



クローバー

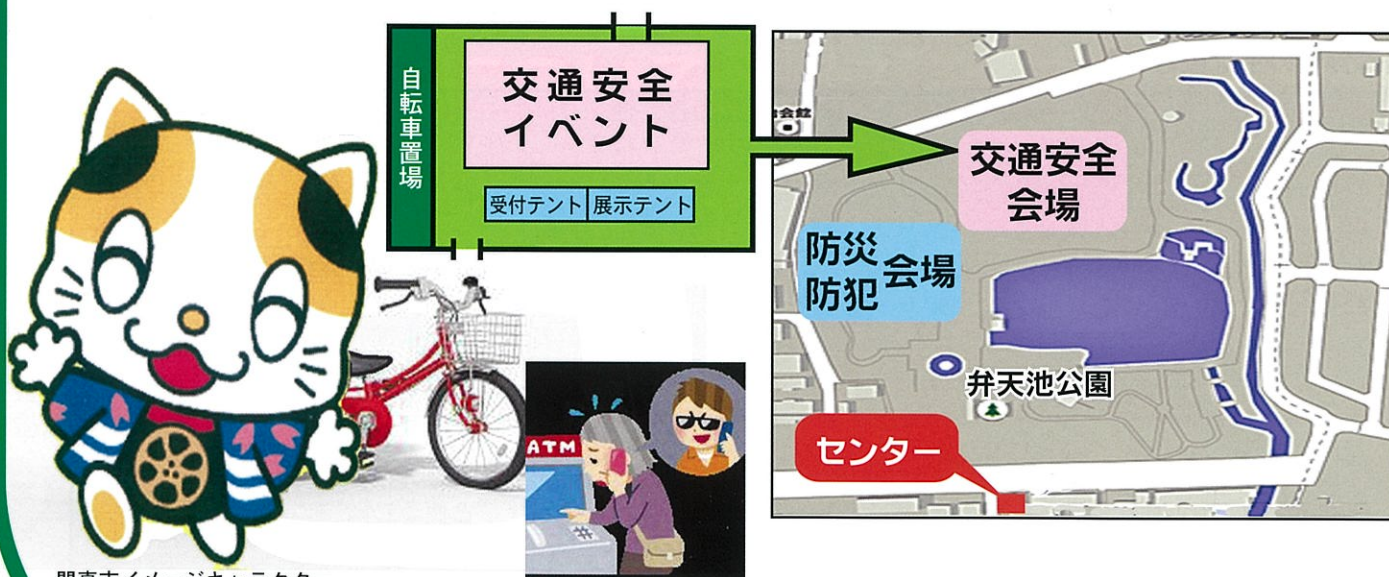


安全・安心フェスタ

第五中学校区地域会議では、安全・安心な地域を目指して、警察や市と協働で“安全・安心フェスタ”を開催します！

自転車の正しい乗り方、高齢者等に対する詐欺への対応方法、いつ発生するかわからない災害に関することなど、安全・安心に関する身近な話題が盛りだくさんですので、ぜひご参加ください。

いつ	平成28年7月31日(日) 午前10時～正午(雨天中止)
どこで なにする	弁天池公園 自転車安全教室、サギに遭わない方法、 防災の話など ※お気軽にご参加ください(自由参加) 当日は駐輪場をご用意しています。
問い合わせ先	第5中学校区地域会議センター (072-380-6999)



門真市イメージキャラクター
「ガラスケ」

参加者にはもれなく参加賞ありますよ！

巨大地震に備えて家庭でできる防災対策 (その2)

●いつもの食品を備蓄の観点から見直し。必要なものを買揃えよう

- (1) まずは、日常使いしている食材の中で、常温で日持ちするもの。備蓄用と特別に買揃えなくても、缶詰、インスタントラーメン、パスタ類、基本調味料、乾物など、家にある日持ちする食材は案外多いものです。
- (2) 震災時、冷蔵庫が使えないことを考えて、家族が1週間生命をつなげる最低限の食材のストック分として数を補充し、必要なものを買っておきましょう。

●簡単な調理も想定する

簡単な調理をするということが必要です。その際に、唯一の熱源としてカセットコンロは欠かせません。カセットボンベの予備とともに備えておきましょう。また、缶詰や、インスタントラーメン、レトルト食品など、簡単に調理できる食材を備蓄しておきましょう。

●いざという時は、冷蔵していた生鮮品から消費

震災が起きて停電になった時、冷蔵庫は使えなくなりますが、庫内の食材がすぐに傷んでしまうわけではありません。初日はまず、冷蔵していた卵などの生鮮品を先に食べましょう。ただし、災害時の食中毒は手当もできず体力を消耗するので、いつもより注意が必要です。また、普段から保冷剤を冷凍庫に入れておくと、停電になった後もしばらく冷凍庫を使って冷蔵保存ができます。

