



第27号

令和2年9月26日

校区だより

おぐら

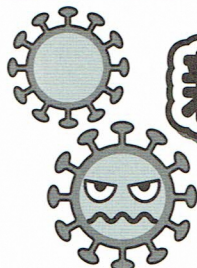
校区人口 9,042人

世帯数 4,201世帯  
(R2.8.1現在)

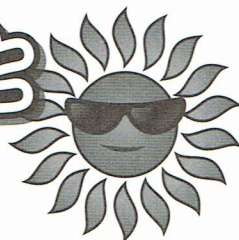
発行・編集

小倉校区コミュニティ協議会

会長 小山 幸雄



# 新型コロナウイルス感染症と 熱中症に気をつけて



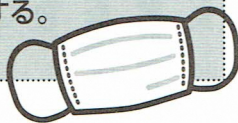
## 新型コロナウイルス感染症の予防策

### ①咳エチケット

近くにいる人の咳・くしゃみ・会話などによってウイルスが飛ぶ。その口や鼻から飛び出る水分を吸入してしまうことで感染する。飛ぶ距離は最大2メートル。それ以上は水分を含んでいるので重く、落下していくことから、空気中を漂うことはないとされている。

WHOは一般に、5分の会話で1回の咳と同じぐらいの飛沫(約3000個)が飛ぶと報告している。症状のある人が感染を広げることが主であるが、無症状でもウイルスを持っている人からの感染リスクもあるのでマスクの着用が推奨されている。

- 出かける時はマスクを忘れずに!  
マスクは必ず鼻と口を覆う!
- 人と会話したり、人が密集している施設ではマスクをする。
- 暑い時期は人通りの少ない場所を歩くときはマスクをはずす。
- 人に出会えば離れて会話をする。  
もしくはマスクを装着



### ②換気

換気の悪い環境下で多くの人と、至近距離で会話する環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされている。

エアコンをかけながらこまめに窓を開けて外気を家の中に通す。換気扇も有効。扇風機も使って風を動かす。

### ③手洗いやアルコール消毒

手洗い30秒!指先、手首、指の間、親指忘れずに洗う。アルコール消毒は、ポンプの下まで押して1プッシュが1回量とされるものが多い。アルコールが乾燥するまで

手全体になじませることが効果的。途中でふき取ったり手を振って乾かしたりすると効果が発揮されない。

### ④「密集」「密閉」「密接」にならないように工夫する

もらわない

うつさない

ひろげない

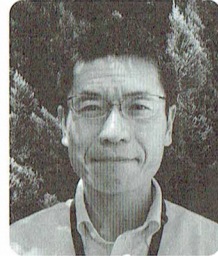
をこころがける

## 熱中症予防



- 一気にたくさん飲むと心臓に負担がかかることがあります。こまめに水分を補給。ミネラルの多い麦茶や水。スポーツ飲料は糖分が多く含まれており、糖尿病の人は取りすぎに注意しましょう。
- ウォーキングやジョギングをするときは人混みを避けマスクを外して行いましょう。日中の暑い時間は避けましょう。マスクを着用したまま運動・スポーツをする、水分補給を忘れたり、体温が下がりにくいことがあるので注意しましょう。
- 室内での仕事でも熱中症になります。就寝中にも熱中症は起こります。こまめに水分をとり、エアコンを上手に活用しましょう。最近ではゆるくエアコンをかけて、冬のカケ布団をかけて眠る方も多いようです。暑いと何度も目が覚めて、質の良い眠りができないことがあります。よく寝て体力を回復させましょう
- 熱中症はめまい、立ちくらみ、吐き気や頭痛などの症状があらわれ、重症になると意識障害などが起こります。高い熱があれば、脇の下や足の付け根を冷やし経口補水液を飲んで、涼しい風に当たりましょう。症状が改善しないときは、かかりつけ医に相談しましょう。『汗が止まらない』『水分が飲めない』『意識状態がおかしい』は救急車を呼びましょう。

