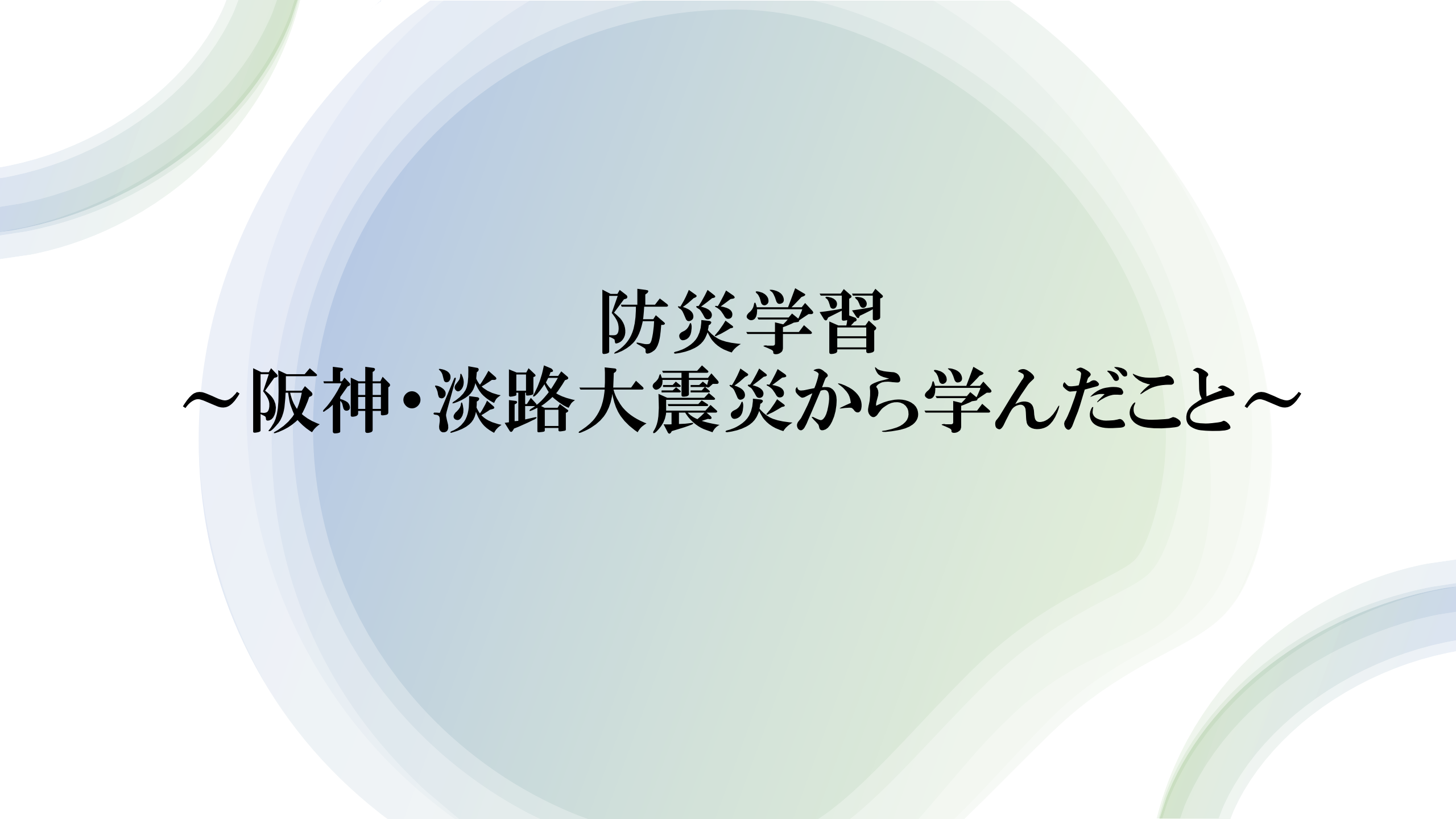




防災学習

～阪神・淡路大震災から学んだこと～



阪神・淡路大震災 被害の大きさ



- 阪神淡路大震災、淡路島北部を震源とする **マグニチュード7.3**, **最大震度7**の大地震、近代都市を襲った揺れでした。
- 揺れは遠く離れた九州や関東にも伝わるほどでした。
- 当時の震度7は震度計ではなく現地調査で決定され、被害が集中したエリアは「**震災の帯**」とも言われました。
- 建物倒壊や大規模火災などで死者は **6434人**にのぼった。
- 住宅被害は **63万9686棟**に達し、このうち **10万4906棟**が 全壊。火災によって被害を受けた建物も **7574棟**におよびました。
- ☐ 当時は1981年よりも前の「古い耐震基準」で建てられた木造住宅が多く残っていたため、ほぼ建物倒壊の被害だった。
- このことから、大地震が短い時間で近代都市を破壊していったことが当時の状況から考えられます。

