



# 館報 くみはま 第4号

令和2年10月23日発行

【電話:69-0666 FAX:82-1758】

## 高齢者大学教養講座を のぞき見

「生きがいつくり」「仲間づくり」「健康づくり」を目的に行われている、高齢者大学久美浜学園の教養講座の様子を紹介します。

【手芸（裁縫）講座】



フランス生まれのピンクッション（針山）・ビスコーニュ作り。  
木枠に入れ、コロんとした形の可愛い針山が出来上がりました。

【男の料理講座】



野菜やお肉を茹でたり、ねぎを刻んだり・・・骨粗鬆症予防メニューに挑戦！！

【健康講座】



↑奇岩「かえる島」

今回は山陰海岸ジオパークトレイルコース（香美町・JR 鎧駅～余部）を歩き、カエルの形をした奇岩「かえる島」や大引の鼻展望台へ行きました。

### メニュー

- ・豚しゃぶ・ヨーグルト味噌ソースがけ
- ・小松菜のナムル
- ・トマトとレタスのヘルシーみそ汁



### <11.12月の高齢者大学講座開講日>

古典文学講座:11/4・18、12/2

ピラティス講座:11/9

絵手紙講座:11/17、12/1

男の料理講座:11/5、12/10

手芸(裁縫)講座:12/3

一般講座:11/19(網野学園との合同講座)  
演題 「癒しの三重奏～二胡の調べとともに～」  
会場 アミティ丹後 多目的ホール

## 中止のお知らせ

### 今年度の文化祭は中止となりました

例年、11月初旬に久美浜小学校体育館を会場として、京丹後市文化協会久美浜支部による「久美浜町文化祭」が開催されていますが、今年度につきましては、協議を重ねた結果、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、残念ながら、中止することとなりましたのでお知らせします。楽しみにして下さっていた皆様、ならびに関係者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。なお、今年度は文化祭に代わり、京丹後市文化協会久美浜支部加盟団体の活動について広報誌の発行を予定しています。

# 11月5日は 津波防災の日

海岸付近で地震の揺れを感じたり  
津波警報等が発表されたら

▶▶▶▶▶ ただちに**高い場所へ避難!**

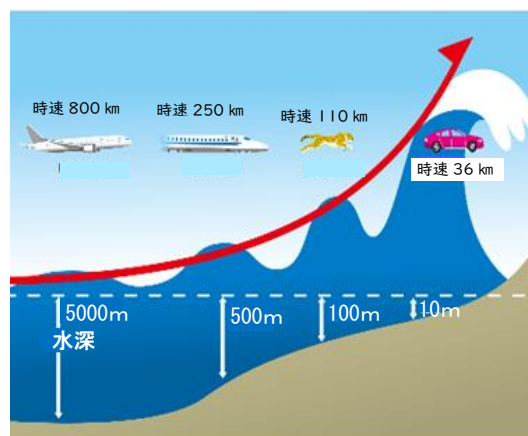
## ▼ 津波の伝わる速さと高さ

津波は、海が深いほど速く伝わる性質があり、沖合ではジェット機に匹敵する速さで伝わります。逆に、水深が浅くなるほど速度が遅くなるため、津波が陸地に近づくにつれ、後から来る波が前の津波に追いつき、波高が高くなります。

水深が浅いところで遅くなるといっても、人が走って逃げ切れるものではありません。

津波から命を守るためには、津波が海岸にやってくるのを見てから避難を始めたのでは間に合わないのです。

海岸付近で地震の揺れを感じたら、または津波警報が発表されたら、実際に津波が見えなくても、速やかに避難しましょう。



## ▼ 目指すところは避難所ではなく避難場所!

避難所は災害後の避難生活を送るための場所なので、切迫した災害から逃れるための避難場所とは違います。沿岸沿いにお住いの方や、旅行される方は、「津波ハザードマップ」で「津波の避難場所」等を確認しておきましょう。

また日頃からいろいろな場合を考えて、避難経路やいざという時の行動などを周りの人と話し合っておくことが大切です。

(気象庁ホームページより)

京丹後市ホームページ内「京丹後市地震・津波ハザードマップ」のページに「津波ハザードマップ」や「情報の収集(「地震・津波が起きたときにとるべき行動」や「防災情報の入手先」)」など、防災について詳細に掲載されていますので、時間のある時に確認してみてください。

## <11・12月の行事予定>

- 11/1(日) 成人式(令和2年延期分)
- 11/14(土) 京丹後大学駅伝(久美浜公園スタート)
- 11/23(月・祝) 久美浜湾一周駅伝競走大会 →【中止】

### 年末年始のお知らせ

- 12/28(月)~1/4(月) 久美浜図書室 休館
- 12/29(火)~1/3(日) 久美浜地域公民館 休館



## 成人式 記念写真の受け取りについて

令和2年11月1日に行われる成人式(令和2年延期分)で撮影した記念写真は、地域公民館(平日)・図書室(土・日・祝)でお渡しします。

出身町の地域公民館・図書室にて各自でお受け取りください。

配布期間: 11月下旬~令和3年1月末(予定)  
配布時間: (平日) 8:30~17:15  
(土日祝) 10:00~18:00