



浅水自主防災連絡協議会 定例会を開催!

7月11日 浅水自主防災連絡協議会 第2回 定例会は12名が参加して開催致しました。

- ①. 浅水地区として行政区の横の連携を取り合う為に購入した、防災無線機の取り扱いと操作説明を無線機購入業者(山内システム)より、受け、各行政区毎に訓練を行いました。
・交信例をもとに連絡を取り合うこと等運用基準を取り決めました。
- ②. 各行政区 防災自主防災-防災・避難・救護訓練のすり合わせを行い、必要な内容を見極めて、良い所へ近づける目的で行いました。各行政区の訓練実施内容は次の通りです。
今後全ての行政区で訓練を行う方向を確認しました。

行政区	内 容
川 面	今年も3/11に訓練をし、班ごとに安否確認→本部へ報告・取りまとめを行った。その後、班ごとに防災の課題について話し合い・発表を行った。老健なかだと災害協定を結んでいて、合同で訓練も行っている。
新小路	毎年、訓練を行っている。主に、初期消火・救護訓練・炊き出し。常会ごとの安否確認→報告・取りまとめ→市への連絡方法の確認を行った。
新 田	防災組織は、振興会役員と消防団OBで構成している。昨年は実施できなかったが、H22は、初期消火・バケツリレー等を行った。今年は早めに計画し10月末に訓練を行う予定。
小 島	年2回予定している。昨年の1回目は、健康まつりと合わせて消防署に講話をお願いした。2回目は秋で、ポンプ操作と消火器を使った訓練を行った。
浅 部	バケツリレー・消火器の訓練。各班ごとの安否確認・家屋の倒壊・道路の確認→報告・取りまとめ→市への連絡方法の確認を行った。その他、避難途中でけが人が出たことを想定した訓練を行った。
巻	今年は、6/24に行った。災害が起きたことを想定し、防災無線と消防団が地区内を巡回しお知らせをした。その後、班ごとの安否確認→報告・取りまとめ→市への連絡方法の確認を行った。防災組織の本部長・副部長には消防団のOBがあたっている。★訓練計画や消防署との打ち合わせは防災部長が行っている。
沼 畑	防災組織はあるが、訓練等特に何もしていない…。ミニデーで、防災教室を行った。今後は検討していく・・・。
長 谷	年2回訓練を予定していて、1回は移動(あいぽーと・防災センター等)、あと1回は、防災無線でお知らせ、その後、班長が班ごとに安否確認→報告・取りまとめ→市への連絡方法の確認。炊き出しも行った。
舟 場	訓練は、毎年7月に1回開催している。内容は、救護等。今年は、災害時の連絡方法の徹底を進めていきたい。

電力監視デマンド装置を設置!

東北電力は企業等大電力を使用する事業所等に対してピーク電力に対して供給補償することで、契約電力を取り決めております。このピーク電力を監視・抑える事で、省エネ・節電効果を出せることから、電力を監視して、省エネ・節電効果を出すことで『電力デマンド装置』を取り付け致しました。

これにより、今後 ふれあいセンターをご利用時に、アラームが鳴った場合は、エアコン等の1台を一旦停止して、30分後に停止した半分を稼働させる等の処置を行って下さい。

ご利用の皆さんピーク電力軽減策にご協力下さい!

尚 ご利用する方へは説明と説明書の掲示を致します。

男の料理教室を開催！

7月18日 男の料理教室は6名が参加して、栄養士の上野由美子先生により、行いました。最初のお話では、次の指導を頂きました。暑い夏を乗り切るためにも、水分補給を忘れずに！！

- ・朝、起きたら、うがいをし、コップ1杯の水を飲みましょう！！
- ・仕事や運動の前、最中、後もしっかり水分補給しましょう！！
- ・外から帰ったら、まず手を洗い、うがいをしましょう！！
- ・食事の前もしっかり手を洗いましょう！！
- ・お風呂に入り、寝る前にも、水を飲みましょう！！



本日のメニュー 夏野菜がいっぱい！！

主食	・・・ しらす入り梅ごはん	346kcal	・ 塩分量	0.7g
主菜	・・・ トマトと鶏肉の蒸しチーズ焼	210kcal	・ 塩分量	1.1g
副菜	・・・ ひじきのサラダ	20kcal	・ 塩分量	0.5g
副菜	・・・ マカロニ入りミネステローネ風	71kcal	・ 塩分量	0.8g
デザート	・・・ カットフルーツ(スイカ)ヨーグルト	67kcal	・ 塩分量	0g
1人分のカロリー		714kcal	塩分量	3.1g



女性講座を開催！

7月19日 受講者 21名が参加し、講師 阿部詩乃先生による女性講座は、『暮らしに役立つ！“アロマテラピー”』を行いました。

初めに①アロマテラピーとは何か？②アロマテラピーのメカニズム・利用法・ホームケアの方法③取扱いの注意事項について説明をいただきました。

その後、日常の生活に役立つ《アロマレシピ》4種類を紹介していただき、早速、作ってみました。

内容は、1)虫よけアロマスプレー 2)アロマボディパウダー3)かんたん汗ふきシート 4)衣替え用ボンボンで、この時期にぴったりのものでした。《アロマテラピーとは？》花や木などの香り(精油)やささまざまな働きを借りて、心や身体のトラブルを穏やかに回復させ、健康増進や美容に役立てていこうとする自然療法とのことで、講座終了後も教室に良い香りが残っておりました。



7月24日 こども教室は8名が参加して『子どもクッキング教室』を開催いたしました。先生は職員の小野寺さんで、前回リクエストがありましたピザづくりを行いました。各々が生地づくりからトッピングまで行い焼き上げたピザは、とっても美味しく、出来上がりました。また、ピザが発酵するまでに、桃のゼリーとシフォンケーキも作り、試食を行い、家の人におみやげとして持ち帰った子どもたちもいました。

こども教室を開催！



これからの主な事業・行事

7月



皆で楽しもう
夏まつり！

8月

26日(木) 自然体験交流事業

29日(日) 奉仕作業(新小路区)

2日(木) 子育て教室

5日(日) 夏まつり

7日(火) シニアスポーツ町大会

22日(水) 男の料理教室

27日(月) 文化財保存会 移動研修

山寺方面

