

城北地区防災連合会は、城北地区14町会に居住する方が防災意識の高揚と災害の予防を図ることを目的に、各町会の防災部長で構成されており、そのための知識の普及、防災訓練に関し活動しております。

市の防災連合会は7ブロックに分かれて、第二ブロック(城北・安原・城東・白板)に所属し連携しながら活動をしており、令和5年度から、ブロック内で地区防災計画の作成が新たな活動に加わり城



城北地区防災連合会
会長 古田 健司

北地区でも防災計画の策定を進めております。具体的な策定は、策定委員会が作業を進め、住みよい町づくり協議会の安全の部会が取りまとめを行います。

多くの災害を経験し、被災時の避難行動の考え方も変わってきました。とりあえず避難所に避難というのが従来勧められましたが、現在はご家族の判断で在宅避難から車内・キャンプまで多様な方法があります。

初期対応でも、安否確認方法、不明者への行動の仕方など検討していく項目は多岐にわたります。いかなる被災に際しても、一人も取り残されることのないよう、安全の部会とも連携し地区の防災計画をより良いものにし、訓練・研修を行ってゆきます。皆様、まずご家族の安全確保の方法をご検討ください。

城北	
令和6年7月1日現在	
総世帯数	3,773
総人口	7,762
男	3,705
女	4,057

☆ 城北福祉ひろば ☆ のびのびひろば 英語であそぼう!

英語でリトミック／読み聞かせ／ゲーム

～ 5月24日(金) 福祉ひろばで開催しました! ～



新・市立博物館に 行こう! 収蔵品展 戸田家臣団 — 松本藩最後の武士団 —

松本藩主・戸田家に仕えた家臣たちが、多様な出自や職務を持ちながら家臣団として組織的にまとまり、主君と共に激変の時代を生きた姿を観に行きませんか、という公民館の募集により、5月27日(月) 公民館委員会文化部の後藤芳孝さん(田町町会)の解説により25名の出席者と共に見学してきました。

最初1万石だった石高も国替える毎に増え7万石まで



▲大きく映しだされた資料

になった理由の一つは、家臣の守りがあり、働きがかなりあった様子。中でも風伝流槍術の門下生たちが、各々の甲



▲解説に夢中です



生きがいづくり（生活を
楽しみ 心を豊かに活動しま
しょう）をモットーに毎月第
一木曜日に開かれ、毎回タイ
トルを変えて、皆さんに楽し
まれている井戸端会議。

5月には村田 誠「防災士（西
町在住）による「備えあれば
憂いなし」と題し防災講座が
開かれ、「今やろう、防災対
策」についてのお話がありま
した。百年や千年に一度の災
害や大雨と言われますが、実
は今夜か明日に発生するかも
しれませんから、常に事前の
備えをすることが一番大事
で、まず、命を守るために個
人情報を作成して支援が必要
な方は、玄関付近に貼ってお
くことが大切です。また、家
庭内避難の場合は日常備蓄↓
食料品・生活必需品を日頃の
利用より少し多めに購入して
おく。家庭外避難の場合は非
常用持ち出し袋を、完備して
おくことが絶対条件で、食品
は最低3日、できれば1週間
分の備蓄が必要です。
ローリングストック法（日
常的に飲食を行い、飲食した
ら買い足すという行為を繰り返す）



▲身近な防災対策について考えました



▲防災士の村田誠一さん

返し、常に家庭に新しい非常
食を備蓄する方法）について
も解説されました。

参加の皆さんは、真剣に村
田さんの話に耳を傾け、いざ
地震などが発生した場合、あ
わてずに自身の身を守る方法
について学びました。そして
【備えあれば憂いなし】の金
言をしっか胸に置き、何が
起こるか分からない現世を生
き抜こうと、誓いを新たに
した井戸端防災講座でした。

松本山雅FC

元気育成健康増進プログラム

スマイル山雅
健康運動教室

5月30日城北公民館福祉ひ
ろばで、松本山雅FCから小
林陽介レディース監督と百瀬
みどりさんをお迎えして開催
されました。参加者は22名で
した。「私たちの街には松本山
雅FCがある」の緑の旗が
つものひろばを華やかにして

春の
児童センター
まつり
劇団「赤とんぼ」

子ども会育成会主催の劇
団「赤とんぼ」の公演が6
月9日（日）沢村児童セン
ターで行われました。赤と
んぼさんの公演は諏訪を中
心に公民館や児童センター
等で、昨年は20回ほど公演
されたそうです。本日は6
名の団員さんにより、「3枚
のおふだ」等、子どもと会
話しながらの人形劇でした
が、86名ほどの出席してい
る子ども達はとても楽しそ



▲元気な声が響きました

うに大声を出しながら手を
あげて元気にうけ答えして
いました。由井会長さんの
声もかき消すほどでした。
後はクジ引きをして、景
品をもらい、焼きそばをも
らって嬉しそうに帰ってい
きました。

いました。山雅の応援用スポー
ツタオルを使ったストレッ
チで始まり、体をほぐして、2
人組や4人組になり、タオル
の上でボールを受け渡すゲー
ムをしました。あっちこっち
に落としてみたい、残念そう
な声や歓声が上がりました。
上手な組は13回を記録しまし
た。6人でチームになり、コー
ンの上にボールを置き、フリ
スピーを当てて、落としたら
1点。3点先取で勝敗を決め
るゲームもしました。4チー



▲マフラータオルを使って運動



▲ゲームに熱中!

ム対抗戦は参加者全員が熱く
なりました。ペアになり、肩
へのマッサージ交換後、茶話
会となり、小林監督から、6
月16日のホームでのアスルク
ラ沼津との試合のペア招待
券4組のプレゼントがあり、
ジャンケンでの対戦をして、
1時間半の教室が終了しまし
た。当日の様子は松本山雅FC
のホームページで見ること
ができます。笑顔の写真が掲
載されていますよ。