

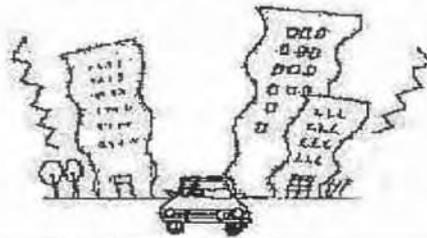
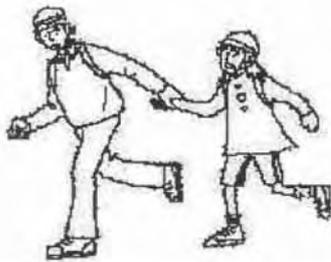


「支えあい連絡会」ホームページ <http://www.katuradai.com/>



災害による被害を最小限に食い止める

「自助」「共助」「公助」



災害対策には「自助」「共助」「公助」の3つの連携が大切だと言われています。本号では「自助」「共助」の部分に焦点をあてて特集します。

災害は、自宅にいる時、職場にいる時、学校にいる時、映画館にいる時など、いつ遭遇するかわかりません。しかしどこにいようと、「自分の命は自分で守る」という事が大切です。事前のシミュレーションや防災訓練への参加、避難時に必要な備蓄品の確保など、「自助」の充実を図る事も求められます。

そして同じくらい大切なのが「共助」です。阪神・淡路大震災で、倒壊した瓦礫の下から救助された人の8割近くが、近隣の住民によって助け出されたそうです。このように隣近所の助け合いが多くの命を救うのです。

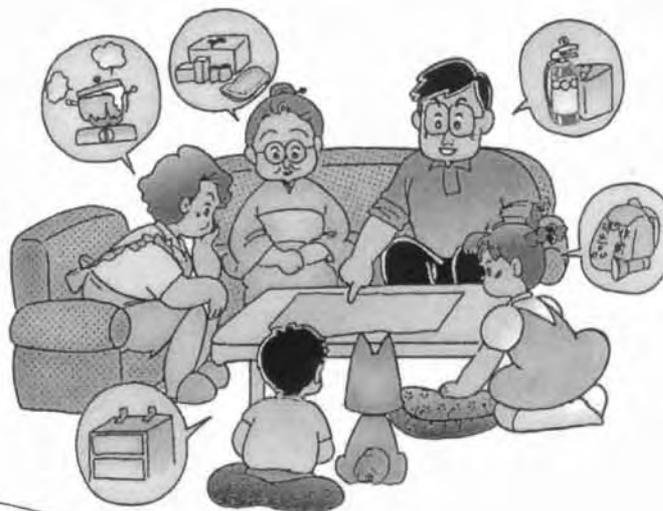
災害については、この号で最後になりますが、「地域での災害対策」というテーマは地域で取り組まなければならない大切な課題です。桂台地域ケアプラザとしても、支えあい連絡会としても、今後も皆さんと共に考えていきたいと思ひます。

目次

特集 防災を考える	2p～5p
共助で「災害に強い町づくり」・災害用伝言ダイヤル	6p
第1回・第2回上郷西地区・支えあい連絡会全体会報告	7p
第2回本郷中央地区・支えあい連絡会全体会報告／編集後記	8p

特集

防災を考える



自分の命は自分で守る

災害が起こったときにまず考えたいことは「自分の命は自分で守る」ということです。そのためには、災害時に役立つ防災グッズをそろえたり、普段から家具の転倒防止策を行ったり、緊急避難先を家族で確かめておくことが大切です。

