

# ぼうさい

DISASTER MANAGEMENT NEWS

平成 22 年 9 月号  
SEPTEMBER

2010 No. 59



特集

## 災害の備え、 何をしていますか

Active Human

杉 良太郎

[俳優]



内閣府 (防災担当)  
Cabinet Office, Government of Japan

# 日本の火山

Vol. 15

福島県

ばんだいさん

## 磐梯山

### 郷土のシンボル「会津富士」



磐梯山と松原湖（裏磐梯 野鳥の森展望台から）

## 「会

津磐梯山は宝の山よ」と民謡にも歌われる磐梯山は、標高1819m、福島県猪苗代湖の北に位置する活火山である。

南麓の表磐梯の穏やかな山の姿は、北麓の裏磐梯では一変。噴火による山体崩壊で生じた荒々しい山肌をみせる。

1888年の噴火では、水蒸気爆発で発生した岩屑なだれによって北麓の村落が埋没し、死者477名を出す大災害となった。この噴火は、近代日本を襲った最初の大規模自然災害といわれる。観測体制がない当時は予知情報もなかった。そのため一週間程前から続いていた震動や遠雷のような音が噴火の前兆とは認識されず、予め避難することなく多くの住民が犠牲となった。

この時、火口にあった長さ8・2m、高さ3mあまりの岩の巨塊が火山性泥流によって約5km離れた場所まで流された。この岩は「見衾の大石」と呼ばれ、火山性泥流が遠距離まで巨石を運ぶ事実を示す学術的にも貴重なものとされている。一方、松原湖や五色沼等、裏磐梯の景勝地として知られる数々の湖沼がこの噴火によって誕生している。

#### 磐梯山

活動的火山及び潜在的爆発活力を有する火山に指定されている。平成21年3月31日に噴火警戒レベル1・平常と発表後、予報警報事項に変更はない（9月23日現在）。



# ぼうさい 目次

平成 22 年 9 月号 (No. 59)

- 2 日本の火山 Vol. 15  
磐梯山 (福島県)
- 3 防災ポスターコンクール受賞者の声
- 4 特集  
**災害の備え、  
何をしていますか**
- 10 Active Human List 3  
杉 良太郎さん [俳優・歌手]
- 12 Disaster Management News——防災の動き
- ・平成 22 年度総合防災訓練
  - ・平成 22 年防災功労者を表彰
  - ・「防災フェア 2010」開催
  - ・「防災フェスタ 2010 in 久屋大通」開催
  - ・平成 22 年度子ども霞が関見学デー  
プログラム  
「～中井治防災担当大臣とお話しよう～」
  - ・防災体験学習施設 そなエリア東京

- 18 防災リーダーと地域の輪 第 3 回  
ラジオ番組作りを通じて、防災を学び、  
地域との交流を深める  
和歌山県紀の川市 紀の川市立荒川中学校教諭  
中村 誠志
- 20 過去の災害に学ぶ 30  
1960 年 5 月 24 日  
チリ地震津波 その 3  
東北大学名誉教授  
首藤 伸夫
- 21 間違いだらけの防災対策 第 4 回  
「健常者は潜在的災害弱者」  
東京大学生産技術研究所都市基盤安全工学国際研究センター長・  
大学院情報学環総合防災情報センター教授  
目黒 公郎
- 22 防災 Q & A  
高齢者自身はどのような備えをすれば  
いいですか？  
危機管理教育研究所 危機管理アドバイザー  
国崎 信江
- 一日前プロジェクト 第 14 回
- 23 記者の眼  
神戸新聞東京支社編集部 磯辺 康子



## 第 25 回 防災ポスターコンクール 防災担当大臣賞

小学 5・6 年生の部  
滋賀県 大津市立志賀小学校 6 年  
兵頭 昌和 (ひょうどう まさかず) さん

## 受賞者の声

避難訓練の時に、校長先生が災害の時の持ち出しバックの話をして下さいました。防災ポスターを画く時にその話を思い出しました。そして、校長先生から持ち出しバックを借りて、中に何を入れておけばよいのかをみんなで考えました。

例えば、かいちゅう電燈は、停電になった時に必要です。ラップを用意しておくこと意外と便利だと知りました。災害がおこった時のことを考えると、「持ち出しバックを用意しておいた方がいいなあ」と思いました。

ポスターのことばは校長先生が言っておられたことばを思い出して書きました。

受賞のことを聞いてびっくりしました。「やったあー！」と思いました。“がんばったから選ばれた”と思いました。受賞で東京に行けるなんて思ってもいなかったの、とてもうれしいです。松山のおじいちゃん、おばあちゃんもとても喜んでくれました。



# 災害の備え、 何をしていますか

阪神・淡路大震災

写真：  
（財）消防科学総合センター  
災害写真データベースから  
<http://www.isad.or.jp/>

いつ、どこで、災害が起こるかわからない。いざ巨大地震が発生したときに必要となるのが、水や食糧等の災害に備えた備蓄品である。

今号では、港区と港区の超高層マンションを、公助（市区町村）と共助（自主防災組織）の事例として、また、専門家の家庭を自助（家庭）の事例として、それぞれどのような備えをしているのかみてみよう。

## 自治体における備蓄

市区町村等の自治体では、災害発生時に避難所となる公立小中学校や自治体所有の施設等に災害に備えた備蓄倉庫を設け、水や食糧、生活必需品、医薬・医療品、また防災資機材を配置・管理している。

### 食料の備蓄と飲料水の確保

港区では、区立小中学校や区が管理する施設等、約100ヶ所に防災備蓄倉庫を設置している。

食糧は、自宅が被災して避難所に避難せざるを得ない人の想定人数に基づき算定した2日分を備蓄。高齢者や乳幼児向けに、白粥、食べやすいスティックタイプの乾パン、粉ミルクなども備蓄している。

また、飲料水は、最低限必要な量として一人一日3ℓを基準に確保している。給水所や、小中学校、区所有施設の受水槽からの給水の他、民間ビルとの間で飲料水使用協定を締結する例もある。さらに、区立小中学校のプールの水をろ水機でろ過し、飲料水として利用できるようにしている。

### 避難者のための備蓄品

災害発生後、区民は安否確認等のため近所の一時集合場所に集合、あるいは火災延焼の危険があれば広域避難所へ一時避難。その後自

宅に被害がなく、火災延焼の危険もなくなれば、基本的に自宅へ帰宅する。港区では、災害発生後、区民が自宅で生活できるように自助で3日分を目安とした非常食を備蓄するよう呼びかけている。

### 人づくり、組織作り

阪神・淡路大震災では、自治体職員や教職員の到着が間に合わなかったため、やむを得ず被災住民が鍵を壊して避難所を開けた例もあったという。大規模災害が発生すれば、自治体職員も被災者となり、災害出動に遅れが出ることも当然あり得る。また、港区の場合、区内在住職員は、全職員の約1割。そこで、災害発生直後には地域の力が重要な即戦力となる。

港区は、共助促進の一環として、災害時に地域の防災会（町会、自治会）、事業所、PTA等が協力して避難所運営や避難誘導などを行うための地域組織「地域防災協議会」の活動を支援している。避難所運営のマニュアルづくりや炊き出し用資機材の使用方法等について、助言や訓練を行っている。

備蓄物資があっても、迅速かつ円滑に運用できる組織がなければ意味がない。港区では、地域の人づくり、組織づくりのサポートに力を入れている。



## 食糧

避難者の想定人数から算定した2日分を備蓄



## 毛布、カーペット

毛布は、軽量でかさばらない  
フリース素材への買い換えを進めた



## ろ水機

区立小中学校に配備し、プール等の水をろ過して  
飲料水として利用

## マンホールトイレとトイレ用テント

簡易トイレの備蓄と合わせて  
下水道に直結したマンホールトイレの  
整備も進めている。

港区では、マンホールの蓋に  
刻印された「トイレ」の文字が目印



## 救助用工具セット

リュックサックタイプになって  
おり、担いで現場に急行できる  
(バール、大型ハンマー、ボルト  
カッター、ロープ、折込み鋸)

(写真提供 港区)

