

防火・防災への備え

私たちにもできる

— 助け合いの大切さ —



一般財団法人 **日本防火・危機管理促進協会**

この刊行物は、**宝くじ**の社会貢献広報事業として助成を受け、作成されたものです。



はじめに

平成23(2011)年3月の東日本大震災^{だいしんさい}では、多くの人々が家を失い、けがをし、また肉親や知人^なを亡くしました。このように大きな災害では、消防や警察なども、同時にすべての被災現場^{ひさい}に出動することはできません。また、道路^{くず}ががけ崩れなどで遮断^{しゃだん}されることもありますので、多くの場合に被災地の外からの応援の到着には時間がかかります。

被災現場における救出や消火、そして災害弱者の救護活動は、早く始めるほど、そして、多くの人^{ひがい}が参加するほど、被害^{おさ}を小さく抑えられます。この意味で、地域での助け合いはとても大切です。被災地では、けがをした人、お年寄り、そして小さな子どもたちが困っています。そのような状況^{じょうきょう}において、救護救援活動^{きゅうえん}の中心戦力として期待されるのが若い人たちです。その期待に答えるためには、まず災害から自分の身を守ることが必要です。また、救護救援の技術をもっているほうがよいでしょう。

この冊子には、防火・防災対策、そして災害時の救護救援の方法^{しょうかい}などが紹介されています。若い人たちの支援・ボランティア活動は、多くの人々に勇気と希望^{あた}を与えるに違いありません。

目次

PART I | 災害について知る

- ① なぜ防火・防災知識は必要なのか 3
- ② さまざまな災害 4

PART II | 火災について知る

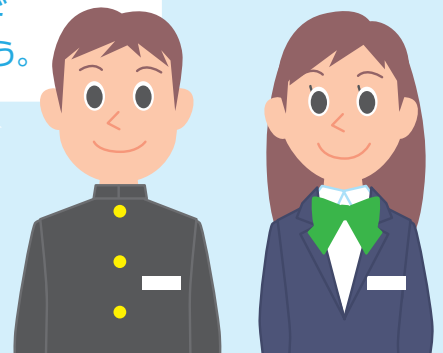
- ① 火災の現状 5
- ② 家が火事になったら 6
- ③ 家庭の火災予防 9
- ④ 消防の仕事 12

PART III | 地震について知る

- ① 地震 14
- ② 地震が発生したら 15
- ③ 地震に備えよう 16
- ④ 津波^{つなみ} 17

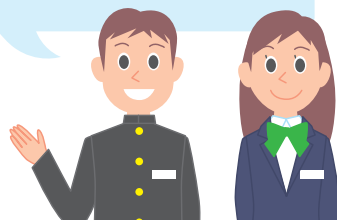
- 助け合いの大切さ 18

高齢化が進んだ日本では、
私たちが防火・防災の担い
手として頼りにされていま
す。しっかり学んで
期待に応えましょう。



① なぜ防火・防災知識は必要なのか

美しい自然を守り、災害に強い日本にしていきたいと思います。



防火・防災知識はなぜ必要なのでしょう。考えてみましょう。

災害の多い日本

日本は海に囲まれた島国で、山が多く、四季の変化に富んでいます。この自然は、美しい景色と、豊富な海の幸・山の幸、そして温泉など多くの恵み^{めぐみ}を私たちにもたらしてくれますが、反面、地震や噴火^{ふんか}、風水害などの自然災害もまたもたらします。

一方、私たちの生活に火は欠かせませんが、火事の原因ともなります。国土の約70%が山地の日本では、狭い所に木造住宅が密集している地域がたくさんあります。かつての江戸^{えど}では300年近くの間10回以上の大火が起こり、とても多くの人々が亡くなりました。また、関東大震災をはじめとする過去の大地震でも、地震により発生した火災で多くの人々が亡くなっています。

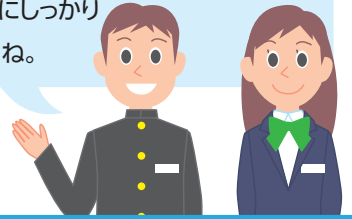
地震などの自然災害、そして火事などによる人為被害^{じんい}を防げれば、私たちは心置きなく自然の恩恵^{おんけい きょうじゆ}を享受し、豊かな生活を送ることができるでしょう。



2 さまざまな災害

災害にはさまざまな種類があります。災害の種類に応じた身の守り方や備え方を学ぶことが大切です。まず身のまわりで起こる、主な災害を見てみましょう。

「日本は地震大国」とよく聞くけど、地震以外にも災害が多いんだね。みんなを守るためにしっかり備えたいね。



■ 人為的な災害

【 火 災 】

日本では年間約4~5万件の火災が発生しています。その約6割が建物火災で、さらにその約5割が住宅火災です。平成15(2003)年以降、住宅火災で毎年約1,000人が亡くなっています。



■ 自然災害

【 地震災害 】



日本は地震大国で、近年ますます地震による災害が増えています。平成7(1995)年の阪神・淡路大震災では建物や家具の下敷きになり、6,000人以上の人々が亡くなりました。

【 津波災害 】



津波は海底で起きた地震により発生することが多いです。平成23(2011)年の東日本大震災では想定を超える大きな津波が発生し、約15,000人もの人々が亡くなっています。

【 風 水 害 】



強風による倒木、作物被害、交通被害などの総称を言います。日本では毎年台風が襲来し、大きな被害を発生させています。

【 土砂災害 】



豪雨などによって山やがけなどが崩れて起こる災害です。平成25(2013)年10月の台風26号では、伊豆大島で土石流が発生して家屋を飲み込み、死者・行方不明者39人を出す大惨事となりました。

【 火山災害 】



火山の噴火による災害で、溶岩や火山ガスなどでさまざまな被害が発生します。平成12(2000)年には三宅島が噴火し、約4年半にわたり、全島避難する事態となりました。

【 雷 被 害 】



雷による災害で、人が亡くなったり、建物が火事になったりします。平成6年~13年の統計によると、毎年約10人以上が落雷で死亡しています。

【 竜巻災害 】



空中でうずまき、猛烈な風による災害です。平成24(2012)年5月に茨城県で起こった竜巻では13人がけがをし、約1,000棟の建物が被害を受けています。

1 火災の現状

私たちの家には、電気、ガス、石油などを利用する器具がたくさんあって、便利で快適な生活を送ることができます。しかし、いったん火災などが起これば、昔の暮らしとは比較にならない大きな被害を発生させる危険性があります。

