

◆防災リーダー研修会◆



開催日：平成24年2月11日(土)
開催場所：昭島市民会館・大ホール
講師：山村武彦
(防災システム研究所・所長)
主催：昭島市自治会連合会

テーマ：『自主防災組織はイザの時の為に、
平常時に何をすべきか』
～『近助の精神』が、地域の絆のキーワード～

●今日、お休みのところ、皆さんお集まりいただき、ありがとうございます。土日最近あんまり休むことができなくて、家に帰らないことも多くて、問題なのは我が家の危機管理だと思っています。かみさんに言わせれば、あなたの防災は“忘妻(忘れる妻)”と書くと言っています。(笑)

●私にとって最も大事なものは自分や家族の命ですね。自分や家族が守れないのに、人の命が守れるはずがない。我が家には水・食料が3ヶ月分あります。昨年3月11日のときも、私は10日間くらい家に戻らなかつたのですが、心配しないで仕事ことができました。

●今日お集まりの皆様は、防災リーダー-或いはそういう立場の方々ですから、何かあったときに我が家が安全でなければ、実は他の人のことができないと思います。まず我が家の安全、安心、それから作っていくことが大事だと思っています。今日は短い時間ですが、一生懸命務めますが、意を尽くせない部分もあるかと思いますが、何かのヒントにいただければ幸いです。

●「がんばろう東北」「がんばろう日本」、これは決してがんばれではないということです。「がんばれ」というのは、そういうときに、励ましの言葉ですけどね、勝手にがんばれに聞こえるのですよ。そっちは頑張りなさいと聞こえる場合がある。

●天皇皇后両陛下が行かれると、お二人とも膝をついて、同じ目の高さで、皇后様は一人一人と手を握って、『おうち、ご家族は、』もうそれだけで、みんなポロポロ泣くのですよね。

●「がんばろう東北」っていうのは、一緒に、被災地だけじゃなくて、みんなで支えてがんばりましょうという意味だと思います。

●東日本大震災の死者行方不明者19153人(2月9日現在)。犠牲者のご冥福を、心からお祈り申し上げます。この1年で45日間被災地を回っていますが、多くの方は、仮設住宅で暮らし、被災地はガレキの山です。この処理を東京都は引き受けていますが全国で引き受けないとなかなか進まないと思います。みんなで支えるっていう発想が、非常に大事だと思います。

●陸前高田の松原は、約7万本の松があったのですが、いま1本だけポツンと残りました。この松も周りに塩水が染み込んできています。2月10日復興庁発足が昨日でした。1日も早い復旧復興を願いたい。

1、東日本大震災の教訓を踏まえた防災・危機管理/7つのポイント

①とらわれない(災害想定、経験、マニュアル)
●今日大事だなど思うことは、メモしてほしいですね。そして、メモしたことを、是非他の人に話してください。メモしない人は、明日になると全部忘れて記憶が残らないのです。聞いただけの方は、記憶が残るのが5%程度。メモした人は、40%記憶が残ります。それを読み返し、人に話をすると90%記憶が残ります。是非メモしてほしい。

②対策・行動の優先順位

●災害想定とか、経験とか、マニュアルにとらわれないことが大事です。結果の重大性って何かというと、取り返しのつかないことで、それは「命」であり、「時間」です。●たとえば逃げるタイミングを失くしたら、或いは対策をやっておくタイミングを失くしたら、取り返しがつかなくなる。あ～あの時やっておけば良かったとなります。

③役割(責任)分担(家庭、企業、地域、行政)

●結果の重大性、そして役割責任分担も大事です。非常食は家庭で備蓄すべきだと思います。それを3日分ではなくて、できれば1週間分、水・食料、トイレ用品を備蓄してください。地域は地域、特に企業は企業で、備蓄をすべきです。

●今度、東京都は条例で、企業も従業員3日分以上の

備蓄を、努力義務の条例を作ります。

●行政しかできないところだけを行政がやる。すべてを行政がやる時代ではない。行政が備蓄を非常に増やせば、3年5年経ったら、行政はお金をかけてまたそれを準備することになる。

●ですから行政しかできないことをやってもらうためには、役割をそれぞれが果たす、責任を果たすことが大事だなと思います。

④認知心理バイアス(有事の心理、有事の人の行動)

●「認知心理バイアス」とは、いざの時、どんな行動、どんな心理になるかです。人間がどんな行動を起こすかということも知っておく必要があります。

●いま間違いなく日本は有事です。歴史的円高、ヨーロッパの財政不安、原発はまだ収束していない。収入より支出が倍以上。収入の倍以上の国家予算、これは間違いなく有事です。でもなんとなく有事だと、みんな認めないのです。昨日も大丈夫だから、明日も大丈夫だろうと。大丈夫と思っている間は、何もしなくていいから、正常の範囲だと。そういうのを、「正常性バイアス」といいます。

⑤危機管理対応力(図上討議・演習、実動訓練)

●人間がなぜ正常性バイアスに陥るかという理由は、異常と認めると何かしなきゃいけないのです。でも正常だと思っている間は、何もしなくていいのです。まだ自分は大丈夫だろうと、そういう心理バイアス、或いは「危機管理対応力」です。

