

# ひだまり

2020年 8月号

先月は豪雨続きの一月となりましたが、皆様いかがお過ごしだったでしょうか？被害に見舞われた皆様には心よりお見舞い申し上げます。聖ルカ苑でも人命第一にデイケア中止という判断をさせていただきました。利用予定だった方々にはご迷惑おかけしました。ご協力ありがとうございました。

## 7月の思い出



先月は雨続きということもあり、外にも行けない日が続きましたので、ユニット作成として折り紙などで作った紫陽花が咲き誇りました。どんよりじめじめとした天気には負けないよう晴れやかな彩を添えています。また、ひまわりユニットでは利用者様がご自宅で育てているブラックベリーの生育とジャムを作成するまでの過程とそれにまつわる詩を自らまとめられ、ユニットで掲示させていただきました。すばらしい作品となり、話も弾みました。

## お盆休みのお知らせ

当苑では左記の期間、お盆休みとなります。

8月13日(木)

14日(金)

15日(土)

\*他の日に振り替えてのご利用を希望される方はご相談下さい。ただし、送迎などの関係でお受けできない場合も御座いますのでご了承ください。

## 大雨の際、どう動きますか？



今年の梅雨は近年にないほどの記録的大雨が続きました。避難された方もいらつしやったかもしれません。しかし「雨が降っているだけ」、となかなか避難するという考えにたどり着かなかつたり、そもそも体がついていかなかつたりという方もいらつしやったかもしれません。こうした、いざという時の行動は、私たち一人ひとりが日頃から大雨時には身の回りのどのような場所に危険性が潜んでいるのかについて、自治体などが公表している洪水ハザードマップ、土砂災害危険箇所マップなどによりあらかじめ確認し、把握しておくことが重要です。例えば、居住地域を大雨が襲ったことがあれば、そのときの状況を思い起こしておく、近隣に河川があれば、溢れたときにどう逃げるかをイメージしておくこと、一人ひとりが身の回りで想定される事態を想像し、ハザードマップでの避難場所や避難経路を確認し、実際に自分の目で確認しておくことが大切です。さらには住家に災害保険をかけておくことも災害対策の重要な手段のひとつになります。

## 大雨に対する対応

- 気象情報や災害情報に十分留意し、一人ひとりが状況に応じて自ら判断する。
- 危険箇所の把握が困難な場合は、屋外での移動は極力避ける。
- 道路が浸水している時などは、自動車による避難は極力避ける。
- 指定された避難場所への移動だけでなく、自宅の2階等へ緊急的に避難し救助を待つことも選択肢とするなど、状況に応じた適切な判断と行動をする。

場所	危険性
地下施設(地下街など)	河川などから氾濫した水が流入する
住居(地下室、地下ガレージ)	河川や側溝からあふれた水が流入し、場合によっては水没する
道路(歩行者・自転車)	路面が冠水し、道路と側溝の境目が分かり難くなり転倒する
道路(自動車)	冠水部分に乗り入れ、走行不能となり、場合によっては水没する
川原、中洲(遊び、川釣り)	急増水で流される。中州に取り残される。
下水道管、用水路	急増水で流される
登山	溪流の急増水で流される

## 脳トレクイズ

□の中に入る文字を答えなさい

## 虫食いクイズ

- ① え□じ□う (死ぬまでそこに住む事)
- ② お□や□り (人と雑談すること)
- ③ お□み□き (権威者からもらった保証)
- ④ か□げ□き うわべだけ元気があるように見せる事
- ⑤ き□く□う 日本、中国、シベリア、フィリピンなどの総称
- ⑥ し□う□く 学校に行って教育を受ける事
- ⑦ し□う□よ (消し去る事)

《答え》

- ① えいじゅう    ② おしゃべり    ③ おすみつき    ④ からげんき    ⑤ きょくとう  
⑥ しゅうがく    ⑦ しょうきよ