## 港区備蓄品一覧より一部抜粋 (2009年4月1日現在)

### 【食糧】

乾パン(スティックタイプ)、缶入り粥、アルファ化米、パンの  
缶詰、調整粉乳、ミネラルウォーター等

※アルファ化米とは、米飯を炊いた後に乾燥させたもの。湯や水を加えて柔らかくして食べる。湯を注いで30分程度、水を注いでも1時間程度で食べられる。

### 【救助用資機材等】

投光機、発電機、炊き出し用バーナー、電気メガホン、テント、  
簡易便所、ポータブルトイレ、担架、組み立て式リヤカー、大  
工道具セット、救出用資器材セット、間仕切りパネル等

### 【生活必需品】

毛布、カーペット、バケツ、タオル、石鹼、ポリタンク、調  
理器具、食器、ゴミ収集袋、オムツ(子供用、大人用)、哺乳  
瓶とスベアの乳首、多機能ラジオ、乾電池、生理用品、肌着、  
ブルーシート等

※哺乳瓶、乳首、調整粉乳、水、オムツ(子供用)等はセットにしている

### 【医療防疫用資機材】

災害医療資機材7点セット、救急用医療セット(消毒液、包帯、  
ガーゼ等)等

【燃料等】 ガソリン、オイル、灯油





芝浦アイランド

## 超高層マンションの災害に備えた備蓄

建設が相次ぐ高層、超高層マンション。いざ大きな地震が起きれば、エレベータは使えなくなり高層階に住民が取り残される、いわゆる「高層難民」問題が近年認識されている。

港区にある芝浦アイランドは、地上49階の超高層棟を中心とした5棟に約4千世帯、港区人口の5%にあたる約1万人が居住。分譲棟と賃貸棟がひとつの自治会を構成している。全5棟のうち分譲棟2棟各々で住民による管理組合が設立され、地震に備えた備蓄品の整備や住民交流

のイベントが行われてきた。

### 基本は自助

芝浦アイランド自治会の防災対策は自助を基本とし、それを共助で補うという方針だ。

2010年5月、自治会全体の防災計画書、そして、分譲棟のキープタワー、グローヴタワーの2棟でも、自治会主導のもと各棟の防災計画書をそれぞれ作成した。災害発生時の安否確認等の情報伝達、備蓄品の取扱い、避難誘導等の詳細を明記。自治会では、日頃から港区との情報交換等で連携を行いながら、災害発生時には自助と共助で持ちこたえるための防災計画

書を作成した。

### Case1 分散備蓄と5〜7日分の備えーキープタワーの場合

一般的に備蓄品は災害発生から3日分を用意することが望ましいといわれているが、港区では、高層マンションは、エレベータの使用不能、水、電気、ガス等のライフライン復旧までの時間を考慮する必要があるため7日間程度の備蓄をするよう呼びかけている。そのため、キープタワー管理組合では、各家庭である程度食糧備蓄があると想定し、これを補完するかわりで3日分の水や食糧を準備。簡易トイレと合わせて、全フロアへの分散備蓄を完了している。

### Case2 情報提供と階段を使った避難対策ーグローヴタワーの場合

グローヴタワー管理組合では、現在のところ水の備蓄はあるが、その他の食糧備蓄は行っていない。費用の面、食の好み、アレルギーの心配等が主な理由。そこで、防災食の試食・販売会の開催等により、住民自ら食糧備蓄を行うよう呼びかけている。グローヴタワーが力を入れているのが情報発信。トランシーバーやシート型ホワイフロアごとに配置。また、階段に

よる避難を想定し、傷病者や高齢者を運ぶための非常用階段避難車や布担架も準備している。

### 自治会主導でコミュニティづくり

芝浦アイランド自治会長の額田晋さんによると、2棟の賃貸棟については近日中に防災計画書づくりを進める予定。

「本格的な防災対策のためのフレームがやっと出来上がったところです。防災計画書に基づく訓練等の実施は、まだこれから。災害時の対応を円滑に進めるためにも、住民の防災意識の向上に加え、住民同士の交流促進等、いざというときに協力できるコミュニティづくりをすすめていきたいと考えています」



防災食の試食・特別価格販売会  
(グローヴタワー 2010.7.4)

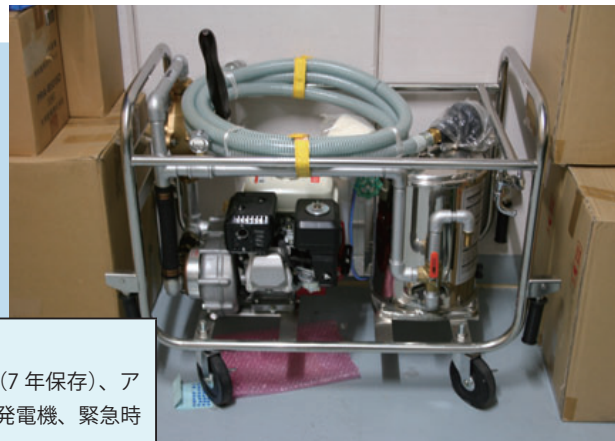
(写真提供) グローヴタワー管理組合理事会)





### 飲料水、簡易トイレ、食糧

地震発生後もマンション内で生活を続けるには、生命を維持する水の備蓄に加え、トイレの整備も必須。簡易トイレは、排便収納袋と薬剤のセット。収納袋を使用器やバケツ、段ボール箱等に1回ずつセットして使用。使用後は焼却可能。食糧は、クラッカーやピラフ、赤飯等いろいろな種類のアルファ化米を備蓄（食糧備蓄はケーブタワーのみ）



### 緊急時浄水装置

近隣プールなどの水をろ過・殺菌処理し、飲料水として確保



### 非常用階段避難車 (グローヴタワー)

傷病者や高齢者を一人で安全に避難させることができる階段避難器具  
(写真提供 グローヴタワー管理組合 理事会)

両タワー共通備蓄品：

ペットボトル入り飲料水（5年保存）、簡易トイレ（7年保存）、アルミ組立式リヤカー、バルーン投光機、インバータ発電機、緊急時浄水装置+ろ過材、災害用マンホールトイレ

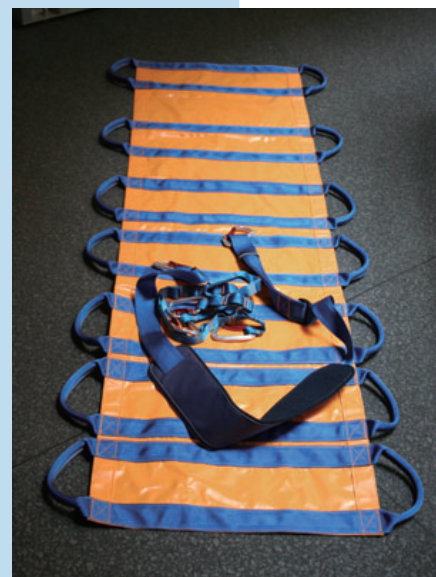
その他：

芝浦アイランドのマンションの給水方式は受水槽方式（水道本管からくる水道水を一度水槽に貯めてから各戸へ給水）。災害時には受水槽に貯まっている水を住民に供給

備蓄品保管場所：

- (1) 防災備蓄倉庫（各タワー内1箇所）
- (2) 電気ケーブル類の配管用スペース（各フロア）

ケーブタワー管理組合	グローヴタワー管理組合
約1,100世帯、約2,600人。	約830世帯、約2,000人。
備蓄品： 水、トイレ、食糧3日分程度を準備 ペットボトル入り飲料水(1.5ℓ) 7,800本、簡易トイレ31,200個等。食糧は、非常災害用クラッカー、アルファ化米（しそわかめご飯、えびピラフ、ドライカレー、山菜おこわ等）	備蓄品： 発災時の在宅者人数が不明のため、何日分という算定はしていない ペットボトル入り飲料水(1.5ℓ) 6,000本、簡易トイレ24,000個等
※災害発生時には、各フロアで安否確認後、ケーブタワーは、備蓄食糧等を各世帯に分配予定。グローヴタワーは、在宅者人数等の状況により備蓄品分配等を検討予定。	



### シート型ホワイトボード、ペン、トランシーバーといった 情報ツールを4フロアごとに1セットずつ分散備蓄 (グローヴタワー)

シート型ホワイトボードは、何度でも書き消し可能。静電気で張り付くので粘着テープや画鋲は不要。各フロアのエレベーターホールに貼り、救援物資の入手や配布等、住民へ情報伝達。トランシーバーがあれば、高層階住民とも容易に情報伝達できる

