



榎梨公民館だより7月号



早くコロナが終息
しますように☆

緊急事態宣言解除により、7月から主催講座を順次開講させていただきます。また、各自主講座は、先月後半より開かれています。水曜日恒例の「いきいき100歳体操」も再開しておりますので、これまでご不便をおかけしていましたが、体を動かしにおいでください。

出前講座より 卓球バレー

ニュースポーツを楽しもう!

座って出来る卓球バレー

日時 7月14日(水) 11時~12時
場所 榎梨公民館 集会室
講師 スポーツ推進委員 2名

カマボコ板のようなラケット使用



6月に予定されていましたが、出前講座 卓球バレーは、7月14日(水)に延期されました。座ったまま出来る球技です。(密を避けるためローカルルール適用)どうぞ体験してみてください。

自主講座から

ハナミスキの会では、可愛い肉球をたくさん編みました。思い思い、色とりどりの肉球が勢ぞろい猫の敷物・鍋つかみ?も編んでみました。



#輪になれ広島

お問い合わせ・お申込みは、榎梨公民館
☎ 0847-34-0252へお願いいたします。

生涯学習相談員
橋本・東山



災害に備えて！

西日本豪雨災害から3年の月日が経とうとしていますが、「いまだにあの日のことを思い出すと震えてきます。」「雨音を聞くと夜も目が覚めてしまって・・・」と言う声をよく耳にします。

そう、忘れることのない記憶となりました。今年の夏は、どうでしょう・・・どんな降り方をするのでしょうか？ 昨年7月、朝目が覚めたら既に川が氾濫寸前の状況なんてありましたね。早朝5時に避難勧告の放送がながれる事態。今年は、そんな状況にならないことを願うばかりです。

だけど、万が一に備えて、日頃から少しでも準備しておきましょう。

チェック 1

☆ 避難行動を考える。

もしもの時に自分がとるべき行動を考えておきましょう。

☆ 避難場所を決めましょう。

ハザードマップで自宅・職場などがどこにあるか確認しておく。

早めに安全な場所へ避難しましょう。

安全な場所：親戚・知人宅・宿泊施設・市や自主防災組織が開設する緊急避難所。

☆ 避難のタイミングを考えましょう。

近所などで声を掛け合いながら、早めに避難を開始。警戒レベル3の時点で避難を終わめましよう。

チェック 2

☆ 情報収集の方法を確認

FM 告知端末

市配信システム

緊急速報メール

市のホームページ

☆ 昨年より三原テレビの災害放送によるカメラが設置され椋梨寺橋西側より放映されています。



チェック 3

☆ 非常持ち出し品を準備する

リュクサックなどに人数分（できれば3日分）を詰めていつでも持ち出せるようにしておきましょう。

☆ 感染症に備え、非常持ち出し品にマスク・体温計除菌グッズも用意しておきましょう。

☆非常持ち出しの中身

食料（加熱不要）・飲料水・貴重品・健康保険証・生活用品として、タオル・毛布・厚手の手袋・ライター・携帯トイレ・懐中電灯・ラジオ・乾電池・常備薬とかかりつけ医からの薬。小さな子供さんがおられる場合は、ミルク・哺乳瓶紙おむつ等。

チェック 4

☆ 避難所での生活を考える

* 必要な物は自分で準備する。

* 避難所運営に関わる。

避難所の運営は、避難者同士が助け合いながら行います。自分ができることは何かを考えておきましょう。

* 思いやりのある行動を心がける

避難所では、普段とは違う状況での不安や混乱から、怒りやすくなったりします。思いやりのある行動を心がけましょう。

* 体調不良の人やその家族への誹謗中傷は絶対しないでください。

感染予防のため、次のことに協力してください。

* 手指の消毒・手洗いの徹底 * 健康状態の報告（体調不良の場合は我慢せず、すぐに報告する。）

* 3密を避ける（避難者同士の距離を保ち、近距離での会話は、必要最低限。換気をこまめにする。）

三原市 HP 危機管理課より抜粋