

# コミュニティ・センター とうごう

MAIL: tougou-cc@coda.ocn.ne.jp HP: http://tougou-cc.net/  
Facebook: https://www.facebook.com/tougou.cc



東郷ゆいせもん  
(東郷コミセンキャラクター)

## 【東郷地区の人口】

世帯数: 4,546世帯  
男性: 4,804人  
女性: 5,372人  
合計: 9,983人  
前月末からの増減-4

第40号 令和2年10月1日

【発刊・編集】  
東郷地区コミュニティ運営協議会 広報委員会  
宗像市田熊6丁目7-25  
TEL36-7711 / FAX37-4171

## “防災”について考えてみよう!

今年は記録的な長梅雨そして大雨となり、気象災害の怖さを実感しました。そこで今回の企画号では、地域の過去の災害を知り、皆さんと一緒にもう一度考え、確認し“備えること”のきっかけにしてほしい!という思いから防災についてお届けします。

過去の大きな災害を調べてみましたが、あまり記録が残ってなかったため、地域の方に聞いてみました。

私たちの  
住んでいる地域では  
どんな災害が心配?

◆ 昭和28年6月  
西日本大水害は九州北部を流れる川がほぼ  
全て氾濫。戦後最悪の被害をもたらす大災害  
となりました。釣川の氾濫により農作物が全滅  
した。とのこと。



釣川本流の洪水は一昼夜にわたり  
田畑を浸して滔々と流れ出た。(出典 寺像・福津・古賀の寺背 郷土出版社)

◆ 昭和34年7月  
釣川が氾濫し、  
「東郷町が全部水につかった」  
「1階が水につかったので2階に逃げた」  
「宗像大社が池のなかに建てるように見えた」  
などといった声をお聞きました。

この2つの水害の原因は梅雨前線を原因とした集中豪雨だったようです。  
過去の災害が再来することもあります。非常持出し品やハサードマップの情報など、  
事前確認・準備が大事ですね。(広報委員 吉田剛)

## 最近の東郷地区の 災害被害は?

今後、線状降水帯が東郷地区上空に停滞することが  
あるかもしれませんね。その時あなたはどうしますか?

平成30年7月  
梅雨前線の活発化に伴う大雨による水害



市役所職員駐車場横の田んぼ



河東橋付近



高架橋 (JRガード付近) より  
JA本所方面

東郷地区は近くに川が  
流れているので、水害が  
心配ですね。もしもの  
時、どう行動するか考  
えておきましょう。

各家庭で防災マップの再確認が必要  
ですね。ハサードマップで自宅の  
洪水浸水想定区域について確認して  
みましょう! (写真提供: 広報委員 内田龍男)

経験したことがない  
台風がくる!  
どうしよう!  
何が必要?  
何をすればいい?

経験したことがない台風  
が接近する!との事前情報  
に、皆さんはどんな備えを  
しましたか?  
インタビューしてみました。

- |        |             |             |
|--------|-------------|-------------|
| 購入したもの | * 冷感タオル     | * 電池        |
|        | * 紙皿、紙コップ   | * うちわ       |
|        | * 懐中電灯      | * 無洗米       |
|        | * トイレの凝固剤   | * ラジオ       |
|        | * 黒のゴミ袋     | * 缶詰        |
|        | * 体拭きシート    | * パックのごはん   |
|        | * プチプチシート   | * おかし       |
|        | * ソーラーバッテリー |             |
|        | * カップ麺      | * モバイルバッテリー |

- しておいたこと
- \* ガラスに養生テープを貼った
  - \* お風呂に水を溜めておいた

- \* 車のガソリンを満タンにした
- \* 前もって水を作った
- \* 植木鉢を室内に入れた
- \* 車を立体駐車場に入れておいた
- \* かかりつけの病院にお薬をもらいに行った
- \* 前日にご飯を多めに炊いておにぎりを作った
- \* 現金を少し多めに準備しておいた

買いたいけど買えなかったものもあるようです。  
日頃からの備えが必要!!と実感しました!

## 災害時の トイレ事情

困った!自粛  
トイレが使えない...

