

## 立川防災館体験記



10月18日(土)、すぎもり地区協議会運営委員17名で、立川防災館に行ってきました。参加者の感想も交え、ご報告します。

### 地域住民同士の顔が見える地域を目指して



すぎもり地区協議会  
会長 大野祐司

すぎもり地区協議会が立ち上がってから、9か月ほど経ちました。その間、4月の防災教育の日には杉森小学校と合同で避難所開設・運営訓練をおこない、また、10月18日、運営委員17名で、立川防災館へ行って参りました。防災館では、地震体験、煙体験などを通じ、実体験の重要性を感じました。

すぎもり地区協議会はいざという時のため、日ごろから地域住民がつながっていくことが重要と考えています。地域住民同士の顔が見える地域を目指すためにも、このすぎもり地区協議会だよりを活用して、諸団体の活動報告などを掲載していきます。今後、何かお知らせしたいことがある団体は、是非ご連絡ください。

また、すぎもり地区協議会の運営委員に興味のある方も是非、お知らせください。さらに、運営委員会内に避難所運営マニュアル作成チームも立ち上がりました。このメンバーも募集中です。

今後も、ゆっくりではあると思いますが、着実に活動を進めてまいります。



9月7日(日)  
「第1回調布まち活  
フェスタ」に地区協  
委員有志で参加

すぎもり地区協議会は、杉森小学校地域に暮らす全ての人々や活動する団体が相互に協力し、支え合い、絆を深め、地域の課題を地域全体で考え、安全・安心を守り、豊かで活気あるまちづくりを目指すことを目的として、本年2月に設立いたしました。



# 5つの体験をしました!

## ① 地震体験



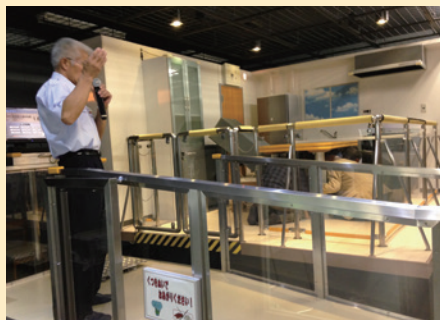
「昔は関東大震災の教訓から『地震だ!まず火を消せ!』といわれていましたが、阪神淡路大震災後は『地震だ!まず身の安全!』といわれるようになりました。」  
菅原さんの説明に真剣に耳を傾けます。



パソコンを操作することで、いろいろなタイプの地震の揺れを再現することができます。



東日本大震災の揺れは想像をはるかに超えるものでした。



## ② 煙体験

煙が充満している迷路の小部屋を歩きます。実際の煙は有毒なものですが、この体験コーナーの煙は食品添加物を使って白くしたバニラの香りがする安全な煙です。部屋の中は窓に炎が見えたり、壁をさわると熱かったり、リアルに火災現場が再現されています。外のモニターで中の様子が映し出されます。煙は上からたまるので、低い姿勢で避難の訓練をします。



中島さん

「直下型震度6強を体験してもらいます。」のインストラクターの声に身構えたが心臓がバクバク。予告されてこれ程でしたから、突然の地震時にはどれ程のパニック状態に陥るの分かりません。日頃からの訓練の大切さを痛感させられました。緊張感を持って体験することができ有意義な3時間でした。

### 案内してくださった 菅原哲夫さん



41年間消防士として活躍。阪神淡路大震災ではレスキュー隊員として活動、その後東京で創設されたハイパーレスキュー隊のたちあげに隊長としてご尽力されました。

## 『地震だ!まず身の安全!』

- step1** 揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は身の安全を最優先に行動する。丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。
- step2** 火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。出火した時は、落ちついて消火する。
- step3** 窓や戸を開け出口を確保する。

防災館資料より

### 立川防災館ご案内

立川防災館  
(東京消防庁立川都民防災教育センター)  
東京都立川市泉町1156-1  
TEL 042-521-1119 FAX 042-523-5119  
休館日 毎週木曜日・第3金曜日  
交通 バスJR立川駅北口より「立川消防署」下車すぐ  
多摩都市モノレール「高松駅」より徒歩15分

みんな  
きてね!



### 3 応急救護訓練



二人一組で実際にAEDを使って訓練します。



来田さん

AED操作要領と胸骨圧迫方法を学ぶコーナーでは、倒れている人を発見して大声で呼びかけるところからの、一連の動作を細かく体験できて安心しました。一人きりで行うのではなく、周りの人への声かけが重要でした。119番通報を依頼して、AEDを持ってくるようお願いし、直ちに胸骨圧迫を開始します。これがかなり重労働ですが、実際の現場でレスキューの人は、搬送しながら1時間以上でも続けるそうです。汗をかきながらの貴重な体験でした。



