

【回覧】

親和自治会会員の皆様

「親和自治会 防災訓練」を終わって

2025年3月2日
防災部長 大村 賢

3月1日（土）2024年度「親和自治会 防災訓練」が“石山医院駐車場”で実施されました。前週とは打って変わって大変暖かく、というより暑いぐらいの天候となりました。

結果、

1. （午前）安否確認 : 無事旗掲示世帯 約 60%
2. （午後）防災訓練 : 総数 27 名（自治会以外の方なども含む）の方に参加頂きました。

数値的には共に昨年より少ない結果でしたが、午後の防災訓練は皆さん大変熱心で、正に全員が体験した訓練となりました。

本年も場所を提供して頂いた「石山医院」様に深く感謝いたします。また、訓練の実施要領について北多摩西部消防署の五十嵐係長にアドバイス・提案頂くと共に、当日は総勢 6 名の方にご協力頂きました。心より感謝申し上げます。

防災訓練中に消防署からの緊急連絡により 3 名の方がその場から緊急出動されました。消防署の方のご苦勞も改めて体感した訓練となりました。

防災活動はご存じのように例年

- ① “防災セミナー” で「自助」「共助」の知識、行動ガイドを復習する
- ② “防災訓練” では、主に「共助」に関わる基礎訓練を全員で体験する

などを主目的として実施してきました。今回は、皆さんに必ず実行してほしい「自助」についても改めて頭に入れて頂きたく、“最小限の「自助」”についても説明することとしました。

まず何より自分及び自分の家族を守る為の「自助」の備えを改めて宜しくお願いします。

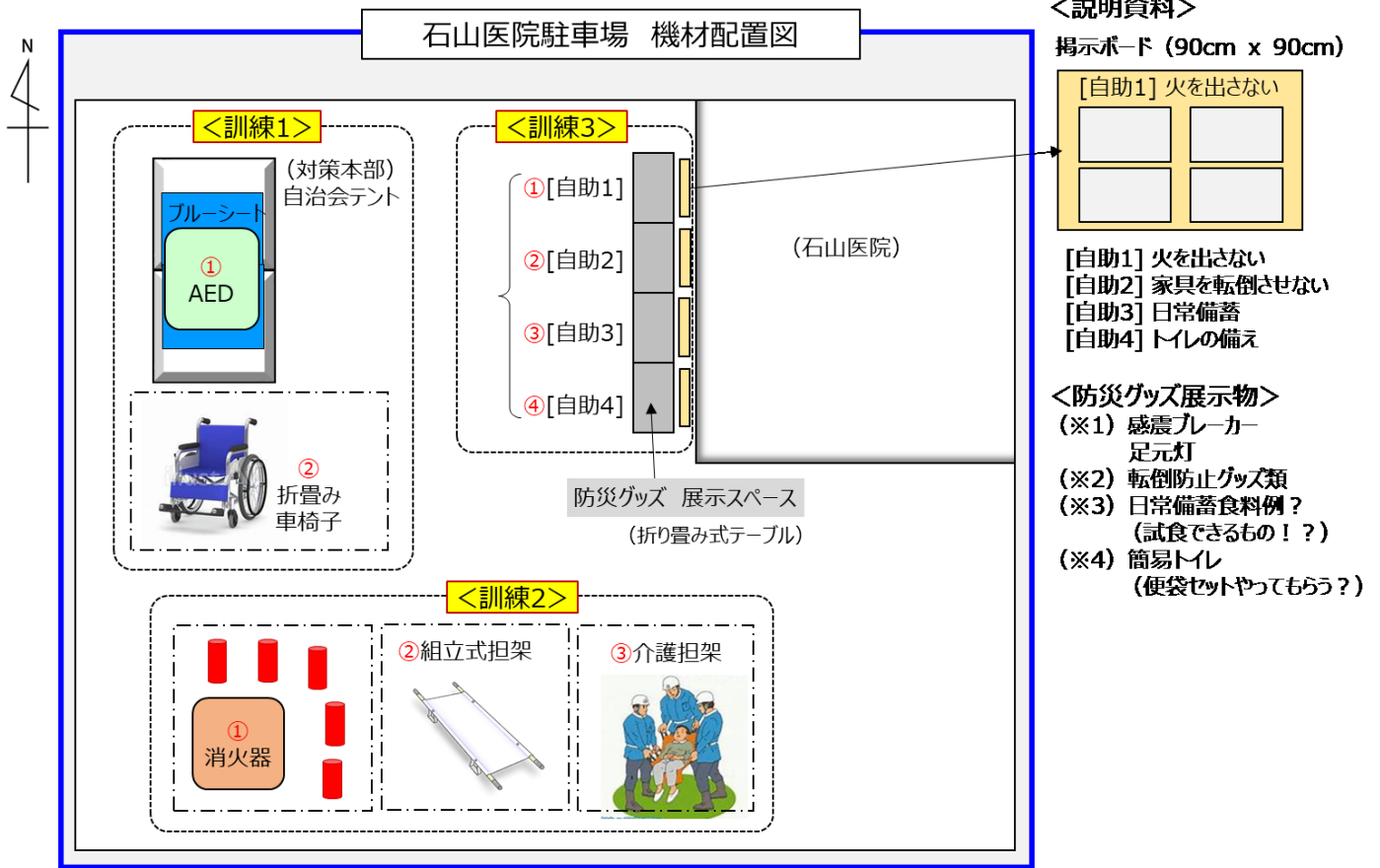
以下、当日の訓練プログラム及び実施概況をご参照ください。当日の様子を感じて頂ければ幸いです。

