



豊島消防署職員とともに

## 特集・地域を守る消防団

### CONTENTS

プラスチックの資源化で環境にやさしく…………… P4・5	関東大震災100年、新着資料展 ほかお知らせ…………… P7
すくすくふくろうナビ、 子ども若者総合相談アシスとしま ほかお知らせ…………… P6	熱中症を予防しよう ほかお知らせ…………… P8

広報としま読者アンケートにご協力ください  
区民の皆さんのニーズを知り、より読みやすく、身近なものにしていくため、アンケートを実施します。

- 回答方法…2次元コードから
- 回答期限…9月15日



# 地域を守る 消防団



## 学業とともに

**Interview** 帝京平成大学 学生  
豊島消防団第4分団 佐久間 美羽さん 真野みなみさん

普段は大学の授業、アルバイトなど多忙な学生生活を送る中で、消防団にも所属し、地域の消防訓練などにも参加。今年度のポンプ操法審査会で、準優勝に輝きました。学業との両立の中で日頃どのような生活を送っているのか、お話を伺いました。

消防団に入団したきっかけを教えてください。

2人●私たちは救急救命士を目指しているの、大学では救急救命士コースを専攻しています。大学の先輩が、将来救命士を目指すうえで消防団の活動はいい経験になるよと誘ってくれたのがきっかけです。

入団後、生活面で変化はありましたか。



佐久間さん●人に説明できるくらい知識を深めていきたいと思うようになりました。消防団は地域のために活動しているので、学んだことは今後どこに住んだとしても活かれます。そして、消防団員だからこそ、自分が家で火事を起こすわけにはいかないと意識も強くなりましたね。

真野さん●家の火災報知器なども点検しようと思うようになりました。普段サイレンの音を聞くといつか自分も現場に行くかもしれないという緊張感が高まります。活動では、まちの中で防災のアナウンスをしたり、盆踊り大会での警戒・見回り、救命講習会でAEDの使い方を学んだり。長く活動している方に地域の歴史なども教えてもらったりもするんです。

2人●様々な知識が身について、消防団に入ってプラス面しかないですね。

学校生活との両立はいかがですか。

佐久間さん●普段の訓練のほかにポンプ操法審査会前の2か月間は週3~4回、夜に訓練をします。正直、心が折れそうになった時もありましたが、団員の皆さんが励ましてくれたおかげで頑張れました。皆さんが本当に優しいんです。

真野さん●平日は授業と訓練、土日はアルバイトという状況で大変な時もありました。でも、地域の皆さんは自分の娘や孫のように私たちに接してくれるので、その優しさに応えたくて頑張れます。練習時によく差し入れもしてくれました。差し入れがおいしいから、より頑張れたのがあります(笑)。審査会当日には応援に来てくれて「いつも通りやればいんだよ」と声をかけてもらい、涙が出そうになりました。



お住まいの地域で消防団の皆さんが活躍されていることをご存じですか？  
消防団員の方は仕事や学業、家庭を持ちながら地域の安全と安心を守るために活動されています。今回は地域防災消防団の皆さん取材しました。  
圏 防災危機管理課防災事業グループ ☎4566-2572



佐久間 美羽さん

真野みなみさん

今後の目標は？

佐久間さん●高校生のときからの目標である救急救命士になりたいです。命の最前線の現場ですが、救急は男性の方が多いのが現状です。女性の社会での活躍が注目されている現代ですが、女性だからこそ要救助者が女性の場合などに安心感を与えられる存在になりたいと思っています。

真野さん●私も救急救命士になることが一番の目標です。人の役に立つ仕事がしたいんです。私が大学を卒業して豊島区を離れることがあったとしても豊島消防団の活動が途切れることがないように、すでに大学の後輩にも入団をすすめています。



▲日頃訓練をともにしている第4分団の皆さん

## ポンプ操法審査会



日頃各分団で訓練されている消防団の方々が分団代表チーム(1隊5名)で、ポンプの基本操法である①ポンプ搬送、②ホースの延長、③水槽から消火水を吸水、④放水をする手順を、確実性・操作の習熟度において競います。実際に災害時の消火活動を行うために使用する可搬ポンプを使用します。今年度、豊島消防団では第5分団、池袋消防団では第1分団が熱戦を制し、優勝しました。

