

平成16年3月 第29号  
海蔵社協通算 第50号

## 地区広報

# かいぞう



## ときたらどうしますか



## 地震への備えは だいじょうぶ?

「今から2〜3日以内または数時間以内にマグニチュード7程度の地震が発生する恐れがあります。安全の確保や準備を行なってください。」とテレビやラジオ、広報用スピーカーなどで「警戒宣言」が出されたら、そして突然グラツときたら、あなたは どうしますか。

地震予知は非常に困難とされていますが予想される東海地震のように陸地を含む一定の地域で周期的に繰り返し起こっている大地震は、予知が可能といわれています。

地震防災対策強化地域判定会が「地震の可能性が高い」と判定をするとその地域に東海地震予知情報（警戒宣言）が出されます。

そのときのためにどのような準備をすればよいのか、また、突然地震が起きた場合どうすればよいのか。予知があり、準備がなされていれば人的被害はそうでない場合の四分の一になるという推計があります。日頃から「家庭でできる備え」、「地域でできる備え」にはどんなことがあるのでしょうか。

東海、東南海地域では過去百年から百五十年の周期で地震が起きています。そして前回の安政東海地震から百四十九年が経過しています。

いつ大きな地震が起きてても不思議ではないのです。

# 自らの地域は皆で守る

## ■ アンケートから読み取れる災害時平均的住民の姿 ■

- 地震等の自然災害が起きる危険性を感じており、家族内でも怖いねえ、心配だねえと話している。
  - 携帯電話などもかかりにくいことがわかっていながらも、どこでどう連絡を取り合ったり集ったりするかは未定。
  - 災害発生時には手ぶらで逃げ惑う、もしくは危険を冒して家族&貴重品を探しまわる。
  - 備蓄食料もないので炊き出しを頼みとするものの、炊き出し場所がどこだかも噂に惑わされ徒労に終わるランチタイム。
  - ようやく家族がなんとかかんとか全員揃う。命の無事を喜ぶものの負傷者あり。傷の手当ても他人頼りが辛い。
  - 非常時乱世にあたっては、平時に輪をかけて生存能力不足であることを露呈させてしまう。
  - 自宅がなんとか無事でも、夜は真暗闇。おそらくラジオの用意も無く、例えあっても電池がない。
  - 無い無いづくしで原始人ライフを満喫。ザリガニなどを捕まえます。今夜は野生のエビフライよ。
- 昔の人はこうやったものだど摩擦熱で火をおこそうとするが、昔すぎるエネルギー調達手法に気が遠くなる。
- せめて地区広報「かいぞう」の推奨通りにしていれば、と後悔する。

## ご存じですか？ 海蔵地区の防災対策

地区内すべての自治会で自主防災隊が作られ、情報班、消火班、救出救護班、避難誘導班の役割が決められています。平成十五年八月には、各町防災隊を統括する組織として海蔵地区防災隊が発足しました。

四日市市は避難生活、緊急避難のために海蔵地区内に九箇所の避難所、避難地を指定し、海蔵小学校には防災備蓄倉庫を設けています。

### ① 自主防災隊

松ヶ丘地区の服部自治会長さんにお聞きしました。松ヶ丘自主防災隊は、自治会長が隊長、副会長が副隊長、各組の（松ヶ丘は五組に分かれています）組長さんが隊員。

災害の際には、隊員が各組の様子を把握し隊長に報告する。隊長が必要に応じて指示を出し、四日市市（地区市民センター）への連絡も隊長を通じて行なうことが決められている。

松ヶ丘防災隊として担架、ヘルメットなどを備え隊長が管理している。今後他に必要なもの、チェンソー等を用意していく予定とのお話でした。

### ② 海蔵地区の防災備蓄倉庫

海蔵小学校のプール横に地区の防災備蓄倉庫があります。アルファ米、毛布、救急箱、担架、発電機、エンジンカッター、チェンソー、ブロック、ヘルメット、ノコギリ、スコップ、ツルハシ、ハンマー、金テコ、とび口、鎌、投光機、コードリール、などが備蓄されています。今後各地区においても防災倉庫を充実していく予定です。