●あなたの家の防災グッズをチェック

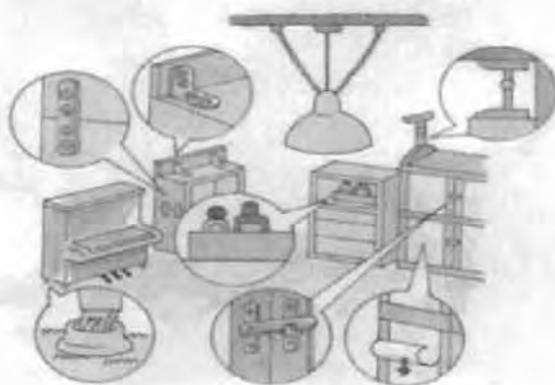
<防災グッズ>

懐中電灯、ろうそく、マッチ、ラジオ、水、非常用食料（缶詰、乾パンなど）、その他に防災頭巾、ヘルメットなどの頭や顔を守るもの、実際に災害にあったときを想定して、準備をしておきたいものです。



<家具の転倒防止>

家具などの転倒による圧死は、地震の際にもっとも多い死亡原因です。家具ばかりでなく、家電製品も動かないよう、しっかり留めつけておきましょう。



いろいろな
転倒防止措置方法

あっ！地震

その時あなたはどこにいますか？

地震が起きた時、あなたは一体どこにいますか？
自宅？買い物途中ででしょうか。それとも道路を歩いている時？バスに乗っている時かも。場所別にその対処の方法を考えてみましょう。



トイレ●そのまま待機

狭い空間なので、意外に安全な場所。ただし閉じ込められないようドアを開け、揺れが収まるのを待つ。



子ども●大声で指示

大人でさえ動揺する地震。子どもが呆然としていたり、あわてていたら、大きな声でテーブルの下に入るよう指示。

台所●まず、火を消す



まず火を消す。揺れが激しい時はテーブルの下などに身を隠し、揺れがおさまってから消火活動をする。

就寝中●まず、身の安全を

暗闇では何が何だかわからないという状態になりがち。とにかく自分の体、特に頭を保護することを考える。

入浴中●落ち着いて着衣

狭い空間なので、居間よりは倒壊の確率は低い。ドアを開け、揺れの様子をみながら衣服を身に着ける。



デパートやスーパーマーケット

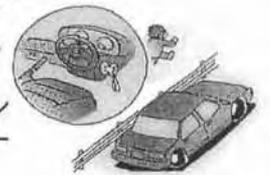
このような場所では、日ごろから非常時に備え訓練を受けた避難誘導員がいる。あわてないで、避難誘導員の指示に従って行動することが大切。

会社やマンション

あわてて逃げ出すより、丈夫な机の下に隠れること。それから非常階段へ。通路が倒壊物で使えない場合は、明るい方向を目指して脱出を図る。

道を歩いていたら

落下物に一番注意を。バッグや手などで頭を保護しながら、身を守る場所へ逃げ込む。



歩道橋や橋を渡っていたら

近い方の端へ走って行く。もし揺れが激しい場合は放り出されないように姿勢を低くして、欄干につかまる。

車を運転中

まず、車を左側に寄せて停車。ラジオ等で状況を把握。場合によってはエンジンを切り、キーをつけたままロックをしないで安全な場所へ避難する。

地下街にいたら

地下は揺れが少なく、安全とされている。非常口は数10メートルおきに作られているので、状況をみながらそこを目指す。

映画館や劇場にいたら

パニックになりやすい場所なので、揺れを感じたら前の座席との間に身を沈める。それから係員の指示に従って行動を。

参考資料：株式会社東京商工社

防災組織の構築に長年尽力されてきた桂台小学校地域防災拠点委員長の**大野省治さん**に地域で助け合う大切さや具体的な災害対策についてインタビューしました。

◆◆災害には、共助としての自主防災組織で対応◆◆



★自主防災組織は継続させることが最も大事です！★

防災委員等、防災に関わる人達が1年で交替してしまうのでは、「いざ」という時、全く防災組織は機能せず役に立ちません。防災の経験、知識を蓄積し、継承していく組織作りに知恵を絞る必要があります。防災担当者が訓練から逃げていて“経験が無いから”という言い逃れは犯罪に等しいのではないのでしょうか。

