

第159回 いきいきサロン

中井町内会・いきいきサロン担当／山中 国之

日 時 : 令和2年10月14日(水) 午後1時～同3時

場 所 : 中井公会堂

1 特殊詐欺報告 / 門脇 正彦

*最近のテレビ放送で、「特殊詐欺事件が、昨年度の2倍」と報告されています。

*374号 骨折も、バスでの転倒事故に注意！

- ・バス乗車中に空いた席に座ろうとしたところ急停車し尻餅をついた。
急ブレーキが掛かり、転倒し、足を骨折した。

- ・一言アドバイス／走行中は出来るだけ着席し、立っている場合は手すりや、つり革を
しっかり握りましょう。

*375号 「国際ロマンス詐欺」に注意！

- ・SNSで知り合ったアメリカの軍医だと言う男性からメールを貰うようになった
退役したら伴侶を得たいと言われ心を許してしまった。

お金と金塊を送るので受け取ってほしいと言われ、保険料と送料1500ドル
を送金した。その後「空港で止められたので、通すためクリアランス料が200
万円必要」と振り込んでしまった。

- ・一言アドバイス／外国人との交際で、このような事件の相談が多発しています。
「変だな」と感じたらお住まいの自治体の「消費生活センター」等にご相談を！

— 疑問を感じたら下記へお電話下さい —

岡山中央警察署・086-270-0110、消費生活センター・局番なし188

私たちが知らない、生活便利情報 !!

2. 桃太郎のまち岡山コンポスト / 岡山市環境局環境部環境事業課資源環境推進部 主任 近藤康弘

生ごみリサイクルで減量、一家に一台コンポスト

* ホームセンター「タイム」で無償配布（岡山市内住民） 近辺タイム高屋店

生ゴミを1カ月入れ、40日熟成させ、出来上がった生ゴミはまた、タイム高屋が引き取ってくれる。その時500円ポイントの買い物割引券が進呈されます。

詳しくは「桃太郎のまち・岡山コンポスト、ハンドブック」を参照下さい。

— 新型コロナ騒動から、打ち勝つ生活術 —

3. 生活不活発病から抜けだす・・・3つの「活」とは？

— 避難とは！「知っておくべき 5つの ポイント」—

* 出典／内閣府「防災担当」、「消防庁」 *

- 1 「避難とは」・難を避けること・・・安全な場所を確認すること。
- 2 安全な避難先とは、「小中学校」、「公民館」だけではありません。
安全な親戚、知人宅など平時に情報収集しておきましょう。
- 3 避難所には、マスク、消毒液、体温計が不足します。必ず携帯しましょう。
- 4 指定の避難場所が変更されることがあります。時々ホームページで確認しましょう。
- 5 豪雨時の野外の移動は、車も危険です。
やむをえず車中泊する場合には、周囲を十分に確認してください。

4. 今のうちに、自宅の安全を確認しましょう !

ハザード、マップで展開します。ハザード・マップは公会堂西側壁に掲示。

スタート



ハザードマップで自宅が何処にあるか確認し、印をつける



災害の危険があるので、外部避難が必要である

↓→例外・危険区域の外にある

ご自身、関係者と一緒なので、時間がかかりますか

↓→安全な場所に住み、知人・親戚がいます

安全な場所に住んでいる親戚、友人がいますか

↓→平生、安全な親戚、友人を探しておく

警戒レベル3が出たら、安全施設に避難しましょう

↓→警戒レベル4が出たら指定施設、知人・親戚に避難しましょう

やっと安心 ! ! !

5. 事前の備え「備えあれば、憂いなし」

*避難所に避難するだけでなく、危険性のない場所を事前に検討しておきましょう。

*自宅の安全な2階、そして屋根に出られるよう検討しておく。

*避難に持参する「非常持ち出し」を準備しておく。

⇒一般の非常持ち出しは、一括で持ち出しできるよう準備。

⇒特に、感染防護用品・マスク、除菌シートも。

⇒安全具・軍手、懐中電灯、各種充電器、ヘルメット・

6、避難所での過ごし方「3つの密を避けましょう !!」

- *密閉空間⇒1時間に1回は換気する。
- *密集場所⇒避難者同士の距離を保つ。
- *密閉場所⇒近距離での会話、発声は最低限に。

7. 大森健一町内会長からの、お礼とお願い !!

皆さんでの話合い、有難うございました。コロナ感染の心配の中、皆さんが元気に過ごせており何よりです。

ご承知の通り、高島学区はここ何年も災害とは無縁で危機感を誰も感じておりません。そこで平素から、これに備える準備が必要です。地震・台風による水害などが発生すると、我々高齢者は自力では避難できないことが起こります。

前年度には岡山市からの補助金を頂き、一回目の防災講習会(42名参加)を実施しましたが、次回には8月(学校の夏休みを利用)に、開きたい考えています。

防災意識がご家族全員に伝わるよう、皆さんからは是非ご子息、お孫さんに呼びかけていただきますよう、よろしくお願ひします。

— その他、会員から「有益な、生活情報」を頂きました、有難うございました。 —

— 十分な準備は、いざ危険に遭遇しても、驚きません —

— 頭の体操 —

幹事連中、知恵を絞って「頭の体操」を準備しましたが、「危険防止」に時間を消費してしまいました、皆さんにプリントをお渡し来月の宿題とします。来月答え合わせをいたします。

7.お楽しみ・抽選会

今回岡山市役所から「社会福祉協議会」を通じて、「いきいきサロン」活動支援金を頂きました。国の「一人10万円の支援金」が、あまり経済効果を発揮できていません。

私たち地方社会こそ、「向こう三軒、両隣り」の、私達高齢者が率先するよう、全員に「お茶菓子」を配布し、楽しい隣組を実践していただくことといたしました。

8.出席者

大森武生、健一 町内会長、茂子、裕子、紀子、幸子、満寿子、門脇正彦、河原二三子、梶田恵美子、国藤勝江、青井幸子、山崎清子、山中国之、岩坪郁子、実盛泰子、樋口政恵、近藤康弘

出席者 18名