

防災特集

自分でできること、みんなでもできること

毎年のように全国各地で起きる大雨や洪水、地震などによる災害。そのたびに住み慣れた家や環境が大きな被害を受け、尊い人命が危険にさらされます。今年1月に実施した最新の市民意識調査では、「防災に対しての備えに不安がある」と回答した割合は62・7%と高い結果になりました。災害から身を守るため、生活を守るために普段から何ができるのか。私たちにできることを取り上げます。 □問い合わせ 危機管理課 2612111 (内線354)

自分でできること その1 自宅や近所の危険箇所を確認する



防災マニュアルや地図を活用して、危険区域や箇所を確認しましょう。

●わが家の防災マニュアル

地震や土砂災害から身を守るための情報が詰まっています。裏面は防災マップで、土砂災害警戒区域や浸水想定区域の他、避難所や医療機関などが地図上で確認できます。

●土砂災害警戒区域マップ

土砂災害警戒区域がある自治会単位に作られた地図で、警戒区域や避難所が確認できます。

●地震防災マニュアル

発生の恐れのある地震の揺れやすさと、地震による地域の危険度を記載した地図です。

●恵那市洪水避難地図

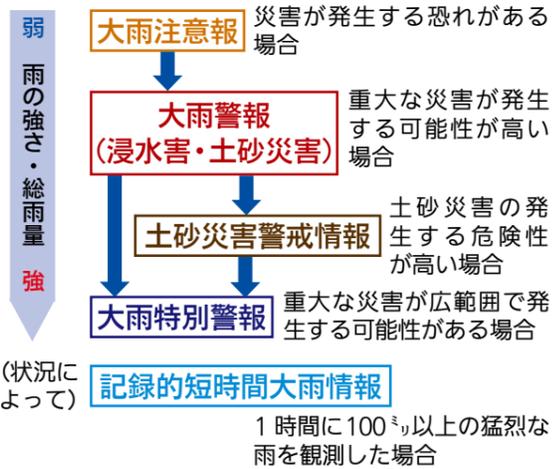
河川がはみ出した場合の浸水予測を示した地図です。阿木川流域と小里川流域の2種類あります。※いずれも市ウェブサイト (<http://www.city.ena.lg.jp>) から入手できます

最近は、数十年に一度といわれる集中豪雨が日本各地で起こっています。7月5日から6日にかけて記録的な大雨となった「平成29年7月九州北部豪雨」では、2日間で総降水量が500mmを超え、7月の平均降水量を超える大雨となりました。また、昨年4月の熊本地震では、震度7の揺れが2度にわたって襲うという衝撃を受けました。

このような災害は全国どこでも起きる可能性があり、私たちが住んでいる地域もいつ災害が起きてもおかしくありません。私たちは普段から災害が起きることを意識

自分でできること その2 気象情報と避難情報を理解する

整理しておきたい大雨の際の気象情報



避難情報と避難行動 (特に土砂災害時)

避難準備情報・高齢者等避難開始

高齢者など避難に時間がかかる方は避難を開始してください。土砂災害警戒区域内にいる方は、この段階から、区域外の避難場所などへ避難してください。

避難勧告

人的被害の発生が予想されます。速やかに避難してください。土砂災害警戒区域内にいる方は、区域外の最寄りの安全な避難場所などへ避難してください。

避難指示 (緊急)

人的被害の発生が非常に高い状況です。避難がまだの方は直ちに避難してください。土砂災害警戒区域内にいる方や避難場所までの移動が危険な場合は、近所や自宅内の安全な場所に緊急避難してください。

※周辺に異変があれば、自主的な避難が重要です

自分でできること その3 情報を得る手段を確保しておく



市は、主に防災行政無線や音声告知器、メール配信サービスを使って、気象情報や避難情報をお知らせしています。情報を得る手段を複数持っておくことが重要です。

●メール配信サービスの登録方法

携帯電話でQRコードをカメラ付き携帯電話で読み取るか、「ena-mailmag@sg-m.jp」宛に、空メールを送信してください。

その際にお手持ちの携帯電話に「迷惑メール対策設定」を設定している場合、登録用のURLを通知する電子メールが届かない場合があります。この場合、「sugumail.com」からの受信を許可するメール設定を行ってください。

