堤地区自治協だより

4月号

発行日　令和4年 4月1日
発行者　堤地区自治協議会

うぐいすに
夢覚まされし
朝餉かな

良寛

新型コロナウイルスの蔓延からすでに2年が過ぎ、下火の兆候が見えたかに思えても新たなウイルスが出現し、終息への道のりが見えません。それでも季節はめぐり、桜が町を彩って落ち込む気持ちをひきたててくれるようです。油断禁物、引き続きマスク着用・消毒・換気などの感染防止対策を続けましょう。　　会長　戸高 輝美

令和４年度堤地区自治協議会　年間行事予定

5月22日（日）　油山クリーン作戦
6月26日（日）　避難所設置訓練
9月25日（日）　大運動会　予備日 10月2日（日）
10月16日（日）　城南区総合防災訓練

5月22日(日)
出来ればいいな　油山クリーン作戦　【環境部】

コロナ感染状況により実施は未定ですが、きれいな油山を願う気持ちは変わりません。
そして町内にも「クリーン作戦」の気持ちを忘れずに、道端の美化にも気を配りましょう。

共創補助金を有効活用

昨年と同様コロナ禍で活動が制限され、大運動会をはじめとする地域の行事や各部会の事業が実施できませんでした。行事や事業で支出する予定であった共創補助金で下記の物を購入しました。

1）公民館 玄関前の倉庫
2）自治協ユニフォーム ポロシャツ
3）発電機とポータブル電源(裏面で紹介)
＊必要な地域、団体、に貸出します。

背面

右胸のマーク

環境省は、近年のごみ問題に対応するため、小学5年生から中学生を対象に様々な資料を基に教材を作成し、海洋ゴミについての学習を勧めています。
長尾中学の2年生は海が抱えている課題 を研究し、昨年中学生サミットで発表しました。
大切な海のため、私たちも情報を共有してみませんか。　【青少年部】

海洋ゴミを考える

子どもたちと ともに学ぶ

ウミガメの内臓から
使用済みマスク・・。

海洋ゴミって？　海岸に打ち上げられた漂着ゴミ、海をただよう漂流ゴミ、海底に積もった海底ゴミのことを言います。

海洋ゴミと聞けば、海や海岸に直接捨てたものが思い浮かぶかも知れません。しかし実はその7～8割が私たちの住む町から出ているものなのです。

福岡市には約130の河川があり、それらは最後には海に流れ込みます。町に落ちているゴミは、雨が降ると川に流れ込み,そして海に流れ着きます。私たちの足元にあるゴミの終着点は海なのです。

ゴミが手付かずになっていた海岸でも、最近のビーチクリーンキャンペーンなどでかなりゴミは減ったそうです。でも、砂浜に埋もれたゴミが残ったままで、新たなゴミも流れ着くありさま・・。

清掃活動に参加した子どもたちは、何よりまずは捨てないことが大事だと訴えました。海洋ゴミの問題を考え、少しでも身の回りのごみを減らすことを目指していきましょう。

脱炭素 たとえ小さな一歩でも・・
リサイクルボックスの利用が増えています
【紙リサイクル推進委員会】

「毎週土曜・日曜に利用できるから、家が片付くようになった」
「今までは、長尾中や南区のボックスまで運んでいたし、ゴミ袋に入れて捨てたこともあった」と利用者が多くなってきました。

【倉庫の中はいつも整理整頓】

回収量　11月月1日～12月19日：500kg
12月20日～ 2月18日 ：1000kg

啓発チラシから ”ネット・スマホ時代の子育て ”
保護者が知っておきたいポイント
その1　時間と中身に注目　【青少年部】

学習での活用も増え、子どものインターネット利用時間は 長くなってきています。 連絡？ 遊び？ 学習？　睡眠時間が短くなり朝起きられない子もいるようです。
子どもが何にどのくらい使うのかを知り、一緒に使い方のルールを決めましょう。

特にゲームはほかの遊びに比べて脳への刺激が強く、常習性が高まるとの指摘があります。
「いつまでやってるの？」と頭ごなしに叱るのでなく「上手に切り替える力」を育むという視点に切り替えてみましょう。
”楽しく遊んで気持ちよくやめる”　ことができるよう、根気よく寄り添う子育てが求められています。

（参考資料：小川大介「見守る子育て」）

松永館長　ご苦労様でした。

「長年の勤務の中で、令和3年度の公民館の文化祭の代わりに行われた地域の作品展示会が、印象に残っています。特に小・中・高の生徒たちから寄せられた作品を胸躍る思いで鑑賞しました。
これを機会に生徒たちと地域住民とのコラボレーションが生まれてくれば、斬新な街づくりのアイディアが出てきそうな予感がしました。堤の一層の発展を見守っていきたいと思っています」・・・談

2月21日(月)健康講座　認知症予防
【健康福祉部】

認知症予防には、適度な運動・十分な栄養と睡眠・知的活動 がポイントと言われています。
前回の減塩生活に続き、今回は認知症予防に役立つトレーニングが紹介されました。
まず、運動を始める前にその日の体調を知ることが大切です。脈拍を測ってみましょう。

[脈の測り方]　①手首の関節少し下、ぴくぴく動く箇所を探す
②人差し指、中指、薬指を並べて当てる
③1分間の脈拍の回数を数える

１分間の脈拍数が100を超えていたら、運動は控えた方がよい。

体を大きく動かす運動はできなくても、掌で皮膚をさすって血行を良くするだけで体は温まり元気が出ます。血の巡りが良くなれば気持ちも前向きになれそうです。

あなたの家がジムになる！

保健福祉課から「自宅できる運動」の 動画配信されています。 動画のインストラクターを見ながらご家族や友人と一緒にストレッチ体操を楽しんでみませんか。マイペースの”独り体操”も気軽に続けやすいかもしれませんね。

【問い合わせ　健康福祉部】

避難所設置マニュアルを作成
【防災防犯部】

堤地区が災害に見舞われたとき

指定避難所ができるのは堤小学校です。堤小学校の収容能力を超えてはじめて長尾中学校が避難所に指定されます。昨年7月25日の避難所設置スタッフ訓練をもとに城南区と協議して避難所設置の手引きを作成しました。

誰もが協力して避難所設置ができます。
堤小学校体育館側の防災倉庫に常置しておきます。

非常用発電機

堤小学校防災倉庫に保管されているガスボンベ式発電機と同じ機種を購入して、公民館駐車場空き地 防災倉庫に保管します。

通信手段確保

ポータブル電源

被災地での現地対策本部の最重要機能は通信手段の確保です。インフラが途絶した中で消防や区役所との連絡を保つことが、堤地区住民の命と生活を守ることにつながります。

貸し出し歓迎！

地域のイベントやサークル活動などでもご利用ください。使い方に慣れていただくとともに、いざという時の保守点検にもなります。