

北浜コミュニティセンターだより

きたはま

令和5年
9月号
No.65

発行：北浜コミュニティセンター
TEL 66-0002 FAX 66-0016

北浜地区の人口(R, 5, 8, 31)

世帯数	男	女	合計
387	465	473	938
(昨年同期比) △4	△15	△17	△32

北浜っ子のつどい

総務安全部自主企画事業として、7月29日(土)の午後6時から午後8時まで、小津漁村センターにおいて、カレーライスを食べながら、輪投げ、的あて、スカットボール、魚釣りゲーム、じゃんけん等のゲームを楽しんだ後、乾いた喉をスイカで潤し、最後は、手持ち花火と打ち上げ花火で夏の夜のひとときを過ごしました。参加した北浜っ子は、もとより、イベントに関わったスタッフも童心に帰り、遠い昔の夏休みを味わったような感覚でした。参加者は、42人でした。



災害等の発生

梅雨前線に向かって暖かく湿った空気が流れ込んだため、七月八日(土) 未明から大雨洪水警報及び土砂災害警戒情報が発令され、さらに、午前八時には警戒レベル4避難指示が北浜地区を含む市内十七地区に発令され、その後、午前九時には市内全地区が対象となりました。北浜地区としては、令和三年七月以来の発令となりました。また、これも二年ぶりとなる地区災害対策本部、午前八時十五分に設置(七月九日(日) 午後五時三十分廃止) しました。

雨量は、近隣の万田観測所のデータで、七月七日(金)から十日(月) までの累加雨量が三〇六mmで、市内二十二箇所の観測所中四番目に高い値を記録しました。また、時間最大雨量は、七月八日(土) 午前八時から午前九時までの一時間に四十二mmで、気象庁の予報用語での表現「激しい雨」となりました(参考までに、令和三年七月七日の午前四時から午前五時までは、七十九mm「非常に激しい雨」でした)。

災害は、出雲市災害情報システム上の災害報告件数(かつての災害通報票件数)で十五件でしたが、特に大きな災害には至らず、安堵したところでした。

また、九月五日(火) 午後六時四十一分に大雨洪水警報、午後六時四十五分に土砂災害警戒情報、さらに午後八時には北浜地区を含む平田地域四地区に警戒レベル4避難指示が発令されました。しかし、降雨等の状況が弱まったこと等から、九月六日(水)の午前六時に土砂災害警戒情報、午前七時に警戒レベル4避難指示が解除となりました。短時間で、何事もなく収まったところでした。



北浜花と緑のまちづくり サークル視察研修

当サークルの事業としては久しぶりとなる視察研修を六月二十一日(水)に、松江市方面、山陰のあじさい寺として有名な月照寺へ出かけ、拝観とあじさいを鑑賞しました。また、島根ふるさと館へも訪問し、充実した一日となりました。参加者は、十七人でした。



北浜地区防災会議



令和五年度北浜地区防災会議を七月十一日(火) 午後七時から小津漁村センターにおいて、開催しました。

今回は、七月八日(土)からの大雨に関する地区内災害状況等の報告(詳細は別掲)、令和五年度(二〇二三)北浜地区防災計画の改正及び令和五年度北浜地区防災訓練の実施について協議しました。

◎防災計画の改正箇所

- * 津波ハザードマップの更新について
 - * 津波災害警戒区域に北浜小学校が指定されたことに伴う「避難確保計画の作成」及び「避難訓練の実施」の義務化について
 - * 地区災害対策本部の事務分掌の一部改正について
 - * 災害情報管理システム導入に関することについて
 - * 個別避難計画作成の義務化について
- 等がその主な内容です。

◎防災訓練の実施内容について (実施内容は別掲)

- * 開催日時： 九月三日(日) 午前九時から正午まで
- * 開催場所： 北浜小学校体育館
- * 訓練内容： 車いすの使い方や注意点について
避難所内における要支援者への配慮について
防災資機材の組立て練習について

