



じゅうおう

十王地区

コミュニティセンター

TEL 0238-85-2102

FAX 0238-85-2122



米寿のお祝いに記念品贈呈



会場を盛り上げてくださったのは歌手の井上千春さん



米寿の記念写真コーナー



ご多幸を祈念し万歳三唱

十王地区敬老会開催

長年にわたり地域に貢献された方たちへ感謝の気持ちを込め、十王地区敬老会が9月29日に開催されました。敬老者の皆さんに喜んでいただこうと、今回は身近な場所である十王地区コミュニティセンターを会場に、十王区役員、民生委員、自治振興会運営委員の方たちが協力しての開催です。お世話になった先輩たちへの心を込めたおもてなしが会場を温かく包み、参加者 88 名が楽しい時間を過ごしました。

6・7・8 町内合同防災訓練実施



10月4日、大地震発生を想定した防災訓練が行われました。対象地域は十王6・7・8町内です。

コミュニティセンターが避難所となった際には、山峡グラウンドに車中泊等も想定されます。そのため今回の訓練は、車での避難も含めた内容で行いました。

まず、消防車による避難訓練開始の広報とともに、対象住民の皆さんが徒歩又は車で十王地区コミュニティセンターまで避難。車での避難者は、安協役員の誘導のもと、グラウンドに車を駐車しました。町内長、組長が避難者の確認を行った後、自主防災会長に報告を行い、避難行動の一連の流れを確認しました。

その後行われたのは、消火栓からの消火訓練、水消火器による初期消火訓練です。消防署職員、消防団の皆さんから操作方法や注意点など、いざという時の対応を教わりました。

訓練の最後は、白鷹町役場総務課地域防災マネージャーの橋本和彦氏による防災講話が行われました。内容は十王地区で想定される災害や、それに対する備え等です。詳細な資料を交えながら説明を受け、参加者の防災に対する知識も深まったようです。

オレンジカフェ



10月7日のオレンジカフェは、第一生命の方を講師に迎え、「絆ノート」の書き方について教わりました。自身に万が一のことが起きた際の備えと、家族との絆を深めることを狙いとして作られた「絆ノート」。これまでの人生の振り返りや、地域や家族との繋がりを再確認することが出来ます。参加者からは「難しい内容もあったが、考えを整理するきっかけになった」とのご感想をいただきました。

講習のあとは、お待ちかねの昼食タイムです。今回は、秋を感じるメニューを楽しんでもらおうと、芋煮や栗ご飯、季節の果物などを、オレンジカフェスタッフの皆さんに調理していただきました。料理は今回も好評で、芋煮のお代わりが続出。美味しい物を食べながら、和気あいあいとした時間を過ごしました。



防災コラム

「備えない防災」 フェーズフリー

みなさんは、フェーズフリーという言葉聞いたことはありますか？

フェーズフリーとは、「日常時（平常時）」と「非常時（災害時）」の区分けをなくし、いつも使っているモノやサービスを、もしものときにも役立てることができるという考え方で、「備えない防災」とも呼ばれます。

防災と聞くと「特別な備え」をイメージしてしまう人は多いのではないだろうか？ 少し前まで備蓄品や防災グッズといえば、長期保存のきくアルファ化米や、軍手・カイロ・食料・水・薬などが全部まとまって入っている非常用持ち出し袋、手動で発電させるラジオのついた懐中電灯などが多く販売されていました。このような防災グッズは、押入れの奥にしまいこみ、準備していることに満足・安心して、使わないまま劣化したり期限が過ぎていたり。

これに対しフェーズフリーは、日々の買い物やライフスタイルの選択だけで、自然と災害時の備えにしようとする考え方で、普段使いのモノを災害時にも役立てようという概念です。以前、このコラムでも紹介した『ローリングストック』や『防災ライフハック』もフェーズフリーの考え方を実践する具体的な方法です。他にも、普段の食卓で鍋料理を楽しむために使っているカセットコンロや、アウトドアやレジャーで使用しているものも、災害時には大いに役に立ちます。EV車にするのもフェーズフリー。

まずは日々の生活の中で、「停電になったらどうするか」を考えてみてください。停電になると、お店もガソリンスタンドも閉店するかもしれません。そんな時に、今家にあるもので何日暮らせるのか。何が足りないのか。灯りは？ トイレは？ 停電でも生活の質をできるだけ下げない工夫を、今、身の周りにあるものを、フェーズフリーの視点で見つめ直してみてください。