火は生活に欠かすことができない大切なものです。
しかし、その扱い方を間違えると大変な事故につながります。

■1年間の火災の発生件数

約44,000件

(そのうち約26,000件が建物火災)

■1年間の火災における死者数

約1,700人

(そのうち約1,300人が建物火災による死者)

■建物火災の原因と住宅火災

[建物火災の出火原因]

第1位 **こんろ**

第2位 **たばこ**

第3位 **放火**

第4位 **ストーブ**

第5位 **放火の疑い**

第6位 **配線器具**

第7位 **電灯などの配線**

第8位 **電気機器**

第9位 **灯火(ローソク等)**

第10位 **たき火**

建物火災の出火原因ではこんろが第1位ですが、山火事や自動車火災などを含む火災全体では放火が第1位です。火遊びによる火災も毎年1,000件以上起こり、その半分以上はライターが原因です。ライターで遊んではいけません。



平成24(2012)年の統計(総務省消防庁)



建物火災約26,000件のうち約13,000件(約50%)が住宅火災で、約1,000人が亡くなっています。そのうちの約67%が65歳以上の高齢者となっています。

やってみよう!

次のクイズを解き、番号で答えなさい。

- 1 消防車(ポンプ車)に積んであるホースの長さは何mか。
① 10m ② 20m ③ 50m
- 2 1本のホースで1分間に何リットルの水が出るか。
① 約100リットル ② 約500リットル ③ 約1,000リットル
- 3 1年のうち、火災が多い時期は次のうちどれか。
① 1~3月 ② 4~6月 ③ 7~9月



2 家が火事になったら

火災を発見したら迷ってはいけません。すばやく次のことを行いましょう。

行動

1

まず避難する

何をおいても身の安全が第一です。まず安全なところに避難しましょう。煙が出ているときはハンカチや衣服で口を覆い、できるだけ姿勢を低くして逃げる必要があります。

※避難の途中では炎に突っ込む覚悟が必要なきももあります。このときは頭から水をかぶったり、濡れたシートなどで体を包みながら躊躇せず一気に走りぬけます。

【一戸建て住宅での避難】

火元に近づかないように逃げるのが大事です。1階が火元で2階から逃げる場合は、窓から出て木を伝っており、隣の家に逃がしてもらい、場合によっては地面に飛びおりるなどの決断が必要です。少々のががをしても、とにかく火事から逃げるのが最優先です。

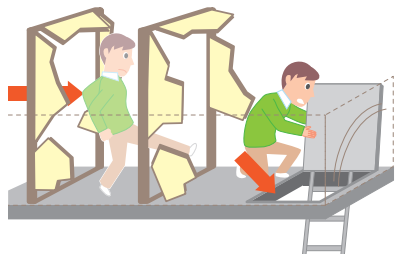
【マンションでの避難】

①基本は玄関と階段

玄関から出て、階段をおりて避難することです。途中でどんなことがあるかわからないので、エレベーターは使ってはいけません。

②非常時はベランダから

玄関から避難できない場合には、ベランダから避難します。はしごが収納されている避難ハッチがありますので、これでの階のベランダにあります。ベランダに避難ハッチがない場合は、隣との間にある「隔て板」をけり破って避難ハッチがあるベランダまで移動します。いったん避難したら絶対戻ってはいけません。



「隔て板」をけり破り隣のベランダに行き、避難ハッチにたどりつく。(ベランダに避難ハッチがある部屋まで移動する)



「隔て板」の近くをふさぐように、物を置いたりするのは厳禁! 逃げ遅れや、火災時には延焼し被害を拡大する恐れがある。



隔て板

フラッシュオーバーに警戒!

火災発生後、部屋の中で少しずつ燃えていた火が、爆発を起こしたように一気に燃え上がることがあります。これをフラッシュオーバーと言います。まだ大丈夫だと思って消火をしたり、荷物を運んでいた人が亡くなってしまうのはこのフラッシュオーバーによることです。出火してからフラッシュオーバーまでの時間は、状況によって変化しますが、だいたい5～15分くらいと言われています。炎が天井に達した場合は、その1～2分後にはフラッシュオーバーが起こります。フラッシュオーバーが起こり得ることを想定し、避難には万全を期さなくてはなりません。



点火5分53秒後。煙とともに炎も窓から出ている。



点火8分後。フラッシュオーバー発生。

(実験写真の提供:東京消防庁消防技術安全所)

行動
2

➤ 周りの人に知らせる

周りの人に火事を知らせることが大事です。大声で「火事だあー」と叫びます。声が出ないときはなべやかんをたたくなどして、音を出します。



行動
3

➤ 119番に通報する

安全が確認できたら119番に通報します。携帯電話からも119番で消防署につながります。小さいと思った火事でも通報することが大事です。自分や家族が119番通報できないときは近所の人に頼んで通報してもらいます。また、ほかの家の火事を発見した場合も、ためらわず通報しましょう。

〔 通報はあわてず、正確に! 〕

119番通報すると、消防署のオペレーターとおおよそ次のようなやり取りをします。落ち着いて、できるだけ正確に伝えましょう。

消防署の問いかけ

通報者の通報内容

「〇〇消防署です。火事ですか、救急ですか。」

「火事です。」

「救急です。」

「住所はどこですか。」

「住所はどこですか。」

「〇〇市〇〇町1丁目10番です。」

「〇〇市〇〇町1丁目10番です。」

「何が燃えていますか。」

「どうしましたか。」

「家の台所が燃えています。」

「祖父が急に苦しみ出しました。」

「あなたの名前と電話番号を教えてください。」

「あなたの名前と電話番号を教えてください。」

「名前は〇〇△△。電話番号は〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇です。」

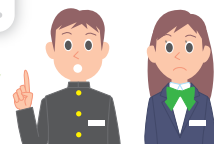
「名前は〇〇△△。電話番号は〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇です。」

「はい、わかりました。」

「はい、わかりました。」



通報するときは落ち着いて、オペレーターの指示に従うんだよ!



