



# 滄浪 コミ協だより

令和7年2月20日 発行者 滄浪地区コミュニティ協議会 ☎ 27-3159



## 令和6年度 原子力総合防災訓練が実施されました

本年度は11年ぶりに内閣官房、内閣府、原子力規制委員会等が中心になって行われ、参加機関、294機関、参加人数、約5,000人と大規模に行われました。

能登半島地震の事例を踏まえ、孤立地区の発生を想定し、船舶・ヘリコプター等のあらゆる手段を活用した住民避難の確認が行われ、滄浪地区からは13名の参加があり、久見崎船溜まりから小型船で沖合に停泊していた大型船への避難訓練が行われました。



原子力防災訓練、地元説明会の様子



倒壊家屋からの救出訓練



原子力防災訓練実施中

コミセンに集合し船溜まりへ徒歩で移動



小型ボートで沖合に停泊している大型船へ移動



港に到着後バスで避難所へ移動

## スポーツ吹矢同好会のご紹介



## スポーツ吹矢の魅力

スポーツ吹矢の最大の特徴は呼吸法にあります。スポーツ吹矢式呼吸法は胸式呼吸と腹式呼吸の両方を行う呼吸で、呼吸にかかわる筋肉をすべて活用します。

## スポーツ吹矢の健康効果

- ◎動脈硬化の予防 ◎脳の老化の予防
  - ◎ストレス解消 ◎内臓機能の活性化
  - ◎免疫力を高める ◎腰痛を予防
- など様々な健康効果があるとされています。

スポーツ吹矢は、6、8、10mと離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。



## 2月13日、サロンはペタンク?もどきで楽しめました。

本来のペタンクは金属の球を投げて点数を争いますが、わかまつ園さん考案の紙を丸めて投げ合い、楽しく競技されていました。



## 次郎次郎踊りが奉納されます

3月2日久見崎諏訪神社で春の大祭が行われます。

そのあと、活性化委員会・次郎次郎踊り保存会のメンバーで、農業や漁業など豊作・大漁を祈願し次郎次郎踊りが奉納されます。

沢山の観覧をお待ちしております。

日時:3月2日(日)13時半頃から 場所:久見崎諏訪神社境内

## 滄浪地区コミ協・定期活動のご案内

- 毎月2回 リサイクル回収作業
- 毎月1回 不法投棄巡回
- 毎週(水・金) グラウンドゴルフ
- 毎月(毎週水曜日) 吹き矢教室
- 毎月(第2・4火曜日) パッチワーク
- 毎月(第1・3火曜日) 健康体操教室
- 毎月(第1・2・3木曜日) サロン

## 第6回久見崎公園除草作業のお知らせ

先日、回覧でもお知らせしましたが、22日(土)、午前8時より、本年度最後の公園の除草作業を行います。お忙しいことと存じますが皆様のご協力をお願いします。

