



# 杉並区赤十字 奉仕団だより

〈赤十字国際標語〉

人間を救うのは、人間だ

赤十字七原則

道平立立仕一性  
人公中独奉単世 界 性

## 「赤十字奉仕団の信条」

- 一、すべての人々のしあわせをねがい、陰の力となって人びとに奉仕する。
- 一、常にくふうして人びとのために、よりよい奉仕ができるよう努める。
- 一、身近な奉仕をひろげ、すべての人びとと手をつないで、世界の平和につくす。



## 「新元号と 共に歩む」

杉並区赤十字奉仕団  
委員長 矢崎 芳子

令和2年新年あけましておめでとうございます。

杉並区赤十字奉仕団は、地域の方々から多くのご支援をいただき、平成31年2月に40周年記念式典を開催することができました。皆様の日頃よりのご協力に感謝の念に堪えません。ありがとうございました。

令和元年は、長雨や豪雨による河川の氾濫などで多くの地域が甚大な被害に遭い、胸の痛む思いをした日々が多かった年でした。災害時、私たちに何が出来るのか、このことを考え、学習し、出来ることを話し合い、伝えられることを伝えていく奉仕団として、今後も皆様と歩み続けられたらと思っております。

## 杉並区赤十字奉仕団へのお誘い

～あなたも一緒に活動してみませんか？～

私たちは、献血奉仕・防災食講習・裁縫奉仕など地域で活動しています。一人ひとりの小さな行動が大きな力につながります。

問合せ先：杉並区赤十字奉仕団事務局

## 杉並区赤十字奉仕団40周年記念式典実施報告

日時：平成31年2月5日(火) 午後1時30分から4時まで 場所：杉並公会堂小ホール

司会：杉並区赤十字奉仕団副委員長 石田 悦実

### 1. 式典

開会の辞	杉並区赤十字奉仕団副委員長	長澤 百合子
信条唱和	杉並区赤十字奉仕団文化連盟分団員	谷口 悦子
感謝状贈呈	贈呈：日本赤十字社東京都支部長	小池 百合子
	(贈呈者：日本赤十字社東京都支部振興部長 松田 茂雄)	
	受賞：杉並区赤十字奉仕団	受領者代表：矢崎 芳子
主催者挨拶	杉並区赤十字奉仕団委員長	矢崎 芳子
地区長挨拶	日本赤十字社東京都支部杉並地区地区長(杉並区長)	田中 良
来賓祝辞	日本赤十字社東京都支部振興部長	松田 茂雄
来賓紹介	赤十字奉仕団東京都支部委員会副会長	柚木 ミエ子
	日本赤十字社東京都支部評議員(杉並区社会福祉協議会会長)	小林 義明
	東京都赤十字協議会支部協議会委員(杉並区町会連合会会長)	秋山 とよ
	東京都赤十字血液センター武蔵野出張所長	入山 鉄次
関係者紹介	日本赤十字社東京都支部杉並地区副地区長(杉並区保健福祉部長)	有坂 幹朗
	日本赤十字社東京都支部杉並地区委員(杉並区保健福祉部管理課長)	井上 純良
	杉並保健所長	木村 博子
	杉並区民生生活部地域課長	堀川 直美
	青少年赤十字(JRC)加盟学校長	野田 謙
	杉並第七小学校長	野田 謙
	杉並第十小学校長	山口 京子
	野田鎌田学園杉並高等専修学校長	渋谷 通江

### 2. 講演

講師：武蔵野赤十字病院 看護師	朝倉 裕貴
テーマ：「海外で活動する日本人がいることを知っていますか？」	
講師：自衛隊東京地方協力本部城北地区隊 高円寺募集案内所所長 3等陸尉	金子 昭彦
テーマ：「防災講話」	
閉会の辞	杉並区赤十字奉仕団高円寺南分団長 嶋川 康夫
参加者：来賓・関係者16名、町会・自治会長58名、青少年赤十字(JRC)加盟校3名、杉並区赤十字奉仕団員29名	



挨拶を行う田中地区長



# 特集

# 災害時にわたし

## 現地訪問

# 「ここは大丈夫！私は大

杉並区赤十字奉仕団は、令和元年10月28日～29日

### 白河市小峰城

震災後復元の様子を見学

国の指定史跡として多くの市民や観光客に親しまれて大切にされてきた白河小峰城は、東日本大震災で震度6強の地震に襲われ、多くの石垣が無残にも崩落しました。

#### 本丸南面石垣崩落状況

3/11  
震災当時



【白河市提供】



#### 月見櫓石垣も崩落しました

3/11  
震災当時



【白河市提供】

復元にあたっては、崩落した7000個にも及ぶ石垣全てに番号を振り、実に8年もの歳月をかけて一つひとつを元あった位置に戻していったそうです。どんなに大変だったことかと思いました。