初期消火する



安全を確認した上で、火が小さければ初期消火をしましょう。まず消火器や水で消火しますが、どちらもないときは座布団でたたき、毛布をかぶせるなどの方法もあります。天井に火が燃え移ってしまったら、消火器などでは消せないの、すぐ逃げましょう。逃げるときには、火元の部屋のドアや窓はできる限り閉めて、空気と煙を遮断しておきます。

火災では煙にも注意!

恐ろしい煙

火災では、炎とともに恐ろしいのが煙です。火災によって死亡した人の約4割が煙に含まれる有毒ガスや窒息によるものです。煙の特性を知って、適切に避難しましょう。

(1) 煙の特性

① まず上に広がる

階段や吹き抜けを伝って、上の階に広がります。部屋では天井近くからだんだん下にたまります。

② 視界をふさぐ

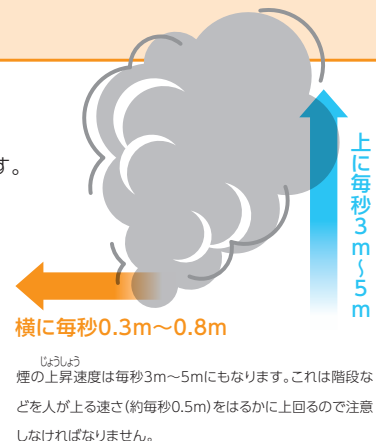
煙が多くなると避難する方向や場所が見えなくなり、わからなくなります。

③ 有毒ガス

火災の煙は多くの有毒ガスを含んでおり、吸うと危険です。

④ 高温の熱気

火災が発生すると部屋の温度は1,000度を超えることもあり、熱気を吸い込むと気管支や肺などをやけどし、呼吸困難に陥る場合もあります。



(2) 煙からの逃げ方

煙の被害にあわないよう、次のようなことに注意します。

① 姿勢を低くする

煙は天井の近くからたまるため、姿勢を低くして煙に触れないよう避難します。

② 煙を吸わない

有毒ガスや熱気を吸わないよう、ハンカチや衣服などで口と鼻をおさえます。

③ 煙の広がりを止める

家の中に煙が広がらないように、燃えている部屋の窓やドアは閉めて避難します。



煙は天井からたまっていき、煙の層と空気層に分かれます。床近くの空気層は比較的煙が薄く、空気と視界が残っています。

特に危険な一酸化炭素

火災によりいろいろな有毒ガスが発生しますが、特に危険なのが一酸化炭素です。一酸化炭素は色においもないので、気がついたときには手遅れで、体を動かすことができず、最終的には窒息してしまうことがあります。実際、火災による死因は、一酸化炭素中毒や窒息が535人(31.1%)となっています。

●一酸化炭素中毒の症状

空気中の一酸化炭素濃度(%)	症状
0.02	2～3時間で軽い頭痛
0.04	1～2時間で頭痛、はき気
0.08	45分でめまい、けいれん
0.16	20分で頭痛、めまい。2時間で死亡
0.32	5～10分で頭痛、30分で死亡
0.64	5～15分で死亡
1.28	1～3分で死亡

着衣着火とは?

着衣着火とは、ガスこんろなどを使用中に、その火が衣服に燃え移る、または電気ストーブなどの熱源に衣服が接触し、発火することを言います。着ているものに火が着いたら脱ぎ捨てるか火を消し、大声で助けを求めてください。

① すばやく脱げる場合は脱ぎ捨てる。

② 水をかけて火を消す。水道の水、流しの洗い桶の水、飲み物など。

③ 水がなければ、床や地面にころがって火を消す。

走り回ってはいけません、火の回りが速くなるだけです。

衣服の火が消えたら、すぐに消防署(119番)へ通報してください。

●割烹着の燃焼比較



防災品のパジャマや布団を使っていると、助かる割合が高くなるそうですよ。

防災品とは?

燃えにくい繊維を使ったカーテン、寝具、エプロンなどを言います。着衣着火を防ぐために防災品を使いましょう。

3 家庭の火災予防

火事を家庭から出さないために、次のような対策が必要です。
あなたの家庭では大丈夫ですか。

- ストープやヒーターは燃えやすいものから離して使う。
- ガスこんろを離れるときは必ず火を消す。
- 火遊びは絶対にしない、させない。
- 寝具・衣類は防災品を使用する。
- 寝たばこはさせない。
- 住宅用火災警報器を設置する。
- 住宅用消火器などを設置する。
- 隣近所の協力体制をつくる。



ストーブの真上に洗濯物を干さない。カーテンなど燃えやすいものを近づけない。
ストーブ火災の多くは、使っている人の不注意から起きています。ストーブの真上に干された洗濯物が落ちたり、寝ているときに布団がストーブに触れたりして火災になっています。



ストーブの周りで避けないこと。



火のそばでスプレー缶を使用しないこと。



ストーブに給油するとき、移動させるときは必ず火を消すこと。

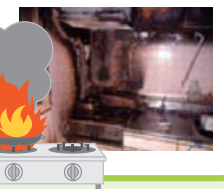
電気コードを固いものの下敷きにしなない。
家具の下敷きになったコードや長い間使われて古くなったコードの線が切れて、火花が出ることで火災になることがあります。



寝たばこはさせない。たばこの火は必ず消す。
ごみ箱に捨てた吸いながら寝たばこが火災になっています。たばこの火は、すぐに燃え広がらないのですが、人がいなくなった後に火災になることがあります。



ガスこんろ使用中はその場を離れない。
こんろ火災の半数以上が天ぷら油からの火災です。こんろを使っている最中に電話に出たり、テレビを見たりしているうちに火災になっています。



住宅用火災警報器を付けなければなりません。
設置場所は
しんしつ
寝室、階段などです。



(詳しくは消防署に問い合わせてください。)

火遊びは絶対にしない。
ライターで遊んでいるうちにほかのものに燃え移って火災になっています。花火で遊ぶときも、ルールを守らないと火災やけがの原因になります。



家の周りには燃えやすいものを置かない。
放火火災は、人目につかない暗い場所で起きています。新聞やダンボールなどの燃えやすいものは家の周りに置かないようにしましょう。



