

地域の力で安全で安心できるまちに！



野ヶ谷通り交差点

子供たちや地域の
安全を見守ります

通学路の危険箇所に
立ち旗振りを実施し
ると共に、警察に要
請し、見回りの協力
をお願いしています



野ヶ谷通り西交差点

自治会の方や
PTA、民生委員な
ど様々な人たちが
児童の見守り活動
をしています！

防犯カメラが
増設されました！
安全安心グループで
は通学路の危険箇所
を調査し、防犯カメ
ラ設置の要望書を提
出しています



深大寺保育園北側

通学路で児童
の見守りに
参加して
みませんか？

「やってみよう」
登下校
見守り活動
ハンドブック



「登下校見守り活動ハンドブック」を読んでみませんか？
(文部科学省) *HPで閲覧だけでなく印刷もOK

本ハンドブックは、これから見守り活動を始めようと思っている方々に向けて、必要な心構えや活動方法などの見守り活動の基本を紹介するとともに、既に見守り活動を行っている方々に対しても、見守り活動の効果を高めるポイントや優良事例を紹介しており、保護者やPTA、地域の方々等見守り活動に関わる全ての方々に参考としていただける内容となっています。

調布市北部地域 巡回公共交通って何？

バスはみんなの
くらしを支
安全安心な乗

深大寺北町、深大寺東町を中心とした
北部地域において「巡回公共交通」の
運行が始まりました！

花水木



運賃
無料！



梅の湯
野ヶ谷の郷



**フランチ調布新設後は
運行が変わります！**
新しい運行ルートや時刻表
は、チラシを北ノ台地域の全
家庭に配付する予定です

フランチ調布(予定)

定員 10名



買える
買い物

いつ、どこで
乗れるの？

買い物が便利！
病院に行ける！
みんなに会える！

南台バス停は、コルモピアに隣接した
駐車場内（メディカルビル、トップフレッ
シユマーケット、マツモトキヨシに便利）

運行日
曜日・金曜日

京王バス
ワゴン車

5月には
ランチ調布
バス停(予定)



バス停
立て看板



利用可能
65歳以上の方

1時間に
1本運行
(1日7便)



便	時台	①南台	②日本消防検定協会前	③深大寺東町六丁目	④野ヶ谷ふれあいの家入口	⑤都営深大寺住宅前	⑥吉野東	⑦吉祥寺病院	⑧花水木前	⑨市立図書館深大寺分館	⑩山野公園
1	9時台便	9:00	9:02	9:03	9:04	9:08	9:10	9:15	9:15	9:17	9:19
2	10時台便	10:00	10:02	10:03	10:04	10:08	10:10	10:15	10:15	10:17	10:19
3	11時台便	11:00	11:02	11:03	11:04	11:08	11:10	11:15	11:15	11:17	11:19
4	12時台便	12:00	12:02	12:03	12:04	12:08	12:10	12:15	12:15	12:17	12:19
5	13時台便	13:00	13:02	13:03	13:04	13:08	13:10	13:15	13:15	13:17	13:19
6	14時台便	14:00	14:02	14:03	14:04	14:08	14:10	14:15	14:15	14:17	14:19
7	15時台便	15:00	15:02	15:03	15:04	15:08	15:10	15:15	15:15	15:17	15:19

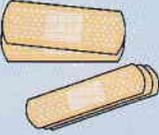
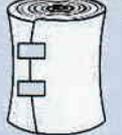
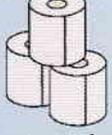
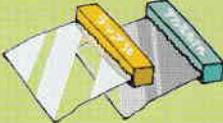
便	時台	⑪深大寺地域福祉センター	⑫神大植物公園北	⑬神代植物公園前	⑭調布市総合体育館前	⑮深大寺東町五丁目	⑯梅の湯	⑰深大寺東町六丁目	⑱日本消防検定協会前	①南台
1	9時台便	9:25	9:29	9:30	9:31	9:34	9:39	9:40	9:42	9:45
2	10時台便	10:25	10:29	10:30	10:31	10:34	10:39	10:40	10:42	10:45
3	11時台便	11:25	11:29	11:30	11:31	11:34	11:39	11:40	11:42	11:45
4	12時台便	12:25	12:29	12:30	12:31	12:34	12:39	12:40	12:42	12:45
5	13時台便	13:25	13:29	13:30	13:31	13:34	13:39	13:40	13:42	13:45
6	14時台便	14:25	14:29	14:30	14:31	14:34	14:39	14:40	14:42	14:45
7	15時台便	15:25	15:29	15:30	15:31	15:34	15:39	15:40	15:42	15:45