### 布担架（上）と救急箱（下） (グローヴタワー)

布担架は、8フロアごとに1つ配置。担ぎ手の人数を増やし、運搬者の負担を減らせるハンドルの多いものを選択。救急箱は、1、2階と高層階（30階）に分散した配置を考えている







(備品一例)

ゼリー飲料	非常用覚書（貴重品リスト等）
非常食（お菓子等）	我が家の防災マニュアル
扇子（夏季の暑さ対策）	煙フード
ティッシュ	簡易トイレ
ウエットティッシュ	懐中電灯と乾電池
除菌剤	身分証明書
マスク	筆記具
大判のハンカチ	携帯電話と充電器
笛	現金（紙幣と硬貨）

※煙フードは耐熱温度が400℃程度。煙の温度が高くない火災の初期段階には有効

## 防災グッズは、いつも携帯

普段から、バッグの中にも急場がしのげる必要最小限の防災グッズを携帯。外出中の災害で、エレベーター等に閉じ込められる場合も想定し、携帯トイレ、暑さや寒さをしのぐ小物、お菓子等も入っている。



(備品一例)

ゼリー飲料	着替え
非常食	タオル軍手
お菓子（あめ、チョコ、クッキー等）	携帯型ライト
使い捨てカイロ	笛
ティッシュ	携帯トイレ
ウエットティッシュ	携帯ラジオと乾電池
救急絆創膏と包帯	給水袋（給水車から水をもらうため）
マスク	おもちゃ（子供用）
おしりふき	防災手帳（緊急連絡先、集合場所記載）
レインコート	
バンダナ	

## 1次品 「防災ベスト」

緊急避難の際に直ぐ持ち出せる、最低限のサバイバルグッズを入れたベスト。地震等の災害発生時には、「防災ベスト」とヘルメットを各自着用して避難する。直ぐ取り出せるように、玄関の近くや子供部屋にハンガーにかけて保管。グッズは、多くのポケットに分散されるので着用時にもそれほど重さを感じない。また、ベストを着用しながら、子供やけが人を背負うことも可能。ポケットが多いアウトドア用ベストでも代用できる。子供が大きくなってきたら、自分の防災ベストの中身は自分で詰めるようにすると防災意識の向上にも役立つ。

## 家庭で準備する 備蓄

家庭の備蓄品として、どのようなものを備えたらよいのだろうか？

危機管理アドバイザーの国崎信江さん（平成22年5月号から「防災Q&A」シリーズ執筆中）に自宅の備蓄品について聞いてみた。

### 3段階の備蓄品

自宅の備蓄品は、緊急避難時にすぐ持ち出すもの（1次品）、災害発生から3日間を生き抜くためのもの（2次品）、長引く避難生活をできるだけの快適に過ごすためのもの（3次品）と、3段階に分けて備えています。さらに外出時の被災に備え、普段持ち歩くバッグにも防災グッズを携帯しています。

### 自分や家族にあったものを選ぶ

防災品を選ぶ際には、自分や家族に必要なもの、





## 2次品 非常持ち出し袋

緊急避難後、安全が確保されてから家族が3日間生き延びるための水、食料、生活必需品。内容は、アウトドアの旅行用品をベースに、さらに、応急手当の医薬品、暑さ・寒さ対策の小物等、電気や水道等のライフラインが途絶えたときに必要なものをプラス。膨大な量になるので、持ち運びに便利のように3つに分けて、玄関近くや車のトランクなどに保管。食料や電池等は、年に3、4回は期限などをチェック。避難ロープやレジャーシート等は防災教室などで災害時の使い方を確認しておく。

### (備品一例)

3日分の非常食（缶詰、缶入 リパン、餅等）	綿棒、脱脂綿
水	着替え
食器類	雨具
給水袋	懐中電灯
タオル	乾電池
医薬品	ロープ
歯ブラシ・歯磨きシート	マッチ
携帯トイレ	ライター
生理用品	ロウソク
トイレットペーパー	レジャーシート
ビニール袋	ガムテープ
ウエットタオル	軍手
消臭スプレー	煙フード
使い捨てカイロ	万能ナイフ
応急手当テキスト	避難ロープ
救急セット（消毒薬、ガーゼ、 包帯等）	防災用ブランケット
マスク	ラジオ
	貴重品
	筆記用具
	油性マジックペン



## 3次品 自宅倉庫の防災用品

自宅のストックルームや庭の倉庫に備蓄している家族の1～2週間程度の食料や生活必需品。3日以上、さらに避難生活が長引いた場合にできるだけ快適に過ごすためのもの。内容は、普段から多めに買い置きしている食料や生活必需品をベースに、さらに非常食をプラス。食器や調理器具はキャンプ用品と兼用。水は、ペットボトルのミネラルウォーターの他、宅配水のストックや光触媒の効果で3年間水の交換が不要なポリタンクも用意。避難生活が長引いた場合、非常食だけで過ごすのは難しいので、レトルト食品やパスタ等、家族が食べ慣れた食品も備えている。賞味期限がせまった食品は普段の食事や趣味のキャンプで使用して入れ替え。

### (備品一例)

非常食（缶詰、レトルト食品、 麺類、米、餅、お菓子等）	ランタン
水	テーブルと椅子
トイレットペーパー	レジャーシート
ティッシュ	寝袋
大型の簡易トイレ	燃料
食器	着火材
鍋、やかん	ライター
ガスボンベ	マット
カセットコンロ	段ボール
	ポリタンク
	テント

使いやすい、食べ慣れているといった「相性」を考えるとほしいなと思えます。あれもこれもと詰め込みすぎて、「重くて持ち出せない非常持出袋」では意味がなくなってしまう。また、自分でこたわって揃えたものなら、買ったまま一度も開けずにしまひ込むということもなくなるのではないのでしょうか。

できることからはじめ

「これでなければ絶対ダメ！」というような固定概念を捨てて、例えば、持ちやすいリュックに入れてみる。また、普段携帯する防災グッズは、好きなキャラクターの付いた懐中電灯や携帯の充電器、お菓子ひとつからでもいいのです。そろえる品物の内容も費用も、いかに負担に感じないでできるか”ということから始めてみてはいかがでしょうか。

(撮影 浅山 美鈴)

# 天災は、他人事ではない 明日は我が身

Active  
Human

List 3

俳優・歌手

## 杉良太郎さん



今年で芸能活動46年目を迎えた杉良太郎さん。テレビや舞台で活躍を続ける一方、15歳の時に初めて刑務所を慰問して以来、国内外で様々なボランティア活動に取り組んでいます。

1995年1月17日、杉さんは、仕事のために宿泊していた大阪のホテルで阪神・淡路大震災に遭遇し、「早く、何か自分に出来ることをしなければいけない」と行動を起しました。

すぎ・りょうたろう●俳優、歌手。1944年兵庫県神戸市生まれ。1965年歌手デビュー。1967年NHK「文五捕物絵図」の主役に抜擢され、以来、1,400本以上のテレビ番組に主演。2009年紫綬褒章受章。また、民間人としては初めて法務省の特別矯正監を拝命。外務省から日本ベトナム特別大使、ベトナム政府からはベトナム日本特別大使を委嘱。現在、子どもたちが制作した短編映像を上映する「アジア国際子ども映画祭」の名誉会長も務める。子供たちの本当の心を知りたいと、自ら提唱した同映画祭は、今年で4年目を迎えた。2010年は、アジア地域11カ国から子供たちの作品が参加し、12月に鹿児島県指宿市で本選が開催される予定。





## 震

震災後、テレビ番組の収録等、入っていた仕事を終えると、杉さんは直ぐに動き出した。

「劇団のメンバーや友人、知人に頼み、近隣の大阪、奈良、和歌山等から、様々な救援物資を買い集めました。電池や紙おむつなどの生活物資。また、寿司職人さんに頼んで、1000人分の巻き寿司をつくってもらいました」

道路は破壊され、神戸への陸路が寸断されていた。杉さんは救援物資を運ぶためにヘリコプター2機をチャーターして現地に入り、そこから小型トラックで何度もピストン輸送して、被災した人々に物資や巻き寿司を配って回った。この震災では、神戸市内にあった杉さんの生家も全壊した。

