



東播支部では、昨年度から今年度も引き続き健康相談の場を活用し、『地域の方に防災意識を高めてもらう取り組みをしていこう!』を合言葉に来場された方へ、ハザードマップや「避難場所は把握しているか」など声掛けを行い、日頃から防災を意識するきっかけづくりを進めてきました。

今年度は、防災意識向上に取り組み「災害ポーチ」の提案、洲本「まちの子育てひろば」、「加古川ツーデーマーチ」の活動を報告します。



災害時に役立つ「災害ポーチ」の提案

東播地区は、過去に阪神・淡路大震災の影響を受けた地域であり、災害への備えは私たちにとって身近で重要な課題です。東播支部では、個人が日常に携帯できる「災害ポーチ」を提案し、普及に向けた取り組みを行いました。

今後は、地域の特性や住民の生活スタイルを踏まえながら、その対象に応じた災害ポーチの内容の提案や活用方法についてわかりやすく発信していく予定です。災害経験がある地域だからこそできる「実践的な備え」を共有し、住民一人ひとりの防災意識向上に向けて活動を進めていきます。



- 防災ポーチの中身は…
- ティッシュ
 - ウエットティッシュ
 - マスク
 - 手袋
 - ナイロン袋
 - 歯磨きシート
 - 常備薬
 - 絆創膏
 - お薬手帳のコピー
 - メモとペン
 - 小銭
 -

皆様も身近なものでそろえてみてください



洲本「まちの子育てひろば」

令和6年度より、拠点活動「まちの子育てひろば」を再開しました。子育てひろばでは、社会福祉協議会担当者と協働し、制作イベントや親子クッキングなど、遊び場を利用する親子と交流する中で育児相談を行っています。参加者の募集は社会福祉協議会から発行される社協だよりやInstagramで広報され、毎回10～15組の親子が参加しています。島内唯一の周産期センターである県立淡路医療センターのスタッフがボランティアメンバーとして参加しており、病院での取り組み(ファミリークラス・ぴよぴよクラス、産後ケア事業)との連携もできます。

核家族化や共働き世帯の増加に加え、淡路島では島外から移住してくる子育て世代も増えています。その一方で、身近に頼れる人や気軽に相談できる場が少なく、子育ての悩みを一人で抱え込みやすい状況も見られます。ネットやSNS、多くの情報に囲まれている一方、気軽に子育ての悩みを相談・情報交換をしたり、うれしい出来事を共有できる場として子育てひろばは有用であるといえます。悩みや不安に寄り添い相談に応じることができるよう、今後も活動を継続していきたいと思えます。



〈出前隊〉加古川ツアーデーマーチ

令和7年11月8日・9日に加古川市役所前広場を拠点として、ウォーキングイベントが開催され、「まちの保健室」の出前隊も毎年活動しています。2日間で延べ143名の方に来訪いただきました。イベント2日目はあいにくの降雨で肌寒く、来訪者が少なかったのが残念でした。

「まちの保健室」のブースは市役所広場の出入口付近にあり、その前を通行する人が多く「高血圧症」「インフルエンザ」「健康寿命」などのパンフレットに興味深く見ていました。

今年度からは計測機器による測定を血圧測定と体脂肪測定にし、お一人おひとりの話をじっくり伺う相談の時間を大切にす体制としました。血圧計や体脂肪計を用いた基礎代謝や体脂肪率等の数値をみながら、来訪者や一緒に来られたご家族と共に食事や生活の工夫を考えるお手伝いをさせていただき、和やかな雰囲気でも活動できました。