# 地域とともに ある学校



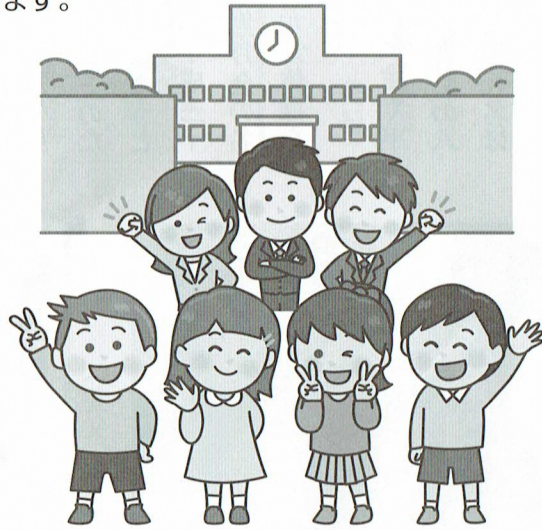
小倉小学校  
校長  
**木村 勝**

今年度より小倉小学校の校長に赴任いたしました木村勝です。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、今年度は新型コロナウイルス感染防止対策により学校教育も多くの影響を受けています。その中で、六月十五日より通常の授業がやっと始まり、子ども達が元気に登校してくれ、たくさんの笑顔を見ることができ、とても嬉しく思っています。分散登校での変則的な集団登校や洪水警報時に繰り下げて実施した授業等、子ども達が、毎日安全に登校できましたのも、常日頃から温かく見守ってくださっている地域の皆様のご尽力の賜と深く感謝しております。

創立以来、学校・家庭・地域が協力して、地域とともに子どもたちを育ててこられた学校だと、今、強く感じているところです。来年度は、小倉小学校創立五十周年を迎え、大きな飛躍の年になります。

学校行事もそうですが、地域の多くの行事が中止となってしまっており、地域の皆様と触れ合う機会が少ない中ですが、日常に感謝しながら、今後とも、さらに地域とともにある学校を目指してまいります。ご支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。



# 会長就任三年目にあたり

小倉校区コミュニティ協議会 会長

**小山 幸雄**



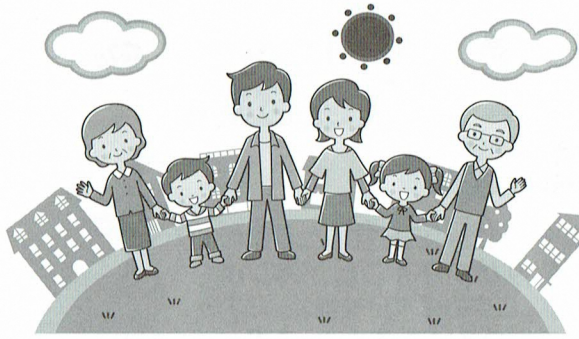
コミュニティ協議会会長を引き続きお受けする事になりました。

一昨年は、震度6弱の地震に続き台風21号による記録的な暴風により、かつてない災害に見舞われました。昨年は台風19号にて関東甲信地方に大被害を及ぼし、年度末から新型コロナウイルス感染症により大変な事態となつています。感染防止安心安全を最優先に考え、夏フェスティバル、区民体育祭を中止させていただきました。

また、ご理解の程宜しくお願い致します。このような状況でも自然災害は遠慮容赦なく襲つてまいります。穂谷川、淀川、天野川に囲まれた当時は水害被害の可能性があり、小倉小学校は浸水想定区域内の緊急避難所に指定されています。六月、伏見市長に三河川の破堤防止補強工事、豪雨時下水道管への不明水流入防止工事の二点について陳情を行つてまいりました。行政による安心安全

