

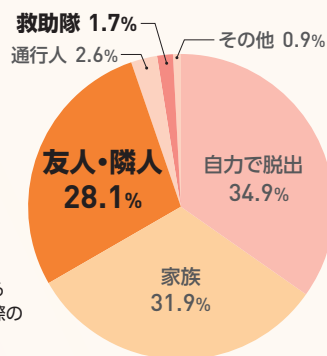


私は、近所の、1つ上の植野君に
たすけてもらいました
もし、その人がこなければ
タンスの下じきになって
そのままだったのです

いざという時、
近くに頼れる人はいますか？

上記は、阪神・淡路大震災の1年後
に小学生が作文に書いた、実体験の
一節です。

大規模災害時には、道路の破損や
広範囲にわたる救助活動により、救
助隊の到着が遅れる可能性があります。
阪神・淡路大震災では、生き埋め
になった人のうち、救助隊による救
助は約2%、近所の人や友人による
救助は約30%でした。



阪神・淡路大震災における
生き埋めや閉じ込められた際の
救助主体
内閣府 平成30年版防災白書を改編

「備えていたつもり」でも、建物の
倒壊、火災などにより、自力ではどう
にもできない状況になることがあり
ます。そのような時、支えになるのは
近くにいる人です。

防災イベントで 顔の見える関係を

実体験の一節のように、自宅でタ
ンスの下敷きになってしまったら、
誰にも気付いてもらえないかも――。
普段から近所の人とあいさつを交わ
すなど「顔の見える関係」を築き、高
齢者や幼児がいるなどお互いの状況
を知っておくことが、災害時の助け
合いにつながります。

市内では、多世代が顔を合わせる
きっかけとなるような防災イベント
がまわづくり協議会や自治会で実施
されています。次のページではその
一例を紹介します。

東日本大震災・平成28年熊本地震時の

ご近所さんとの 助け合いエピソード

世間話や情報交換で
不安が和らぎました



避難所に
知っている人がいて
安心感がありました



子ども同士で
遊べる場をつくって
親が交代で見守りました



一時的にペットを
預かってくれたり、
餌を分けてくれました





地域の防災イベントをご紹介します



夜の学校で子どももワクワク! 夜間避難所開設訓練



売布小学校区まちづくり協議会
岡田さん、三戸さん、齋藤さん

主催者の声

夜の学校なら子どもたちが面白がって来てくれるかなと思い、日没後、小学校の体育館に集合して、「簡易ベッドvs段ボールベッド」と題したベッドの比較や、非常食の牛丼作りなどを行う訓練を企画しました。ほかにも、突然の停電で懐中電灯を頼りに行動する体験など、工夫を凝らした訓練を実施。夜間避難時の小学校までの危険箇所の確認や、避難所開設の知識も学んでもらいました。

当日は、親子連れや初参加の人も含め約120人が来てくれました。楽しく訓練をしたことで、発災時の避難所運営を「自分ごと」として捉えてもらえていたらうれしいです。

訓練に参加した
中林さん親子

在宅避難でも、
避難所に行けば支援物資を
受け取れることを、訓練で
初めて知りました

段ボールベッドの
組み立てが
難しかった!



体験して学ぶ! みんなの防災訓練

主催：宝塚第一小学校区
まちづくり協議会

煙が立ち込めるテント内を歩く「煙道訓練」や、頭を抱えて低い姿勢を取る「シェイクアウト訓練」などさまざまな体験型訓練のほか、スマートフォンを活用した安否確認や避難経路の確認といったデジタルの要素も交えた訓練が行われ、約175人が参加しました。



シェイクアウト訓練

イベントに参加してみよう

宝塚ぼうさい劇場

テーマは「アート×防災」。コンサート中の発災を想定した避難訓練や消防体験のほか、人形劇などの芸術を楽しみながら防災を学ぼう。



日 9月28日(日)

10時半～15時半

場 文化創造館、花のみち・
さくら橋公園など

問 同館(☎87・1136

FAX87・1191、月曜休館)



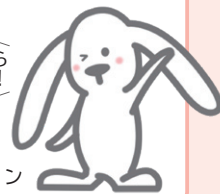
あなたの地域でも 開催中!

地域ごとに、さまざまな防災イベントが開催されています。「宝塚市みんなのまちづくり協議会ポータルサイト」では、各イベントの最新情報を随時更新しています。

二次元コードから
チェック!



まちキョン





自宅でできるもしもの備え

／こんな時、あなたならどうする？／

正解のない「もしも」を考えてみよう

とっさの判断が求められる場面で、どう動くかを考えたことはありますか。
正解はないので、自分の暮らしに合わせて想像をしてみましょう。家族で話し合うのもおすすめです。

夜に地震で電気が消えた。 まず何をする？

- 💡 照明、冷蔵庫、エアコン、テレビ…。
- 💡 自宅でどんなことに電気を使っているでしょうか



職場で地震。子どもが家にいる。 帰る？職場に残る？

- 💡 電車が止まっているかもしれない
- 💡 小規模と大規模の地震でそれぞれ考えてみましょう



地震で家具が倒れてくるかも。 固定する？別の部屋に移動させる？

- 💡 あなたの部屋にはどんな家具がありますか
- 💡 阪神・淡路大震災時のけがの7割以上が、家具類の転倒・落下などによるものでした



避難することになった。 ペットも連れて行く？

- 💡 慣れない環境でペットが体調を崩すかもしれません
- 💡 避難が長期に渡る場合があります



ストックを見直そう

災害時、支援が届くまでに時間がかかることも。以下のリストは大人1人、1週間分の例です。家族構成に応じて、今の備えをチェックしてみましょう。

日用品

- ☐ 簡易トイレ 35回分(5回/日)
- ☐ トイレットペーパー
- ☐ 常備薬
- ☐ カセットコンロ・ボンベ 6本
- ☐ LEDライト・ランタン
- ☐ モバイルバッテリー 1個以上



水・食料

- ☐ 水 21リットル(3リットル/日)
- ☐ パックごはん・パンなど
- ☐ 缶詰
- ☐ レトルト食品
- ☐ お菓子



全部そろえるのは大変だと思ったら…
普段使っているものを少し多めにストックしておこう。冷蔵庫や冷凍庫の中の食材も、いざという時に食べられるよ