防災に関わる人達には複数年継続して携わって頂き、後任に知識、経験を継承していざという時に役に立つ人材を養成していきたいと思えます。

そうすることで、防災だけでなく高齢者や子どもに関わる町のボランティアとして活躍できる人たちが増えていくのです。

公田団地自治会では、4月の役員交代を9月まで延長、新任と6ヵ月ダブルさせて防災機能の継承を試みています。

また、桂台自治会、桂台団地自治会、湘南桂台自治会、公田団地自治会の4自治会*の責任者は2～3年継続して担当するようになってきました。

*4自治会が桂台小学校地域防災拠点を構成しています。

★皆で助け合いましょう！ を合言葉に★

日ごろから、コミュニティへの理解と参加“皆で助け合いましょう”の心掛けが大切ですが、自治会に加入していない住民もあり、その対応に苦慮しています。また、防災訓練は、住民意識を高める手段として有効なので、訓練に必ず参加することが望ましい。参加できない時は、責任を持って家族などに経験させることが大切です。



◆◆飲み水、食料、トイレ対策は大丈夫ですか？◆◆

★身近な給水拠点を確認★

栄区には、配水池（朝比奈分水池）、災害地下給水タンク（桂台中学校を含め7ヵ所）及び緊急給水栓（公田団地、桂台中学校、旧矢沢小学校を含め14ヵ所）があり、水道局が管理しています。災害時には、ボランティアとして登録してある水道局退職者も緊急給水作業のお手伝いをします。（2006/1/10発行 公報よこはま「よこはまの水」No.102号から）

★トイレ対策は切実です！★

水洗用の水不足が深刻な問題となりますが、防災拠点になっている学校ではプールの水を利用できずし、公田団地を例にとれば、広場地下の消火用水

（100トン）が利用可能です。トイレそのものも不足するので、雨水栓などの利用が今後対策として考えられます。

★防災備蓄庫に緊急時の食料などが備蓄されています★

地域防災拠点の運営委員会管理の地域防災拠点防災備蓄庫と自治会管理の防災備蓄庫があります。

例として桂台小学校地域防災拠点防災備蓄庫と公田団地自治会防災備蓄庫の備蓄内容を次の表に示しました。（なお、各防災備蓄庫の備蓄内容は、配備年度により異なる場合があります。）



●地域防災拠点防災備蓄庫(桂台小学校)の備蓄資材の例

	品 目	数量	品 目	数量	品 目	数量
救助用品	発電機	5	テコ棒	5	油圧ジャッキ	1
	担架	10	ワイヤーカッター	5	防塵眼鏡	2
	つるはし	5	のこぎり	5	ヘルメット	10
	スコップ	5	ハンドマイク	2	投光機	5
	ポール(応急担架用)	10	大ハンマー	5	救命ロープ	5
	大バール	5	大なた	5	金属梯子	1
	エンジンカッター	2	皮手袋	2	掛矢	2
救護用品	リヤカー	2	簡易トイレ	8	松葉杖	5
	グラウンドシート	10	ろ水機	1	保温用シート	50
	毛布	20	給水用水槽	1		
食料品	水缶詰	3000	乾パン	3000	哺乳瓶	40
	粉ミルク	40	おかゆ	200		
生活用品	移動式炊飯器 (拠点が小学校の場合)	1	ガスかまどセット (拠点が中学校の場合)	1	紙オムツ(大人用)	210
					紙オムツ(小人用)	1350
	生理用品	425	トイレットペーパー	192		