おとな1人分、1週間分の備蓄食料例

水	2リットルのペットボトル約10本程度	・1人1日約3リットルが目安。
主食	無洗米1袋(5kg)、 真空パックのもち8個、 スパゲティ・パスタ類300g×3袋、 素麺やうどん(乾麺)300g×2袋、 おかゆ(レトルト)2袋、 小麦粉小1袋(500g)、 インスタントラーメン4個 ※・乾パンや、ロングライフのパンなども可	<ul style="list-style-type: none"> ・主食は普段食べているものを中心に考える。 ・乾麺はゆでるのに意外と時間がかかる。水やガス燃料を効率よく使えるよう、素麺や早ゆでタイプのパスタがおすすめ。 ・体調不良時、おかゆがあると安心。 ・小麦粉は、チヂミやすいとん等に調理できる。
嗜好飲料	チョコレート、クッキー、キャラメル、 みつ豆缶、ナッツ類、ようかん、 常温保存可能なゼリー等	<ul style="list-style-type: none"> ・甘い物や嗜好飲料は気持ちを落ち着かせる。間食の用意も大切。

【備蓄食料の主な調理例】

<p>[主菜、主食]</p> <p>いずれも鍋ひとつで調理可能</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・さけのみそ煮／ 鮭缶、ごぼう、たまねぎ、きくらげ、こんにゃく、みそ ・ツナクリームパスタ／にんにく、ツナ、たまねぎ、LL牛乳、パスタ ・ポテトとパスタのトマト煮／じゃがいも、マカロニ、トマトジュース、ソーセージ缶など ・ポテトとマカロニのミートソースがけ／じゃがいも、マカロニ、ミートソース缶 ・ポテトバーグ／コーンビーフ、じゃがいも、コーン缶 ・蒲焼(焼き鳥)丼／ごはん、スライスたまねぎ、蒲焼缶(または焼き鳥缶) ・蒲焼缶(または魚肉ソーセージ)とたまねぎの炒めもの ・素麺チャンプルー／素麺、桜えび、乾燥ねぎ、かつおぶし、ごま油 ・大豆とツナの落とし焼き／大豆水煮、ツナ、たまねぎ、かたくり粉、みそ ・混ぜるだけ鮭ちらし／ごはん、鮭フレーク、すりごま、コーン缶、すし酢
[副菜]	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナと切干大根のサラダ／ツナ缶(油ごと)、切干大根、ポン酢 ・切干大根のみそ汁／切干大根(戻し汁をだしがわりに) ・切干大根とあさり缶の炒め煮／切干大根、あさり缶(汁ごと使う) ・麻婆高野豆腐／高野豆腐、麻婆豆腐の素(レトルト) ・豆腐のきのこあんかけ／豆腐、和風きのこソース(レトルト)、乾燥ねぎ ・豆とソーセージのサラダ／ミックスビーンズ缶、魚肉ソーセージ、たまねぎ
[即席汁]	<ul style="list-style-type: none"> ・小町麩、とろろ昆布、かつおぶし、乾燥ねぎに湯をそそぎ、しょうゆを加える。

ふれあいウォーキング

五中生徒による熊本地震募金活動

51,480円 集まる!



新緑の中を歩こうと5月22日に参加者255人が集まり、「ふれあいウォーキング」が開催されました。

当日は晴天に恵まれ、準備体操のあと10時に弁天池を出発し、深北緑地公園内のウォーキングコースを通り、弁天池に帰る約3キロのコースを元気よく歩きました。



赤ちゃんも参加

参加者の中には、幼児もお母さんと一緒に参加するなど、それぞれが自分に合ったウォーキングを楽しみました。

また、ゴールした参加者には「お疲れさま抽選会」が行われ、参加者は一喜一憂した後、ウォーキングは終了しました。

ある参加者は「いつもウォーキングをしています、万歩計の数字が目標でした。今日は皆さんと一緒にゴールして楽しい」、「ぜひ秋にも開催してください」と話していました。

また、同時に熊本地震災害にエールを送ろうと、門真市立第五中学校の生徒たちの呼びかけで募金が行われ「51,480円」の義援金が集まり、さっそく送金されました。



設置された募金箱

弁天池公園スプリングカーニバルに参加し出店

恒例となった春のイベント、弁天池公園スプリングカーニバルが4月29日の祝日に開催されました。

まず公園を参加者全員が掃除。「連ちゃん」も子ども達と一緒に掃除を行いました。

会場では模擬店が並び多くの人で賑わいました。

地域会議も模擬店に参加し、「焼きそば」「ビール」を販売しながら、「ふれあいウォーキング」のPRを行ないました。



子どもの安全について

四宮小学校 校長 田中 治

交通事故について

門真市に来て驚いたことは、自転車の数の多さです。自転車は大変便利な乗り物で、子ども達も乗る機会が多いと思われます。しかし、反面たいへん危険なことも多くあります。平成19年の道路改正法により、保護者は小学生以下の子どもにヘルメット着用の努力義務が課せられました。子どもは頭の占める割合が大きく、転倒時に頭部を打つことが多いそうです。事故にあわないことが第一ですが、たとえ事故にあっても頭部を守る、命を守るため一度ヘルメットの着用について検討をお願いします。

