

地区
だより

じゅうおう

十王地区

コミュニティセンター

TEL 0238-85-2102

FAX 0238-85-2122



十王地区敬老会開催

9月24日、十王地区敬老会が開催されました。会場のパレス松風に集まったのは、敬老者、来賓、役員あわせて約90名です。

式典では、初めに小林信一区長が主催者を代表して挨拶し、日頃の感謝とお祝いの気持ちを伝えました。続いて米寿を迎えられたみなさんへ、佐藤誠七町長から記念品が贈られ、笑顔で言葉を交わす場面も。その後お祝いの言葉を述べた今野正明議員が「乾杯」の発声をする、会場中が元気よく唱和し、会食がスタートしました。おいしい料理を食べながら、参加者同士会話が弾みます。お楽しみのアトラクションでは、長井市の「豊生会」が華麗な踊りを披露し、参加者のみなさんは楽しいひと時を過ごされたようです。





白鷹町駅伝十王チーム準優勝



白鷹町誕生71周年記念地区対抗駅伝競走大会が
10月12日(日)に開催され、十王チームが見事

準優勝になりました！

区間1位「平 碧羽くん」「石田 善一くん」

区間新記録が「平 碧羽くん」

今年度の最優秀選手賞「平 碧羽くん」

選手一人一人の頑張りとても凄かったです！！

詳しくは来月のセンター報に記載します。



上野グラス会



地域の子供たちに楽しんでもらおうと、上野グラス会が流しそうめんを企画しました。

上野グラス会は 1・2 町内の有志の集まりです。この日はみんなで流しそうめん台を手作りしました。メンバー宅の竹林から材料を集めるところからはじめ、子供たちも大人と一緒に竹の節とりや台座を組み立ててお手伝い。手作りの台で食べる流しそうめんは格別の味で、和気あいあいとした時間をみんなで過ごしたようです。

生涯学習 韓方茶



10月3日(金)生涯学習第1回目
の講座が開かれました。

自分の体に合うお茶を作ってみようという
「韓方茶 ティーセラピー」講座でした。

韓方茶ティーセラピスト、韓国伝統花茶ソムリエの資格を持つ鈴木すみこ先生。体の不調の部分に働きかけてくれる材料を選び、そこに紅花の乱花も入れてくださいました。飲んでみると体がほかほかとあったかくなりました。思い思いのお茶を作りよかったです。

十 王 地 区 防 災 訓 練



十王地区自主防災会による防災訓練が行われました。対象地区は十王 5 町内、会場は山峡交流広場(山峡紅の里周辺)です。

5 町内は一次避難所が2か所に分かれているため、今回の訓練では 1・2・3 班は中十王公民館に集合してから徒歩で山峡交流広場へ、4・5 班は山峡交流広場へ直接移動するという避難行動の流れを確認しました。

避難訓練のあとに行ったのは、消火栓を使った放水訓練、水消火器での消火訓練です。消防署職員と消防団から説明を受けながら、住民の皆さんが状況に合わせた消火方法を学び、火災が起きた際にすばやく安全に行動できるよう練習しました。

また、当日は自主防災会役員の方たちにコミュニティセンターの避難訓練にもご協力いただきました。ありがとうございました。

防 災 通 信 ～ 防 災 ラ イ フ ハ ッ ク ～

今月は、「防災ライフハック」について紹介します。

防災ライフハックとは、災害時に役立つ、ちょっとした工夫やアイデアのことです。以前、掲載したローリングストックも防災ライフハックです。

災害が起こると、停電や断水、必要なものが手に入りにくくなったり、普段通りの生活ができなくなる場合があります。そんな不便な生活を少しでも解消してくれるライフハックを紹介したいと思います。

