



連町通信

安全で安心して暮らせるまちづくりをめざして

発行
釧路市連合町内会
☎085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地
釧路市役所内
電話 0154-23-5151
内線 6716
直通電話・Fax 0154-23-2101

町内会事業の方向性などについて意見を交換しました！

地区連合町内会長懇談会を2月13日（月）に開催し、コロナ禍における町内会の活動状況や今後の方向性などについて、情報交換・意見交換を行いました。

「町内会を取り巻く状況は厳しい。でも町内会をなくしてはダメだ！」

懇談会の最初に、連町が市に要望していた「地区会館指定管理料の底上げ」と「街路灯整備費補助制度の拡充」について、宮下市民環境部長から「要望に応えるべく新年度予算を議会に提案することになっている」と説明がありました。（次号でその内容の詳細を報告します。）

次に、市内各町内会活動の現況について常務理事から「コロナ禍で町内会活動が停滞している」「町内会活動に対する市民理解が後退している」「役員交代ができず、役員の高齢化が進んでいる」「直近の1年で連町加入の町内会が10減った」「ただそうした一方で、『コロナ禍で事業ができなかった予算を防災グッズの各家庭配布の財源に充てた』という取り組みもあった」などが報告されました。

情報交換では、参加者から「各町内会の活動

低下が地区連にも影響し、地区会館の運営委員会を構成する町内会が減った」、「会員数が減って町内会単体での活動が難しくなっている」、「町内会を取り巻く状況は厳しい。でも町内会をなくしてはダメだ。地区連としては元気がなくなってきた町内会を支えるようではいけない」などの報告、認識、意見が出ました。

市との連携については、「町内会の指摘したガードレール破損などに素早く対応してくれていた」と評価する声が上がっていました。

「町内会について、様々な意見があるが、地域住民の安全を守ることや生活を豊かにするために町内会活動は大事なこと」を確認し懇談会を終えました。



懇談会の様子

～巨大地震に対する備えについて～

北海道から岩手県の太平洋沿岸地域での、最大の津波によると考えられる津波堆積物の資料から、過去の最大クラスの津波の間隔は約3～4百年であることがわかっています。そして、17世紀の津波からの経過時間を考えると、いずれの領域においても最大クラスの津波の発生が切迫している状況にあると考えられています。（気象庁のHPから）

被害を小さくするためには・・・

1月15日（日）に釧路市観光国際交流センターで「釧路防災講演会2023」が行われ、北海道大学工学研究院の中嶋唯貴准教授



が「釧路市を対象とした地震・津波被害の実態」と題した基調講演の中で、生き延びるための方策を次の6つにまとめ説明されました。①対策によって被害は大きく減らせる。②ケガしない、閉じ込められない、早く逃げるが重要。③住宅の耐震化、家具の配置見直しが重要。④避難時には厚手の服を。⑤避難ビルの設定と建設を。⑥将来的には安全な場所への居住地誘導も必要。この中には行政にお願いすることもあります。自分のできることは自ら考え、大切な命を守りましょう。

＝ 「全市一斉清掃（4月16日(日)）」にご協力をお願いします ＝

入学式・入園式、入社式を迎える前に終わらせたい通学路等の春の清掃活動ですが、遅い春の訪れとなる釧路では原則として4月の第3日曜日に「全市一斉清掃」が設定され、町内会でもこれに積極的に取り組んでいただいています。今年もご自宅の周辺はもとより、通学路、公園、公共の場の清掃にご協力をお願いします。

○ 一斉清掃日は、4月16日(日)です！



集めたごみの収集等の都合もあり、幅広い期間に町内会が清掃日を設定するのは不都合なことから、今年は実施日を4月16日(日)にします。ただし町内会事情により、違う日を設定することが多く参加を見込める場合には、町内会で任意に実施日を設定していただいてもかまいません。

なお、当日が悪天候の場合は延期しての実施をお願いします。

○ 専用の袋で収集～可燃ごみの収集日に排出場所へ！

一斉清掃で集めたごみは、町内会に配付される『環境美化活動用ごみ袋』か『ボランティア袋』または『一斉清掃』と表示した透明(半透明可)の袋に入れて、可燃ごみの収集日に、可燃ごみと同じ場所に出して下さい。空き缶、ペットボトルなども拾われることと思いますが、上記の袋には分別することなく入れていただいてOKです。

※『環境美化活動用ごみ袋』と『ボランティア袋』は、一斉清掃日以外でも町内会の清掃活動に使えますが、町内会のレクリエーションや、家庭から出るごみには使用しないでください。



