

市立武蔵野会館

第40号

# あいスポットプレス

発行元 市立武蔵野会館運営協議会  
責任者 会長 村木 勉  
事務局 昭島市市民部生活コミュニティ課  
042-544-5111（代表）

## CONTENTS

P 1 総会のお知らせ      P 3 委員会報告他  
P 2 東京防災セミナー      P 4 委員会報告他 活動日誌

深めよう地域の絆・見直そう互近助の力

## 市立武蔵野会館運営協議会

### 第13回 定期総会

日 時：平成 30 年 5 月 20 日（日） 午後 3 時開会  
場 所：武蔵野会館 2 階集会室

議案書は当日お配りします  
スリッパをご持参ください



写真は第12回定期総会風景

# 「東京防災」学習セミナー



1月21日（日）10:00～11:30、武蔵野会館で、平成29年度「東京防災」学習セミナーを開催いたしました。

主催は昭島市自治会連合会第15ブロック地域合同防災会議と東京都総務局総合防災部で、講師に災害危機管理アドバイザーの和田孝昌氏をお迎えしました。

セミナーは講演とディスカッションの2部構成で行われました。

①「東京防災」から学ぶ首都直下型地震等への備え基本編「今やろう防災アクション」

②「被災経験者または被災地支援経験者に学ぶ」

参加者は22名でした。



## 今やろう防災アクション

講演で印象に残ったこと

- ◇家が壊れていなければ、避難所へは行かないほうが良い
- ◇東京都の提案通り日常備蓄が必要であり長期間日持ちするものより、日常的に消費できるものを備蓄すること
- ◇非常用トイレは確保しておくこと
- ◇家の中に安全な場所を確保すること
- ◇玄関には割れ物（花瓶など）を置かないこと
- ◇寝室の家具の固定を行い、家具の上に物を置かないこと
- ◇災害用伝言ダイヤル（171）の使用方法を理解しておくこと

## 被災経験者または被災地支援経験者に学ぶ

ディスカッションでは、発災時に取る自分の行動や備えなどについて話し合いました。

グループ発表では、

- ◇避難所でのリーダーシップはどう取れば良いか。
  - ◇避難所に食料はあるのか
  - ◇寝る場所はどうなるのか
  - ◇防災倉庫の中身を知るべきである
  - ◇避難所では耳栓・アイマスクが必要である。
  - ◇支援物資は被災者の人数分なければ、混乱の原因になりかねないから配ることはできないなど
- 率直な意見交換がされました。



## ■ 心と身体の健康づくり委員会

### 認知症に関する講習会と 映画鑑賞会を行いました

心と身体の健康づくり委員会では、2月8日、中部地域包括支援センターの講師をお招きし、認知症の基礎的な症状と、予防のために必要な習慣、早期診断と早期対応が非常に大切であるという内容の講義をいただきました。

発症の疑いがあるときは、地域包括支援センターに相談したり、近隣の病院、クリニックの紹介もありました。認知症になりにくくするための食習慣、有酸素運動が必要であるなどのお話もありました。

つづいて、頭を使いながら体を動かす認知症予防体操を習いました。

最後に、妻がアルツハイマー型認知症になり、夫が懸命に対処するが、病は進行し、夫もがんになる。結局、夫が先に死んでしまうという映画「そうかもしれない」（出演：雪村いずみ、桂春團治）を鑑賞しました。

45名の皆さんが寒い中参加していただきました。



## 市立武蔵野会館で 消防訓練を行いました

市立武蔵野会館では、消防法に基づく消防訓練を3月23日（金）に実施いたしました。

この訓練は、市立武蔵野会館で万一火災が発生した場合を想定して、会館管理員・会館運営協議会役員・当日の利用者のみなさまの協力をいただき毎年行っています。

今回は、自主訓練ということで、管理員・役員だけで次の内容で実施しました。

- ① 火災発生連絡
- ② 消防署への通報
- ③ 初期消火
- ④ 利用者の避難誘導

訓練は10時7分30秒に火災発生（発見）、消防署への通報、館内放送、利用者の避難誘導を行い、避難開始から2分で、利用者有志15名が駐車場へ避難を完了しました。



訓練終了後、管理員・役員で、模擬消火器を使って初期消火訓練を行いました。



市立武蔵野会館は今後も防火に努め、一人のけが人も出さないよう訓練を重ね、安全安心な施設を目指して参ります。

ご協力いただいた利用者の皆様、ありがとうございました。

## ■美しいまちづくり委員会

3月28日（火）今年度2回目の美化・マナーアップキャンペーンを行いました。

中神駅北口周辺の清掃活動と同時に、防犯・安全の標語の入ったポケットティッシュペーパーを通勤途中の方々に配りました。

広報車からは、たばこ、空き缶やごみのポイ捨てを防止して、きれいな昭島にしましょうと呼びかけを行いました。

今回は、武蔵野会館運営協議会役員他、中神駅前商店会、中神工業団地協力会、シルバーなど合計23名で活動しましたが、約700個準備したティッシュはあっという間になくなりました。



## ■安全まちづくり委員会

### 青パト運転協力者会議を開催しました

3月20日（火）青パト運転協力者会議を行い、29年度4月から6月までの協力者の担当割り振りを行いました。

### お詫びと訂正

あいスポットプレス39号3ページ、「四自治会合同防災訓練を行いました」の文中、「昭島消防署中神出張所」は「昭島消防署大神出張所」の間違いでした。お詫びと訂正いたします。

## 青パト運転協力者（ボランティア）を募集しています

平成20年9月からスタートした「安全安心まちづくり広報車（通称青パト）」による自主パトロールは9年を経過しました。

武蔵野会館運営協議会は、まちづくり昭島北と共同して、協力員19名で、交代でパトロールを行っていますが、協力員も高齢化し先行きの不安を感じています。

この活動を継続し、なお一層充実させるために協力員の募集をいたします。

- \*活動の趣旨に賛同していただける方
- \*日頃安全運転を行っている方
- \*運行は水・金曜（毎週）、土曜（月1回）
- \*4月から9月は午後3時～5時
- \*10月から3月は午後2時半～4時半
- \*2名以上で巡回（概ね1人月1回の乗務）

協力員になるには昭島警察署で講習会を受講していただき警視総監が発行する「パトロール実施者証」を取得する必要があります。

ご希望の方は、武蔵野会館窓口「安全まちづくり委員会」へお申し込みください。

## 武蔵野会館運営協議会活動日誌

- |           |                                         |
|-----------|-----------------------------------------|
| <b>1月</b> |                                         |
| 10日       | 定例役員会<br>あいスポットプレス39号発行<br>「東京防災」学習セミナー |
| 21日       |                                         |
| <b>2月</b> |                                         |
| 8日        | 認知症学習会                                  |
| 14日       | 定例役員会                                   |
| <b>3月</b> |                                         |
| 14日       | 定例役員会                                   |
| 20日       | 青パト会議                                   |
| 23日       | 武蔵野会館消防訓練                               |
| 23日       | 武蔵野小学校卒業式                               |
| 24日       | ロッカー抽選会                                 |
| 28日       | 美化・マナーアップキャンペーン                         |
| <b>4月</b> |                                         |
| 6日        | 武蔵野小学校入学式                               |
| 7日        | まちづくり昭島北 第6回定期総会                        |
| 11日       | 定例役員会<br>あいスポットプレス40号発行                 |
| <b>5月</b> |                                         |
| 9日        | 定例役員会                                   |
| 20日       | 第13回定期総会                                |