あの大きな地震でも石垣の四隅は工夫されて積んであったため、無事だったといいます。今は復元され、美しく並んだ石垣を見て、先人の知恵のすばらしさを改めて感じました。



ボランティアガイドの方が、丁寧に説明していただきました。

### いわき市 震災語り部

くいわき市地域防災

展示パネルを活用しながら丁寧に説明していただきました



いわき市四倉方部赤十字奉仕団  
委員長 佐藤トミ子氏

#### 避難所となった体育館での生活

毛布が2枚支給される。その毛布1枚の縦半分ほどのスペースが1人の居場所となる。通路は30センチ程で、テントや段ボールはなく、男女や高齢者、乳幼児も皆一緒だった。そのため体育館の用具室からマットを持ち出して高齢者用のベッドにし、空いた用具室を女性用の更衣室と授乳室として活用した。

食事におにぎりが支給されたが、歯がなくて食べられない高齢者には、鍋やコンロを集めてその時に調達できた様々な食材を一緒に煮ることで、温かく柔らかい食べ物が提供できた。



「支給された毛布2枚のうち1枚を縦半分に折って下に敷きしていました」と当時の様子を説明していただきました。

#### 被災

平成23年3月11日午後2時46分にM9の地震発生。いわき市では、震度約190秒も継続を観測した。地震に伴い、いわき市には沿岸部で浸水、久之浜でを超える浸水深火災も発生し、続いた。

#### 困った

当初設置された和式で、高かった。洋式の段ボールで設置されたが、耐久性がなかった。その後、自衛隊が持ち運んでくるとなると、生活が楽になった。

#### タオルの寄付

令和元年10月28日、よび10月25日の先、いわき市も被災。杉並区赤十字奉仕団は、被災地へタオルを寄付することはないか検討した結果、新品のタオルを杉並区赤十字奉仕団から寄付しました。



# たちが出来ること

## 大丈夫！」その先入観、本当に大丈夫？

に福島県白河市・いわき市にて研修を行いました。

流センター久之浜・大久ふれあい館にて

### 状況

3月11日14時46分、東北地方太平洋沖地震が発生。いわき市では最大震度6弱を観測された。

津波が発生。いわき市全域を津波が襲い、7メートルを超えた。また、翌日の夕方まで



3.11 震災当時の久之浜町

【いわき市提供】

### こと

仮設トイレは段差が大きい。高齢者には使いにくい。ポータブルトイレも設置できなかった。洋式の簡易トイレは、とても利用

### 佐藤氏が語った印象的な言葉 「大丈夫は大丈夫ではない」

ここは津波が来ない、この家は倒れない、まだ逃げなくて大丈夫、などの先入観。災害は、想像を超えることもある。大丈夫を疑って、安全第一で即行動する。

**自分の命は自分で守り、大切にす。**

### 私たちが出来ること・日頃の備え

災害は何が起きるかわからない。杉並区では津波の危険は少ないが、河川の氾濫や家屋の倒壊、ライフラインの停止が考えられる。

- 日頃の備えとして、
- ①家屋・周田などへの目配りと修繕。
  - ②近隣関係(特に独居高齢者、病人、乳幼児のいる家庭等)にも目を配る。
  - ③身近な避難場所を確認しておく。
  - ④食料や飲料、最低限の身の回りの物を用意しておく。
  - ⑤自身を証明するものを身に付けておく。などが考えられる。

また、警報が出たら、すぐに安全な場所へ避難する。危険な場所は見に行かない。ということも大切だと改めて知った。

### をしました

台風第19号お盆前により、研修が中止されました。研修で何か出来るという声が上がった。各自が家庭を持ち寄り、いわき市奉仕団にお渡



その一部を枕に

### ◆◆◆◆奉仕団の声◆◆◆◆

#### 1. 白河小峰城を見学して

★全石を取り出し一つひとつ番号を振り、新しい石を加え、当時と同様な形に復元した。算木積みという江戸時代の建築方法で8年間の地道な努力は歴史を後世に残そうという思いを感じられた。