なインフラ整備の基盤のもと、コミュニティとして「自助・共助・互近助力」が発揮できるものと思

います。



## 令和2年度 小倉校区コミュニティ協議会 新役員紹介

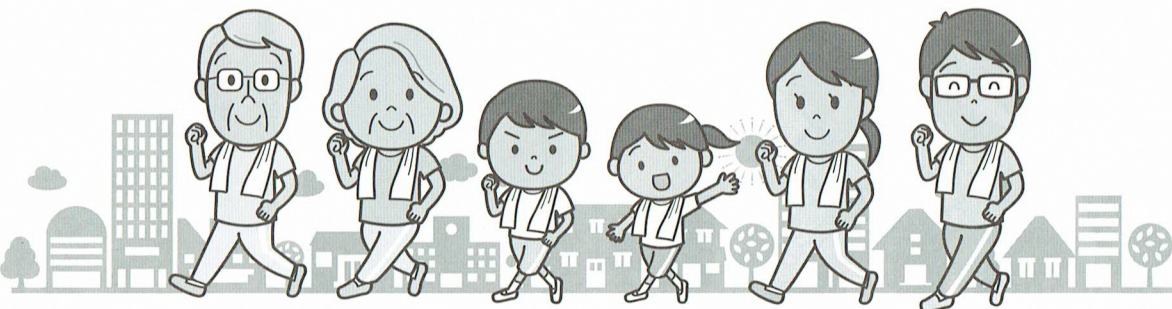
会長	小山 幸雄 (三栗1)
副会長	吉森 貞夫 (三栗渚園)
副会長	草部 正和 (渚栄2)
書記	山口 智弘 (小倉東)
会計	岸本 和代 (小倉)
会計監査	佐藤 久治 (黄金野)
会計監査	佐藤 ひろみ (小倉東)
相談役	津上 敏広 (小倉)
相談役	山中 卓 (小倉)
老人会会長	森分 最 (渚栄3)
青少年育成指導委員代表	佐藤 ひろみ (小倉東)
防犯代表	佐藤 久治 (黄金野)
防災代表	原田 啓二 (渚栄3)
日赤奉仕分団長	荒木 美紀 (渚栄3)
日赤奉仕婦人部長	藤原 昌代 (三栗渚園)
交通対策代表	山口 智弘 (小倉東)
廃棄物減量推進委員代表	栗山 成信 (黄金野)
体育代表	草部 正和 (渚栄2)
民生児童委員校区長	渡辺 康子 (三栗住宅)
福祉委員会会長	岸本 和代 (小倉)
更生保護女性代表	津上 孝子 (小倉)
広報代表	西尾 祐里 (三栗住宅)
子ども会運営委員代表	川越 恵里 (小倉)
明るい選挙推進委員代表	橋本 かつお (三栗1)
PTA会長	畑中 唯志 (渚栄2)

## 令和3年度に向けて 体育委員会

令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のために小倉夏のフェスティバルや区民体育祭が中止になりました。校区体育委員会として今年度は、来年度に向けての準備の一年にしたいと思っております。令和3年度は、校区区民体育祭も五十回の記念大会となることから、今後も継続できるよう競技内容など大幅な見直しを含め検討して行きたいと思っております。参考となるような意見があれば、各地区体育委員まで申し出ていただけるとありがたいと思っております。

また、今後も外出自粛が続くようであれば、運動不足解消のためご家庭で枚方体操をしてみたいかがでしょうか。DVD

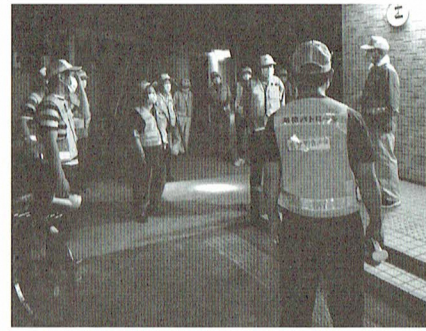
の貸出しもしておりますので、是非ご利用ください。(体育代表 草部 正和)



# 自治会 だより

## 黄金野地区自治会

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大により当自治会での前半のイベント、行事が全て中止となり活動が止まったままになっています。その中でも防犯活動だけは継続し町の安全を守るため活動しています。



早く新型コロナウイルスの感染拡大が収束して以

前のように子どもから、お年寄りまで楽しく暮らせる町づくりを目指して活動していきたいと思えます。  
(黄金野防犯委員 佐藤)

## 三栗丁目水無月会

### 「ひらかた元氣くらわんか体操(元氣体操)」の継続実施で市長表彰を受賞

二年前の平成三十年五月に開催された「ふれあい会食会」の際に実施した元氣体操が好評で、自分たちの健康維持、体力向上のために継続実施してみようということになり、平成三十年六月二日(水無月会の名称由来)より、元氣体操をスタートしました。