## 消防団の役割

区内では、計13の消防団の分団(豊島消防団7分団、池袋消防団6分団)が活動しています。消防団は火事に限らず、震災や大雨による河川の氾濫や住宅の浸水時などの災害時に、消防隊とともに被害を最小限にするために活動します。また大規模災害時には、消防、警察、自衛隊などが本格的に機能する前段階で、“自分たちのまちを自分たちで守る”ために、中心となって、消火活動、救出、救助活動を行います。

東日本大震災では、地震発生直後の住民同士による助け合いによって、多くの命が救われました。消防団は地域を母体とした集団だからこそ、より地域に密着した活動、即時対応ができる強みがあります。実際に区内でも火事の現場に消防団が駆けつけ、住民の安全確保などを行っています。



▲防火貯水槽の点検



## 消防団の日頃の活動

防災活動には、専門的な知識と技術が必要です。消防団は日頃から様々な災害の状況を想定した訓練を行っています。

### ●応急救護訓練

心臓マッサージ・人工呼吸訓練のほか、普及啓発のため救命指導も行っていきます。

### ●水防訓練

台風や集中豪雨などの水害を想定した土嚢づくりをします。

### ●消火・放水訓練

### ●救助救出訓練



## 地域がつながる 地域で守る

**Interview** 池袋消防団第2分団 小野寺 由美さん、怜那さん、皓穎さん

お母さまの由美さん、娘の怜那さん、怜那さんの夫の皓穎さん、家族3人で消防団の活動をされている小野寺さんファミリー。消防団入団のきっかけや入団後の生活面での変化など、お話を伺いました。

消防団に入団したきっかけを教えてください。

由美さん●介護の仕事をしていたので、元々救命には興味があったんです。ご近所の方でも入団している方がいたので、思い切って入ってみました。

怜那さん●私は先に入団した母に誘われて何となく始めてみたという感じです。

皓穎さん●僕は、結婚したときにはすでに妻が入団していたので自然と入る形になりましたね(笑)。

入団後、生活面で変化はありましたか。

由美さん●まちの見え方が大きく変わりました。今までは何となく歩いてたまちも、防災を意識して見てみると全く違うように見えるんです。つい歩きながら、消火栓はどこだろうと無意識に探してしまったり。

皓穎さん●外出先の建物の中でもどこに非常ベルや消火栓があるのかなと、つい気になってしまいますね。

由美さん●今、災害が起きたらどうなるだろうということを考えるようになりました。緊急時に役立つような知識も入団前より増えたと思います。

怜那さん●何より地域でのコミュニティが広がりました。みんなで食事や旅行に行ったりするんですよ。入団前は仕事がない日は時間を持て余すことも多かったんですが、入団してからは、いろいろなイベントがあるので、とても充実しています。



▲左から怜那さん、由美さん、皓穎さん

皓穎さん●僕は地元が豊島区ではないんですが、地元では地域の方たちとこんなに交流することがなかったので、自分が所属するコミュニティができたということを実感していますね。

由美さん●それから運動を心がけるようになりました。消防用のホースって結構重いんですよ。普段から鍛えていないと、いざというときに動けません。日ごろから体力づくりを頑張っています。

仕事との両立はいかがですか。

怜那さん●団にはさまざまな生活スタイルの人たちがいます。訓練も出られない日があるのは当然ということをお互いに理解しているの、無理なく続けられる体制が整っていると思います。

今後の目標は？

由美さん●日々の消防団の活動をしながら、地域の役に立つということですね。  
怜那さん●消防団の存在をもっと若い世代の人に知ってもらうことです。いざというとき、地域で助け合えるということが大切だと思います。  
皓穎さん●今は私たち家族が分団の中で一番若い世代ですが、次の世代にもつなげていきたいですね。



