

防災ニュース 第 7号



あなたは どうする？ (7)

～ 大地震シミュレーション ～

皆様こんにちは。毎年9月1日は「防災の日」です。1923（大正12）年9月1日に発生した関東大震災に由来し、1960（昭和35）年に制定されました。政府や自治体をはじめ、広く国民が災害についての認識を深め、対処する心構えを準備することを目的とし、全国各地で防災に関連するイベントが実施されています。

もし今、大地震が発生したら、あなたはどのように行動しますか？自分の身に置き換えて想像してみましょう。（出典：東京都発行「東京防災」）

【 要援護者への思いやり 】

要援護者とは、妊婦・子ども・高齢者・外国人のほか、障がいのある方等です。「ヘルプマーク」などの災害時に配慮が必要な方に関するマークを身につけている方等、要援護者には思いやりと支援を心がけましょう。



女性・妊婦

女性は更衣、妊婦は授乳などの不安を抱えています。また妊婦や産後間もないお母さんは、健康面やプライバシーに配慮する必要があります。

子ども

子どもは遊ぶことでストレスを発散させます。気持ちを表に出せるような環境や時間を確保し、気分転換が図れるようにしましょう。

高齢者

高齢者は、不便があっても自分から言い出せないことがあります。明るい声で頻繁に話しかけ、孤立感や不安感を抱かないよう配慮しましょう。

外国人

生活文化の相違や言葉を理解できずに、不安を抱えてしまうかも知れません。外国語を理解できる仲介者や通訳を介し、きちんと情報を伝えることが大切です。

【 日常生活に向けて 】

死と向き合う

東日本大震災では19,225人（2015年3月1日現在）、阪神・淡路大震災では6,434人（2006年5月19日確定報）が亡くなり、多くの方々が「死」と向き合いました。首都圏直下地震が発生した場合には、約11,000人の死者、約21万人もの負傷者が出ると想定されています。



応急仮設住宅に入る

住宅を失った場合は、応急仮設住宅に入居できます。（原則2年間居住、延長の場合あり）。避難所生活から応急仮設住宅に入り、できるだけ早く自立への道を歩みましょう。

親せき・知人宅に移る

応急仮設住宅に入るだけでなく、親せきや知人の家に同居させてもらうことも一案。新たな住宅が見つかるまでという条件を提示し、親せきや知人の負担を軽減することも大切です。

【 生活再建に踏み出す 】

事業の再開

国や東京都は、中小企業者や農林漁業者の事業再開のために、各種の支援策を用意しています。区市町村に申請することで、支援策を活用することができます。

（愛知県においても同様の支援策が用意されています。）

仕事の再開

被災して仕事を失った場合はハローワークで仕事を探すほか、職業訓練などの支援を受けることができます。



学校に復学

被災によって経済的に困ったり、学校が被災した場合には、就学費用や転校費用など、緊急・応急の奨学金の貸与を受けることができます。

地震発生の瞬間から生活再建まで、起こりうる危機と行動はシミュレート

出来たでしょうか？ 自分自身に置き換えて想像することが大切です。

自宅にはどんな危険が潜んでいるか？ 職場は？ 学校は？ ………

できるだけ具体的に想像することが、防災の第一歩です。さあ、今やろう。

【 被災者の声に学ぶ 】（阪神・淡路大震災、東日本大震災）

1. 犠牲者を出さない的確な避難判断（T.Sさん（石巻市在住、女性、当時69歳））

地震発生時、町内会の役員をしていたため、すぐに近隣を見回って逃げ遅れた人がいないかなど、予め決めてあった地震時の対応策に従って行動しました。自宅は津波で床上浸水したのですが、2階は住むことができたので在宅避難をしながら、昼間は避難所で生活支援を行いました。約1,200世帯、約3,000人の町内会で役員は30人おり、毎年、市の防災訓練だけでなく町内会の自主防災訓練も行い、隣近所との付き合いも活発でした。そのおかげで、多くの方は地震発生時の対応策や避難の判断も確かで、勤務先で亡くなった人はいても、自宅では地震や津波が原因で亡くなった人はいませんでした。大震災を体験して、命を守り生き延びるためには防災の知識を学んでおくことに加えて、近隣との普段からのコミュニケーションが大切だとつくづく感じています。

以上