

ライフサポート 中央東

第4号 2023.12.13 発行

香美市土山田町宝町2丁目15-6
香美教育会館内
☎ 08875-53-7001 Fax 0887-53-5911
e-mail:chuoeast-lsc@titan.ocn.ne.jp

第6回定期総会

2023年8月5日（土）午後3時から南国市のサザンシティホテルにおいて、第6回総会が開催されました。新型コロナウイルスの感染拡大により長らく書面決議としていましたが、今年は4年ぶりの対面による通常開催となりました。総会に先立ち、県労福協の井上睦事務局長から「労働者自主福祉運動について」と題して講演をいただきました。

総会では、県職員退職者会の濱田眞尚代議員を議長に選出し、県労福協 池澤研吉会長、県高退連 國弘昭会長、こくみん共済coop 和泉雅事業推進部長、四国労金東部ブロック 森澤真也統括店長から挨拶を受けて、議案の審議に入りました。

事務局から第1号議案(2022年度経過報告、2022年度会計報告)、会計監査から会計監査報告があり、満場一致で承認されました。

続いて、事務局から第2号議案(2023年度活動方針(案)、2023年度予算(案)) 第3号議案(役員改選)の提案があり、共に満場一致で承認されました。

最後に、竹村副会長から「コロナ禍のなか地道に活動を続けてきた。皆さんの協力で今後も活動を進めていきたい。」との力強い挨拶で閉会しました。



久しぶりの交流会でした

役員紹介 2023～2025年度総会

会長	佐々木生男	南国市職員退職者会
副会長	入野 将佳	高退連南国香土長
//	公文 勇雄	県職員退職者会
//	竹村 暢文	自治労退職者会
//	後藤 和昭	連合東地域協議会
//	森澤 真也	四国労金高知東部ブロック
//	恒石 雅彦	南国香美香南地区労福協
事務局長	清遠 眞介	NTT退職者会（新）
事務局長次長	西森 久幸	県職員退職者会
幹事	西 一明	教職員友の会
//	池本 志津	教職員友の会
//	門田 悦郎	教職員友の会（新）
//	西岡 孝	J P 退職者会
//	北村 彰祥	NTT退職者会（新）
//	松岡 和幸	県職員退職者会
//	橋本 正良	県職員退職者会（新）
//	国沢 一之	県職員退職者会（新）
//	寺村 聡	県職員退職者会（新）
//	濱田 眞尚	県職員退職者会（新）
//	安岡 章	香南市退職者会
//	宇根 由美	香南市退職者会
//	時久 晃	南国市職員退職者会
//	谷山 砂男	連合東地域協議会
//	*****	連合東地域協議会
会計監査	小松 恵子	教職員友の会
//	岡崎のり子	教職員友の会

「なんでも相談」 やっています!!

困ったり悩んだりしていませんか？

労働、不動産、税金、人権、福祉、健康
など生活全般について相談をお受けし、
専門の部署や専門家にお繋ぎします。
(秘密厳守、ご安心ください。)

私たち役員が交代でお受けします。
お気軽に相談ください。

【受付】 偶数月の第2水曜日
13:00～15:00

☎ 0887-53-7001 (香美教育会館)
※直接お越し頂いても結構です。

<これからの相談日>

2月14日(水)

4月10日(水)

6月12日(水)

8月14日(水)

13:00～15:00

2023年度 中央東ライフサポートセンター釣り大会

手結漁港にて2023/11/5(日)中央東ライフサポートセンター主催の「第3回 家族で楽しく五目釣り大会」を開催しました。

釣り日和に恵まれ気持ちのいい晴天の中、各組織の家族や友人たちと土佐湾の多魚種を狙って、それぞれの仕掛けを工夫し挑戦し楽しい釣り大会となりました。

【開会式】

【家族で楽しく】

【兄弟仲良く】



【宮崎さん】

【西さん】

【竹村さん】

【大漁賞 グレ等】

【ヒョウダイ】



午前中の短時間でありましたが、集中して皆さん熱心に頑張ってくれました。釣果は全般的に厳しくボーズの方が多い中、初参加して頂きました公文さんご家族がダントツ一番の大漁でした。ほんとうに釣上手だなあと大変感心しました。重いで賞、長いで賞は計測するまでも無く、釣果があった方での選定になりました。当日、参加してくれた西さんありがとうございました。