▲団の皆さんと旅行



▲家族3人で協力しながら審査会に出場

## 消防団と連携している消防署の方にお話を伺いました



豊島消防署 防災安全係 中村さん

豊島消防団は220名の団員が7つの分団に所属し、仕事や大学の無い日にあわせて、消防署と一緒に各種行事に参加しています。小・中学生への救命指導や地域イベントでの警戒活動など、身近なところで皆さんの安全を見守っています。これからも団員の方を地域防災力の担い手として、豊島消防署は豊島区とともに応援します。



池袋消防署 防災安全係 熊谷さん

池袋消防団は、池袋駅の西側にあたる地域を管轄区域として活動しています。全団員の約3割が女性であり、力強さに加え、多様な視点を活かせる消防団になっています。一年を通じて、お祭りやイベントの警戒、防災訓練などに参加し、自営業者、会社員、学生など様々な職業の団員たちが協力し合い、地域の防災リーダーとして活躍しています。

## 消防団員募集

豊島消防団・池袋消防団では新たなメンバーを募集しています。  
◇区内在住、在勤、在学の18歳以上の方。  
☎電話で豊島消防団は豊島消防署 ☎3985-0119、池袋消防団は池袋消防署 ☎3988-0119へ。

特別区消防団  
ホームページから  
申込み可。



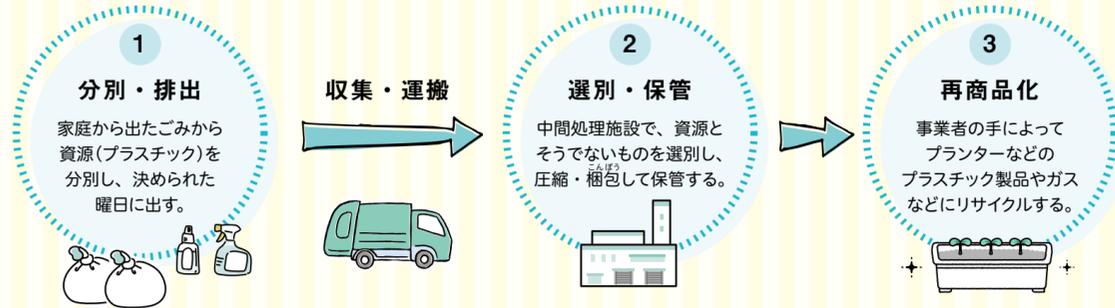
# プラスチックの資源化で環境にやさしく

プラスチックの資源回収の取組みを10月から区内全域で本格実施します。  
これによって限りある資源を有効に使って、ごみを減らすことができます。

持続可能な循環型社会を目指し、皆さんもプラスチックを正しく分別して、環境にやさしいことをしてみませんか。

ごみ減量推進課プラスチック分別収集グループ ☎4566-2623

資源(プラスチック)が再商品化されるまで



## 分別・排出

### 10月から区内全域でプラスチックの資源回収が始まります

**「燃やすごみ」の日に出していた「プラスチック類」**

- プラスチック製容器包装
  - マークのついた容器と包装
  - 製品プラスチック

レジ袋 菓子袋 卵のパック 緩衝材 など

洗面器 プラ製ハンガー 使い捨てスプーン・ナイフ など

**「びん・かん・ペットボトル」の日に出していた「食品用トレー・プラスチック製ボトル容器」**

※ペットボトルの本体は、これまでどおり「びん・かん・ペットボトル」の日に出してください。

**「資源(プラスチック)」として「段ボール・紙・布類」と同じ日に「出して下さい」**

中身や汚れが取り除けないものは「燃やすごみ」へ

**Q&A** 4月から実施しているモデル事業実施地域でのアンケートや、現在開催している区民説明会で、問い合わせの多い質問にお答えします。

**Q1 資源(プラスチック)に付着した汚れはどの程度洗い落とせばいいの?**

**A** 左側の写真のように汚れたカップ麺の容器を、資源(プラスチック)として出す場合は、残り水などで軽くすすぐか、不織布などでふき取ってください。

▲このままでは出せません ▲少量の油分が残っていてもOKな例

モデル事業実施地域では、このようなアンケート結果に

- 「プラスチックを資源回収に出している」と回答した人は **8割以上**
- 「プラスチック問題に関心がある」と回答した人は **約7割**

**Q2 ペットボトルの分別の仕方は?**

**A** キャップとラベルは取り外して、資源(プラスチック)へ。ペットボトル本体は、これまで通り「びん・かん・ペットボトル」の日に出してください。

**分別の方法についての情報を公開中!**

ほかにも、現在開催中の区民説明会の日程を確認することができます。区民説明会などで聞かれた質問に対する区の回答をまとめたQ&Aも掲載。9月にはプラスチック資源の分け方・出し方を掲載した冊子を全戸配布予定。

