

# 緑ヶ丘だより 臨時号

発行 平成28年11月  
座間市緑ヶ丘地区自治会連合会



## 子育て世代の防災対策講演会

「地震から子どもを守るために、今できること」を聴講して

講師 国崎 信江

ハーモニーホール座間 28年10月27日(木)

レジュメ 11時から11時45分

- 座間市地震被害想定 平成27年3月
- 子どもが自宅にいれば安心と言える建物に住む
- 熊本県益城町では2回の震度7により、建物の被害が拡大。

家屋が倒壊・家具の下敷き・負傷・道路が閉塞 火災の延焼⇒⇒被害は拡大化する

- 「家具の高低に関わらず固定」の重要性
- 子どもを守るため応急手当の知識と応急手当用品の充実を！

乳児・幼児の応急手当は成人とは異なる。！  
迅速に止血する技術と止血用品を備える。！

- 子供への防災教育「ダンゴムシのポーズ」
- 防災を生活に密着させるために(生活習慣)

- 固定の前にはまずは配置を見直す。
- 什器類の固定方法の事例 キャスター等
- インテリア小物の素材を変える。

柔らかくて軽い素材でできたもの、軽くて角がなく、ガラスを使っていないものなど、落下しても危険性のないものを選びましょう。

- 熊本地震の被災生活仮設トイレ雨天は不便
- 仮設風呂(テントのおふろ)

