

9月25日(水) 本年度第12回(通算2698回)

ライラセミナー報告会

担当/新世代委員会

12時30分～釧路プリンスホテル

■お客様

《釧路北RAC》幹事 畠山 優那君
《不動産のビッグ》松山 澄也さん

■出席報告【会員総数66名 免除7名 出席計算に用いた会員数66名】

出席者 30名 本日の出席率 45%

■ニコニコ献金

- ・小野寺 英夫君、佐渡 正幸君……畠山幹事、松山さん、本日宜しくお祈りします
- ・平井 昌弘君……ライラセミナーに行って参りました、うちのイケメン松山を宜しくお祈りします
- ・中嶋 嘉昭君……美味しいケーキ待ってます
- ・高橋 貢君……ライラセミナーご苦労様でございました
- ・泰地 浩幸君……結婚記念日ありがとうございます

■会長挨拶

《小野寺会長》



みなさんこんにちは。「ロータリーの目的」の第2項に、「職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事はすべて価値のあるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること」とあります。ここ数日のJR北海道の問題を見ておきますと、なぜこうも次から次と問題が出て来るのか、考えさせられます。問題点をしっかり洗い出して、うわべだけを取り繕うことなく、企業倫理を高めることを目指してほしいと思うのはロータリアン皆さんの願いだと思います。私たちも「他山の石」とすることなく、改めて自分の周りの人たちとよく話し合い、すれ違いがないようにすることが大事かと思いました。

■幹事報告

《佐渡幹事》



- ・9月21～23日名寄にて開催されました「第33回ライラセミナー」の当日配布の案内パンフレット、こども110番ステッカー提示の協力に関する資料、釧路北RAC親睦バレーボール例会案内、北川ガバナー補佐主体の福島へ水を贈呈する「水からプロジェクト」に関する資料を回覧いたしますので、ご覧ください。
- ・次週例会の「ガバナー公式訪問例会」のクラブ協議会は、当日17時より開催いたしますので、各理事、役員、委員長は活動計画書を持参のうえ、ご参加ください。
- ・10月のロータリーレートは、1ドル100円になっております。

ライラセミナー報告会



報告者：《釧路北RAC》幹事 畠山 優那君

みなさんこんにちは。ライラセミナーの参加報告をさせていただきます。
先日 21 日から 23 日の 3 日間、名寄で行われましたライラセミナーに参加させていただきました。
今回のセミナーのタイトルは《あなたは生き残れるか？絆から連結へ～衣食住情報～》でした。タイトルを見た時点で、厳しいものなのかなとは思っていましたが、今回のライラセミナーは想像をはるかに超えるものでした。
今回仕事の都合上、途中からの参加になってしまいましたが、私が到着するまでのスケジュールはこのようになっていました。
途中参加だったのでグループに馴染めるかどうか不安でしたが、みなさん親切ですぐに馴染むことが出来ました。
わたしは今回この防災セミナー②被害者を体験するというセミナーから参加しました。
まず、避難所設営演習として、項目①《住について》というプログラムが行われました。
まず、会場となりの体育館に移しました。
今回 A から H までの 8 グループに分かれ、このグループは家族でグループリーダーが世帯主という設定で行われました。
まず、体育館に移動してすぐ、グループごとに（避難者登録票）というものを書きました。
避難者登録票とは、被災者が避難生活支援を受けるためのものです。
まず、氏名・国籍・性別・年齢・住所を公表していいかという項目があります。この情報を公表するということは親族等に安否を知らせる効果もありますが、やはりこういう状況でもプライバシーの問題もあるので、ここで公表していいかという質問項目があるそうです。その他に、避難の状態、どこに避難をしているか、家屋の状況、車の使用者は車種などを書く欄もあります。
1 枚に家族全員分の状況を書き、支援を受けるために用いられます。
そして、避難所登録票の記載の仕方を実際に書いてみて学んだあとは、実際に避難所の状況を体験するというので、グループごとにブルーシートを 2 枚もらい、床に敷きました。
一体なにをするのかなと思いきや…
実際にそこに寝てみて、どう感じるか体験するというものでした。
このあと、電気を消され、声を出さず、静かにするように指示され、その中で、時折寝返りを打つように言われました。
実際に寝てみると、ブルーシート 1 枚だと床の冷たさがすごく伝わり、そして床の硬さが痛く、そして音が響き、どんな小さな音もとても気になってしまいました。
そして次にろうそくが配られ、暗闇でろうそくの明るさを体感するというものでした。
ろうそくの明かりでは、見える範囲がとても狭く、字を書くのもろうそくのすぐそばでない見えませんでした。
それに、ろうそくでは寝ている間に倒れたりして火事になってしまったりするかもしれないという不安があるとグループのみんなは口々に言っていました。
ろうそくの明かりを体感したあとは、LED ライトのあかりを体験しました。ろうそくに比べるとはるかに明るく、周りがよく見え、安心感がありました。しかもこのライトは、バッテリーにつないで 3 日間も持つというものでした。
次に段ボールが配られ、グループごとに生活空間を作るという作業をしました。たくさんの方が避難している体育館で、自分達家族が少しでも過ごしやすい空間を作ろうというものでした。私たちのグループはまず、周りとの境目を作る為にも、段ボールで壁を作り、ビニールシートだけでは座っていても痛いので、床にも段ボールを敷きました。