**資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」を配信中!**

資源やごみの分け方・出し方の確認、アラート機能でごみ出し日の前日や当日に通知の受け取りができます。そのほか資源やごみに関する問い合わせ先、関連URLへのアクセスなど。

iPhone版 Android版

## Interview

モデル事業でのプラスチック資源回収にご協力いただいている3名の方にお話を聞きました!

## Message

これまで「燃やすごみ」としていただいていたお弁当やカップ麺の容器、調味料の入れ物などは、汚れをさっと落とすだけで、立派な「資源」になります。未来の地球を守るために、ぜひご協力ください。分別に迷ったら、スマホで簡単に検索できる、資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」もあります。とても便利です。ぜひダウンロードしてご活用ください。

豊島区長 高際みゆき



要町三丁目町会長 柿沼正昭さん

家庭から出るごみの中には、驚くほどの量のプラスチックが紛れ込んでいました。油污れがあるプラスチックも多く、そんな時は無理に洗おうとしないで、燃やすごみに捨てています。町会の方に対して、プラスチックの資源回収をするようにアナウンスするほか、区の説明会や中間処理施設の見学の案内もしました。業者の方が手作業で選別している現場を見学すると、家庭でプラスチック資源を正しく分別することがいかに大切かわかります。皆さんも当たり前のごみの分別をせずに捨てるのではなく、一度止まって考えてみてください。些細なことでも一人ひとりがプラスチックの資源回収に取り組み、環境にやさしい未来につながると思います。



駒込第一町会 清掃協力員 有賀ツヤさん

数十年の間、町会役員数名とボランティアでごみの分別の説明や、収集・仕分けのお手伝いなどをしていました。モデル事業としてプラスチック資源回収が開始された当初は、分別できていないごみ袋が多く、貼り紙を作ったり、直接区民の方に説明に行ったりもしましたね。特に納豆のパックやお弁当箱など、汚れたごみがそのまま入っていることが多く、そういったごみは燃やすごみとして出すように周知しました。今では正しく分別されるようになり、協力してくださった地域の皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。プラスチックの資源回収で燃やすごみの量が減ったといううれしい声も多かったです。この取組みが続くよう、これからも皆さんと一緒に協力していきたいです。



高齢者クラブ(池袋本町二丁目寿会)会長 西倉正治さん

分別方法を知らない方や、曜日ごとの回収が生活のリズムに合わない方もいると思いますが、声を掛け合って取り組んでいます。初めは分別ができていない家庭もありましたが、今では改善してきました。自宅のごみの分別で大変だったことは、紙シールをはがす作業ですね。資源として回収できるプラスチックの純度が下がってしまうように、水で洗う前に紙シールをはがすことに注意しています。ごみを資源として活かせるのはとてもいいことですね。町会などに加入していますが、そういう方にもぜひ正しい分別の協力をお願いします。



## 選別・保管

### 中間処理施設に潜入!

中間処理施設とは、回収した資源を再商品化事業者(リサイクル施設)へ運ぶ前に選別・圧縮・梱包して保管する場所。モデル事業では、1日あたり約700kgものプラスチックを機械と人の手によって選別しています。

#### 分別が全くされていない例

袋の中には、プラスチック以外のものが混入していました。分別する習慣を身につけましょう。

#### 環境に配慮した例

区で回収したプラスチックの多くは、汚れを取り除いて出しているものがあります。

▲キムチの容器 ▲ヨーグルトの容器

**インスリン用注射器**  
注射針がとても危険です。針は回収可能な薬局へ。それ以外の部分は燃やすごみへ。

#### 注意!

最近ではリチウムイオン蓄電池を資源(プラスチック)として出されることが多くなっています。回収時や選別・保管時の火災の原因になるので、販売店などの回収ボックスに出しましょう。

