

助ける人になる

3月11日で東日本大震災から5年。津波、原発事故、計画停電：あの日の不安と恐怖は徐々に薄れつつあります。しかし、震災後も日本各地で地震、集中豪雨、噴火などが発生しており、いつ大きな災害が起きるか分かりません。いざというときに助けられる人



阪神・淡路大震災の地域の人による救出活動
撮影：前田耕作 提供：神戸大学附属図書館震災文庫

ではなく「助ける人」になるために、日ごろから準備をしておくことが重要です。大切な人を守るために、できることがあります。そして、いつ起こるか分からないリスクに対して行動を起こすのは、今なのです。災害対策を2月(2・3月号)に渡って特集します。

国危機管理課 ☎2990810399 ☎2990810042

大地震が予想されている

県の調査で、所沢市に被害をもたらす地震が5種類予想されています。中でも最も被害が大きいと予想されているのが立川断層帯地震です。最大震度は6強、死者は6強、死者・負傷者は922人、1週間後も避難を余儀なくされる人は約3万人(人口の約3%を超える)を予測です。



立川断層帯地震発生時の被害想定(市内)	
死者・負傷者数	922人
建物全壊棟数(木造)	846棟
焼失棟数	779棟
避難者(1週間後)	10,400人

自助

今すぐ始める家具の固定

阪神・淡路大震災の死亡者の約80%は、住宅の倒壊や家具の下敷きによる圧死・窒息死でした。家具の固定は生存率を高め、避難経路の確保にもつながることで、地震のリスクを大きく低減します。家具の固定が難しい場合は、大きな家具のない部屋を寝室にするなどの工夫も有効です。下のチェックリストを使って、家具の固定を進めましょう。



- テレビをテレビ台にベルトなどで固定している
- テレビ台をL型金具などで壁に固定している
- 冷蔵庫をベルトなどで壁と連結している
- 冷蔵庫や家具の上に落下しやすいものを置いている
- 窓ガラスの近くに大型家電や家具を置いていない
- 吊り下げ式の照明にチェーンで揺れ防止対策をしている
- テーブル・椅子の脚に滑り止めをつけている
- 食器棚などから収納物が飛び出ないように扉の開閉防止器具をつけている
- 窓や食器棚のガラスに飛散防止フィルムを貼っている
- 家具が転倒・移動しても避難経路(ドアなど)をふさがらない置き方になっている

家族を助ける人になる

災害時、救援物資が届くまでには時間がかかります。1週間分の食料を備蓄しておくことが重要です。備蓄には冷蔵庫・冷凍庫の活用のほか、食べながら蓄えるローリングストックという方法が有効です。これは水や食料を多めに常備し、消費した分だけ補充するものです。比較的消費期限が短いものも備蓄できるメリットがあります。



保存版 切り取って使おう！ 備蓄チェックシート

- これを参考に、各家庭に合ったものを備蓄しましょう！
- ◆食料品
 - ★以下のものをローリングストック！
 - 水(1日分 1.5ℓ/人)
 - 携帯食(チョコレート、キャンディー、栄養補助食品など)
 - 非常食(乾パン・缶詰など調理なしで食べられるもの)
 - ◆装備品(避難時に使用)
 - ヘルメット・防災頭巾・帽子
 - 手袋
 - 運動靴
 - ◆生活用品
 - 携帯ラジオ(予備電池も)
 - 身分証明書のコピー
 - 懐中電灯(予備電池も)
 - 救急用品セット(消毒液、脱脂綿、ガーゼ、ばんそうこう、包帯、三角巾など)
 - 持病薬・常備薬、処方箋のコピー
 - マスク
 - ティッシュペーパー、トイレトペーパー、ウェットティッシュ
 - タオル(清掃用、手当て用、下着の代用など)
 - 簡易トイレ
 - ライター、マッチ
 - 布ガムテープ
 - 筆記用具
 - 万能ナイフ
 - 毛抜き(ピンセット代わり)
 - 防寒用品(使い捨てカイロ、ブランケットなど)
 - ポリ袋(大小10枚)、ビニールシート
 - 生理用品

お隣さんをお助けする人になる

一人暮らしの人や、家族が別々の場所で被災したとき、避難所での生活：そんなときに頼れるのはやはり同じ地域に住む人々です。いざというときのために、普段から地域のつながりを大切に、信頼関係を築いておくことが重要です。3月号では、災害に対する地域の取り組みや、参加者の声をお伝えします。

共助

助ける人を作る環境整備

災害発生直後は公助の果たす役割が低いもの、市は災害発生までの対策(災害の規模を小さくする減災など)を進めています。◆防災ガイド・避難所マップ 災害時の避難所の位置や普段からの備え、情報収集に至るまでの備え、情報収集をまとめています。2月下旬ごろに全世帯に配布しますので、しっかりと目を通して、保管しておきましょう。

◆防災施設整備 耐震性貯水槽(下図参照)や防災行政無線の増設などの増設などを計画的に進めています。

◆避難行動要支援者名簿 自助が最も大切ですが、自力では避難できない人もいます。名簿を整備して、どこどのくらいの要支援者がいるかを把握し、災害対策に生かしていきます。

被災地を助ける人になる

岩手県大槌町 復興レポート

◆震災前の大槌町 友田和弘さん 所沢市職員。平成27年4月から岩手県大槌町に派遣され、災害復旧業務に従事。住民対応に奮闘する毎日。大槌町へは23年から職員派遣を行い、友田さんで7人目となる。

◆震災直後の大槌町 大槌町は岩手県の沿岸部に位置し、東日本大震災の津波で壊滅的な打撃を受けました。2015年の国勢調査(速報)では、5年前に比べ人口が23.2%も減少しています。それでも大槌の人々は復興に向けて一歩一歩前へ進んでいます。震災当時は町の機能がマヒしてしまっただけで、やはり地域の力。大槌町吉里吉里地区では、住民自らの救助を待たず直ちに行動することを決め、自主災害対策本部を立ち上げました。そして住民が主体となって行方不明者の捜索、救護車受け入れのためのガレキ撤去を始めました。所沢市にお住まいの皆さんも被災地を助けることができます。例えば被災地を観光する、名産品を買うといった方法です(4頁参照)。そして、このような被災地の記憶を次の災害対策に生かすことが何より大切だと思います。

◆現在の大槌町

災害対策をしないシートのベルトをしない運転

種類	発生確率(30年以内)
立川断層帯地震	0.5~2%
阪神・淡路大震災(1995年)	0.02~8%
東日本大震災(2011年)	10~20%
交通事故(死亡事故)	0.2%

◎過去の地震は発生直前の数値です。

自助・共助・公助

シートベルトはするの…災害対策は？

車に乗るとき、事故に備えてシートベルトを着用します。そして安全運転を心がけても、0.2%の確率で命を落としてしまうのです。立川断層帯地震が起る確率はその2.5~10倍に及びます。災害対策をしないという事は、シートベルトをしない車に乗るようなものなのです。

この教訓から、自助(家庭)、共助(地域)、公助(行政)の割合は7:2:1と言われます。大災害が発生したとき、消防や警察などの公的な支援で全てをカバーするのは困難です。まずは自分の身は自分で守ること(自助)、次に地域のつながりで助け合うこと(共助)が大切なのです。