

リコー三愛グループ

三愛会会誌

No.137/2006

JAN-AI

天災はいつ起きても不思議ではない

特集 防災 あなたはどうしてる？

アンケート結果

3分の1の人が何の備えもしていない現状

はどうしてる？



阪神・淡路大震災（一九九五年）、東京都三宅島噴火（二〇〇〇年）、西日本を中心に襲った台風23号（〇四年）、新潟県中越地震（〇四年）、スマトラ沖大地震と津波（〇四年）、アメリカ南部を襲った大型ハリケーン・カトリーナによる豪雨災害（〇五年）、九州、中国、四国地方を襲った台風14号（〇五年）、パキスタン地震（〇五年）、フィリピン・レイテ島地滑り（〇六年）……。ちょっと思い返してみても、近年こんなにたくさんの方の大災害が起こっています。

「天災は忘れたころにやってくる」ではなく、「いつ、起きてもお不思議ではない」状況にあることを知識として分かっているも、一度も災害を経験したことがないと、「でも、私は大丈夫」と思い込んでしまいがちです。

自然災害の発生を止めることはできません。となれば、災害から逃れる、あるいは対処する方法を考えるしかないのです。そのためには、事前の準備と心構えが何よりも大切です。

そこで、今回は「防災」について考えてみたいと思います。被災経験のある読者の経験談や防災のためのアドバイスも掲載しました。これを機に、「わが家の災害対策」を見直してみませんか。

■アンケート結果より

前号で皆さんから寄せられたアンケート（総数三百九通）によれば、震度5以上の地震を経験したことがある人は五十四人、大型台風に遭遇したことがある人は五十六人で、いずれも四人に一人が経験者ということになります。

地震では家屋の全壊・全焼、台風では床上浸水、車の水没など大きな被害を受けた方もいます。

災害への備えについては、やはり経験者の方が未経験者より上回っています。全体で見れば、必要性は感じているものの何もしていない人が何と三分の一もいます。

不安に感じていることは、地震では、家屋の倒壊、家族の安全と連絡が取れなくなること、火災、食料確保、帰宅困難、生命の危険、避難後の生活など、台風では、水害・洪水・浸水・強風による被害、家屋の破損などを多くの方が挙げています。

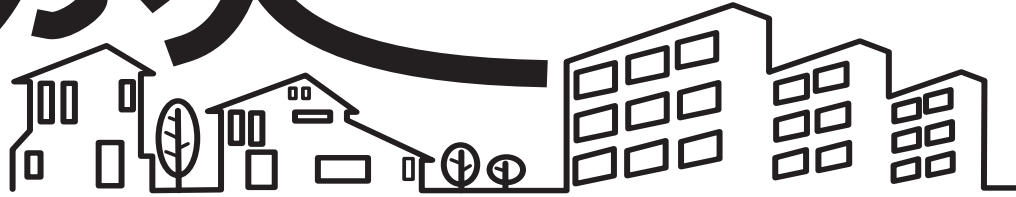
それでは、皆さんの防災に関するご意見等をご紹介します。

●地震は今のところ防ぎようがないが、台風は年々大きくなっているように思います。たぶん地球温暖化により海水温が上がっているためだと思います。Rグループで取り組んでいる環境問題は大事なことだと思います。

（40代男性）

あなた 防災

特集



● 阪神・淡路大震災のとき、当時は高校生で、何か他人事のような意識でしか見ていなかった。大人になり、当時の被害の大きさ等を知ると、「起こらない」ではなく、「起こる」を前提に防災について意識すべきだと思う。

(30代男性)

● 母は阪神・淡路大震災のとき、パニックになって慌てて外に出ようとして、ガラス片を踏んで数針縫うけがをしました。地震のときは慌てずに行動することが大事だと思いました。

(40代男性)

● 台風に対しての防災は必要以上に外出しないこと。気になる水回りは、普段から手入れをしておくこと。台風はいつ来るか予測できるが、地震は全く予想がつかないということを十分頭に入れておくこと。自宅に帰る道順は昼間と夜では感覚が変わってくるので、両方体験しておいた方がいいと思う。家族との連絡方法を、普段から決めておくこと。

(50代男性)

● 実家が一昨年の地震で全壊したが、地震保険が役立った。保険の大切さを実感した。

(50代男性)

● 近い将来起きるであろう大地震に備えて、小さいことでも各々が備えていれば、けが人は少なくなり、そうなれば救急車の不足や病院での混雑の問題も緩和され、大きな混乱が減少するのではないかと考えます。

(30代男性)

● 阪神・淡路大震災の年に地震のメカニズム、日本の活断層、防災のしおり、首都圏の地域危険度、防災避難用品等調べました。阪神に

は震災後五、六回訪問して確認しました。また、東京都防災センターにも見学に行きました。当時は都内の図書館で地震のことをよく調べたので、周囲からは地震博士と言われていました(今は違います)。

(50代男性)

● 高齢者の方だけで住まわれている皆さんが地域でも増えてきており、地震等の発生で被害がさらに増してくることが予測されることから、地域防災を検討する必要がある。

(50代男性)

● 「東海地震」と小さなころから言われて育ちました。家を建てるときは迷わず工業化住宅を選びました。家は倒壊しないとは思うものの、実家は心配だし、いつ起こるか分からないので子供たちも心配。非常用持ち出し袋の必要性も感じているけれど、そのうちに……で、ウン十年たっています。予知に期待。

(40代男性)

● 防災士という資格を取った。家は耐震構造で震度7まで対応が可能。家具などの転倒で死亡する確率が高いことを知り、タンスなどは耐震棒で補強し、TVなどの位置を変更した。会社では、帰宅困難に備え、スニーカーと引き出しにはキャラメルやチョコレートなどを常備している。

(50代女性)

● 地震が起き、歩いて自宅まで帰るときのために、古くなったランニングシューズを置いてあります。たぶん革靴やヒールで二十キロを歩くのは無理だと思えます。リュックも必要かもしれませんね。

(40代男性)



日本は世界一の地震国です。地球に十数枚あるプレート（地球の表層部を覆う厚く硬い岩盤）のうち四枚ものプレートの境界線が日本近海にあり、海溝地震が発生しやすいからです。また、活断層（過去にずれたことのある断層）がずれることによって起こる内陸型直下地震の危険箇所は全国で約二千にもなります。一九九四年から二〇〇三年の間に世界で発生したM（マグニチュード・地震の規模を表す）6・0以上の地震九百六十回のうち、二百二十回が日本で発生しているのです。今最も警戒されているのが、静岡県の一帯を中心とする東海地方に起こると予想されている東海地震です。この地域はフィリピン海プレートとユーラシアプレートの境界にあつて、百年から百五十年の間隔でM8クラスの巨大地震が起きていますが、ここ長い間起