●自治会(公田町団地自治会)防災備蓄庫の備蓄資材の例

区分	品 目	数量	保管場所	品 目	数量	保管場所
救助用品	発電機	1	防災倉庫	ハンドマイク	6	集大洋間
	電動のこぎり	1	防災倉庫	メガホン	33	集大洋間
	投光機一式	1	防災倉庫	ヘルメット	33	防災倉庫
	テント	3	防災倉庫	はしご	1	集所外横
	平バール	2	防災倉庫	防火コート	4	防災倉庫
	スコップ	6	集裏倉庫			
救護用品	リヤカー	1	防災倉庫	毛布	3	集大洋間
	ブルーシート	2	防災倉庫	ブルーシート	1	事務局
	三角巾	100	事務局	リヤカー	2	集所外横
食料品	乾パン	384	集大洋間	水缶詰	240	集大洋間
生活用品	まかないくん	1	防災倉庫	ザル	4	防災倉庫
	かまど	1	防災倉庫	しゃもじ	3	防災倉庫
	練炭用コンロ	3	防災倉庫	おたま	13	防災倉庫
	簡易コンロ	2	防災倉庫	ひしゃく	2	防災倉庫
	鍋大	4	防災倉庫	トイレットペーパー	72	集大洋間
	鍋小	1	防災倉庫	バット	2	防災倉庫
	ボール	4	防災倉庫			
その他	コードリール	1	防災倉庫	救急薬品	1	事務局
	延長コード	1	防災倉庫	ポリバケツ	15	防災倉庫
	ライト	1	防災倉庫	練炭	18	防災倉庫
	懐中電灯	20	集大洋間	灯油	2	防災倉庫
	台車	3	防災倉庫	ガソリン	1	防災倉庫
	消火器	6	防災倉庫	携帯無線機	3	要員自宅
	号棟旗セット	35	集大洋間			

共助で「災害に強い町づくり」亀井町の例

亀井町では有志で組織した「防災支援チーム」が自治会と結んで、町の防災活動の牽引車となろうと言う今までにない共助(住民同士で共に助け合う)の取り組みをしている。その詳細を調べてみました。

◆きっかけはH16年の新潟中越地震。報道で多数の犠牲者が出た事を知り、震度7クラスの地震が予測されている亀井町に当てはめて考えた。大変な事態が起こるだろうと想定した。有志数名で勉強会を開き、亀井町の地域性を考えた「防災推進計画(3年計画)」「実行計画」「推進体制」を作り、自治会に提案した(H17年7月)。自治会で承認され、自治会の防災部会の中に、1年で交代する自治会役員とは別枠で「支援チーム」(勉強会メンバー)が組み込まれた。「支援チーム」は少なくとも3年は活動を継続する。こうする事により「継続性」が発生し、「積み重ね」が可能になる。専門性を持った継続性のある活動が出来る事になった。

◆H17年は、地震対策の啓発活動、家具の転倒防止対策を部会員宅で実施して手引き書を作成した。H18年は手引き書を参考にして会員が自宅で転倒防止対策を実施(高齢者等は部会員が実施)並びに家屋の耐震化診断の支援及び防災訓練実施(高齢者等の安否確認、避難誘導等)を予定している。

◆3年後には、亀井町総合避難訓練を実施する。本取り組みが「人と人のつながりができ、町民同士が支え合って暮らす町づくり」の一助になることを期待している。

(亀井町 石田英夫氏インタビューによる) (Ne)



災害用伝言ダイヤル(171)



災害用伝言ダイヤルは、地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合にNTTから提供が開始される声の伝言板です。

【体験利用提供日】

- ・ 毎月1日(1月1日は除きます。)
- ・ 防災週間(8月30日～9月5日)
- ・ 防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)

※ 実際に災害が発生した際には体験利用ができない場合があります。災害発生に備えて利用方法を事前に覚えておきましょう。

(参考資料：NTT東日本)

録音 171 + 1 + [被災地内の電話番号]

再生 171 + 2 + [被災地内の電話番号]

訂正とお詫び

「ひろば12号」で特集した「栄区地域医療救護拠点一覧」に誤りがありました。ここに訂正するとともに、お詫び申し上げます。

(参考資料：1997栄区防災計画)

[栄区地域医療救護拠点]

