

募集!!

西町町会会報へのご要望・ご意見を募集しています。ぜひ皆さんご応募ください(後藤会長に電話かFAXをお願いします)。

# 地域防災を考える

特集

一瞬にして多くの生命と財産を奪った3月11日の東日本大震災。未だ癒えることのない未曾有の災害は、私達に恐怖ばかりか生活不安を残しています。ここで今一度、災害から身を守り、被害を最小限に抑えるために、積極的な防災活動が必要となります。今号では、板橋区役所危機管理室防災課・豊田岳彦さんに詳しい地域防災活動についてお話を伺いました。今後の認識を高めるためにも、とても参考になりました。

編集委員・山本(以下山本)

本日は時期的にもお忙しい中、お時間をいただきありがとうございます。ありがとうございます。

西町町会としても地域に高齢者が多いことや、複雑な小路が入り組む土地柄で、避難経路など防災活動の取り組みに早く着手しなければと、この時期に伺いました。

豊田 現在、被害確認・り災証明発行準備など今回の震災対応が先決で、板橋区の地域防災見直し計画は具体的には検討中です。

反省点も踏まえ再度練り直す必要があります。今回の地震は予想をはるかに上回り、想像以上の被害に今までの計画では十分な対応ができませんでした。

山本 三月一日に多くの帰宅困難者がいましたが、近隣の施設に避難はありましたか。

豊田 近隣にはありませんでした。区役所には休憩やトイレ利用など、また朝まで避難の方も数百人いました。成増方面の学校などは三百人ほどの人が避難し、それぞれの学長の判断で毛布などの貸出で対応しました。

山本 大山西町は津波の心配はありませんが、震災時の火災の延焼が考えられます。その際の注意点や、指定避難場所を確認しておきたいのです。

豊田 まず火災を防ぐこと。火災が発生し延焼の危険を感じたら広域避難場所へ避難します。西町の広域避難場所は幸町団地です。このほかにも近くの学校や公園など火の手を逃れるオープンスペースの

ある場所へ一時的に避難をし、身の安全を確保します。避難経路については普段から確認しておくことが大切です。

山本 自宅が倒壊したり、生活が困難な状態になった場合はどのようにしますか。

豊田 近隣の学校に避難します。一時的な生活スペースの

確保。食糧など備蓄物資があります。

山本 西町には高齢者が多く、避難も一人では困難な場合などの対処方法はどのようなにしたらよいですか。先日の震災では、仏壇が倒れたりテレビが移動し、恐怖で動けない状態で、救助を待っていました。すぐ駆けつけてあげた





編集委員・山本さん

いのですが。

**豊田** 普段から防災マップなどを作成し、地域住民の情報を把握しておき、有事の時の救助の方法を訓練しておくことが大切です。情報は日々変わるので定期的に調査します。

また、大きなゆれを感じる地震では、家の中の事故が原因で怪我をする人が多く、それを防ぐためには、家具の転倒防止や落下防止、ガラスの飛散防止など、安全対策を万全にしておきましょう。

**山本** 町会でも防災用品の備蓄を考えなおす必要があります。

すね。リヤカーや担架、救出工具などの購入、訓練も必要です。

**豊田** 地震など瞬時にして広範囲に被害が起きた場合、公的機関による対応には限界があり、町会など住民防災組織や住民それぞれの備えが力を発揮します。被害を最小限に抑えるためには、個人個人の意識と各家庭での備え、地域のお互いを助け合う気持が重要です。

**山本** 今回は水道水のパンツクがありました。板橋区では

## 私たちが普段心がける防災対策

### <非常備蓄品・持ち出し品の用意>

幸い、避難をしなくて済んだとしても、電気・ガス・水道の供給や、食料品・日用品などの流通が数日間停止することが予想されます。最低3日分の備えをしておくことが大事です。



