

駅家西交流館だより

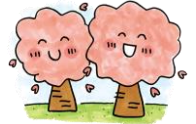
人と人が出会い、つながり、
安心して暮らせる まちづくりをめざして

発行 駅家西交流館
住所 福山市駅家町近田 12-1
電話 084-976-0470
メ-ル ekiyanishi-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp



4月7日(日) 福山市議会議員一般選挙 投票日

『届けよう あなたの思い 投票で』



紙バンド教室

地・域・交・流・事・業

～ 交流を楽しみながら、指先を使って脳トレ！ ～

日時 4月11日(木)・25日(木) 9:00～12:00

* 2回で1つのカゴを作りますので、2日とも参加してください。

場所 駅家西交流館 大会議室

定員 15人 講師 在間 悦子さん

持参物 材料代700円・飲み物・はさみ・メジャー・
バンド(紙用)・鉛筆・洗濯ばさみ(20個)

申込開始日 3月26日(火) 9:00～電話にて
先着順に受け付けます。



2種類の紙バンドを使って作ります

* 交流を楽しみながら、脳トレをして健康寿命を延ばそう *

駅家西学区内の町内会・自治会の各集会所・駅家西交流館に『福山市 地震防災マップ～揺れやすさマップ 市全域版～』を掲示しました。福山市ホームページや福山市公式LINEからも洪水・土砂災害ハザードマップ、地震防災マップ等を確認することができます。防災への備えを各ご家庭においても取組んでいきましょう。



駅家西交流館の事業に参加をしてくださる方は
まず申込をお願いします

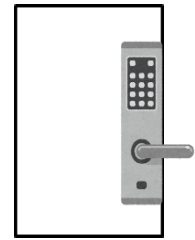


申込開始日を設けています。各自で、お電話での申込をお願いします。電話がつながりにくい場合もありますが、先着順にお受けします。ご協力をよろしくお願いいたします。

体調がすぐれない方や、都合が悪くなった方は、欠席の連絡をお願いします。会場では、間隔を開けていただき、換気を行います。引き続き、入口での手指消毒にご協力をお願いします。

* あいさつで 周りの人にも 笑顔の種を *

利用者説明会 の開催について



日時 4月13日(土) 10:00~12:00(予定)

場所 駅家西交流館 大・中・小会議室

駐車場 駅家西交流館の駐車場

内容

- スマートロック 及び オンライン予約申請の導入について
 - ・ 目的, 概要, 今後のスケジュール
 - ・ 質疑応答
- その他



* 駅家西交流館を利用されている団体・サークルの皆さまには、別途ご案内をしています。
 * 地域の方や利用を検討されている方は、人数把握のため申込をお願いします。
 * 感染症対策のためマスク着用にご協力をお願いします。

民生委員・児童委員のご紹介

民生委員・児童委員は地域の身近な相談・支援者です。

相談内容や秘密が漏れることはありませんので、安心して担当地区の委員にご相談ください。

担当地区	名前	電話番号
近田沖	井上 良三	福山市北部支所 北部保健福祉課 保健福祉担当 084-976-8803 お問い合わせ ください
近田東	柚江 啓子	
近田後	佐藤 嘉信	
中島西	佐長 泰治	
弥生ヶ丘(東, 北の東)	谷田部 知夫	
弥生ヶ丘(西)	大西 法子	
弥生ヶ丘(北の西, 県営住宅)	川上 護	
弥生ヶ丘(南, 中央)	尾熊 敏恵	
小山田・刈山	児玉 純三	

○ 一人暮らしをしている高齢者の安否確認や介護に関わる相談に応じています。
 ○ こども家庭センター、学校等と協力して、いじめや児童虐待などの予防活動に取り組んでいます。
 ○ 地域のすべての人が地域社会のなかで安心して暮らせるように様々な相談にのっています。



土木常設員のご紹介

福山市では、道路、橋りょうなどの適正な維持管理のため、市内全域に280人の土木常設員を配置しています。

担当区域	名前	電話番号
近田沖	倉田 延之	福山市北部支所 北部建設産業課 084-976-8807 お問い合わせください
近田東	高本 卓見	
近田後	和田 渉	
中島西, 弥生ヶ丘	坂本 博志	

◆ 土木常設員の主な業務 ◆

- 道路、橋りょう、河川及び堤塘並びにそれらの付属工作物の維持管理に関すること。
- 水防、水利に関すること。
- 道路および公有地の境界に関すること。

* 大切な暮らしを支える みんなの税 *

背骨コンディショニング

社・会・教・育・活・動・事・業

2月29日（木）講師に松本千広さんを迎え、自分の体を自分で整える方法（セルフケア）について学習しました。まず講師から『今日お伝えしたいことは、自分の体と会話をすることです。』とされました。体は、10人いたら10人違います。体操する時は、自分のこれくらいがちょうどいいところをするのが良い。痛みがある場合は、無理に続けようとせず、できる範囲で行う。動作は勢いをつけずにゆっくり行い、まずは、動かしている場所を意識することが大切だと学びました。

