

# さいわい 虹 便り

No.61

<http://www.sekishinkai.or.jp/saiwai-zaitaku.html>

発行者 武田貴子 宮本祥代 深井純子 吉田唯之 齊藤淳子

## 事業所紹介

この春、新体制になりました！新川崎居宅介護支援事業所  
支援事業所をご紹介させていただきます。

### 新川崎居宅介護支援事業所



新川崎居宅介護支援事業所  
所長  
齊藤 淳子

こんにちは。  
平成二十六年四月から新川崎居宅介護支援事業所の所長に  
就任しました齊藤淳子と申します。

今年の冬は、思いがけずに都心でも大雪を経験しました  
が、今は新緑の春。若葉が芽を出し、つつじの花が沿道を  
飾り自転車のペダルを踏むケアマネジャーの足も軽やかな  
季節になりました。

さて、当事業所の紹介ですが、五人の  
ケアマネジャーと事務スタッフ一名が在  
籍しています。全員が女性で元氣印！  
前向きで学ぶ意欲も負けていません。  
そんな私達が一番大切にシモットーにし  
ている事は、利用者さん、ご家族の気持  
ちを十分にお聞きし支援に反映させてい  
ただくことです。皆様が安心して地域、  
自宅で生活していただけるようにお手伝  
いさせていただきます。  
どうぞよろしくお願ひ致します。



## 新・スタッフの紹介！



新川崎居宅介護支援事業所  
ケアマネジャー  
細井 順子

皆様こんにちは。  
三月十日より新川崎居宅介護支援事業所にケアマネ  
ジャーとして入職しました細井順子です。これまで歯科  
衛生士として十年。その後、二年ヘルパーとして働いて  
きました。

家では、大学生の娘と中学生の息子の母親でもありま  
す。又、私の母が群馬の実家で一人暮らしをしています。  
月一回は母の顔を見に泊まりに行く生活をしています。  
まだまだ勉強の毎日ですが、温かい職場の先輩達に支  
えられ、楽しい雰囲気の中頑張っています。これまでの  
経験を活かし介護される側だけではなく、介護する側の  
気持ちにも寄り添っていかれたらと考えています。又、専  
門職として皆様の生活に役立つ情報も提供していきたい  
と思いますのでどうぞよろしくお願ひ致します。

## お問い合わせ先

幸区新塚越二〇一 ルリエ新川崎六階  
(南武線鹿島田駅から徒歩二分)  
さいわい鹿島田クリニックと同じビルです。

☆電話

044(522)6307

☆電話受付時間

月～土 九時～十七時

# シリーズ防災

## その五

自分で自分の命を守る「自助」も大事  
地域でみんなの命を守る「共助」も重要  
共助では地域の自主防災組織の活動が必要です。

### 自主防災組織とは？

災害時に落ち着いて行動するためには、日頃からの心構えや備えが欠かせません。まずはご近所同士で助け合い、事態に対応することが必要です。「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識を持ち住民同士が助け合って災害に備え、災害を乗り越えることができるよう防災対策を行うことが自主防災組織です。地域コミュニティのつながりの中では災害に備える地域の一人ひとりが防災要員です。