日頃の体験が命を救う

### ③ 海蔵地区の避難所、避難地

#### 指定避難所

一定期間避難生活ができ、市の救援物資供給等生活支援の拠点となる場所。

- 海蔵地区市民センター
- 山手中学校
- 海蔵小学校

# 自らの命は自ら守る

地区文化祭会場にてアンケートにご回答いただきました。回答総数94 はい いいえ 未回答

質問	はい	いいえ	未回答
1. 家族で地震防災について話し合ったことがありますか？	74%	22%	4%
2. 自宅の建物に地震防災の対策を最近(1~2年の間)実施しましたか？	27%	69%	4%
3. 家の中の倒れそうな家具の固定はしてありますか？	27%	68%	5%
4. 家族が離ればなれになった場合、集合(連絡)する場所を決めていますか？	47%	49%	4%
5. 地区内の地震の時の避難場所は知っていますか？	79%	16%	5%
6. 災害時には携帯電話がかりにくくなることを知っていますか？	88%	9%	3%
7. 災害用伝言ダイヤル「171」を知っていますか？	44%	53%	3%
8. 家庭で非常時の持ち出し品を用意していますか？	40%	57%	3%
9. 家庭内に非常時の食料品、飲料水の備蓄をしていますか？	40%	57%	3%
10. 近い将来(2~3年の間に)海蔵地区に地震があると思いますか？	56%	36%	8%

## 地域の防災活動に参加しよう

阪神・淡路大震災では、倒壊物の下から大勢の人が救出され、その六十パーセントの人は、近所の人たちによって助け出されました。

広範囲の災害が発生した場合、警察、消防、救助隊が全ての地域にすぐに救出に駆けつけることはできません。近所の人々の力が一番の救助力です。

日ごろから、私たちの周りにどのような人たちが住み、どのような暮らしをしているのかを少しでも知っていれば、不明な人々の把握ができ、救出にむかうことができます。

地域内の情報を広げ、近所とのふれあいを高め、「海蔵コミュニティ」を築いていくことが重要ではないでしょうか。

自らの命は自ら守る、自らの地域は皆で守る。海蔵地区に住む一人ひとりが自主防災隊のメンバーとの自覚を持ちたいものです。

○ 自主防災隊が中心となって行なう地域の防災訓練には家族全員で参加しよう。

○ 大規模な災害が発生したら、積極的に消火活動や救出救助活動に取り組もう。

○ 地域には防災に携わるさまざまな人たちがいます。いざという時にはお互いが協力し合い、一丸となって防災活動に取り組もう。

日頃の備えが命を守る



### 緊急避難所

緊急一時的に避難する施設で避難生活は想定しない。必要な場合は集団で指定避難所へ移動する。

○ 四日市朝鮮初中級学校

○ 海蔵南公会所

○ 三重四日市農協海蔵支店

○ 野田公会所

○ みゆきが丘一丁目公会所

○ 海蔵保育園(建設中)

### 避難地

○ 保育園、小、中学校のグラウンド、野田公会所広場も避難地として指定されている。



海蔵川堤防清掃

納税標榜  
特選作品  
晴々と納める心が支え合う  
手回ひまをまわすことで安心して口座振替



海蔵地区  
ふれあいまちづくり  
この一年



海蔵川水質検査



福祉体験教室



子どもまつり





三世代交流



夜間防災訓練



ニュースポーツ大会

# あなたの備えは だいじょうぶ？

## 突撃家庭訪問！

いつ起きても不思議では無いもの、いつ起こるか分からない地震にどれだけ備えがなされているか？

### その一 阿倉川町のMさん宅

ご主人が夕食後、9時のニュースを見ながら必ず居眠りするという居間にある本棚には転倒防止の金具が二重にセットされていた。チェーンが少しゆるんでいた。



### その二 西阿倉川のーさん宅

ご夫婦お二人でのお住まい、玄関先には非常持ち出し品の入ったリュックが二つ仲良く並んでいる。



熟慮の末、それぞれのリュックに乾パン二缶と天然水ペットボトル三本、携帯ラジオ、懐中電灯、予備電池、石鹸二個を入れた結果、重くて奥様には背負えないことがわかったが、今もそのまま入っている。「有事」にはきつと背負ってしまうことだし。

## ● 日頃の備え…

### その①

地震の揺れによる落下物や転倒しやすい家具、ガラスの破片などによる被害に備えて

- 重い家具は寝室に置かない
- 重い荷物は高いところに置かない
- 家具の配置を考えて安全なスペースを確保する

### その②

家族の集合場所を決めておく

### その③

非常持出品・備蓄品

阪神・淡路大震災では、ライフラインの応急復旧に、電気が七日、電話が十五日、都市ガス、水道は約三ヶ月かかりました。このようなときに日頃の食料、飲料水の備蓄が役立ちます。

そのためには最低三日分の食料、生活用品などを非常持ち出し袋に入れて準備しましょう。重さは男性は十五キロ、女性は十キロを目安に家族全員が一個ずつ用意するのがベストです。

