

A.CITY ニュース

https://www.com-net2.city.hiroshima.jp/acity/第139号 2019.6.10 発行
A.CITYヒルズ&タワーズ管理組合・A.CITY自治会広報

令和元年度 防災リーダー養成講座

昨年度から地域防災取組みの一環として始まった防災リーダー養成講座を今年度も行っています。

この講座は防災士を増やすことだけでなく、防災リーダーを育成することも目的としています。

今年度は9名の受講生が防災士になるべく、現在15名いる防災士と共に勉強いただいております。

今回の講座では、先頃中国新聞社で行われた防災フォーラムでの実際に被害に遭われた方の実体験のお話（4頁参照）や、教本にのった災害医療・行政の災害対応・地震の基礎知識と耐震、九州防災旅行をされた方のプレゼンテーションを防災士メンバーで情報共有しました。



↑ 防災リーダー養成講座

災害はいつ、どこで、どのように発生するのかわかりません。この地域は本当に安全なのでしょうか。災害時には想定外のことばかり起こります。例えば、このところ団地付近の豪雨による土砂がバス通りを流れる可能性だってあるわけです。

我々が住んでいるマンションの強みと弱み。それを知るのが防災の基本です。

会に加入して、自治会を活用してほしいと思います。

自治会では民生委員・児童委員や老人会、子ども会、管理組合など他団体と協働で、様々な支援活動を実施しています。イベント（お祭り）や行事だけが自立立ちますが、住民の暮らしをより良くするための、福祉活動、行政への陳情活動、防災・美化活動なども積極的に行っており、これらは皆様からいただいた会費によって運営されています。

様々な事情でなかなか活動に参加できないという方もいらっしゃると思いますが、A.CITY自治会では、参加できる人が無理なく活動できるように、助け合い・ボランティアの精神で運営に努めています。

これからも、子どもから高齢者までA.CITYが安全で安心して住める街であり続けるために、多くの方の理解とご協力をお願いいたします。



自治会に加入しよう

「子どもが小さいから、親の介護があるから、仕事が忙しくて行事に参加できない・・・」といった理由で自治会に加入しないという方もいらっしゃると思いますが、そんな人こそ自治

自治会加入届用紙は管理センター窓口または、自治会HPからダウンロードして入手できます。必要事項をご記入の上、管理センターもしくは各住区長までご提出ください。皆さまのご参加をお待ちしています。



A.CITYの行事予定

6月 8日(土) 有価資源ごみ回収日

6月16日(日) 自治会定例役員会

6月15日(土) ヒルズ&タワーズ管理組合理事会

6月22日(土) 有価資源ごみ回収日

6月16日(日) ミニテニス大会

6月30日(日) 子ども会 七夕祭

大塚・伴南ふれあい まつりのお知らせ

7月27日(土) 17時から大塚小学校で「第24回大塚・伴南ふれあい祭り」が開催されます。

このお祭りは、地域の町内会・自治会などの団体、近隣の賛助企業の支援により開催されています。A・CITY Y自治会も協賛し、毎年輪番制で協力しています。

前日	ステージ設営	アーバン住区
当日	会場設営	フォレスト住区
当日	パトロール・清掃活動	ステージ住区
翌日	撤去作業	パレット住区

当日は地域で活躍する団体のステージ出演や出店も盛りだくさん。花火の打ち上げもあり、毎年大変盛り上がります。是非ともお誘いあわせの上、ご参加ください。

なお、自治会員には7月中旬に開催プログラムとくじの抽選券が配布されます。

また、会場にピクニックテーブルなどの持ち込みはご遠慮いただきますようお願いいたします。



大塚・伴南ふれあいバス 期間限定無料運行のご案内

ふれあいバスは平成29年より、地域の移動手段を確保することを目的に運行が開始されました。

現在、月・水・金曜日の午前中に大原駅ー伴中央駅ーマックスバリュ間を循環方式で運行しています。

運賃は大人200円、小学生100円ですが、夏休みの7月22日(月)24日(水)26日(金)の3日間は、PR期間として無料運行となります。この機会にぜひ活用ください。アシティ中央バス停にも停まります！時刻表や路線図はフレスタに置いてあります。またA・CITYホームページでもダウンロード出来ます。