以降、祝祭日を除く平日(月曜日・金曜日)の八時から約十五分、十五名ほどの会員が三栗会館に集まり、元氣体操を実施し

てきました。今まで休んだのは、大阪北部地震の日とコロナで今年の四月・五月ですが、令和二年七月十日で四百七十回開催、延べ参加人数六千八十五名で元氣体操に取り組んできました。

この度の取り組みに対し、枚方市長寿社会部長名の表彰状と枚方市長特別賞を受賞しました。元氣づくり・健康づくりを目指し、今後も元氣体操を継続して取り組んでいきます。

(養父 正孝)



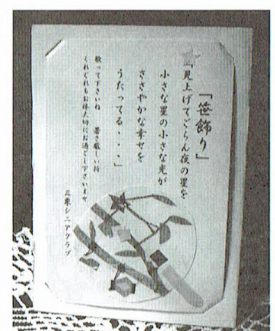
## 三栗渚園自治会

### コロナウイルス感染拡大を踏まえて

感染拡大で自治会活動を回覧文で報告しても文字では「思い」を伝えるのが難しく半分も出ていないと感じています。

毎月開く運営会議は十名で構成、感染防止を図り一時を除き開催しています。健康と親睦から自治会主催の行事「グラウンドゴルフ」「サロインこい」又趣味の会の「カラオケ会」「マーシャン会」「3B会」も感染防止策を取っていたものの七月末増加した感染者数から休止しました。

三栗シニアクラブ(老人会)は、女子役員達でハガキに季節の切り絵を貼り見舞いの言葉添え会員に毎月届け輪作りを図っています。加齢と共に体を動か



(会長 吉森 貞夫)

す機会が無くなると、足腰老化・認知発症有るだけに、時変われば皆さんに呼びかけ行事開催をもちたく思う昨今です。



## 渚栄町3区自治会

小倉小学校の南西に位置し、世帯数約160の自治会です。新しい住宅地に若い世帯が加入して、一時存続が危ぶまれた子ども会も復活し、子ども達の遊ぶ姿もちらほら見られるようになりました。

その子ども会の取り組みですが、昨年度はドッジボール大会に優勝しました。他地区に比べてやはり人数は少ないので、異学年との交流がしやすく仲良しです。6年生とのお別れ会は、ボーリングをして、皆でお好み焼きを食べ、楽しく活動しています。

老人会も、グラウンドゴルフ・囲碁将棋など定期的に活動を続けており、ご近所同士仲良しです。(今年度は状況を見ながら開催)そんな渚栄町3区自治会は、昨年度校区区民

## 小倉町自治会

### 小倉町自治会について

体育祭で悲願の優勝を成し遂げました。素晴らしいチームワークとご近所の方々のたかひ繋がりがあるからこそ嬉しかった。

(会長 荒木 美紀)

令和二年四月より自治会会長職を受ける事となり、責任の重さを痛感しています。基本的には、前小

山会長の「住んで良かった小倉町」を引き継ぎ、活動して行きたいと思えます。しかし、今回のコロナウイルスにより活動自粛を余儀なくされ第一回役員会も六月にやっと実施出来た状態で従来の行事も制約の中でのスタートとなりました。又、今後の行事

(地蔵盆、秋祭り等)も情勢を見ながら、都度自治

## 小倉西自治会

### 小倉西自治会上期の活動報告

役員と相談を行い、三密を避ける対策を取り、実施していきたいと思えます。最後に新型コロナウイルスが早く収束し、従来の自治会活動が出来ることを祈るばかりです。今後

(会長 中城 久雄)

四月に今年度役員メンバーでさあ、始めようと思いきや新型コロナウイルスで役員会は開けず、四月は書面開催としました。六月にやっと役員会を開くことができ、今年度役員全員の顔が揃ったのを見て、ほっとしました。

公園二ヶ所の草取りは六月から再開しました。こちらも久しぶりだったので、

## 小倉東町自治会

### めざせ1位。首位奪還に燃えるまち、小倉東町!

毎年秋に行われる区民体育祭。小倉小学校の校区では、小倉東町の連覇も記憶に新しいのではないのでしょうか。

しかし、2019年度は惜しくも優勝を逃してしまい、連覇の記録も途絶えてしまいました。2020年こそ、首位を奪還するぞ!と意気込み迎えた本年でしたが、新型コロナウイルスの影響でやむをえず開催が断念されました。

