



トンガで海底火山噴火→「カキいかだ」に被害

天災は……

忘れる間もなくやってくる
忘れる前にやって来る
忘れないうちにやってくる
トンガからもやってきた！

8,000kmも離れた宮城県に被害が……？

夢にも思いませんでした。

誰が予知できたでしょうか？

私たちは災害を予知できない以上、常に備えることしか方法がありません。
そこで今回は八木山地区における「災害時の避難の考え方」を整理します。

「避難とは難を避けること」～在宅避難と自助の勧め～

大地震が起きたら「避難所」？

・避難所は、自宅に住めなくなった人のための一時的な生活場所です。「避難＝避難所への移動」ではありません。

・避難所は、一人約一畳程度のスペースしか確保できず、プライバシーの確保が難しいほか、衛生面の問題などもあります。しかもコロナの影響で、避難所に収容できる人数も制限されています。

八木山地区は水害や崖崩れ等の少ない地域です。
家族の無事と家屋の安全が確認されたら、迷うことなく
住み慣れたわが家での「在宅避難※」です！



※「知人宅、親戚宅避難も含む」

〈在宅避難生活への備え〉

必要物品の用意

- ・食糧や飲料水(1人1日3リットル)を3日から7日以上用意しておきましょう(循環型備蓄)。
- ・生活用水は、ポリタンクなどで備えておきましょう。
- ・災害時用の簡易トイレを用意しておきましょう。
- ・カセットコンロ、ガスボンベ(予備も)を備えておきましょう。
- ・懐中電灯・ラジオ(手動式)・電池(携帯電話のバッテリーも)などの備蓄をしておきましょう。
- ・自分専用のものなどで、なくては困る日用品を用意しておきましょう。(例)メガネ、コンタクトレンズ、生理用品、おむつ、哺乳瓶、補聴器など。

※東日本大震災直後に八木山小学校の給水車に水を求める長い行列



八木山放送局Netより

家具類の転倒・落下防止対策など

- ・家具を安全に配置する。
- ・家具の転倒や移動を防止する措置をとる。
- ・棚の中の収納を工夫する。
- ・通路や出入り口付近には家具や荷物を置かない。
- ・窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る。

【社協の出前紹介①】

簡易トイレ製作を出前いたします

断水で一番困るのはトイレ問題。八木山地区防災協会では、どこの家庭にもあるゴミ袋と、ビニール袋、吸収体をセットにした簡易トイレ製作を出前いたします。**しかも無料！！(^^)!**
(10名程度でお申し込みください)



老人クラブでの製作模様→

※たった5つの材料で簡単に作れます。



寒かった冬にも終わりがあり、気持ちののびやかなる暖かい春が近づいています。

続くコロナ禍と災害への心配など、重なる試練がストレスとなる日常ですが、住みよい八木山に向けて絆を断ち切ることなく、今できる活動が続けていきましょう。引き続き感染防止対策へのご協力をお願いいたします。

八木山地区社会福祉協議会 会長 大野 貴子

【社協の出前紹介②】



**皆様の健康を出
前します**

人生100年時代を健康長寿で生き抜くためには……

「運動・栄養・社会参加」が欠かせません。また、見えない災害、新型コロナウイルス3年目、「ステイホーム」で人との交流が妨げられています。認知症への危険が増し、他人事ではない心配事が募ります。身体の安心・心の安心のためには、今日行く(きょういく)今日用(きょうよう)が大切。人と会って笑顔でおしゃべりすることが、認知症の予防になると言われています。

i 玄米ダンベル体操

一つ300gの玄米ダンベル
両手で600gを持ち、音楽に
合わせ手首をちょっと曲げた
筋力アップにつながる無理な
くできる運動です。

一回わずか15分、一日2回。
玄米ダンベルニギニギ体操
をすれば、虚弱化、寝たきり
につながる握力低下を予防。

i 365歩のマーチ♪

しあわせは 歩いてこない
だから歩いて ゆくんだね
一日一歩 三日で三歩
三歩進んで 二歩下がる
……♪♪

音楽に合わせて楽しく運動する
ことが大事です。365歩のマーチとか、
青い山脈、ふるさとなどの曲で行う
ことが効果的です。

i なぜ玄米なの？白米では駄目？

白米や大豆や砂では駄目ですか？と
いう疑問が湧きますよね。そこも含めて
玄米ダンベルの作り方や体操の方法な
どを出前いたします。ただ
し、玄米とか
布代等の実
費負担をお
願ひします。



塩釜市のHPより

i 八木山児童館

児童館は0歳から18歳未満の子供が誰でも自由に利用
できる施設です。児童クラブが大きく注目されますが、仙
台市では本来「児童健全育成」「子育て支援」「地域交流
推進」「放課後児童健全育成(児童クラブ)」の4つの機能
を持たせています。

八木山児童館は仙台市初の木造の児童館で、平成13
年4月に八木山小学校校庭の
一角に開館しました。当初から
子育て支援クラブ「メイメイ」をは
じめ地域の皆様のご協力をいた
だき、今では“どどんあそぼう
児童館”をキャッチフレーズに赤
ちゃんから大人まで皆が楽しく
集う児童館になっています



i 芦の口児童館

芦の口児童館は2012年4月に開館、おかげさまでこの4
月には10周年を迎えます。現在は70名が在籍しており
年々増加しております。

開館以来、「人にやさしく みんなが笑顔」を館の目標
に掲げ、地域の子ども、子どもに関わる大人のためにい
つでも気軽に立ち寄ることのできる「居場所」であるよう、
さらに、子育て支援に
ついては、地域の
の子育て支援クラ
ブのみなさんととも
に一体感を高めな
がら文化活動あふ
れる、温かい児童
館運営を目指して
おります。



令和3年度 赤い羽根共同募金報告

(単位:円)

町内会	募金額	町内会他	募金額
青葉苑	55,000	八木山本町第一	100,000
青山	10,350	八木山本町二丁目	150,000
青山第一	81,000	緑花	90,000
青山二丁目	68,000	八木山団地緑風会	17,000
青山恵	50,000	若葉苑	37,000
恵和町	70,000	町内会計	1,348,248
桜木町	198,500	街頭募金	コロナで中止
さつき	3,200	八木山中学校内募金	4,157
松が丘	234,898	街頭募金計	4,157
みつば	17,500	八木山地区団体	28,000
八木山八光台	58,800	八木山地区法人	86,000
八木山東	107,000	法人・団体計	114,000
ご協力ありがとうございました		募金合計	1,466,405

～編集後記～



ここ2年間はコロナ騒動で外出もまま
ならない状況が続いています。今はひ
たすら忍耐の時かもしれません。

「禍福は糾える縄の如し」とも「人間万
事塞翁が馬」とも言います。

今を最悪だとすれば次は好転するば
かりです。今こそ逆境を逆手にとって、
日ごろ出来ていないことをやりましょう。

なお、今回の出前を希望する場合は
下記にご連絡ください。

社会福祉協議会や八木山地域包括
支援センター、八木山地区防災協会
に講師の派遣をお願いいたします。

社会福祉協議会 大野貴子