●日本列島付近の4つのプレート



気象庁「気象等の知識」から

きておらず、爆発のエネルギーがたまつてい、いわゆる「空白域」とされています。

そのため東海地震に関しては、一九七八年に制定された大規模地震対策措置法によって地震防災対策強化地域に指定され、前兆となるような地殻変動や小さな地震活動などわずかな変化をとらえようと、二十四時間の観測体制がとられています。

しかしながら、いまだに絶対的な地震予知はできないのが現状です。また、二〇〇五年三月に発生した福岡県西方沖地震のように、専門家が全く想定しなかった地域で発生することもあります。

一九二三年に起きた関東大震災では、東京横浜などの都市を中心に、死者・行方不明者およそ十五万人、被災者およそ三百四十万人という多大な犠牲者が出ました。

読者寄稿

あつ地震だ!!
そのとき、私は……

■宮城県沖地震

1978年6月12日 17時14分
M7.4 最大震度5
死者27人 全壊家屋1377棟
被災場所 宮城県

私たち家族（夫婦と一歳の長女）は仙台市内の社宅マンションに住んでいましたが、そのとき私は出張中で、秋田から青森に向かう電車の中にいました。急停車し、しばらくの間車体が揺れているので、大きな地震だと直感しました。

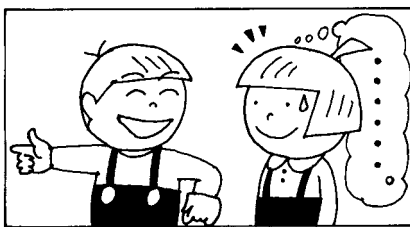
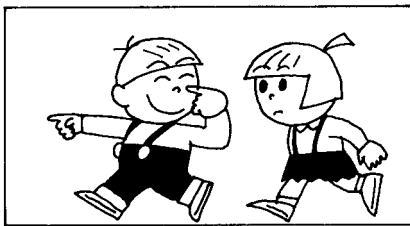
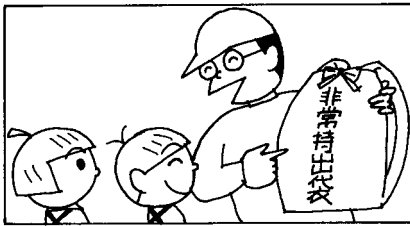
車内では何のアナウンスもなく、青森駅に着いてから震源地に近い仙台でたくさんの方が出ているという話を聞き、身がすくみました。自宅へ電話を掛け続け、午前〇時を回ったころようやくつながり、妻が出ました。娘も無事でした。

妻の話では、最初に小さな揺れがあり、しばらくたつてからドドドドとすごい音とともに縦揺れが来たので、寝ていた娘を抱きかかえ、命から外に出たそうです。揺れが収まって部屋に戻ると停電しており、明かりをと思つたけれど何も探し出せず、娘をおぶって電気屋に行ったら長蛇の列。途方に暮れていたところ、店のおかみさんらしい人が自宅の仏壇のローソクを分けてくれたそうです。まさに地獄に仏です。

一方、私は盛岡からレンタカーの相乗りで、翌

サンちゃん アイちゃん

by ずどうサイキ



二〇〇六年三月二十八日に東京都が発表したデータによれば、東京直下でM7・3クラスの地震が発生した場合、都内全域で約四十四万棟の建物が全壊、死者約五千七百人、帰宅困難者約三百九十二万人、発生直後の避難者約三百八十五万人に上るとされています。

建物の倒壊や企業の生産停止などによる経済被害は阪神・淡路大震災の経済被害約十兆円の約十一倍に当たる百十二兆円に上ると想定しており、首都に大地震が発生した場合、壊滅状態に近い被害を受けることは明らかです。

地震と関連して危険性があるのが津波です。地震で海底の地殻が隆起したり陥没したりすると、その変化が海面に伝わって津波が起きます。海に囲まれ、地震多発国である日本は世界の中でも津波の危険性が高く、特

に日本海側は活断層の角度が大きいため、大津波になりやすいといわれます。

また、同じ津波が押し寄せてきた場合でも、地形によって被害の大きさが変わり、岬や湾内は特に危険区域となります。

日本では地震が起こるとすぐに津波予報が気象庁から出されますが、震源地が近い場合は、予報よりも先に津波が押し寄せることもありますので、海岸に近い場所で大きな揺れを感じたら、すぐ避難した方がよいでしょう。近海で起こる津波に対しては「五分が勝負」と言われるように、ほんの数分の差が生死を分けることにもなるのです。

また、津波は繰り返し襲ってくるのが特徴なので、津波警報や注意報が解除されるまでは警戒をゆるめてはいけません。

日の夕方に仙台に到着。やっと家族と再会し、互いの無事を喜び合いました。

幸いわが家の被害は少なくてすみました。都市ガスはタンクが全焼し、ガス配管もずたずたに寸断されてストップしてしまい、完全復旧には約一カ月を要しました。そのため台所と風呂が使えず、本当に困りました。七輪と炭を買ってきてペランダで煮炊きをし、郊外の同僚のお宅でもらい湯をしてしのぎました。

今でも妻はちょっとした揺れでもびびっています。十勝沖地震も盛岡で経験した私は逆に慣れて、今はゆっくり揺れているから遠いところでききた地震、震度2くらいだから大丈夫などと震度計になっています（かなり当たります）。

この体験で、備えあれば憂いなし、起きてからでは遅いということを改めて実感しました。地震対策といっても起きた季節によって必要となるものは異なりますが、停電になると夜は町の明かりも消え、周りは真っ暗闇となりますから、電気以外の明かりの準備は絶対必要です（ベストは懐中電灯、予備電池も）。

それから家以外の場所で遭遇することも想定して、家族との連絡方法、徒歩でも帰れる道筋を事前に調べておく必要があると思います。

■宮城県沖地震

被災場所 宮城県

私は会社にいました。帰り支度をしているときに強い揺れを感じ、天井から蛍光灯管などが落下してきたので、机の下に逃げました。

幸い家族にけがはありませんでしたが、風呂場

● 事前に備えたいこと ●

◆ 住まいの安全チェックを！

阪神・淡路大震災の犠牲者の九割近くは家屋や家具の倒壊による圧迫死でした。

そこで、まずはわが家の耐震度チェックをしておきましょう。

■ こんな家が危ない！ 早めに対策を

- ①家が建っている場所が危険。がけ下、斜面、海沿い、埋め立て地、密集地など。
- ②下が軽く、上が重い家。屋根瓦が重い、一階が店舗や駐車場になっている、一階に広い居間などがあり壁や柱が少ない、一階より二階に重い家具がある、など。
- ③壁が弱い家。壁面に大きな窓がある、一面ガラス張り、など。
- ④家の形が不整形の家。
- ⑤築三十年以上の家。

