

みんなのわ



子育てと防災

防災士
わくわく実験工房代表
マチナカ菜園代表

糸日谷美奈子

防災というと防災バックを準備し、備蓄品を購入することを真っ先に思い浮かべがちですが、災害が発生した瞬間に生き残る行動をとることが一番大切です。自宅で大きな地震が発生したとしたら、家の中に何も倒れてこない安全地帯があるでしょうか。子どもたちは家で地震が発生した時、安全な場所がどこなのか知っているでしょうか。避難訓練は学校だけが行うものではなく、家庭内で行ってもいいのです。年に1度でも子どもたちと避難訓練をしてみてください。それが子どもたちの防災知識の備蓄になります。

11年前の3月11日、東日本大震災のあの日。岩手県の沿岸地域の中学校に勤めていた私は、地震が発生した瞬間は外に避難はしたものの、立っていることができず、叫びながらその場にしゃがみこんでいました。震度6弱の揺れでしたが駐車場のワゴン車が飛び跳ね、地面がぐにゃぐにゃ歪み、体育館では照明が落ちてきたと後になって聞きました。3分ほどの大きな揺れが収まり始めると、避難所に向かって走り出す生徒のすがたがありました。普段の避難訓練ではもちろんクラスごとに整列して避難していましたが、その時は部活動の準備時間。生徒も教師もバラバラの場所での地震発生だったため、それぞれが判断して行動に移しました。災害時の判断に必要なものは何でしょうか。それはこれから起こりうることを具体的に知ることです。当時の勤務校では東日本大震災の約2年前から総合の時間で防災学習を行っていました。その学習の中で、昭和や明治の過去の地震で高さ12mの津波が地震後30分で到達することを学んでいました。これは校舎の3階の天井の高さに匹敵します。また、津波が到達する時の速さは時速36kmと言われており、この速さには全力で走っても敵わないことも学んでいました。事前の学習で学んでいたため、生徒は学校に逃げてはいけないと、高台に走り出したのでした。

さて、千葉市で考えた場合どんなことが起こりうるのでしょうか。実は災害時亡くなる人の人数や、被災内容など、地域ごとに想定されているということを知っていましたか？そして、その想定は誰でも知ることができるのです。ぜひ『地域防災計画』を確認してください。自分の居住地の被害想定がされています。具体的な被害想定を知ることで、どこに避難するべきか、何を備えるべきなのか見えてくるはずです。そして、備蓄品と聞くと、缶詰や水などを想像すると思うのですが、ぜひ今ある備蓄品の中に自分の嗜好品や家族の嗜好品を入れてください。大きな災害が起きたときには、心が折れそうになったり、苦しくなる時期が必ず来ます。そんな時に、自分の気持ちをあげるアイテムがあれば少しは気持ちが楽になるのではないのでしょうか。泥の掻き出し作業をした後に冷たいビールが飲めたら「今日も頑張った！」と思えるような気がします。子どもたちだって、ちょっと疲れたときに大好きなおやつを食べられたら、なんだか穏やかな気持ちを取り戻せるのではないのでしょうか。命をつなぐ備蓄もちろん大事ですが、心を守る備蓄もぜひ加えてほしいのです。

千葉市で30年以内に震度6弱以上の地震が起こる可能性は62%と言われていています。ということは、私たちや子どもたちが生きている間に災害は起こるのでしょう。

この文を読んだ皆さん、災害の瞬間に生き残る覚悟を決めてください。

今日、家族と災害が起きたときの話をしてください。

その行動も気持ちの防災備蓄になるはずです。



9月の予定

新型コロナウイルス感染状況により内容に変更がある場合がございます。詳しくはHP・Twitterにてご案内致します。ご理解いただきますようお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
 子育て支援館HP QRコード	※子育てコンシェルジュ出張相談 ～保育園認定こども園・幼稚園入園について～ 予約制14:15～15:30（お一人様15分程度）予約時に時間をお知らせします。当日も空きがあれば対応いたしますので気軽にお問い合わせください！			1	2 いす 〔オンライン〕 保育園のお話 育児・保健相談	3 心理・発達相談
4 お父さんと遊ぼう 心理・発達相談	5 育児サークル講習会	6 休館日	7 ひよこ(ﾌﾟﾚﾏﾏ・ﾊﾞﾊﾞ) なごみひろば 育児・保健相談 アレルギー相談	8 小うさぎ① うさぎ②	9 いす 骨盤調整講座 育児・保健相談	10 心理・発達相談
11 なごみひろば 双子ﾌﾟﾚﾏﾏ 心理・発達相談	12 〔オンライン〕 むし歯予防講座 ※子育てコンシェルジュ出張相談	13 休館日	14 ひよこ(ﾌﾟﾚﾏﾏ・ﾊﾞﾊﾞ) なごみひろば 育児・保健相談 アレルギー相談	15 ぼんだ	16 いす 育児・保健相談	17 心理・発達相談
18 サンデーひよこ (ﾌﾟﾚﾏﾏ・ﾊﾞﾊﾞ) 子どものための 音楽会 心理・発達相談	19	20 休館日	21 ひよこ(ﾌﾟﾚﾏﾏ・ﾊﾞﾊﾞ) なごみひろば 育児・保健相談 アレルギー相談	22 うさぎ① 小うさぎ②	23 育児・保健相談	24 心理・発達相談
25 心理・発達相談	26 〔オンライン〕ナチュ ラルフォト講座 ※子育てコンシェルジュ出張相談	27 休館日	28 ひよこ(ﾌﾟﾚﾏﾏ・ﾊﾞﾊﾞ) なごみひろば 育児・保健相談 アレルギー相談	29 ぼんだ	30 いす お話「花かご」 育児・保健相談	