翌年以降も、これまでと同じような形での区民体育祭の開催は厳しいのかもしれませんが、次回の開催時には、首位を奪還できるよう、来るべき日に備え、健康管理に気を配り、個人個人でコンディションを整えています。

2021年の区民体育祭こそ、地域の皆さんと笑顔で競技できるような楽しみにしています。

(会長 安達 新)



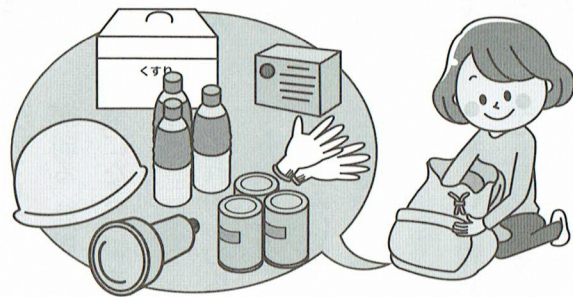
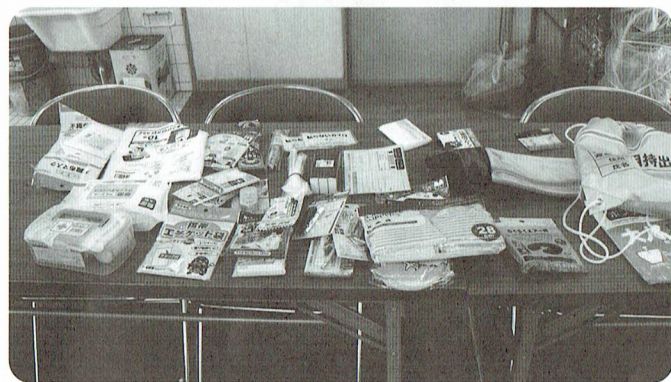
**福祉委員会**  
**福祉だより**  
 新年度を迎え役員、委員の新たな体制で出発したものの新型コロナウイルス感染症拡大のため、すべての行事が止ってしまい「感染しない感染させない」という合言葉で訪問や声掛けを自粛させていただきました。地域のふれあいや繋がり、の機会が一次的に失われることによって、高齢者や障害者等が孤立や不安を抱えないよう、電話によるあんしんコール、ふれあいポスティング等で見守りや安否確認を実施しました。福祉活動が開催できるようにになりましたら、各地区の掲示板にてご案内させていただきます。

健康管理に気を付けてコロナに負けず元気な皆さんとお会いする時まで、もう一息一緒に頑張りましょう。  
 (福祉代表 岸本 和代)

防災委員会

# 家庭でできる災害の備え いざという時のために! 非常持ち出し袋を準備

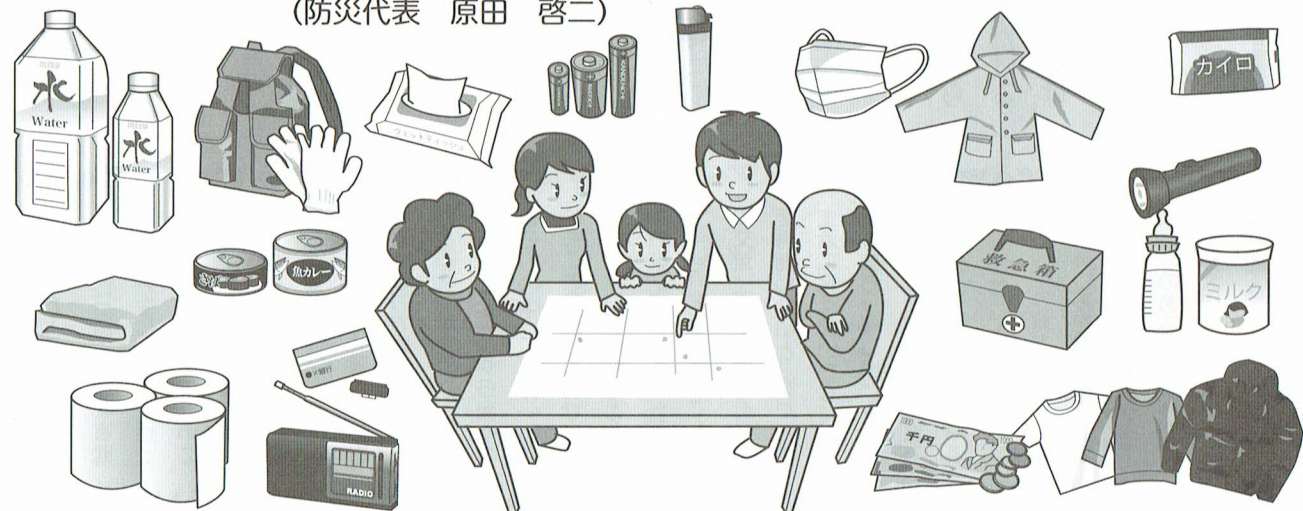
毎年どこかで大きな被害が起きている、自然災害に見舞われやすい日本。ますます日頃の防災への備えの重要性が高まっています。突然の地震や台風、豪雨など、いざという時のために、家庭での防災のための備蓄品をしっかりと準備することが大切です。すぐに逃げる場合の避難準備として、非常持ち出し袋を準備しましょう。



