



栃木市

自治会

令和4年

3

第11号
月号

発行

栃木市自治会連合会
栃木市万町9-25
☎21-2331
FAX21-2685

連合会だより

印刷

(株)博報社関東本社
神奈川県厚木市
愛甲1-8-39
☎046-280-6001



新型コロナが発生して二年が経過しましたが終息の兆しは見えない状況です。自治会活動も、事業計画は立てましたが、予定通り開催する事ができません。

自治会には、老、若、男女、外国籍の方などいろいろな方が住んでいます。コロナ発生前は、各自治会で、行事や催事(イベント)を行いながら、参加者同士お互い情報を共有することができました。

さて、今から数百年前の水道が無い時代には町内に共同の井戸があり、一日中住民が集まり、洗い物などをしながら、世間話をしていました。それは井戸端会議とも言われ町内の情報源として活用されていました。その後時代が変わり、水道の普及に伴い井戸端に集まる事も無くなり、また、通信網の普及によって、電話、ラジオやテレビの時代と変化し、今では世界中の話題が瞬時に伝わるインターネットの社会となりました。

さらに、現在の連絡や情報の主役は携帯電話やスマホへと移り、お互い会って話をしなくても、メール等で連絡、相談ができる時代になりましたが、これでは当事者同士の為、関係者以外の方には情報は伝わりませんので、自治会全体で共有する事はできません。このような状況の対応策としまして、栃木市には市民の交流やふれあいを行う事業の一つとして「いきいきサロン」事業があります。少子高齢化が進み、高齢者の一人暮らしの増加が見込まれる昨今、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続ける為には、地域での繋がりを深める事が大切になります。その為、この事業は地域での繋がりを作る手段の一つとして高齢者が気軽に集まれる場所(サロン)の開設を支援する事業です。この事業は、町内に住んでいる65歳以上の方を対象にした事業であり、月に一度町内の身近な場所に集まり、世間話や身近な出来事などの話をする事も対象としています。この事業は、近隣同士の情報収集に限らず、いつも集まる方の健康状態等も確認する事ができます。5人以上のグループ構成で、町内にいくつもグループを作ることができ、会の開催時のお茶菓子や飲み物代等にも補助金が支給されます。集まる場所は、皆さんが歩いて行ける場所(個人家や空き家店舗等)でも構いません。この事業を活用する事で、隣人同

士お互いに情報を共有する事もでき、コミュニケーションの場としてさらに親睦が深まる事と思います。現在、本市全体で約150のグループがこの制度を活用しております。町内の情報を共有するには、とても良い事業であると思っておりますので、まだこの事業を利用されていない方は検討してはいかがでしょうか。なお、開催につきましては、コロナ感染対策厳守でお願いします。

自治会の役割は、防災、交通安全、福祉、環境など良好な地域社会を形成し、地域住民の親睦と連帯の場として、時代に合わせて変化しておりますが、各課題を自治会で協力し解決する事、これを共助という言葉で表現します。

自治会の皆さんが日々の生活の中で、困りごとや不便な事がありましたら気軽に自治会長に連絡して下さい。自治会長は、行政とのパイプ役として、皆さんの役に立てるよう配慮し、皆さんが住み易いまちづくりを進めるのが役目です。

自治会長の皆さんもコロナの中で自治会活動は大変ですが、町内のリーダーとして、町内の皆さんが、安全、安心な生活ができるサポートを今後も宜しくお願い致します。

結びに、新型コロナが一日も早く終息し平穏な生活に戻りますよう念じ申し上げます。

栃木市自治会連合会 会長 関口 茂一郎

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

JAの「終活」は **総合受付24時間**

ワンストップサービス

共済・年金・介護・相続・葬儀などの心配事を一貫してサポートします。

共済相談 年金相談 相続相談 介護相談 ご葬儀事前相談

葬祭センター **JAしもつけ** JALしもつけへご相談ください。

JAしもつけ ☎(0282)29-1788

ひらやなぎホール ☎29-1567 グリーンプピア ☎25-3366 おおひらホール ☎45-1400 いわふねホール ☎55-8787

体ポカポカは加熱したショウガで

冷感性に効果を発揮するのは加熱することによって発生する成分、**ショウガオール**の効果です。冷感性は血流が悪くなり、血の巡りが滞っている可能性があります。ショウガオールは血管を拡張して血の巡りを良くしてくれ身体の中から温めてくれます。