メール配信サービスでは観光情報やイベント情報、火災や犯罪に関する情報もお届けしています。



登録用 QR コード

し、備えておくことが重要です。自分でできること (自助) と、みんなでもできること (共助) に取り組む必要があります。

災害が起きた時、最優先は自分の身を守ることです。身を守る行動を把握しておくとともに、家庭で食料や医薬品の備蓄、家具の固定、家屋の耐震化などに取り組んでこそ、自分や家族の身を守り、被害が軽減されます。逆に、自分でできることを怠ってしまうと、身に及ぶ危険が高まり、助かったとしても、その後の避難生活や生活復帰が困難になってしまいます。これが地域全体であれば、避難支援や復旧活動が滞り、地域の対応力を超えてしまうこととなります。

普段から災害に備えて、自分でできることはさまざまあります。しかし、一度に全て完璧にできるわけではありません。ここでは「自宅や近所の危険箇所を確認する」「気象情報と避難情報を理解する」「情報を得る手段を確保しておく」の3つに絞ってお伝えします。どれも今日から始められるものばかりです。自分でできることを始めることで、安心で安全な暮らしにつながりましょう。

自分で + みんなで = 災害に強いまち 平成29年度市防災訓練に参加する

何が起きたのか！ 訓練の想定

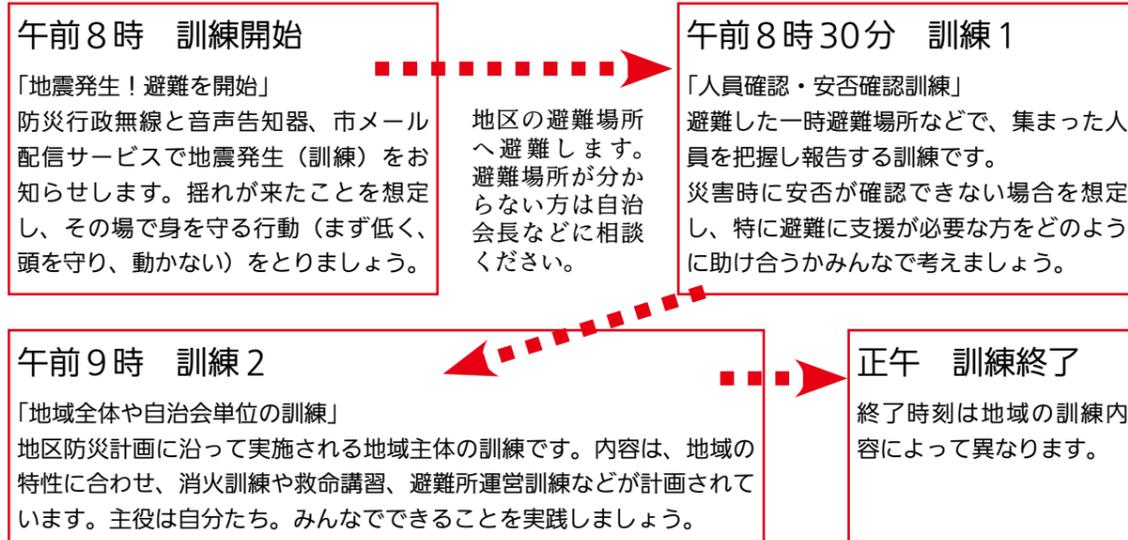
- ▶午前8時00分、紀伊半島沖を震源とする南海トラフ地震（マグニチュード9.0）が発生！
- ▶市内でも、大きな揺れが襲いました。震度は6弱です！
- ▶市内各地で、家屋の倒壊、崖崩れ、火災が起きているようです。
- ▶消防本部によると、負傷者や行方不明者が多数発生している模様です。救急車を呼んでもすぐには来ません。
- ▶市内全域で停電が起きています。水道も止まっています。一般電話、携帯電話を架けてもつながりません。
- ▶道路は大きな被害を受けています。車での移動はできません。
- ▶このような状況を受け、市は全域に「避難指示（緊急）」を発令し、市民の皆さんに避難を呼びかけると共に、指定避難所の開設を決定しました。