■ こんなマンションが地震に弱い

一九八一年に建築基準法が改正されて、新しい耐震基準などが定められました。阪神・淡路大震災では八一年以前に建てられたビルやマンションに多くの被害がありました（耐震強度偽装事件で社会全体が揺れています）。それは別の問題ですからここでは触れません。

マンションの形では、家と同じように一階が店舗や駐車場になっていて、壁が少なく強度が弱くなります。また、不整形より整形のマンションの方が強いのです。できれば一度、専門家に耐震診断を受けておきたいですね。

◆ 災害保険・地震保険をチェック！

皆さん、生命保険や火災保険に加入していると思いますが、その保障内容について知っていますか。入っているんだけど……という皆さん、この機会にきちんとチェックをしましょう。

◎ 災害で死亡したら生命保険は受け取れるのか？

災害時の死亡は普通の死亡と同じ取り扱いですから、保険金は受け取れます。貯蓄保険も金額が支払われます。災害で障害を負ったり、入院したときの保障については、いろいろな特約を付加することができます。その場合、約款に地震の場合の削減規定があつて地震の規模によっては減額されたり、支払われないケースもあるので、契約時に確認しておくことが大切です。

◎ 火災保険は何を補償してくれるのか？

火災保険の種類には、住宅総合保険、住宅

のタイルと鏡が割れ、家の柱、門柱、ブロック塀が傾きました。また、食器棚が倒れ、食器も破損しました。地震後はタンス類の倒れ防止のために、L字金具や突っ張り棒を取り付けました。

断水となり、水の確保（給水車に水をもらいに行く）が一番大変でしたが、風呂の残り湯がトイレに使用できました。

このときの経験から、耐震性、地震の強い家にしたいと思いました。

事前の準備としては、停電時にオール電化だともも使えなくなるので、灯油、ガスも使えるようにしておくことをお勧めします。また、避難経路と場所の確認のためにも、防災マップを備え、避難訓練はしておくべきだと思います。

■ 伊豆半島東方沖地震

1980年6月29日

M6.7 最大震度5

全壊家屋1棟 一部損壊17棟

被災場所 静岡県

家族で伊豆半島のほぼ中央にある国民宿舎に泊まっていたときに地震に遭いました。私は部屋にいて強い揺れを感じました。父と伯父はお風呂に入っていて、お湯が飛び跳ねて感かたつてつです。テレビを見ると、川の水が泥水になり、すごい勢いで流れていました。宿の近くの堤防が決壊して川が氾濫し、道路が通行止めになったため、帰ることができなくなり、もう一泊する羽目になりました。

いつ地震が来るか分かりません。旅先では絶対に避難経路を確認しておくべきだと思います。ま

火災保険補償範囲一覧

建物	火災保険補償範囲一覧		
	一戸建て・アパート	マンション・公団等	
保険種類	住宅総合保険	住宅火災保険	団地保険
火災	○	○	○
落雷	○	○	○
風災	○	○	○
水災	○	×	×
爆発	○	○	○
飛来	○	×	○
水濡れ	○	×	○
盗難	○	×	○

*保険会社により異なる場合がある
防災を考える会「1億人の防災ハンドブック」から

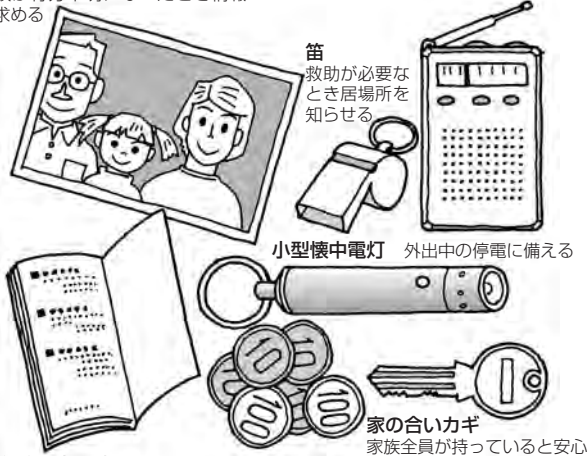
常に持ち歩きたい防災グッズ

家族の写真

家族が行方不明になったとき情報を求める

携帯ラジオ

災害に関する情報を収集する



笛
救助が必要
なとき居場所を
知らせる

小型懐中電灯 外出中の停電に備える

家の合いカギ
家族全員が持っているとき安心

コイン
公衆電話を使うときに必要

緊急連絡先一覧

家族の安否が分からないときに連絡する

火災保険、団地保険、積立生活総合保険、長期総合保険などがありますが、種類によって補償範囲が異なりますので、確認しておきましょう。(表参照)

また、火災保険は住宅と家財が対象なので、自動車など車両への災害に備えるには車両保険を契約する必要があります。

地震の場合、火災保険だけでは地震が原因で起きた火事や倒壊、津波による損害は補償されませんので、火災保険の加入時に地震保険も加入しておく必要があります。

地震保険が補償してくれる損害は、地震による倒壊・破損、火災、津波による流失・倒壊、噴火に伴う損害、地震や噴火による土砂災害、洪水災害などです。

◆事前に備えておくものをチェック!

