

平成28年11月

城南区子どもプラザ通信



みんなのひろば

福岡市城南区鳥飼5-2-25 城南保健所2階

電話・FAX 092-831-4212

URL <http://jyonanplaza.com/>

発行者：地域ぐるみの子育てをすすめるひだまりの会

(城南区子どもプラザ運営受託者)



プラザからのお願いです。

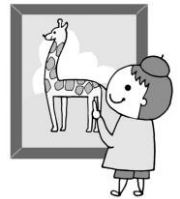
お子さんやお母さんの体調が悪い時は、プラザの利用をお控えくださいますよう、お願いいたします。

※抵抗力の弱い赤ちゃんや、免疫力が下がっている妊婦さんへの配慮をよろしくお願いいたします。



いざという時慌てないために

～ミニ防災教室を開催しました～



城南区子どもプラザでは、定期的に子育てに関するミニ講座や皆さんが興味を持てるような講座を企画し開催しています。

最近、各地で震災などのニュースを目にすることも増え、災害を自分自身のことと捉え、いざという時に慌てないようにするには、どうすればいいのかというお声を聞くことも増えました。

そこで今回、9月末に男女・子育て環境改善研究所に所属されている富山万里子先生をお迎えしミニ防災教室を行い、防災について楽しく学びました。この日は、朝から大雨でしたが、13人の方が参加して下さいました。

富山先生のお話は、ご自身の体験談を交えながらの楽しい内容で、参加した方も思わず笑ってしまう場面もありました。また先生のお話だけではなく、参加者も一緒に防災について考える内容になっていて、あっという間に時間が過ぎました。

最初に、先生が用意された「防災の備えチェック」を皆さんにしてもらいました。

- *災害が起きた時の避難について、家族で話をしたことがありますか。
- *避難場所を知っていますか。
- *地域の防災マップ（ハザードマップ）を見たことがありますか。
- *住んでいる地域で過去にどんな災害があったか知っていますか。
- *家族が寝る部屋に大きな家具を置いていないですか。
- *家具の上に、重たいものを置いていませんか。*テレビは、固定していますか。
- *消火器はありますか。*消火器の使い方を練習したことはありますか。



*排水口が詰まってないか点検していますか。
*非常持ち出し品を準備していますか。
*災害伝言ダイヤルを知っていますか。
*地域の防災訓練や、心肺蘇生法、AEDなどの救命救急訓練に参加したことはありますか。
*火災や台風・地震などの自然災害が起きた時に備えて、住宅や家財の保障に入ってますか。
いかがですか。皆さんは、どのくらいチェックができましたか。私は半分もチェックが付きませんでした。

次に、先ほどの項目についてそれぞれ詳しく説明をして頂きました。

今回、防災マップ（ハザードマップ）城南区版、早良区版を用意して、皆さんに実際見てもらいました。福岡市は、区ごとに防災マップがあり、避難所や浸水の予想区域などが載っています。詳しくは、福岡市ホームページの防災という項目から見られるようになっています。城南区版は、区役所のロビーにも置いてあります。ご自身の住んでいる周辺以外にも日頃よく行く場所やご主人の勤め先などもチェックしておくことが大事だそうです。



みなさん、熱心にお話を聞いています

また、自分の住んでいる地域が、川から離れた場所だから安心と
思っている、局地的大雨が多い昨今、市街地に降った大雨が、
マンホールなどから地表にあふれる内水氾濫で浸水する可能性も
あるという事を教えてもらいました。

途中、グループごとに非常持ち出し品で、絶対にいれておくもの、余裕があったらいれておくものを話し合って紙に書いてもらいました。どのグループもオムツ、おしりふき、ミルクなどまずは、お子さんの持ち物で、自分のものは、後回しという考えの方が多かったです。しかし先生は、お母さんが何かあったらお子さん一人では生きていけないので、お母さんが必要なものをしっかり持っていく事が大切だと言われていました。（ちなみに、東北の震災の時に、子育て中のお母さんが欲しかったものベスト3は、パンティライナー・化粧水・石鹸だったそうです。）

