

コミュニティ壬生野 第39号

壬生野地域まちづくり協議会広報

2008(平成20)年8月1日発行

青色回転灯装備車パトロール講習会を開催しました

—地域防犯委員会—

地域防犯委員会では、7月15日(火)午後7時30分から三重県伊賀警察署、島田生活安全課長、同谷口係長を講師に迎え、標記の講習会を開催しました。

青色回転灯装備車の運行については、警察署の認可を受けた者の乗車が義務付けられており、有効期間が2年と定められています。

今回は、更新時期にあたる既に許可を受けている委員と新規受講者を合わせて21名が受講しました。

島田生活安全課長からご挨拶をいただいた後、資料として配布された自主防犯パトロール活動の手引きの中で、三重県、伊賀市、壬生野地域における犯罪の現状を学習しました。一昨年度、壬生野地域では、伊賀市内で4番目に多い44件の犯罪が発生しました。しかし、昨年度には37件に減少し、青パト活動の犯罪防止抑制効果が顕著に表れました。まさに自主防犯活動の目的は、地域の皆さんが安心、安全に関心を持ち、地域の犯罪抑制機能を高めることにあるという内容でした。

後半30分余り、三重県下の青パト活動における他地域の事例紹介ビデオを鑑賞しました。自主防犯活動を通じて、犯罪防止の地域コミュニティーが構築されるとともに、安全で住みよい地域まちづくりへの熱い思いが、重なっていきました。

なお、今回受講いただいた皆様には、後日、三重県警察署の許可証と伊賀市長から委嘱状が届く予定です。



☆今年も「壬生野まつり」を開催します☆

去る7月9日(水)、運営委員会を開催しました。壬生野まつりの日程等を決定しました。

日時 : 10月4日(土)、5日(日)の2日間
場所 : 壬生野小学校 体育館

なお、内容等の詳細については、今後の運営委員会で検討しますのでご期待下さい。

環境美化ポスターの立て看板を整備しました

—生活環境専門委員会—

6月21日、生活環境専門部会の平成20年度事業の一環として、環境美化ポスター立て看板の位置確認を、一昨年の資料を基に壬生野全地域で行いました。

過去にゴミの不法投棄された場所だけに、人里離れた地域が大半で、立て看板に雑草が覆い被さり、見過ごしそうなようになった箇所もありました。立て看板の周囲の草を鎌で刈り、傾いているものはハンマーで立て直しました。

壬生野小学校の皆さんが描かれたポスターは、風雨にさらされ2年若しくは4年経過していると聞かされていましたが、文字をはっきり読み取ることができました。また、周囲へのゴミの投棄も少なくなったように感じました。壬生野小学校の皆さんがポスターを描くとき、込められた思いが心無き人に通じたのではないかと考えています。紙面を持ってお礼申し上げます。本年度もポスターを描いていただく計画をしていますので、その折にはご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



さて、近年、すべての原材料が世界的に高騰し続けています。資源の乏しい日本です。リサイクル活動を今以上に見直し、盛り上げなければならぬと考えます。不法投棄をなくすよう一人ひとりが心掛け、また活動に加わっていただくことが我がふるさと「美しい壬生野の里」を築くことになるのではないのでしょうか。

— 投稿 森口 真伸さん —

※できごとウォッチング※

パソコン教室を行いました

—窓口運営委員会—

去る7月19日（土）、ときめきサロン（毎週土曜日の午前中）で、パソコン教室を開催しました。「これから覚えない」という3名の方が参加されました。

まず、パソコンを開けて電源を入れ、パソコンを使える状態にすることから始めました。マウスの使い方も、すぐ感触がつかめたようでしたが、いよいよ文書を作る段階になり、ローマ字入力や漢字の変換が初めてで、少し時間がかかりましたが、何とか覚えようと前向きに取り組んでみえました。

今回は、初めてパソコン教室で、「はがきを作ろう」をテーマとしました。2時間以内に最後までできるかと不安もありましたが、参加された皆さん全員が、オリジナルのはがきを無事に完成することができました。

参加の皆さんから、「今度は、この続きをいつ開催」するの?と質問も頂きました。当委員会では、今後、第2段を開催していきたいと思っています。



壬生野小学校「昆虫の森」づくり

壬生野小学校同窓会では、児童生徒が地域の自然に親しみ、生物の生命を大切にする心、情操教育を通じて、心豊かに成長する教育の一助として、カブト虫などが生息する「昆虫の森」づくりを行っています。

この活動は、平成13年に土地保有者のご好意により小学校から約500m南東部に位置する里山（約10a）を無償でお借りし、以来、地域のご協力も頂きながら下草刈り、植樹（どんぐり、

栗、クヌギ)、産卵場所とするためシイタケの原木や堆肥の搬入、オリの設置など試行錯誤を続けています。今年も去る6月29日(日)同窓会役員で下草刈りを実施したところです。

現状では、課題も多く児童生徒が観察やふれあうことのできる環境には至っておりませんが、今後も粘り強く昆虫の森づくりを続けていきたいと考えています。また、昆虫だけでなく野草の観察など幅広く活用できる施設としていきたいと思っていますので、何か良いアイデアがございましたら同窓会事務所(小学校)にご提案いただければ幸いです。



— 編集 塚脇直樹さん —

◇熱中症を予防しよう!!

