



集い・学び・そして地域の輪を広げよう!!



# みくりや 御厨 令和5年 10月度 交流センターだより

磐田市御厨交流センター  
磐田市鎌田1876

TEL32-3050 FAX32-0057

Email: mikuriya-koryu@tiara.ocn.ne.jp

## 9月3日 総合防災訓練～災害時初期対応などの訓練～を実施しました

南海トラフ巨大地震が発生、地震発災直後を想定し、身の安全確保から避難・安否確認、救出・救助等の災害初期対応を中心に自主防災会での課題を検証し、その対策を図っていく事を目的に自治会（自主防災会）ごとに実施しました。

午前9時、同報無線による「総合防災訓練」が放送され「災害時初期行動訓練」を開始しました。安否確認報告後、演習内容に基づき自主防災会組織機能訓練を実施しました。今回の訓練では「宝くじの助成金」で整備したトランシーバー（デジタル無線機）を使い単位自治会ごとに自治会避難場所（公会堂）と地区内の情報伝達訓練を行いました。災害発生時は、携帯電話等が通じにくくなることが想定され無線による情報伝達を行い防災機材の配備、防災会ごとの情報共有、避難場所間の情報交換等を敏速に行い地域住民が安心して安全に避難行動ができるようにするものです。



外部アンテナの組立て



御厨公会堂の外部アンテナ



トランシーバー DPR7S



自主防災会長に安否確認報告



自治会員も参加して消防ポンプの運転テスト

## 令和5年度 秋の全国交通安全運動を実施しました

実施期間 令和5年9月21日から9月30日まで

主要行事 9月21日（木）運動初日広報街頭指導の日  
9月26日（火）自転車の交通事故防止強化の日  
9月30日（土）交通事故死ゼロを目指す日

- 運動の 1 こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保  
重点 2 夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶  
3 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底  
4 交差点での交通事故防止



### 9月8日 子育てサロン「うさぎっ子」

うさぎっ子は、毎月第2金曜日（8月は第1金曜日）開催  
時間10:00～11:30 参加費 無料 事前申し込み不要  
0歳～未就学児の子どもたち、みんな遊びに来てね! 🐰



### 9月28日 高齢者サロン「なかよし会」

なかよし会は、毎月第4木曜日（11月・12月は第3木曜日）開催 時間9:30～11:30 参加費 無料  
事前申し込み不要 高齢者の皆さん交流の輪を広げましょう! 参加待ってます。マジックで盛り上げ、サクソフォンの音色にいやされ楽しいひと時を過ごしました。





## 9月21日 講座『体は何でできているの?』～体組成計の測定と栄養相談～

体組成計を使って「脂肪」「筋肉」「骨」など「体組成」を測定・チェックして自分の体の状態を確認していただき結果の見方、自分にあった健康の増進方法を管理栄養士さんと考えました。



**10品目中、1日7品目以上を目標に!**

さあにぎやか (に)いただく(10品目)のうち、  
**7品目以上**をめざしてとりましょう

※10品目のうち、

ほぼ毎日食べる食品の数が多くほど、  
たんぱく質の摂取量が増す、とされています



## 兎山公園 調整池の外来植物（オオフサモ）大繁殖問題・駆除作業が始まりました



オオフサモは南アメリカ原産の多年生の抽水植物で日本では特定外来生物、侵略的外来種ワースト100に指定されています。

農業用排水路に繁茂すると通水障害を引き起こしたり溜池などでも維持管理作業に影響を及ぼします。同じ生息環境の在来生物を駆逐してしまうなど生態系に影響を及ぼします。

## 「ふるさと広場・御厨お楽しみ会」同時開催のお知らせ

令和5年度の「ふるさと広場」「御厨お楽しみ会」は、大人も子どもと一緒に楽しむことができるイベントにしたい、毎回お手伝いいただく役員・運営委員の負担を減らしたい、例年以上の賑わいを創造したいとの思いから同時開催することにいたしました。開催内容につきましては回覧、交流センターLINE（知ろうよ行こうよ）でお知らせいたします。サークル発表・作品展示・ミニSL乗車・ゲーム・模擬店・駄菓子屋などを計画しています。皆さま是非お越し下さい。

### 「ふるさと広場・御厨お楽しみ会」同時開催

日時 令和5年11月26日（日）午前9：30～12：00

会場 御厨交流センター体育館・本館・グラウンド

主催：御厨地域づくり協議会

共催：文教部会・地域福祉部会

消防団見付方面隊第4分団

御厨交流センター



知ろうよ行こうよ  
QRコード

### 11月の会議・講座・行事・その他

日	曜	行 事	時間	場所
6	月	市長と市政について語る会	19：00	磐田市役所西庁舎
9	木	第8回御厨地区自治会役員会	19：00	御厨交流センター
9	木	御厨交流センター自衛消防訓練	15：00	御厨交流センター
10	金	子育てサロン『うさぎっ子』	10：00～11：15	御厨交流センター
12	日	秋の環境美化統一行動（通称：空き缶ひろい）	8：00～9：30	御厨地区
12	日	東部ブロック ウォーキング大会	8：30～12：30	御厨地区
16	木	高齢者サロン『なかよし会』 楽しく紙芝居	9：30～11：30	御厨交流センター
16	木	地域包括支援出張相談 ～高齢者の総合相談窓口です。～	9：30～11：30	御厨交流センター
19	日	第26回ジュビロ磐田メモリアルマラソン	8：20～12：30	磐田市内
23	木	地域防災部会：静岡県地震防災センター体験学習	9：00～14：30	静岡市葵区駒形通
26	日	「ふるさと広場・御厨お楽しみ会」同時開催	9：30～12：00	御厨交流センター