2012年07月16日 中日新聞 朝刊 29頁

楽しんで意識向上

「うちの地域では防災訓練もしないし、わが家だけで備えるといっても何をすれば」。そんな思いの家庭も多いはず。地域や家庭の普段の暮らしで、楽しみながら防災意識を身につける取り組みが広がっている。（竹田佳彦）

地域・家庭 取り組み広がる

防災運動会

学校や地域の運動会で防災を学ぶ種目を盛り込む。竹の棒と毛布で担架を作り搬送者を運ぶリレーや、チームワークで土のうを詰める競争、防災知識を試すイエス・ノークイズ、会場から防災グッズを探す借り物競走、「助けて！」と叫ぶ大声コンテストなどがある。

担架は布を棒にうまく巻き付けないと緩み、搬送者を落としてしまう。昨年十月に運動会を開いた愛知県豊明市阿野地区の三浦三省区長（六五）は「リレー方式で競争することで、こつが身につけられる」。子どもからお年寄りまで参加しやすい点も長所で、「楽しみながら得た知識は忘れない」と言う。

防災ピクニック

「避難時の必需品を入れた荷物を持ち、散歩がてらに避難所まで出かけ、昼食をとるピクニックがあっても面白い」と話すのは、災害支援団体レスキューストックヤード（名古屋市東区）の浦野愛さん（三六）。「この電柱が倒れてきたら危ない」「この道は狭いから、倒壊物で歩けなくなるかも」と確かめながら歩いてみる。

避難生活を体験する「防災キャンプ」もある。避難所に集まり、ポリ袋に入れた米やカレーを大鍋でゆでて炊きあげる。米が炊けない、味がまずいなど、一度、「失敗」しておくと次に生きる。自分が住む地域の避難所には、どこまでこうした備蓄があるか確認にもなる。

また、ペットボトルはお湯を入れると湯たんぽに、ウインドブレーカー二枚に棒を通せば担架になる。「使い方を変えれば、いざという時に役立つ道具はたくさんある」と浦野さん。普段から使い方を考える思考ゲームを提案する。

室内チェック

室内の安全を確認する。「お子さんがいればチェックシートを作って『危ない場所発見ゲーム』をしてもいい」と市民防災研究所（東京都）の阿部慶一事務局長（六一）。寝る場所にたんすは倒れてこないか▽皿や包丁がある台所は安全か▽ガラスの飛散防止シートやカーテンはあるか―など。地震の揺れで散乱した室内から取り出せるよう、食料を分散して備蓄することも勧める。

必要性が分かっていても、なかなか腰が上がらない大人は多い。「子どもは妥協せずに指摘する」と阿部さん。わが子の声には大人も耳を傾けることを期待する。

隣近所との関係づくりも欠かせない。東日本大震災では、宮城県気仙沼市の自治会が食料を集めて調理し、分け合った。「自分の家では多少不足しても、地域が協力すれば暮らしていける」。普段の人間関係こそ、防災の一歩と強調する。

「備える」は今後、月2回の掲載となります。次回は8月6日掲載です。

家庭の防災チェックシート

命をおとさない	□ 耐震化している
	□ 家具・冷蔵庫を固定している
ケガしない	□ ガラス飛散防止シートやカーテンがある
	□ 棚から食器が飛び出さない
暮らせる	□ 保存のきく食料は分散して備蓄している
	□ 隣の人の顔と名前が分かる

（c）.中日新聞社　無断転載、複製、頒布は著作権法により禁止されています

2012年07月16日 中日新聞 朝刊 29頁

袋より防災ベスト

玄関に常備 はおって外へ

「自宅に置く非常持ち出し袋はいざというときに持ち出せない」。危機管理アドバイザーの国崎信江さん(m)は訴える。国崎さんが調査した岩手県陸前高田市の避難所では、六割が自宅に非常袋を準備していた。しかし、実際に持ち出せた人はほとんど見つからなかった。では、どうすればいいのか。

（中村禎一郎）

まず、①津波が到達する恐れがある地域の住民②津波は来ない内陸に住み、一九八一年以降に建てられた耐震性の高い家の住民③津波は来ないが、八一年以前の耐震性の低い家の住民―に分けて考える必要がある。

①の地域は津波から逃げるのに精いっぱい。国崎さんは「非常袋を持ち出す発想はやめ、『防災ベスト』を着る」と提言する。釣りやカメラの愛好家が使うポケットの多いベストを使い、最低限必要な物を入れておく。玄関のコート掛けなどに置き、はおってすぐに逃げられるようにする。

