

# 美旗市民センターだより

発行/美旗市民センター 住所/〒518-0616 名張市美旗町南西原2 2 9-3  
TEL&FAX 0595-65-3007 Email : mihata-ko@emachi-nabari.jp

## 8月号

HP <http://www.emachi-nabari.jp/mihata/> Facebook <https://www.facebook.com/mihata.co>  
学級、講座、その他のお問い合わせ・お申し込みは、平日の9時～17時に美旗市民センターまで。



### 令和2年度 主催サークル 「論語に親しむ会」初回開催



7月27日(月)午後1時30分から3時まで12名の方が参加され学びました。

鹿島先生のご指導で漢文の返り点の種類(レ一ニ上下)の勉強をし、実際に

漢文を書き下し文(日本語の文)で読んで口語訳にしました。

例:「子曰」シノタマハク=孔子先生がおっしゃった。など鹿島先生の豊富な知識からの、楽しい歴史話や雑学をお聴きしながら、あっという間の時間でした。参加された皆さんも楽しかったわ♪と話されていました。

論語は512の文が20篇で構成されています。

これから一つずつゆっくりと読み解いていくのが楽しみです。

古典を読むことによって、その時代の人に会うことが出来るんです。古代の日本人は、漢文を日本語で読む工夫をし、その文化や思想を知りました。



### 高齢者学級 奉仕作業

7月17日(金)の朝8時から58名の皆さんに、市民センター周りの草引きや剪定作業をしていただきました。

小雨の中、草や土が重くなり大変な作業になりましたが、とても綺麗になりました。参加された皆さん、ありがとうございました。



まなび体験セミナー第2回講座

### 紙面で 防災講座「今、私たちに出来る事」

広報なばり 7-2号

台風シーズンを目前に、今出来る防災について考えてみませんか?

ご家庭に配布されている **広報なばり 7-2号** と併せてご覧ください。

※感染症対策等、広報なばりと重複する内容は、省きました。

【編集協力】北森 良子 (みえ防災コーディネーター・防災士・ペット防災指導員)



#### ①備蓄品の必要在庫数や、賞味期限、使用期限などを確認しましょう。

【水】飲料水、調理用として、**1人あたり1日3リットル必要。**

水道水を保管する場合は、塩素による消毒効果で**3日程度**飲料水として使用可能。3日を過ぎてても手洗い、トイレ用の水など生活用水として利用可。(浄水器を通した水は、毎日のくみかえが必要。)



【カセットコンロ】

買い替えの目安は、**製造から10年**です。



【カセットボンベ】

1本の燃焼時間は、強火で**約60分**

1日30分～45分使用で、**1カ月15～20本必要**です。

高温多湿を避け、屋内で保管。

但し、ボンベの使用期限は、**製造から7年**です。古いものから使って買い足し、ローリングストックで上手に備蓄しましょう。



【米】**2kgの米**が1袋あると、水と熱源があれば、**約27食分(約13合)**になります。

カセットコンロでご飯を炊いてみよう!!

【材料】お米2合 水500ml  
鍋に米と水を入れ、30分浸水(非常時なので、米を研がずに浸水してOK)蓋をして中火にかける。ひと吹きしたら火を弱めて12分。火を止め10分間蒸らして出来上がり。



【缶詰】 缶詰は調理不要で、そのまま食べられるものを選ぶと便利。プルトップ以外の缶詰には、**缶切り**もお忘れなく!!

缶切りを使ったことがないアナタ、一度挑戦してみては?



【トイレトーパー】

日常用とは別に1カ月分程度の備蓄を推奨。

**1人あたり1週間で1ロール**、1カ月で4ロール必要。



\*ティッシュペーパー、ウェットティッシュ、生理用品など衛生用品もあれば安心です。

【熱中症対策用備蓄品】

- 塩分補給タブレット
- 経口補水液やスポーツ飲料
- 冷涼グッズ(冷感タオルなど)

※ペットボトルの直飲みは菌が繁殖し、体調不良の原因になります。コップに移し替えて飲みましょう。



ペットフードの備蓄も忘れないでワン!!



#### ②防災情報の入手の仕方を確認しましょう。事前にメールの登録やアプリをダウンロードしておけば安心です。

⇒ 広報なばり7-2号3ページ参照



(株)アドバンスコープが、防災拠点となる施設を中心に市内各地の市民センターや小中学校の体育館・グラウンド、近鉄名張駅周辺などに無料Wi-Fiアクセスポイントを設置しています。事前に ads.コネクト アプリをダウンロードしておけば、災害避難時にWi-Fiを利用可能です。

← ads.コネクト アプリのダウンロードは、こちらから(市内道路、河川状況も確認できます。)