釣果(グレ、オオモンハタ、ネンブツダイ、アイゴ、ヒョウダイ、アジ)

【表彰式後の集合写真】

各賞受賞者

大漁賞	公文弘さん(本間)	15匹
重いで賞	清遠 眞介さん	-
長いで賞	宮崎 雅斗さん	-
頑張ったで賞	他全員	



参加者は16名でやや少なくなりましたが、初参加して頂いた方があり、来れなかった方を加味すると大会メンバーは徐々に増加していると思います。自然の中でのリフレッシュと楽しい交流ができ、事故もなく、全員が賞品を頂き、無事に終わることができました。

2024年も開催予定です。

初心者大歓迎、楽しく釣りを始めませんか、多くの参加をお待ちしています。

【学習会のご報告】 その1

日時：2023年4月12日（水）15：00～16：30

講師：NPO地域の安全を図る会 北川 尚氏、小松 幹氏

演題：県政出前講座「南海トラフ地震について」



◇**地震** 地球内部のマントルの対流によってプレート（地殻）が動いて地震が起こる。南海トラフ地震は、フィリピン海プレートがユーラシアプレートの下に潜り込むことにより起こる。震度6弱以上の強い揺れが3分間続くと言われていたが、実際は強い揺れが来たり収まったりの繰り返しが3分間続くということ。

◇**津波** 沖合の地震で海面が盛り上がり陸地に海水が押し寄せてくるのが津波。今まで経験したことがない揺れが長く続いたらそれは南海トラフ地震。周りの人が逃げるのを待つことなく、予め決められた安全な場所に逃げる。一度逃げたら警報が解除されるまで戻らない。そうすれば津波から命を守ることができる。

◇**耐震補強** 木造住宅の耐震化は、屋根を軽くする、壁を強くする、基礎を丈夫にするの3つ。耐震診断→耐震補強の設計→工事という3段階で行う。各自治体の補助制度を使えば、自己負担額は少額で済む。市町村に相談を。

◇**火災** 地震には火災が付きもの。地震の時に台所で火を使っていたら真っ先に火の始末をするというのは古い常識。火の始末は揺れが収まってからが良い。家の中で一番危ない所は台所、そんな所から立ち退くことが一番。

◇**広域災害** 南海トラフ地震では、西日本全てが壊滅的な被害を受ける。被害総額は220兆円とも言われている。被災後、警察、消防、自衛隊が助けに来てくれるが、現実には厳しい。「自ら耐える、住民が協力し合い支援の手が届くまで持ちこたえる」これが南海トラフ地震を迎え撃つ心構えにしなければならない。

◇**緊急地震速報** 緊急地震速報は、最大震度5弱以上が予想された時、震度4以上の揺れが想定される地域に出る。南海トラフ地震では、30秒前に緊急地震速報が出る。この30秒間にどんな身構えをするかで生死が分かれる。地震時は、机の下に潜り頭を守る、姿勢を低くして揺れが収まるまで動かないというのが基本。しかし、家のどこにいるか、昼か夜かなどいろいろなケースで最善の対応は違う。普段から、緊急地震速報が鳴った時にどうするか、イメージトレーニングをすることを心掛けて貰いたい。

◇**非常持ち出し** 非常持ち出しにこだわるな。非常持ち出し袋に物を詰めすぎるな、両手フリーで逃げられる程度にとどめておく。非常持ち出し品を取りに、家の中に取りに戻るなんてことはダメ。

◇**備蓄** 特別な備蓄は必要ない。普段家にある食品、普段飲んでいるペットボトル入りの飲み物、カセットコンロ用のボンベなどを人数分用意しておく。いわゆるローリングストックの考え方で備えて貰いたい。

◇**避難所** とりあえず避難所へというのは間違い。災害が起こったら、まず家族の安全を確保確認、次に近所の方々の救助救出。家が崩れず残っている備蓄もある方が行くところではない。在宅避難の方も支援は受けられる。

