

## 中央区の防災士と考える地震や津波の備え

6月16日は新潟地震の発生日。災害時に必要なものや取るべき行動を改めて考えてみませんか。区内では、地域の人の命と暮らしを守るために防災士が活躍しています。今号は、そんな防災士から聞いた地震や津波への備えとして知っておきたいポイントを紹介します。

### 防災士ってどんな人？

地域で活動する防災・減災のリーダー。地域で防災意識の啓発に取り組んでいます。災害時には、避難誘導、避難所の開設・運営、被災者支援などを行います。5月末現在、区内では新潟市防災士の会中央区支部67人をはじめとする防災士が活躍しています。

私たちが防災士です！



新潟市防災士の会 中央区支部 田巻 正行さん  
 新潟市防災士の会 中央区支部 日野浦 律子さん

### 活動の様子が知りたい！



防災士と区が連携し、学生を対象に避難所運営・資機材の使用講習会を開催しています。実際に段ボールベッドを組み立てるなどの実践を通して防災について考えてもらうとともに、地域防災の担い手育成も推進しています。

## いざというときのための備えや工夫を教えて！

### 避難前にブレーカーを落とそう

家具・家電の転倒で電気コードを損傷して、漏電や火災が起こる恐れが。再度ブレーカーを上げるときも電気機器の安全を確認しましょう。また、地震を感じて自動で電源を遮断する「感震ブレーカー」の設置も検討しましょう。



**身の回りのものを災害時に役立つ**  
 例えば、新聞紙を体に巻きラップで固定することで、暖を取ることができます。

### 津波からの避難は、遠い場所より高い場所へ

津波は地震発生から数分で沿岸部に到達することも。付近の高い場所に逃げましょう。また、津波は河川を遡上します。河川に対して垂直方向に向かいましょう。

### 全員がすばやく避難できるように地域で工夫を

留守番中の子どもや避難行動要支援者など一人での避難が難しい人がいます。私の住む地域では、安否確認をスムーズに行うため、避難した印として事前に配布した黄色いタオルをドアノブに付けてもらっています。



### 断水時はトイレに水を流さない

排水管が壊れると、水を流した時に汚水が逆流する危険があります。

便器に大きい袋をかぶせて使用しましょう。汚物の入った袋はしっかりと口を結び、黒い袋で二重に包むと中身が見えないのにおすすめです。



今号市報にいがたの特集も併せて確認しよう！

## 能登半島地震から見たもの

**田巻 正行さん**  
 近所の人で避難時に支援が必要な人がいることを知らない人が多いと感じています。普段から地域内でコミュニケーションをとり、いざというときに助け合える関係が築けるといいと思います。また、車いすに乗ったりペットを連れて避難したりするなどのより実践的な訓練をすることで、今後に活かしたいです。

**日野浦 律子さん**  
 避難時に慌ててしまい忘れ物をしがちだと感じ、家を出るまでの間に何を確かめ何を携っていくのか、行動パターンを頭に入れておくことの大切さを学びました。また、積極的に体が不自由な人の補助をする人や、周りの人を気遣う人の姿が見られ、思いやりが防災につながると感じました。

## いざというときでも安心・安全に 中央区が取り組む事業

### 移動式トイレを導入

避難所やイベントなどで使用するトイレトレーラーを導入しました。トレーラーには、リアフリートイレを含む3室の水洗トイレを完備。屋根には太陽光パネルがあり、停電時でも照明が使用できます。今年の夏ごろから活用を開始します。

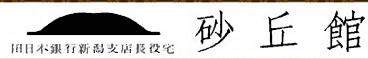


### 津波からの避難準備用リーフレットを作成中

区内の災害特性(津波・液状化)や津波避難ビルの位置をマップに表示し、避難ルートや初動の確認、平時の準備に役立つリーフレットを作成中です。配布は今年の冬ごろを予定しています。リーフレットを活用して、状況に応じた避難の仕方について家庭で話し合ってみましょう。