自分を守るため、
家族を守るため、
地域で支え合うため、
どのような行動をとりますか？



▲大井町で実施された避難所開設訓練
＝昨年9月大井第二小学校で

参加して何をするの？ 訓練の流れ



9月3日(日) 市内全域 一斉開催

みんなでできること その2 避難に支援が必要な方を助け合う



一人暮らしの高齢者や障がいをお持ちの方、介護を必要とする方、妊産婦など避難に支援が必要な方が、早く安全に避難するには地域の助け合いが大切です。

●今年2月に中野方町と岩村町で、7月に三郷町で、避難に支援が必要な方を把握し、避難支援を考えるワークショップが開催されました。今後、同様の取り組みが広がり、地域で助け合いができることが期待されます。

(ワークショップの内容)

1. 自治会や班の単位でグループを作る。
2. 土砂災害ハザードマップを見て、警戒区域を把握する。
3. 区域内に住んでいる支援が必要な方を話し合う。
4. 近所の方や役職の方など誰が支援するか、普段からどのように見守るか話し合う。

大規模な災害になればなるほど、被害は広範囲に及びます。自分の家庭だけでなく、近所や広い区域で被害が発生し、区や自治会といった単位で助け合い、避難支援や避難所運営を行うことが必要になってきます。日頃からどんな備えをしておけばいいのか、災害が起きた時はどのような行動を取ったらいいのか、みんなで考え、できることに取り組むことが大切です。

平成28年3月、市内13の地域自治区ごとに地区防災計画が作られました。これは、地域の単位で普段から取り組む防災活動や、災害時の支援活動などを計画したものです。

この計画に沿って取り組むことが、まさに地域みんなで助け合う防災活動につながります。すでに各地域で特性を生かしたさまざまな活動が始まっています。ここでは、どの地区でも共通して実践できる「避難経路や防災倉庫を点検する」「避難に支援が必要な方を助け合う」の2つをお伝えします。

みんなでできることを、一つずつ確実に増やしていくことで、災害に強い地域づくりにつながります。

みんなでできること その1 避難経路や防災倉庫を点検する



●避難経路を点検する

- 避難所までの避難経路を考えましょう。
- 避難経路に石垣や塀、水路など災害時に危険がある箇所はありませんか？
- 夜間の避難は危険箇所が増えます。
- 避難所までの最短経路が、安全な経路とは限りません。
- 地図上だけでなく、みんなで歩いて確認することが大切です。

●防災倉庫を点検する

- どこに設置されているか知りましょう。
- 鍵はどこにあるか、どうしたら開くか確認しましょう。
- 中に何が入っているか見てみましょう。備蓄用品の使い方も知りましょう。
- 定期的に点検するルールを話し合しましょう。(自治会の清掃作業に合わせて点検するなど)

恵那市**初** 中学生防災士に聞く

防災士として、わたしにできること

今年の3月、明智中学校2年生(当時)の生徒4人が「防災士」を取得しました。4人は市防災アカデミーを中学生として初めて受講。2月にはNPO法人日本防災士機構の認証する「防災士」の資格試験に合格し、市初の中学生防災士が誕生しました。防災士は、地域の防災意識の啓発や防災力の向上のため、専門知識や経験を生かして、口ごころから避難所や避難経路の安全点検、家具の固定などに取り組み、災害時には、避難の支援や避難所の運営などに携わります。

災害から身を守るために大切なことは何か。防災活動が地域に根付くためにはどうしたらよいか。防災士として半年がたった4人を訪ね、その思いを語ってもらいました。



明智中学校 3年
防災士・市防災リーダー
しばた えり
柴田 英里さん

明智中学校 3年
防災士・市防災リーダー
いたくら あゆむ
板倉 歩さん

明智中学校 3年
防災士・市防災リーダー
ほり しょうた
堀 翔太さん

明智中学校 3年
防災士・市防災リーダー
くまざき れん
熊崎 蓮さん

災害から命を守ろうという思いが、学ぶ動機になった

——防災士を目指したきっかけ、動機を教えてください

板倉 最初に校長先生からお誘いがありました。防災士の資格はあまり知られていません。自分で調べたらこういう資格があるのだなと分かりました。あまり資格をとってなかったもので、取ってみようかなという気持ちからでした。