停電や断水、給排水管等の破損で水洗トイレ  
は使用できなくなる可能性がある。

復旧は東日本大震災時早くて3ヶ月かかった。公共施設でトイ  
レを使用できたとしても、長蛇の列、水洗は機能しない、建物内に  
悪臭が漂う不衛生な現場となり、女性は特に大変である。(熊本  
地震での体験談)

## 災害時のトイレ対策 【避難所】

簡易トイレ(段ボール製  
トイレ)を備蓄しておく。  
避難場所の収容人数に  
合わせた数をあらかじめ  
準備しておく。



## 【家庭】

緊急対策用として、自宅  
のトイレで使用できるトイ  
レ袋が販売されている。  
排泄物をゼリー状に素早  
く固め臭いを包み込むも  
の。非常用として準備し  
ておく安心。

備蓄品や非常時持出し袋に、救急用品・衛生  
用品と合わせて準備しておきましょう!

(広報委員 大和利之)

特別警報級!?  
台風10号接近  
あなたはその時  
どうしましたか?

台風10号は特別警報級とはならなかつ  
たものの大型で非常に強い勢力で九州に  
接近しましたね。東郷地区も風が強く恐怖  
を感じましたが、甚大な被害もなく良かった  
ですね。皆さんが事前に備えていたから  
こそ被害が少なかったのでしょう。



## その時の東郷地区の避難所は?

- 急患センター3階講堂  
48世帯81人が避難
- 宗像高校四塚会館  
21世帯48人が避難

その日、避難所の一つである急患センター3階講堂に行かれた、  
三倉区防災士でもある榎村自治会長にお話を伺いました。

Q どうして避難所に行かれたのですか?

9/4(金)地域の方から避難所開設についての問い合わせが多数あったが、  
何も決まっていない状況だった。4日時点で市内ビジネスホテルはどこも  
満室で若宮のホテルは空いていたと聞いた。

9/6(日)地域の方から「避難所に行く」との連絡があり、食料・飲み物を  
持参するよう伝え、自分が行って何ができるわけでもないが、たわいもない  
話をして少しでも不安を取り除けるのであれば...との思いで避難所へ  
行った。

Q 避難所の様子はどうでしたか?

高齢者、小さい子どもがいる家族連れなどで講堂はいっぱいになり、  
ソーシャルディスタンスもあって廊下や車内でも寝泊りする人もいた。

Q 避難所について気付いたことは?

避難者はお客さんではなく、自分のことは自分でするものである。今回は  
数時間の避難で事なきを得たが今回の避難所開設で、今後の課題、必要な  
ものなども見えてきた。

今後に備えて大切なことは

今回の台風で避難しなかった人も避難所を見てみる、体験してみる  
ことで大きな災害時あわてず行動できるのではないだろうか。  
「いっしょに逃げよう!」のあなたの声かけで多くの命を  
守ることができます。

## 避難所だけが 避難じゃない!

東郷村地区での一コマ  
【地区内の行事の時の会話】

防災マップで見たばってん、うちの地区に大雨が  
降ったら、うちは低いけん浸水するごたあ

この地区は全体的に低いもんなん

あんたんとこは地区内でも高いところにあるけん、もし  
大雨降りそうならあんたんとこ行けばいい

そうやな。避難所はちょっと遠いし、コロナ  
もあるけん、うちにきたらよかよ!

事前にご近所さんとこんな会話をしていたら、  
いざと言う時、行きやすいですね。

避難所だけが避難じゃない!  
危険区域外の親戚、友人宅への避難、  
在宅避難も選択肢のひとつに入れてみましょう!

(広報委員 内田龍男)

## 災害時の被害情報を即時確認できる

宗像市防災情報  
ダッシュボードの運用開始

災害時にスマホ・パソコン  
などで被害状況や開設避難  
所などの情報を、宗像市防災  
ホームページの「緊急情報」  
から閲覧することができま  
す。「ダッシュボード」では、被害  
状況(通行止め、  
土砂崩れ、冠水  
など)、開設避  
難所、避難者数  
を公開します。



市防災HP  
ダッシュボード

スマホ画面イメージ

## 防災 Bousai Q クイズ

このコーナーでは防災に関する〇×クイズを  
出題します。コミセン館内に設置している応募  
用紙に回答を記入して応募してください。  
全問正解者にはお楽しみが  
ありますよ~!!

※答えは次号でお知らせします。

## 【問題】

- 東郷コミセンは雨の時、避難所になる
- 東郷コミセンに備蓄しているアルファ米の  
保存期間は7年である
- 宗像市防災マップはあなたの命、ご家族の  
命を守る情報が記載されている
- 自宅で調理中に大地震が発生したので、  
すぐにガスの火から離れた
- 大雨で避難する場合、長靴で避難した方  
がよい

※締切りは10月25日(土)  
全問正解者にはこちらからご連絡します。

どなたでも  
ご参加  
ください!