●家庭の防災会議開くのですよとか、図上演習とか実動訓練は参加するのは義務ですと。

●マンションでも防災訓練やっても、出てくる人はほとんど同じ人。そうじゃないですか。「必ず一軒一人は参加してください」「同じ時代、地域でマンションに住んでいる運命共同体ですよ」という認識をみんなに徹底する必要があります。

●うちのマンションは耐震性だから大丈夫だなんて言う人がいますけど、「運命共同体」なんだという認識を、みんなに持ってほしい。

⑥近助の精神(防災隣組・安否確認チーム・立ち位置)

●そういう訓練や考え方や、近助の精神が大事です。私が提唱しています『防災隣組』は、むこう3軒両隣で、マンションならフロアごとに安否確認チームを

作って、普段はそんなにベタベタした付き合いでなく、災害時だけは声かけ合えるルールを作ることです。

●大事なのは立ち位置です。今までは、住民は助けられる人、行政が助ける人、そんな立ち位置を勝手に決めていましたけど、行政も場合によって被災者になる。だから、自分の命は自分で守る。自分や家族の命は自分たちで守ることです。

●元気なうちは助ける人に、高齢になって体が不自由になって、いずれ助けられる人になる。誰でもが元気なうちは助ける人に、立ち位置を変えることです。

●「女は弱し、されど母は強し」(ヴィクトル・ユーゴーの言葉)。同じ人間ですが女性は助けられる人、守られる人かもしれないが、母になったら、産んだ子供の命をかけて守る。助ける人、守る人になる。行動的にならなきゃ、大事なものを守れないです。皆さんも何を守るか！これを明確にすることです。

●自分や家族の命をしっかりと守ることです。そして併せて、隣人の命も守る、助ける側に回る。そしていずれは、自分は助けられる側になる。こういう立ち位置で、近くで助けることを『近助の精神』と呼びます。

⑦防災リテラシー(知識習得、意識啓発、応用力)

●防災リテラシー、知識と意識、応用力を上げる。問題は、応用力です。基本はわかっている。ですから、この意識を上げることが大事。市民やマンションの住人の意識を上げるためには、マンションごとに研修会や講演会を開催しないと、意識は上がらない。その上で、防災訓練等やらないと進まないです。

●意識啓発がどれだけ大事かです。だけど意識啓発を難しくやったらダメです。たとえば駐車禁止のマークですが、斜めの線が左上から右下、右上から左下、さてどっちが正しいでしょうか？ 正解は左上から右下が正しい。ノーパーキングのNとOの文字が一緒になってできたマークで左上から右下ですよと教えればみんな理解する。

●これが駐車禁止のマークだから覚えて下さいと、まる覚えさせようとする。大事なことは、まる覚えじゃなくて、理解してもらうことです。

●安全とか、理解させるこれをやらないで、いきなり防災訓練やり、みんな参加して下さいって言ったって、なかなか意識啓発にならない。その基本を、きちんと

説明して、理解してもらうことが大事です。リーダーの一番の仕事は、皆にどう理解してもらうかです。

●昭和39年、東京オリンピックの年に新潟地震が発生。今回の震災とは、規模はまったく違いますけれども、同じような状況があちこちで起こっていました。

●当時はボランティアなんて言葉はなく奉仕隊でした。震災の光景にショックを受け、『安全をやろう』と、災害そのものは無くせないまでも、被害を無くすために何をしたらいいのか考えようと、危機管理とか防災なんて言葉もなく、そんなこと教えてくれるところが無かった。それでは、現場を回ろうと、現在も世界中の災害現場回っています。

●日本人ほど、素晴らしい国民・民族はいない。困難に直面しても、慎ましくいたわり合い、忍耐強く、そしてみんな折り目正しい。それは、日本という国が、繰り返し災害に襲われ、それをみんなで乗り越えてきた国です。人は試練に耐えた分だけ、強く、そして人に優しくなれると思います。

●東日本大震災は、人類初の広域複合大災害でした。津波、液状化、地盤沈下、火災、爆発、原発事故、放射能汚染、風評被害、電力不安、歴史的円高、自治体被災。自治体も多くが被災しました。複合大災害です。

●本日のテーマとサブテーマは『自主防災組織は、イザの時の為に、平常時は何をすべきか！～近助の精神が地域の絆のキーワード～』ですが、今回の東日本大震災の災害で、行政が決めた避難場所に避難して、多くの方が亡くなった。どの地域でも、避難場所やハザードマップの見直しが必要です。

●陸前高田の地域では、二段階避難を訓練していました。災害時要援護者の避難誘導を円滑にするために、地域毎に近くの広場とか公園とか駐車場にいったん集まり、そこから、点呼を取ってもっと安全な場所に行きましょうと決めていたのです。その一時避難場所68箇所のうち35箇所が流された。

●みんなで集まって何かをやるの“共助”じゃなくて、“近助”つまり近くで助け合って隣近所に声かけて、一目散に1秒でも早く安全な場所に脱出すべきです。みんなでやったほうがいいものもありますが、全部が全部ではない。実践的にやる必要があります。

