

個別避難計画に基づく避難訓練と説明会を実施します ～7月12日(日): 正院町第2団地を対象に～

昨年11月8日(日)に、正院町第1団地で個別避難計画に基づく避難訓練と防災体験を実施しました。支援を要する方々(要支援者・要配慮者)をリアカーに乗せたり、一緒に歩いたりして正院小学校の玄関先まで送り届ける訓練です。正院町たすけ愛隊10数名と正院町第1団地の役員が中心となり、災害看護研究所や地元のささえ愛センター、PWJ・YNF・九州大学などの支援チームの協力を得ながら行いました。訓練と並行して第1団地集会所に集まった町民の皆さんに対して、災害看護研究所の方から「個別避難計画」について丁寧な説明があり、健康体操や防災かるたなどのレクリエーションもあり終始なごやかな雰囲気の会となりました。

今回はその第2弾です。正院町たすけ愛隊や正院町第2団地の役員を中心に、昨年と同様の支援チームの協力を得ながら、下記のポスターの要領で正院町第2団地の住民の方々を対象として旧正院保育所を避難先として実施します。

第2団地の皆さんには、主旨をご理解の上、ぜひ避難訓練と説明会に参加していただくようお願い申し上げます。もちろん、全町民に開かれた説明会ですので、どなたでも参加できます。お待ちしております。

正院公民館長 小町康夫

Q 個別避難計画について簡単に説明してください。

A 誰もが安心安全に避難するために、災害時に支援が必要な方一人ひとりについて「いつ」、「誰と」「どのように」避難支援を行うかあらかじめ決めておく計画です。

日	月	火	水	木	金	土
モルックをしませんか 道具一式、人工芝 揃えました。		1 13:30 手芸愛好会	2 13:30 ペタンク 19:00 未来会議理事会	3	4 13:30 ペタンク	
5 休館日 10:00 健康サロン	6 休館日	7 9:30 詩吟教室 13:30 ペタンク	8	9 13:30 ペタンク	10 15:00 放課後子ども教室 お茶会	11 10:00 寺丸町内会 13:30 ペタンク
12 休館日 9:00 個別避難訓練 第2団地	13 休館日	14 10:00 移動測定会 13:30 ・ペタンク ・民謡教室	15 10:00 しらとり読書会 13:30 手芸愛好会	16 13:30 いきいき健康サロン (第1団地集会所) 13:30 ペタンク	17 13:30 健康運動教室	18 13:30 ペタンク
19 休館日	20 海の日	21 休館日 13:30 葉の花句会	22 8:30 ナツガク	23 8:30 ナツガク 13:30 ペタンク	24 8:30 ナツガク	25 13:30 ペタンク
26 休館日	27 休館日	28 9:30 詩吟教室 13:30 ・ペタンク ・民謡教室	29	30 13:30 ペタンク	31	予定 8月ナツガク 4日(火) 5日(水)

正院町まちづくりワーキンググループ
30年後の未来を考える若い方は誰でも
自由にご参加ください。
日時 毎週木曜日19:30～20:30

いっぷくせん会ね(第一団地集会所)
お茶を飲みながら一服、体操、クイズ、
歌、健康チェックなど
日時 毎週木曜日13:00～15:00

「ナツガク」(夏休み学習会)について

日時 7月22日(水) 23日(木) 24日(金)
8月 4日(火) 5日(水)

場所 正院公民館多目的ホール

時間 8時30分～11時30分頃

備考 小学校に7月中にチラシを配布します。
中学校にはチラシの配布は行いませんが、
ご自由にご参加ください。

※ボランティアとして参加いただける方は公民館にご連絡ください。

1、2日間の支援の方も大歓迎です。(TEL 82-0416)



開催概要

日時: 7月12日(日) 9:00～11:30
避難場所: 旧正院保育所
内容: 避難訓練、個別避難計画の説明

珠洲防災かるた 参加賞あります

避難訓練以外にも
右記のイベントを
行います

珠洲をモチーフにした
かるたです!

参加者にはもちろん
お土産があります!!

主催: 正院町たすけ愛隊・珠州市・NPO法人災害看護研究所

避難訓練スケジュール

2026年7月12日(日)

9:00 クラクション3回を合図に旧正院保育所
に避難開始
9:30 個別避難計画説明会
10:30 避難に関する意見交換会
11:00 みんなで「防災かるた」など
11:30 終了予定

個別避難計画とは?

災害時に支援が必要な方一人ひとりについて、
「いつ」、「誰と」、「どのように」避難支援を行うかを
あらかじめ決めておく計画です。

みんなで防災意識を高めましょう!



モルック体験

6月9日(火)モルック協会の方の指導でモルックを体験しました。ペタンク教室の皆さんをはじめ、町民や支援団体の方たちと一緒にモルックのルールや競技の進め方を学びました。

モルッカーリ(投げる場所)からモルック(なげる棒)を下からなげてスキttl(的となるピン)を倒し、1本だけならスキttlに書かれた数字(1~12)が得点、2本以上なら倒れた本数(例えば3本なら3点、8本なら8点)が得点となります。先にピッタリ50点で勝ち！オーバーすれば25点に戻るというルール。各チーム4名ほどの3チームで対抗戦を行い、一投一投に歓声や拍手が上がり楽しい時間を過ごしました。



モルック協会からの寄贈



6月21日(日)NHK 金沢放送局主催でラジオ番組「かがのとラジオ」の朗読会が行われました。プロのアナウンサー3名で3本と、ボランティアでいつも読み聞かせをされている2名の方それぞれ1本の絵本、計5本の朗読が行われました。子どもたちはもちろんのこと、大人たちもいつのまにか絵本の世界に入っていました。

7月は健康月間（参加自由）

蒸し暑くなってきました。日頃から気をつけていても、高い気温や湿度に対応しきれず体調をくずしやすい季節です。7月はまさに健康を気遣う月間として、健康に関する行事が正院公民館や集会所で予定しています。

血圧測定や骨密度測定などを通して自分の体調を知り、軽度の運動で運動機能の改善を図る内容です。また、大学病院等の専門の先生方のお話を聞き、気軽に相談できる会もあります。どの行事も誰でも自由に参加できます。

※7月17日(金)の運動教室は、すず健やか事業に参加されている方(活動量計をもって
いる方、またはアプリ会員の方)のみ、原則無料で参加できます。

第2回健康サロン

日時 7月5日(日)
10時~12時

場所 正院公民館

内容 健康相談
体力測定
・筋力チェック
・口腔内機能
・骨密度測定 など

主催 石川県立看護大学
(☎076-281-8359)

夏の移動測定会

日時 7月14日(火)
10時~11時30分

場所 正院公民館

内容 血圧測定
体組成測定
個別指導
ミニ講話
運動 など

主催 健康増進センター
(☎0768-82-7742)

いきいき健康サロン

日時 7月16日(木)
13時30分~15時

場所 第1団地集会所

(正院公民館から変更になりました)

内容 講師によるお話
・フレイル予防で健康長寿
・お薬との付き合い方
・生活不活発病と転倒
・歯のお話し

主催 金沢医科大学病院
(☎0768-286-3511)

健康運動教室

日時 7月17日(金)
13時30分~14時30分

場所 正院公民館

内容 簡単ストレッチヨガ
講師 村上 デビさん
・呼吸法
・上半身と下半身のヨガ
・足のリラクゼーション

主催 健康増進センター
(☎0768-82-7742)