### 4 消火訓練

大きなモニターに映し出される炎に向かって消火行動をします。



### 5 防災ミニシアター



3.11の記録映像やその他の災害の映像を見て、その日何が起こったのか、これから何をしなければならないのかをあらためて考えました。



「誰かが助けてくれるのを待つのではなく、自分たちでできることを何かしら始めることです。」菅原さんの言葉に大きくうなずきました。

体 験 を 終 え て



小林さん

近年では首都直下の地震が懸念されています。調布市だけでも20万人以上の方が生活しており、もしも大震災が発生した時には自助・共助が大切になってくると思います。今回の体験では、元ハイパーレスキュー隊の方にガイドをしていただきました。地震、煙、消化器の使い方、AEDを使用しての心臓マッサージ等、プロの方から教えていただく事は気付かされる事が多く、自分の身は自分で守る、自助、共助の大切さを再認識しました。



宮本さん

すぎもり地区協議会設立より半年余りすぎ、2番目に選んだ行事が立川防災館での体験学習です。3時間ほどでこれだけ多くの体験が出来たのはとても貴重な経験でした。地域の多くの方が体験する事で地域の財産になります。自助・共助・公助の精神で、すぎもり地区協議会を発展していけたらと思います。



大変有意義な体験でした！



## 子どもの家オリエンテーリング 6/22 (日)



当日は雨天とあいにくの天気でしたが、37人の子ども達が参加しました。また子どもの家に登録をいただいている多数の地域の皆様にご協力や当日の地域の皆様の見守りにより、無事故で終わることが出来ました。誠にありがとうございました。

次回、健全育成主催の行事としては

### 1月10日(土) 「おもしろ遊び」

を予定しています。コマ回しやお手玉、おはじき、竹馬など昔の遊びを伝え、子ども達に楽しんでもらいます。

健全育成 会長 鈴木

## 杉森地域納涼盆踊り大会 8/8 (金) 9 (土)



今年も地域の皆様のご協力で、プロも顔負けの美味しいお店、楽しいお店が並び、また踊りや演奏、趣向を凝らしたプログラムで盛り上がりました。3年前から行っている東日本大震災復興支援の義援金にも多くのご協力をいただきました。大人も子どもも大満足、杉森地域のあたたかさ地域力を感じた2日間でした。



## 杉森地域運動会

10/26 (日)



第36回杉森地域運動会が、天候にも恵まれ盛大に開催されました。昨年度優勝の赤チーム代表の力強い選手宣誓から始まり、地域別に分けられた

赤、白、黄色、緑、水色、桃色の6チーム対抗で行われ、障害物リレーや綱引き、大縄跳び、地域の足かせ(30人31脚)等、各種競技で、得点を競い優勝を目指しました。また、今年は昼休みに、杉森小学校6年生による鼓笛の演奏も披露され、地域の皆様方の大きな拍手を受けていました。

この地域運動会の実施に当たっては、地域の皆様から100人近くの方に、実行委員として準備から当日の運営までご協力をいただきました。本当にご苦労さまでした。

また、運動会当日には、調布第三中学校の生徒さんがボランティアとして、用具係や招集係など各役割に入って大活躍してくれました。地域の中学生がこのように地域行事に関わってくれることは、地域にとって大変うれしく、ありがたいことだと思います。

今回の運動会は、昨年に引き続き赤チームの優勝となりました。赤チームの皆さん、おめでとうございます。他のチームの皆さんも、来年は、わがチームの優勝に向けて頑張りましょう。



杉森小学校開放委員会  
副委員長 高木

## お知らせ この地域の身近な相談窓口です。お気軽にご相談ください。

生活の相談、仲間づくりの相談等は…

### ■ 調布市社会福祉協議会

誰もがいきいきと安心して暮らしていくための生活の相談、趣味やボランティアを通した仲間づくりの相談の窓口として活動しています。

- 〈場所〉染地地域福祉センター内 ボランティア室 〈時間〉9時～17時
- ボランティアコーディネーター 渡邊 (TEL 481-3790 火～土)
  - 地域福祉コーディネーター 川原 (TEL 481-7693 月～金)

福祉や介護に関する相談等は…

### ■ 調布市地域包括支援センターときわぎ国領

高齢の方やそのご家族が、地域で安心して暮らせるよう、福祉や介護に関する様々な相談ができる総合相談窓口として、調布市から委託を受けている機関です。

担当地区は染地2、3丁目、国領町7、8丁目(8丁目1、4番地を除く)です。お電話での相談や、状況に応じて職員がご自宅に訪問することもでき、適切なサービス等をご案内しております。

〈電話〉050-5540-0860 (9:00～18:00)にご連絡下さい。



## 杉森オータムコンサート

11月29日(土)

12:30開場 13:00開演  
場所:杉森小学校体育館  
全席自由 無料

内容

### ■ かえるクラブ

- (杉森小コーラス同好会合唱)
- ♪ ありのままに「アナと雪の女王」より
  - ♪ 地球星歌
  - ♪ 流浪の民
  - ♪ 里の秋 など

### ■ 調布市立第三中学校吹奏楽部 (演奏)

- ♪ ミュージカル「レ・ミゼラブル」より『レ・ミゼラブル』
- ♪ 映画「アナと雪の女王」より『レット・イット・ゴー』など

上履き、靴を入れるビニール袋をお持ち下さい。