●石巻市の津波ハザードマップは、国とか県が作った

災害想定、被害想定に基づいて、マップやマニュアルを作成。5.5mの津波が来るだろうとの想定で作られ、誘導した消防職員、警察官もそこで亡くなっています。

●今回、「ここは過去、津波が来たことがない。だから、ここにいたほうが安全だ。」過去にとらわれちゃダメなのですね。

●釜石市にも津波ハザードマップがあり、明治のときの津波が来た線を引いている。二つの学校が線外にありましたが、津波が来ました。行政が作ったマップにとらわれない。地震が発生したら、津波が来ることを前提に、走って逃げる訓練をやっていました。地震＝走って避難。何も考えずに、各自が走って逃げる。結局今回走って走り抜いて避難した。学校は流されたのですが、児童生徒570人全員無事だったのです。

●この中学校には三つの原則があり、第一原則『想定にとらわれるな』。ハザードマップにこう書いてあるからとかね、役所がこう言っているからじゃなく、現実的に対応する。第二原則『最善を尽くせ』そのときに出来る最善の対応です。可能な限り高いところに逃げる。第三原則『率先し避難者たれ』誰かに言われて避難するのではなくて、自分で考えて、自分が最初の逃げる人になれと。助けられる人から助ける人になれです。中学生は小学生、幼稚園児の手を引いて走っている。自分が助ける人になると行動的になれるのです。助けられる人は待っている。立ち位置を変えるってことが、どれだけ大事かと思う。

2、逃げ遅れないための認知心理バイアス

①凍りつき症候群と正常性バイアス

●南三陸町庁舎の2階で女子職員は最後まで「津波が来ています。逃げて下さい」と防災行政無線で言い続けて犠牲になった。数分後に津波が来て職員が大勢犠牲になった。このような災害は過去にないです。

●人間ってというのは、何か突発的なことが起きると、すぐに行動に移せなくなります。凍りつき症候群です。津波が来るのにゆっくり歩いていた人に、後でお聞きしたら「自分では走っているつもりでしたが足がすくんで、前に出ないのですよ」と。サイレンが鳴って、放送で「津波だ～」って時に、体が凍って固まって凍り付き症候群になったそうです。訓練しておけば、釜

石の中学生たちは“地震＝走って避難する”とやっているから凍り付き症候群にならなかったのです。

●個人だけではなく、自治体も、企業も、この正常性バイアスにかかりやすい。時折、いま自分たちは凍り付き症候群になっていないか、正常性バイアスに陥っていないかって、自問自答することが大事ですね。

②経験の逆機能とエキスパートエラー

●経験にとらわれてしまうこと＝経験の逆機能。経験が生きること＝経験の順機能といいます。経験だけにとらわれちゃいけない。経験は参考にすべきです。

●それから「エキスパートエラー」。東大の先生がこう言っているからとか、或いは役所がこう言っているから、ハザードマップにこう書いてあるから、そういう専門家情報にとらわれてはいけません。専門家情報を参考にすべきですけど、過大評価しちゃいけない。

③認知不協和と集団同調性バイアス

●自分で考えることで、発想限界のエキスパートエラーに陥ってはいけません。バイアスは、思い込みとか偏見のことを言いますが、そういうのにかからないようにするためには、正しい知識と訓練、そしてイメージトレーニング、頭上演習をやることです。

●家庭は家庭の中で、いま地震が来たら、トイレに入っているときに地震が来たら、お風呂に入っているときならどうするの、火使っている時どうするか等のイメージトレーニングやることです。



3、自分と家族を守る平時の心構え

①東日本大震災は阪神・淡路と異なる揺れ方

●東日本と阪神の揺れ方の違い。応答スペクトルは、1秒から2秒の揺れ方が非常に強く、建物がみんな壊れやすくキラパルスと言います。

●東日本大震災の揺れ方で、一番強いのが0.3秒から

0.6秒の揺れの周期で、建物はあんまり壊れないです。

●首都直下地震は、阪神大震災と同じ揺れになる可能性があります。この揺れになると、建物がバタバタ潰れて、阪神の場合は、亡くなった人の87.8%が、建物の下敷きで圧死し、マンションも随分壊れています。

●いま関東地方に影響を与える巨大地震で、東海地震や南関東地震とか、こないだの神奈川県と山梨県の間で地震は、昔、伊豆半島が本州にぶつかったときの沈みです。今でも数センチ、3~4センチくらい、フィリピン海プレートが、ユーラシアプレートのほうへ押しています。この境界で起こったものですから、直接的には富士山の噴火とは関係ないと言われてます。

●首都直下地震が、最近危ないなんて言い始めている人がいます。国は昨年1月に30年以内に、70%の確率で首都圏直下地震が起こると言っていたが、去年の9月に東京大学の地震研究所の談話会で、30年以内に98%、4年以内に70%という試算を出した。

●それを1月に読売新聞が報道。4年以内に70%、それで一斉に他のマスコミも続いた。これはもう去年の9月に言っていることです。今度は京都大学が、5年以内に首都圏直下地震は28%と発表しました。そしてまた東大はもう一回やり直したら4年以内に50%以下になりましたと発表。そして国も、2月9日に、30年以内の70%は変わらないそうです。全部言うことが違います。参考にすべきですけど報道に一喜一憂しちゃだめで、とらわれてもだめで。