わいわいひろば

サンデーひよこ（2か月～おおむね6か月）
18日（10:00～10:30）
定員：8組＋プレママ・ママ2名（担当：吉村）
※内容等は通常のひよこと同じです。

ひよこ（2か月～おおむね6か月）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
7日・14日・21日・28日
（10:00～10:30）
定員8組＋プレママ・パパ2名
（担当：森田）

りす（おおむね7か月～11か月）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
2日・9日・16日・30日
（10:00～10:30）
定員8組（担当：松本）

小うさぎ（おおむね1歳～1歳4か月）
うさぎ（おおむね1歳5か月～1歳11か月）
「つくって遊ぼう！」
8日 小うさぎ① うさぎ②
22日 うさぎ① 小うさぎ②
（①10:00～10:40②10:50～11:30）
定員8組（担当：東原）

ぼんだ（おおむね2歳以上）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
15日・29日
（10:00～10:40）
定員8組（担当：黒川）
★ぼんだは「かつらぎ民話を語る会」の
紙芝居もありますよ!!

※ひろば開催中は参加者のみのご利用となります。

わいわいひろば お申込みについて

9月1日～15日開催分・・・8月15日午前9時より受付開始
9月16日～30日開催分・・・9月1日午前9時より受付開始

- お申し込みは、館内窓口・電話・ホームページにてお受けいたします。
- 上記受付開始日については、すべての受付を午前9時より開始いたします。
- お申し込み回数は、月間でお1人様1回限りとなっております。
- 定員に達している場合は、キャンセル待ちをお受けしております。

なごみひろば

毎週水曜日 10:00~11:00

定員:6名(お子様の人数は含みません)

「なごみひろば」は保護者の方同士と一緒に学び合うひろばです。
ひろば開催中は参加者のみのご利用となります。

事前予約制となっております。定員になり次第締め切らせていただきます。
お申し込みは窓口、電話、HPにて8月15日午前9時より受付を開始いたします。

7日「育休中のママの集い」 14日「先輩ママに聞こう!卒乳、断乳」
21日「離乳食9か月~11か月頃」 28日「千葉県外出身者の集い」

プレママ対象 なごみひろば

「先輩ママに聞こう!双子の子育て」

オンライン&対面 11日(日) 10:00~11:00 定員 6組

※オンラインを希望の方は「予定カレンダー」よりお申し込みください。「ZOOM」を用いたオンラインひろばに参加可能な環境のある方(参加者同士の顔が見える・会話ができる環境の準備をお願い致します)がご参加いただけます。

※対面(支援館に来館)をご希望の方は、電話・窓口・HPよりお申し込みください。

相談

子育ての悩み、言葉の発達、気になる行動、離乳食、身体の健康などのご相談をお受けしております。保健相談では看護師・保育士が、心理相談では臨床発達心理士がお話をお伺いいたします(就学前までのお子さんが対象です)。詳しいお問い合わせ、お申し込みなどは、☎043-201-6001まで、どうぞ気軽にお電話ください。

~9月1日は防災の日~

片 館長コラム

昨今、台風や豪雨による水害が頻繁に起こるなど、自然災害の脅威を身近に感じるニュースに不安を抱くことが多いですね。9月1日は防災の日、各家庭でも災害への備えが大切です。大人用と子ども用のアイテムを緊急持ち出し袋に用意した後、賞味・消費期限などを意識し、定期的に入れ替えと必要な物の再吟味を行うこと、子ども用は成長が早いので、おむつや離乳食の備蓄が、いざというときに月齢が超えていて使えないことの無いようにローリングストックを心がけると良いそうです。また、日常的な備蓄品に加え、いざという時のために継続的に処方を受けている薬・保険証・お薬手帳・母子手帳・体温計などを持って避難することも大切だと医師からもアドバイスを受けました。これらは、避難時はもちろんのこと旅行先や帰省先でのアクシデントに対応するためにも持参していると良いそうです。家族構成、年齢によって必要な物が変わるので、子どもの成長と共に見直しをしていきましょう。