## 災害時には、多くの人たちが助け合わなければ何一つ解決できない

「故郷が消えてしまった。そんな気持ちでした」

阪神・淡路大震災から15年を経て、神戸でも震災の記憶が薄れていくことを懸念する声がかかっている。

「つらいことを忘れられるから、明日がある。その時のことを語りたくない人、聞かれたくない人もいます」

しょう。しかし、震災を体験していない子供たちに、何があったのかを話して聞かせる機会は失ってはいけないと思います」

その後、2004年の新潟県中越地震の際も、杉さんは、大量の生活必需品や、冷凍した1000人分の手作りカレーを持って現地入りし、老人ホームを慰問したり、仲間と共に雪下ろしのボランティアにも参加した。

「神戸の震災でボランティアというものが相当認知されたわけですね。しかし、その際『いくらやつてもお礼を言ってくれない』という人たちがいた。『もうボランティアなんてやらない』と非常に気まづい思いを抱えて帰った人も多い。ボランティアとして根付いたのは

3分の1ぐらいの人でしょうか。しかし、ボランティアは見返りを求めたらダメなんです。被災者は、相当のダメージを受けている。ボランティアに対して気配りができれば被災者とは言わないですよ。いくつかの間に来た、いつの間になくなっていった。そんな風にできたら、一番いいと思うんです。なかなか難しいですけどね」

自らの経験から、杉さんは災害時のボランティア活動についてこのように話す。

生まれ故郷の神戸も、新潟も、他の土地、国でも、「他人事」ではないのだという。

「実は、神戸以外にも1994年のロサンゼルス地震等、僕はこれまでに大きな地震に3度遭遇しています。天災は、いつ、どこで起きるかわからない。しかし、遠い場所の話でもないし、他人事でもない。明日は我が身であると思っ

ています。人間は、絶対に一人では生きていけない。多くの人たちが助け合わなければ何一つ解決できないということです」

災害時にも大切な、人と人のつながりや、防災意識向上に重要な役割を担う地域の消防団が最近減っているようだと、杉さんは懸念している。

「防災について一言、これは大事だ」と思うのは、地域の消防団です」

「最近では、『火の用心、カチ、カチ』なんていう見回りの声も聞かれなくなってしまうよな。昔は、何かあると消防団の人が、いち早く駆けつけてくれてね。消防団は地域の安心です。これは増えてほしい。子供たちも、是非、消防団に参加してくれればと思っています」

写真提供・株式会社 杉友



阪神・淡路大震災直後の神戸にかけつけた杉良太郎さん（1995年1月22日）

# 平成22年度総合防災訓練

～初めて「三連動地震」を想定した  
訓練を行うなど、各地で訓練を実施～

## ■政府本部運営訓練

政府は、毎年9月1日の『防災の日』を中心に、災害発生時の応急対策に関する準備の検証・確認と、国民の防災意識の高揚を図ることなどを目的として、関係地方公共団体等との連携により総合防災訓練を実施しています。

本年度の実施状況は以下のとおりです。

総理官邸において、東海地震と東南海・南海地震が連動して発生した場合（三連動地震）を初めて想定し、内閣総理大臣



総理官邸で行われた緊急災害対策本部会議

以下全閣僚が参加して、緊急災害対策本部会議（本部長＝内閣総理大臣、副本部長＝内閣府特命担当大臣（防災）、内閣官房長官）の訓練を行うとともに、国民への呼びかけを総理大臣記者会見として実施しました。

## ■政府調査団派遣訓練

東海地震を想定した静岡県総合防災訓練の現地会場（静岡県伊東市）に、内閣総理大臣、内閣府特命担当大臣（防災）等を派遣するとともに、首都直下地震を想定した九都府県市合同防災訓練の現地会場（千葉県君津市）に、内閣府大臣政務官等を派遣する訓練を実施しました。

## ■政府現地本部訓練

静岡県と協力し、立川広域防災基地から自衛隊ヘリにより、資機材、要員の搬送を行うとともに、内閣府副大臣が現地本部長として参加するなど、初めて本格的な東海



説明を聞く菅内閣総理大臣（左）と中井内閣府特命担当大臣（防災）（右）

## ■広域医療搬送訓練

静岡県と協力し、被災地域内搬送拠点（静岡県内）と地域外搬送拠点との間で、自衛隊機を用いて災害派遣医療チーム（DMA T）の派遣、患者の搬送の実践的な訓練を行いました。

静岡県と協力し、被災地域内搬送拠点（静岡県内）と地域外搬送拠点との間で、自衛隊機を用いて災害派遣医療チーム（DMA T）の派遣、患者の搬送の実践的な訓練を行いました。



# 平成22年防災功労者を表彰

内閣府では平成22年度防災週間行事の一環として、防災功労者（団体、個人）を表彰しました。

防災功労者内閣総理大臣表彰は、『「防災の日」及び「防災週間」について』（昭和57年5月11日閣議了解）に基づき、災害時における人命救助や被害の拡大防止等の防災活動の実施、平時における防災思想の普及又は防災体制の整備の面で貢献し、特にその功績が顕著であると認められる団体又は個人を対象として表彰するものです。

平成22年防災功労者内閣総理大臣表彰は4個人14団体が受賞し、9月2日に総理大臣官邸で表彰式が執り行われました。また防災功労者防災担当大臣表彰は8個人10団体が受賞し、9月3日に表彰式が行われました。

## 平成22年防災功労者 内閣総理大臣表彰受賞者

### ○個人

#### 〔防災体制の整備〕

- 神戸大学名誉教授・関西学院大学教授 室崎 益輝（兵庫県）
- 東京大学名誉教授 島崎 邦彦（千葉県）
- 東京大学名誉教授 藤井 敏嗣（東京都）
- 長崎大学教授 高橋 和雄（長崎県）

### ○団体

#### 〔災害現場での顕著な防災活動〕

- 甲州市消防団（山梨県）

- 篠栗町消防団（福岡県）
- 佐賀市消防団中部方面隊第三支団（佐賀県）

### 〔防災体制の整備〕

- 諏訪市消防団（長野県）
- 山口県警察災害警備本部（山口県）
- 福岡県警察災害警備本部（福岡県）
- 兵庫県警察災害警備本部（兵庫県）
- 海上保安庁第三管区漁船第一幸福丸消息不明海難対策本部（神奈川県）
- 海上保安庁第四管区フェリーありあけ熊野沖船体傾斜海難対策本部（愛知県、大阪府）
- 及び関西空港海上保安航空基地機動救難士

### 〔防災体制の整備〕

- 北条地区コミュニティ振興協議会（新潟県）
- 社南地区防災アマ無線クラブ（福井県）
- 恵那市手話通訳連絡会（岐阜県）
- 紀の川市立荒川中学校（和歌山県）
- 丸亀市川西地区自主防災会（香川県）

## 平成22年防災功労者 防災担当大臣表彰受賞者

### ○個人

#### 〔防災体制の整備〕

- 秋草 直之（東京都）

- 田中 淳（東京都）
- 濱田 政則（神奈川県）
- 武田 義彦（静岡県）
- 石井 昇（兵庫県）
- 衣笠 達也（兵庫県）

### 〔防災思想の普及〕

- 池上三喜子（東京都）
- 南部美智代（三重県）

### ○団体

#### 〔災害時の防災活動〕

- 社会福祉法人防府市社会福祉協議会（山口県）
- 社会福祉法人山口市社会福祉協議会（山口県）

### 〔防災体制の整備〕

- 桶川市自主防災組織連絡協議会（埼玉県）
- 四日市市港地区自主防災組織連絡協議会（三重県）
- 京極自主防災会（京都府）
- 城西校区第三町内自主防災クラブ（熊本県）

### 〔防災思想の普及〕

- 横手市増田町火災予防組合（秋田県）
- 災害救援ボランティア推進委員会千葉県SLネットワーク（千葉県）
- 多治見市笠原町災害救援ボランティア（岐阜県）
- 日野ボランティア・ネットワーク（鳥取県）

# 「防災フェア2010」開催

Disaster Management News  
防災の動き

「今こそ、災害への関心を自助・共助の行動へとつなげよう！」  
～あなたの行動と地域のつながりで高める都市の防災力～



東京タワー点灯式。集まった人たちのカウントダウンとともに東京タワーにライトアップ  
左から、大島内閣府副大臣、中井内閣府特命担当大臣（防災担当）、近衛防災推進協議会会長、  
野村港区副区長