堀 昭和47年に明智町で起きた47災害に興味を持っていました。実際に自分の家の周りでも土砂災害で崩れた場所があり、ひとつが大きく抜けた場所でした。近年も家の周りで土砂災害が発生しているのので、いつ自分が巻き込まれてもおかしくありません。少しでも命を守ろうと、学びたいと思いました。

熊崎 防災士という言葉聞いて

ている山の中にあります。その道が数年前に、土砂災害で土砂が覆って孤立したことがあります。シヨベルカーを使ってかき分けました。その時のことを教訓として、自助の面で食料を備蓄することをしています。

共助の面ではこの辺りは花こう岩で構成されていて、風化してもろくなっています。それが原因で雨が降って土砂災害が起きるメカニズムになっています。大雨の時には家の周りに起きる少しの変化を見ながら近所の人に伝えていきたいです。

板倉 食料の備蓄をしています。家具の固定も100割対策済みです。

平成12年に上天作で起きた災害を父母が経験しているので、その時の教訓を聞かされてきました。自分の頭の中で、こういう時にはどうすればよいか考えることが必要です。テレビでも言われていますが、夜中に避難するのは危険であるということなど、シミュレーションしています。

共助は、防災士として活躍できる場があまり整っていないと感じます。今年の防災アカデミーの講師ができればやります。依頼が

もピンときませんでした。先生の話を聞いて、命に左右する資格で、他の資格よりも大切だと思いました。

柴田 案内があった時、どのような資格か分からなかったのですが、取っておくと役に立つことがあると思いました。もし試験に受かったら恵那市初の中学生防災士ということ、チャンスだと思い、チャレンジしました。

自分で考え、想定しておくことが必要

——自助、共助、公助の考え方があります。公助だけでは不十分で自助と共助の取り組みが大事です。自助と共助の面で、すでに取り組んでいること、または、これから取り組みたいと思っていることを聞かせてください

堀 自分の家は一本の道で結ばれ

あったらいつでも行きます。皆 それは難しいんじゃない(一同笑う)

柴田 私は食料の備蓄をしています。家具の固定といった地震が起きた時の対策がまだできていないので、ちゃんとしておこうと思っています。通学路でもある家の上の道が斜面で危ないので、いつでも警戒して備えておこうと思っています。

防災に完璧はない。しかし、努力はいくらでもできる

——災害を防ぐため一番大切だと思っていること、防災士になって普段から心掛けていることは何ですか

板倉 災害現場では人命救助が最優先課題です。自分は建物などの物的な損害を抑えていくまじづくりにしていきたいです。建物が機能しなくなると、ただの障害物になってしまいます。道路などのインフラにしても日本のインフラは高度経済成長期に造られ、そろそろ寿命がきています。災害に強いものに造り替えるといった対策を啓発していきたいです。防災士になって意識し始めたこ



左から柴田英里さん、板倉歩さん、堀翔太さん、熊崎蓮さん

▲市防災リーダーのジャケットと、笑顔がまぶしい4人

ていけるような人間になりたいと思っています。災害時の行方不明者の捜索など人命救助をやりたいです。

板倉 都市防災の研究をしたいです。災害に強い地域社会ネットワークを研究し、実践していきたいです。

いす。国や県、市で実践し実践することもできるかなと思えます。

堀 鉄道の運転手を目指しています。東日本大震災で、ある駅の長さんが津波から乗客を避難させた例があります。人を助ける分野に就きたいし、鉄道好きなので駅員になりたいです。駅員ならその周辺の地図も把握できるので、防災士の知識を生かして適切な避難ルートを考え案内することができます。自分の能力が発揮できる分野だと思っています。

柴田 まだあまり決まっていなくて、防災関係に就くとしたら知識を生かせるようにしたいです。防災に関係ない仕事に就いたとしても、どこかつながるところがあると思うので、生かせるようにしていきたいです。

あなたも**防災士**を目指そう！ 市防災アカデミー第8期生を募集

地域防災に必要なのは「人」です。災害に対する知識や技術を身に付け、頃は防災訓練や研修、災害時には支援活動を担っていただく人が求められています。防災士としてあなたの力を発揮してみませんか。