最後に段ボールを重ね、強度を強め、椅子にもテーブルにもなるものを作りました。グループそれぞれ違うものを作っていて、その中でも多かったのは、女性の為の更衣室にもなる小さな部屋でした。

確かにたくさんの方がいて男女が一緒に過ごすこの空間では必要になってくるなと思いました。

次に、項目②炊き出し演習《職について》ということで、夕食は炊き出しと思いきや…

いきなり全員に乾パン1缶と名寄の水1本が配られました。まさかと思ったらこれが夕食でした。これだけでは、さすがにつらいと思いましたが、このあとちゃんとまだ出てきました。

今回のセミナーの食事では、圧力鍋が欠かせませんでした。

圧力鍋は短いじかんでお湯をわかすことが出来るということで、実際に被災地でもよく使われるそうです。一家に一台圧力鍋と言われているくらいです。

乾パンの次に出てきたものはアメリカ製の1缶2000円もする「アルパイン」という長期保存食でした。色々な味があり、私たちのグループは野菜入りマッシュルームピラフを食べました。他にもチリ味、玄米シリアル、ミネストローネなどがありましたが、正直とても食べられるようなものではありませんでした。みんな残していました。本当においしいとは言い難く、出来る事なら食べたくはない…そう思ってしまいました。次に出てきたのは、日本製の1袋350円の尾西シリーズという保存食でした。これも様々な味があり、白米わかめごはん・ドライカレー・おこわ・赤飯などがありました。

これはどれもおいしく食べることが出来ました。さすが日本製！！と実感しました。

これらの様々な保存食を食べて、感じた事・気づいた事をみんなで発表しました。私は実際食べてみて、尾西シリーズは味が濃いものもあり、病気持ちの人には適さないし、アルパインは味的に厳しい…そして、やはり例えどんな大変な状況でも食べるならおいしいものもいいし、つらいときこそおいしいものを食べると少しでもつらい気持ちを忘れられると思いました。

次は、項目③就寝場所・方法の確定というプログラムうつりました。

まず、この日は体育館に寝るということで、避難用のテントを建てました。

ひとりで持てるような袋に入っていたものが、袋から出し、広げるととても大きく、10～20人まではいれるものでした。

これが完成したテントです。2つ建てて間に通路テントもあり、本当に広いものでした。

段ボールとひとり1枚毛布と銀色のシートが配られ、この日は体育館で寝ました

それと、被災者の気持ちを味わう為にも、お風呂には入らないで下さいという指示も受けました。この写真は寝る前でまだこの日最後のつらさを味わう前の楽しそうな写真です。

電気も暖房も消され、広い体育館に約60人が寝泊まりし、足音や話し声、いびき、歯ぎしりがとても響いて気になってなかなか眠れず、やっと眠れたと思ったら、3時くらいから寒さで目が覚め、段ボールは敷いていましたが、身体が痛く、全然眠れませんでした。朝起きた時、外の気温は6度でした。寒さで眠れなかったのが、一番つらかったです。でも、朝起きて、体育館で段ボールを敷き、毛布にくるまり、身を寄せ合って寝ているたくさんの方の姿を見た時に、この状況は被災地の光景と近いのかなと思ったら、何とも言えない気持ちになりました。

2日目はラジオ体操とアスバラ体操から始まりました。寝不足と寒さで写真を撮り忘れてしまいましたが、アスバラ体操はとてもユニークなもので、みんなの表情も明るくなりました。

この日の朝ごはんはハイデックスというごはんを炊く用の袋で、圧力鍋を使いごはんを炊きました。このハイデックスというものは1枚5円程度で、無洗米と鍋と水さえあればごはんが炊けるといいます。しかも水は泥水でもなんでも大丈夫です。中の気泡を抜かないと破裂してしまいう危険性もあるので、丁寧に気泡を抜かなければいけないのが大変でした。お皿はサランラップをして、汚れないようにし、何度も使いまわしました。ハイデックスで炊いたご飯は本当に普通に炊飯器で炊いたご飯と同じように出来ていて、みんなでおとなのふりかけをかけて食べました。ここで、塩の差し入れがあり、すごく嬉しかったです。塩でこんなに喜んだのは初めてでした。