9月3日から9月5日までの3日間、内閣府・防災推進協議会主催、港区共催の「防災フェア2010」が東京タワーで開催されました。

9月3日は、企業防災セミナー「企業戦略として経営者が取り組む事業継続を考える」が開かれ、企業の経営トップや第一線の研究者を迎えて事業継続の取組みの紹介や解説、またパネルディスカッションが行われました。午後6時からは、中井内閣府特命担当大臣（防災）、近衛副大臣、野村港区副区長も出席し、東京タワーのライトアップ点灯式を開催。今年、全日本タワー協議会の協力により、8月30日から9月5日の防災週間を中心に全国各地のタワーでもライトアップやライトダウンを行い防災推進をアピールしました。

9月4日は、コーディネーターにまちづくり計画研究所代表の渡辺実さんを迎えた「高層マンションにおける防災対策」、そして「住宅密集地における耐震化対策」と「これからの防



屋外では、東京消防庁の消防車や、災害時に仮設診療所になる日本赤十字社のdERUコンテナを展示



点灯式では、東京消防庁音楽隊が「となりのトトロメロデー」などを演奏





防災教室（右上）講師の伊藤和明さん（防災情報機構会長）と中島裕子さん（NHK ラジオキャスター）。家具転倒防止器具の模型を使った「家具転倒防止ワークショップ」（左上）等イベントギャラリーで開かれた様々な防災ゲームコーナーでは、遊びながら楽しく防災知識を学習。展示ブースでは、ピーカーに入れた水と砂を使った液状化現象の実験（右下）や救急法（左下）を体験。

「災まちづくり」という3つのテーマで都市の防災対策について専門家や関係者によるパネルディスカッションが行われました。

9月5日の日曜日は、小中学生や家族連れ等が気軽に参加して楽しめるイベントが行われました。

午前中は、「なまずの学校」、「家具転倒防止ワークショップ」、「GURATOWN」等、カードや模型を使った様々な防災ゲームコーナーが設けられました。またステージでは、子供たちが身体を動かしたり、声を出して遊びながら防災知識を身につける「ぼうさいダック」が紹介されました。

引き続き行われた「語り」とトークのイベント」では、語り部の平野啓子さんと語り仲間が登場し、集まった人たちは「稲むらの火」や「蜘蛛の糸」の「語り」に聞き入っていました。また、危機管理アドバイザーの国崎信江さんとボランティアの皆さんが披露した「楽しみながら学ぼう！キッズ防災ステージ」では、子供たちや家族連れが防災知識を学べる劇などを楽しみました。

そして最後に、名古屋大学大学院教授の福和伸夫さんと時事通信社防災リスクマネジメントWeb編集長の中川和之さんによる防災トークショーが行われました。

「防災フェア2010」の開催期間中、東京は晴天に恵まれ、家族連れや消防少年団一行、また旅行で東京タワー展望台を訪れた観光客など様々な年代の人たちが会場を訪れ、展示ブースやイベントを熱心に見学していました。

午後、日本赤

（撮影 岩佐 英一郎）



## 「防災フェスタ2010 in 久屋大通」開催

9月4日に名古屋市中心ラルパークにて「防災フェスタ2010 in 久屋大通」災害に負けない生きる力を蓄えよう!」が開催され、そのプレイベントとして、9月3日に「名古屋テレビ塔ライトダウン」東海豪雨10年目の誓い」が行われました。

3日のプレイベントでは、東海豪雨の被災者でもある胡弓演奏家の石田音人氏のミニコンサートに続き、テレビ塔のライトダウンと東海豪雨の犠牲者数と同じ10のスポットライトを眺めながら、水害で亡くなった10名の方々の命に想いを馳せ、鎮魂の祈りと災害に強いまちづくりへ取り組む決意を新たにしました。

4日の防災フェスタでは、ミニシンポジウム、ミニ講演会その他、防災に関する展示や体験コーナー等が設けられ、



普段防災活動に触れる機会の少ない方々も、興味を持って参加していただきました。

この防災フェスタでは、内閣府・防災推進協議会主催の「防災フェア2010」と連携し、東京タワーとの中継も行われました。

今回の防災フェスタは、この夏一番の猛暑日にもかかわらず1000人を越える一般の来場者があり、大盛況に終わりました。

## 「中井治防災担当大臣とお話しよう」平成22年度子ども霞が関見学デー プログラム

「中井治防災担当大臣とお話しよう」

平成22年度「子ども霞が関見学デー（8月18日～19日）」のプログラムの一環として、小学生から中学生までの多くの子どもたちが防災担当大臣室を訪れ、中井大臣を囲んで防災に関するお話をお聞きしました。





# 防災体験学習施設 そなエリア東京

東京臨海広域防災公園内に今夏オープンした「そなエリア東京」で、防災について改めて考えて見ませんか



「そなエリア」の実物大被災市街地ジオラマ。全壊した古い時代の耐震基準の建物の隣には無傷の新しい建物も展示されており、耐震補強の必要性が分かる



十分に固定されていない自動販売機は転倒している

**地**震などの災害が発生した際、被害を最小限に食い止めるには、救命救助率が極端に低くなるまでの72時間が特に重要だとされています。「そなエリア東京」

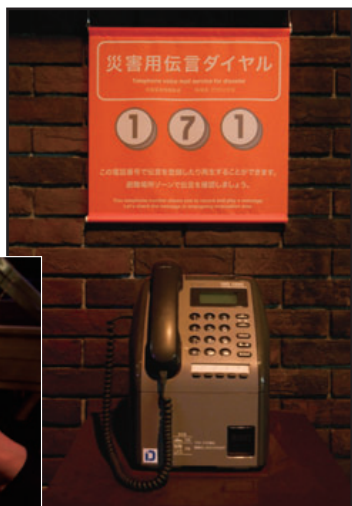
この防災体験ゾーンの中には、文章による説明はほとんどありません。体験者自身が、災害が発生した際にどう行動すべきか

のテーマは、「72時間、どう生き残るか?」です。被害が最も大きいと予測されている、冬の夕刻の首都圏直下地震の発災から避難までの様子を、実物大のジオラマの中で体験しながら、携帯型ゲーム機を使ったクイズで、も

を、自分で考えることが重視されているからです。場内では出題されるクイズが、避難時に注意すべき行動のヒントと

なっています。注意深く観察すると、災害に備えるためのいろいろな発見があるはず

取材・文…河崎美穂  
撮影…坂本政十賜



災害発生時と同じように災害用伝言ダイヤルを体験できる(右)  
クイズに答えていくと“生存率”が分かる(左)





### ラジオ番組作りを通じて、防災を学び、地域との交流を深める

近い将来発生するとされている東南海地震、南海地震などで大きな被害が想定される和歌山県では、住民の防災意識も高まっている。紀の川市立荒川中学校では、地域住民を巻き込んだ「ラジオ番組」作りによる防災教育が大きな成果を挙げている。

## 和

歌山県北部、その名の通り紀ノ川沿いに広がる紀の川市は、古くから水害が発生することもあり、



和歌山大学の今西客員教授の指導を受けながら、番組録音を行う荒川中の生徒たち（於 和歌山大学）

住民の防災意識は比較的高かつたという。中央構造線断層帯に型地震への備えも進んでいる。中学生を対象とした新しい防災教育への取り組みが、紀の川市立荒川中学校の「あらかわ防災ステーション」だ。

防災教育に意欲的だった前任の辻正雄校長が、和歌山大学防災研究教育センターの今西武客員教授に、中学生への防災教育の取り組み内容について相談したところ、「校内放送を利用した防災トーク番組作りによる啓発活動」を提案されたことがきっかけだという。

番組に出演するのは、生徒会の安全委員会に所属する生徒と地域の防災ボランティアの皆さん。昼休みの給食時間に合わせた約5分の番組だ。阪神・淡路大震災の被災者の体験をまとめて出版された「12歳からの被災者学」をもとに



生徒たちと地域住民が協力して作成した防災・安全マップ

作成された内容で、子どもが大人に問いかけるという形式をとりながら、防災についての基礎知識がわかりやすくまとめられている。生徒会の安全委員会の顧問として、生徒たちと番組作りに携わってきた中村誠志教諭は「はじめは、台本づくりなどが難しく、知識の