医療救護拠点	担当する主な地域防災拠点	医療救護拠点	担当する主な地域防災拠点
飯島中学校	豊田小学校、千秀小学校、飯島小学校、飯島中学校	桂台中学校	公田小学校、桂台小学校、桂台中学校
西本郷中学校	西本郷小学校、西本郷中学校、笠間小学校	上郷中学校	桜井小学校、犬山小学校、矢沢小学校
本郷台小学校	小山台小学校、小菅ヶ谷小学校、本郷台小学校	庄戸中学校	上郷南小学校、庄戸中学校、野七里小学校
本郷小学校	本郷中学校、本郷小学校		

◆第1回上郷西地区・支えあい連絡会 全体会 報告

——亀井町の防災活動の詳細が報告された——

上郷西地区の全体会が平成17年11月14日に32名の参加者のもとに桂台地域ケアプラザで開催されました。今回から従来の「桂台地域ケアプラザ支えあい連絡会」を「上郷西地区」と「本郷中央地区」の2つに分割して別々に開催する事になり、5自治会長も出席した初めての西地区の全体会です。

議題は、(1)地域ケアプラザの地域の役割、(2)西地区の活動報告、(3)地域見守りネットワーク事業の考え方と具体的な取り組み、(4)地域の支えあいの取り組み成果（亀井町の防災対策）等が議論された。特筆すべき事は、

①「見守りネットワーク」と「支えあい連絡会」の相互関係が、ケアプラザから図で示された事。今後は活動を通してこの図をより実情に合った形に仕上げようと言うと全員の理解が一致した。関係者の理解を図に現しながら、時間を掛けてベ

クトル合わせを図って行く。

もう一つは、

② 亀井町の防災活動の取り組み。少人数の核になるメンバーで計画を作り自治会が認める形で推進して

行こうと言う試み。自治会役員の任期1年では、具体化が難しいので専門部隊を作り、3年計画を自治会承認の下で活動を継続する試み。



注：(上郷西地区は、亀井町、尾月、犬山、上之、西ヶ谷団地、西ヶ谷ハイツ、港南台コートハウス、の7自治会で構成される)(本郷中央地区は9月29日第1回を終了、ひろば12号で報告済み) (Ne)

◆第2回上郷西地区・支えあい連絡会 全体会 報告

——「見守りネットワーク」に議論が集中——



分割後2回目の全体会が平成18年2月23日に桂台地域ケアプラザで開催されました。

た。

(1)今年度の総括と来年度の課題、(2)各地区の活動状況報告、(3)来年度の進め方、(4)関係機関からの報告 等が議論された。要点は、

① 上之町宗高会長から、「地域見守りネットワーク事業」を勉強する会の報告がありました。「何を、どう取り組めばよいのか」で意見交換した結果、「数的に要訪問者が増えているのに訪問を希望する人が増えないと言う壁がある」、「高齢者情報の把握は、尋常な手段では法的な規制もあり難しいが、色々な催しや会合等を利用して行えば、かなりの把握が出来る事が判った」(シニアクラブ寿百々会の名簿がよく出来ていると出席者の感想)、「上之町では多くの活動が行われているが、今は他の

団体の情報を知る手段がない。このような会で交換をしよう」等の意見が出ました。

② 地域ケアプラザは、全自治会を訪問し、「見守りネットワークとケアプラザの役割」に関して意見交換を行っている。この訪問を通して自治会側も理解を深め、ケアプラザに相談をし易くなり、見守りネットワークが機能して行くように思う。ケアプラザを高齢者専用の施設だと思って居た人が多いのにはPR不足と反省している。

③ 栄区社協から「ボランティア団体による有料送迎についてH16年3月に通達されたガイドラインにより、表記行為は違反となる」旨の注意が喚起された。

④ 地区社協からは、「高齢者サロンだけでなく、世代間交流ができるサロン作り」に少しだけ方向を変えて行く方針との発表があった。既に開設済みの高齢者サロンも随時検討をして行く予定。(Ne)