# いせきんぐでヨガ



みんな  
でヨガしよう！

“いせきんぐ宗像”での屋外ヨガを楽しみませんか？  
おひとり様からグループ、家族・お子様連れもOK！  
駐車場もありますので、お散歩兼ねていかがですか？  
四塚と許斐山を望む芝生広場で  
老若男女問わず、みんなで深呼吸しましょう。

日時：11月1日(日) ※雨天延期の場合 11月3日(火・祝)  
受付9:30～ / 10:00～11:30  
場所：いせきんぐ宗像 芝生広場 (宗像市田熊2丁目2-13)  
講師：馬場 ふうみさん (ヨガ講師・東郷コミセン等各地で指導)  
YouTube「ちょこつとYOGA・馬場ふうみ」もご覧ください

受講料：無料  
申込：東郷コミセン ☎0940-36-7711  
※人数把握のため事前申込のご協力を  
お願いします。当日参加も可能です！



持参品：【来場用】… マスク  
【講座用】… ヨガマット (または代わりになるもの)  
レジャーシート (ヨガマットの下に敷く・荷物置き用)  
動きやすい服装・マスク・飲み物 (水分補給用)  
UV対策 (必要な方は帽子・サングラス等)

### 【当日開催のご案内】

※開催日前の天候により、芝生広場のコンディション次第で、  
やむを得ず中止にする場合があります。ご了承ください。  
開催についてのお問い合わせは、東郷コミセンのホームページで  
ご確認ください。



# スマートフォン講座

～初めての方・シニア向け～

スマートフォンの基本操作からインターネットの  
活用法、便利なアプリのご紹介など行います。  
災害対策アプリなどを使って、防災対策しませんか？

### ご注意

- ・初めての方向けの講座です。  
初心者向けの基本的な操作と内容になります。
- ・スマートフォンは、各受講者に1台ずつ貸出します。

日時：11月4日(水) 13:00～15:00  
場所：東郷コミセン 大会議室  
講師：KDDI株式会社認定講師  
受講料：無料 / 定員：20人  
持参品：筆記用具・マスク・スリッパ



### 【◇2講座共通◇ 自主講座のご案内】

※お申し込みは、10月6日(火)から 東郷コミセン☎36-7711へ  
お願いします。定員になり次第、受付終了とします。  
※託児はありません。  
※当日は10分前までにお越しください。

### 【◇2講座共通◇ ご来館時のお願い】

※当日の体調次第で、最終的な出欠をご判断ください。  
※ご来館時には当日の体調確認をさせていただきます。  
ソーシャルディスタンス、手指消毒等のご協力をお願いします。

### ※ 講座開催について ※

新型コロナウイルスの感染拡大の状況を見ながら  
やむを得ず中止となることもあります。ご了承くださいませ…

事業への参加は、消毒、マスクの着用、マイスリッパ持参、  
ソーシャルディスタンス等のご協力をお願いします。

## さつまいも掘り体験 さつまいも掘り体験

安納いも・紅はるかいも

さつまいも掘り体験  
しませんか！

日時：10月31日(土) 8:30～受付9:00～開始  
場所：シルバー農園 (東郷コミセン近く、八並川沿い)  
対象：ご家族でお申込みください  
参加料：無料 / 定員：先着10家族  
準備：マスク、汚れていい服装、帽子、スコップ、軍手、  
飲み物、持ち帰り用の袋  
駐車場：農園は狭いので、東郷コミセンに駐車してください  
申込み・問合せ：東郷コミセン ☎36-7711  
締切り：10月16日(金) 主催：シルバー農園

### 東郷コミセンご来館時のお願い

- ◆入館時にはマスクの着用
- ◆手洗い、手指のアルコール消毒
- ◆マイスリッパ持参
- ◆密閉、密集、密接(3密)の回避
- ◆教室以外の来館者の方は「来館者受付表」に記入してください
- ◆キッズルーム、学習室は当面の間利用を中止します

引き続き、  
皆さまのご協力を  
よろしく  
お願いします



# いせはたけだより

～国史跡「田熊石畑遺跡歴史公園  
(いせきんぐ宗像)」に関する情報～

## 新型コロナウイルスに負けるな！

10月からいせきんぐ宗像での活動が少しずつ進みだしました。もちろんウイルス  
対策はしっかり実行しています。前月はいせきんぐ米や古代米(赤米)の稲刈りを、  
今月はさつまいもほりや菜花園の花苗植えを開催します。11月8日(日)からは、  
開園5周年記念イベント「いせきんぐ宗像クイズラリー」が開始となります。  
皆さま、いせきんぐ宗像へ遊びに来てください。