### 非常持出し品リスト

飲み水、非常食、懐中電灯、ロープ、ヘルメット、防災頭巾、使い捨てカイロ、救急セット、携帯ラジオ、現金、貴重品、印鑑、ろうそく、マッチ、ライター、衣類、下着、軍手、ナイフ、筆記具、ノート、ビニール袋、ティッシュ、石鹸、レジャーシート、マスク、ガムテープ。

## ● 地震がおきたら

### 3秒 地震だ！

- 落ち着け
- 身を守れ
- 出口を確保

### 1分～2分

- 火元確認
- 家族を確認
- 靴を履く
- 玄関を開ける

### 3分

- 近くに火は
- 余震に注意

### 5分～10分

- ガス栓を閉めろ
- プレーカーを切れ
- ラジオをつける
- 車を使わない
- 行き先メモを玄関に
- 子どもを学校に迎えに

### 10分～数時間

- みんなで消火活動
- みんなで救助活動

### 3日

- 生活必需品は備蓄でまかなえ
- こわれた家にはいるな
- 無理はやめよう
- がまんと助け合い
- 避難生活になったら
- 自主防災隊を中心に
- ルールを守る
- 助け合おう

171

## 声の伝言板 災害用伝言ダイヤル「171」



地震時などの災害が発生した場合ほとんどの人が、家族と連絡を取り合い、普及率の高い携帯電話を使用するケースが多いが、一斉に使われるため大変かかりにくくなる。阪神大震災を教訓に、確実な連絡手段として設けられたのが、災害用伝言ダイヤル「171」です。緑と灰色の公衆電話は災害時最優先電話になります。

**(使用方法)** 「171(いない)」をダイヤルする。→「1(録音)」を押す。→被災地の自宅の電話番号を市外局番からダイヤルする。→伝言を録音(30秒以内)。聞きたい人は171から「2(再生)」を押す。  
→被災地の自宅の電話番号を市外局番からダイヤルする。



## 広報誌は…

地区広報誌は各地区で作られ、配布されています。四日市市23地区の広報誌はそれぞれの地区の特色があってユニークです。我が海蔵地区広報誌も他の地区と同じ歴史がありますが、今年は「第50号」を発刊します。広報部会は主に小学校PTA、中学校PTA、育成会、婦人会、青少協など各種団体から広報部員として選出された人々で構成されています。これまでに多くの人の手を経て広報誌は誕生してきました。

## 文化祭アンケートより

### ① 海蔵地区広報誌を読みますか？

多くの皆さんに読んでいただいています

読

む

読まない

未回答

### ② 地区広報誌でどんなテーマを取り上げてほしいですか？

地域内の民話・昔話、海蔵地区の都市計画、道路状況、マナー問題、福祉問題、福祉サービス、子供の環境、ひきこもり問題、地名の由来、地区の歴史など

## やはり地区広報誌作りは「テーマ選び」から…

地区広報誌のテーマ…それは地域に根ざし、かつ世相を反映したテーマづくり…部員全員が頭を悩ますところでもあり、いろいろな議論へと発展する広報部会の中核でもあります。

これまでのどの号もテーマ=時の話題を映しています。先人たちの残した紙面からは時の流れとともに懐かしさを感じます。広報誌を通じた地域づくりを目指して、またひとつ地域への発信ができればいいと思います。それには地域住民の方の声を頂くことが重要だとつくづく感じます。



## 広報紙作りに参加して

### 広報と私

広報部員OB

平成六年から六年間広報誌作り携わって、やはり最初の取材は印象深く覚えています。その後皆さんと出かけた海蔵川の源流さぐり、生き物調査など思い出はつきません。生まれ故郷より海蔵地区に住んだ年月の方が多く、もうすぐ半世紀になります。「黒煙はくつつばしら」万古焼の最盛期は過ぎ、いつしかこの地も大きく様変わりしたものです。

無力ながら広報誌作りに、六年間広報部員として携わって、取材から編集活動を共にした仲間と完成した広報誌を手にする喜びは、実際に参加しないと分からないと思います。そして一度参加したら、やめられないのは私だけではないだろう。でも限界がある。取材にも出かけられなくなった高齢に達しては、悲しいかな…広報部会から退くことになって早くも三年余りの月日が流れた。