ビタミンと鉄分で風邪予防

ほうれん草(菠薐草)

代表的な緑黄色野菜のほうれん草にはβカロテン、鉄分、カリウム、ビタミンCなど健康にいい栄養がたっぷり! 冬のほうれん草は夏のほうれん草よりビタミンCが約3倍も!

ねばねばでパワーチャージ

畑からは体に嬉しい野菜や果物が続々収穫されます

おくら(陸蓮根)

ぬめりの成分はガラクトサンやアラバン、ペクチンといった食物繊維です。これらの成分には、整腸作用があり、またコレステロールを低下させる、血糖値の上昇を抑えるなどの効果があります。

お薬手帳つかっていますか?

お薬手帳とは? これまで服用してきた薬を記録する手帳です。いつ、どこで、どのような、どれくらいの量を処方してもらったか、履歴を1冊で把握できます。全国の調剤薬局(保険薬局)などでもらえ、薬局によってデザインは異なりますが、一度作ればどこの薬局でも使用できます。

活用方法1

通院するたびに必ず提出しましょう
市販薬は自分で記録しましょう

医療機関ごとに使い分けたりせず1冊にまとめましょう。
副作用の回避や同じような薬を重複して処方されるのを防げます。

活用方法2

常に持ち歩きましょう

外出先で倒れたり、災害時に具合が悪くなったときに役に立ちます。

活用方法3

血液検査の結果を貼りましょう

血液検査の結果によっては飲まないほうがいい薬があります。

臼井前会長全国自治会連合会表彰



臼井義雄氏(前栃木市自治会連合会会長)が全国自治会連合会表彰を受賞されました。令和2年度に行う予定の表彰が新型コロナウイルス感染対策により延期となり、今回、改めての受賞となりました。

臼井氏は、平成8年から平成30年まで城内町大宿自治会長として、地元の防災・防犯活動など各種活動の企画運営の中核を担ってきました。また、平成29年から令和2年まで栃木県自治会連合会常任理事並びに栃木市自治会連合会会長として行政との調整、地域活動の推進と住民自治の発展のため中心的な役割を果たしてこられました。

この表彰は、多年にわたり地縁による団体において地域活動の推進と住民自治の振興発展に寄与され、その功績が称えられての受賞です。



長年の自治会長としての

功績を称えて表彰されました

長年自治会長として貢献頂いた功績を称え、毎年1月に開催される栃木県自治会連合会会長研修大会の中で表彰式が行われていましたが、今年度もコロナ感染拡大防止により大規模な研修大会を開催することが困難なことから、賞状と記念品の授与のみとなってしまいました。なお、当連合会においては、栃木県自治会活動功労者知事表彰として3名、栃木県自治会連合会自治振興功労者表彰として2名の方が受賞されました。

栃木県自治会活動功労者知事表彰

(地区名・自治会名)

田村 立吉 様 (大宮・樋ノ口)
大島 努 様 (第七・入舟一丁目)
澤井 康男 様 (第二・倭町北三)

自治振興功労者表彰

(地区名・自治会名)

大橋 正美 様 (第三・沼和田町通り)
山口卯三郎 様 (大宮・今泉二丁目)