以上の協議事項二件の案を事務局から提示、提案し、承認されました。

北浜地区防災訓練

令和五年度北浜地区防災訓練は、九月三日(日)午前九時から同十一時三十分まで、北浜小学校体育館において開催しました。講師は、昨年度に続いて「いすもTogether」代表で、現出雲市立第三中学校教諭(かつて光中学校に六年在職)の野津寛延氏をお招きして、地区内各区の防災担当等総勢四十一人の参加でした。

今回の訓練は、地区防災会議の項(別掲)でも触れているとおり、避難所に関係する事象で「車いすの使い方や注意点について」、「避難所内における要支援者への配慮について」及び「防災資機材の組立て練習について」を主テーマとして実施しました。

車いすに関しては、各部の名称とその機能の説明のほか、実際の使用方法として、角材を跨ぐ方法、クランク状での移送、柔らかいマット上での操作、ベッドへの移送等を行いました。

今年も七月八日からの大雨で、塩津地区は一時孤立状態となりました。市の指定避難所(北浜小学校体育館)への避難が容易でない場合、各区で指定している自主避難所へ避難することも当然想定されます。指定避難所の場合は、避難所運営班として市職員が派遣されますが、自主避難所の場合は、各区の役員等に対応することとなります。

したがって、避難所をキーワードにした訓練は、今後、ますます有益なものであると考えられます。今後も、さまざまな角度から検討した訓練を実施してまいります。



令和5年度島根大学医学部看護学科 早期地域看護学実習

地域で生活している人と地域活動を通じて交流し、地域の人々が生活している環境やライフスタイル・価値観を捉える視点を養い、健康と関連づけて捉える基礎的な力を育む。また、地域社会で看護の役割を果たすことについての意識・意欲を高めることを目的に、島根大学医学部看護学科一年次生五人の学生が八月二十八日(月)の午後と二十九日(火)から三十一日(木)の三日間の午前・午後、北浜コミュニティセンターを中心に北浜地区へ実習のために来訪されました。

令和五年度の本実習は、市内十二コミュニティセンターで対応することとなり、そのうちの一つのグループを当コミュニティセンターが受け持つことになりました。

カリキュラムの内容は北浜コミュニティセンターが作成し、結果的にはその案どおりにスムーズに進行しました。

◎カリキュラムの内容

8月28日(月)	午前	午後
● 漁業事業等について (塩津定置(有) 川谷社長ほか)	● 実習概要説明及び北浜地区紹介 (山根センター長)	
● コミセン自主企画事業 (野草探し・調理) に参加 ● 唯浦義勇碑 (佐藤義勇青年顕彰会事務局長)	● 風力発電及び風車公園 (ウインドファーム名原所長)	
● 8月30日(水)		
● なないろ教室体験・インタビュー (なないろネット)	● 北浜小学校授業参観 (佐野校長ほか)	
● 8月31日(木)		

※実習でお世話いただいたみなさまへこの場をお借りして御礼申し上げます。



自主企画事業

そば打ち体験

＊六月十日＊

健康福祉部と北浜地区青少年健全育成協議会の共催事業として、ここ近年恒例となっている「世代間交流事業 そば打ち体験」を六月十日（土）、旧JAしまね北浜店会議室において、参加者十三人で開催しました。今回も、北浜地区小津町在住の錦織正人さんにご指導していただきました。

体験内容は、そば打ち、そば切りで、出来あがったそばは、各家庭へ持ち帰って、おいしくいただきました。



ふれあい遠足

＊六月十三日＊

健康福祉部、北浜地区社会福祉協議会、北浜地区寿会連合会の共催事業として、六月十三日（火）、満六十五歳以上の方を対象とした「ふれあい遠足」を開催しました。訪問先は、松江市の松江歴史館、ホーランエンヤ伝承館及び松江堀川・地ビール館のほか、昼食はホテル一畑のランチバイキングで舌鼓を打ちました。参加者は二十人でした。