ごみは決められた日の朝に決められた場所に出すこと。



放火は犯罪です。

備えておきたい機器

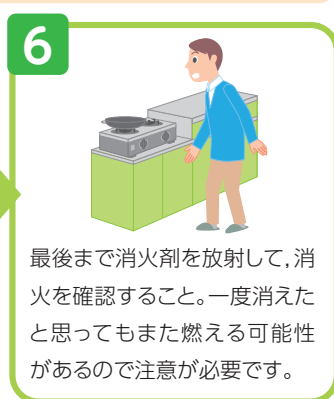
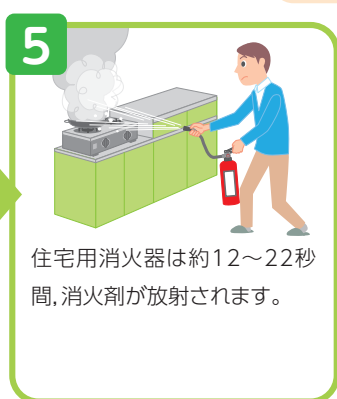
消火器の使い方

いちばん身近な消火器具である消火器の使い方を覚えましょう。



ホースのない消火器の放射の仕方

片方の手で消火器の底を持ち、もう一方の手でレバーを力強くギュッとにぎります。



●消火器には、適応火災が絵で示されています。火災の種類に応じて使い分けましょう。



A 火災(普通火災)用	B 火災(油火災)用	C 火災(電気火災)用
紙、木、布などが燃える一般的な火災に適用します。	油、ガソリンによる火災に適用します。	電気設備の火災に使用可能。電気機器の火災に使っても感電しません。

安心のマーク

下のマークが付いているものは、国が定めた基準に適合していることを専門の試験機関が試験して確認しているので、安心して使えます。

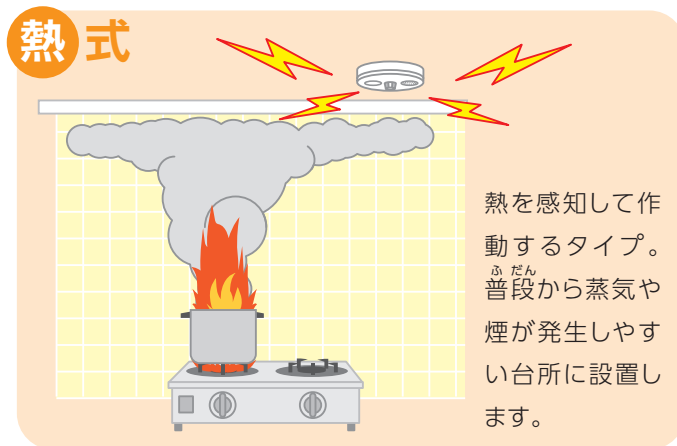
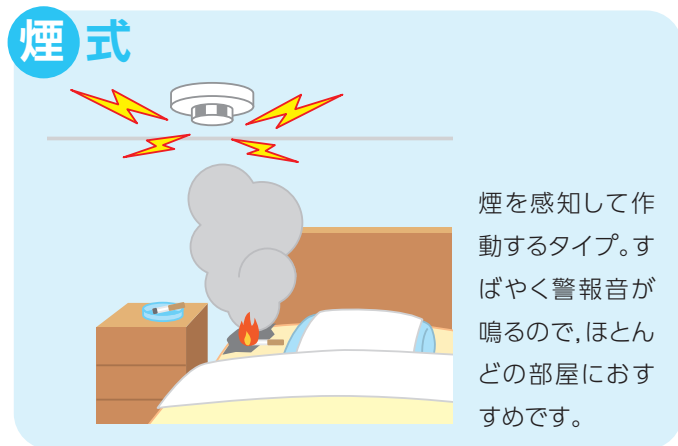


住宅用火災警報器ってなんだろう

住宅用火災警報器を付けておけば、夜寝ているときも、24時間火事を見張ってくれます。消防法により、すべての住宅に住宅用火災警報器などの設置が義務付けられ、原則として寝室と階段に設置することが必要です。地域によっては台所などにも設置が求められています。