- ◎災害に備えて準備したいもの
- ①身分証明カード(防災カード)

自分自身の基本的な情報(氏名、住所、電話番号、血液型、持病など)を記入したカードを作成し、いつも携帯しておきましょう。免許証や健康保険証のコピー、生命保険や地震保険の番号、緊急連絡先も控えておきたいですね。

- ②常に持ち歩きたい防災グッズ

小型懐中電灯、笛、家族の写真、携帯ラジオ、など。



自宅付近の被災状況

神戸市長田区の自宅で就寝中でしたので、最初は家に大型のダンブカーがバスが飛び込んできたと思いました。その後、縦・横揺れを強く感じ、食器棚から食器が落下、整理ダンス、テレビ等が倒れ出したので掛け布団を頭からかぶりました。縦揺れが少し弱くなり、歩ける状態になったので家の外へ出て悲惨な状況を目にし、初めて大地震が起きたことに気がきました。

自宅はほぼ全壊状態で、非常用持ち出し袋を持ち、近くの避難場所に行ったん避難しました。裏の家から出火し、自宅に火が近づいたのですが、断水で消火活動ができず、瞬間に火の海になり、一日中燃え続

た、緊急時の家族との連絡方法は確実に決めておいてください。私は子供がいるので、震災に遭った場合の連絡方法(携帯電話、携帯メール、待ち合わせ・避難場所)を決めています。

■阪神・淡路大震災

1995年1月17日 5時46分

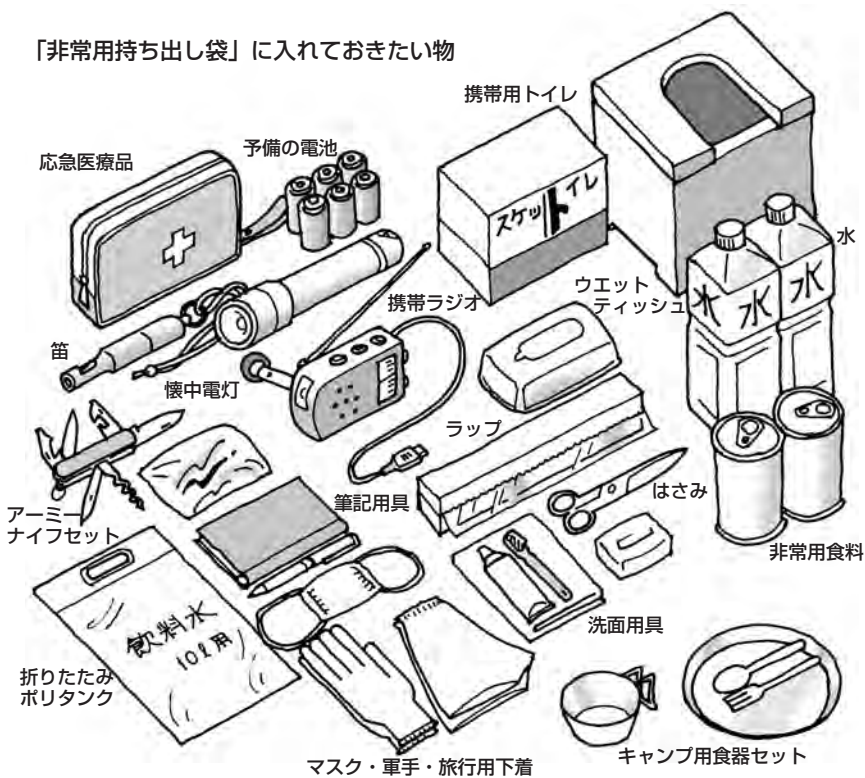
M7.3 最大震度7

死者5502人

全壊家屋約10万棟

被災場所 兵庫県

「非常用持ち出し袋」に入れておきたい物



③非常用持ち出し袋

いざというときは直ちに避難しなければなりません。そんなときのために、非常用持ち出し袋を用意しましょう。両手が自由になるのでリュックがお勧めです。

また災害地に救援物資が届くまでには数日を要します。その間自活できるように、

水や食料を二次持ち出し品として多めにストックしておけば万全です。

◎非常用持ち出し袋に入れておきたいもの

必ず入れておきたいものは身分証明書、ド、水、非常用食料、現金、応急医療品、キッチン用ラップ・紙皿・缶切り・ナイフ

☆防災カード☆	
氏名：三愛 太郎	会社名 所属：リコー三愛グループ 三愛会
自宅電話：03-xxxx-xxxx	職場直通電話：03-3541-4051
携帯電話：090-xxxx-xxxx	事業所緊急連絡先：03-xxxx-xxxx
自宅住所：東京都××区	事業所代表電話：03-xxxx-xxxx
血液型：B	上司氏名：
家族連絡先：03-xxxx-xxxx	上司自宅電話：045-xxx-xxxx
備考：家族4人	同僚自宅電話：03-xxxx-xxxx

身分証明カードの一例



火事になり、一面焼け野原に

けて全焼してしまいました。家族にけがは無く、それだけが救いでした。
自宅前の道路は地盤沈下し、停電・断水状態で、ほとんどの建物や二階建ての家が前倒しに崩れ、がれきで道路が遮断され、電柱も横倒し、付近は粉じんで壊滅の状態でした。
あちこちの倒れた家から助けを求めめる微かなうめき声が聞こえますが、上空で旋回しているヘリコプターの爆音でかき消され、私たちは無我夢中で家の下敷き状態の人を助け出そうとしましたがなかなか救助活動がはかどらず、そのうちだんだんと声が遠のいていきました。

近隣の家々は焼け、爆撃を受けた戦場のような修羅場となりました。

一番最初に困ったことは停電と断水で消火活動ができなかったことです。それから、私たちを含め着のみ着のまま避難所に来た人々は、着る物や食料の配給も行き渡らず、食料と水の確保に苦労しました。避難所となった学校は暖房設備もなく、寒さと恐怖心と空腹で眠れず、トイレも水が流れないので不衛生な状態で使用できなくなりました。女性の方は

飲まず食わずで過ごされており、命が助かっても地獄図。多くの方が体調を崩していましたが、医療機関も無く、言葉で勇気付けることしかできませんでした。近くに防火設備

フ、携帯ラジオ、懐中電灯・ろうそく、予備電池、軍手、ライター、ティッシュ、衣類、携帯電話の充電器、ヘルメット（防災ずきん）紙おむつ、など。

そのほかに、帽子・マスク、ガムテープ、水を入れる容器（折りたたみポリタンク）、預金通帳や印鑑などもあれば便利です。

それから、いざというときに必ず身に付けておきたいのが、携帯電話、底の厚い靴、予備のメガネなどです。

大災害が発生したときは、携帯電話はつながりにくくなりますが、N T T災害用伝言ダイヤル「171」や携帯電話の「災害用伝言板」が利用できますし、情報収集のツールとしても活用できます。

被災地ではさまざまなものが散乱しています。ガラスやクギなどを踏みつけてしまう危険を避けるためにも、底の厚い靴が重宝します。会社のロッカーに入れておけば、徒歩での帰宅にも役立ちます。

日ごろはコンタクトレンズを使用している人も避難時や避難生活ではメガネの方が役立ちます。使わなくなったメガネを非常用バッグに入れておくのもよいでしょう。

◆地震への備えをチェック！

①家具の転倒を防ぐ

重たい家具は、突っ張り棒、転倒防止板、

L字金具、粘着マットなどで固定し、テレビやパソコン、オーディオ機器など転倒防止用弾性ゴムで台に張り付けておく効果があります。両開きの扉がついた食器棚などに「耐震ラッチ」という留め金を取り付けると、中の物の落下を防いでくれます。

