

# 地域活動・お知らせ



ラジオ体操

開催日時：2021年 8月23日～8月27日

場所：第二清風園駐車場

ラジオ体操 今年もやります！

緊急事態宣言が延長になった際には中止とします



2020年開催時： 参加実人数：子供13名、大人16名（職員含む）

鶴川やってみる会と共同で開催。第二清風園の駐車場を使って開催しました。

1日の平均人数は15, 6人。毎回参加している子どももいました。

第二清風園は山に囲まれている為、朝の時間だと駐車場は日陰になっています。

そのため暑くなり過ぎず、皆さんとても気持ちよさそうに体操されていました。

## 編集後記



施設長 北川 達三

大雨による土石流発生の映像に恐怖を感じました。災害が、日本各地で発生しており、他人事ではありません。

2年前、長野市にある豊野清風園が台風による千曲川の氾濫によって水没する被害を受け、第二清風園の職員も復興支援に出向きました。近隣の住宅も被害を受けていたので、汚泥処理や炊出しなどを地域の方々と一緒に行いました。

想定外の災害が薬師台でも、起こらないとは限りません。そのようなときに、ご利用者や地域の高齢者が安心していただけるよう、私たちは地域の方々と一緒に、災害に備えていきたいと、強く思いました。



2年前、水没した際の豊野清風園

## お問い合わせ先

### 社会福祉法人 賛育会 第二清風園

〒195-0073  
東京都町田市薬師台3-270-1  
(代表) TEL 042-736-6906  
FAX 042-736-6903  
(居宅) TEL 042-736-6907  
(デイ) TEL 042-736-6908

### 第二清風園かわせみ 野津田あんしん相談室

〒195-0074  
東京都町田市野津田町831-1  
TEL 042-708-8976



賛育会

# 第二清風園News



特集  
備える

### ●町田市福祉避難所について



第二清風園では、災害発生時に町田市の指定避難施設（学校等の一時避難施設）での生活が難しい高齢者や障がい者の避難支援活動を円滑に行うため、二次避難施設（福祉避難所）として設置をする協定を締結しています。

### ◆トピックス

- ・ 災害に備える： 第二清風園の取り組み
- ・ 各課からのアドバイス： 熱中症 / 簡単レシピ

- ・ 地域のキラリさんを紹介します！  
町田市ユニカール協会代表 吉村義憲さん
- ・ 地域活動・お知らせ（ラジオ体操）



## 第二清風園の取り組み



第二清風園では、自然災害及び火災発生時に対応すべく防災訓練を実施し、ご利用者の安全で安心な生活を確保して頂けるよう、防災対策を行っています。  
今後、自然災害発生時における事業継続計画（BCP）の見直しを進め、「困ったときの第二清風園」を目指してまいります。



地域合同防災訓練

火災又は震災等が相互の区域内で発生した場合、相互に協力し人命の救助・救護活動を行う協定を近隣町会様と結んでいます。

第二清風園では、年に1度、近隣町会様・消防署と合同で防災訓練を行い、相互で防災意識を高めています。

今後も地域住民としてお互いに協力し合える体制を作りたいと考えています。

地域合同防災訓練以外でも、職員の防災意識向上の為、定期的に防災訓練を行っています。  
入職した職員向けの消火及び避難誘導訓練や心肺蘇生の方法及びAEDの使用法を学ぶ救命講習等を行い、防災意識を高めています。



消火訓練 / 救命講習

## 各課からのアドバイス

# 備える

看護課から

### 熱中症予防のポイント

マスク生活が長引く中で1時間に数回は喉が渇かなくても水分を飲みましょう。また適量の塩分も補給しましょう。

風通しの良い衣類を着用して、外出時は日傘や帽子をかぶり暑い時間帯の外出は控えましょう。

室温は昼夜問わず、28℃以上にならないよう空調を調整しましょう。



## レンジで簡単。夏野菜を使ったトマト煮

家庭菜園でよく作られるトマト、きゅうり、ピーマン、なすを使った簡単レシピ

ざくざく切って耐熱容器に入れて作ってみましょう。



<2人分>

材料

- ・なす（小）・・・1個
- ・玉ねぎ（大）・・・1/4個
- ・ピーマン・・・1個
- ・パプリカ・・・1/4個
- ・きゅうり・・・1/2本
- ・トマト（中）・・・1個
- ・顆粒コンソメ・・・小さじ1
- ・こしょう・・・少々
- ・オリーブ油・・・大さじ1

作り方

- ① 各材料をおおよそ1cm程度の大きさに切る
- ② なすは、切った後にオリーブ油に絡める
- ③ 各材料を耐熱容器に入れ軽くラップをして5分加熱（700W）
- ④ 材料を一旦かき混ぜて再度ラップをして5分加熱。（700W）  
食材がしんなりしていたら、出来上がり。

そのまま食べてもいいですし、魚や肉ソテー、卵料理の付け合わせになります。

これからの季節は、そうめんの上ののせて食べてもおいしいです。

栄養課から

## 地域のキラリさんを紹介します！

町田市ユニカール協会事務局長 吉村義憲さん

「地域と共に」をモットーにしている第二清風園。

今年は第二清風園と関わりのある“地域でキラリと光るあの人”を紹介していきます。

\*原稿をご寄稿いただきました（写真とともに）



### 町田市ユニカール協会の活動紹介

スウェーデン生まれの陸上でできるカーリング『ユニカール』を通じて高齢者、お子さん、障がい者の方々を中心に健康づくり、仲間づくりを応援しています。特にサークル活動など少ない男性高齢者にも参加いただいております。



町田市ユニカール協会事務局長 吉村義憲さんです



### 第二清風園とのつながり

第二清風園さんをユニカール主要拠点として町田市全域への展開に利用させていただいております（全域で3,300の方が体験されました）。

地域の子供たち向けの春・夏休みイベントやデイサービスで囲碁教室、子ども食堂でユニカール教室を開催したりと一緒に地域貢献に取り組んでおります。