### 自主防災組織の役割

#### 平時の活動

- 自主防災組織の組織編制
- 自主啓発活動（広報等）
- 防災資機材の購入・備蓄
- 防災訓練の実施
- 避難所運営会議への参加

#### 災害時の活動

- 地域の情報収集及び伝達
- 地域の出火防止及び初期消火
- 地域の救出、救護活動
- 給食給水活動
- 避難誘導及び避難所の開設



### みんなで守る向こう三軒両隣

- 隣近所で声を掛け合いましょう
- 日頃から近所の交流を深めましょう
- 自分のことを近所に知っておいてもらいましょう



### 防災訓練への参加

- 自治会や町内会が行う防災訓練に関心を持ち参加する機会があれば参加してみましょう
- 広報・回覧板・掲示板等で防災訓練についての情報収集をしましょう

### 共助

### 災害時要援護者への支援

- 災害時に支援が必要な方々が自分の地域のどこにいるのか平時に確認をしておきましょう
- 実際の災害発生時に誰が誰を支援するのか話し合っておきましょう



### 自主防災組織を活性化させる

- もし災害が起こったらどうなるか繰り返し考えてみましょう
- 地域のコミュニケーションを大切にしましょう
- 地域での協働を考えましょう

引用・参考：川崎市発行「備える。川崎」

川崎市幸区「地域防災計画」

幸区の自主防災取組の一例について、下平間地区の方からお聞きしましたのでご紹介致します。

### 下平間地区自主防災の取組みについて

#### 【取組み概要】

行政、町内会役員の方々が中心となり下平間地区の避難所運営会議を開催しています。

#### 【取組みのポイント】

・避難所となる場所は、主に小学校や中学校が指定されるため校長先生をはじめ諸先生方にも関わってもらい会議が行われています。

・学校のどの場所を避難所として開放できるのか、また、避難してきた人々の状態に合わせてどの場所でも過ごしてもらおうか等細やかな内容のマニュアルを作成しています。

・災害時要援護者避難支援を念頭においています。

・災害時に使用する簡易トイレ組み立ての練習等も実施しています。

・【避難所利用について理解しておくべきこと】

・災害時は、すべての人が避難所を利用するという考え方ではありません。

・自宅が無事な場合は自宅を避難所とし、自宅が倒壊するなど自宅に住むことが困難な人が利用をします。



### 自主防災組織活動の課題

・自主防災組織は、主に町内会や自治会の役員等が中心となって取組みを行っていますが、役員任期間が1〜二年であり組織活動を継続していくことが難しい。

・中心となる町内会役員等の高齢化があり若年層の防災組織が形成しにくい。

・災害時要援護者の登録制度はあるが個人情報保護の観点から、どこに、どこまで手助けが必要な人がいるのか見つけられない可能性がある。

### 地域で共助を考えていくために

●住民のつながりを保つには

「地域のコミュニケーション」が欠かせません。

・日頃からの近所づきあい

・地域づくり・まちづくり活動

・町内会のお祭りや学校の運動会

など、人と人とのコミュニケーションが生まれるきっかけを大切にしましょう。





訓練中の様子

四月二日と十日に、消防訓練をおこないました。

# 消防訓練を

# おこないました



第一弾の今回は、「自分の身は自分で守る」を実践すべく、火事が起こった際に初期消火ができるよう、消火器や消火栓の場所と使用方法を確認しました。

私たちが業務を行っている事務所には通常火を使うことはなく、火事と聞いても正直あまり実感がありません。しかし、業務に使用しているOA機器などから出火するケースなどもあり、まずは他人事と思わないように、まず自分から参加者で認識を共有しました。

続いて消火器についての話です。火を発見したら消火器で初期消火を試みることはみな分かっています。では、その消火器はどこにあるか?となると、「あれ?」「どこだっけ?」との声がちらほらと聞こえてきました。

日頃から目にしていない消火器ですが、改めて場所を思い出してみると、記憶があいまいであることが分かりました。確認できたことではいざという時に迷わず消火器を取りに行くことができます。

ちなみに消火器の中の消火剤は約十五秒で空になります。できるだけ火元に近づき短時間で消火しなければいけないことも合わせて確認できました。

他にも消火栓やスプリンクラーなどの消火設備の種類や使い方についても確認をしました。何となく目にしてわかってはいるようなものですが、改めてその中身を確認できました。

地震と違い火事は日頃の心がけで予防することができます。「自分たちには関係ない」と思わずに日頃より用心しておきたいと思えます。

【編集後記】前号発行の頃はまさかの二週連続の大雪に見舞われ雪かきに四苦八苦していたのを思い出すと、四季の移ろいを実感します。まだまだ寒暖の差が激しいので体調管理には用心したいですね。

**編集者**

森由貴 渡辺文祐 野本京子  
齊藤久美子 大塚佳美 清崎由美子



消火設備の確認をしました