ポイントは避難時に両手が使えるよう、リュックサックに自分に必要なものをコンパクトにまとめ、すぐに取り出せる場所(玄関先等)に保管することです。

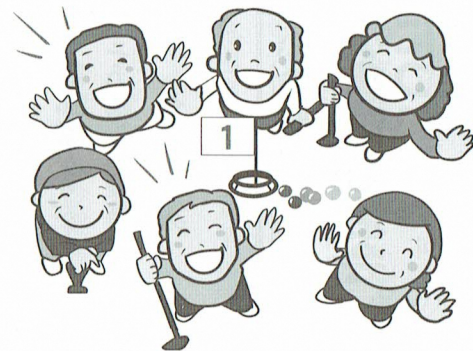
七月の防災委員会の定例会議では、非常持ち出し袋の中身のサンプルを参加した防災委員全員で一つ一つ確認しました。

(防災代表 原田 啓二)



## 健康をグラウンドゴルフに託して

超高齢化時代に生きる高齢者達には、如何にして老後を楽しく有意義に過ごすかが共通の課題となっています。それを随行して行くには、健康であらねばなりません。その為に高齢者は、日々、太極拳、ダンスウォーキング等健康施策に取り組んでおります。そのなかでグラウンドゴルフは、自然体の運動で過激でも無く個人競技で少々頭を使つて一ゲームで約千歩は歩きます。一回に三ゲームはやりますので三千歩は歩く事になります。グラウンドゴルフは全国的に高齢者の人気競技運動です。小倉校区にも、各地区に老人会の中や同好会が結成され健康増進に寄与されています。小倉校区には百名の愛好家がグラウンド



ゴルフで健康維持に励んでおられます。  
 校区でもスポーツ委員会の理解と好意により、年一回の校区大会を開催して、校区高齢者の健康推進と交流の場を設けて貰って、第14回を経過しております。  
 (三栗住宅 天川 次夫)

## 小倉太極拳倶楽部



小倉太極拳倶楽部の歩みは平成16年、枚方市からコミュニティへ高齢化に伴う住民の健康維持・向上を目的に、「体力づくり会」を要請され、当時の津上議員、コミュニティ協議会会長三浦氏、協議会役員で話合われ、数あるスポーツ

から太極拳を導入設立され、「小倉太極拳倶楽部」と名付けられました。始めるきっかけも「ゆっくりした動きが健康維持によさそうだ」「市広報の体験入部から」「コミュニティ行事の太極拳アトラクション参加を見て」でした。  
 先生の親切な指導でこれからも、心身の健康法として親しみ、毎週生き生きと楽しんで参ります!  
 現在の部員数は30名。40代〜93歳まで。中には資格取得に励んでいる部員もいます。練習は毎週土曜日8時45分〜11時で小倉小学校体育館。見学お待ちしています!