# 知る人ぞ知る! 文化施設の見どころ紹介



「建物は知っているけど、詳しいガイドは聞いたことがない」、そんな皆さんに、区内にある文化施設の通な見どころを紹介します。



「砂丘館」は、旧日本銀行新潟支店長役宅の愛称です。昭和8年に建設され、平成11年10月まで、30人の支店長が居住しました。建物は奥に長い作りになっています。

外観は和風ですが、玄関の脇には洋風の応接室があるのが特徴です。現在喫茶スペースになっていて、窓からお庭を楽しむことができます。優雅にコーヒーはいかがですか。



開館時間 午前9時から午後9時  
休館日 月曜日(祝日の場合はその翌日) ※その他に休館日あり。詳細はホームページ=右の二次元コード=を確認してください。

☎同館(☎222-2676)



## ここに注目! 通な見どころポイント



玄関の天井は、木を格子に組んでその上に板を張った「格天井」でできています。寺院や書院造りの建物などの、格式の高い部屋の天井に用いられます。よく見ると、縦の木目と横の木目を交互に配置する工夫がなされています。



災害が起きた場合、支店長役宅で銀行業務が代行できるように、紙幣を保管する金庫として使用するための蔵が作られました。実際に災害が起きて使用することはなかったそう。現在は、ギャラリーとして使用しています。

## 7月7日(日)まで

館内では、企画展「吉田重信展 ヒカリノミチ 2024」を開催中(観覧無料)。いつもと違うこの機会だけの砂丘館はいかがですか?



本誌掲載のイベントは5月27日時点のものです。

## スクアード・ストレイトで学ぶ 自転車交通安全教室を開催しました



▲人形による衝突の再現

「スクアード・ストレイト」とは、スタントマンが交通事故を再現し、それを見て恐怖を感じることで交通安全の意識を高める教育技法のことです。5月10日、交通安全教室を上山中で開催し、1年生約300人が参加しました。生徒

たちは、時速40kmの自動車と自転車の衝突事故などの再現を見て、交通安全を学びました。

### 命を守るヘルメット

新潟警察署の金子交通指導係長は講話で、「交通事故は他人事ではありません。**ヘルメットをかぶらないことで命を落とす事故が増えているので、必ずかぶってほしいです**」と生徒たちに伝えました。



▲警察の話真剣に聞く生徒

### 参加した生徒の皆さんに聞きました



今井駿介さん

衝撃が強かったです。スピードを出さないように自転車に乗りたいと思います。**交差点は止まることを意識したいです。**



吉倉結心さん

自分だけでなく家族や友人が事故に遭うことも怖いんです。**左右の確認など普段から当たり前のようにやっていることを、これからはより強く意識して行いたい**と思います。

## 6/9(日)は学校町通で遊ぼう 現代市

学校町通約600mに渡って開催される楽しいお祭り「現代市」。フリーマーケットやグルメ屋台、古本市などが並びます。フリーマーケットは総数120区画の大規模開催。ビンゴゲームや振る舞い餅もあります。初夏の学校町に遊びに出かけてみませんか。



### 同時開催 一箱古本市

一人一箱をルールに出店する古本市。出店者はプロの本屋さんから一般の人までさまざま、個性的な本が集まります。店主とのコミュニケーションを楽しみながらじっくり本を選びませんか。

### モノを介した交流で地域を盛り上げたい

学校町商店街現代市実行委員会事務局 吉田さん

現代市は30年前から始まり、今回が37回目の開催となります。会場は、普段は落ち着いた住宅街の一部です。地域皆さんの協力のおかげで続けることができ、今では地域の一大イベントになりました。

バザーやフリーマーケットは、一般の出店者も多いので、店舗では出会えないモノや人との交流を楽しんでほしいです。

📅 6月9日(日) 午前10時～午後3時  
📍 学校町通  
📍 学校町商店街現代市実行委員会事務局  
・吉田(☎090-3089-7945)



## 《広告欄》



※電話番号は市外局番(025)を省略しています。  
※掲載の二次元コードを読み取ることができない人は各イベント主催者へお問い合わせください。

## 健康・福祉

### 子どもの健康診査

案内と問診票は、対象者に郵送します。  
時間や持ち物などは案内でご確認ください。  
◎フッ化物塗布あり(希望者のみ) ¥1,020円  
●健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

