平成３０年度

印西市民アカデミーだより

第12号

第１２回 印西市民アカデミー〈８月２７日〉

講座２２ ＜健康＞

講座名：災害後における健康管理
講　師：順天堂大学医療看護学部　教授 櫻井　しのぶ氏
会　場：順天堂大学さくらキャンパス

最近、日本各地で震災や豪雨などによる自然災害が多発しています。それも過去の経験が役に立たないほどの規模で発生しており、その対応に戸惑い、不安を感じることが多くなりました。

災害にあった直後の心構えは…

そこで、本講座では「どんな人でも災害を生き抜くために」を副題に、その対応について学びました。講師の櫻井教授は、様々な災害現場で活躍しており、災害種類別の健康被害や災害後に起こりうる健康障害の症例や対処方法について事例を挙げながら具体的に説明してくださいました。

岡山県真備町の洪水

特に、「低体温症の患者に対して、急激に手足をこすると冷たい体液が体幹に一度に流入してショック症状を引き起こすため、手足の急激なマッサージはしてはいけない」ということに関しては、改めて認識させられた次第です。

また、避難所生活での留意点として、「①衛生に留意する。②十分な水分や食事を摂る。③適度な運動と十分な休息」の３項目についてもわかりやすく説明してくださいました。

一番大事なことは、「災害はいつでもどこでもやってくる　備えあれば憂いなし」です。

講座２３ ＜社会＞

講座名：日本の物流について学ぶ
会　場：グッドマンビジネスパーク

※本講座は、諸事情により延期となりました。日時が決定次第お知らせします。

地域活動課程の活動

８月24日（金）、印西ふるさと案内人協会主催の“「別所の獅子舞」見学と歴史散策”の運営スタッフとして地域活動を体験しました。一般参加所の安全を確保しながら、中央公民館～木下交流の杜・万葉公園～竹袋稲荷神社～別所地蔵寺（獅子舞）～山崎池～ひょうたん池～中央公民館の約６kmのコース４時間程かけて散策しました。心地良い汗をかくことができました。

木下交流の杜広場からの眺望は最高！

四方固め（降伏の舞）の一場面

第13回の予定

◇**講座２４**〈社会〉１０：００～１２：００
講座名：日本の技術力を学ぶ
講　師：竹中技術研究所職員
会　場：竹中技術研究所

◇**講座２５**〈くらし〉１３：３０～１５：３０
講座名：消費生活を学ぶ
講　師：消費生活指導員　兵頭 雅子氏
会　場：中央駅前地域交流館（２号館）