1周
45分
南台で
15分
休憩



防災用品を確認して、揃えましょう！

家にあるか家族みんなでチェックして、無いものは必要な順に揃えて、置き場所を決めておきましょう

<p>あんぜん 安全</p>	 <input type="checkbox"/> 軍手	 <input type="checkbox"/> ヘルメット	 <input type="checkbox"/> 防塵マスク	 <input type="checkbox"/> ゴーグル
 <input type="checkbox"/> 懐中電灯	 <input type="checkbox"/> ラジオ	 <input type="checkbox"/> 笛	 <input type="checkbox"/> 雨具	 <input type="checkbox"/> 落ち着くこと
<p>えいせい 衛生</p>	 <input type="checkbox"/> 消毒液・アルコール	 <input type="checkbox"/> 絆創膏	 <input type="checkbox"/> 包帯・三角巾	 <input type="checkbox"/> 常備薬・薬
 <input type="checkbox"/> ティッシュ	 <input type="checkbox"/> ペーパータオル	 <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	 <input type="checkbox"/> 歯ブラシセット	 <input type="checkbox"/> ドライシャンプー
 <input type="checkbox"/> トイレ用ペーパー	 <input type="checkbox"/> 非常用トイレ	 <input type="checkbox"/> 生理用品・おむつ	 <input type="checkbox"/> うがい薬	 <input type="checkbox"/> 化粧品
 <input type="checkbox"/> タオル	 <input type="checkbox"/> 救急用品	 <input type="checkbox"/> 下着	 <input type="checkbox"/> 冷却ジェルシート	 <input type="checkbox"/> 落ち込まない
<p>どうぐ 道具</p>	 <input type="checkbox"/> カセットコンロ	 <input type="checkbox"/> コンロ用ガス	 <input type="checkbox"/> 鍋・やかん	 <input type="checkbox"/> バール・スコップ
 <input type="checkbox"/> 乾電池(予備)	 <input type="checkbox"/> ランタン・ライト	 <input type="checkbox"/> 携帯充電器	 <input type="checkbox"/> 布テープ	 <input type="checkbox"/> 油性ペン
 <input type="checkbox"/> ゴミ袋	 <input type="checkbox"/> ポリタンク	 <input type="checkbox"/> ラップ・ホイル	 <input type="checkbox"/> 紙皿・紙椀	 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ

絶対の必需品

これだけは常に揃えておきたいもの
これがないと災害時に困ります

あれば便利無いと困る

被害が数日続き家で避難生活する時
役に立つので揃えておきましょう

必要な人は用意
人によって備えは
違います

災害時に備えて食品の家庭備蓄を始めましょう

備蓄食料は何をどのくらい準備したらいいのでしょうか？

最低3日～1週間分の食料などを備蓄しましょう！

- ・災害時は電気、水道、ガスといったライフラインの停止
- ・物流機能の停止（つまり、食料などの供給も滞ります）

一般的に、災害支援物資は災害が起きてから3日ほどで到着するようです。大地震などの大規模災害の場合は、1週間以上になることも少なくありません。コンビニエンスストアやスーパーマーケットで食べ物が入手困難になるため、ライフラインが復旧するまでの3日～1週間分が、備蓄食料の目安です。

こんな経験
ありませんか？



多くの自治体の備蓄品目は、緊急性があり、避難した市民にとって、災害発生から流通備蓄及び救援物資が到着するまでの約1日間、必要不可欠な食糧、生活必需品など、どんな物でもあるのではなく選定して備蓄しています。

- 備蓄品目例 ○ アレルギー等に配慮した品目は少量の備蓄 ○ 財政の負担で、量的、質的にも必要最低限の備蓄
○ 備蓄食料は、水、アルファ化米、ビスケット、粉ミルクなど限られた品目の備蓄

在宅避難に備えましょう！（表の防災用品も確認！）

日頃から家に食料等を少し多めに備えることで、災害時に自宅で当面生活することが可能となります。（在宅避難）
日持ちのするものを備えて、日常で消費するので特別な準備は必要ありません。



ローリングストックで備蓄食料を活用しましょう！

ローリングストックとは、循環させながら（ローリング）、備蓄（ストック）するということです。いつも使う食材を多めに購入し、賞味期限前に普通に消費して、また新しいものを追加する、便利な備蓄方法です。備蓄品の保管場所がない、保存期間が長い防災食品はいつの間にか賞味期限が過ぎる、という問題を解消できます。

ローリングストックは、いつもの生活の中で、消費して
リーズナブルで簡単にストックしておけるから簡単！

ローリングストックのメリット3つ

1. 災害時に食べやすい → いつもの食べ慣れている食品を食べられる
2. 置き場所に困らない → 日常の食品だからいつもの食品棚に置く
3. 買い足しがしやすい → スーパーやコンビニで簡単に買い物できる



