



発行  
三鷹市新川・中原  
住民協議会  
企画・編集  
住民協議会広報部  
発行責任者  
会長 井上利明  
コミュニティセンター  
三鷹市新川1-11-1  
Tel 0422(49)6568-9

# 地震に備えて

## 三鷹消防署

真夜中の不気味な地揺れに、思わずとび起きた経験を持つ人は多いと思います。地震の恐ろしさは、なんの予告もなしに起こることにあります。一方では地震発生の予知が可能になったともいわれますが、それは観測体制の整備された、駿河湾を含む東海地域の話しで、南関東を震源とする直下型地震には通用しません。こんなことから、日常の準備、心構えが重要になってきます。

生命と財産を守ることできる「大震災・大火災に強い都市の実現」を基本とした施策を進めているところです。このうち震災対策にしばって、主なものを次にあげてみます。

「食糧の備蓄と飲料水の確保対策」 震災発生に備えて、防災資機材や食糧等の備蓄と、飲料水を確保するため、市役所と各コミュニティ住区に一棟ずつの計八棟の備蓄倉庫と、震災対策用浅井戸(給水所)二二個

「防災通信体制の整備」 災害時にはデマが発生して人々を不安からせ、混乱に拍車をかけるという事です。そこで災害時の情報収集と適切な情報をお知らせできるようにするため、五年度に防災行政無線を設置し、七年度には更に充実させる計画です。今年の七月五日から、試験的に毎日二回(正午と午後六時三〇分)のチャイムと、毎週金曜日午前一〇時三〇分に市からのお知らせを放送してご存じのことと思います。

「地域防災体制の確立」 いく所整備を進めています。備蓄倉庫については、市役所と井口コミュニティセンター構内に既に建築されており、今年度中に三つ目のものを、今年度中に広域避難場所である新川団地内に建築する計画であります。また、浅井戸については現在一六個所設置、本年度二個所設置を予定しています。

生と ときには、行政側の対応だけでは災害を防止することはできません。市民一人ひとりが、「自分たちの町は自分たちで守る」という、防災意識を持たなければ防ぎきれぬものではないと。毎年九月一日には多数の市民の参加を得て総合防災訓練を実施しており、今年も新川中原住民協議会の皆さんにも、初期消火や避難訓練に参加していただきました。市では、

今後も防災意識の啓発とともに、現在の三鷹市民防災対策協議会が行っている全市民的な活動をもとに、コミュニティ住区単位による、地域総ぐるみの防災体制の確立をしていきたいと考えています。