不審者について

4月、5月と不審者情報が入っています。警察の方



でも見回りを強化していただいておりますが、解決には至っておりません。言葉巧みに幼い子ども達を狙う犯罪者から子ども達を守らなければなりません。知らない人の車には絶対乗らない。危険を感じたら大声を出して逃げる。一人で行動しない等、繰り返しご指導をよろしくお願いいたします。本校のホームページにも不審者情報を掲載しています。

この人紹介 ③

写真左から 坂野 久美子さん
 名部 真佐子さん
 坂野 隆 吉さん



門真市の高齢者ふれあいセンターでは、陶芸用の窯が設置されています。窯の名前は「ふれあい窯」。この窯をめぐり、多くの人たちの人生への思いが交差します。

坂野隆吉さんは16年前、まだ現役の頃から自分の手で土を練って形にしていく陶芸に憧れ陶芸教室に入門しました。奥さんの久美子さんも遅れる事3年。今では夫と一緒に陶芸を楽しんでいます。

作品のテーマは生活用品。主に茶碗やお皿、マグカップの作品が中心でしたが、今年からスタンド（行燈）にも挑戦するなど、創作の幅を広めています。

隆吉さんは「構想からいろいろなものをそぎ落とし、色にもこだわりながら創作しています」と話し、奥さんも「作品には色むらや焼き上げるときにできる凹みなどもあり、なかなか思い通りにはいきません」と笑う。しかし夫婦が同じ趣味なので、家で話すことは陶芸のことばかり。

隆吉さんは「今では最年長なので、新しく入ってこられた方とお世話をしながら、陶芸を楽しんでいます」と話しています。

名部さんも12年ほど前からこの「ふれあい窯」にひかれた一人です。初めは日常的に使うものばかり作っていましたが、今では小さな置物などに興味を持つようになり、作品のヒント探しに、いろいろな作品展や窯元に出向き創作意欲を培っています。

「人の作った作品を見てみると、自然に創作意欲が湧いてきます。特に子ども達の発想には圧倒されます」と笑う。

作品のテーマは生活用品。主に茶碗やお皿、マグカップの作品が中心でしたが、今年からスタンド（行燈）にも挑戦するなど、創作の幅を広めています。

隆吉さんは「構想からいろいろなものをそぎ落とし、色にもこだわりながら創作しています」と話し、奥さんも「作品には色むらや焼き上げるときにできる凹みなどもあり、なかなか思い通りにはいきません」と笑う。しかし夫婦が同じ趣味なので、家で話すことは陶芸のことばかり。

隆吉さんは「今では最年長なので、新しく入ってこられた方とお世話をしながら、陶芸を楽しんでいます」と話しています。

名部さんも12年ほど前からこの「ふれあい窯」にひかれた一人です。初めは日常的に使うものばかり作っていましたが、今では小さな置物などに興味を持つようになり、作品のヒント探しに、いろいろな作品展や窯元に出向き創作意欲を培っています。

「人の作った作品を見てみると、自然に創作意欲が湧いてきます。特に子ども達の発想には圧倒されます」と笑う。



坂野さんの作品



名部さんの作品

名部さんは、体の調子が良くなくても土をこねると、知らないうちに元気なるようで「陶芸は私の元気の源です。無理をせず土をこねながら仲間と楽しくお喋りすると、自然に肩の力が抜け集中力が高まります」と話しています。

夏休みには門真市民プラザの「楽々釜」で、「子ども陶芸教室」を行なう予定で、「子ども達にも陶芸の面白さを伝えたい」と準備を進めています。

※ 音楽とエコキャンドルナイト開催 ※

夜空にキャンドルを灯しながら、野外ステージでは祭り太鼓やフォークソングの調べが流れていきます。

場 所 弁天池公園 噴水周辺(野外ステージ含む)

日 時 平成28年9月24日(土) 午後5時～8時

(予備日平成28年9月25日(日) 午後5時～8時)

口径が5cm.以上ある空き瓶をご持参くだされば、キャンドルを用意しますので、会場に展示いただけます。(ピンは何色でも大丈夫です。) お好きなイラストやメッセージなどを描いた皆さんオリジナルのキャンドルホルダーで会場を彩りませんか。たくさんのご参加をお待ちしています。
 ※詳しくは五中地域会議 環境・まちづくり部会まで

【編集後記】

7月は1年の折り返し月です。この半年を振り返ると震災や豪雨など、多くの災害が発生しました。地域会議では、地域の「安心・安全」に対する意識を高めるために、多くの事業を企画していますので、お気軽にご参加ください。

また、これからは地域の人々のご協力を得ながら、防災への取り組みについて具体化していきたいと考えています。

【問合せ先】

第5中学校区地域会議
 開館日 月・水・金曜日
 開館時間 10:00～12:00
 13:00～15:00
 但し、8/12～8/17は休館です。
 TEL 072-380-6999
 メール 5chuutiikikaigi@ares.eonet.ne.jp