避難することありきから自宅の滞留生活を推進 10日以上以上の食材を家庭内流通備蓄

- 災害時の食事(水も火も使わない料理)
- 被災時の健康維持のために必要な視点
- 断水時でも口腔ケアを怠らない

◆ 歯科疾患 虫歯・歯周病に注意

- 災害時に役立つ防災ベスト避難時の必需品
- 家族一人に一つを用意しましょう。

○赤ちゃんのために忘れずに準備しておきたいもの 母子健康手帳の記録ページのコピー

### 講演

いつ起こるか分からない災害に備えるためのパワーは、子を想う気持ちがあればこそです。

・家族を守るためには、自分が生きていなければならない。

・無防備な状態で生き残れるほど災害は甘くない。

親を亡くした時点で子供のその後の人生は、大きく変わってしまう。

私は横浜生まれだが、より安全な所を求めて、3回引越しをした。

地盤が弱い所からより強い所に。

家族の安全を守るために。

面倒で時間のかかることではない。子供を亡くしたくないから。

どれだけ家族を愛しているかの表われ。

ビデオ 阪神淡路大震災の神戸市内の様子  
内閣府のホームページ シュミレーション  
がダウンロードできる。

震災時にどのくらいの間揺れるか？

本震の揺れ 10秒か15秒である。

・海から発生する揺れ 長い周期で揺れる。  
ゆっさ、ゆっさ。建物、橋。

・内陸の揺れ 短い周期、どんと突き上げる。低層の建物最も影響する。

内陸の地震に焦点 戸建ての家に作用する。

10数秒の揺れの中 何をして良いか分からない状態。事前対策がすべて。

家屋の倒壊、家具の下敷き、道路の閉塞、火災の通報。

自宅の耐震性能が低ければ、子供を守れない。夜2階で過ごす。日中も2階で過ごす。

自宅の耐震性能がない、低い場合、はっでも家から出る。

耐震性能がある家、外に出ると身を守れないこともある。落下物等に注意。

### ●この家、部屋安全？ ビデオ

家具が地震の揺れで動く様子の

作り付けのタンス、家具はすべて低い物。背の低い家具による被災、10秒間で大い

にある。身動きできない。凶器になる。

ソファー、テレビ台 固定してあるか。そこまでしていない。

家具固定されていなければすべて動く。建物が何階であるかにもよるが。

家具、飛ぶ、動く。固定すればするほど中身が飛び出す。

中身の防止対策をしなければならない。他の用意をする。

足の踏み場のない状況になる。お子様どうなるか。全員がケガをすると思う。

国、病院はその機能維持できるのか。

病院も被災する。医師等も被災する。

トリアージの訓練している。受け入れはできるのか。最悪のことを考えておく。

家の安全環境を整えておく。

すぐに医師に診てもらおう環境むずかしい。  
 救急の訓練、講習を受ける。心肺停止、止血。  
 乳幼児の頭を正座したように座った親のお腹  
 に当て、子供のお尻を親の両手で抱え込む。  
 ダンゴムシのように。日頃から遊びを通して  
 スムーズに出来るようにしておく。  
 日頃、練習・訓練しておく。おもちゃをお腹  
 に置いて子供に取らせる等で。  
 乳幼児を立てて抱くと、重心が上がって立っ  
 てはいられない。  
 タンス倒れる、それを押さえる。仰向けに倒  
 れてタンスの下敷き。横隔膜やられ10分で  
 亡くなる。しっかりと固定する。  
 危ないと思ったら、四つん這いになり頭を下  
 にして、自力で脱出する。  
 四つん這いでしか脱出できない。  
 一瞬の判断が生死の分かれ目になる。  
 グラツときたら出来るように刷り込む。  
 地震起きたら起きたで、対応を訓練しておく。  
 電気釜等表に出さない。1枚のお皿でもすぐ  
 に洗ってしまってしまう。危険を取り除く。  
 物を増やさないようにしている。  
 ストッパーをすべてに付ける。  
 3種類の果物を常時備えて置き、補充する。  
 水分補給・保存のためになる。

#### 参考図書

- ・巨大地震から子どもを守る50の方法    ブロンズ新社    国崎 信江
- ・震度7から家族を守る家    潮出版    国崎 信江
- ・学研まんが 大地震サバイバル きみらなどうする 学研    国崎 信江
- ・防災 マンション地震防災のキホンがわかる！

#### 「ダンゴムシのポーズ」の検索

- ・危機管理教育研究所 岡崎信江の防災・防犯対策を検索
- ・ダンゴムシポーズの教え方で検索

## キックオフタウンミーティング

### 基調講演「熊本地震でおもい伝えたいこと」ハーモニーホール座間

講師 国崎 信江

#### レジュメ

○非構造部材の被害により多くの機能を失う  
 災害対策本部立ち上げ、初動体制、復旧・  
 復興対応に致命的な遅れ。

#### ○共助の必要性

大規模な自然災害では災害発生後の対応に  
 において個人だけでは対応できない局面が多様  
 に発生する。

とくに災害直後は公助に限界があることか  
 らも、身近な地域コミュニティ等による共助  
 が必要。

#### ○早期の道路対応で2次災害の防止

- 危険物・障害物の撤去
- 端に除ける
- 危険を周知
- 通行止め対策

ガラスを排除、シリコン類、柔らかい素材。  
 家にいることがどれだけ幸せか。家にいると  
 物資はこないが、自分で用意すればよい。  
 避難所の生活は大変きびしい。私は避難所  
 には意地でも行かない。行かせない。  
 自分の家には1ヶ月分の食料の用意ある。  
 普通の家には1週間分の食料ある。冷蔵庫の  
 ものをもつ順を考え無駄なく食す。  
 避難所、食中毒防止のため、弁当は揚げ物が  
 多く、野菜類はなし。体調こわしてしまう。  
 無料だから、体調こわしても食べ続けている。  
 避難所、防犯上の危険性ある。もの無くなる、  
 レイプもある。人間が変わってしまう。  
 避難所には大切なものを持ってきている。  
 避難民にまぎれた盗人、避難民も盗む。  
 風呂なぜか自衛隊が設置。入浴時間短い。

15時から22時、長蛇の列。

お湯をかけるだけがせいぜい。  
 赤ちゃん用のつめ切り、綿棒、スプーン必要。  
 地震から家族を守る。耐震診断。地震保険。

(来年から値上がりします)を是非。

#### 参 考

危機管理教育研究所

危機管理アドバイザー 国崎 信江



平成28年10月27日(木)

2時から3時18分

○早期の道路対応が支援・復旧活動を後押  
 住民・地元企業・消防団による道路啓開

#### ○自主防災組織における自助の普及

災害を最小限度に止めるためには、  
 直接被害を受ける立場にある住民一人ひと  
 りが日頃から、各種災害についての正しい  
 認識を深め、これらに対する備えを充実・  
 強化することにより、災害の未然防止と被  
 害の軽減で自らを守ることができる。

なぜ自助? ↓↓

被害を減らすには、”自助”がもっとも効  
 果的だから

#### ○震災から命を守るために優先すべきこと

益城町では2回の震度7により建物の被害  
 が拡大。新しい家だからと安心せず耐震診断

を受けましょう。

### ○住宅再建の厳しさ

被災者生活再建支援制度（給付）

- ・住宅の被害程度に応じて支給する基礎支援金 全壊100万円、大規模半壊50万円
- ・住宅の再建方法に応じて支給する支援金（加算支援金）

建設・購入200万円、補修100万円、賃借50万円

（住宅が全壊・大規模半壊した世帯が対象）

### 住宅の応急修理

大規模半壊、半壊で応急仮設住宅を利用しないことを条件に、生活に必要な必要最小限の部分を応急的に修理。修理限度額は1世帯あたり56万7千円程度（変更あり）\*所得制限あり