●日本中安全な場所なんかないのです。だから、どこでも震度6強以上の揺れに襲われると思ったほうが間違いはない。多摩直下地震が発生したら、この昭島市でも震度6弱くらいになるだろうと言われてます。

●立川断層が動いたら、立川断層がどのくらい危険性が高まったのかというと、30年以内の発生確率は2.21%が2.22%になっただけなのです。よ。こんなの、高まったって言えるかどうか。埼玉県の名栗村から府中までの断層で、この昭島を含めて非常に広い範囲です。これがもし動けば、確かに大変なことになるでしょうね。全体として、長さ33キロ。断層は北東側が相対的に隆起する断層。北西部は左横ずれを起こすだろうと。国の文科省が調査した結果、M7.4になり活動周期は10000年から15000年くらいで繰

り返し起こっていて、最近起こったのが13000年～20000年前でいつ起きても不思議はない。ところが都で調査すると、M7.1～7.3で、活動周期はおよそ5000年。直近で動いたのは1400年前だから、まだこれは当分先じゃないかといわれています。だから、専門家によって全く違います。

②震度6強の地震発生！その時あなたは？

●だから、こういうのに一喜一憂しないで、いつでも震度6強が来ると。〇〇〇地震が来る、来ないではなくて、これが動けば昭島市も相当大きく揺れるだろうと普遍的な最大公約数の地震を想定する。それは、広域的に震度6強以上の地震、長周期、短周期、地盤沈下、液状化、津波、山崩れです。

●もう一つは複合災害。今回は原発と地震でしたけど。もしかしたら、大地震と強毒性インフルエンザが同時に流行るかもしれない。これらの最悪だけはきちっと押さえておく。そのかわり、やれることとやれないこと、これを明確にすべきだと思います。

③耐震とは、揺れても建物は壊れないが、設備が壊れることがある

●震度6強にとりあえずこの地域は備える、これがまず大事です。ある日突然、昼間か夜中か震度6強の揺れが襲ってくるかもしれないのです。そのとき、あれもこれもなんてできません。自分の命は自分で守るしかない。体の不自由な人を守れるのは、隣近所にいる人だけで、あらかじめ安全な場所に寝かすとか、室内は安全対策きっちりやる。こういう実践的なことが、いま問われている。

④地震イコール机の下ではなく、小さな揺れで安全ゾーンへ

●今までは、地震のときは机の下にもぐると学んできました。絶対間違いじゃないですが、地震＝机の下ではない。文部科学省も「地震＝机の下の考え方は危険です。もっと安全ゾーンに移動すべきですよ」ということになってきました。

●うちは耐震性だからといって、耐震性は絶対安全ではないのです。たとえば東北の地域の学校は、ほとんどが耐震化されていました。その地域で今回の震災では1600校の天井が落ちています。免震ではないから、耐震性も揺れるのです。こないだの震災で、耐震

性のあるマンションだって揺れたと思います。

●建物が壊れにくいのが耐震化です。壊れにくいのは建物だけです。天井だとか照明器具とか、ドアが変形することは全く考えてない。設備の耐震性はほとんどなく、耐震性だからって絶対安全じゃない。

●地震＝机の下がなぜ間違いか。机の下にもぐって、天井や照明器具が落ちドアが変形して、閉じ込められ、火災が発生しガス漏れが発生したら、逃げられなくなるからです。

⑤安全ゾーンとは「転倒落下物の少ない、閉じ込められない場所」

●揺れを感じたら、直ちに安全ゾーンに移動する。これが生き残りマニュアルです。このことを是非メモして、これを家族に、地域で、職場で話して下さいね。

●安全ゾーンというのは、転倒落下物の少ない閉じ込められない場所です。2階以上だったら、揺れている最中に階段を駆け下りるほうが危ない。部屋から出て、閉じ込められない階級のすぐそばに行って、揺れが収まるのを待ち、揺れが収まってから階段で避難する。こういう行動のマニュアルを徹底すべきです。

●マンション、学校、デパートで安全ゾーンの標識を作っています。避難誘導係が誘導できない可能性がある。自分で見つけ、安全な場所に行ってください。

●マンションでも安全ゾーンを決めるべきです。転倒落下物の少ない、閉じ込められない場所です。この避難の基本が大事ですね。揺れたら避難のスイッチ入れる癖、それが訓練ですね。

●今から89年前の関東大震災のとき、この昭島はそれほど被害がなかった。このへんは岩盤が強いのですが絶対安全ではない。

●相模湾を震源とするM7.9。この地震で10万人以上が亡くなり行方不明になりました。土曜日の午前11時58分。小さな揺れの初期微動がP波で、ドーンと来た揺れが、S波という主要動です。

●地震のときあなたはどうしますかと聞くと、「はい私は火を消します、ドア開けます」ってこう答えます。では実際にそういうことをやっているかどうか。地震の度に防犯カメラの映像調べてみますと、ほとんど地震直後はやってないですね。あ～地震だって、上のほう見えています。どうせたいしたことないだろうと。で