<上>神戸市では被災者の方にインタビュー  
<下>災害時に避難所となる校内体育館で簡易トイレづくりを体験

ない自分には荷が重いと思ったのですが、地元防災ボランティアの方の協力と、今西客員教授によるプランづくりから実践まで首尾一貫したサポート体制もあり、安心して生徒への指導に専念することが出来ました」と振り返る。

2008年11月26日、正式に「あらかわ防災ステーション」の立ち上げが決定。約2週間で台本が完成、12月20日には、第1回の録音が行われた。中村教諭によると、当初こそセリフの読み間違いが続出して、録りなおしも多かったというが、回を重ねるごとに生徒たちも慣れて、アドリブまで出るようになったと言う。

2年目の2009年には、神

戸の被災者に対しての出張取材や、地域の住民とともに災害発生時に危険な場所などを探す「タウンウォッチング」などを実施。また、大災害が発生した場合には避難所となる学校の設備を再点検しながら、避難生活を想定した調査を行うなど番組内容を充実させてきた。

「特に神戸で被災者の体験を聞いてからは、生徒たちの意識が変わってきたのを実感しました。また、タウンウォッチングでは、地域の防災マップを作成、地域の方と一緒に形に残るものができたことで、生徒たちの満足度も高まったように思います」と中村教諭。

2年目の活動が終わった時点で

## 防災リーダーの一言

# 安

全委員会は、登下校時の事故防止のためにヘルメット着用の啓発活動などを行う委員会で、生徒に人気があるとはいえ、「あらかわ防災ステーション」を始めるときも、くじ引きなどで偶然集まった生徒ばかりで、防災意識が高い子どもはほとんどいませんでした。

一番大変だったのが、生徒のやる気をどう出させるかでした。一度、始めてしまえば、和歌山大学の見学や、神戸への取材など、珍しい経験ばかりで、みんな楽しんでくれたのですが、当初は大変でした。最初はつまらなさそうだった生徒が「将来は放送局に入って、防災問題を取り上げたい」と言ってくれたときは嬉しかったです。

活動の継続には新しいチャレンジが必要です。今年も和歌山大学今西客員教授から3年目プランおよびオリジナルの防災ソング「ねぼすけなまず」の提供を受けることができました。音楽の先生の協力も仰ぎながら、バンドを組んでロックバージョンや、合唱曲風のクラシックバージョンなど、さまざまな形ものをいろいろな場所で披露していきたいです。



中村 誠志 (なかむら・せいじ)

和歌山県紀の川市  
紀の川市立荒川中学校教諭

のアンケートでは、放送に係わった生徒の75%が「防災知識が高まった」と答えたそうだ。また、56%が、「家庭で実践しようという意識がめばえてきた」と答えるなど、確実に効果が現れている。さらに、放送のリスナーである一般生徒からも「分かりやすい」という意見が数多く聞こえている。

中村教諭は「基本のシナリオは、他の地域でも使えるものです。生徒たちが、番組作りを通じて自ら防災について学べ、地域との交流も深めることが出来ますので、他の学校にも広がってほしいと思います」と話していた。

取材・文：河崎美穂

(写真提供 紀の川市立荒川中学校)

## 防災 ちょっとクイズ

その地域が災害に遭った際に、考えられる被害が発生する場所や、避難路などを示した地図のことを、何マップ、というでしょう？

(答えは 23 ページ)

1960年5月24日

## チリ地震津波

大船渡湾湾口に作られた世界最初の津波防波堤  
(国土交通省釜石港湾事務所のホームページより)その  
3チリ津波から50年、日本の津波対策の変化や  
課題について概説します。

## 構造物主体の対策とその後

チリ津波の後、沿岸各地で防潮堤・津波防波堤・津波水門などが建設された。これには三つの条件が満たされる必要があった。

第一は、技術の確立である。1956年に施行された海岸法に基づき、海岸施設築造基準が1958年に出来上がった。

第二に、津波の高さである。大きくても5、6mと、構造物で陸地への侵入を防ぐことが可能な高さに止まっていた。

第三には、経済的な裏づけである。所得倍増計画で国民所得が急増し始めていた。

津波襲来1ヶ月後に施行されたチリ津波特別措置法には、「津波対策事業」とは「津波災害を防止するための施設の新設又は改良」と明記されている。

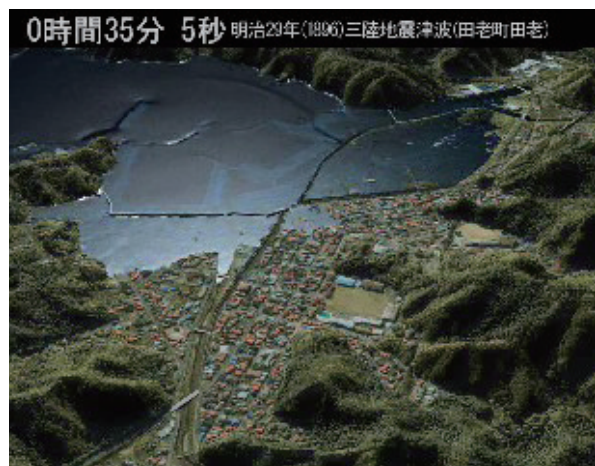
チリ津波緊急対策

事業終了直後、1968年十勝沖地震津波が襲来し、出来上がったばかりの構造物で陸上への浸水は、ほぼ完全に阻止できた。津波は構造物で防げるとの考えが広まる。しかし、明治・昭和の三陸大津波の記憶の強い岩手県は、さらに堤防の嵩上げを続けており、平成22年現在でも、

まだ完成には至っていない。38m水深の所に建造された大船渡津波防波堤は4年間で完成したが、63m水深の場所に作られた昨年完成した釜石津波防波堤には22年の日時を要している。

昭和50年代、東海地震の危機が注意をひき始めたころ、構造物主体の対策を見直す動きが現われた。その成果は「津波常襲地域総合防災対策指針(案)」(建設省河川局・水産庁)として、1983年日本海中部地震津波の直前にまとめられた。

1993年北海道南西沖地震津波では、奥尻町青苗5区が防潮壁を乗り越えた津波で全滅した。これを教訓に関連7省庁が「地域防災計画における津波防災対策強化の手引き」(1997年)に合意する。

0時間35分 5秒 明治29年(1896)三陸地震津波(田老町田老)  
宮古市田老町は高さ10mの防潮堤で守られているが、明治三陸大津波(高さ15m)では浸水する。(津波遡上CG 岩手県のホームページより)

基本は上記指針(案)を引き継ぐもので、防災構造物、津波に強いまちづくり、防災対策の三つを組み合わせ対処しようとする。構造物だけでは津波は防げない場合のある事を、ここで明確に認識したのであった。

とは云え、発生頻度の高い中小規模の津波に対して構造物は有効だが、構造物に特有の問題がある。構造物そのものの劣化に加え、浜が浸食でやせ、風波が構造物内部の土砂を吸い出すようになる。この結果、突然堤防裏側が陥没した事故が実際に生じている。50年、100年の間隔で来襲する津波に対して、構造物の機能・強度を如何に維持しているかが、大きな問題となっている。

首藤伸夫(東北大学名誉教授)



# 間違いだらけの防災対策

## 第4回

「健常者は潜在的災害弱者」  
誰もが簡単に災害弱者になる

**災**害時に、より困難な状況におかれたり、他からの支援を得ないと生活の継続が厳しい状況になる人たちを、災害弱者とか、災害時要援護者といいます。一般的には、お年寄りや子ども、妊婦さんや赤ちゃん、日常的にハンディを負っている方あるいは日本語による意思の疎通が困難な外国人などを指しますが、これだけで十分と考えるのは間違いです。健常者である私たちも、災害時には簡単に災害弱者や災害時要援護者になってしまうのです。

災害状況をイメージするための設定条件

地震: \_\_\_\_\_

季節: \_\_\_\_\_ 曜日: \_\_\_\_\_ 天候: \_\_\_\_\_

あなたの年齢・性別: \_\_\_\_\_ 歳, 男 or 女 職業: \_\_\_\_\_

家族構成: (時間帯別に家族がどこにいるか) \_\_\_\_\_

本人+成人 人(内訳=男 人, 歳, 歳, 歳 / 女 人, 歳, 歳, 歳)