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

<p>食べ合わせのいい食べもの</p> <p> + </p> <p>豚肉 たまねぎ</p> <p>豚肉のビタミンB1の吸収をアップさせてくれるアリシンという物質がたまねぎに多く含まれています。</p>	<p>食べ合わせのいい食べもの</p> <p> + </p> <p>ほうれん草 ゴマ</p> <p>ほうれん草とゴマの組み合わせは高血圧や動脈硬化に良いとされています。</p>	<p>栃木の水を守る</p> <p>限りなく環境にやさしい企業をめざします</p> <p>(有) 栃木地区浄化槽公社</p> <p>栃木市泉川町455-1 ☎(0282) 24-2859 FAX(0282) 25-2545</p>	<p>就労継続支援B型事業所 蔵LOVE 2020年4月OPEN</p> <p>～くらぶ～</p> <p>心地よい居場所をご提供します 利用者の方々の笑顔のために</p> <p>お問い合わせ・見学はこちら ☎(0282) 29-1199 蔵の街運送(株) 今泉町1-1-5</p>	<p>人しもつけ 農産物直売所</p> <p>ポイントカード ポチカ 会員募集中!!</p> <p>店舗情報はJALしもつけホームページから直売所一覧のページでご確認ください。 JALしもつけ 検索</p>
---	---	---	---	---

広告に関する お問い合わせは



全国各地の老人クラブ広報誌を発行して34年
株式会社 博報社関東本社
神奈川県厚木市愛甲1-8-39
☎(046) 280-6001(代)

SMS(ショートメール)一斉送信システム 「ねしんでん“ほっとメール”」の活用

根新田町内会では、平成26年8月に緊急時に役立つ情報伝達ツールとして携帯電話のショートメールを使った住民へのSMS送信を行うことで情報の共有化を図っております。

従来の緊急連絡方法は、自治会長から各班長を介して住民に電話または連絡網で行っていたので、不在時には連絡が取れない、世帯の数によっては周知が遅くなる等の問題がありました。しかし、このSMSを活用することで登録している全住民に情報が届くので、確実にリアルタイムな情報の共有が可能となりました。

また、災害時の情報の参考例として、決壊前の水位情報や、決壊時の避難喚起、決壊後の地区内の浸水状況、帰宅のための道路情報、支援物資の入荷情報、災害ボランティアの手配状況など数多くの緊急情報を発信することができます。

若い世代ではLINEという手段もありますが、SMSはガラケーでも対応しているため高齢者にも確実に届くので最適な手段であります。

平常時では、行事の周知やサークル活

動等の連絡にも活用していますが、災害発生時には緊急性の高い情報を住民に瞬時に伝達することができます。

このように、身近なツールを活用することで最大限の効果を発揮することもできます。また、根新田町内会自主防災組織事務局長の須賀英雄さんは「住民に負担をかけすぎないように、長く続けられる活動を心がけています。」と話していました。そして、「自主防災組織などもそうですが、リーダー役になる人の存在が大切ですね。」とも語っていました。

また、平成27年9月「関東・東北豪雨災害」発生時では、鬼怒川の堤防が決壊し、常総市の約3分の1が浸水しました。この時、根新田町内会はSMSによる鬼怒川の水位情報や、避難喚起とともに、隣近所を訪れて避難の呼びかけを行い、その結果、多くの住民が浸水前に避難でき、地区のほとんどが浸水したにもかかわらず、市内の他の地域と比べ、救助された人の割合は非常に低くなりました。また、「SMSの情報は心強かった」などの声が寄せられたそうです。

「マイ・タイムライン」の作成

マイ・タイムラインとは、災害発生時に一人ひとりがとるべき行動を時系列に整理した避難行動計画のことです。急な判断が迫られる災害発生時に自分自身の行動の目安のサポートツールとして役立ちます。

例えば、大規模な水害を想定し、自身や家族のとるべき行動について「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ整理し、いざという時にあわてず安全に避難行動をとる助けになるなど、避難行動のサポートツールとして期待できます。それぞれの避難に必要な情報・判断・行動を把握し、「自分の逃げ方」を見つけることができます。

根新田町内会も2017年2月にマイ・タイムラインを導入し、台風であれば接近する3日程度前から自分自身や家族が行う防災行動を時系列で整理しているということです。令和元年10月の台風第19号では避難指示が発令されましたが、地区は浸水被害を受けることはありませんでした。SMSの情報を基に避難行動を判断する上で、マイ・タイムラインは大きな助けになっています。「正確な情報をもとに、マイ・タイムラインを実行すれば、台風や大雨から逃げ遅れる人をゼロにすることは可能です。」とも話されていました。