☆ 熱中症とは？

熱中症とは、『熱に中(あた)る』という意味で、暑熱環境によって生じる障害の総称です。熱中症は大きく3つの病型に分けられますが、重症な病型である熱射病を起こすと、適切な措置が遅れた場合、高体温から多臓器不全を併発し、死亡率が高くなります。

● 熱けいれん

大量の発汗があり、水のみを補給した場合に血液の塩分濃度が低下して起こるもので、筋の興奮性が亢進して、四肢や腹筋のけいれんと筋肉痛が起こる。

● 熱疲労

脱水によるもので、全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛などの症状が起こる。体温の上昇は顕著ではない。

● 熱射病(重症)

体温調節が破綻して起こり、高体温と意識障害が特徴である。意識障害は、周囲の状況が分からなくなる状態から昏睡まで、程度は様々である。脱水が背景にあることが多く、血液凝固障害、脳、肝、腎、心、肺などの全身の多臓器障害を合併し、死亡率が高い。



☆ 熱中症は予防できる!!



- ① 暑い季節の運動は、なるべく涼しい時間帯に行い、運動が長時間にわたる場合には、こまめに休憩をとりましょう(目安は30分程度に1回)。
- ② 暑いと汗をたくさんかきます。水分を補給しないと脱水状態となり、体温調節や運動能力が低下します。暑いときは、こまめに水分を補給しましょう。
- ③ 熱中症の事故は、梅雨明けなどの急に暑くなり、体が暑さに慣れていないときに多く発生する傾向にあります。暑さに慣れるまでは(1週間程度)、短時間で軽めの運動から始め、徐々に慣らしていきましょう。
- ④ 暑いときには、軽装にして、素材も吸湿性や通気性のよいものを選びます。屋外で直射日光に当たる場合は、帽子を着用し、暑さを防ぎましょう
- ⑤ 暑さへの耐性は個人差が大きいことを認識する必要があります。肥満傾向の人、体力の低い人、暑さに慣れていない人、熱中症を起こしたことがある人などは暑



(次ページに続く)

さに弱いので、運動を軽くするなどの配慮をしましょう。

また、体調が悪いと体温調節能力も低下し、熱中症を発症しやすくなってしまいます。疲労、発熱、下痢など体調不良のときは、無理に運動をしない・させないようにしましょう。

参考文献『熱中症を予防しよう～知って防ごう熱中症』文部科学省・独立行政法人日本スポーツ振興センターより

— 投稿 藪田 きみ子 —

ヤマギシだより

— ぴよっこ合宿 —

「小さい頃から子どもは子ども同士、群れになって育ち合ったらいいな」と考えている親のみなさん！これから寄って何ができるか？何がしたいか？おしゃべりしながら考えてみませんか？」

この呼びかけに集まった0才から5才の子どもと親で、先日『ぴよっこ合宿』という1泊2日のお泊り体験がヤマギシの村でありました。

愛知、大阪、奈良からの参加もあり、にぎやかで笑いの絶えない楽しい時間でした。

子ども達はスタッフのお姉ちゃんやお母さんと一緒に、牛さん豚さんを見に散歩したり、虫を見つけに行ったり…。その間お母さん達は、日頃の子育てを振り返っての話し合いを持ち、食事も子どもと別にゆったり食べました。

普段の日常からちょっとはなれて、同じ子を持つ親同志でこんなに充実した時間が過ごせるのは貴重ななあ、と改めて思いました。

次回は9月14日（日）15日（祝）で開催を考えています。子育てを一緒に考えたいお母さん、ぜひ連絡をお待ちしております。

連絡は春日山窓口まで 45-5550

（稲井ゆかり）

ときめきサロン

土曜日の午前中は、まちづくり協議会の事務所（壬生の2階）へお出かけ下さい。図書の貸し出しをします。お茶やコーヒーを飲みながら、楽しくおしゃべりなどをしませんか。是非、子どもさんも一緒に“くつろぎの場”としてご活用下さい。

みなさんのご意見を聞きながら参加がしやすいように改善していきますのでよろしくお願いします。

8月のお世話をさせて頂く担当者は、下記の通りです。（8：30～12：00）

2日（土）	草山靖雄、高橋大輔
9日（土）	岸 幸雄、三根秀男
16日（土）	宮田清孝、森川幸生
23日（土）	亀井亮治、尾崎 満
30日（土）	樋口正弥、前田 康

編集後記

夏本番を迎え近年になく連日暑い日が続いていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？ 水分補給を十分行い熱中症対策等健康管理に気をつけたいものですね。

さて、私の所属する健康福祉専門委員会では、去る6月健康の駅長共催によるウォーキングを行いました。40数名の参加の皆さんと往復4キロメートル程のコースでしたが、体を動かして気分の良いのは勿論、日常何気なく車で通り過ぎる所も歩いて見ると珍しい花、小川にはめだかの姿も発見でき、改めて壬生野地域の自然のすばらしさを知り、環境保全に努めたいものです。

— 編集 福西清重 —

◇◇◇ご意見・お問い合わせは下記までお寄せ下さい◇◇◇

発行 壬生野地域まちづくり協議会 広報公聴実行委員会
事務局 三重県伊賀市川東 1659-5 壬生野福祉ふれあいセンター内

Tel·Fax 0595(45)6270 E-mail tokimeki@ict.ne.jp URL <http://www.mibuno.net>