◆第2回本郷中央連合地区・支えあい連絡会 全体会 報告

——各町内会・自治会のアンケートや訪問の経過報告——

分割後第2回目の全体会が平成18年3月20日に36名出席のもと桂台地域ケアプラザで開催されました。

本郷中央連合地区の各自治会も参加され、広範囲に及ぶ地域の福祉や支えあいを如何に展開していくか？山積する課題の解決の糸口を見い出すべく、平成17年度の取り組み及び各分科会の活動報告がありました。内容については、

①平成17年度の取り組み

区より提案のあった「見守りネットワーク事業」を推進していくにあたり、本郷中央地区単独での支えあい連絡会を開催しました。また、地域福祉関係者とともに、自治会にも参加いただき、地域での緩やかな見守り体制の構築に向けて意見交換や議論を行いました。

②支えあい分科会活動報告と今後の目標

◆地域づくりの会・・・地域で子どもが育ちやすい環境づくりを目指す事も含め、世代間交流イベントの充実を図ります。

◆子育て支援分科会・・・地域で展開されている見守りネットの対象者の中に子どもを含め見守る大人の目を増やし、地域の中で子育てしやすいような連携をとる事を目指します。

◆ボランティアグループ分科会・・・介護保険改正に伴い、インフォーマルサービスの重要性に

ついての勉強会を、また見守りネットワーク事業でのボランティアグループの役割について考えます。

◆広報分科会・・・介護予防、子育て、防災と今まで取り組んで来ました。今後の特集テーマを検討中です。また、支えあい所属の団体や役員の紹介や、活動内容を載せて行きます。

◆地域福祉関係者分科会・・・支えあい連絡会各分科会や自治会からの地域の福祉課題などを把握していき、それぞれの活動を繋ぎあわせ、課題解決に取り組んで行きます。

③町内会・自治会のアンケートや訪問の報告

訪問時に聞き取りをした各地区での課題や活動状況の報告が桂台地域ケアプラザや栄区役所事業企画係からありました。

④見守りネットワーク事業については、新たなものを作るのではなく、既存の諸活動で連携していけることが本来の目的である事を事務局である、桂台地域ケアプラザから説明がありました。

⑤各関係機関からの報告がありました。(HN)

注：(本郷中央連合地区は、コープ野村湘南本郷台、コープ野村本郷台、桂公田町会、朝日平和台、椎郷台、湘南ハイツ、公田ハイツ、公田町団地、桂台団地、桂台、湘南桂台、フローラ桂台、グリーンテラス本郷台の13自治会で構成される)

編集後記

☆防災に関連し災害の事を調べるにつれて、防災対策をしていない事がとても恐ろしい事だと感じました。最新で確実な情報を見つけ出す事は難しいと思いますが、個々が防災についての意識を高め自分や家族の身の安全を考えて、事前準備の大切さをあらためて実感する事ができました。まずは「家庭内」での再確認からはじめてください。(T.K)

☆「防災」と言う大きなテーマに取り組んだ。神戸や新潟の地震も昔の事の様に記憶から消えかけているが、地域ではコツコツと地道に取り組んでいる人も居る。「ひろば」の使命は、完全に消えてしまわない様に喚起する事と考えた。これからも時々記事を載せて行きたい。(J.N)

☆「災害は忘れた頃にやってくる」意識の高揚を促す諺である。憂いの無い様、常に備えたいものです。(HN)

☆防災には、公助、共助も大切ですが、より大切なのは、“自分の身は自分で守る”という自助の気持ちで各個人が防災に関心を持ち、対策を考えておく事であると今回特集号の取材を通して強く実感しています。

(T.U)

☆特に防災グッズを用意しているわけでもなく、家具の転倒防止もしていない我が家で、やっと防災用ラジオを買った。一年間、防災について大いに勉強をさせていただいた成果がこれだけとは、何とも情けない。

(R.S)

☆3号にわたって取上げてきた「防災対策特集」皆様のお役に立てたでしょうか。楽天家の私としては「災いは忘れた頃にやってくる」といういましめを味わう日の来ないことを祈るばかりです。(K.I)