住宅用火災警報器には、煙を感知する煙式と熱を感知する熱式があり、通常、寝室や階段には煙式が設置されます。台所には熱式が取り付けられることが多いです。

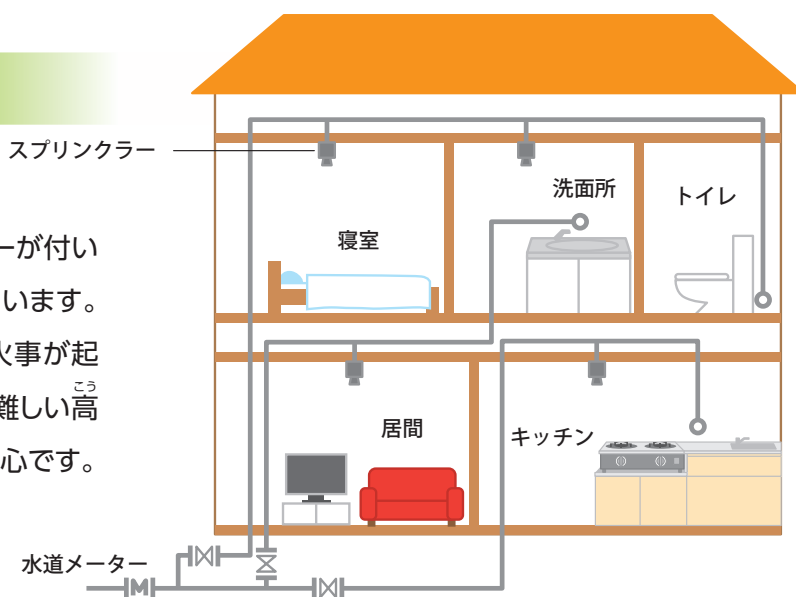
●住宅用火災警報器の種類



自動で火を消す

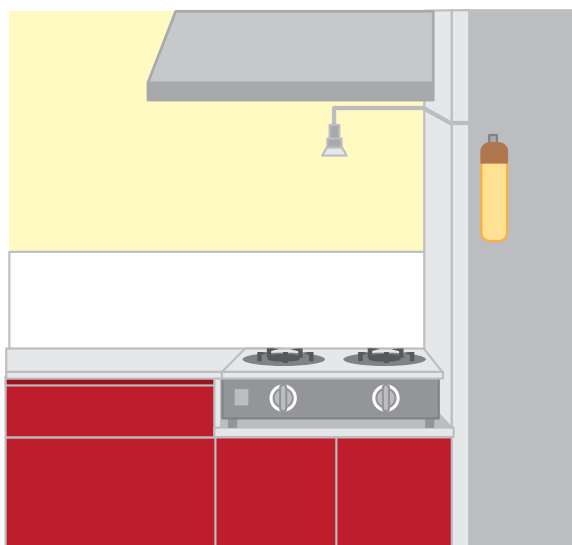
【住宅用スプリンクラー】

大きな建物には、法令により消火用のスプリンクラーが付いていますが、住宅用のスプリンクラーも開発されています。住宅用スプリンクラーは水道につながっていて、火事が起きると自動的に水が出ます。1人で避難することが難しい高齢者や、体の不自由な人のいる家に付けると特に安心です。



【住宅用自動消火装置(レンジフード用)】

熱を感知して消火用の薬剤を放出し、消火までを全自動で行う装置です。台所のレンジの上に付けておくと、天ぷらなどが燃え上がったときなどに、自動的に消火してくれるので安心です。



4 消防の仕事

消防署は大きく3つの部隊に分かれています。火災を消すのが消防隊、逃げ遅れた人やけが人を助け出すのが救助隊、けが人や病人を病院に運ぶのが救急隊です。

消防署では毎日、任務を遂行するために厳しい訓練をしているんだよ。



消防署の業務

1 部隊ごとの主な任務

(1) 消防隊

① 消火

最大の任務は火災の消火です。119番通報などを受けて通信指令室(自治体により名称が異なります)から火災現場にいちばん近い消防署に出動指令が出され、消防隊がすばやく現場に向かいます。

② 水利調査

火災のときは水が大量に必要です。水がどこに、どのくらいあるか、普段から調査・把握しています。

③ 火災原因調査

火災の原因を調べて防火に役立えます。

④ 訓練

体力づくりのほか、出動訓練、放水訓練、資機材の取り扱いなどの訓練を積んでいます。



(2) 救助隊

① 救助

火災・水難事故・交通事故などのさまざまな災害現場において、人命救助のための活動を行います。

② 訓練

迅速、安全、確実に救助するために、普段はロープを使った救出や資機材の取り扱いなどの厳しい訓練を積んでいます。



(3) 救急隊

① 救急

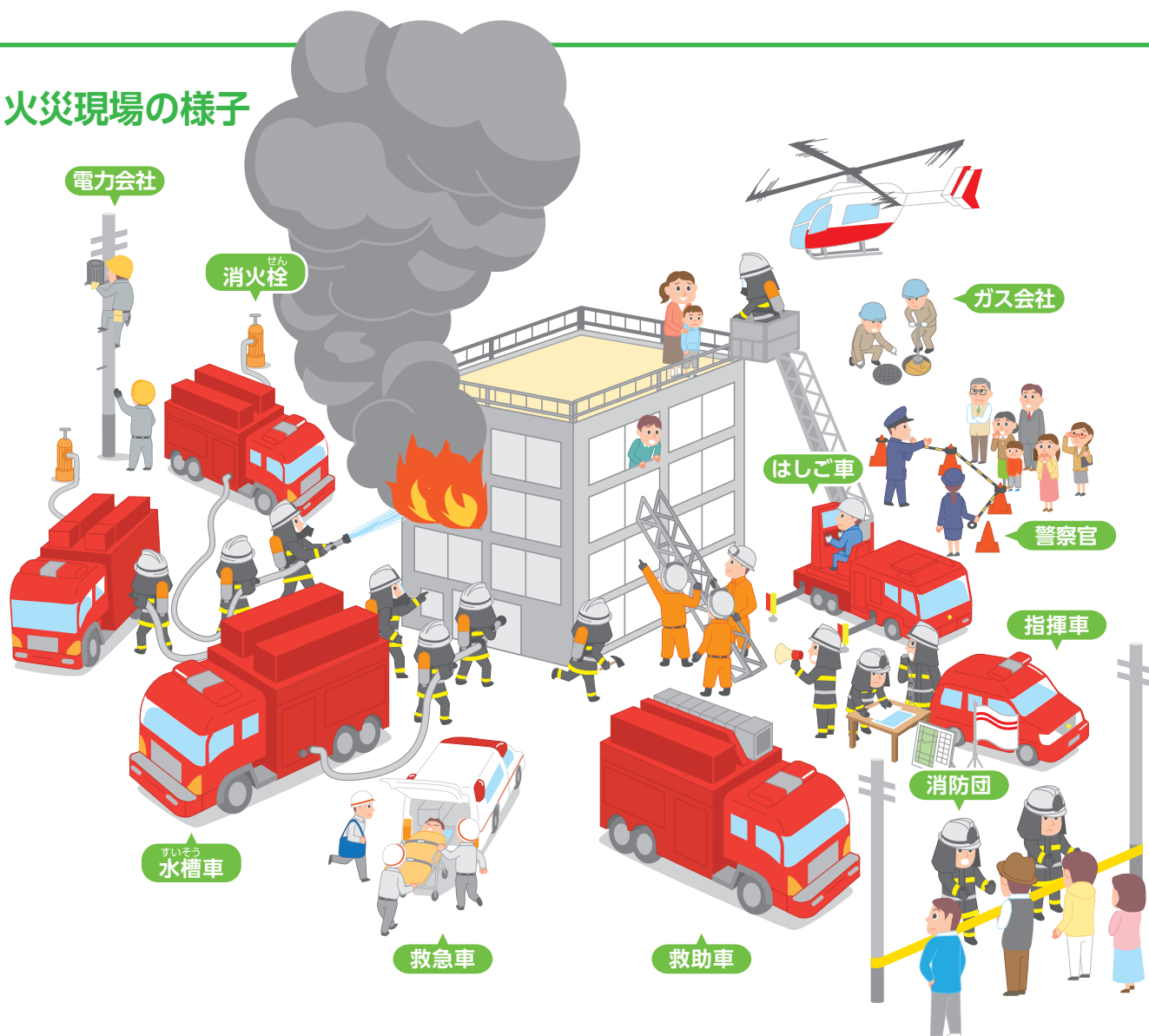
119通報などに基づき病人やけが人のところへ行き、必要に応じて応急処置をして病院へつれていきます。気管挿管・薬剤投与などの高度な応急処置をするためには救急救命士の資格が必要です。

