

# 高木総合センターだより



高木総合センターH・P

令和5年（2023年）10月号

姫路市立高木総合センター  
所在地：姫路市花田町小川553番地2  
TEL(079)253-7461・FAX(079)253-7465



9月1日は**防災の日**でした。100年前（1923年大正12年）のこの日に**関東大震災**が発生しました。ちょうどお昼の支度をしていた時と重なり、犠牲者（約10万5千人）の9割が地震による火災で亡くなったそうです。

日本は“**地震大国**”と呼ばれており、東京では**首都直下型地震**が、東北や、北海道沖、東海、東南海などでは今後30年以内に地震が発生する確率は70%～99%だと言われています。まさに今、いや明日に地震が起こっても不思議ではないですね。日頃から覚悟して、準備しておきたいものです。

さて、関東大震災から100年後の防災の日ということで、NHKの「映像記録 関東大震災 帝都壊滅の三日間」という特別番組が放送されました。皆さんもご覧になったでしょうか。当時のモノクロ映像をAI（人工知能）処理によってカラー化して見やすくし、生き残った人々の証言も合わせて発生直後の様子が生々しく放送されていました。

その悲惨な状況もさることながら、気になったのが「在日朝鮮人が暴動を起こす」とか「朝鮮人が飲み水の井戸に毒物を入れた」などの流言（根拠のないうわさ・デマ）が瞬く間に広がり、結成された自警団によって**在日朝鮮人に対する虐殺**が起こったという事件です。先ほどの番組の証言に「父親が持っていた竹やりの先に血がついていたのを見た子どもながらに覚えていた」と証言がありました。なぜそんなことになったのでしょうか？先ほどの番組の中では「周りの人が次々と焼け死に、不安や緊張の中で正確な情報を得られず、自分にとって切迫した情報だけが独り歩きし、異常な行動へと駆り立てたのではないか」という趣旨の説明がありました。

このような流言は、100年経った今でも熊本地震や大きな災害で発生していますし、SNSなどで**フェイク（にせもの）の情報**などが一気に拡散し、多くの人をまどわしている事例をよく見かけます。人は追い詰められた時は異常な行動にでることもあるのだと認識し**①情報を鵜呑みにしない ②拡散しない ③すぐに行動に移さない**などの行動が求められます。いつ起こるかわからない確率70%以上の大地震にそなえるとともに、根拠のないうわさやデマにも惑わされないようにしないといけなと思いました。

## 高齢者の集いと喫茶が開催されます

3回目となる高齢者の集いと喫茶が開催されます。今回は姫路市中央保健センターの江藤保健師を講師にお招きし、高齢者の健康について幅広くお話しいただく予定です。その後、場所を1階のデイサービスルームに移してふれあい喫茶を行います。講師の江藤さんとともに雑談しながら、お茶しながらゆっくりとした時間を過ごしていただけたらと思います。お気軽にご参加ください。

とき 令和5年10月5日(木) 午後2時から

ところ 高木総合センター 2階会議室

※喫茶は1階デイサービスルームで開催します。



昨年度の様子

## フットマッサージ（体の疲れを解消しませんか！）

日頃使いすぎて緊張している筋肉を自分のペースでゆるめ脱力させる究極のセルフマッサージです。

日 時：10月12日(木) 午後2時～1時間程度

場 所：高木総合センター 2階 会議室

講 師：藤尾 知恵さん

参 加 料：無料(申込不要)

※靴下(あれば5本指靴下)と大きめのタオル、ヨガマット(持っている方のみ)をご準備してください。



## 生理の貧困(生理用品の寄附がありました)

高木総合センターではSDGs(人間と地球の繁栄のための世界共通の目標と行動計画)の取組の一環として生理の貧困の撲滅に取り組んでいます。令和5年8月号のセンターだよりにもその取り組みを紹介させていただきましたが、このたび地域の方から生理用品の寄附がありましたので紹介させていただきます。

一部を花田小学校と花田中学校にもお渡ししたいと思います。

ご理解とご協力ありがとうございました。今後ともよろしく願いいたします。



## お仕事をお探しの方へ

「ハローワーク姫路求人情報(フルタイム・パート)」(姫路公共職業安定所発行)の最新情報が、毎週月曜日午後に高木総合センターに届きます。

高木総合センターにて配布しておりますので、必要な方は申し出ください。