<https://www.com-net2.ci>
ty.hiroshima.jp/activity/
《運行についての問合せ先》
株フォールブル
082-8078-0006

皆様のご利用を お待ちしております



体育部よりお知らせ

今年度もスポーツイベントが始まります。第1弾は、6月16日(日)開催の第21回大塚学区ミニテニス大会です。

ミニテニスとは、バドミントンのコートを使用し、小型版のラケットでカフルなボールを打ち合う手軽なスポーツです。手軽に楽しめるスポーツですので是非参加してみてください。申込みは各住区体育部役員もしくは体育部長 竹原(080-3305817811)までご連絡ください。お待ちしております！

子ども会 七夕会のお知らせ

子ども会では6月30日(日)に七夕祭りのイベントを予定しています。今年には子ども会単独での開催のため、竹の切り出し・設置は会員のお父さん方で行うことに。当日スムーズに切り出せるよう、竹の太さや枝ぶりの下見に行ってきました。青々と伸びる竹林の中で、ママシが生まれようと祈りながら、子ども達が飾りやすいように少し小ぶりの竹に目星をつけて帰りました。

七夕飾りは6月30日から7月7日

まで管理センター前とタワーブイースト・ウエスタのエントランスに飾る予定です。子ども達を作る可愛い笹飾りや願いごとを書いた短冊を楽しみにして下さい。



メリイハウスよりお知らせ

当施設5階を「シニア向けマンシヨнтаイプフロア」として新規オープンいたします。見学・試食会(ラウンジサービスオードブルイベント提供)を以下の日程で開催いたします。

- ◆ 6月14日(金) 15時〜
 - ◆ 6月25日(火) 10時〜
- ※7月以降も開催予定です。

是非、この際にお立ち寄り下さい。(お問い合わせ)(メリイの窓口)
0120-468-8000
音声ガイダンスに沿って②番を押して下さい。



熱中症の予防について

6月に入り、日に日に日射しの強さを感じる季節となりました。実は、熱中症は、初夏や梅雨明けの時期も注意が必要です。体が暑さに慣れない時期からの予防方法をご紹介します。

①暑さに慣れる事が大切です。

日差しが弱い時間に軽い運動をしましょう。汗をかきやすい体づくりを！

②3度の食事をきちんと摂りましょう。

とくに、従来の和食には塩分がしっかりと含まれています。

③エアコンを上手に使いましょう。

室内でも熱中症になります。温度を28℃以下、湿度は70%以下に設定しましょう。(高齢の方はとくに要注意です！)

④水分を摂る習慣をつけよう。

朝起きた時、日中は1時間に1度、夜中に起きた時には各々コップ一杯の水を飲みましょう。

以上のことを心掛けながら「熱中症」を予防しましょう。



おすすめ防災グッズ

「防災グッズ」と聞くと避難所で使用する用品(リュックにグッズを収納)を思い浮かべます。

インターネットで「防災グッズ」を検索すると、防災セット・保存食・簡易トイレなど様々な用品が紹介されています。基本的に避難所で3日分の飲食を中心とした物が多いようです。セット用品を購入するか、あるいは自分で揃えるのも方法のひとつです。こうしたグッズの中で、夜の停電を想定したグッズを紹介します。

防災ラジオはご存じと思いますが、種類も様々です。電源が電池のものやバッテリーをハンドルで充電するタイプもあります。おすすめは、先の電源にソーラーパネルで充電するものです。日の当たる窓際に置いておくだけで、いざという時にすぐに使用できます。私は、リビングの窓際に置いています。検討されてみてはいかがでしょうか。

(防災士/フォレスト山田繁樹)



購入した防災ラジオ

民生委員・児童委員便り

「急な病気やけがで救急車を呼ぶ？病院へ行く？」
迷ったら「#7119」へ電話!!