不便や困ったこと



- 着の身着のまま避難してきた人々は、厳しい寒さに襲われた。しかし、被災した自宅から毛布や衣類、暖房器具などが持ち込まれたが、電気容量の問題や火災の危険性もあることから**使用できない**器具もあった。
- 被災当時、1つの避難所には**1,500～2,000人**の人たちが避難していて、トイレを立地することができなかった。地震で断水しているため、水洗トイレはものすごい状況。
☐ 全国から仮設トイレを持ってきてもらい、バキュームカーをフェリーで全国から運んでもらった。
- 避難初期には、高齢者が「夜中トイレに行きやすい」などという理由で、**廊下や階段の踊り場で生活**せざる得ない場合もあった。
- その他にも、高齢者は、寒さによって**肺炎**を起こしたり（避難所肺炎）、食生活の悪化から**衰弱**や**脱水症状**にもなった。



非常用持ち出し袋「必需品」



1, 飲料水

避難所でも水分補給ができるように、**1ℓ以上**の飲料水を入れておくと安心。
衛生面や飲みやすさを考えると、**500ml**のペットボトルがおすすめ。

2, 食べ物

避難所の食事は、おにぎりやパンなど炭水化物に偏りがちになります。**レトルト食品**や**缶詰**など、**タンパク質**や**ビタミン**が取れるものがあるとよい。

3, 携帯トイレ

携帯トイレは**必須**アイテム、数日間分あると安心。



4, 衛生用品・救急用品

衛生的な環境を保つために、**アルコール消毒液**、**ウェットティッシュ**、**マスク**などは大事。けがをした時のために、**ばんそうこう**や**包帯**もあると安心。 Next

5, 歯磨きセット

避難所で歯磨きができないと感染症のリスクが高まる。
断水で水が使えない「**歯磨きシート**」があると便利。

6, ランタン・ヘッドライト

両手が空く+床に置ける **ランタン**や**ヘッドライト**がよい。

7, カイロやレインコートなど季節グッズ

季節に応じて中身を入れ替えることも大切。

冬：カイロ(防寒具) 夏：タオル など…

雨に備えて **レインコート** を入れておくと安心。



8, 貴重品

公衆電話を使用するための**小銭を中心とした現金**、**身分証明書**や**健康保険証のコピー**、**印鑑（認印）**は必ず入れておく。

小さなお子さんがある家庭では、母子手帳のコピーも忘れないようにする。

屋内で地震があったときに取るべき行動

■家の中にいるとき

「→危険ポイント！！」

行うべき行動は5つ！！

一、テーブルの下に移動

二、脱出口を確保する

三、火の始末をする

 逃げる前に必ず火を止め、

四、まずは自分の身を守る！！

五、火事などの二次災害を防ぎ逃げる

 頭上から物が落ちて当たる

 家屋に歪みが発生した場合など玄関が開かない

 二次被害として火災が起こる

ガスの元栓まで帰って逃げる



■スーパー・デパートにいるとき

行うべき行動は3つ！！

一、商品の少ない場所、柱付近に避難

難

二、ガラス製品や割れ物の棚から離れる

三、買い物かごやかばんで頭を守る

四、避難するときエレベーター使わない

 商品が少ない、物が落ちてこない場所に避

 怪我の危険性を高める

 頭上から物が落ちてきて当たる

 二次災害にあう危険性あり



屋外で地震があったときに取るべき行動

■市街地にいるとき「㊦→ポイント」

行うべき行動は2つ！！

一、高いビルや建物から離れる

二、落下物や窓の破片から頭を守る

⚠️ 高いビルや建物は震度によって倒壊する恐れ

⚠️ 割れたガラスの破片や屋根、看板などが落ちてくる

㊦ 身を隠せるような場所で頭を守る



■地下鉄に乗っているとき

行うべき行動は3つ！！

一、アナウンスに従って避難

二、席の場合は低い姿勢をとって頭を守る

三、立っている場合は手すりなどにつかまって転倒防止

㊦ パニックになると逆に危険なので慌てて行動しない

㊦ 停電になったとしても非常灯が1時間程度で電気

が再開するので慌てずに行動

揺れがおさまったときの行動

行うべき行動2つ！！

一、身の安全を確保 ㊦ 靴などを履いて逃げる準備

二、行政機関の情報に注意し正しい情報の把握

三、避難！！

㊦ 地震直後の携帯電話の使用は控える

避難



最後に…

地震や台風など、近年自然災害による被害が増えています。いつ、どこで発生するかわからない自然災害から身を守るには、災害を知り、普段から備えておくことが大切だと思った。そうすることによって、いざという時に自分やまわりの人のことも、守ることができると思ったからです。本当にこれから、南海トラフの巨大地震の発生が懸念されている中で、「多分大丈夫だろう」というのではなく、「これは起こり得るんだ」「そういう災害に遭う可能性が高いんだ」ということをあらためて認識した上で、生活していくべきだと考えました。そんな中だからこそ私たちにできることは、自然災害によってどれほど大きな被害へとつながるのか、どんなに恐ろしいものなのかを、あらかじめ知っておくべきだと思った。被害が起きてから行動しても意味がない、自然災害はいつ起こるのかなんて予想できないからこそ防災リュックであったり避難場所、避難経路を把握しておくことが、事前に備えるということだと、この防災学習を通して感じ方が変わりました。