② 訓練

普段は、救急事故を想定した各種シミュレーション訓練、救急資機材の点検・整備や取り扱い訓練などを行っています。



2 火災現場の様子



消防団の役割

消防団は、消防本部や消防署と共に、消防組織法に基づいて、それぞれの市町村に設置されている消防機関です。消防団員はほかに仕事をもっていて、火災や災害が発生したときに現場にかけつける非常勤特別職の地方公務員です。消防団は、地域における消防防災のリーダーであり、住民の安全を守る役割を担っています。

【 主な活動 】

● 火災や大規模災害時

自宅や職場から現場へかけつけ、消火活動、救助活動、避難誘導ひなんゆうどうなどを行う。地域住民の生命や財産を守るため、現場の第一線で活動する。

● 平時

防災訓練、応急手当の指導、住宅防火訪問などの活動を行っている。



1 地震

地震は自然災害の代表的なものです。ここでは地震について学びましょう。

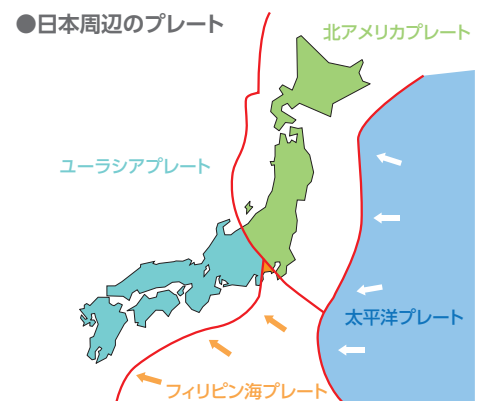
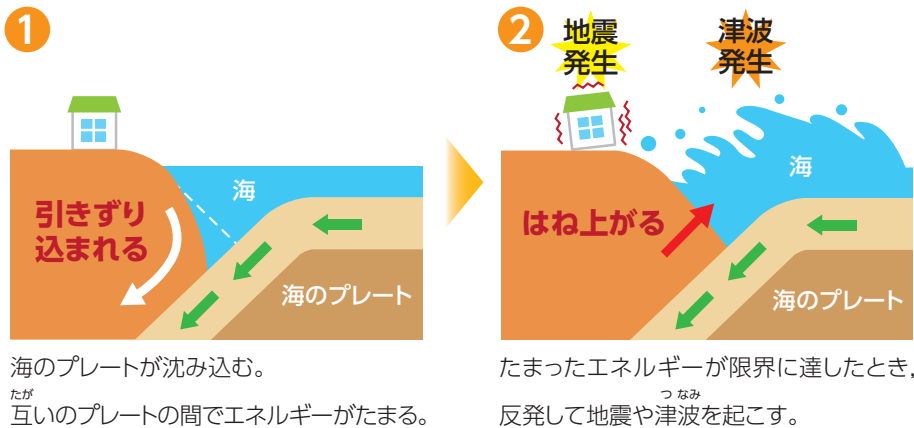
地震はなぜ起きるのか

地震が発生する仕組み

地震はプレート境界型(海溝型)と活断層型(内陸型)の2つに分けられます。関東大震災や東日本大震災は海溝型によるもので、阪神・淡路大震災は内陸型によるものです。

(1) プレート境界型(海溝型)地震

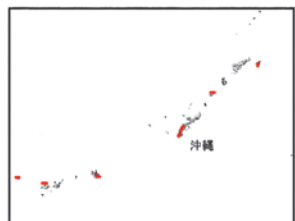
海のプレートが陸のプレートの下に沈み込むとき、陸のプレートの先端は引きずり込まれ、反発力によってはね上がります。このときプレート境界で地震が発生します。



(2) 活断層型(内陸型)地震

プレートのぶつかり合いで生まれた力(ひずみ)は、プレート境界から離れた陸のプレートの内部、つまり日本列島本体にも働き、ひずみが蓄積して限界に達したとき、岩盤が破壊されて地震が発生します。このように動いて地震を発生させる断層を活断層と言い、日本全体で約2,000か所もあると言われています。

●日本の主な活断層



●活断層の動き



② 地震が発生したら

いちばん大切なことは、まず自分がけがをしないことです。“グラッ”きたら、まず次の行動をとるように心がけましょう。

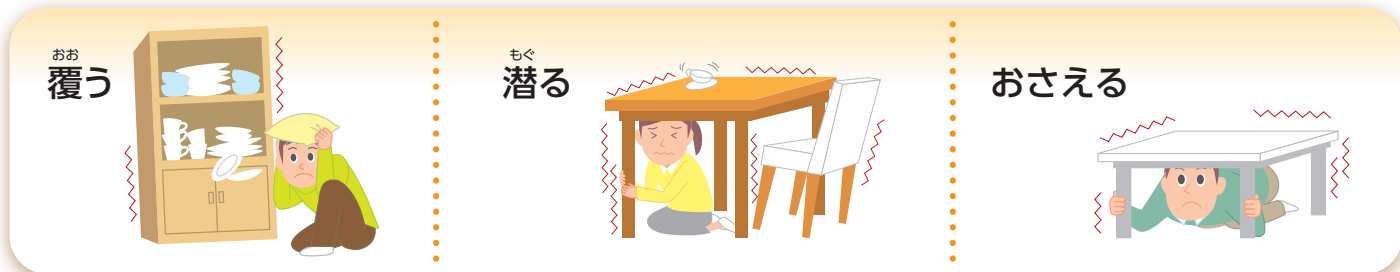
【 身を守る方法 】

窓ガラスや電柱、ブロック塀、自動販売機の近くなどは危険です。“グラッ”きたら、ものが落ちてこない、倒れてこないところに避難しましょう。



屋内にいるときは

家や学校にいるときは、じょうぶな机やテーブルなどの下にもぐり、机・テーブルの脚をしっかりとにぎり、頭を座布団（あればヘルメット）などで保護し、揺れが収まるのを待ちましょう。