### 応急仮設住宅

全壊、大規模半壊、半壊（熊本地震での特例）の世帯へのプレハブ住宅の提供\*原則2年以内。家賃は無料だが水道光熱費は自費。

### ○自然災害共済や地震保険の加入と貯蓄で財産を守る

下記にひとつでも該当する方は加入をお勧めします。

- ✓ 持ち家である
  - ✓ 住宅ローン残高が相当残っている
  - ✓ 非常時に使える貯蓄が少ない
  - ✓ 非常時に身を寄せる親戚や知人がいない
- 該当する方は、いますぐ！来年から保険料がUPします。

加入者は十分な補償額であるかを見直しましょう。！

### ○「家具の固定」の重要性を啓発し負傷者を減らす

### ○医療機関の被災を想定応急手当の普及を

### ○避難することありきから自宅の滞留生活を推進

自宅で過ごすメリットは自宅にある食材を活用して栄養バランスの良い食事が摂れること。日頃から10日分以上の食材を「家庭内流通備蓄」しましょう！

### ○災害時の食事（水も火も使わない料理）

親子向け防災クッキングイベントのレシピ紹介

### ○避難所の環境改善対策

段ボールベットやパーティションの設置でプライバシーの確保・健康面への配慮。段ボール家具で更衣室の設置。

### ○仮設トイレ（和式や雨の日は不便）

テント型トイレ

### ○県内で4番目に高い人口密度の座間市のトイレ問題は深刻

- ✓ 日中の排泄回数×人数

- ✓ 仮設トイレは設置場所が必要

- ✓ 仮設トイレは掃除・管理の負担  
<準備物>

- ✓ トイレットペーパー

- ✓ おしりふき 国崎おススメ！

- ✓ 抗菌剤 成人用 紙オムツ

- ✓ ジッパー付き袋（汚物入れ）

### ○仮設風呂 利用時間（15時～22時）

- ✓ 仕事などで決められた時間に入れない人がいる

- ✓ 男女別なので介護の必要な人は入れなくなる

- ✓ すべての避難所に設置されるわけではないので長蛇の列

### ○福祉避難所の課題

益城町では、

・福祉避難所に一般の人も入ったために福祉避難所にはならないと独自に判断した民間施設もあった。

・一般の人がいるために入浴など要配慮者のみに利用してもらうことができなかった。

・避難所が過密で一般の人を移せなかった。

・民間施設の職員も手いっぱい避難者の介護や入浴の支援をする介護士が不足した。

\*受け入れ態勢が悪いと避難所の居心地が良くなり移ることにためらいが出てくる。

\*福祉避難所に家族も入居できないと不便や不安から移るのをためらう。

### ○日本で初めての試みトレーラーハウスを福祉避難所として活用。

他にも、感染症患者の保護室や学童施設等にも活用されました。

### ○ペットの対応

避難所によって多様な対応がとられた

①飼い主と一緒に避難所の施設内

②外のゲージで飼い主と別居

③テントの中でペットと同居

・避難所入口につながれた犬

・ペットと飼い主のための専用テント

### ○避難所において女性の主体的な対応の必要性

避難所運営を円滑にするには男性と女性のリーダーを配置し女性の主体的な参画を目指す。

### ○熊本地震の避難所対応についての所見

●避難所運営の知識や経験不足

\*避難所運営の知識や訓練経験のある職員

・住民がほとんどいない

⇒避難者リストの様式や情報収集のフローが統一されておらず、避難者名簿の作成が遅れて避難所の人数や住宅損壊状況、要配慮者の把握に時間を要した。

⇒一般の人が福祉避難所に避難してきたた



め、一般の避難所にいる要配慮者を早期に受け入れることができなかった。

⇒避難所運営マニュアル等の指針が示されず、何をすべきかわからず誰もが指示待ちであった。

⇒住民の役場への依存意識が高い。災害時だけでなく日常も、避難所の生活でも職員がトイレ清掃や物資の仕分け、お弁当の配給をしていた。

自主運営ができない避難所はトラブル・クレームが絶えない。

#### 講演

非構造部材の被害により、庁舎等多くの機能失う。プレハブ庁舎で対応。

自助⇒共助、個人の力では乗り越えられないものが発生する。

自宅被災後の安全確認。外の状況の確認を。

異常を周りに知らせる。亀裂・高低差とか。

