

共に支える

～ あふれるふれあい支え合い ～

令和6年10月5日(土)に、「いざというときの高齢者防災教室」、「合唱団のコーラス」、「能登災害ボランティア体験談」、「元気体操教室」などの内容で、四日市市と楠地区民生委員児童委員協議会が主催して開催しました。参加者は92名、スタッフ63名で、会場の楠福社会館ホールは満員となりました。



はじめに、“くすのき男声合唱団”と“黒松コーラス”(女性コーラス)から、懐かしい歌を何曲か聴かせていただきました。男声合唱ののびやかな歌声、女声合唱の透きとおった歌声に、心が和み癒やされました。

また、最後の一曲は、“くすのき男声合唱団”と“黒松コーラス”が急遽一つの混声合唱団となって、ゆたかな響きの合唱をとどけていただきました。



高齢者防災教室

つぎに、「いざというときの高齢者防災教室」です。坂倉防災研究所の坂倉啓史さんに、「自然災害や事故から命を守るために」というテーマでお話しをしていただきました。坂倉さんが能登の被災地でボランティア活動をされた経験や、消防署で働いてみえたころの体験などを元にして、たくさんの情報や注意点などを教えていた

いただきました。その一部を紹介します。

- 室内にいるときに地震が起こったら、頭を守る行動が必要だけど、外に避難するときも、手を頭の上において頭を守ることがたいせつ。
- 避難するときには余裕があれば、電気のブレーカーを落とす。
- 多くの地震では、1回で終わらず2回目の大きな揺れが発生するので、油断しない。
- ラジオ、懐中電灯、予備の電池など、停電への備えの物品を揃えておく。
- 避難所などのトイレは、すぐに使えなくなる。非常用トイレや凝固剤（排泄したものを固める）を準備しておく。
- 普段の生活で、身体が不調になったときは、ためらわずに救急車を呼ぶ。

などでした。

「能登災害ボランティア体験談」は、四日市市社会福祉協議会の方が、会の進行が遅れていることに配慮していただき、簡略にまとめていただきました。



左上の写真も含めて
手話通訳をしていただ
いています



元気体操教室

「元気体操教室」は、ゆりかもめの方々から、音楽に合わせた体操で、手話と連動させてものを教えていただきました。

合唱の歌声に癒やされ

防災の講話から万が一の備えについて考え

元気体操で健康な生活習慣づくりのヒントをもらう

など、参加者の方々にも満足していただけたと思います。



災害ボランティアの
展示パネル