

今井地区 町会一時集合場所及び想定避難先(避難所)

町会名	町会一時集合場所	想定避難先(避難所)
今井上新田	上新田公民館	今井小学校
今井堂村	堂村公民館	今井小学校
今井中村	宝輪寺	今井小学校
今井中沢	今井小学校	今井小学校
今井下新田	下新田公民館	今井小学校
今井境新田	境新田公民館	今井小学校
今井東耕地	東耕地公民館	今井小学校
今井南耕地	南耕地公民館	今井小学校
今井西耕地	西耕地公民館	今井体育館
今井北耕地	松本運動公園(松本平広域公園)	松本平広域公園体育館
今井野口	野口公民館	今井体育館
今井古池	古池公民館	鉢盛中学校
今井西原	西原公民館	今井小学校
今井北今井	北今井公民館	松本平広域公園体育館
今井公園西	ピクニック広場	松本平広域公園体育館

表 1

まず、避難場所を知る
松本市の防災計画において
は、指定避難所、指定緊急避
難所が設定されています。今
井地区においては、①今井小

学校、②今井体育館、③今井
公民館、④松本平広域公園体
育館、⑤今井運動広場、⑥鉢
盛中学校です。
これらのうち、要援護者優

異常気象により、降れば大雨で浸水や土砂崩れが起こり、地震
も各地で大きな被害をもたらしています。
「避難」とは、災害時において、もつとも大切な命を守る行動
のひとつです。ハザードマップが改訂されたのを機に、本号では
「避難」について考えます。



No.372

今井公民館
館報編集委員会
電話 59-2001
FAX 59-1004

先は③今井公民館、医療救護
所は①今井小学校となってい
ます。
大規模地震が発生した際に
は、町会一時集合場所(表1)で
の安否確認等を行った上で、指
定緊急避難場所へ避難します。

避難物資の確保

今井公民館に備蓄されてい
る避難物資は表2のとおりで
す。また、地域防災計画に基
づいた災害対策物資は今井小
学校中型倉庫にも備蓄されて
います。食料340食、飲料
水290本、毛布190枚、携
帯トイレ1900枚などとなっ
ています。

備蓄量は必要最小限ですの
で、各自宅において家族用の
備蓄を日頃から準備しておき
ましょう。

家庭における食料備蓄量は、
最低3日分、可能であれば1
週間分を用意することが推奨
されています。長期保存でき
る食材のうち、古い方から食
べて一定量から減ったら買い
足しておく「ローリングスト
ック」で、普段から食べ慣れた
食材を利用するのが望ましい
とされています。

給水供給拠点・緊急給水栓
設置拠点としては、今井地区に

今井公民館災害用備蓄品(表2)

飲料水	240
パン	48食
梅がゆ	40食
五目ごはん	50食
毛布	30枚
飲料水袋 10ℓ	300個
飲料水袋 6ℓ	600個
簡易トイレ	100個
段ボールベッド	1台
カセットコンロ、ボンベ、 やかんセット	6個
発電機	2台
ガソリン	120
非接触体温計	1個
メガホン	2個
ハロゲンライトセット	1個 など

は、松本運動公園(松本平広域
公園)内緊急用貯水槽が利用
されます。

あらかじめ家族で話し合って
避難所を決めておく

自宅を離れている人が多い
平日の昼間の災害の際は、通
勤先、通学先の近くでの避難
所に避難することになるで
しょう。各人がどこへ避難す
るのか、あらかじめ話し合っ
ておきましょう。

「津波でんでんこ」という言
い伝えが東北地方にあります。
「地震がきたら津波が来る。他
のひとにかまわず、でんでは
らばらに逃げろ」ということ
ですが、「我先ににげろ」とい
う身勝手さではなく、逃げる

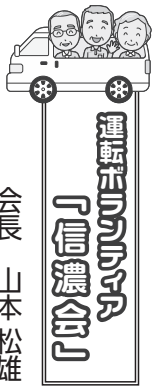
姿を他人に見せてみんなで避
難する、あるいは、まず自分
の命を救えばその後、他人の
命を救える機会がある、とい
う意味だそうです。

