL 822-2089 FAX 822-2625

<http://www.yokosukahakuzensha.jp/>