◇**車中避難** 車中避難は、エコノミー症候群のリスクが高いと言われているが、細目な水分補給と適度な運動、寝床を平らにすれば防げる。車中避難も選択肢の一つ入れて貰いたい。車のガソリンは、燃料タンクが半分になったら満タンにするということを知りたくて欲しい。

南海トラフ地震対策は、全部やろうと思わず身近なことからすぐ始めることが大事。一つの対策をすれば、一段階安全になり、二つの対策をすれば、2段階安全になる。これを繰り返していくしかない。出来ることから一つ一つ積み重ねていくことが大事。

今日は、最大最悪の被害想定を示した。一番恐ろしいのは避難放棄。津波困難者に対しては行政の対策で何とかする。**学ぶことで助かる命もある。備えることで救える命もある。**このような思いで地震防災対策に取り組んで頂けたらと思う。

◆講師は、県職員OBで南海トラフ地震対策に携わってこられた地震防災のエキスパート（現こうち防災備えちよき隊隊長）、最新の情報や防災のポイントを分かり易く、熱く話をして頂きました。昔の常識は今の常識じゃない等々…参加者全員納得…目からウロコでした。残念ながら、紙面の都合上ご紹介できたのはほんの一部です。

【学習会のご報告】 その2

日時：2023年10月11日(水) 15:00~16:30

講師：香南市野市町在住 別役聡子(としこ)氏

演題：「分身ロボットOriHimeに出会って」



プロフィール

- ・香南市野市町出身（東京オリンピック年生まれ）
- ・電気通信大学卒業後NTT武蔵野研究所勤務
- ・27年勤務し2016年NTTを退職
- ・2016年オリィ研究所代表・吉藤オリィさんの講演で分身ロボットOriHimeと出会う
- ・お父様の後を継ぎ高知へ通い農業中、オリィ研究所の募集をFacebookで知り応募し合格
オリィ研究所のパートスタッフとなり週二日リモート勤務を実施
- ・2022年高知香南市へ移住し、こなつファーム（1町2反の田、みかん畑）の経営
- ・2023年マーメイドコンテストで優勝、香南市をPRするマーメイドに就任

○株式会社オリィ研究所の紹介

ビジョン「テクノロジーで人類の孤独を解消する。」

2021年グッドデザイン賞大賞受賞（外出困難者が社会参加できる仕組みの実現が評価された）

○分身ロボットOriHimeの特徴

- ・ジェスチャー機能があるなどコミュニケーションに特化したロボット。
- ・テレビ電話とは異なり相手の映像がそのまま映らないことに意味がある。
- ・分身ロボットOriHimeを操作している人をパイロットと呼ぶ。
- ・遠隔操作（リモート）で行きたい所へ行ける。会いたい人に会える。

○2021年分身ロボットカフェDAWN ver.βが日本橋にオープン

寝たきりの方達の要望を取入れ、行ける会えるだけでなく生きがいには「役割」が必要と、分身ロボットカフェDAWN ver.βをオープン。約70名の外出困難者が接客などの仕事をしている。自立できる生き方を選択できる未来社会を創生している。

○全国での活用事例

- ・徳島県は重度障害者に無料貸出・広島G7サミット・障害者就労支援等

○分身ロボットOriHimeに関する活動

- ・高知県で知り合った人に伝えたい・KamanKamanというお店をしたい
- ・分身ロボットOriHimeのできる可能性を広げたい（追求している）
- ・旅する分身販売ワゴンという名前でイベント出店し分身ロボットOriHimeを紹介
- ・とさっ子タウン2023へ出店・黒潮町人権教育推進講座講師



障害者は人生の先輩であると吉藤オリィさんは言う。不自由とは選択肢がないこと。分身ロボットOriHimeやリモートを使えば障害を超えることができユニバーサルな世界ができる。分身ロボットOriHimeが日常にある世界を目指している。

○講演を拝聴して

闊達な発表で、元気を貰いました。誰しもいつか寝たきり等で外出困難になると思います。そんな時、分身ロボットOriHimeを利用して綺麗な海、川を見れて好きな釣りをしていそうな世界を想像しました。

健常者は気が付かない障害者側の立場で活動され希望の持てる講演であり、大変好評で皆さん熱心に拝聴してました。質疑も大いに盛り上がりました。