#### ●中間処理施設運営(株)トベ商事の皆さん

資源(プラスチック)を出す前に、いつもプラスチックをきれいにしていただきありがとうございます!ごみの分別は大変ですね。でも最終的には環境への影響として、自分に返ってくるものです。10月から開始する取組みをきっかけに、ご家庭での分別を見直してみませんか。

プラスチックは、自宅で保管する時にとてもかさばりますよね。回収した袋を開けると、お菓子の袋などをきちんと折りたたんで出しているご家庭もありました。小さくするためのとても良い工夫ですね。



## 子どもの夏休みの食を応援「食べて元気！応援隊」 ～としま子ども若者応援プロジェクト～

物価高騰で食料品などの値上がりが続いている中、「としま子ども若者応援基金」を活用し、食品を提供します。

- 提供期間…8月25日(金)まで
- 対象…食品の確保に不安を抱える区内在住の子ども・若者・子育て家庭
- 提供内容…お米2kg、レトルト食品など(1世帯1回のみ)

☑直接各施設へ※提供時、簡単なアンケート(匿名)を実施。

☑子育て支援課庶務・事業グループ☎4566-2478



### 提供施設(6施設)

- 区役所本庁舎4階子育てインフォメーション(午前8時30分～午後5時 ※祝日、8月19・20日を除く)
- ジャンプ東池袋(平日午前10時～午後8時 ※土・日曜日は午後6時まで)
- ジャンプ長崎(同上)
- 東部子ども家庭支援センター(午前10時～午後5時 ※祝日を除く)
- 西部子ども家庭支援センター(同上)
- 東池袋分庁舎4階豊島区民社会福祉協議会(東池袋1-39-2)(平日午前8時30分～午後5時)



## 苗木は鉢植えでも育てることができます 新しい命のお祝いに 誕生記念樹をプレゼントします

区では、緑豊かな環境都市を目指して土地本来の森を再生する「いのちの森」の植樹を進めています。新しい命が「いのちの森」の樹木とともに健やかに成長されることを願い、「いのちの森」の苗木(※)を誕生記念樹として贈ります。業者から自宅(区内)に直接配送します。

- 対象…区内在住の6歳までの子ども

※以下から1本選べます。苗木は高さ30cm～50cm程度の鉢植えで、どの苗木もベランダでも育てることができます。

シラカシ・ヤマザクラ・イロハモミジ・アセビ・ツツジ・ジンチョウゲ・センリョウ・マンリョウ・ナンテン・サツキ



ジンチョウゲ  
©エスベックミック株

☑乳幼児医療証手続き窓口(子育て支援課・総合窓口課)で配布する「子育て応援ふくろう」に同封の申込みはがきで申し込んでください。郵送で乳幼児医療証の手続きをした方、申込みはがきを紛失した方、出産後に区に転入した方は2次元コードから申し込むか問い合わせしてください。1週間ほどで申込みはがきを送付します。

☑環境政策課事業グループ☎3981-2771



## 外出先での子どもの水の事故に 注意しましょう！

海や川、プールなどで発生する水難は7～8月に集中しています。命にかかわる重大事故になる可能性が非常に高く、子どもが死亡する事故も発生しています。海水浴、水泳、釣りなどに出かけるときは事前に危険箇所を把握し、水辺で遊ぶときはライフジャケットを必ず着用しましょう！

### 事故事例

- 河口付近で遊泳中の男児2名が沖に流れ、これに気付いた父親と付近で泳いでいた男性が救助に向かったが沖に流れ、全員行方不明になった。その後4名は発見されたが死亡が確認された。4人もライフジャケット非着用だった。
- プール内に設置しているエア遊具の下に、児童が入り込んでいる状態で発見され、搬送先の病院で死亡した。