活用するメリット

保存が5年できなくても、賞味期限が数ヶ月の好みの味・おいしい食品などを見つけたら、買い足していきましょう。賞味期限の近い食品から並べておき、普段の食事食べるようにして、消費した分を補充するようにしましょう。この習慣は賞味期限切れを防ぎ、余らせてしまう非常食も無くなり、フードロスが防げるので注目されています。

ローリングストックのポイント

1. 収納場所は、キッチンの引き出しなどに専用の場所を作ると、管理しやすくなります。(しまい込まない)
2. 賞味期限が1年ほどの食材を準備し、期限の近い順番に並べ、なるべく古いものから使います。
3. 缶詰、レトルト食品、乾麺などの種類ごとに仕切りを作ってまとめると、管理が簡単です。

家庭備蓄の例

1週間分 / 大人2人の場合

必需品



水 2L×6本×4箱

※1人1日およそ3L程度
(飲料水+調理用水)

お好みのお茶や清涼飲料水なども、あると便利!



カセットコンロ・カセットボンベ×12本

※1人1週間およそ6本程度

主食 エネルギー 炭水化物



米 2kg×2袋

※1袋消費したら1袋買い足す(1人1食75g程度)



乾麺(うどん・そば・そうめん・パスタ)

・そうめん2袋(300g/袋)
・パスタ2袋(600g/袋)



カップ麺類×6個



バックご飯×6個

その他(適宜)

・LL牛乳
・シリアルなど

主菜 たんぱく質



レトルト食品

・牛井の素、カレー等18個
・パスタソース6個



缶詰(肉・魚)

・お好みのもの18缶

副菜 その他 (適宜)



日持ちする野菜類

・たまねぎ、じゃがいも等



梅干し、のり、乾燥わかめ等



野菜ジュース、果汁ジュース等



調味料

・砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等



インスタントみそ汁や即席スープ



チョコレートやビスケットなどの菓子類も大事!

ローリングストックの主な目的は「非常時のための備蓄」ですが、役に立つ場面は他にもあります。

これだけはいつでも家にストックしておきましょう!

備蓄食料品(一例) ひとり暮らし 3日分

水分
水 2L×4本
お茶など
500ml×2本



主食
ご飯×6食
パスタ1袋
(カップ麺)



主菜
レトルカレー×3
パスタソース×3
缶詰×3



副菜
スープ類×6
野菜ジュース×3
乾物



嗜好品
チョコ、煎餅
ようかん、サツ
菓子など



例えば…こんなときに使えます!

- ・一人暮らしで体調不良になり、外食や食事の用意が難しい
- ・家族の緊急事態(ケガ・病気など)で食事を用意する余裕がない
- ・冷蔵庫に食材がないけれど、買い出しに行く時間がない

ローリングストックは、自然災害などの大きなアクシデントに遭遇した際の備えです。

一方では、上記のような日常で起こる小さなアクシデントへの備えにもなります。

「もしものときに役立つ」ローリングストック
まず小さなところから始めましょう!

災害に対するご家庭での備え

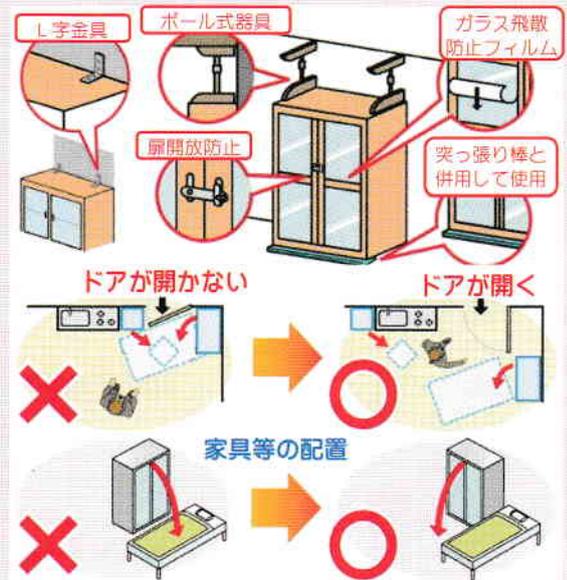
災害に備えて、ご家庭で取り組むべき主な対策をご紹介します

これだけは準備しておきましょう！

1. 「家具の置き方」工夫していますか？

大震災などでは、倒れてきた家具の下敷きになる被害があります。大きな地震では「家具は倒れる」と考え、対策をしておきましょう。

- ・家具が倒れないよう、**家具は壁に固定**しましょう
- ・寝室や子ども部屋には、**できるだけ家具を置かない**ようにし、置く場合は、**低い家具にする**
- ・倒れた時に出入り口をふさがない、寝ているときに下敷きにならないよう、**家具の向きや配置を工夫**する
- ・手の届くところに、**懐中電灯やスリッパ**、ホイッスルを備えておきましょう



