

「水害防ぐ」土のう設置訓練

市民、消防、市役所 約130人

連携強化 炊き出しも



本格的な雨期を前にした5月28日、川口市民公園で消防団、女性防火推進隊、消防本部、市役所が合同の水防訓練を行いました。

「積み土のう工法」に取り組み消防団員たち



土のうを作る消防隊員たち

同訓練は、水防工法の基礎的な技術の習得から水防体制の強化を図ろうと、毎年実施されています。約130人の参加者は7つの小隊に分かれ、「訓練はじ

め」の号令を合図に、6小隊が水防工法訓練、女性防火推進隊による1小隊が炊き出し訓練を開始しました。水防工法訓練では、はじめに、互いに協力しながら、シヤベルで土を袋に詰めて土のうを迅速に作ります。その後、各小隊が3つの工法を手分けして実践。堤防から溢れ出す水を食い止める「積み土のう工法」や、水が噴出する箇所に土のうを円形に積み上げ、噴出口と河川の水位差を縮小することで漏水を抑える「釜段工法」など、それぞれの状況に応じた水防工法を確認していました。

筋力維持が元気の秘けつ

骨や筋肉などの衰えから介護が必要になるリスクが高まるロコモティブシンドロームを予防しようと、「ロコモチャレンジ教室」が6月20日、志水公民館で開催されました。

同教室は、ボールなどの運動補助具を使う「3B体操」で、筋力をつけ、体のバランスを改善することで健康寿命を延ばしてもらうと同公民館が企画。講師には、日本3B体操協会の松原洋子さんを招きました。はじめに、参加者は音楽に

ロコモチャレンジ教室

合わせて準備運動。椅子に座った状態や、大きな鏡の前で自分の体の動きを確認しながら全身をほぐしていきます。その後、ボールを持って体をひねるバランストレーニングや、ベルターというゴムチューブのような道具で関節の可動域を広げ、正しい姿勢の維持を目指すなど、基礎体力の向上に励んでいました。最後に、松原さんは「筋肉は『貯筋』ができません。筋力作りを日々少しずつ続けてください」と、日常での健康づくりの大切さを訴えていました。



鏡の前で体をほぐす参加者たち

まちの話題

このページでは、市民の皆さんの活躍やまちの話題などを紹介しています。身近な話題や、広報紙についての意見を、秘書広報課までお寄せください。

胸骨圧迫の練習に取り組む児童たち



人が倒れた▶大声で助け呼び119番

児童52人 心肺蘇生法学ぶ

6月13日、有都小学校で救急隊員による応急手当講習が行われ、5～6年生の児童52人が応急手当の仕方を学びました。

はじめに、隊員が全国で年間約6万人が「心臓突然死」で亡くなっている現状を説明し、「倒れている人を見かけたら、声をかけて応急手当を行ってください」と呼びかけました。

そして、身近な人が急に倒れたという想定で応急手当の手順を再現。大声で助けを呼び119番通報をするように

指示した後、心肺蘇生訓練用の人形を使って胸骨圧迫やAED（自動体外式除細動器）の操作を児童たちの前で実践しました。

続いて児童たちが、心肺蘇生のトレーニング教材「あっぱくん」を使った胸骨圧迫の練習や、AEDの操作方法を確認しました。

胸骨圧迫の練習では、ハート型のスポンジを1分間に100回のペースで圧迫。一定のペースが大切になるため、2人1組で交互に圧迫する練習にも取り組んでいました。

多面指しで子どもたちと対局する佐藤九段

第18回佐藤康光杯争奪将棋大会

次の一手考え真剣勝負

八幡市出身のプロ棋士、佐藤康光九段にちなんで「第18回佐藤康光杯争奪将棋大会」が6月19日、文化センターで開催され、市内外から5～81歳の計249人が参加しました。

同大会は、佐藤九段が第56期名人位を獲得したことを記念し平成11年から始まり、今年で18回目を迎えました。

佐藤九段から対局開始が告げられると、会

場は緊張した雰囲気に入れられ、二段以上のA級から小学3年生以下のジュニア級2まで、5階級に分かれた参加者たちは次の一手を考えながら真剣勝負を繰り広げました。

佐藤九段は各階級の様子を見て回った後、一度に12人の子どもたちと対局する多面指しを実施。終局後は、勝負の分かれ目となった一手など、一人ひとり丁寧に指導していました。

多面指しで佐藤九段に勝利した京都市在住の谷口壮真くん(8)は「初めは定跡通りにできているか分からなかったけれど、最後にはうまくいったよかったです」と笑顔で話しました。