も大きくなったら逃げようかなって、大きく揺れるのを待っているのです。

●この小さな揺れのとくに、火を消し玄関ドア開けて安全ゾーンに移動する。これをマニュアルにし、この訓練をやるのですよ。マンションだって、みんなが閉じ込められたら、それは助けに行く人だって大変です。

●人に迷惑かけることになるから、小さな揺れで防災訓練。小さな揺れがあった時に、防災訓練と思って目の前に火があったら火を消し、ドアを開けて安全ゾーンに移動する癖の人だけが助かる率が高いでしょう。

●中越地震の前に十日町市で講演しました。中越地震の後に私の講演を聞いた人から、すいぶん手紙や電話をいただきました。皆さんも小さな地震、揺れや緊急地震速報を見たり聞いたりしたら、防災訓練と思って、直ちに火を消しドアを開ける癖を必ずつけておいてください。

●着の身着のまま飛び出した人が、阪神大震災では助かっています。小さい災害よりも、大きな災害に備えて訓練するのです。小さな災害は被害ですから大災害に備える。マンションの間の階がクシャッと潰れちゃう場合があるのです。この階が危なかったら、いつでも次の階に脱出できる階のすぐそばに行くのですよ。これが実践ですよ。震度6強以上だと、約3割のドアが変形し損傷します。

●備蓄は、水、食料、トイレ。トイレがいちばん大事。水がないから自宅の水洗トイレが使えなくなる。マンショントイレは配管がやられます。みんなが無理矢理お風呂の水等で流して、とんでもないところから汚物があふれ、途中で固まり、あとで大変なことになります。災害直後は、トイレは安全確認できるまで使っちゃいけないのです。

●トイレの便器に大きい袋を入れて、小さい袋を中に入れて、そこに新聞紙を、古新聞ちぎって入れて、そこに汚物をやって、これをしばって、大きい袋に入れて、そういう準備を今のうちにしとくのですよ。

●トイレトーパーも一定量備蓄しておく。飲料水もポリタンクをハイターで消毒しよく洗って、水を空気が入らないように入れ布きれをかぶせて、直射日光をあてなければ、3ヶ月くらい十分もちます。このように実践的なことを自分の家でやっておくことです。

●阪神大震災では亡くなった人の87.8%が、建物の下敷きです。震災後の各種のアンケート調査というのは、けが人だけで亡くなった人の調査は無い。もし亡くなった人が調査に答えたら、早く脱出すべきだったと言ったでしょう。みんな家の下敷きで死んだのですと。だから、中にいるよりは外に脱出したほうが原則安全です。

●阪神大震災では、1階が潰れて多くの人が亡くなっています。一戸建ての家だと実践的に考えることです。87%が家の下敷きになっていることを覚えておく必要があります。

●阪神では自力脱出困難者で生き埋めが35,000人いたのです。その人たちを誰が助けたのは19%が自衛隊、消防、警察がした。77%の多くの人を助けたのは、ほとんどが家族、近隣住民だったのです。

⑥身の安全が確保できたら「助ける人になる」

●亡くなった人の96%が、平均14分以内に死んでいます。早く助けなきゃ助からないがそれができるのは、隣近所にいる人だけです。こういう認識をしっかりと持つ必要がある。これが、近くで近くを助ける『近助の精神』です。

●地震の後、今までも防災訓練を実施していますが、その防災訓練のやり方を変えるべきです。今までは何かあると、近隣の小・中学校に避難する訓練やっています。今までの防災訓練が間違っているなと思います。小学校中学校に地震のときは避難する訓練を繰り返していると、地震＝避難って頭の中に入っている。

⑦「逃げる防災」から「闘う防災」

●身の安全が確保できたら、そこに踏みとどまって戦うのですよと。逃げる防災から、戦う防災です。みんなが逃げたら、誰が火消すのですか。誰が生き埋めの人を助けるのですか。それが近助の精神です。

●救助活動手伝ったのですが、なかなか助けられない。道具が必要ですよ。マンションだったら、フロア毎に救助用具用意しておかないと、役に立たないですよ。逃げる防災から戦う防災。

⑧地震直後は火気厳禁

●火が出た時にみんなで消せば、小火ですみます。みんなが逃げたら大火になります。マンションも火が出たら耐震性も何にもならない。

●出火原因は、電気・ガスが6割だといわれています。プロパンガスからの火はないけど、都市ガスが多かったです。ガスには安全装置がついていますが、それが働かない場合もある。

4、「自主防災組織」と「近助の精神」が地域の絆

①自助、共助プラス「近助の精神」

●ですから是非、地震直後は声かけるのです。防災隣組を作ろうという趣旨はそこなのです。

●マンションの場合、掲示板等に張り紙してみなさんに伝えようとする。できれば回覧板で、ポストじゃなくて、手渡しでやってほしい。そうすると、顔を見て言葉をかわすことになります。普段言葉をかわない習慣になっているから、いざっていつきでも助け合いができない。ですから、自主防災組織は、これからは防災隣組の仕組みを作ることが大事。