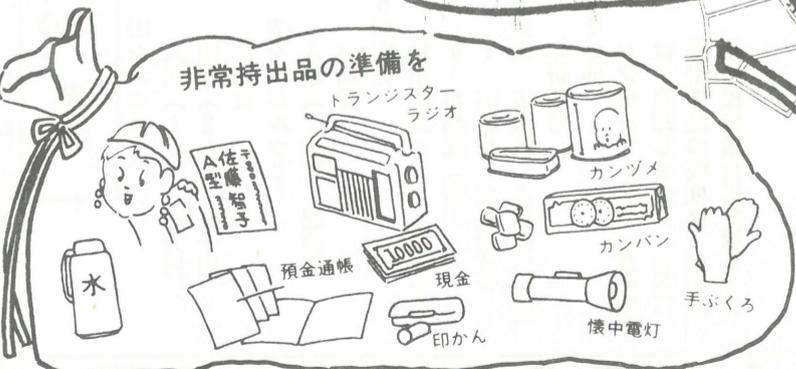
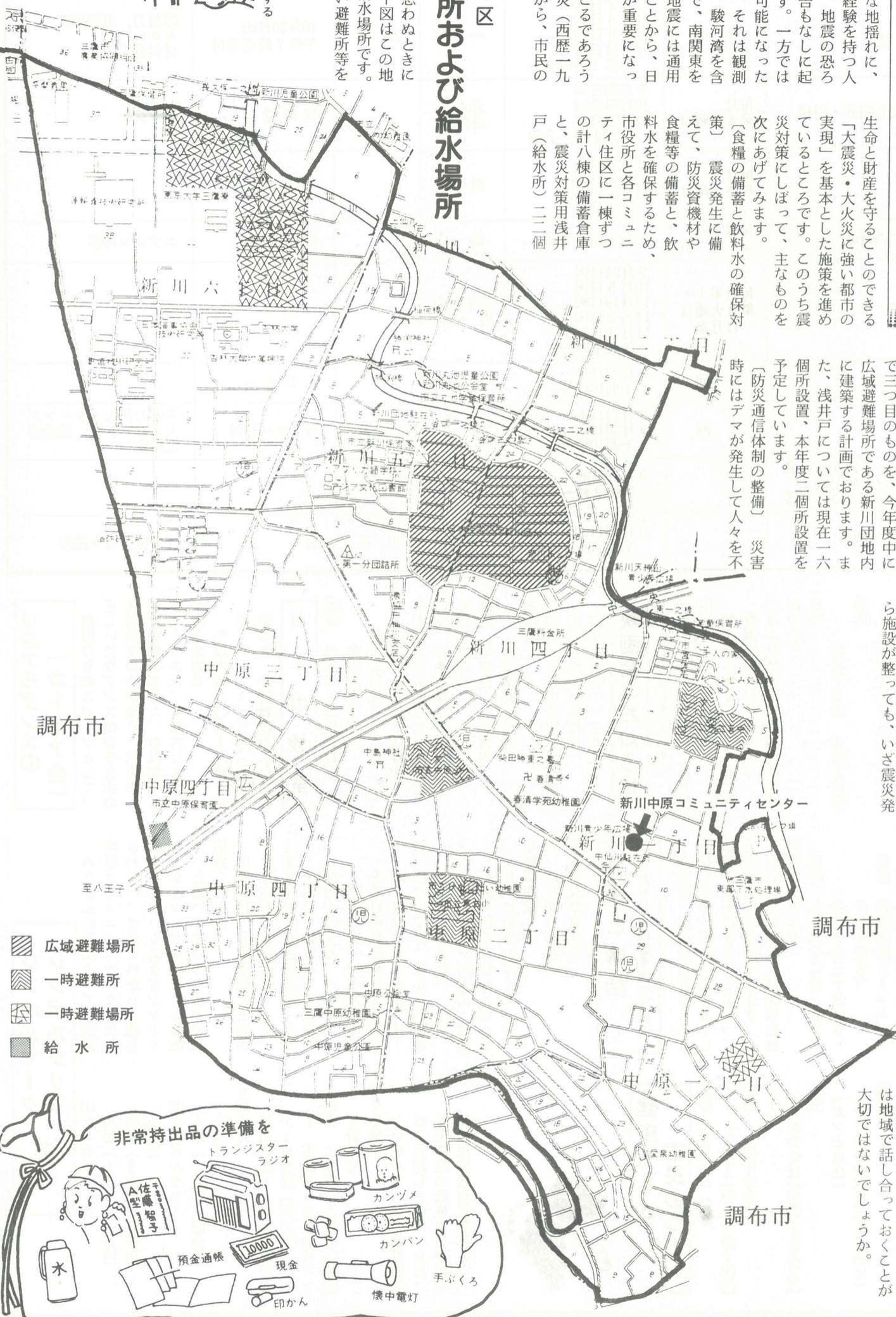
# 新川中原地区 災害避難所および給水場所