ただ、食料や水まで入れると重くなるし、ポケットに入りきらない。国崎さんは「高台の避難所や知人の家など避難先をあらかじめ決め、町内会や知人らと話し合い、まとまった分だけ補充するやり方だ。

③については、まずは何より、家屋や室内の最低限の耐震化工事を起こした例が相次いだ。防災ベストや避難活できるので、その心当面は①と同じように、また、避難生活で、

備蓄 避難場所に

前に置いておく」とアドバイスする。必需品は防災ベストに入れ、その後は避難先の備蓄品でまかなう「二段構え」で臨む。

次に②の場合。建築基準法が改正された一九八一年以降の建物は、震度6強の地震でも生命に危険が及ぶ倒壊が起きないよう設計されている。家具の固定化やガラスの飛散防止など室内の対策をしておけば、地震後も自宅で生活できるので、その心当面は①と同じように、また、避難生活で、

お勧めは「流通備蓄」。レトルト食品や乾麺など保存できる食料や水、カセットコンロなどを普段から多めに家に置いておき、使った分だけ補充するやり方だ。

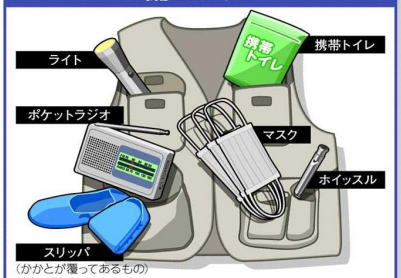
③については、まずは何より、家屋や室内の最低限の耐震化工事が必要。費用面ですぐ取りかかれない場合、その後は避難先の備蓄品でまかなう「二段構え」で臨む。

次に②の場合。建築基準法が改正された一九八一年以降の建物は、震度6強の地震でも生命に危険が及ぶ倒壊が起きないよう設計されている。家具の固定化やガラスの飛散防止などは何より、家屋や室内の対策をしておけば、地震後も自宅で生活できるので、その心当面は①と同じように、また、避難生活で、

①②③に共通するのは「家族構成に合わせた必要な用品」を考えること。「東日本大震災」要因。事前に母親用の食料も別に確保しておきたい。日ごろ「わが家の場合、必要な物は」と話し合っておくだけで、命が助かる確率は大きく高まる。

乳児のいる母親が母乳が出なくなったことも多かった。震災のストレスと考えやすいが、実際は栄養不足が主な

備えよう！



（かかとが覆ってあるもの）

- 玄関のクローゼットなどにかけておく
- 非常持ち出し袋は持ち出せない可能性大（あわてたり、置き場所を忘れる）
- ベストを着てすぐに逃げられるように入れる品を決める

備蓄品の置き場所

1 津波が来るエリア

- 高台の避難所や知人宅に
- 町内会や知人同士で話し合いを

2 耐震性の高い家（1981年以後に建てられた家。耐震化済みの家）

- 避難せず、自宅で生活する心づもりで家の中に食料や水を用意
- 乾麺や水などを日常から多めに購入。いつも2週間分ほどあれば非常時に役立つ

3 耐震性の低い家（1981年より前の基準で建てられた家）

- 外の物置や避難所などに（自宅は倒壊の恐れ大）

大切な人思い 備えを

「備える」の連載は二〇〇二年五月から始まりました。東海地震の被害想定が名古屋市など広範囲に広がったことがきっかけでした。阪神大震災や新潟県中越地震などの取材を通じ、必要な防災を呼び掛けてきました。

しかし、昨年三月の東日本大震災で、津波の恐ろしさや従来の防災態勢の限界を、私たちは痛感しました。

震災二カ月後の五月からタイトルを「備える 3・11から」に改め、東北の被災地取材を中心に、私たちが何を学ぶべきかを問い続けてきました。この五十回を振り返ると、繰り返し考えてきたことは「どう準備する」「どう逃げる」の二点に尽きる、とあらためて思います。

震災から一年半近くたち、防災への関心は薄れつつあるように感じます。最近ある知人が「震災はいつ来るか分からない。結局は出たとこ勝負」と話していました。

人は意外に自分のことは「何とかなる」と思いがちです。そんなとき、両親やパートナー、子どもら、自分の大切な人を思い浮かべてください。その人が一緒にいる時に震災が起きて、十分な備えができているか、判断を誤らずに逃げられるか。私たちも学び、考えながら、本当に必要な防災・減災策を目指して今後も取り組んでいきます。

（「備える」取材班デスク・平岩勇司）

（c）.中日新聞社　無断転載、複製、頒布は著作権法により禁止されています