お父さんと遊ぼう! 4日(日)10:00~10:40

★会場:子育て支援館 プレイホール ★定員:8組
★対象:2か月~おおむね6か月のお子様とお父さん

育児サークル講習会 5日(月)10:00~11:15

★会場:子育て支援館 多目的室 ★講師:廣瀬 万穂(保育士)
★定員:6組 ★対象:育児サークルの方、子育て支援に関わっている方
※0,1歳児向けの遊びを紹介します。

おはなし「花かご」 30日(金)10:40~11:10

★会場:子育て支援館 プレイホール
★定員:8組 ★対象:就学前のお子様と保護者
※おはなし「花かご」によるお話し会です!!

※開催中は参加者のみのご利用となります。

※お申し込みは窓口、電話、HPにて8月15日午前9時より受付を開始いたします。



講座

講座は事前のお申し込みが必要です。
お申し込み受付は8月15日午前9時より開始いたします
【オンライン】は当館HPの「予定カレンダー」より行ってください。

※【オンライン】講座は「Zoom」を用いたオンライン開催です。
参加者同士の顔が見える、会話ができる環境の準備をお願い致します。

【オンライン】「園長先生による保育園のお話」

～子どもってやっぱりおてき！～

2日(金) 10:00～10:40 その後質疑応答10分程度

★講師：大岡 さおり（たかし保育園稲毛海岸園長）★定員：10組 ★参加費：無料
★対象：これから保育園(所)を考えていらっしゃる方、関心のある方

「助産師による骨盤調整講座」

9日(金) 10:30開場 10:40～11:40

★会場：子育て支援館 プレイホール ★講師：小林 昌代（若草助産院助産師）
★定員：8組 ★参加費：300円 ★対象：骨盤のゆがみが気になる方

【オンライン】「ママだからできる子どものむし歯予防講座」

12日(月) 10:00～11:00

★講師：鶴岡 友恵（鶴沢歯科クリニック副院長）★定員：8組 ★参加費：無料
★対象：0歳～1歳半までのお子様と保護者

【オンライン】「親子で楽しむナチュラルフォト講座」

26日(月) 10:00～11:00

★講師：永瀬 まみ（フォトグラファー）★定員：8組 ★参加費：無料
★対象：2か月から1歳までのお子様と保護者

※Zoomに入られる端末（PC・スマホなど）とカメラ（デジカメ・スマホ）を別にご用意していただくと画面越しで講師からアドバイスがもらえます！！

子どものための音楽会 ～新日本フィルハーモニー交響楽団(カルテット)～

18日(日) 14:30～

★会場：子ども交流館アリーナ（きぼーる3階）★定員：100名
★対象：就学前のお子様と保護者（小学生のごきょうだい参加可）
※交流館のカードが必要です。お持ちでない方は申請をお願いします。

お知らせ

- ・身体測定は随時受け付けておりますのでお気軽にお声かけください。
 - ・10月は「ゆずりあい月間」です。子ども服等ゆずりたい方は9月中にお持ちください。
- 対象の品：衣類等（0歳から～6歳位の子ども服等）

※スタッフが検品させていただきます。

受付できない物：①下着 ②洗濯済みでない物 ③氏名があるもの（詳しくはスタッフまで）

ファミリー・サポート・センター基礎研修会

ちばしファミリーサポートセンターでは、地域で子育てをお手伝いして下さる、提供会員・両方会員（有償ボランティア）を募集しています。提供・両方会員になるための基礎研修会と救命講習会を開催いたしますのでご参加下さい。

●基礎研修会

日時：9月8日(木)・9日(金) 9:30～12:50

●救命講習会

日時：9月17日(土) 9:30～12:30

※場所はいずれも社会福祉協議会中央事務所（きぼーる15階）

問い合わせ：ちばしファミリー・サポートセンター

☎ 043-201-6571

千葉市子育て支援館
(公社)千葉市民間保育園協議会
千葉市中央区中央4-5-1きぼーる6F

☎ 043-201-6000（代表）

043-201-6001（相談）

043-201-6003（fax）

✉ info@kosodateshien.or.jp

HP www.kosodateshien.or.jp/

発行責任者：片岡敏子



twitter :
QRコード