台風・地震など思わぬときに災害にあいます。下図はこの地区の避難所および給水場所です。各ご家庭で一番近い避難所等をご記憶ください。

□火の始末を完全に



プロパンガスなどの場合はポンベの元栓を閉める



### 非常持出品の準備を

- トランジスタラジオ
- 缶詰
- 現金
- 懐中電灯
- 手ぶくろ
- 印かん
- 現金通帳
- 水
- A型備蓄用



いつでも持ち出せるところへ置く

非常持出品を確かめる

身体に障害のある人などは、とかく情報が不足がちで不安も大きくなるので、積極的に正しい情報を伝える。

- 1 グラツときたら、火の始末
- 2 テーブルなどの下に身をふせよ
- 3 高い所には、置物をのせない
- 4 頭部を保護する
- 5 転倒、落下の防止措置
- 6 出入口は変形することがある
- 7 開けたら、再び閉まらないように手近な物をはさみ込む
- 8 あわてて外にとび出すな
- 9 大きなゆれは一分程度
- 10 わが家の安全、隣りの安全互いに声をかけあおう
- 11 行動意識を呼び起こす
- 12 老人や身体の不自由な人達の救出態勢を決めておく
- 13 火が出たら、すばやく消火訓練で実際に体験する
- 14 消火用具を準備しておく
- 15 門や塀には近寄るな
- 16 ブロック塀はヒビ割れがはいると簡単に倒れる
- 17 室内のガラスの破片に気をつけよ
- 18 手袋をし、素足では動かない
- 19 粘着テープなどで補強する
- 20 協力しあって応急救護
- 21 応急手当ができるようにする
- 22 救急箱を用意しておく
- 23 正しい情報に耳をかせよ
- 24 行動は、消防署・警察署等の指示に従う

### 地震時における 行動と備え 「10のポイント」

三鷹消防署

9月～11月の行事のご案内……新川・中原コミュニティセンターへどうぞ！

Table with 9 columns: 行事名, 内容, 期間, 日時, 対象, 募集人員, 申込方法, 費用及び持参するもの. Rows include Cultural, Senior, and Environmental activities.

ソーシャルダンスの「カトレア会」

健康作りのスポーツとして、正しい社交ダンスの会を有志の老若男女の方が集り、五月から練習を始めました。お気軽にご参加ください。ご案内します。

ヨーガ教室

講師 日本ヨーガ学会員 中川志津子先生 (現在大沢コミュニティで、毎週講師として活躍中)

会場 地下視聴覚教室(予定) 日時 毎週火曜日午後二時～ 定員 四〇名 費用 年会費 千五百円 月受講料 千円

映画会のお知らせ

題名 「さくらんぼ坊や」 パートNo.1 パートNo.2 各46分 内容 埼玉県にある「さくらんぼ保育園」の記録映画です。

日時 10月7日(木) 10時～12時 場所 新川中原コミュニティセンター視聴覚室

主催 中原映画の会 三鷹親子映画の会有志 連絡先 白澤宅 ☎03三〇八五四五

シンボルマーク シンボルツリー 募集

みなさんの手によって、新川中原コミュニティセンターにふさわしい、またこれからも親しみ愛されていくようなシンボルマークとシンボルツリーをきめたいと思いますので、奮ってご応募ください。

- 1 応募資格 三鷹市民と三鷹市に在勤、在学している方。 2 応募方法 住所・氏名・性別・年齢・職業及び電話番号を記入のうえ、シンボルマークまたはシンボルツリーをそれぞれ応募してください。なお、シンボルツリーについては、選んだ理由を書いてください。 3 シンボルマークの規格 白地に黒一色で、10cm×10cmの枠内におさめてください。 4 締切期限 11月30日必着 5 表彰及び賞金等

料理と講話

若々しい血管を保つための 老化は、血管からはじまるといわれます。新陳代謝をよくし血管を丈夫にすることによって若さを保つことができます。おいしくたべて、健康な毎を送りましょう。

日時 九月二十二日(水) 午前十時三十分より 午後一時まで 場所 新川中原コミュニティセンター料理室

主催 三鷹市健康づくり推進員会 定員 二十四名 費用 実費約五百円

健康づくりの市民のつどい

日時 十月六日(日) 午後十二時三十分～四時 場所 三鷹市公会堂 テーマ 「しあわせは健康づくりから」 講演 「ガンと老化」 (若さを保ち長生きするために)

講師 日本医科大教授・老人病研究所所長 医学博士 金子仁先生 展示 医学博士 金子仁先生

☆健康・栄養展 ☆献立展示 (もう一皿の野菜料理と乳製品の種類) ☆各種相談 健康相談・栄養相談・歯科相談・運動相談(体力テスト) ☆その他詳細については、広報みたかをご覧ください。



お買物は親切でサービスのよい青柳商店街で

Advertisement for various shops in Aoyagi Shopping Street, including 近藤豆腐店, 中原商店, 海老沢米店, 清水商店, 山形園, つるや酒店, カインド.