### 股関節検診・母体保護相談

超音波検査料 ¥2,800円

### 1歳誕生歯科健康診査◎

※子育てを応援しようと、「ブックスタート」を健診終了後に実施

### 1歳6カ月児健康診査◎

### 3歳児健康診査◎

3歳6カ月ごろの子どもが対象

### 安産教室「すこやかママ講座」妊婦期

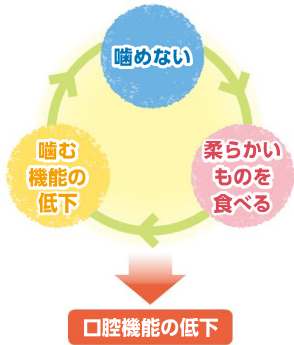
回 7月24日(水)午後1時30分～3時  
※受け付けは1時15分から ●南地域保健福祉センター  
△出産予定日が令和6年9月～12月までの中央区在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦先着20人  
△妊娠中のことからだの話、妊娠中の栄養と食生活の話、グループワーク  
●6月5日(水)から18日(火)までに電話で健康増進係(☎223-7237)へ

### フレイルチェック 一般

回 6月25日(火)午後1時30分～3時30分  
※受け付けは1時から1時20分まで  
●市陸上競技場  
△握力・筋肉量などの計測、日常生活を見直すための助言  
△65歳以上の人先着20人  
●飲み物  
●あす3日(月)から18日(火)までに電話で日本メルク&K heart school(☎383-8610)へ  
申込受付時間 平日午前9時～午後5時

### ◆お口の体操でフレイル予防

お口の機能低下の悪循環に陥らないように、よく噛んで、しっかり食べましょう。  
歯科検診を受けて、お口のケアを実践することも大切です。フレイルチェックで「お口の機能」を確かめましょう。  
●健康福祉課健康増進係(☎223-7246)



### はじめよう運動セミナー 一般

回 6月27日(木)午前9時45分～11時40分  
※受け付けは9時30分から  
●市体育館  
△効果的な筋力トレーニング、ウォーキング、ストレッチの体験、運動に関するミニ講話  
△中央区在住で運動制限のない18歳～おおむね75歳の人先着30人  
●飲み物、内履き、タオル  
●あす3日(月)から6月14日(金)までに電話で健康増進係(☎223-7246)



..... << 広告欄 >> .....

## 公民館・図書館

中央公民館 ☎224-2088  
〒951-8055 中央区磯町通3-2086  
受付時間 平日午前9時～午後5時  
(土・日曜、祝日除く)

### みんなのふれあい広場

回 6月18日(火)午後2時～3時30分  
※受け付けは1時30分から  
△気軽に会話をしながらスチールギター演奏とテールマジックを楽しむ  
●飲み物

烏屋野地区公民館 ☎285-2371  
〒950-0972 中央区新和3-3-1

### 子育てサロン「ふらっと」

回 6月10日・24日(いずれも月曜)午前10時～11時30分 ※出入り自由  
△自由遊び、情報交換  
△未就園児と保護者10組程度

東地区公民館 ☎241-4119  
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

### 幼児期家庭教育学級「わくわく新1年生 はじめのいっぽ!」応援講座 (全3回)

回 7月3日・10日・17日(いずれも水曜)  
午前10時～正午  
△小学校入学準備講座  
△令和7年度に小学1年生になる子どもの保護者20人  
※抽選(保育あり、定員12人)  
●6月13日(木)までに右の二次元コードを読み取り申し込み ※当選者のみ6月19日(水)までに連絡



## 図書館

### ■おはなしのじかん

△絵本の読み聞かせ、わらべうた、紙芝居、職員による「絵本なんでも相談タイム」など  
・詳しい日はホームページ=右の二次元コード=から確認してください。  
・下記の日程で赤ちゃんさんと気兼ねなく過ごせる「赤ちゃんタイム」を開催します。