※ごみ処理施設に自己搬入する場合は処理手数料がかかります。

○ 不法投棄廃棄物は収集しないで連絡を！

家電、バッテリー、タイヤ、消火器などの処理困難物、その他粗大ごみなどの不法投棄廃棄物を発見した場合は、回収せずに環境事業課(電話 31-4551 平日のみ)へご連絡ください。後日現地確認します。

なお自転車については盗難品の可能性がありますので、動かさずに警察署か交番へご連絡下さい。その後不法投棄と判明した場合には、環境事業課へ連絡して下さい。

○ 土砂の扱いは・・・

側溝等の清掃により大量の土砂の発生が見込まれる場合は、事前に道路維持事業所(電話 24-3322 平日のみ)に清掃予定日・場所等を伝え、収集を依頼して下さい。ただし、土砂が少量(持ち運べる程度)の場合は、丈夫な袋に入れ『清掃ごみ』と表示して、可燃ごみの収集日に可燃ごみと同じ場所に出して下さい。

○ 刈草・木の枝・落ち葉の出し方は・・・

- ① 刈草や落ち葉は、透明か半透明の袋に入れて下さい。
- ② 刈草の根は、土を落として出して下さい。
- ③ 剪定した木の枝(太さが直径10cm以内のもの)は、長さ50cm以内にして紐で束ねて下さい。
- ④ 名前を書いて可燃ごみの収集日に、可燃ごみの排出場所に出して下さい。1回につき、3袋(束)程度をお願いします。



参加される皆さんは新型コロナウイルスの感染防止にご留意をお願いします!!

間欠性跛行（かんけつせいはこう）

腰部脊柱管狭窄症に対する低侵襲*手術法である腰椎制動術の紹介

井須ドクターの診察室

第7回



釧路労災病院
脳神経外科部長
井須豊彦

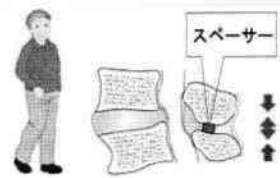
*間欠性跛行とは



「歩くとき腰や脚が痛くなると歩行が困難となり、休むと再び歩けるようになる」ことを間欠性跛行と言います。そのため、長い距離を歩くことができず、外出を控えるようになります。活動的な生活を送ることができなくなる（散歩、買い物、ジョギング、ゴルフ等）。間欠性跛行を呈する病態としては、腰部脊柱管狭窄症や下肢閉塞性動脈硬化症が良く知られていますが、私の経験では、画像では診断が困難である「腰痛を呈する殿皮神経障害（巷ではおしり神経障害と言われている）」や足底のしびれや物が付いた感じを訴える足根管症候群でも間欠性跛行を呈する。

腰部脊柱管狭窄症に対する外科的治療法としては、通常、椎弓切除術や開窓術などによる後方除圧術が行われている（すべり症を伴う場

(2) 本法の適応
すべての腰部脊柱管狭窄症に対して有効ではなく間欠性跛行を呈する症例のみが手術の適応になる。



狭窄部位の棘突起間にスペーサーを挿入し、棘突起間隔を拡大する事により、局所的な腰椎前屈効果を得ることが出来るため症状の改善が得られる。

椎弓や黄色靭帯の切除を行わず神経を露出しない手術法であるため、術後、神経損傷を含めた合併症はみられず患者への負担も軽い低侵襲な手術法である。手術は全身麻酔下あるいは局所麻酔下で行い、手術時間は約1時間で、術後数日で退院可能である。

(1) 棘突起間スペーサーを用いた腰椎制動術
合には金属固定術を追加施行)。これらの手術法では、頻度は低いものの、硬膜損傷に伴う髄液漏、髄膜炎等の感染や出血、神経損傷などの重篤な合併症を併発する危険があり、患者への身体的負担が大きい。

活動事例紹介

～町内会活動のデジタル化～

昭和中央6丁目町内会 総務部部长 今野友貴

昭和中央6丁目町内会は2014年創設8年目の町内会です。町内会加入世帯数は225世帯。

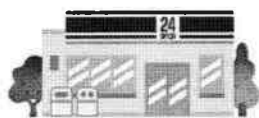
新型コロナウイルス感染症の影響により、人と人との接触が制限され、町内会活動の自粛や延期、縮小を余儀なくされてきましたがそのような中、「集まらなくてもつながることができる」オンラインツールの活用を始めました。