最後に、今回の防災訓練に対するご感想・ご意見や今後のご要望などを入力頂けると大変助かります。「凡事の徹底」が重要ではありますが、新しく楽しい訓練とする為にご協力を宜しくお願いします。

以上

【防災訓練の配置図】

最小限の「自助」と「共助」これだけ！！



【防災訓練の様子】 (個人情報保護規約に則って掲載しています)



北多摩西部消防署 五十嵐様の挨拶からスタート

<訓練1> ①AED 操作、 ②折り畳み式車椅子



AED 使用の際実施する「心肺蘇生」

- ① 膝を体に近づけ、両膝立ちの姿勢をとる
- ② 胸部の下半分に片方の手のひらの手首に近い部分を当て、その上にもう一方の手のひらを重ねる
- ③ 肘を伸ばし、胸骨を 100 回/分の速さで圧迫する

障害物の乗越え操作もコツと体験が重要です。



椅子からの乗り移りのコツも体験



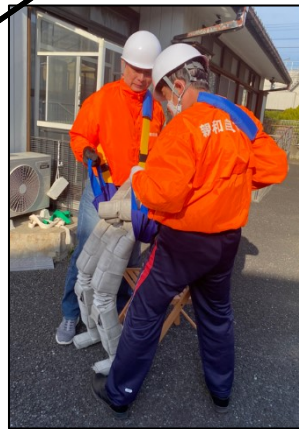
<訓練 2> ①消火器操作、②折畳み式担架、③介護担架



これぞ基礎訓練、凡事の徹底です。



新型ダミー人形も重かった！！



<訓練 3> 最小限の「自助」説明と実際の防災グッズ（例）紹介



最後に、「街頭消火器」16台の実際の置場所を確認しながら
ハミングホールまで車椅子避難しました。



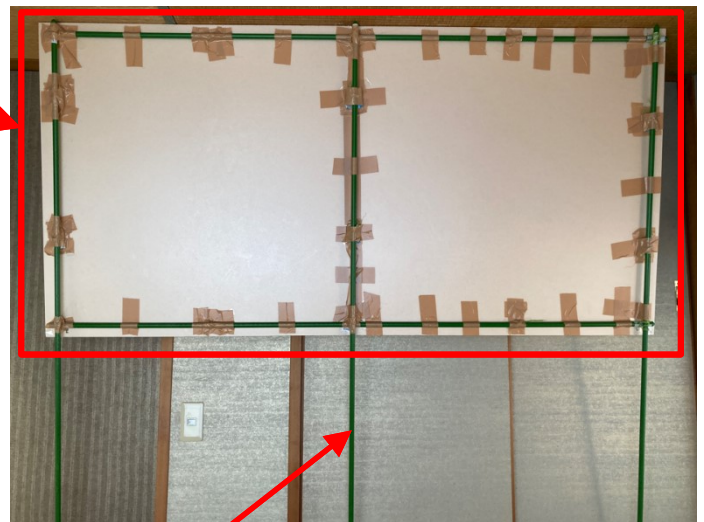
人数は大分少なくなりましたが
皆さん、笑顔で終わりました。

【番外編】“最小限の「自助」” 説明用の立て看板（2つ製作）

横 180cm X 縦 90cm の立て看板（1つ分）



立て看板の裏側（1つ分）



園芸用ポール（長さ 180cm X 5 本）

材料購入 ～ 組立 ～ 強度 UP ～ 説明資料貼付け
ご協力いただいた、(6組) 森口さん、(3組) 武部さん、(5組) 大村夫妻
ご苦労様でした。この場をお借りして感謝致します。