会場・問い合わせ	赤ちゃんタイム日時
ほんぼーと中央図書館 (☎246-7700)	毎週火・木曜日 10:00～13:00
烏屋野図書館 (☎285-2372)	毎週金曜日 10:00～12:00
生涯学習センター図書館 (☎224-2120)	毎週金曜日 10:00～17:00

## お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

### ■視覚障がい者サポートボランティア講座

回 6月22日(土)午前10時～11時30分  
●中央区社会福祉協議会(西堀通6、Co-C.G.3階)  
△視覚障がい者サポートボランティアのためのきっかけづくりとして、基本的なサポートとコミュニケーションの取り方を学ぶ  
△先着10人  
●6月17日(月)までに電話で中央区社会福祉協議会(☎210-8730)へ

## ふれあい掲示板

市民グループや地域のイベントなどの情報を掲載します。※敬称略

### ■しょうぶ湯

市公衆浴場協同組合の市内各浴場でしょうぶ湯を実施します。場所や時間は同組合ホームページ=右の二次元コード=から確認してください。



回 6月5日(水)  
●中学生以上480円(小学生150円、未就学児70円)  
●同組合(☎222-2923)

### ■県カウンセリング協会傾聴の会 無料カウンセリング

回 6月9日(日)午前9時～正午 ※相談時間1人50分  
●クロスパルにいがた  
△夫婦、家族、仕事、転職、人間関係などのさまざまな相談  
△先着10人  
●6月8日(土)までに電話で同会(☎374-6544)へ

### ■県スポーツ公園 体験イベント

●電話で同施設(☎286-1080)へ  
【自然観察教室】  
回 6月15日(土)午前10時～11時30分  
●県スポーツ公園(清五郎)自然生態園ほか  
△先着15人  
【ネイチャーゲーム】  
回 6月16日(日)午後2時～3時30分  
●県スポーツ公園(清五郎)レストハウス前  
△先着20人

### ■休日労働相談会

回 6月16日(日)午後1時～4時30分  
●県労働相談所(新光町4)  
△労働に関する対面・オンライン・電話での相談会  
●会場相談は6月14日(金)、オンライン相談は6月12日(水)までに電話で何所(☎281-6110)へ

### ■県民介護知識・技術習得講座

回 6月19日(水)午前10時～午後4時  
●新潟ユニゾンプラザ(上所2)  
△介護のための基礎知識と、地域住民による助け合い活動についての講話  
△先着30人  
●電話で県社会福祉協議会(☎281-5525)へ

### ■能登半島地震チャリティ茶会

回 6月23日(日)午前10時～午後3時30分  
●燕喜館(白山公園内)  
●¥1,200円 ※前売券は金巻屋(古町通3)、米本園(古町通3)、田崎園(東堀通8)にて1,000円で販売  
●裏千家淡交会新潟支部知新会・田中(☎090-8683-7895)

### ■一見劇団 大衆演劇6月公演

回 6月25日(火)まで ①正午～午後3時②午後6時～9時  
●古町演芸場(古町通6)  
△先着117人  
●当日券2,200円、中学生から大学生1,100円、小学生以下1,000円  
●電話で古町文化交流実行委員会(☎201-8201)へ

### ■【講座】源氏物語絵と姫君たちの空間

回 6月30日(日)午後1時30分～3時30分  
●青陵ホール(水道町1、新潟青陵大学内)  
●¥1,000円(学生無料)  
●6月13日(木)までに電話で新潟青陵大学・新潟青陵大学短期大学部社会連携センター(☎368-7053)へ

### ■新潟歩く会 やすらぎ提ニコニコウォーキング

回 7月7日(日)午前8時30分～11時30分  
△やすらぎ提～関分記念公園往復コース ※やすらぎ提(市体育館裏東屋)に集合  
●新潟歩く会・佐藤(☎090-2423-8901)

本紙掲載の催しに参加する際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

### 新聞を購読していない方へ

## 市報にいがた・区役所だよりは戸別に配送できます

市報にいがた・区役所だよりは、毎月第1・3日曜の新聞に折り込んで届けていますが、新聞未購読で希望する世帯には戸別に配送しています。

●電話で市役所コールセンター(☎243-4894)または地域課(☎223-7035)へ