### 事故防止の注意点

- 事前に天気予報を確認する。
- 子どもから目を離さず、手の届く範囲で見守る。
- 管理された海水浴場を利用する。
- 「危険を示す掲示板」があるところでは遊ばない。
- ライフジャケットは認定基準をクリアした製品を選んで、正しく着用する。

☑消費生活センター(相談専用)☎3984-5515



政府広報  
オンライン



消費者庁  
ホームページ

すっきりしないその気持ち、話してみませんか？

## 子ども若者総合相談アシスとしま

こんな経験ありませんか？

今から  
夏休み明けのことが  
心配になる

学校や職場、  
家などで  
息苦しさを感ずる

心がしんどい、  
モヤモヤする



周りに  
進路を決めた人や  
決まった人がいて  
焦る

なんとかしなくては  
いけないと思いつつも、  
何から始めたらいいか  
わからない

子ども・若者のお話をじっくりと聞き、悩み事や心配事を整理するところから始めます。その場ですぐに答えや選択を求めることはありません。本人のペース、意思を尊重し一緒に考えていきます。気軽に連絡してください。

- 対象…区内在住、在勤、在学の子どものとおむね39歳までの若者
- 時間…平日午前8時30分～午後5時15分(受付は午後4時30分まで。年末年始を除く)

●相談方法…来所、電話、メール、訪問  
場所…区役所本庁舎4階子ども若者課窓口  
電話番号…☎4566-2476  
メールアドレス…☎A0017309901@city.toshima.tokyo.jp



アシスとしま  
ホームページ

### LINEから来所相談の 予約ができるようになりました

夜間、土・日曜日、祝日もつながる相談窓口やお役立ち情報をワンタップでチェックできます。子ども・若者だけでなく、どなたでも「友だち追加」は可能です。



アシスとしま  
公式LINE

## 郷土資料館 収蔵資料展 「関東大震災100年、新着資料展」

10月8日(日)まで 午前9時～午後4時30分

※休館日…月曜日、第3日曜日、祝日、9月19日(火)

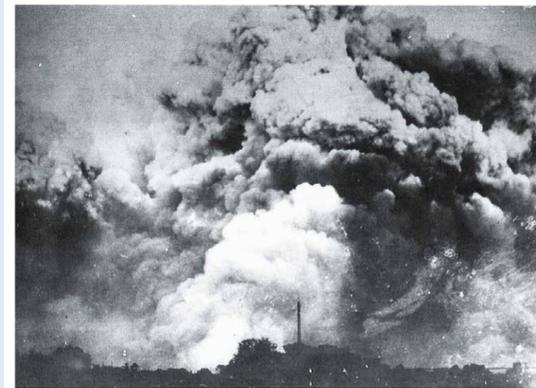
今年には関東大震災から100年を迎えます。当館所蔵の関東大震災に関する文書や絵はがき、雑誌・書籍などを通して、当時の影響や復興の様子を振り返ります。また、近年当館に寄贈された資料と昭和30年代から平成にかけて区内を撮影した懐かしい写真を紹介します。

●展示見どころ解説…8月26日(土) 午後2時から40分程度(展示室に集合)

☑当日直接会場へ。

☑当館(西池袋2-37-4としま産業振興プラザ(IKE・Biz)7階)☎3980-2351

高田町付近より写した関東大震災の様子



## トキワ荘通り昭和レトロ館 常設展示

昨年11月に開設した当館(南長崎3-4-10)は、展示替えを終え常設展示を再開しています。ぜひご来館ください。

### 展示内容

1. 矢島勝昭 昭和のくらしギャラリー
  2. 昭和のくらし～昭和40年頃の日常～
  3. なつかしい昭和のおもかげ～人世横丁・神田川周辺の風景～
  4. 高度経済成長期の豊島区～ジオラマでふりかえる昭和の池袋～
- ※展示室4のジオラマの一部は、8月17日(木)から見学できます。



「昭和のくらし」展示にはなつかしい生活用品がいっぱい

時間の流れがゆるやかだった  
昭和の時代へタイムスリップ  
してみませんか？

- 開館時間…午前10時～午後6時(入館は5時30分まで)
- 休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始、展示替え期間
- ※1階マンガビット(当館併設)は有料。