●せめて、ベタベタしたつきあいはしなくて、災害時だけは声掛け合えるように。回覧を手渡しでやっていれば、あそこの家は、いつも昼間はいないとか。或いは家族構成も大体わかります。これが大事です。そして地震があったときに、声掛け合って、火の元は、ガスの元栓は、火を使わないようにしましょうとのところから、防災訓練は始まります。隣近所の声掛け合いからで、これが大事です。地震直後は火気厳禁です。

●非常用のろうそくを用意している家がありますが、阪神でもそのろうそく点けた途端に、漏れているガスでドーンといきました。安全が確認できるまでは火は使わない。もしガスの匂いがしたら出入口を開ける。そして、ガス会社、消防に連絡することが大事です。

●これは普段から大事です。台所で揚げ物時、天井まで火が上がった際、あなたはどうしますか。緊急時における優先行動としては、その前に一つやる必要があります。それは何か。火を消す前に、逃げる前に、たった一つ。それは、真っ先にやるのは「火事だー！」と大声で叫ぶことです。

●火が出たときの優先行動は、知らせる→消す→助ける→逃げる！です。順番を覚えていると、凍り付き症候群にならないのです。普段の火災が発生したときにも、知らせる→消す→助ける→逃げる！です。

●火災報知器の発信器があったら、それを押すことも含めて。すべて防災というのは、知らせるから始まる。

ただ、声出しても聞こえない場合があるのですね。ですから、笛(ストームホイッスル)を用意しておくとか、防災グッズも、皆さん用意してらっしゃるでしょうけども、使えるかどうか。使えない物、いざっていつきに命に関わることですね、使えない物用意してはダメです。使える物を用意してください。

●ガラスは凶器になりますから、ガラス飛散防止フィルムを今のうちに貼ることで。そして、家具はしっかりと2箇所以上で固定してください。突っ張り棒だって、天井がやわだったら効かないです。照明器具の振れ止めをしましょう。

●マンションの形状と、家具の配置を直角にするのです。そうすると倒れにくいです。これと同じ向きにやると倒れやすいです。こういう配置ということも、考える必要がありますよ。実践的なものですね。

●自助・共助・公助といってきましたが、近くで近くを助ける『近助』が大切だと思います。ですから、この自主防災組織や町内会の中に近助を作ってもらおう。今ある組織の中に防災隣組を作ってほしい、そう思います。

●東京都は来年度の防災の目玉として、防災隣組を推進しよう発表しました。そして防災隣組に取り組んでいる組織を表彰します。是非昭島市でも、その表彰対象になるような防災隣組を作ってほしいと思います。

②自主防災は具体的「防災数値目標」を設定せよ

●具体的な目標“防災数値目標”を掲げて推進して下さい。大地震が発生してもく死者0を目指す・逃げ遅れ0を目指す・大火0を目指す・安否確認20分以内完了を目指す>などです。

③防災おんぶ隊と中学生レスキュー隊

●荒川区には、おんぶ隊という、女性たちでおんぶ隊という組織があります。おんぶ帯を持って駆けそれで、安全な場所に脱出する。こういう訓練を実施した。ここでは、逃げ遅れ0を目指すって決めたからです。

具体的な目標がないと、具体的な対策は生まれません。●ある地域では若い力として、中学生のレスキュー隊を5人1組で結成しています。体の不自由な寝たきりの人の所へ、みんなで救助に行く。こういうような仕組みを作ることが大事です。

●これからの行政は、行政が受皿になるのではなくて、行政が安全の仕組みを作る。これが大事だと思います。

⑤防災芋煮会と防災運動会

●防災訓練やっても、なかなか集まらない場合は、例えば防災芋煮会をやると結構人が集まります。普段集まらないような子供連れの若い人たちが集まってきます。アイデアですね。いちばん人が増えるのは、食べ物です。ただ食べるだけではなく役割を持ってもらう。皆さんに「あなた、鍋奉行お願いします」「あなたには食料調達班をお願いします」それぞれの役割を与える。全員、お客さんにしちゃダメです。

●防災訓練は、参加型ではダメです。参画者であり責任を一人一人に持ってもらうと、みんな参加するので。お客さんだから、言われた通りやればいいんだろうみたいになり、だんだん参加率減ります。責任を全員に持ってもらうことが大事ですね。

⑥災害時要援護者の避難支援

●ご夫婦からイザの時心配されて40代の精神病の息子さんのことで相談を受けました。ご近所に息子さんのことをお話してはと話しました。後日連絡が在り、「これからは、できるだけお二人がでかけるときは声かけてってください。できる限りのことをさせていただきますよ。」とご近所の方が言ってくれたそうです。

●その報告に対して「あなた方が、真剣になって、必死になって扉を叩いたから、みんな気持ちよく心を開いてくれたのですよ。安全安心というのは、誰かが与えてくれるのを待っているものではなくて、自ら努力してこそ得られるものですよ」とご夫婦に話しました。災害時だけじゃない普段のつきあいも大事ですね。

⑦自主防災組織の中に、防災隣組（安否確認チーム）の結成を急げ

●安否確認チームを、是非作って欲しい、むこう3軒両隣で防災隣組安否確認チーム、何かあったときに声を掛け合えるようにする。そうすれば、個人情報も何もないのですよ。むこう3軒両隣なら。是非やって欲しい。防災隣組は、回覧板をポストに入れず、手渡しとする。月に1度は回覧板が回せるようにする。貼紙だけで用をなさないようにする。声掛け合えるようにする、それが大事だなと、そう思います。

