

平成29年3月

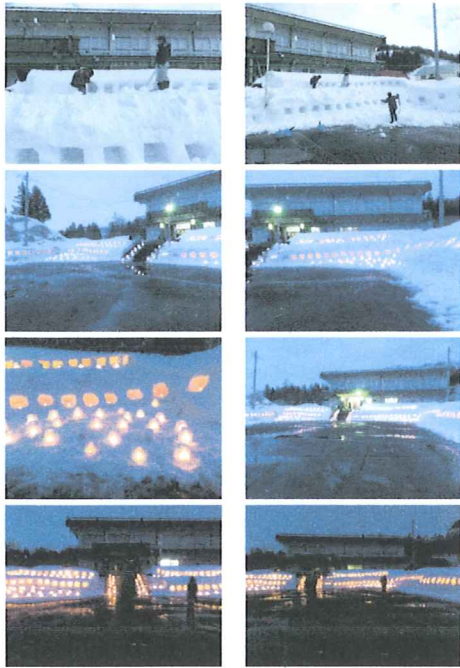
水無みようこよみ



東日本大震災復興祈念

結いの灯りく東地域づくり協議会（女性部他）の取り組み

三月十一日（土）、東地区開発センター前で協議会女性部 他 主催の東日本大震災復興祈念「結いの灯り」の取り組みが行われました。当日は午後から役員総出で雪灯りの準備にとりかかりました。準備には支援センターからも応援にかけつけてくれました。灯る数は二百二十二個と例年にない数となりました。女性の皆さんはセンターでトン汁、お汁粉を用意して、地域の皆さんのお越しを待ちます。夜は厳かで、幻想的な雪灯りを大勢の皆さんが見に来られていました。今年も地区内の各集落でも取り組まれました。



東地区地域づくり協議会
責任者 佐藤 成孝
第 19号



3月・4月のこよみ

- 3/24 小学校卒業式 体育館
- 3/24 ホワイトカーニバル反省会
サイクリングターミナル
- 4/7 小学校入学式 体育館

防災グッズを考える

あなたの家ではいくつ用意がありますか。

- ① 現金く小銭も用意
 - ② 通帳・印鑑・カード
 - ③ 乾電池
 - ④ 携帯ラジオ
 - ⑤ ポリ袋（大・中・小）
 - ⑥ 皮手袋
 - ⑦ 歩きやすい運動靴
 - ⑧ 水く一日2リットル7日分
 - ⑨ 非常食く4・5日分
 - ⑩ リュックサック
 - ⑪ 救急セット・常備薬
 - ⑫ カセットコンロとカセットボンベ
 - ⑬ ヘルメット
 - ⑭ 口腔ケア用ウェットティッシュ
 - ⑮ ロープくテント用等
 - ⑯ ヘッドライト
 - ⑰ LEDランタン
 - ⑱ 簡易トイレく60枚から70枚（被災地での問題は切実）
- もう一度、用意・点検をしてみませんか。

健康の考え方から

健康は自分自身に送ることのできる最大のプレゼントである。健康はすべてではないけれど健康でなければすべてなし。

- ★ 病気がすくないこと。
- ★ 夢ごころを持つていること。
- ★ 心にゆとりを持つていること。
- ★ 生きがいを実感できること。
- ★ 自己表現ができ、共に生きる喜びを語り合える友（つれあい）がいること。
- ★ 自分らしいふれあいがあること。
- ★ 人（社会）のために役立っている実感があること。



編集後記く東日本大震災をわすれてはいけません。災害はわすれたころにやってきます。ふるさとの景色が一変し、家族や住まいを失った人がそれぞれの日常を取り戻す日はいつになるのでしょうか。避難生活の終わりが見えません。道半ばが今も続いて・・・。「ただいま」と言えるのは、生きている証拠です。防災は、毎日「ただいま」と言えるように備えることだと思います。私たちも中越震災の経験者です。三月十一日は家族でもう一度災害について、考えてみる良い機会です。N（則夫）