☑当館☎3565-6991

## トキワ荘マンガミュージアム特別企画展 「よつばと！原画展」

8月5日(土)～11月26日(日) 午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで)

※休館日…月曜日(祝日の場合は翌平日)

コミックス「よつばと！」の原画を中心に、ネーム・作画資料・メイキング映像など、ここでしか見ることができない素材の数々を一挙展示！



©KIYOHICO AZUMA/YOTUBA SUTAZIO

◇おとな500円、小・中学生100円(グッズ付き)※未就学児・障害者手帳を提示の方および介助者(1名まで)無料。  
☑事前に公式ホームページから予約※予約優先制。  
☑当館(南長崎3-9-22)☎6912-7706



## 一夜限り！夢がつむぐ虹 アートイベント「夢の虹」

8月5日(土) 午後5～8時  
トキワ荘通り  
(南長崎2～3丁目)

みんなの「夢」が描かれた用紙で作る、約300メートルにわたる虹のモザイクアート。詳細は、トキワ荘協働プロジェクト協議会ホームページ参照。

☑当日直接会場へ。  
☑文化観光課トキワ荘マンガミュージアムグループ☎5992-7018



## 第49回 東京大塚阿波おどり

前夜祭 8月25日(金) 午後5時30分から 南大塚ホール

本祭 8月26日(土) 午後4時30分～8時  
流し踊り会場…南大塚通り  
組踊り会場…TRAMパル大塚(大塚駅南口駅前広場)

4年ぶりに南大塚通りでの流し踊りが復活。昨年の小規模開催から従来の規模に戻ります。地域に根ざした地元連を中心として多数の参加連によるそれぞれ個性豊かな踊りで大いに盛り上げます。また、駅前広場と南大塚大通りに面した会場に約1,000個の提灯を点灯。大塚の風物詩として夏の夜を華やかに彩ります。



☑当実行委員会☎3971-0324

## Tokyo Music Evening Yube 日本の夏！田中傳十郎×上田秀一郎 ～笛と太鼓～ Vol.2 with 廣原武美

8月23日(水) 午後7～8時  
GLOBAL RING THEATRE(池袋西口公園内)

笛、太鼓に津軽三味線を新たに加え、日本の夏に相応しい熱い演奏をお楽しみください。日本の素晴らしい風景を感じる音楽をお送りします。

●出演者…田中傳十郎(笛)、上田秀一郎(太鼓)、廣原武美(津軽三味線)

●予定曲目…「無窮の空」「航海」「夏祭」ほか。

☑8月9日午前10時から電話でとしまチケットセンター☎0570-056-777へ。2次元コードで申込みも可。  
☑文化観光課観光企画グループ☎3981-4623



# 熱中症を予防しよう ～区民ひろばを涼みどころとして活用しています～

☎地域区民ひろば課管理グループ☎3981-1479、環境政策課環境計画グループ☎3981-1597、健康推進課保健指導グループ☎3987-4174

熱中症対策の一環として、全ての区民ひろば(26か所)を、区民の皆さんが涼みながら休憩できる場所としています。特に、高齢の方は暑さやのどの渇きを感じにくく、乳幼児も体温調節機能が未熟なため熱中症になる危険性があります。ぜひ区民ひろばをご利用ください。

●**利用時間**…午前9時～午後5時(年末年始、祝日を除く)

## こまめな水分補給に、マイボトル専用給水機をご利用ください

大規模改修などのない区民ひろば13か所に、冷水が出るマイボトル専用給水機を設置しています。マイボトルを持参する方が増えることで、ペットボトルの削減によるCO<sub>2</sub>削減にもつながります。

●**対象施設**…区民ひろば仰高、清和第一・第二、西巢鴨第二、池袋本町、高南第一・第二、目白、要、富士見台、千早、さくら第一・第二



## 熱中症予防の基本もチェック

●**熱中症の症状**…めまい、吐き気、発熱、意識がもうろうとするなど。

●**予防のポイント**

- ①暑さを避ける…涼しい服装、日傘や帽子を使う、室温が28度以下になるよう空調を使う。
- ②こまめな水分補充…のどが渇く前に水分補給(1時間ごとにコップ1杯分を目安に)、塩分も忘れずに。
- ③日頃の体調管理…睡眠、栄養を十分とりましょう。