足まわし、上体たおし、胸開き、首ゆるめ、座骨神経ストレッチ、仙骨の押し込みなどバスタオルとフェイスタオルを使って体をゆるめ、整える運動を体験しました。無理のない運動で、終わった後は、可動域も広がり、気持ち良かったと参加者に好評でした。皆さん痛いところも様々。最後の質問コーナーでは、次々に質問が出ました。

毎日コツコツがんばりましょう(^_^)



二子塚古墳清掃

2月17日（土）21人の参加で二子塚古墳清掃を行いました。定期的に清掃をしているので、落ち葉はそんなに多くなかったのですが、枯れ枝などがたくさん落ちているのを拾い集め、斜面の草を刈りました。

今年度も多くの団体が古墳見学に来られ、地域できれいに管理・清掃活動をしていることに驚かされていました。駅西の宝である二子塚古墳をこれからも地域の力で大切に守っていきたいと思います。



主 催 駅家西学区まちづくり推進委員会
文化部会

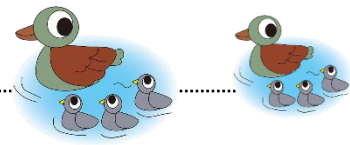
カローリング

2月18日（日）駅家西小学校の体育館で小学生から高齢者まで、72人の参加者でカローリングを行いました。今回は12チームに分けてリーグ戦を行い、各チーム白熱した戦いでした。最初は、ジェットローラーを投げる力加減が難しく、なかなか的まで届かなかったり、強すぎて行き過ぎてしまったりし、大きな声が響いていました。試合になると、声はもっと高まり、とても賑やかで楽しそうでした。終了後は美味しいぜんざいをいただきました。



主 催 駅家西学区まちづくり推進委員会
体育部会

* 火遊びは 危ないからね やらないで *



福山市は新年度、ため池「服部大池」(駅家町) 堤防の耐震対策工事に着手する方針を決めました。工事で農業用水の供給が止まるため対策が進んでいませんでしたが、市は水の供給を続けられる工法を採用し、市民の安全確保につなげる方針です。

服部大池の堤防は、長さ190m、高さ15m。地震による崩壊を防ぐため、上部の土を薄く削り、軽くして地滑りを防ぐ。具体的には、堤防上の公園部分は90mにわたって約50cm切り下げる。市道部分も120mの区間で約20cm削る。

下部もコンクリートブロックで補強する。桜の並木や人柱となったと言い伝えが残る「お糸」の像は残す。市北部建設産業課によると、必要な高さは確保しており、ため池の機能に問題はないという。

県の2014年度の調査において、震度5強で崩れる可能性があると判明。当初県は池の内側を補強する工法を考えたが、水の供給が止まるため地元調整が難航していた。事業を引き継いだ市は、1月17日夜、北部市民センターで地元への説明会を開き、9月に着工し、公園の再整備も含めて2025年度末に完成させる意向を説明した。

市によると、市内には、決壊すると住宅被害などのリスクがある「防災重点ため池」は1081カ所ある。県と市は2018年度以降、27カ所を改修し、19カ所を廃止した。同課は、「規模の大きい池で崩れると被害も大きい。早期に対策を進めたい」としている。 (中国新聞より抜粋)

アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み) について考えてみましょう!

“アンコンシャス・バイアス”とは、自分自身は気付いていない「ものの見方やとらえ方のゆがみや偏り」をいいます。自分自身では意識しづらく、ゆがみや偏りがあるとは認識していないため、**アンコンシャス(無意識の)・バイアス(思い込み・偏見)**と呼ばれます。

誰にでもある『アンコンシャス・バイアス』



アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)は、誰もがもっているものであり、**日常や職場**にあふれていて、そのこと自体が問題ということではありません。しかし、その**思い込みから生まれた言動が、知らず知らずのうちに相手を傷つけたり、相手や自分自身の可能性を狭めてしまう**など、様々な影響があるため**注意が必要です**。

“普通” は人それぞれ 例え、次のことについてあなたはどのように思いますか?

血液型で、性格を想像することがある

「普通は〇〇だ」「たいてい〇〇だ」と思うことがある

「親が単身赴任中」と聞くと、父親を思い浮かべる

世代や出身地などで、相手を見ることがある

これらは、すべてアンコンシャス・バイアスの影響を受けています。

アンコンシャス・バイアスから生まれる言動には、「普通はこうあるべきだ」といった決めつけや押しつけが挙げられます。“普通”の基準は曖昧で一人ひとり異なります。頭ごなしに決めつけないこと、相手を尊重する心の姿勢を持つことが大切です。

*** 認め合おう みんな違って あたりまえ ***