【 緊急地震速報 】

震源地で強い地震が観測されると、テレビやラジオ、携帯電話などで地震の襲来を知らせ、注意を呼びかけるのが「緊急地震速報」です。緊急地震速報が出ると、数秒から数十秒後に地震がきます。すばやく安全なところに避難し、身を守らなくてはなりません。



避難・安全のポイント

- ① テーブルの下にもぐるなど、まず自分の身を守る。
- ② ドアを開け、逃げ道を確保する。
- ③ 外に出るときは要注意。あわてて外に飛び出すと、屋根がわらや窓ガラスなどでけがをすることがある。
- ④ 揺れが収まったら、こんろなどの火の始末をする。
- ⑤ 外に避難するときはブレーカーを切っておく。
- ⑥ マンションなどから避難するときにはエレベーターは使用しない。



3 地震に備えよう

地震はいつ、どこで発生するかわかりません。そのため、前もって地震に備えておくことが大切です。

(1) 家庭での備え

1 身のまわりの備え

家の中を点検し、次のような備えをしておきましょう。

- **家具の地震対策**…転倒防止対策をしておく。
- **ガラス**…飛散防止フィルムを貼る。蛍光灯も耐熱性テープで止めるなど、割れないようにする。

2 行動の確認

地震が起きたときの家族の連絡方法、役割分担などを話し合っておきましょう。

- **家族全員が自宅にいるとき、大地震が起きたらどうするか**
(例) 火元を消す人／ブレーカーを切る人／非常用品を持ち出す人／お年寄りや病人を守る人
- **避難場所への道順の確認**
- **家族が別々の場所で地震にあったときにどうするか**
(例) 連絡方法／連絡場所／最終的な集合場所／自宅に残るお年寄りなどの安全対策



3 備蓄品と非常持ち出し

水と食料は3日分、家族全員の分を備蓄することが必要です。また、いざというときは次のようなものも持ち出すとよいでしょう。

貴重品(預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など)／救急用品(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)／ヘルメットまたは防災ずきん／マスク／軍手／懐中電灯／衣類／下着／毛布、タオル／携帯ラジオ、予備電池／使い捨てカイロ／ウェットティッシュ／洗面用具 など



(2) 電話による災害時のサービス

1 NTT災害用伝言ダイヤルサービス『171』

災害時に使える回線で、サービスの開始についてはテレビやラジオ、インターネットで案内されます。全国どこからでもメッセージの録音・再生が可能で、固定電話・公衆電話・ひかり電話・携帯電話などで利用可能です。30秒間のメッセージを録音することができます。

災害用伝言ダイヤル情報

- NTT東日本 <http://www.ntt-east.co.jp/saigai/>
- NTT西日本 <http://www.ntt-west.co.jp/dengon/>

2 携帯電話の災害時のサービス

携帯電話各社でも災害時のサービスを提供しています。ホームページで確認しておきましょう。

- NTTドコモ <http://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/>
- au <http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/>
- ソフトバンク <http://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/>

TOPIC

(2014年1月現在)

災害時のSNS(ソーシャル・ネットワーキング・システム)の活用

twitterやmixiなどのSNSは平常時の利用だけでなく、災害時の安否確認にも使えます。東日本大震災で電話や携帯電話がつながりにくかったときでも、比較的よくアクセスできた実績があります。

一方、他人になりすます、悪いうわさを広める、テレビやラジオと異なるうその情報を流すなどの悪用もなされました。便利なだけに安心して活用できるためのルールづくり、マナーの向上が求められます。

4 津波

地震により海沿いでは津波が発生する場合があります。被害にあわないよう、次のような備えをしておきましょう。

1 家の高さの確認

まず、自宅の高さを知っておきましょう。防災マップなどで確認できますが、国土地理院の「標高がわかるWeb地図」(<http://saigai.gsi.go.jp/2012demwork/checkheight/index.html>)でも確認できます。普段よく行く場所の高さも確認しておく、より安心です。

2 避難場所の把握

家や学校の近くにある避難に適した高台や、頑丈な建物の位置を覚えておきましょう。

3 避難経路の確認

避難経路の道幅、地震やがけ崩れにより道路がふさがれる危険性、迂回路はあるか、夜で停電になっても避難できるかなどを確認します。また、大きな川を渡る橋、土砂崩れの危険がある道路などはできるだけ避けるようにしましょう。

4 すばやく避難するための準備

東日本大震災では、一度避難したのに、荷物などを取りに自宅へ戻ったために、津波に巻き込まれた例がありました。このようなことを避けるため、家庭では、非常持出袋を取り出しやすい場所に置いておくこと。また、重い物は持たないようにすること。すぐに避難し、警報や避難指示が解除されるまでは、絶対戻ってはいけません。

5 川沿いでも注意

津波は川をさかのぼります。大きな地震が起きたら、川沿いからすぐに離れて、できるだけ高い場所に避難しましょう。

6 0メートル地帯

都会を中心に海拔0メートル地帯が広がっています。このような場所では、津波が川を上ってきて堤防を乗り越える危険性が大です。大きな地震が起きたら、すぐにできるだけ高い場所に避難すること。また、自宅がこのような地域にある場合、何日も孤立する恐れがあるので、非常食や飲料水を多めに備えておく必要があります。



東日本大震災で津波に襲われた釜石市の小中学生たちは「津波てんでんこ」を信じて逃げ、欠席や早退した人をのぞいて全員無事でした。家族を信じて、率先して自ら避難することが大事ですね。

助け合いの大切さ

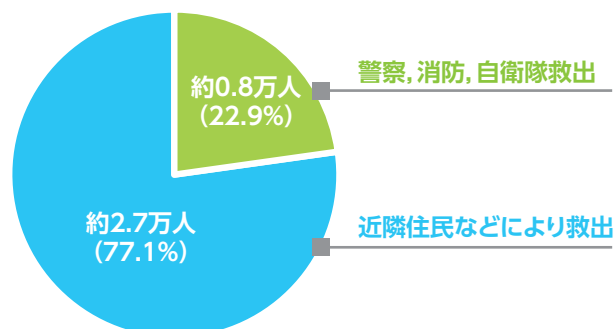
災害のときに、1人でできることは限られています。家族や地域の人などと助け合うことが大切です。