②ガラスの飛散を防ぐ

また、寝室には重たい家具を置かないようにすることも大切です。

ポリエステル製の飛散防止フィルムをガラスの表面に張り付けると、仮にガラスが割れても飛び散りません。

③家族と事前に確認しておく

家族全員が同じ場所で被災するとは限りません。最終的にどこに集合するかを決めておきましょう。また、集合場所までの道順を確認しておくことも大切です。

最近では「震災時帰宅支援マップ」もありますので、学校や職場からの道順や公衆トイレや水飲み場の位置を家族みんなで確認しておくといざというときに役立ちます。

（帰宅困難者の項、参照）

災害時には電話がつながりにくくなりますので、連絡の取り方を考えておくことも大切です。まず、災害時のみの使用可能な災害用伝言ダイヤル「171」があります。ダイヤルすると音声が流れるので、その案内に従って番号を押し、自分の名前や安否

が無かったことが一番悔やまれます。全国各地から消防車が来てくれましたが、ホースの器具が各都市で違うため、つないで海・川・池から給水することもできなかったのです。

非常用持ち出し袋に貴重品をまとめて入れていて、すぐに避難できたことは幸いでしたが、自転車と懐中電灯・携帯ラジオ・携帯電話の必要性を実感しました。緊急用のホイッスルと防じんマスクも必要ですよ。日ごろ何気なく使っているものがほとんど使用できなくなり、道路が地盤沈下で車が使えないのでバイクや自転車は重宝します。保存食料品・水はもちろん、非常時に急場をしる代用品を常に考えておくべきだと思います。

昨年四月、兵庫県は一月十七日を「防災とボランティアの日」と制定、各地で防災訓練が盛んに行われるようになりました。私たちの住んでいる所は私たちの手で守るのは当然ですが、新しい街作り時に防災公園や防災設備が多く作られ、各自治会も防災訓練を行うようになりました。

私は毎年一月十七日の午前五時四十六分に神戸の東遊園地で開かれる神戸市震災追悼行事「17希望の灯り」で黙とう後、メモリアルウォークに参加しています。

「この体験を忘れないよう・この教訓を風化させないように」神戸市中央区のH A T神戸・なぎさ公園の正午の県震災追悼行事にも参加し、阪神・淡路大震災記念・人と防災未来センターを訪れ、当時の状況を忘れないようにしています。この施設は震災当時の状況や復興の姿を見ることができ、大震災の恐さ・悲惨さを誰でも体験することができます。

阪神・淡路大震災は日本のボランティア活動に

今いる場所などを三十秒以内で録音します。「1711」（誰かが）いない」と覚えておきましょう。また、携帯電話に番号を登録しておくのもよいですね。さらに、携帯電話にも「災害用伝言板」サービスがあり、例えばNTTドコモの「iモード」の場合、災害時にはiMenuのトップに災害伝言板が表示されて、被災地の人のみ情報を登録することができます。

●地震から身を守るには●

地震を感じたら、まず身の安全確保が最優先、次に以下のことを実行しましょう。

◆家にいるとき

- ①火を消し、ガスの元栓を閉める。
- ②外に出るための出口を確保する。特にマンションは玄関しか出口がなく、鉄製の扉が開かないと閉じこめられてしまう。
- ③巨大地震は何度か余震が起こる場合が多いので、最初の揺れが収まったら、家の中の安全な場所に避難する。慌てて外に飛び出すと、看板やガラスの破片などが落ちてくる可能性があり、かえって危険。

◆家の外にいたるとき

- ①持っているバッグで頭と首筋を保護し、建

物から急いで離れる。離れられないときは、落下物を避けられる建物の影に隠れる。

- ②ブロック塀、石垣、石碑、鳥居などは崩れやすいので、近づかない。自動販売機も倒れやすい。

- ③切断された電線に触れると感電死することがあるので、ぶら下がった電線には近づかない。

◆乗り物に乗っているとき

①自動車

速度を落とし、道路の左端に寄せて停車する。カーラジオで情報を集めたら、窓を閉めて、連絡先を残す。キーを付けたまま避難。貴重品と車検証は持って出る。

②電車

状況も分からないまま、外に飛び出すのは危険。原則として車掌や運転士の指示に従う。地下鉄は地上の電車よりはるかに安全といえるので、それほど不安になることはない。恐いのは、人々が階段に殺到してパニックになること。構内アナウンスをよく聞いて、冷静に対処したい。

◆外出先にいるとき

①オフィスビル

高層ビルは免震・耐震構造になっているものが多いので、揺れは激しいが倒壊はし

大きな変革をもたらしました。二月月で全国各地から若者を中心に百万人を超えるボランティアの方が救助に、支援に手弁当で駆けつけてくれました。大惨事は決して忘れることはできませんが、全国各地から応援してくださった皆様のおかげで、あちこちで新しい息吹が生まれ、新しい神戸の姿が各地で見られるようになってきました。

あの阪神・淡路大震災を経験し、被害が一番大きかった神戸だからこそ、この教訓が生かせると思っています。皆さんも人と防災未来センターを訪れて仮想体験し、今後の教訓にしてくださいと思います。

私も「自分にこんな災難がくる」とは夢にも思っていないませんでした。「災いは忘れたらこらやってくる」と言われます。皆さんにもいつ災害が起きるかもしれません。やはり「備えあれば憂いなし」ですね。思い出の写真、着る物、自宅など多くの貴重な財産は失いましたが、母親が何度も経験している常日ごろから準備をしていましたので、けがもなく、やり直すことができました。いつ災難が起きても対処できるように準備と防災意識を持ち続けていることが大事だと、阪神・淡路大震災を体験して痛感しています。



各地に震災モニュメントが作られている

「これは」これはいつかあったこと。これはいつかあること。だからよく記憶すること。だから繰り返し記憶すること。このさき わたしたちが生きのびるために。

地震の強さと被害の程度

震度	人間と屋内・屋外の主な状況
0	人は揺れを感じない。
1	屋内にいる人の一部がわずかな揺れを感じる。
2	屋内にいる人の多くが揺れを感じる。眠っている人の一部が目覚ます。電灯などのつり下げ物がわずかに揺れる。
3	屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。棚にある食器類が音を立てることがある。電線が少し揺れる。
4	眠っている人のほとんどが目覚ます。座りの悪い置物が倒れることがある。電線が大きく揺れる。
5弱	多くの人が身の安全を図ろうとする。窓ガラスが割れて落ちることがある。補強されていないブロック塀が崩れることがある。
5強	多くの人が行動に支障を感じる。タンスなど重い家具が倒れることがある。据え付けが不十分な自動販売機が倒れることがある。
6弱	立っていることが困難になる。かなりの建物の壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。家庭などにガスを供給するための導管、主要な水道管に被害が発生する。
6強	はわないと動くことができない。戸が外れて飛ぶことがある。補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。
7弱	自分の意志で行動できない。ほとんどの家具が大きく移動し、飛ぶ物もある。耐震性の高い建物でも損壊する可能性がある。