★石垣など10カ所、延べ1500平方メートルが崩落。積み直しに8年もの歳月がかかったことに災害の恐ろしさを感じた。

#### 2. いわき市地元奉仕団委員長による震災語り部の体験談を聞いて

★自分がその立場になったら、どれだけのことが出来るのだろうと思った。

★自分の命は、自分で守る。迷惑をかけないようにすることの大切さを教えられた。

★救援所では、周りの方たちへの配慮と愛情が大事だと知った。

★自分は大丈夫だという先入観を持たないことの大切さを知った。

★ペット用シートをトイレに活用できることを知った。

★調達できる食材で温かい汁物を作り、高齢者などへ支援したことから支援する側、受ける側のあり方を考えさせられた。

★高齢者の誘導が大事だと思った。

★避難所では機転をきかせ柔軟に対応することの大切さ、高齢者や女性、赤ちゃんに対する思いやりなどを学べた。

★自助、共助の大切さや逃げることの大切さなどを学ぶことができた。

### 今後の奉仕団活動に活かすために

この研修を通して、多くの奉仕団員が災害発生時に少しでも貢献できるような力を備えたいという思いをあらたにしています。また、この研修から学んだことを伝える大切さ、実際に備えることの必要性を感じています。

今後、奉仕団として、ハイゼックス(耐熱性の袋)を活用した防災食調理や携帯トイレの作成を、地域に広げられるように活動していきます。

また、救急時のAEDの使い方、三角巾の実演など、積極的に講習会に参加し、地域に広げていきます。

奉仕団一人ひとりが、自分の命を守り、地域で活動できるよう取り組んでいきます。

## 東京都赤十字功労表彰受章者 受章おめでとうございます

(敬称略、順不同  
カッコ内は所属分団)

### 平成30年度

- 業務功労感謝状 ▶ 該当なし
- 奉仕団金色有功章 ▶ 該当なし
- 奉仕団金柁支部長感謝状 ▶ 羽田 譲(高円寺)
- 奉仕団銀柁支部長感謝状 ▶ 矢崎忠久(文化連盟) 市川千賀子(上井草)

### 令和元年度

- ▶ 市川テル(上井草)
- ▶ 友末隆子・長澤百合子(永福町)
- ▶ 該当なし
- ▶ 大木規雄・今村恵子(文化連盟)

## 青少年赤十字 (JRC) 加盟校との活動紹介

### 西田小学校 震災救援所訓練



新聞紙スリッパ講習

### 西田小学校 防災食調理



### 杉並第二小学校 クリーンプロジェクト



善福寺川緑地公園

## 令和元年度 活動報告

### ▼ 赤十字活動 駅頭キャンペーン



JR阿佐ヶ谷駅

### ▼ PRパネル展示



### ▼ 献血奉仕



渥美二郎さんを中心に結成された人仁の会の、震災チャリティーコンサートが開催され、純利益金全額1,135,819円を赤十字活動資金としてご寄付いただきました。



配布物の準備を  
しました

名称	日にちなど
駅頭キャンペーン	5月10日
PRパネル展示	5月20日
人仁の会 セシオン杉並にて	6月18日
旧新泉小学校震災救援所 防災食調理	6月22日
赤十字クリーンプロジェクト	9月15日
奉仕団研修会	10月28日~29日
杉並区総合震災訓練	11月9日
泉南中学校震災救援所 携帯トイレ作成	11月30日
献血奉仕	5月・10月・2月(予定)
手芸奉仕	毎月第3木曜日 計11回(予定含む)
武蔵野裁縫奉仕	5月・7月・10月・12月
奉仕団総会	5月31日
奉仕団委員会	4月・6月・9月 12月・2月(予定)
救護・安全部会(都支部)	6月
寄付・広報部会(都支部)	6月
健康・福祉部会(都支部)	6月
献血部会(都支部)	6月
青少年部会(都支部)	6月

### ▼ 旧新泉小学校震災救援所防災食調理



### ▼ 杉並区総合震災訓練



都立和田堀公園

### ▼ 赤十字クリーンプロジェクト



JR市ヶ谷駅周辺

### ▼ 奉仕団手芸



### ▼ 武蔵野裁縫奉仕



上智大學生と一緒に、  
清掃活動をしました!



## 編集後記

- ★現地訪問による特集記事と、一年間の活動ののだよりを編集させていただきました。どれだけお伝えできましたでしょうか。この紙面で参考にしていただければ幸いです(石田)
- ★奉仕団で学んだことを、地域や隣人に伝え、役立てていきたいと思えます(長澤)
- ★盛りだくさんの記事を、皆様に分かりやすく伝える難しさを、改めて感じた号でした(山本)
- ★東北の災害から8年経っても、いまだ風評被害があることに、取材させていただき肌で感じました(谷口)
- ★災害に対しては、大丈夫という先入観が怖いことと実感しました(羽田)

## <編集委員>

- 石田悦実(上井草)
- 長澤百合子・山本すみえ(永福町)
- 谷口悦子(文化連盟)
- 羽田 譲(高円寺)