今回は「第五〇号」の誕生です。広報誌を通じて明るい街「海蔵」になることを祈っています。そして今後の地区広報の発行を楽しみにしています。

「新年度 梁しみて待つ 地区広報」

### 来たれ広報部！

広報部員1年目



私はこの地に居を構えて2年を迎えたばかりの新米住民です。その私が公平という名の無慈悲な選出方法（くじびき）にてみごと広報部行きの切符を手に入れました。「何故に私が」の疑問符はさておき、私が広報部でせしめた席は傍聴席。今回この執筆が初の任です。

広報部会にては、「昔は野うさぎがああ辺にいた」「農業用水の水利権」といった歴史的価値のたかいトークに酔いしれつつ、海蔵地区の成り立ちを学ぶ日々です。部会にて仕入れたネタを自宅に持ち帰り、家族の前で事情通の顔をするのも小さな喜び。こうした知識を蓄積し、末は地域のご意見番として「語り部」の座を射止めるも可能。そんな野望を抱く人材を広く求めています。今から創刊一〇〇号に備える覚悟で情報の蓄積を図るもよろしかろう。どうか私の席を譲らせて頂きたい。

続け新住民たちよ！私の後に道は出来る。まずは傍聴席の星となれ！メリットは顔見知りが出ること。

## 私のまちをきれいにする活動

東阿倉川二区では、県が提唱する環境県民運動のひとつ「夏のエコポイント」に、昨年からの参加しています。「夏のエコポイント」とは各家庭の六月から九月分の電気使用量を、昨年より減らすことにより、その割合に応じて参加グループに支援金が支給されるというものです。そしてその結果

- ①地球温暖化防止に貢献
- ②電気代を節約
- ③グループで支援金をゲットという一石三鳥の運動です。

もう三年目となる今年は特に力を入れて、自治会長をはじめとする役員が先頭に立ち、各組長の協力も得て、一軒、一軒呼びかけました。その甲斐あって二五世帯(昨年は五〇世帯)という驚くべき世帯数の参加を見ました。

その結果、五万五千円もの支援金を手にすることが出来ました。この運動への参加で、節電の意識が生まれ、環境問題への関心も芽生えるよい取り組みだと感じています。運動によって得た支援金は自治会の活動費として役立てたいと話しています。



## 広報エコクッキング

皮まで丸ごとクッキング!  
いつもは捨てられる皮が  
保存食に変身でーす。

### グレープフルーツの低糖マーマレード

【材 料】 A.グレープフルーツ…3個 B.グラニュー糖…約700g  
C.レモン汁…大匙3~4杯

#### 【作り方】

- ① Aはワックスを熱湯につけて和らげ、たわしで洗い落とす。
- ② 皮は白いわたまで厚くむき、小口からペラペラに薄く切る。
- ③ 果肉部はラップに包み、残しておく。
- ④ ②は、さっと洗い、ひたひたの水を入れて冷蔵庫で一晩置き、ペクチンを溶かし出す。
- ⑤ ④を鍋に入れ、中火にかける。
- ⑥ あくを丁寧につまみ取りながら、皮が透明になるまで煮る。
- ⑦ ⑥にB、Cと③を搾り入れ、とろみがつくまで弱火強の火で焦がさずに煮詰める。
- ⑧ 煮沸消毒した保存容器に熱い⑦を口元まで詰め、すぐに蓋をする。

〈メモ〉 ・砂糖は材料重量の1/2量が目安 ・保存期間は開封後冷蔵庫で約2週間、砂糖が多いほど長期保存可能 ・低糖品は冷凍保存がよい  
・材料はオレンジ、レモン等柑橘類がよく、作り方は同じ  
・ホットジュースにして疲労回復、おためしあれ!!

## ちよつと一眼

昔からお国言葉は、通行手形といえます。  
「起きな」「もう寝な」「ご飯食べな」……伊勢の「な」言葉。  
「起きなさい」「もう寝なさい」「ご飯を食なさい」と命令形の「さい」がありません。海の幸、山の幸に恵まれ、気候も温暖な土地の人間性が推測できるよい言葉だと思えます。  
それでは、「うざうざ」で「かいだるい」「だだくさな」コーナーにお目を止めて頂いて、大変「手間財」「暇財」をおかけしました「な」。次は次号に譲り、この辺で「ご無礼」をいたします。

## 編集後記

広報部員11名です。



(小3・Tちゃん作画)

テーマも決まり、編集部員はそれぞれの分担の原稿を書き始める。意気込みと、思い入れで書き上げられた原稿は、広報部会で検討され、切り刻まれ、ズタズタにされる。「ああーわが文章は、こんなにも変貌を」と思いつつ、50号が出来上がりました。