気象庁「気象庁震度階級関連解説表」から抜粋

地震の心得10か条

第1条	わが身と家族の身の安全！
第2条	グラッときたら火の始末！
第3条	あわてて外に飛び出さな！
第4条	戸を開けて出口の確保！
第5条	戸外では頭を保護し危険なものから身を避けよ！
第6条	百貨店・劇場などでは係員の指示に従って行動を！
第7条	自動車は左に寄せて停車規制区域では運転禁止！
第8条	山崩れ・がけ崩れ・津波に注意！
第9条	避難は徒歩で持ち物は最小限に！
第10条	デマで動くな、正しい情報で行動！

東京都総務局総合防災部「地震の心得10か条」から抜粋

② デパート・スーパーマーケット
地震の揺れよりも、パニックになった人々が階段や出口に殺到することの方が危険。落ちてくる商品だけがをしないよう、商品棚からできるだけ離れて、広い場所に移動し、揺れが収まったら、係員の指示に従って避難する。エスカレーターは急停

しない。窓から身を投げ出されたり、割れた窓ガラスの破片を受けないよう、なるべく部屋の中央に移動して机の下などに身を隠す。揺れが収まったら、階段で避難する。

止すると将棋倒しになるおそれがあるので使わない。
③ エレベーターの中
すべての階のボタンを押し、止まった階で降りるのが鉄則。万一閉じこめられたら、非常ボタン（停電でも使用可能）を押し続けて連絡を取り、救助を待つ。なお、地震時の避難にはエレベーターは絶対使わない。

④ 地下街
地下は地上より揺れが少なく、スプリングラーや防火シャッターなどの防災設備も

台風が来た
そのとき、私は……

■台風19号

1990年9月

最低気圧 890 hPa （ヘクトパスカル） 最大風速 60 m

死者42人 全壊家屋240棟

床上浸水 8333棟

被災場所 兵庫県

学校からの帰り、道路の冠水などで自宅まであと一〇キロの所で立ち往生し、帰ることができずに近くの親戚の家に泊めてもらいました。

自宅は床上七〇センチの浸水に遭いました。ドアや窓ガラスが割れて濁流が入り、床下からも吹き上がって、畳が浮き、一階の家財道具のほとんどが水に浸かりました。ほかに車二台とトラックなど農作業器具が水没。また、多くの家で刈り取りが終わった新米が水に浸かり、わが家は早急に干して何とか助かりましたが、食べられなかった家もありました。

車、とりわけ軽トラックが水没でだめになったため、「ゴミなどの運搬や買い出しはもろろん、あらゆる面で不便が生じました。

そんな中で、「手伝いに行くぞー」と言ってくれた友人たちの言葉ほど感動したものはありません。泥まみれの畳やタンス運び出したり、服を洗濯してくれたり、応援者が多いほど作業はかどりますし、気持ちも案になります。

いざ何かが起こったときに頼りになるのは、市役所でも警察でも救急隊員でもなく、隣人や地域の住民、親戚、友人、知人たちです。ですから、

帰宅困難者とは……

もしも通勤、通学、買い物中に大地震に見舞われて、交通機関がマヒしてしまった場合、自宅まで徒歩で帰ることが難しい、つまり帰宅が困難な人たちのことで、目安としては自宅と職場や学校が20km以上離れている人のことをいいます。

2006年2月、東京都が発表した被害想定によると、首都直下型地震が起きた場合、帰宅困難者は392万人に上るとのことです。

そうなった場合、どうしたらよいか常日ごろから考えておきましょう。首都圏では「震災時帰宅支援マップ」も作られていますので、それを手にして、事前にサバイバルウォークを体験しておくことをお勧めします。

東京都が推奨する “帰宅困難者心得10カ条”

- ①あわてず騒がず、状況確認
- ②携帯ラジオをポケットに
- ③つくっておこう帰宅地図
- ④ロッカー開けたらスニーカー
(防災グッズ)
- ⑤机の中にチョコやキャラメル
(簡易食料)
- ⑥事前に家族で話し合い
(連絡手段、集合場所)
- ⑦安否確認、ボイスメール (NTT災害
伝言ダイヤル) や遠くの親戚
- ⑧歩いて帰る訓練を
- ⑨季節に応じた冷暖準備
(携帯カイロやタオルなど)
- ⑩声を掛け合い、助け合おう

(「東京都災害情報」から)



整っている。停電になってもすぐに非常灯がつき、緊急放送も行われるので、地上よりもむしろ安全な場所。一番恐いのは「閉じこめられる」という恐怖心から人々がパニックになること。冷静に行動し、パニックに巻き込まれないように。

◆海岸近くにいるとき

恐いのは津波です。津波は猛スピードで襲いかかってきますから、被害が予想される地域では、強い揺れを感じたら津波警報や津波

注意報が出ていなくても、早めに高台へ避難しましょう。北海道・奥尻島の津波(一九九三年)のとき、高台に向かう道路が渋滞し、車が波にのまれてしまいました。できるだけ身軽にして、徒歩で高台に向かいましょう。もし、津波に急襲されて時間的に間に合わないような場合は、高くて丈夫な建物の上の階に向かって逃げます。なお、津波は第一波より第二波以降の方が大きいこともあるので、警報や注意報が解除されるまでは、絶対に海岸に近づいてはいけません。