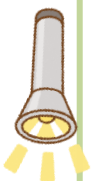


- ① お風呂の水を空にしない — 断水時の生活用水として使用します。トイレの排水用として使ったり洗濯や火事の時消火に利用できます。
- ② 自家用車のガソリン(燃料)を半分以下にしない — 大災害時には、ガソリン等の燃料は手に入りにくくなります。自家用車は移動手段だけでなく、冷暖房完備の車中泊避難としても利用できます。役場の車も半分になったら給油します。
- ③ 懐中電灯を照明器具として使用する — 停電時、懐中電灯で広い範囲を照らす方法として、白いビニール袋(レジ袋等)を懐中電灯の発光部分を包み込むようにして取り付けたり、水を入れたペットボトルに懐中電灯の発光部分を密着させる方法があります。水の入った2ℓのペットボトルを横にして、その上に懐中電灯の発光部分を下にして置くと簡単にランタンようになります。
- ④ 断水時、食器洗いをしない方法 — 食器にポリ袋を被せて料理をよそって、食べたらずき袋を外して捨てます。

「なんだ。そんなことか。」と思った方もいると思いますが、知っていれば意外に役に立ちます！

大規模災害では災害関連死が大きな問題になっていますが、避難生活のストレスが原因で病気になったり持病が悪化し死亡に至ることが多いそうです。災害時だから不便な生活はあたり前とあきらめないで、ちょっとした工夫やアイデアで生活の質を下げないようにし、ストレスを減らす必要があります。

災害時や普段の生活でも役に立つライフハックがまだまだありますので、また機会があったら紹介したいと思います。



お申し込み・お問い合わせは
十王地区コミュニティセンター TEL 85-2102

文化教養部会・健康福祉部会・子供会育成会
合同事業

ふれあいもちの会のご案内

世代間交流事業「ふれあいもちの会」を開催します。ぜひご参加ください。

日 時 11月23日(日)11:00~13:00

場 所 山峡紅の里

対 象 十王地区にお住いの65歳以上の方
と小学生までのお子様(未就学児は
おうちの方と一緒にご参加下さい)

内 容 ふれあい体操やミニレク、お餅会食
動きやすい服装でご参加ください

申 込 11/7(金)迄に山峡紅の里へお願いします。



認知症予防サロン・地域食堂 オレンジカフェ

日 時 11月6日(木)午前11時~午後1時

場 所 山峡紅の里

参加費 200円 バス利用の方は500円

お申込みは10月30日(木)までお願いします。

今回は「宝前そば」です!

楽しみに来てくださいね。



オレンジカフェの

スタッフを募集します

高齢者支援事業 認知症予防サロン「オレンジカフェ」に関わってくださるスタッフを募集します!

みんな健康で、いきいきした十王を目指し
美味しい食事の提供など高齢者の方とお話
もしてみませんか♪

お申し込みは十王コミセンまで
お気軽にどうぞ!



自主防災会・地域防災部会主催 防災研修会を開催します

防災士の資格をお持ちで、防災用品店も経営されている西谷友里氏をお招きし、防災食の研修会を行います。備蓄品のアドバイス、寒い時期の災害への備えを教えていただくとともに、非常食の試食も予定しています。

興味のある方はぜひご参加ください!

日 時 11月14日(金) 午後7時~

場 所 山峡紅の里

講 師 ENJOYBOUSAI 有限会社西谷
防災士 西谷 友里 氏

定 員 30名程度

申 込 11月7日(金)まで

十王コミセンへ

お申し込みください



白鷹東駐在所からのお知らせ

令和7年全国地域安全運動

○特殊詐欺、SNS型投資・ロマンス詐欺の被害防止

特殊詐欺に利用された電話番号の約7割が国際電話番号です。「国際電話利用休止」の申込(無料)を行い、国際電話からの電話が来ないようにできます。

電話やSNSでお金のお話が出たら、詐欺です。
警察や家族に相談しましょう。

○ニセ警察詐欺が急増!

本物の警察は

- ・SNSで連絡しない
- ・ビデオ通話しない
- ・警察手帳や逮捕状の画像を送らない
- ・口座に現金を振り込めとは言わない



長井警察署 TEL 84-0110
白鷹東駐在所 TEL 85-2046