●飲料水……1人1日3リットル

(例) 5人家族の場合

3リットル×5人×3日=45リットル

●食料品……缶詰・レトルト・フリーズドライなどのインスタント食品や、梅干し・チョコレート・アメなどの菓子類。なるべく調理のいらぬものがよい。乳幼児がいる家庭では、粉ミルク・離乳食・おやつなども忘れずに。

●燃料……卓上コンロや携帯用コンロ(予備のボンベも)、固形燃料など。

●生活用品……懐中電灯、携帯ラジオ(AM・FM両方聴けるもの)、予備の電池ライター、トイレトーパー、ティッシュペーパー、ガムテープ、ビニールシート、軍手、医薬品(持病がある人は常備薬も)、生理用品、紙おむつ、簡易トイレなど

●その他……生活用水として風呂に水をはっておく。ペットを飼っている家庭ではペットフードも忘れずに。

板橋区防災用品あっせんの案内は区役所などにあります。ご覧ください。

### <家具の転倒防止>

- 家の中に逃げ場になる安全な空間をつくる
- 避難経路を確保する
- 寝室に家具を置かない
- 家具の転倒を防止する
- 重心を低くする
- 落下防止
- ガラスの飛散防止
- その他の家具・家電製品の転倒防止



\*市販されている転倒防止器具や電気メーカーの専用器具などもあります。それぞれの事情に合った方法で行いましょう。

そのほかにも、大雨での洪水から家屋を守るために、下水処理機能の低下を引き起こす落ち葉やごみを普段から清掃し、排水溝の付近には物を置かないようにします。また、浸水のおそれがある場合は、事前に土のうなどの準備をします。土木事務所に申し込んでください。

西町町会では毎年仲町地区の防災訓練に参加しています。掲示板や回覧板などでお知らせします。災害発生時には普段からの訓練が大切です。ぜひご参加ください。



東京都板橋区役所 危機管理室 防災課  
支援グループ 主任主事 豊田岳彦さん

今後どのような取り組みを考  
えていますか。

**豊田** 水道水の被爆は想定外  
でした。

当初の水は給水拠点や受水  
槽の水を活用します。五〇万  
人区民の一カ月分の水の備蓄  
があります。給水拠点は区域  
二キロメートル以内がありま  
す。場所の確認をしておきま  
しょう。

**山本** 毎年行われる防災訓練  
は、大勢の参加がありますが、

その時に防災マップや給水拠  
点などを詳しくお知らせする  
必要がありますね。

**豊田** 町会単位の訓練も大切  
です。住民防災組織の再確認  
と、地域住民の共通意識が高  
まることが期待できます。ま  
た、普段からの訓練により災  
害時の支援体制も整い、速や  
かに避難するための対策が自  
然にできてきます。

**山本** 地震大国といわれる日

本では地震災害に対して正面  
から向き合わなければなりま  
せん。

地域住民全員が正しい防災  
知識を持ち、万全な準備をし  
て、慌てずに正しい行動がで  
きれば、被害は最小限にとど  
めることができます。いろい  
ろな機会をとおして町会内に  
知識や情報を伝えていきたい  
ですね。

**豊田** 区役所の防災課でも、  
要望があれば町会の催しに参  
加し、勉強会や講習会を開催  
しています。また防災用品の  
あっせんなどもしています。  
ぜひ活用してください。

地震だけでなく、大雨によ  
る洪水や台風など、災害には  
普段からの準備が必要です。  
もう一度非常備蓄品や持ち出  
し品、普段心がけることなど  
を再確認したいと思います。  
**山本** 本日はありがとうございます  
でした。

## 東北地方太平洋沖地震

### 義援金の

### ご協力ありがとうございました

三月十一日の東北地方太平洋沖地震で被災された  
方々には心よりお見舞い申し上げます。

被災された方々に各種機関・団体において支援活  
動が行われておりますが、大山西町町会でも、義援  
金の募集をお願いいたしましたところ、四八五口・  
八五万二九八円の募金がありました。板橋区町会連  
合会を通じて被災地に送られました。皆様方のご協  
力に心より感謝、御礼申し上げます。