地域における新しい「つながり」をもたらすICTツール、当町内会の活動実例をご紹介します。

◆町内会会費のコンビニ払い化

近年は表札を掲げない世帯や休日不在の家庭が増えたことで、集金に時間がかかり、役員の負担が大きくなっていました。

コンビニ払いにすることにより生活スタイルに合わせて、24時間いつでも各世帯は支



払することが可能になり役員と班長さんの手間が大きく軽減されました。

◆電子回覧板の導入

若者だけでなく多くの世代において、普及率の高いSNSスマートフォンアプリ『LINE』を活用した町内会公式LINEを開設し、リアルタイム情報を一斉配信、緊急時の災害情報発信も可能になりました。イベントなど重要な情報は、全世帯にチラシを戸別配布しています。紙媒体と電子媒体の併用は今後も続きます。

システム費用や仕組みを纏めましたので、釧路市連合町内会ブログでご確認ください。
<https://ameblo.jp/rency946/>

問 昭和中央6丁目町内会 総務部 今野
電 090-3396-5776
メール 946showachuo6@gmail.com

1. 元気で働き、明るく豊かなまちをつくりましょう。
1. きまりを守り、安全で安心な住みよいまちをつくりましょう。
1. 緑を育て、自然豊かなきれいなまちをつくりましょう。

1. 人にやさしく、心ふれあう温かいまちをつくりましょう。
1. 文化を高め、命を尊ぶ平和なまちをつくりましょう。
1. 郷土を愛し、世界に誇れるまちをつくりましょう。

みんなでつろう ゴミのないまち きれいなふるさと

行事参加や各種提出書類のお願い

年度当初に次の報告・申請をお願いします。
(町内会長に詳しい案内を届けています)

- ① 広報紙コンクール 申込締切り 4月7日(金)
- ② 組織現況調査 町内会総会後速やかに
- ③ 春の一斉清掃 4月16日(日)
- ④ 市長・連町表彰 推薦締切り 4月20日(木)
- ⑤ 町内会活動保険 申込締切り 5月8日(月)

植樹ます等における草花の植栽について

市道の植樹ます等に草花の植栽を希望する個人、団体は届け出が必要です。草花の植栽には一定の条件がありますので、詳しくは下記にお問い合わせください。

問 市道路河川課管理担当 (31-4558)

緊急通報は110番 相談電話は「#9110」



「110番」は、事件・事故などを、いち早く警察へ通報するための緊急電話です。
相談や警察業務に関する意見・要望は、警察相談専用電話の「#9110」をご利用下さい。

【釧路警察署】



『還付金詐欺』にご注意！ ATMで『還付金』はもらえません。

ご近所で被害が出る前にお互いで注意しましょう。困った時は警察署や釧路市消費生活センター(24-3000)に相談しましょう!!

町内会ジャンパーの活用を！

「町内会ジャンパーを着用してゴミ拾いをしていたら、『ありがとうございます』と声をかけてもらえました。」との声をいただきました。「町内会ジャンパー」を是非ご活用ください。
*事務局に貸し出し用もあります。

会費納入表を用意しています。

「町内会費納入表」(1-12月用、4-3月用)を用意しています。ご希望の町内会は事務局でお受け取り下さい。(袋等をご持参ください)



地震・津波から命を守ろう

釧路地方気象台長 柴田 誠司

釧路市は、釧路湿原や阿寒摩周などの雄大な自然に恵まれています。港から豊富な海の幸が入るなど、その恩恵を受けやすい豊かな自然です。ここで特に注意していただきたいのが、「必ず地震が起きる」といったような地震を予知する

いように、主に沿岸の平地で多くの人々が暮らしています。一方で、この地域は数十年に一回、大地震や津波に繰り返し襲われており、災害への備えが必要です。

さて、昨年12月から「北海道・三陸沖後発地震注意情報」という情報の発表が始まりました。この情報は、北海道・三陸沖で大地震が発生した場合、可能性はそれほど高くはないものの、情報ではないことです。この情報は、規模の大きな地震が発生する可能性が平時よりも高まっていることをお知らせし、住民の皆さんに備えを促すものですが、発生する確率はそれほど高くはないため、避難を呼び掛けるものではありません。

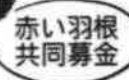
この情報が発表された時は、特に「津波の到達時間が早い地域」や「津波の高さが高くなると予想されている地域」では、強い揺れを感じたら津波警報が発表される前でも、すぐさま避難できるように非常持ち出し品や心の準備しておいてください。

また、冬季は低体温症への対策も重要ですので、防寒着がすぐに着られるようにしておくことも大切です。

地震・津波から命を守ることが何より大事です。

主な行事予定

- 4月6~14日 新入学(園)期の交通安全期間
- 4月16日(日) 春の全市一斉清掃
- 5月20日(土) 市連町定期総会
- ※次回の連町通信は、4月25日発行です。



連町通信は、赤い羽根共同募金の支援を受けて発行しています。