「#7119」とは?

夜間や休日に病気やけがをし、すぐに救急車を呼ぶべきか、救急病院に行くべきか、それとも翌日まで待つて掛かりつけ医に行くべきか、判断に迷った場合、電話をすれば、看護師より病気やけがの症状で、緊急性や応急手当ての方法・適切な医療機関などについてアドバイス等が受けられる救急相談サービスです。

ただし、緊急時、例えば、意識の障害(意識がない)、けいれん(止まらない)、けが・やけど(多量の出血や広範囲のやけど)、吐き気(冷や汗を伴う)、飲み込み、事故(交通事故・転落・溺れた)の場合はためらわず119番に通報して下さい。

受付時間は?

24時間365日受け付けています。

電話番号は?

大人用 #7119 (局番なし)

つながらない場合は、

082-246-2000

子ども用 #8000 (局番なし)
つながらない場合は、

082-503-1399

相談料は?

無料です。ただし、健康相談・医薬品情報に関すること・セカンドオピニオンに関する事などの相談はできません。

詳しい問い合わせ先は?

広島市 健康福祉局 保健部
医療政策課 地域医療係

082-504-2178

子どもの急な病気に困ったら、まず

こどもの救急電話相談

電話番号 #8000

ダイヤル番号 082-505-1399

広島県

急な病気やけがで 救急車を呼ぶ? 病院へ行く? 迷ったら

救急相談センター広島広域都市圏へ電話

#7119

082-246-2000

緊急時は、ためらわず119番へ

先日中国新聞社主催の防災フォーラムに参加してきました。フォーラムでは昨年の豪雨災害で被災された大原ハイツの小川様の体験談を伺うことができました。

『雨の降り続く夜』

『隣家の女性の悲鳴』

『避難中の車に後ろから迫る土砂』

『避難路が土砂で塞がれ脱出不可能になった』

『同じ団地の近隣住民が目の前で車ごと流される』

『停電』 『火災』

『ゴーという地響き』

『漏れたガスの臭い』

『バキバキと家が壊れる音』

『見ず知らずの住民宅への緊急避難』

『ヒザまで土砂に埋まりながらの避難所へ』

これらの状況をA・CITYYで想像できるでしょうか？昨年の豪雨災害は、100年に1度発生すると想定されている豪雨の2倍近い雨量だったそうです。色々な災害が想定されていますが、少なくとも想定されていることは準備しておきたいですね。

(防災士/タワーズスイスト 桑原 力)

活用ください 広島県防災情報メール通知サービス

もうすぐ梅雨の季節ですね。局地的な大雨や急に天候が変わることが心配されます。不用意に災害に巻き込まれないよう、「自分の命を自分で守る」ためにも、災害に関する情報をこまめに確認しましょう。

広島県は、防災情報をメールで発信するサービスを行なっています。「広島県防災情報メール通知サービス」に登録すると、雨量や警戒情報など県内の防災情報をリアルタイムで受け取ることができます。ぜひ活用ください。

(広島県防災情報メール通知サービス/登録画面)
<http://www.bousai-mail.pref.hiroshima.lg.jp/home.jsp>

注意!

防火扉は閉めましょう!

蒸し暑い季節になると、風通しをよくするために防火扉を少し開けている住区を見かけることがあります。防火扉は完全に閉鎖した状態で初めて防火の機能を持つ防災設備です。開いている防火扉を見かけたら閉めるように心がけてください。



管理組合より

アーバン管理組合

エレベーター交換工事を6月3日から行います。それに先立ち、共用階段の手摺設置工事を4月に終わりました。エレベーター交換工事期間中は、住民の皆様にもご不便等をおかけしますが、スケジュールどおりに工事完了するようご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

フォレスト管理組合

エレベーター更新工事は、5月末で工事が完了しました。皆様にはご不自由をおかけしましたが、ご協力いただき、ありがとうございました。

パレット管理組合

共用階段の手摺設置工事を4月に終わりました。日頃からの転倒防止や万が一の避難の際にお役立てください。