この度の災害に近隣の人達との普段からのおつきあ  
いや町内の結束がいかに大切かをあらためて考えさせ  
られます。

現在は自粛ムードで「さくら祭り」をはじめ各種の  
イベントが中止や延期を強いられていますが、大山西  
町町会では七月に実施予定の「納涼盆踊り大会」をは  
じめ「氷川神社祭礼」「仲町地区大運動会」等々、毎年  
行っています行事に参加していただき、親交を深めて  
いただきたいと思います。

とりわけ八月二十八日（日）に実施が決定しています  
「総合防災訓練」にはこの度の震災のこともあり、今ま  
で参加することが出来なかった方々にはぜひ参加をし  
て初期消火訓練をはじめ応急看護の訓練を経験してほ  
しく願っています。

大山西町町会 会長 後藤昭雄

# 2011年 春 誌上お花見

都内各所のさくらを撮影してきました。  
東日本大震災による自粛で、華やかさはなかったのですが、  
冬の寒さに耐え、大きく羽を伸ばすがごとく、きれいに咲きほこっていました。



Q 大山西町地域の桜の写真の数は？  
(答えは次ページ)

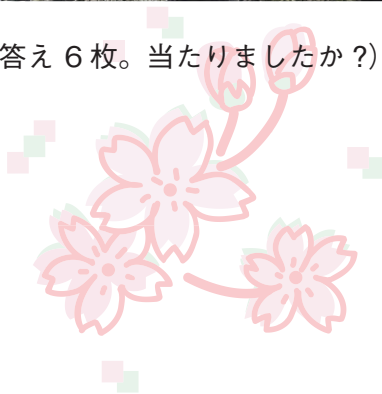




木の中から直に花を咲かせるたくましい桜!



(答え 6 枚。当たりましたか?)



# 全校児童「みんな仲よし」(大山小学校の教育2)

副校長 清水 明

三月二日に、未曾有の大震災が発生しました。この震災でお亡くなりになられた方々に心より哀悼の意を表し、ご冥福をお祈りいたします。また、未だ安否確認がなされない方々や避難生活を続けていらつしやる方々に対しお見舞いを申し上げます。一刻も早い復興を願ひ、私たちができることを考え実行していきたいと考えております。



本校では、五時間目の授業中に地震が発生しました。毎月行っている避難訓練の通りに教

職員、子ども達が避難行動をとることができました。ヘルメットや防災頭巾を被るなどの防災準備を済ませ、保護者の皆様に全児童を引き取っていただくこともできました。固定電話も携帯電話も繋がらない非常事態の中、本校の保護者の皆様の確なご判断により引き取り完了できたことに心より感謝しております。本校の避難・誘導行動をふり返り、本校危機管理マニュアルを全教職員で確認し、今後、地震が発生した際には組織として的かな行動が実行できるようにしております。また、児童の心のケアには細心の注意をはらい、わずかな兆候を見逃さないようにしております。地域の皆様からの情報もいただければ幸いです。さて、四月六日には、平成二三年度

## 第一学期始業式及び平成二三年度入学式を行いました。

新入生を迎え、今年度は一〇学級一八名でのスタートです。本校は、「全校児童が兄弟姉妹」の学校、



全児童が思いやりや信頼の心からの行動がとれる優しさに包まれた学校です。この、本校最大の良さをさらに伸ばし、今年度も、兄弟学年やたてわり班などを通して異年齢交流活動を進め、落ち着いた生活の中で学習や人との関わりを深めさせていきます。また、今年度は、いたばし学び支援プランの事業について一年間先進的に研究を深める板橋区教育委員会研究奨励校(いたばし教育ビジョン推進研究校「異校種間連携」)を受け、板橋第二中学校とともに「豊かな心を育む小中交流」をテーマとして小学校と中学校の交流を活発に進めてまいります。その中で、お互いの教育活動の質を高め、地域の子どもの豊かな生活がさらに幅を広げられるようにしたいと考えています。