自治会活動についての記事を募集します

自治会連合会だよりでは、自治会間の情報交換の場として、自治会活動に関する記事を募集します。自治会活動の周知や成功事例の周知など自治会活動の活性化にご活用ください。

募集時期 随時 ※発行のスケジュールにより掲載時期が異なります ※次回発行は夏ごろを予定しています。

募集記事 自治会活動に関すること

応募方法 自治会名、氏名、住所、電話番号を明記のうえ、メール、FAX、窓口にて原稿、写真等を提出ください。

※様式の指定はございませんが、200～300文字程度とさせていただきます。
※記事を掲載できない場合がございます。予めご了承ください。
※写真等は直接またはデータ(JPEG形式)で提出ください。また、人物が写っている場合には、了承を得てから提出してください。

その他ご不明な点等ございましたら、事務局までお問い合わせください。

栃木市自治会連合会事務局

〒328-8686 栃木市万町9-25
(地域政策課内)

電話:0282-21-2331

FAX:0282-21-2685

e-mail:chiiki@city.tochigi.lg.jp



私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

身近な「アレ」の名前



アジの尾の付近の硬い鱗…「**ぜんご**」または「**ぜいご**」と呼ばれ、アジの仲間の魚にのみ見られます。役割ははっきりとはわかっていませんが身体を守る目的や外界の変化を感知する感覚器官であるという説もあります。



切手のギザギザ…切手を切り離しやすくしているあのギザギザの正式名称は「**目打ち**」といいます。近年では偽造防止のため目打ちの一部が楕円形になっている切手もあります。



刺身などの下に敷かれている白いシート…吸水や抗菌目的で敷かれているあのシートは株式会社三和コーポレーションによって「**ドラキュラマット**」と命名されました。由来はその名のとおりに「刺身から出た血を吸う」ことから。



カーテンを束ねる布…「**タッセル**」といい、ラテン語で留める物を表す「Tassau」に由来しています。もともとは糸を巻きつけたり、糸の周りに糸を吊り下げたもので、中東ではお守りとして帽子の上に付けたりしました。



醤油やソースの入れ物…魚の形などをしているこれは商品名「**ランチャー**ム」といい、現在の株式会社旭創業が開発しました。なお、名前の由来は「ランチ」を「チャーミング」にすることからだとか。



靴下を留めている金属…お店での販売時に靴下を挟んで留めている金属は、広げた時の形がコンパスに似ていることからソックス+コンパスで「**ソックス**」または「**ソクパス**」といいます。

自主防災組織を結成しましょう

自主防災組織とは

「自分たちの地域は自分たちで守る」という自覚、連帯感に基づき、自主的に結成する“共助”のための中核となる組織であり、災害による被害を予防し、軽減するための活動を行う組織です。