子供 \_\_\_\_\_ 人(内訳=男 人, 歳, 歳, 歳 / 女 人, 歳, 歳, 歳)

(それぞれのメンバーが、時間帯別にどこでどのような活動を行なっているかも頭に入れておく)

住宅と住所: (築何年の何層建ての建物か。何階に住んでいるのか。部屋の中・家具は? 周囲はどんなところか)

通勤・通学手段と時間: \_\_\_\_\_ (すべて徒歩だと 分)

最寄り駅: (自宅) \_\_\_\_\_ 線 \_\_\_\_\_ 駅 / (職場・学校) \_\_\_\_\_ 線 \_\_\_\_\_ 駅

前回本誌で紹介した「目黒メソッド」を二回、三回とやってもらえる人に、私は次のような条件をつけます。

「あなたは、眼鏡しているね。君はコンタクトレンズですか? その眼鏡やコンタクトレンズが揺れのなかで紛失し、被災屋内の中でスペアが見つからない。そういう条件でもう一度目黒メソッドのマス埋めてみて下さい。君は右腕を骨折したという条件で、君は

左足をくじいてしまったという条件で記入してください。」

そうすると、自分は健常者だという意識しかない人が、まったく違う状況に置かれることに初めて気づきます。つまり、防災においては、健常者が常に健常者であるとは限らないという認識、「健常者イコール潜在的災害弱者」、「健常者イコール潜在的災害時要援護者」という意識をもって、災害状況を考えることが重要です。見えてくる世界が変わります。バリアフリーなどの福祉対策と防災対策とを合わせて行うことの合理性や有効性などにも気づかれるでしょう。

### 個人の持つ二面(多面)性を認識する

目黒メソッドをおし、自分のもつ「社会的な顔と私的な顔」、「つくってあげる側とつくってもらう側」、「情報を出す側と受ける側」などの二面(多面)性に気づきます。自分は「守ってもらう側」と考えている大多数の市民も、家に子どもと自分しかいない時間帯に地震に襲われれば、自分が「守る立場」にならざるをえないことを実感するのです。

防災に関係する人たちも同様です。職員として住民を守る側にある時間を「一日八時間勤務、週休二日、その他の休暇…」と考えていくと、防災関係者の顔でいる時間は、自分のもつ時間全体の二〇パーセントほどであり、残り八割の時間は別

の顔で生きていることに気づきます。他の住民同様に被災する可能性と、防災職員として活動できない状況の多さを実感するのです。

自分自身が負傷した場合、幸いにして自分は大丈夫でも自宅が倒壊したり、家族が負傷・行方不明となった場合など、いくらでも考えられます。

### 発生時間と時季で変わる被害

また、重要になってくるのは、時間的な要因です。季節や曜日、発生時刻の違いによって、結果は大きく異なります。夏の地震か、冬の地震か、季節によって自分の服装や靴も変わるし、被害も大きく変化します。衣食住すべての面での対応も違ってきます。朝の地震なのか夕方の地震なのかでも大きく変わります。地震の後に一〇時間、明るい時間が待っているのか、暗い時間が待っているのかでは、災害対応の条件は大きく違うわけです。

徹底した当事者意識や個人としての多面性の理解、「健常者⇄潜在的災害弱者」を認識し、さまざまな時間帯や場所にいるときの緊急地震速報の活用方法を考え、事前に準備をしておくことが重要です。



東京大学生産技術研究所都市基盤安全工学国際研究センター長・大学院情報学環総合防災情報センター教授  
目黒公郎(めくろくろ) (めぐる・きみろ)

1991年東京大学大学院博士修了、2004年より現職。「現場を見る、実践的な研究」最重要課題から「タックル」をモットーに、ハードとソフトの両面からの防災戦略研究に従事。

# 高齢者自身はどのような備えをすればいいですか？

## 体力や行動の特性を考えた安全な環境を作る。また、高齢者がかかりやすい震災時の疾患を知り、予防のための備えを見直しましょう。

### 防災 Q & A

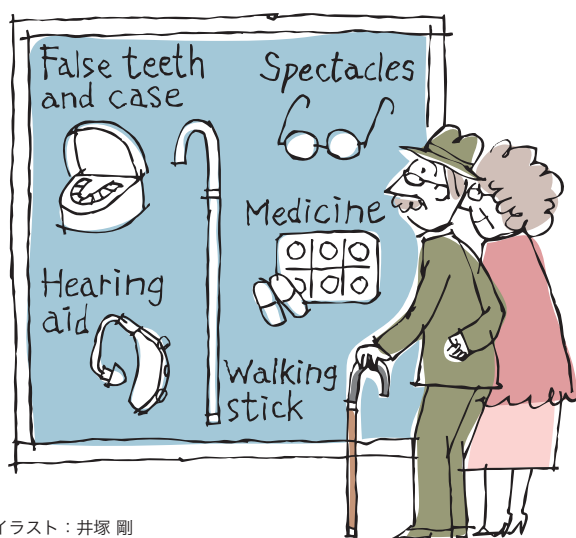
## 高

高齢者の世帯ではなにかと物が多く、たんすの上にも物を積み上げていたりといった危険な環境になりがちです。しかも、それが寝室や居間である

場合が少なくありません。とっさに機敏な行動が取れない、重いものを持ち上げられない状況を踏まえ、日ごろから極力物を少なくし、よく使用する部屋（寝室、居間、台所など）は安全な空間にしましょう。

避難生活では、糖尿病などの慢性疾患で食事制限が必要な人や、飲み込む力が弱くなった人は配給された食事が食べられないことがあります。

# A



イラスト：井塚 剛

必要な栄養素を摂取できず、免疫が低下し体調を崩すことのないよう、自分が食べることの出来る非常食を準備しておきましょう。

また、仮設トイレが屋外にあり、常に長蛇の列で使い勝手もよくないという劣悪な環境であったため、水分摂取を控えてしまい、血が濃くなって血管を詰まらせ脳梗塞や心筋梗塞を起こすこともある「脱水症状」になった人もいました。トイレを気にせず

に水分を摂取できるよう、災害用トイレを備蓄しておくことが大切です。

他にも、義歯ケースを持ち出すことができず、ずっと装着し続け口の中が不衛生になり、誤嚥性肺炎で亡くなった方もいました。普段の生活に欠かせないもの（義歯ケース、補聴器、杖、老眼鏡、常服薬など）は予備をしっかりと用意しましょう。

危機管理教育研究所 危機管理アドバイザー  
国崎 信江（くにさき のぶえ）

阪神・淡路大震災を機に、女性の視点を生かして自然災害から子どもを守るための研究を始める。防災・防犯関連の著作、講演のほか、内閣府・文部科学省など多くの防災関連の専門委員も務めている。

## もし、一日前に戻れたら…

シリーズ

「一日前プロジェクト」 第14回

平成18年梅雨前線による豪雨（平成18年7月）

### ないと不自由だったハブラシ

(20代女性)

防災袋というと、例えば水とか、トイレで使うものとかを思い浮かべますが、そういうものの中には、避難所に行けば支給されるものもあって、意外にタオルとかハブラシがほしかったなと思います。お金はいったん避難してしまえばそこから出られないので、すぐに使うことはありませんでした。

でも、ハブラシって、ないとすごくストレスになるんですよ。会社の同僚にも、ハブラシを買い忘れて、近くのお店まで戻ったおかげで、水がついた道路の渋滞にはまってしまっ、帰ってくるのに1時間かかった人がいましたよ。

通常あることがあたりまえなものは、ちょっとしたものでも、ないとすごく不自由を感じるものですね。避難する時に、自分の場合は何が絶対必要なんだろうと、考えておいたほうがいいなと思いました。





## 過酷で長い災害の痛み

**災**害の取材にかかり始めて15年になる。きっかけは1995年の阪神・淡路大震災だった。1月17日午前5時46分、神戸市中央区の一人住まいのマンションで、私は震度7の揺れに耐えられず倒れた。

幸い建物は無事だった。窓の外に見える街はただ静かで、一切の音と光が消えていた。時折、「ぐわん、ぐわん」という感じの大きな余震が足元を襲った。あらゆるものが散乱した暗い部屋でひたすら預