平成二三年度も、笑顔あふれる学校になるように、保護者・地域の皆様のご支援を賜りながら、子ども達が目標を持ち、着実に成長することができるよう、教職員が一つのチームとなり、価値ある教育活動を実践してまいります。これまで同様、ご理解とご支援の程よろしくお願いいたします。

## 交通安全教室

(1年1組、1・2・3年5組)

大山小学校の新しい1年1組と1年から3年5組の子ども達が、板橋警察署のご指導で交通安全のための行動の仕方を学習しました。この日、学習したことを、大山小学校への登下校や普段の生活の中で、しっかりと生かして、交通安全に気をつけてまいります。

年金のお受取りは当金庫で

皆様のお役に立つ



東京信用金庫

大山支店

板橋区大山町22-5

☎3956-1161(代)



ヤマザキショップ

せきぐち店

TEL.03-3956-0603

〒173-0033 板橋区大山西町 63-3

デザイン・印刷関連業務

- 名刺・ハガキ・チラシ・広告・パンフレット  
その他
- 取材・撮影・デザイン・印刷・納品(地方納品可)
- ご相談・お見積無料

あなただけのオリジナル本  
つくってみませんか!

クレシエンド  
Cresc.

担当: 黒坂

TEL/FAX.03-3973-4233

マチでうわさの  
気になるお店

大山西町の地で60年の歴史を誇る「そば処 盛一庵」は、厳選された材料と自家製打ち立て麺が絶品のお店です。

親子三代で築いた味は、昔からの伝統に逆らうことなく、文句なしの美味しさです。

隠れた名品カレーライスは、先代より引き継いだ手法で作る手間のかかる一品。これが食べたくて遠方

から来店するお客様もいるそうです。

これからの季節、天ざる・辛味おろしそば・合鴨せいろなどもおすすめです。

夏には、冷えたビールとざる蕎麦。

大晦日は盛一庵のてんぷら蕎麦で年越しが西町の定番です。



そば処 盛一庵

営業時間

AM11:30~PM3:00 / PM4:00~PM8:00

定休日

木曜日

板橋区大山西町65-4

Tel 03-3956-4044

空き巣被害にご用心!!

最近、この地域で空き巣被害が発生しています。出かける時は、必ずドアの鍵を掛けてください。

◎新聞を溜めないようにしてください。

新聞が溜まっていると「留守宅である」と泥棒にわかってしまいます。

長期間留守にする時は、新聞の配達をやめてもらうよう依頼をしてください。郵便物も郵便局へ留め置くことができます。

◎合鍵を置いておかないでください。

合鍵を郵便ポストや植木鉢の下に置かないようにしてください。

◎家の周りに足場になるような物は置かないでください。

脚立やポリバケツは、泥棒が侵入する足場になります。

泥棒が最も嫌うのは「地域の目」です。普段見かけない人が同じ場所を行ったり来たりしていたり、家の様子をうかがっていたりしているのを見かけたら「何かご用ですか?」と一声かけてください。不審に思ったら110番してください。

発酵食品を食べて元気に!!

2

カンタンクッキング  
Cooking

発酵食品には、微生物が発酵を進めていくなかで、食材のアミノ酸やクエン酸・ビタミン類などが増え、旨みだけではなく、身体に良い成分がたくさん含まれています。身近な発酵食品（納豆）を使ってイタリアン。

納豆とあさりのスパゲティ（2人分）

【材料】

- |                    |                |
|--------------------|----------------|
| ・スパゲティ……………200g    | ・しめじ……………1パック  |
| ・めんつゆ……………大さじ1     | ・サラダオイル……………適量 |
| ・納豆（50g）……………1パック  | ・しょうが……………1かけ  |
| ・昆布茶……………大さじ1      | ・塩……………大さじ1    |
| ・あさり（むき身）……………100g | ・きざみ海苔……………適量  |
| ・ゆで汁……………150cc     | ・こしょう……………少々   |