自宅に支援や介護を要する
家族を残しているのでなけれ
ば、出先での避難をすること
が、道路等での交通の混乱を
避けることにもつながります。
まず、「難」を「避けて」命
を守ることを心がけましょう。

【お知らせ】

9月上旬に、市危機管理課
による出前講座を今井公民館
にて開催予定です。多くのこ
参加をお待ちしております。

※詳しくは公民館ニュース8
月号をご覧ください。



会長 山本松雄

「信濃会」は平成17年に創立され今井福祉ひろば「ふれあい健康教室」の送迎を目的に結成され、今年で19年目を迎えます。発足以来、女性を含め累計で15名が参加し、本年度は新人1名を加え男性6名で運行しています。

現在では、「ふれ健」のほか、楽しく体を動かす日・ひろば喫茶・ひろば開催事業の送迎を行い、昨年度の実績として送迎累計178名、送迎車累計73台の送迎を行いました。



もう一つ、大事な事業として「信濃会と行く」があります。これは運転ボランティアの車両を使い平成26年春から実施し、春と秋、県内を中心に日帰りで無理のない日程でドライブします。美しい景観を見、美味しい料理を味わい、家族へのお土産を買うのも楽しみとして実施してきました。コロナ禍で令和元年初秋から休止とな

り、今年6月5年ぶりに、高遠しんわの丘ローズガーデンに18名で行くことが出来ました。



来年で20年の節目となりますが、歴代の会員の思いを胸に安全運転を励行し、ひろば事業の発展の一助になるべく会員一同一層努力したいと考えています。

「ひろば喫茶」を ご存じですか？

皆さんはひろば喫茶をご存じですか？

幅広い年代の方に福祉ひろばをもっと利用してほしい、地域の憩いの場を作りたいという思いのもと、平成19年11月にオープンして何と17年目になります。現在ボランティアスタッフ7名とコーディネートで毎月第4金曜日13時～16時に開いています。コーヒー・紅茶につくケーキは地域の方やスタッフの手作り。

抹茶には食べるのがもったいないくらい綺麗な和菓子がつまめます。毎月どんなお菓子かはお楽しみ。忙しい毎日、この日だけはゆったりとした時間を過ごしてみませんか！

ちよと足を延ばしてひろばに入ってみてください。とても明るいお姉様たち(スタッフ)が素敵な笑顔でお出迎えします。一緒に手伝ってくれるボランティアを随時募集中。興味があるかたはお声がけください。



No.294

「家族の味」

清澤 あかり
(上新田)

私の幼少期は両親が共働きのため、土日などの休日のほとんどは祖父母の家で過ごしており、祖母達の手料理を食べる機会が多くありました。一口に手料理といっても両親や祖母達が何か手料理を作る際、同じ料理でもレシピや味付け、具材が違うこともあり、そうなること必然的に各

MENU

コーヒー・紅茶(お菓子付き) 100円
抹茶(和菓子付き) 200円
夏季アイスコーヒー・アイスティーあり



第37回今井地区 支部対抗球技大会 7/7日

●ソフトボール (36歳以上)
優勝 北耕地 準優勝 西耕地
●ソフトボール (年齢制限なし)
優勝 西耕地 準優勝 公園西
●女子バレーボール
優勝 下新田 準優勝 西原



人の料理ごとに自分の好みの味が出てきます。私は少し前まで寮生活をしておりまして寮食が無い日は

訂正
前号「今井地区を担う方々」をご紹介する欄で訂正がございました。

館報編集委員 櫻井与左彦



るのですが、なかなか上手くいかず、後日改めてレシピを聞き作り直していました。再現する際に難しいと感じる部分分は料理によって違うのですが、特に苦労したのが茹の煮物を作るときに茹を好みの硬さに茹でることであり、何度も試行錯誤したため成功した際の喜びはひとしおのものでした。

いずれは一つでも多く両親や祖母達の味を継承したいというのが私の目標でもあります。