地域防災マネージャー 橋本和彦

白鷹町地域おこし協力隊 企画イベントのご案内

命の循環を味わう 森の芋煮会

～ブラックバスが育てる芋煮を、山の中で食べる～



11月8日(日) 10:00-14:00

※里芋掘り体験の希望者は 8:30集合

場所：上の台公園（白鷹町横田尻6222-1）
雨天時は蚕桑地区コミュニティセンターさくらホール

参加費：ひとり1,000円

定員：20名（先着順）

当日の流れは
裏面をご確認ください

○主催 白鷹町地域おこし協力隊 丸山泰史

○申込み/問合せ ☎ 080-9532-1597 (丸山)

～当日の流れ～

8:30 里芋掘り体験（希望者のみ）

※長靴と軍手を持参

（素手でも可、場所は改めて連絡）

10:00 芋煮会やブラックバス肥料の説明

10:15 芋煮、おにぎりの調理開始

※かまどの火起こしからスタート！

12:00 芋煮会の開始

（頃合いを見てカレーうどんにしたり、
マシュマロを焼いたりする）

14:00 終了予定

～森の芋煮会とは？～

森の良さを気軽に体感できる場をつくるために、地域おこし協力隊の丸山が企画。芋煮には、最上川で駆除したブラックバスの肥料で育てた里芋を使うことで、山・里・川・海の“命の循環”を感じる、白鷹町ならではの芋煮会を目指している。

お申し込み・お問い合わせは
十王地区コミュニティセンター TEL 85-2102

白鷹町誕生記念地区対抗駅伝競走大会
＜十王チーム 第4位＞

地区だより11月号で大会の様子をご紹介します

11月のオレンジカフェ

日 時 11月5日(木) 午前11時～午後1時

場 所 山峡紅の里

内 容 マジックショー など

昼食メニュー きのこと混ぜごはん など

参加費 300 円

※福祉バスご利用の方は 600 円になります。

お申込みは 10 月 23 日(金)までお願いします。

十王味噌作り参加者募集

無添加で美味しい手作りみそを作ってみませんか？作る量は 10 キロと 5 キロでお選びいただけます。お申し込みは十王地区コミュニティセンター(85-2102)まで。

申込期間 10月19日(月)～11月6日(金)

※お申し込みの際に、準備内容等の詳細をお伝えします。

開催日時 12月20日(日)午後13:30より

※受付順に時間をずらしてご案内します。

参加費 5キロ 700円

10キロ 1,400円

生涯学習事業

ハンドマッサージワークショップのご案内

日 時 10月24日(土) 午前10時～

場 所 山峡紅の里

講 師 小林 加代 氏

参加費 500 円

引き続き参加者
募集中です！

これからの予定

10月24日(土) 生涯学習

ハンドマッサージワークショップ

10月31日(土) 子ども教室

ハロウィンの工作

11月5日(木) オレンジカフェ

11月13日(金) 町内長会

11月23日(月・祝) ふれあいもちの会

12月20日(日) みそ作り

～白鷹東駐在所のお知らせ～

令和8年度全国地域安全運動

及び安全安心なまちづくり

令和8年10月11日(日)から20日(火)までの10日間、「全国地域安全運動」が実施されます。

○特殊詐欺被害を防止するために

国際電話が特殊詐欺の犯行に利用されています。国際電話対策をしましょう！

・固定電話なら・・・国際電話利用休止の
申込み

・携帯電話なら・・・警察庁推奨「特殊詐欺対策
アプリ」の利用

○地域防犯力の強化

地域全体の防犯力を高めましょう！

・「ながら見守り」等によるソフト面の防犯対策

・防犯カメラ等の防犯設備の整備などによる
ハード面の防犯対策

○犯罪に加担しないために

・闇バイトは犯罪です。先輩や友達からの
誘いでも応じないようにしましょう。

・銀行口座を売ったり、スマートフォンを他人
に売り渡すために契約することは犯罪です。

・警察はあなたと周りの方の安全を必ず
守ります。不安があれば、相談しましょう。

○確実な施錠による自転車盗の被害防止

自転車盗被害が増加しています。自転車には
必ず鍵をかけましょう！



防犯用品購入キャンペーンを
実施中です。防犯カメラや迷惑
電話防止機能付き固定電話機
の購入などが対象です。



※詳しい内容はそれぞれの QR コードからご覧ください

長井警察署 TEL 84-0110

白鷹東駐在所 TEL 85-2046