また、日本てぬぐいは、薄くて、たたんでもかさばらない、包帯やマスク、オムツかわりになるので、持っているると便利だそうです。

非常持ち出し品を用意したらそのままにしておきがちですが、オムツなどは、お子さんが大きくなって使えなくなることがありますし、食品には、賞味期限がありますので、半年に一回は見直しが必要です。

最後に、非常食の食べ比べをしました。今回用意したのは、わかめご飯、五目ご飯、スーパーなどで売っている普段は温めて食べる白ご飯、硬パン、サバの味噌煮2種です。わかめご飯と五目ご飯は、災害用非常食なので、中にスプーンと脱酸素剤が入っていました。お湯で戻して食べるのですが、水で戻したらどうか、お湯の量を多めに、離乳食として代用できるかなど行いました。思っていたより五目ご飯は、香りもよくて美味しく食べられました。

普段は温めて食べる白ご飯をそのまま食べられるかどうかを試してみましたが、皆さん大丈夫と食べていました。



便利で味のよい物がたくさんあります。

今回のミニ防災教室に参加して下さった方の災害に対する意識が高く、先生も驚かされていました。

災害は、いつやってくるかわかりません。いざという時に慌てないよう、なにもない日常のうちに、余裕をもって備えておく事が大切なんだと実感しました。皆さんもご家族で話し合ってみてくださいね。

（報告 石井 三紀）

11月プラザカレンダー

※()内は保健所の行事です

日	月	火	水	木	金	土
		1 堤プレーパーク 10:00~12:00	2	3 (文化の日)	4 鳥飼プレーパーク 10:00~12:00	5 休所日
6	7	8 保育士・栄養士相談 14:00~16:00	9 (3歳児健診)	10 (1歳半健診)	11 (4か月健診) 積み木で遊ぼう 10:00~12:00	12 休所日
13	14	15 (離乳食教室) 堤プレーパーク 10:00~12:00	16 (3歳児健診)	17 (1歳半健診) 鳥飼プレーパーク 10:00~12:00	18 (4か月健診)	19 休所日
20	21	22	23 (勤労感謝の日)	24 ママの女子会 10:00~12:00	25	26 休所日
27 ベビーケア 14:30~15:30	28 休所日	29	30			

*屋外型ひろば 堤プレーパーク

11月 1日 (火) 10:00~12:00

11月 15日 (火) 10:00~12:00

★場所：堤公園 (樋井川7丁目18)

(予約不要、来年3月まで雨天時は中止)



*屋外型ひろば 鳥飼プレーパーク

11月 4日 (金) 10:00~12:00

11月 17日 (木) 10:00~12:00

体をう~んと動かして、体と心を
心地よさで満たしてあげましょう♪

★場所：鳥飼南公園 (予約不要、雨天時中止)

*保育士・栄養士相談日

11月 8日 (火) 14:00~16:00 (予約不要)

保育士さんや栄養士さんに気軽に相談できる日です。

*積み木で遊ぼう

11月 11日 (金) 10:00~12:00

プラザのとなりに積み木のお部屋が登場♪

積んで崩して思い思いに楽しんでね。

★場所：城南保健所2階会議室 (予約不要)



*ママ自主企画「ママ達の女子会」

11月 24日 (木) 10:00~12:00 (出入り自由)

楽しくおしゃべりしませんか♪

★場所：城南保健所2階会議室 (予約不要)

託児はありませんが、マットやおもちゃを
用意しています。

*ベビーケア

11月 27日 (日) 14:30~15:30

赤ちゃんに優しく触れながら、
親子で穏やかな時間を過ごしませんか♥

★講師：三原詔子さん 参加費：無料

対象月齢：2ヶ月~7ヶ月

定員：10名

(先着順 要予約：11/1 受付開始)

申し込み方法：子どもプラザへ電話、または
来所の際、申込用紙にお名前を
ご記入下さい。

※大判のバスタオルを1枚ご持参ください。

※予防接種後、24時間以内のご参加はお控え下
さい。

※お子様1人につき、1回のご利用となります。

来月の予定

12月 6日 (火) 堤プレーパーク

12月 8日 (木) 鳥飼プレーパーク

12月 13日 (火) 保育士・栄養士相談

12月 16日 (金) 積み木で遊ぼう

12月 20日 (火) 堤プレーパーク

12月 20日 (火) 小児科医と話そう