●災害時に、ただ自分だけ逃げるのではなくて、声掛け合って避難する。これが、同じ時代、同じ地域にい

る、運命共同体の作法ですよ。災害列島日本に住む作法だと、私は思います。

⑧隣組の歌とトンカラリン班

●昔、防災って名前つかない、ただの隣組の歌があったのです。「とんとんとんからりん」という歌です。その3番にこういう歌詞で『とんとんとんからりと隣組、地震、雷、火事、泥棒、互いに役立つ用心棒、助けられたり助けたり』。昔の隣組は無理矢理作られたような部分もあります。自分たちの身を守るための、自分たちの防災隣組を、是非自分たちで作ってほしいと思います。

●真面目な日本人と震災後に、世界で随分報道されました。津波で流出した5700個もの金庫が警察に届けられ、23億円が持ち主に返されました。

●人間には3種類いると言われます。いい人、悪い人、変な人。でも一人の人間の中に、必ずこの3種類が入っているとも言われます。時にいい人になり悪い人になり、変な人になるかもしれない。

⑨必死で店を開けたコンビニ

●実際に残念なのは、今回の震災で多くの犯罪があったことです。でも、全世界に比べたら、ごく僅かです。

●阪神のとき、神戸市役所の職員があちこちに電話して、「店開けて下さい。安全が確認できたら店開けて下さい」と呼びかけました。それに応えて、大手スーパーもコンビニも、みんな必死で店開けたのです。多くのコンビニも、ガラスが割れたり、中は停電で真っ暗になったり、レジも動かないなかで店を開け、そこへ長い行列ができました。

●今回の震災では、あまりにも津波の衝撃が多かったせいもあり、結局すべての店が閉めたのです。店開けるってことが、非常に大事なのです。非日常が、日常に、みんながハッと気が付くのです。ですから、こういう商店は、安全が確認できたら、是非、店開けてほしい。ところが、多くの役所はこういうお店と契約結んで、何かあったら役所に全部くださいなんていう契約結んじゃう。そんな契約結んじゃダメです。

●役所がやるのは、大手スーパーの本部と契約を結ぶのです。そうすると、まとまった分、ちゃんと届けてくれます。地域の水食料、物品は、地域の人に開放することです。それが治安維持につながるのです。これ

が実践です。こういうことも私は大事だなと思います。

⑩被災地の「ちょっといい話」／「3.11」で帰宅困難者たちが出会った「素敵な日本人」

○自宅が流され、自分は避難所にいるのに、店が大丈夫だったからって、無料でラーメンふるまっているラーメン屋さん。(宮古市)

○避難所で4人家族なのに「分け合って食べます」と3つしかおにぎりをもらわない人を見た。(大槌町)

○日本人すごい、こんなときも山手線ホームできれいに整列している(涙)。

○昨日の夜中、徒歩で帰宅する途中、とっくに閉店した箸のパン屋のおばちゃんが、パンを無料で配給

○信号が一ヶ所も機能していないでも、ドライバー同士譲り合っていたし、地元のおじいちゃんおばあちゃんが手信号やってくれたりしていた(御殿場市)

○夜の9時頃、トイレと会社を休憩所として開放しているところがあった。ビルの前で、社員さんがそのことを歩く人に大声で伝えていた。

●日本人はすごい。そう思います。みんなが、助けられる人から、助ける人になる。もっともこの立ち位置を考えられたら、日本はもっともっと素晴らしい国になるだろうと思います。

結びにあたり、お集まりの皆様方の、更なるご安全、ご多幸を祈念して、長時間の清聴に感謝申し上げます。どうもありがとうございました。



～講演後の質疑応答でのアドバイス～

質問1) 現在(2月半ば)、自治会や管理組合で4月からの新年度の総会に向け活動方針を検討しています。防災の取り組みに対するアドバイスを!

●活動方針の中に、是非その防災の勉強会をやって欲しい。防災訓練も大事ですけど、訓練や防災隣組を作ったりする前に、その必要性をみんなに意識してもらう場を作ってほしい。今日聞いた話をこの役員さんの

中でお話をさせていただきたい。

●自治会や管理組合の総会時に、10分でも20分でも今日のような話をして意識を上げて、その上で防災訓練とか頭上演習、防災隣組の結成、安否確認訓練をやってもらう。

●各家庭で初期消火訓練を行って、みんなで消せばどんな火災でもボヤで済むのです。みんなが逃げたら大火になってしまうかもしれない。

●そういう消火訓練、安否確認訓練、通報訓練、これは消防法で決まっています。形だけになっているケースが多いのです。

●できれば実践的にやってもらう。皆さんに役割を分担してもらってやる、参加じゃなくて、お客さんにならないで参画、責任分担をしてもらってやると成功すると思います。それでシナリオ通りにいかなくてもいいです。最初に防災いも煮会とか豚汁大会とか、そういうものをやってもいいと思う。それで2回3回やっているうちに、課題を抽出することが出来るので、いろんなアクシデントがあってもいいと思う。

この前、どこかのマンションでは防災カラオケ大会をやっていました。なんでも防災つければいいものではないけれども、いろいろアイデアを工夫してほしい。それを是非、来年度計画の中に具体的に入れてほしいと思います。

質問2) 防災隣組を結成のアドバイスを!