## いせきんぐ5周年記念イベント いせきんぐ宗像 クイズラリー ～いせきんぐの謎を解け～

いせきんぐ宗像では、開園5周年記念イベントとして、クイズラリーを開催します。  
公園内に設置してある歴史クイズに挑戦した参加者から、正解数に応じて景品をプレゼン  
ト！景品はいせきんぐ宗像で収穫された「いせきんぐ米」や限定エコバッグなど、ここで  
しか手に入らないものばかりです。(景品は当日お渡しします)ぜひご参加ください。

- 場所** いせきんぐ宗像 (田熊石畑遺跡歴史公園) 宗像市田熊2-2-13
- 期間** 令和2年11月8日(日)～令和3年1月31日(日) 土日祝日のみ開催  
※休園日 令和2年12月29日(火)～令和3年1月3日(日)
- 受付** 案内管理棟 10:00～15:00 (雨天中止、事前申込み不要)
- 参加料** 無料
- ルール** ○参加者は家族や友達など2人以上のグループで行います。  
多人数の場合は、1グループ3～4人に分かれてください。  
○参加は期間中の各月1回、計3回(11月、12月、1月)までです。  
○歴史クイズは各月で変わります。
- 注意事項** ○コロナ対策をお願いします。(マスク着用・検温・消毒など)  
○景品は期間中に変更になる場合があります。
- 駐車場** 無料 57台

田熊石畑遺跡村づくりの会 村長 山田 久



## 健康福祉部会からのお知らせ

### ヘルス健康講座

好評につき  
第2弾

足から健康

若く美しい歩き方とセルフケア(ストレッチ、足つぼマッサージ)

日時：10月11日(日) 13:30受付 14:00～16:00  
場所：東郷コミセン 多目的ホール  
講師：占部 澄子先生 (久原公民館で健康教室をされています)  
対象：どなたでも (事前申込不要)  
参加料：無料  
準備：マスク、動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル  
問合せ：東郷コミセン ☎36-7711  
主催：ヘルス推進委員会

## 歩こう会 「宗像大社菊花展鑑賞」コース

自然にふれながら健康づくりと仲間づくりに！

日時：11月10日(火) 9:30集合 9:45出発～11:30  
※雨天中止・開催の確認は当日8:30から 東郷コミセンへ  
集合場所：東郷コミセン ※現地解散  
申込：不要  
持参品：マスク、歩きやすい服装と靴・帽子・水筒・タオル  
問合せ：東郷コミセン (36-7711)  
※マスク着用、前後の人と距離をおいて歩くなど、コロナ対策にご協力  
をお願いします。



### 11月からごみの 収集開始時間が変わります

11/1(日)～2/28(土)  
7:30から収集を開始します。  
問合せ：環境課 ☎36-1421

### 9月3日(木)宗像市役所で 実施した献血の結果

参加された数 141人  
献血された数 133人

ご協力ありがとうございました  
宗像市献血推進協議会

コミセン玄関に設置していた  
ペットボトルのキャップ回収は  
終了しました。  
ご協力ありがとうございました。

緑ヶ丘学園

東郷コミセンの情報は ホームページ  
http://tougou-cc.net/やFacebook:  
https://www.facebook.com/tougou-cc  
でもご覧になれます



### 10月の予定表

日	予定
1	
2	
3	
4	約川クリーン作戦 (8:30～)
5	新設ボランティア説明会 (18:00～)
6	休 園 日
7	お芋収穫祭 (14:00～)
8	
9	小中一貫校区長講話 (14:15～)
10	まちづくり懇話会 (18:00～)
11	◆ヘルス健康講座：足から健康 (13:30～受付・14:00～16:00)
12	休 園 日
13	
14	
15	
16	健康福祉部会 (13:30～)
17	役員会 (18:00～)
18	プリンセス駅伝 (12:10 東郷コリックス スクート)
19	休 園 日
20	
21	
22	まちづくり懇話会 (18:00～)
23	
24	
25	
26	休 園 日
27	いせきんぐ花植え (18:00～)
28	まちづくり部会 (18:00～)
29	
30	
31	◆さつまいも掘り体験：シルバー農園 (9:00～)

◇ 毎週月 フルディック・ウォーキング教室 (10:00～11:30)  
● 詳細は担当室をご覧ください。  
※ 予定は変更になることもあります。ご了承ください。