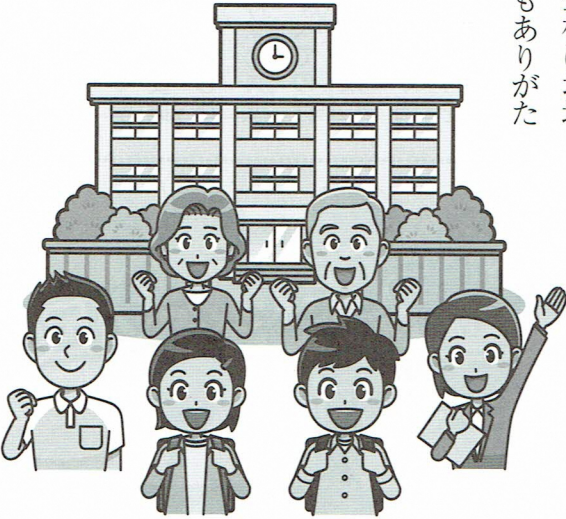
幹事一同



# 小倉小学校PTAより 元気を込めて!!

小倉小学校PTA会長 畑中唯志

元気ですか!!令和二年  
度小倉小学校PTA会長  
の畑中唯志と申します。  
新型コロナウイルス感染拡大を考  
えると規模を縮小しての  
イベントすら開催が懸念  
される、やりにくい情勢が  
続いておりますが、明るい  
ニュースも散見するようにな  
ってきました。学校再  
開、継続しての登校は地域  
にとって何よりもありがた  
い情勢変化で  
あり、市場の  
経済活動も回  
復の兆しを見  
せているよう  
に感じており  
ます。「やまな  
い雨はない!」  
BY倉嶋厚、比  
較的長い期間



新型コロナウイルス関連の騒動が  
続いておりますが、本年度  
中にはきつと収まり、来年  
オリンピックと共に小倉小  
学校50周年事業を開催で  
きることでしよう!元気が  
あれば何とかかります!!!  
イクゾー  
1.2.3 ダー!!!

# これからの広報誌「おぐら」

広報代表 西尾 祐里

広報委員会はこれまで  
小倉校区コミュニティで取  
り組んでいる活動の報告  
記事を主に掲載して参り  
ました。

しかし、今年度は、新型  
コロナウイルス感染症によ  
る感染拡大防止のため、各  
委員会の行事、コミュニテ  
ィ主催で行われる夏祭り、  
区民体育祭、そして子ど  
も会の行事など、12月まで  
のありとあらゆる行事が  
中止となっております。これ  
では、これまでのような記  
事は全く掲載できません。

広報委員会では、校区の  
皆さまが楽しみにされて  
いる広報誌を中断するわ  
けにはいけません。継続して  
発行する使命があると考  
え、相談の結果、コミュニ  
ティ協議会役員の皆さん、  
そして今回は校区内で行  
われている『太極拳倶楽  
部』『グラウンドゴルフ』の  
代表者さまにご協力を頂  
き、自治会や各会の様子、  
取り組みを今回と3月発  
行予定の2回に分けて掲  
載することに致しました。

高齢化の進むコミュニ  
ティは行事を開催すれば  
コロナの感染が怖い。中止  
にすれば、人生の楽しみを  
失いコロナ鬱になる。足腰  
が弱る。独居の方の安否も  
気になる。悩ましいと思  
います。

これからの広報誌につ  
いても検討を重ね、これか  
らも楽しみにしていただ  
ける広報誌「おぐら」をお  
届けできればと考えてお  
ります。  
新しい広報誌へのご要望  
やご意見、提案がありま  
したらぜひ各地区広報委員  
までお聞かせください。

## 編集後記

昨年12月中国湖北省武漢市で発生した新型コロナウイルス感染症は世界中に拡散、枚方市でも感染者が出て亡くなられた方もおられる。この広報誌を発行する頃には、第2波が押し寄せているのではないかと思うと恐怖です。

しかし、どうやら我々の暮らしている「共存」していくことを受け入れなければいけないようなことも言われ始めました。「共存」の新しい生活様式で人との交流、余暇を楽しむことを再開しないと、私たちの生活に全く潤いがなくなってしまう。楽しいこと、嬉しいことを奪われたままでは、元気も出ません。経済を動かすことも大切ですが、地域社会を動かして小さな楽しみを楽しむ生活に早く戻りたいものです。楽しみのある日常生活とても大切で尊いものだからため感じました。  
(広報委員会)