2. 「非常用持ち出しバッグ」準備できていますか？

自宅が被災したら、安全な場所に避難する必要があります。リュックに入れて、持ち出せるように準備しておきましょう。

非常用持ち出しバッグの内容例(人数分用意しましょう)

- ・飲料水、食料品(カップ麺、缶詰、お菓子など)
 - ・貴重品(現金、健康保険証、預金通帳、印鑑など)
 - ・救急用品(絆創膏、包帯、消毒液、常備薬など)
 - ・ヘルメット(防災ずきん)、マスク、軍手
 - ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯の充電器
 - ・タオル、衣類、下着、毛布、雨カッパ
 - ・洗面用具、ウェットティッシュ、使い捨てカイロ、携帯トイレ
- ※乳児のいる場合は、ミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意しましょう。



起きてからでは遅いから
いつでも背負えるように!



3. 「家族同士の安否確認方法」決まっていますか？

災害の時、家族が別々の場所にいる場合の為に、安否確認の方法や集合場所などを、事前に決めておきましょう。災害時には、携帯電話の回線が繋がりにくくなり、連絡がとれないことがあります。

その時に使える「災害用伝言ダイヤル」・「災害用伝言板」を覚えておきましょう。

災害用伝言ダイヤル

- ・局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。
 - ※ 一般加入電話や公衆電話、一部のIP電話からご利用できます。
 - ※ 携帯電話・PHSからもご利用できます。

災害用伝言板

- ・携帯電話やPHSからインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。

災害用伝言ダイヤル
171



災害用伝言板
Web171
知っていますか？

令和4年度 北ノ台まちづくりネットワーク 定期総会のお知らせ



北ノ台まちづくりネットワークの活動を報告いたします。総会には、北ノ台小学校地域にお住まいの方、地域で活動されている団体の方などなたでも出席することができます。このネットワークをより良くするために、みなさまのご参加をお待ちしております。

日時：令和4年5月14日(土) 13:30~14:30

場所：クリーンセンターふじみ 会議室

調布市深大寺東町 (ふじみ衛生組合)

議事：令和3年度活動報告・決算報告・監査報告

令和4年度活動方針及び活動計画(案)・予算(案)他

感染の状況により、人数制限や書面開催等になる場合があります。

「深大寺だるま市パトロール」 健全育成推進北ノ台地区委員会

「日本三大だるま市」の1つとして、また東京に春を呼ぶ深大寺のだるま市として有名です。

境内には縁起だるま店を中心とした出店が並び、多くの方が訪れます。子供たちがトラブルに巻き込まれたり事故に合わないよう、近隣の小中学校と協力し、毎年放課後の時間帯にパトロールを実施しています。



育成会のオレンジで
パトロール、子供たち
を見守ります！



「学校環境緑化モデル事業」 北ノ台小学校

「学校環境緑化モデル事業」は、全国のローソンで集めた募金を使って、学校に緑をいっぱいにする取組です。

2月下旬、地域の造園業者さんや学校地域協働本部の協力を受けて作業を行いました。

栽培委員会の子供たちも参加して、たくさんの花を植えました。



植樹の記念式典が
行われました！



北小校舎の北側
正門側に待望の桜が
植えられました！

「花のあるきれいな学校、地域に！」

3月18日(金)に北ノ台まちづくりネットワークが、北小正門の花壇と図書館の植栽の手入れを行いました。とても寒い日でしたが、これから次々と花が咲き、地域の人々の癒しになればと思います。(環境美化)



地域の交流徐々に再開

交流・福祉グループでは高齢者を対象としたふれあいサロンを企画・開催しています。感染予防対策をして企画しますので、暫くお待ちください。(交流福祉)

運営委員になりませんか？

北ノ台まちづくりネットワークの運営委員には、この北ノ台地域にお住まいの方、この地域に通勤、通学で通っている方などなたでもなることができます。運営委員に「参加してみたい」と思ったら、ぜひ、総会や行事に参加して声を掛けてください。

編集後記

コロナ禍の2年が過ぎても、なかなか元通りの日常には戻れそうにありません。それでも世の中の人々が様々なことを考えながら活動する中で地域に必要な情報や新しい地域の魅力を皆様届けたいと思います！(広報情報)