車を運転する人に。異常あるか気づいた人が。

道路啓開。日常の訓練をしていないが、大切。

自主的に道路の整理・整頓。

ガレキを片付けて、道路きれいにすれば、ライフラインの復活になる。

家の耐震化に向き合う。9割の家がつぶれてしまった。新しい家でも被害、1階部分がつぶれてしまった。

遺体安置所で小さな棺を見るのが一番つらい。

苦しい思いをして死んだ。

生半可なことでは生き残れない。

子供は自分の住む家選べない。

親に命をゆだねている。家を失うこと。

財産を失うこと。

仮設住宅。2年のうちに出て行かなければならないローンを組めない人。どうしようどうしようと思ひ暮らしている。

熊本は地震はないと皆が思っていたが、明治22年に地震起きていた。

明日は我が身、首都直下地震必ずくる。どうする。

夫が地震に無理解。家族、親族も無理解だった。

どうして第三者に理解をしてもらえるか。説得。

耐震性がなければ倒壊する。特に1階は。

はってでも家から出る。家は30トンの重さ。

テーブルに潜ったところで、ぐしゃとくる。

夜は2階、昼も2階で過ごす。

耐震診断を受け、補強する。命と財産を守る。

家の耐震化に向きあう。地震保険に加入する。

住宅再建 2000万円以上はかかる。

解体費公費だが1から2年は待つ。待てるか。

家族4人の家財価値は1600万円はある。

洋服・家具等、保険会社の試算。

残りの住宅ローンあれば、生活再建かなり厳しい。

70歳代の漁師、仕事家族のためにある。

家族全員失った。死にたいと。明日を生きる希望ないと。預金しないでダンスに入れておいた

現金の2000万円も流された。

地震の揺れは10秒。固定されていなければ家具

は動く、低い家具でも安全でない。

戸建てか、マンション何階かで揺れは異なるが。

固定されていればいるほど、中身がガーンと出て

来る。大変危険。

こんなもの動いてもたいしたことないと思っている

が、安全対策のかたより。

飛来・落下物は外のことであると思っているが、

家の中にもある。

会社のキャビネット、中身出て来る。体に当たっ

たらケガする。重症かも。

病院の中も地震で被災。医師等も医療器材も。

固定しなかったため等。

自分の命自分で守る。ケガをしない。重症になら

ないように。こまかいもので負傷する。

応急手当のことを普及する。

避難所での食事は無償で支給される。食中毒防止

のため揚げ物が多い。

これを毎日食べると、貧血、便秘、高血圧になる。

体調こわしてしまうがタダ。

健康で過ごしてもらいたい。自宅で生活することを

考えてもらいたい。

避難所、行ったら行ったで戦いのよう。

におい、タバコ、いびき、他人の細かなくせが。

家族だけで暮らせるならどれだけ幸せか。

避難所に行かないと物もらえないが。

日用品、1ヶ月用意してある。シャンプー、

トイレットペーパー等。

10日間ぐらいは、用意して。常備品は。

家にあるものを全部食べつくす。食べるもの無く

なったらその後保存食を食べる。

行政に、まだかまだかと催促。

風呂場 自衛隊まかせ。長蛇の列である。

防犯ブザーは必ず用意する。自分の身を守る。

レイプ等ある。

阪神のとき簡易トイレ100人に1基。

東京都は20人に1基。

紙オムツを2パック用意している。

いずれ使うので。性能良い。

ペットの避難、対応をしっかりと考えておく。

男性のリーダー、女性のリーダーを2人立ててお

くと良い。OK。女性の主体的な参画を目指す。

東京都等自治体によっては、帰宅困難者を出さな

いため会社に社員を留め置く。

パネルディスカッション 3時25分から4時30分

「子どもを守る地域づくり」

座間市いっせい防災行動訓練 シェイクアウト

実施日時 平成29年1月23日(月)午前11時からの1分間の行動訓練

安全行動 1-2-3の実施 ①まず低く ②頭を守り ③動かない

決まった時間に一斉に、体を守る基本行動をその場で行います。

#### ● なぜするの？

自らのいのちは自らで守る「自助」が目的です。まずは自分が助かることで、その後みんなが助け合う「共助」の活動につながるのです。