

夏休みラジオ体操

文化育成部長 本間康夫

ラジオ体操の歴史をひもとくと、平成をはるかに超え、昭和も初頭までさかのぼります。ラジオ放送を通じて、国民の健康増進のために体操を実施する事が決まったのは一九二七年のことです。翌年の二十八年には米保険会社の取り組みを参考に当時の通信省簡易保険局現在のかんぽ生命が国民保険体操として始めました。その後ラジオ体操として制定し放送を開始します。二十九年には全国放送される様になりました。

この様に始まったラジオ体操ですが、全国に普及したのは三十年のことです。東京、神田万世橋署の巡査が夏休み中の子どもの早起きを習慣づけるためにラジオ体操の会を始めたのがきっかけといわれています。

全国的に広まったラジオ体操は、十三年後の現在も国民に親しまれています。そしてラジオ体操といえば夏休みといわれるほど定番となったのです。

五十七年、テレビ体操の放映も開始され、一九九九年には、いすに座ったままでも出来るみんなの体操が新たに作られました。共通するのは、いつでもどこでも、誰でもできるというコンセプトです。背筋力が弱いといわれる今の子どもたちには姿勢を良くする運動になり、高血圧の大人には血圧を下げる効果があります。高齢者は筋力の衰えを防ぐことができるのです。

さて、当自治会も本年度の行事予定である夏休みラジオ体操を、コロナ禍の中無事に終える事ができました。期間は七月二十六日(月)より八月六日(金)で、土日を除く十日間で実施しました。

実施会場は桜が丘小学校の前庭と諏訪神社境内です。参加人数は子ども九十五人、大人四十三人でした。

感染予防対策としては、マスクの着用と三密を避けるために体操カードに判を押すのをやめました。

ソーシャルディスタンスは、体操するために間隔は開いているので、問題ありません。

最終日にはご褒美として参加賞の文房具セットを進呈して終了しました。

来年度も、より多くの方々から参加して頂ける様、準備を進めていきたいと思ひます。

猛暑の中、早朝より参加・協力して頂いた自治会関係者の皆様、大変ありがとうございました。



アメシロ駆除

衛生部長 小熊由紀夫

昨年に引き続き、今年もコロナ禍でのアメシロ駆除になりました。

いくつかの事業が中止になる中、新型コロナウイルス感染が比較的安定している時期に、外での作業で密閉・密集・密接の三密が防げるという事で実施出来ました。

最近の傾向として、丸坊主に近い様な木は見かけなかったものの五月から八月末頃まで、のべつまくなしにアメシロが発生するようになっていきます。

アメシログループによる駆除は、年二回やっていますが、この時期を外れて発生するアメシロを自宅の庭木に見つけて、それが低い場所であれば、その枝を折って処分するのも有効です。

三丁目と五丁目以外のアメシログループは、自治会のブロックとは別に地域の住民によって構成されています。

自宅がアメシログループに入っていない方で駆除が必要な人の為に、自治会では、薬品の提供と背負い式動噴機の無料貸し出しを行っています。必要の方は自治会役員にご連絡下さい。

アメシロ駆除に参加協力して下さった住民の方々、有難うございました。



防災研修会

生活安全部長 高橋隆夫

近年、想定を超える規模の気象災害が全国で多発しております。

『災害から自分や家族を守るための避難行動』について、いざという時の行動に役立てて頂くため、十一月十四日に防災研修会を開催いたしました。

今年は、新型コロナウイルス感染拡大の第六波の発生が危ぶまれたため、参加人数を制限し役員に限定して行いました。

防災DVDの視聴と中央区総務課水田 茂様より講話を頂きました。

DVDでは、お天気キャスターの森田正光さんがナビゲーターとして登場し、気象に関わる重要な部分を中心にわかりやすく解説されていました。

なかでも、正常性バイアスについての説明があり、人は危険な状況や異常な事態に遭遇した時、それを正常な日常生活の延長上の出来事として捉えてしまい、「自分だけは大丈夫」「自分だけは安全」というふうに考えがちなんだそうです。

災害の時に助かるかどうかは、この正常性バイアスを抑えるかどうかが重要で、抑えるには二つの方法があり、一つは災害の知識、もう一つはその時の状況を把握する力だそうです。

状況を把握するためには出来るだけ多くの情報を集めて、それを自分で消化することが大切で、そうすることによって正しい行動が生まれるとのことでした。

講話では、桜が丘小学校が近いため、そちらへ避難しても良いのかとの質問をいただきました。

新潟市ハザードマップでは、山潟中学校、山潟小学校など、避難先の区別は

ありますが、その時の状況で、近くに安全な避難所があれば一時避難は何処でも良いとのこと。また、必ずしも避難所へ行くことだけが安全とは限らない！とにかく自分の命を守る行動を取っていただくこと、「難」を「避」けることが重要であるとお話でした。



災害は場所・時期を選ばず起こりうるという危機意識を忘れず、改めてハザードマップで確認を頂くとともに、ご家族・知人といざという時の避難行動について話し合ってみてください。