- とき** 10月22日、11月26日、12月17日、平成30年1月14日（毎週日曜日、全4回）
午前9時～午後4時（回によって変動があります）
- ところ** 市消防防災センター
- 内容** 講義やグループワーク、実技などによる防災学習
※NPO法人日本防災士機構が定める防災士養成カリキュラムに基づき実施します
- 申し込み方法** 申込書を記入の上、危機管理課または各振興事務所へ提出ください。申込書は危機管理課または各振興事務所、市ウェブサイトで入手できます。
- 締め切り** 9月29日（金）
- 定員** 50人（応募多数の場合は抽選）
- 対象** 市在住または在勤で、原則全ての回に出席できる方
- 料金** 無料
- 修了証** 市防災リーダーとして認定証を授与します。
- 申し込み・問い合わせ** 危機管理課（本庁舎3階、内線354）

**防災士取得
を応援！**

防災士認証と 経費の助成

講座を修了した方は、防災士試験を受験でき、合格すると防災士に登録することができます。受験料3千円、登録料5千円が必要です。

市内在住の認証試験合格者には、経費の2分の1（4千円）、中高生の合格者には経費の全額（8千円）を補助します。

とは、通学路を見るようになりました。石垣などの危険箇所や大雨の翌日の水の流れなどを見るようになりました。

堀 防災士になって、地名を考えようになりまし。例えば広島で起きた災害では、地名からして崩れますよという地名でした。過去に崩れている場所、先人が教訓として残るよう地名を付けていたのです。静岡県にも太平洋側に大崩海岸という所があります。大雨が降った時にはすぐ崩れる所です。地名から防災を学ぶこともできるかなと思います。

昨年、警報が出た大雨の日、早帰り家で帰ったのですが、後ろの道を見たら泥水の川になっていました。そこは次の日に、大規模な土砂災害が起きていました。土砂災害の前兆現象を地域全体が知って、少しでも前兆があった場合、連絡してみんなで命を守るネットワークが重要だと思っています。

柴田 完全に災害を防ぐことは無理だと思いますが、ちよつとも被害を減らすことができるような取り組みが必要です。家庭では、冷蔵庫などの重いものを固定したり、避難経路の確保や避難場所の確認などをしたり、簡単にできる

100部を目指すのは、ほぼ不可能な話です。でも目指す努力はいくらでもできると思います。細かい積み重ねはいくらでもできます。個々でも団体でも進んでやるという心掛けを持つことが、大事だと思います。個々の備蓄だったり、一つの地区で共通の場に工具などを置いておくだったり、小さな心掛けから始めることが大事です。



▲明智小学校の授業で講師を務める（今年3月）

ことからしていきたいし、広めていきたいです。

災害の恐ろしさは、時間がたつと忘れてしまう

——防災活動が多くの人に根付くために、意見や提案があれば聞かせてください

板倉 防災アカデミーの日程が学校のテストと重なってしまったり、集中しすぎていると感じました。分散して受けやすくするなど、日程を工夫してみるのはどうでしょうか。

堀 災害が起きてみないと分からなかったり、時間がたつと忘れてしまったり、なかなか根付くことは難しいですね。

板倉 家を建てる時も、防災面よりも利便性を優先して建ててしまっています。

熊崎 でも、災害で普段の暮らしができなくなってしまうたら、元も子もないですね。

堀 昔の地名から今風の地名に変えてしまうことがあります。そういうことは避けたほうがいいと思います。

熊崎 僕の家は、串原につながる細い道になっています。そこ

▼「自助」「共助」の取り組みから、将来の夢へと話は進む



が崩れたら分断してしまいます。台風の際に大雨で通行止めになったこともある場所です。孤立しない対策も必要ではないでしょうか。

防災の知識を生かす道に進みたい

——皆さんの将来の夢、なりたい職業を教えてください

熊崎 自分は警察犬の訓練士を目指しています。公助の面から支え

昭和56年5月31日以前の着工で、
2階建て以下の木造一戸建て住宅にお住まいの方
あなたの住まいは地震に耐えることができますか？

木造住宅耐震診断事業

政府の地震調査委員会の発表によると、平成29年1月1日を起点とした最新の予測では、南海トラフにおけるマグニチュード8以上の巨大地震が発生する確率は、10年以内が20〜30割、50年以内が90割程度かそれ以上であることが分かっています。恵那市の最大震度は6弱と予測されています。