親子ふれあい遠足

＊七月十五日＊

健康福祉部、北浜地区青少年健全育成協議会の共催事業として、七月十五日（土）、「サントリ天然水奥大山ブナの森工場」、「蒜山高原セータージョイフルパーク」へ参加者八人で出かけました。日々何気なく飲んでいる「水」について学んだり、蒜山のジャージー牛乳を使ったアイスクリームづくりに挑戦しました。



地域の野草を探してみよう

＊八月三十日＊

文化環境部自主企画事業として、また、島根大学医学部看護学科「早期地域看護学実習」の1カリキュラムとして、八月三十日（水）、美保町の田々神社周辺で野草（ヨモギ、ドクダミ、クズ、ミツバ等）を採取し、その後、美保町集会所で調理していただきました。講師は、地域おこし協力隊の朝枝尚子さんで、参加者は、二十一人でした。



ものづくり体験

＊七月二十五日＊

健康福祉部自主企画事業として、七月二十五日（火）、小境町「青少年の家 サン・レイク」でふるふるとしたゼリーのような感じのろうそく（ジェルキャンドル）を作りました。涼しそうでありながら温かみのある不思議なキャンドルでした。参加者は、七人でした。



良い睡眠で、心の健康を保ちましょう！

夜眠れない、朝すっきり起きれない等、睡眠で悩んでいることはありませんか。
睡眠は健康を維持していくためには欠かせないものです。
ご自身の睡眠を見直して、心身ともに健康な生活を送りましょう。

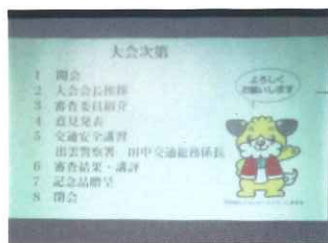


～ 快適な睡眠のために ～

- 入浴は就寝の1～2時間前に
- 就寝前の夕食は避ける（3～4時間前がベスト）
- 同じ時間に起き、朝日を浴びる
- 朝食をきちんと食べる
- 就寝前は携帯等の使用を控える
- 日中は適度な運動を心がける

出雲保健所では、心の健康相談を受け付けていますので、ご活用ください。

【お問い合わせ先】 **出雲保健所 心の健康支援課** TEL：21-1653



八月二十三日（水）午後二時から、出雲警察署及び出雲市交通安全協会の主催で、出雲警察署二階講習室において開催されました。
五名の発表者があり、そのうちの一名が三原元治北浜地区交通安全対策自治会会長で、「高齢者の交通安全に関すること」をテーマとして熱弁をふるわれました。
お疲れさまでした。

第十八回 交通安全高齢者の主張 出雲市大会



あ と が き



今年もたいへんな猛暑でしたね。日本の夏の平均気温は、過去最高の平成二十二年（二〇一〇）を上回る見通しとのこと。国内にある気象庁の約一、〇〇〇ある観測地点において、猛暑日及び真夏日となった回数（日数）は、ここ五年間では断トツに多く、猛暑日に限定すれば、一昨年の二・八倍となっています。

九月一日は、関東大震災発生からちょうど一〇〇年でした。温暖化を含めた異常気象現象は、地中海沿岸が当たり年（?!）なのか、二月のトルコ・シリア大地震に続いて、九月八日には、モロッコでマグニチュード六・八の地震、九月十日には、リビアで大洪水が発生しました。リビア国内の九割が砂漠といわれている国土において九月の平均降水量が一・五mmのところ、今回二十四時間で四〇〇mmの降水量を記録したとのこと。これは、もはや想定外という言葉ではすまされない、起こりえないことが起きたというレベルではないでしょうか。

自然災害の多発から、先人の「天災は忘れた頃にやってくる」が、最近「天災は忘れる前にやってくる」とか「天災は重なり合っている」とか「天災は重なり合っている」ともあります。

いずれにしても、とにかくにも、次元の違う事態があるとしても、常日頃から最低限の努力を惜しまないこと（備えあれば憂いなし）が大切となってきます。