金通帳を探した。「通帳さえあれば何とか生きていける」という、何とも浅はかな思いつきだった。

夜明けの街に出たのは取材のためというより、水と明かりと人の温もりを求めてのことだった。波打つ道を歩き、倒れたビルを見ているのに、同じ瞬間、がれきの下で何千もの人が息絶えていこうとしていることを私は想像できなかった。災害の現実をまったく理解していない、無知な人間だった。

あれから15年。その間にも多くの命が災害で奪われた。阪神・淡路大震災で大災害の過酷な現実を突きつけられても、この国は災害で人が死ぬことの重みを真剣に受け止めていないように思える。なぜ過密な都市に超高層

ビルを造り続けるのか。なぜ今も耐震性の十分な学校があるのか。国の根幹を揺るがす災害に無関心な人が多いのはなぜなのか。

災害の影響は一時的ではない。多くの被災者が身体的、精神的な傷を負い、経済的にも疲弊していく。住まいの喪失と避難生活で地域のつながりは破壊される。多数の人命を失った地域社会は、長くぬぐえない痛みを抱えながら復興の道のりを歩まねばならない。



神戸新聞東京支社編集部

**磯辺 康子**

(いそべ・やすこ)

1989年入社。社会部、生活部などを経て2008年12月から東京支社勤務。1995年の阪神・淡路大震災以降、災害報道を担当。

阪神・淡路

の仮設住宅で、だれにも看取られずに亡くなった「孤独死」は233人。被災者向けの復興公営住宅では、昨年までの10年間で630人にの

ぼる。被災地では、6434人という公式の犠牲者数に表れない死が今なお続いている。

毎年1月17日、阪神・淡路の被災地は深い祈りに包まれる。ぜひ多くの人に訪れてほしいと思う。私たちにとっては、ともに生きた人々の命日であり、何年、何十年と続く災害の影響を伝える日でもある。多くの人を死なせた私たちの愚かさから、何かを学び取り、それぞれの地域で生かしてもらえればありがたい。

### 『ぼうさい』9月号 [No. 59]

平成22年9月30日発行 [隔月刊]  
http://www.bousai.go.jp/kouhou/

#### ●編集・発行

内閣府 (防災担当) 予防参事官室  
〒100-8969  
東京都千代田区霞が関1-2-2  
(中央合同庁舎5号館3階)  
TEL: 03-5253-2111 (大代表)  
FAX: 03-3581-8933  
URL: http://www.bousai.go.jp

ご意見・ご感想を、内閣府 (防災担当) 広報誌「ぼうさい」担当宛で、はがき、FAX、メールにてお寄せください。

#### ●編集協力・デザイン

株式会社ジャパンジャーナル  
〒101-0063  
東京都千代田区神田淡路町2-4-6  
エフアンドエフロイヤルビル7F  
TEL: 03-5298-2111 (代表)  
URL: http://www.japanjournal.jp

#### ●印刷・製本

昭栄印刷株式会社  
printed in Japan

『ぼうさい』11月号は平成22年11月末発行の予定です。

#### 編集後記

8月30日から9月5日の防災週間を中心とした期間中には、各地で防災に関する訓練やイベントが開催されている。この時期だけは普段

防災に関心の薄い人でも、防災について考えることは多いかもしれない。

しかし、日が経つにつれ、その関心もどんどんと薄れていき、災害はわが身に関係のないこと、と無意識に思うようになっていくのではないだろうか。

日頃から防災に関心を持ってもらう。これが防災において最も重要な課題では。そんなことを考える今日この頃である。

#### 『ぼうさい』購読のご案内

本誌の購読をご希望の方は、(株)ジャパンジャーナルまでお申し込みください。お申し込みは電話、FAX、メールにて承ります。  
TEL: 03-5298-2111 FAX: 03-5298-2112  
E-MAIL: bousai@japanjournal.jp  
1冊300円 (税込み)  
※送料別途: 1~5冊80円  
5冊以上160円または実費

# ライトアップで

全国各地

つなげよう

## 防災の輪

協力：全日本タワー協議会

① さっぽろテレビ塔 (北海道)



9月3日 19:00 ~ 21:00 ※

(写真提供：北海道観光事業株式会社)

② 東京タワー (東京都)



9月3日 18:30 ~

(撮影：岩佐 英一郎)

③ 横浜マリンタワー (神奈川県)



9月3日 日没 ~ 24:00

(撮影：内閣府(防災担当))

④ 別府タワー (大分県)



9月3日 19:00 ~ 25:00

(写真提供：別府観光開発株式会社)

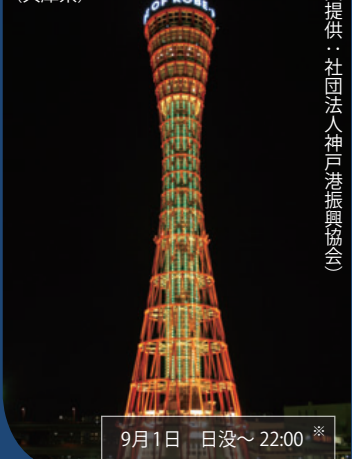
⑤ 海峽ゆめタワー (山口県)



9月3日 18:45 ~

(写真提供：財団法人山口県国際総合センター)

⑥ 神戸ポートタワー (兵庫県)



9月1日 日没 ~ 22:00 ※

(写真提供：社団法人神戸港振興協会)

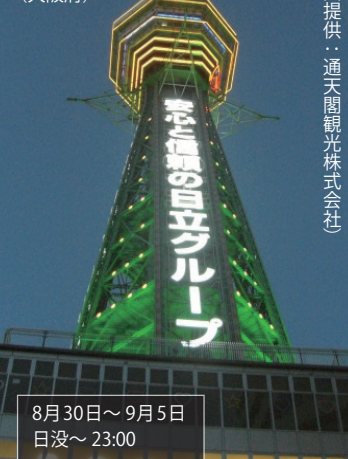
⑦ 京都タワー (京都府)



9月3日 20:00 ~ 21:00 ライトダウン ※

(写真提供：京都タワー株式会社)

⑧ 通天閣 (大阪府)



8月30日 ~ 9月5日 日没 ~ 23:00

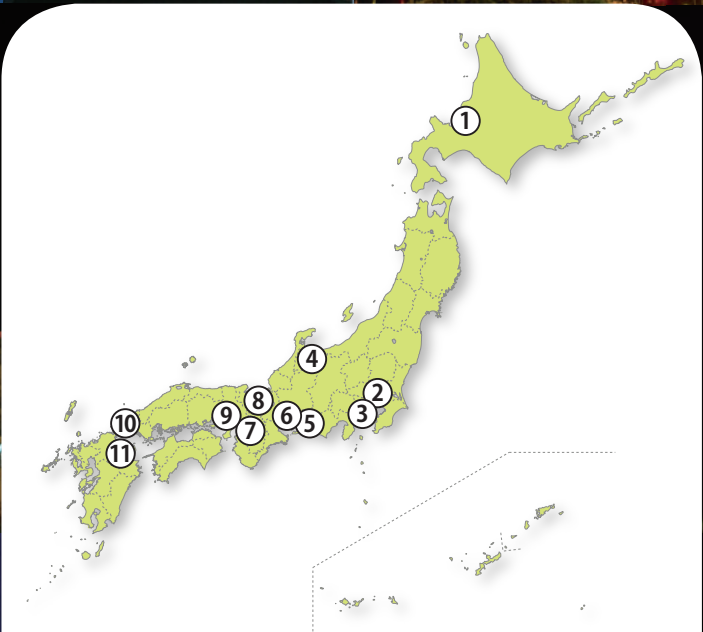
(写真提供：通天閣観光株式会社)

⑨ ツインアーチ138 (愛知県)



8月30日 ~ 9月5日

(写真提供：国営木曽三川公園138タワーパーク)



8月30日から9月5日までは防災週間です(昭和57年閣議了解)。この期間を中心に、全国各地で、国民の防災意識の高揚と、防災知識の普及・啓発のための様々な取り組みが行われ、この防災週間の主要行事として、内閣府・防災推進協議会主催で、9月3日から5日まで「防災フェア2010」を開催しました。

また、「ライトアップでつなげよう防災の輪」をテーマに全日本タワー協議会の協力により全国各地において防災推進ライトアップ・ライトダウンが行われました。

※印のある写真は当日のものではありません