1 家族や地域で助け合う

大規模な災害が発生すると、さまざまな理由で、消防をはじめ公的な防災関係機関の活動能力は著しく低下します。

右の資料からわかるように、はんしん あわじ だいしんさい阪神・淡路大震災では、とうかい家屋の倒壊により閉じ込められた人のうち、約8割が警察・消防・自衛隊による救助ではなく、家族や近所の住民によって救出されました。災害直後の人命救助や初期の消火活動では、災害規模が大きいほど近所の住民の協力が重要な役割を果たすことになります。

●阪神・淡路大震災時における要救助者約3.5万人の救出方法



(備考) 1.河田恵昭「大規模地震災害による人的被害の予測」(自然災害科学 Vol.16 No.1)および内閣府「防災白書」(2003年版)により作成。 2.阪神・淡路大震災で倒壊した家屋などの下敷きになって自力で脱出できなかった人の救出方法を推計したもの。(出典:内閣府平成19年度版 国民生活白書)

2 ボランティア活動

平成7(1995)年に発生した阪神・淡路大震災では1年間に約137万人が被災地でボランティア活動を行い、日本にボランティアを普及させるきっかけとなりました。そのため、平成7年は「ボランティア元年」と呼ばれています。平成23(2011)年に発生した東日本大震災では、3月から12月までに約100万人がボランティア活動をし、中学生、高校生も多数ボランティアとして活躍しました。

(1) 東日本大震災での中高生のボランティア活動

① 避難所運営に取り組んだ東松島市立矢本第一中学校生

被災者でもある宮城県東松島市立矢本第一中学校の生徒約40人が、800人近い人が避難生活を送る体育館で水を配ったり、物資を運んだりしました。

② 学校再開を手伝った登米市立米山中学校生

東日本大震災で校舎を失った宮城県南三陸町立戸倉小・中学校は、隣接する登米市内の廃校になっていた校舎に仮移転することになりました。そこで米山中学校の生徒たちは、ボランティアで校舎の清掃や学用品の整理などをしました。

③ がれき撤去や仮設住宅の掃除をした立命館守山高等学校生

滋賀県の立命館守山高等学校の生徒40名が平成23(2011)年12月に宮城県南三陸町を訪れ、がれきの撤去や、仮設住宅の年末の大掃除、クリスマスカードの配布などを手伝いました。多くの町民に喜ばれました。





(2) 防災を担う中高生

日本では現在、高齢者だけで生活している家庭や、日中は子どもと高齢者しかいない家庭が増えてきています。また、頼りになる大人が少ない地域も多く、災害が発生したときには、中高生の働きが求められています。普段から次のようなことを心がけ、いざというときに力を発揮できるように備えましょう。

【 中高生が防災力を発揮するための普段の活動 】

- ① 地域の人と一緒に消防訓練、避難訓練などを行う。
- ② 地域の人と一緒にボランティア活動を行う。
- ③ 祭りやレクリエーションなどに参加して地域の人と親しくなる。
- ④ 災害発生時の避難場所と避難ルートを確認しておく。
- ⑤ 避難ルートを地域の人と一緒に歩いてみる。

(3) ボランティア活動をしよう

① 日常のボランティア

あなたにもできるボランティア活動はたくさんあります。日常では、地域の美化活動、地域行事の手伝い、仕事の手伝い、高齢者の話し相手、子どもたちの遊び相手など。住んでいる地域で身近な人を対象に行うのも立派なボランティアです。学校、市役所や区役所、社会福祉協議会などの窓口を通して活動することもできます。

② 災害ボランティア

阪神・淡路大震災や東日本大震災などのように、災害が発生した地域を支援する活動が災害ボランティアです。衣服や食料、寄付金を送るような後方支援のボランティア、実際に被災地に行って掃除や後片づけ、避難所での炊事や洗濯の手伝い、物資の仕分けや配達などを行うボランティアもあります。

近年は災害ボランティアに参加する人が増えてきましたが、準備をしないまま被災地に行ってしまうかえって地元の人たちに迷惑をかける例も報告されています。被災地に貢献する支援活動を行うために、次のような準備をしましょう。

【 災害ボランティアの準備 】

- ニーズの確認(テレビや新聞、インターネットなどから情報を得る。迷惑になるかもしれないので、電話での問い合わせは避ける)
- 宿泊、食事などは自分で手配し、体調管理も自分で行う。
- 現地に着いたら、「災害ボランティアセンター」などのボランティア受入れ機関を訪れ、登録し、指示に従う。
- ボランティア同士、また被災地の人と絶対にトラブルを起こさない。そのためには、挨拶や返事、お礼をきちんとする、「ボランティアをさせていただいている」という謙虚な気持ちをずっともち続けることが大事である。

監修 船倉 武夫(千葉科学大学教授)

編集委員 佐々木 克二
(東京都武蔵野市立本宿小学校校長)

// 竹下 君枝
(東京都立新宿山吹高等学校主幹教諭)

// 山下 真
(神奈川県川崎市消防局予防部予防課主任)

防火・防災への備え

私たちにもできる -助け合いの大切さ-

発行 一般財団法人 日本防火・危機管理促進協会
〒105-0001 東京都港区虎ノ門二丁目9番16号 日本消防会館4階
TEL:03-3593-2823 FAX:03-3593-2832
<http://www.boukakiki.or.jp/>

編集・印刷 教育出版株式会社
〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-10
TEL:03-3238-6811(代) FAX:03-3238-6810

発行日 平成26年1月30日



豊かな街づくりに 役立つ宝くじ。

宝くじの収益金は、図書館や
動物園、学校や公園の整備を
はじめ、少子高齢化対策や
災害に強い街づくりまで、
いろいろなかたちで、みなさまの
暮らしに役立てられています。



財団法人 **日本宝くじ協会**

財団法人 日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や公益法人等が行う社会に貢献する
事業への助成を行っています。 **日本宝くじ協会ホームページ** <http://jla-takarakuji.or.jp/>