結成方法は、次のようなものがあります。

《既にある団体を活用する場合》

- 自治会等の既存の団体を、そのまま自主防災組織として兼ねる
- 既存の団体の下部に、別に自主防災部門をつくり、その部門を自主防災組織とする

《新たな組織として結成する場合》

- 地域住民に働きかけながら、既存の組織とは別に新たな組織を結成する

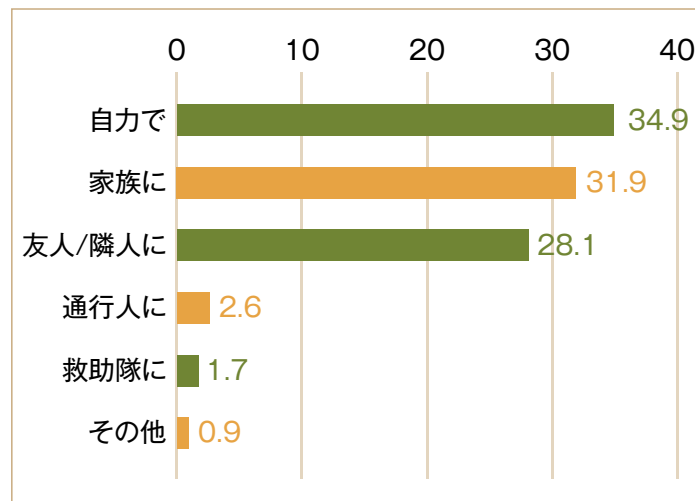
自主防災組織の必要性とは

大地震や広域洪水のような大規模災害時には、建物の倒壊や火災、道路・橋梁等の損壊が同時多発的に発生するほか、電話の不通や電気、ガス、水道等の使用不能等も発生し、消防機関等の活動が著しく制限されたり、対応が遅れたりする可能性があります。被害の拡大を防ぐためには、市や消防署等の対応“公助”だけでは限界があります。

そこで、自分の身は自分で守ること“自助”とともに、地域や近隣の人が互いに協力し合うこと“共助”が必要となります。

平成7年の阪神・淡路大震災では、家屋の倒壊などによる生き埋めや閉じ込められた人のうち、消防などの公的機関の救助“公助”によるものはわずか2%で、多くは、自力または家族や隣人などの地域住民による“自助”“共助”により救出されました。

阪神・淡路大震災における救助活動の主体



日本火災学会
「1995年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」(1996)

出前講座のご案内

市では、自主防災組織の設立促進及び地域の防災意識の高揚を図るため、次のとおり出前講座を行っています。自治会等での防災対策の啓発にぜひご利用ください。

講座名	内容	時間
自主防災組織の設立について	●自主防災組織の活動内容と立ち上げ方について	60分
防災対策について	●自然災害に対する事前の防災対策について ●ハザードマップの見方について ●災害時の情報収集について ●避難行動について	60分

自主防災組織補助制度について

市では、自主防災組織の設立及び活動を促進するため補助制度を用意しています。

補助金の名称	補助額(上限)	内容
栃木市自主防災組織設立補助金	200,000円	防災資機材の購入及び防災訓練の実施に対する補助
栃木市自主防災組織活動補助金	20,000円	

問い合わせ先

自主防災組織の設立に関する相談やわからないことがありましたら、お気軽に危機管理課までご相談ください。
総合政策部危機管理課 Tel:0282-21-2551

ご協賛いただいた皆様への御礼

この度は、広報紙に広告のご協賛をいただき、誠にありがとうございます。本紙は紙面を通じて会員の交流・情報交換はもとより、地域の皆様に自治会連合会の活動をご理解いただき、一層の交流の輪を広げるため発行するものでございます。以上の趣旨をご理解いただき、引き続き広告掲載のご協力を賜りますようお願い申し上げます。【栃木市自治会連合会】

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

備えていますか？

備蓄品リスト

災害発生時、公的な支援物資はすぐに届くとは限りません。電気・水道・ガスなどは利用が困難になります。もしもの時のためにいまのうちに備蓄品を用意して災害に備えましょう。

水 <ul style="list-style-type: none">☑ 水☑ 給水タンク☑ 給水袋	情報 <ul style="list-style-type: none">☑ 携帯の予備バッテリー☑ 手回し充電式ラジオ	調理補助 <ul style="list-style-type: none">☑ カセットコンロ☑ カセットボンベ☑ 缶切り・ナイフなど	高齢者向け <ul style="list-style-type: none">☑ おかゆなど、やわらかい食品☑ 入れ歯洗浄剤☑ 常備薬☑ 老眼鏡☑ お薬手帳☑ 補聴器用電池
食料 <ul style="list-style-type: none">☑ レトルトごはん☑ 缶詰(さば、野菜など)☑ 菓子類	日用 <ul style="list-style-type: none">☑ 懐中電灯☑ ライター・マッチ☑ ロープ・ガムテープ☑ 軍手	清潔 <ul style="list-style-type: none">☑ 簡易トイレ☑ トイレトペーパー☑ ゴミ袋	