朝食後、この日は防災セミナー③被災地を考えるとというものでした。1日目は被災者側、2日目は救援側の立場を学び、考えるというプログラムでした。

まず項目④避難所での就寝・食事に関するグループワークということで、

災害や防災についてのアンケートに答え、

それをグループで掘り下げて考え、そして1日目の様々な体験をして思ったこと、感じた事を模造紙にまとめて発表するというものでした。

色々な事を話し合いましたが、私がグループで話し合っただけで一番考えさせられたのは、地震で大規模な災害が起き、住民同士の助け合いが必要になったとき、あなたなら何が出来ると思いますかというアンケートの質問でした。

グループ内で様々な意見や考えが出ましたが、自分自身にも出来ないことは無い、とうい考えでまとまりました。出来る事は少ないかもしれない、けれど必ず出来ることはある、なにより自分自身の身を守るというのも救助活動のひとつではないかという考えとなりました。

次は、項目⑤情報演習ということで、グループにテレビとアンテナを1台ずつ配られ、電源なしで衛星から受信し、BS放送を見るというものでした。外に出て、方角を調べ、アンテナの方向を決め、テレビがつく場所を探しました。アンテナの向きが少しずれただけで受信できず、なかなか映らず苦労しました。でも、本当に受信して見ることが出来ました。テレビが映って時は、歓声が上がりました。

この日の昼食はロータリアンの方々炊き出しをしてくださり、豚汁とごはん漬物とゆで卵でした。久しぶりにまともなごはんを食べた気がして、本当においしかったです。

次は項目⑥安否確認ということでFMラジオから情報を習得するというので、このときの写真はあまりなかったのですが、FMなよろに合わせ、課題放送を習得し、そこで流れる情報から質問を出され、解答するというものでした。

次は防災セミナー④避難所を考えるというものでした。

項目⑦避難所の運営ということで、避難所について考えるプログラムでした。

このセミナーで一番考え、勉強になったプログラムではないかと私は思いました。

まず、建物全体の地図が配られ、

配られるカードの指示や状況などを見ながら、この避難者は自分が運営する側だったとき、どの部屋に案内するか考えるものでした。

様々な家族や病気を持った人、妊婦さんやペット、外国人、救援物資の配置など本当に事細かくあり、グループで悩みながら、配置していきました。

最後は各グループで発表しあいましたが、グループごとで考えも違い、すごく勉強になり、それと同時に自分の知識の無さ、考えの浅はかさも痛感しました。

次に防災セミナー⑤よりよい避難を考えるということで

項目⑧美味しい防災食を考えるというものでした。この日の夕食はお昼に出た豚汁にカレー粉を足した豚汁カレーでした。最初はどんな味なんだろうと不安でしたが、思ったよりおいしかったです。大根やゴボウなどが入っていましたがおいしかったです。

そしてまたハイデックスを使って、デザートに蒸しケーキを作りました。

ホットケーキミックスと水と卵とインスタントの紅茶などの粉を混ぜ、ハイデックスに入れ、圧力鍋で温めるとふくらみ、とてもおいしい蒸しケーキが出来ました。

やっぱり防災食でもおいしいものを食べているときの方が、みんなも食べていて楽しそうだし、気分も明るくなるなと思いました。この日の夜は、懇親会も行われ、他のグループの人達とも交流することが出来、仲良くなることが出来ました。

最終日もまたラジオ体操とアスパラ体操から始まりました。

この日は最後に講師の方から防災についてのまとめの話をいただきました。防災グッズの内容や災害情報を得るための方法、対策などを教わりました。そして最後に、参加者全員ひとりずつセミナーに参加した感想をみんなの前で発表しました。閉講式を終え、無事ライラセミナーが終了しました。

このライラセミナーではとても素敵なども素敵な仲間を作ることが出来ました。おかげで無事最後まで生き残ることが出来ました。今回このライラセミナーで学んだこと、感じた事は、おいしいごはんを食べられる、お風呂に入れる、温かい布団で寝ることが出来る、そんな当たり前だと思っていたことがどんなに幸せなことかということ、そしていかに自分が危機感なく毎日を過ごしていたかということです。

東北での大震災があり、様々な被災地の状況を何度となくテレビなどで見てきました。でもそれはどこか他人ごとのように感じていたのだと実感しました。今回、被災地に近い状況でたった2泊3日過ごただけで、つらい、きついと思いました。でも、被災地ではそれが終わりも見えず何か月も続いています。その被災地の方々の苦しみを今までよりも身近に感じる事が出来たような気がします。いつ自分達が被災者になるかわかりません。このセミナーに参加したのとしてないのではとても大きな差が生まれてくると思います。

本当に今回このような貴重な経験が出来たことをとても嬉しく思っております。

参加させていただきありがとうございました。