地震はいつ、どこで発生するか分かりません。地震に対する備えの第一歩として、まずは無料で耐震診断を受けてみましょう。

まずは無料で耐震診断

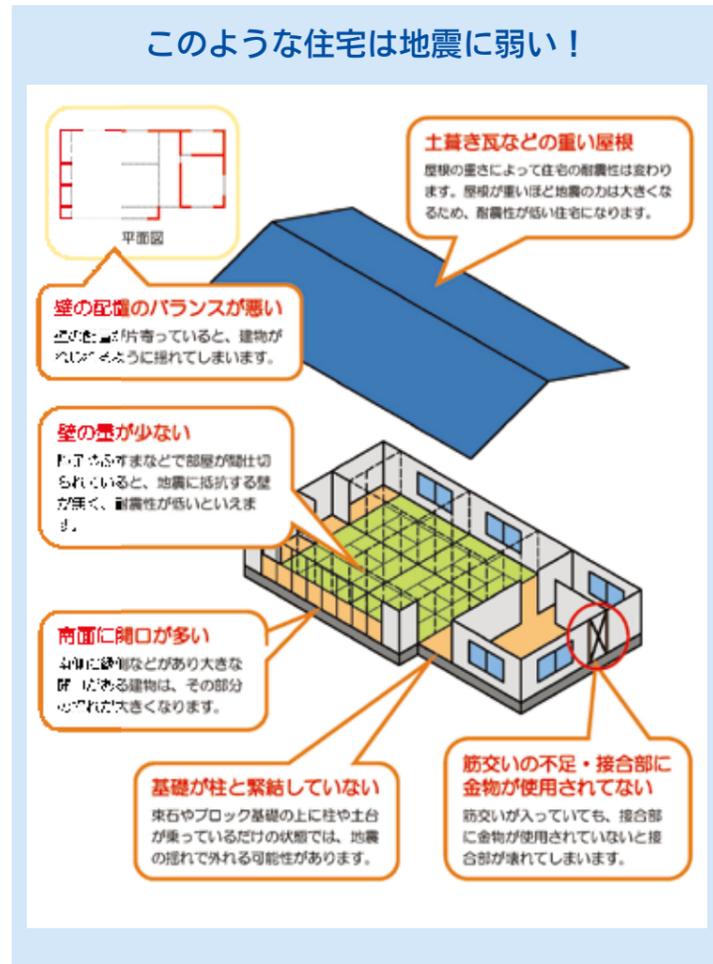
命を守る耐震補強

木造住宅耐震補強事業

平成7年の兵庫県南部地震（阪神・淡路大震災）や、平成28年の熊本地震では、新耐震基準（昭和56年6月以降に着工）の住宅より、旧耐震基準（昭和56年5月以前に着工）の住宅の被害が多いことが報告されています。旧耐震基準の住宅は筋交いや金物を使用されていないことが多く、地震に対する強さが備わっていません。

自分の命だけでなく、大切な家族の命、財産、地域の安全を守るためにも、耐震補強を実施しましょう。

■補助額 工事費の7割（上限140万円）
※募集戸数に限りがあります



耐震補強工事の内容を一部紹介します！

柱の緊結
建物に地震の揺れが加わると横から押されるような形となり、柱には浮き上がる力もしくは押さえつけられる力が発生します。写真のホールダウン金物で柱と基礎、梁をつなぐことにより、地震時に柱が抜けるのを防ぎます。

筋交いによる構造の補強
筋交いを柱と柱の間に入れることにより、地震の横揺れを小さくする働きがあります。また、柱との接合部に金物（プレート）を使用して強力に固定することにより、横揺れに対する建物の変形を防ぎます。

11月30日(木)まで受け付け中。気軽ににご相談ください。

申し込み・問い合わせ 都市住宅課（内線2333）