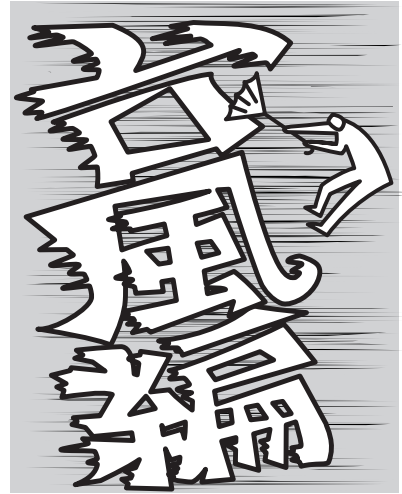


2004年10月20日 台風23号(知人が撮影)
兵庫県円山川堤防決壊により豊岡市の半数の民家が浸水。
この台風で友人の父親が水死した

皆さんも常日ごろのつき合いは大切にされた方がよいと思います。

この時の経験から、台風が来るからと荷物を二階に上げるよりは、少しでも危ないと思ったら、当面の貴重品を持って車で近くの安全な場所へ避難した方がよいと学びました。二〇〇四年の台風23号の時は町からの避難勧告が早々と出て、皆、すぐに避難しました。その際、明かりがついている家があったら「避難勧告が出たぞー」と声を掛け、車が置いてあったら移動するように伝えたり、各々が気配りしながら避難所に移動しました。

近年、予想だにしない自然災害が起きており、何事も安心できませんが、事前にできる対策をしておきたいものです。特に、携帯電話は安否確認や業務連絡などで頻繁に使います。バッテリーが切れたらおしまいですので、充電器は防災グッズに入れておきたいものの一つです。



台風は赤道付近の海水温が27〜28度以上ある熱帯の海域で発生します。海面から発生する高温の水蒸気が上昇して積乱雲（入道雲）をつくり、その積乱雲が集まって大きな渦を形成し、「熱帯低気圧」と呼ばれるものに成長。さらに中心付近の最大風速が毎秒17・2メートルを超えると「台風」になります。

発生した台風は、地球の自転の影響で北へ進んでいき、日本上空では偏西風に乗って南西から北東へ進路を取ることが多いのですが、高気圧があればその縁沿いを進むこととなります。

日本付近の冷たい海上に移動すると、エネルギー源となる温かい空気の上昇がなくなるため、次第に勢力が弱まり、「温帯低気圧」と呼ばれるものになり、やがて消滅します。ただし、温帯低気圧となっても、わずかな風速の差で呼び名が変わっただけです。す

台風の大きさと強さ

階級	風速毎秒 15m 以上の半径
大型	500km～800km 未満
超大型	800km 以上

階級	最大風速（毎秒）
強い	33m～44m 未満
非常に強い	44m～54m 未満
猛烈な	54m 以上

気象庁「気象等の知識」から



風の強さと被害状況

平均風速（毎秒）	被害状況
10～15m 未満	風に向かって歩きにくい。傘がさせない。樹木全体が揺れる。電線が鳴る。取り付けの悪い看板やトタン板が飛ぶ。
15～20m 未満	風に向かって歩けない。転倒する人も出てくる。小枝が折れる。高速道路では通常で運転するのが困難になる。
20～25m 未満	しっかりと体を確保しないと転倒する。車の運転は危険。飛散物で窓ガラスが割れる。
25～30m 未満	立っていられない。樹木が根こそぎ倒れ始める。ブロック塀が壊れ、取り付けの不完全な外装材が飛ぶ。
30m 以上	特急列車並みの風。屋根が飛ばされ、木造住宅の全壊が始まる。電柱が倒れる。小石が飛ぶ。

気象庁「気象等の知識」から

■台風26号（ポンソナ）

2002年12月

死者1人 全壊家屋1700棟

グアム島を直撃し、全島に過去最大級の被害。空港閉鎖により観光客64人が足止め。

被災場所 グアム島

前職場の仕事で何人かの所員とグアムに行ったときのことです。出発前に大型で非常に強い台風が上陸する可能性があることは知っていました。現地のタクシーの運転手の話では、風速100メートルで百年に一度の大型台風といっていました。実際に警戒度最大（1）の台風で、過ぎ去った明け方はいくつもの部屋が水浸しになり、二つのホテルをつなぐガラス部分は粉々に壊れていました。室内プールの屋根が壊れていて、テーブルや椅子がプールに浸かっていました。

辛い私たちにけがはなく、分担して町に食料と水の買い出しに出掛けましたが、信号機がへし折れ、電線が電柱からぶら下がって危険な状態でした。停電のためコンビニではカードが使えず、電話も通じず、キャッシュだけが頼りでした。

ホテルは水も電気もストップで、一番困ったのは夜の明かりです。私は小さな懐中電灯を持ち歩いていたので、普段は異性にもてない寂しい人なのに、結構もてました。もちろん同性にも。当然風呂なしですが、トイレには風呂おけに汲んでおいた水が役立ちました（トイレの臭い消しには緑茶のティーバッグを）。何といっても役立つのは携帯電話で、日本の優れた技術を再確認しました。

今回は仕事だったので多少の危険を承知で出かけたのですが、できれば予想できる危険には近づかないことがベストでしょう。また、遭遇して

ぐに安心するのは危険です。

地震に比べれば、台風は進路予測がつかぬので対処しやすいですが、予想以上の豪雨になることもあれば、迷走台風で、突然進路を変えることもあり得ます。やはり備えることが大事なこととは言ってもありません。

● 台風への備え ●

台風による被害は風と雨によるものです。強風雨のために外出できなくなつてから途方に暮れることのないよう備えをしっかりとおきましょう。地震対策の項で紹介した非常用持ち出し袋は台風時にも役立ちます。

① 屋根や外壁のひび割れ、外れそうな屋根瓦やトタンなどを修繕しておく。

② 雨戸を補強する、また、雨戸のない窓ガラスは外側からベニヤ板等で補強し、ガラス飛散フィルムを張っておく。

③ 自転車や鉢植えなど飛ばされる危険のあるものを屋内に入れ、しまえないものはロープなどで固定しておく。

④ 断水や停電に備えて、非常用バッグ、特にろうそく、懐中電灯、水を用意する。

⑤ 溝や雨どいの泥やゴミを取り除き、排水をよくしておく。

⑥ 浸水の恐れのある場合は、濡れて困るものを二階や高い場所に移動させる。

● 台風から身を守るには ●

台風のとときは「通り過ぎるのを家の中でじっと待つ」「避難勧告が出たら直ちに避難する」が原則ですが、外にいる場合は、周囲や頭上の危険物に注意してなるべく早く安全な建物の中に避難します。特に、川や海の近くは鉄砲水の危険性があります。

避難警告が出された場合は、火の始末をしガスの元栓を閉め、戸締まりをして徒歩で避難します。車は途中で立ち往生してしまう危険性があります。冠水したところを歩く際は、地面が見えなくなるため、溝に落ち込んだり、石やマンホールなどにつまずかないように注意。つえや棒を使って探りながら歩く危険性が少ないですし、体の支えにもなります。