●是非あんまり難しく考えないで『何かあった時に声を掛け合う仲間なのだ』と、マンションは、フロアごとに、緊急連絡員を2人ないし3人決めておく。管理組合(自治会)の役員さんが全部をやるのではなくて、管理組合(自治会)の役員さんは本部にいて、助けが必要な時に行くというような形です。

●各フロアの人たちは、連絡員が安否確認をし、もし出火した場合の対応策と救助を、本部役員や連絡員が対応するしっかりしたルール作りを実践的に見直してほしい。

●その上で防災隣組というのが大事になります。自治会で自主防災組織を作っていますが、意外と大勢でやることに成功事例が少ないです。出来るだけ小さい単位から進めて防災隣組を作ると、自主防災組織が活性

化します。つまり隣からやっていかないと結びつきがしっかりしないし、大きな結びつきはできません。

質問3) 自主防災組織のリーダーの引継ぎと、組織の継続・充実のアドバイスを！

●二つ提案があります。一つは是非今期のうちに防災マニフェストを作ってほしいです。自治会やマンションでやった方がいいこと、防災訓練とか防災隣組、或いはマンションだと大規模修繕の時にこういう安全対策をやったほうがいい、たとえば設備の耐震化とかやらなきゃいけないことを箇条書きにした防災マニフェストを作り、次に申し送りをする。それにいつ頃までにやってほしいという期限を入れていく。そうすると継続性が生まれ、ただの申し送り事項ではなく、防災マニフェストとしてやらなきゃならないことを引き継いでもらうことになります。

●もう一つは、『防災人材バンク』を作って欲しい。地域にはいろんな能力を持っているOBの人がいる。パソコンに詳しい人、電気に詳しい人、設計に詳しい人、専門家や或いはいろんな経験者が、中には役所のOB、消防・警察のOBもいる。その人材を活かすことです。この地域に無いものを探すのではなく、有るものを探す。現物活用の原則(今あるものを活用)です。

●たとえば登録だけお願いしておく。何かのときに相談員になってもらえるように、「何かあった時に相談させていただきたいので、何かこういう経験があるとか、あるいはこういう能力とか、こういうものに私は詳しいというものを是非書いて登録してくれませんか」と。そうしてその人をイザの時、是非活用することです。

●防災の一番の宝物は人材です。役員だけでやるのではなく、普段活かしていない人の防災人材バンク登録制度を、防災マニフェストに入れて勧めることです。

●今やっておかないと取り返しのつかないことが防災です。何か起こってからでは絶対に間に合いませんよ。命とタイミング、これだけは失くさないでほしい。立川断層が動いて首都直下地震が来てから、ああすればよかったって考えないように、想定外って言わない対策を今のうちにやっておいてほしい、そう思います。

質問4) 昨年11月発表の「東京都防災指針」の地域の連帯の再生による防災隣組の構築について

●東京都の指針を作る時に協力しましたが、防災隣組も、個人と隣近所そして自治会や自主防災組織のレベルを上げ、『防災民度』を上げることで、それが街を支えることになります。

●たとえば避難場所の備蓄、水食料或いは衝立とか、トイレも和式のじゃなくて、洋式のトイレをきちっと用意してくださいとか、行政しか出来ないことはきちっと行政にやってもらう。

●自分たちで出来ることは自分たちでやりましょう。防災力を高めるのと同時に、隣の自主防災組織と連携することが大事です。たとえば訓練やるときも自分たちだけじゃなくてマンションも、隣のマンションとやるとかそういう自主防災組織の隣組なのです。

●マンションはマンションの防災隣組、それから自主防災組織の隣組、こういうふうに、隣同士が連携して訓練し啓発をする。

●あれもこれもって欲張らないで、災害が発生した時だけ助け合えるような訓練や連絡だけや、緊急連絡網を作っておきましょう。やれるところから一步一步すすめて頂きたい。

●昭島市は人口11万少しの非常にまとまった街だと思えます。それほど広くない、だからこそ、この防災隣組や助け合いがスムーズに行く場所である昭島市が、東京都の防災隣組や或いは防災対策のモデル地域になってほしいなど。

●今日お集まりの役員さんたちに是非進めてほしい。本当は防災、自主防災組織の役員さんだけはあんまり変わらないでほしいなと思えます。

変わるとしたら、必ず半分は残すということで、継続性や引継ぎを上手くやっていくようなルール作りもこれから必要だな、そういうふうに思っています。

以上

■ 山村氏の提唱する「近助の精神・防災隣組」

<http://www.bo-sai.co.jp/kinjyonoseisin.html>

■ 自主防災組織（その使命と活動）

<http://www.bo-sai.co.jp/jisyubousai.htm>

※この内容は、当日の講演を速記しまとめました。

文責：昭島市自治会連合会