病院に行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったときは…  
☎7119(東京消防庁救急相談センター)へ

熱中症による緊急搬送が増えています。身体が辛いとき、我慢せずに相談してください。医師・看護師・相談員などが対応し、救急車要請の可否の助言、応急手当の方法などを案内します。

## 地球を冷やそう! みんなde「打ち水」!

8月1～7日は打ち水週間です

☎環境政策課事業グループ☎3981-2771

打ち水をすると涼しくなる理由

水が蒸発するときに地面の熱を奪って水蒸気になり、熱を奪われた地面の温度が下がります。

打ち水のポイント&注意点

- ①風呂の残り湯、雨水などを使うとさらにエコ。
- ②朝・夕の日が高くならない時間に行うのがおすすめ。
- ③歩行者の邪魔にならないように注意。
- ④滑りやすいところには水をまかない。
- ⑤壁や室外機への打ち水も効果あり。

打ち水の効果を実感できる「赤外線放射温度計」を貸し出します(台数限定)

## 打ち水フォト de エコデビューしませんか? 2023

今夏も打ち水風景の写真を大募集。応募者全員に記念品をプレゼント。

●**募集期間**…8月25日(金)まで

●**応募点数**…1点。カラーかモノクロ※作品は区ホームページなどに掲載し、区の環境普及推進事業に活用します。

●**対象**…区内在住、在勤、在学の個人または団体

●**応募方法**…撮影した写真(4MBまで)をEメール(①住所、②氏名・ふりがな(団体の場合は団体名も)、③年齢、④電話番号、⑤写真タイトル(15字以内)を記入)で当グループ☎A0029180@city.toshima.lg.jpへ。2次元コードで応募も可。



「打ち水デビュー」

## あなたも生きもの調査員! としま生きものさがし2023 好評開催中!



区内で昆虫や鳥などの身近な生きものを探して報告する区民参加型の生態調査です。毎年の調査により、生息場所や数について変化を知ることができ、生物の多様性を保つための重要なデータになります。

☎環境政策課環境計画グループ☎3981-1597



提出した方にプレゼントがあります!

### 参加方法

- ①調査セット(調査ガイド、生きもの発見レポート用紙)を入手  
区役所本庁舎6階当課窓口、図書館、区民ひろばなどで配布。区ホームページからダウンロードも可。
  - ②区内で生きものを探す
  - ③生きもの発見レポート用紙に記入・提出。写真も大歓迎!
- 調査期間**…9月30日(土)まで  
●**提出方法**…郵送かEメールかファクスで10月16日(消印有効)までに「当グループ☎A0029180@city.toshima.lg.jp、☎3980-5134」へ※直接窓口へ持参も可。



### 昨年の発見報告

ヤマトシジミと少し違うなと思い調べてみたら、「ツバメシジミ」という種類だった(50代)。



ツバメシジミ

## 立教通りの一部が一方通行になります

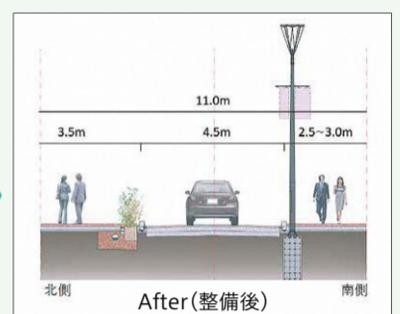
区は、居心地がよく歩きたくなるウォークアブルなまちづくりを進めています。その1つとして、立教通りでは無電柱化と歩道拡幅整備を行っています。

☎道路整備課道路設計グループ☎3981-4879

9月26日午後9時以降は歩道拡幅整備により、立教通り二又交番前交差点から自動車が入れなくなります。詳細は区ホームページ参照。



現状、約2.3mの歩道を、約2.5～3.5mに拡幅します。



完成イメージ