豪雨が予想されるときはなるべく地下に近寄らないようにします。都市ではコンクリートやアスファルトに覆われているので、雨は下水道に流れ込みますが、一時間に五〇ミリ以上の雨が降ると処理しきれなくなり、道路が冠水してしまうことがあります。これを都市型水害と呼んでいます。行き場を失った水は地下への出入口から一気に流れ込み、浸水した地下では電気も消え、わずか水深数センチでも水圧でドアが開かなくなります。一九九九年、福岡市の豪雨で浸水したビルの地下から逃げ遅れた女性が犠牲になりました。

しまつたら、いかに早く、少しの行動で最大限の効果を得るかを落ち着いて考え、大胆に行動することも大切だと思います。いざというとき、最も役に立つのは体力、精神力だということが分かつたような気がします。

■ 台風16号

2004年8月

最低気圧 910 hpa 最大風速 55 m

死者 14人 全壊家屋 30棟

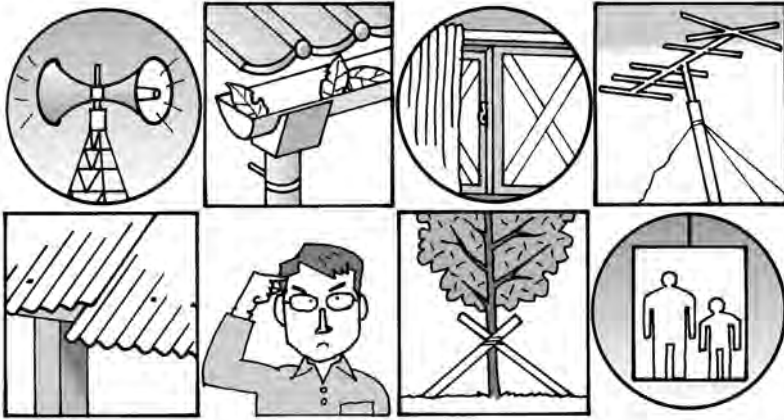
床上浸水 16840棟

被災場所 香川県

雨風も収まりホツとしていると、外が騒がしくなり、見ると高潮で道路がひざ下まで冠水し、マンホールが噴水状態になっていました。続いて18号のときも、同じく高潮が原因で、16号ほどではなかったですが浸水しました。

川の氾濫で一階がすっぽり水に浸かった建物がたくさんありました。幸いわが家は床上寸前で水が止まりましたが、道路縁にあるため、車が通るたびに水が家の中に入ってきて困りました。面白がつてわざと走り回る車にはかなり迷惑しました。

高潮による水害だったので、植木用の土をビニール袋に詰めて作ったにわか土のうがとても役に立ちました。今は事前に土のうを準備するようにしています。避難に関しては、何の連絡もなかったため、水が引くのをただ待っている状態でしたが、その後、町内で実践的な防災訓練やいろいろな取り組みが行われるようになり、不安が解消されました。避難勧告の発令がどこにいても分かるよう



台風に対する14の心得

- ① 警報、避難命令などの情報収集の方法を再確認しておく。無線スピーカーの音声が風雨の音で聞こえない場合があるので、市町村に確認しておく。
- ② 外出は控える。
- ③ 早めに家の周りを見回り、飛ばされそうなもの、アンテナ、看板、塀などの倒れるものは固定する。
- ④ 雨戸を閉める。雨戸がついていない窓はガムテープを張って、カーテンを引く。
- ⑤ 屋根の瓦やトタンは補強する。
- ⑥ 庭木などは支えをして、補強する。
- ⑦ 大雨に備え、排水溝やといの掃除をしておく。
- ⑧ 低地の家は、土のうなどを用意する。
- ⑨ 川沿いの家は、土手や堤に危険個所がないか注意しておく。川の水かさの増加に注意する。
- ⑩ 浸水の恐れのある家は、家財道具を高い場所に移しておく。
- ⑪ 建物の地下階にいる場合は、エレベーター内に急に浸水する危険があるので、エレベーターの使用は避ける。
- ⑫ 配電盤や分電盤などの電気設備は浸水すると停電や感電するので、防水措置をしておく。
- ⑬ 浸水したら避難経路が限定されるので、複数の避難経路を確認しておく。
- ⑭ 地下階にいる場合、浸水するとドアが水圧で開かなくなるので注意する。

防災を考える会「1億人の防災ハンドブック」から

がけ崩れ、地滑り、土石流などの土砂災害には必ず下記のような前触れがありますので、日ごろから家の周りを観察しておいて、いつもと違う兆候を見つけたら一刻も早く避難しましょう。また、土砂災害の危険性は大雨が止んでも数時間は続くので、性急な判断は危険です。

- 石積みの間から水が噴き出す
- 斜面や地面に亀裂ができる
- 山鳴りがする
- 草木の根が切れるような異様な音がする
- 井戸水がにごったり増水したりする
- 川や側溝に流木が混じる
- 川の水が急ににごったり増水したりする
- 雨が続けているのに川や側溝の水が減る

〔参考資料・出典〕
 「1億人の防災ハンドブック」防災を考える会（ビジネス教育出版社）
 「備えて安心！わが家の防災読本」（木馬書館）
 「危険から身を守る災害・状況別防災絵事典」（PHP研究所）
 「震災時帰宅支援マップ・首都圏版」（昭文社）

に、携帯にメールが来るように設定してあります。今まで香川県は台風が来ても大きな被害はほとんどなかったのですが、テレビのニュース等で各地の被害を見るたびに、大変やな〜と思いつつ、自分（だけ）は大丈夫と油断していたために、いざ自分の身に降りかかった時に何もできませんでした。皆さんもいざというときに頭の中が真っ白にならないよう、普段から防災グッズ等の準備も心の準備もしておきましょう。

■台風14号

2005年9月

最低気圧 925 hpa 最大風速 50 m

死者 21人 全壊家屋 108棟

床上浸水 8074棟

被災場所 宮崎県

スピードが遅く、風よりも雨量の多い台風で、家の近くの川が氾濫して水がどんどん上がってきたので、家の二階へ避難しました。結局、床上浸水し、トンスや電化製品が水浸しになり、ほとんど捨てました。

停電が約二日間続いたため、信号が止まって交通渋滞となり、夜は暗くて何もできませんでした。電池はとも役立ちましたので、いつも予備を備えておくとうよいと思います。

家の被害状況をデジカメで撮っていたので、保険申請に使おうとしたら、修整できるので無効と言われ、とても不快な気持ちになりました。

わが家は大丈夫という考えは持たないことを学びました。この後、防災グッズ、特にペットボトルの水を常備するようになっています。