【作り方】

1. 納豆は付属のたれと混ぜる。しめじはほぐし、しょうがはすりおろす。
2. フライパンにサラダオイルとあさりを入れ、火が通ったらしめじをいれ炒める。
3. ゆで汁を加え、塩・めんつゆ・昆布茶・こしょう・しょうがも加え沸騰したらスパゲティを入れからめる。
4. 皿に盛って納豆をのせ、海苔を散らす。

納豆には血流改善・整腸作用・抗酸化作用・骨粗しょう症の予防などの効用があります。身近な材料ばかりです。是非おためしください。



住まいのことならおまかせ下さい

売買・賃貸・管理・保険

有限会社 サンキホーム

☎03-5965-6400

〒173-0033 板橋区大山西町49-2

空調設備

一般電気設備 設計 施行

松下電気株式会社

〒173-0033

板橋区大山西町33-5

☎03-3955-3002

短期宿泊

WEEKLY RESIDENCE

ゴトウ

日大板橋病院より徒歩2分  
生活必需品をすべて揃え、一室を低料金で提供!

TEL.03-3974-4001

〒173-0033板橋区大山西町58-10

有限会社 後藤商店

もう一度リサイクルの大切さを考えてみましょう

### 編集後記

●震災後、平穏な暮らしの大切さを痛感する毎日です。豊かな日々を取り戻す力を信じてこれからの運命を切り開いて行きたいです。自分に出来る事を確実に実行します。風評に流されません。心に決めました。(山本)

●今号の防災特集の取材のため、板橋区役所危機管理室防災課の豊田さんにお忙しいなか時間を作っていただきお話をうかがうことができました。震災当日の板橋区は帰宅困難な方々で大変だったそうです。地域センターはじめ区役所のロビー、学校の開放にと役所の方々が遅くまで頑張っていたいただきました。本当にありがとうございます。西町町会内では大きな被害は無かったとのことですが、テレビや仏壇などが倒れ、食器が割れるなどの被害があったようです。本号で豊田さんにアドバイスをいただいたことを、これからの西町の防災に役立てていきたいと思えます。(黒坂)

東日本大震災後、計画停電が始まり、節電の毎日です。ここでリサイクルによるエネルギーの節約も考えたいと思います。



### <アルミ缶・スチール缶>



アルミニウムを作る原料のボーキサイトは有限の貴重な天然資源です。そしてこの鉱石からアルミにするためには高温で溶かすためのエネルギーが必要です。しかしアルミ缶の再利用によりこのエネルギーが97%節約できます。また、スチール缶の原料となる鉄鉱石から鉄を作るのにもエネルギーが必要で、スチール缶の再利用により65%のエネルギーが節約できます。炉で溶かされたスチール缶は鋼板に生まれ変わり、スチール缶のほかにも、各種の鉄鋼製品に利用されます。まさに地球環境を守りながらの節約です。限りあるエネルギーです。100%の回収を目標にリサイクルしましょう。結果は節電につながります。



子供特派員募集!

### 投稿・ご意見大募集

みなさんで会報を作りましょう!

短歌

俳句

写真

最新ニュース

料理



後藤会長宛 TEL 03-3974-4001  
FAX 03-3974-5569



東京池袋名物

# ふくろう 最中

製造所 板橋区大山西町 24-9  
ふくろう最中  
販売者 豊島区池袋 2-30-18  
お茶とのり 丸佐東京園  
TEL03-3983-8755 FAX03-3983-1888



〒173-0033

板橋区大山西町58-13-101ハイツ大山

中華料理 いけ麺 **天 竜**

TEL03-3974-2948

社会に役立つ  
子供たちを  
報恩  
感謝の気持ちを  
寄せてあげよう

カタログから特殊折りまで  
製本印刷のご用命承ります。



石突製本所

〒173-0033 東京都板橋区大山西町27番12号  
電話 03-3973-0440 FAX 03-3973-0603